

■名家茶座

我们该如何挺过抗疫的“寒冬”

连日来，各地连续发生了多起因为不戴口罩或强行出入，而被行政拘留甚至刑事处罚的事件。很多人看了这样的视频，都觉得这些闹事者好无知、好蛮横、好可笑。

海南万宁的一名女子，自称是教师。因为她出入小区不戴口罩，工作人员便对其进行劝阻。该女子不仅不听，反而破口大骂防疫工作人员：“我不戴口罩怎么了？我又没死！你们什么东西，我跟你亲嘴了？”

广州有一女子，不戴口罩从家里跑出来，连闯三道关卡，一边跑一边喊：“挡我者死，全部都得死！”最后竟然从大桥上跳了下去，幸有船只将她救起。

在贵阳的一家大型超市，门口的防疫人员发现一名穿着白色外套的女子没有戴口罩，就发给了她一个一次性的口罩。但该女子接过口罩后，不但没有戴上，反而把口罩给撕了。工作人员把

该女子拦下后，她显得非常不耐烦，不仅辱骂工作人员，还打伤了四人。

这样的新闻还有很多，打开百度，搜“不戴口罩”几个字，马上就会出来一大串。虽然细节各异，但主要过程和结果都大致相同。开始是某人不戴口罩外出或进入某地，防疫工作人员依照相关规定进行阻拦。然后当事人拒不配合，而且一反常态地暴怒，或闹或闯，或骂或打。再然后警察出动，或将当事人挽住双臂，或直接戴上手铐。尽管他们大多都极力挣扎，但最后无一例外被制服。再最后就有消息发布，某某因为辱骂、殴打他人，或寻衅滋事，被行政拘留甚至刑事拘留。

刚看到这种新闻的时候，觉得很新鲜，也很愤怒。这些人是怎么了？不知道现在是非常时期吗？在家里好好待着，不就行了吗？实在要出去，戴个口罩，有

什么大不了的？关键时刻，非要跟防疫工作人员较劲，结果自己吃了眼前亏。

但气过之后，又不得不想，为什么一个人闹、两个人闹、三个人闹，那么多的人都闹？究其原因，之所以这么多人情绪失控，一个最大的可能，就是疫情带来的巨大压力，已经把一些人“憋”疯了。

直接的压力，是被管控、隔离甚至隔绝的压力。我相信，所有的中国人，无论是30岁、40岁，还是70岁、80岁，都不曾有过这样的经历。在相当长的一段时间内，不准上学，不准上班，不准做工，甚至不准离开自己的村庄和小区。还有的，连房门都不准出。而且，每天还要担惊受怕，生怕哪个带病毒的飞沫，会从窗户或门缝钻进自己家里。所以，孤独加恐惧，导致了一些脆弱者的心理崩溃。

间接的压力，是经济的损失

和事业的挫败。这个新冠病毒，给了所有行业一个措手不及。有人比喻，这是中国改革开放四十多年来，第一次突然的“急刹车”。开店的，备了很多过年的货；办厂的，接了很多新年的单；求学的，做了很多美好的梦。而突然一声号令，除了抗疫需要，一切暂停。店关了，厂停了，路封了，而生活还得继续。眼看着只出不进的日子，有多少人，如热锅上的蚂蚁，挣扎在愁肠百结的煎熬之中。

现在抗击疫情已经到了关键时刻，人们的“情绪危机”也到了高发期。一方面，相应的心理疏导工作必须跟上。另一方面，疫情防控人员也应多一点灵活和爱心。不能过度卡控，更不能激化矛盾，得理不饶人。

好在，我们看到了转机。全国除湖北以外的省区，新发新冠肺炎病例已经十几天连降。武汉的重症比例占比，也出现明显下降。“寒冬”即将过去，春天就要到来！

■世象纵论

短视频汇聚抗“疫”暖流

□王 洪

新冠肺炎疫情牵动亿万国人的心。疫情之下，没有人是旁观者。一场“云端”的邀约正在上海悄然凝聚起力量，艺术家和广大普通市民都是参与者！“艺起前行”的话题正式对外发布仅四小时，就集结了超过160支视频，它们记录了沪上文艺工作者和广大市民在全民抗疫防疫中真实的生活场景、带着人文气息的心灵寄托。视频总播放量超4500万次。浏览话题的人们，从不断丰富视频内容看见上海这座城和这里的人，领略其中的独特魅力，传递人文关怀的暖流。

