

在文档里,共享一个春天

中青报 中青网见习记者 魏 晔

玉兰花的花期很短,只有一两周的时间。如今是它开得最盛的时候,一大团、一大团白色的花在枝丫上摇曳。春风拂过,白色的花瓣掉到草地上,不均匀地铺了薄薄一层。上海复旦大学的学生们记得,临近玉兰树的宿舍阳台,衣服晾晒后能闻见一股清香。

但春日时光总是稍纵即逝,尤其是今年。3月13日早上,复旦大学通知,将在当天晚上8点启动校园封闭管理,在校师生不许离校,管理时间暂定两周。

两周后,玉兰花大多败了。有同学端起相机,去校园各区拍下白色、粉紫色的玉兰花。这个时候,南区一栋男生宿舍门前的玉兰花,已经稍稍败了。但同学意外发现,光华楼前几棵樱花树上,花蕾仍蓄势待发。

人们想尽各种办法留住春天。复旦大学社会发展与公共政策学院一位女同学创建了一个共享文档,她在文档里鼓励同学们分享感觉快乐、舒适、宽慰、浪漫的温柔时刻。

这里是一个舒适区,一个避难所。希望点进来的同学能收获片刻愉悦!创建者在这份命名为《温柔时刻分享组和精神互助避难所》的文档里说。

关于春天的一切很快涌入文档。这份创建于3月13日下午的文档,如今已有500多条、近3万字留言。留言记录着校园里许多容易被忽视的温柔。比如,校外一家花店的老板娘决定只开业到13日,当天所有鲜花打折出售。有同学从她那买来了两束花,花店不开,花要继续开。许多同学开始囤积水果,囤得最多的是橘子和橙子。

还有一个同学,得知准封闭的通知后,马上告诉心仪的对象,暗暗期许对方能提出见面一面,但对对方没有任何表示。在文档里,这位同学给这份感情画上了句号,“青春有限,不值得为此患得患失”。

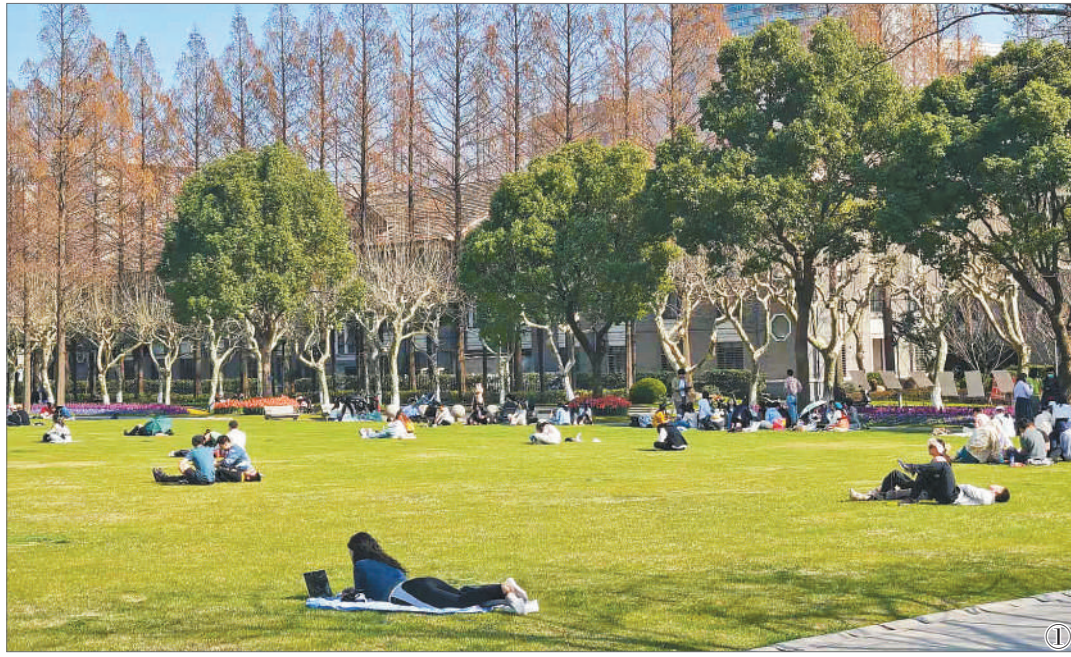
春天,常常与开始、萌芽这类词语相伴。来自不同院系的学生,不约而同地决定,要抓住春天。例如,大胆约上喜欢的对象吃晚饭,在校园里散散步。又或者像那些在校园内凹造型的女同学,脱下羽绒服,换上碎花裙。

