

- ◎网络明星李献计的怪病从何而来
- ◎等人的时候觉得时间过得太慢,这也是“差时症”吗
- ◎我们的大脑究竟是如何感知时间流逝的

谁偷走了他们的时间

最近,一部只有20分钟的动画片莫名其妙地在网上火了,观影好评甚至超过奥斯卡得奖大片《飞屋历险记》。更让人意想不到的,很多人都说,看完这部动画片,最大的收获居然是认识了一种名为“差时症”的怪病。

根据影片描述,“差时症”可以有两种表现,一种是一段短暂的时间,在感觉上漫长化。每秒都被延伸到无比漫长,好像永无尽头。另一种是把一段极长的时间,在感官上短暂化。

现实世界中,真的有人会得这种怪病吗?在快乐的时候,我们都会觉得时间过得飞快,当郁闷的时候,我们又会觉得时间过得太慢,相信每个人都会有这种体会,难道我们都得了“差时症”?



动画片中的李献计,现实中的晓雨、张学,他们的时间似乎都被“动了手脚”

1 一部动画片让人认识一种怪病

这部动画片叫《李献计历险记》,情节相当简洁,讲的是一个失恋青年的幻想。片中的李献计失恋了,于是他无止境地打一款永远都打不穿的游戏,据说只要打穿了这个游戏,他就能回到过去,找回那个女孩。一次又一次的手指运动,李献计的头



胡子长了又短,时间就这么溜走了……最后,李献计一直寻找的女孩出现在他的面前,可他再也迈不出半步。距离,在不知不觉中,变得好像时间流逝一样遥远;又好像梦境与现实一样可望不可及——这就是这部短片的最后一幕:彻底的哀伤,彻底的平静。

有人说,看《李献计历险记》,最大的收获是认识了一个名为“差时症”的心理疾病。在片中,李献计自述说,“差时症”的临床表现有两种:第一,把一段短暂的时间,在感觉上漫长化;第二,把一段极长的时间,在感官上短暂化。想到这个差时症,很多人就想起两个有名的成语,一个是“度日如年”,另外一个就是“白驹过隙”,都是形容时间,但是一个漫长无比,一个却是形容时间只是一眨眼的工夫。

《李献计历险记》莫名其妙地红了,直接后果是引发了一场关于“差时症”的讨论。

2 现实中的“女版李献计”

李献计的故事当然是虚构的,但现实生活中,真的有人会得这种奇怪的病吗?

在鼓楼医院,记者亲历了一次“差时症”患者的无奈与痛苦。

“来吧,说说你的事情。”医生说。“我很幸福。”病人回答。“很幸福为什么还会度日如年呢?”医生看了看眼前这位姑娘,充满了不解。24岁的晓雨(化名)却眉头紧锁:“我有时觉得过去的时间过得很快,我一直感觉很幸福,但有时又感觉时间过得好慢,让我没有办法静下心来。往往心情就像是过山车,一会儿在冰山,一会儿在火海,从幸福的巅峰一下坠入到低谷,那种滋味让我对时间产生了恐惧,害怕黎明的到来,同时又拒绝天黑,反反复复,无法正常工作与学习。”

晓雨的心结很奇怪,自从20岁以后,每天她都在想同样一件事情,担心亲友一个接一个去世。其实她的家人都很健康,但是不知怎么的,晓雨就是这么担心,而且有时晚上会做噩梦,每次都是冒险的梦,一会儿进入一个树林,一会儿又在高山顶上,醒来时一身冷汗。

在一种宽松气氛中,医生与晓雨聊起了天,其实这也是一种心理上的解压。渐渐地,医生似乎找到了一点“病因”。原来在晓雨10岁的时候,她的外婆病逝。“当时我就在旁边,眼睁睁看着外婆渐渐走了,没有流眼泪,心里有种失落以及没办法描述的心情。”晓雨说。

鼓楼医院心理科副主任医师曹秋云告诉记者,晓雨的焦虑以及压抑的心情,很大程度上是来自幼年这次无法承受之痛,这么长时间了,晓雨仍然能记得外婆离开的每一个场景,足以证明那一次,她心灵上的创伤有多重。虽然晓雨没有在意,但是阴影却影响到现在,晓雨这么大了,非但没有男朋友,甚至没有一个女性朋友,生活的空间特别狭窄,周末也基本上不上街,是个“宅女”。人家宅女还会上网跟人聊天,晓雨则是真“宅”,除了看电视、看书,再没有其他的娱乐活动,长时间处于一种自闭状态,心中的积郁也越来越沉重,对亲友的依赖也更为强烈,尤其是对父母的牵挂。这种焦虑甚至有一点抑郁的心态,让她对时间的感觉出现了偏差,而且是一种矛盾冲突的时间观念。

3 大脑里有个时钟会时快时慢?

