



寻找你 内心深处的 芳香

每个人都有自己的芳香。
如果你时时刻刻记住人心是香的，
那么，香气就会被点燃，
像花环一样，散发出美好。

给你温暖和希望
给你疼爱自己的新年礼物

毕淑敏

著

毕淑敏散文经典

温情疗愈系列

寻找你 内心深处的 芳香

毕淑敏

图书在版编目(CIP)数据

寻找你内心深处的芳香 / 毕淑敏著. -- 武汉: 长江文艺出版社, 2016.1

(毕淑敏散文经典·温情疗愈系列)

ISBN 978-7-5354-7408-7

I. ①寻… II. ①毕… III. ①散文集—中国—当代
IV. ①I267

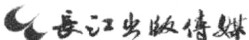

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第146532号

责任编辑: 张远林

责任校对: 陈琪

封面设计: 徐慧芳

责任印制: 左怡 包秀洋

出版:  长江出版传媒  长江文艺出版社

地址: 武汉市雄楚大街268号 邮编: 430070

发行: 长江文艺出版社

电话: 027-87679360

<http://www.cjlap.com>

印刷: 中印南方印刷有限公司

开本: 640毫米×970毫米 1/16 印张: 16.25 插页: 5页

版次: 2016年1月第1版 2016年1月第1次印刷

字数: 210千字

定价: 32.00元

版权所有, 盗版必究(举报电话: 027-87679308 87679310)

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

生命中的金羊毛（代序）

那时候，年轻的我在西藏阿里。

一天清晨，峡谷山口。我自西向东行，崎岖路上，迎面走来一位老阿妈。

她面向太阳，怀中有一丛羊毛。她的手指在羊毛中搅动，一根金色的毛线就从羊毛丛中蜿蜒而起，经过她粗糙手指捻动之后，缠络在胸前的线槌上。随着颤颤巍巍的走动，线槌渐渐膨胀起来，像一只金萝卜。

雪白羊毛。在自然繁殖的羊群中，白羊经常混血，变成花羊。能保持周身雪白的羊并不多见，白羊毛便特别值得珍惜。由于角度的关系，新鲜的阳光金雨般斜打在羊毛上，渗进疏松的缝隙中，折射出刺目的金光。从我这个方向看过去，像一丛丛金针。

文革时，我在北京读书。从学校被查封的图书馆里，偷出过很多书，读过希腊神话。年幼匆忙，囫囵吞枣。繁复的神灵体系和诡谲多变的故事，被我混为一谈，但我记住了金羊毛的传说，它和命运相关。

那时的我尽管对世界所知甚少，却是坚定的无神论者。我深信这个世界上没有神祇，没有金羊毛。尽管想象一下，那是多么奇美而蓬松的物品啊。

这一刻，我不得不承认，世界上是有金羊毛这种东西的，它就在我面前灼然怒放，百媚千娇。

我站在路边，静候老阿妈走过。她不抬头，心无旁骛地用牦牛骨做成的线槌搓捻毛线，动作机械。毛线们争先恐后地涌出来，好像原本藏在片絮状的毛团里已不耐烦。好不容易等来了老阿妈青筋毕露的手，有条不紊地把它们揪出来，再螺旋状地拧缠在一起，暴露在高原

稀薄的空气中。

我等待，并不完全是因为礼貌。只有这样以静制动，才能看清楚捻毛线的细节。

交汇的那一瞬，我惊异地发现，老人家捻的不是高粗毛线。阿里冬季长而酷寒，当地人编织衣物，用的都是像筷子般健硕的毛线，扭编起来，密不透风，才可抵御零下数十度的冰雪与罡风。老阿妈手中搓捻的毛线，却是极细而轻柔糯软的，如同蜘蛛刚吐出来的丝，随着她粗长的呼吸而纤巧抖动。

