动画电影《深海》关注抑郁症青少年——

汲取心海的力量 向着光明的方向

□ 李峥龄



在精彩纷呈的春节电影档中,有一部以 青少年为主题的动画电影《深海》值得关 注。这是一个以奇幻冒险为包装、讲述了青 少年抑郁症患者如何治愈的故事,也涉及家 庭教育中的诸多问题。

不容被忽视的精神健康

《深海》从女孩参宿缺乏家庭关爱、患上抑郁症开始,然后以大海航行为引,构建了一连串求死前的奇特幻想,最终重启新生活的感人故事。观众穿越深海,看到希望和救赎,所有追求的、热爱的、经历的,都终将成为一束光,照亮每个人的心海。

抑郁的青少年往往被贴上"内向""不合群"的标签,自己也觉得不快乐是一种屈辱。就像参宿的一段自白:"有时候,觉得自己做什么都不对,好像妈妈离开也是我的错。"但参宿的父亲认为抑郁症根本就不是病,"你只要多笑笑就好了",不让参宿进行正规治疗,差点闹出人命。实际上,抑郁症并不是简单的坏情绪或者性格内向,而是需要治疗的疾病。

参宿的父母长期争吵而离异,失去监护权的母亲对孩子越来越疏远,拥有监护权的父亲再婚生育后也冷落了长女。她认为自己被抛弃了,而且归咎于自己,是自己不乖、不好,妈妈才会离开家、爸爸才会不喜欢自己。作为一个未成年人,她无法处理自己复杂的情绪。她需要爱和安全,却不得不将渴望深深藏在心底。她整天将自己裹在妈妈留下的红外套中,一个人独来独往,讨好地对每一个人微笑,却

失去了真正的快乐。

生活中不一定会出现电影中这样戏剧化的情节,抑郁症的发病原因也很复杂,但如果父母子女之间缺少沟通、情感冷漠,或多或少会影响青少年的精神状态和心理健康。因此,我们呼吁理解、尊重、陪伴抑郁患者,他们的身心痛苦需要被看到、关爱和治疗。一旦孩子出现长期的抑郁状态,一定要去正规医院治疗。

多方合力疗愈青少年

除了专业治疗,来自学校、社会和家庭的关爱也必不可少。《深海》中一开始是老师发现参宿情况不对,提醒父亲注意。父亲带她去海边散心,参宿坠海,被陌生人南河拯救。南河劝慰她:"有时候这个世界看上去是灰色的,不像梦里那么五彩斑斓,可是,就算是这样,也一定有些光亮在等着你,哪怕只是些很小的瞬间,也值得你努力活下去。"

这个情节探讨了社会的关爱: 陌生人的善意 也可以成为一个人坚定前行的力量。

作为父母,是养育孩子的第一责任人,即使夫妻离婚了也永远是孩子的父母。参宿最大的痛苦就是妈妈离开以后就逐渐失联了。作为监护人的父亲重组家庭,也忽视了女儿的心理过渡,特别是生了二胎之后,处处要女儿让着儿子,"让着弟弟"这样的说法和做法也会让老大感到受排斥。无论年龄大小,家长都要对孩子讲公平、规则。生活远比电影复杂,需要家长用更大的智慧和持续的耐心,温柔地坚持。

治愈精神健康问题,不可或缺的还有自我认知的调整。"若一次次被打碎,便一次次拼凑起自我,夜很长,但我会勇敢地走下去。""做自己的光,不需要太亮,足以挨过寒冬和黑夜就好。"愿每一个青少年都能从《深海》中,汲取来自"心海"的力量。

(作者系科普作家、金牌阅读推广人)

正月十五,闹"元宵"

——春节风俗探源(三)

□李英

每年农历的正月十五,我们就迎来了一个重要的传统节日——元宵节。"元宵" 是什么意思呢?

"元"的本义是人的脑袋,引申为开始、起初,比如"元旦"就是一年的开始。 "宵"指的是夜晚。元宵,就是一年之中的第一个月圆之夜,也就是正月十五,

这么特殊的日子,怎么庆祝呢?主要是看月、看灯和看人。"有灯无月不娱人,有月无灯不算春。春到人间人似玉,灯烧月下月如银。""谁家见月能闲坐?何处闻灯不看来?"月与灯交相辉映,美不

据说汉代的时候,吕后专权,扶持吕氏家族。后来吕氏死后,诸吕作乱,周勃等人平定了叛乱。为了纪念这件事,汉文帝把正月十五定为元宵节,与民同乐。到了唐朝的时候,放灯的规模非常大,花样特别多。正如唐诗里写的:"火树银花合,星桥铁锁开。"宋代的元宵节也热闹得很,从辛弃疾的词里可以窥见当时的盛况:"东风夜放花千树。更吹落,星如

