

# 温暖的“废话”

人与人交往,免不了要说些看似没有什么用处的“废话”,常用于闲聊、打招呼。比如“今天天气真好”、“你吃过饭了吗”、“出门注意安全”、“忙吗”……有人说,一个喜欢说些“废话”的人幸福指数高,容易得到满足和快乐,与人相处也更有人情味。究其原因,我想是因为这些“废话”往往没有明确的指向,功利性少,给别人的压力小,也容易使人亲近。当然,说“废话”也要适时和适度。

我发现一个规律,越是亲近的人,互相之间越容易讲“废话”。讲“废话”不仅仅是一种习惯,更是打破沉闷气氛的常用方式。有些“废话”里面还有满满的温暖。

每一个人,从小到大,要出门,父母会提醒你:“东西都带齐了吗?要注意安全!”你独居,父母会唠叨你:“别熬夜,对身体不好;记得吃饭,天冷了要加衣。”父母总是不厌其烦地唠叨着。

爱人之间也是如此,不时重复:“办完事情,要早些回家!”如果你碰巧找到一个愿意听你说“废话”的人,那么恭喜你,你找到了真正的幸福。如果在生活中两个人没什么沟通,连“废话”都懒得讲,那这两个人的关系很可能进入一个不佳的状态。

话语是人类信息沟通一个很重要的手段,是人与人之间一个很高级的传递媒介。生活在尘世间,很多人并没有强大到不需要语言的地步,特别是遇到过不去的坎儿,遇到困苦挫折,内心会不由自主地生出焦虑、慌张,这种时候,如果能有人安慰你一下,哪怕这种安慰苍白无力,并不能直接解决问题,同样能温暖一颗脆弱的心灵。

记得有一年冬天,我一个人在一座陌生的城市里打拼,正处于进无可攻,退无可守的境地,心生苦闷。母亲打电话过来,没什么目的,就是闲扯几句可

有可无的“废话”。母亲问我:“吃饭了吗?天冷添衣了吗?你还好吗?工作开心吗?”我听了,只敷衍着说“还好,还好”,因为眼泪已经流下来了。所有的抑郁、愤懑、不开心,都被母亲的一堆“废话”化解掉。有人惦记你,找你说话,已足够温暖。

这个世界上有一种温暖叫爸爸的提醒、妈妈的唠叨、爱人的情话。这个世界上喜欢和你说不带功利的“废话”的人不多,愿意花时间听你讲不带功利的“废话”的人也不会太多,除了父母、爱人、儿女,还有知交好友。这些人会不厌其烦地和你絮絮叨叨,不管有事没事,总会找你,惦记你,在乎你,哪怕只会说些“废话”,也请你一定要好好珍惜。

说话是一门艺术,也是一种智慧。那些能温暖人心的“废话”,是人与人之间交往的润滑剂,也是一种真情流露。

(王晓宇)

## 够得着的高度

打篮球时,投篮入篮是每一个球员的目标。你有没有想过,为什么篮筐要固定在那样一个高度呢?

我想很多人都没有细究,我也不例外。

有一天,我与一位朋友在篮球场聊天,说起自己最近生活有点迷惘。朋友指了指篮筐,对我说:“你知道吗?篮筐固定的高度是有它的道理的。这个高度,它不会让你轻易地进球,也不会让你永远进不了球,它正好是你努力一下就能进球的高度。试想,如果把篮筐固定在15米的高度,还有那么多人会去打球吗?”

朋友这么一说,我觉得有道理。朋友说:“你觉得迷惘,通常是因为没有目标。我们制定目标的时候,也应该像篮筐,不能制定得过高,过多的挫败感会打击自信;也不能把目标制定得过低,那样没有了挑战,不利于取得好成绩。而最好的目标,是通过努力、跳一跳就够得着的。有了目标,只要我们坚持努力,总能够有所收获。”

人要有一个奋斗目标,这样活起来才有精神,有奔头。那些整天喊无聊的人,其实是因为心中没有一个目标,从而令自己陷入无所事事当中,浪费时光。目标的设定,一定要切合自己的实际,不是

目标越大越好、越高越好,可以根据自己的实际情况,制定一些切实可行的小目标,逐个完成,你会发现自己越变越优秀。如果目标定得太低,随便就能完成,也不利于自己变得更好。

记得年少的时候,我有着不切实际的目标,有点好高骛远,还到处对别人说。那时父亲对我说:“你现在先把你这三门主科都弄到90分再说。”父亲的话当时听起来挺打击我的,但我还是听从了他的建议,慢慢地进步了。多年后,我再度想起父亲的话,感觉他用心良苦,先着手于眼前的事情,制定一些切实可行的目标,脚踏实地地比夸夸其谈更有成效。

此后,我经常给自己制定能够实现的小目标,当然这些小目标也是要通过努力才能达成的。一旦小目标达成,内心的喜悦会带来幸福感。接下来,我会继续设定更高一点的小目标,不断去实现,不断体味其中的喜悦与幸福。

篮筐固定在合适的高度,给了我们人生的启示,让我们懂得,适宜的目标经过努力,就能够达成,就像跳起来摘到苹果,带来的是满满的成就感。生活中,我们都应该为自己设定一个够得着的目标,它能够让我们积极乐观地面对工作和生活,活得更加有干劲。

(朱凌)

## 初学骑车

记得初学骑自行车,父亲在后面扶着我的车。学了一段时间后,父亲仍在后面扶着。

有一次,我偶然回头一看,发现父亲只是在后面看着我,并没有扶着自行车,我的心顿时一慌,马上从自行车上跌落下来。

父亲说:“其实你已经学会了骑车,有好几次,我只是在后面做做样子,并没有扶车。”我问父亲,既然已经学会骑自行车,为什么还会从自行车上跌落下来呢?父亲说:“那不是你不会骑车而跌落下来的,是因为你发现没人扶而心里慌张、害怕,是慌张和害怕让你的心乱了方寸,从而失去勇气,慌了手脚,因此从车上跌落下来。”

由此感悟:做好一件事情,能力固然重要,但勇气也不可或缺。

(黄小平)

