

当手机成为亲密“伴侣” 我们丢失了什么？

□张冷

缺失了亲子陪伴，谁痛？

在一档电视综艺节目中，说到父母对自己的陪伴时，一个孩子控诉道：“手机里到底有什么好看的东西，竟然比我还重要？”在另一档综艺节目中，一位7岁的男孩哭着告诉老师，在他的记忆里，只被爸爸牵过两次手，因为爸爸只顾着玩手机。环顾周围，陪伴手机比陪伴孩子时间还长的家长并不鲜见。

中考结束，儿子没有考上高中，韩硕恼羞成怒：“再叫你玩手机、打游戏！考不上高中，你活该！”儿子小港站在沙发边上，表情木然。“行了，别吼了，你现在咋呼有什么用？赶紧商量商量，是复读，还是上职高。”妻子杨虹调解道。“我咋呼，你倒是不咋呼，你把他惯成什么样了？商量？商量个屁！爱上哪上哪！”韩硕一甩手准备出门。

“你站住！”小港突然喊住爸爸，“什么叫我妈把我惯得？我不是你儿子吗？我妈是护士长，这三年疫情她经历了什么你不知道是？在她工作忙不能回家的时候，你又在干什么？只要在家，你就只认得你的手机。知道我是怎么迷上网络游戏的吗？知道我为什么会有今天这样烂的学习成绩吗？”

小港本来是个学习成绩不错的孩子，初一上学期他还考过年级的前30名。初一下学期，因为和同学闹矛盾，他心情不好，很希望得到心理援助。之前发生类似的事情，都是妈妈陪他聊天，帮他出主意，可当时因为医院病号多，妈妈常常需要加班，不能回家。他也不忍让妈妈分心，两人视频时，便总是报喜不报忧。无奈，一天晚饭后，他对倚在沙发上手眼不离手机的韩硕说：“爸，能陪我聊聊天吗？”“嗯，”韩硕嘴里应着，手眼却还在手机上，“你作业都写完了？聊啥？”见爸爸这般反应，小港突然没了兴致，多少有些赌气地说：“不聊了，你玩吧！”他本以为这样回应爸爸，爸爸会从手机上抬起头，跟过来，关注一下他的情绪，可没想到韩硕并没有这样做。小港一看，真的生了气，回自己房间将书本一摔，也拿起手机玩起来。他原本想就玩几天，等引起爸爸

曾有一家研究所做过一项调查：你觉得新时代最蛊惑人心的“毒品”是什么？在读者的反馈中，排在第一位的选择答案竟然是“手机”。互联网时代，谁都无法否认手机带给我们的诸多便利，它已然成为我们日常生活、工作中不可或缺的亲密“伴侣”，“一部手机走天下”已不是传说。然而，在拥有这个心心念念、形影不离的伴侣的同时，我们又丢失了什么？鸡飞狗跳的亲子关系，剑拔弩张的家庭矛盾，淡然冷漠的人际交往，爱恨交织的夫妻感情……是否都与无时、无处不在的手机有关呢？

的注意，受到关注后，再回到正常的学习轨道上。哪承想自己的反常举动不仅没有引起爸爸的关注，还彻底改变了他的学习习惯，以至于迷上了网络游戏，学习成绩日益下滑。

今年，为孩子跌入低谷的成绩而着急上火的杨虹，终于能抽出时间盯紧孩子的学习了。然而，离中考还有半年，就算她费尽力气，生拉硬拽，小港的中考成绩离排名最低的普通高中的指标生，还是差了一个名额的距离。很遗憾，但杨虹更多的是自责。如果自己不大意，每天抽时间在视频里多督促、关心一下孩子；如果在关键时期，他们父母能多陪伴一下孩子，小港不至于考不上高中。

听着儿子的控诉，看着他涨得通红的脸，杨虹感觉心像被针扎了一样痛。

疏远了至爱亲情，谁怒？

年逾古稀的田爸爸、田妈妈来济南儿子家住了刚满一个月，便提出要回烟台老家。儿子田科没当回事，只是信口应道：“急着回去干啥？再住段时间，等你孙子放暑假，我送你们一起回去。”

没过几天，田妈妈在饭桌上又一次提出回老家，这次她说了理由：济南太热，刚进六月就这么热，要是入了伏还了得。“外面温度高，家里有中央空调，哪热了？”田科反问道。田妈妈和田爸爸对视一下，没再说话。又过了三天，是个周末，睡觉前田爸爸叫住田科，郑重地说：“明天我和你妈回烟台，票都订好了。你要是没时间送，我们就自己打车走。”“啊？”田科显然没有心理准备，“这怎么还真的要走？这到底是为什么？咱们一家三代不是相处得挺好的吗？怎么就不能再住一个月？”

这两年节假日田科很少回

家。终于等到今年，为了缓解彼此的惦念，他便与妻子、儿子商量将二老接到济南住段时间。妻儿都表示赞同，尤其是妻子，通情达理如她，没有丝毫异议。一个多月的相处，三代人和和气气、相安无事，这不就是人们口中的“家庭和睦”吗？可是为什么父母急着要走呢？

“田科，你当初为啥要接我们来济南？”当了一辈子教师的田爸爸决定和儿子好好谈谈。

“为啥？你们不是想我们吗？我们也想你们啊！来济南我们住在一起，不是享受天伦之乐吗？”

