

N 耐人寻味  
airenxunwei

## 每天都有喜欢的事可以奔赴

□云月

读大学时,导师的一个教诲让我印象深刻,他说要经营好业余时间,做点自己喜欢的事,这样生活会“升值”。

不用上班的业余时间做点啥?玩,这是很多人的选项,休闲娱乐是一种精神上的放松,劳逸结合嘛,只要健康适度,也是一种生活方式。还有一些人,比如我,则选择继续打拼,在自己喜欢的赛道上或学习或实践,让自己的发展多一个可能。

我的工作朝九晚六,做的事务比较枯燥,但胜在稳定。我喜欢花艺和写作,人又闲不下来,所以,业余时间我做的事可谓丰富多彩——运营自媒体,当小博主、撰稿人,还在自学设计,准备再多个插画师的身份。我已定下一个小目标:要出一本作品集,写花花草草的事,自己配插图。朋友们给我贴了一个标签——“斜杠”青年。

最早听到“斜杠”这个词,还是读大学时导师说的,他是一位数

学老师。有一次课后聊天,我说自己听从父母的安排选了理科专业,实际想当作家或者设计师,所以总感失落。导师对我说:鱼和熊掌未必就不可以兼得,年轻人不要给自己设限。他说自己其实是一个“斜杠中年”,闲暇时是一个网文写手,连载的是仙侠之类的故事。我看了一下他的网文,读者还不太多,但故事天马行空。老师说自己从小喜欢看网文减压,看多了灵感冒出来,忍不住就把故事写下来。没有想过转行的事,故事更新也不快,就是一个业余爱好,目的是让精神愉悦与放松。我听了若有所思,没想到多年后,我也过上“斜杠生活”,每天因充实而快乐。

进入职场后,我越发觉得人生要懂得见招拆招——如果找到的工作正好是兴趣所在,当然是极好的。但很多时候,平凡的我们要面对“被选择”,比如,读的学校,只是因为分数能够达到录取线;找到的工作,可能

只是谋生所需,并非喜欢。怎么办?有的人努力寻找工作的兴趣点,力争把工作变成爱好;有的人在做好主业的同时,用业余时间做自己想做、喜欢做的事。也许有一天,副业有成,变成主业,成为事业。所以,进入职场后,不管是否顺利,我们都要保持乐观,不要给自己设限,这也是热爱生活的表现。

人以群分,慢慢地,我认识或者关注了不少“同路人”。

有一个周末,我和晓微去看展,我俩在一个共同朋友组的“斜杠”群里认识,成为志趣相投的看展“搭子”。在展馆前,晓微突然停步说“等一等”,然后在手机上一顿操作,过了会儿,她笑着收起手机,对我说:“刚才我的小网店来了生意,我要赶紧处理,成交啦,看完展我请你喝奶茶。”我也替她开心。晓微在一家艺术品公司做文员,她的妈妈开了一家小网店,卖生活用品。平时妈妈管理小网店,晓微下了班和节假日便帮忙打理。

我的身边,还有一位“点赞之交”,在朋友

M 名家名句  
ingjiamingju

## 迟钝有时即为美德

□林森/辑

无须时刻保持敏感,迟钝有时即为美德。尤其与人交往时,即便看透对方的某种行为或者想法的动机,也需装出一副迟钝的样子。此乃社交之诀窍,亦是对人的怜恤。

——尼采

善于等待的人,一切都会及时来到。

——巴尔扎克

对未来的真正慷慨,是把一切献给现在。

——加缪

与他人建立真正亲密关系的唯一途径是毫不依赖。只有不害怕被抛弃,才能活得愈发随心所欲;只有不缠着我们的爱人去承诺什么,对方才能在没有负担的情况下,回应我们的爱。

——朱莉娅·卡梅伦

D 动物哲学  
dongwuzhexue

## 蜕 皮

□(美)奥赞·瓦罗尔

自古以来,蛇就是转变的象征。

在蛇的一生中,它的躯体会逐渐长大,终至某一时刻,它必须蜕去旧皮,换上新的。

这个过程非常难受,很不舒服。蛇会不停地蜷曲、扭动,直到彻底与旧的躯壳分离,再从中爬出来。如果一条蛇能成功地完成整个过程,旧皮就会被舍弃掉,取而代之的是鲜艳的崭新外皮。如果没能蜕皮成功,蛇就会失明甚至死去。