我说，老阿妈，为什么捻这样细的线？

老阿妈抬起头，面容平静。好像一百年前就知道我会等在此处的路口向她发问。她仰望着苍天说，小金珠玛米，你说错了。这不是羊毛，是羊绒。

我说，羊绒这样散细，织成衣，微风都可将它吹透。

老阿妈说，这些绒是贴着山羊脖子和肚子下面的皮生长的。你想啊，人是哪里最怕冷？山羊也一样。所以，那里长着最暖的东西。我就要有小孙子了，捻些线，给他织衣。

我说，婴儿柔嫩的肌肤，会不会觉得很扎啊？

老阿妈说，山羊会长出一些毛来扎自己吗？

这是一个问句，老阿妈却不等待我回答，独自晃着牦牛腿骨打磨而成的线轴，渐行渐远。

她凝立不动，目送她的背影，想着她的话。当她终于背对着我的时候，我看见金羊毛恢复了普通的纯白色，变得寻常而朴素。

离开西藏已多年，这图像一直烫在我的心帘上。老阿妈可还安在？她的孙儿可已长大？她怀中的线轴，不断粗大丰满，像一穗金色的玉米了吧？

终于，我也到了当年老阿妈的年纪（也许已超过了。高原上的人，容易显得苍老），我怀中也揣了一团羊毛，那是我经年累月攒下的文字。检点它们，像是从我的灵魂中抽拉而出的蛛丝，单薄绵长血汗凝结。写的时候，总期望它们生长成自己生命中的金羊毛，待岁月蹉跎聚睛再看，也不过是家常的御寒之物。

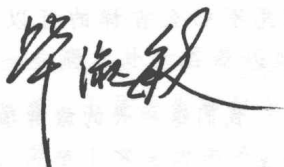
感谢长江文艺出版社的编辑同志们，将它们一一收拾起来，织成这文字的薄衣。

它们多是旧作，偶有新篇。我原来觉得一个作家选定一家出版社和一个版本，就应像古代的女子，从一而终。近来有年轻的朋友对我说，她不喜欢太中规中矩的老式装帧，希望书籍与时俱进，变得活泼而灵动。

尝试一下，便有了这套书。

我愿以当年老阿妈为自己亲人捻线的心境，要求自己的文字，温暖而不伤人。

祝福读者朋友们安宁快乐。藉着文字，我们相逢在朝阳斜射的山口。



2013年7月29日

寻找你内心深处的芳香



每个人都有自己的芳香。

我的黑人导游，在非洲赤道线上的热带雨林中，一边用砍刀削着拦住小径的绿色枝条，一边对我说。他先前介绍过自己名字很难发音，在他们民族的语言中，那意思是啄木鸟。

非洲人的名字一般都很长，好听的可以叫“微风”或是“露珠”，意思不那么吉祥的可以叫“痛苦”或是“影子”。啄木鸟是褒义的名字。

我们这一天的旅游项目是“香料之旅”，啄木鸟的开场白也和香气有关。

我想了想，说，我相信每一个人都有属于自己的味道。不然，警犬如何找到罪犯或是失踪的人呢？

我不动声色地反驳了啄木鸟一下。我说的是味道，而他说的是香气。

我以为啄木鸟不一定能察觉，不想他非常敏锐地答道，人本来都是有香气的，就像这些植物，都有属于自己的独特香气。人也是这样的。你闻到过任何一个新生的孩子是臭的吗？没有，所有的婴儿都是香喷喷的。他们每一口呼吸的味道，都是讨人喜爱的。上天在每一个身体当中，都建有香气扑鼻的宝殿。

啄木鸟说这些话的时候，顺手摘下了一朵红色的花。这是口红树，它们的汁液，染红了世界上无数女子的双唇。他牢记自己的工作，向我介绍说。

他穿一条千疮百孔溃不成军的牛仔裤，上身是汗渍的衬衣。当低处的野花钩住裤脚的时候，他就不由自主有一个短暂的翘翘。地面湿

滑，布满摇落的雨水，但啄木鸟总是有惊无险地最终保持了平衡。我甚至觉得他很享受这种深一脚浅一脚的风险，这让他森林探险的向导过程充满乐趣。也许正是由于他的东倒西歪，才会让游客格外提高警惕。试想如果导游健步如飞，旅人很可能会忽略了脚下的坎坷。

我说，口红树的花香吗？

啄木鸟说，任何树都是香的。不过口红的香，是另外的一些化学的东西调配出来的。

我说，在你的字典中，是不是所有味道都是香的呢？

啄木鸟非常聪明，他知道我对他所说的人都是芬芳的有所不赞同，就说，人本来都是有香气的，走着走着，就像人们丢掉自己的脚印一样，人们也会失掉香气。到了老年，很多人不但不香，有些人还发出臭味，不信，你闻一闻快要死的人，他们的脏器开始腐烂，人就只剩下恶味了。

