

中国现代名家精品書系



我愿用我的书握住你的手
用力、紧紧

毕淑敏

葵花之最、我注视我自己的头颅
为白海鸥签名、喜欢文学、
比较地不容易犯罪、无形容颜
人可以最大限度地逼近真实
你是否为女作家羞愧
大雁落脚的地方
悄悄地讲大师的故事、虾红色情书
最单纯的生活必需品



毕淑敏精品散文集

Jingpin Sanwenji
Bi Shumin

南海出版公司

精品散文集

毕淑敏

毕淑敏

葵花之最／我注视我自己的头颅为白海鸥签名／喜欢文学／
比较地不容易犯罪／

无形容颜人可以最大限度地逼近真实你是否为

女作家羞愧大雁落脚的地方悄悄地讲大师的故事／

虾红色情书

最单纯的生活必需品

南海出版公司

图书在版编目(CIP)数据

毕淑敏精品散文集 / 毕淑敏著. - 海口: 南海出版公司, 2005.1

ISBN 7-266-16245-9

I. 毕… II. 毕… III. 散文 - 作品集 - 中国 - 当代

IV. I387.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 160639 号

毕淑敏精品散文集

作 者: 毕淑敏 著

策 划: 高 宁

责任编辑: 李雨桑

封面设计: 周楠珊

出版发行: 南海出版公司 邮编: 570203

社 址: 海口市蓝天路友利园大厦 B 座 3 楼

印 刷: 北京润丰印刷有限公司印装

经 销: 新华书店

开 本: 787 × 960 1/16

字 数: 290 千字

印 张: 28

版 次: 2005 年 4 月第 1 版

印 次: 2005 年 4 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-266-16245-9

定 价: 29.80 元



自序

记得这世界上第一次说我能写散文的人，是我做医学生实习时遇到的一位医生，不过那可不是表扬，而是一个义正词严的批评。我写了一页某胆囊炎病人的病历，请他指教——这是医学生必需经过的门槛，如果你连病历都写不好，你就没法毕业。他是一位资深的外科主任，在同学所写的病历上，批得繁花似锦，但我的病历完璧归赵，滴墨未染。我心忐忑，自问不曾优秀到这般地步，病历已浑然天成吧？果然，隔着荒原一般辽阔的办公桌他对我说，你的文笔不错，不过，这不像是一页病历，而像一篇散文。我小声回嘴道，能说具体点吗？他说，可以的。我正想说得很详细。比如，你多次描写胆绞痛发作的症状，每次都不同，写得很精彩，但作为医学文件，在一次典型的描写之后，只需写“此后发作频繁，约XX时间一次，部位同前，疼痛性质相仿，服某类药物后缓解即可……”。

那一日，如何从荒原回到现实，我已不记得。记得的是我从此严格地约束自己的文字，不再一厢情愿。后来，我已能写出非常标准的医疗记录，以至于风闻上级领导要来检查，大家打趣说，若是抽到小毕医生的病历就好了，咱科的分数就可以打得很高，因为几乎无懈可击。



我不知道这种经历对于写作来说，是利大于弊还是弊大于利（估计是后者），我只知道我就是这样活过来的，我已无可更改。所以，若干年后，当我在某一个傍晚开始写作散文的时候，我无可逃避地沾染上了医生的痕迹，犹如我们清晨走过草地，鞋子被遍地露珠打湿，许久许久不曾被风吹干。

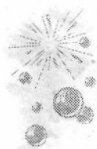
我的散文基本上是随意写的，既然当年没有机会自由自在地写出自己的想法，那么，当我有了这样的机会之后，我就率性而为。感谢多年以来编辑读者对我的宽容，使我很多散发着医药味道的文字，得以发表。在这个集子里，还有一些有感于人心繁复的文章，也许和我这几年在北师大读心理学的硕士博士课程有关。心理学是一门年轻的学问，在很长的一段时间内，它蜷缩在象牙塔内顾盼自恋。其实，它是一门多么活泼生动并与每一个人息息相关的学问啊！当我学习它的时候，常常沉浸在大的快乐和大的哀伤之中，因为它触动了我心中积满蛛网的角落。当阳光射进的那一瞬，生命因此而魅力进射。

