

# 数字时代,我们该如何阅读

文 川

10月24日至26日,第十届浙江书展将如约而至,引发人们对读书话题的关注和讨论。

读书的意义和重要性不言而喻,每个人的成长进步都离不开书籍的滋养。记得小时候,除了上学时用的教科书外,少有其他可供阅读的书籍。每每得到一本好书,便会如饥似渴地阅读,甚至一字一句抄写下来。如今,各种各样的出版物琳琅满目,但人们读书的热情反而有减退的迹象。对许多人来说,静下心来读一本书,成为一件越来越困难的事。

对读书缺乏热情,很大一部分原因在于功利心作怪。不可否认,现实生活中,很多人越来越重物质、重实际。心态浮躁、急功近利,凡事讲求实用性,讲求即时回报。体现在读书这件事情上,不少人抱有很强的目的性,多为升学、升职,为取得一张文凭或证书而读书。一旦达到目的,就很难静下心来继续,而是把时间花费在他们看来更为重要的事情上。

尤其是,进入数字时代,人们的

生活方式发生了很大变化,给传统意义上的读书带来巨大冲击。随着网络和信息的普及,人们获取资讯、汲取知识的途径和手段,变得前所未有的便捷和快速,而且休闲娱乐的方式也变得更为丰富。无论是电子游戏,还是各种社交媒体,无不让人迷恋其中,挤占了人们大量的闲暇时光,加剧了“阅读危机”。

身处数字时代,书籍让位于手机似乎已成趋势。据有关部门统计,2024年我国成年国民人均每天阅读纸质图书仅24.41分钟,而手机接触时长高达108.76分钟。某大学图书馆的数据更具象征意义:其图书馆借阅量从年均六十万册骤降至如今的六七万册。一个司空见惯的现象是,在地铁等公共交通工具上,乘客差不多人手一部手机,绝大多数在看短视频、玩游戏或刷朋友圈,很少能看到阅读者的身影,即使是看电子书的,也寥寥无几。

毋庸讳言,进入数字时代,传统阅读面临挑战。对此,尽管不必惊慌失措,但也不可等闲视之。让阅读回归人们的日常生活,既需要全社会的共同努力,更需要每一个个体的自觉与坚守。

以平常心看待读书。有作家在一篇文章中写道,读书有三种境界:求知、休闲与浸淫。求知不是读书的唯一目的,以此作为休闲的手段,或浸淫其中、自得其乐,方得读书之妙。在我看来,读书不过是一种充实自我、取悦自己的手段,大可不必把它看得过于神圣,或寄予过重的期望,甚至为此背负压力。除了那些专门从事学问研究的,普通人完全可以用放松的心态对待读书这件事。尼采说:“读书,就是沿着作者的脚步去看沿途的风景。”只有让读书回归纯粹,享受其过程,才能长久地保持热情。

时常有人质疑读书的用处,认为读了也记不住,没什么用。事实并非如此。常言道:开卷有益。读书对人的影响是潜移默化的,正如作家三毛所说:“许多时候,自己以为许多看过的书籍成为过眼烟云,不复记忆,其实它们仍是潜在的,在气质里,在谈吐上,在胸襟的无涯,当然,也能显露在生活和文字中。”

读书要有定力。现代人面对数字媒体和娱乐方式的冲击,以及由此产生的各种各样的诱惑,要静下心来读书,的确不是一件容易的事,

需要有很强的自制力。相比于阅读枯燥的文字,浏览网页、看短视频、玩游戏,无疑要轻松、有趣得多,但一味沉迷其中实不可取,不仅浪费时间,还会造成专注力的下降。更何况网络世界鱼龙混杂、真假难辨,充塞无聊甚至荒诞不经的内容,大数据推送更是让人容易陷入信息茧房。相比而言,集中人类智慧的书籍要权威、深刻、有营养得多。

为此,我们需要时刻保持清醒和冷静,尽可能与网络及电子产品保持适当的距离,避免过度依赖,善于走出舒适区,强迫自己每天抽出一部分时间,保留与书籍亲密接触的机会。做到这一点很难,但只要坚持下去,必能从中收获更多的快乐和满足,让自己的生活变得更加充实而富有意义。数字时代的阅读,是对一个人定力、自制力和耐心的考验。从这个意义上说,读书的过程何尝不是一个自我修炼的过程。