在前半生,我就曾经蜕掉过好几层皮肤。在每次转型之前,我都会有非常难受的感觉——某些事不对劲了,我会做出一些大大小小的调整。但某一时刻,我的旧皮肤再也无法容纳内在的成长,曾经合理的选择不再合理了。

放弃旧的,我会暂时失去平衡;可如果不放弃,我会失去自我。

我们往往会把自己与外在的那层表皮混为一谈,可表皮不是我们。我们已经长大,旧皮已经无法容纳,然而,我们往往會发现自己难以离开它。

问问自己:如果放手,我将得到什么?把“不是自己”的那些部分舍弃掉,你就能看见“自己是谁”了。

Y 有此一说  
oucyishuo

## 将坏情绪冲刷掉

□刘琪瑞

前些日子,心情本来很好的,我溜达到郊外的小菜园看我种的菜,谁知一片狼藉,我的情绪一下子坏透了。

我的这块小菜地分别种了辣椒、豆角、茄子等。今夏,我们这地方没怎么下雨,我和爱人天天抽空到远处的水源地带水回来,一趟趟地浇菜。功夫不负有心人,这几样蔬菜长势良好,豆角、茄子都开了花儿,辣椒已经可以采摘,不料有人竟然把我的一大片辣椒苗拔掉毁坏了,我心疼得差点掉了泪。

之后的一段时间,我无法释怀,老想着辣椒苗被拔之事,总是念叨:摘辣椒就摘吧,拔掉我的辣椒苗干吗!越是这么想,情绪越发坏。母亲听说这事,给我打电话,先骂了一通乱拔辣椒苗的人,然后说:“事已至此,你得赶快用好事情去冲刷掉你的坏情绪。”

我也觉得这个方法好,于是开始在脑海中收集最近发生的好事、开心事——我



请本版文图作者与编辑联系,以便奉寄稿酬。

的两篇小文章发表了,沾沾自喜;小孙子胃口好,爱吃我和爱人做的饭,长胖了,令人欣喜;我送了一幅画给一位朋友,他非常喜欢,请我喝茶畅聊……还别说,当我开始收集这些琐碎的快意事后,那件“腌臜事”竟然就被淡忘了,情绪变得好起来。

想起金圣叹,他把快意之事记录下来,遂成《不亦快哉》。这些“快哉”之事大多是小事,如炎炎夏日,看农夫边唱乡谣,边踏水车浇园,

“水一时淡涌而上,譬如翻银滚雪。不亦快哉!”吃西瓜,“夏日于朱红盘中,自拔快刀,切绿沉西瓜。不亦快哉!”还有推纸窗放蜂出去,也不亦快哉……生活中的“小确幸”,只要用心找,总能找到。不妨带着向阳的心看待生活,想一想,数一数,快乐之事真是处处皆有。

我们不能老沉浸在坏情绪里,如果一味钻牛角尖,就像我老是纠结辣椒苗被拔,只能一遍遍在烦恼的怪圈里

浪费光阴。总是不开心,长此以往,不仅精神状态不佳,干什么都干不好,身体也会闹出毛病来。

我现在经常安慰自己,开解自己,方法就是定期盘点最近发生的如意事、开心事。用这些点点滴滴的“小确幸”,冲刷掉那些意想不到的“小确丧”,不失为明智之举。

不要让坏情绪打败你,要善于用日常的好事情去打败它,积小喜为大喜,积小胜为大胜。