



《不爱说话的人》 为沉默者谱写的温柔诗篇

麻园诗人是一支来自云南的摇滚乐队。麻园是乐队早期活动和排练的地方，代表了乐队的根源与初心。诗人则精准概括了乐队充满文学性和诗意美感的创作特质。一如乐队名字，粗粝又诗意的气质，该乐队的音乐风格以独立摇滚和另类摇滚为基底，融合了英式摇滚、垃圾摇滚等多种元素，既有粗粝、直接的摇滚力量，又不乏优美、抓耳的旋律线条，风格独树一帜。

麻园诗人的作品创作根植于真实的生活体验与情感抒发，不回避现实的挣扎、人性的复杂与情感的脆弱，但底色总透着一股不服输的韧劲和对美好的向往，传递出饱含生活诗意的动人情感力量。《不爱说话的人》是该乐队于2017年发行的音乐专辑。该专辑延续了乐队一贯的都市诗意气质，以细腻的旋律和诗意的表达，描绘出习惯性隐藏情绪的当代年轻人在情感释怀、寻找自我、走出困难等情景下的挣扎与思索，传递出理解沉默与孤独的情感温度。

专辑封面中，一个模糊的人影置身于朦胧的光影之中，既不回避观者的注视，也不全然显露自我。这种极简的视觉语言刻画出在喧嚣中保持沉默，内心却丰富而汹涌的沉默者形象，与主题完美呼应。

专辑共收录《泸沽湖》《黑夜传说》《晚安》《左边的鱼》《榻榻米》5首歌曲。其中，《泸沽湖》是专辑中具有代表性的一首，旋律如湖面微波，平静却暗藏情绪，将那些在时光流逝中不再回头的人以及被时间吞噬的情感，都温柔安放在湖水的倒影之中。另一首《晚安》则表达了面对困境时不屈服的态度，传递出即使日子糟糕透了，还是要一起道晚安的共情力量。

《不爱说话的人》就像一本写给沉默者的诗集，富有诗意的歌词搭配苦果沙哑而饱含真诚的嗓音，在吉他鼓点的聒噪下，直击人心，演绎出最能打动人心的一份柔软。麻园诗人用他们独特的音乐语言，把沉默写成温柔的诗，把孤独唱成柔软的共鸣。在这个鼓励表达、推崇外向的时代，《不爱说话的人》温柔地提醒我们，安静的灵魂同样值得被倾听，内心的丰盈自有其价值，无需通过滔滔不绝来证明。

融媒记者 郑旭华

《女孩们的地下战争》 女性关系更易 钩心斗角 吗

有这样一种刻板印象：女性之间的关系更容易钩心斗角。在小说、电影、电视剧等流行文化载体中，女性友谊的经典范式往往是背后互放冷箭的“塑料姐妹花”。相反的，男性关系往往与豪迈、义气、忠诚等正面词汇挂钩，即便是恨海情天，也能被附上“快意恩仇”的美名。

这样的总结并不能覆盖所有情况。那么，这种“钩心斗角”是天生的吗？为何女性之间的竞争呈现出了与男性完全不同的形式？或许你可以从《女孩们的地下战争》一书中找到一些原因。

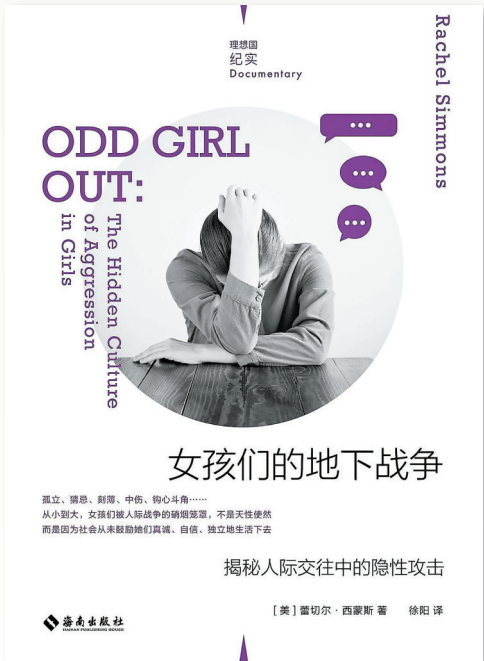
本书是第一本探讨女性霸凌问题的专著。作者蕾切尔·西蒙斯汇总十余年的经验得出这样的结论——“钩心斗角”并非女孩的天性，而是畸形的社交文化所致。

