



小达人

“这气场，绝了！”“小小年纪就有这股精气神，传承国粹，后继有人！”不久前，一段小男孩表演川剧变脸的视频走红网络，少年灵动沉稳的风采征服了众多网友，收获许多点赞与留言。视频中，一名身着川剧戏服的小男孩站在教室中央，随着鼓点甩袖、转身、抹脸，整套动作行云流水、一气呵成，令围观的老师和同学惊叹不已。

这个凭一手变脸绝活惊艳全场的9岁男孩，是泸县城北小学校学生兰宗泽。他如何与川剧变脸结缘，又有着怎样的学艺故事？本期，让我们走近这位“变脸少年”，了解他的逐梦之路。

从“好奇”到“热爱”

“变脸少年”的逐梦之路

本报记者 马晓冰（图片由受访者提供）



植物“打架”记

■ 谢小白

最近，儿子登登在学校表现良好，老师奖励他一个幸运草盆栽罐头。他像得了宝贝似的，一回到家就按照步骤培土、撒种、浇水，盼发芽盼得望眼欲穿。

兴许是被他的热情感染了，女儿猛然想起半年前买的“魔法豆”。那刻有“金榜题名”4个字的豆子，自买回来后就被束之高阁，这下它总算熬出头了。女儿将它取了出来，但是，她不向我要花盆，也不问营养土在哪里，喃喃咕咕跟登登说了一大通，二人欢喜地达成合作。

没几天后，姐弟俩闹起矛盾，跑来找我“断案”，女儿一脸恼怒：“妈妈，他要把我的‘魔法豆’赶出花盆！”登登则满是委屈：“她的豆子总是挤我的小幼苗，你看，这些绿苗都被挤到边儿上去了。”只见，小小的盆栽罐头里，罐壁边立着几株羸弱的幼苗，中间地带横着一粒肥胖的大红豆，吸水后愈加膨胀占地方。

“可是，你们为什么要种在一起啊？”原来，女儿想要种出“金榜题名”，却懒于侍弄，便和弟弟商量，把她的“魔法豆”植入盆栽罐头，这样既可免于浇水，又能坐享其成。出于姐弟情深，登登不假思索地答应了，但哪里想到，植物也会“打架”，互相抢地盘、抢水分、抢阳光……现在好了，他自己的幸运草被“魔法豆”鸠占鹊巢，变成了“倒霉草”。女儿也很委屈，自己只是懒，并不想伤害小草。

我倒是在心里窃喜。俩人当初懂得好多呀，“魔法豆”和幸运草齐刷刷长高，可现实给他们上了一课。空间有限的情况下，植物间势必要互相争夺资源，养花种草要讲科学，不能想当然地混搭，这就是生动的自然课堂。女儿偷懒不成反被打回原点，也在教会她，想要收获，就得老老实实耕耘，该下的功夫一点都不能省。

吃一堑，果然长一智。接下来，女儿明显认真了许多，她将“魔法豆”重新移栽，连配什么土壤这种细节问题都关心起来。“魔法豆”很争气，没几天就冒出了头，渐渐地挣脱了包裹在外面的红衣，“金榜题名”4个字显现而出。女儿兴奋地趴在窗边细细打量，眼里闪着动人的光。我想，她的喜悦里一定有辛勤耕耘后的快慰。

本以为皆大欢喜，但故事并没有就此结束。

几天后，登登慌慌张张地跑到姐姐房间，宣告大事不妙，“魔法豆”生了很多小飞虫！询问“豆包”后，得到的答案是，土壤过于潮湿滋生了虫卵。对此，女儿一脸疑惑，明明好几天没给“魔法豆”浇水了。登登的声音渐渐低下去：“我每次给幸运草浇水时，都会帮姐姐的豆子浇一点。”这好心办的坏事！

“原来天天浇水会害了植物啊。”“我们问问‘豆包’应该几天浇一次水吧？”姐弟俩热烈地讨论着。

展露“绝活”

“摸一下脸，我变给你看”