前面提到,元宵佳节,看月、看灯,

还看人。在古代,平时的夜里实行宵禁制 度,禁止大家在街上溜达,让大家赶紧回 家睡觉。有外面瞎溜达的会被抓起来。到 了元宵节时,取消宵禁,人们可以尽情玩 耍。所以,人们很重视元宵节,街上有卖 灯的,有卖糖人的,有卖面具的,有街头 表演的;还有很多美女,平时不出门,这 时候打扮得特别漂亮,结伴出行。看灯的 时候,还顺便可以猜谜语,贴在花灯上的 谜语叫"灯谜",猜中有奖,所以吸引了很 多人参加。别的节很少这么热闹,要不怎 么说是"闹"元宵呢。北宋司马光有一阵 子住在洛阳。有一年元宵节, 夫人打算出 门看灯。司马光说:"家里就点灯了啊,为 什么上外面去看?" 夫人说:"出去不光看 灯,还想看看游人。"

我国的节日有个特点,就是每逢佳节必定吃点什么。元宵节也得吃点儿特殊的,那就是元宵,圆圆的、甜甜的,象征团团圆圆,甜甜蜜蜜。北方一般叫元宵,南方叫汤圆,做法也不太一样。

很多故事都发生在元宵节。相传,隋 朝军队灭南陈时,南陈的乐昌公主和驸马 徐德言知道即将国破家亡,就将一面铜镜 打破,一分为二,各执一半,作为日后相



见的凭证。两人约定:如果公主还能活着,就在元宵节时派人到闹市卖半块镜子,这样徐德言就知道她的情况了。后来 乐昌公主被俘,成了隋朝大臣杨素府上的 侍妾。徐德言长途跋涉,到京寻访。元宵 节那天,他拿着半块镜子前去集市,果然 见到一位老仆人在叫卖镜子,两块镜子合 在一起,严丝合缝。徐德言知道了乐昌公 主的去向,回忆起两人的感情,知道今生 难以再见,不由泪流满面,在半面镜子上 写道:"镜与人俱去,镜归人未归。无复嫦 娥影,空留明月辉。"老仆回报乐昌公主, 公主见了诗,终日茶饭不思,以泪洗面。 后来杨素得知此事,颇为触动,决定成人 之美,找来徐德言,让他们夫妻得以"破



(视觉中国供图)

还有我们熟悉的一个故事,也和元宵节有关。陆游的《老学庵笔记》里记载,有个叫田登的郡守,不许别人提他的名字,谐音也不行。等到了元宵节,官府贴出告示,不敢说"放灯",只好写:"本州依例放火三日"。于是有了"只许州官放火,不许百姓点灯"的典故。

(作者系中国科普作家协会科学文艺委员会委员、文学博士、"三千字"品牌联合创始人)



在观影中上一堂灾害教育课

□ 罗明军

连日来,科幻电影《流浪地球2》引发公众对地球未来的讨论。太阳风暴、陨石坠落、巨型海啸……剧中有很多情节与灾害知识密切相关。天体撞击跟火山、地震、台风一样影响着人们的生产生活,甚至人类的生存。"死亡与毁灭"是科幻主题之一,也是全人类关心的重大议题。那么,如何借助《流浪地球2》,让青少年通过观影接受一次灾害教育呢?

立足基础,建构灾害认知体系

基础知识是树立灾害概念、形成灾害认知科学体系的前提,更是青少年形成防灾意识和素养的基石。以《流浪地球2》呈现的知识为基础,引导青少年将科学思维向纵深发展,符合认知发展规律。

《流浪地球2》里提到"今月曾经照古人"。月球绕地球公转与其绕自转轴的自转,两者周期相同。因此,月球永远以同一

面对着其围绕公转的地球。在月球的潮汐力 作用下,地球的自转轴也十分稳定,这是中 学生的基础知识。

如果电影中的"逐月计划"得以实施,把月球推走的话,科学家估计地球自转轴倾角将会有0度到85度的巨大变化。这会导致黄赤交角的巨大变化,引起地球上大气环流、两极冰盖、海平面等自然环境的剧烈变化,进而影响生物及人类的生存。正是由于月球的存在,地球的自转轴变化很小。太阳、地月系及地球自然环境长期保持稳定,是生物演化、人类出现的重要前提。

太阳风暴、海面上升……这些故事情节引导青少年查阅相关灾害知识,将电影中的灾害情节与已有相关知识进行链接。建构科学的灾害认知体系,形成有意义的认知整体,有利于加深灾害认知的深度,开阔学生的科学思维。

