



清晨打开微信朋友圈，显示的不是亲们的生活状态，而是连续五六条的产品销售、活动推广和海外代购信息。网友“Miss 吴”捧着手机撇撇嘴：“韩国服饰、旅游促销、进口水果、化妆品代购……本来一个好好的朋友圈，被搞得好像‘生意场’。”

像这样被“变味”的朋友圈“绑架”的网友还真不少，有的对各种“45度嘟嘴自拍”和“吃喝拉撒展示”备感无奈，有的被层出不穷的“心灵鸡汤”恶心，有的对无休止的“求赞”摇头，还有的在五花八门的养生偏方中难辨真伪……



广告刷屏、心灵鸡汤、集满点赞送礼、偏方秘方养生、嘟嘴自拍……

# 你的朋友圈 变味了吗

本报记者 王博 漫画 丁安

## ①“朋友圈”变成“生意圈”

来自微信、微博、陌陌和人人网等平台上的朋友圈，让昔日的老同学、老朋友重新邂逅，可畅快交流之余，也暗含陷阱，稍不留神就可能中招。

上周五一下班，网友“Miss 吴”就马不停蹄地跑到天一广场附近的银泰、二百、国购和新华联四家商场，目的不是逛街，而是找实体店对比自己花1000元从朋友圈新买的一款女士挎包。

“我高中同学在朋友圈卖包包，好几次叫我支持。我看她分享的包包款式不错，加之同学保证包包是国际大牌原厂出版，我就买了。”然而，上周四包包到货后，她差点晕了，“皮质摸起来软趴趴的，色泽没照片纯正，还有很大的味道。”专相对比的结果是成色差很多，但更让她懊恼的是，让同学退货，同学起初答应，后来又找理由搪塞，说厂家只换不退，“没办法，一个比一个贵，我只能加400元钱换了另一款包。”

前天，这款花1400元买的包包到货了，周围人看到笑翻了——有人在夜市花三百元就买到了“同款”。“坑的不是钱，是友情啊！”一气之下，她把这位同学拉进了黑名单。

## ②点“赞”却不“情愿”

“本人长期帮朋友圈点赞，1元1次，包月60次，24小时服务，哪里需要点哪里！”就职于某广告公司的网友“软男”在朋友圈里发微信调侃。自从“点赞送礼”活动推出后，他每天都会收到朋友们的点赞请求。

“有时好心帮人家点赞也会办坏事！”他上月帮一位开影楼的朋友转发了一则“集赞兑换宝宝写真”的活动信息，结果被轮番吐槽“不靠谱”，活动信息里写着集满50个赞为宝宝免费拍写真，可实际暗藏猫腻，店家只免费拍摄，拍摄前的化妆和服装，拍摄后的相册制作等都要花钱。“我的朋友圈里六百多个联系人是苦心经营的，好心帮忙推广，却给自己惹来麻烦。”

还有一次，一位同事连发了四条信息“求赞”。他回了句：“不用每天都求赞吧！保温杯这种东西没几个钱！”后来，这位同事再也不向他“求赞”了，跟他说话的态度也怪怪的。

记者采访发现，这种“点赞送礼”的营销模式近期在朋友圈里日渐升温。集满指定数目的“赞”，就有机会获赠话费、电影票、优惠券、景区门票等小礼品，运气好的还能抽中iPhone 5S大奖。可有过点赞经历的网友大多表示：集赞时幸福，点赞后商家的承诺则基本是“空心汤圆”。

## ③你的“吃喝拉撒”我不想懂

素菜和荤菜分盘摆放，各色水果拼出造型，甜品、



朋友圈面面观

制图 金雅男

从前，网友“玩世不恭的小男”在朋友圈里颇为活跃。最近，他给朋友圈来了次“大扫除”，拉黑或屏蔽了几十个“垃圾信息制造者”。

2012年开始使用朋友圈时，他的联系人里大多是熟悉的同学、朋友，数量少而精。大家晒晒照片，发发感慨，刷刷存在感，轻松又温馨。后来，微信用户激增，人们开始以加微信好友取代交换QQ、Email和手机号。于是，只有一面之缘的人陆续涌入了这个私密空间。

