

## 编者按：

发发朋友圈、刷刷朋友圈已经成为很多人的日常生活习惯和重要社交方式。发者可以晒美食、晒娃、晒自拍，也可以展才情、搞推销、弄代购……刷者则可以默默走过、例行点赞、热情关注、不以为然、虚应客套……这是一个五彩斑斓的圈儿，通过它，我们认识朋友也认识自己。本期我们来看看朋友圈圈内圈外的这些事儿。



# 一只脚圈内 一只脚圈外

## 我在朋友圈里『晒妈』

魏亮(湖南)

前一阵子，我在朋友圈“晒”了一下我妈。

那是个周末，我在妈妈屋里没瞧见她，原来她正在菜园子里埋头劳作。我连忙拍了几张照片并发到朋友圈，配上文字说明：“我的母亲在菜园里劳作。一位勤劳的母亲。”

不久，开始陆续收到点赞。还有评论：“真是勤劳的母亲，她菜园里的菜品真多。”……

中午，我妈做了三菜一汤：红烧鲫鱼、梅干菜蒸扣肉、香干炒芹菜和排骨海带汤，再配上又白又香的米饭，看着很是养眼。我把照片拍了传到网上，配上文字：“这是母亲一手做的饭菜。一会儿，我们全家就要开动了。”

很快又收获一片点赞——“你太幸福了，回家都不用做饭就有现成的。”“饭菜看起来好丰盛，有荤有素还有汤，色香味俱全。”“好羡慕你，居然每天都能吃到母亲烹饪的美味家常饭，看得我真是眼热。”

晚上，我妈喜欢坐下来写文章。有一天，她的稿件在报纸上发表了。我又把它发到了朋友圈：“这是我母亲发在报上的文章。”不到一小时，点赞达30多个。

我经常“晒”我妈，“晒”她的勤劳、她的慈爱、她的好心态，这使她俨然成了朋友圈里的好评收割机。每有点赞，我都抽时间给她看。见有那么多陌生人对自己欣赏鼓励，她还有点不好意思，脸上带着羞涩，但眼里却闪着光芒。并且，心情总能高兴上好几天，有了要做得更好的动力，人也比原来精神了不少。

时间长了，我妈对生活更加充满热情。她经常从网上看些美食小视频，然后付诸行动，变换花样给我们做新鲜美食；时常抽空去外面锻炼身体；主动喊我陪她买些颜色鲜艳的衣服，然后把她意气风发的样子拍下来上传，说是要以更好的姿态面对那些点赞她的人。她还说人老了也不能放弃自己，要向周围人传递乐观向上的正能量。

她的变化让我打心眼里高兴。要知道，以前的她可不是这样。总是哀叹自己老了，记忆也差了。我很想鼓励和安慰她，对她的付出给予肯定，可话却说不出口。我想，既然自己来了肉麻热情的点赞，那就把这活儿交给别人吧。陌生人的夸赞也温暖呢。

果然，那些点赞给了她极大的安慰。看到我妈每天忙并快乐的样子，我想，“晒妈”这事，我一定要继续做下去。

## 新型生活必需品

王海波(吉林)

活在信息化时代，不少人可以宅到线下没朋友，但绝不会没有朋友圈。

我认为，朋友圈必须经过净化过滤。比如对不知疲倦地群发广告扰民的微商，和只发没营养垃圾信息的微商，就不妨更改一下朋友圈权限“不看他/她”。反过来向内也可以针对店家、快递员之类真的不熟的陌生人设置“不让他/她看我”。

去除杂芜的朋友圈可谓清新宜人，有爱发时政要闻的，不由分说地免去我翻报纸、开电视的繁琐；有关热点纪实，可让我身居斗室耳听八方；有热衷剪纸或手工制作的，我也顺便赏心悦目一下；有擅长制作美食的，我就借光隔屏闻香；如果遇到笑笑话的还能捡个好心情；每天早晨在朋友圈里看天气预报，不论几度，穿衣指数都能让我感到人间温暖。

最可人的当然是同好网友们发的文章链接，原创的激励我发愤图强，转载的是美文共欣赏，大多是投我所好的精选，省却我亲手大浪淘沙的苦役和宝贵时间，久而久之，还能发觉哪位文友是好选家，一路追随更是获益匪浅。

美好的微信朋友圈并非虚拟，解决线下生活中的现实问题也有不亚于网速的效率。曾有位没睡醒的同事上班时误将一袋要紧的文件落在出租车上，到岗后发动全员发朋友圈寻找，还没等我脑补完整这条信息在网络里是怎样曲折婉转地发散，便收到了文件下落的消息。