趁着早春,赶紧把压在箱底一个冬天的春装翻出来,不然温度上升了,得直接穿短袖。

在这个文档收藏的信息里,换装的还包括一只白猫。有人给它穿上了蓝白条纹的短袖,让它躺在草坪上晒太阳。

复旦大学里那些自由自在、到处游荡的猫,在校园封闭之前,被许多学生惦记。有人带着猫粮赶去教学楼,对着树大喊一声,一只小猫应声下树,准备吃饭。核酸检测点人来人往,一只白猫在旁淡定地舔屁股。还有一只小猫猫,在2020年疫情刚开始时出生,如今在复旦一处偏僻的车棚里,躺在摩托车坐垫上睡大觉。

在忙碌的校园里,光华楼前的草坪是最受欢迎的放空场所,能让人精神得到



① 3月13日,来“光草”上打发时光的同学,比往常更多。

② 胡凡在草坪上度过她18岁生日。

③ 南区学生宿舍的超市里,留言墙前摆了一束鲜花。

④ 在准封闭前,李莉莉特意去校外的花店,买了一束花放在书桌上。

本文图片均由受访者提供



短暂的按摩,被同学昵称为“光草”。新闻学院大二学生李莉莉常常选择穿越草坪去上课,她喜欢这片绿色。

李莉莉也在文档里记下她的春日时光。她从讲究题海战术的县城高中考到复旦,讲究务实,对自己要求很高,日程表常常排得满满当当。13日那天,她计划要学英语、写课程作业、准备暑期实践的选题和一个学术项目。但得知校园准备封闭的消息后,那个平日绝不躺平的莉莉临时起意,给自己放个假,去“光草”躺一下午。

这一天,来“光草”上打发时光的同学,比往常更多。有人带着保温杯,在草地上随意铺块布,趴着看电脑;有人直接把衣服往脸上盖,躺平,还有人放了约两个小时的风筝,或是穿着最普通的休闲装大声唱歌。

草地上那些三三两两扎堆儿的,都是年轻的面孔。啤酒酒的也有,吹口琴的也有,玩桌游的也有。还有人看书,看《二十首情诗和一首绝望的歌》。“光草”现在还可以躺得下!一个同学在共享文档里吆喝。

李莉莉认真真地在树荫下躺了两个多小时,一度有想睡着的感觉。她突然发现,原来天空那么高,那么广阔,点缀着薄薄几卷白云。她以往可不敢这么放肆,有时躺十几分钟,就要弹起身来准备学习。

在复旦,她见过许多浪漫的事。她所在的宿舍楼,有个给学生晾被子、背英语的小

露台,在之前学校因为疫情严格管理的时候,有两位同学把小书桌搬到小露台,摆上两个杯子和一堆零食,在地上铺上瑜伽垫,相对而坐,像在喝下午茶。

李莉莉一度感觉不合群,我不浪漫。这一次,在准封闭前,她特意去校外的花店,买了一束花摆在书桌上,她在努力地学习浪漫。

大一学生胡凡那日也在“光草”上打发时间。她决定提前度过自己的18岁生日。她约了八九个女同学,到草坪上吃晚餐。一切都是临时的、随机安排的。野餐布一时借不着,直接把蛋糕、披萨和炸鸡放在草坪上。没找到打火机,她们把蜡烛插到蛋糕上,假装已经点燃。

准备要唱生日歌了。有个同学提议,我们要大声唱,让全“光草”都听得见。这些女同学把胡凡围在中间,一边拍手,一边唱歌,越唱越响,吸引了周围的目光。她们忽然感觉有点害羞,微微低着头继续唱,有人唱完以后,脸都涨红了。

一曲唱毕,胡凡听到了离得最近的同学,开始鼓掌。慢慢地,她听到越来越远的掌声,最后,几乎所有在“光草”上的学生都在鼓掌。她有些不知所措,有人调侃她,现在,所有人都知道你生日啦!