我愿和更多的人分享心灵的颤动——这就是我写下这本集子中的那些文章的初衷和至今不变的期待。

毕淑敏



目 录 Contents



毕淑敏精品散文集

Bi Shu Min Jing pin San Wen Ji



轰毁你心中的魔床	/ 1
拒绝分裂	/ 6
飘扬的长发与人生的幸福	/ 11
何时才能外柔内刚	/ 16
今世的五百次回眸	/ 21
请为你的夸奖道歉	/ 23
未雨绸缪的女人	/ 25

养心的妙药	/ 27
素面朝天	/ 31
友情	/ 33
爱最怕什么	/ 35
风不能把阳光打败	/ 37
苍凉的生命	/ 39



- 幸福的镜片 / 43
爱的回音壁 / 45
成千上万的丈夫 / 48
家问 / 52
婚姻建筑 / 56
修补爱情 / 57
爱怕什么? / 59

佑护灾难中的孩子 / 62

非血之爱 / 66

青虫之爱 / 68

伤亡于家庭 / 72

为什么总是遇人不淑? / 75

虾红色情书 / 80

校门口的红跑车 / 85

眼药瓶的奥秘 / 91

行使拒绝权 / 96

假如酋长是女性 / 101

母爱的级别 / 104

切开忧郁的洋葱 / 106

走出黑暗巷道 / 110

蚕是被自己的丝裹住的 / 115

未来和将来的区别 / 118



千头万绪是多少? / 122

精神的三间小屋 / 127

凝视崇高 / 130

悲悯生命 / 134

女儿，你是在织布吗? / 136

淑女书女 / 139

我的五样 / 141

家中的名牌 / 146

米色诊所 / 148

物情 / 150

最廉价与最高贵的工具 / 152

我很重要 / 155

我眉飞扬 / 159

抵制“但是” / 162

紧张 / 165

优点零 / 171

医文异同 / 173

我注视我自己的头颅 / 179

指纹状的菌落 / 182

男妇产科医生 / 186

阳光下的火炬 / 192

机智地永别 / 195



化腐朽为安宁 / 197

人可以最大限度地逼近真实 / 201

青色T恤 / 205

失却四肢的泳者 / 209

常常爱惜 / 211

曼德拉的铅笔 / 213

离太阳最近的树 / 216

蓝不过 / 219

最单纯的生活必需品 / 222

旷野与城市 / 225

常读常新的人鱼公主 / 227

天使和魔鬼的数量 / 231

灰色软体 / 235

忍受快乐 / 240

寻觅危险 / 243

柔和 / 245

历史女人 / 247

苍茫之悟 / 248

天山大侠周涛 / 249

斟酌“风之堡” / 252

我知道的狼 / 255

快乐之奖 / 257



- 疲倦 / 259
旅行使我们谦虚 / 262
魔术师的铁钉 / 264
美容师的作品 / 266
女思考者 / 268
呵护心灵 / 270
“预计今天晚上到明天……” / 274

- 婚姻鞋 / 277
珍惜愤怒 / 280
提醒幸福 / 282
中性 / 286
布雷迪的猴子 / 289
为白海鸥签名 / 292
性别按钮 / 300

- 你永不要说 / 306
保持惊奇 / 309
友情如鞭 / 313
最大的缘分 / 317
无形容颜 / 319
无胆之人 / 322
你是否为女作家羞愧? / 329
结婚约等于 / 332



家中的气节	/ 335
附耳细说	/ 337
孝心无价	/ 340
雪域灯火	/ 343
七万小时之外	/ 346
大雁落脚的地方	/ 348

问女应几佳	/ 359
火车内外的风景	/ 361
泥沙俱下地生活	/ 364
向红柳忏悔	/ 366
快乐的爱好的	/ 369
莺鸟与铁星	/ 371
界限的定律	/ 373

