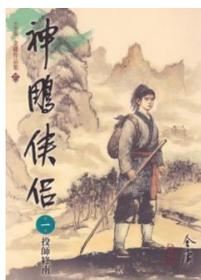


談談閱讀的益處—鄧小寶老師

在二十一世紀，每個都市人都「機不離手」，特別是年青人，智能電話仿如其生活泉源，賦予生活的動力。而箇中的吸引力也是能夠理解的：色彩斑斕的畫面、多重的感官刺激，帶給都市人視覺與聽覺的享受。智能電話時時刻刻都娛樂用家，不會令你感覺得沈悶。可是，隨之而來的是大家愈來愈不能靜下心神，自求我道。我認為追求這種無止境的刺激，並非人生唯一的樂趣。反而，看似沈悶的閱讀，更使你餘音裊裊，樂趣無窮。除此之外，更有很多意想不到的益處。

第一，你會變得更有想像力。近年，不少熱門的小說被改編成電影、電視劇。在起始閱讀小說時，我總是先通過作者的描述，然後再把書中的情境在腦海中建構一遍。例如：《飢餓遊戲》中那帶點神秘的國度、《倚天屠龍記》中的武功招式、以及《神雕俠侶》中小龍女的美貌……可是，電影、電視劇公映後，我往往若有所失。原來，人類腦海中的想像力，有時比畫面的呈現更為豐富、更為完滿。你的小龍女跟我的小龍女可以不一樣。這就是閱讀的樂趣。相反，當你先看電影、電視劇，往往很容易被畫面局限了自己的想像力。因此，同學們下次觀賞電影、電視劇時，也可以先看原著，相信你腦袋的畫面定必比銀幕更精彩。



第二，你會變得更有耐性。雖然閱讀所帶來的感官刺激，一定及不上智能電話。但如上所言，他對思維的激盪，一定不比電話少。閱讀更需要你靜下心神，完全隔絕外間的煩擾。以前，曾有不少同學向我表示書籍上的情節推進得太慢。其實，這也是訓練的一種。如果你能花些心思，忍耐一下，多看兩頁，你會發現後面的故事比你想像中更高潮迭起、新奇有趣。著名西方哲學家柏拉圖曾說過：「耐心是一切聰明才智的基礎。」相反，凡事急躁，忍耐力低，又如何成為一個具備競爭力的青年人呢？

第三，你會變得更有同理心。同理心是能夠指體會他人的感受和想法。學校在上學年致力培養同學的同理心，希望大家懂得關懷別人。《孟子·公孫丑上》曾指出「人皆有不忍人之心……惻隱之心，仁之端也……無惻忍之心，非人也。」人之所以為人，是因為我們天性有「愛人」的特質。試想想，如果人人凡事只考慮到自己，自私自利，社會還會有進步嗎？我們仍能享受有溫飽、安逸的生活嗎？通過閱讀，你能夠經歷了不同故事主人翁的人生，自然更能感受到他人的喜怒哀樂，擁有體諒別人的能力，更能理解世界上不同的看法及思維。由此可見，閱讀能培養我們的同理心。

最後，常言道「讀書破萬卷，下筆如有神」。因為書本往往結合了不同前人

的智慧，使我們可以站在巨人的肩膀上看世界。如果你想「與神同行」，得到上述的各種益處，請立即拿起書本，一起享受閱讀的樂趣吧!

中文科 鄧小寶老師