无论是李献计还是晓雨,都是因为心灵创伤留下了阴影。其实科学家也早就发现,“白驹过隙”之类的说法,不仅仅是一种文学化的夸张。

1889年,法国哲学家柏格森在《时间与自由意志》中最早提出了两种时间的理论。他将时间分为客观时间和主观时间。客观时间就是我们通常意义上理解的自然时间、空间时间,而主观时间说的是我们的心理时间。柏格森认为我们传统意义上是用空间的固定概念来说明时间,按照过去、现在和将来依次延伸发展的,而在与其不同的心理时间中从来没有过去、现在和将来的界限,这三者是互相渗透的。因而心理时间是具有弹性的,人越是进入意识深处,空间时间越不适用时,只有心理时间才是具有意义的。南京的心理专家说,可以看出,如果在思想的密林里“走”得越深,往往越容易依靠心理时间,也就与客观时间出现一定的偏差。

对于“差时”现象最早的研究者是美国心理学家侯格兰德。1933年,他照顾患流感发高烧的妻子时,发现即使只离开一会儿,妻子也会抱怨他去得太久。他让妻子估计1分钟的长度,结果妻子认为37秒便是1分钟。当她的体温越高,对时间的估计就越少。侯格兰德怀疑这是因为大脑内有一个内在时钟,体温升高会让它的速度变快。此后一系列的实验都说明了这一点,比如对脑袋加热,或者让人呆在高温房间里,都会使人觉得时间过得慢,或者说其脑内的时钟走得快,速度可以快大约20%。

之后的研究越来越多,比如,许多吸烟者和戒烟者均表示,不吸烟时的时间仿佛变慢了,这一结论是美国研究人员做出的。心理学家认为,没有嗜好时时间感觉会“变慢”50%。“这就像你在驾车路上遇到红灯时特别长的感觉。”



人们对时间的感知,会因温度、服药、吸毒等原因发生变化
制图 李荣荣

4 大脑中的时钟为什么会走不准

现在,我们可以说,“差时症”的确存在了——只是没有影片中表现的那样夸张。那我们对时间的感知为什么会出偏差呢?这就说到大脑中的“时钟”了。

我们已经知道大脑的计时能力分成三个“域”:一端是生理节奏“域”,控制24小时周期内的睡眠和清醒等;另一端是毫秒计时“域”,负责计算精细的运动任务;中间部分,被称作间隔计时“域”,这是我们可以感知时间流失的系统区域。

神经学家已经开始研究人脑的计时原理,也研究了那些时间感知因疾病或脑损伤而失真的病人。结果发现,间隔计时是一种非常复杂的被称作“巧合检波”

的模式。简单来说,“间隔计时系统”就是大脑中某一区域的神经元负责我们的运动、注意、记忆等活动,它们产生的脑电波被检测识别,便整合成时间流失量的估量值。因此,神经元的信号传递和脑波产生便对这种评估能力产生了影响。这也可以解释一些我们现实中的现象。如我们已经知道服用精神类药物、发热等情况必然会对人的神经传递有所影响,某些吸毒者很可能因此影响到多巴胺系统的释放程度从而产生时间感知障碍。还有一些情况,如深度睡眠时大脑所产生的脑波与清醒时相比会缓慢一些,因此,有时候我们猛然醒来如果没有外界参照物的提示,很大程度上无法准确评估时间。

5 常人的“差时”其实不算病

南京脑科医院心理科副主任医师李箕君告诉记者,对于很多人来说,“差时”其实不是病,而是一种情绪。众所周知,情绪如果焦急、郁闷,往往会觉得时间过得很慢,而一旦心情愉悦,那当然时间就流逝得很快。最常见的“差时”,就是等人了。也许一个人久久不来,望眼欲穿盼到时,发现人渐渐从远处走来,心里那叫一个舒服,有时甚至会迎上去,一见面,第一句话肯定是“你怎么才来。”相信很多人都有类似的感觉,等人的时候觉得时钟走得慢了。

李箕君说,这样的例子在生活中、在医院里,几乎不胜枚举。

在病理学中也有一种精神疾病和“差时症”很相似——时间感知障碍。专家告诉记者,很多人不是时间漫长化或短暂化这么简单,而是根本搞不清时间

的逻辑。这样的患者,病情则更为严重一些,最典型的就是“黑白颠倒”。

张学(化名)曾经遭遇过一场重大车祸,当时骑摩托车的他被汽车撞击后,抛出十米远,脑部重重砸到了地上,幸好有头盔防护,不然命根本保不住,但是因此留下了严重的“后遗症”。“他的病很奇怪,分不清白天黑夜,尽管他的视力没有问题,但是主观上就是认为黑夜就是白天,每天夜里都要出去遛弯,根本睡不着觉,到了白天,则呼呼大睡。”专家告诉记者,他就患上了时间感知障碍。这种病是指人体在感觉时间体验时与自然时间存在差异。这样的现象,一般情况下发作时间短至一两分钟,长则可能出现半天、十几小时,甚至更长。

对于时间感知障碍产生的原因和机理,目前尚无明确的结论。

6 古老中医也有对“差时症”的描述

南京市中西医结合医院中医科主任王东旭介绍说,在祖国医学中也有一种疾病和“差时症”很相似,那就是癔症。癔症的表现可谓多种多样,既可有运动、感觉等障碍的类似神经系统疾病的症状,又可有各种内脏病变的类似各科疾病的症状,也可有短期发作的精神症状(变态心理症状)。可以说癔症的表现可以模仿临床各

科任何疾病的表现,因此极易误诊。

癔症患者富于生动的幻想,特别是当情感反应强烈时,想象和现实经常容易混淆,以致有时连他们自己也弄不清楚到底是想象还是现实,因而造成他在说谎的印象,比如出现“差时”的现象。中医认为该病的病因是七情不舒。

本版主笔 快报记者 刘峻