



年轻人为何开始流行“养砖头”

专家:有助于解压,但不能让其成为逃避问题的借口

最近,如果你看到有的人办公桌或者家里摆放着一些不规则形状的废弃砖头,上面还有些泥巴和绿草,你或许会好奇,这是在做什么呢?其实这是年轻人的一种新奇爱好——养砖头。

所谓养砖头,就是散步时在路边、河滩、拆迁空地捡一块旧砖,外卖盒充当托盘,清水日日喷洒,静待砖面慢慢滋生苔藓。这种看似“无意义”的爱好为什么会戳中年轻人的心?养砖头“养”的到底是什么?

养砖头,养的是心安

不必花钱,不用置办器材,外出时捡一块沾着泥土和绿植的旧砖,放在托盘里,过一段时间竟长出一层绿油油的苔藓,有时还会冒出一些绿叶和小花。这便是当前年轻人发现的新奇爱好——养砖头。浙江丽水市民杨菲菲养苔藓已有几年,在她眼中,那一抹绿意盎然、毛茸茸的苔藓,看着十分治愈。

杨菲菲告诉记者,如果不追求品种,养苔藓几乎可以说是随手可得,养成后,还可以利用日常容器来创作造型,花费也不多。

对于养砖头这件事,有网友自嘲:白日在职场“搬砖”谋生,回到出租屋静心养砖自愈。“搬砖与养砖”,似乎契合了当

下职场人的生活写照。中国心理学会注册心理师、江苏省高校心理健康教育与研究中心主任郑爱明指出,养砖头这个不花钱的爱好,看似荒诞搞笑,背后则藏着当代职场人排解孤独的一种朴素精神寄托。与此同时,它低能耗的付出也满足了年轻人的精神需求。

“砖头它不需要索取情绪价值,不像养宠物,养狗要遛,养猫要陪伴。它也不会制造焦虑,所以某种程度上养砖头它是一道零能耗的课题,既满足了陪伴的需求,又不需要付出爱的义务。”郑爱明表示,养砖头满足了年轻人的掌控感,现实生活中不确定性较多,养砖头这种确定性,可以是对年轻人焦虑的强烈抚慰。

养砖头,要注意什么

在社交媒体上,还有一些博主分享“养砖头”的攻略,从捡砖、处理到养护都有详细说明,甚至有进阶玩法和避坑指南。砖头上的苔藓好养吗?有没有什么安全隐患?

中国植物学会苔藓专业委员会秘书长、深圳市仙湖植物园高级工程师左勤表示,野外的砖块上会有一些植物孢子,可能会长出苔藓、藻类、地衣等植物。但苔藓实际上对环境相对敏感,旧砖可能曾处于污染环境,比如化工厂附近、受污染河道,或者被油污、化学物质浸染,这些环境都会影响苔藓生长。

左勤建议,挑选砖块时要避开这些可能污染的因素,砖块上已有一定的绿植加上适宜的养护,才有可能长出苔藓。即便捡回的砖块已长出苔藓,也不代表它绝对安全。

中国植物学会苔藓专业委员会委员温从发指出,捡回的砖块要先清洗、驱虫。可以拿清水浸泡,让里面的虫子飘出来,有条件可以用广谱的杀菌剂再浸泡一遍杀虫,后期养护主要就是保证有足够的散射光。

苔藓曾是古代文人墨客作品中的“常客”之一。刘禹锡说“苔痕上阶绿,草色入帘青”,叶绍翁说“应怜屐齿印苍苔,小扣柴扉久不开”,白居易说“漠漠斑斑石上苔,幽芳静绿绝纤埃”。左勤认为,

“养砖头”也是现代城市职场人拉近与大自然距离的一种方式。

温从发提醒,砖头上的苔藓或其他植物并不好养,养成你想要的样子成功率很低。但另一方面,苔藓又是一种神奇的植物,有时你并不管它,它变得干枯发黄,过段时间,一场雨水后,它又变绿,焕发生机。这种“起死回生”的过程令人惊喜,给人力量。

(央视)



