

别被精彩废掉 忍受枯燥是一种筛选机制

曹林

看学者刘擎一篇文章,谈到忍受枯燥这种能力,特别有道理。他说,如果同学们在娱乐文化的背景下成长,他们能忍耐一个没有笑点、没有兴奋、没有生动言谈方式的时间非常短。他们的阅读能力也在下降,手机上短平快的东西破坏了深度阅读的能力。我们的大学模式是建立在20世纪中叶的文化环境里,假设你能专心致志地读书,能够忍受表面上枯燥但实际上有深度的内容,肯定很有收获。但现在整个文化环境改变了,年轻人对枯燥的忍受力非常低。

确实,生活在消费主义和娱乐化环境中的一代人,被精彩惯坏了,越来越失去忍耐枯燥。在枯燥中学习知识的能力。人们热爱爆梗、段子、金句、笑点,生动、抖包袱的感官刺激。习惯被消耗自己时间的娱乐文化所喂养,学习感官已经钝化,进入不了越过枯燥门槛而深度学习的境界。学习越来越依赖如社会学家伯格曼所说的各种装置范式,这些阅读装置以友好而人性化的方式帮你消除各种枯燥,将费力的文字转化成轻松的视听语言,植入笑点,人人面前一台可供随时切换的电脑。这些让你从枯燥中解放的学习装置,实际上已经不是学习,而让学习成为一种信息消费的景观。这种学习景观,生产着让人躁动和焦虑的欲望,而不是用厚重的知识思想去驯服欲望,并让人安静下来。

能真正滋养一个人的事,往往都带着某种枯燥,需要学习者忍受,投入深度注意力去穿透抽象。写作的开始,是枯燥的。阅读一本经典,是枯燥的。深刻的课堂,是枯燥的。创新创造的过程,往往也是枯燥的。枯燥是一个门槛,为不学无术、浮躁者、消遣者设置的障碍。超过这个门槛,沉浸其中,才能慢慢获得愉悦。精彩,不是一个被动获得的结论,不是让别人给你喂养,一下子就提起你的兴趣,而是在孤独静观、克

能真正滋养一个人的事,往往都带着某种枯燥,需要学习者忍受,投入深度注意力去穿透抽象。

服枯燥后先涩后畅,在读懂读通,习得新知,打通困惑后所获得的知识愉悦感。很多人特别喜欢那种无须自己投入多少理解力的精彩,上来就是高潮,开口就是金句,那只是娱乐和商业对你的消耗,而不是可沉淀、可致知的思想。

写作是一件需要忍受枯燥的事。常有学生跟我说,我为什么不写,因为没有灵感,等有灵感的时候再动笔。我说,哪能这么被动等灵感?你得现在就思考和动笔。开始肯定是一个枯燥的过程,我的经验是,克服了开始30分钟的枯燥,逼着自己动笔,想着想着,就进入状态并找到灵感了。一气呵成,很少是那种一开始就有写作冲动的,而是在克服开始那30分钟的枯燥过程酝酿出来的。伟大的记者李普曼一生创作1000余万字,这需要克服枯燥的强大意志。李普曼初出道时,他的老师威廉·詹姆斯就教育他对自己要有所强制:一个作家每天至少要写1000字的东西,不管他是否愿意,甚至不管他有无东西要写。

阅读是一件需要忍受枯燥的事。你要有足够的耐心让自己慢下来,坐得住冷板凳,忍得了枯燥晦涩,去获得这个阅读资格,而不是看一两页就轻易扔一边。再深奥难读的书,克服了前30页的阅读痛苦,坚持一小时慢慢读进去了。前30页往往是作者设的障碍和门槛,一个优秀的作者也是在寻找优秀的读者,绝不希望自己的作品被一个不学无术的人糟蹋。很多人的问题在于,容易被书的标题吸引,却连30分钟的耐心都没有。那些让人很舒服、不断点头的轻松阅读,往往是重复你既有认知的无效阅读,要想获得认知增量,需要艰难的入境,需要烧脑的坚硬阅读。

上一门好课也是需要忍受枯燥的。常听学生说,某某课是好课,老师善于讲段子,某某课太枯燥,全是抽象的概念和艰涩的推理。我说,判断一门课的好坏,绝不能用能不能在10分钟内吸引我的消费者自负去判断,那是对好课的侮辱。首先要清楚,自己是不是需要这门课去完善知识体系,提升自己的思想?学生与老师不是我花钱让你教我知识的消费关系(流行的知识付费异化了教育关系),身心投入学习过程才会有收获。

