

20 世紀 90 年代，北京地鐵廣播除了“先下後上”“看管好隨身財物”外，還有一條：“請不要騷二郎腿。”現在地鐵里已經沒這條提示了，早晚高峰時總有些人，戴着耳機跳着腿，一邊搖頭晃腦，一邊顛蹬得不亦樂乎。至於是不是蹭了別人褲子，是不是佔了地方，他就不管了。

像這樣的規矩北京還有不少，其中吃飯的規矩最多。《四世同堂》里寫大赤包喝湯使勁吸溜，這就沒規矩。老北京的規矩，除了不能吸溜還不能吧唧嘴，老北京人說這叫貪氣。再有，吃飯不能敲碗邊，敲碗邊是要飯的。筷子不能戳在碗里，筷子戳在碗里，碗就成了香爐。夾菜要夾面兒上的不能抄底（所謂可以騎馬夾不能抬轎夾），一盤菜不能連着夾三次，夾菜要夾自己跟前的，不能夾別人跟前的，不能跟沒吃過飯一樣。上飯館吃飯，拿起桌上茶壺倒水，倒完，壺嘴不能對着別人。壺嘴對人，

## 也說老規矩



等於用手指頭指人，不禮貌。當年在飯館吃飯敲碗邊是對夥計不

滿意。梁實秋先生回憶，他小時候有次隨父外出吃飯，小孩無聊拿筷子敲碗邊。他父親馬上制止，說這是罵夥計。不一會兒就看見給他們服務的夥計，背着鋪蓋捲兒從面前走出去了。當然一會兒夥計還會從後門回來，但要做給客人看。這是當年飯館的規矩，算得上顧客是上帝的最佳注腳。其他如同仁堂“修合無人見，存心有天知。品味雖貴，必不敢減物力；炮製雖繁，必不敢省人工”是舊時商人的規矩。

吃飯我把唧嘴怎么了，我吸溜怎么了，我敲打碗邊怎么了，我愛吃哪盤吃哪盤怎么了，愛吃幾口吃幾口怎么了，礙着誰了？為什麼老規矩不允許這樣做？因為我們不肯把自己放在貧氣的位置。這種自律包含的是自尊，是自己瞧得起自己。不要因為我蹺腿弄髒別人褲子，不要因為我大聲說話影響別人，懂得使用敬語，懂得商業道德，不讓自己的行為損害別人。這是老規矩教給我們的自尊和對他人的尊重。（辛酉生）

4.“別人的孩子都能，你怎么就不會呢？”

孩子都有一個敵人，那就是“別人的孩子”。和別人比，初衷是想以此激勵孩子變得更好，然而，孩子在這樣的對比中，會自覺不如別人，自信心被一次次傷害。孩子都是要在激勵中成長的，要給他們動力和信心。

5.“男子漢大丈夫，至於嗎？”

我們總是希望男孩子勇敢，其實，男孩子也需要自由表達感情。如果經常對孩子這樣講，讓孩子的負面情緒積在心里，可能會成爲一個無法自如表達自己情感的人。鼓勵孩子要多多向父母表達情緒，並作出正確引導。不是“男子漢至於嗎”，而是“男子漢要勇敢”！

種物品進行分類的能力。適合年齡：8 個月以上。

4.塗鴉

給寶寶準備一些畫筆，讓他隨意地畫。可以畫在紙上，也可以畫在硬紙板、物品的包裝盒上等等。這樣不僅有助於提高孩子的表現力，還能幫助他體會不同畫筆、不同繪畫材料間的差異。適合年齡：1 歲以上。

5.玩小貼畫

準備一些不乾膠小貼畫。教寶寶把小貼畫撕下來，再貼到圖畫紙上，也可以貼在爸爸媽媽的臉上，或貼在自己的手背上、衣服上。這些小貼畫可以反復地揭下來、貼上去。如果沒有小貼畫，也可以用透明膠帶代替。這可以鍛煉寶寶手的精細動作能力。適合年齡：1 歲以上。

6.看，也聞聞味

把一些味道不錯的東西給寶寶展示一下，比如水果、花等。這樣做可以加深寶寶對這些物品的印象，使他不僅能記住物體的外形，還能瞭解這些物品的氣味。這對於刺激寶寶的視覺和嗅覺都有益處。適合年齡：1 歲以上。

