陪闺蜜在职场空白期“绕圈圈”

线下的来往暂停了。非常神奇的是，一些朋友关系，反而因为这次无奈的隔离被重启，甚至有的关系还进一步深化了。

□ 河 樱

“想想这段时间如果没有你，我大概会很空虚，会是一个空壳。”闺蜜小希忽然给我发来这么一行字，看起来有点煽情。

2019年年底，小希因为无法接受办公室斗争，辞去了高薪工作。本打算在春节后重振旗鼓，没想到一场疫情打破了计划。小希时常陷入焦虑和迷茫的情绪中，而这时候她会找我聊天。我能做的，似乎也仅此而已。

“我也没有实际帮到你啊，除了谈心，我也没法给到你一个offer。”对于小希猝不及防的“情话”，我表示很诧异。

小希直接回复我一段语音消息：“但是，不是每个朋友都会愿意陪我在空白期里绕圈圈的。人在低谷期的想法反复无常，很多朋友能帮你解决一桩问题，但不一定有耐心陪你在一堆问题里碰撞，毕竟他们很清楚，这个阶段的结束早不了。”

在疫情宅家期间，朋友圈的线下来往暂停了，没有任何一场面对面的聚会，可是非常神奇的是，一些朋友关系，反而因为这次无奈的隔离被重启，甚至有的关系还进一步深化了。

我身边好几个朋友，有的像小希一样春节前“裸辞”，暂无去处，有的在家办公，陷入事业规划的困惑。他们几个人一直在和我聊，梳理思路，规划人生下一步怎么办。

朋友林林，刚从海外留学归来不久，正到处面试打算大展身手，可因为疫情，完全不能按照预想的那般推进进度。林林感兴趣的是和我职业相关的领域，她原本计划在一次次面试和实习考察中了解行业，“摸着石头过河”，一边实战一边积累经验，如今，她似乎并没有太多“试错”的机会，对方公司视频面试和考察都只能一次成功。

因此，我肩负起帮林林准备求职的重任。平时我会给她“科普”许多领域相关的背景和最新动态，时刻留意适合林林的招聘信息，一出现就自动转发给她，协助林林根据岗位需要修改简历，策划会吸引面试官注意力的自我介绍方案。

目前，林林已经顺利通过3个远程视频面试，进入文案考察阶段。她屡屡感慨，“你应该去开就业辅导在线课程”，让这段时间如无头苍蝇般的倒霉应届生重新找回自信和计划感。

而小希，和我产生的交集就更深入了。我不仅是“辅导”她，更是部分参与了她的故事线。

小希原本从事金融行业，习惯了每天化精致的妆容，穿着大牌衣服去高档写字楼上班，下班后应酬如水，春夏秋冬永远保持在高速运转的节奏里。

而如今，小希之前的四五年生活都被彻底推翻了。她每天素面朝天，穿着简单的睡衣在家里看电视、和猫玩耍、下厨做饭、打游戏……头两个星期，小希还为人生得来不易的自由时光感到欣喜若狂，但很快，她就对“无业游民”的状态充满惶惑。

这种惶惑感，主要来自原来圈子的“施压”和对自我选择的怀疑。

比如3月时，我感觉小希整整一星期情绪都很低迷。她说：“我所有金融圈的朋友都很震惊，我居然3个月没有工作。所有人都在拼命催我赶紧上班，不能混日子，说我太废了……他们说多了后，我真的神经衰弱，感觉很丧。”

我劝小希先花两三天时间调节心情，把握自己的方向，别管“前圈”乱七八糟的无用声音，“那些人的意见帮不到现在的你”。那么“一招制丧”的最简易方法便是，想想原来总遗憾工作忙没空完成的兴趣爱好，利用这段空白期火速补上。

小希决定开启曾经无暇开展的支线剧情，比如写网文小说，尝试做直播，做电子相册等。而在此过程中，我也自动成了一个参与者。小希试水直播前，我和她一起商量直播流程，设计有趣的互动环节，在社交网站上做宣传。我到处搜罗一些其他好玩的主播案例供她参考，为直播增添亮点。

开播前，小希还有点担心冷场。我安慰她：“没事，你大胆直播，大不了我多刷一点问题给你。”结果是出人意料的好，根本不用我来活跃气氛，小希的直播间粉丝居然蹿上了四位数，大大高出了我们的预期。