悄悄地讲大师的故事	/ 375
永别的艺术	/ 378
我爱我的性别	/ 381
家庭幸福预报	/ 383
拍卖你的生涯	/ 387
对女机器人提问	/ 394
让我倾听	/ 397
教养的证据	/ 401





轰毁你心中的魔床

魔鬼有张床。它守候在路边，把每一个过路的人，揪到它的魔床上。魔床的尺寸是现成的，路人的身体比魔床长，它就把那人的头或是脚锯下来。那人的个子矮小，魔鬼就把路人的脖子和肚子像拉面一样抻长……只有极少的人天生符合魔床的尺寸，不长不短地躺在魔床上，其余的人总要被魔鬼折磨，身心俱残。

一个女生向我诉说：我被甩了，心中苦痛万分。他是我的学长，曾每天都捧着我的脸说，你是天下最可爱的女孩。可说不爱就不爱了，做的那么绝，一去不回头。我是很理性的女孩，当他说我是天下最可爱的女孩的时候，我知道我姿色平平，担不起这份美誉，但我知道那是出自他真心。那些话像火，我的耳朵还在风中发烫，人却大变了。我久久追在他后面，不是要赖着他，只是希望他拿出响当当硬梆梆的说法，给我一个交待，也给他自己一个交待。

由于这个变故，我不再相信自己，也不相信他人。我怀疑我的智商，一定是自己的判断力出了问题。如此至亲至密，说翻脸就翻脸，让我还能信谁？

女生叫箫凉，箫凉说到这里，眼泪把围巾的颜色一片片变深。失恋的故事，我已听过成百上千，每一次，不敢丝毫等闲视之。我知道有殷红的血从她心中坠落。

我对箫凉说，这问题对你，已不单单是失恋，而是最基本的信念被



动摇了，所以你沮丧、孤独、自卑还有愤怒的莫名其妙……

箫凉说，对啊，他欠我太多的理由。

我说，人是追求理由的动物。其实，所有的理由都来自我们心底的魔床——那就是我们对一些问题的看法和观念。它潜移默化地时刻评价着我们的言行和世界万物。相符了，就皆大欢喜，以为正确合理。不相符，就郁郁寡欢怨天尤人。

这种魔床，有一个最通俗最简单的名字，就叫做“应该”。有的人心里摆的少些，有三个五个“应该”。有的人心里摆的多些，几十个上百个也说不准，如果能透视到他的内心，也许拥挤的像个卖床垫的家具城。

魔床上都刻着怎样的字呢？

箫凉的魔床上就写着“人应该是可爱的”。我知道很多女生特别喜欢这个“应该”。热恋中的情人，更是三句话不离“可爱”。这张魔床导致的直接后果，就是我们以为自己的存在价值，决定于他人的评价。如果别人觉得我们是可爱的，我们就欢欣鼓舞，如果什么人不爱我们了，就天地变色日月无光。很多失恋的青年，在这个问题上百思不得其解，苦苦搜索“先给个理由”。如果没有理由，你不能不爱我。如果你说的理由不能说服我，那么就只有一个理由，就是我已不再可爱，一定是我有了什么过错……很多失恋的男女青年，不是被失恋本身，而是被他们自己心底的魔床，锯得七零八落。残缺的自尊心在魔床之上火烧火燎，好像街头的羊肉串。

要说这张魔床的生产日期，实在是年代久远，也许生命有多少年，它就相伴了多少年。最初着手制造这张魔床的人，也许正是我们的父母。当我们还是婴儿的时候，那样弱小，只能全然依赖亲人的抚育。如果父母不喜欢我们，不照料我们，在我们小小的心里，无法思索这复杂的变化，最简单的方式，我们就以为是自己的过错。必是我们不够可爱，才惹来了嫌弃和疏远。特别是大人们口头禅“你怎么这么不乖？如果你再这样，我就不喜欢你了……”凡此种种，都会在我们幼小的心底，留下深深的印记。那张可怕的魔床蓝图，就这样一笔笔的勾画出来了。



