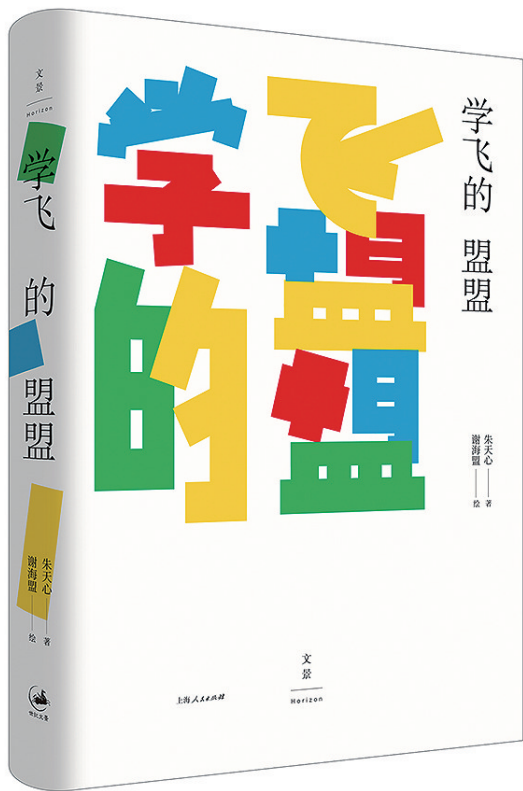


『卷』起来的生活如何放松？

朱天心和晓雪写下真实经历

《冰点周刊》曾报道第一代被“鸡娃”的孩子成年后难以应对“放松”的状态，进而出现心理问题，家长对当年的选择颇有悔意……面对从小“卷起来”的生活，如何才能健康向上地迈向成年？这个问题也恰好应和2023年的世界精神卫生日主题：“促进儿童心理健康，共同守护美好未来”。

如果说人生是一场追求，那人生也是一场领悟。所以奔跑的时候，不妨停下来想一想，调整心态，重新出发。看看朱天心的散文集《学飞的联盟》，书中她用自身带娃经历讲述“你可以不一定要像大多数人那样教养小孩”；一直专注“优雅”的晓雪用《优雅转身》，记录她49岁离开职场高位，放平心态，50岁从头开始的故事……



《学飞的联盟》朱天心 著
上海人民出版社 2023年8月 出版

朱天心的反向“育儿经”

“所有人都在跑，你敢停吗？”暑期档电影《学爸》的上映，让近年来育儿中的“内卷”与“焦虑”再次被广泛讨论。“上了好小学，才能考上好初中、好高中、好大学，才能找到好工作。”“自己就是这样打拼过来的，证明这条奋斗之路是有效的。”这些论调听上去令人信服，但如今更多实例，迫使我们重新思考这个问题的答案。一部台湾作家的“育儿经”，为我们展现出置身这条所有人都在狂奔的赛道上的另一种选择。

著名小说家朱天心的散文集《学飞的联盟》，时隔十四年全新再版。这部作品如同一份小小的“人类学报告”，尚是新手妈妈的朱天心在其中记录下与孩子联盟相处的点点滴滴。与时下被广泛讨论的“内卷”与“焦虑”截然相反，书中近50篇隽永的短文，呈现出孩子联盟自出生到初进小学期间一种恣意随性、“不被修剪”的成长轨迹，作为记录者的朱天心也在这一过程中带着

“宽容与欣赏”，摸索着逐渐成长为一位母亲。电影导演侯孝贤评价，这部作品难能可贵地记下了许多“漫无目的存在的方式”和“不明所以的生长姿态”。朱天心亦说：“这绝非一本教人如何教养小孩的书，而是实例展现一次：你可以不一定要像大多数人那样教养小孩。”

联盟循着自己的轨迹成长：外出野游采摘、学鱼儿游泳、将浅坑里的蝌蚪救助至小河沟，渐渐热心于看《哆啦A梦》、听三国故事、随外公看京剧……升至小学二年级的联盟，已可独力阅读没有注音符号的杰克·伦敦的《白牙》，再无落为“最后

的文盲”之虞，母亲却有些惆怅：联盟已远远不再是那名为了遗落一片树叶会在路旁哇哇大哭的小娃娃了。一如“主人”朱天心所言，小朋友惊为天人的涂鸦，在各个家庭都能看到，但“那些线条，绝无仅有只此一回”，“小孩子长大了，他们的线条也就没有了”。童年漫无目的玩耍的快乐时光，对世

界、对生活最初的体察一去不复返。跟着所有人一起跑，往往就忽略掉了这些独属于孩子的路边风景。很多时候，与父母所期待的不尽相同，孩子自有养成兴趣、走向社会化的路径，要他们自己一步步去探索。

晓雪讲解50岁之后的优雅

难道你的职场生涯没有血雨腥风吗？你没有被“卷”来“卷”去的焦虑吗？你没有职场和家庭不能平衡的烦恼吗？你真的不被女人年龄所困吗？在晓雪的个人社交平台上，经常有网友这样问她。

