



实实在在

赵宾,女,1970年生,网名“凿冰煮雪”。通川区中医院内科医生,曾经的文青一枚。从医20余年,感悟颇多,常思述之与人,言之不尽泄于笔端。把自己所思所思悟用文字表达出来,和朋友们分享快乐,分担忧伤

南门口

都市慢生活

生活

08

2018年6月01日

星期五

邮箱:
3213456266@qq.com

主 编:郝 良
责 编:李 睿

从朋友圈说作秀

人的想法实在难捉摸。

今天一篇文章《我为什么不发朋友圈》,讲朋友圈里看到虚伪、冷漠、势利、曲解甚至诋毁,立下誓言:再也不发朋友圈。你看到这样的文章,对应自己的境况,感到无意中已经中枪,立即焦虑起来,暗下决心,少发朋友圈。

明天一篇文章《爱发朋友圈的人值得珍惜》,讲爱发朋友圈的人率真、坦诚、内心丰富、喜欢分享,可以提高人生得分,你又觉得可以成为这样的人。于是你在该不该经常发朋友圈这个问题上纠结起来。

赵医生喜欢发朋友圈。

有朋自远方来不亦乐乎。合影拍照,整一下衣裳,摆几个造型,咋咋闪几张,闭眼的、表情差的、显胖的不要……选择看上去美美的发朋友圈,再来几句岁月无情的感触。本地朋友、外地朋友便评头论足,天南地北地口水翻飞打趣起来。

做一件手工,画一幅画,配上鲜花或器皿增色添彩;险峻峻岭、高天阔水、异草奇花;开一朵花、长几株草、结几粒果、做一款美食……都可以拍摄N张图片,不清晰、不美丽的删掉,留下视觉效果超乎原型的,发在朋友圈,引无数点赞。

这些点赞一般在数分钟内开始出现,数小时达高峰,一天之后便无人问津。它们足以让我整天心情愉悦,有时收到会心一笑的留言,还有温暖和感动。

以往就喜欢做手工、码文字,那是给自己看,好或不好没人评价。晒朋友圈时,发图之前仔细端详,发现这里可以改进,那里可以修整,总要弥补一下才发出去;一段文字,必要掂量几遍,或删除自己觉得有了文采,点击发送。

有人说发朋友圈就是作秀,为什么还要晒?为了获取朋友点赞,这种点赞是一种即时奖励。人的行为有好坏优劣,不单需要自我评价,还需要社会评价,从社会评价中,看到自己的形象。好的评价可以起到勉励作用,产生积极的心理反应,使

一些良好行为强化为习惯。

开始晒朋友圈后,我的手工制作技术、写作能力、绘画技巧都有提高,而且变得勤快,施肥除草,阳台上的花草长势喜人;厨艺长进,做出的食物色彩漂亮。这些都得益于对点赞的渴求,产生的良好动力。

晒朋友圈后开始理解官员作秀。现在百姓对官员的认可度不高,官员的一些行为,比如:植树节植树、重阳节看望孤寡老人、春节慰问一线工作人员,本来是具有重要含义的亲民行为,在老百姓看来就是作秀。

所谓秀,实际是一种美好、智慧,作秀就是展现和突出这种精神的行为,只要是真诚的、发自内心的作秀都应该鼓励和支持。

所以,我认为只要不劳民伤财,可以鼓励官员作秀。在作秀的过程中,面对摄像头和话筒,官员们会调动所有激情,努力进入角色,这是一种正能量的表演。所有群众的点赞都是即时奖励,为了这种奖励,他们会随时修正自己的行为,以期获得更多认可,最终将这些好的行为内化为习惯。

说到底,人的所有行为都是作秀。只要不是内心邪恶的人,都希望自己的行为得到他人认可。

其实,发朋友圈是一种兴趣爱好,如同有人喜欢钓鱼,有人喜欢登山,不存在好或不好。如果你的秘密较多,生怕一张图片出卖你;或者你比较敏感,有些留言可能伤害你,建议还是少发朋友圈,或者设置三天内可见。

发朋友圈是自己的事,看你图片文字的人,都是相互同意后加的好友。对朋友应该放心,实在有那种和你过不去的好友,屏蔽掉就是,大可不必躲藏起来。也没必要看了赵医生的文章,勉强自己发朋友圈。