专题探究,培养防灾减灾能力

串联灾害知识,组织专题探究活动,助力学生防灾减灾能力的养成。在具体情境问题的解决过程中,内化灾害知识,外化应对灾害的行为,有助于防灾减灾能力的培养。

比如围绕外来物种人侵开展专题探究, 学生必然会主动了解相关的生物知识,形成 一定的沉淀,才能顺利开展物种人侵专题探 究活动。

当灾难来临,《流浪地球2》中以行星推动器提供地球运行动力,以地下城安置人类幸存者。灾害一直是人类感到头疼的"难解之题",防灾抗灾、减灾救灾是人类为生存发展而斗争的恒久课题。作为教育工作者,我们应进行灾害教育,培养青少年防灾减灾的意识和能力,这是《流浪地球2》带给我们的重要启示。

虚拟现实,具身感知灾害场景

据记载,1755年11月1日上午9时40分,葡萄牙首都里斯本突发地震。一小时后,又一次地震。幸存者奔向海边,却被地震引发的巨浪卷走。两波地震,造成25万人口的里斯本有7万人丧生。文字描述让我们对里斯本地震印象深刻,却不能具身感知灾害场景。如果能在科学馆的地震小屋模拟地震场景,或者利用VR等沉浸技术让学生具身"感知"灾害现场,比单纯文本阅读更能加深学生的灾害认知。

《流浪地球 2》的虚拟现实技术不仅为我们研究自然灾害提供了借鉴,还呈现出人类在防灾减灾过程中的团结奉献和责任感,对青少年是一次良好的灾害教育机会。"危难当前,唯有责任",主动参与防灾减灾行动中,是灾害教育的重要内容。

(作者系深圳市龙岗区龙城高级中学教师)

巴塞罗那宇宙盒科技馆:

"搬"来真实的热带雨林

□ 文/图 霍菲菲



热带雨林展区

巴塞罗那宇宙盒科技馆于2004年开放,它被称为"欧洲最好、科技水平最高,也是最真实的科学博物馆之一"。该馆既有收集生物化石、呈现热带雨林来讲述历史故事的自然博物馆的特点,又有探究科学原理的科学中心特点。在当今这个学科研究逐渐细化的年代,宇

宙盒科技馆尝试弱化学科之间的界限,"真实"呈现生生不息的地球生物圈背后的科学。 与一般博物馆不一样,宇宙盒科技馆依

与一般博物馆不一样,宇宙盒科技馆依 提比达波山而建,从外面看,只有一层,但 进去后会发现内有乾坤,地下居然还有五 层。地面一层是观众接待中心,地下五层从 上到下依次是咖啡厅、天文馆、生物教育活 动区、会议室和大教室。

一件件实物讲述自然故事

进入科技馆,首先映入眼帘的是建筑内悬挂的巨大的树根。从这个象征着"生命之树"的树根标本出发,沿着螺旋坡道向下就会进入主展厅。主展厅空间非常大,有4个主题:无生命展区、生命展区、智慧展区以及人类文明展区。这里处处体现了"真实"二字。

无生命展区展示了真实存在于自然界的各种岩石,它们记录了地球上还没有生命出现时的样子。生命展区则展示了地球的生命物质,包括种子、海螺等呈现出生物多样性的化石实物。在智慧展区,观众可以看到从第一代

手机到最新款手机的实物变化,看到摩托车、机械臂等发明如何改变人类的生活方式。人类文明展区则点明了人类文明与自然界之间干丝万缕的联系。当多个贝壳摆成波浪状的造型和一条金属链条并列展示时,不难看出人类有很多设计理念来源于自然。这一件件真实的物品是大自然神奇力量的证明,也体现了人类研究自然并进行创造性活动的智慧。

展示最真实的热带雨林生态系统

热带雨林展区或许是宇宙盒科技馆最真实、最生动的部分。这个1000平方米的热带雨林温室,是多年前该馆的建设者们远赴巴西,在亚马孙热带雨林里选定一片合适的区域整片移植到科技馆内的。

作为一个独立展区,它向公众展示了最 真实的热带雨林生态系统。因为不光是整片 热带雨林的树,原本生活在这块土地上的各 种动物,也同样被迁移过来。透过玻璃,观 众能看到形形色色的动植物。树木的枝干高 大粗壮,庞大的根系扎于水中;各种鱼类在 水中悠闲游动;鸟兽在树枝间飞翔跑跳。展 区会根据环境监测数据,适时启动人工降雨,当阵阵急雨敲打雨林的树木和水面时, 蛙鸣鱼跃,场景无比震撼。

更有意思的是,参观者还可以沿着小路 进入雨林内部,感受它的勃勃生机。整个内 部空间充满了湿热感,上面栖息着鸟类,中 间有昆虫和蛇,下面有哺乳动物和龟,水中 有各种鱼类,让人目不暇接。