有人会说，啊，原来这“应该如何如何”的责任不在我，而在我的父母。其实，床是谁造的，这问题固然重要，但还不是最重要的。心理学家弗洛伊德说过，一个孩子，就是在最慈爱的父母那里长大，他的内心也会留有很多创伤（大意。原谅我一时没有找到原文，但意思绝对不错）。我们长大之后，要搜索自己的内心，看看它藏有多少张这样的魔床，然后亲手将它轰毁。

一位男青年说，我很用功，我的成绩很好。可是我不善辞令，人多的场合，一说话就脸红。我用了很大的力量克服，奋勇竞选学生会的部长，结果惨遭败北。前景黑暗，这可不是个好兆头，看来我一生都会是失败者。于是，他变得落落寡合，自贬自怜，头发很长了也不梳理，邋遢着独往独来的，好似一个旧时的落魄文人。大家觉得他很怪，更少有人搭理他了。

他内心的魔床就是：我应该是全能的。我不单要学习好，而且样样都要好。我每次都应该成功，否则就一蹶不振。挫折被放在这张魔床上翻身反复比量，自己把自己裁剪得七零八落。一次的失败就成了永远的颓势，局部的不完美就泛滥成了整体的否定。

一个不美丽的大学女生每天顾影自怜。上课不敢坐在阶梯教室的前排，心想老师一定只愿看到“养眼”的女孩。有个男生向她表示好感，她想我不美丽，他一定不是真心。如果我投入感情，肯定会被他欺骗，当做话柄流传。于是，她斩钉截铁地拒绝了他，以为这是决断和明智。找工作的时候，她的简历写的很好，每每被约见面试，但每一次都铩羽而归。她以为是自己的服饰不够新潮化妆不够到位，省吃俭用买了高级白领套装外带昂贵的化妆品，可惜还是屡遭淘汰……她耷拉着脸，嘴边已经出现了在饱经沧桑的失意女子脸上才可看到像小括弧般的竖形皱纹。

如果允许我们走进她枯燥的内心，我想那里一定摆着一张逼仄的小床。床上写着“女孩应该倾国倾城。应该有白皙的皮肤，应该有挺秀的身躯，应该有玲珑的曲线，应该有精妙绝伦的五官……如果没有，她就注定得不到幸福，所有的努力都会白搭，就算碰巧有一个好的开头，也



不会有好的结尾。如果有男生追求长相不漂亮的女孩，一定是个陷阱，背后必有狼子野心，切切不可上当……”

很容易推算，当一个人内心有了这样的暗示，她的面容是愁苦和畏惧的，她的举止是局促和紧张的，她的声音是怯懦和微弱的，她的眼神是低垂和飘忽的……她在情感和事业上成功的概率极低，到了手的幸福不敢接纳，尚未到手的机遇不敢追求，她的整个形象都散射着这样的信息——我不美丽，所以，我不配有好运气！

讲完了黯淡的故事，擦拭了委屈的泪水，我希望她能找到那张魔床，用通红的火把将它焚毁。

谁说不美丽的女子就没有幸福？谁说不美丽的女子就没有事业？谁说命运是个好色的登徒子？谁说天下的男子都是以貌取人的低能儿？

心中的魔床有大有小，有的甚至金光闪闪，颇有迷惑人的能量。我见过一家证券公司的老总，真是事业有成高大英俊，名牌大学洋文凭，还有志同道合的妻子，活泼聪颖的孩子……一句话，简直人所有的他都有，可他寝食无安，内心的忧郁焦虑非凡人所能想像，不知是什么灼烤着他的内心。

