



悄悄地,文化类综艺节目在这个春天火了起来。素简的《见字如面》凭着一封信、一位演员、一张讲台、一腔娓娓道来的情怀,做到“收视与口碑齐飞”;素雅的《中国诗词大会》第二季以“主持人+教授评委+素人选手”的配置,掀起至今还滚烫的诗词热;素朴的《朗读者》借力个人成长体验与精美传世佳作,“情理之中”地圈粉无数。

其实,这并非貌似高冷的文化类综艺节目的首次亮相。从2013年至今,此类节目就未曾缺席过。《中国汉字听写大会》《汉字英雄》《成语英雄》《中华好诗词》……虽然刚开始走得并不顺畅,但如今总算是从“冬”熬到了“春”,还被一众网友盛赞为“一股清流”。当然,这并没有嘲讽娱乐类综艺节目为“浊流”的意思。毕竟,文化生态是多种多样的,文化需求是千差万别的,观众需要爆笑来解压,也需要文化来滋养,偏重其中任何一方都是失衡的。

所谓“念念不忘,必有回响”。文化类综

不喧哗 自有声

□ 牛 瑾

文化生态是多种多样的,文化需求是千差万别的,观众需要爆笑来解压,也需要文化来滋养

艺节目集体爆发,也定有缘由,我们不妨从内外两方面来看。

去中心灵,是为“内”。当下,人们的生活被越来越快的节奏割裂成了无数的碎片。尽管很多人表示非常愿意“捧着纸质图书阅读”,但现实中强大的社会生存压力迫使人们的精力向工作倾斜。别说读书、读诗、写信,连拿起笔写字都快成了陌生的动作。在这个过程中,人们距离诗中描述的生活越来越远,这才发现其中的世界弥足珍贵、懂诗的人如此美好;人们也越来越焦虑,害怕上了年纪后回忆青春,只能靠一排冷冰冰的手机中几行冷冰冰的微信,若哪天手机再“罢工”,就连这点儿与世界有过情感交流的证据也消失不见了。

于是,人们开始怀念“车马邮件都慢,一生只够爱一个人”的年代,也开始拿起笔慢慢找回用书信沟通的习惯。而《中国诗词大会》《见字如面》《朗读者》等文化类综艺节目,恰恰击中了人们如此空空落落的内心,得以在短时间内引发热议。

况且,“仓廪实而知礼节,衣食足而知荣辱”。在物质丰富的基础上,大众对传统文化的需求于这个时代一定会有增长,情感依然相通、意境依然隽永的诗词、书信也就这样跨越千年在当下散发着魅力。

形式创新,是为“外”。观众喜欢竞赛的紧张感,《中国诗词大会》就由挑战者组成百人团,分为个人追逐赛和擂主争霸赛,多维度进行PK;选手答题

之后,再由教授评委介绍这首诗词的内涵、诗人的创作背景,在比赛的紧张和诗词的趣味之间随意切换。观众不喜欢“高高在上”的说教,《见字如面》《朗读者》就用一个人、一封信,将值得尊重的生命和值得关注的文字相结合,从时光流转中唤回遗失的记忆,再恰如其分地辅以舞台视觉语言,“不喧哗,自有声”的意境渐渐浮现。

没错,文化类综艺节目如此这般就成了“爆款”。但要想让传统文化真正融入现实生活,最有力的工具还是教育,是要把系统介绍中国古典文化灌注到基础教育中去,这会比综艺节目的影响更深远。这不是为了应付考试,而是为了真正享受诗词的快乐,让孩子们因为懂得而热爱、因为理解而淡然。

没错,文化类综艺节目成为“爆款”后,势必会引发强烈的“跟风潮”,有业内人士预计各大卫视今年下半年就会出现不少文化类节目。只是,这类节目并不好做,“跟风”之前还是要好好测测自己的底蕴才行。



自主招生

家长过关

□ 雨 吟

保持“但求耕耘,莫问收获”的真心,保持对陌生课题的学习力,专注地为即将起飞的孩子送上一份默默支持

春节前的家长会上,有专家问:“哪些人确定想参加自主招生?”家长们面面相觑,没一个举手。老师说的一句话深深触动了我:“自主招生这件事,家长要多学习。现在正是高考前最紧张的阶段,不要干扰孩子。如果家长不学习,就太不负责任了。”