人多了，信息杂了，顾虑也多了。这个本意用来联络感情的网络平台，日渐变味，以至于不少人开始思考：要不要把某些朋友拉出“圈”，

## ④给朋友圈来次“大扫除”

甚至关闭“朋友圈”？网友“影子”：我真正关注的好友动态，被各种嘟嘴自拍、刷屏、再刷屏。

网友“清静”：原来在朋友圈里可以快快乐乐地做自己，如今却要顾虑领导、客户等复杂的人际关系，发条状态也要思前想后。

网友“杨...”：朋友圈里也有很多重要信息和精品内容的。不想看垃圾信息最好的办法就是“屏蔽”。朋友圈里有个“隐私设置”功能，索性“不看他的朋友圈”，不让他看我的朋友圈，设“公开”、“私密”等分组功能。

冰激凌、鲜榨果汁立在旁边衬托，一切就绪后，调出自拍模式，“咔嚓咔嚓”地把自己和这顿丰盛的自助餐上传到了朋友圈……饭前拍照发微信已经成为网友“白二公子”的习惯，甚至多次被男同胞“鄙视”。

“小龙虾，走起！”、“好烦呐，又胖了”、“今天出去玩，好累”、“把残留的黄毛都剪了，这头发又换了一轮了”、“最近晚上老是睡不好，又冒痘了，呜呜呜”……在她的朋友圈里，诸如此类吃喝玩乐的展示占了一大半。

朋友圈中，像“白二公子”这样过于频繁暴露生活细节的数不胜数，也着实让人“视觉疲劳”，个别心直口快的甚至表态：“你的世界我不想懂！”

网友“小叶”：“我不关心你的吃喝拉撒睡，好几次想屏蔽，可又怕错过结婚、聚会等重要信息。”

网友“hutuxiaosheng”：“很多传播的是没营养的东西。我想看点行业和经济信息，可每次朋友圈要刷好几页才能找到一篇有价值的文章，其他都是‘吃喝拉撒睡’、宝贝萌图和各种秀恩爱！”

## ⑤“心灵鸡汤”补得“流鼻血”

一则题为《遇到这样的男人你就嫁了吧》的文章近来在朋友圈里疯传。网友“青青子衿”在朋友圈里至少看到过五六遍，说里面36条内容条条能反驳。比如，一条“嫁给在公交车上为你遮风挡雨的男人”，她质疑“为啥不一起挣钱买车”；再比如，一条“嫁给把QQ和手机密码都告诉你的男人”，她觉得“给银行卡和密码才是真爱”。

你最烦朋友圈里出现神马？不少网友斩钉截铁地回复本报官方微博@宁波日报（新浪）：最烦“心灵鸡汤”。他们认为：过多的“鸡汤”，就好比每天跟朋友聚会都大谈李嘉诚和比尔·盖茨，烦人且不现实；有的“鸡汤”过于肤浅，让人嚼鸡骨头的念想都没有。

“求别再转发‘心灵鸡汤’了，已经补得快流鼻血了。”网友“无题妹”坦言，“那些名人语录和故事，我已在各种场合读过N+1遍了，大段大段的，根本不想点开。那种一定要转发，不转就后悔之类的强制用语更可恶。”

“屏蔽了一些人的朋友圈，顿时清静了。”网友“V\_癡情的倦意濃”发出同样的感慨：“‘心灵鸡汤’已经烂遍微信圈了。一大段肤浅且不接地气的文字，打开费流量，阅读坏心情。”