## “一等功”不是“免罪牌”

江南羽

据中国新闻网报道,近日,湖南落马官员邓某金的庭审细节引发关注。在这名曾主政多县区、荣获一等功干部的受贿案审理过程中,辩护人试图以“过往优秀”为由请求对其从轻处罚,被法院明确驳回——过往工作表现,不属于法定或酌定量刑情节。这一判决,不仅是一次清晰的司法裁量,更是一次法治立场的宣示:功过不能混淆,“一等功”不是“免罪牌”。在法律的天平上,罪与功从无抵消之理。

功过分明,是现代法治的基本准则。传统观念中的“将功补过”,往往暗合人治色彩与恩赦逻辑,已不适应现代法治精神。现代法治强调“罪刑法定”与“人人平等”:过往功绩,属于履职期间对公共事务的贡献,是历史评价的范畴;而贪腐犯罪,是当下对法律义务的背弃、对公共利益的侵害,必须依现行法律予以处罚。二者性质不同、评价体系各异,若允许以功抵罪,无异于为特权开口子——法律一旦因“功劳”而打折扣,其权威与公正便不复存在。正如邓某金案所揭示,即便曾获一等功,也无法掩盖其在2012年至2023年间利用职权受贿的事实。法院驳回其辩

护请求,正是对“赏罚分明”法治原则的坚定捍卫。

功臣光环,有时反而成为一些干部堕落的“心理陷阱”。梳理不少落马官员的蜕变轨迹,不难发现一种危险心态:他们把荣誉视为“政治资本”或“道德信用卡”,潜意识里认为“昔日有功,今日犯错可谅”。这种认知,恰是邓某金从荣誉加身到身陷囹圄的重要原因——他误把过往荣光当作突破廉洁底线的“护身符”,最终在贪欲中越陷越深。

允许以功抵罪,将动摇社会公平的根基。从社会影响看,如果司法认可“功可抵过”,可能引发多重危害:一方面,公众可能对法律公正产生怀疑,认为“荣誉大于规则”,进而削弱对法治的信任;另一方面,也可能助长部分公职人员的侥幸心理,从而放松自我约束,加剧腐败风险。

荣誉是对过去的肯定,不是未来的“丹书铁券”;权力来自人民,必须在法治轨道上运行,任何逾越都必将付出代价。在全面依法治国的今天,唯有不断扎紧制度笼子、强化权力监督,让“功过不能相抵”成为社会共识,才能进一步筑牢干部清正、政府清廉、政治清明的基石。

## “新国标”为外卖行业划出底线

苑广阔

日前,市场监管总局组织起草的《外卖平台服务管理基本要求(征求意见稿)》正式面向社会征求意见。征求意见稿从入驻条件、信息审核、运营管理等方入手,直指外卖平台经营中的核心痛点,被称为外卖行业“新国标”(10月23日《工人日报》)。

长期以来,外卖行业在便捷民众生活的同时,也伴生诸多痛点:“幽灵餐厅”混杂其间,食品安全悬在心头;算法催生“速度与激情”,骑手权益保障缺位;低价内卷与“二选一”捆绑,让商户与行业俱疲。这些乱象的根源,在于相关规则模糊、责任边界不清。“新国标”直面这些核心症结,以系统性思维构建起覆盖全链条的治理框架,亮点突出,意图明确。

“新国标”的亮点,在于用精准的“手术刀”解剖并修复行业关键环节。在食品安全上,要求从门店实景图片到动态抽查,构建起完整防控体系,彻底挤压“幽灵外卖”的生存空间,让消费者“点得放心,吃得安心”。在权益保障上,首次系统性地为配送员权益撑腰,从接单时长、劳动报酬到社会保障,直指“超时焦虑”与“权益缺

位”的痛点,推动配送员从“拼命赶单”转向“安全配送”,彰显政策的民生温度与发展善意。在平台竞争上,明确禁止不合理定价、强制推广和“最低价格”协议等行为,引导平台摆脱“低价内卷”的恶性循环,转向依靠服务质量、技术创新和生态共赢的健康轨道。

