



毕淑敏作品

BISHUMINZUOPIN

毕淑敏/著 时代文艺出版社

6

心情好像一种很柔软的东西，经常因为自然界的风花雪月或是人世间的阴晴冷暖，剧烈波动着，蛛丝般震颤飘荡，无所依傍……

话说心情



毕淑敏作品

BISHUMINZUOPIN

毕淑敏/著 时代文艺出版社

心情好像一种很柔软的东西，经常因为自然界的风花雪月或是人世间的阴晴冷暖，剧烈波动着，蛛丝般震颤飘荡，无所依傍……

话说心情

堤坝、心、爆

图书在版编目 (C I P) 数据

毕淑敏作品：话说心情/毕淑敏 著. —长春：时代文艺出版社，2008.8
ISBN 978 - 7 - 5387 - 2458 - 5

I. 毕... II. 毕... III. 散文—作品集—中国—当代 IV .I 267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 110049 号

毕淑敏作品：话说心情

作 者	毕淑敏
出 品 人	张四季
选题策划	陈 琛
责任编辑	邓淑杰
插 图	尤 雷
插 页	10 页
出 版	时代文艺出版社
地 址	长春市泰来街 1825 号 吉林出版集团时代文艺出版社 邮编：130062
电 话	总编办：0431-86012728 发行科：0431-86012939
网 址	www. shidaichina. com
印 刷	北京同文印刷有限责任公司
发 行	时代文艺出版社
开 本	660 × 960 毫米 1/16
字 数	90 千字
印 张	19
版 次	2008 年 11 月第 1 版
印 次	2008 年 11 月第 1 次印刷
定 价	26.00 元
版权所有	翻印必究

温暖
Bi Shu min
ZUO PIN (序言)

温暖,这词儿,像新棉花絮成的靠垫,让人安适柔软惬意放松怡然舒展。

若干年前,我收到一个厚厚的信封,内装一位中文系教授所写的关于我的作品的研究论文。对于此类文章,我素来有一种敬而远之之感。文中分析的观点都显玄奥,好像深于我写作时的本意,受之有愧。刚开始对此颇困惑,后来想想也就放开了。因为那是人家的工作与口味,如同吃了一条红烧鱼的美食家,说咸道酸,都可理解。和那正在水里游动的鱼群,没有多大关系。

不过,这篇文章中有个说法,让我新奇。教授说把我作品中描绘景物和感觉的词汇,做了一个统计。发现我对寒冷特别敏感,很喜欢用“温暖”一类的字样。

这倒是我不曾留意过的。

我首先感谢这位教授的细致,而且教授还不厌其烦地为我分析了原因。说大概是因为我很小的时候,就从北京到西藏阿里当兵,从海平面一下子升到海拔五千多米,对气候严寒感触深刻,所以就留下了不可磨灭的印象。而人家西藏当地的作家,就没有这般敏感。

用句通俗点的话来说,就是我被“冻怕了”。用句学术点的话来说,就是我对寒冷,有一种“创伤性的体验记忆”。总之,毕淑敏于温度的变化特别“锱铢必较”。(这词儿是我自己加的,人家教授说的很客观。)

这个发现,初看有趣,细想有理。

真真是冻怕了。那种冷,痛彻心肺啊。零下40度的严寒,呼出的热气,在第一时间就变成了锋利的冰凌,挂在发丝、眉梢和嘴角的微细汗毛上,豆蔻女生也如同垂垂老翁,须发皆白。手脚先是抹了辣椒水一般的烧灼,马上就进入到僵硬阶段。从这以后,倒并不是特别地难捱了,神经末梢已然麻痹,它们欲哭无泪,索性成了沉默的绝大多数了。如果这个阶段很快结束,重新回到温暖的场所,神经们就会得理不让人,喧闹着返回火烧火燎疼痛的阶段,狠狠地折磨你一顿,之后才是极缓慢的复原。

如果出现了上述情况,你是应该由衷庆幸的,因为事情还不算太坏。如果寒冷持续进展,麻木的手脚偃旗息鼓,反倒再也不给你找麻烦了。它们无声无息地变黑,最后焦炭一样干燥地脱落。它们以果决地离开你作为彻底的反抗,这当然是极端情况,不过在阿里高原,也并不罕见。那

