

人民文学奖得主、济南大学文学院教授、诗人路也在她的散文集《未了之青——一份个人版齐鲁文化地图》中，开篇就写道：“道路就是生活。”对于她，行走是常态，她的足迹已经走过了四分之一一个地球。这本《未了之青》，也是她囿于当下，在泰山西麓的山中写下的随笔，从秋色斑斓一直写到大雪封门，然后又有了新作《大雪封门》。

那是2020年、2021年以及2022年，刻骨铭心的三年。有多少人，许下宏愿，待春暖花开，要去远方，要看花，看海，看烟火人间。时间如飞，已经到了2023年的春天，每每出门，都满眼欣喜，多美好的春天啊，春深似海，抬眼是树梢上闪闪发光的新绿，是落英缤纷，是海棠春睡，是唯有牡丹真国色。

很自然地，就会想起《论语·先进》篇里，孔子让子路、曾皙、冉有、公西华几个弟子述说各自的志向，轮到曾皙时，他说了一段著名的话：“暮春者，春服既成，冠者五六人，童子六七人，浴乎沂，风乎舞雩，咏而归。”大意是：在暮

道路就是生活

春三月，穿上春天的衣服，约上五六月人，带上六七个童子，在沂水边沐浴，在高坡上吹风，一路唱歌而回。非常的诗意，美好，自由自在，连孔子都忍不住赞叹：“吾与点也！”

就在前几天，我参加了一场线上家长读书会，当分享嘉宾和家长们聊起一本名为《游戏力养育》的书，聊起如何更好地陪伴孩子成长，一位叫赵赵老师的点评嘉宾给我的印象尤其深刻。她说，游戏是好玩的事，不要在讲座里讲，要让孩子们去草地上，去月光下，咯吱咯吱玩着笑着奔跑着做游戏。很多孩子不会玩，总是小心翼翼的。其实，笑声很重要，玩很重要，还有身体的接触很重要。

赵赵老师是中学高级教师，从事语文教育近40年，桃李满天下，也是资深的文学阅读推广者，始终践行以爱以

常识，寻求教育更多可能，更多幸福的可能。她以完全不同于寻常专家一本正经的印象，笑嘻嘻地说：“大家玩起来呀！”原本正襟危坐的老师和家长在她的感染下，纷纷开启了畅所欲言模式。

另一位家长则苦恼地说，不是家长不想让孩子出门玩，是叫不动。孩子没有时间，也没有什么朋友可以一起玩，平时就不用说了，孩子们早出晚归，做作业做到晚上十点多，一到周末，又是各种线上线下的辅导班，有一点点时间，她孩子也是宅在家里刷手机，樱花桃花杏花都开谢了，也没有看上一眼。

我周末去趵突泉、千佛山、泉城广场、泉城公园，也几乎很少看见中小学生在外面玩，如果有的话，也是排着队循规蹈矩带着写“春游游记”任务去的，可是，如果不多出去走一走，如果没有独属于个人的关注点、趣味和视野，怎么能真正体会“齐鲁青未了”这样辽阔壮丽的诗句？怎么能读懂“生当作人杰，死亦为鬼雄”这样洒脱豪迈的人生？



为什么养猫养狗的人越来越多？为什么我们越来越依赖手机？越来越成为孤单孤独的宅一族？其背后折射的是对安全感与亲密依恋关系的心理需要和渴望，在这个期待已久的春天，尝试走出去吧，尝试与自然与家人与朋友与他人建立亲密的链接，或许会有意想不到的喜悦和收获。

别忘了，我们是很亲很亲的人

□舒平

人人都有皮肤饥渴症

是第一步，那么，与家人和朋友亲密的接触，给彼此一个温暖的拥抱，则是另一种不可替代的力量。三毛说：“不可以自怜，要往光明的一面、勇敢的一面去做人。”居住在钢筋水泥森林里的我们，更要鼓起勇气去打破人与人之间的隔阂、冷漠与疏离，尤其要鼓励孩子们走出去，和小伙伴们去玩！

那晚的读书会上，赵赵老师还分享了一个她小时候的小游戏。她说，上学的时候，一到冬天，同学们就会挤在墙根下，你挨着我，我挨着你，晒着太阳“挤油油”，大家快乐地挤成一团，嘻嘻哈哈，特别地高兴，特别地亲。这样鲜活的记忆，很多在农村生活过的家长都有吧？但是，现在的孩子们，他们吗？他们和他们的同学，还亲吗？

若是平凡，那就承欢膝下

一个外貌有缺陷的孩子，不得不戴着一顶太空人头盔，以抵御外人或好奇或恶意的眼神，但就是这样的孩子，也在父母家人的鼓励下，一步步走入同龄人中间，凭借自己的勇气、善良、聪敏，激励着他人，也同时收获了友谊、尊重与爱，成长为大家心目中不可思议的“奇迹”。“如果你能看透每一个人的心，就会知道，没有人是普通的，每个人都值得大家站起来为他鼓掌一次！”

所以，真的不用太杞人忧天。事实上，很多时候，是家长对孩子过度的保护导致了孩子的裹足不前，甚至，是成人的因噎废食，让孩子们不敢跑，不敢跳，不敢游戏，不敢出门，不敢走进人群，不敢试着去交朋友，可是，别忘了，我们都是社会的人，我们所有的安全感、幸福感和成就感，最终都来自于社会，来自于亲人、朋友、他人的爱、鼓励和陪伴。

