

R 人生感悟 enshengganwu

做仰望星空的人

□明光暗影



我有一位“吃货”朋友，曾不幸罹患重病，但她一如既往地乐观面对，始终保持阳光心态，患病时的笑容并不比往常少。现在，尽管她不能再从事原先较为繁重的工作，但并不消沉和抱怨，回到家乡后，转换人生赛道，做了美食博主，还在当地做出了名堂，兴趣与收入两不误，正应了一句话：“天行健，君子以自强不息。”

人生不如意事十之八九，困苦在成长的路上难以避免，正所谓“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，不经风雨又怎么见彩虹呢？那么，该如何化解困苦呢？不要怨天尤人，也不要自艾自怜。要不抛弃、不放弃地直面现实，直面挫折与困难，竭尽全力去完成看似不可能完成的任务。生活中有的人或因惰性或因怕苦

产生不劳而获、放弃拼搏的思想，实属不该。

我们应当清醒地认识到，若每逢困境就只会抱怨，除了把宝贵的时间精力耗费，别无他用。大可不必像祥林嫂那样絮絮叨叨，到处诉苦，逢人便讲。所有消极的、被动的对待，都对走出困境于事无补。切实面对，着手解决，才是对待困苦的正确态度。真正的生活强者，都是敢于直面惨淡的人生，勇于奋力一搏的人。虽未必总能成功，但问心无愧。

每个人面对困境只要不退缩、不消沉，只要保持良好心态，自强不息、奋斗不止，将逆境转为前进的动力，就有望突破人生困境走向成功。即便我们生活在泥沼之中，但有人依然仰望星空，愿你是仰望星空的那个人。

J 精粹短文 ingcuiduanwen

闲暇时光

□高自发

时间是最公平的，它给每个人都是一天二十四小时，并没有偏袒谁，多给谁一分钟；时间又很不公平，谁要是抓住空闲时间，坚持不懈地做些有益的事，时间才会回报他一份厚礼。

很多时候，看一个人，不必看他工作的状态，只看他空闲时间做什么。有人一有空闲就呼朋引伴，喝酒、打麻将，觥筹交错，麻将声声，聚时欢乐，散后空虚；有人却利用空闲时间读书、锻炼，或长了许多见识，或练就强健的身体。两相比较，高下立判。

空闲时光短暂而又零碎，很多人都觉得应该用最舒服的方式把它打发掉，却很少有人能够意识到，如果抽空做点有益的事，且能几年、几十年如一日地坚持下去，兴许就会挖出一口希望的井来。

N 耐人寻味 airenxunwei

你究竟有几个好朋友

□龙建雄

老朋友连兴不知从哪儿得来一个小程序，启动后可以检索微信通讯录，然后给出一个统计结果，他告诉我与实际的联络记录基本吻合。截图显示，连兴的朋友圈最近1周内联系过31人，最近1个月内联系过85人，3个月内共联系过199人，3个月以上未联系的是2908人。

望着这一串数字，我笑了。赶忙问连兴，我应该算3个月内有过联系的人吧，与有荣焉？连兴回复过来一个“笑脸”。

换作是我，估计会大大低于连兴的这些数字。陡然间，脑海里突然迸出一句类似歌词的句子来，“你究竟有几个好朋友？”

不管你承认不承认，我们多数人都有一种困境：认识的人越来越多，交友圈子一天天扩大，但朋友却感觉越来越少。于是只好自我宽慰：这也不算什么怪事，古人不是说“人生得一知己足矣”吗？

选择与谁成为朋友的时候，需要有一双“慧眼”，交可交之人，交真君子之人。有人说，朋友是缘。和谁成为朋友，冥冥之中似乎早已注定。

有一些人，只是初见一面，便相见恨晚，说话投机，行事投缘；有人说，朋友是债。成为谁的朋友，注定要为他甘心付出。这话说得一点也不故作。以心交心的朋友关系，不仅仅局限于物质，更是精神层面的联结。当你落魄时，我来挺你；当你东山再起时，我来助你；没有血缘关系却像兄弟姐妹一样相互陪伴；还有人说，朋友是利。朋友是不可多得的财富，只有妥善处理彼此之间的利益关系，才会成为有情有义并且患难与共的朋友。朋友常常会带给你幸福的感受。每个人朋友的多少，和自己付出的多少成正比，如果只是一味地索取，或是索取得十分不合时宜，朋友定会离你而去。