高考临近,家长能做的事情其实并不多。看着每天早出晚归的孩子,有种帮不上忙的无力感。只有自主招生这件事,家长还能尽点力。做一个学习型家长,立知立改还不晚。

先明白啥叫自主招生。2003年春季,在教育部的统一部署下,北大、清华等一批“985高校”开始实施自主招生改革试点。如今,自主招生在我国已走过十几年的历程。随着改革不断推进,不少高校都会搞自主招生,希望招录有创新潜质、品学兼优的学生。每年2月底3月初,高校发布招生简章;4月,初审结果公示;6月,参加高校自己组织的笔试、面试,等待高校的通知。

自主招生竞争相当激烈,参与人数年年攀高。听过来人讲,首先要研读上年的招生简章。粗略一看,自主招生的第一道坎在获奖证书。有的高校写明“全国决赛一等奖”,这得是多优秀啊!还好,有的高校只需二等奖证书,有的还会更宽泛,只要证明你在相关学科具有创新潜质即可。如果没有证书这个“硬件”,希望会比较渺茫。但专家说,自主招生并非“掐尖”,只要学有所长,一样可以报考。

读明白章程了,确立目标学校让人纠结。大部分学校对通过初审、笔试、面试的学子提供降分录取的优惠,大部分在20分到30分之间,有的甚至降到一本线。但降分幅度与孩子的优秀程度成正比,如果没有蟾宫折桂的把握,就要以自己孩子可能考出的成绩为基准、以上年目标校的录取线为标杆,看看上浮20分至30分后有无可能。最痛苦的莫过于孩子的成绩起伏不定,而最有参考价值的期末考试又考砸了。以这个成绩报名,既不敢提高怕踏空,又担心报低会浪费。这一时段,心像在火上烤,名校似乎伸出了橄榄枝,但又那么虚无缥缈。进亦忧,退亦忧,家长心理素质要足够强大才行。

还有一次艰难的选择。报一所高校还是两到三所,报本地还是外地?有的名校气质独特,摆出了“舍我其谁”的姿态,选我就不许另择他人。有的显示出海纳百川之势,选我,欢迎,也可以多选几个试试。但再查阅资料就会发现,高校地点各异,笔试面试时间基本重合,你就是有三头六臂估计也跑不过来。更何况如果报了外地高校,还要提前赶到学校熟悉环境。您只能暗自期盼,自己精准定位,能“一棵树上吊活”。

剩下的是繁杂的工作,比如写一封能打动考官的自荐信,再如请专家和学校出推荐信,还有找到高中阶段的重要证书、参加社会实践活动的证明……凡此种种,都需要精心准备,总之一句话——“没有最好,只有更好”。

查网络、听讲座、看电视、入家长群、咨询朋友……想炼成学习型家长,并不容易。你忽然发现,这是个巨大的市场,有专门机构周末连续举办上百人参与的公益讲座,最终推销咨询服务,当然,收费不菲。

所有环节的工作都做好了,并不意味着成功。每年都有大批“过五关斩六将”的孩子折在面试这一关。最关键的,还是孩子的成绩、孩子的能力,尤其是是否有专长。一位家长说得好:“但求耕耘,莫问收获!”学校老师也多次提醒:“自主招生不是救命稻草,高考成绩才是!”

保持“但求耕耘,莫问收获”的真心,保持对陌生课题的学习力,专注地为即将起飞的孩子送上一份默默支持,这也许是投入地参加自主招生的最大收获吧。

为梦想加班

□ 蔡立鹏

很多人不能接受的并不是“加班”本身,而是无谓的、无趣的、额外的加班

有段时间,“北上广深票选PK吸血加班族”的活动火了。有记者在上海的5幢办公楼蹲点,发现每晚熄灯时间“没有最晚,只有更晚”,白领们也自嘲“我们的工作5+2、白加黑”,加班似乎已经成为一种常态。

前两天,一件事情使我我对“加班”有了一段思考。“非你莫属”是中国教育电视台一档热播节目,以“找工作”为主线,穿插应聘者、达人、观察员互动交流,常有精彩之语、惊人之举。最近的一期节目中,一位海归女博士在自己的求职要求里明确提出“不能接受加班”,这个要求成为当期节目的最大话题,引来12位达人老板的一致讨伐。因为在这些规模不小的知名企业里,“加班”太正常不过了,而这些达人也大多都是不知疲倦的工作狂,他们怎么能够接受一个求职者“不能加班”的要求。有达人斥责现在的年轻人缺乏吃苦精神,有达人说求职者不合实际,拿国外情况类比国内现实,还有达人更是怀疑求职者“不赚钱”……

在求职的姑娘和达人们争辩的过程中,主持人的一句话醍醐灌顶:“你为自己的梦想加过班吗?”姑娘说“当然”。于是,问题的分析进入了新方向,很多人不能接受的并不是加班本身,而是无谓的、无趣的、额外的加班。

