

一边做饭一边躁狂暴躁电影我是如何在厨

<p>我是如何在厨房里放纵成为超级英雄的</p><p></p><p>记得那是一个普通的周末，阳

光透过窗户洒进了我的小厨房。我站在灶台前，一边翻着菜谱，一边心

想，这不就是生活中最平常不过的事情吗？然而，当我把手指放在开关

上准备开始烹饪时，不经意间，我看到了电视机旁摆放的一个DVD。它

上面标着一部我很久以前就听说过但从未真正观看过的电影：《躁狂暴

躁》。</p><p>出于某种奇怪的冲动，我决定一边做饭一边看看这部电

影。这部影片以其快速节奏和戏剧性的转折而闻名，它似乎与我的日常

生活风格背道而驰。但就在我按下播放键的一刹那，我突然意识到，如

果让我来讲述这个故事，那么每一个场景都将会发生在我的厨房里，每

一次情感爆发都将伴随着油锅里的噪音，每一次决断都将伴随着刀切割

蔬菜的声音。</p><p></p><p>画面展现出主角，在一个充满压力的工作

环境中，突然爆发出愤怒。他不是办公室，而是在自己的家——也就

是我的厨房。在他眼中的，是一个可以自由发挥的地方，他用力地敲打

桌子，就像我用力地敲打锅底一样，只不过他的目标是那些无辜的小蛋

糕，而我的目标则是那些即将变成美味炒饭的小块肉。</p><p>时间流

逝，就像电影中的每一帧画面一样精彩绝伦。我发现自己完全沉浸其中

，无论是我还是主角，都没有注意到周围发生了什么。直到有一刻，他

终于找到了释放压力的方式——也是唯一能让他冷静下来的事物：烹饪

。在那个瞬间，他不是超级英雄，而是一个普通人，用火焰和食材来治

愈自己。</p><p></p><p>正如同电影结束后的那种感觉，我也感觉到了解脱。当最后一盘炒饭煮熟后，我停下了电视机，将所有的心思投入到餐桌上。那是一顿非常特别的晚餐，因为它不仅仅是一顿简单的食物，更是一次对内心深处声音的大声回应。我学会了一件事情，即使我们身处何种环境，我们总有能力通过我们的爱好去改变自己的状态，让生活变得更加丰富多彩。</p><p>自那以后，每当感到压抑或烦恼的时候，我都会回到那个充满音乐、火焰和烟雾的小空间，用料理刀代替拳头，用油香代替爆炸声，让自己的心灵得到释放。而对于躁狂暴躁这种情绪，也许我们并不需要逃离它，只需找到适合自己的表达方式，然后再用热腾腾的食物温暖一下心灵。</p><p></p><p>下载本文pdf文件</p>