

文化漫谈

烂梗“侵”校园，如何管？

□ 姜辰蓉 张京品 郑明鸿

“你好唐人”“你个双肩包”“yyds”……近年来，一些中小学生交流中习惯使用网梗；然而，一些烂梗含有低俗、歧视和暴力等内容，如“唐人”意指“他人有唐氏综合征”，“你个双肩包”谐音是“你个神经病”。

使用什么样的语言，反映了人的精神气质。烂梗的病毒式传播，极易对青少年健康成长带来不良影响。互联网时代，如何丰富语言表达，让孩子们好好说话？

开口段子、闭口烂梗并非个例

前不久，重庆一名初中老师在社交平台上发布抵制网络烂梗进校园的视频，引发广泛关注。这位教师在视频中称，班上有学生用“唐人”“你好唐人”等网络烂梗嘲笑同学，这种行为实在不妥，很不尊重人，希望班上同学不要再出现类似行为。

这并非个例。多名受访教师反映，不少中小学生在日常交流中使用网络烂梗，有的在作文时也会不经意间使用。“大约5%的学生会在作文里使用网络烂梗，日常交流时用得更多。”西部某中学语文教师左获说。

滥用网络烂梗会妨碍中小学生规范使用语言，导致他们的语言表达能力下降。

西安市某小学语文教师薛晨说，孩子们想表达赞美就说“绝绝子”，想描述糟糕就说“芭比Q了”，想表达嘲讽就说“谢特”；长此以往，孩子们会不会丧失对优美语言的理解能力，乃至患上“文化失语症”？

记者调查发现，当前层出不穷的网络烂梗造成公众对信息的理解障碍。“越来越听不懂孩子说话了，生怕

孩子被带歪了。”北京一位家长说，经常为孩子说一些无厘头的网络烂梗感到苦恼。

有的网梗，用一串字母来表达意思，让人摸不着头脑，如“yyds”（“永远的神”）“awsl”（“啊我死了”）“xswl”（“笑死我了”）等等。

有的网梗胡乱演绎，如“人之初，性本善，不写作业是好汉”“老师来了怎么办，拿起菜刀跟他干”等，潜藏不良诱导，可能会对未成年人的三观、审美趣味带来不良影响。“有一次刚上一年级的孩子说，‘唧唧复唧唧，木兰买手机’，不能给我买个手机，让人哭笑不得。”河南学生家长张女士说。

有的网络烂梗，如“唐人”“伞兵”之类，带有人身攻击的意味；一些学生用这类烂梗对同学实施语言霸凌，容易引发冲突。“孩子内心其实都很敏感，听到嘲讽自己的烂梗往往会有情绪。”西部一所小学校长说。

烂梗“风靡”的背后

受访教师和专家认为，网络烂梗风靡校园的背后存在多重因素。

——一些人热衷于“造梗”，各种网梗层出不穷。

记者调查发现，手机正成为大多数孩子日常生活的一部分，不少网络直播、游戏平台、解说视频和插播广告中，夹杂大量网络烂梗。这些烂梗隐蔽性强，悄然渗透进青少年的日常生活。

西北大学公共管理学院副教授王铮说，网民人数持续增长，使网络空间空前活跃，每个人都可能成为创作者，各种网络流行语和热梗成为网络文化的重要组成部分。一些人热衷于编造发明各种梗赚取流量，“造梗”从一种随机的幽默艺术，演变为一种系统性的“文化生产”，其中混杂了许

多贬低他人、不良导向的烂梗。

——烂梗借助网络快速传播。

一些烂梗原本来自畸形的“饭圈”文化，圈内人用烂梗作为暗语，但很快扩散到圈外，引发模仿和二次创作，并在网上快速传播。

“传的人多了，也就有了梗。”中国农业大学新闻学院副教授许颖认为，当前一些短视频平台、社交平台的算法推荐机制偏爱高互动、易传播、有冲击力的内容，一个简单、戏谑、带有情绪的烂梗，能最快地抓住受众眼球；如果受众喜欢烂梗，平台还会反复推送类似内容。

——特定段子梗成社交“必需品”。

一些中小学生反映，网络烂梗是他们社交时的“必需品”。“如果听不懂同学们说话，会被同学嘲笑说，‘你连这个都不懂啊！’”河南一名初三年級学生王啸说。使用特定的段子梗，被认为是一种潮流和社交资本，可以避免在交流中被边缘化。

“我们会无意间听到学生说一些网络烂梗，比如‘你个老六’等。”贵州一所小学校长说，有的学生是觉得新鲜、好玩，错误地认为说网梗是有个性的表现；有的学生是在从众心理的驱使下好奇、模仿，担心不说可能会被同学认为“落伍”。