## 對孩子不利的口頭禪

1.“哎呀，你怎么又……”

這是爸媽最容易說出的一句責備孩子的話。這樣的責備無異於給孩子貼上不好的標籤，對於孩子改正行為問題有害無益。當孩子的行為不合適，告訴他正確的做法就好了。例如孩子隨處塗鴉，索性給他一個自由塗鴉的小角落。

2.“你如果……我們就……”

父母們習慣了“你如果……我們就……”這樣的獎勵模式。以孩子的表現爲條件，制定家庭的活動計劃。可是，很多家長並不會兌現，這樣會讓孩子對父母的承

諾失去信心。處理方式：承諾要兌現，否則就直接給出你的理由。

3.“你別給我添亂了，一邊玩去”

當大人在做家務的時候，孩子總想過來幫忙做點什麼，但卻可能越幫越忙。不耐煩的爸媽最喜歡對孩子說的這句話會嚴重打擊孩子的積極性，並影響他探索求知的習慣。其實應該鼓勵孩子參與到家務中，給他分配一些他力所能及的事，他會非常高興，你也會輕鬆很多。

要讓孩子在探索中成長，如果擔心孩子受傷，可以跟他說：“我們和你一起做”。

## 培養寶寶感知力的好方法

1.用手抓食物吃

讓寶寶用小手去抓水果塊、餅乾、麵條等來吃。這樣做可能會把寶寶的小手弄髒，但在抓食物吃的過程中，除了味覺刺激，還可以鍛煉寶寶手的觸覺。不過要注意，讓寶寶抓的東西不能太燙。適合年齡：6 個月以上。

2.玩發聲玩具

有些玩具不僅可以發出聲響，還能隨着聲音的節奏產生一些動作。這些動作可以刺激寶寶的小手，使寶寶手的動作變得更加靈敏。適合年齡：3 個月以上。

3.里里外外都看到

給寶寶看一個物體的時候，最好能把物體的里面和外面都給他看一看。比如，你給寶寶看一個汽車玩具，先給他看玩具的整體形象，然後再給他展示一下里面的結構。這樣做可以幫助孩子瞭解和掌握物體的屬性，甚至可以影響他以後對各



我認識的一個美國女孩在中國學習政治經濟，學成之後進入德勤工作，這似乎與她最初的理想相去甚遠，但她仍然非常高興能夠找到一份待遇不錯的工作。

聽完簡簡單單這麼幾句話，可能很多人會覺得這個女孩的決定很難理解，因爲在很多人看來美國年輕人似乎不必爲了生存而放棄自己的理想和專業，只有中國的年輕人才會爲了一份賴以餬口的工作而丟棄理想和在大學里學的專業。

很多年前一本小说里有這樣一句話：如果你愛她，帶她去紐約，因爲那里是天堂；如果你恨她，帶她去紐約，因爲那里是地獄。這句話後來出現在同名電視劇里，成爲一個時代和一代人對紐約的印象。對於那些從沒去過美國而又滿心向往的人來說，美國是個天堂；對於曾經生活在美國和正在美國打拼的人來說，那里即使是天堂，也同樣有着車來車往的嘈雜，有着爲了一日三餐而奔波勞累의辛酸。

我說美國人活得最累，中國人活在天堂，一定會有很多人不贊同，更會有憤青看了標題便破口大罵。我首先說一下，我這里所說的美國人是美國的年輕人，這里所說的中國人同樣是年輕人。我無意于貶低美國年輕人，更不是抬高中國的年輕人，我只是通過所見所聞表達一種看法和觀點，目的是希望那些因爲找不到工作或者買不起房子而心生抱怨的年輕人通過這樣的對照，對生活有更真切和深刻的理解。

所有人的努力都是爲了更好地活着，地球的每個角落，生存都不是輕而易舉的事情，美國人不是生來就在蜜罐兒里，中國人也非天生泡在苦水中。我認識幾個在北京念大學的美國孩子，同時也認識幾個到美國念大學的中國青年，他們是中美高校之間爲交流而相互派遣的留學[微博]生。同樣是年輕人，同樣出國留學，同樣面臨着不久之後的就業和生存壓力，但中國學生與美國學生的大學生活卻截然不同。