“好，天伦之乐！可是，乐吗？乐从何来？你们要么上班，要么下班回来大部分时间就是低着头、抱着手机没完没了地‘煲’。来了一个多月，咱爷俩面对面说过的话，没有我上一节课说得多吧？人心是需要沟通的，感情是需要交流的，友情、爱情、亲情概莫能外。你以为把我和你妈接来一起住，就是孝道，就是天伦之乐，我们就该知足？我不这样以为。我们更渴望一家人能一起多说话、聊聊天；否则，和我们在老家有什么区别？在老家我们还有一帮老友，时不时聚在一起打打牌、摆个‘龙门阵’，可是在你这儿，一天天的，我这张嘴除了吃饭，说话的功能基本可以不用。长此以往，不得老年痴呆才怪。所以，赶紧送我们走吧！”

听了父亲的话，田科立在原地愣了半天。他没有想到，自己一番好意却惹得父母生出这么多怨气。但仔细想想，他又觉得父亲的话全都正确。他必须承认自己忽略了父母的感受，忽略了对父母的陪伴和言语上的沟通交流。他记着爸爸很喜欢听他叨叨工作上的事，可是从何时开始，父母的地位被一部冰冷的手机所取代了？

“爸、妈，实在对不起！在爸爸

说这番话之前，我真的没有意识到不经意间正在疏远你们，疏远咱们之间的亲情。都是手机惹的祸！爸、妈，别生气了，我知道错了，以后我改，一定改，只要和你在一起，就多陪你们聊天。”

“不是和我们在一起才这样，和老婆、孩子、朋友、同事在一起，也要注意手机的使用分寸。优秀的人是不会被手机掌控时间、耽误生活的。”好为人师的田爸爸为这场谈话做了总结陈词。

冷淡了人际沟通，谁懂？

暑假，麦子外出参加一个专业研讨活动。报到当晚，承办方设宴招待与会人员。麦子推开就餐房间的们时，已经围桌而坐的七八个人，统一的标准动作是低头忙手机——忙着翻阅、忙着刷屏、忙着录入文字。只有一位还算年轻的男士抬头起身问“你好”，向她露出微笑。麦子后来知道，他是承办方的接待员。向对方回礼后，她找了空位坐下，男士则又继续埋头于手机。麦子扫视了一下桌边的人，全是陌生面孔。应该是人还未到全，所以大家需要继续等。寂静无聊之中，麦子也只好拿出手机，但她的脑海中突然浮现出另一个场景。

春天，麦子参加一个需要“没收”手机、封闭管理的会议。与会者有老友，也有很多新面孔。因为没有手机，因为“与世隔绝”，工作之余，大家就只剩下了彼此面对面的沟通、交流。老友们嘘寒问暖、嬉笑怒骂，你来我往中友情愈深愈浓；新朋们天南地北、问长问短，生熟转换中，了解渐广渐多。那些三两成簇、三五成群一起畅谈的情景，一起欢闹的场面，深深地烙入每个人的心田，以至于分别时，大家互相拥抱、互道珍重，依依不舍乃至眼含热泪。

会议结束前的晚上，大家饭后在住所园内散步，纷纷表示要充分享受手机发下来之前最后一个晚上的单纯、宁静。一位年轻人感慨道：“原本还为没收手机而惴惴不安，担心难以适应‘无电’生活。没想到大家一起聊天，一起运动，说说笑笑，简单而快乐。原来没有手机的生活是这般健康、美好。”

一位中年女士接着年轻人的话说：“你们这代人天生就有手机相伴了，我们还好，起码工作之前没有手机打扰。童年时，没有网络游戏让我们上瘾，楼下的空地便是我们的游乐场，各种各样真实场景的游戏，让我们乐不思归。发小们在嬉闹中建立起的友情，纯净、持久，也成为我们现在凡相聚必提及的美好回忆。”

一位年龄大些的长者则说：“手机这‘劳什子’，确实给现代生活带来很多方便，但不可否认，它给我们带来危害也是肉眼可见。本来是亲人、朋友、同事、伙伴，可彼此面对面的交流越来越少，心好像也离得越来越远。微信来微信去，电话来电话去，怎么能比得上面对面、眼睛看着眼睛的交流？那种一个微笑的表达、一个眼神的会意，那种举手投足间的言内之意、弦外之音，那些带着温度、湿度的可感的高言低语，怎么能是一个手机、一串机械的表情符号所做到的？”

“大家好！”一位领导模样的人推门而入，“呵，这么安静，都在低头忙手机，互相都认识了吗？”众人急忙站起身，尴尬地敷衍着领导的问话，环视着身边的陌生人，似乎也没有多少想认识的兴趣。

活动结束后，临别前情浅意轻的与会者互相加了微信。然而，麦子知道，有多少加进微信圈的所谓好友能真正成为好友？除非有事相求，可能用得上这点人脉资源，此外，最多也就是逢年过节不痛不痒刷一下存在感的互相问候，仅此而已。

电子时代，每个人都面临着手机成瘾的危机，而一旦沉迷手机，无论是对身体健康的危害，对学习和工作的影响，还是对各种社会关系的损伤，抑或是对家庭悲剧的催生，其后果往往都让我们承受不起。我们是手机的主人，而不是被手机主宰的奴仆。