我以前当过医生，的确有这种体验。有一些病人外壳看着还好，但他们发出了一种只有死亡临近才会涌来的味道。于是医生和护士们就知道，他们在人世间的日子，屈指可数了。再举个常见的例子，如果不幸发烧了，你就会发出一种类乎傻子味道。

我对啄木鸟说，按你这样讲，人好闻的时间其实挺少。就算人生下来的时候是香的，很快也就会被这个世界污染，变得不香。

啄木鸟停下脚步，他手里缠着一些绿藤和紫花，飞快地编绕着，好像在结一件蓑衣。他叹息着说，身体上的香渐渐走远，更要找到暗藏的内香。在每一颗人心深处，都有一种芳香。如果你不寻找，它们就和肉体的衰老一道掩埋，再也找不到。如果你时时刻刻记住人心是香的，那么，香气就会被点燃，像花环一样，散发出美好。

他说着，向我招招手，示意我走过去。我这才发现，他已经利用走路的当儿，采摘了各类香草，把它们裹在一起，形成一顶美丽的花冠。我刚凑近，就闻到花冠发出的柔和之香。

真的，任何一种人工合成的香水都要在这顶大自然的馈赠面前退避三舍。即便庙堂静修之所发出的肃穆庄严之香，也要逊色。它是百草百花的混合之香，温和安稳亲切丝滑。毫无咄咄逼人的香氛，但却

让你自然而然地服帖平定，心境清明。

啄木鸟，这花香和人内心深处的香气有关联吗？我问。

啄木鸟把花冠递给我，说，我们族人，都相信人的内心是可以发出芳香的。谁能闻得到这些香气，就说明他心灵里有芬芳之花。香与香相吸，会发出奏鸣。若是一个内心没有香气的人，他也闻不到大自然的香气。

我点头，但更多相信这是一种象征。我就不相信十恶不赦的人，嗅觉也会丧失功能。或许为了躲避危险，更灵敏了也说不定。

我把这疑惑同啄木鸟说了。难道坏人的鼻子也聋了吗？

啄木鸟说，坏人是闻不到香气的。因为他一心想着恶行，不会察觉到美善的事情。久而久之，他就闻不到香气了。

我说，在你们族人的传说中，香气代表着什么呢？

啄木鸟抬起头看着苍天，在密林中，我们能看到的天空极其狭窄，像一根蜿蜒的蓝毛线。啄木鸟说，我们内心深处的香气，就是勇敢忠诚，爱太阳爱树木爱族人爱春天爱公平和正义……

因为仰头，香草之冠的香气格外浓郁。在非洲的热带雨林中，不仅寻觅着大自然最曼妙的植物之香，也寻找着心灵深处的灵魂之香。

目 录

寻找生命中真正的快乐

九芒星的钥匙 / 3

忍受快乐 / 4

为自己建立快乐的生长点 / 8

感动是一种能力 / 11

切开忧郁的洋葱 / 13

抑郁的源头 / 17

风不能把阳光打败 / 19

自拔 / 21

孤独是一种兽性 / 23

疲倦 / 25

柱子的弹性 / 28

我在寻找那片野花 / 30



我很重要

我很重要 / 35

流露你的真表情 / 39

蚕是被自己的丝裹住的 / 43

人可以最大限度地逼近真实 / 46

对自己诚实一点 / 50

人生有三件事不可俭省 / 52

握紧你的右手 / 54

指纹状的菌落 / 56

上帝的指甲 / 60

因为柔软，所以更需要智慧 / 65

拒绝分裂 / 68

我的故事 / 73



谁是你的重要他人

鱼在波涛下微笑 / 79

人生的九大关系 / 80

谁是你的重要他人 / 83

看着别人的眼睛 / 92

界限的定律 / 95

藏獒与虎皮鹦鹉 / 97

谁是你的支持系统 / 102

为什么总是遇人不淑 / 104

姑娘，你最近还好吗 / 109

红与黑的少女 / 112

出卖冥位的女生 / 117



带着梦想上路

- 风的青睐 / 125
所有的动力都来自内心的沸腾 / 127
拍卖你的生涯 / 129
目标要趁早 / 135
千头万绪是多少 / 137
浸透罂粟的骨髓 / 142
攀援就是一切 / 147
楼梯拐弯的女孩 / 150
在断肋上放钱 / 153
十年后，请到东京律师楼 / 158