我总觉得这一切不长久。人无远虑，必有近忧。水至清则无鱼，谦受益满招损。我今天赚钱，日后可能赔钱。妻子可能背叛，孩子可能车祸。我也许会突患暴病，世界可能会地震火灾飓风，即使风调雨顺，也必会有人祸，比如“9·11”，……我无法安心，恐惧追赶着我的脚后跟，惶恐将我包围。他眉头紧皱着说。

我说，你极度的不安全。你总在未雨绸缪，你总在防微杜渐。你觉得周围潜伏着很多危险，它们如同空气看着摸不到但却无所不在无所不能。

他说，是啊。你说的不错。

我说，在你内心，可有一张魔床？

他说：什么魔床？我内心只有深不可测的恐惧。

我说，那张魔床上写着：人不应该有幸福，只应该有灾难。幸福是



不真实的，只有灾难才是永恒。人不应该只生活在今天，明天和将来才是最重要的。

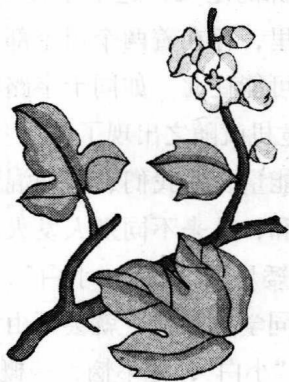
他连连说，正是这样。今天的一切都不足信，惟有对将来的忧患才是真实的。

我说，每个人都有过去、现在和将来。对我们来讲，无论过去发生过什么，都已逝去。无论你对将来有多少设想，都还没有发生。我们活在当下。

由于幼年的遭遇，他是个缺乏安全感的人。惊惧射杀了他对于幸福的感知和欣赏。只有销毁了那魔床，他才能晒到金色的夕阳，听到妻儿的欢歌笑语，才能从容镇定地面对风云，即使风雨真的袭来，也依然轻裘绶带玉树临风。

说穿了，魔床并不可怕，当它不由分说就宰割着你的意志和行为之时，面对残缺，我们只有悲楚绝望。但当我们撕去了魔床上的铭文，打碎了那些陈腐的“应该”，魔力就在一瞬间倒塌。随着魔床坍塌，代之以我们清新明朗的心态。

魔由心生。时时检点自己的心灵宝库，可以储藏勇气，可以储藏智慧，可以储藏经验和教训，可以储藏期望和安慰，只是不要储藏“应该”。





拒绝分裂

分裂是个可怕的词。一个国家分裂了，那就是战争。一个家庭分裂了，那就是离异。一个民族分裂了，那就是苦难。整体和局部分裂了，那就是残缺。原野分裂了，那就是地震。天空分裂了，那就是黑洞。目光分裂了，那是斜眼。思想和嘴巴分裂了，那是心口不一。人的性格分裂了，那就是精神病，俗称“疯子”。

早年我读医科的时候，见过某些精神病人发作时的惨烈景象，觉得“精神分裂症”这个词欠缺味道，还不够淋漓尽致入木三分。随着年龄的增长和阅历的丰富，这才知道“分裂”的厉害。

分裂在医学上有它特殊的定义，这里姑且不论。用通俗点的话说，就是在我们的心灵和身体里，存在着两个司令部。一个命令往东，另一个指示往西或是往南，也可能往北。如同十字路口有多组红绿灯在发号施令，诸车横冲直撞，大危机就随之出现了。

分裂耗竭我们的心理能量，使我们衰弱和混乱。有个小伙子，人很聪明敏感，表面上也很随和，从来不同别人发火。他个矮人黑，大家就给他起外号，雅的叫“白矮星”，简称“小白”。俗的叫“碌碡”，简称“老六”。由于他矮，很多同学见到他，就会不由自主地胡噜一下他的头发，叫一声“六儿”或是“小白”，他不恼，一概应承着，附送谦和的微笑，因而人缘很好。终于，有个外校的美丽女生，在一次校际联欢时，