

# 乐活·书坊

洛城书事

## 给心灵一个休憩的家

我市首家以心理学为特色的和吾心书坊对外开放

□记者 丁立文/图



读者在和吾心书坊看书

4月23日是世界读书日,我市首家以心理学为特色的读书社——和吾心书坊,迎来了首批读者。

记者在现场看到,书坊600平方米的大厅,被书架隔成公共阅读区、读书沙龙区、心理剧场区、心理讲座区,此外还有一对一的VIP包房,吧台还可以低价为大家提供餐点、咖啡、茶水等。

据了解,和吾心书坊由市心理咨询师协会创立,是国内屈指可数的以心理学为特色的读书社。“这种灵感来自于工作实践。”该协会会长杨延卿告诉记者,“这些年我考察了国内很多地方,大部分心理咨询室都是一间房子,一名心理咨询师,一张桌子。因为受众群体非常少,60%的心理咨询室的经营都十分困难。我一直在思考,怎样使心理学和社会大众接轨,正好现在国家提倡全民阅读,同时现代

社会节奏快,大家压力大,需要一个心灵家园。我们的和吾心书坊便应运而生。”

书坊里的书绝大多数是心理学专业书籍,很多书在市面上很难见到。他们想借书坊这个载体,推动我市心理咨询业的发展,为市民提供服务。除了部分收费项目,这里的活动多数属于公益性质,市民可免费参与。

23日晚,和吾心书坊举办首次心理学读书会。记者在现场看到,30多名书友围绕华语世界第一部销量过百万册的心理学经典书籍《遇见未来的自己》,畅谈心得,分享感悟。所有的参与者都非常投入,有两名读者在心灵交流中当场流泪。“其实,眼泪是一种很好的心理宣泄,也是一种身心成长。”杨延卿说,“在读书会上,还有一些家长向我们咨询孩子成长中的困惑,这些让我们感

到了人们对心理学的需求。”

每周二19:00至21:00,心理学读书会,书友可围绕时下一些畅销的心理学书籍分享读书心得。

每周五19:00至21:00,心理文化剧场,通过现场人物心理行为展示等寓教于乐的形式,由心理咨询师对书友进行心理分析与疏导。

每周日9:30至11:30,周末心理论坛,由心理学专家为书友讲授心理健康、家庭教育、婚姻情感等精彩课程。

因为书坊只能容纳150人,如果您是书坊会员,请按时参加活动,书坊将为会员子女免费开辟青少年阅读专区。如果您不是会员,则请拨打电话预约。

报名电话:64681618

13633797688

报名地点:中州西路与黄河路交叉口鑫融基担保公司北隔壁物元大厦2楼

洛城读书会

## 网络时代你怎么读书

□记者 刘婷

“洛城读书会”第五期

时间:2014年4月26日20时

主题:网络时代,你选择哪种方式读书

### 纸质书 书友的最爱

近日,中国新闻出版网联合新浪网开展“你会用手机读书吗”的网络调查活动,参与调查的对象主要为80后和90后。调查结果显示,60%的读者更喜欢阅读纸质书,喜欢阅读电子书的读者仅为6%。洛阳的情况如何?

“网络时代,你选择哪种方式读书”是第五期“洛城读书会”的主题,在与会的9名书友中,大多数人更喜欢阅读纸质书,其中洛阳广播电视台编导桑笛的看法最有代表性。她说,虽然现在越来越多的人选择阅读电子书,但她依然喜欢阅读纸质书。看纸质书,可以一边享受阅读的乐趣,一边记读书笔记,加深印象。而且,对于像《霍乱时期的爱情》《百年孤独》之类的作品,由于书中人物众多,人名难记,纸质书的一个最大优点是读者可以前后对照着看,这样就不会弄错人物关系,而手机阅读就没有这么便捷。

上高中的郭紫薇也喜欢阅读纸质书。学画画的她喜欢书页的质感、颜色以及上面的图案,这些都能给人以美的享受。她会反复看《红楼梦》,没事的时候拿起书背诵其中的诗词,乐在其中。