她就在落日风和掌声中度过了生日。在她印象中,那天的落日格外红,坐在“光草”上,能看见咸蛋黄一样的太阳一点一点掉进树丛深处。

拍手鼓掌的人群中,还包括也在当天过生日的林思玮。正和同伴聊天时,她突然听到草坪有人在唱生日歌。她搞不清楚歌声从哪个方向传来,是什么人和她有如此深的缘分。

她身边的同学,正在看书、看电脑、弹吉他、做各种各样的事,但在那一刻,大家暂时放下手头的事,用鼓掌的方式,给这位过生日的同学送上祝福,然后,继续埋头做自己的事。

林思玮打开那份共享文档,记录她的生日感悟。(感受到)和任何事情都无关的纯粹的善意,“光草”的风很温柔。

许多高年级的同学偶尔会想起疫情前的春天。那时,许多市民能进出复旦,推着婴儿车到“光草”散步。常有大爷大妈早上7点就在学生宿舍楼下打球。网球拍打的声音能吵醒许多学生。

某种程度上,这次准封闭管理或多或少地推迟了学生原先的计划,胡凡所在的年级本来计划在3月去春游,如今只好延期。林思玮喜欢越剧,一部名为《孟丽君》的越剧让她等了一年之久。如今,她只能在微博上转让这张票。有好心网友提醒,这部戏也延迟演出。

复旦大学经济学院大三学生于欣的春

季实习也有了改变。她的实习单位在浦东陆家嘴,金融券商公司扎堆的区域,受疫情影响,实习只能从线下改为线上。

每个同学都有许多苦水要倒,但总结这些,只会越倒越苦。这份文档并不是让所有人漫无目的地分享所有,而是有选择性地分享好的一面,尤其是在充满不确定性的当下。于欣在看到共享文档时,上传了一张鲜花的图片,还推荐了她最喜欢的电影《教父》。不久后,有同学给她留言,中午刚刚看过这部电影。

分享书籍、影视、游戏、音乐的冲动,让进入文档的同学们有了新的连接。于欣的室友爱好游戏,当她看到文档里其他人提名某款小众游戏时,大呼惊喜,有种找到同类人的感觉。文档里推荐的音乐接近100首,于欣计划用接下来两周的时间全部听完。

复旦大学的文科图书馆也比以往热闹,于欣的室友借了诗集,计划两周内读完,另一个同学借了《电影通史》,一些热门书籍甚至要争抢才能借到。还有男生担心未来半个月去了室内体育馆,花一个下午的时间在健身房“撸铁”。

如果仔细追溯,复旦大学的同学们此前也曾自发创建过类似的共享文档。2021年11月,当复旦大学江湾校区对人员和环境进行筛查时,当时的共享文档里填满了学生的实际需求:日抛隐形眼镜、洗面奶、剃须刀。

而这次,被同学称为“温柔文档”的链接传播更广。两者区别在于,后者更加关注精神和内心。毕竟,同学们都知道,学校会保障学生的生活需求,甚至连理发都考虑周全。

有人说,“温柔文档”像是全校同学朋友圈的集邮,它的价值在于被看见。一位即将毕业的大四学生转发文档,希望将来有机会能通过这个文档,回忆母校。

这份文档还记录了许多人被惦记的故事。有个新闻学院的男同学正在旁听中文系王文晖老师的课程《古代汉语》,老师特意找到这个旁听生,给了他下周线上课程的网络链接,要辛苦两周了!

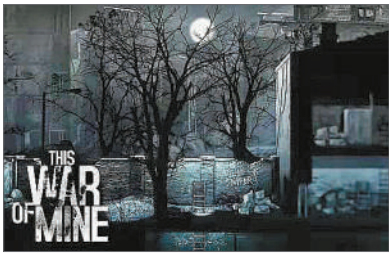
这名同学想把许多事记入文档里。比如,他做家教兼职的学生父母,专门在家腾出一个房间给他装书,还帮他找到一本国外的大学教材。

他常利用空闲时间,做家教兼职,带小学生阅读四大名著,这次准封闭管理,反而让他有了属于自己的时间,生活节奏变得和室友在一起待更长时间。他在宿舍里插花,发布了好几条短视频,在短视频平台成功收获了80位粉丝,隔离结束后,其实也有很好的春天。

