

体检单上的箭头

□ 青 弋 (上海, 白领)

对于一年一度的体检, 我并没有很紧张。因为始终坚信一个吃得下睡得着、还时不时嚷嚷着要减肥的人, 身体大概率没什么大毛病。但是, 小毛病不会缺席, 不仅往年的红箭头一个没变少, 今年还有新增——你敢肆无忌惮地吃喝, 生活方式不够健康, 红箭头便发出警告。

比如薄荷说她今年尿酸指标偏高。她说因为自己一直喜欢喝啤酒, 几乎每天都喝, 尤其今年夏天又那么漫长, 她喝的啤酒罐垒起来估计能塞满一屋。而且, 她还特别喜欢吃豆制品, 豆腐是她的最爱, 不说天天吃吧, 一周至少几次。我了解薄荷, 她是个对某样东西特别容易沉迷上瘾的那类人, 之前在办公室每天吃无数颗薄荷糖, 就那么一箱一箱地买, 一盒接一盒地吃。

后来, 她总算戒掉了薄荷糖, 只留下薄荷这个网名。现在, 她又要开始戒啤酒了。

薛少比较搞笑, 他拿到体检单就在那里一字一句地像念颁奖词一样念给大家听。结果, 我们都听到了“肺气肿”三个字, 纷纷表示诧异。他自己也纳闷, 每天抽烟都没超过三根啊。可能是因为今年暑期和同学去了一趟西藏? 他当时正在爬山, 接到领导打来的一个工作电话, 一口气差点没接上来……于是, 就落下“肺气肿”的病因(高原反应)。西藏还真不是人人都可以去, 也要看身体的状况。

我今年体检新增的偏高指标是甘油三酯和总胆固醇。大家说这是肥胖病, 我不应该有, 毕竟体重一百冒芽而已。有人分析, 可能代谢慢了, 要多运动。但我的一个朋

友是运动达人, 每周骑行、打乒乓球, 总胆固醇指标竟比我还高。思前想后, 觉得还是变成“饕餮”有问题。这几年, 我成功转型为吃货, 喜欢尝鲜, 看到美食博主推荐美食, 就算不在同城, 我也会用心记下, 上今生必吃榜榜单。“秋风起, 蟹脚痒”, 爱吃螃蟹的我今年陆续吃过好几次蟹。老公称, 我这次的新增总胆固醇指标偏高可能就和近期蟹吃多了有关。

有道理, 病从口入, 管住自己的口尤为重要。想起巴乔(猫)生过两次病, 每一次都是我们给它乱投喂引起的肠胃紊乱。美食不宜贪, 多吃伤身体, 少食多滋味。这世上每一种爱, 都需要理性的克制, 面对美食也一样, 要留一口给念想。



多少魔语楼台中

□ 周云龙 (南京, 媒体人)

周末应邀出席一个学术论坛, 主办方安排了整天的讲座。抱着多了解理论前沿新信息、新动态的期待, 早早地赶去占座。

一天下来, 唯一观感是, 台上他讲她讲, 台下他看她看, 看的是手机。现在许多场合都可以切分成两个世界: 现实的世界, 手机的世界。移动互联网, 让人们头低下来, 让世界静下来。

能全都责怪台下的心不在焉吗? 问题可能在台上。

一位理论刊物首席编辑, 综合近期各大媒体和各地对某个文件的解读文章, 用数字做了概括, 他在梳理后还发现一个惊

奇的巧合, 就是他所概括总结的X大方面、Y个知识点, 数字拎出来正好是这个文件的日期简称: X·Y, 他认为是蕴含在其中的一个密码。

一位高校教授以某地区的一组经济运行数据抛出话题, 纵横捭阖, 谈股论金。在他的视界里, 每一个百分点都勾连着经济增长的大势, 每一个小数点也都有精确的意义。不过, 听众无从验证那组数据是否靠谱。

想起一句古诗“南朝四百八十寺, 多少楼台烟雨中”, 篡改一下, “今朝三百六十五天会, 多少魔语楼台中”。魔语者, 呓语也, 意指那些荒谬糊涂的扯淡。

时间就是性命, 无端空耗别人的时间, 其实无异于谋财害命。当然, 参加过一场场无聊的会议、报告、讲座之后, 我也安慰自己, 很多时候, 不是在这个场合被空耗, 就是在那个环节被折腾, 他们扯他们的, 我看我的手机呗。手机充当了“刹车”的角色, 将人从看似忙碌、紧张、庄严的工作、生活现场, 切换到随性的掌上世界。

而隐隐约约的不安也是有的: 假如外星人可以凌空偷窥, 会不会觉得特别好奇? 世界那么大, 地球人怎么会那么正襟危坐、心安理得地享受无边无际的无聊游戏呢?