些因长时间冰冻而截下的肢体，恩断义绝地离开了主人，从此天各一方永无相见。

好了，不说冷的事了，说说温暖吧。

温暖是寒冷的反义词。经历了酷寒的人，格外珍惜温暖。

细细追究起来，温暖两字还是有区别的。我不是文字学家，所以，对这两个字，凭的是直觉，也许不可靠。它们的共同点——“温”和“暖”都是指让人感觉舒服的温度。不同点——两者的标的物不同。“温”是三点水旁，估计主要是指水温恰到好处吧？我在妇产科当实习医生的时候，老护士问我，你知道给新生的宝宝洗澡要多高的温度吗？我那时二十岁，未婚未育，大大咧咧地说，和体温一样就行了。老护士说，不行。因为水是液体，它对体温的传导速度是很快的，而且水盆很容易变凉，所以宝宝的洗澡水以比体温略高为宜，大约是40-42度，并且一直要保持这个温度，万万马虎不得。太热了，会烫伤宝宝。太凉了，宝宝会感冒，病重了就会转成肺炎，死亡率很高的。试水温的时候，不要用手指，因为有的人手指肚上有繻子，感觉不灵敏。也不要用手心，因为成人的手心常常有汗，会让水稀释，测得的温度就不可靠。

我吐吐舌头说，难道要用嘴巴尝尝洗澡水吗？

老护士说，用手背。适宜温度的水淋在手背上，有一点点温烫的感觉……记住了吗？

年轻的实习医生大声回答，记住啦！

“暖”，是个日字边，说的应该是和太阳有关的事。想那

早期的原始人,没有防寒服,没有火把,没有房屋……最初的和煦感受,只有来自天上的太阳。它是一丛永远燃烧的干柴,不知道从哪里长出来的,也看不到丝毫灰烬,周而复始,满腔热情尽职尽责。面对着如此慷慨的馈赠,原始人只有充满感激之情地顶礼膜拜,尊为神圣。所以在各个民族的神话传说中,都有光焰万丈灿烂辉煌的太阳神,比如中国的“金乌”,外国的阿波罗。在汉语中,也为它量身度作一个美妙的词儿,叫作“暖”。盯着这个字看上一会儿,我想你的鼻子就开始发痒,想打喷嚏了,浑身的汗毛也暖洋洋的反射出金光。这是人看到太阳时的正常反应,暖字让我们安宁。

如果无色无香的文字,让人有周身温煦的感觉,我想,这是一件有意义的事情。我期待自己笔下的文字,先能暖一暖自己日渐僵硬的手脚,再次是暖一暖自己迟钝的内心。最后,是暖暖自己淡漠冰冷的额头。

人生是需要温暖的。当我们诞生的时候,那震耳欲聋的哭声,其实并不仅仅是因为脱离了母腹的保护,更主要是因为外界的寒凉。当我们死去的时候,最显著的标志之一是失去了维持一生的体温,身体无可挽回地变作钟乳石般冷硬。生命和温暖息息相关,有温暖存在的地方,就有活力。

面粉在温暖的地方才能膨胀,我们才有馒头吃。种子在温暖的地方才能发芽,我们才能看见绿茵。冰冷可能适宜保存原态,但是不利于成长。

为了传达彼此间的善意,我们需要传递温度。为了抵

御孤独,我们需要彼此结成一体面对辽阔宇宙。

于是多年以来,我力争让写下的文字,能将暖意放大,好像一个暗红色的煤球。收入这套书中的大部分文章,已经被反复地印刷过,我很不好意思。以前多是按年代或主题分集,这一次,从温暖的角度出发,做了调整。还包括了我在2007-2008年写的一些短小篇章,(这两年,我主要在写小说,散文作品不多,非常抱歉。)算是有一点点新意。

这些如蒲公英的种子一般细小的文字,被我的手心焐热过,我不知道这温度是否仍在?它们如今又一次被放飞,是否能透过纸张将依稀存在的暖意传到你的手中?如果是那样,就好比咱们在风中,轻轻地碰了碰手指,如同两只蝴蝶的翅膀在飞翔中相拂。