有同学开始计划隔离结束后的日子。去崇明岛露营、看流星雨或许是其中的选项。还有同学提议,江湾校区有片比“光草”面积更大、草更密的草坪,被戏称为“江湾大草原”,等隔离结束后,一定要游荡去那里,再躺一会。

(应受访者要求,李莉莉、胡凡、林思玮、于欣为化名)

影音书画



只是游戏而已

郭玉洁

黑色,如果人对起火和流血已经习以为常,能记住的就只有黑色。轰炸过后,木板、瓦砾、石块砸下来,公寓变得残破,漏风漏雨。灯泡挂在电线上摇晃,闪电闪烁。

这是电子游戏《这是我的战争》创设的场景,一个昏暗、飘摇的战争避难所。游戏里,玩家不扮演战士,而是为1到5个不参战的平民出谋划策。这些角色里有孕妇、小女孩、双腿残疾的电台播音员、学音乐的大学生、厨师、拾荒者、数学家、律师、记者。玩家选择了人物后,要让他们相依为命,活到战争结束那天。

这个压缩的避难所有往日生活的痕迹:冰箱门上零散贴着的便签,摆在墙边的木马玩具。庭院周围低矮、带花纹的栅栏,院子里两架高高的秋千。但战争很快改写了城市秩序。

钱首先失去了价值,市民开始以物换物,食物、药物最紧缺,一颗珠宝也换不来一瓶抗生素。市场行情混乱,咖啡豆一度被视作货币,“最值钱”,但很快就贬值。战争带来的不可预测性让新手玩家措手不及,市民变得焦虑、歇斯底里,一个人的胸口头是:不断的枪击声让我近乎发疯。游戏里的人际交往法则是防备,遇见任何陌生人都要尽量躲着走,没有人能保证他不会抢劫或攻击。

游戏从战争的第二天开始计时。游戏人物要在白天休息,补充能量,修房子,制造工具,在晚上轮流外出拾荒、交易,甚至偷窃、抢劫,以获补给,在这个过程中可能丧命,日夜交替,日复一日。没有人知道战争是否会结束,会在哪一天结束。

作为罕见的平民视角战争游戏,玩家在《这是我的战争》里感受到的,与传统战争游戏大相径庭。

一位玩家说,自己习惯了以往“扫荡般”拿到大批物资、枪支弹药、急救包、能量饮料,而在《这是我的战争》里,常常整局都手无寸铁,连着饿两天也是常有的事。

游戏设计让玩家感知到人在战争里如此脆弱。人物的精神状态被当作一个重要变量,同伴死亡、遭遇劫掠,都让人物更抑郁。抑郁状态下,最有力气的人也会什么都不想干。一位玩家说,熬到第16天时,他的5个平民只剩2个,其中3个都在找物资时被打死;最后,一个女孩又饿又累,精神也接近崩溃。她派厨师出去找食物,想着把罐头尽快给女孩,她就能慢慢恢复了。结果厨师回到家打开门,发现女孩已经在绝望中自杀了。

有人觉得这款游戏很难打通关,抉择艰难,只能“饿死”“被杀”“被别人”。有人终于实现了物资自给自足,但却在等待战争结束后陷入更深的绝望,不知道这样的日子什么时候才是尽头。有高级玩家能熟练地多次通关,写了篇很久的攻略,但却草草收尾,因为“终于厌倦了”。她心里明白,当战争真的来临,她不可能像游戏里那么游刃有余,还是会像海明威说的那样,像家畜一样毫无意义地死去。她厌倦了这个游戏,因为厌倦战争本身。还有一位玩家在第一次活到战争结束时,坐在小出租屋里哭了好几天。

有人觉得这太矫情了,只是游戏而已啊。这的确只是游戏。在游戏的原型波黑战争中的塞尔维亚围城战里,有1万多人死去,其中超过1500人是儿童。

《大崩溃时期的波斯尼亚生存记录》中,一位亲历者写道:有整整一年,我在一座有五六千居民的城里艰难地活着,没有自来水、电和燃气,没有医疗、民防、食品供给,也没有任何形式的法律或政府武器、弹药、蜡烛、打火机、抗生素、汽油、电池以及食物。我们为这些东西而战斗,像动物一样。在那种情况下,很多事都变了,很多人变成了怪物。游戏里的人物白天不能出门,对塞尔维亚四面环击,在山上围城的狙击手朝街道射击。如今塞尔维亚的街边建筑上,仍有密密麻麻的弹孔痕迹。