十多年前，因为一本女性畅销书《优雅》，晓雪让“优雅”成为影响无数都市女性的一种生活态度，鼓舞与激励着大家。而今，晓雪用她的半生阅历与眼界，写就《优雅转身》。她说：第三本“优雅”，终于写出了前两本“优雅”（《优雅》和《优雅是种力量》）中没有的关于女人成长的另一面底色——那些踌躇不前、迷茫犹豫、委屈难过，那些不自信、不自如、不自洽，那些岁月长河中的滚滚波涛和心里深深浅浅的波纹。

打拼时尚界多年，如何在家庭、生活与工作之间找寻平衡；逢职场高位转身，如何有勇气在50岁重新开启人生下半段；遭遇至亲离世，如何安抚内心绵长的思念；面对岁月流逝，如何有自信做到不被年龄定义……晓雪用她真挚的文字，在《优雅转身》写出一个女人跨越人生数十年的成长故事，通透之余，饱含智慧。书中，晓雪所倡导的优雅精神一以贯之，除了一如既往地关注女性优雅的生活方式，在职场、情感中的成长，更倾注热情于不同年龄段的女性如何成熟地面对人生各种选择、机遇、变故，活出自己想要的样子——如何抵抗生活焦虑，如何面对人生挫折，如何寻找自身可能性，如何延展中年女性的生命力……

经历了成长与转型，晓雪赋予“优雅”以更为丰富的人生解读，从侧重外表、气质、精致的生活方式，深入人格、智识、格局层面；并以历尽千帆之后的成熟淡然，给予女性积极面对生活的坚定力量。

这本书里的文字，都是晓雪在女人50岁“优雅转身”前后写的；书里的照片，都是晓雪作为女人50岁后的样子。“走到这个年龄段才知道，平凡如我，人生并没有先知先觉，生命原是一场后知后觉的历程。错过，糊涂过，失望过，悲伤过，再努力，再拼搏，不放弃，不认输，人到中年后，才得淡定、从容、优雅的平和心态。”

新书速递

《我拒绝成为天才鹦鹉》
一场深入时代的“精神分析”

《我拒绝成为天才鹦鹉》是近年来备受关注、被称为当代美国小说里程碑的炫目之作，无论在形式上还是主题上都让人耳目一新。它可以被解读为一个成长故事，追随了高中辩论高手亚当·戈登由一个男孩成长为男人的历程。借助自传体的讲述方式，作者本·勒纳构建了一个更为广阔的历史和社会学档案，不仅记录了几十年间的社会变迁，也洞察了当下美国的精神症候和政治文化的运作模式。

作者本·勒纳生于1979年，已经在诗歌和小说这两种文体的上都取得显著成就，成为美国乃至英语世界格外引人瞩目的青年作家。这部书的主角，与其说是亚当·戈登，不如说是堪萨斯州托皮卡这座城市，而作者是通过描绘亚当所在的心理学家社区来书写这座城市的。亚当的父母都是心理学家，为一家心理学研究与治疗机构工作，这个由知识分子构成的社区，成为内嵌在相对保守的堪萨斯的一块“飞地”。亚当是高中的辩论明星，也是一个在人际交往方面多少有些笨拙的书呆子、偏头痛患者。1990年代末，他正值青春期的关系有些紧张，但也深受他们的庇护。亚当这一人物的经历很大程度上就来自作者本·勒纳本人。勒纳出生在托皮卡，在现实中也曾是辩论赛冠军，而他的母亲和小说中一样，是一位知名的心理学家。

中文书名“我拒绝成为天才鹦鹉”来自书中的一句话，言简意赅地概括了作者的态度——他拒绝把语言的力量变为空洞的游戏和权力的工具。由于勒纳的亲身经历，他得以详尽而生动地呈现辩手接受训练和参与比赛的过程，具体阐释了许多辩论赛术语和它背后的文化现象（如“语速压倒”）。

在小说中，心理学维度的引入有着两重效果：心理学家的生活和内心世界是作者着力展现的主题之一；心理学的观察方式，也为细腻而诙谐地描写人物之间的互动提供了可能。在这个社区里，各个人物有着密切而复杂的关联，特别是几位心理医生。他们成为彼此的分析师，深入对方的内心，促使他们自我觉醒，从过去的破碎记忆中发现某种意义和完整。然而，这种关系也是流动的、暧昧模糊的，这为他们的生活造成了困扰和麻烦。漫长的自我分析历程令他们意识到，尽管心理学家能够对自身的种种欲望和意识进行理性审视，但这种能力却并不能令他们超越、克服那些非理性的情感，反而可能是不断地助长这情感。

读这部小说，不仅带来智性的洞见和启迪，也同样是一次充满惊喜与灵启的灵性漫游。



[美]本·勒纳 著 冯洁音 译
上海人民出版社 2023年9月 出版

观海新闻/青島晚报掌上青島 记者 贾小飞