另外还有写小说。我们俩都是从没正经写过小说的小白选手。我鼓励她，不如我们俩一起开始写，互相鼓励，催促对方坚持“日更”，至少写好一章节，否则就不能睡觉。

这种共同努力的陪伴和激励，果然更让小希有乐趣、热情和动力，按部就班实现自己的目标，写了一个多月，还结识了属于自己的“书粉”。而我，这么一个试图帮她度过“转折期”的朋友，似乎也无形中被这种联系慢慢改变了。陪她在五彩缤纷的爱好里“尝鲜”，我竟同步开启了一些从没料想的乐趣。

所以，当你主动、耐心而深度地参与一种人际连接关系时，并不只是一个单向的输出者、协助者，你也很有可能转变为学习者、受益者，从此为自己的生活涂上新的油彩。

几个朋友都说，疫情期间的友情，仿佛更具“共同成就彼此”的意味。最重要的是，在这样一个不明媚的春天里，我们是一起支持着走过的，是朋友，亦如家人，不抛弃对方，更没有迷失自我。

隔离期间，我与你的连接

不仅是联系，有一瞬间的接触、联络、支持，让我们突然心意相通。在这个非常时期，有连接感。

需要一场大水漫灌式的情感补偿

那一刻我意识到，长久的社交隔离或许真的会造成某种心理缺失。但只要你有跟他人产生连接的愿望，多半能找到合适的路径，还有意外的收获。

□ 王 风

从春节前到现在，和大多数人一样，我也基本处于宅家状态。然而，与他人的连接似乎并没有因此减少，这一来拜赐于各种网上交流工具，让隔空连接不仅可能，而且便捷；二来恐怕是物理空间的隔离反倒催生出更强的与他人连接的情感需求。尤其是后者，耐人寻味。

对我而言，这段时间有三个事件让我感受较深。

第一次“见网友”

首先，在这个熟人都不见面的特殊时期，我平生第一次去“见网友”了，还一次见俩。这两位网友都是年后在网上刚认识的，缘起于共同参加了一项支援疫区的线上志愿活动。因为工作需要，在微信大群之外我们共享一个三人线上小群，开始时交流仅限于工作上的沟通协作，渐渐地有了相互的问候、关心。一次谈完工作的事，有人忽然用拍板定论的语气说：“等疫情过去，我们必须见面。”

事实是，疫情还没完全过去，我们就见面了。头一天还有人在群里问“要不要都在左手戴手套”，但实际见面时，尽管都戴着口罩，不需要介绍我们就认出了彼此。我们带了茶点和小零食，坐在春天的阳光下，聊了两三个小时。

对我而言，这是一次奇妙的体验。依照正常流程，我们通常会先跟新朋友或工作伙伴见面，再依托网络或电话保持联系。这次的程序被翻转了，但是一段时间来网上交流产生的印象也被验证是真实的，所以彼此一见如故。临别时，不约而同地，我们仨做了件有违疫情防控规定的事——快速地拥抱了一下。那一瞬间，我心里有一种被触动的感觉。

视觉中国供图

隔山跨洋的网络聚会

第二件事是一群熟人的网上聚会，参与者都曾经是同一个公益组织——一条热线电话的志愿者，相识至少10年以上，又常年共处于一个微信大群中。但现实中，我们却分布于大江南北甚至远隔重洋，有的人已有多年没见过面了，不少当年相识时的在校学生，已经步入中年，为人父母。由于疫情，更因为都处在隔离居家状态，当有人提议“云聚会”时，即刻获得群起响应。

聚会是在微信群里相约，然后用视频软件聊天，在线人数最多时达31人，所以每人只有3分钟的时间，分享自己在疫情期间的状态和感受。

尽管有着空间距离的阻隔，但在屏幕上看见一张张或熟悉或不太熟悉的面孔，听着相互打招呼的欢声笑语，我还是油然产生了齐聚一堂的感觉。每个人依次分享自己的近况和感受时，我好像又回到了10年前，在热线电话服务的年代，线友们在小屋里围坐成一圈，热烈地学习、研讨。那一刻，仿佛昨日重现。

我平时并不是爱扎堆儿的人，宅家这么长时间，也没有要见谁的渴望，但在这次聚会中，我还是能感觉到心里充盈着满满的喜悦。也是在那一刻，我意识到，长久的社交隔离或许真会造成某种心理缺失，导致需要大水漫灌式情感连接的补偿。

在固定时间相互倾听

第三件事，是在大聚会之后，我和一位多年不见的线友又产生了进一步联系，并且约定每周在固定的时间，通过视频相互倾听。这是一种介于心理咨询和聊天之间的深入交流。在各自家中进行，衣着随意，又免去了平日线下约见时吃喝杂务的干扰，所以交流时会更加专注和投入。

