



想爬树的刺猬

文 | 织梦 图 | 张叶

森林里，小刺猬团团有一个了不起的梦想——他要像猴子一样，爬上那棵最高的老橡树，摸一摸天上的云朵。

猴子们坐在树上，啃着果子，荡着秋千，嘻嘻哈哈。“刺猬兄弟，树上是我们的世界，你背着一身刺，怎么爬呀？”一只红脸猴子笑着说。

团团不服气。他首先去找最滑溜的青蛙。“青蛙老师，请问怎样才能增加摩擦力？”青蛙鼓着眼睛：“很简单，像我一样，让皮肤保持湿润。”于是团团每天去泥塘打滚，把自己弄得湿漉漉的。可他一靠近树干，湿泥和树叶就粘了满身，变得

更滑了。

他又去请教松鼠。松鼠甩着大尾巴说：“爬树靠的是爪子的钩挂和尾巴的平衡。”团团看着自己短小的腿和光秃秃的屁股，难过极了。但他灵机一动，请蜘蛛阿姨用最韧的丝，为他编织了一双带小钩的袜子和一条粗粗的假尾巴。

装备齐全的团团再次出发。他钩住树皮，奋力一蹬！爬上去了一点点。可背上的刺太重了，那些刺钩住了树皮缝隙，“咔嚓”一声，假尾巴被拉断了，他像个小毛球一样滚了下来，摔在厚厚的落叶堆里。

团团累极了，伤心地蜷成一

团。就在这时，他忽然听到头顶传来焦急的“吱吱”声。原来，那嘲笑他的红脸猴子不小心从窝里滑落，正用尾巴勉强卷住一根细枝，眼看就要掉下来。树下，一只狐狸正不怀好意地踱着步。

团团来不及想，立刻鼓足劲，把自己卷成一个刺球，飞快地朝着狐狸滚过去。狐狸正盘算着美味的猴子大餐，忽然脚上一阵剧痛。狐狸被团团扎得跳了起来，狼狈地逃走了。

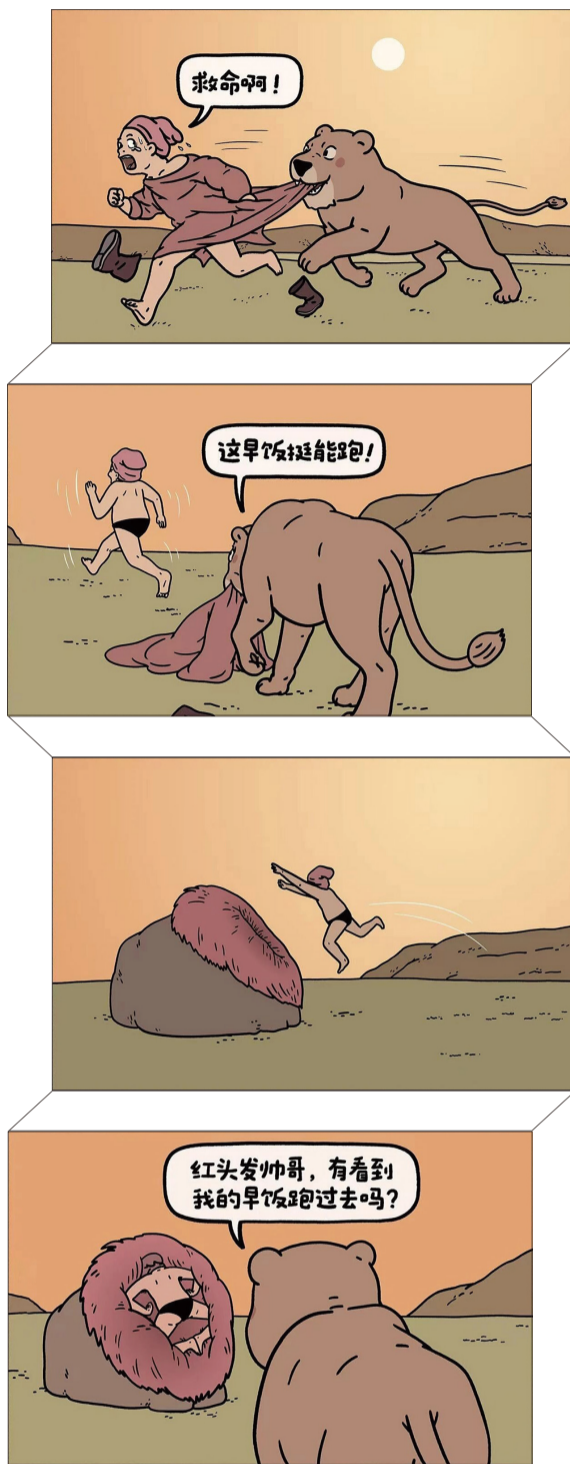
猴子趁机敏捷地跳下来，安全落地。他红着脸，紧紧握住团团的手：“对不起，团团。原来你的刺，是这么厉害的宝物，能保护大家！”

团团躺在柔软的落叶上，看着阳光透过橡树叶，洒下金色的光斑。他忽然觉得，那光斑和天上的云一样美。他晃晃身子，感受着自己坚硬又温暖的刺，笑了。

绘心一笑

早饭跑了

绘 | 草木虫



心情计划

“脱缰的野马”最不自由

文 | 穆兰 图 | 刘毅

当一个人遇事就炸、时常轻言放弃，背后往往藏着心理学上所说的“野马结局”：不是事情本身很严重，而是你对它的反应把自己推向了绝境。



“野马结局”源于非洲草原上的真实一幕：野马为了甩掉腿上的吸血蝙蝠暴怒狂奔，最终力竭而亡。然而蝙蝠吸血远不致死，真正杀死野马的，是它失控的情绪和剧烈的挣扎。

不做决定



三秒法则



下个月……



要避免成为情绪的野马，可以试试这3个方法：设立底线，绝不在愤怒时做任何决定，尤其关乎前途的大事；三秒法则，发火前在心里默数三秒，打断情绪的即时爆发；看清本质，问自己一句“下个月这件事还重要吗”，多数烦恼瞬间就变小了。



肆意狂奔的野马看似自由，实则被情绪牢牢拴住；真正从容的，是那些稳步前行的骐骥。它们懂得避开无谓的纠缠，把力气用在值得奔赴的远方。