



自由疯长

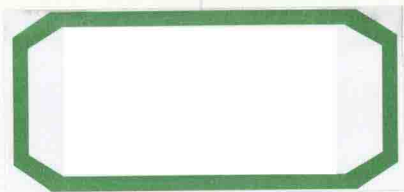
瑶淼 著

一段充满意趣和勇气的教养历程

愿她向着本来该有的样子生长，成为一个不负使命的人。

长江出版传媒

长江文艺出版社



自由疯长

瑶淼
著

一段充满意趣和勇气的教养历程

图书在版编目(CIP)数据

自由疯长 / 瑶淼著. — 武汉: 长江文艺出版社,
2016.10
ISBN 978-7-5354-9161-9
I. ①自… II. ①瑶… III. ①随笔—作品集—中国—当代 IV. ①I267.1
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 234559 号

自由疯长

瑶淼 著

选题产品策划生产机构 | 北京长江新世纪文化传媒有限公司

选题策划 | 金丽红 黎波 安波舜

责任编辑 | 陈曦

装帧设计 | 郭璐

媒体运营 | 刘冲

助理编辑 | 杜思

内文制作 | 张景莹

责任印制 | 张志杰

法律顾问 | 张艳萍

总发行 | 北京长江新世纪文化传媒有限公司

电话 | 010-58678881

传真 | 010-58677346

地址 | 北京市朝阳区曙光西里甲6号时间国际大厦A座1905室 邮编 | 100028

出版 | 长江文艺出版社

地址 | 湖北省武汉市雄楚大街268号湖北出版文化城B座9-11楼 邮编 | 430070

印刷 | 北京尚唐印刷包装有限公司

开本 | 710毫米 × 1000毫米 1/16

印张 | 14.75

版次 | 2016年10月第1版

印次 | 2016年10月第1次印刷

字数 | 156千字

定价 | 39.80元

盗版必究(举报电话: 010-58678881)

(图书如出现印装质量问题, 请与选题产品策划生产机构联系调换)

我们承诺保护环境和负责任地使用自然资源。我们将协同我们的纸张供应商, 逐步停止使用来自原始森林的纸张印刷书籍。这本书是朝这个目标前进迈进的重要一步。这是一本环境友好型纸张印刷的图书。我们希望广大读者都参与到环境保护的行列中来, 认购环境友好型纸张印刷的图书。



北京长江新世纪文化传媒有限公司
www.cjxinshiji.com
出品

每一个生命都应该自由而热烈地向上生长

我有一个会爬树的女儿。

七岁了。

不仅爱爬树，她还爱不知疲惫地奔跑和跳跃。

她不爱奶油蛋糕，她说有奶油在肚子里不舒服。她爱面条，无论地球哪个犄角旮旯的风味。大家都爱冰淇淋，她宁可吃西红柿，生的、熟的、做调料的西红柿，她全喜欢。

她最遗憾人还得睡觉，觉得睡觉浪费太多的时间了。她睡得有点晚，起得有点早，没有半梦半醒的状态，醒了，就是一下清醒了。

她一年四季只喝凉水，冬天只穿一条单裤。

她挺皮实，很少生病。即使生病了，感冒了，发高烧了，也从未使用过抗生素，慢慢自己就好了。

她不喜欢城里车水马龙的热闹，她说太吵，她喜欢乡村野外，因为那里很安静，可以听到鸟叫的声音。

在人面前，只要不是熟透了，她固执地坚持着无表情、不讲话，一副酷到让我下不了台的样子；私下里却可以拉着小伙伴滔滔不绝，可以狂热地玩儿角色扮演游戏，直到小伙伴累得睡着。

要是没人一起玩，她就趴地上趴床上画画，两三个小时，静悄悄地让人忘了有这么个小姑娘。



北京有一条自然河流——温榆河，在郊区河边的村子里，一所只有泥沙操场没有塑胶跑道，里里外外都透着股农村拙朴气息的华德福学校，成为我和女儿共同的选择。一年级的主课是吹竖笛、做编织、学木工活儿、画湿水彩；识字课不如叫“画字课”，每个字都不怕麻烦地“看图识字”，从象形文字开始画起，一直画到这帮孩子认为天下什么事都可以画出来。

老师带他们在树林里散步，鼓励孩子和每一棵树做朋友，和树说悄悄话，感知不一样的生命。数一数树上的枝丫，观察枝丫交错的造型，这就算是深深浅浅地开始了自然科学、算术和几何等好几个学科的启蒙。



她目前没参加过一次考试，更没参加过任何比赛。

甚至，她在四年级前也没有家庭作业。

她曾经觉得有一点孤单。因为，上幼儿园时，吃过晚饭去公园走走，她会认识好多一样大的新朋友。当她上了小学，特别是到了二年级，晚饭后，公园里依然有小朋友，可是她往里面一站，至少高出人家半头。她倒真不想当大姐大，实在是因为别的学校的二年级小朋友都忙着学习呢。偶尔碰上一两个年龄相仿，或者比她大点儿的，走近一看，都是他们学校的。