通过与隐性暴力的施暴者和受害者女孩对谈，作者发现，与男孩们“用拳头解决问题”不同，女孩之间的攻击往往以孤立、背后说坏话、言语刻薄等更隐秘的形式进行。这是因为社会期待“好女孩”温和、友善、没有愤怒，因此，当女孩展现出攻击性或愤怒情绪时，她就站在了“好女孩”定义的对立面。相反的，男孩往往被鼓励以直接的攻击解决冲突，从而加固“男子气概”标签。

但隐性暴力造成的伤害是巨大的。这种霸凌往往起因不明，形式模糊，或许只是一个路过时的白眼、走近时忽然停止的聊天声、背着她传的秘密纸条。被霸凌者需要费尽心思去猜测背后的原因，陷入无声的折磨。同时，由于暴力的隐蔽性，家长和老师往往无法及时发现，使被霸凌者陷入孤立无援的境地。

本书也提出了解决这种隐性霸凌的方法。作者认为，从根源上解决这类问题的方式就是不再让女孩们认为自己必须成为“好女孩”，社会、父母和教育系统应当鼓励女孩成为真正的女孩，积极表达自身感受，而不是因“好女孩”枷锁压抑负面情绪和正当的攻击性，使其转化为对其他女孩的隐性攻击。

当然，这种改变并非一朝一夕能够完成，要松动一个根深蒂固的观念，需要多方共同推动。这本书或许能帮助你解释一些“感到奇怪但不知问题在哪”的疑惑，这就是改变的第一步。



融媒记者 俞舒梦



《青春变形记》 心怀勇气 突破守护束缚

《青春变形记》(Turning Red)是皮克斯动画工作室制作、迪士尼发行的奇幻动画影片，以幽默欢快、温柔细腻呈现方式，讲述13岁少女李美莉在家庭期望与自我认同之间的拉扯与成长。

主人公李美莉性格活泼、学习优秀，她的母亲对女儿关怀备至，却也控制欲强，始终以高标准约束李美莉的一举一动。为了满足母亲的期待，她长期压抑真实的自我，扮演着“完美女儿”的角色。然而，进入青春期的李美莉却发现，一旦她情绪激动，就会变身成一只巨大的红色熊猫。这种变形实为家族遗传的“诅咒”，也成了李美莉内心世界外显的隐喻。

影片的主线是李美莉的“自我觉醒之旅”。红熊猫象征着她被压抑的情绪、成长中的焦虑与渴望独立的心灵呼声。母亲的爱既是保护，也是束缚，母女之间的冲突折射出代际观念与文化认同的深层矛盾。导演石之予将自身成长经历融入叙事，赋予影片鲜活而真实的情感质地。

视觉风格上，《青春变形记》采用更具漫画感和夸张表现的视觉语言。色彩明亮饱满，以粉色与红色为主调，象征青春的热烈与情绪的爆发。角色表情夸张，动作节奏轻快，极富感染力。特别是李美莉变身红熊猫的场景，毛发柔软、表情生动，既可爱又象征着压抑情绪的外化。

使用的音乐同样充满时代感。虚构的男子偶像团体“四城男孩”的流行歌曲贯穿全片，营造出一种青春的热度和少女心的共鸣。音乐不仅推动剧情，也象征了李美莉对自由与个体情感的追求。

在色彩斑斓的画面和轻盈的叙事背后，影片传递的是，成长并不意味着抛弃过去，而是学会与不完美的自己和解，每一次情绪的爆发，其实都是迈向成熟的勇气。

融媒记者 王玗铮