其实我们俩原先的交往并不多，又有年龄上的差异，我对这样的一种尝试是有疑虑的。但慢慢地，不同经历中的相似之处开始显现，我们不仅能够共情到对方的感受，更重要的是，倾听一方作为旁观者，能够给予对方另一视角下的提问，进而引发出进一步的思考。交流中有不同观点的碰撞，也有相互启迪的收获，这也是这段时间发展出的一种特别连接。

疫情是飞来之祸，隔离难免对惯常的交往模式造成阻碍。然而，“当上帝关了这扇门，一定会为你打开另一扇窗”。信息时代，只要我们有跟他人产生连接的愿望，多半能找到合适的路径。或许曲径通幽，还有意外的收获，也未可知。

视觉中国供图

一起走过小寒到清明的距离

我们早就能清晰地感知到对方的痛苦和崩溃，只是都没有说出口。有时候，并不是词语能给予人力量，而是默契和联结。

□ 韦 祎

武汉封城前的某一天，我收到了一条来自前男友的短信，简短几行，劝我离汉。晚上，央视新闻又报道了武汉不明肺炎。当时，小寒刚过，大雪即来，我住在同济医学院内，除了上班，还要坐1小时公交车去学车，想在过年前拿到驾照。

收到短信后，我又想起了那段令人神伤的过往。分手6个月了，那个下着冷雨的武汉秋日，伯仁的父亲在广西的农村倒下了。他收到通报去世的电话和母亲的泪。“你爸走前去镇上买了双新鞋，一辈子不舍得穿好鞋，说自己可以走好。”他回到老家安葬父亲，这件事改变了我和他的命运。那段时间他很阴郁，学医本身就是想挽救更多的生命，他却无法劝说父亲去做一个心脏手术。有一天他告诉我，他要回老家了，不想母亲去世时还是只接到一个电话。“那我要怎么办？”这个问题也许永远没有答案。23岁，我终于明白不是努力就可以实现一切。我越来越感受到自己的渺小，命运的重压。然而我不知道，武汉黑夜之中酝酿着的疫情，即将影响这个大城市甚至全国。

也许没有这次疫情，我和伯仁将老死不相往来。事态严重到关乎性命，我又一次选择了相信他。我给他发了一条微信：“明天我要回家了。”但显示对方已将我删除。我加了回去，屏幕亮了，接着是飞快抵达的一条条信息，是各种防护方法。第二天，我戴着口罩，将房子退租，家具一件件被搬空，落荒而逃。汽车驶离了我生活6年的城市，没看一眼长江大桥，也没和任何人道别。我多么想最后见伯仁一面，没有人知道，我不想给他徒增烦扰。我也讨厌离别，不知道别离之时要说些什么，不去面对也不失为一剂良方。

回家不久，武汉封城了，了解的朋友都说他救了我。那么，伯仁一个人在武汉，无亲无故，他如果得病，谁去帮他买球蛋白送到医院呢？谁给他送饭？他许我是唯一人选，但我当了逃兵。

我惊恐得晚上睡不着觉，这种惊恐在除夕那晚到达了顶点。看着春晚，我的泪一行行向下流，每天发去的关心无人回复，把我从武汉赶走之后，伯仁人间蒸发一般。满屏都是我一遍遍地追问，只能从新闻里猜测他的情况，甚至不知道他是生是死，在时代的洪流中，我第一次感到普通人的挣扎。

直到这时，我才意识到我们面对的是一场真正的灾难，面对生存这个命题，其他困难是那样微不足道。我好像明白，为了伯仁我愿意放弃整个世界，也愿意为了他热爱整个世界，即使这个世界，没有我想象得那么完美。而之前我由衷地不相信爱情与生死相关，觉得那只是莎士比亚的道理。

凌晨1点电话接通的时候，沉默半晌，伯仁身处一线，还在电话里宽慰我：“我是医生，治病救人是平常。相比自己，我更担心你，尤其是你爸妈。”我不知道怎么用语言表达那一刻的感受：感动？释然？幸福？忧惧？自豪？都不足以形容。感动是因他内心的善良，释然是终于知道了他的健康，幸福是听到了他的声音，忧惧是担忧他的处境，自豪是他可以挽救更多人的生命……时隔两个月，光谷院区的病人都出院了，我们又重新牵手。

我问他，是怎么想明白重新和我在一起的，他只是说：“其实两个月之前就想了，但我不知道自己能不能平安回来，不能不负责任地对你承诺。让你安全离开，也是不想放弃你——身边没有亲人，我才能无牵无挂地上战场。”