2008-5-3 于北京的细雨中

目 录 1
Bi Shu min
ZUO PIN

锻造心情 / 1
九芒星的钥匙 / 5
挖掘心灵第一图 / 9
心是 / 19
让我们倾听 / 23
轰毁你心中的魔床 / 31
心是一只美丽的小箱子 / 39
心境防割 / 43
拒绝分裂 / 49
呵护心灵 / 57
心理拒绝创可贴 / 65
疲倦 / 75
柔和 / 83
研究真诚 / 89
你我的记忆 / 95
苍蝇向何处飞 / 103
流露你的真表情 / 109
界限的定律 / 119
千头万绪是多少 / 125

像烟灰一样松散 / 133
蚕是被自己的丝裹住的 / 141
何时才能外柔内刚 / 147
从伊甸园带走的礼物 / 155
轻裘缓带 / 159
自拔 / 165
请您从老板椅上站起来 / 171
切开忧郁的洋葱 / 181
风不能把阳光打败 / 189
倾听灰姑娘 / 193
拍卖你的生涯 / 199
走出黑暗的巷道 / 211
孤独是一种兽性 / 219
造心 / 223
每天都冒一点险 / 229
提醒幸福 / 235
珍惜愤怒 / 243
常常爱惜 / 247
忍受快乐 / 251

目 录 3
Bi Shu min
Zuo Pin

保持惊奇 / 261
适度撒谎 / 269
寻觅危险 / 275
教养的证据 / 281
精神的三间小屋 / 287





心情好像一种很柔软的东西，经常因为自然界的风花雪月或是人世间的阴晴冷暖，剧烈波动着，蛛丝般震颤飘荡，无所依傍
.....

心情好像一种很柔软的东西，经常因为自然界的风花雪月或是人世间的阴晴冷暖，剧烈波动着，蛛丝般震颤飘荡，无所依傍，哪里用得上“锻造”这样充满了金属音响的词呢？

心情于我们是那样重要。健康与美丽，如若没有一副好心情，犹如沙上建塔，水中捞月，一切都无从谈起。心情与我们形影不离，不，它甚至比影子的追随还要固守得多。光不存在的时候，影子就藏在深深的暗中了。只有心情牢牢粘附在胸膛最隐秘的地方，坚定不移地陪伴着我们。快乐的人，在黑夜中也会绽出笑容；凄苦的人，即使睡着了，梦中也滴泪。

心情是心田的庄稼。只要心脏在跳动，心情就播种着，活跃着，生长着，更迭着，强有力地制约着我们的生存状态。可能没有爱情，没有自由，没有健康，没有金钱，但我们必有心情。

心情是我们的收割机呢。如果你懊丧，收获的就是退缩畏葸和一事无成。如果你落落寡合，只一味地倾诉苦难，朋友最终会离去，留你孑然面对孤灯。如果你昂扬，希望就永远微茫地闪动，激你前行。如果你百折不挠，生活每一次把你压扁，你都会充满了韧性和幽默地弹跳而起，螺旋向上。如果你向每一丛绿树和鲜花打招呼，它们必会回报你欢笑与芬芳……

如果你渴望健康和美丽，如果你珍惜生命每一寸光阴，如果你愿为这世界增添晴朗和欢乐，如果你即使倒下也面向太阳，那么请锻造心情。

它宁静而坚定，像火山爆发后凝固的岩浆，充满海绵状的孔隙又坚硬无比。它可以蕴涵人生的苦难，但绝不会被苦难所粉碎。它感应快乐的时候如丝如弦，体贴人间的每一分感动。它凝重时如锚如链，风暴中使巨轮安稳如磐。它在一次次精彩的淬火中，失去的是杂质，获得的是强韧。它延展着，包容着，覆着我们裸露的神经，保卫着我们精神的海洋与天空。它是蓝色澄清的内心疆域，在那里栖息着我们永不疲倦的灵魂。

让我们的成品——沉稳宁静广博透明的心情，覆盖生命的每一个清晨和夜晚。从此不再因外界的风声鹤唳而瑟瑟发抖，不再因世间的荣辱得失而锱铢必较，不再因身体的顿挫不适而万念俱灰，不再因生命的瞬忽飘逝而惆怅莫名……

人生因此健康，因此壮丽。



九芒星的钥匙

JIU MANG XING DE YAO SHI



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。