

你有趣了，你的生活才会有趣

◎陈远娟

生活中，什么样的人活的最精彩？

我的答案是有趣的人。真正的生活，该是有喜有忧、有光有影、有哭有笑。成年人的世界，没有“容易”二字，每个人都有遇到糟心事的时候，不要一味地去拒绝这些“裂缝”，之所以有裂缝，是因为那里是光照进来的地方。

记得我刚来惠州的时候，每天从家里往返公司，两点一线。好不容易挨到了周末，却只想在家里葛优躺。看着其他人在朋友圈里晒出来的各种节目，自己又羡慕又嫉妒，然而却始终无法跳出“舒适圈”。我发现我变成了一个无趣的人，生活里没有波澜起伏。后来，网络上流行一句话叫“好看的皮囊千篇一律，有趣的灵魂万里挑一”，不知道是不是在“舒适圈”待太久，当看到这句话时自己竟然迫切想改变现有局面。生活是自己的，闲暇时期，给自己找点乐子，不必让日子过得千篇一律。

于是，我尝试着让枯燥的生活开出花。我加入公司的羽毛球俱乐部，每周与同事们一起挥洒汗水，享受运动带来的畅快淋漓，原来工作中不苟言笑的同事私下竟然是社牛；周五下班后与伙伴们一起吃烤肉、涮火锅、打卡各种网红点，不再参与晚高峰东江桥堵车队列；周末再约上三五位同事去红花湖骑行 18 公里、趁着月光皎洁去登顶高榜山；小长假来临时来一场说走就走的旅行……同样还是



在惠州这座城市，但我已渐渐习惯并享受着这座城市给予我的活力与生命力。原来，生活的快乐不在于生活的环境，而在于我们自己的心态。

除了心态转变主动迈出“舒适圈”之外，自我解嘲也是一把冲破窘境的利器。有趣的人往往情商都很高，他能让人在沉闷的生活环境下，仍过得有滋有味，在自我安慰的同时也在影响着旁人。在《西游降魔》前期筹备阶段，周星驰曾邀请黄渤出演孙悟空，黄渤以一言拒之“周先生，您这座山太高了，我翻不过去。”轻松诙谐的一句话，在拒绝的同时，又夸赞了对方，不仅不会责怪，反倒让听的人身心倍感舒畅。

“不要用糟糕去对付糟糕，不要用黑暗去对付黑暗”。一个有趣的人，即使外界环境再糟糕，也绝不会一味抱怨。无论何时何地，他都能把干瘪的生活过得

洒脱自在；生活再苦闷，他都能把一地鸡毛的琐碎化为云淡风轻的谈笑，让枯燥的生活开出花来，将每一个平平淡淡的日子过得熠熠生辉。天天窝在自己的小世界里，当然无趣至极。生活里的情趣还需要自己去挖掘，用眼睛去观



赏、用双手去触摸、用双脚去丈量、用内心去感受。因为你有趣了，你的生活才会有趣。