微信朋友圈又是一个半虚半实，开得半真半假玩笑的好地方。比如我家楼上高邻新搬来时，女主人从早到晚哼唱靡靡之音，关键是完全不在调上，让人听起来不免心

生一阵阵难过。若因此事敲门当面告饶总觉欠妥，我难为情不知从何说起，对方也会以为我矫情，向她那边推移了自由的边界。于是我突发灵感发了一条朋友圈：“我家楼上似乎总有人在哭，听起来很伤心，新搬来的还不认识，不知该不该上去问问是否需要帮助。”不知道我的困扰是通过什么网上路径传到近在咫尺的楼上，总之我的耳朵从此翻身得解放，家里的天又是清静了。然而清静之后我又良心发现，歉疚起因此给楼上芳邻造成的心灵创伤，于是以邻里守望为名，找机会与她加了微信好友，不久在她的朋友圈里发现了她的棒针编织特长，我本着只羡慕不嫉妒的纯良善意使劲地点赞加油，忽悠她“如果爱，就爱好自己的特长。”如今我俩不分线上线下都是好友，重提她把歌唱得如泣如诉一事已

成笑谈。

其实远亲比近邻更需要存在于微信朋友圈，通过朋友圈可以默默关注远方亲友的生活动态，即使许久不联系，依然可以保持不产生渐行渐远的生疏感，此时“朋友圈”是成本最低的亲情感保鲜剂。老人家津津乐道的养生秘籍即使前矛盾，也并非全无用处，咱就当发朋友圈的长辈隔三差五地报个平安无事岂不快哉！

微信朋友圈的语言是网络风格的，有点夸张、有点任性、还有点冷不丁的小幽默，你懂的。虽然谁都不能免俗地误转过几回不知真假的寻人寻物寻准考证以及停电停电的“紧急通知”，但吃几顿长几智之后，智商商税的明显减少了。而“朋友圈”已在用之不觉中成为你我他芸芸众生的新型生活必需品，让所有的朋友都可圈可点。

## 精准屏蔽朋友圈

李育蒙(广东)



微信里可以针对单个朋友，设置不看其朋友圈，我用这个功能比较多，每隔一段时间都要屏蔽一些微友的朋友圈，这样可以节约刷的时间。其实，新型社交平台的兴起，或多或少都给人带来些“无效社交”的困扰，我总觉得人生要精简，要拒绝“无效社交”。

大四那年，和室友相约一起考研。开始时，我们差不多每天都是一起学习，相互打气。但是后来，室友的朋友隔三岔五就从前校外校过来，邀他出去唱歌喝酒。室友对学习也没那么上心了，有时候还会拉上我参加，不过都被我拒绝了。渐渐地，我们就疏远了，我成了独行侠，不过这也让我少了许多干扰。考研的结果出来，我考上了，室友落榜。在我看来，室友的那个朋友算得上是损友，现实中，就应该屏蔽这样的“朋友圈”。

工作以后，社交平台越来越

多，社交圈子也越来越大，但其实很多社交活动，并没有给我的生活和工作带来多少正能量。观之现在的微信“朋友圈”，充斥着各种广告、“鸡汤”还有对生活、工作的抱怨，一般这样的我都会选择屏蔽。

虽然屏蔽了一些“朋友圈”，也还有一些“朋友圈”是生怕错过的。比如说一些纯知识性的微友更新的内容；比如说一些微友平时不怎么发内容，一旦发，必定有好事和正能量和大家分享，这样的朋友是值得珍惜的。

我觉得，对于“朋友圈”来说，我们都只是过客。有的人，看似好友一堆，但实际上交心的却屈指可数。与其交那么多无法交心的朋友，还不如轻松独处。毕竟，生命的长度有限，我们应该把仅有的时间，用来拓宽生命的宽度，而不是浪费在无效社交上。

## 点赞之交

张宏宇(江苏)

朋友之交，有很多种，比如忘年之交、贫贱之交、患难之交、莫逆之交等等，自从玩上了微信朋友圈，便又多了一种交情，那便是“点赞之交”。

在朋友圈里，你在关注别人，也被别人关注，彼此可以不说话、不往来，一切尽在点赞中。

点赞的意思有很多种——可能是认可和赞美，可能是共鸣和理解，可能是兴趣相投，也可能只是表达“虽好久不见，无话可说，但我还在关注你”……

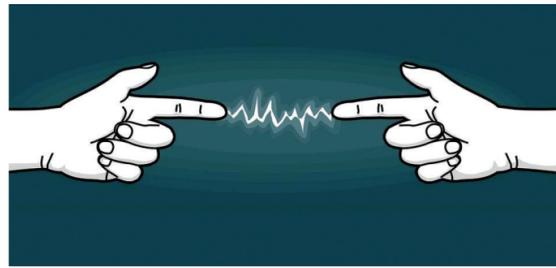
朋友圈里的老朋友新朋友，都能通过点赞而和谐相处。虽然什么也不说，但至少可以混个“脸

