

# 做孤独的自己

母亲寄语身处疫情中的女儿王忆希

都说本命年的人容易大起大落,这似乎在本命年的你身上得到了充分验证。虎年伊始,一场全世界瞩目的冬奥会,让在其中担任场馆中文播报的你备受关注,几度登上抖音同城榜榜首,CGTN、学习强国、新京报、浙江卫视、钱江晚报、温州日报等全国和地方媒体的报道更是纷至沓来。繁华落尽散一地浮殇,应验了最近网上流行的这句话:转角不一定遇到爱情,却很有可能遇上疫情。虽是调侃,却不无道理。人生就是这样,充满了变数和无常,上一秒或许还在顶峰,下一秒就有可能陷入困境。冬奥会结束,经历过一次全员隔离的你,没想到刚踏入上海不久,却再次陷入困局,而这一次何时解封还遥遥无期。

上海的这场疫情,来势汹汹,暗潮汹涌。病毒与困境交织,不安与艰难裹挟,搅动着魔都每个人的命运,也牵动着全球的目光。没有人是旁观者,所有人都是局内人。你也从初始时的无所谓,过程中的感同身受,转变为如今的积极应对。既然已经身陷漩涡,那么好与不好,都无法逃避,只能承受。那就在孤独中善待自己吧,淡定一点从容一些,只有磨砺出一颗强大的内心,才能不惧人生的风雨,活出自己的精彩。

做孤独的自己,勇于在生活中按下暂停键,这也是一种高级的自律。疫情、空难、战争,让我们明白生命随时可能会被按下停止键,假如今天过后的一切都是未知,那么不如尽心尽力的过好当下的每一天。

做孤独的自己,永远别忘了,在生死面前,其他的都是小事。趁现在还来得及的时候,赶快调整生活作息,加强锻炼,练瑜伽做有氧运动,只有提高了自身免疫力,才能健康快乐地过好每一天。在独处中感受锻炼后的酣畅淋漓,享受孤独,疫情下的生活,或许会折射出另一种美好。

做孤独的自己,人间非净土,各有各的苦。万家灯火生炊烟,柴米油盐又一天,独处的日子,收拾收拾屋子,动手做家务,既要上得厅堂,也要下得厨房。哪怕日子再无聊,生活也要很“小资”。居家的日子,要做的只是安静而从容地度过每一个晨钟暮鼓。人生如茶须慢品,岁月如歌要静听。

做孤独的自己,只做自己想做的事,不必靠近违心的人与事。居家的日子,生活变得很悠闲很纯粹。久违的书本终于可以静下心来拿出来读了,平日里闲置的吉他也成了最爱,难懂的考博资料也可以慢慢地消化掉。疫情让快节奏的生活放慢脚步,想做做但平时没时间做的事,重新审视、反省自己,树立目标,疫情终究会结束,结束之时也许就是蓄势待发之日。

有人曾说过:真正的修行,不是在喧嚣的交往中辩认自我,而是在安静的独处中反思人生。那么,就与独处相安,与万事言和吧。以文字,以音乐,以花香浅草,以温暖纯良善待周遭的变故。也许你生命里遇到的每个人每件事,都有它的价值和意义,有些人教会你爱,有些事教会你成长,哪怕只是浅浅在你的路途留下印记,也是一笔难能可贵的财富。至少在曾经某个时刻,你明白了生活,你懂得了自己。

6月,成都·世界大学生运动会已经向你发出邀约,疫情过后,期待再现一个更加青春阳光的你!

妈妈 潘晓艳  
2022年4月19日



扫一扫听音频版

# 一封家书

但问耕耘 写给女儿十二周岁生日的信

推心置腹地谈一谈:

## 我想与你

今天是你的十二周岁生日,生日快乐,我的宝贝。按照惯例,爸爸又要给你写一封信,继续谈谈人生。

上周日观花归途,你谈起在家乡的童年时光:每天放学归来,总会在老街买个油卵,踏着悠长的青石板,在一路熟悉的招呼声中,跨过雅桥,看一群鸭子自由划水,及至家,便搬出那张老藤椅,唤来左邻右舍玩起开火车游戏,直到夕阳西沉。如今,即将小学毕业的你,总有做不完的作业,考不完的试,还有那历经多年吵闹而收获的,却终将长亭送别的友谊。