网友们“养”的砖头。组图/央视



茶菌球。组图/社交平台截图



有博主手搓五金倒酒机器人引发关注。

➤ 链接

还有哪些火起来的“无意义爱好”

近年来,类似的“无意义爱好”频频走红。郑爱明认为,从心理学角度来看,在保证安全的前提下,这些爱好是年轻人在高压或忙碌工作下的一种自我重建,这种低成本、低门槛的爱好,能在短时间内得到回馈,带来一种心理满足。同时,又能让大脑从现实里烦恼的事情中短暂抽离,缓解焦虑。他提醒,这些爱好可以为自己搭建一个“精神防空洞”,但切不可过度沉迷,影响正常的工作生活,更不能成为“逃避问题的借口”。

那么,除了“养砖头”,近年来还有哪些火起来的“无意义爱好”?

养茶菌球

“买瓶茶饮料,喝掉一半,然后一直放着,大约一周就会出现菌团……”今年年初,社交媒体上兴起一股养“茶菌球”的风潮。所谓“茶菌球”,是指将开盖喝过几口的茶饮料放置几天后,瓶内长出的白色或半透明菌团。它们形态各异,有的呈绒毛状、絮状,有的是圆滚滚的团块。

从挑选茶饮料基底、记录菌球生长变化,到展示不同阶段的形态特征,相关话题下的分享帖累计超万条,不少视频获赞数千。网友们将其称为“新奇宠物”,认为观察菌群生长既有趣又解压。有人把“养殖”的菌球当成“考研搭子”,部分博主还会分享“饲养技巧”,吸引了更多年轻人跟风尝试。

但需要注意,养茶菌球可能隐藏着不容忽视的卫生与健康风险:其形成过程其实并不神秘,一旦饮料开盖,空气、手部或口腔中的微生物便有机会进入瓶内。茶饮料中残存的糖分、水分及适宜的温度,为微生物提供了理想的滋生环境,几天内便可形成肉眼可见的菌落。但这类菌团污染源不明,微生物组成复杂,可能含有致病菌或霉菌毒素,某些霉菌或细菌本身具有致病性,其代谢产物(如霉菌毒素)可能引起中毒,损害肝脏、神经系统等。

拼五金件

曾经被视为“中老年专属修补站”的五金店,正悄然成为年轻人探索手工、释放创意的“新型游乐场”。从几元钱拼装的“螺丝机器人”到上万元的德国顶级工具套装,五金消费市场正经历着一场从“实用”到“有趣”、从“将就”到“讲究”的变化。

近日,在杭州工作的市民涂先生在亿杭五金(朝晖二区店)购买了180元的五金材料。他表示:“现在社交平台上很流行用五金制作一些配件,我看了觉得很有趣,就按照网友的材料清单来五金店购买了材料,回去也打算尝试着做一个机器人。”

该店负责人谢福荣表示,最近店里的顾客多了很多像涂先生这样的年轻人,这在自己过去开店的10年里是很少见到的。“这类年轻顾客多是跟着网上的教程来配货,想自己动手做点有意思的东西。虽然这些零散订单金额不大,但为老店带来了新的活力。”他介绍道。

这种“有意思”的DIY,被不少年轻人戏称为“土味乐高”。这些近期爱上“拧螺丝”的年轻人,大多是被社交媒体上的视频吸引。7月,博主“牟牟刘啊”将之前制作的五金小人倒酒器再升级,并将视频发布在小红书上,随后这条视频马上收获了10万+点赞、3.6万收藏,并被网友频频效仿。

对于这一现象,浙江省社科院智库建设和舆情研究中心副主任、研究员姜佳将则认为,这展现青年群体对消费经济学的“颠覆”。“这本质上是消费行为从纯经济交易升维至人文价值共创。五金店本是工业社会的毛细血管,却被改造成临时乌托邦工作室——这里没有KPI,只有配件与幻想碰撞出的创意火花。而文化创意产品的情感叙事通过个性化和情感力的彰显迅速凝聚一批消费者。”她表示。(综合央视、人民日报、杭州日报等)