《这是我的战争》的设计者们说,他们要用游戏机制反映真实问题,并尽可能避免这类事件被“游戏主义化”。他们想在设计里提醒玩家,这有可能在任何国家、任何城市、任何人身上发生。

但无论怎样,这仍然只是游戏。它压缩了时空,以及时空里的一切。游戏里,那只圆盘钟表走过12个小时,只花了10分钟。有经验的玩家都知道,游戏里,战争在第45天结束了。而现实中,塞尔维亚的平民被困了整整4年。

实习生 贾静略

0时,北京市朝阳区一栋写字楼的24小时健身房,和白天一样明亮。

熊敏在一台跑步机上运动。它位于最角落,右侧紧贴墙壁,离所有健身器材最远。站在上面的人拥有某种“不”被注意的安全感。这是深夜健身带给她的“特殊权利”。如果提前两个小时,跑步机上永远没有人,像一场接力。

据保安观察,深夜健身者大多数会在22时到23时30分之间进门。最近次日3时还没离开。来者大多是年轻人,男性占多数,每天都有新面孔。鲜有人熬夜坚持,夜深人静,跑步机最受青睐。杠铃、器械则不那么受欢迎。

一位24小时健身房老板,将深夜来健身的人归纳为几类:附近餐馆的服务生,办公室里加班的“社畜”,失眠者,以及被老婆赶出家门的中年人。

夜深了,健身房里几乎听不见交谈。白天火热的音乐、金属器械撞击的声音也安静下来。只有头顶的空调发出低沉的轰鸣声。

熊敏穿着一身黑色运动装,戴着舌帽,手机里放着电视剧,在跑步机上快走着。她喜欢安静的环境,便于运动时思考。再加上长久的失眠,她将健身的时间固定在每天22时30分以后。

曾有一段时间,熊敏总是凌晨一两点时来到健身房跑步。配速稍稍提升,她会感到心跳不正常地加快,心脏一阵刺痛。字节跳动员工在健身房猝死,北京一男子在健身房内猝死,家属索赔166万,34岁重庆男子健身房运动后猝死,健身房猝死新闻让她担忧。

她对新闻里的描述一条一条检查自己。不属于类似的高风险人群,最终她给自己下了一个定义:一个普通互联网“社畜”,不常有“劳动密集型加班”,精神压力没那么大。于是第二天结束加班后,她还是转头走进了健身房。

1时,熊敏走下跑步机,往家里走去。她在2时左右准时入睡,在3时和凌晨5时分别醒来。由于失眠,她每天的深度睡眠时间不超过3个小时。

短暂的睡眠过后,是早高峰与漫长的通勤。之后熊敏走进公司格子间,与电脑屏幕、会议、外卖度过一整天。她在一两家互联网医美公司负责App的页面运营,虽然工作压力比不上“大厂”,但忙的时候也要加班到22时多。熊敏不到30岁,肠胃和腰椎都出了毛病。

2020年初,熊敏的前公司精简人员,

修改了绩效考核制度,按照加班时长确定每个人的绩效,并要求周日加班,一些员工被迫辞职。离职浪潮中,熊敏遭到同事的孤立。部门的团建,她是从同事忘了屏蔽她的朋友圈中知道的。

强撑了两个多月,熊敏提出离职。她原本等着公司裁员,拿一笔补偿款,这下补偿也没了。那段时间,熊敏常在深夜痛哭,也会一口气吃掉7个甜甜圈,体重暴涨了20斤。辞职过后,熊敏回了大连的老家,休养生息。

幸好还有跑步。挣扎在无止境加班、同事的“冷暴力”,以及不知道何时会到来的裁员中,跑步,是熊敏唯一能够抓住的一点确定性。相比起工作,跑步的回报是明确的,多跑一公里,就多收获一公里乐趣。这是她坚持了4年跑步的原因。

最开始的时候,她只能跑3公里,渐渐地,5公里,8公里,15公里,20公里。跑步机上的数字不断刷新,熊敏感到一种巨大的快乐。她开始相信,只要你去做了,肯定就会变好。