谈到那段失去的,无忧时光,一晃而过的六年小学,你的神情尽是落寞。你说,你的日子,也不再是一天天地过,而是一月月地过。是的,孩子,时间就是一条加速流淌的河流。在短暂的人生旅途中,将会有越来越多的分别,越来越多的失去,在前方等候着。

所以,我们要学会接受失去。人生有两种遗憾,如影随形:一是得不到,二是已失去。2020年夏天,爸爸特意在厦门从书店留了一封时光信件,约定来年春天在你的生日当天送达。那个春天,爸爸去快递棚翻箱倒柜,久寻未获。书店售货员答复说,每一封明信片都会有百分之三十的丢失概率。人生路上,光阴在逝去,朋友亦如明信片,也有很大的丢失概率,有的因为离别,有的则是渐行渐远。就像宫崎骏所说:人生这趟通往坟墓的列车,途中会经过很多站,很难有人可以自始至终地陪着走完。当陪你的人要下车时,即使不舍,也要心存感激,然后挥手告别。

那么,面对人生不如意,十有八九之的常态,我们除了坦然接受失去外,只能选择躺平的人生吗?

不,我们要坚信,失去的另一面,便是收获。面对不断失去或者困难挫折,我们自怨自艾,悲观退却,那就如泰戈尔所说的,如果你因为错过太阳而哭泣,那么你也错过了满天繁星。相反,只要你肯努力,失有时比得更有意义。贝多芬少年时贫病交加,得过伤寒和天花,二十六岁还失去了听觉,他的失去多于大多数人。然而,逆境没有吓住他,在与命运的顽强搏斗中,他成功扼住了生命的咽喉。

不,我们更要坚持,莫问收获,但问耕耘。一个优秀的人不是因为智商有多高,而是有一个非常明确的目标并懂得排除万难去实现它。爸爸希望你能常常思考王国维那段著名的人生三境界之论,希望你独上高楼,望尽天涯路,更要衣带渐宽终不悔,为伊消得人憔悴。至于将来成就如何,尽自己能力去做即可。这就是爸爸对你未来的最大期许。

孩子,当你意识到时间匆匆流逝,忧愁扑面而来时,事实上你已经长大,有了自己独立思想,也常常会揭竿而起,忍得父母生无可恋。但是,面对即将到来的初中生活,爸爸还是想倚老卖老,啰嗦几句,仅供参考。

一是立有志。志不分大小,你只要有了志向,就会觉得生活常有快乐,更多充实。志亦无关优劣。爸爸不需要你立匡国志,你也不一定要走杏林路,只要你能够发挥个性特长,结合兴趣爱好,找到一个自己热爱并为之着迷的志向。

二是恒读书。读书是修身立志、实现梦想的最佳路径。读书能够遇见古往今来很多的优秀人物,比如孔子、孟子、苏格拉底、亚里士多德,他们会让你的人生更睿智。胡适在《不要抛弃学问》的演讲中提到达尔文的例子:每天花一点钟看十页有用的书,每年可看三千六百多页书,三十年读十一万页书,十一万页书可使你成为一个学者。他还说:每天的这点功夫,你是用来看看小报呢?还是打麻将呢?还是努力做一个学者呢?全靠你们自己的选择!

三是戒浮躁。无论你有多大志向,请记住,志向要放在心里,放在工夫里,千万不可放在嘴上,摆在脸上。无论你成绩有多好,越是谦虚,朋友越多,越是骄傲,朋友越少。同样,越是急躁,失误越多,效果越差,越是淡定从容,越有力量。而这就是你在当前学习和生活遇到的一大难题,希望你能正视之,克服之。

孩子,爸爸再次祝你生日快乐,愿你在小学生涯的最后九十天,累并快乐着!

