

# 别盯着杯子

【文/薛政】

几位同学去拜访大学时的老师，老师问学生们生活得怎么样。一句话勾出了大家的满腹牢骚，大家纷纷诉说着生活的不如意：工作压力大、生活烦恼多、做生意的商战不顺、在机关工作的同事相处艰难……一时间，大家仿佛都成了上帝的弃儿。

老师笑而不语，从房间里拿出许许多多的杯子，摆在茶几上。这些杯子各式各样，有瓷器的，有玻璃的，有塑料的，有的杯子看起来高贵典雅，有的杯子看起来简陋低廉，老师说：“都是我的学生，我就不把你们当客人看待了。你们要是渴了，自己倒水喝吧。”

一番吐槽后，学生们已经口干舌燥了，便纷纷拿了自己中意的杯子倒水喝。等他们手里都端了一杯水时，老师讲话了，他指着茶几上剩下的杯子说：“大家有没有发现，你们挑选去的杯子都是要么好看要么别致的，而像这些塑料杯就没有人选中它。”学生都觉得这并不觉得奇怪，谁都希望手里拿着的是一只好看的杯子。

老师说：“这就是你们烦恼的根源。大家需要的是水，而不是杯子，但我们有意无意地去选用好的杯子。这就如我们的生活——如果生活是水的话，那么，工作、金钱、地位这些东西就是杯子，它们只是我们用来盛起生活之水的工具。杯子的好坏，并不能影响水的质量，如果将心思花在杯子上，你哪有心情去品尝水的苦甜，这不是自寻烦恼吗？”

## 心理分析：

换个角度，我们也知道了杯子的重要，水是内涵，那么杯子只是外面的包装。心理学中有“首轮效应”，初次见面时候的前10秒，形成了50%的认识，而且很难改变。同时，我们往往根据一个人的外在标签，来界定他的内涵，所有成功者所说的都是经验，哪怕不合理，失败者所说的都是教训，哪怕是能真正爆发的智慧。

## 2016江苏东台西溪半程马拉松赛暨550乡村马拉松第七站顺利开跑

近日，由西溪旅游文化投资发展有限公司主办，2016江苏东台西溪半程马拉松赛——550乡村马拉松第七站准时从东台市民广场开跑，来自全国十五个省份、三个直辖市的近2000名选手参加了本次赛事。男子组的李子成以1小时14分勇夺男子半程马拉松组第一名，女子组的陈宏珍以1小时32分荣获女子半程马拉松组第一名。本届东台西溪半程马拉松以相约西溪，奔跑东台为主题，倡导绿色出行、低碳消费理念，是550乡村马拉松系列赛的第七站。此前，550乡村马拉松的足迹已经遍布上海市崇明县的陈家镇、横沙岛和青浦区、金山区以及奉贤区。

## 青浦举行“恋上练塘”生态徒步

6月10日早上8时，在陈云故里的青浦区练塘，随着发令枪响，上千市民浩浩荡荡地开始了“恋上练塘”生态徒步。正值端午假期，不少市民家庭全家上阵。活动现场请来了著名好声音歌手楼沁、知名主持人刘江贤和独具特色的外籍乐队Julia，为参加步行活动的市民加油鼓劲。

据悉，550跑遍中国最美的100个乡村之乡村马拉松系列赛正在稳步推行中。目前，550乡村马拉松的足迹已经遍布上海市崇明县的陈家镇、横沙岛和青浦区、金山区、奉贤区。下一站还将举办淀山湖“追日马拉松”，赛事期间将推出帐篷露营、音乐节荧光晚会、美食街等活动。

## 1.森林偶遇

她朝他看去，看他是否可能正醒着。他闭着眼，呼吸平稳。她把手伸过去，抓住他的手。她打算第二天早晨就告诉他，她要出去长途旅行一次，去森林。“你熟悉你想去的地方吗？”“没关系，我会做足功课。”“为什么要去那儿呢？”“不为什么，我觉得我需要去。”

于是，她选择在春暖花开时出发。带一个便携式帐篷、一些药、一把瑞士军刀、手电筒、雨衣，然后进入一片森林。第一个晚上，她看到了一个穿白衬衣和牛仔裤的年轻男人。他的帐篷就搭在不远处。他坐在帐篷门口的防潮垫上，腿拱起来，双手合抱着膝盖。

他们之间会开始点什么吗？只有沉默。她掠过几次头发，把它们整整齐齐夹到耳朵后面。她朝那男人大胆地扔过去一瞥，但那男人保持了不动声色。最后她被自己那长久的坐姿弄得很不舒服，于是她心里对他说了再见，缩回了自己的小空间，拉上了帐篷门的拉链。

