

我有张小小的书桌，它又窄又矮，破旧极了。在外人眼里简直不成样子，三十多年来一直放在我的窗前。

我无法想起，究竟什么时候，我开始使用这小桌的。我只模模糊糊记得，最初，我是站在它前面写写画画，而不是坐着。待我要坐下时，屁股下边必须垫上书包、枕头或一大沓画报，才能够得上桌面……

我把“人”字总误写成“入”字，就在这桌上吧！我一排排地晾干弹弓子用的小泥球儿，就在这桌上吧！我在小木板上钉钉子，就在这桌上吧！

对，就在这儿。桌面上原来有一块能够照见自己脸儿的光光的玻璃板，给我钉钉子时打碎了——这件事我可记得清清楚楚，为此我还挨爸爸一通好打呢！

我从中细心查辨，也能认出某些痕迹的来由，想起这里边包含着的、只有我才知道的故事，并联想起与此有关或无关的、早已融进往昔岁月中的童年生活。

为此，我很少用湿布去拭抹它。

只有一次例外。那是我上小学四年级时，我前排坐着一个女同学，十分瘦弱。两条短短的黄辫儿，简直是两根麻绳头。一天，上语文课，我没听讲，却悄悄把眼前的两条黄辫子拴在这女同学的椅子背儿上。正巧老师叫她回答问题，她一起身，拴住的辫子扯得她头痛得大叫。我的语文老师姓李，瘦削的脸满是黑胡渣，在脸颊上都是。

一副黑边的近视镜遮住他的眼神，使我头一次见到他时以为他挺凶，其实他温和极了。但不知为什

# 书桌

冯骥才



么，那天他好厉害，把我一把拉到课堂前，叫我伸出双手，狠狠打了十多板子。指着门瞪圆眼睛对我吼道：“走！快走！”我离开了课堂，一路跑回家。我的自尊心受不了，于是，眼泪汪汪地在桌上写了“李老师是狗！”

这几个字就相当威风地在我桌上保留了好长时间。

在表的滴答声中，在上下课的铃声中，我长大了。事也懂得多了。桌上那几个字却不那么神气了，反而怕被人瞧见，我带着一种说不清是对李老师，还是对长大后再也遇不到的那个瘦弱的女同学的愧疚心情，用手蘸些水使劲把这几个字抹下去。

我上了中学，毕业了，参加了工作。我的许多事，写信、写文章、画画、吃东西，都在这桌上。它一直伴随着我。

但它在我长大起来的身躯前，渐渐显得矮小，不合用了。有一天我画画，画幅大，桌面小，不得不把一半画纸垂到桌下，先画铺在桌面上的一半；待画得差不多时，再拉上纸来画另一半。画得那么别扭，真急了，止不住愤愤地骂道：“真该死，这破桌子！”

它听着，不吭一声。等我画好了画儿，张挂起来，画面却意外的好。我十分快活，早把桌子忘在一旁。它呢？依然默默旁立。它就是这样与我为伴，好像我不抛掉它，它就一心

而从无二意地跟随着我。当一次，我听说自己遭遇过的不幸，是因为被一位多年来与我非常好的朋友出卖时，我忍受不住，发疯似的猛地一拍桌面：“啪！”

桌面上出现一条长长的裂缝；我那颗初入社会纯真的心上，也暗暗出现一条裂痕。它竟同我一样。

从此，我便不觉地爱护起它来了。

我有过一个女朋友，她是一只快乐的小鸟。她总笑，似乎除去快乐什么也不知道。我说她的快乐是招眼的、悦耳的、香喷喷的，是魔术。我称她为“快乐女神”。

她一双腿长长，爱穿一条淡蓝色的短裙。她一进屋来，常常是一蹦就坐到小书桌上。

我呢？过去吻她高矮也正好。我吻她，她不让。一忽儿把脸甩向左边，一忽儿又甩向右边，还调皮地笑着。她那光滑的短发像穗子一样在

我笨拙的嘴唇上蹭来蹭去。

以后，由于挺复杂的原因，她终于说：“我们的爱没有物质土壤，幻想的种子连幻想也结不出来了。”这句话，她说了许多遍，最后她无可奈何又断然地离去了。

稀奇的是，那快乐女神始终与我这哑巴桌子连在一起。每当我的目光碰到桌沿，就会幻觉出她当初坐在桌上的样子。浅蓝色的短裙扇状地铺开，一双直直又顺溜儿的长腿垂下来，两只小巧的脚交叉地别着。这时她那动听的笑声好似又在桌上的空间里发出来。

