

放下手机 多陪陪家人

@ 微语录

@王人平:孩子,喜欢你绽放的阳光般的笑容。相信10年、20年,乃至有一天不再有我的日子里,无论境遇如何,你都会微笑地面对生活。而我今天能做的,就是努力捍卫你的童年,守护你能够得到的当下的幸福,让你有机会体验发自肺腑的快乐,感受无条件的接纳和爱,在你心底植入美好、希望、爱的种子和人性的光辉。

@苏岑:满足1000个欲望和战胜1个欲望,哪个更难?其实,选择哪个答案并不重要。重要的是,透过欲望的幻象,能否依然认清最终的方向。大多数人一生都在忙于攫取和渴望获得,然而真相却是:人生比的就是放下,看谁放下的多。放下越多,灵魂越轻快,走得也就越远。

@周国平:好的两性关系有弹性,彼此既非僵硬地占有,也非软弱地依附。相爱的人给予对方的最好礼物是自由,两个自由人之间的爱具有必要的张力,它牢固但不板结,缠绵但不粘滞。



现在,大家都是手机不离手,没几分钟就要看看手机,甚至到了饭店等公共场所时,首先问的就是有没有无线网络。不否认在当今,手机担当了很重要的工具角色,但不是全部。近日,看到一条视频:一太爷爷想让孙子孙媳带着2个月大的重孙女多待几天。老人怕没有网,孙子孙媳不来住,就提前给家里装了Wi-Fi,还把主卧打扫干净,腾出来让他们住,为的是让孩子们在家多待几天,看着让人心酸。

引发网友共鸣



看到这条视频时,很多网友表示莫名的心酸。手机的存在,就是为了让我们之间的联系越来越便利,可是却怎么成了亲情的绊脚石?手机原本存在的意义是让亲情越来越近,可为何现在却成了家人间的一面墙?

网友@橙子说:“唉,突然觉得好心酸,年纪大了都想儿孙承欢膝下,老年人又不会用手机,只能见面看看孩子、孙子们,可是我们却抱着手机没空和老人交

流,真是不应该。常回家看看吧!”

网友@瑶瑶说:“父母和爷爷奶奶那一辈除了看电视,其他娱乐节目很少,有时间一定要多回家陪陪他们,不要让他们孤单,也不要让自己后悔”。

网友@顺其自然说:“如果我知道那是我和爷爷吃的最后一顿饭,我绝对不会在吃饭时只顾着玩手机,敷衍地回答爷爷的问题。那次一大家子聚餐,我不善言辞,就坐在角落里打游戏,爷爷

拄着拐杖走到我跟前问我工作的事情、女朋友的事情,我忙着打游戏,只是敷衍地回答了爷爷几句,爷爷看我头也不抬地打游戏,叹着气坐到自己的座位上了。没过几天,爷爷摔了一跤,送到医院抢救无效去世了。我特别特别自责,如果那天晚上我没玩手机,好好和爷爷聊聊天,或许现在也不会这么遗憾。自从我爷爷去世以后,我便时常后悔没有多陪陪他。”

手机阻隔了亲情



不管在大街上,还是公交车里,随处可见低头玩手机的人。过度依赖手机,正减少着人们现实生活中的交流。有时即便一家人围坐在一起,也都各自刷手机,没有了往日的亲密和热闹。

“世界上最遥远的距离是我和你坐在一起,你却在玩手机。”这是网上流传很广的一句话,当这句话成为现实时,多少有一些悲凉。

类似的现实情况越来越多在上演着。网友鲁女士为了庆祝女儿今年考

上大学,特地请几位亲戚带着孩子们一起聚餐,本来想着大家一起吃饭,其乐融融,孩子们说一说想要报的学校、选选志愿,可是到了包间后,几个孩子都各自拿着手机玩游戏,玩到兴起时还互相交流一下,只剩下几位家长坐在那里寒暄着。孩子们简单吃了几口饭后,又齐刷刷地拿起手机靠在椅子上玩游戏,直到吃完饭要离开时才把手机揣兜里。

网友李先生的弟弟从杭州回来,全家齐聚在一起,爷爷看到回来的弟弟更

是高兴,可是在席间,大家都是各玩各的手机,虽说李先生是在处理工作上的事情,可是爷爷还是生气了,爷爷站起来说:“你们好好玩手机,玩完了咱们再吃饭!”说罢愤然离席,大家追出去好说歹说才把爷爷请回了包间,大家都收起了手机,一起热热闹闹地吃了一顿饭。

我们平时确实“太忙了”,但至少在有能见面的时间里,放下手机,多陪陪老人说说话吧。放下手机,让有限的人生少点遗憾。

过度使用手机引发健康问题



过度依赖手机,影响的不仅是人际关系,还有健康。过度使用手机会引发视力下降、颈椎病等身体健康问题。

28岁的网友李先生经常用手机看视频,经常和队友们打游戏至凌晨二三点,前些日子,他在开车时感觉看的不是很清楚,尤其是晚上开车时有些模糊了,这让视力一直很好的他有些担心,便去眼镜店测试度数,果真,原先视力正常的他已经近视200度了。

手机看多了对视力、思维影响都

很大,未成年人使用手机的行为尤其应该引起家长注意。网络是个公开、复杂的世界,什么内容都有,很容易影响到心智发育不成熟的未成年人群体。

经常刷手机,时间长了会影响手腕、颈椎、腰椎、视力等各个身体部位。现在就有个说法,低头玩手机相当于脖子承受了45斤的压力,可见低头的危害。而且现在“小近视眼”越来越多,过度使用手机对未成年人视力伤害很大。

除了影响身体健康,也会影响心理

健康以及人际关系。人们对手机产生了强烈的依赖感和需求感,很多人一刻也离不开手机,如果手机快没电了或者信号不好,就会焦虑、紧张。

在日常生活中,我们应该进行自我约束,减少看手机的次数,培养平和的心态。每天回到家,可以在饭后大家一起出去散步,增加与家人交流的机会和时间,减少看手机的时间,使家庭氛围更加融洽。

七月

@ 微趣图



小家伙,真是无法无天!

@ 微笑话

@吐槽鬼:哥们儿:咱们关系怎么样?我:很铁!哥们儿:那好,既然如此,我跟你借钱的话你愿意借多少?我:60块。

哥们儿:都很铁的关系你才借60块?我:对啊,废铁一斤5毛,你120斤。

@一枚社畜:地铁上,我对着身旁的陌生人说:“你就像脸上的青春痘”。他就这样看着我,我也看着他,继续说:“别挤,谢谢”。

@业余教父:叫了个保洁来打扫房子,阿姨进门要穿鞋套。我赶紧说:“不用不用可以直接踩进来!”保洁阿姨:“不是,我怕把我鞋弄脏了……”

@中二化学于老师:姑娘们,以后跟老公吵架回娘家,学聪明点,带什么存折、衣服,都弱爆了。听好了,带空调遥控、电视机遥控、驾照、身份证、车钥匙,再改一下电脑和WiFi密码!小样,我就不信他不知道自己错哪了。

据新浪微博