

## 导 语

人生经常会遇到许多现实与希望差距很大的事，或遭遇突变的与己十分不利的事，这样的情况往往令人难以承受。承受得住，可能柳暗花明又一村，并步入一条阳光大道；承受不了，很可能从此失去快乐，走上一条没有光明的黑暗之路。《谁也动不了我的奶酪》这个类似寓言的故事让你不得不去思考，人到底怎样才能获得真正的幸福，而你只要跟随故事中人物思考了这个问题，就一定会想明白；并且从此，你就再不会去做和自己过不去、抛弃人生幸福的傻事了。

重要的是这一点被许许多多的“聪明人”所忽略，许许多多的“聪明人”也就不断地误入歧途。

这个故事会让你真正开始清楚地知道自己和别人都是怎样错误地寻找奶酪的；还会让你知道人人都拥有真正的奶酪，只是你还未意识到，一旦有所意识，不仅奶酪归你所有，而且谁也动不了，你将永远拥有。

## 心理诊所发生的故事

我是一名职业作家，因为自己特殊的原因，走进了大都市一家十分有名气的心理诊所，心理医师姓成，大家都叫他成医生。

我是怀着一种复杂的心情来到这里的：既想来这里找出自己的答案，又不相信有这种可能，既认为心理医生是个受人敬佩的造福于人的职业（因此就有一定的好感和信任感），又怀疑他们是无法真正解决心理障碍。

我来的最早，我不急于看心理医生，我要先静静地观察。

又陆续进来了四个看心理医生的“病人”。成医生告诉护士，上午挂我号的就看这么多。

成医生说，咱们集体会诊。

有的病人提出要单独会诊。成医生坚持说，大家在一起谈谈有好处。他说需要的是大家多知道一点别人的问题，这样可能会有利于解决问题，他还坚持说也许一把钥匙能开在座每个人的锁。最后成医生要求大家必须打开心扉说心里话。他说，不然可没办

法达到你来这儿的目

成医生说完，向大家环视了一下。好像大家同意了成医生的诊断方式。成医生问：“我们这些人当中没有相互认识的吧。”大家摇头。

“那就好，随便说吧，没关系。除非是有犯罪之类无法吐露实情的问题，这就是另一类问题了。如果不是这类问题，就请大家把自己的问题不加隐瞒地说出来吧。不如实说出来，不完全说出来，大家想想看，不仅是什么人都无能为力的，也同时失去了我们到这里来的意义。大家不否认这话吧。”

开国际玩笑。我在心理已经嘲讽这远近闻名的大医师了。有这种万能的钥匙吗？最起码我是不能相信的。

我敢说来这里的每一个人，包括我，心里都憋着不同寻常的问题，不然他们是不会到这种高档高价的大诊所，又去挂第一医师的号；再说了，问题的严重程度早已写在了每个人的脸上。虽然他们还都没张嘴，就让人知道他们的问题已十分严重了。

我相信大家会如实说出问题，但我不相信的是只有一个上午，只他一个医师，只是同大家一起说说，就能治好这些肯定非同寻常的到这里看病的人？

看这名大医师怎么来完成他这个天大的许诺吧——我的心理医生同志，一定为难你了。我已感觉到成医师今天是逃不过了。先不说别人都是干什么的，就我吧，好像就是非常难对付的那类人物。作家敏锐的观察力，逻辑严谨的判断力以及和你心理医生相差无几的心理洞察力等等，这不都是明摆着的吗？谁能蒙了谁呀？

这一时刻就要到了。成医生，来吧。

大家沉默不语，这就是一个标志。把此时应当形容为：无声胜有声。

我开始观察。

我的“焦点”首先还是聚到了漂亮女人的身上。

刚才由于过于阴险的深思而忘记其他，真没注意在这五个人当中竟有这样一位既年轻又漂亮的女士。我无法形容她的美，她是我亲眼见过最漂亮的一个美人了；不过我一定得声明，这完全是我个人的感受和标准。

可是无论我怎样周密细致地观察，都看不出她的表情。既然写在脸上的是这种平和，又是这样一个女孩，唉，你来看什么心理医生呢？

不对。我还在这样疑虑时，却又马上否定了自

己。我突然猛地又转过头去。

她很可能是个盲人。

我的判断正确。此时她正在从手袋里往外“摸”一样东西。

别说了，她的内心一定十分痛苦。

美丽的、可怜的 A 女士您好！

B 男士。一看就知道此人是一个纯脑力劳动者。从衣着上看就可以断定他不富有；看上去仅 30 多岁鬓角就露出杂白，这说明他用脑之功底不浅，再看那厚厚的“瓶子底”也没有遮住刻在眉宇间的深思纹。

