缝隙里寻快乐

严飞

接孩子放学回家的路上,他递给我一个黑乎乎的小球,一脸神秘地说:“你捏一捏,猜猜这是什么?”

我接过来捏了捏,软软的。他迫不及待地说:“这是我用橡皮屑做的球!”原来午休时,他和同桌把橡皮擦下来的碎屑一点一点收集起来,再用尺子来回滚压,手搓,攒成了这么个小球。

学校规定他们午休时不能大声说话,也不能到处走动。老师希望孩子们在教室里安静地写作业、看书,或者做一些不打扰别人的事。可作业写完了,书也看累了,小孩子总要找一点事情做。于是,在这些被规定得整整齐齐的时间里,他们学会了寻找一点缝隙里的快乐——一块橡皮,一团橡皮屑,几个彼此心照不宣的小动作,就成了孩子们漫长午休时间里的游戏。

我想起自己小时候,中午休息时间和课间似乎远没有今天这么多规则。我们可以去别的教室串门,在走廊里走来走去,和同学说话、打闹。老师当然也会提醒:上课前十分钟要安静下来,准备好课本,不要影响别人。但那种安静更像是喧闹的自然过渡,而不是从一开始就被要求克制地坐在位子上。

今天的孩子,在学校里要遵守的规矩似乎多了很多。一个“好孩子”的形象,越来越等同于乖巧、稳定、可控——上课坐得端端正正,下课不乱跑,不大声说话,知道什么时候该做什么,并且能够准确地完成老师布置的每一项任务。可是,小孩子真的只能在这一条轨道上长大吗?他们的身体里有那么多奔跑、跳跃、碰撞、试探边界的能量,如果这些能量无法释放,最后会去哪里呢?

孩子告诉我,他们班上至少有三分之一的同学,每周都在外面上课外辅导班。当老师讲新知识点时,有些孩子反应很快,因为他们并不是第一次接触。对他们来说,课堂学习更像是一种复习。孩子经过观察后发现,提前学过的同学,好像更容易听懂,也能更快地完成练习。

我问他:“那你想不想也去学?”他说不想。理由很简单:“如果提前学了,上课的时候就会走神,就不想认真听老师讲了。”

这个回答让我愣了一下。在大人的世界里,我们习惯把“提前”理解为优势——提前学,提前会,提前进入竞争,提前拿到某一个头衔,好像就拿到了人生胜利组的门票。可是,孩子的世界里没有这种匆忙的意识,比起成人,他们更知道如何活在当下,与其提前学,不如在课堂上认真听,课余时间用来玩。

作为家长,我当然会担心:如果别人都提前学,我的孩子不学,会不会在无形中被甩开?每次有这种念头冒出来,我又提醒自己:不能只用“进度”来衡量一个孩子的成长。学习不是为了得到一个答案,而是经历一个过程。让孩子在课堂上真正经历从“不懂”到“慢慢懂”的过程很重要。

到现在为止,我还是没有给他报课外辅导班、奥数竞赛班。但这个决定做得并不轻松。有一次,我和教育学者、北京大学教育学院的林小英老师交流,她提到一个观点:越是低年龄段的孩子,越需要足够的容错空间。他们不应该过早被要求表现得能干、成熟、完美。他们需要犯错、试探,可以有时候说话不流畅,动作笨拙。

儿童的发展过程不是一条笔直的赛道,它更像一片复杂的土地,有些地方先长出作物来,有些地方长得慢一些。如果期待孩子们都长成整齐、漂亮的同一种模样,个性便在无形之中被牺牲了。

作为大人,我们不能只庆幸孩子有这种能够在一点点零碎和无聊的时间里,创造出属于自己的乐趣的能力。我们更应该反过来问一问:为什么他们的快乐只能藏在缝隙里?在秩序和规则之外,能不能给孩子多留一点自由呼吸的地方?让他们多跑一跑,发一会儿呆,做一点没用但快乐的事情,不必总是提前学懂,不必总是乖巧而正确,他们有权利按自己的节奏慢慢长大。(节选自《财新周刊》)



苏幕遮·诗友兴游锦绣花海

管洪家

天蓝蓝,云淡淡。送爽金风,轻浪拍沙岸。霜染畦花争斗艳。翁媪追光,摄录忙留念。

唱红歌,挥彩练。鹤发童颜,不减当年范。自我放飞寻烂漫。一路收藏,揽胜诗囊满。

慢书吧



我住长江尾

作者:段志强
出版社:中华书局
出版年:2026年8月

2021年冬,复旦大学历史学者段志强从上海市区搬到崇明岛,教书之余,种菜读书。《我住长江尾》一书记述了作者五年来春种夏长秋收冬藏的种菜日常及与岛上乡邻的交往互动。作者将广博学识融入田园实践,赋予朴素生活以独特的人文意趣。文字轻松灵动,幽默处令人莞尔,深情处直抵人心。对于故乡、童年的追忆自然漫溢;同时,亦不乏对于现代工业文明的反思。这既是一位学者扎根土地的真实记录,也为快节奏都市生活的现代人提供了一种别样的生活样本。

