



# 被迫躺平的人生



在拉货三轮车上入睡的农民工。(资料图片)

视觉中国供图

责任心。

一位患者告诉中青报·中青网记者，他曾在同事追问下说出犯罪的原因，结果得到“看动物园里动物一样的眼神”。大部分时候，他们会用颈椎病、失眠、大脑供血不足中的任意一个遮掩过去。

从初中出现症状到现在，28岁的郑坤学会了闭嘴。领导总对他说，像你这么大，我要打好几份工，根本没空睡觉。态度不好就滚蛋。刚毕业那会儿，他会直接说“老子不干了”。现在不会了，工作不好找啊。他只会低着头对老板说，对不起，我注意。

注意也没用。患者白天必须定时小睡以维持清醒，但有次在外面跑业务，却干呕没牙没午休。下午准备过马路的时候突然没了意识，耳边响起近在咫尺的刹车声，一抬头发现对面是红灯，自己站在马路中央。

他不会告诉朋友自己的病，因为这些年来，听他讲过的朋友眼里多是怀疑，嘴里多是羡慕。比起他，因为焦虑失眠的朋友能收获更多的同情。别低头，皇冠会掉，别倾诉，朋友会笑。他略带无奈地引用网上的段子。

患者们先迷失在比常人多几倍的梦里，再迷失在周围人的负面评价里，有人形容这个过程“像在无垠的雪地上不停地往下坠落”。在知乎上，一个有关发作性睡眠病的问答下，最高赞留言写道：这个病考验的是心理素质。

## 弯路

如果无法确诊，患者将一直困在自我怀疑和自我责备中。22岁的周伟刚刚完成函授本科。他初中时发病，成绩从班里前十跌到倒数第十，没考上高中，上了中专。他在去年才确诊，要是早知道这是病，早点吃药，我可能现在就在大学校园里了。

《中国发作性睡眠病诊疗指南》中的统计数据表明，发作性睡眠病发病到确诊要2-10年。北京大学人民医院睡眠中心主任韩芳见过太多被误诊的患者。除睡眠专科医生之外，其他科室的医生缺乏相关专业培训，难以在早期确诊这一罕见疾病。

很多人之前做过脑电图检查、血液检查、腿部肌肉测试、人格测试等，从头到脚的检查，但被判断为一切正常。由于猝倒时产生局部肌无力，有人入睡前总出现恐怖幻觉、癫痫、抑郁症、精神分裂症也常见于部分患者早期的诊断中。

一位52岁的患者被当成抑郁症治了6年，吃了10多种药，去年一次体检，查出肝功能5项不合格，医生说是药物中毒，但因为剂量吃得多，已经形成药物依赖，不吃就走走不动，她只能加上护肝的药一起吃。直到在电视上看到有关发作性睡眠病的新闻，才决定去睡眠科做个检查。做完多睡监测和多次小睡潜伏期试验，她被确诊为发作性睡眠病。

地方医院对发作性睡眠病诊断率较低，大部分患者都是通过查找资料，自我诊断。一位高中生发现自己上课下课都会困，喝风油精也没用，上网一查，

心里隐约觉得是发作性睡眠病。但县里医院说是抑郁症、市里医院说是癫痫，家人请的道士说他是被附体，一口神水喷在她脸上。她恳求家人带她到上海的大医院，那是她最后一次机会。在那里，她的判断被证实是对的。

有些人压抑了更久。一位母亲曾带着20多岁的儿子来找韩芳，儿子已经被当作精神分裂症治疗了5年。儿子心底一直不承认，但母亲不相信他的话。问诊时听见母亲说自己是精神分裂，堆积的愤怒突然爆发，抡着拳头就往母亲脑袋上砸。

北京大学人民医院门诊楼5层特需门诊前，家属们翻动着各种检测报告单和缴费单，腋下文件夹里厚厚一沓诊断结果记录着为孩子奔走的足迹。韩芳安抚过很多因为担心孩子学习焦头烂额的家属，过分希望除根，渴望所谓特效药，容易被网上各种虚假信息欺骗。有家长在10年里碰见不下10个骗子，只要说能治好，我就去试试。

即便过了确诊这一关，治疗是患者面前的另一座大山。发作性睡眠病会终身伴随，现有药物只能缓解最影响患者生活的嗜睡和猝倒症状，想维持正常生活需要长期服用。这些药物属于国家一类管制精神药物，一次只能开7天的量，每次开药都要找有处方权的医生挂号。