B 公的眼睛烦躁而无神，而他的整体形态表情是心绪不安和无可奈何。

我都为他发愁——这样一个辛苦的脑力劳动者还要让不宁的心境来折磨他，唉！

C 男孩。为什么叫他男孩？因为看上去他怎么也未超过 20 岁。孩子也来看心理医生？并且是一个人到这样的诊所？我搞不懂了。

再一看，不大好。在这孩子的眼睛里有一种很特别的神态，是让人感到心凉的那种。是什么让这样小

一个孩子有了这种眼神。我已猜到他经受了怎样的心理煎熬。

可怜的 C 男孩，你可要想开点啊！

D 男士。这位在这当中肯定是最富有的了，那块“劳力士”男表便说明了一切。D 男士的表情十分复杂：好像有怨恨，也好像有焦躁，还好像有一种说不清的仇恨，因为我已捕捉到他那有点狠狠的目光，尽管不知他在恨什么，但这种怨恨的情感不集聚到一定的程度是不会出现这种眼光的，这是我的经验。而不管他的哪一种眼神，都给人一种刺痛感。

D 先生请别这样。

D 男士首先耐不住了。从他那十分豪气的嗓眼里发出很响亮的声音：“我说！”

大家虽然都没抬起头来，但我敢肯定，每个人都在听，并且在认真听

D 用狠狠的口吻、愤怒的言辞和愤怒的表情讲述了他的故事。

他所在的县是个山清水秀的适合旅游的好地方。他看准了此地搞旅游服务肯定会赚钱，于是便下了

决心：他辞去了公职，扔掉了那把“铁椅子”，一下子就跳进了“海里”。他把自己十几年的积蓄全拿出来，又把亲朋好友的钱都借来办了个旅游度假大酒店。然而使他想不到的是大酒店刚开业不长时间，就招来了麻烦，今天这个部门来查他，明天那个口来整治，弄得客户像避瘟神一样远离这个大酒店。而后来才知道，另一家酒店派进来的“卧底”，一面不断将内部的大小问题发送过去，一面在酒店内部挑拨离间，煽风点火，一会放出风来说可能要封这个酒店，一会说老板可能要跑，弄得人心惶惶，每天没客人来，只有员工走。经历了千辛万苦办起来的酒店，就这样被人用不正当的竞争手段给“扼杀”了。

后来，尽管他使出浑身解数，也无回天之力。大酒店开业不到 2 年亏损一百多万。债主每天追着要钱。他想要把酒店出手，可是谁也不敢要。

现在他整天东躲西藏，过着像逃犯一样的日子。他已走投无路，他说他已实在忍受不了了，他要实施他的报复方案，他要让整他的人全都死无葬身之地。

多可怕！我敢说只这一个问题就让你这个红极一时的成医生找不着“北”！

看那个 D 先生的表情吧。我觉得他的牙根可能都

咬痛了 我窃视了成医生一眼

他并没有我想象的表情。

此时我才觉得这人有点说不透，年龄也看不大准。不过面相告诉我，他应是个不错的人。

“成医生，看来谁也没有办法让我再有办法了，”说话的是“瓶子底”——B 男士，他的话有点像绕口令，“这一生我只能这样了”。

成医生说：“你说吧。”

看得出“瓶子底”的心里一定很苦。他长叹了一口气，然后开始了他的故事。

他 24 岁大学本科毕业，然后进了县委机关。自己高兴，别人羡慕，他每天在欢乐中生活、工作。可是，后来欢乐就逐渐逃离了他，到了 8 年后的今天，他已成了个“心死”的人。

许多人都说他很出色，很棒，很能干。他说熟悉他的人都这么说，他也这样认为。可是，同他一起进机关并分在同一科室小他一岁的李某，尽管各方面都比不上他，却被提拔当上了他的副主任。

大家都说这样的事太多，这气能生过来吗？不气，干自己的，还有的是机会。他强忍着那个别扭，

不舒服，又是 3 年。

李某终于提主任了。这回该轮到他了吧。虽然是在李某手下憋点，但继续憋着吧。弄个机会调到其他科室去，也消除了再不提起来就过杠了的危险。38 岁之前如果还不能弄个副局级，这一生就白当一回干部了。在县里副局才是个副科级，够不上副科的干部就不叫个有级别的干部，只能算一般职员。想想那有多可怜，当了一辈子的干部到最后只是个小职员，别人不笑死你，你那脸往哪搁去。而现在 32 岁了，连个科室的副主任还没混上，你说他能不急吗？