本报所摘部分稿件,作者姓名及地址不详,请与编辑联系,以便寄奉稿酬。

投稿邮箱:1736305488@qq.com

城市印象

金秋太阳岛

绘画:王焕堤



孤独的交流

冬鸢

现在的人,好像越来越不爱开口说话了。地铁上,几十个人坐在一起,但整节车厢几乎没有交谈声。办公室里,哪怕同事就在旁边,也要对着电脑“已读乱回”。甚至连情侣吵架,有时也只是用微信写“小作文”。很多时候,自己一整天说出口的话,还没有在手机上打的字多。

一篇发表于《心理科学展望》的论文量化了这种现象。研究汇总了2197名参与者的63万段录音数据。结果发现,2007年,平均每人每天会说15959个词;而到了2019年,人们平均每天只会说12792个词。这并不只是语言习惯的变化。研究者强调:减少的,是现实世界中时常发生的那些对话。比如,“今天怎么样”“路上小心”,它们正在消失。

研究还发现,25岁以下的人,说话量下降得更快。这些不愿多开口的人,也是最习惯数字网络通信的人。

在过去,人与人之间的大多数信息交换,都依赖声音。你必须开口,必须等待回应,交流是一种实时行为。但在今天,大量的交流被替换成了表情包、点赞、已读不回等——你甚至不需要发出声音。很多年轻人一天能和上百人在线上接触,却几乎没有真正说过几句话。

问题在于,打字并不等于说话。至少从神经科学和心理学角度看,它们不是同一种东西。现实中的语言交流,会调动大量的系统:声音、面部表情、呼吸节奏、情绪同步……你的大脑,其实是在和与你讲话的人“实时共振”。而文字交流更像一种异步通信,它高效,但缺少属于人类的社交机制。

这篇论文有一句点睛之笔:“当我们说得更少时,我们连接得也更少。”因为减少的,从来不只是词语,还有人与人之间那些极其微小却维持社会存在感的瞬间。比如,电梯里说的“早啊”,回家时有人问你一句“今天怎么样”。人类的大脑,也许本来就是靠这些碎片,确认自己并没有独自活在世界上。

互联网时代最大的误导之一,就是它让我们误以为信息交换等于社交。实际上,一个点赞,并不等于一次注视;一串“哈哈哈哈”,也并不等于真正一起笑出来。

论文的最后,作者提出了一个建议:也许,每天只要多说300个词,就能稍微消解一点现代人的孤独。300个词其实不多,可能只是跟邻居聊几句,给朋友打个电话,跟父母多说一会儿话,和同事在走廊站5分钟,认真回答一次“你今天过得怎么样”。

(节选自微信公众号“环球科学”)

社址:哈尔滨市道里区地段街1号 邮政编码:150010 广告业务办理电话:(0451)84691043 承印:黑龙江龙江传媒有限责任公司

视频号 抖音号

生活报

权威资讯 匠心出品

2026.11.1 星期日 丙午年 九月廿三

主管/主办:黑龙江日报报业集团 出版:生活报社 国内统一连续出版物号:CN 23-0017 总第13264期 今日8版

这个冰雪季冰城再焕新

百项冰雪活动打造冬日文旅盛宴

02

运粮河服务区“网红泡面墙”火了

60余种泡面现煮 配菜随心搭

03





哈医大教授周艳娟获评“中国好人”

“话疗”热线24小时待命 三十载守护青少年心灵

04

哈尔滨天气预报

1日	日	多云有阵雪	-1℃	东北风2-3级
	夜	晴	-9℃	偏北风2-3级
2日	日	多云	1℃	偏南风2-3级
	夜	多云有阵雪	-6℃	偏西风2-3级
3日	日	晴	1℃	偏西风3-4级
	夜	多云	-7℃	偏东风2-3级

龙头新闻 LONGTOU NEWS 更亲 更近 更懂你

龙头新闻客户端

报料热线

4种报料方式

本报官微 本报官博

龙头新闻APP 生活报网

生活报官方微信

第一叠:城市观察·生活圈 今日彩票中奖号码刊发在02版 每份1元 发行服务质量监督热线:(0451)84657610 84671553 读者纠错热线:84652201 代号:13-37