第二要有忍受枯燥的心理准备,投入和参与进去。知识的传授本身就带着枯燥。逻辑推理,方法训练,批判性思考,需要自己琢磨、分析、深思、质疑、否定才能内化,主动探索而不是被动投喂。把课堂当成在德云社唠着瓜子、翘着二郎腿、后仰着身子等包袱,那能学到什么?课堂学习应该是一个把身子往前倾、坐冷板凳、主动致知(knowing)的过程。摆脱那种听奇闻大会看脱口秀综艺的消费感,试着忍受前30分钟的枯燥,才会有所收获。

枯燥是一个门槛,庸人越不过门槛,睡着了,或者被电脑上的综艺和手机上的段子吸引走了,谋杀了时间。优秀的人忍得了前30分钟的枯燥,沉浸到写作、阅读和课堂之中,日积月累,就有了学霸与学渣、人才与人手的分别。所谓优秀,绝不是机巧的小聪明,背后必有强大的枯燥耐力,是聪明人下笨功夫,越过了枯燥并攀登到知识高处的结果。

什么是拖延症?我在课堂上跟同学们分享过克制拖延症的方法,忍受10分钟的枯燥,就战胜了拖延。迎合你欲望的事,从无须拖延,反要考虑延迟满足(实际上,



视觉中国供图

延迟满足也是努力忍受相对于即时满足的枯燥性)。需要拖延的事,开头往往有一定的枯燥性,让人不想动手只想往后拖,枯燥让人望而生畏。强大自律的支配下,立刻着手去做,10分钟迈过去,接受了这个事情,进入做事的心理场,从中享受到成就感,受到行动正反馈激励,停都停不下来了。好习惯的养成,也是克服枯燥的过程。运动,学英语,坐地铁时读书而不是刷短视频,睡前读几页书而不是刷短视频,会议间隙写几段文字而不是刷短视频,有了想法立刻记下来而不是等会儿记下来,多个动作,动笔去记,而不是相信记性或指尖。刚开始总有点枯燥,有了近一个月的积累,回过头去看,有了受益感,进入身体本能,就成习惯了,终生受益。

专业训练的过程,哪一个不是克服枯燥的过程?史学家桑兵说,长时间不断重复

作家说

周梅森:作家不能在社会矛盾前闭上眼睛

作家总有自己的文学领地,像莫言写的高密、福克纳写的小镇、苏童写的香椿树街。京州是我虚构出来的,是我的一个文学领地。

中青报 中青网记者 沈杰群

《人民的名义》的成功,没有给我带来什么压力,因为我是一个作家,作家总是在创造,总是在寻找。作家、编剧周梅森接受中青报、中青网记者采访时说。

日前,周梅森全新长篇小说《人民的财产》出版,这是继2017年《人民的名义》热销200万册之后,周梅森创作的又一部现实主义题材作品。他直言:这是我一生最想要的长篇小说。

小说出版之际,由其改编的电视剧《突围》开播,由靳东、闫妮、黄志忠、陈晓、秦岚等主演,周梅森担任编剧。

《突围》被视为《人民的名义》姊妹篇,故事依然发生在汉东省京州市,时间则在《人民的名义》反腐风暴之后半年,讲述国企京州中福在集团80年庆之前80日内

发生的故事。京州中福面临巨大困境,账面巨亏15亿元,其中既有市场变化的因素,也有不可忽视的腐败问题。一场意外的爆炸,炸出了5亿元资金的离奇失踪,将各种尖锐复杂性的矛盾逐步暴露出来。国企干部齐本安临危受命,团结广大干部群众,加强党风廉政建设,挽回流失的国有资产,带领企业在经营困境中成功突围。

小说内容涉及国企改革、棚户区改造、银企险企、民间借贷等,从历史到现实,从国企到民企,从政府高层到民间。小说中对煤矿的部分描写,更是来源于周梅森早年在煤矿工作、生活的经验。

作家本质上不能接受电视剧工业化生产和套路的重复。因此写《突围》的时候,我就知道,这不是一部案件推动型的作品。周梅森说。

在周梅森看来,他想写的是一部时代的

清明上河图。

巴尔扎克曾在拿破仑像下写了一句话:你用剑征服世界,我将用笔征服世界!这句话令年轻时的周梅森深受鼓舞。从1983年发表中篇小说《沉沦的土地》开始,周梅森致力于创作反映我国政治经济发展及改革浪潮的小说、剧本,《人间正道》《共和国往事》《至高利益》《绝对权力》《我主沉浮》等作品,已确立了周梅森的现实主义创作风格。

周梅森说,总要有一部分作家关注现实生活,关注老百姓关注的那些问题,不能装作看不见。尽管有很多磨难,但作为一个改革开放时代的作家,我有责任和义务。

中青报、中青网:《人民的财产》是什么时候开始创作的?

