

F 非常感受

“偷窥”父母

□悄然微笑

在我妈又一次将手摔伤并且准备对我进行消息封锁的时候,我觉得是时候考虑对他们的生活多一些直观的了解了。

我咨询宽带,选定套餐,购买设备,没几天我就能通过手机屏幕看见我家院子了。

自此,我就开始光明正大地“偷窥”父母的生活。

好奇老家几点钟天黑,我打开回看,找到白天与黑夜交替的那一帧开始回放。傍晚6点22分16秒,我看到天快要黑了。到了第17秒,镜头远处的山突然变成模糊的影子,摄像头的镜头也自动变成黑白。

至于父母什么时候起床,什么时候睡觉,起床都干了些什么,家里来过哪些人,事无巨细,统统在我的“偷窥”范围内。

清晨,看到我妈正在扫院子,我对着摄像头喊一声“妈”,我妈听到声音后抬头挺身,面朝摄像头,和我聊起来,无非是今天冷不冷,早饭准备吃啥,我爸怎么没在家。

中午,看到我爸坐在走廊上晒太阳,想必是在外面干活儿才回来,我喊了一声“大”,我爸惊喜地抬头回应,说着说着,我发现他有点咳嗽,让他早晚多穿点,现在去喝点热水,免得咳得难受,我爸听话地跑进屋里倒了一杯开水出来接着聊。

下午,看到家里来了个拄着拐杖的客人,眉眼看不太清,和我爸妈聊得热火朝天。等客人走后一问,才知是前不久动过大手术的,已经80岁的前大队队长。此前长年累月不得停歇,这回做了手术,只好专心在家静养。

晚上,爸妈不大出现在院子里,偶尔也会有村邻来家坐坐。大多时间他们都待在堂屋里看电视,他们基本还是和我当年在家一样,每天追剧两集。

有一天起床后,我发现摄像头呈离线状态,赶紧去咨询工作人员是怎么回事,对方让我刷新,问一下是不是停电了,没有的话去检查一下摄像



头的插头是否插好了。

后来打电话一问,果然停了电。那天,我过得格外煎熬,隔不久就查看一下摄像头的状态,一直到下午四点多,才来电,我心里像完成了一件大事,一块石头落了地。

身处快节奏的上海,看老家的慢生活,成为一种心理需要。

每当我感到有点焦虑

时,就打开摄像头,看看我家的院子,听一听鸡叫声、狗吠声,看一看猫咪懒洋洋地晒太阳,看我爸妈与邻居坐在院子里喝茶、聊天,兵荒马乱的一颗心慢慢平静下来。

大学毕业以来,我为父母买过许多许多东西,但从来没有一件物品,抵得上日日呈现在我眼前的这方天地。它弥补了我对父母陪伴的缺失,稀释了我的乡愁,成为我日常能量的充电站。

M 名家名句

ingjiamingju

友谊不可透支

□尔萌/辑

友谊不可透支,总要保留几分。

——梁实秋

有些人之所以不断成长,绝对是有一种坚持下去的力量。好读书,肯下功夫,不仅读,还做笔记。人要成长,必有原因,背后的努力与积累一定数倍于普通人。所以,关键还在于自己。

——杨绛

悲哀因分担而减轻,喜悦因共享而加强。

——余光中

生活总是这样,不能叫人处处都满意,但我们还要热情地活下去。人活一生,值得爱的东西很多,不要因为一个不满意,就灰心。

——路遥

人心里追求什么,眼睛才能更多更广地看到什么。

——梁晓声

善宽以怀,善感以恩。善博以浪,善精以业。这般,最佳!

——丰子恺



请本版文图作者与编辑联系,以便奉寄稿酬。

N 耐人寻味

airenxunwei

世界上最漫长的,是等泡面的那三分钟

□岑 嵘

当你饥肠辘辘的时候,会迫不及待地撕开泡面的包装袋,倒入开水,然后开始世界上最漫长的3分钟等待。

发明泡面的日清食品公司曾经在接受电视台采访时,透露一个秘密,其实,很早之前公司就可以做出一分钟的泡面了。

对泡面来说,如果想泡的时间短,只要把面条做得细一点就可以了,这样面条很容易泡烂,水倒进去烫一烫就可以吃。而且不只是日清公司,世界上其他方便面公司也早就发现这个事实。

但为什么没有公司投入生产让大家能够更快地吃到的泡面呢?

答案就在于等待,这三分钟的等待中,你要空着肚子,忍受着泡面的香气,原本就饥饿的你就会

变得更饿,这种情况下吃到的泡面,会觉得格外好吃。

哈佛医学院的神经学家汉斯·布莱特认为,“在饥肠辘辘的时候,我们用很长时间为自己烹制一顿美餐,而烹制本身构成一个愉悦的刺激过程。但是当我们享用这顿美味时,也许根本就不会体验到烹制过程中幻想到的愉悦。因此,刺激程度最强烈的是期望过程,而不是最终期望的实现。”

在我们的大脑中,有一个系统被称为“期望回路”,它们广泛分布在大脑各个部分,就像分布在大城市中心区星罗棋布的商业办公网络一样,而位于大脑额叶最后部的伏隔核,则是这个收益预期网络的核心中转站。

在我们预见到经济

收益时,伏隔核会逐渐变得兴奋。不过一旦你真正赚到钱,预期带来的热望就会冷却下来,进而产生一种不温不火的满足感。相比前面的火爆,这种满足感就显得苍白无力了。

也就是说,我们预期的快感要比实际体验到的快感更强烈。

商家似乎早已深刻地了解人类的大脑结构,等待如此让人兴奋,以至于商家不断利用我们这个特点来提高商品销量。

比如你购买刚刚发布的最新款手机,你或许需要等上一两个礼拜才能拿到货,而在段时间中,你每天沉浸在想象使用最新款手机的快乐中,这种快乐甚至会超过你真正拿到手机的感受。

Y 有此一说

ouciyishuo

幸福三要素

□玖玖

英国著名哲学家大卫·休谟曾说,幸福是一种合成物,主要由三种成分构成,分别是有所作为、得到快乐和休息懒散。他强调说,对于合成幸福这件事,这三种成分缺一不可,否则就不能称其为真正的幸福。

对于幸福的这三种成分,得到快乐和有所作为很好理解,而休息懒散通常会被认为是懈怠的最直接表现。为什么哲学家会将其列为幸福必不可少的要素?我感觉,幸福感作为一种独特感受,它不是简单等同于成就感和愉悦感,还应包括舒适感在其之中。舒适从何来?主要来源于休息与懒散。休息与懒散就是我们通常所说的休闲。休闲的目的是为了让人达到一种身心放松的状态。这种状态在给人提供舒适感的同时,还会为接下来的工作和学习储能。从这一点上说,它是让人可持续发展,以及持续获得幸福感不可或缺的重要因素。

我们可以看出,休谟所说的幸福,其实就是一种人生的平衡状态,简单地说,就是有事业可做,知道如何开心,懂得怎样休闲。