我需要记着的，这桌儿都给我记着了。而那女神与我临别时掉在桌子的泪滴，却一点痕迹也没留下。大概那不是泪，而是水滴。

就这样，我过去生活的一切，无论是快乐和幸福的，还是忧愁和不幸的，都留在桌上了。哪怕我忘了，它也会无声地提醒我。

我终于失去了它。

在地震中，塌落下来的屋顶把它压垮。我的孩子正好躲在桌下，靠它保住了生命。等我从废墟中把它找出来，只是一堆碎木板、木条和木块了。我请来一个能干的木匠，想把它复原。木匠师傅瞅着它，抽着烟，最后摇了摇头。并且莫名其妙地瞧了我一眼，显然他不明白我何以有此意图。

我需要书桌，只得另买一张。新买的桌子宽大，实用，漆得锃亮。我每每坐在这崭新却陌生的大书桌前，就觉得过去的一切像那不能再生的书桌一样，烟消云散，虚无缥缈，再也无从抓住似的……（据《流年记》）

在中国历史上，为何秦国能一统天下，其他诸侯国则不能？关于这个问题，你一定听过很多答案。有从人物出发的，比如，归因于商鞅、秦皇；有从制度出发的，比如，归因于秦国的变法；也有从地理条件出发的，比如，归因于关中和蜀地的独特区位优势。

不过，我在张笑宇的《技术与文明》里看到了一个“弩机猜想”，很开脑洞：当“弩机”这种军事技术在一国内大范围普及时，会给这个国家的统治者提供一种战略优势，那便是用技术的力量将原先无法有效动员的平民百姓充分动员起来，变成可以调动的部队，以应对战国时代的大规模冲突。

弓、弩经常被并称，但弓和弩对人的要求完全不一样。拉弓是非常需要体力的，古代军队评价一个人的武力，往往就是看他能拉开多少石的弓。当然，只是拉开弓还不够，做过平板支撑的人都知道，拉开、停住、等待发射时机，都非常需要力气。所以，（据《阅读的方法》）

## 弩机猜想

罗振宇

如果弓箭是一支军队的主要远程武器，那能去当兵的人就很少，士兵得经过长期的训练才能上战场。

而弩呢？它有一个扳机，可以先用腿部或腰部的力量上弦，力气小的人也很容易就能掌握；也可以先上好弦，等上了战场再用。关于弩的学习，有一个说法叫“朝学而暮成”。普遍用弩的结果，是可以动员大量的平民上战场。

当弓箭是战场上的主要武器时，只有少数的精英、贵族能把持武力；而到了弩的时代，国君就可以绕过原来的武装集团、贵族集团，直接向最普通的民众征兵了。平民上了战场，为了保持士气和战斗力，国家就要对它们进行激励。一个人立了战功，国家就要给他从金钱到荣誉的全面奖赏。赢得战争是一个国家的最高任务，只要是有利于战争的制度安排，都会被快速推行。既然要大规模使用弩，就必须大规模动员平民，因此必须从制度上摧毁贵族制。于是，商鞅变法就是历史的必然了。

（据《阅读的方法》）

## 不丹人的奶酪情

尤今

在不丹，坊间有个流传的说法：奶酪和辣椒，是所有瓜果蔬菜相濡以沫的好朋友。

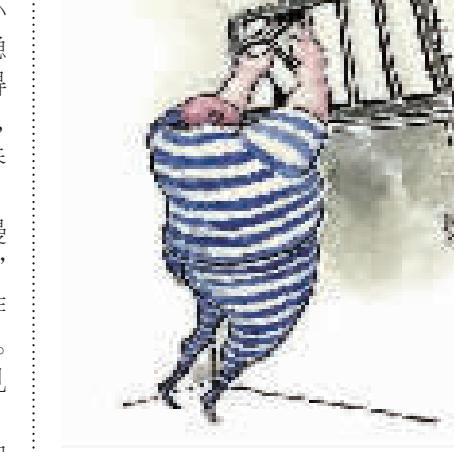
在不丹的餐馆，菜单上以奶酪为食材的菜肴多得令人咋舌，蘑菇奶酪、蕨菜奶酪、土豆奶酪、风干牛肉奶酪、黄瓜奶酪沙拉、芦笋奶酪、鸡肉奶酪汤、奶酪炒鸡蛋、奶酪荞麦面、辣味奶酪饺子，等等。

