

慢慢完美

让人生

毕淑敏
著

写就生命之书

数十载人生经验积淀

华语世界首席心灵导师毕淑敏

毕淑敏散文经典



温情疗愈系列

毕淑敏散文经典



温情疗愈系列

慢慢 让人生 完美

毕淑敏
著



长江出版传媒



长江文艺出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

让生活慢慢完美 / 毕淑敏著. -- 武汉 : 长江文艺出版社, 2015.8

(毕淑敏散文经典·温情疗愈系列)

ISBN 978-7-5354-7365-3

I. ①让… 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 146664 号

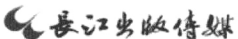
策 划: 尹志勇

责任编辑: 方 莹 张远林 孙晓雪

责任校对: 陈 琪

封面设计: 徐慧芳

责任印制: 左 怡 邱 莉

出版:  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: 中华商务联合印刷(广东)有限公司

开本: 640 毫米×970 毫米 1/16 印张: 17 插页: 5 页

版次: 2015 年 8 月第 1 版 2015 年 8 月第 1 次印刷

字数: 200 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，囫圇吞枣。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。

我凝立不动，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。近來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。

毕淑敏

让人生慢慢完美



相貌平平名叫芄兰的女生对我说，她很生自己的气。

从小在家里，后来上学工作，再后来嫁了人，我总是要看着别人的脸色说话。什么时候，我才能够大声地说出自己想说的话呢？芄兰苦恼地垂着头。

我说，芄兰，这件事你现在就可以做啊！把你心里现在想的话，大声说出来，我在这里来听你说。这件事可能不像你想的那样难啊！

芄兰睁大眼睛说，真的？我不信。

我说，当然是真的。你现在就可以试一试。

于是，她夸张地大张着嘴巴，清瘦的脖子上静脉怒张，锁骨凸起。当我以为会有虎啸龙吟发出来的时候，周遭一派寂静——她什么也没说出来。

芄兰不好意思，扭捏说，我还是不习惯，我发不出声音。

我鼓励她说，你不是很生自己的气吗？不是很想改变吗？那么现在就可以不用生气，来，开始！很多人总以为改变很难，总把目光放到遥远的地方。每逢说到国际大事便慷慨激昂，但是一涉及身边力所能及的小改变时，就推三阻四。你如果真想改变自身，请试一试。

她又张开了嘴，露出粉红的舌尖。当我以为会有一丝微弱声音发出时，笼罩她的还是铅一般的缄默。

芄兰眼巴巴地看着我，希望我再鼓励或是再批评。可是，我也狠下心坚持沉默。对于一个不想改变的人，再多的话也是枉然。

就在这种僵持中，我突然听到有人吞吞吐吐地说：我要低多少次头，才能换来一次抬头？我什么时候才能变得完美？谁能告诉我？谁……

我几乎看不到她的嘴唇动，但我听到了这句话，下意识地四处张望。以为在我们周围，躲着另外一个怯生生的女孩。

但是，没有。于是，我知道了。这句话，就是从芄兰嘴里说出来的。

我说，很好。如果大点声，就更好了。

她又迟疑了，好像第二次说话，比第一次还困难。幸好没有等太久，她就开口了。声音比刚才大了一点，但仍有限，依然是喃喃自语。

我说，请再大声一点。

这一次，芄兰终于响亮地说出来——我要低多少次头，才能换来一次抬头？我什么时候才能变得完美？谁能告诉我？谁？

芄兰从小在父母的严格管束下战战兢兢地长大，没有高学历，在一家公司做小职员，我能理解她的苦衷。所有的人都可以批评她，她对所有人都是服从。我叹息道，我听见了你此时此刻想说的话。

芄兰说，这不仅是此时此刻想说的话，而且是我天天都想说无数次的話。

我说，听你这句话，包含着好几重意思。比如抬头低头，你分出了尊卑。其实抬头低头都是人类脖颈的正常功能，原则上并没有高低贵贱之分，并不是低头就一定象征服软，抬头就表示很有尊严。真正的尊严感来自我们的内心，女孩子常常低头一笑，还更妩媚呢。如果你没有搞清楚这一点，那么有朝一日你若有了力量，很可能就眼睛向上，不屑于低头谅解。人应该坚强和柔兼备的。

