

毕淑敏◎著

# 轻轻走向完美

我们就像一个命运的绣女，  
心中存着完美的图案，  
平心静气，一针一线宁静地绣下去……



红旗出版社

毕淑敏◎著



轻轻走向完美

红旗出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

轻轻走向完美 / 毕淑敏著.

—北京: 红旗出版社, 2014.12

ISBN 978-7-5051-3262-7

I. ①轻… II. ①毕… III. ①女性—修养—通俗读物

IV. ①B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第221075号

- |                        |                    |                 |         |
|------------------------|--------------------|-----------------|---------|
| 书 名                    | 轻轻走向完美             |                 |         |
| 著 者                    | 毕淑敏                |                 |         |
| 出 品 人                  | 高海浩                | 责任编辑            | 栗博莉     |
| 总 监 制                  | 徐永新                | 特约编辑            | 刘德荣     |
| 装帧设计                   | 蔺 峰                | 摄 影             | 郝新国 汪 颖 |
| 出版发行                   | 红旗出版社              | 插 图             | 吴玉龙     |
| 地 址                    | 北京市沙滩北街2号          | 邮 编             | 100727  |
| 编 辑 部                  | 010-64037144       |                 |         |
| E-mail                 | hongqi1608@126.com |                 |         |
| 发 行 部                  | 010-88622114       |                 |         |
| 印 刷                    | 三河市恒彩印务有限公司        |                 |         |
| 开 本                    | 710毫米×1000毫米       | 1/16            |         |
| 字 数                    | 220千字              | 印 张             | 15      |
| 版 次                    | 2014年12月北京第1版      | 2014年12月河北第1次印刷 |         |
| ISBN 978-7-5051-3262-7 |                    | 定 价             | 34.00元  |

欢迎品牌畅销图书项目合作 联系电话: 010-84026619  
凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 本社发行部负责调换。



春风拂面，你我在书中相逢。

由红旗出版社、中国妇女报社、人民网联合举办的书香“三八”读书活动，是专门为女性朋友倾心搭建的阅读推广平台，希望它能有助于女性养成爱读书的好习惯。在一生中，与书结伴，多读书，读好书。在生命的途中，始终可闻到书的芳香，提升品位，升华境界，轻轻走向完美。

谢谢信任，我被书香“三八”活动组委会邀请参加第一届第二届征文的评审。姐妹们的精彩文章，弘扬正气、传达正能量，给我以启迪和鼓舞，犹如听到一颗颗蓬勃的心脏在跳动，让人充满了敬重。

今年，受组委会的委托，我写了第三届书香“三八”读书活动的用书。作为以写作为职业的人，我已经写过很多本书了，但这一次，内心十分激动，有很多贴心的话儿要对姐妹们说。同时又很忐忑，不知自己这个手艺平平的厨师，烹制的“饭菜”能否合大家的口味。重担在肩，倍感压力。

经过一年多的光阴和努力，书终于整理完稿了，内容涉及爱情、婚姻、家庭、工作、健康等等方面，期望大家喜欢。

我已年过花甲，回忆走过的年华，除了年幼不识字的辰光，几乎是日日读书的。记得生完孩子，也抱着书读。婆婆着急了，让我先生转告，坐月子读书，会看伤眼睛，留下终身疾病。我让先生转达了对婆婆的谢意，但还是照看不误。以我当医生的经验，觉得只要注意营养和姿势，读书应该不会对身体造成损害。读书已成为我的习惯，犹如一日三餐，不看书，就是精神的绝食。

借着自序这个机会，我想和姐妹们说说我对读书这件事的体会。

书对于女人的效力，不像睡眠。睡眠好的女人，容光焕发。失眠的女人，眼圈乌青。读书的女人和不读书的女人，在一天之内是看不出来的。书对于女人的效力，也不像美容保健食品。滋润得好的女人，驻颜有术。失养的女人，憔悴不堪。读书的女人和不读书的女人，在三月之内，也是看不出来的。

日子是一天天地走，书要一页页地读。轻风朗月水滴石穿，一年几年一辈子地读下去。书就像微波，从内向外震荡着我们的心，徐徐地加热，精神分子的结构就改变了，成熟了，书的效力就会凸显出来。

读书的女人，更善于倾听，因为书训练了她们的耳朵，教会了她们谦逊。知道这世上多聪慧明达的贤人，吸收就是成长。

读书的女人，更乐于思考。因为书开阔了她们的眼界，拓展了原本纤细的胸怀。明白世态如币，有正面也有反面。一厢情愿只是幻想。

读书的女人，更勇于决断。因为书铺排了历史的进程，荟萃了英雄的业绩。懂得万事有得必有失，不再优柔寡断贻误战机。

读书的女人，更充满自信。因为书让她们明辨自己的长短，既不自大，也不自卑。既然伟人们也曾失意彷徨，我们尽可以跌倒了再爬起来，抖落尘灰向前。

读书的女人，较少持续地沉沦悲苦，因为晓得天外有天乾坤很大。

读书的女人，较少无望地孤独惆怅，因为书是她们召之即来永远不倦的朋友。读书的女人，较少怨天尤人孤芳自赏，因为书让你牢记个体只是恒河沙粒沧海一粟。读书的女人，较少刻毒与卑劣，因为书中的光明，日积月累浸染着节操鞭挞着皮袍下的“小”……