对不丹人而言，奶酪不仅是一种食物，更是文化的象征、传统的烙印、习惯的延续。（据《羊城晚报》）

## 一图一理



骗子就是许愿你精彩的未来，然后牺牲你的现在。田志仁 作



## 书之窃

桂涛

贼。这个有精神病史的男人，在20年间开着车，从美国40多个州和加拿大两个省的图书馆、博物馆里，精心挑选古籍珍本和各种手稿，并将它们偷走，堆放在自家的书柜、仓库甚至浴室里。

为了偷书，布隆伯格有时假扮成外表斯文的大学教授，有时用随身携带的假的馆藏章和书标移花接木，让馆员误认为他手中的书来自别的图书馆。

在布隆伯格41岁被美国联邦调查局抓获那年，他拥有的2.36万册珍本和手稿总估值2000万美元。但他到底偷了多少本书，至今仍是一个谜，因为对这个传奇窃书贼的各种报道中，提到的数字都不相同。

不过，布隆伯格从未出售过任何一本自己偷来的书。他对每本书都轻拿轻放。偷书前，他甚至会细心调研并列出“觅书清单”。

也许，在这个震惊全球爱书人的窃书贼看来，他并没有偷书。他只是把书从一个图书馆拿到了另一个图

书馆——他的家。也许，布隆伯格能和笃信“窃书不能算偷”的孔乙己成为知己。

在他们看来，若是出于感情而非利益，对他人书籍秘而不宣地占有，那就非但不是粗鄙的罪行，反而给予了那些未被充分“疼爱”的书籍以应得的爱，只能算是一种雅致的痴迷。

这种痴迷，也体现在康有为对《碛砂藏》的觊觎上。据说100年前，康有为在西安讲学，参观卧龙寺时发现该寺存有宋版《碛砂藏》且保管不善，便提出由他本人代为整理保管的要求。不料这一要求引发社会舆论，有人指责康有为意欲“盗经”；也有人为他辩护，称康有为只是想影印此书以广流行。“圣人盗经”自此成为一桩历史悬案。

如今，作为镇馆之宝而被收藏在陕西省图书馆等处的《碛砂藏》，吸引了众多爱书人前去探究——到底是什么书能迷倒康有为，让他心生贪与痴。

抛开法律与道德因素不谈，即使康有为确实动过窃书的念头，书痴们大概也会理解甚至同情他。或许，不少书痴在面对那些美妙的珍本古籍时，都动过占为己有的念头吧。特别是当这些书因保存不善，或佚或残时，就更让他们痛心不已。（据《环球》）

从理论上说，窃书的历史大概和书籍的历史一样悠久。我曾在牛津大学古老的博德利图书馆里看到一排排拴着铁链的中世纪图书，铁链是当时图书馆的防盗工具。在谷登堡印刷术出现前，一本书的价格几乎相当于现在的一辆跑车的价格。当时的牛津学生只能站在原地学习那些“被锁住的知识”。

古往今来，博德利图书馆里那些包裹着羊皮、纸页发黄的珍本，不知曾被多少爱书人，以及窃书贼惦记。我所知道的最疯狂的窃书贼，莫过于斯蒂芬·布隆伯格。

爱书人的宝典《文雅的疯狂》详细介绍了这个专偷善本、珍本的雅

方”（《北方毗沙门天王随军护法仪轨》）“哪吒本是玉皇驾下大罗仙，身长六丈，首带金轮，三头九眼八臂，口吐青云”（明《三教源流搜神大全》卷七），等等。

到了吴承恩的《西游记》中，虽说已经确定了哪吒童形于的象——“玉面娇容如满月，那拳朱唇方口露银牙。眼光掣电睛珠暴，额阔凝霞发髻壁”。（包括对红孩儿的描写“面如傅粉三分白，唇若涂朱一表才。鬓挽青云欺靛染，眉分新月似刀裁。战裙巧绣盘兰凤，形比哪吒更富胎。”）但说到哪吒的装束还是武将的打扮——“环绦灼火攀心镜，宝甲辉煌衬战靴”。

那么，这个“面如傅粉，右手套一金镯，肚腹上围着一块红丝”的“小孩儿”——“小哪吒”究竟源自于哪里呢？请看下边的几张“杨柳青年画”。



## 认知行为疗法手册

【美】西蒙·A·雷戈  
【美】莎拉·法德 编著

李海 译

天津科技翻译出版有限公司

### 在社交场练习主动倾听

当你有社交焦虑症或在社交场合感到尴尬时，你可能会觉得需要填补谈话中的沉默间隙。静静地坐在那里，不知道下一个人什么时候会说话，这可能会让你感到焦虑。等待和倾听是可以的。不要因为觉得自己有必要说些什么而快速加入谈话中。人们喜欢被倾听，而倾听是参与对话的一种方式。

