

你的朋友圈“精装”了吗?

杜梨

“毛坯”的人生，“精装”的朋友圈。近段时间，关于“精装朋友圈”与“毛坯人生”的话题引发热议，许多网友“秒懂”后会心一笑。

“毛坯”与“精装”，本是用来形容房屋的不同状态。而在上述不无自嘲的语境之中，所谓“毛坯人生”，即指真实的生活状态；至于“精装朋友圈”，则是发布在社交媒体上的经过截取乃至包装的精彩瞬间。

比如明明爬山累得一步一喘，登顶后发现不过尔尔，但一定要在朋友圈诗意拉满发两句

“坐看云舒云卷”；明明露营地挤得密密麻麻，还得努力拍出空镜，感叹“阳光正好，微风不燥”；明明围炉煮茶火候难控，也要配上修了又修的美图来句“偷得浮生半日闲”……眼前可以“压力山大”“一地鸡毛”，但朋友圈必须诗情画意，狠狠拿捏氛围感、高级感、松弛感。

线上社交早就是生活日常的一部分，“精装朋友圈”反映的正是这代人在数字世界的“积极营业”。

反复摆拍终于满意的照片、字斟句酌的文案、精心剪辑与配

乐的短视频日志……这些“朋友圈出品”，无不体现着发布者的用心与审美，也是他们想要呈现出来的状态和人设。

某种程度上，那些被“精装”过的“朋友圈”，就像滤镜后的白月光，尽管有几分失真，但想营造更美好的个人形象与生活姿态、期待关注与点赞是个人自由，愿意“装一装”倒也无可厚非。

怕的是，朋友圈“精装”久了，要么陷入了某种执念，无法接受素颜的自己、真实的人生；要么真迹、真信、真卷，无限羡慕

他人同样“精装”过的光鲜生活，总想着较量一番；要么只顾着朋友圈的“精装”，“一天到晚求成片”。吃饭总是手机“先晒”，看风景也是朋友圈“先看”，每回发布或围观还得想着谁的图更美、文字更高级，谁获得的点赞和评论更多，匆忙与焦虑间，很可能忘记了生活本身。

“精装”风过于盛行，对于日常生活的“反噬”值得警惕。

不仅仅朋友圈，社交媒体平台也充斥着厚重的雕饰与滤镜。随着翻帖子、做攻略成为习惯，某些本身意在“悦己”的内容，很

可能产生误导。更何况，某些商家嗅到商机，绞尽脑汁在“打卡”“出片”上做文章，以“精装”营销揽客，实际货不对板。这些五颜六色的泡沫，美则美矣，其实极易破裂。

“有人的地方就有江湖”，朋友圈也好，社交平台也好，风格迥异，恰如人生百态，参差不齐。有人执着于“精装”，也有人早已不发朋友圈，有人设置了3天可见……这都是个人选择。但可以明确的是，朋友圈这个圈，真实性越低，社交黏性就越差，滤镜疲劳了，“精装”也就白装了。

街谈巷议

“气人”短视频该管一管了

陈曦

渲染家庭矛盾、制造身份对立……一些网友发现，最近，部分自媒体用“气死人不偿命”的短视频来收割流量。“婆媳势不两立”“保姆虐待孩子”“相亲遇到拜金女”等“气人”短视频，疯狂撩拨网友情绪。

这类“气人”短视频强化焦虑情绪，固化人们的偏见，降低幸福感。在算法的“强力”加持下，只要点开一次，同类视频就会不断涌来。一些短视频刻意模

糊“摆拍”与“真实”的界限，让不少网友信以为真。尤其是未成年人、老年人等很容易被误导。

短视频平台要负起责任，加大对优质内容的推荐力度。只有温暖的、动人的、发人深省的内容多了，猎奇的、低俗的、乌烟瘴气的视频才会失去生存空间。

身处信息爆炸的时代，我们应保持警惕，避免沉迷于感官刺激，不要被“垃圾情绪”牵着鼻子走。

做好事不用羞于留名

丁家发

几天前，为了救一对在海中挣扎的父子，大连男子柳忠鹏冲入海中，将父子二人拉到岸边。近日，柳忠鹏在网上发视频寻找被救者，因为需要被救者出具证明，他才能申报见义勇为奖。

对此，互联网上出现了一些不和谐的声音，指责柳忠鹏“携恩图报”。

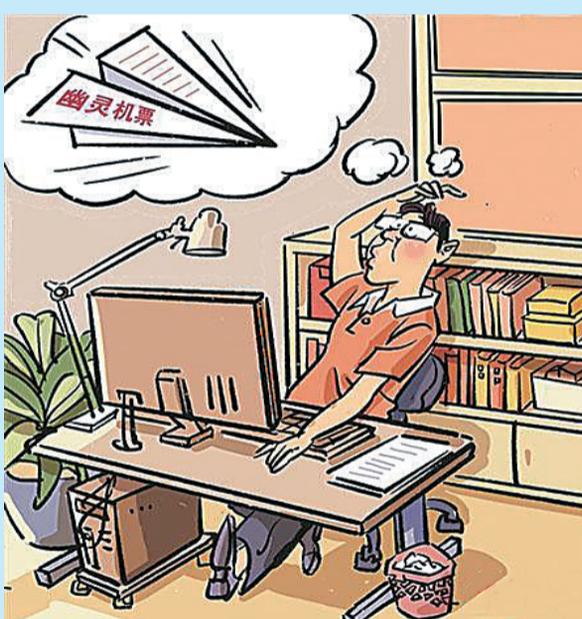
这种留言有“道德绑架”之嫌。救人可以不要求回报，但我们一定要让好人有好报，这是对本人肯定和褒奖，也将激励