然而这次还没他的份。那个李某把一个到科室还不到一年的年轻大学生提上来给他当副主任，说是要培养点年轻干部了。这不，现在就已经成了提不起来的过龄过时的废物了吗。

B 男士再也忍无可忍了，他壮了三回胆，终于直接找了县长。

可是，县长不仅没有鼓励鼓励他，连安慰他一下都没有。反而很不讲情面地批了他一通，说他要官，还说当了这么多年的领导，还没见过敢公开同他要官的。

他想他一定是把县长得罪了。他全想起来了。这

几年，他说了不少关于像李某这样的人为什么得到重用这类的话，不管那话怎么说的，说了多少句，可以用一句话来概括：还不是投县长所好。

县长可能早就知道了吧？可能不知道吗？

完了，没有任何希望了。 B 男士皮球里的气终于泄掉了。

有人劝他说县长还是要走、要退的。

可是当他看到县长正在努力培养提拔县以下的各级领导干部时，别人无论怎样再也往皮球里打不进气了，气门闷坏了。特别当他听说李某马上又要提了，又听到许多人议论李某真是全县无人不知，几乎红透了每一寸土地。他进一步断定：永远没我的好了。

又有人说，这年头干啥不行，偏受这个气。

然而我能干啥？我啥也不会，只会写文章，还只会写总结、报告这类狗屁文章，进入快速发展的市场，谁用这些没用的花拳绣脚？

再说了，身无分文，能干什么？能干成什么呢？

唉，混吧。

可是，他混不了。当他每天走进机关，看到李某这些人，他就喘不上气来。他的心情越来越坏，他不

知他还能撑多久。

“瓶子底”的事也够麻烦吧。

“成医生，我害怕。”小男孩 B 神情紧张地说。

成医生说：“别紧张。说出来吧。”

男孩 B 说：“我真的很害怕，我无牵无挂地在恐惧中生活。”

B 男孩怯怯地讲述了他的故事。

原来他是个复读高考的学生。

他的父母都是工人，母亲已下岗。

他同许多男孩一样，由于在初中时交了不算好的朋友，几乎荒废了学业。高中没考上，父母为了让他读高中，把家里所有积蓄都拿出来，让他进了一所民办高中，然而由于课程落的太多，尽管也努力了，但高考时离录取线差了 80 多分。母亲虽然下岗，但父母仍然坚持让他再复读一年，希望他考上大学。不知父母又花了多少钱，求了多少人，让他插到高三班里复读。可是，第二年他仍然没考上，离最低录取线还差了 30 多分。他恸哭着和爸爸妈妈说，别让我读了，我工作吧，哪怕干最脏最累的活。父母仍然坚持让他复读，说这次一定能考上了。说就差 30 多分了。

可这回刚读了一个多月，他就再怎么也读不下去了。最初的原因是由于他这样问了自己一句：这次如果再考不上怎么办呢？这一问不要紧，他就再也安静不下来了。他的恐慌心理日益严重，后来几乎连老师讲课都听不进去了。

他几乎每天每堂课都在不断的想：这是很可能，很可能又差 10 分 20 分……就是差几分也不行啊，听说有的只差了 0.5 分……

后来的同学告诉他，说差点分可以上一些非正式录取学校。如果上这类学校那还不如第一年就去呢。

爸爸妈妈是不同意的啊……可是这一次万一再考不上……

每当想到这，他就不敢想下去了，可又不能让自己不想。他还是在不停地想啊想……

看来爸爸妈妈的钱全让我给花光了，不然妈妈怎么连一件新衣服也不买？妈妈买别人挑剩下的菜；爸爸连啤酒也不喝了；最近发现连茶都忌了……每当想到这些，他的心都在颤抖。最近一段时间，几乎每时每刻，父母头上爬出的白发都在他的眼前飘动着。

他强迫自己不要再想了，他知道，这样想解决不了问题，只能辜负爸爸妈妈的期望，会更加伤害他们。可是无论怎样强迫自己都不行。

他曾无数次在无人的地方狠狠地打自己的嘴巴，脸都打肿了，泪都哭干了，可是还是不行。现在这种恐慌越来越严重了。

小男孩哭得说不下去了。

男孩揪心的哭声让大家都忍不住伤感，连愤怒的 D 君眼睛也红红的。

“成医生 ……”美丽的 A 女孩说话了。

“我主要是不想连累我的亲人”。

大家都默默地看着 A 女孩，可能是大部分人都才发现 A 女孩的眼睛可能什么也看不见。A 女孩开始用她平静而又好听的声音讲述她的让人心酸的故事。

A 女孩原来是某大学一年级学生。她是通过她每天晚上 11 点睡觉、早晨 4 点钟起床这样两年的苦拼，才考上了一所不错的大学。可是，刚入学，她就发现她的视力在下降，尽管她也看过医生，可是，只半年多时间就什么也看不见了。

