

微话题

那个想自杀的朋友，去了趟菜市场竟然好了

01 我有一个朋友，小镇青年，北漂，28岁了，在北京呆了五年，广告狗，经常加班熬夜，颠倒作息，半夜两三点朋友圈还在发动态是常有的事。

半年前，聊天中感觉他不太对劲了，情绪特别消极，感觉有抑郁倾向。一细问，原来他正在经历人生中的至暗时刻。

首先是身体熬不住了，长年熬夜，饮食作息都不规律，日积月累的，冒出了毛病。正巧又碰上项目不好做，丢了客户，面临项目解散。然后，相恋多年的大学同窗女友把他甩了，爱情败给现实。

一连串的不如意，让他意志消沉。有一天凌晨3点，他在朋友圈发了一条动态：人生终极三问，爱情是什么？现实是什么？活着是为了什么？我发了信息问他：“你没事吧？”许久之后他回复：“没事，就是有点想跳楼。”

之后他在朋友圈消失了半年，聊天也很少回复，我一度担心他熬不过这个坎了。两周前，突然看到他在朋友圈发了几张美食的照片，配文：闻着饭菜香，觉得终于活过来了。

原来，那半年他一直过得郁郁寡欢，甚至真的想过自杀，直到某天他经过菜市场，就进去溜达了一圈。

听着小贩清亮的吆喝声，热热闹闹的讨价还价声，看着五颜六色、新鲜水嫩的瓜果蔬菜，活蹦乱跳的鱼虾海鲜，朋友突然觉得心里温暖又亮堂。一路上经不住小贩的吆喝，他买了一条鱼，还有各类新鲜蔬果，回家简简单单做了一顿饭，当热腾腾的饭菜摆上桌，原来觉得冰冷的房间，似乎也多了点生机，吃一口亲手做的饭菜，一股暖流，从嘴里流进心里。

“那一刻，我觉得我活过来了，我觉得不管遇到什么事，我都能自己走下去了。”朋友说。

从此他爱上了去逛菜市场，那里成了偌大的北京城最能治愈他的地方。

02 想起古龙说过的一句话：一个人如果走投无路，心一窄想寻短见，就放他去菜市场。

这话有些夸张，但意思是对的。要讲生趣，没有一个地方比得上菜市场。

古话说，饮食男女，人之大欲。吃食，永远是人最原始最强烈的欲望，一个还吃得下饭的人，是不会放弃自己的。而菜市场，就是能勾起饮食之欲，让人重新萌发出对生活的热爱的地方。

不单是朋友，我自己也有被菜市场治愈的经历。

有一年失恋，想用旅行来疗伤情，在云南大理，吹过上关风看过下关月，晒了高原明媚潋滟的阳光，仍觉得心底是冷的。有一个清晨，在古城闲逛，突然就闯进了熙攘的菜场。地上竹篓摆满了各色菌子、竹笋和乡野山货，火腿腊肉老远就闻到香气，到处是招摇的茶花。

我买了一颗竹笋一块火腿，回到客栈借厨房做了一碗火腿竹笋汤。正是那口温热的汤，压下了那一刻我心底的悲伤和漂泊感，从此在旅途之中，菜场成了我必去的地方。

这一点，民国著名“吃货”汪曾祺先生也一样，他说：“到了一个新地方，有人爱逛百货公司，有人爱逛书店，我宁可去逛逛菜市。看看生鸡活鸭、新鲜水灵的瓜菜、彤红的辣椒，热热闹闹，挨挨挤挤，让人感到一种生之乐趣。”

是啊，菜场能让人感受到生之乐趣，能给我们不死的欲望。我总觉得，爱逛菜场的人，是不会垮的，他们自会从这个热闹市井的地方吸取热气，化成自己走下去的力量。

03 菜市场，是一个城市里最接地气，最有人情味的地方。



文/格格郭 来源/极物

若是在同一个菜贩手里买过两三次，就算是熟人了。下次菜贩见到你来，还会热情地招呼你，今儿的菜没有昨天的新鲜，明天再过来看一圈吧；你买了西红柿和鸡蛋，热情的老板会顺手送你两棵小葱……

