



写给孩子们的50封信

吕瑜洁 著

温暖而励志的家书，陪伴孩子成长
喜马拉雅音频 同步上线

作家出版社

The title is presented in a highly stylized, graphic font. The characters are white and set against a solid black background that forms a jagged, organic shape, reminiscent of a rock formation or a cluster of leaves. The words are arranged in two lines: the top line contains '我的心里住着' and the bottom line contains '一个世界'. The overall effect is bold and artistic.

我的心里住着
一个世界

写给孩子们的50封信

吕瑜洁 著

作家出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

我的心里住着一个世界 / 吕瑜洁著. -- 北京: 作家出版社, 2020. 6 (2020.7重印)

ISBN 978-7-5212-0964-8

I. ①我… II. ①吕… III. ①散文集 - 中国 - 当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字 (2020) 第075469号

我的心里住着一个世界

作 者: 吕瑜洁

责任编辑: 郑建华 李 雯

装帧设计: 连鸿宾 朱文宗

出版发行: 作家出版社有限公司

社 址: 北京农展馆南里10号 邮 编: 100125

电话传真: 86-10-65067186 (发行中心及邮购部)

86-10-65004079 (总编室)

E-mail: zuojia@zuoja.net.cn

http://www.zuojiaclubanshe.com

印 刷: 河北鹏润印刷有限公司

成品尺寸: 145×210

字 数: 215千

印 张: 9.5

版 次: 2020年6月第1版

印 次: 2020年7月第3次印刷

ISBN 978-7-5212-0964-8

定 价: 36.00元

作家版图书, 版权所有, 侵权必究。

作家版图书, 印装错误可随时退换。

当你“有事做”时， 你只想过一种简单的生活(代序)

1

两千多年前的孔子说：“四十不惑。”

今年刚好四十岁的我，渐渐有了一些“不惑”。

“不惑”，首先从衣柜开始。

曾经，衣柜是我最喜欢光顾的地方。为穿什么、怎么搭配，乐此不疲地费心思。

如今，我的衣柜越来越简单了。衣柜里不再有曾经堆得满满却不知从何下手的衣服，而是简简单单几件衬衫、毛衣和外套。不再费心如何搭配，整整齐齐地穿好，就可以出门了。

和衣柜一样悄然发生变化的，还有鞋柜。

在刚刚过去的这个冬天，门口玄关处，只有简简单单三双鞋，但却比前一堆杂乱的鞋，更让我安心。

日常饮食，也变得越来越简单。一个人在家时，我喜欢煮一碗面条，或是炒一盘年糕。简简单单，却既美味，又落胃。

四十，不惑。

我对“不惑”的理解是，我似乎活得比原来明白了。

我渐渐明白了什么是值得自己孜孜以求、努力一生的，也明白了什么是可以一笑了之、轻轻放下的。

我希望孜孜以求、努力一生的，是精神世界的不断丰足。

2

时间，无始无终。空间，无边无际。

站在时空的坐标轴上，人类渺小如草芥。能让“渺小”变得“丰盈”的方法，可以有很多种。而阅读，一定是其中重要的一种。

我相信“开卷有益”。

一本书，就像一个人。当你阅人无数、阅尽千帆后，自然会找到那些你喜欢的作家、喜欢的书和喜欢的知识领域。

当你喜欢上某个作家时，你会执着地读完他的所有代表作。

比如，我喜欢蒋勋，就从《蒋勋说红楼梦》读起，然后，陆陆续续读完了他的《蒋勋说唐诗》、《蒋勋说宋词》、“中国文学之美”系列、《孤独六讲》、《美，看不见的竞争力》……

比如，我喜欢杨澜，读了她的《凭海临风》《一问一世界》《幸福要回答》《天下女人：花开在人海》《世界很大，幸好有你》……

比如，我喜欢白岩松，读了他的《痛并快乐着》《幸福了吗》《白岩松：行走在爱与恨之间》《白说》……

最近两年多，因为在创作长篇历史爱情小说《此物最相思——王维传》，就徜徉在《资治通鉴》《新唐书》《旧唐书》《唐六典》《唐会要》《唐才子传》《世说新语》等古籍中，乐此不疲。