巴塞罗那宇宙盒科技馆最重要的特点是 真实,真实的物体和现象将诸多生命的生存 故事娓娓道来,激发了公众的兴趣。在这 里,来自世界各地的游客通过一件件真实的 化石、真实的标本,以及真实的热带雨林认 知自然、敬畏自然,并感受着科技与自然、 与人类的相互影响。



一科幻世界一

洛池山位于塔克安 行星一处极险高原的腹 地,海拔31577米,这 个高度在塔克安行星上 已经属于小型山脉了。 洛池山上植被茂密,最 矮的树种也有1200米 高,这里的蘑菇都长得 像一个个巨型的降落 伞,这些蘑菇遮盖出的 阴影足有100平方米那 么大。洛池山脉里住着 一群巨人族的巨人,平 均身高13米,他们不分 男女,也不需要繁衍后 代,因为此族群好像没 有寿命限制, 谁也不知 道他们到底存活了多少

巨人族的巨人都长 有一颗 360 度可旋转的 脑袋,每一面都有两只 眼睛,而且目光如炬, 瞳孔由几十万聚光刻1.5 万光年外的事物。他们 的身体分为四面,两条巨 腿,肢体坚硬无比,力 大无穷,能轻而易举把 一块 200 吨重的石头搬 过头顶。

他们居住在一座高约 2000 米的巨大石屋里,这个屋子一眼望里,这个屋子一眼望到头,石头与石头与石头合用任何材料黏结,用任何材料黏结,用,被调整不到的人觉得这屋子就像用整个大山抠出来的一呼,一个一现就像更红灯在闪烁一样。

这些巨人每天都不 闲着,除了晚上在石屋 里短暂休息一会儿外, 其余时间便整日穿梭在 洛池山脉里锯割石块。 巨人们的手是天然的激 光锯片, 他们将挑选好 的巨石按需要描绘出图 案,手随着线条游走, 巨石便被立马切割成绘 制的模样, 而且表面锃 光瓦亮,没有丝毫瑕 疵,像自然形成的一般 齐整。洛池山下已经堆 满了很多奇形怪状的石 制品: 三角头颅配长颈

鹿身子的怪兽、耳蜗形状的飞艇模型、 五官凸出脸颊凹陷的异形怪人等,真不 知道他们为什么要制作这些东西。然而 每隔一段时间,洛池山下的石制品都会 消失不见,也不知道是谁将它们清理掉 了。天测卫星是不敢近距离跑去一探究 竟的,因为这丝毫逃不出巨人族的眼 睛。如果被发现,他们会像撕一张纸一 样将卫星撕成碎片。没办法,只能通过 真空共振频穿过3万光年的距离去遥绘 图像了。

遥绘图传回来的信息显示,巨人们 将石块切割完毕,并不是胡乱堆放到洛 池山下, 而是有专人分门别类将它们按 序号搁置在合适的区间。而且这些石像 并不是成品,它们属于半成品,就像积 木一样,待到需要时必须将它们拼接起 来。据测算,一块最轻的小型配件石块 就足足有365吨重。当这些石制品所需 要的零配件全部切割完毕后, 从外太空 会飞来几架超大型飞船来拉货,这些飞 船大得惊人,每一艘都有类似于金星那 样的体积。飞船会停留在半空中, 打开 舱门后,瞬间一股强大的吸力将石制品 吸入内舱,随后十几个巨人会坐到乘客 舱里,随同飞船一块去往外星球,半小 时后又把他们送了回来。如果没猜错的 话,他们应该是负责上门安装去了,而 这些驾驶飞船的外星人应该就是他们的

洛池山巨人居然做着星际生意,这 太有意思了。然而巨人们不吃不喝又不 需要繁衍,那他们想获取的酬劳是什么 呢? 这些生意又进行了多少年了? 看来 只通过表面遥绘图像这样肤浅的探究是 破解不了答案的。那个石屋里应该有着 不可告人的秘密。终于,通过软件升 级,真空共振频顺利穿过石屋坚硬的保 护层, 获取到了珍贵的情报。原来在石 屋里有一个专门存放客户信息的资料 库,那里面有很多外星文明的订单存 根。遥绘图像居然找到了地球5亿年前 跟巨人族合作的订单。这不看不知道, 一看吓一跳,订单上明明白白写着:金 字塔107座,13个银河日完工;巨石像 1166座,7个银河日完工;佩特拉城3 座,1个银河日完工。酬劳为600万瓦地 磁,用作巨人族续命。

原来地磁是洛池山巨人赖以生存的生命之源,怪不得他们力大无穷!其他存根上还写有火星定制的玻璃穹顶透明石屋、斯坦星定制的2万米擎天柱、列利125星定制的千门石窟等,真是五花八门。然而,这些外星文明到底为什么找他们要这种订单,还有制作它们到底有什么用?这些问题还是让人百思不得

(作者系科幻小说家、山东省作家协会会员)