后来，她和同学就相约好晚饭后一起玩儿，他们经常会观察虫子，玩儿沙包，用石头在地上画画。

她现在看上去，不太像一个好好学习的小学生，更像是一个自由疯长的生命。

四

在中国，成绩是衡量一个小孩成长的核心标准。大人跟小孩说话的开场白往往是：“考试了吗？考第几？”学习是为了考试，恨不得吃饭睡觉玩儿，都是为了考出个好成绩。养成了，经常自己还没弄清楚状况，就抑制不住要和人PK一下。

其实考试和比赛是会上瘾的，会让人学会很多的小聪明，最开心的事，应该就是碰巧考到了自己会的，蒙个高分儿就像中了彩票一样手舞足蹈。时间久了，只愿意琢磨考试的套路，早没有了想弄明白世界是怎么回事儿的好奇。

现在周围很多与女儿同龄的小朋友，比我的童年还要忙碌，因为现在升学竞争更激烈，各类辅导班到处都是。家长们无须像当年我的父母那样，拿着张报纸满城找特长班。小朋友们七八岁开始补数学补语文，

考奥数，参加国际竞赛，还有的在苦练游泳或者跆拳道，希望在比赛中拿个名次，作为升学的砒码。

一分耕耘一分收获，我相信，这些小朋友付出的努力定有回报。

五

有一天，打开朋友圈，看到一位不知因何事有了感触的妈妈发帖子说，要努力挣钱，打点好孩子人生道路上的每个老师，让孩子眼前都是微笑的脸。

本以为我们搬到五环外，住在二十年前我姥爷带我坐火车来过两回的郊区，是高群索居。但是，这位妈妈住在摩肩接踵的城市核心地带，却孤单到令人心寒。如果孩子是被这些空壳一样的笑脸陪伴长大的，他会有一颗怎样怯懦脆弱的内心呢？

我宁愿她健康又结实，吃了树上没洗的果子、踩了深秋寒凉的河水也不会生病，头发上沾着树叶，脸上还有泥土，咧嘴一笑，露出两颗刚长出的新的大门牙。她可以自由地奔跑，有灵活的身体，自如的双手，有快乐的能力，充满好奇的眼光，这有多好。

这样让她自己疯长，有点像我们做的一个实验。结果我们才知道，如果没有要求，也没有训练，一个孩子也会把很多事情做好，那水到渠成的过程，就像换牙和长个儿一样，自然而然，甚至你想拦都拦不住。

她渐渐开始爱读书，马上要看《海底两万里》，而这本法国作家凡尔纳的名著，我自己好像是三年级才读。她喜欢探知宇宙的秘密，也关心动物的世界。这个小女孩儿不戴项链，却经常在脖子上挂个望远镜，手里拿个放大镜，那遥远的、微观的世界，对她充满了魔力。昨天，她对我说了潜水艇如何沉下去和浮起来，我反思了下自己为什么小学时从没关心过这些问题，为什么我曾经那么讨厌自己学的每一项特长，根本不想多看那架昂贵的手风琴一眼，为什么我一直觉得“学习”是一个带

着嘲讽意味的词语。

同样，我们也不知道她什么时候从数树叶、枝丫、石头，到学会了加减法。她说，同学们经常在课间做数字游戏。上一次去书店，她一定要买一本《二年级数学思维》回家，因为上面有很多数学题。做题，是她玩儿的一种方式，一会儿就写出很多答案。我们试着出几道奥数题给她，她又掐手指头又闭眼念念有词的，竟然都答对了。有一天，她入睡前迷迷糊糊地对我说：“妈妈，明天我醒了，再给我出一道题。”

我没对她说过“去学习吧”，怕“学习”这个词伤害到她。她却总在学着很多东西，尽管她都把这些叫作“玩儿”。

没有一点的勉强，不为任何人的期望，她就学会了这些，虽然看上去很拙朴，但是我们很为她骄傲。

很感恩与她在这个世界相遇，使一个麻木疲倦的生命，被一个全新的生命叫醒了。她的到来，使我开始思考，一个生命要如何长大才好，也让我有机会和她一起成长。

我终于体会到，在生命面前，一切都可以退让，因为生命已经被造就得如此美丽，在生命的光辉里，其他一切都黯然失色。我不想自作聪明地去栽培她，只想守护着她，让她在好的土壤里，凭她自己的力量，自由，疯长。

