

走得太近是一场灾难

□马德

跟谁走得太近了，都会是一场灾难。

灾难的意思是，你非但回不到从前，还会颠覆了从前。要想得到一个人，你就去走近他；要想失去一个人，你就去无限度地走近他。

近的好处是熟悉，近的坏处是太熟悉。这个世界，唯一能最熟悉的人，只有自己。否则，无论谁在对方面前城门四开，都是一种大忌。人类的所有美感，其实是一种陌生感和遥远感。一览无余了，只会徒生厌倦。人还有一种习惯就是：你陌生一些，他还敬畏你，稍熟悉一点，他就拿捏你。

因为，你的七寸，已袒露在那里。

皇帝身边的宠臣，被砍了头的多了去了。领导身边的红人，瞬间臭了的多了去了。好得一塌糊涂的朋友，分崩离析的多了去了。深爱的恋人，各自天涯的多了去了。曾经有多喜欢，此后便有多腻歪。前一刻看到的全是好，后一刻看到的便是全坏。好好在距离上，坏坏在距离上。

还是远一点为好。人间最美的距离，或许就在将够着又够不着的地方吧。

费心思的意思大概就是：费尽心力去对付别人的心思。且江湖越险恶，活得越费心。

同事之间你得周旋，上司面前你得小心翼翼，不三不四的人那里，也不能不声不响，你得人一面鬼一面。总之，你须听得了流言，躲得了暗箭，穿得了小鞋，走得了夜路，防得了恶狗，躲得过豺狼。

一句话，你早已忍到牙咬得嘎嘣作响了，场面上的事，还要应付得谈笑风生，泰然自若。

这样下来的结果是，把最好的脾气给了别人，把最坏的情绪给了家人和父母。一个人，欺负最多的，往往是身边的亲人。因为开罪于别人，可能会让自己失去很多，而得罪这些人，可以没有一点成本。

这个世界，精于世故的人，就是那些精于成本核算的人。问题是，人家的世故是在别人那里翻云覆雨，而自己的世故是在亲人面前恃强逞能。

人生有无数种失败，这是最悲情最苍凉的一种。

生活中太多的不容易和不如意，只有那些惯着你的亲人才懂。他们深知你在水深火热中挣扎了太久，屈辱了太久，所以，宁愿委屈自我，去忍你、让你，纵了你的蛮不讲理和骄横跋扈。

只有最深广的爱，才能生成如此深沉的宽容。

我们必须对这个世界有双重看待：你不崇高不等于别人也崇高不上去，你不肮脏不等于别人也肮脏不了。好的永在好，坏的自在坏，推己及人与其说是忖度别人的方法，倒不



如说是反观自我的方法。

在坏人那里能看到自我的善良，在好人那里可映照出自我的卑琐，你便没坏到哪儿去，也没好到哪儿去，进而，你知道，你不过是一个平常人。

这个世界，必然有好人，也必然有坏人，其他人夹杂其间，左是温暖，右是荒寒。一番温暖，一番荒寒，始知人间，有人雪中送炭，就有人落井下石，有人唱赞歌，就有人找麻烦。

至此，看透了，也看轻了。看透了就是知道该来的总会来，看轻了就是明白多艰难的日子也终会过去。

人在没有波澜的生活里，是看不见命运的。只有在人生的最顶点与最低处，强烈的命运感才会袭来。

活到最好的时候，喜欢把一切推给命运，不过是想去神化自己有福气。活到最倒霉的时候，也愿意把所有归咎于命运，只是想暗示自己这一切必然要来。在厄运连连的日子里，拿命运来说事，可以让一颗苦难的心暂时安静下来。

当然了，命运也未必总是一念天堂一念地狱。譬如，有些东西追逐一生也得不到，有的人一辈子都逃不开，也是一种命运。这时候的命运感，其实是一种无力感。因为，追到后来，你没了力气，躲到后来，你没了方向。于是，只好在心里苦苦地喊一声：苍天啊，这到底是怎么啦！