这里没有风花雪月，没有咖啡红茶、诗和远方，菜市场有的，只是脚踏实地和一饭一蔬，以及人和人之间虽然不知根底，却愿意释放的善意人情味。

我有个朋友，是一个3岁宝宝的妈妈，她说一天之中最自由的时刻，是洗澡、上厕所和逛菜市场。只有这些时刻，让她脱离社会赋予她的身份，只做纯粹的自己。

在人潮涌动的菜场里，孩子、工作、车贷、房贷通通放到一边，只是打开感官去感受食物的原始气息，去购买自己最基本的生存所需，那些夹杂着生食和熟食的混杂气味，让她觉得自己终于接了地气。

人有时候活了半辈子，可能才明白，接地气才是最健康的生活方式。我们烦恼太多，是因为所求太多，多去菜市场看看，会发现自己最基本的需求，不过是一饭一蔬，简单平凡，就让人满足。

所以如果你失恋了，我建议你去逛一下菜市场，那里会比咖啡、酒精、找人倾诉更能治愈你的伤；如果你悲伤了，你也可以去菜市场，那里有饭菜温暖你心底的冰凉；如果你无聊了，我还是建议你逛菜市场，那里的热闹市井和普通人的努力勤劳，会让你看见什么是真正的生活。

微信矩阵

身份证复印件千万不要这样用，有法律风险

此前，一条关于“身份证”的消息引起了数万网友的关注：如果不在身份证复印件上添加几个字，那你把身份证复印件交给别人的时候很有可能面临“倾家荡产”的危险！觉得这是在危言耸听？有人已经受害了！

亲，想知道事实如何，请扫描以下二维码或者关注湖南省司法厅官方微信“微言说法”，查看4月25日内容。



“同学家有五套房，我们家有几套？”妈妈的回答影响孩子一生

当孩子问：“我们家是不是很穷？”你会怎么回答呢？

你的回答会影响孩子的一生，看看这篇文章你就知道了！请扫描以下二维码或者关注湖南省妇联官方微信“湘妹子”，查看4月25日内容。



18万元“两癌”救助金来了！

为贯彻落实党的十九大精神中关于实施乡村振兴战略的部署和全国妇联、省妇联《关于开展“乡村振兴巾帼行动”的实施意见》，带领广大妇女参与乡村振兴、巾帼脱贫行动，推动妇女健康脱贫，长沙市妇联联合中国人寿保险长沙分公司，举办“乡村振兴，巾帼先行”长沙市巾帼扶贫公益项目启动暨长沙女性关爱保工作会议。

查看具体信息，请扫描以下二维码或者关注长沙市妇联官方微信“长沙女性”，查看4月25日内容。



还记得吗？今天是咱们相识两周年纪念

长沙商务两周年，如约而至即将到来。两年前，一个普通的上午。长沙市商务局正式开通发布了“长沙商务”官方微信公众平台。

看“长沙商务”两周年，请扫描以下二维码或者关注长沙市商务局官方微信“长沙商务”，查看4月29日内容。



微国学 今人为何热衷“拜关羽”

文章来源：国学堂

关羽是三国时蜀国的大将，死后享尽各种尊荣，历代统治者都对其进行加封，甚至被尊为“武圣人”。关帝庙宇遍布全国乃至世界各地。与关羽有关的事迹不仅史书多有记载，而且也广泛流传于民众口头艺术。在中国历史上，“关羽崇拜”影响范围之广，持续时间之久，无人能出其右。

一方面，他忠义仁勇，重情重义，这是他最突出的道德品质。

关羽的“忠”主要体现在他对待刘

备的态度上，作为弟弟他敬重兄长；作为将领报效主公；作为臣子他效忠君王。

关公的“义”最是为人津津乐道。毛宗岗称赞关羽“义绝”，实是其忠义冠绝天下，让人不得不佩服。如义释曹操，就最能体现关羽的义。

关公的“勇”也是众所周知，为人称道的。

忠义仁勇，完全符合儒家的道德标准，更是中国传统社会文化心理中最具代表性的特征之一。

关羽所表现出的这种忠义仁勇，正是

各家都推崇的“内圣”。

封建王朝对关羽的封谥，正契合了通过“内圣”来达到“外王”的完美人格理想，体现了中国以儒家为代表的传统社会文化心理。



看更多今日女报微信内容，可以扫描以下二维码，更多新闻、情感、亲子资讯，更多快乐，都可以从中寻找哦！