时间：10~20分钟。

形式：对话和书面练习。

说明：请你认识的人与你进行一次练习性对话。你的任务是练习主动倾听。要求他们讲述一些有趣的事情。要注意他们在说什么。将你的注意力向外集中在他们身上，而不是向内集中在你的感觉或思考上。当你想知道更多时，就问一个问

题。当你不把自己当作每个人关注的焦点时，社交压力就会得到缓解。

即使是和熟人在一起，你在倾听的时候也可能会经历一些消极或者侵入性的想法。你可能会想“他们认为我很奇怪”，或者“我太笨拙了”。你不需要改变你的想法。让它们存在，提醒自己，此刻正在练习主动倾听，然后把注意力转回说话的人身上。

你对这次谈话有什么看法？

你花了多少时间专注于自己？你又花了多少时间专注于对方？

你从对方身上了解到什么？

如果出现任何认知上的歪曲，就重塑它们。

在你陌生的社交场合中，积极倾听能起到什么作用？

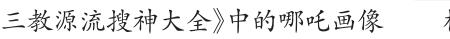
当焦虑与失败的恐惧有关时，害怕失败是一种深刻的、令人不知所措的担忧。当你设想到如果自己不能实现某个目标就可能发生可怕的事情时，就会产生这种担忧。这往往会让你有严重的焦虑，进而导致拖延或放弃。

《封神演义》第十二回“陈塘关哪吒出世”这段文字描述，最终确立了“哪吒出世”的标准形象”。因为此前无论是佛道经文描述，还是文学作品演绎，乃至文中插图，大都是“尔时哪吒太子手捧戟，以恶眼见四

方”（《北方毗沙门天王随军护法仪轨》）“哪吒本是玉皇驾下大罗仙，身长六丈，首带金轮，三头九眼八臂，口吐青云”（明《三教源流搜神大全》卷七），等等。

到了吴承恩的《西游记》中，虽说已经确定了哪吒童形于的象——“玉面娇容如满月，那拳朱唇方口露银牙。眼光掣电睛珠暴，额阔凝霞发髻壁”。（包括对红孩儿的描写“面如傅粉三分白，唇若涂朱一表才。鬓挽青云欺靛染，眉分新月似刀裁。战裙巧绣盘兰凤，形比哪吒更富胎。”）但说到哪吒的装束还是武将的打扮——“环绦灼火攀心镜，宝甲辉煌衬战靴”。

那么，这个“面如傅粉，右手套一金镯，肚腹上围着一块红丝”的“小孩儿”——“小哪吒”究竟源自于哪里呢？请看下边的几张“杨柳青年画”。



方”（《北方毗沙门天王随军护法仪轨》）“哪吒本是玉皇驾下大罗仙，身长六丈，首带金轮，三头九眼八臂，口吐青云”（明《三教源流搜神大全》卷七），等等。

到了吴承恩的《西游记》中，虽说已经确定了哪吒童形于的象——“玉面娇容如满月，那拳朱唇方口露银牙。眼光掣电睛珠暴，额阔凝霞发髻壁”。（包括对红孩儿的描写“面如傅粉三分白，唇若涂朱一表才。鬓挽青云欺靛染，眉分新月似刀裁。战裙巧绣盘兰凤，形比哪吒更富胎。”）但说到哪吒的装束还是武将的打扮——“环绦灼火攀心镜，宝甲辉煌衬战靴”。

那么，这个“面如傅粉，右手套一金镯，肚腹上围着一块红丝”的“小孩儿”——“小哪吒”究竟源自于哪里呢？请看下边的几张“杨柳青年画”。

那么，这个“面如傅粉，右手套一金镯，肚腹上围着一块红丝”的“小孩儿”——“小哪吒”究竟源自于哪里呢？请看下边的几张“杨柳青年画”。

那么，这个“面如傅粉，右手套一金镯，肚腹上围着一块红丝”的“小孩儿”——“小哪吒”究竟源自于哪里呢？请看下边的几张“杨柳青年画”。

那么，这个“面如傅粉，右手套一金镯，肚腹上围着一块红丝”的“小孩儿”——“小哪吒”究竟源自于哪里呢？请看下边的几张“杨柳青年画”。

那么，这个“面如傅粉，右手套一金镯，肚腹上围着一块红丝”的“小孩儿”——“