2020年8月,熊敏回到北京,找了一份新工作,老家挺好的,适合躺平,感觉那里人,脸上都没有什么欲望。后来想,如果人一生的还想有什么进步的话,还是要去大城市。回到大城市后,熊敏在新公司附近的健身房办了一张卡,深夜继续在传送带上秘密前进。

教练蒋希原本是一名培训机构的老师,也是一名资深的健身爱好者。或许是因为练得久,从去年开始,她频繁地被一同上团课的学员夸奖,可以去教教练了,又被代课的教练怂恿,决定去考一个舞蹈教练证。一个月后,她通过考核,成为了一名兼职健身教练。同时在3家健身房代课。

正式进入这个行业后,蒋希发现,团课对于女教练的身材要求比男教练更加严格。虽然没有哪家健身房明文规定女团课教练一定要瘦,但蒋希常常能在下课之后听到学员聊天,我希望那个教练更瘦一些,或是直接在课程的评论区评价教练身材。

蒋希很快接受了这份职业的要求,并开始控制饮食,而她的体重只有100斤出头。这个舞蹈本身叫什么,叫燃脂舞,就是为了瘦才来跳的,你越跳越胖,谁还跟你跳?蒋希说。除了身材以外,对女团课教练的要求还包括长相,以及有没有化妆。

22时,也是餐厅打工者潘晨骏到健身房的时间。餐厅21时30分关门,收拾完后,潘晨骏骑上共享单车,直奔健身房。他总是先在跑步机上跑40分钟,再练一遍所有上身器械,一套练下来,大约两个小时。

一年前,20岁的潘晨骏从老家山西来到北京三里屯的一家餐厅打工,过着“睁眼、上班、下班、合眼”的生活。那时他的体重是220斤,看着镜子里臃肿的身体,他在心里反复安慰自己:挺帅的,也不胖嘛。直

的培训机构倒闭了。她在失业的痛苦中暴饮暴食,开始疯狂摄入减脂期不敢碰的主食,米饭、馒头、面条、饼,以及大量的酒、炸鸡、巧克力派。

今年1月,蒋希终于找到了一份幼儿园教师的工作。朋友们看到她,惊讶“怎么变得这么胖了?”

不能再这样下去了。蒋希花了两个月的时间强迫自己改掉暴食。每周6天,她下班后几乎所有的时间都待在健身房,直到深夜。

3月7日这天,蒋希离开健身房的时间比平常更晚一些。她等到团课教室空下来,将手机架在教室中央,举起地上的杠铃,开始录制自己的杠铃操教练考核视频。

空旷的教室里,随着每一次杠铃推举,蒋希背部的肌肉有规律地起伏着。这个女孩不满足于有氧训练带来的纤细身材,她更向往拥有一身大肌肉,她的新目标是考一个杠铃操教练证。22时,她开始了训练。



跑步机上深夜健身的人。视觉中国供图

深夜健身房藏着一千种秘密

课。来到的健身房。但也因为不驻店,那她丧失了在这个行业上被推荐的机会,只能依靠老客户推荐新学员。在App的界面上,每一位教练的累计课时、证书、好评率,以及过往学员的评价都以数据的形式呈现出来,并决定着推荐位的排序。在这些健身房中,教练没有底薪,代课量决定其全部收入。

互联网模式的健身房有着一种极其详尽的规则,一旦监控摄像头拍到教练违规,比如教课时坐下了,便会向教练进行处罚。有时,总店的客服,那些监控后面的监督者,会到店面对教练进行检查评估。

蒋希很快接受了这份职业的要求,并开始控制饮食,而她的体重只有100斤出头。这个舞蹈本身叫什么,叫燃脂舞,就是为了瘦才来跳的,你越跳越胖,谁还跟你跳?蒋希说。除了身材以外,对女团课教练的要求还包括长相,以及有没有化妆。

22时,也是餐厅打工者潘晨骏到健身房的时间。餐厅21时30分关门,收拾完后,潘晨骏骑上共享单车,直奔健身房。他总是先在跑步机上跑40分钟,再练一遍所有上身器械,一套练下来,大约两个小时。

一年前,20岁的潘晨骏从老家山西来到北京三里屯的一家餐厅打工,过着“睁眼、上班、下班、合眼”的生活。那时他的体重是220斤,看着镜子里臃肿的身体,他在心里反复安慰自己:挺帅的,也不胖嘛。直