总之，一切能满足我对未知世界好奇的知识，我都愿意亲

近，并乐在其中。

3

阅读和写作，就像一对孪生姐妹，如影随形，难分彼此。

书读着读着，就会情不自禁地拿起笔来，写点什么。

2016年3月，我开通了“桑葚三味”个人公众号。

江南的桑葚，酸酸的，甜甜的，酸中带甜，甜中带酸，不正是生活的滋味吗？我在“桑葚三味”里，写家书之味，写历史之味，写《红楼》之味……

每一“味”，都是我对生活的感受和表达。

我就像一个在海滩上捡贝壳的孩子，将我见到的美丽贝壳，一一收在小背篓里。很多年后，可以慢慢回味。

2017年1月，我将“家书之味”栏目中的50封信，集结出版了《我的心里住着一个孩子——写给女儿们的50封信》。

在这本书的自序中，我写了这样一段话：不是每个孩子都能达到世俗意义上的“成功”，但每个孩子都可以“成长”。成长，比成功更重要。我们可以不成功，但不能不成长。

如今，三年多过去了，这本书已连续加印九次，在京东、当当、天猫等网站热销。

为什么这本普普通通的书，会引起大家的关注和喜欢？

有读者这样评价《我的心里住着一个孩子》：“从欢、乐妈妈的50封书信里，可以感受到她们一家的生活很平常、很普通。欢、乐妈妈的书能引起大家这么多共鸣和思考，或许正说明了这样一个事实——简单、和谐、真诚、返璞归真，是我们越来越向往的家庭关系和生活状态。”

4

禅说：砍柴即砍柴，吃饭即吃饭。活在当下，心无杂念。

木心说：岁月不饶人，我亦未曾饶过岁月。

电影《无问西东》说：爱你所爱，行你所行，听从你心，无问西东。

我说：我的心里不仅住着一个孩子，还住着一个世界。在这个世界上，藏着我今生值得为之努力的所有美好。

比如，用真心和真情，在无数个不眠之夜，在键盘上敲下每一个文字。于我而言，便是这世上最美好的事。

尼采说：“每一个不曾起舞的日子，都是对生命的辜负。”愿每一个独一无二的你我，都不辜负生命，快乐工作，认真生活，有事做，有梦想。仅此，而已，但已足够。

此次虽是第一次和作家出版社合作，但在我心里，却仿佛已经认识它很多很多年。

作家出版社出版的书，给一代又一代人提供了源源不断的营养。我至今不会忘记作家出版社出版的《哈佛女孩刘亦婷》和《好妈妈胜过好老师》，它们在我不同的人生阶段，给了我不同的启发和思考，让我感念在心、受益终身。

最后，感谢作家出版社，愿意为我这个无名小卒出版。

若这些在平常日子里写下的平常文字，能给相识的、不相识的你，带去一些喜悦和共鸣，那么，我已甚欢，甚乐。

目录

CONTENTS

001 ... 当你“有事做”时，你只想过一种简单的生活（代序）

一 学习篇

003 ... 孩子，比成绩更重要的，是你一直以来的状态

009 ... 生活如此美好，不要被学习耽误了

014 ... 认真，其实是只求“心安”

019 ... 你有多负责，才有多自由

023 ... 当你自律了，你才成长了

028 ... 当你有才了，你就有趣了

033 ... 找到知识的正确打开方式

037 ... 你的书，越读越薄了吗？

042 ... 无用，乃大用

046 ... 比赛的最大好处，是 get 技能

050 ... 防止上瘾的最好办法，是不碰

054 ... 十七个孩子给我的三点感受

058 ... 孩子的成绩单，是用来晒的吗

062 ... 得语文者得天下

066 ... 学历史，到底有什么用

072 ... 未来，找优秀人才不用花钱了

二 亲子关系篇

- 079 … 这世上，没人有义务帮你，包括父母
- 083 … 当你将“自家孩子”当作“别人家孩子”……
- 087 … 真正的成长，在父母看不见的地方
- 092 … 最深的思念，一定是在心里
- 097 … 最好的成长，是父母和孩子一起成长
- 102 … 上一次和孩子聊得很嗨，是何时
- 106 … 我们和慈善的距离，其实只有一个手指
- 111 … 在一起，就是陪伴吗
- 117 … 亲爱的，人来人往，勿失勿忘
- 121 … 慢下来的时光
- 125 … 充满爱的庄严感