一位新疆的单亲妈妈因为四处投医，欠了一屁股债，跑遍新疆的医院无果，来到北京才确诊。每次开药都坐三天三夜的火车到北京，她要靠做房产中介还债，挣孩子的学费和医药费。她大部分时间都要工作，只能托人帮忙挂号带药，一次300元，相当于一盒药的价钱。

韩芳认为，无药可用也是诊疗难以规范化的原因。中国大陆尚未正式批准任何药物用于治疗发作性睡眠病，几十年来只有那几种促觉醒类药物和抗抑郁类药物能用于治疗，有些医院难下诊断、谨慎开药，也是因为超适应症用药存在较大风险。

中国睡眠研究会常务理事、北京宣武医院神经内科主任医师詹淑琴从2005年开始接触发作性睡眠病患者，她认为，如果能早期发现、早期治疗，大部分患者能够恢复正常生活的七八成。除了药物干预，她建议患者经常运动，白天固定时间主动小睡，建立良好的作息规律。

她认为对病人的诊断和干预也要走出医院。患者回归社会面临的心理问题，是广大社会工作者需要关注的。有位31岁的患者找不到工作，不爱出门，买彩票、打游戏透支了家里银行卡。55岁的母亲不敢想以后，我死都不瞑目啊。

家庭是为患者提供心理支持的第一站。有患者因为父亲觉得自己意志力不够，和父亲见面就动手，3年没在一起生活过。有家属一看见孩子睡就大力把她拍醒，对别人说，我每次看她睡觉，都想狠狠揍她。在这些家属眼里，孩子的异常都可以总结为不听话，不能和别人提，提了伤自尊。詹淑琴有时感觉自己不是在治疗一个病，而是在治疗一个家庭。

34岁的王明出来打工后，没再主动给父亲打过电话，一打电话就吵。有次他在家里坐着睡着了，父亲问你怎么样不忍着？王明指出以前父亲闹阑尾炎，打了麻醉

中青报·中青网见习记者 焦晶娟

困意随时会袭来，可能在吃饭时、上厕所时，甚至是跑步时。有人在梦境中把货车开进河沟，有人在车间突然睡着，被车床切掉手指。

能够调节睡眠和觉醒周期的下丘脑分泌素缺乏，是发生在身体内的第一个变化，接着，就像多米诺骨牌的倒下，他们的生活开始变得不受控制。白天会出现无法遏制的睡眠，晚上被接连不断的噩梦惊醒。

他们患上的疾病，被称为发作性睡眠病。目前人类已知的睡眠障碍疾病有90多种，发作性睡眠病是其中之一。和常人不同，他们只花几分钟甚至几秒就能入睡，入睡后也并非先出现非梦境睡眠，再出现梦境睡眠，而是从清醒直接跳进梦里。有人形容，白天秒睡时像“感官自动关机”，有人形容自己无意识的状态“像僵尸”。有时梦境就是上一秒真实环境的延伸，噩梦异常真实，是摸得着的恐怖。

把他们猛然淹没的困意，平均每三四个小时就会出现一次。到了晚上，噩梦和尖叫、冷汗、泪水一起到来，有时浑身无法动弹，身体和心脏都像被湿毛巾裹住。有些学生会会在考试前的晚上吃安眠药，白天吃兴奋剂。

目前尚无关于发作性睡眠病权威的全球统计数据。据美国一个发作性睡眠病公益组织推算，全球约有300万人被这一无法根治、病因不明的睡眠障碍困扰。按照0.02%的人群发病率计算，我国约有70万患者，但目前只有不到5000人确诊，患者多出现日间嗜睡、睡眠瘫痪、睡眠幻觉、猝倒等四种典型症状。

由于睡眠质量差，患者往往需要把更多时间花在睡觉上。一位高三的患者说，同学每晚都学到凌晨一两点，而她只能晚上11点准时在焦虑中爬起床。午饭结束，一位推销员在同事都对着电脑冲业绩时，不得不趴在桌上睡觉，否则下午会在老板眼前不受控地垂下脑袋。