内心深处的芳香

- 无形容颜 / 169
“我羡慕你” / 172
内在的洁净 / 174
白衣飘飘 / 177
何时才能外柔内刚 / 180
蓝宝石刀 / 184
我眉飞扬 / 190
冰雪篱笆 / 193
做自己身体的朋友 / 198
我的颜料是平静 / 200



孤独是一种成全

- 阅读是一种孤独 / 211
- 与寂寞相伴 / 214
- 铁马冰河入梦来 / 217
- 淑女书女 / 222
- 关于事业与自然的蒙太奇 / 224
- 写给胆小的朋友们 / 230
- 稀少的职业 / 235
- 为了雪山的庄严和父母的希望 / 239

人生的意义

寻找生命中
真正的快乐



当他们搜遍天空海洋的

每一朵云彩和每一粒水珠，

蹂躏了地球上的每一寸土地，

还未曾找到天堂的钥匙的时候，

也许他们会惆怅而思索地低下头来，

察看自己的内心吧？

九芒星的钥匙

有一个古老的传说，在宇宙中有一颗闪着九束霞光的星辰，叫做九芒星。九芒星是天堂的所在，人类如果最后抵达了那里，就会健康快乐，充满力量。九芒星有一枚钥匙，当众神缔造完了人类的那天傍晚，他们聚在一起，商量着把这枚伟大的钥匙究竟藏在哪儿。既不能让人类很轻易地找到，也不能让人类总也找不到，永远浸泡于痛苦之中。

争论了半天。有的说，把九芒星的钥匙扔入大海之峡，有的说，埋在雪山之巅，有的说，干脆裹进太阳的肚子里……但众神一想，这些地方随着人类的科技发达，总是可以找到的。讨论了很久，最后众神统一了意见，把九芒星的钥匙种在一个最好找又最不好找的地方，那就是——人类的心田。

众神很得意。这个地方，人类在最初的时候，是绝对想不起去寻找的。当他们搜遍天空海洋的每一朵云彩和每一粒水珠，踩踏了地球上的每一寸土地，还未曾找到天堂的钥匙的时候，也许他们会惆怅而思索地低下头来，察看自己的内心吧？

在每个人的星空，都有一颗九芒星。在每一颗九芒星的上面，都建有一座快乐的天堂。在每一座天堂的墙壁上，都镶着一扇需要打开的门。在每个人的心中，都藏着一枚九芒星的钥匙。

寻找你的九芒星钥匙吧。找到了，快乐和力量就像瀑布，从此充满了你的血脉。



忍受快乐

现代散文选

忍受快乐。

这个提法，好像有点不伦不类。快乐啊，好事么，干吗还要用忍受这个词？习惯里，忍受通常是和痛苦、饥寒交迫、水深火热联系在一起。

忍受是什么呢？是一种咬紧嘴唇苦苦坚持的窘迫，是一种打碎牙齿和血吞下的痛楚，是一种巴望减弱祈祷消散的呻吟，是一种狭路相逢听天由命的无奈。

如果是忍受灾害，似乎顺理成章。忍受快乐，岂不大谬？天下会有这种人？人们惊愕着，以为这是恶意的玩笑和粗浅的误会。

环顾四周，其实不欢迎快乐的人比比皆是。不信，你睁大了眼睛，仔细观察一下当快乐不期而至的时候，大多数人们的惊慌失措吧。

最具特征的表现是：对快乐视而不见。在这些人的心底，始终有一股冷硬的声音在回响——你不配拥有……这是过眼烟云……好景终将飘逝……此刻是幻觉……人生绝非如此……啊！我太不习惯了，让这种情形快快过去吧……

我们姑且称这种心绪为——快乐焦虑症。

这奇怪的病症是怎样罹患的？

许多年前，我从雪域西藏回北京探家，在车轮上度过了二十天时光。最终到家，结束颠沛流离之后，很有几天的时间，我无法适应凝然不动的大地。当我的双脚结结实实地踩在地上的时候，感觉怪诞和恐慌。我焦灼不安地认为，只有那种不断晃动和起伏的颠簸，才是正常的。