其实，我们早就能清晰地感知到对方的痛苦和崩溃，只是都没有说出口。有时候，并不是词语能给予人力量，而是默契和联结。

这么长时间，我们养成了每天视频的习惯，虽然只有几分钟。我们说着珞珈的樱花开了又谢了，清明过后，汉江岸边长满了野草，大自然两个月就开始夺回它的领地了。与身处苦难之中的人们相比，我们是如此幸运。越是长大，越是了解生活的苦难，越是热爱活着。那些一起快乐、一起悲痛的日子，陪你一同经历。

我应当欣然接受她的善意

世界陡然变得冰冷。然而，这不是真相，足够敏感的话就会发现，我们会用其他方式，传递彼此的感情。

□ 李 帆

我的热干面到货了。一个月前下单时，客服提醒：“亲，疫情影响，暂时不能发货。”我说不急，啥时候都可以。“谢谢亲理解。”他秒回，心情想必很放松。能让别人愉悦一小会儿，我的目的就达到了，再说，热干面又很好吃。而我家差不多以行动在宣示，这个月的菜谱，将以湖北特产为主题。

因为疫情，大家必须保持适当的距离，不再握手，没有聚会。后期可以出门上班的时候，做完事情，就匆匆忙忙离开，见客户像特务接头。看不到口罩后面的表情，加上必要的警惕性，世界陡然变得冰冷。每个人都小心翼翼，家人小心翼翼相处，以防擦枪走火又必须面面相对；陌生人小心翼翼排队，灵巧地躲避不必要的接触；保安小心翼翼为每个进出人员测温，避免刺激本就烦躁的业主。然而，这不是真相，足够敏感的话，就会发现，很多人都在以自己的方式，努力地释放善意。

特殊时刻，血库应该更缺血吧。有位朋友，用到两天出门一次的机会，兴冲冲地去献血，回来时有点不开心——买了菜、热了车、还倒了垃圾，一天的计划清单全部完成，唯独献血时被判定血脂高，不合格。估计是在家待的太久，变胖了。早知道就少吃点。这段日子，他的公司解散了，但在和我煲电话粥时，可以感觉到，没能献成血，似乎让他更为在意。对于世界，虽然帮不了太大的忙，但原本可以做点什么。

中年人的生活琐碎，疫情期间也不例外。像上述那位，可以大段时间聊天的朋友，越来越少，多数只是有事说事，多一个字都没有。分开的时间久远，生活轨迹愈发不同，强拉硬扯反而会陷入尬聊的窘境，但我们会用其他方式，在特殊的时期，传递彼此的感情。

我收到了大学同学的微信，让发个地址过去。过不多久，他寄过来一盒枇杷，知道我比较土，还贴心地附上剥枇杷的教学视频。老婆曾在福建读书，对收到的枇杷赞不绝口，往年都没吃到，也没想起来吃，居然在这个时候补上口福，真是不易。

之后的日子里，除了枇杷，我还陆陆续续收到了红酒、茶叶、香瓜、腊肉。都是平时不常联系的朋友寄给我的，饶是迟钝，在补充了那么多维生素后，我也终于开悟，每一份修身养性的礼物，都在传达同一个含义，世界终究是美好的，无论如何，请坚持下去。

请一定要坚持下去，毕竟，春天来了，姹紫嫣红，百花盛开。我们还要互相打气。我寄出去的礼物是百合，云南的鲜花市场，今年冲击也不小。一大束百合，放在客厅里，香气四溢，能持续开放10多天，闻着舒心，看着养眼。我已经试过，效果不错，相信朋友们也会喜欢。

情况和天气一样，也在逐渐好转。这个春天不像最开始那样，触不可及。楼下小广场上，戴口罩的小朋友已经迫不及待地玩在一起，大人们散开着坐在周围，一边让孩子们放飞自我，一边注意，让他们不要靠得太近。

前天出门，骑着电瓶车，迎着浩荡的春风，去丢垃圾。小区垃圾桶放在一个高高的台子上。正当我在决定，是要下车扔垃圾，确保准备性，还是冒一把险，坐在车上投掷。一位戴口罩的大妈不由分说拿过我手里的垃圾袋，“我帮你丢。”

下意识攥紧了垃圾袋——自己能做的事情，就不想麻烦别人，垃圾又很脏，以这种方式接受别人的帮助，我会很不好意思。转念一想，这位大妈，应该和我妈一样，是很乐意和人相处，又处处乐于助人的那种。“谢谢。”我递给了她。我还是想做点什么的，哪怕只是举手之劳。我觉得，她会这么想。