姐妹们，想让人生美好，就做个爱读书的女人吧。从书中得个美妙的图案，平心静气一针一线地绣下去，幸福的图案就渐渐浮现在眼前。



2014年9月  
于北京



## 做女人，很美



我爱我的性别 / 002

三月，有我们的节日 / 005

寻觅优秀的女人 / 008

握紧你的右手 / 012

## 我很重要



我很重要 / 016

决定日月，决定悲喜 / 020

你站在金字塔的第几层？ / 023

保持惊奇 / 028

第6000次回答 / 033

## 爱怕什么

爱怕什么 / 038

非血之爱 / 041

母爱的级别 / 043

爱的回音壁 / 046

青虫之爱 / 049

## 爱情也如种子

爱情也如种子 / 054

关于爱的奇谈怪论 / 058

爱情没有快译通 / 063

虾红色情书 / 068

修补爱情 / 074



## 婚姻鞋

婚姻鞋 / 078

成千上万的丈夫 / 081

飘扬的长发与人生的幸福 / 085

剩女出嫁 / 091

垃圾婚 / 098

## 家 问

家 问 / 104

家的疆域 / 108

家中的气节 / 111

家是有生命的精灵 / 114

对女机器人提问 / 116

## 造 心

造 心 / 120

心轻者上天堂 / 123

最单纯的生活必需品 / 125

心理学家的曼陀罗 / 128

灵魂的居所 / 134

无形容颜 / 139



## 走出黑暗巷道

走出黑暗巷道 / 144

心情拒绝创可贴 / 149

千头万绪是多少? / 155

如果生气是一匹野马 / 160

当我忧郁的时候 / 164

风不能把阳光打败 / 166



## 提醒幸福

提醒幸福 / 170

幸福盲 / 174

送你幸福瓶 / 176

家庭幸福预报 / 179

恰到好处的幸福 / 183

美好标本 / 187

## 做自己身体的朋友

做自己身体的朋友 / 196

每个人的身体都像宫殿 / 199

为身体投票 / 202

## 让人生慢慢完美

寻找你内心深处的芳香 / 208

蚕是被自己的丝裹住的 / 211

柔和 / 215

常常爱惜 / 218

拒绝分裂 / 220

让人生慢慢完美 / 225



## 做女人，很美



女人制造新的人，包括男人和女人，女人源源不尽的爱孕育了这个世界。

努力做一个美好的女子，是一场修行，又像是用一生凝造一个绝世之作，是一件多么不易又多么有趣的事啊。



## 我爱我的性别

除极少数人以外，每个人都有一个明确的性别。这是一种先天的必然。不过，就像不是所有的人都接受他们的长相一样，很多人不爱自己的性别。

不爱自己的性别的人，是自卑的人，是不快乐的人，甚至——是悲惨的人。

细细分析，什么样的人最不爱自己的性别呢？也就是说，是男人不爱自己是男人，还是女人不爱自己是女人呢？

我想，不用做特别周密的调查就可以发现，在不喜欢自己性别的人群当中，女人占了大多数。

我也在其中。在过去很长的一段时间内，我不喜欢自己的性别，总在想，如果有可能的话，我愿意下辈子变成男人。

当然，我的决心还不够大。如果足够大的话，我可以去做变性手术，那么这辈子就可以变成男人了。

为什么不喜欢自己的性别呢？说来话长。在我还没有性别这个概念的时候，是无所谓喜欢还是不喜欢的。就像我们没有特别地喜欢还是不喜欢自己的

手和脚。你喜欢也罢，不喜欢也罢，它都忠实地追随着你，默默无言地为你贡献着力量，你不能把它砍了剁了。如果不出意外，你得驮着它们直到生命尽头。

让我开始不喜欢我的性别的，是这个社会中的文化。它把一种弱者的荆棘之冠，栽到了女性的头上。你是一个女人，你就打上了先天的“红字”，无论你多么努力，都将堕入次等公民的行列。