最悲怆的命运感是，人未必在绝路上，心已在绝境里。

其实，尘世的屋檐下，跟自己一样受难的人多了去了。当你的眼里看到别人的苦难和无助的时候，你会发现，你一下子释然许多。

由此说来，所有的命运之苦，不是有多痛，而是痛得太孤单。

冷面与暖男

□侯坤

单位里有两个年轻俊朗的小伙子，小孟和鹏鹏。小孟为人平和谦逊，说起话来柔声细气，阳光开朗的性格里透着一丝暖意，同事们都称他为“暖男”。鹏鹏恰好相反，为人严肃谨慎，办事一丝不苟，整天板着脸不爱说话，很少见到他有笑容，所以他的绰号是“冷面人”。

毫无疑问，暖男小孟很受追捧，同事们喜欢他带来的温暖感觉，小孟几乎与每一个人都能谈笑风生，成为好朋友。有一位花痴的年轻女同事，更是对外表俊朗帅气、气质温润如水的小孟格外青睐，背地里把他树立成优质平民偶像，暗中倾慕已久。

至于鹏鹏，似乎是一个存在感不高的人，经常被同事们遗忘。最明显的例子就是：如果小孟没来上班，同事们进门时都会问一句“小孟去哪儿了”，而鹏鹏消失了一整天，第二天居然有人不知道他昨天请假没来。

暖男小孟享受着八面玲珑的好人缘，每一天都像在同事们的簇拥中度过。冷面人鹏鹏也习惯了孤独与被冷落。

前些日子，我不小心扭伤了脚踝，另一位同事欣欣也因为滑雪不幸摔伤了膝盖，同病相怜的我们俩互相戏谑着，心情不再低落，但每天中午如何下楼吃饭成了我俩的难题。单位没有食堂，往常我们都是踱步到两条街外的餐馆解决午饭问题。然而，如今我俩腿脚不便，而碰巧另外两位女同事又都是从家里带饭吃，所以中午帮我们购买午饭的任务，自然就落在了小孟头上。

暖男小孟在我俩刚受伤时的确体贴地嘘寒问暖表示关心，起初我俩都求他帮忙买午饭。小孟答应得倒也痛快，但做起来却并不积极。有时，小孟中午和朋友

煲电话粥，任我和欣欣饿得嗷嗷直叫，也不愿起身去买饭。有时，小孟吃过饭后，要在附近散步很久，才把凉透了的饭菜给我们送上来。更多时候，小孟忘了我们的千叮咛万嘱咐，给我俩买错了想要的饭菜。我们明白，既然有求于人，不当过分苛责别人，但小孟的举动，还是让他的暖男形象大打折扣。

直到有一天，我和欣欣鼓起勇气，怀着忐忑的心情去找鹏鹏，请他帮我们带午饭。本以为冷面人鹏鹏会很难说话，没想到他一口答应，并详细记下了我俩需要哪家餐馆的哪种菜品。午饭时间，鹏鹏才出去一会儿，就急匆匆赶了回来，手里捧着热乎乎的饭盒，憨憨地说怕我们等急了，怕饭菜放凉了。

正当我们俩为鹏鹏的热情感到意外和感动时，第二天却听领导说鹏鹏因为家中有事，请假了。我和欣欣十分失落，心想这午饭的问题恐怕又要难办了。哪知，快到中午的时候，鹏鹏竟然急忙赶来了。问他原因，他半开玩笑似的说：想起你们俩中午吃饭不方便，恰好家里的事情提前办好了，就赶过来了呗。

从那以后，我们忘记了鹏鹏冷面人的绰号，当然，也很少再叫小孟为暖男了。一件小事让我们懂得了：有些人面冷心热，另一些人则面热心冷，真正的暖男暖在心里，而不是把温暖写在脸上。