熟”。善意和点赞总能让人情绪愉快。久未联系的朋友突然在朋友圈里跳出来给我点了一个“赞”，那真是一种惊喜——我知道他还在那里，也许只是太忙，无暇联系，但我能感觉到朋友默默看着我。那颗点赞的小红心，也许会让我想起很多往事，和我们曾经的那些时光。小小一赞就像穿越了时空，把我们重新连结在一起。

朋友圈，有些人只要看到朋友的分享就会点赞，这种朋友是可亲可爱的，善解人意，为人真诚友好。有些人则吝啬动手手指，从来不去点赞，哪怕是转发别人的好文，也不点赞表示感谢。在我看

来，这种人大多是很自我的，对他人的事漠不关心。因为点赞可以拉近彼此的距离，在朋友圈，点赞几乎就是一种社交的礼仪。

我喜欢点赞，也喜欢被别人点赞。点赞之交，是温暖的，朋友的点赞常常让我觉得不再寂寞。既然来到了朋友圈，请你点个赞再走吧。



## 请别相信朋友圈里的我

马俊利(河南)

真是喜欢死了朋友圈这样的好地方。谁也不必看见谁，就那么美好的相处着。尽情展示自己，同时又能窥测别人的生活。

我相信朋友圈里的所有别人。这里，分分钟都有人更新动态，就像一座繁华的城，永远都是人来人往热闹非凡。大家哭着笑着说骂着，评论着点赞着……

有的人，天天人生几何，对酒当歌；

有的人，飞机动车，祖国的大好河山，这里拍照，那里拍照；

有的人，敬业爱岗，加班加点，无怨无悔，吃饭时间都在讨论工作；

有的人，诗词歌赋，样样精通，似乎从唐宋穿越而来；

……

喝酒的人，激情四射；

拍照的人，笑容很甜；

敬业爱岗的人很真诚；

才子才女们或幽默或洒脱；

……

虽然我相信朋友圈里的每一个人，可我还是想说：还是请大家不要相信朋友圈里的我吧。对着电脑对着手机写下感慨，真的假的一大堆；那些不知道谁该向谁倾诉的话语，最终倒在了朋友圈；寂寞了失眠了喝酒了吹风了听雨了，也都写成了有韵律的字句……

朋友圈里的生活是丰富多彩的，真的生活是单调的。我从朋友圈里阅读别人窥探别人了解别人，我在哪里了解我自己呢？

生活。

二

某日，有人给我发信息说，他好羡慕我。他在我朋友圈很久了，没聊过天。喝多啦？我问。

我有什么可被羡慕的。想丢掉理想，来山上过隐忍的田园生活吗？

他说，我觉得你活得特真实，特洒脱。

我说，我也羡慕你！

你住的地方，我也从来没去过；你从事的行业，我很好奇；如果时光倒流，我会把你的现状，当成我的奋斗目标。

他发来一个苦笑的表情。

我说，你看你朋友圈啊，定位不停地转换，酒店内部图、聚餐图、景区图、机场图……真的，我也羡慕你的生活。

又是苦笑表情。

呵，我在心里也苦笑了一下。

三

在我自己的朋友圈里，我的田园生活真是很美。拔拔草、摘摘菜，施施肥、浇浇水，逗逗孩子们，再给蓝天白云小花小草拍个照，配首打油诗……似乎每天过的都是非常惬意的生活。

事实上呢？几乎一半多的时间都是衣冠不整灰头土脸的在家里做做洗衣服、侍弄菜园子，躺床上喘口气时想起紧写首诗啊、词啊、小散文啊！经常是刚写了两句就没了下文。因为我太累！

朋友圈里的我，是理想状态下最好的我。过着平凡、简单、朴素、琐碎生活的我，不会出现在朋友圈。

四

有一种活得很好，叫做在朋友圈里活得很好。

比如说我在拔草的时候，不惬意——手生疼生疼，掉了皮，露着肉。

比如说我在浇菜的时候，不惬意——水和泥巴弄脏了衣裤，贴在身上，不舒服。

比如说我写了一首情诗，那是我躺着床上，浑身疼痛，累极了，又百无聊赖。

比如说我好不容易做好了饭，却不想吃。

也许真是，朋友圈有多美好，生活就有多艰难吧。

有人说，“总在前人幸福，总在后人孤独。”我是一边赞美生活，一边咽着眼泪。

在朋友圈里，这些，我都不说。

五

每一条朋友圈的动态，也许都藏起了这个人的另一面。容身的地方，总在朋友圈之外。

是不是接触的人越多，就越发会隐藏自己的负面情绪了？

这样挺好。祝福别人过得更好，相信别人过得更好，不让别人看到我的脆弱无助。

还是那句话：请相信我的真诚与善良，但别相信朋友圈里的我。虽然我一直在努力过得更好——和朋友圈里一样。