曾经有网友调侃:没有加过班的人生是不完整的。可是,我们的生活里,有多少班是心甘情愿、积极热情地加的呢?有的加班甚至只是为了“给爱加班的领导看”,有的是“习惯性加班”,有的是把本来应该在工作期限内完成的任务拖到下班时间,有的是自身能力问题导致工作不能如期完成产生加班,如果是这种加班,百害而无一利。

这种加班至少有三宗罪状:一是身体亮红灯,年纪轻轻却一身病痛;二是家庭关系受影响,亲人健全却仿佛孤身一人;三是精神压力大,长期处于高负荷的状态,工作带来的满足感也无法减少身心的疲惫,事业有成却闷闷不乐。

工作是我们谋生的手段,也是实现人生价值的途径。但是如果缺少生理和精神上的愉悦和健康,不能更好地活着,那没日没夜的工作又有什么意义呢?

当然,我们身边也不乏每日加班却从不抱怨的人。一个熟识的私企老板说自己从来没有午夜12点以前睡过觉,坐飞机就像打的士,很羡慕我们还有这样那样的假期和周末。还有一位朋友,热爱音乐,每天繁忙的工作之余,还做吉他家教,晚上在酒吧里驻唱,每天都忙得像陀螺,可是从来不觉得累。

加班并不可怕,并不令人生畏,前提是为了自己的梦想加班。



群众体育

想要健康发展,保障参与者的安全应是重中之重

来一场说走就走的旅行,或在户外运动中挑战自我,这是不少人心中的向往。但是在“说走就走”的冲动里,安全意识却是不能忽略的重要内容。

当前,户外运动已成为都市生活人群相当普遍的选择。据统计,目前我国户外运动爱好者已达1.3亿人,“驴友”们自发组织的探险远足等活动比比皆是,社会办赛的规模也水涨船高。

尽管户外运动蓬勃发展,但这个冬天接连发生的滑雪等安全事故,却给眼下的户外运动热泼了一盆冷水。

痛心的是,其中相当一部分意外并非不可避免,或因为参与者漠视安全、准备不足,或因为场地管理者疏于安全防范,这样的教训,对户外运动来说可谓伤害不小。

一系列事故的发生,暴露出我国户外运动文化发展的相对滞后。比如滑雪运动,国内的不少滑雪场由于不

加防控,任何人都能自由在雪道活动。不少零基础的滑雪爱好者,由于掌握不好方向和速度,经常是通过主动摔倒的方式来减速,但这种做法无论对滑雪者本人还是他人的人身安全都会造成威胁。而国外的通行做法是,必须给滑雪运动零基础的人进行基本培训,包括基本技术指导和安全知识教育,培训到一定学时后,才允许上雪道。

户外运动鼓励勇敢探险、挑战自我的精神,但这种精神应当以安全意识和完善制度为底色。在欧美发达国家,户外探险运动不单是个体行为,配套的公共服务设施也十分完善。比如在美国,很多景区都会设置登山小屋,存放各种救援物资和设施,有的地区还设置专职攀登巡守,及时为登山者提供帮助。不仅如此,美国在颁布鼓励发展户外运动法案的同时,下大力

气投入人力物力于搜救工作。美国的救援协会甚至成为国家社会安全保障体系的一部分,享受政府各种优惠政策。成熟的安全预防体制和救援体系,是美国户外运动产业得以持续发展的重要支撑。

相比之下,我国的户外运动救援还处在“小米加步枪”的阶段。小到一场校园体育活动的开展,大到整个产业的配套保障,都还缺乏一套系统的管理标准来指导。在“水陆空”等户外运动产业飞速发展的当下,事关人的安全“门槛”也必须同步设立得更高。

群众体育想要健康发展,保障参与者的安全应是重中之重。户外安全这门必修课应该尽快补上,成为开展户外运动、发展体育产业的标配。提升户外运动参与者与组织者的整体素质,也是我国户外运动产业爆发式成长中不可或缺的一项内容。

哦,原来如此!对于好友的话我很是信服,因为洗手间里那个买洗衣液送的大盆,我都不知道该拿它怎么办才好。之前买洗衣液的时候,发现送这么一个大盆真是好。可是现在都觉得实在是 not 实用,洗脸嫌大,洗澡嫌小,洗衣服虽然刚刚好,可是哪儿又有时间手洗。