三 理想情怀篇

- 131 … 找到让你“定锚”的价值
- 138 … 因为相信，所以相信
- 143 … 英雄也要知道“出处”
- 148 … 有一种信仰，叫“中国诗词”
- 152 … 学考古的人，也可以很潇洒
- 156 … 爱上一件事后，你会成为“傻”姑娘
- 161 … 我能说，正月初一，我还是想读书吗
- 165 … 用什么抵抗岁月流逝
- 169 … 有一种人生，叫作“有底气”
- 173 … 这世上，没有比书更便宜的东西了
- 177 … 读书，其实就像追星
- 180 … 真正的自信，来自历史，来自文化
- 188 … 是什么成全了武大的樱花
- 193 … 1997—2017：阅读改变了我
- 199 … 读不读书，一个眼神就知道了

④ 情商性格篇

- 207 … 这样的输赢，何必介怀
- 211 … 你拿什么应对这个变平变碎的世界
- 216 … 从“富人慈善”到“人人慈善”
- 220 … 不好好说话，可能真的会“死”
- 225 … 一切善意，既是利他，更是利己
- 230 … 运动时的你，自带光芒
- 234 … “见世面”，不是“想不想”的问题
- 239 … 所谓“成长”，就是过自己喜欢的生活

⑤ 番外：“年糕妈妈”专栏文章

- 247 … 当个好妈妈其实很简单，忙点就好了
- 251 … 孩子比老公重要？凭什么
- 255 … 孩子想住别墅，你只会说“没钱”就真的输了
- 259 … 怎么带好孩子？别当成亲生的
- 264 … 王菲家的窦靖童：一个有教养的孩子，不会去学坏
- 269 … 不是金钱、不是房子、不是珠宝，李嘉诚给孩子最珍贵的东西，是这个！
- 274 … 郭晶晶穿五十五块钱的T恤、戴五毛钱的发圈，嫁入豪门为了啥
- 278 … 你管得越多，孩子毁得越快

- 282 … 后记 1：“不能让孩子输在起跑线上” or “孩子，你慢慢来”
- 286 … 后记 2：先生和小情人二三事

一 ● 学习篇



孩子，比成绩更重要的， 是你一直以来的状态

1

亲爱的欢、乐：

讲真，如果不是因为朋友圈里铺天盖地的关于“期末考”的段子和图片，我几乎已经忘了你们快要“期末考”了。

你们的期末考，在我看来，就像我们成年人在年底时写的那份工作总结，总结过去一年的工作，并对未来一年工作做一些计划，这是一件再平常不过的事了。

那么，有关“期末考”的段子和图片，为何会在朋友圈泛滥呢？我认真看了这些段子，倒是读出了当下大多数家长对“期末考”的微妙心态。

2

客观地讲，这二十多年来，父母们的教育理念和教育方法已经进步了不少。

二十多年前，大多数父母是比较“简单粗暴”的。

看到自己孩子考差了，就一顿“棍棒伺候”或一阵暴风雨

般的批评指责。从“隔壁家的小明”对比到自家的“熊孩子”，越骂越起劲，越打越心狠。

如今的父母，多多少少转变了一些观念，觉得不能再这样一味地“简单粗暴”下去了，总要讲究些方式方法。比如，赏识孩子，鼓励孩子，包容孩子，为孩子加油鼓劲……

以下四个段子，挺能说明家长的这种心情。

第一个段子是“本周最重要的三件事”。一是陪娃复习要沉得住气，切记娃是亲生的，他一切是遗传你的！二是考完试别问考得好不好，先给娃一个大拥抱，再请娃好好吃一顿，毕竟他（她）也辛苦一学期了！三是出成绩切记要淡定，控制好体内的洪荒之力！这个世界上最宽广的是海洋，比海洋更宽广的是天空，比天空更宽广的是考试范围，比考试范围更宽广的是看到娃成绩时家长的胸怀。共勉！

第二个段子是一篇题为《宽容》的年度最佳微小说。娃儿拿回成绩单。老爸一看，数学0分，语文1分！娃儿点点头，颤抖中……空气凝结，气氛无比恐怖，感觉不太妙……老爸深吸一口气，说道：“崽儿，你有点偏文科哟！”——希望爸爸妈妈们都要有这样的心态。

第三个段子是一句口号——没有“烤柿”，就没有伤害！既然“烤”了，就加点油“烤”吧！配图很有意思，在一堆熊熊燃烧的柴火上，架着几个柿子，果然是“烤柿”！

第四个段子是一张电影海报。片名是《期末考》，类型是悬疑、惊悚、武打，导演是教育局，编剧是任课老师，领衔主演是学霸们，武术指导是亲爹亲娘。2017年1月14日起，全绍兴公映。