陈楠



目录 CONTENTS

自我

当妈妈让我学会做自己

新妈妈总要面对这样的困惑：我是谁？

要不要告别曾经喜欢的服饰、爱好，甚至朋友？

要不要被世俗或既有道理捆绑？

自己的人生，是由此延续，还是就此静止？

我不知道怎么做妈妈 / 001

为了爱，那些不得不忍的事 / 011

我看上去像一个妈妈吗？ / 021

自然

回归并拥抱真实的世界

我要女儿从小就知道：世界不是围着她转的。

我希望她学会适应现实中不尽如人意的一切。

而不是长大以后才像一个落难女王似的，

从镶满宝石的王座直接被赶出王宫。

宝贝，你不是这个世界的中心 / 029

她的眼睛就像是我的眼睛 / 039

当妈是一种修行 / 051

惊喜来自“不经意” / 063



自由

永远选择野路子

我们享受着路上的折腾和折磨，
让所有原始的生存潜能被激发，
也更加深刻地认识了彼此。
放弃所谓的矜持和精致吧！

梦想比计划大得多 / 073

别担心，把孩子“丢”进大自然 / 093

富士山“玩儿命”之旅 / 105

穿越漫漫长路，穿越自己的心 / 125

自在

做个幸福安宁的普通人

生命成长是自然美好的事。
我愿意排除万难，
在一个不让人乐观的环境里，
支持她长成原本应有的样子。

村庄里的学校 / 143

为什么不敢去改变世界呢？ / 163

一个人的巴黎 / 183

我想要“应无尽无”的生活 / 209

CHAPTER 01

我不知道怎么做妈妈

我不断想起我姐姐在哺育第一胎时告诉过我的话：生小孩就像在你脸上刺青，做之前一定得确定你想这么做。

——伊丽莎白·吉尔伯特《一辈子做女孩》

并没有那么喜欢小孩子……

在有孩子以前，我是一个不知道怎样和小朋友相处的人。但是因为我长相比实际年龄滞后，大家都以为我很有孩子缘，那只是个假象。十四五岁的时候，我和一个好朋友带着五六个“小不点”玩儿，结果那位姐姐成了孩子王，我只身一人坐在角落听随身听。

大学毕业以后，那些现在看来自由自在无所拘束的时光，当时只觉得枯燥茫然漫无目的。在电影频道工作了好几年，电影发布会做得还算得心应手，一周有四五个晚上去录《中国电影报道》的口播。

录制过程有一个半小时用来化妆换衣服调灯光，二十分钟用来“读”串词。串词是主编写好、提词器播放、再由我用自然的表情语调“播”出来的。晚上八点半左右愉快地收工。

就是这样，一个星期过去了，一个月过去了，半年过去了，一年过去了，三年过去了。

我还记得刚来电影频道时一样一样接手这些工作、攻克每一次试镜和考验时的兴奋感。第一次采访的电影名人是尔冬升，他带着房祖名和薛凯琪来宣传《早熟》，我要棚访他们三个。我打电话给好朋友，心情忐忑，

觉得尔冬升应该是我只能在银幕上或杂志上仰望到的名字，这名字就跟香港电影发展史一样光辉灿烂。而我一个不经世事的小丫头，要和他聊天！自己做了几天功课，胜利完成采访任务，成功进入电影频道。

后来，我这样采访了成龙、刘德华、洪金宝、黎明、舒淇、汤唯、郑秀文、陈凯歌、张艺谋、冯小刚。我宣传了他们拍摄的很多电影，或者说，站在舞台上帮他们吆喝了几下。有的电影票房大卖，有的恶评不断。有一次，谢霆锋在我主持的发布会快结束时，出其不意地宣布了他和张柏芝的分手……这些我都在现场。

我每周的时间越来越多地被电影宣传占据，根本停不下来。我眼见着中国的电影市场红火起来，但是，这些和我有什么更深切的关系吗？

总有人说，我要是你，有电影频道主持人这个身份，有这样的平台，早就做成好多大事儿了。确实如此，可惜我不是你。我就这样像不知为何忙碌着的流水线上的一个机器，熟练，机械，有些冰冷。

2008年的春天，汶川地震发生了，每天在媒体中看到很多残酷无情的画面，有很多生命瞬间消失，很多家庭残缺不全，很少哭的我也会对着电视流泪。一直对孩子无感的我，看到那些没有了主人的小鞋子和书包，会觉得心痛无比，感叹生命无常。我很想到灾区去做些什么，可以对哪怕一个人有一点点真实的帮助。只是，我不知道从哪里开始。

震后重建时，国家颁布了禁娱令，电影活动当然也减少了。可是，还是会有很多公益活动的安排。我站在舞台上主持，说着一些抽象的数字，拼命想把串词中的每一句话说得更生动可感，但是我发现自己心里空空如也。

我依旧是每天接近中午起床，开始准备工作，或者闲晃一下，没多久天就黑了。晚上也许工作，也许看看电影，打一会儿游戏，一天结束。

我想有些改变，我不想再念别人给我写好的主持词了，我希望在工作中表达出自己的想法，想身心投入地去做一件事情。