



小林 (29岁 昌邑市)

### 把生活过成自己喜欢的样子

三年前我从一家设计公司辞职,又从家中搬出,自己租房居住。面对我的“叛逆”行为,父母念叨我“不稳定”,朋友则担心我“太孤独”,好像我一个人出去住是一种流浪行为。

其实,这次独居也是“被迫而为”。从公司辞职是因为公司文化与我的个人价值观不相符,从家中搬出是因为父母不理解我,对于我个人而言,我也确实到了应该独自生活的年纪了。考虑再三,我果断辞职、离家。

我租住的公寓只有40平方米,装修得还不错,很合眼缘。住进去的那一刻,我觉得无比放松,空气中弥漫着自由的气息。辞职之后一直没找到合适的工作,我就按部就班地生活。没有爸妈在一旁“唠叨”,我可以安静地画画,就这样机缘巧合,竟成了一名自由插画师,赚的钱可以养活自己。独居的日子特别舒适,每天睡到自然醒,悠悠然洗漱、吃饭,上午9时开始工作,画笔在数位板上沙沙作响,咖啡机在旁边轻轻嗡鸣,没有客户的催促,没有社交软件的叮咚声,小屋里,只有我和我笔下诞生的插画。而且,我把自己照顾得很好,从前在家里吃饭,鸡腿要让给弟弟,现在自己做饭,想吃几个鸡腿就吃几个鸡腿。

在没有外界干扰的环境里,我得以好好审视自己,把生活过成了自己喜欢的样子。

老王 (38岁 高新区)

### 踏踏实实的日子才是最珍贵的

曾经,我也有一段别人羡慕的婚姻,但后来,我和妻子渐行渐远,最后选择了离婚。

离婚后第一次独自过年,我对着饺子皮发呆了半小时。细细思量,妻子带走了孩子以及部分家具,更重要的是,也带走了多年以来形成的生活习惯。以前熟悉的三居室突然大得可怕,回声在房间里撞来撞去。记得离婚后的第一个月,我选择在客厅里打地铺,因为卧室太大了,床太空了。

后来,我慢慢调整心态,逐渐适应独居生活。我开始重新布置房间,把原来的书房改成了模型工作室,在阳台上种了辣椒和小番茄……我的时间仿佛多了许多,用8个周末分类整理好旧物,还开始听黑胶唱片,很多唱片都是年轻时收藏的,此前妻子总嫌它们占地方。因为“颓废”了一段时间,我开始锻炼身体,恢复体能,每周三都去游泳馆游泳,还认识了几个棋友。

上个月女儿回来,惊讶地说:“爸爸,你居然会做炸肉了。”她的话让我想起了一部电影——《爱情呼叫转移》,因为生活一成不变,男主角逐渐嫌弃自己的妻子,期待充满激情与变化的生活,可等到真的失去妻子的时候他才发现,踏踏实实的日子才是最珍贵的,他曾经厌恶的东西其实是最坚实的依靠。

淑芬 (56岁 寒亭区)

### 有爱有牵挂,生活安稳又舒心

女儿到外地上大学后,我便开始自己一个人住。一晃已有四年的时间。我常暗自庆幸,养了个孝顺贴心的姑娘,只要她课业不忙,每晚都会准时给我打电话,我们东拉西扯聊家常,从她的校园琐事到我的日常点滴,无话不谈。我心里清楚,孩子是怕我一个人在家孤单,总想着多陪陪我。

其实我早想明白了,自己得给自己找舒坦,日子才能过得有滋味。独居后,我便琢磨着培养些兴趣爱好充实生活,索性报了老年大学,学习古筝和太极拳。每天清晨,我都会和老伙计们相约去公园打太极,伴着晨光舒展筋骨,唠唠家常,浑身都透着畅快。

到了晚上,我便坐在灯下练古筝,指尖拨弄琴弦,悠扬的曲调让日子安静又惬意。

独自生活,我特别注重安全。在女儿的帮忙下,家里装了监控摄像头,还换了智能门锁。监控能随时查看家中情况,一旦有异常,手机软件会立刻通知远在外地的女儿,让她放心。智能门锁不仅省去了忘带钥匙的麻烦,还能实时监控门外动静,安全感拉满。

如今的生活,有女儿的牵挂,有爱好为伴,更有周全的安全保障,日子过得安稳又舒心,自在又踏实。

昕昕 (33岁 高新区)

### 打心底里享受独居生活

告别大城市的独居生活,回故乡落脚快一年了,总算摸透了小城的慢调子,日子过得越来越熨帖。

以前在大城市单住,天天被工作追着跑,脚不沾地。那会儿孤单,养了只猫做伴,可我早出晚归是常态,经常加班到深夜,小家伙天天独自守着空荡荡的屋子,慢慢没了往日的活泼,蔫头耷脑的,看着心里又酸又愧疚,最后只能忍痛送给有空闲照料它的朋友,好歹能让它有人疼。

返乡独居后,节奏一下子慢了下来,再也不用赶早高峰、熬深夜班,浑身都松快了。我特意

在家摆了张超大写字桌,这地儿成了我的专属小角落。没事就趴在桌上涂涂画画,做点自己中意的设计,沉浸其中,外头的纷扰都与我无关;朋友来串门,把纸笔一收,桌子立马变麻将桌,几个人围坐一圈,搓麻说笑,热闹劲儿能填满整个屋子。

现在我的生活没有职场的紧绷,不用勉强自己追赶脚步,独处时能沉下心做喜欢的事,热闹时也有好友相伴。比起大城市里那份孤独又忙碌的独居,家乡的独居生活,满是踏实自在,我打心底里享受这样的生活。

### 一起聊个天

独居从不是孤独的代名词,而是自我与生活的双向奔赴,藏着自由也伴着期许,更需社会多一份关照与暖意。你觉得独居最触动你的点是什么呢?

