

青 阅读

北京青年报
BEIJING YOUTH DAILY

READING WEEKLY

D1 今日共 16 版
■ 2014 年 11 月 14 日 ■ 星期五 ■ 第 115 期 ■



对症下书

记得小时候看过一个故事, 某个不爱学习的少年, 巧遇神仙, 临到考试把教科书、习题集一页一页撕了吃下去, 书就会背了, 题也会做了, 俨然学霸了……大意如此, 最终的结果忘记了, 估计这个少年会得到教训吧。这个故事的有趣之处在于“吃书”, 把书当药吃, 治疗厌学症——看上去很荒唐, 但如果真的有人认书为药, 书能治病呢?

他们并不是张悟本之类的“神医”, 而多半是图书馆工作者。他们所说的书, 并非什么医方药典, 而是一般意义上的书籍, 包括心理自助书, 也有许多文学书, 但需“对症下药”, 有所选择, 他们称之为“阅读疗法”。在心理治疗比较发达的西方国家, 一些图书馆、阅读机构已经开始与医疗部门合作, 为患者开列精心挑选的“图书处方”。

阅读能舒缓情绪, 抚慰心灵, 这是通常的认识。但读书对于心理疾患究竟能起多大作用, 还是要打一个问号的。整日面对患者的心理咨询师对阅读疗法的态度, 就不尽相同。

书既能“治病”, 也能“致病”——看书看到痴狂, 写作写到分裂的例子, 我们也能举出很多, 特别是诗人、作家、哲学家、艺术家, 人类精神世界最迷人的巅峰, 其实经常被一些疯子占据。北师大的一位教授带着学生调研了十位精神病患者, 试图了解文学与精神病之间的关系——这是阅读、写作与疾病的另一面。

阅读是精神活动, 读书也就和人的精神状态有不解之缘。至于书究竟是“治病”还是“致病”, 恐怕因人而异——病根在人, 不在书。

(相关报道见D2、D3)
文/远道

这不是女人, 这是一幅画

>>D7

看《星际穿越》读狄兰·托马斯

>>D11

一定要帅气地回到未来

记第五届全球华语科幻星云奖

>>D12

偷情的古典结局

>>D13

《21世纪资本论》作者皮凯蒂为中国经济献策

>>D14

◎ 主编/刘晓春 ◎ 编辑/尚晓岚
◎ 美编/黎倩 ◎ 校对/李良