他们有时会被贴上“懒惰”“不思进取”的标签。鲜有人知道，这是“爱睡觉”这种病让他们失去了努力的机会。一位患者这样总结：得了富贵病，没有富贵命。有人把自己比作动画片里想学学不好、做事老出丑、被朋友欺负、被母亲责骂的大雄，我就是大雄，但是我没有哆啦A梦，也没有静香。

## 崩塌

困意袭来时，和身体本能斗争的痛苦常人难以理解。发作性睡眠病患者的主观体验和睡眠剥夺相似，一位父亲为了解释患病的儿子，曾经三天三夜不睡觉。接受中青报·中青网记者采访时他回忆，那时自己的意识只能控制身体的20%，走路无法走直线，分不清白天还是黑夜，半边脸都被抽肿了还是迷糊的。

中华医学会神经病学分会发布的《中国发作性睡眠病诊疗指南》中提到，发作性睡眠病高发年龄段为8-12岁，它会让上一秒在课堂上积极回答问题的孩子，下一秒就断声大作。因患者在注意力高度集中时袭来，梦境比眼看到得还要早。

一位患者回忆自己上学时的无奈：一睁眼，黑板上的字全换了。为了保持清醒，他们在上课时，哪儿疼拍哪儿，有人拿圆规把自己扎成筛子，有人用小夹子夹自己，醒来发现小拇指头都夹黑了。全都没用。

睡眠周期崩塌后，生活的不便接踵而至。出行是最容易发生尴尬的时候，乘公交车地铁时，他们不敢坐下，害怕精神一放松，不留神就会睡着坐过站。有男患者不小心倒在别人身上，直接被大嘴巴子呼醒；有人因为突然睡着手机一次次掉落，钢化膜摔碎了都懒得换新的。

睡眠与觉醒转换功能障碍诱发的猝倒也会影响患者的生活质量，他们会在大笑、愤怒等情绪下出现局部骨骼肌无力，轻者面部松弛，重者瘫倒在地。一位女患者在患病前爱美，爱开玩笑，到哪儿都是中心。现在她不敢走进人群，不再开心地大笑。有位母亲不敢抱女儿，怕一激动把孩子摔地上。害怕和女儿玩捉迷藏，一开心就腿软，会在地面前倒下。

多数患者习惯了独来独往。幼年患者在猝倒时会反咬嘴唇、吐舌头、碾压手指，在学校里免不了成为异类。到了中学阶段，由于上课下课都在睡觉，他们很难有正常的社交。因为约会、打电话都会突然消失，有人在分手时被投诉最多的是“懒散”，没有

## 事件观

# 让孩子享受水的乐趣，免于被它所伤

□ 杨海

很多人都会因暴雨产生浪漫想象。两天的北京，整座城市都在屏息等待一场暴风雨的到来。坚固密闭的楼房就像庇护所，人们站在高层建筑的窗前，俯视在风中狂乱摇摆的树木，仿佛雨越大越能涤荡一切，人们也越能找到难得的安全感，以及平静。

但在更广袤的农村，夏季陡然增多的雨水，使河流、池塘水位上涨，带来的不是浪漫，而是危险和深入骨髓的伤害。

这几乎是一条定律，每年暑期，少年儿童意外溺亡的新闻都会准时出现。今年也不例外，7月还未过半，已经有至少12个少年在戏水时遭遇不幸，年轻的生命猝然结束。

7月3日，山东枣庄，两名初中生在水塘溺亡；7月7日，山西永济，6名学生在黄河游泳时失踪，现在已找到5具遗体；7月10日，湖南湘潭，5名青少年野游时遇溺，最大的19岁，最小的15岁。

相信还有类似的悲剧未能进入公众视野，它们可能在任何一个无人看管的河边水塘里发生。

一项2017年发表在《中华流行病学杂志》的研究显示，2013年中国有约2.4万个孩子(0-14岁)

溺水死亡，占0-14岁儿童伤害总死亡人数32.49%。中国疾病预防控制中心称，溺水已经成为我国儿童的第一大意外致死原因。

在另一项数据里，我国儿童意外溺亡的发生地中，农村占83%，城市占17%，相差接近4倍。

在很多人熟悉的乡村记忆中，水边通常是大人给孩子设置的“禁区”。悲剧发生后，除了得到哀悼与怜惜，那些溺亡儿童很容易被认为是“不听话的熊孩子”。但贪玩是孩子的天性，暑期漫长，乡村又缺少其他儿童文化娱乐设施，到水边释放旺盛的精力，是一项古老又流行的“传统”。