“新国标”的出台,为行业未来划定了不可或缺的安全区与导航线。这条线,是消费者权益的“安全线”。它通过压实平台审核与管理责任,为公众健康筑起了更坚固的防火墙。这条线,也是市场公平竞争的“起跑线”。它通过规范收费、打击刷单炒信、保障流量分配公平,为所有商户尤其是中小商户,营造风清气正、凭实力说话的经营环境。这条底线,更是整个行业可持续发展的“生命线”。它通过平衡消费者、商户、配送员和平台各方利益,遏制短期逐利行为,推动行业从粗放式的流量争夺,转向精细化、人性化、绿色化的服务驱动。

任何行业的健康发展,都需要明晰的规则来匡正方向,外卖“新国标”正是这样一份关键的制度设计。它并非束缚行业活力的枷锁,而是引导其穿越无序迷雾、驶向广阔蓝海的灯塔。期待各方协同努力,推动“新国标”落地生根、严格执行,让规矩真正成为行业发展的护栏。

## 从海鲜“消费地图”寻求海洋渔业转型之道

景新

曾经,在一些中西部城市,吃海鲜是稀罕事,如今海鲜消费日渐大众化。甘肃兰州,梭子蟹、皮皮虾等应季海货集中上市,市民乐享“海鲜自由”。山城重庆,交易市场里南美白对虾、生蚝被商户麻利地搬上货台,而20小时前它们还身处黄海之滨(10月21日《人民日报》)。

靠山吃山,靠海吃海。曾几何时,海鲜是沿海地区的专属美食。随着现代技术的发展和物流网络的优化,梭子蟹、皮皮虾等生猛海鲜走出传统的地域限定,跨越山海走向内陆。中西部的消费者,不仅能吃到海鲜,而且吃得越来越频繁,越来越新鲜。不断拓展的“海鲜地图”,不仅折射出消费市场的深刻变革,更为海洋渔业发展提供了鲜活的“需求图谱”。

“海鲜地图”里蕴含着无限商机,看到市场前景后,内陆地区也在想办法“自力更生”,宁夏盐池县在盐碱地上成功“复刻”海水环境,养出了活蹦乱跳的南美白对虾;新疆结合“海虾淡养”等技术,在沙漠边缘实现海虾、罗非鱼、三文鱼等水产养殖……这也倒逼像宁波这样的沿海城市在海洋渔业的产业布局、产品供给、质量保

障和品牌建设等方面加快变革与创新,以适应不断升级的消费需求和竞争激烈的市场环境。

过去,海鲜消费以常见的带鱼、鲈鱼等品种为主,如今消费者对海鲜品种的需求日益多元化。海洋渔业需要根据“海鲜地图”上不同地区消费者的口味偏好和需求特点,调整产品供给结构,增加特色品种的养殖与供应。比如,为满足川渝地区消费者对麻辣口味海鲜的喜爱,可以养殖虾、贝类等适合用于涮串烤以及制作麻辣口味的品种。同时,进一步巩固传统物产的优势,宁波可以进一步提高养殖机械化率,高标准建设大黄鱼、梭子蟹、青蟹等优势主导品种养殖示范区。

在市场竞争日趋激烈的今天,要想在日益壮大的“海鲜地图”中占据一席之地,品牌建设是关键抓手。当前,虽然许多地方的海鲜产品具有一定的地域特色与品质优势,却普遍缺乏具有全国影响力的知名品牌,难以将地方优质物产转化为市场认可。海洋渔业需整合资源,加强地理标志保护与文化赋能,打造“区域公用品牌+企业自主品牌”体系,提升市场影响力和信任度,同时,聚焦细分市场,发展特色品牌,以差异化避免同质化竞争。



### 宁波银行专栏

## 宁波银行荣登“全球银行品牌增速50强”榜单第33位

近日,英国《银行家》杂志在最新出版的10月刊上公布了“全球银行品牌增速50强”榜单,宁波银行凭借卓越的品牌成长表现,在全球50家上榜银行中位列第33位,成为两家上榜中资银行之一。