#您播报# @东海沙子：早晨起来前池里一塘花絮。白色的花絮在水面上安逸地躺着。这是啥花絮？环顾左右，附近一只白杨树，难道这是白杨花絮？



#每日读报# 《世纪大道污水主干管遭淤泥堵塞》——堵塞长度一公里左右，管道通道宽度因淤泥堵塞从1.2米变窄为0.2米。（宁波日报5月15日第2版）

@不要随便说说：下水管道是“城市的良心”，一旦蒙上污秽的泥浆，我们失去的不仅是舒适的环境，更多的是社会的文明和道德。

@原水人：别再乱倒建筑垃圾。

《轨道交通21日起每日组织万人免费试乘》——市民可前往10个指定车站领券。（宁波日报5月15日第4版）

@恋上的凌晨：我去领券，可能早就超过五万名了。

@开拖拉机的Migrantworker：到市场面估计比春运还壮观，哈哈！（记者 金雅男 洪茜茜 整理）

## “三口之家” 上周开心逛农场

欢迎下载宁波日报手机客户端参与我们即将推出的活动



网友们正给羊儿喂草。

本报讯（记者王珏）“这个蔬菜长长的、金灿灿的，是什么呀？”“这是西葫芦的一种，外形很像香蕉。”“为什么在蔬菜地里养这么多瓢虫呢？”“因为瓢虫能帮蔬菜除掉坏蚜虫。”……上周六上午，在鄞州区古林镇天胜农牧公司的农场里，跟着记者来到这里的孩子们对看到的很多事物感到新鲜、好奇，不时向身边陪伴的大人发问，农场陪同的讲解员不厌其烦一一回答。

当天，由宁波日报、宁波日报网、@宁波日报（新浪、腾讯）微博、微信以及手机客户端共同推出的“三口之家逛农场”活动顺利开展，这也是本报与市农业局合作推出的“致富新经”专栏体验行动的首站之旅。8户网友家庭在天胜农牧公司采摘、品尝时鲜蔬果，感受自然农业奥妙，尤其是很少接触田园的孩子，几乎看到的每一样事物都能让他们感到新鲜。放养在田野里悠然散步的鸡鸭，也能引来孩子关注的目光。当来到“高达上”的羊舍时，孩子们更是兴奋不已：“哇，这只是喜羊羊，那只是美羊羊，长着胡子的是羊村长！”他们还纷纷放下牧草给羊儿喂食，羊儿们应接不暇。

网友“童童605”说：“现在城里的孩子平常接触自然田园的机会太少了，这次一家人一起在农场里参观、劳动，增长了很多见识！”“这里不但乐趣多，而且最大的亮点是坚持‘四不用’，在天胜农场看不到化肥、农药，依托非化学技术进行经营管理，还独创‘以虫治虫’、‘以菌防病’等办法，难能可贵！”随行的市农业局植物检疫站松栎柏站长对农场也是赞不绝口。

下周，宁波日报手机客户端还将推出读者互动活动，我们给您准备了不错的礼品，欢迎您下载、参与活动。



扫码下载 宁波日报 手机客户端

## 微事微议

@沐颜夕小妹：肚子早就饿得咕咕叫了。宝宝东一圈西一圈地在里面打转，心想着早点下班回家吃点东西吧，让麻麻做很想吃的鸡蛋羹。从公司出来腿就不听使唤了，走路一瘸一拐的，一只手撑着腰艰难地走到公交站。显然，这是典型的大肚子准妈妈形象……

@Tommy崽儿：突然看到一张图片，我觉得很有意思。小时候穿拖鞋，要是有水的话，一跑起来就根本停不下来，然后就会变成这样。反正我是弄坏了好几双泡沫拖鞋。



@胖者归来：早上去打篮球碰到奇葩大叔了，一直在砸3分球，砸3分就算了，每砸一次还要带着一声声嘶力竭的吼叫。你叫就算了，好歹认真点啊，穿双拖鞋来砸。穿拖鞋就算了，这种事我也干过，你还带条狗来帮你捡球。一个人占了半块场地，终于真正体会到什么叫不作就会死的状态了。

@-风君cindy-：就快下课的时候，隔壁一小哥电脑突然死机了，一下午加一个晚上的作业，全部还了……我望着小哥的方向，脑子里瞬间飘过教练老念叨的那句话：“这就是命！”（记者金雅男 整理）

宁波微(景) 行走山间 拥抱自然. Includes photos of nature and text about hiking in Ningbo.