退一步说，孩子最大的任务就是快乐，安全和健康是家长的责任。

在众多因儿童意外溺亡赔偿引发的司法判决中，父母因为监护缺失，一般都要承担全责，或者主要责任。从法理上讲，责任的承担以存在过错为原则，这样的判罚有充分的正当性。父母对未成年子女负有监护义务，尤其在暑假，学校不再对学生进行日常管理，父母就需要承担几乎所有的监护责任。法律是刚性的，有时甚至会让人感到冰冷。它给权责划定了清晰的界线，从而保护每一方的合法权益，但有时也会因此无法顾及更复杂的现实背景。

在农村，年轻的父母往往要外出务工，他们清楚孩子在家中的风险，也比任何人都更希望孩子能在身边。但同样是为了孩子，他们想创造一种更长

久、更美好的生活，就不得不离开家乡，没有全天候监护子女的客观条件，祖辈留守家中，因为上了年纪，精力有限，又要忙于农活，看管孩子难免百密一疏。

这种情况下，政府作为公共服务机构，无论是从公共利益出发，还是基于人道主义，都理应承担部分缺失的“监护”义务。

诚然，基层政务繁重，但少年儿童意外溺亡，绝不仅仅是个别家庭的悲剧。溺亡事件发生后，不要责怪孩子，也不要过分苛责父母，更不要对这种频发的悲剧感到麻木。虽然溺水多发于暑假，学生回归家庭，但暑假不能为溺水背锅，地方管理者也不能就此置身事外。

对地方政府而言，要做的是及时解决当务之急，制定有针对性的措施，让留守儿童在暑期处在一种安全机制的保护中，而不是仅仅寄希望于一堂安全教育课或一份防溺水倡议书。

广西曾发起过一项针对溺亡儿童的研究，133名儿童里，有82人溺死在离家或学校500米以内，占全部溺死儿童的61.66%。发生溺死的水体中有97.74%无护栏或无加盖，有98.50%无警戒牌或警戒标志。大多数儿童溺死发生在出事地，占81.95%。多数溺死儿童发生溺水后未被及时发现或未经过抢救。

从调查结果来看，各地政府和家庭，以及社会各界还有太多事情要做。通常的做法是被动式地堵：在重点公开水域设置警示牌、护栏，暑期安排

还喊疼，你当时怎么不忍着？父亲一脸理直气壮说，我那是病，你算什么？

3年前，王明加入一个708人的QQ病友群，后来退出了，因为看不惯群里“预期太高”的家长。他们不停地折腾，什么针灸、拜佛，各种稀奇古怪的都要试一试，身为患者的他光是看着，身上压力陡然增大，他们就没从心底接受这是病，是治不好的病。

## 被躺平

对患者的误解从家庭向外蔓延。网名“天空”的患者家属是一个QQ病友群的群主，13年来接触过1200个病患及家属，其中有很多因为老打瞌睡被学校退学的孩子，人家就说你孩子不适合我们学校，你能咋办？

周伟上初中时，老师经常给他家长打电话说他学习态度不好，一次班主任找家长谈话后，他休学了半年，没能继续学业。年轻时他还有些不服，去年确诊后，他觉得自己“变丧了”。检查结果显示，他下丘脑分泌素的量是正常人的十分之一，吃药也不可能较好地恢复。

只能躺平。初中后他就开始封闭自己，也是一种恶性循环。你犯困，同学家长不理你，你内心软弱、不想和人接触，越来越宅，只能睡觉。到后来这个病变成自我放弃的借口了。

他刚丢掉一份仓库管理员的工作。之前为了不让自己发现，他只能在推着车进仓库的途中眯一会儿，或者靠在仓库里的架子上，装找东西。让我睡5分钟就好，但这5分钟毁了他的饭碗。

美国2018年的一项调查研究显示，每4个发作性睡眠病患者中就有1个曾因嗜睡问题被解雇或降职，68%的患者表示周围人并不认为他们患有疾病。

王明发病以来换了十几次工作。他曾在东莞的假发生产线上拿着烫板加工假发，后来因为总是睡着，手上被烫了好几个疤。离开东莞那天，他在出租车上又垂下脑袋，被司机叫醒时大脑还是懵的，手机、钱包、病例全落在车上就匆匆下了车。现在王明只能在家乡的小厂干，老板好说话，不会骂他懒，但工厂效益不好，去年10月到现在的工资还没发。