好友给我列了一个清单,于是我照着这个清单,开始一点点地简化自己的生活。

购物的时候,只看是不是需要的,而不再去寻找哪些物品属于打折促销产品;家里没有用的书籍杂志,

品的时候不要赠品,旧的毛巾到了该扔的时候,一定要扔……如此下去,生活就会越来越简洁,日子也会越来越轻松。

哦,原来如此!对于好友的话我很是信服,因为洗手间里那个买洗衣液送的大盆,我都不知道该拿它怎么办才好。之前买洗衣液的时候,发现送这么一个大盆真是好。可是现在都觉得实在是 not 实用,洗脸嫌大,洗澡嫌小,洗衣服虽然刚刚好,可是哪儿又有时间手洗。

好友给我列了一个清单,于是我照着这个清单,开始一点点地简化自己的生活。

购物的时候,只看是不是需要的,而不再去寻找哪些物品属于打折促销产品;家里没有用的书籍杂志,

品的时候不要赠品,旧的毛巾到了该扔的时候,一定要扔……如此下去,生活就会越来越简洁,日子也会越来越轻松。

立春过后,天气日渐暖和一些,又到了换季的时节。我不禁发愁,这些冬衣,一年比一年多,往哪儿放呢?好友出主意,三年没穿的衣服就可以清理出去了。我并不是没有清理过,可每一次清理都是一次疼痛的经历,哪一件都有故事和记忆。“你如果不懂得简化自己的生活,那些故事和回忆将永远是你的负担。”好友说得云淡风轻,于我却如醍醐灌顶。

其实,极简主义我懂,清理衣柜等同于清理人生,我也懂。只是道理说得再明白,但到了日复一日的生活里,就觉得有些不够用了。真的可以不买衣服吗?真的可以见什么扔什么吗?“真的可以!”好友说,简化自己的生活,简化的不是物件,而是自己的心。如吃饭的时候不看手机,买物

的时候不要赠品,旧的毛巾到了该扔的时候,一定要扔……如此下去,生活就会越来越简洁,日子也会越来越轻松。

哦,原来如此!对于好友的话我很是信服,因为洗手间里那个买洗衣液送的大盆,我都不知道该拿它怎么办才好。之前买洗衣液的时候,发现送这么一个大盆真是好。可是现在都觉得实在是 not 实用,洗脸嫌大,洗澡嫌小,洗衣服虽然刚刚好,可是哪儿又有时间手洗。

好友给我列了一个清单,于是我照着这个清单,开始一点点地简化自己的生活。

购物的时候,只看是不是需要的,而不再去寻找哪些物品属于打折促销产品;家里没有用的书籍杂志,

品的时候不要赠品,旧的毛巾到了该扔的时候,一定要扔……如此下去,生活就会越来越简洁,日子也会越来越轻松。

哦,原来如此!对于好友的话我很是信服,因为洗手间里那个买洗衣液送的大盆,我都不知道该拿它怎么办才好。之前买洗衣液的时候,发现送这么一个大盆真是好。可是现在都觉得实在是 not 实用,洗脸嫌大,洗澡嫌小,洗衣服虽然刚刚好,可是哪儿又有时间手洗。

简化生活

以什么傲立于世

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度

□ 王子华

或者送人,或者放到朋友圈里与文友交换;鞋子每一季只要两双替换,这让我的鞋柜至少空了一半;家里囤积的茶杯等物,全都打上眼,当成花盆栽种多肉植物;桌上的杂物随时清理,该扔的一定不能长留;面对不合理的要求,坚决地说不……然后真的就发生了翻天覆地的变化,衣柜鞋柜碗柜都空了许多,桌上沙发上也没有以前的杂乱不堪,再也不害怕电话铃声,人际关系也变得越来越融洽。

最重要的是,要做的事比以前少了很多,我开始有大量的时间看书、写作、养花种草,晚上睡觉的时间都提前了一个小时,每天早晨起来都是精神满满。家空了,心也空了,一切都变得轻盈而美好起来。

□ 李尚飞

在的东西,总是被赐予的,被赐予的东西,自然也可以被剥夺。而内在的东西,却是怎么也掠奪不去的,他只属于你自己,你是通过孜孜不倦的求索得到的。用庄子的话说,这些东西“物莫之伤,大浸稽天而不溺,大旱金石流,土山焦而不热”,它浑然一体,完整无缺,自在圆满,支撑起了一个人强大的精神领域。

所以,看一个人,不在于看他行事如何表现,而在于看支持着这些表现的动机和态度。君子和小人,义士和恶徒,善人和坏人,许多行为存在着极为相似的地方,但他们的出发点却不同,原因就在于他们内心所操持的东西不同。

一个人最终傲立于世的东西,就在这个人的坚守之中,就在这个人的精神世界之内,这就是孟子告诉我们的道理。它是孟子的勇气所在,也是我们应该继承和发扬的东西。