在白雪皑皑的世界屋脊，我是一名用功的医生。一次，司令员病了，急需诊治。刚开始派去的都是男性，但不知是司令员的威仪吓坏了他们，还是高寒缺氧让病情复杂难愈，总之，疗效不显，司令员渐趋重笃。病榻上的将军火了，大发脾气道，还有没有像样的兵了？领导于是派我出这趟苦差。也许是病势沉重的司令员，在我眼里同个瘦弱的老农没多大区别，手起针落，该怎么治就怎么治。也许是前头的治疗如同吃进了三个包子，轮到我这第四个包子的时候，幸运已然降临。总之，他渐渐地康复了。几天后，司令员终能勉强坐起，批阅文件调度军队了……深夜，他看着忙碌的我，突然长叹道，可惜啦！你是个女的。我说，女的有什么不好？司令员说，如果是个男的，我就提你当参谋。以后，兴许你能当上参谋长。可你是个女的，这就什么都瞎了……那一刻，仿佛昆仑山万古不化的寒冰，崩入我心田。我知道了有一种与生俱来的羞辱，从此将朝夕跟随于我。无辜的我，要背负着性



别这个深渊般的负数，直到永远。无论怎样努力，它都将如魔鬼般地冲抵着成绩，让我自轻自侮。前面，是透明的气囊，阻滞我步伐。上面，是透明的天花板，遮挡我飞翔……

后来，在漫长的岁月里，经过了痛苦的学习和反思，我才领悟到——我的性别是我不可分割的一部分，它无罪。

人类的性别，是人类的进化与分工，它是人类的骄傲。人为地将性别划分出高尚的和卑贱的区别，是一种偏见和愚昧。

女性，这一神圣的性别，和男性具有同样的思索与行动的能力。因此，她是平等和光荣的。她所具有繁衍哺育后代的结构和职责，更使她辛劳和伟大。

我的性别，如同我的身体，我的大脑，我无条件地接纳它。

于是，我热爱我的性别。



## 三月，有我们的节日

记得上初一的时候，一天上午，女教师对我们说：“今天是‘三八妇女节’……”我们乖乖地坐着，从小到大，每年都要听到一次这样的开场白，后面的话不听也猜得出来：下午女教师都放假了，你们要自己复习功课……我们安安静静地等待意料中的下文，没想到老师说：“所有的女同学放假半天。”

这是我第一次过“三八妇女节”，第一次被人庄重地当作女人。那一天，北京下着春雪。纷纷扬扬的雪花和对于女人最初的感受，从此在我记忆的天空中永远飘荡。

好长时间不喜欢女人这个词，觉得它像麻布一样松软无形，仿佛一个阴晴未定的早晨，谁知道会不会出太阳。于是便穿皮夹克，留短短的头发。妈妈说：鞋穿得那么费，比个男孩还要淘！虽说挨着骂，为了这后半句话，心中还很得意。后来，我当了兵，来到喜马拉雅山、冈底斯山、喀喇昆仑山三山交汇的一处博大的高原。连绵的冰川、无尽的雪峰，横亘在我青春的道路之上。我们是那里最初一批也是最后一批女兵，和男兵们一起爬冰卧雪，餐风宿露。假如不是每发6元钱津贴费时，要给我们加发7角5分的卫生费，我几乎以为自己

已成功地成为一个男人了。

终于愿意当个女人了，是因为有了我的儿子。他使我认识到了女性自身的伟大和勇敢。她承担了这个世界上最复杂最精细最充满开创性的劳动——她制造新的人，包括女人也包括男人。生命的基因像一条缀着金锚的水兵飘带，是女性用自己的血凝为红宝石，以自己的眼泪和汗水化为珍珠，把智慧的密码绣在蔚蓝色的大海上，在波浪与白云之间飘扬。

许多年过去了，我依旧爱穿夹克，它有那么多口袋，可以装许许多多杂乱的东西。我依旧爱留短短发式，因为它简洁而随意。但我不再歧视我的性别，不再去刻意模仿男人。我终于知道世界上有一些事情，是不能选择，也不能改变的。造物主随手给了我们一张白纸，你不可能再换一张。我们能做的事，就是在这张纸上，画美丽的画，写潇洒的字。

于是，每年临近三月，心中便有了企盼，盼那个完完全全属于我们的节日。那个下午终于到了，和女伴们去看一场久已慕名的电影；和女同学一起追忆遥远的往事；到公园里静静地走，任凭略带寒意的春风，吹起丝绸披肩的一角；看野外暖气霭然的大地，浮动若隐若现的青翠……

记得一个女人曾经在书上写道：“三八妇女节”若是能往后推几天，该多好！现在这个日子太冷了，女人们穿着厚厚的冬衣，无法显示出身材的婀娜与美丽。

可惜“三八”不单是一个充满鲜花的节日，它的源头是一场血与火的抗争。饥寒交迫的女人，是无暇顾及美丽的。她们用自己的热血，为后来的女人们，争取了包括美丽在内的许多权利。

记得一位中年男子曾经悻悻地说：你们都有节日，唯独我没有。仔细想一想，好像也有道理：孩子们有儿童节，老人们有重阳节，青年人有“五四”……我说：你们也有节日，比如五一国际劳动节。他反驳说那是大家共有的节日，不算。我这才明白，节日就像一个国度，是有特定的领海和领空。