爸爸 陈明春  
2022年4月10日

# 给儿子邵羿乐的一封信

亲爱的乐宝:

来信收悉,你说:青春,是人生的一个转折点,我愿以梦为马,不负韶华,拼搏向上。在班级举行青春礼之际,你有这样的深刻认识,爸爸觉得你真的长大了,爸爸更为你的决心感到欣慰和骄傲。虽然朝夕相处,爸爸还是想借这次机会,接你的话茬,与你做一次书面交流,提供些建议。

以梦为马,首先要树立理想、明确目标。当下有句很励志的流行语,叫做“梦想一定要有,万一实现了呢”。你说你的梦想是读瑞中、上浙大乃至成为数学家,这很好。但是,大梦想是由小目标组成的。还记得戴老师谆谆告诫你“自我要求太低吗?还记得王老师在走廊上对你语重心长的谈心吗?孩子,追逐大梦想,首先要努力完成一个个小目标。爸爸希望你能在学习上狠下决心、自我加压,从明确每单元测试的小目标开始,脚踏实地抓过程,落实到每周、每天的具体行动上,好吗?

不负韶华,必须要珍惜时间,狠下苦功。你说,初一期末1000米跑步,因为看错终点线而提前停了下来,结果被两位同学反超,当你再奋起直追,结果还是第三名。是的,人生有的机会,失去了就永远没有了。还记得庄老师家访时对你说的“初中就是要吃苦的时候吗?高考可以再来,中考只有一次。孩子,青春是用来奋斗的,奋斗的青春才是最美的。吃得苦中苦,方为人上人。希望你能珍惜青春美好时光,发挥你自己的长跑精神,不怕苦、不怕累,发奋努力、敢争第一,成功一定会向你招手。

拼搏向上,更需要自律自觉、坚持不懈。荀子说:不积跬步,无以至千里。人生最好的捷径,就是老老实实一步一个脚印,坚持走好每一步路。你动如脱兔、性格幽默,老师夸奖你情商高,但读书学习更需要静若处子、潜心研思。这也是你成绩起伏大的原因之一。孩子,只有更自律,才会更自由。爸爸希望你上课时牢记“沉默是金”。而且,你若想实现读瑞中的第一步梦想,必须要有板凳甘坐十年冷的耐心和坚持。因为学习容不得半点马虎,只有稳扎稳打、步步为营,才能积小胜为大胜。

光阴似箭,转眼你的个头已经超过爸爸。人生难得几回搏,此时不搏待何时?我相信,幸运之神终将垂青马不停蹄的追梦人。奋斗吧,青春少年,爱拼才会赢!

爸爸妈妈会一直陪在你身边,关心你、帮助你、支持你。顺祝天天进步!

永远爱你的爸爸 邵定美  
2022年4月16日

### 出租

烟草大楼店面出租:位于安阳街道拱瑞山路烟草大楼朝南第一层6间店面(塘河北路204-207号)出租,面积为150平方米,报名截止时间2022年4月27日,联系人:冯先生,联系电话0577-65827521,15057752200。

### 搬家

专业搬家,提供钟点工服务,专业管道疏通,专业清理化粪池,专业空调维修,电话:13967736316。  
专业搬家:公司搬家、居民搬家,长短途搬运,拆迁,货运车出租,空调拆装,82300793。

### 遗失

遗失瑞安市仙降街道仙麓竹村股份经济合作社的农村集体经济组织登记证正本一份,有效期为2020年1月9日至2030年1月8日,证号: N2330381580381769D,声明作废。  
遗失瑞安市人力资源和社会保障局(账户名称为瑞安市人力资源和社会保障局湖岭所)开户许可证,核准号: Z3339000045303,声明作废。

遗失瑞安市人力资源和社会保障局安阳分局的开户许可证,核准号: Z3339000054403,声明作废。  
遗失瑞安市人力资源和社会保障局瑞安市社会保险中心的开户许可证,核准号: Z3339000044604,声明作废。  
遗失金承物流集团有限公司2015年12月8日核准的营业执照正本各一份,证号: 91330381551795057X,声明作废。  
遗失瑞安市瑞翔慈善义工技能服务中心的开户许可证,核准号: J3339004177902,声明作废。



防范电信网络诈骗



# 不轻信可疑电话、短信, 谨慎给陌生人汇款。 认准银行官方客服电话。

24h  
**95599**  
农业银行客服电话: **95599**  
办理短信动账通知,实时关注账户变动。