六一儿童节当天，泸县城北小学校三（4）班的教室里掌声阵阵，喝彩声不断。“变脸少年”兰宗泽身披黑金色川剧戏服，应同学、老师的热情邀约，带来了一场“限定返场表演”。此前，他刚在全校文艺汇演的舞台上完成变脸表演，行云流水的技法让台下的同学们直呼“没看够”。回到班级，大家拉住他，请他“再演一次”。

音乐响起，兰宗泽就像一个“小魔术师”，动作干净利落，一张张脸谱在抬手转身间巧妙切换。同学们即便瞪大双眼近距离观看，也看不出其中的玄机。伴着鼓点，兰宗泽走到一名同学面前，主动凑过脸去，示意对方伸手触摸脸谱。同学触碰的瞬间，他“唰”地转头，蓝色脸谱瞬间切换成红色，引得全班同学欢笑着鼓掌。

“临场互动本就是川剧变脸表演的一部分，算基本功。”兰宗泽坦言，他与川剧变脸的

结缘，也在一个六一儿童节，“我上幼儿园时，第一次看到变脸，当时就觉得这门技艺十分神奇，一心想弄清其中的原理。”

带着这份好奇，兰宗泽开启了自己的摸索。在家中，他裹着衣服当披风，变换面部表情当脸谱，又在手机上钻研变脸视频，边看边学。从幼儿园到小学三年级，他始终心怀热爱。去年国庆节，妈妈终于带他前往成都拜师。师傅见他真心热爱、肯吃苦、能坚持，便收下了他。自此，兰宗泽正式踏上了川剧变脸的学艺之路。

“第一次变成功的时候特别兴奋，觉得自己学会了。”兰宗泽说。他仅用3天便掌握了变脸的诀窍，但兴奋劲儿过去，他很快意识到，“学会”和“变好”之间还有很长一段路要走，甩披风的速度、变脸卡点的节奏、表情的配合等，表演中的每一处细节都需要反复打磨。

好在兰宗泽并不心急，他愿意沉下心来练基本功。家住泸县的他，每逢小长假便奔赴成都学艺。回到家中，他每天写完作业，都雷打不动抽出半小时练习基本功，从不嫌枯燥。

“登上舞台时很开心，之前所有的练习与汗水都没有白费。”兰宗泽计划进一步精进技艺，学习吐火、吐獠牙，塑造更鲜活的舞台人物形象。于他而言，川剧不止有台前的热闹，技法之外，脸谱背后深厚的文化内涵，也在他心里扎了根。“每一张脸谱都有专属寓意，我最喜欢红色，因为它代表忠义。妈妈也希望我成为一个正直、勇敢的人。”兰宗泽说。

惊艳师友

“没想到他还有这一手”

“我们平时一起玩耍、打球，完全不知道他还会川剧变脸。”兰宗泽的好朋友黄铭鉴，对他展示的“回脸”技艺印象深刻，“看到他变出自己的脸，我们都以为表演结束了，没想到下一秒他又变出一张新的脸谱，值得我

为他鼓掌两次！”

“他表演时特别认真，活脱脱一位‘川剧小明星’。”同班同学赛易宸语气里满是佩服，“太厉害了，更难得的是，他是我的好朋友！”

“到底怎么变的？”“机关在哪儿？”“教教我嘛！”……表演结束后，兰宗泽被同学们团团围住，好奇的追问一个接一个。面对所有人的好奇打探，兰宗泽始终只答一句：“这是个秘密。”这不是故作神秘，而是“江湖规矩”。兰宗泽说：“既然拜了师傅，就要遵守保密原则。”

兰宗泽的班主任杨小平看到这一幕，觉得既有趣又欣慰。“现在的孩子们多才多艺，但专门去学习传统技艺的并不多，他是班里唯一学变脸的孩子。”之前，兰宗泽就主动跟她聊起过自己学习变脸的经历。看着孩子认真的模样，杨小平心想着，有机会一定要给他一个展示的舞台。