3

看完了这四个段子，或许大家都会开怀大笑。然而，笑过之后，是不是有那么一点心酸，那么一点沉重？会不会觉得孩子不容易，父母也不容易？

为啥“不容易”？你看，明明心里非常在意孩子的考试成绩，但在孩子面前，还要拼命沉住气，显得自己很宽容、很理解，这多“不容易”啊！

十年前，我还在绍兴日报社工作时，曾写过一篇题为《不再关注，或许才是最好的关注》的记者手记。

那时，身为采访报道教育新闻的记者，我三天两头跑绍兴各地的教育局和中小学校。特别是一到中、高考时节，我俨然成了一个编外“教育工作者”，每天泡在学校采访各类教育新闻，忙得不亦乐乎。

报社同事们和我开玩笑说：“中、高考对考生来说是种煎熬，但对你来说真心是件好事。你看，有关中考、高考的稿子，特别容易被编辑采纳，几乎可以天天见报，而且不受字数限制，写多少发多少，简直成了赚稿费的神器啦！”

报纸为何乐此不疲、不厌其烦地发教育新闻？因为读者喜欢看。读者为何喜欢看？因为大部分读者都家有孩子、家有考生。

但是，我连续四年采访教育新闻后，忽然开始反思：这种全社会高度关注考试特别是中、高考的现象，难道是正常的吗？这对孩子身心的健康成长，难道是有利的吗？我越来越觉得，其中是否有那么一点“不正常”“不对劲”？

于是，2007年高考前夕，我在采访教育新闻之余，写了题为《不再关注，或许才是最好的关注》的记者手记。

我记得，文章是这样开头的：每年采访中、高考时，我总能感受到中、高考带给这座城市的“灼热”感。全社会都在热切地关注考生，为考生提供各类绿色通道，似乎一切都可以让位于“考试”这件事。我不禁想弱弱地问一句：“这样的‘灼热’，这样的关注，是孩子们想要的吗？”

我还记得，文章是这样结尾的：中、高考怎样才能从“神坛”回归正常？这其中，牵涉全社会世界观、人生观、价值观的改变以及整个教育领域的改革。这样的改革，牵一发而动全身，定非一朝一夕之功。身为记者的我，热切期盼着，将来有一天，我不再需要关注中、高考新闻，或许，这才是对考生最好的关注！

如今，十年过去了，整个国家、整个社会的教育改革，依然在路上。不得不承认，前方任重而道远，路漫漫其修远兮。

我呢，也已离开报社很多年，虽然不再采访教育新闻，但依然关注着教育话题。随着你们的成长，我似乎想明白了一件事，那就是如何看待考试，如何看待成绩。

我喜欢对你们说两句话。第一句话是：考试就是作业。把每一次考试都当成一个作业，轻松对待；把每一个作业都当成一次考试，认真对待，就可以了。

第二句话是：在我看来，和偶尔一次的考试成绩相比，你们一直以来的状态，才更重要。

5

是的，孩子，比成绩更重要的，是你们一直以来的状态。这，才是我看重的。

你们何时考试？考了几分？说实话，我真的并不在意。我在意的，是你们一直以来的学习状态。

我相信，如果你们每天认真听课，认真做作业，上课时能听懂，做作业时能搞懂，学过的知识能举一反三、融会贯通，那么，对于所谓的大考小考，又有什么好害怕的呢？

反之，如果上课时不专心听讲，做作业时敷衍了事、粗心拖沓，那么，一到考试复习阶段，就会忐忑不安，心慌意乱，急得临时抱佛脚。但，那时又有什么用呢？

就像我们成年人年底写工作总结，重要的不是文采如何了得，而是这一年来，我们做了哪些事，取得了哪些成绩。

如果这一年来，我碌碌无为，得过且过，就算我想破脑袋，文采再优美，恐怕也是言之无物，满纸空话套话废话而已。但如果我实实在在做了一些事，取得了一些成绩，那么，只需要“一二三”地写下去，必定是一份条理清晰、内容丰富的好总结。

6

我听到过两位家长在考前对孩子说的话，于我心有戚戚焉，和你们分享。

一位是父亲，他对参加高校自主招生考试的女儿说了三层意思：一是如果考得好，爸爸妈妈当然都替你高兴；二是如果考得不好，爸爸妈妈也不在意；三是大学自主招生考试，机会