

“咣当——”一声刺耳的挪椅子声敲醒了郑云的睡眠。

凌晨五点，窗外还是朦胧的昏暗。“砰砰砰——咔”，脚步声和开窗声接踵而至，声音透过楼层隔板清晰地传入耳中，郑云只能从床上坐起，直到五点半，郑云起身下楼到车里继续休息。

郑云今年50岁，居住在昆山的一个小区。离异后，郑云习惯了一个人居住。“周末在家里一个人听听音乐，刷刷微博看看电视，生活上也没有什么不舒服的地方。”

只是在噪音每日打卡般一天不落地出现后，这样的生活好似断了片，原本舒适的家如今成为了郑云最抗拒的地方。下班后，她选择躲进一切能躲藏的地方：酒吧、公园、咖啡店。

像郑云这样被噪音所扰的人不在少数。2019年，来自苏州的傅岳建立了微信公众号“反噪音联盟”，如今已有一万五千人关注。而五个微信群如今也有一千五百多人。

这些成员大多生活在城市，平日里的邻里噪音成了成员们共同的“敌人”。

困在邻里噪音中的人

噪音问题出现后，即便是周末，郑云只能选择待在咖啡店里等待夜深回家。

困在噪音里

长期租房的城市青年李林静(化名)眼里，她对自己的第一个家充满了期待。

2017年3月，27岁的李林静和男友在沈阳市区买下一套100平方米的新房，前后花了一年时间将新房装修成自己心仪的“工业风格”。

2018年6月搬入新家后，透过楼板，李林静能清楚地听到早晨5点多，楼上老人在客厅砸核桃的声音，而楼上小孩的跑跳撞击地板的声音也如影随形，“像一个冲击波，你能感觉到不停的嗡嗡声，楼板一直在震。”

多次沟通无果后，李林静和男友一度与楼上邻居起了肢体冲突，而在冲突过后，噪音依旧。而物业表示，他们无权明令禁止楼上停止活动。

另一边，35岁的傅岳在苏州一家外贸公司从事销售工作。2019年，楼上邻居的噪音划破了傅岳原本平静的生活。

为了方便女儿上小学，傅岳买下苏州市姑苏区一套一百平方米的学区房，从苏州乡下搬进了这套商品房里。楼上过去住着一对生活规律的老人，在很长一段时间里，傅岳的生活除了柴米油盐，几

乎没有波澜。

直到2019年初，房子搬进了新的邻居：一家六口，两个大人、两个小孩和两位老人。

傅岳说，楼上新搬入的邻居作息和自己完全相反：晚上十一点本是自己入睡的时间，但却是楼上夫妇刚下班到家的时间。当自己睡意正朦胧时，楼上却出现了拖拉桌椅、小孩跑跳、收拾房间、捣鼓东西的声音。好不容易熬到入睡，早上六点多楼上老人买菜的拖车滚轮“咕噜咕噜”，紧接着小孩奔跑——“咚咚咚”，平日里八个小时左右的睡眠，傅岳

只能睡到三四个小时。

傅岳记得，自己时隔一个月才鼓起勇气第一次和邻居沟通。小心敲开对方家门后，傅岳得到了一句“知道了”的简单回复后，门随即被关上。傅岳回到家却发现，噪音丝毫未减。

沟通次数多了，傅岳再去敲门便不见开门，“他们在屋子里说‘知道了你走吧，不要再来了’。”

傅岳回忆，他曾产生过购买震楼器来反击对方的想法，但这种想法只是转念而逝：这种方式只会让双方关系恶化，“噪音问题仍然无法真正解决”。

期待有法可依

记者查询发现，近几年关于噪音扰民的讨论越来越多。微博上一个名叫“楼上请停止你的噪音”的超话上如今有15万粉丝，阅读量近4200万，该超话下的微博内容在抱怨邻里噪音问题时大多充满着负面情绪。据媒体报道，2019年4月，青海一名男子因无法忍受楼上邻居家的“噪音”，持刀冲入住户家中，砍伤了四人，造成两人重伤。

据我国《环境噪声污染防治法》第六章第四十六条规定，使用家用电器、乐器或者进行其他家庭室内娱乐活动时，应当控制音量或者采取其他有效措施，避免对周围居民造成环境噪声污染。此外，据《民用建筑隔声设计规范》规定，对于住宅卧室、起居室允许的噪音级别为：卧室白天小于等于40分贝，夜晚小于等于30分贝；起居室全天小于等于40分贝。超过此标准即为建筑隔音不达标。

傅岳说，物权法中有对邻里关系需要和睦的一个定义，《环境噪声污染防治法》中也只有应当避免对周围居民造成环境噪声污染的说法，但上述法规都没有针对邻里噪声如何判罚的定义。

傅岳说，正是因为目前无法可依，在现实情况中，居委会、派出所等机构也常对噪音纠纷束手无策。而在诉讼层面，常常存在噪音取证困难的问题，无法直接证明噪音来源，大多数人不会选择通过诉讼的方式解决问题。“在走到复杂的法律诉讼这一步之前，人们往往选择搬家。”

傅岳说，正因如此，他们对正在提请修改的《环境噪声污染防治法》充满了期待。

“我们想要一个安静的家，但是为什么看似这么简单的一个要求，会变得这么难？”傅岳认为，“安静”只是一个朴素的生活追求，但是如今人们连这个追求都越来越难。噪声污染防治法的修改还在草案阶段，当前受噪音困扰的人们只能依靠各种渠道忍受、反击，“在一切还没有成熟前，我们只能改变自己。”傅岳说。

(新京)

“安静之家”

傅岳选择直面噪音问题。他先是花了上万元在家里安装了隔音吊顶，又特地买了隔音垫送到邻居家门口，称是家里用剩下多余的，尽管邻居拒绝了隔音垫，但傅岳觉得对方的态度在好转。

借着和物业一起巡楼的机会，傅岳进到楼上邻居家，发现邻居在桌椅板凳底下安装了隔音垫，晚上十一点过后的噪音也逐渐消失。

2019年底，傅岳开始在网上传播噪音科普的文章。傅岳觉得，自己经历

了解决噪音的过程，可以在工作之余将这些深受噪音困扰的人们聚集起来，共同讨论解决噪音的方法，他将自己公众号的名称改为了“反噪音联盟”。

李林静在一个偶然机会下进入了反噪音联盟。按照群友们推荐的攻略，李林静也尝试了不同的方法。安装隔音吊顶的方法并不适用于她的家，“做好以后这个屋也没法住人了。”李林静决定和楼上邻居再度沟通，说服邻居花了一千元购买了减震垫，“但是效果并不好，而且垫

子铺了一两年后，已经压实地了，现在是起不到任何效果的。”

李林静又尝试和邻居的6岁孩子成为朋友，趁着孩子在小区楼下玩耍时带上玩具和孩子打成一片。这被李林静称作是最有效的方式：“他们的孩子和我们混熟以后，就会说‘楼下的叔叔阿姨，以后我们会轻点蹦’。”

郑云则在群友的鼓励下选择了鼓起勇气反击。

自认为性格较弱的郑云，曾在与楼上邻居调解噪音问题时送过鸡、粽子，也送过各式各样的零食，她希望能用友好沟通的方式解决噪音问题。但邻居的我行我素，让这一切成了徒劳。

郑云通过以最大音量播放电视节目方式表达愤怒。“以其人之道还治其人之身”。

也有人尝试以暴力反击噪音。傅岳记得，2020年初，一个25岁左右的男

