



有力的还击

编译/胡英 插图/郭德鑫

贝蒂和玛丽从小就认识,两人不仅是同班同学,还是同桌。贝蒂家境富裕,总想展现自己的优越感,而且从不放过任何贬低玛丽的机会。不管玛丽说自己有什么、做过什么、去过哪里,贝蒂总会说自己的更好。

比如,新学期开始了,如果玛丽说:“瞧,我爸爸给我买了一盒7色蜡笔。”贝蒂就会不屑地说:“那有什么,我爸爸给我买了一盒24色蜡笔,这只文具盒也是新的,他还给我买了新书包。”如果玛丽说:“我生日那天,我爸妈带我去吃了大餐。”贝蒂就会说:“那有什么,我生日那天,我妈妈给我买了新裙子,还带我去看了马戏表演,和著名的小丑合影留念,最后还带我去法国餐厅吃了大餐。”每次,玛丽总是无言以对。

毕业后,两人分道扬镳,再也没联系过。一转眼,30年过去了,热心的班长组织了同学聚会,贝蒂和玛丽再次坐在了同一张桌子上。虽然大家的容貌都发生了变化,但贝蒂的性格还是跟以前一样,喜欢事事处处秀优越感。落座没几分钟,贝蒂就开始吹嘘自己的生活,丈夫、孩子、房子、车子……说了一个遍,而且不管玛丽说什么,贝蒂还是会像以前一样,用“那有什么……”的句式进行回应。

这样的对话进行了15分钟,贝蒂看了看手表说:“哎呀,时间不早了,我得去取我的钻石首饰了。我丈夫每个月都会把我的首饰送到珠宝店清洗一次。我们今晚要去皇家歌剧院看《蝴蝶夫人》,我丈夫订了最好的包厢,所以我得戴上我的钻石首饰,这样才能跟今晚的气氛相配。”

“哦?”玛丽露出惊讶的表情,“你的钻石首饰还需要清洗吗?我丈夫本来就很有钱,前不久又继承了一大笔遗产,如果我的钻石首饰弄脏了,他就会直接扔掉,另给我买新的。”

说话的艺术

编译/胡英

弗兰克是个心直口快的人,说话直来直去,从来都不懂得什么叫委婉。他的妻子瑞贝卡养了一只贵宾犬,她对这个毛孩子十分宠爱。

一次,瑞贝卡抽中了环球旅游的大奖,但弗兰克工作繁忙,无暇陪伴妻子,瑞贝卡只好约上闺蜜一起旅行。第一站是纽约,她们到了酒店后,瑞贝卡便打电话给丈夫报平安:“亲爱的,家里都还好吗?我的狗狗还好吗?”

弗兰克回答:“它死了。”

瑞贝卡惊呆了,她难以置信地问道:“你说什么?狗狗是怎么死的?我离开家的时候,它还活蹦乱跳呢!”

“不知道它是怎么跑到屋顶上去的,然后就掉下去摔死了。”

瑞贝卡又生气又难过,难过的是失去了心爱的宠物狗,生气的是丈夫说话过于直接,让她在情感上难以接受。过了好半天,瑞贝卡才缓过劲儿来,生气地对丈夫说:“难道从来都没人教

过你什么是说话的艺术吗?你就不能说得委婉些吗?”

弗兰克不解地问道:“那你要我怎么说?事实就是宠物狗死了,这还能怎么说呢?”

瑞贝卡抽泣着说:“你可以一步一步地告诉我啊。比如,你可以先说,狗狗跑到屋顶上去了。等我到了伦敦,再打电话回来时,你可以再跟我说,亲爱的,狗狗摔下来了,已经送到兽医院了。但是,它的情况不是很乐观。等我从罗马打电话给你的时候,你就可以说,亲爱的,振作起来吧。咱家的狗狗已经过了彩虹桥。如果你按照这样的顺序说,我至少还能有个心理准备。”

弗兰克沉默了片刻,若有所思地说:“哦,我明白了。”

瑞贝卡擦干了眼泪,稍稍平复了心情,又问:“对了,我妈还好吗?”

弗兰克答道:“她在屋顶上……”

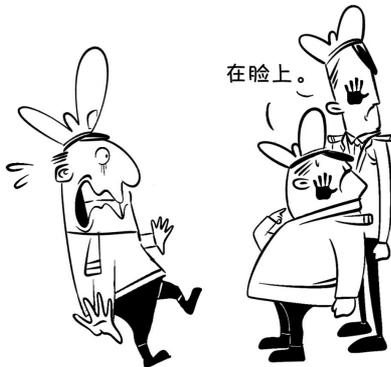
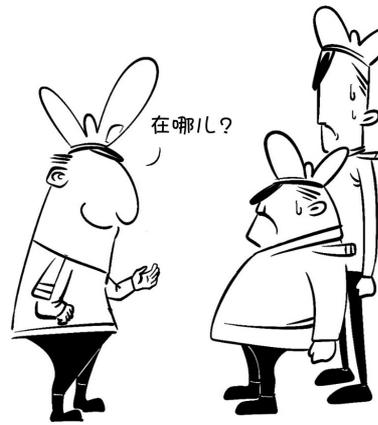


↑ 乐更乐与愁更愁

祁娇娜

X剧场 采集指纹

编绘/李泽峰



当我们为自己开脱时,心理上虽然得到了平衡,但也失去了改正错误的机会和锐意进取的勇气。

为什么我们把“嫉妒”当成一个贬义词?

编译/邓笛

虽然每个人都会产生嫉妒心理,却没有人愿意被贴上“嫉妒”的标签。因为在人们心里,“嫉妒”有一个非常糟糕的名声,它往往会酝酿出卑鄙的阴谋和见不得人的阴暗。

我想要为嫉妒“平反”。嫉妒不是一种缺陷或罪过,而是在某些情况下自发产生的一种情感。嫉妒,是与他人比较的结果。当别人拥有某样东西,我们认为自己应该有却没有时,嫉妒就产生了。嫉妒之所以普遍,是因为我们从小就习

惯与他人竞争和比较。这种比较戳到了我们的痛处,提醒我们差在哪儿、缺在哪儿。我们在嫉妒的情绪中变得自卑,甚至把他人的成功当作自己的失败和无能。与嫉妒相伴而来的,还有愤怒、怨恨、痛苦和沮丧,这些情感交织在一起,严重的时候会让我们痛不欲生。为了让自己好受一点,我们会产生破坏的冲动和复仇的欲望。

嫉妒的种种“劣迹”使得我们一直把它当作一个贬义词,对它加以排斥。如果嫉妒正在心中作祟,

我们会试图掩饰和隐藏,或者自欺欺人地将它认定为“健康的嫉妒”。

事实上,“健康的嫉妒”与“善意的谎言”如出一辙,都是自我“美颜”的结果。换句话说,就是我们明知不妥却硬要找一个理由来抚慰不安的良心。不过,当我们认为自己的嫉妒是“健康”的时候,说明这种情绪还不是那么强烈,尚未发展到令人发狂或伤害他人的地步。

无论是嫉妒,还是其他情绪,我们都不能简单地用好坏来评判,更不应该给它们贴上道德的

标签。因为情绪只是一种信号,提醒我们对某件事的喜恶,指导着我们对某件事的判断。

嫉妒的确令人不快,但没必要视它为洪水猛兽,我们只需要接受并试着理解它。我们可以静下心来问问自己,为什么会嫉妒?它在向我们传达什么信息?面对嫉妒心理,我们只需要专注于自己真正想要的东西,不与他人进行无谓的比较,如此也就不会让自己陷入痛苦的境地。