所以，我应当欣然接受她的善意。

据说这个时候能给你寄口罩的都是生死之交，我不记得上次和燕姑娘聊天是什么时候，但她的每次出现总是那么自然。

□ 白简简

今年过年，我在老家，哪儿都去不了，只能坐在阳台，闲看窗外云聚云散。这天，微信突然叮咚一声，是燕姑娘发来，问：“口罩能买到吗？”原来，在美国生活的她听说国内买不到口罩，准备寄一些回家，于是也来问我一句。据说这个时候能给你寄口罩的都是生死之交，我都不记得上次和燕姑娘聊天是什么时候，但她的每次出现总是那么自然。

我从读初一时就住在这里，住了20年。燕姑娘是我初中同班同学，也是我现在还有联系的为数不多的老朋友。初中离家步行不过5分钟，周末时燕姑娘偶尔来玩。初中毕业后，我和燕姑娘的见面次数就屈指可数，甚至连在线聊天都不多，但几乎每一次聊天，都不需要一个寒暄的开头。

记得研二寒假结束，我回学校等待开学。一个百无聊赖的晚上，在宿舍温热的暖气中，我在QQ上看到燕姑娘的头像亮着。也不记得开场白是什么，总之我们聊的问题比较深刻，是关于在异国他乡的寂寞。当时她独自一人在美国读直博，毕业遥遥无期，生活各种不适应，尤其是没有可交心的朋友，生生地快憋出抑郁。

我无意中想起一个朋友的朋友正好也在美国，人品靠谱，于是牵线他们俩认识。哦对了，那是一个男生——极其热心那种。本着防火防盗防师兄的警惕，我特地叮嘱燕姑娘，只是多个朋友，可不是介绍什么男朋友。

孰料，那个男生极其争气，网聊了几个月后，在那年端午节，买齐了粽叶糯米等裹粽子的原材料，打了个飞的抵达燕姑娘的城市，为她包了一顿爱心粽子。不仅让燕姑娘觉得他乡遇故知，还顺带征服了一套公寓的室友，都纷纷一边吃一边擦嘴一边称赞这个男生着实不错。

等我再次见到燕姑娘，是半年多后，在她和这个男生的婚礼上。当时我已经工作，她特地给我买了往返机票，让我远赴婚礼举办地——男方的老家兰州。燕姑娘的家人只来了父亲和弟弟，我是第三个女方的客人，也是她唯一来观礼的朋友，当然，还是媒人。这是我迄今唯一一次做媒，保持着百分之百的成功率。

再下一次见面，又是三四年后，燕姑娘回杭州探亲，取道北京办签证。我们约在大商场见面，因为我们不改初心，关心的话题和中学、大学时候一样——吃好吃的，尽管她已当妈。我们在商场的茫茫人海中一眼就认出了对方，并没有多少美式的外露兴奋，就像上周刚见过一样，她直截了当地说：“我们去吃什么？”

时间有限，我们在一个下午加一个晚上的时间里，吃了5家餐厅，涵盖甜品、日料、烧烤等品类。燕姑娘不无感慨地和我说起，在美国她只有过生日才舍得买一个千层蛋糕，因为她所在的小镇根本没得卖，要从纽约空运，一个蛋糕价格不菲，穷学生实在舍不得……和她见完这一面，我第二天都是饱的。

这之后，我没有见过燕姑娘，直到现在。这些年，她偶尔说起自己在犹豫要不要举家回国，徘徊数年，孩子也到了上小学的年纪，她终于下了决心把归期定在今年，却偏偏赶上疫情，又耽搁下来。

这一场疫情，让我和燕姑娘之间的联系变得比任何时候都密切些，隔三差五互道平安，也说说各种疫情之下的“奇观”。

也许灾难会让人反思生命、回忆过往。算来，我和燕姑娘认识20年，高中开始就见面不多，上了大学不在一个城市，甚至不是一个国家。如果跟网恋似的天天网聊倒也不难理解，可偏偏我们从少女时代就欣赏“豪爽”之风，秉承“相忘于江湖”的风度，几乎从不闲聊家长里短，觉得“闺蜜”一词着实太“娘”……可就是这样的朋友，不见面也知是极好极好的。

曾经，我是一个乖孩子，羡慕她的自在如风，敢爱敢恨，为了一场爱只身远赴异国，谁料她却早早结婚生子——当然也有我的“功劳”；反而这些年，我活成了她的样子，至今不思所谓安定。

距离燕姑娘问我要不要口罩两个多月之后，疫情中心转移，美国感染人数骤增。“口罩能买到吗？”一个星期没说话，我也在微信上这样问她。