姓名:徐欣欣
职业:自由写手

卸掉社交软件 背起行囊出发

在网络信息如此发达的时代,找到90后徐欣欣却并非易事。不用微信、QQ、微博等社交软件的她,俨然成了信息洪流里的“怪人”。最近一次得到她的消息,还是在三个月前,她用一部旧的诺基亚手机给我打电话,约我去她家吃饭。你回来了?这是我接到电话的第一反应。

徐欣欣是和我一起长大的好友,今年27岁。她以前不“怪”,可以说,她是引领我走进网络社交领域的“导师”。我的QQ账号是她帮我申请的,我的微博是她教我开通的,而我微信这个“坑”也是被她自然而然带入的。

不过,当微信在众人之间如燎原之火,烧起一大片社交圈时,她却突然之间向身边人宣告要退出微信圈。然后,她相继卸下了QQ、微博等社交软件。不久后,她丢掉了智能手机,从爷爷那里继承了一部老爷机。于是,我俩成年之后本就为数不多的异地通信,只能通过那部手机联系了。

究其原因,徐欣欣用“节约时间”四字概括。上学期间,对什么新鲜事物都感兴趣,使用社交软件似乎成了展现自己与别人不一样的方式。她回忆说,网络给她打开了不一样的世界,放学之后,她就会花大把时间放在“开眼界”上,上到天文、下到地理。浏览数万个链接,已经取代了读万卷书这种传统的知识获取方式。

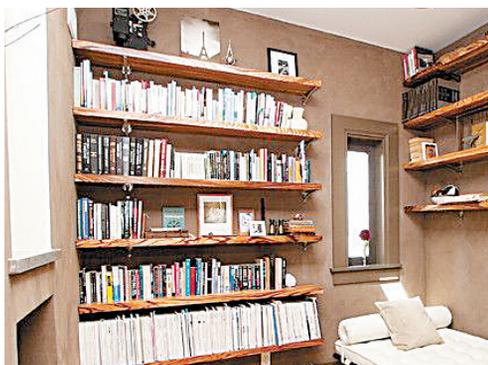
可是,面对源源不断、排山倒海的网络信息,徐欣欣逐渐成为了智能手机的依赖者。花费在网络上感兴趣的方面,时间就这样不知不觉过去了。我的房间在二楼,关着房门,我妈叫我吃饭都要依靠社交软件。细想一下,你不觉得这种方式有些可怕吗?我被她反问住,一时不知该怎样回答。

回想徐欣欣还没换掉手机时,即使我俩同在永城,双方也只是在社交软件上寒暄两句。慢慢地,我们发现,我们吝惜的并不是约出来吃一顿饭的时间,而是不知道以何种方式维系朋友间的感情。

那天,我比与徐欣欣约饭的时间早到。因为知道她刚从地中海旅行回来,家里的厨房免不了要先打扫一番。于是,帮她打打下手的时候,还能和她聊聊这段时间发生的事情。徐欣欣现在是一个自由写手,放弃高薪的翻译工作,一个背包,一本笔记本,一支笔就能到处走。我希望我了解的世界是我用脚真实走过的,而我的朋友圈不仅是存在于网络之上的“僵尸”,有时间大家聚在一起分享交流挺有意思。她说。



信息极简 指的是精简信息输入源头,减少使用社交网络、即时通讯。少看微博、朋友圈。

姓名:刘希
职业:客户经理

坚持阅读 让脆弱的世界变强

今年30岁的刘希是我市一家企业的客户经理。面对人群,她总能侃侃而谈。与她聊天,她总能天南海北地与你聊开,大家都说她“口齿伶俐,说话厉害”。开口说话这件事,似乎对普通人来说是一件简单的事,但对曾经的刘希却不是。

我小时候特别害怕说话,常常不知道该如何表达自己。别人问我问题,我也经常答非所问。刘希说,因为发音不清、说话啰唆、说话时还有很多语病,并且时常伴有口吃,她常常被身边的小朋友笑话,称她是“小蜗牛”。

能够流利、清晰地说话一直像长在刘希身上的“壳”,压得她喘不过气来。刘希表示,虽然每当她看到同学们站在教室前自信、响亮地朗诵诗歌、表演小品时无比羡慕,但她保护自己的方式就是尽量不说话,渐渐地,孤僻、不合群就成了她从小学到初中阶段贴在她身上的标签。

言谈是衣着的精神部分,用上它、撇开它,就和戴上或摘下装饰着羽毛的女帽一样。这句话出自巴尔扎克的《十三人故事》,是对刘希深有启发的一句话。在不敢开口说话的日子里,刘希找到了心有寄托的东西——阅读。阅读让她“走南闯北”,在身边同学都只沉浸在书本知识的时候,她觉得自己的世界比他们的广阔。那时候,我为此感到特别的自豪。说到这,她的眼睛闪出了亮光。

但遗憾的是,当时的刘希披着“亮丽”的外衣,却没有装饰着羽毛的帽子,她想与别人分享,却怎么也表达不出来。刘希说,当时她迈出最大一步,就是在她脆弱的世界里,把自己的诉求写在小纸条上,夹进作业本里,递到平易近人的语文老师手里,因为老师说话时总是微笑,眼睛就变成了弯弯的月牙,大家都叫她“月牙”老师。放学后,语文老师没有找她,第二天,也没有找她。我真的被忘了吧。刘希说,事情在第三天发生了改变。语文课上,“月牙”老师请她在座位上为同学们朗读她写的作文。这篇作文她依旧读得磕磕巴巴,但她的文章得到了全班同学的掌声。

此后,刘希经常被点名朗读作文,位置从座位前,变到了讲台旁,从低着头到能偶尔瞥一眼大家的反应。后来,“月牙”老师跟她说:说不出的,你就写出来。大家喜欢你写的东西,你就慢慢读出来。慢慢地,你可以不用在纸上写,在脑子里描摹个大概,按照逻辑说出来。这个方法,刘希一直坚持。阅读、写作、大胆开口说话已经成为她生活中不可分割的一部分。

精神极简 指的是了解、选择、专注于1项至3项自己真正想从事的精神活动,比如画画、书法、钓鱼、跳舞等。然后,充分学习、提高技能、不盲目挥霍自己的时间与精力。