丰富语言表达，让孩子们好好说话

西安市市长安南路小学校长刘光涛等受访人士认为，每个时代都有属于这个时代的梗，对网络流行语不必一概否定；一些网络流行语和热梗，如“city not city”，不仅有鲜明的时代特色，某种程度上也丰富了语言表达。

语言是文化的载体。受访专家认为，中文是世界上最优美博大、兼具系统性的“文化生产”，其中混杂了许

到汉赋、唐诗、宋词、元曲、明清小说乃至现当代文学，历代先贤给我们留下了丰富而厚重的语言文化遗产。语言规范关乎文化传承，要警惕充斥低级趣味的烂梗冲击汉语语言的规范性和庄重性。

2024年10月，中央网信办部署开展“清朗·规范网络语言文字使用”专项行动，重点整治歪曲音、形、义，编造网络黑话烂梗，滥用隐晦表达等突出问题。2024年10月，教育部办公厅发布关于进一步加强中小学规范汉字书写教育的通知，引导师生在正式写作和公共场合中避免不当使用“谐音字”。今年6月，抖音发布关于治理网络“黑话烂梗”的公告。

陕西省教育系统关心下一代工作委员会副主任张海明说，要根据国家通用语言文字规范、社会公序良俗等标准，确定需要整治的网络烂梗，实现精准发力。相关部门和网络平台等主体要优化算法机制，减少烂梗的传播空间，打造健康规范的网络环境。还要严肃查处利用网络烂梗煽动对立情绪、失范行为。

受访教育工作者建议，要尽量在线上、线下为孩子们创造规范、优美的语言环境。要引导学生大量阅读经典书籍。要发挥学校主阵地作用，创新形式，鼓励学生参与有趣味的语言文字游戏，加强青少年语言素养培养，更好保护和传承中文美学。

“堵不如疏。现在学生接触的网络文化非常多，我们无法让学生与网络隔离，只能尽可能贴近他们的世界，引导他们思考，让他们学会辨别，逐渐提高自身审美品位，养成良好的语言习惯。”贵州某小学校长说。

（据新华社电）

健康之友

疼痛也是疾病 专家提示不要“硬扛”

□ 徐鹏航

从腰痛、颈椎痛，到带状疱疹灼烧般的神经痛，再到挥之不去的慢性疼痛乃至癌痛……疼痛，影响着许多患者的生活质量和身心健康。

影响生活质量的第三大健康问题

对于疼痛，有人认为“忍忍就过去了”。但现代医学认为，疼痛是继心脑血管疾病、肿瘤之后的第三大健康问题。

“持续疼痛本身也是一种疾病。”中日友好医院疼痛科主任樊碧发介绍，疼痛分为急性疼痛和慢性疼痛，3个月以上的持续性或反复发作的疼痛即为慢性疼痛。

他表示，一方面，疼痛可能是身体的“预警信号”，暗示着某些躯体疾病或精神心理疾病。另一方面，疼痛会使人产生焦虑、抑郁等不良情绪与心理障碍，还会导致各系统功能失调、免疫力低下，降低患者生活质量。

“忍一忍”疼痛是否会减轻？恰恰相反。北京大学第三医院疼痛科主任李水清介绍，慢性疼痛的长期存在不仅持续影响患者的生活，而且会引发中枢敏化和外周敏化，导致身体“越来越怕疼”。例如，一个慢性疼痛患者可能会发现，原本不会引起不适的压力或摩擦现在却变得异常痛苦。

专家提示，疼痛不要忍，出现急性或慢性疼痛，都要及时就医，排查躯体疾病，并用专业手段缓解疼痛。

减少疼痛需科学治疗

随着医学研究的发展，新理念、新技术不断涌现，针对许多疼痛问题，已经有药物治疗、物理治疗、微创介入治疗等多种手段。

“疼痛微创介入治疗以其创伤小、效果好且安全性高等特点，已广泛用于慢性肌肉骨骼疼痛、神经病理性疼痛、癌性疼痛等疾病的治疗。”李水清说，药物等保守治疗无效或无法耐受药物不良反应的患者，可选择此方法治疗。