# 远方除了遥远一无所有

【文/走走】



## 情景

时光变得柔和，但她还很清醒，告诉自己，只是暂时在别人帐篷里坐坐。这时天上传来一记沉闷的轰鸣声。那声音在此时出现显然具有某种意义……

## 2.生活的故障

第二天，她穿上了她漂亮的拖地长裙，在这个陌生的地方到处走走，累了就仰面朝天躺在草地上休息。蜿蜒的小径，两旁都是茂密的灌木丛，太阳因此变成了万花筒里形态不定的碎片。有时也能一下看到一片开阔的林中空地，阳光毫不迟疑地照耀。树叶在脚下发出沙沙的声响，像湖水从身体两边散开，枝条有时刮过她的衣服。因为长久的步行，她的情绪有点低落，她突然盼望丈夫能突然出现在她面前，又过去几分钟后，她又为自己这一念头感到了自我厌恶。她突然想起他们在一起度过的第一个夜晚，他没有关上卧室的窗，所以风不时地把窗帘吹出各种轻柔的曲线，而他用力抓住她的两只手，不时还探头过来，在她脸上、脖子上吻上几下。所有这些细节，都应当在记忆里拥有它们的含义，不是吗？

森林忽然下了一场雨，原本想在宜人春光下悠闲野餐的打算泡汤了。地面一下变得泥泞，走路需要倍加小心留意。因此她选择坐在一棵大树下，看看眼前的景物。比如闪烁发亮的水珠，树荫下盛开的一小丛野花，头顶上灰沉的云，以及在雨水之下变得翠绿而柔和的叶片。仿佛这些都能让她饶有兴趣，然而，她的心情似乎有些不好。因为她不知道幸福是什么，所以没有东西会让她幸福。她得搞清楚，她希望拥有什么。家庭？孩子？舒适安全的生活？自由自在的内心？这些都只是生活温情的一部分。

是的，幸福有时可能只是生活发生故障了。那还需要让她继续旅程吗？

## 3.短暂的共处

雨过天晴了。她似乎觉得自己平静了下来。她甚至打算掏出手机，即兴写下几行诗句，但她又觉得应该对自然景观表现出更大的兴趣。可是这种美好的心境没能保持得更为长久，因为她注意到前面一片灌木丛树尖上，居然挂着几个使用过的避孕套。到了晚上，令她惊讶的事情发生了。前一天晚上她注意的那个年轻男人，再一次把他的帐篷搭在了不远处。但这次他的表现让她出乎意料。他面带微笑，拿着两听啤酒向她走来。她客气地接受了，并且立刻打开罐子，抿了一口。“你一个人出来露营？”“是的。”“你不是本地人？”“不是，我从很远的地方来。”“有多远？”她做了个意义含糊的手势。但她想，自己为什么要刻意装出礼貌。她细看了他的面容，那不是一张她喜欢的脸庞。接下来，他开始邀请她去他那顶帐篷坐坐。显然那顶要比这顶大得多。她不想去，但他坚持。最后她同意了，同时又暗自对自己不会拒绝感到失望。因为紧张，她只好不停地小口喝啤酒。啤酒喝多了，点头或者微笑，就有点控制不住了。

时光变得柔和，但她还很清醒，告诉自己，只是暂时在别人帐篷里坐坐。这时天上传来一记沉闷的轰鸣声。那声音在此时出现显然具有某种意义……雷声间隔传来，她事后想，也许那是一种压抑在她身体内部的可怕的声响，是要挣脱某种幽禁而发出的咆哮，只是在那个时刻，暗合了某种天象。

## 4.旅行的结束

雷雨过去之后，她的内心重新不安。她后悔自己出门时为什么不带上一个指南针，那样她就不会在这样的地方迷失方向。她在别人的帐篷里干什么？她逃一样回到自己的小空间。第二天她打开帐篷门时发现，太阳已经出来了。她的帐篷显得孤零零、突出。就在不远的灌木丛前，她停下了脚步。那一长条灰败的乳胶，打败了自旅行开始以来，她脸上一直挂着的故作庄重兼欣赏喜悦的表情。那一整天，她都没法从容。那天的路确实比较难走了一些，她甚至滑倒在苔藓上，狠狠地摔了一跤，小腿划上了路边的碎石块，开始流血。她用瑞士军刀从那件白色的真丝礼服裙上割下了一长条布片，包扎好了伤口。

现在可以结束旅程了吧？

是的，她想她可以醒了。