芄兰想了想说，好吧，那我就这么耿耿于怀抬头低头这事了。可是，我不知自己何时才能变得完美……很想找到答案。

我说，你这个想法，几乎人人都有。绝大多数人一定是希望自己人生美好。我就不信有哪个娃娃从小就打定主意，让自己一辈子过凄惨悲痛人不理狗都嫌的日子。

她一个劲儿点头。我在内心哀伤，每一个疯狂要求完美的成人心里，都居住着一个自卑的孩童。我说，我赞同你说的人生需要完美，但是不同意快快完美。

芄兰说，为什么呢？既然我们要求完美，为什么要慢吞吞？

我说，先要考考你。你说这完美的“完”字是个什么意思？

芄兰说，“完”是完结完整完好完全完备的意思吧。

我说，芄兰你语文学得不错啊。在我的理解中，“完”最直接明确的意思，就是结束。

芄兰大吃一惊说，您的意思是“完”就是全完了？

我说，对啊。只有直到终结的时候，我们依然美丽，这才算完美。

芄兰哭丧着脸说，我还这么年轻，我可不想玩完。

我说，对啊。完美就是终极，你可以列为目标，但是不必想着完美指日可待。只要我们的生命没有完结，完美的过程都是现在进行时。所以，我们只能让人生慢慢趋于完美。

芄兰说，哦，我明白了。当我们不断追求完美的时候，其实我们是无法完美的。完美没有标准答案，你只能在完成它的过程中完善。

我说，芄兰你不单语文不错，别的方面也很有悟性呢。完美是我们的目标，“完美”的意思也可以解释为“完成美好”。我们的人生肯定会有很多不完美的地方，就像这个世界从来都不是完美的。完美只是相对的，不是绝对的。所以，慢慢地走向完美吧。完美这件事情并不像复仇，好像年代越久就越不可等待，它不必争分夺秒。我们就像一个命运的绣女，只要心中存着完美的图案，平心静气一针一线宁静地绣下去，便会日臻完美。到了生命结束的那一天，完美谢幕。

目 录



生命的宽度

人生如带 / 3

生命之序 / 5

比树更长久的 / 7

生命的借记卡 / 10

翻译时间 / 15

节令是一种命令 / 17

米色诊所 / 19

“未来”和“将来”的区别 / 21

豆角鼓 / 25

大雁落脚的地方 / 27

年龄的颜色 / 38

延长中年 / 41

你我的记忆 / 43



你不能要求没有风暴的海洋

你不能要求没有风暴的海洋 / 49

你是否需要预知今生的苦难 / 51

离太阳最近的树 / 54

绝望之后的曙光 / 56

苍凉的生命 / 61

苦难之后 / 64

深绿是浅绿的弟弟 / 67

救树 / 69

今世的五百次回眸 / 71

苍茫之悟 / 73

最大的缘分 / 74

崇文门三角洲的马莲 / 76

葵花之最 / 78



命运不是生命的借口

用生命擦拭生命 / 83

关于生命与命运的遐想 / 84

悲悯生命 / 88

世界上最缓慢的微笑 / 90

翅膀上驮着天堂亲人的期望 / 96

关于人生的沉思 / 105

无法投递的礼仪电报 / 110

寻觅危险 / 112

在火焰中思索 / 114

柳枝骨折 / 116

艾滋之椅 / 118

口罩 / 122



生如夏花，死如秋叶

- 生命和死亡如影随形 / 129
- 生命的颜色 / 133
- 炼蜜为丸 / 139
- 永别的艺术 / 142
- 写下你的墓志铭 / 145
- 摄影能否记录死亡 / 150
- 安然逝去 / 154
- 太平门与非常口 / 160
- 我注视我自己的头颅 / 162
- 一场没有时间表的宴席 / 165
- 让死亡回归家庭 / 171