越来越多的临床研究证明，把疼痛管理好，患者的治疗效果也会

更好。“以膝骨关节痛为例，在治疗过程中，缓解疼痛能够改善患者的运动、睡眠、消化、心肺功能等，对疾病本身的好转也有很大促进作用。”樊碧发说。

对于会带来剧烈神经痛的带状疱疹，目前已有疫苗可以进行预防。

“带状疱疹是一种复发性疾病，当出现免疫力低下、过度劳累等情况时，体内潜伏的病毒就会导致疾病发作。”樊碧发建议，50岁以上人群应积极接种带状疱疹疫苗。

让疼痛管理更可及

面对众多患者的需求，当前，全国已有超3000家医院设立了疼痛科。然而，让疼痛管理更可及，仍然面临挑战。

“我国疼痛医疗资源存在结构性矛盾，基层医疗机构在专科医师、诊疗设备配备等方面有较大差距。”中国科学院院士韩济生说，破解这些难题，需要推动优质疼痛医疗资源扩容下沉。

中国中西医结合学会疼痛学专业委员会主任委员熊东林表示，县域疼痛科要走中西医结合的路径，针灸、贴敷等中医技法设备简单、费用低廉，与西医结合能够更好服务基层群众。

当下，多方力量正在行动。国家卫生健康委开展疼痛综合管理试点，规范疼痛综合管理流程，提升疼痛诊疗能力和相关技术水平；中日友好医院疼痛科打造“全国疼痛规范化诊疗培训平台”，已累计培训基层医师超3万人次；《针对慢性疼痛的客观量化评估体系》等发布，让疼痛管理进一步标准化……

“加强慢性疼痛的全程管理，是从以疾病为中心转向以患者为中心的重要内容。”樊碧发说，让更多人得到规范的疼痛治疗，不仅是医学问题，更关乎民生福祉。

多位专家建议，要进一步构建以疼痛科为主的慢性疼痛多学科诊疗平台，加强基层学科建设，让疼痛患者在家门口就能享受到规范、有效、便捷的诊疗服务。

（据新华社电）



11月4日，市民在粉黛乱子草盛开的中心城区滨河公园南岸玩耍。
李军 摄



文坛走笔

锔碗

□ 尚纯江

“锔缸！锔锅！锔盆！谁家的碗、盘子烂了，都来锔了！”

随着一声声吆喝，我知道桑桥村的王胡来了。年刚过，娘就一直念叨：这王胡咋还不来呢？你看，年前你大（方言：爸）用一头小猪换来的十个青瓷碗，还没用呢就被一只芦花公鸡给蹬掉地上，瓷白瓦亮的碗烂了，想让王胡给锔铜，总不见他来。

这是我所知道的，俺大逮猪娃去集市上卖的时候还是我的忙。俺家那头黑母猪一下子下了七头小猪，两头白的，五头黑的。娘给它们掰开眼，猪娃就摇摇晃晃地拱在母猪身上找奶吃。母猪过“月子”那阵子，娘天天给母猪馇猪食，平日攢的豆粕、酒糟、红薯片，在锅里馇得“咕噜咕噜”的，然后倒进猪食盆里。母猪边大口吃边哼哼，很受用的样子，猪奶也催得鼓鼓的，猪娃见风长。娘说，等小猪满月了，先卖一头，换钱买几个细瓷碗过年用。邻居家都有细瓷碗，就咱家没有。

小猪满月后，俺大用一头小白猪换回来一捆细瓷青花碗。俺大把碗拿回家时，娘问：这碗多少钱？俺大说，卖一头小猪的钱就买这几个碗。

娘不信，哪有恁贵的碗？家里的

粗瓷碗才一毛钱一个，这十个碗值一头小猪的价钱？

娘说着，接过那捆碗，顺手放在锅台上。娘出门抱柴火烧锅时，只听厨房里“哗啦啦”一声响，忙回屋看，却见那捆还没解掉草绳的碗掉在地上。芦花公鸡立着一条腿，“咯咯”叫着，很神气的样子。娘捡起一只笤帚，向芦花鸡砸过去。芦花鸡受了惊吓，飞出厨房，觅食去了。

娘解开草绳，光可照人的细瓷大碗，好几个都裂了缝。娘一遍遍抚摸着碗，一声声叹息：啥时候王胡来了，给锔锔，还能用。说这话时，我看见娘眼睛里泪汪汪的。要过年了，亲戚都要来，人多了家里碗不够用，要到邻居家借，这才让俺大买碗，却被一只芦花鸡给摔了。

娘知道，王胡不过完年是不会来的。正月里，娘一到村西头，就情不自禁地向小桥方向望。我知道，娘想快点锔好那几个碗。那几个碗，可花了大价钱。大说，去供销社买碗时，恰巧碰见供销社的李主任坐在一条板凳上挠着头皮发呆。李主任见俺大买碗，就说，老张啊，好长时间不见了，咱哥俩喝一碗。大说，喝一碗就喝一碗。李主任拿了两只碗，用提子从酒缸里舀出两碗酒，俩人喝着喝着就喝多了。最后，李主任借着酒劲儿把一捆卖不出的碗卖给了俺大。娘埋怨