特殊的日子，宅在家中的时间，市民百姓的精神关爱，整个社会面的情绪，都需要舆论的引导、艺术的营养，心灵上的呵护，抑或有一个表达和宣泄的渠道。

在“艺起前行”的话题聚集下，用镜头记录特殊时期生活的闪光点、身边的感人事，用更多有大爱、有情怀、暖人心的文艺作品，起到集聚社会正能量，不失为互联网时代市民抗“疫”文化的全新通道和创新样式。

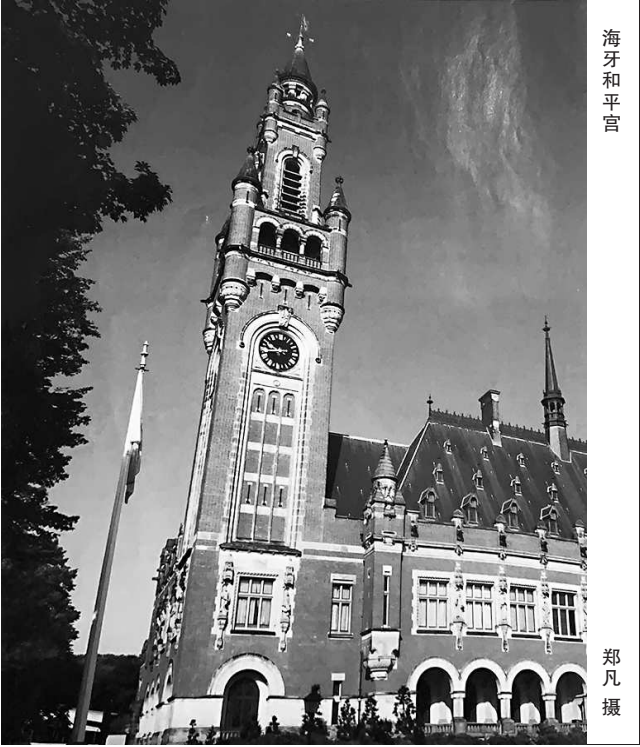
打好抗疫全民阻击战，市民百姓需要一个文化交流平台，去归纳碎片时间、梳理杂乱的情绪。“艺起前行”的话题提供了集结平台，市民由此收获了参与感、获得感。而浏览该话题的人们，也能从不断丰富的视频内容看见上海这座城和这里的人，领略其中的独特魅力。如果说第一

批汇聚到“艺起前行”话题下的，是许多上海市民熟悉并喜爱的文艺工作者。他们或录制加油视频，以自身影响力号召人们致敬坚守、感恩留守；或以作品回馈市民，为大家的宅生活增添一抹艺术的馨香。那么文艺工作者身体力行，以作品和影响力传递的暖流，引发更多市民参与进来，加上市区两级群文部门推动，吸引无数普通大众自发创作拍摄视频，抒发内心的感受和表达，汇聚起一个内容丰富形式多样的视频创作热潮，助推群众抗“疫”文化向纵深发展。

把抗疫的好故事讲好，用视频的形式传递情感信念和寄托，可以说文艺的力量无穷。视频中从日夜奋战在一线的医务人员、走访排查“敲疼指关节”的社区工作者，到默默奉献的志愿者们，无数普通人并肩互助的暖心画面，呼应了耳熟能详的那句歌词“平凡的人们给我最多感动”。越来越多的文艺工作者、普通市民大众，抑或青少年学生参与进来，情不自禁，不由自主去传递抗击疫情的动人故事，传递平凡人的不凡力量，表达心中的敬意。

在互联网时代讲求“用户定制”、产品垂直细分的今天，从抖音、快手到微信、短视频，“云端”“抗疫”方兴未艾，不能聚集和外出的日子里，培养了市民大众“网络赏艺”的习惯和能力，催发人们创作多种类型“抗疫”主题作品，通过互联网“云技术”，表达内心的真情实感，用鲜活蓬勃的故事，激发抗击疫情的巨大力量。

多种多样的抗“疫”应援视频，让人们看着、听着、读着，形成一股力量，一股众志成城、共克时艰的强大正能量。文艺的海浪可以汇成祈福的力量，一首首乐曲、一帧帧画面，为白衣战士鼓劲，为民众科普防疫提供知识，传递着大爱和力量，引导整个社会正确认识疫情，舒缓紧张焦虑的情绪，为战胜疫情输送更多优质的精神食粮。