### 上网阅读 你的美,我懂

当大多数书友“唱衰”上网阅读方式的时候,在我市一所初中上班的张欣力挺用手机阅读。

张欣自称80后的自己有着70后的心和90后的个性,在学校里,她每天和00后接触,保持了一颗童心。因为阅读量大,所以她选择经济、便捷的上网阅读方式。比如,她常在网上看漫画《机器猫》。《机器猫》给人特别温暖的感觉:大雄经常被欺负,但他从没有放弃过希望,始终保持着善良的品质,帮助曾经欺负过自己的人。

“上网阅读还很环保哦!”张欣说,上网阅读而不看纸质书,可以节约纸张,这样就可以少砍伐树木,为环境保护出一分力。

在洛阳师院上大三的杨淑焕说,作为一名学生,受经济条件限制,她只会买自己喜欢的作家的书,比如鲁迅、安妮宝贝、史铁生的书,只要在实体店看到,她都会买回去收藏,但对于一些看一遍就不会再看的作品,她选择在网上下载阅读。在她们宿舍,晚上没事的时候,大家就会用手机上网看书。

### 享受阅读 感受生活之美

就像任何事物都存在一体两面一样,纸质书与电子书的阅读习惯之争,只不过是当下社会快速发展的结果。网络时代的到来,让阅读方式多样化,人们可以根据自己的习惯选择如何阅读,而更多的人选择交叉阅读。

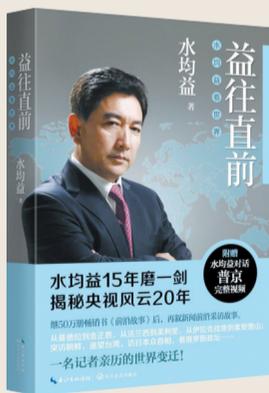
自由职业者杨国杰说,在快节奏的今天,人们很难进行系统阅读,感受都是片段式的,纸质书对他来说就是一个介质,既满足了他的读书情结,又让他系统阅读自己喜欢的作品。同时,他也不排斥上网阅读,经常在微信朋友圈里阅读好的文章,这些文章从一个点切入,告诉你一些充满正能量的故事,或者教你一些对生活有帮助的小知识。

无论是阅读纸质书,还是上网阅读,大家都会有一个感受,那就是享受阅读的快乐,看书中人物的悲欢离合,看书中世界的美丽多姿,感受生活之美。

新书速递

### 益往直前

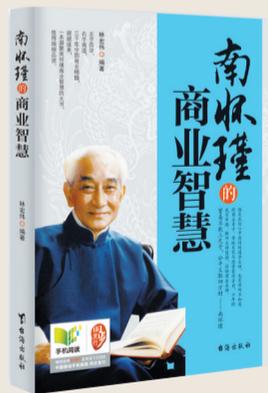
作者:水均益  
出版社:长江文艺出版社



水均益倾情回顾央视生涯20年,首次回应“伊战逃兵”“夜总会风波”等争议事件,讲述与白岩松、崔永元、敬一丹等新闻老兵不得不说的故事,点评央视离职潮,回应月薪26万元传言,袒露心路历程。

### 南怀瑾的商业智慧

作者:林宏伟  
出版社:台海出版社



左手国学,右手商道,几千年中国商业精髓,南怀瑾娓娓道来。南怀瑾是我们心目中的国学大师,也是你所不知道的商业奇才。聆听大师慧语,品悟商业真谛,这本凝聚着南怀瑾商业智慧的作品,值得细细品读。

### 洛阳席殊书屋销售排行榜

百年孤独	南海出版公司	中华老字号的故事	山东画报出版社
洛阳十三朝	中州古籍出版社	只有医生知道	江苏人民出版社
繁花	上海文艺出版社	张居正讲评论语	上海辞书出版社
中国在梁庄	江苏人民出版社	图说洛阳姓氏	中州古籍出版社

洛阳席殊书屋 特约  
地址:西工区人民东路副一号  
电话:63251150