说，你一碗酒加一头小猪换来一捆碗啊？这酒，有点贵！

贵就贵吧，不料碗又被芦花鸡给祸了。

这不，锔匠来了。

当王胡随着娘的脚步走进屋子时看到几只碗时，说了一声：“好碗，可惜了！锔一个碗得两毛钱。”

“两毛钱？买一个新碗才一毛钱！”

“那是粗碗。你看看这碗，青花细瓷！”王胡摩挲着碗，叹了一口气。

娘看他那样子，知道俺大买的这十个碗值。

“那就锔吧！”

王胡从挑担里拿出一套工具来：一把小钻、一把小锤和一个砧子，还有几根粗硬的铅丝。这套家伙什儿最重要的是那个小钻，人常说没有金刚钻别揽瓷器活，说的就是它。

王胡又从工具箱里拿出一卷黄色的铜丝来，说，这碗不能用铅丝，得用铜丝！

说着，他生起小火炉，把铜丝放在火上烧，然后迅速放进水里。“滋啦”一声，金黄色的铜丝变成了暗红色。

他用小锤敲敲打打，把铜丝制成锔子，然后仔细端详了下裂缝的青花碗，用金刚钻在裂缝两边钻孔。王胡的工具很讲究，手钻是两根很精致的

深色硬木棍，用细牛筋拴在一起，转动起来“嗖嗖”有声。

一会儿，碗裂缝两边均匀地钻了几个孔。王胡把锔子钉入孔内，在孔的两侧轻轻敲着锔子，再抹上腻子，然后又用细砂纸仔仔细细地打磨。铜锔子在白底青花的瓷碗上，像雪地里盛开了一排红色的梅花！

个小时后，王胡才把几个碗锔完。娘把锔好的碗与另外几个碗放在一起比了比，笑了。锔过的碗竟然比好碗还好看。娘从陶罐里掏出几张毛票递给王胡。王胡接过钱就开始收拾挑子。娘说，你忙一上午了，别走了，我擀了面条，在我家吃吧！

吃饭时，大说用新碗吧！娘舍不得用，还是用粗瓷碗吃的饭。

娘去世前，把那几个碗留给了我们兄妹五个，一人两个：一个没锔过的，一个锔过的。娘说，没有东西留给你们，就给你们留下吃饭的碗。有碗饭吃，比啥都强！

前年我搬新居时，儿子看到那两个碗。他很好奇，请爱好收藏瓷器的同事看了看。同事瞪圆了眼睛：你这宝贝从哪儿弄来的？这是上世纪七十年代国家出的一批内销瓷，现在遗存极少！

儿子听了，找人做了檀木匣，把碗装进匣子，再不示人。

焦裕禄精神，作为中国共产党人精神谱系的构成之一，以“亲民爱民、艰苦奋斗、科学求实、迎难而上、无私奉献”的深刻内涵，激励一代又一代人。在新时代，传承与弘扬焦裕禄精神有着极为重要的意义。由方圆电子音像出版社和新华出版社联合推出的《一甲子的回望——历久弥新的焦裕禄精神》（以下简称《一甲子的回望》）电子出版物，创新了焦裕禄精神的呈现形式，融入先进的出版技术和音像视听元素，生动展现焦裕禄精神的深刻内涵与当代价值。

今年正值全党开展深入贯彻党中央八项规定精神学习教育，《一甲子的回望》通过详实的历史档案和鲜活事例，呈现了上世纪五六十年代以焦裕禄同志为代表的基层干部的优良作风与行为准则。读者可以从这段厚重的历史中，重温焦裕禄同志起草制定的“干部十不准”——从“不准用国家的或集体的粮款或其他物资大吃大喝”到“不准搞特殊化”等朴实条文，既反映出共产党人一以贯之的纪律要求，也在新时代作风建设中显现出历久弥新的价值。

自强不息、刚健有为的精神品格，修己笃行、知行合一的道德自觉，勇于进取、努力拼搏的人生态度……可以说，焦裕禄精神不仅是共产党人优秀品质的体现，也是中华民族精神的体现。新时代传承和弘扬焦裕禄精神，能够为民族精神注入丰富内涵和强大力量。

《一甲子的回望》以弘扬焦裕禄精神为主旨，创新性地利用Unity3D、人工智能等前沿数字技术，整合新华社历年关于焦裕禄同志的珍贵图、文、声、像资料，结合多地走访调研所得的一手素材，融入了多元艺术形式。在不同内容板块里，作品既借助时间轴勾勒焦裕禄同志波澜壮阔的一生，也运用沙

（摘自《人民日报》）