我前面說到的那麼美國女孩就是交換生中

的一個，在那一批學生中她絕不是爲了生存不懈努力的唯一一個，她說自己的同學幾乎全部同她一樣努力，從來到中國留學的那一天開始就格外努力，除了拼命學習之外，每周還要工作 70-90 個小時，以賺取學費和在中國的生活開

## 美國年輕人看中國同齡人：活在天堂

銷。她說最羨慕的是中國大學生只需要讀書而不必爲生活發愁的大學時代。

那些和她同時被交流到美國留學[微博]的中國大學生在美國大學里又是何種情況呢？她說中國學生到了美國，真正讀書的很少，大部分人只顧着玩，根本不學習，無比瀟灑。她的理解是中國留學生大多是家境很好的人，不需要賺錢養活自己，更重要的是，她覺得中國的生存壓力要比美國小得多。

美國女孩對中國的瞭解固然有限，對中國人的生存壓力可能也未必盡知，但從她的表述中至少可以看到兩種截然不同的生存狀態，這種狀態與我們對美國人與中國人的生活的固有看法可能存在着不小的衝突，甚至截然相反。爲什麼美國年輕人大[微博]學念得如此辛苦，中國的同齡人又爲何那樣瀟灑？這其中除了她所說的中國留學生家境通常較好的因素之外，更多地恐怕反映了一種現實。

有人說美國人的一生是從進入大學開始

的，中國人的一生是從從小學開始的。這話可能有點絕對，但至少反應了一種現實——中國孩子上大學之前遠比美國的年齡人辛苦得多，真正上了大學之後，美國孩子開始爲生活打拼，而許多中國孩子的大學四年幾乎將前面十幾年積

累下來的東西損毀殆盡。一個非常有力的證明就是，中國的中學生語數外數理化幾乎全都爛熟於胸，到了大學畢業的時候還能通曉六門學科的寥寥無幾，而且大多數人一輩子都不會再用

刀那些用十幾年青春學來的知識；美國孩子上大學之前的任務是玩，真正開始學是在上大學之後，也是在這個時候才開始接觸物理化學之類的專業知識，學這些東西是爲了生存。

中國孩子苦了十幾年才進入大學，進入大學便是進入天堂，就像脫繮的馬兒，恨不得把十幾年欠下的“玩”都補回來，所以大學生活過得無比瀟灑；美國孩子玩夠了才進入大學，而這個時候人生真正的拼搏開始了，所以絲毫不敢鬆懈，因爲他們更知道生存壓力有多大，外面的競爭有多激烈。

很多中國的年輕人抱怨學費貴，抱怨專業不好，抱怨找不到工作，抱怨買不起房子，卻恰恰在最該努力學習和積累能量的大學四年里荒廢了自己。如果告訴他們一個真實的美國，也

1.捉兔——一位爺爺他姓鷹，上街打醋又買布。買了布，打了醋，回頭看見鷹抓兔。放下布，攔下醋，上前去追鷹和兔，飛了鷹，跑了兔。打翻醋，醋濕布。

2.小豬——小豬扛鋤頭，吭哧吭哧走。小鳥唱枝頭，小豬扭頭瞅，鋤頭撞石頭，石頭砸豬頭。小豬怨鋤頭，鋤頭怨豬頭。

3.白石塔——白石白又滑，搬來白石搭白塔。白石塔，白石塔，白石搭石塔，白塔白石搭。搭好白石塔，白塔白又滑。

4.花鴨與彩霞——水中映着彩霞，水面游着花鴨。霞是五彩霞，鴨是麻花鴨。麻花鴨游進五彩霞，五彩霞網住麻花鴨。樂壞了鴨，拍碎了霞，分不清是鴨還是霞。

5.四和十——四和十，十和四，十四和四十，四十和十四。說好四和十得靠舌頭和牙齒：誰說四十是“細席”，他的舌頭沒用力；誰說十四是“適時”，他的舌頭沒伸直。認真學，常練習，十四、四十、四十四。