**权威背书,科学评估品牌价值**  
该榜单由凯度和英国银行家杂志联合发布,根据客户感知来评判银行在未来12个月内的品牌价值增速,是否获得了与其规模相符的良好品牌资产得分,即该银行是否正在有效地打造其品牌。

英国《银行家》杂志是隶属于英国金融时报报业集团的权威性金融杂志,其发布的“全球银行1000强”榜单至今已有55年历史,是当今国际权威的全球银行业排名之一。总部位于英国伦敦的凯度是提供消费者研究、市场分析与媒体监测服务的专业公司。该榜单基于凯度对26个市场10400名受访

者的客户调研,数据采集于2024年1月至2025年5月期间,取自每个品牌所在市场。每项研究均选取400名受访者作为样本进行访谈,所有受访者均拥有活期账户或储蓄账户,并且了解相关品牌。

**专业深耕,铸就品牌增长内核**  
品牌价值的持续提升,源于宁波银行对“专业创造价值”的坚守。作为全球百强银行、全国系统重要性银行,宁波银行始终坚守金融为民初心,秉持“真心对客户好”的理念,加大服务实体经济力度,紧扣客户差异化需求,在服务实体的过程中不断锤炼自身的核心竞争力,持续品牌银行差异化比较优势。

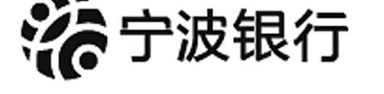
品牌建设成效在经营业绩中也得到充分印证。截至2025年6月末,宁波银行总资产突破3.47万亿元,较年初增长11.04%。2025年上半年,实现营业收入371.60亿元,归属于母公司股东的净利润

147.72亿元,同比分别增长7.91%和8.23%,盈利能力持续提升。

**场景赋能,持续提升品牌温度**  
作为深耕本土的法人银行,宁波银行将品牌建设融入城市发展脉络,连续三年深度参与宁波网球公开赛(WTA500),通过“体育+金融”的创新模式,传递健康、积极、向上的生活理念,持续赋能城市美好生活。

在2025年赛事期间,宁波银行以定制化服务覆盖赛前、赛中、赛后场景,更打造互动体验专区,推出“蛋黄超人”IP主题特色互动内容,将专业的金融服务与充满活力的体育场景完美融合,实现品牌与赛事的双向赋能。

从支持国际顶级赛事到荣登全球银行品牌增速榜单,宁波银行正以专业为基、创新为翼、责任为核,向世界传递中国银行业的品牌强音。



## 建行宁波市分行:参与宁波市住房“以旧换新”活动,提供全链条金融服务

为响应宁波市促进房地产市场平稳健康发展的政策,满足居民改善性住房需求,建行宁波市分行近日统筹全辖资源,指导并支持下辖住房城市建设支行参与宁波市商品房“以旧换新”首期活动。近日,该行在天一广场设立现场服务专区,为市民提供政策咨询、金融方案定制及流程办理等一站式服务,助力居民实现“安居梦”。

作为本次活动的核心金融支持单位,建行宁波市分行积极对接宁波市住建局、市房协及宁波城投集团等单位,全程参与政策落地和服务流程优化,推动形成“政府指导、企业响应、银行支持”的一站

式换房服务平台。活动期间,建行宁波市分行下辖住房城市建设支行相关负责人通过甬派直播平台,向市民详细解读了“以旧换新”专项政策及相关金融产品。该场直播吸引了超过18万人次观看,有效提升了政策知晓度。

为提升服务精准度,建行宁波分行从全辖零售信贷部门抽调骨干人员,组建跨条线服务团队,入驻现场,组建跨条线服务团队,入驻现场,提供专业支持。针对市民普遍关心的新房按揭贷款额度、利率优惠及审批时效等问题,团队提供“一人一策”的个性化咨询服务,及时解答“卖旧买新”过程中的金融疑问,切实打通服务“最后一公里”。

除专项按揭服务外,建行宁波分行还整合了消费贷款、信用卡装修分期、公积金缴存优惠等多种金融产品,为市民提供从购房到装修的全周期金融解决方案。同时,通过引导客户添加专属客户经理企业微信,建立长效服务机制,确保后续贷款办理及额度调整等需求得到及时响应。

未来,建行宁波市分行将继续发挥住房金融领域优势,深化与政府部门及房企的合作,持续创新适合“以旧换新”场景的金融产品与服务模式,助力宁波市住房消费升级与房地产市场高质量发展。