那天，在朋友圈看到这样一段话，非常的感动。那位朋

友说，他都不跟同学玩，只跟手机亲！”这是另一位男同学妈妈无可奈何的抱怨，她一提起儿子就发愁，已经上初中二年级的男孩子，身高比班上大部分女生还矮小，戴着啤酒瓶底一样厚的眼镜，一点兴趣爱好都没有，只有在对着手机的时候才两眼放光。“小的时候，我还能喊他出去，现在只有学校老师能叫得动他。”

也有女生的妈妈一脸无奈，“叫不出去！完全叫不出去！”她们住的小区，前后楼，有同班的一位男同学、两位女同学，却从来没有在一起玩过，有时候家长想约着一起，不是这个同学有课，就是那个同学没时间。周末，要么一整天做作业，要么一整天宅在家里不出门，从早到晚一个人关在房间里，觉得孩子特别的孤单。“她从不说‘我去找同学玩’，她就老让我给她买一只小猫或小狗。”

当孩子想要小猫小狗的时候，不只是因为小猫小狗可爱、好玩，而是他们潜意识里，需要更多的陪伴、爱和拥抱，需要亲密的依恋关系，需要通过和小猫小狗的玩耍互动缓解压力和不安全感，让自己更放松，更快乐。

友说，她陪75岁的老妈去医院体检，搀着老妈楼上楼下跑断腿，其间遇到不少独自一人的老同事拉着她老妈的手反复念叨：有闺女真好啊，孩子在身边真好啊。看着老妈知足的笑脸，她忽然想起《人世间》里的一句话：“孩子若是平凡之辈，那就承欢膝下；若是出类拔萃，那就展翅高飞。”那一瞬间，她暗自决定不再鸡娃了，也不能孩子了，大不了像她一样，在父母需要时当一根平凡而快乐的拐棍儿，就挺好！

一年只有一个春天，人的一生只有一个童年，一个少年，世界上已经有很多的学校，有Crazy Hair Day疯狂头发日，Sports Day运动日，Wacky Day奇装异服日等等，一周，让孩子们脑洞大开，疯狂大笑，轻松愉快地度过一天，其他的时间，该学习的学习，该卷的卷，地球照样转动，为什么不试一试呢？

尼采说，人在孤独之中，一切都可以获得——除了精神正常。这句话已经过去了一百多年，依然有它的威慑力。孔子则谆谆教诲我们：“多识于鸟兽草木之名”。多识的前提是，多看，多接触，毫无疑问的，包含多与人的接触，以此开拓和丰富我们的视野，襟怀、情感与精神。

最近看过一篇文章《人人都有“皮肤饥渴症”》，不谋而合在说明同样的问题。文章开头有一个小小的提问，为什么如今养猫养狗的人越来越多？在触觉研究专家格伦瓦尔德看来，这都是因为现代人有“皮肤饥渴症”，跟他人的身体接触太少。

“皮肤饥渴症”是心理学上常见的概念，我们都知道，从婴幼儿时期起，妈妈对幼儿的抚爱、拥抱，对幼儿的安全感和亲密依恋关系的建立，是必不可少的。被忽略的是，到了青少年和成人时期，包括老年时期，这种肌肤的饥饿感也依然存在，它代表着我们终其一生对安全感和亲密依恋关系的需要和渴望。

另一个通俗易懂且有趣的说法是，“人这种哺乳动物离开他人是不能生存的，哪怕有只狗或猫也行，但总归得是个活物，实在不行，鱼也能救个急。”宠物的治愈力不言而喻，但为什么不试着与他人产生更多善意的链接呢？

如果说，这个春天，带着孩子走出家门，拥抱大好春光

“这些道理，我们也懂。”一位孩子的爸爸表示质疑，“关键是谁敢放松？别人的孩子都在家里做奥数题，你敢让你的孩子周末跑出去玩？”有这样疑问的家长很多很多吧？但是，为什么不敢尝试一下呢？

赵赵老师教了40年书，她见过各种各样的孩子，有天赋的，勤奋的，懵懂的，有真的不开窍的，她给我们讲了两个学生的故事。两个都很聪明的小姑娘，一个叫娜娜，一个叫薇薇。娜娜性格活泼直接，她和赵赵老师说，老师你就教我怎么去做才能拿高分吧，我只要高分；薇薇说，她喜欢文学，希望将来可以做自己喜欢的事，所以，很自觉地读了大量的书，高一的时候就和表弟一起去埃及旅行。

高考时，两个小姑娘考得都很好。娜娜以高分考取了本地最好的大学；薇薇则考取了北师大，继续读她喜爱的文学。等到毕业的时候，娜娜又开始纠结，她是读研好还是考公好呢？因为她只追求分数，她内心并没有更多别的想法；而薇薇，却目光温柔而坚定，她一直在做自己喜欢的事，且越做越好。

“将来没人看你的分数了，你怎么度过你的人生呢？”赵赵老师反问，她推荐焦虑的家长去读一读《奇迹男孩》，