6.鵝過河——哥哥弟弟坡前坐，坡上臥着一只鵝，坡下流着一條河，哥哥說：寬寬的河，弟弟說：白白的鵝。鵝要過河，河要渡鵝。不知是鵝過河，還是河渡鵝。

7.顛倒歌——咬牛奶，喝麵包，夾着火車上皮包。東西街，南北走，出門看見人咬狗。拿起狗來打磚頭，又怕磚頭咬我手。

8.兜裝豆——兜里裝豆，豆裝滿兜，兜破漏豆。倒出豆，補破兜，補好兜，又裝豆，裝滿兜，不漏豆。

9.狗與猴——樹上臥只猴，樹下蹲條狗。猴跳下來撞了狗，狗翻起來咬住猴，不知是猴咬狗，還是狗咬猴。

10.河里有只船——河里有只船，船上挂白帆，風吹帆張船向前，無風帆落停下船。

11.湯燙塔——老唐端蛋湯，踏凳登寶塔，只因凳太滑，湯燙湯燙塔。

12.蠶和蟬——這是蠶，那是蟬，蠶常在葉里藏，蟬常在林里唱。

13.六十六頭牛——六十六歲的陸老頭，蓋了六十六間樓，買了六十六簍油，養了六十六頭牛，栽了六十六棵垂楊柳。六十六簍油，堆在六十六間樓；六十六頭牛，扣在六十六棵垂楊柳。忽然一陣狂風起，吹倒了六十六間樓，翻倒了六十六簍油，折斷了六十六棵垂楊柳，砸死了六十六頭牛，急煞了六十六歲的陸老頭。

14.任命、人名——任命是任命，人名是人名，任命人名不能錯，錯了人名錯任命。

15.槍和糠——牆上一個窗，窗上一支槍，窗下一籮糠。槍落進了糠，糠埋住了槍。窗要糠讓槍，糠要槍上牆，牆要槍上窗。互相不退讓，糠趕不走槍，槍也上不了窗和牆。

許他們會改變自己固有的看法，反過來會覺得自己其實活得很幸福，原來美國人的生存壓力遠比他們想象的要多得多。

美國上大學的費用要 25 萬，如果可以啃老就輕鬆得多，但如果父母付不起孩子的學費，孩子可以貸款上大學。上學的貸款部分爲利息 1% 的低息貸款，剩下的則都是利息很高的銀行商業貸款，大多數美國孩子上大學的同時也就成了不折不扣的“學奴”——爲了上大學負債纍纍，大學畢業就欠十幾萬貸款。看到這里也許很多人就會明白，我前文說到的美國女孩和她的同學們的留學生活爲什麼會那樣辛苦，也能想到美國人活得其實並不易。

或許正因爲大學畢業就成了銀行的奴隸，所以美國人往往一輩子都是銀行的奴隸，學貸尚未償還完畢，車貸房貸接着來了，還要成家養孩子，於是窮其一生最終只剩下房子，甚至很多人到老都還欠着銀行大筆貸款。不少美國人把這種生活方式理解爲超前消費，帶着明顯的瀟灑意味，但如果真的走近大多數工薪階層的美國人，你就會發現那只是他們用來粉飾窘迫生活的藉口，他們其實活得最累。

當然，如今許多中國年輕人可能也面臨着同樣的問題，同樣需要面對學貸、房貸、車貸，但相對於尋常的美國年輕人，中國孩子的壓力其實要小得多。輕裝上陣的人生本來可以走得更容易更遠，只是大多數年輕的中國人尚未習慣這種壓力橫生的生活，他們有着太多抱怨，所以反而走不好走的不遠。

美國固然不是天堂，中國也不是地獄。對於大多數年輕人來說，生存是相同的，如果沒有爹可拼，那就應該扎紮實實走好每一步，永遠記住，沒有努力就沒有更好的人生。人生無論只是跨上小台階還是登臨巔峰，一磚一瓦都是自己曾經的積累，與其揣着抱怨苦度，不如帶着耕耘和期待的快樂向前，那才會收穫不一樣的一路風景。

## 95 首繞口令：鍛煉你和孩子的普通話（連載一）