

以花作喻,打开人生的“答案之书”

□ 司徒剑萍

编创手记

入秋正值开学季,青少年心理健康问题再次引起大众的广泛关注。随着“艺术治疗”被纳入国家本科专业序列,艺术介入心理学临床应用的实践也得到了学术界的认可。《花的万种开法:小林的答案之书》就是这样一部尝试将水墨漫画与心理学相结合的书。

阿德勒心理学流派强调“我们的烦恼和痛苦,都不是因为事情本身,而是我们强加在这些事情上的观念”,由此发展起来的认知行为心理疗法也强调,通过一些技术与方法,可以干预人的不协调的认知与行为,从而达到减轻痛苦、实现自我成长的目的。2025年风靡全网的《答案之书》便是认知行为心理治疗法的实践,成为大众的“心理学道具”。

《花的万种开法:小林的答案之书》则是在“心理学道具”之外,增加了“艺术处方”。林帝浣的小林绘画寥寥几笔,大开大合之间尽显东方写意的韵味。在读者心目中,他是幽默风趣的“跨界漫画家”小林老师;在他自己心里,漫画创作则是对抗人生危机的一个办法。对他而言,漫画本身就是一种治愈。



《花的万种开法:小林的答案之书》,林帝浣著,人民美术出版社出版。

林帝浣用书法写下的人生金句“在这个喧嚣的世界,总有人爱你的格格不入。”“只要你愿意努力,世界就会给你惊喜。”“没有过不去的经历,只有走不出的自己。”这些文字简短、准确、直接、有力,在线上线下广受欢迎,能帮助读者迅速完成自我内心的重构。

这些金句也蕴含了东方的处世哲学。为了让东方智慧得到更好的传播,让更多的海外读者认识中国的水墨漫画,让中国文化走得更远,林帝浣提议做成中英双语书。这些金句也

被一一“还原”到纸上。

经过3个月的反复打磨,《花的万种开法:小林的答案之书》初具雏形。

从整体色调上,我们选择用在心理学意义上传递积极态度的暖色作为主色调。内文我们采用对页设计,左图右文的设计是向中国传统阅读中“左图右史”的理念致敬。漫画部分尽可能地在单独页面中放大呈现,让读者更好地感受中国传统水墨之美。在中英文金句排版上,我们选择了不居中的排版设计,以回应小林老师文字中反复强调“自我不可定义”的回应。

作者在书中提到:“没有真正可以脱离群体意识的个体,我们总会被社会、文化、教育所定义。但是,真正使得我成为这个世界里独特的‘我’的,恰恰是那些微小的、脱离开定义的事情。”我们在页面中间也特别设置了留白,希望读到这本书的读者,能够在每一次翻阅时,在留白处写下自己的心灵笔记,记录下你的人生答案。当你在下一次翻阅时看到此前自己留下的话,你可以说,“我又翻过了人生的一页”。

花有万种开法,人有无限可能。愿每一个鲜活的生命,都能突破内心的局限,活出自己的无限精彩。(作者系人民美术出版社副编审)

秋千、鱼洗和泊松亮斑,物理启蒙的趣味入口

□ 于国辉

公式和定理是科学家描述物理世界的工具,但面向孩子,物理启蒙不妨从他们熟悉的生活开始。

皮球弹跳、秋千摇晃、跷跷板升降、车辆飞驰……在《牛顿来讲理:给孩子的物理启蒙》里,这些日常场景成了孩子观察和理解物理现象的入口。

这套少儿科普读物共有6册,分别围绕声、光、电、热、力、磁6个主题展开。全书将科学史叙事、生活场景和拟人化插图结合起来,帮助孩子在轻松有趣的图文故事中了解物理知识。

把游乐场和运动场“搬进”书里

这套书强调“玩中学”,引导孩子从游戏和活动中发现物理。万花筒、碰碰车、雪橇、秋千、跷跷板、魔术等,孩子对它们很熟悉,也很喜爱。这些都是他们了解光学、力学等科学知识的生动素材。

书中没有直接抛出问题,而是不断呈现一个个神奇的现象:能让人“隐身”的镜子,悬在半空用身体遥控翻书的人,这些自带悬念的画面,会领着孩子去看、去猜、去探究。

除了游乐场和运动场,书中还将古代建筑、古典乐器和传统器物纳入物理探索的范围。编钟、古琴,甚至古人的生活用具“喷水鱼洗”,都成了揭示声学秘密的道具。

用故事和人物搭建认知阶梯

全书以物理学发展历程为线索,由牛顿担任“向导”,带领孩子穿越时空,沿着人类认知世界的足迹,一步步走近物理学,开启一场与科学先贤同行的思考之旅。

书中穿插了许多科学故事和历史典故:我国古代名将马隆用磁石布阵的战例、古希腊数学家阿基米德用镜子退敌的传说、法国物理学家安培在马车里推导公式的趣闻、曹冲称象和怀丙打捞铁牛时巧用浮力的典故。通过生动有趣的故事,这本书让孩子带着好奇心,主动迈向神奇的物理世界。

科学探索之路,有坎坷、有意外。当飞行器接近声速时,仿佛会撞上一道难以逾越的“墙”,需要人们设法突破;科学家们曾因光的性质“吵架”,竟然“吵”出了重大发现,即泊松亮斑……人们在探索的过程中经历的曲折,既是科学进程中的重要印记,也能在潜移默化中培养孩子的批判性思维,成为他们宝贵的认知阶梯。

构建童话般的物理场景

这套书充分运用了拟人化的图文场景设计,让抽象概念以相对亲切的方式出现。声、光、电、热、力、磁都从物理世界“现身”:光有了性格,热有了脾气,磁也有了自己的本领——



《牛顿来讲理:给孩子的物理启蒙》,李亮 汪珂欣著,马婷婷绘,外语教学与研究出版社出版。

孩子与知识的关系,由被动接受逐渐转变为主动交流。

书页之间,万物仿佛都成了物理故事的讲述者:金、银、铜、铁、锡,以及冰块、气球、飞鸟、智能手机,纷纷登台表演:智能手机调皮地汇报磁的功劳:“主人,已为您免钥匙开门30次,记得给五星好评哟!”小鸟认真地评论跷跷板的力学奥秘:“只要支点位置选得棒,蚂蚁也能撬起大象!”……充满童趣的图文场景,让孩子像是在与物理好朋友进行“对话”。

物理原本就藏在孩子们的每一次游戏、每一个疑问和每一回畅想中。一套好的启蒙读物所做的,不是把答案塞给孩子,而是保护他们的好奇心,带他们一起快乐地思考,找到属于他们的物理启蒙之路。

(作者系外语教学与研究出版社编辑)