更多民众加入到见义勇为的行动中，助推形成“人人为我，我为人人”的社会风尚。见义勇为者也无需羞于为自己争取权利，让好人有好报，这本身就是一种正能量。

此事的最新进展是，获救的父子在看到消息后及时赶到大连，为柳忠鹏的见义勇为作证，补上了认定程序中的重要一环。目前，柳忠鹏申报见义勇为已进入网上公示阶段。这是一个所有人都乐见的圆满结局。

画中话

“幽灵机票”不是小事



近期，不少消费者投诉称，在一些票务平台购买机票后，自己名下突然多出非本人订购的其他航班信息；有人从未进行过退改操作，却收到了票务短信。因此，相关消费者怀疑自己的信息被购票平台盗用。

在平台上，关于“幽灵机票”的投诉多达数百个，可见这类事情不是个例。“幽灵机票”不是小事，有关方面应当深挖乱象根源，斩断票务领域“暗箱操作”的灰色产业链，为加强公民个人信息保护工作提供更多经验和样本。据《法治日报》

回音壁

手机太贵不敢偷 偷28万元手表

近日，浙江嘉兴一名男子在车库拉车门盗窃。当他拉开一辆车的车门后，发现车里有一部苹果手机和一块手表。男子认为手机比较贵不敢偷，于是偷走了自己感觉相对便宜的手表。当地警方只用了7小时就将他抓获。被抓后他才知道，这块手表价值近28万元。

据《潮新闻》

回音：不敢偷贵的，结果偷了个最贵的。

醉驾男子被查后 称父亲刚刚被查

近日，浙江杭州一名男子涉嫌醉驾被查。交警准备通知其家人时，男子说“不用了”，因为“爸爸前脚在这里刚被你们查了”。原来，父子二人在亲戚家聚餐豪饮后，都抱着侥幸心理开车回家，最终双双被查。

据《铁骥视频》

回音：父子俩结伴酒驾，然后结伴被查！

沧州各县特色美食齐聚 名优特产品展销中心等您来



这里，有最具特色的沧州非遗美食；这里，有汇聚文化内涵的农副产品。自名优特产品展销中心正式成立以来，便得到了很多市民朋友的认可。

在这里不仅可以购买到沧州各县特色美食，而且可以购买到省外原产地特色产品。目前，名优特产品展销中心已入驻沧州本土几百种产品，以及几十余款外省域原产地特产。外源地产品合作的省份已扩展到四川、内蒙古、大连、福建、云南、海南等多个省份。

名优特产品展销中心现已入驻的产

品，包括任丘百亿根纯红薯粉条、东光连镇王记花生米、东光桑葚干、刘记酥糖、盐山蜜薯、南皮祁家窝头面、河间驴肉、任丘王疯子红咸菜、南皮寨子甜醋、沧县原生态蜂蜜、宋馍馍面花、荞麦片、桑叶小麦粉、蔬菜面、橄榄油、桑葚干红、灯笼红玉米糁子、石磨面粉、石磨杂粮粉、老冰糖、古法红糖、稻时佳五常大米、盐皮蛋、崔一元小磨香油、芝麻酱、白小嘴山药、铁棍山药、时记益养黑粮、时记八珍杂粮、时记黄金小米、金丝小枣醋、时记芝麻酱花生酱礼盒、广盛源寨子甜醋、广盛源寨子老醋等，这些产品均可现场购买。

熟食及水果类的产品可进行预订，包括：盐山朱记扣碗、盐山刘记猪蹄、奇美香肠、南皮孙家老席、东光李文烧鸡、东光李

保贞烧鸡、碧洁农业桃子、番茄、甜瓜、丰稔农业蔬菜等。

名优特产品展销中心除了销售特色美食，还创办了“赶小集”“小小集”等一系列活动。“赶小集”邀请商家现场销售的沧州美食，吸引了不少铁杆粉丝；名优特产品展销中心推出的“小小集”活动，也让不少读者眼前一亮。

为更好地服务“三农”，解决产业一线的实际问题，发挥助农、带农、联农、扶农作用，沧州日报社“助农产品推广总站”以及三家乡镇驻沧报“助农产品推广站”，在名优特产品展销中心举办了挂牌仪式，三家农业合作社成为首批签约单位。

在推出系列活动的基础上，名优特产品展销中心围绕线上，开展的社区营销群、会



员群也红红火火。目前，线上已发展会员数千人。独具特色的美食，让会员拍手称赞，评价度极高。

名优特产品展销中心也期待您的光临与合作加盟。

地址：沧州市运河区浮阳南大道新闻大厦门口北第三个门市 沧州日报社·全媒体融合发展交流中心

乘坐1路、138路、29路、158路公交车即到

营业时间：上午9:00-12:00 下午2:30-5:00

咨询电话：18931777908 15132731602