生命，因意义而蜕变

- 你为什么而活着 / 179
- 精神的三间小屋 / 184
- 每个人心中都有一个本子 / 187
- 假如我能活下去 / 193
- 飞翔吧，生命 / 195
- 为生命找到意义 / 198
- 每一天都去播种 / 200
- 没有少作 / 202
- 女人什么时候开始享受 / 212
- 热爱说话 / 215



生命，一个光滑的过程

生病也是生活 / 223

药是一把斧 / 225

戒指描述疼痛 / 228

一个光滑的过程 / 230

久病成灰 / 234

刀下留情 / 236

谁知盘中餐 / 239

草原上的猎人树 / 242

医文异同 / 246

斯特朗的地毯鞋 / 252

奶奶是没有翅膀的天使 / 255

人生如带

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

人生如带，太窄的宽度中，有一枚枚你沉默的甲子。

生命的宽度



有一个主宰一切的幽灵，
拧紧我们的每一寸筋骨，
驱使我们向前。

这是怎样一种至尊无上的力量？
它就是生命的不可重复性。

人生如带

人类送往太空的礼品中，有一盘录有声响的带子。

其他星球上的生物，有一天将凭着这带子认识我们地球人。

能在这样的带子上留下痕迹，该是至上的光荣。

人生的节奏越来越快。

好像有一只无形的狼犬追逐着我们，每个人都在和冥冥之中的某种速度竞赛。

有一个主宰一切的幽灵，拧紧我们的每一寸筋骨，驱使我们向前。

这是怎样一种至尊无上的力量？

它就是生命的不可重复性。

每个人诞生的时候，都是上帝之手涂抹干净的一盘磁带。伴随我们的生命，它开始缓缓地转动，录下大自然的风雨，录下慈父母的教诲，录下前人心血的结晶，录下远方未知的问号……

在带子的尽头，是沙沙走动的无声无息的空白。

每个人都顽强地想留下属于自己的声音。

带子默然向前，不理睬人们的叹息与挽留。它只保存一代又一代人类最精彩的声响，使自身更臻完美与辉煌。

与人类永恒的传送带相比，我们每个人渺小如蚁、孱弱如丝、轻淡如烟、消逝如水。

带子输送着一代又一代的人们走进宇宙的深处，那是一去不复返的轨道。

带子不断清洗着嘈杂的声音，毫无商量地拒绝重复。带子只承认最新鲜、伟大的发明，在历史的沉积中变得越来越坚硬，要在上面留



下痕迹越来越艰难了。

你必须用人类迄今为止最优异的养料滋润自己的头脑，你要站在巨人的肩膀上。

巨人屹立着，并不因为你的弱小而弯下臂膀。巨人沉默着，他们敞开自己，却不肯搀扶你。攀登巨人几乎费掉我们毕生的精力，许多人在这样的探索中凝固，成为巨人的一部分，悲哀地失去了自身。

当那些最勇敢、最智慧的人攀到前所未有的高度时，迎接他们的是严寒与荒凉。

面对纷繁的星空和遥远的黑洞，你踏出高贵而孤独的脚步。

你极可能走错，湮灭如灰尘。

带子是不保留探索者的脚印的，它淡然地看着一位位先驱者仆倒，只为成功者留下位置。

宇宙用死亡限制人们的步伐。人类的每一个婴儿降生，都是历史的一次重新开始。智者离开时，卷走了他们没有诉诸文字的所有发现。

历史不记录回声。人的生命是长度固定的锁链，为了对抗死亡，为了在重复学习之余留出创造的空间，只有在每一个生命之环上负载更多的希冀与沉重，人类日益变得匆忙与紧张。

做人是越来越累了。我们已无暇再创造语言与文字这类服务于全人类的精神奢侈品，我们已在忙乱中迷失最初的意愿。人们越来越频繁地聚散，物品越来越快地更迭。我们以为过程就是终极，我们在旋转，以为是前进。

带子沉默着。冷静甚至冷酷地等待着我们。

它只记录最优秀的声音。假如世间喑哑，它就耐心地等待。

人们在万籁俱静的深夜，倾听生命的磁带。

它均匀地无声地行进着，期待着。