周梅森:在《人民的名义》拍摄期间,这部小说就开始创作了,应该算是我创作(生涯)中很顺利的一部。为什么呢?因为积累

时间较长,几十年的生活积累让我找到了灵感,所以这部小说半年多就写完了。创作对我而言是轻车熟路的,像林满江、石红杏、齐本安这些人,都在我脑海里浮现很久了,写起来很顺利。

中青报、中青网:为什么想到要创作一部聚焦国企改革的小说?

周梅森:我的父母、兄弟姐妹都在国企,我从小在这种环境中长大,作为一个作家,我有责任和义务把我这段历史写出来,这一直是我非常惦记的一个题材。现在这种环境,促使我有可能把我人生经历中的一个印象、这段岁月的故事,非常深刻地讲出来。

中青报、中青网:小说进行影视化之后,哪些演员的诠释比较精彩?

周梅森:石红杏、闫妮的表演是令我震惊的,可能有一些观众不太理解,石红杏为什么要这样表演。当时这个角色的人选,我点名要求选闫妮。因为我想描绘的女

主角,不是那种刻板、千人一面、冷冰冰、霸气的模式化人物,我需要一个感情丰富、有人间烟火气,而且能够适应剧情的女主角。事实证明选择闫妮是对的,她成功塑造了一个有血有肉、具有鲜明特色的女高管形象。

这部剧的演员整体表演都相当出色,比如陈晓,完全不是我印象中那个英俊小生了,他把人间的沧桑感全演出来了,黄志忠是我非常尊重的演员,这部戏里他把一个充满算计和手腕的国企干部演绎得相当出色,靳东表现出了齐本安的复杂性,这个人物不是没有软弱、犹豫的一面,也不是没想过要退却,但是最终坚持自己的原则抗争到底。

中青报、中青网:京州故事深入人心,未来创作有没有可能出现京州大宇宙?

周梅森:我不会从事任何工业化的生产,这是企业家们考虑的事情,不是我的

事情。作家总有自己的文学领地,像莫言写的高密、福克纳写的小镇、苏童写的香椿树街。京州是我虚构出来的,是我的一个文学领地。我会把我的新旧故事,一个又一个故事,装到这片领地里去,我不要再重新虚构一个地方,我没有力气再虚构一个省。

中青报、中青网:创作合格的现实主义题材作品,要把握什么关键点?

周梅森:我觉得要把握住这个时代的本质,这个时代的本质是什么呢?一方面我们创造了中华民族最辉煌的一页历史,同时也面对着千年未有的变局,在这么一个崛起年代,各种社会矛盾都会暴露出来,这都很正常。必须有一部分作家关注现实生活,有勇气正视这些矛盾,不能在这些问题面前闭上眼睛,不能装作看不见。我想,真实是作品的生命。如果说现实题材都变成了好人好事的记录,我相信老百姓也不会喜欢的。

中青书榜

中青阅读10月推荐书单

下了上世纪40年代他在天津意租界的生活经历,不但有对祖父祖母、父亲母亲的回忆,更多是对曾给他带来巨大影响的名家大师的日常生活进行刻画。《别来沧海事》以童年眼光看待世事沧桑,以真实口吻讲述时代变迁,带领读者进行了一次别具意味的时光之旅。

《肥梦》

评委点评:以富拉尔基为基点,小说家阿郎用5部中篇小说,写下了发生在他故乡的故事。书里有隐忍、暴烈的人物,有坚韧、强大的生存姿态,有痛楚、撕裂的家庭伤痕。作者以不动声色的笔触,将自己置身于故事之中,以冷静的旁观者角色,对往事碎片进行了回忆、拼接、展示。通过这本书,读者可以从中看到他人的故乡,也可以想起自己的故乡,从书中人物的性格与命运,想到一代代远走他乡之人的共同遭遇。