■灯下漫笔

“邱钧之死”的警示意义

□沈 栖

72岁的邱钧常年锻炼，体魄健强，膂力过人，曾获北京健美比赛老年组冠军，被誉为武汉的“施瓦辛格”。面对疫情暴发，他有恃无恐，不听家人劝阻，经常外出且拒绝佩戴口罩，结果受到病毒感染，不幸去世。如此强壮身体者也不敌病毒的侵袭而免遭厄运。悲哉也夫！

佩戴口罩是阻断病毒传播的重要防线，在公共场所佩戴口罩已成为近期的刚性规定，具有法律效力。它已不止是道德命题，而是关乎原则问题，甚至涉嫌触犯传染病防治法。有些人却置若罔闻，我行我素，心存侥幸，“放飞”自我，委实令人费解。这种行为缺乏边界意识。公共场合毕竟不是自家客厅，不能由着自己的性子。你倘不佩戴口罩，对己是失防、失范，可能如邱钧殃及自身，还会惊扰周围，也侵害了他人的合法权益，对公共安全构成威胁。

虽说邱钧是死于疫情的峰值期，现如今疫情经严防严控有所回落，但他的死还是给人们以警示作用。

近来一些视频引发热议，如：一度冷寂的上海淮海路光明■重又排起了长队，购买熟食者络绎不绝；闵行区的Costco超市顾客盈门，肩摩踵接；杭州又出现三五成群、徜徉西湖的景观；广州“陶陶居”重新开张，食客满堂；江西赣州“解禁”，恢复了集市，人头簇拥。上述视频还出现相当一部分人没有佩戴口罩。往昔人流稀落、街市冷清的情景似大为改观。

疫情确实有“向好”的趋势，这是有目共睹的事实。在确保周密有效防控的前提下，不少地方社会生活日趋正常化。然而，按2月21日中共中央政治局会议传递的重要信息：疫情蔓延势头“初步遏制”，只是取得了“阶段性成果”，“全国疫情发展拐点尚未到来”。可见危机依然四伏，当下却见人流渐多，街市趋忙，复工

■法官手记

最长的假期

□敖颖婕

这个悠长的假期，又一个不想太早离开床榻的早晨。

手机里还是无尽的消息。不停地被搅动到心肠百转，却又强迫症似的还在不断翻看，直到在一些文章里红了眼眶。

起身，去忙。早餐。听书。手洗隔天换下的内衣。熨烫外套等衣物。烹茶。读书。吃饭。家务。读英语。看书。爱奇艺里看电影。……不行，我要出去。帽子手套口罩以及太阳镜，露出不到三平方厘米的皮肤，出门的时候仍不免有一点罪恶感。

街上的阳光舒展了身体深处的筋骨，暖暖地照在脊背上，我几乎听得见自己体内钙质合成的声音。接着听到燕雀们在枝头异常急切地啾啾交谈，或许亦在交换着四处的八卦和新闻。我无意识地双足一并以少年的姿势蹦跳了两下，扭头看见橱窗里映照出蓝色绒线帽下雀跃的自己，不禁哑然失笑。所有的服装店都没有开门。还是忍不住进了水果店零食铺蛋糕房，每一处购买一小份食物然后闪离，分成若干次享受满载而归的欢欣。仅仅是这样走上一遭，轻盈和欢喜，来得那么容易。因了这珍贵的和煦阳光和难得的信马由缰。

我素来不擅长针砭时弊，却也关切发生着的一切。好的，坏的，夹杂轮番登场。终于身不由己被这来势汹汹的短讯长文裹挟。心绪起伏不定，休假的日子竟然觉得甚为疲劳。然后意识到，是情绪，而不是身体，累了。

这些日子，不安一直在周围弥散。常常是因为对于不确定的恐惧而不是日常付出的辛苦，严重消耗了人们存贮的能量。像是在惊涛骇浪中凫水的人，既要对付推力巨大的浪涌，又无法预测靠岸还有多长的距离，心力无以为继。

纵使我在安排好一天的日程，亦觉得总是在狭长蜿蜒的山间崎路行走，日落在即，长路不见尽头，不时泄气。没有人能够给你一个承诺，没有什么可以用来准确的预期。

我说是当下尽力，也在一回回放纵自己乃至想放弃努力。一定不止我，还有很多人，在跟潜入昼夜的孤独小精灵无数次对视。

但生命的常态不就是如此。
“to cure sometimes,to relieve often,to comfort always.”偶尔治愈，常常帮助，总是安慰。
最好的医者亦不过如此。
静默是最好的时机，通向自己的深处，辨别什么该放下什么需持续。在艰难的等待里尝试重启，在碎裂剥落以后或能宛如新生。