“他原本就是一个积极、阳光的孩子，演出之后，明显感觉更自信了。”杨小平说，从上课举手回答问题，到上台展示、即兴演讲，兰宗泽都表现得大方、从容，颇具“舞台气场”。

更让杨小平欣慰的是，兰宗泽的表演在班级里掀起了川剧文化热潮。有孩子跑来问她：“杨老师，红色脸谱是不是代表好人？黑色脸谱的原型是不是张飞？”还有孩子主动回家查阅资料，再到班上“科普”，相互分享、讨论。“有个孩子跟我说，原来变脸最开始是为了表达人物情绪，后来才发展成一门独立的表演艺术。”杨小平笑着说，“孩子们因为好奇去了解，因为了解而喜欢，这就是最好的文化传承。”

“更可贵的是，孩子在热爱的领域被看见、被认可，这份自信会迁移到生活与学习的方方面面。作为老师，我们要善于发现孩子身上的闪光点，搭建成长舞台，助力每个孩子成为更好的自己。”她说。

赋能成长

“把热爱带给他的力量留在心底”

起初兰宗泽念叨着要学变脸时，家人并未放在心上。兰宗泽的妈妈吴莉表示：“孩子年纪

小，兴趣多变，我们担心他只是一时兴起，最终半途而废。”全家人商议后，决定先观望一段时间。

出乎大家意料的是，兰宗泽始终怀揣着学习变脸的念头。一有空闲，他就翻看网络上的变脸视频反复琢磨，自己对着镜子比画。看着兰宗泽“求学”的态度越发笃定，家人意识到孩子不是随便说说。于是，开始四处寻访学艺的“门路”。

吴莉偶然看到成都一位非遗传承人收徒的消息后，便主动联系、反复咨询。“孩子并不属于‘天赋型选手’，起初并未被师傅选中。”她回忆，“但他毫不气馁，扎扎实实地练习基本功，这份认真与坚持最终打动了师傅，成功拜师入门。”

正式拜师后，兰宗泽第一次穿上师傅为他量身定制的黑金色戏服与盔头时，开心极了。“他脸上的笑意藏都藏不住，这是他期待已久的时刻。”吴莉说，但光鲜的头行背后是无尽磨砺，“台上三分钟，台下十年功”，真正的学艺考验才刚刚开始。

学艺路上，母子二人也曾经历磨合与碰撞。一次练习动作配合时，兰宗泽明明已经掌握了动作要领，可效果却总是不如意，切换脸谱时总是出现不完整的情况。屡屡受挫让兰宗泽有些着急，一会儿怪妈妈没帮他穿戴好，一会儿又怀疑自己动作不对。两个人都找不到原因，练得又急又躁。

询问师傅后，母子俩冷静下来复盘，发现问题源于动作力度、角度没到位，穿戴也存在细节疏漏。两个人分工合作，一个调整动作姿态，一个仔细检查穿戴，携手攻克了这一难关。“现在回想，那段时间我俩都在磨性子。他锤炼技艺，我磨炼耐心。”吴莉说。

“学习上，他很自律。他的兴趣爱好好多，平衡得还算不错。”看到孩子的成长与变化，吴莉越来越相信孩子的能力。谈及对孩子的期待，吴莉有着纯粹的初心：“川剧变脸是我们国家独有的非遗文化，孩子能学到这门手艺，是难得的际遇。人生的道路由他自己选择，只希望他长大后回想起来，能记得自己曾为了热爱全力以赴、坚持到底。这份热爱带给他的力量，能一直留在他心底。”

心理

“聊”愈室

本期嘉宾

王慧（成都市七中育才学校金融城校区心理教研组组长）

家长提问

孩子总爱和我唱反调，我说东他偏往西。明明是为他好，他却不领情，怎样才能改善这种对抗？

亲爱的家长：

“每次我想更懂你，我们却更有距离；是不是都用错言语，也用错了表情……”这首《我想更懂你》唱出了无数亲子间的困境：彼此深爱，却总在对抗中越走越远。如果孩子频繁和你唱反调，先别急着生气，这是他健康成长的信号。想要改善关系，先得读懂“顶嘴”背后的成长密码，再慢慢调整沟通方式，把“对着干”变成“一起商量”。