后来，她又去了许多家医院，但都没有办法。

她知道受伤害最重的是她的爸爸妈妈。她的爸爸妈妈不仅十分爱她这个惟一的女儿，而且视她为骄傲和生命，真可谓掌上明珠。他们是他们的一切。

可想而知，每当他们看到女儿有眼不能目睹人间一切之时会是怎么样的痛苦和伤心。A 女孩最怕父母为她伤心，她时常劝父母，然而她已明显感觉到父母的心情是怎样也高兴不起来的。她逐渐感觉到，她可能会让他们今生今世永远伤心；只要她在这个世上一天，这种悲伤都可能不会停止。

当讲到她所谓的男朋友时，她犹豫了一会。可能是不太想讲，可后来她还是讲了出来。

她的男朋友是她高中时的同学，是一个非常出色的男孩，不仅人长得帅，而且品学兼优。两人从高二时就好像已相互爱慕，从对方的眼神中已各自心领神会了，但谁也不向前迈一步，只是把一切都深藏在心里。这在今天的青年人中是少有，而对男孩来说能做到这一点更是少之又少了。然而，他们做到了。他们直到双双考上大学，在那个有史以来最快乐又轻松的假期里，他们才真正的走到了一起。

A 女孩不仅爱他的男友，而且从心里佩服他的品德、才能及他的一切。她认为他是最优秀的，将来他

也是最棒的。

现在尽管他的男友更爱她了，可是她觉得她不能这样让他跟她一辈子。男孩说今生今世会永远这样爱着她。

她不怀疑。但她决不能同意他这样的决定。

他将来可能要考研，要出国留学，要成为博士，要成为顶尖人才。然而我一个连大学都没读下来的盲人，让他跟我在一起一辈子。

让他一生就这样陪伴着一个残疾人？这对他太不公平了。太残酷了！

我决不能！

A 女孩说她准备离开这个世界，也只有这样，才能不成为她最爱的人的终生负担，她不想让她最爱的人为她活着，不想让他们这样看着她揪心地生活。

A 女孩直到讲完她的故事她都很平静。看来她是抱着最后一线没有希望的希望来到这里；也可能只是来这里做一次临去前的复述。

如果她还没有下定决心，我敢断言，她是不可能这样平静的。

我深深陷进为这个女孩惋惜的情感之中；我想马上替这个心理医生说：你不能，我们不同意你的选

择。

可是马上就觉得这是多么苍白无力的劝说。然而我有什么办法能解除她的忧虑和内心的痛苦呢，又怎么来解决她的具体问题呢，一向自认为很能为别人出主意的我，感觉什么主意对这个女孩也不起作用了。

我不知道成医生是怎样开始的，我只看到了他的唇在动，我的第六感觉告诉我：他说的话同样是苍白无力的。

可是不知从什么时候开始，我发现这几个人在认真听成医生说话，也不知为什么成医生会把我从深思中和拒绝接受任何信息的封闭心态中一点点拉了出来。

他在讲一个新奶酪的故事。

当人们已集中精力在听他的故事时，他停了下来。他逐个问了一遍看没看过国内外的近来出版的关于奶酪故事的书。

得到的结果是大家都摇头。

看来只有我一个人看过关于奶酪的书，而且是所有的关于奶酪故事的书我都看了。

我觉得他如果认为用那几本奶酪故事的书就能

解决今天的问题恐怕是不成了。

无论他怎样把这几个故事巧妙地编织起来，怎样吸众之长地把所有好的观点都拿来，恐怕也解决不了今天他所遇到的问题。我很自信

因为我知道这几个奶酪故事告诉人们的是什么。

一个奶酪故事是在告诉人们如果奶酪没有了要快速行动，不要在过多的疑虑思考中浪费时间。

可是如果他们的信心都没有了，连生活的勇气都丧失了，还怎么行动呢？

另一个奶酪故事告诉人们要勇敢坚强地去夺取奶酪。

即使这个故事对 B 和 D 先生有用，可是他们如果有夺回来的能力，我想他们可能早去疯狂地争夺了，他们是不会到这里来的。

还有一个奶酪的故事是在告诉人们要做自己的奶酪。我认为他这里的奶酪好像是专指挣钱、创富。可是这里大多数人不是面对如何挣钱、如何尽快富有，而大都是面对一种变化和不可忍受的现实。

D 先生已经在做拥有自己奶酪的事了，可是他无法拥有。他也是在做他自己爱做的事，他更想总结失败、找到好方法，尽快拥有奶酪，可是他认为，在他