

“失去饭搭子比失恋还要伤心”：

饭搭子为何如此重要



饭搭子，是广泛存在于当代个体之间的一种特殊友谊。听起来不过是搭伴吃饭的关系，然而，组成饭搭子简单，想要找到口味步调都合适的人，十分不易。网络上甚至流传一个夸张的说法：“当代青年可以不谈恋爱，但是不能没有饭搭子。”根据契合度不同，它大致可以分为三个阶段。

1 初始阶段，“饭搭子”和它的词语本意“搭伴吃饭”最为相近。不论你的口味偏甜还是偏咸，不论你是面食忠粉还是米饭爱好者，甚至你从家里带饭，他点外卖，都没关系。只要你愿意坐下来，一起吃饭，大家就是好伙伴。

学生时代，由于距离相近、时间一致，同班同学，尤其是室友，常常自然而然地组成饭搭子。工作期间，饭搭子常见于工位周边的同事，吃饭前后可以一起讨论工作的人。

这一阶段的关系也是脆弱的。一旦有人的状态发生改变，饭搭子组合便要重新排列。

2 经过初始阶段的了解、选择与磨合，饭搭子友谊会逐渐进阶，步入一个全新阶段。这时，饭搭子之间的沟通开始慢慢向私人领域延伸：看到心仪的美食或餐厅，会互相分享；即便在学习或工作以外，也要相约打卡。

时间、地域，甚至口味，都不再是能否组局的决定因素。你周一加班，我周二正忙，那就约周三见面；你住城东，我住城西，那就折中选择在市中心吃饭；你想吃火锅，我偏好烧烤，那就约两顿。在进阶阶段，饭搭子相互需要，彼此尊重，适当让步，共同开发美食新地图。

3 饭搭子的终极阶段，也就是最理想的状态是怎样的呢？有网友总结：既要口味一致，用餐习惯一致，经济水平一致，钱品过硬，也要话题同步，地理位置同步，空闲时间同步。想要找到一个符合全部标准的人搭伴，几乎是不可能的。在进阶阶段和理想阶段徘徊，是饭搭子友谊的常态；尽可能地向彼此靠近，就是幸福的意义。

点评：

不一致，意味着有一方需要作出妥协与让步，甚至产生不愉快。既然如此，为什么我们还需要饭搭子？

有的人是出于对美食的热爱。既想每顿饭多尝一些菜品，又怕点菜太多吃不完，怎么办？当然是多找几个饭搭子分享呀！人越多，能点的菜越多，费用平摊，也不会太贵。

有的人是为了排解孤独。对于他们来说，吃什么，怎么吃，都无所谓。有人陪伴，才是最重要的。

还有人觉得，饭搭子是好好吃饭、认真生活的代名词。一个人吃饭，有时为了方便，常常糊弄。当饭搭子在侧，难免为了对方考虑，不好意思对付了之。这是忙碌生活中的一丝慰藉。

而对于有的人来说，“社交”才是饭搭子友谊的永恒主题。烟火缭绕之下，饭香扑鼻，推杯换盏之间，人渐渐卸下防备。在一片轻松的氛围中，聊聊家常，谈谈爱好，友情也在分享中愈发深厚。

（据《中国青年报》李丹萍）

鸡汤

相册里的每一张照片和每一段视频都能把被卷入汹涌浪潮之中毫无招架之力的我们托举出水面透口气，所以一定要举起手机多多拍照多多记录生活啊，哪怕只是一些普通的日常瞬间。

当大家学会毫不犹豫地拒绝别人而不带有任何内疚情绪的时候，就是你幸福生活的开始。

我们怀念过去，是因为过去的时光里容纳了很多我们已经失去的东西，有些一旦遗失，就再也无从寻找。过去是回不去了，我们可以从现在开始，书写一个全然不同的结局。比如失去童年，可以保留童心；青春远去，那就焕发精神；爱情枯萎，还需以爱待人；事业不逮，力求做人做事的完美心态。

遇见是两个人的事，离开却是一个人的决定。

人的年龄越大顾虑就会越多，胆子好像也会变“小”，所以很多事一定要趁年轻去做。年轻时候不做，以后可能也就没心思去做了。

人的一切痛苦，本质上都是对自己的无能的愤怒。

他爱你的时候，你感受到的是他的爱；他不爱你的时候，你感受到的就是他的性格。

段子

过年的时候越是半吊子的亲戚越爱逞着长辈的身份教训人，反而那些混得很好的亲戚不但不教育人，红包还给得厚实。

今年过年打算走复古风，大概就是穿去年的衣服。

朋友，如果你年轻时只知道享受生活，享受美食，享受爱情，那么等老了你就会发现：基本上什么遗憾都没了。

护肤其实是一种玄学，如果用的不是超过自己经济能力的产品，感觉就没效果。

人这一辈子，你只努力还不够，还要足够幸运，足够幸运也不够，还需要小心翼翼，一旦有一点不努力一点不幸运，就会满盘皆输。然而做到以上这些，换来的就是平平常常的生活，非常不容易。

躺在床上，打开外卖平台准备点个外卖，认真挑选半小时后退出去啥也不买。

低能量者的幸福生活：被窝、小猫、音乐、咖啡、一两个能够交心的朋友，以及一个月不出门也不会被骂的自由。

凌晨两点是个陷阱，一旦有一个晚上你熬到这里，那么就不知道哪天可以爬回十一点前睡觉了。

当代年轻人现状：洗澡要放歌，吃饭要看剧，坐车要靠窗，喜欢侧身睡，白天在朋友面前嘻嘻哈哈，晚上却喜欢自己一个人胡思乱想。