《人间我来过》

评委点评:每个人都有着自己的苦难,光鲜者有自己的卑微处,卑微者也会有自己的坚持与光彩。那多文学性很强的笔法,书写了一个好看的悬疑故事,他擅长在小说中制造情境,通过诸多的细节,把隐藏

在人心、人性深处的真实,逐一压榨出来,从至暗中找出一丝丝点,从泥土中开出花。《人间我来过》用让人应接不暇的故事,揭示了城市繁荣一角里的绝望真相,以及小人物的疯狂与尊严。

《街巷志:深圳体温》

评委点评:作为一名异乡人,王国华在深圳生活数年后,把深圳当成了故乡。他真诚地热爱着这座城市,不厌其烦地书写着深圳的街头巷尾、小店摊贩、花草草,用诗意的文字,为繁华的深圳增添着温暖与柔软。《街巷志:深圳体温》的写法,介于纯文学与非虚构之间,使本书具有想象力的同时,也具有真实的感染力,它为外界了解深圳、爱上深圳,提供了一条独特的路径。

《香蜜夜航》

评委点评:那流淌着香与蜜的地方,应是一名写作者最深爱的书房,《香蜜夜航》是一本诞生于书房的理想小品,作者用他极为丰富

的从事出版业的经历,叙说了他对一些经典著作、历史文化人物、典故传说的见解。全书虽然内容庞杂,却有价值上的统一性。对文化的热爱,对阅读的沉迷,还有从故纸堆里打捞精彩故事的娴熟手法,使得《香蜜夜航》成为一本值得慢慢细读的文人书。

《爱与愧疚》

评委点评:《爱与愧疚》是《诗刊》社编的第37届青春诗会文丛之一,收录女诗人叶燕兰近5年创作的诗歌100余首。1987年出生的诗人虽刚过而立之年,却长于书写个体生命成长过程中的复杂经验。这种复杂经验,既有少年成长的渴望与烦恼,也有孕育生命的喜悦,更有关于死亡的虚空与绝望。它们交织在叶燕兰的诗歌文本里,构成一种特别的语言纹理和情感质地。

《东亚青铜潮:前甲骨文时代的千年变局》

评委点评:考古学家许宏的书,具有深厚的专业功底,又兼顾好看与好用,适合普通文史

爱好者。如果读过《何以中国》和《大都无城》,加上这本,解读书早期中国系列就齐了。考古学有什么用?作者借英国剑桥大学考古学家伦福儒的话说得明白,考古学使我们有可能把每个国家的早期历史看作整个人类更大范围的历史的一部分。如此,青铜器正是早期中国的一部分,并且具有重要地位,到博物馆逛逛,面对古人的杰作,真要倒吸几口气,好生佩服膜拜。读此书,探究青铜冶铸技术源流,鸟瞰青铜之路大势,追寻礼乐中国源头。那些距今6000年到3000多年前的考古发现,留给我们太多的想象了。

《林语堂的跨文化遗产》

评委点评:本书收录了钱锺桥、周质平、陈子善、罗福林等十余位中国及国际上林语堂研究专家的评论文章,从历史、文学、语言、哲学、翻译、美食等角度,对林语堂的生平及其著述进行了精彩而专业的论述,将林语堂作为语言学家、翻译家、作家的不同形象生动地展现在读者面前。本书分为四章,第一章着重考察林语堂在现代中国知识思想史上的

2021年10月读者投票最喜欢读的5本好书:

- 《香蜜夜航》 (于志斌著)
- 《别来沧海事:我的租界往事》 (汪兆著)
- 《街巷志:深圳体温》 (王国华著)
- 《肥梦》 (阿郎著)
- 《爱与愧疚》 (叶燕兰著)

独特地位,第二章着重探讨林语堂在20世纪二三十年代的文化实践,第三章中讨论林语堂穿梭于中西之间的跨文化实践;第四章集中阐释林语堂在美国的著述。

《冬与狮》

评委点评:《冬与狮》故事的主要背景是朝鲜战争第二次战役东线战场的长津湖一战。1950年秋冬之交,第七穿插连所在的第九兵团原本驻扎在华东地区,被紧急征召开赴朝鲜长津湖战场。因为白天有美军不间断的空军侦查,为避免暴露,第九兵团战士在将近零下40摄氏度的极寒中,昼伏夜行三周,隐蔽敌放,完成对美军的分割包围。十万志愿军战士发起总攻之前,美军毫无察觉。最终,志愿军靠着伟大的牺牲精神、战争智慧战胜了美军王牌部队陆战师。

栏目主持 沈杰群