(建轩)

## 邮储银行宁波分行优化营商环境为地方经济注入强劲金融动力

近年来,邮储银行宁波分行聚焦小微企业金融需求,采取了一系列切实有效措施,为地方经济发展注入强劲金融动力。

在普惠金融领域,该行打出“组合拳”,设立“两小贷款”专项额度,单列小额贷款、小企业贷款信贷计划,保障小微企业重点领域信贷投放,对合规经营、信用良好的小微企业加大融资支持。

针对制造业,该行加大中长期贷款投放力度。聚焦重点领域客群,线上主动对接企业融资需求,匹配合适贷款产品,依托额度类贷款随借随还优势,引导客户使用中长期贷款,减少还贷次数,降低财务费用。深挖企业固定资产投资与技术革新场景需求,依托科技创新与技

术改造再贷款项目机遇,定制金融服务方案,加大重点领域中长期信贷投放,力争同比增速实现正增长。

同时,该行积极拓展首贷户,强化源头对接,拓宽融资服务覆盖面。借助总行小微易贷流程重塑,提升服务效率与客户体验,推广“集群”“脱核”产业链服务新模式,落地“集群e贷”等产品,将融资服务嵌入企业经营场景。并加大对民营企业融资支持,聚焦现代制造业等重点行业,分层细化服务策略,强化产业链金融服务。

为缓解小微企业资金周转压力,该行积极推行无还本续贷业务,畅通办理渠道,简化作业流程,针对额度即将到期的存量客户,提前安排授信调查等工作,

实现放款与还款“无缝对接”,降低小微企业转贷成本。

在信用贷款投放方面,该行多管齐下,针对小微易贷信用e贷,引导客户经理采用共同借款人模式,提高信用贷款占比;走访对接核心企业、产业集群,运用沉淀数据为链上和集群内小微企业提供信用贷款支持;推广线下信用贷款重点产品信捷贷,面向优质小微企业发放信用贷款;积极引导个人客户经理在风险可控前提下发放信用类贷款。

邮储银行宁波分行通过一系列举措,在优化营商环境、支持小微企业发展方面取得积极成效。下一步,该行将继续践行金融责任,不断创新服务模式,为地方经济高质量发展贡献更大力量。

## 鄞州银行参加第四届“智鄞未来”人才科技周开幕式

近日,鄞州区第四届“智鄞未来”人才科技周开幕,众多国内外院士、专家、高层次人才齐聚一堂,聚焦教育科技人才一体改革融合、科技创新产业创新深度融合“两篇大文章”,共话人才共鸣新篇章。鄞州银行受邀参加开幕式。

开幕式现场,2025年度“智鄞未来”入围项目落地启动,15个新兴(未来)产业的重点项目签约。作为扎根地方的金融机构,鄞州银行深度践行金融“五篇大文章”,倾力支持新质生产力发展,持续关注签约项目动态,积极探寻金融服务与科创项目落地的契合点,全力支持区域科创生态与人才发展。

### 深化政企银协同,构建全周期科技金融产品体系

鄞州银行坚守服务实体经济的信贷导向,与鄞州科技局等政府部门建立合作机制,积极加入风险池,建立“三单一库”,优化信贷供给结构,创新开发“科技贷”“人才贷”“创业贷”“快贷通”等产品,构建覆盖企业全生命周期的科技金融产品体系。

### 升级特色服务体系,强化科创企业精准服务能力

鄞州银行于2022年成立科技文旅特色支行,通过专列信贷计划、专项审批授信、专项金融产品、建立专项统计,强化科技金融能力建设。同时,组建

专业团队,加大对中小科创企业和新兴业态的支持力度,为企业 提供“一站式、定制化”金融服务。

### 推进金融与科技融合,提升数字风控与融资创新水平

鄞州银行积极促进科技金融与数字金融协同发展,创新开展质押融资业务,借助大数据、人工智能等技术拓展融资场景,建立专属信用评价模型,增强数字风控能力。

截至2025年8月末,该行累计为1372家科创企业提供信贷支持超153亿元,其中高新技术企业等重点企业占比超50%,为实体经济高质量发展贡献金融力量。