你究竟有几个好朋友？好朋友之间，常来常往，互驻心扉，在品德修养上互相砥砺，在学识阅历上互相取长补短，工作中互相促进，生活中彼此照顾，有了困难互帮互助，有了缺点互相规劝和批评。你做到深受朋友的尊敬和喜欢，自然就会赢来真心朋友的相伴。

每个人的心底，这样的朋友有一小群，即便是三五个，何其不是人生一大幸事？

R 人生百味 enshengbaiwei

羡慕

□杨银华

周日和小孙子看电视至夜深，很晚才睡。由于熬夜，按说该是躺上枕头便“着”的状态，可不知怎的，不知不觉中想起了心事。本不该琢磨的零星琐事，此刻却经过大脑的加工愈加“成熟”。这“成熟”也因“瓜熟蒂落”而沉重地使我辗转反侧难以入眠。

再看孙儿，早已进了梦乡。那因室内温热而红扑扑的脸庞，那因睡得投入而均匀的呼吸，都使我体验到了什么叫“可望而不可即”的幸福，并被这幸福的现场所煎熬。偶尔，孙儿也伸胳膊动腿不老实地变换着睡姿，可人家那叫睡得舒展，睡得潇洒。而自己呢？本来很困，却翻来覆去，这叫浮躁，这叫折腾。

于是，我羡慕孙儿。其实，我羡慕的岂止这一夜安详的睡眠？爷爷于孙儿，即成人于儿童，该羡慕和留恋的地方，实在是太多了。比如，儿童之间刚打完架，没过一会儿，就言归于好；而大人们，可能双方要耿耿于怀记恨一生。比如，

儿童们要哭要笑说要闹，会由衷地表里如一；而大人们，可能要违心地考虑到对象，考虑到场合，考虑到得失，唯独不敢考虑到真实的自己……这由孩童们身上引起的羡慕，怎能细举得完！

虽然难以回到童年，但尽可能地在成人世界里保持童心，保持纯真，回归自然，随遇而安……则是我们应该认真践行和积极面对的。最后，还是努力地羡慕一下自己吧！

N 南腔北调 nanqiangbeidiao

什么是真实的世界

□张欣

说，挫败感能让人看到真实的世界。

有朋友问什么是真实的世界。

就是，自我感觉良好的我们其实什么也不是，只是最容易被牺牲掉的那个人，情场职场概莫能外。无论来自985还是职高，也无论每天996地工作还是摸鱼躺平，我们都是普通却又自信的男女。

年轻的时候我们被父母宠爱亲戚们夸奖，加上自己的聪明和机灵，考上好学校一路得到老师的首肯，有可能去个好单位，一切全凭自己努力，深信这个就是自己真实的世界。

然后开始盘算着怎么“活儿少钱多离家近”，再找一个高富帅或者白富美过上人见人羡的生活。

那么只要从这一刻开始，我们就慢慢体会到凡事不利凡事不顺和节节败退。为什么，因为我们以前认为的那个真实的世界是自定义的也是虚幻的，那一切都只是一个开端或者序曲，换一句话说就是好日子已经完结。

我们要开始伏下身去，用尽力气从山脚开始攀登。

你看到别人的晋升和辉煌，就是这么手脚并用爬上来的。

在我认识的人中，一个企管金领几乎每天都是晚上九点下班回家；一个外科医生晚上十一点才吃上晚饭；一个专栏作家可以在突发事件后两小时内出稿（有详情有图片的万字稿）；一位高三班的老师打着吊针还在批改学生作业。

一个饭店老板上厕所的时候都在想他研发的新菜，每天都在做菜试菜求高人指点，后来他的餐馆还是倒闭关门了。

这个就是真实的世界。

我们觉得自己美丽动人气质好，既有才华又有情调。

但是除了杀猪盘就没有遇到过爱。

或者我们善良加付出，可是男朋友就是不想结婚，希望等到一个富家女。

我认识的一个凤凰男，在美国读了博士和女朋友结婚生子，岳母有钱但是不给予任何帮助还是一门心思地要拆散他们，说女孩的脑袋坏掉了必须离婚。他们的感情也因为争吵不休开始干疮



百孔。

这个也是真实的世界。

真实的世界就是非常努力才能过上平凡生活。

就是不断地被辜负。

就是奈何明月照沟渠。

然而你仍在努力中，还是明知不可为而为之。

还是虽千万人吾往矣。

这也是真实的世界会发生的事。

因为挫败我们了解到自己的渺小和可有可无，遇到困难是不会天降甘露的，巨大利益面前朋友甚至恋人都有可能离开，十分努力但是颗粒无收。

可是我们还是静默着前进，这就是真实的我们。

