



看完《我的阿勒泰》 这5个人生道理不妨讲给孩子

近日8集迷你剧《我的阿勒泰》自播出后反响热烈，“阿勒泰旅游”“这次轮到阿勒泰”等多个词条屡屡热议。该故事改编自新疆作家李娟同名作品，讲述了在新疆阿勒泰开小卖部的汉族少女李文秀一家，与当地哈萨克族牧民相处的故事。剧中真实呈现了新疆北部阿勒泰地区的自然风光和真实风貌。这部剧为何如此让人着迷？到底有着怎样魅力？总结了剧中的五个道理，老师和家长可以讲给孩子。

三、按照自己喜欢的姿态去生长

一、再颠簸的生活也要闪亮地过

阿勒泰的阳光像黄金一样，而在剧中很多角色，如金子一般散发着光辉。

女主角李文秀是大城市的失意者。她很想写作却不会写，但她从未放弃梦想，一头扎进牧民的生活，去爱、去感受、去受伤。丰富的生活沉淀，让她在日后的创作中厚积薄发，终于发表了属于自己的作品。

巴太的嫂子托肯，每天的任务是洗全家的衣服。她希望丈夫能为自己买一块搓衣板，结果丈夫整日酗酒，直至冻死在路边，都没给她带回搓衣板。但托肯怎么做的？她没有中止爱美，没有自卑自怜，她悉心照顾两个孩子，也不忘追求自己幸福的权利。最后，她等到了那个爱惜自己的人。请告诉孩子那句蒙古族奶奶脱口而出的名言：“颠簸的生活也要闪亮地过。”我们要去发现自己的光亮，穿越黑暗，强大内心的力量。

二、所有内耗皆可治愈

想要不内耗，就学“张凤侠”。演员马伊琍饰演的“张凤侠”，是一个典型的坚强母亲形象，不少网友看后直呼：好想要一个同款妈妈！面对生活的磨砺，她可柔可刚、可暖可飒，每天嬉笑怒骂和哈萨克族妇女玩作一团。在夜深人静的时候，她对着苍茫的戈壁喝酒，喝完酒倒头就睡，床塌了来了一句：又不是天塌了，别影响我睡觉。她也会在女儿自我怀疑，拼着一股劲想做成一件事的时候真的放手让女儿去试，并交代安全感要靠自己去找，不能依赖别人。

“你看，我虽然笨手笨脚，但我还是一个有用的人对不对？”“啥叫有用？李文秀你下来是为了让你服务别人的？你看看这个草原上的树啊、草啊，有人吃有人用，便叫有

用，要是没有人用，它就这么待在草原上也很好嘛！自由自在的嘛！”这段话可以说是《我的阿勒泰》最出圈的台词。上一代的生活智慧，以接地气的表达，自然而然地流淌

出来了。请告诉孩子：有用无用只是外界刻板的标准，人生真正的意义在于追寻自我，要像野草一样在自由的风中按照自己喜欢的姿态去生长。

四、大自然是生活最好的导师

告诉孩子：勇敢地拥抱自然吧，去发现更多“阿勒泰之美”，要有足够的耐心，去体会广袤的原野，也要有真挚的细腻去关心一颗草籽是怎样长大的。

在阿勒泰，要给夏牧场时间休

息，要给牛羊足够的呵护，要给牧民真诚的交流。在荒野之上，人与动物、人与自然、人与人都要抱团取暖。请告诉孩子：对一切要有敬畏之心，人很渺小，自然很强大。

五、人人都可以是生活的“哲学家”