在病友群里，他发现很多病友是因病辍学去打工，却未被辞退，其中包括外卖小哥、流水线工人、货车司机等体力劳动工作者。有人因为在工作中睡着摔断胳膊、切掉手指，只能换个地方继续干。有的病情严重的群友要靠捡破烂、啃老养活自己。

王明形容自家是“哑巴吃黄连，老板撵人，一句完不成任务量，就能堵住他们的嘴。等我有了钱，我要拍一部《我不是睡神》。他在QQ群里说。

发作性睡眠病患者组织“觉”家 负责人暴敬冬是一名患者，也是一位母亲。虽然女儿有时会不满妈妈老睡觉，不能陪她玩，但女儿总会在妈妈睡觉时给她盖上被子。女儿不知道妈妈生病了，很累，她眼里没有什么该是病，什么不该是病。

她做过保险顾问，见客户前，她要提前到约定地点趴着睡会儿，走后，她还要趴着睡觉，不然咖啡厅都走不出。很多患者都会在重要活动前睡上一个小时，但在我做这些规划时，它已经在影响我的生活了。如果我是一个正常人，我不用于怕睡着而提前做准备。

我们就此非常非常窄，病友群里大家的共识是不要从事高风险性、高强度、高精确定性的工作。群众主天空的儿子喜欢舰艇，但他知道儿子不能当兵。他给儿子规划的大学专业是设计类和艺术类，钢琴就挺好，至少睡下了还有肌肉记忆。

群里一位辽宁农村的家长每天打三份工，为了赚钱给高一的孩子报一对一补课班，不管多脏多累，给钱多就行。她看着群里成年患者不停地换工作，不希望孩子未来和他们一样，没有选择的权利，就想让他考上大学。

上课跟不上进度，孩子哭，她也跟着哭。晚上孩子写作业，她看着孩子在演算本上写出答案，往卷子抄的瞬间笔掉了，孩子又睡着了，她又哭了。

天空把QQ群起名叫“湛蓝的天空”，因为一次给孩子煎中药，看着蓝色火焰，他想撑起一片蓝天，让儿子像小鸟一样自由飞翔。但想起儿子三分之一的时间都被这个病偷走，他在心里问自己，儿子何时能自由？

真正的自由出现在真正被理解时。暴敬冬每次去各地组织公益论坛，都会开线下的病友见面会。他们在一起分享睡觉的痛苦，谈论自己做了什么稀奇的梦，即使有人哈欠连连、脸上的肌肉耷拉下来，也不会有人侧目。有人还提议会后找个地方，集体趴着睡一会儿。她觉得这种陪伴普通人也能做到，只需要在他睡着的时候，陪着他，保护他，信任他。

(文中郑坤、王明、周伟为化名)

## 我看

# 不打扰 就是你的温柔

□ 杨杰

都是狗闹的。7月2日，安徽蚌埠的两位女士在小区楼下狭路相逢，一家的狗扑向了另一家的娃，两位女士当场开撕。后又叫来警察，遛狗大姐开始飙金句，遛大狗。

敢弄我的狗，我就给你孩子刺死，没我狗值钱，不就是耍钱吗，老子干了几个徽州宴，几千万我都赔得起。

这位姐比北京“正黄旗大妈”、上海“美国阿姨”还豪横。5日，警方通报遛狗大姐因殴打和语言威胁他人被行政拘留7日，小孩妈妈也因殴打他人被行政拘留3日。到此为止，一个狂妄之人在情绪激动时说了胡话，得到了惩罚，想必她以后遛狗当谨记拴绳，也当好自省。

狗消停了，网红却来了。全国各地主播奔赴她提到的徽州宴，占领街道，攻陷空地，在直播间刷屏打上“活捉老板娘”“扛起匡扶正义的大旗”。

住在徽州宴附近的居民傻眼了，有人说6日晚上聚集人数达到千人，第二天早晨，当地晚上戴口罩，主播们举着伞，伸长脖子，人挨着人，将镜头对准了门的饭店。交警不得不出来维持秩序，有当地居民嫌影响城市形象，开车举着喇叭轰人。