给别人表达善意的机会

□杨晔

我有位残疾朋友，他很要强，一直拒绝任何善意的帮助，他把别人的善良视为怜悯。但是最近他变得柔和了，并且能够接受别人的帮助。他感慨而言，生活中很多人都是善良的。他讲述经常有陌生人替他开门，为他拾起掉在地上的东西。每次他真诚表示感谢时，都会看到帮助者脸上洋溢着幸福的光芒。

那么是什么改变一向倔强的他呢？

有一次下班高峰期，他驾车回家。突然他感到不舒服，于是车速很慢。后面的车很不耐烦，甚至是生气，他们不停地按喇叭，摇下车窗冲他大喊。他本想攒足力气去理论。但是身体不允许，他只能下决心去做二十多年来不曾做过的事。他把车停下来，打开双闪，摇下车窗，对已经到身边的司机虚弱地道歉：我的身体出现问题，我已经尽力，但是真的不行。那个人马上边打手势边大声告诉后面的车发生什么事情。突然喧闹的路面寂静下来，吵骂声和刺耳的喇叭声消失得无影无踪，所有的车都在安静地等待，仅仅因为获知司机身体不适，尽管大家都想早点回家。甚至有的司机下车给他送来水，问他需要什么药，是否要去医院。这个

坚强的男人当时眼里溢满泪水。这感激的泪水从此融化了他刚硬的内心。

人性本来就是善良的，只是我们不善于发现，或者即使发现也忽略罢了。人都有两面性，可通常我们把柔弱的一面深埋在内心，而且掩藏得很深，我们努力展示给外界的总是强硬的一面。其实高压下的我们都很脆弱，我们都不坚强。但装作强势的人往往会彼此冲突，双方都受到伤害。

所以适当流露自己的弱势，不是懦弱的表现，而是坦诚相待的表达，没人会在对方示弱时还继续发难。拳击赛无论比赛何等激烈，一旦一方示弱，另一方不会再出手。

我不禁想起了金庸笔下的韦小宝，他是皇帝跟前贴身红人，同时又纵横江湖，朋友都肯为他两肋插刀。他能得到各路人马的鼎力支持和百般信赖，其主要的因素之一，就是他那不隐讳出身低微、能够向对方坦言自己的弱势，于是人家非但不会看不起他，而且被他这般坦诚感动。

直言自己的弱势是推心置腹的诚意。面对弱者，往往能激发人类内心本真的善念。

所以适当示弱，给别人表达善意的机会，正是示弱的魅力所在。

医药保健 本栏刊登范围 医疗美容、药品、保健品、整形、医疗器械、减肥、视力保健、药店、诊所、美发、养生等 刊登热线：15037574888

口苦 口臭 便秘 有了专用国药

现代医学证实，口苦、口臭、便秘，属“同源不同症”，其发病根源是“胃痞”，“胃痞”有三个不同的症状。胃火上升，导致消化不良，腐之不清，各种垃圾毒素囤积发酵，胃气上扬到达口腔，表现为口苦；臭气上扬，由口而生，形成口臭；下排无力，宿便囤积，形成便秘。所以要想根治口苦、口臭、便秘，必须把“胃痞”清除了，才能保证治好不复发。

市场上很多药物基本都是以润肠通便为主，没有把潜在的“胃痞”彻底铲除，当胃

火上升、饮食不规律时，病情就反复发作。国药“五香丸”，清胃火、调脏腑、排宿便、除“胃痞”，四效合一，彻底打扫肠胃脏腑中的腐蚀之物，净化人体内环境，切断“胃痞”的滋生途径，使您健康呼吸，口气清新，肠道代谢正常，排便有规律。

“国药五香丸”服用当天口苦、口臭就会得到缓解；服用一盒，口香肠通，排便顺畅。纯中药配方，安全可靠，绝不会腹泻，无依赖。

经销地址：矿工路中段市一高向西100米路南 惠民大药房 专家热线：13083757229