【心灵探索】

喜欢独处，就没有朋友了？

（一院张惠敏推荐，2016年7月17日）

推荐理由：对于独处的爱好与一个人的性格完全无关，爱好独处的人同样可能是一个性格活泼、喜欢朋友的人，只是无论他怎么乐于与别人交往，独处始终是他生活中的必需。至于所谓的喜欢独处就没有朋友，这是根本就站不住脚跟的。因为独处是一种自我审视和疗养的状态，而和朋友在一起是一种互为影响的沟通，两者都足够美好。



1.

因为我的忙碌和疲惫，经常性地待在电脑前做方案或是敲下一篇篇文章，不止一次有朋友用审视外星人般的眼光瞪着我，并异常惊讶地说：“天呐，都没见你出去跟朋友玩过，天天把自己困在一个‘笼子’里不会生病吗？小心你‘自闭’到连朋友也没有。”

对此，我真是哭笑不得，也很费解。谁说喜欢独处就没有朋友了？

曾在网上看过一篇文章，文中有一句写得很对心，说“朋友之间，越简单越好，有事就联系，没事各忙各的。”

我觉得这是时下一种很好的交友态度，在越来越忙碌甚至焦灼的生活中，时间被分割到无数地方，就连阅读也流行起“碎片化”的方式，时间真真匮乏如稀世珍宝。

当你疲惫的时候，或许你更愿意去做的事就是看一本书或大睡一觉，用独处的时间给身心一个疗养，而不是呼朋引伴，四处奔走，甚至通宵达旦地豪饮狂欢。

2.

我有一个从初中就走在一起但已多年不见的好友L，还在学校上学的时候，我们天天一起上课下课，一起吃饭，周末又一起开车出去玩，逛街买衣服也互相提供意见，我们就像是江湖上所说的“好基友”一样，好得不得了。

后来因为学习差异，不得不走上各自的路途，导致有一段时间没有任何联系。

但是当我们从各自忙碌的生活中找到彼此的时候，没有责怪，没有陌生，还是和从前一样嘘寒问暖，没有隔阂地交谈。

 　一天L打来电话，问我在哪？我说我在广州，他有些欣喜地说：“我也来广州了，并准备在广州安定下来，前段时间租了一间铺面，目前正在装修中，过几天准备开业，到时过来坐坐……”我毫不犹豫地说：“没问题啊！”内心充斥着满满的喜悦和兴奋。

就这样聊了几个小时，准备挂电话了他又补了一句：“有空也给我写副书法作品呗，静和忍分开写，要大点能挂起来那种……”我有些惭愧地说：“行，不过我好久没练字了，等空了我练练去……”又聊了一阵才挂了电话。且不管之后如何，但这种没有客套，互相信任的朋友关系，让内心充满了安定和实在。

 刚毕业工作那年，一位很久没联系的大学舍友因为哥哥炒股亏了些钱，生活出了状况，硬着头皮动用人脉圈借钱周转。当然，也打了电话给我，问我能有多少，并说后面工资下来就给你，因为是大学里比较上心的好友，我说我尽力，然后就把当时能拿出来的所有家底5000元转了过去。

　　他当然像找到了救命稻草那般兴奋，大概提供帮助的也就那么几位好友，之后他不无感慨地在朋友圈发了条信息：“感谢你们，在我如此窘迫的时候，二话没说就给我提供了帮助，有空出来吃饭，我请客！”

　　我在后面留了一句话：“那你可得努力存钱了，下次见面，我要点最贵的佛跳墙！”

一个月后，他感激地归还了所有借款，还请吃了一顿大餐。谁说喜欢独处就没有朋友了？真正的朋友，是即使见的面很少，但是心里有你，特别当他有成就的时候能想起你，并和你一起分享成果，或是在你有困难的时候，能尽自己最大的能力去帮助你。

3.

