

# 越过世界尽头

王大米 王大米 2021-04-06  
21:45

本科最后一年见过一次学校的心理咨询师，我一贯有很多问题不明不白地藏心里，偶然间看到咨询的信息，想去看看咨询师能不能帮上点什么。学校心理咨询师是一个中年男人，我听过他的心理学选修课程，短发，戴着一副眼镜。两个人围着一张小圆桌坐着，房间好小，但是能看到窗外的阳光很好。我不知怎么的，逼迫着自己说了很多，动情处还哭了。当时得到什么答案，现在已经忘了，只记得咨询师一直夸赞我。当时哭完一切清清爽爽的，和那个午后一样不留痕迹。

现在学校的心理咨询师预约爆满，两周后才收到一个回复。咨询地点在学校最远的党校楼，中午两点日光毒辣，我敲门进等候室的时候，一个瘦高个子男生正从咨询师走出来。

研究生院的老师四十岁上下，穿一件浅灰色冲锋衣，很像徒步能够遇到的人。她站在桌前喝保温瓶里的水，我坐下后拿起小本子在我身边的椅子上坐下。房间里阳光依旧很好，风轻轻拂动窗帘。

我一时想不起有什么好说的，难过的时候两周前已经过去了。只好一直谈一些宏观的、非常长期的疑惑和不知道需不需要解决的问题。她带着咨询师会有的温暖笑容默许地听着我的胡言乱语，不时记下几个字。

咨询师说我是一个非常容易发现自己问题的人，也总是有正确的应对措施。总而言之，过得非常科学。难受的时候懂得自我开解，也善于关注一些问题。从咨询室出来，我是志得意满的，什么问题都没有。只是最后她问我，下周这个时间还会不会过来，我说会。路上的树枝正在抽出嫩芽，好像一切再好不过。

这天晚上，我却觉得难以开心，似乎我一直都在假装很好。我不明白为什么过着一种近乎科学的生活方式，我还是不开心。

找咨询师的前两周，我突然间决定要痛痛快快地哭一场，在一个人的宿舍里压低声音哭泣，一开始是幽幽的，有些矫情和假装，似乎不这样做对不住自己。后来我想要点到为止的时候却发现无法停止，当天哭完，顶着堵塞的鼻子呼吸沉重地睡了一晚。跟演戏一样。

第二次见咨询师，她抱歉地说上次推荐的书已经外借了，推荐我去听一个电台，关于拥抱消极情绪的。我回去点开，花花绿绿的幼稚画风伴随着一个成年女人世故的声音，立马关掉。

午后阳光依旧很好，我们明显都比第一次见面更有经验，我开门见山地和咨询师说，这次我想讨论死亡。我搜肠刮肚地把小时候对死亡的初印象到近期看到的死亡都讲述出来，她照例在一边记笔记，问问题，试图找到更好的引导方式。我们好像在玩一场猫鼠游戏，我预料到对方的反应，千方百计堵住漏洞，似乎很想赢。

咨询师说了一句话，让我觉得也许我该在这一点上认输，虽然它在我生活中听到很多其他版本，但是也许我就该认输，给这次讨论一个结局，就像每一次一样，即使没有我也想找到一个自圆其说的方式。她说，也许不想死的人都是因为没好好活过。

也许我的长辈是这样想的，才会每天那么难过，谁都无法满足自己设定的“好好活过”的标准，他们不是在向具体的人抱怨，而是对那个空旷的、看不见的空间抱怨，甚至那是永恒。也许我也是这么想的，我从未放弃过恐惧和担忧，从未放弃反省和自我审判。

咨询师说，下次还来吗？我说，来。