一、顶嘴不是挑衅，而是在确立自我

每个孩子的成长过程中，都会经历一个绕不开的阶段——心理断乳期，它是孩子从童年向青春期过渡的关键阶段。在这个时期，孩子要完成一项核心任务：从心理上脱离对父母的依赖，建立独立的自我意识，也被称为“分离—个体化”，就是从情感上剪断与原生家庭的那根“脐带”。你会发现，

从前听话的小孩总爱问“凭什么”“你说的就一定对吗”，这并非故意顶嘴，而是他在练习独立思考、试探自己的边界。

在这个阶段，孩子努力确认“我是一个独立的人”，“成人感”逐渐萌发，但心理成熟度还没跟上，所以容易情绪化、爱唱反调。换个角度想，敢于和你争辩，恰恰说明孩子在家庭里有安全感。

二、四个方法，化解亲子间的对抗

读懂了“顶嘴”的成长意义后，别再用批评、指责的方式应对。试试这四种沟通方式：

第一招：给“顶嘴”重新贴个标签

心理学上有个说法叫“心理定势”，简单来说就是：你怎么看待一件事，就会用什么样的情绪和行动去应对它。如果家长认定孩子是在挑战权

威、故意作对，便会忍不住发火、训斥；但如果换个角度，把“顶嘴”看作孩子练习表达意见的方式，家长的心态会更平和。当孩子说出抗拒的话，先深呼吸，在心里告诉自己他只是在学着做一个有想法的人，再平静地问：“你有不一样的看法，是吗？说来听听。”

第二招：做孩子的“情绪翻译员”

有时，孩子之所以用吼叫、顶撞的方式来对话，是因为他还没学会用恰当的语言来表达自己内心的烦躁、委屈或不满。这时，我们不必急于训斥，试着帮他把刺耳的话翻译成好听的、能让人听懂的话。比如，孩子气呼呼地冲你喊“你烦不烦”，你可以情绪平稳地回应：“我感觉到你现在很烦躁，是不是我刚才说了什么，让你不舒服了？”当我们一次次帮他梳理情绪、翻译话语，他就会慢慢学会用语言而不是情绪来沟通。

第三招：一定范围内让孩子“说了算”

孩子总“唱反调”，也是在争夺“控制感”——他不想事事被家长安排、自己“说了不算”。我们可以在不触及底线、不影响原则的事情上，主动把选择权交给孩子，让他有做主的感觉。比如，不说“周末必须在家复习”，可以说“周末需要留出复习时间，你想安排在什么时候”。目标不变，降低孩子“被强迫、被安排”的感受。

第四招：用亲密的“无用时光”消解对抗

很多亲子关系变得紧张，源于日常交流只剩下学习、作业、分数……我们总忙着叮嘱与督促，却忘了好好陪孩子说说话。不妨刻意创造一些脱离学习的“无用时光”。比如，听他吐槽、与他分享你的快乐；疲惫时适当向孩子示弱，邀请他陪你散步。让孩

子知道，他不只是被照顾的一方，也能照顾父母、温暖父母。当孩子确信，你爱的是他本身，而不是听话的、成绩好的他，他心里的对抗情绪，自然会慢慢消融。

亲爱的家长，回想那些让我们暴跳如雷的“顶嘴”事件，其实并不会影响孩子一生。靠训斥换来的“听话”，哪怕暂时有用，也得不偿失。那个叉着腰跟你争执的孩子，只是在用自己的方式长大。等到他不再顶嘴、反驳你，你或许还会怀念这段他什么都愿意跟你说、什么都愿意跟你争的时光。

亲子沟通本就需要我们慢慢学习、慢慢成长。但请相信，亲子之间不缺少爱意，只是偶尔用错了言语和表情。所以，不妨放平心态，看着孩子的眼睛，告诉他：“我听见了你的声音，我愿意陪你长大。”