主播岂是能轻易打发走的。前两年，流浪大师沈巍在上海走红，主播们360度全方位贴身跟踮，有拜师他为师的，也有要做大师夫人的，有穿着奇装异服在人群里起舞的，也有在废纸板上向大师“示爱”的。当地公安把沈巍暂住的店铺用警戒线围了起来，还多加了一圈塑料布和三板板拼成的围栏，一米多高，但还是阻止不了主播冲过去与流浪大师拥抱。

对于主播们这种逢热必蹭、谁红谁踮的行为，广大网友常有谴责和不齿之声，说他们是苍蝇，是秃鹰食腐。但这次徽州宴事件，主播们却有了另一拨儿支持者。有人说：以前我挺烦直播网红的，但是这次我挺这些直播网红，甭管不是他们为了蹭热度引流带货赚钱才这样做，但怎么着也让遛狗女和她背后的人不得安宁，仅凭这点就够了！甚至有人说，主播们的聚集是“非暴力不合作”，是民意的体现，要让老板娘陷入人民斗争的汪洋大海，要用“围观”改变中国。

呵呵。苍蝇身手敏捷，嗅觉灵敏，被它盯上的腐肉只有被蚕食的分儿，它才不管你这腐烂是怎么来的，该如何刮骨疗毒。蹭热点就蹭，别又当又立。

很难说主播的聚集真正改变了什么，也许改变了周边共享充电宝的营收状况，不过很快，也许不出一个月，此地就无人问津，主播们要赶赴下一个热点啦。

主播一窝蜂来，又一窝蜂走，带来的麻烦比好处多。

山东省临沂市马路河村村民程运付，因赶集卖玉米收入3元1碗15元不涨价，被网民称为“拉面哥”。数百名博主围着他拍照直播，唱歌跳舞，甚至上演卖身葬父、征婚求偶的戏码，从破晓到子夜，好不欢腾。

拉面哥“压力大到流泪，躲在院子里，还是被爬到院墙上的人直播着叹息。撵也撵不得，骂也骂不得，毕竟人家都远道而来。

之前电视剧《都挺好》热播，苦了苏州一处老宅，因为苏大强的老宅在这里取景，每天有上千游客打卡拍照，还有人半夜一点猛敲老人家的门大喊，苏大强在家吗？

为了“恰饭”，疯狂蹭热度，还莫名其妙宣传正能量，长期的直播确实能练就一副好脸皮。这次主播对于徽州宴的“讨伐”与以往没什么不同，并非抱着什么高尚的目的，无他，唯流量尔。

一位拉“拉面哥”火了的主播对媒体坦言，借“拉面哥”她的粉丝从7.7万猛涨到近90万。粉丝涨上去后，方便后期直播带货不说，与商家谈广告的底气也更足了。

随便在互联网一搜，都能收到一份教你蹭热点的教程。××怎么上热门的方法90%的老手都知道的，也是最便捷的，就是蹭热点。蹭热点的传播速度比较快，具有较强的爆发性，如果应用热点巧妙，就会有大量用户的关注转移到自身来，达到增粉的目的，能不能把我们的产品或我们推广的东西，直接植入到热度事件里面，从而制作一些内容。

恰饭不丢人，但是无底线、毁三观的挣钱方式就不美好了。在众多主播蹭热点的现场，编排的故事和谣言齐飞，随便一个路人就能跟事件主人公扯上联系，现场排戏，还说这是在表达民意？

围观现场，只有起哄、点点关注、礼物刷一波，此起彼伏的快门声，还说自己代表正义？

这些庞大的主播群体编造低劣的谎言、重复抄来的哲理，消解了人们宝贵的注意力，拉低民智，此乃第一大恶。

更有甚者，成为坏榜样，带偏年轻人。5年前就有某浏览器的大数据报告显示，95后最向往的新型职业是主播。他们给年轻人以成名的假象。主播可以做，但人当主播，只会是个唾沫星子里的未来。

百年前，鲁迅最烦看客，他在小说《药》里说：老栓也向那边看，却只见一堆人的后背，颈项都伸得很长，仿佛许多鸭，被无形的手捏住了的，向上提着。如今，主播们伸伸手，蹁起脚，成了手机的延伸，那个捏住他们的无形的手如今也有了名字，叫作流量。

与流量交易灵魂就莫许正义之名。很多时候，不打扰，才是你的温柔。