《我的阿勒泰》并不是一部风景片，大自然的清新气息混合着亲缘、人情、生活的烟火味道，成为人们最好的抚慰剂。

哈萨克语中“我喜欢你”的意思是“我清楚地看见你”。在剧中，我们清楚地看见生活中每一个平凡又闪亮的人物总是忘记自己的年龄，却永远忘不了幽默的奶奶说：“我今年38岁。”过着游牧生活，却出口即是金句的蒙古族老人说“再颠簸的生活也要闪亮地过。”或许年轻时我们总想做一个有用的人，但是啥叫“有用”？随着阅历增多，逐渐学会自洽，认识到自己的浅薄，也看到世界的广阔。“你可以不理解他们，但不可以居高临下地改变他们，尊重是最好的相处之道，千万别觉得自己特别聪明。”请告诉孩子：不必焦虑，不必执着，去吹山野的风，去做狂野的梦，放松地去做一个哲学家，生命自己会寻找出路。

此外，剧中还有一些很火的“生命力文案”，可以带孩子一起拜读。

1.春天才进行到一半，河流即将拐弯。火车快开，夕阳有黄金，天空有大海。

2.山坡下，溪水边，蒲公英在白天浓烈地绽放，晚上则仔细地收拢花瓣，像人睡前把唯一的新衣服叠得整整齐齐地放在枕边。

3.我就喜欢这样慢悠悠地走啊走啊……回头张望脚下的山谷，草甸深厚，河流浓稠，整个山谷，碧绿的

山谷，闪耀的却是金光。

4.刮大风的天气是幸福的啊。大地和天空之间被大风反复涤荡，干干净净。空气似乎都刻满了清晰的划痕，这划痕闪闪发光。风兜着我的裙子，带着我顺风往前走。眼前的世界也在往前走。

5.无论如何，春天来了。巨大的云块从西往东，很低地，飞快地移动着。阳光在云隙间不断移动，把一束束明亮的光线在大地上来回投射。云块遮蔽的地方是冰凉清晰的，光线照射的地方是灿烂恍惚的。这斑斓、浩荡的世界。

6.世界就在手边，躺倒就是睡眠，嘴里吃的是食物，身上裹的是衣服，在这里，我不知道还能有什么遗憾。

7.夏天真好，太阳又明亮又热烈。在这样的阳光之下，连阴影都是清晰而强烈的。

8.衣服全晾好后，我坐在高高的岸上看他用心洗马。一阵阵滚烫的风吹过来，世界明亮，大地深远。对岸的芦苇滩起伏不已。盛夏已经来临。

9.初夏时节，蔷薇花开烂漫，这一大片的深红浓绿在深蓝天空下尽情地咏叹。麦地旁，正值汛期的喀依尔特河宽阔汹涌地奔流在深深的河谷底端，泛着宝石般幽幽的蓝。

10.眼下世界里，青草顶天而生，爬虫昼追日，夜逐月。风是透明的河流，雨是冰凉的流星。只有我最简

陋，最局促。

11.植物的自由让长着双腿的任何一人自愧不如。绿色就是大地上最广阔、最感人的自由呀！当我们看到绿色，总是会想：一切都不会结束吧？

12.林子里安静得像是空气里充满了耳朵，充满了倾听。

13.没有风，田野静得像封存在旧照片里。

14.万亩的向日葵金光灿烂，万千金色蜜蜂纷飞跳跃，连“嗡嗡”声都亮得灼灼蜚声。

15.走在世界的强大和热烈之中，而抬头看到的天空总是那么蓝，蓝得无动于衷，一点也不理会世间的激情。

16.看到全世界都是一场透明的倾斜，全世界都在倾向风去的方向。我的头发也往那边飘扬，我的心在原地挣扎，也充满了想要过去的渴望。

17.自由一旦漫开，就无边无际，收不回来了。常常是想到了最后，已经分不清快乐和悲伤。只是自由，只是自由。

18.等待是根植于孤独之中的植物吧？孤独越强大，等待越茂盛。

19.我无数次沉迷于荒野气息不能自拔，却永远不能说出这气息的万分之一。

希望有机会，大家都可以远离尘嚣，带孩子去做一场梦，去寻找心灵深处属于自己的“阿勒泰”。

来源：中国教育报公众号