朱光潜老先生在《谈交友》中写过一段话，我个人非常喜欢，在我看来，这段话也能作为我对朋友这个词的一种概括。他说：“谁都知道，有真正的好朋友是人生一件乐事。人是社会的动物，生来就有同情心，生来也就需要同情心。读一篇好诗文，看一片好风景，没有一个人在身旁可以告诉他说：“这真好呀！”心里就觉得美中有不足。遇到一件大喜事，没有人和你同喜，你的欢喜就要减少七八分;遇到一件大灾难，没有人和你同悲，你的悲痛就增加七八分;孤零零的一个人不能唱歌，不能说笑话，不能打球，不能跳舞，不能闹架拌嘴，总之，什么开心的事也不能做。”

幸甚至哉，感谢老先生写了这么一段话，让我作为自己的一种交友宣言。

静心想想自己的朋友圈子，确实是由曾经的多而杂变得越来越少了，以前觉得朋友多是一笔人际资产，关键还是受了那些老话的影响，什么“朋友多了路好走”、“在家靠父母，出门靠朋友”等等，现在想想，这个时代，自己踏踏实实的努力才是真正不动的资产。

可喜在为数不多的留下来的朋友中，他们变得越来越重要了。因为他们心里有我，而我的心里有他，彼此之间是一种玄妙的心照不宣的关系。

4.

也许有人会问，你的意思是真正的好朋友都要维持这种关系吗？不是的。

我当然不主张闭门造车，自我封锁，都靠这种关系维持朋友的距离。所以我在这里还要强调的就是，有些友情，还是得维持在必要的联系上，因为每个人对友情的理解和看法不一样。而多一些沟通，对灵魂的充实与思想的交换更是一种莫大的促进。

想起近几年，我也陆陆续续地参加了一些朋友的聚会，有些是因为刚好出差路过，顺道见个面的，有些是因为出国归来接风洗尘的，有些是因为考试成功大家一起庆祝的，有些是因为不定期举办的见面会或是生日会等等。

这许多聚会，我都尽可能地出现，在我看来交流是一种乐趣，这其中的乐趣，当然不是为寻找“写作方子”而动的私心。我只是乐意在亲近到没有隔阂的友情之间寻找互为认同，互爱互助，相互包容和理解的感觉。听他们各自的人生轨迹，各自奔忙的东西，听他们与我分别多时的所见所闻，甚至是一些抱怨和不满。

交流最大的快乐在于，你能在彼此面对面的沟通中得到新的收获。

比如男性朋友会给你一些职场建议，恋爱心得，还可以聊聊各自喜爱的运动明星，谈谈人生的憧憬和发展，也很有可能挖掘到平时不容得到的生意经，合作门道等等，而这些触动，你也许读上十年书也未必能得到。

女性朋友则会更关注生活与情感，给你提供自己的美食心得或旅游攻略，也许还能给你物色对象，或是告诉你以前班上的哪位老同学结婚了，找到了怎样的幸福云云，你也总能在其中找到一丝鞭策，今年可一定要努力脱单啊。

你看，我也不尽然就因为独处而变得没趣，甚至没趣到连朋友也没有。

但是在诸多聚会和玩乐当中，有必要提醒的一点是：外面的世界那么大，朋友那么多，你就是穷尽一生也未必能凿得冰山一角，就是挖出自己的心也未必能得到真正的好朋友。而以退为进，让躁乱的心在独处中获得新的养分不见得就是一件坏事。

5.

周国平曾说：“孤独中有大快乐，沟通中也有大快乐，两种都属于灵魂。一颗灵魂发现、欣赏、享受自己所拥有的财富，这是孤独的快乐。如果这财富也被另一颗灵魂发现了，便有了沟通的快乐。所以，前提是灵魂的富有。”

可见，沟通和孤独是同样重要的两件事，是互为牵连，并不矛盾的。但是，丰盈自己的灵魂，还要以孤独的修炼为前提，之后，才能有沟通中的大快乐。

至于所谓的喜欢独处就没有朋友，这是根本就站不住脚跟的。因为独处是一种自我审视和疗养的状态，而和朋友在一起是一种互为影响的沟通，两者都足够美好。

（推荐者注：本文来自文章阅读网-友情文章2016年7月16日，作者：包菜小生）

（注：学校关工网站刊发时间：2016年7月22日）