爱发朋友圈,就如同爱唠叨,总是女人占优势,特别是中年妇女,把生活中的唠叨转移到了手机。老公说,自从爱上发朋友圈后,我在家里安静了很多。



在我们身边,有这么一群青年,他们或许在某党政机关、事业单位兢兢业业,一丝不苟;或许在某医院、学校工作,救死扶伤,教书育人……因为种种原因总是遇不上合适的“另一半”,所以逐渐步入大龄青年行业。周围朋友结婚、满月酒请帖不断,家里父母催婚步步紧逼,被中国传统家庭观念牢牢束缚,他们自嘲为“单身狗”。

达州“单身族”的“脱单秘笈”

晚婚成趋势

相亲成主流

我国现行婚姻政策中,迟于法定婚龄(女20周岁,男22周岁)三年及以上结婚者(女23周岁,男25周岁),即为晚婚。现代年轻人的结婚年龄之所以比上一辈结婚的年龄要晚,主要是因为寿命增长,经验基础要求过高,离婚率上升这三大原因。

“一头扎进乡村教育,一觉醒来青春都过半了。”小王今年26岁,万源市人。2015年大学毕业之后就来到达川区石桥镇小学教书。2年前,经朋友介绍认识了在西藏当兵的达州小伙,开始了一年半的异地恋。“前几个月我认为我们快要结婚了,没想到冷战了一个月就自然分手。”

小王自嘲的笑:“我们一年都没有见过面,感情基础不牢,这是必然的。”乡镇教师,特岗教师,很多都是刚毕业就来到比较偏远的乡镇参加工作,“三点一线的工作,周围同龄人不多”。

杜女士是达县人民医院的医生,“本科读5年,研究生读3年,我进单位第一天,就成了剩女。”今年28岁的她才从校园出来不久,参加工作刚刚半年,“读书的时候家里人叫我学好专业,不要想其他的。现在一毕业,又催我谈恋爱,哪里那么容易就遇到合适的。”

不愿将就

相关调查显示,经济和生活条件较好的部分单身人士单身的共同原因:更注重寻找“灵魂伴侣”。达川区某单位的段超今年40岁,大龄未婚人士,“感情是双向的,如果不合适,那么一个人过得更好。”他穿着得体的白衬衣,缓缓向记者谈起他经历的几段无果的恋爱,后来面对伴侣的选择,他就变得比较谨慎。

候玲是某医院的女护士,明眸皓齿,漂亮的女孩子从来不乏有男士追求,摆在我面前的选择很多,但也很轻易就发现一个人身上的缺点,这样一求就很难做出选择,因为人无完人,谁都会有这样那样的缺陷。她偏了偏头,“我会去相亲,接触男士,多给自己和别人机会。但是我不会因为大家觉得我该谈恋爱而恋爱,岁数大了应该结婚而结婚。”当记者问到她,以后是否会因为年龄大了而对追求爱情妥协,她沉思一会儿说,35岁吧。那是她给自己等等的最后期限。

现在达州大力引进硕博人才,同时也有很多从全国各地来达州参加公务员、事业单位考试的优秀青年。市文体广新局的一位男职员31岁,江苏徐州人,来达州工作刚刚一年,家中独子,将父母也接到了达州居住,“圈子太小,人生地不熟,语言交流还存在障碍。”他说,这是他现在婚恋道路上面临的老大难问题。交友主要靠朋友介绍,并且现在谈恋爱、结婚,双方父母都想找个知根知底的人。

在市园林处工作的小贺是达州人,今年28岁。距离上次谈恋爱分手已有2年。“一个月总要相几次亲,家里亲戚只要聚会,就要问女朋友问题,到处给我介绍,怕我讨不到媳妇。”园林处的工作繁忙,全城各个工地到处跑,除了下雨,基本一周无休。“在没有更好的接触异性的环境下,相亲算是一种好的选择。”

“脱单”手册

某婚恋咨询师谈到如何脱离单身时说,首先,“有恒产者有恒心”。经济基础是婚恋中避免不了的问题。作为男性青年来说,应该积极向上,提高自己获取“面包”的能力,为今后的两人生活提供让人认可的保障。对于女性青年来说,应该放眼长远,注重双方的共同努力才是幸福生活的基础。

其次,广交朋友,扩大圈子。积极融入集体活动,结交的朋友多了,生活更加多姿多彩了,爱情也会随之而来。再者,完善自己,提升自己。单身是最好的升值期,如果身边没有喜欢的,那也许是实力还跟不上眼光。同时,放平心态,顺其自然,不过度苛求。恋爱本就是两个人的选择,自然有合拍的地方也有不合拍的地方,要以一颗包容的心去面对。最后,单身男女们就算一个人生活也要好好对待自己,花一定会开,要忍耐要等待。

□见习记者 赵曼琦

