

当你坚定地承担责任
勇往直前的时候
天地万物好像听到了一个指令
会齐心协力地帮助你、提携你
那个帮你忙、指引你
出自你的内心



中国青年出版社

毕淑敏写给男生女生的心灵成长励志经典

所有的动力
都来自内心的
沸腾

毕淑敏

文学界的白衣天使、著名作家、心理医师
作品入选全国中高考语文试卷最多的作家之一

Bi Shumin

美好人生，从最美的青春读书课开始

痛苦的人生，没有权利悲哀
苍茫的人生，没有权利渺小

青年插画家花生坚果 咖啡色唯美彩绘图 全彩印刷 | 附赠精美书签



所有的动力

都来自

毕淑敏 著

内心的沸腾

中国青年出版社

(京)新登字 083 号

图书在版编目 (CIP) 数据

所有的动力都来自内心的沸腾 / 毕淑敏著. —北京: 中国青年出版社, 2016.10
(青春读书课)

ISBN 978-7-5153-4440-9

I. ①所… 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 (2016) 第 201446 号

所有的动力都来自内心的沸腾

毕淑敏 著

策 划: 李钊平

责任编辑: 彭慧芝 刘 莹

内文插图: 花生坚壳 咖啡色

装帧设计: 今亮后声 HOPESOUND
pankongyuguo@163.com

出版发行: 中国青年出版社

社 址: 北京东四十二条 21 号

网 址: www.cyp.com.cn

编辑中心: 010-57350371

营销中心: 010-57350370

印 装: 鸿博昊天科技有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 880 mm × 1230 mm 1/32

印 张: 9

字 数: 200 千

版 次: 2016 年 10 月北京第 1 版

印 次: 2016 年 10 月北京第 1 次印刷

印 数: 1-20000 册

定 价: 32.00 元

如有印装质量问题, 请凭购书发票与质检部联系调换 联系电话: 010-57350337



目 录

第一辑 不怕的人面前才有路

阿里的开阔和博大，让我与大自然格外亲近，同时也让我感受到了人的渺小、生命的脆弱，萌发了珍爱生命的念头。

绝望之后的曙光 - 002 ◆ 第二十九枚元素 - 011 ◆ 猜猜那个人是谁 - 021 ◆ 针刺合谷穴 - 024 ◆ 刀下留情 - 029 ◆ 背着药包上学堂 - 033 ◆ 心中的死结 - 038 ◆ 独自远行的职业 - 044

第二辑 在广阔或狭窄的地方发芽生长

成功好比是一座小山，一个准备走很远的路的旅人，站得高了，才会看到目的地的篝火，他会加快自己的脚步。

你站在金字塔的第几层 - 050 ◆ 成功十二条 - 057 ◆ 承认自卑，是迈开改变它的第一步 - 063 ◆ 我们的生命，不因别人的喜欢而存在 - 074 ◆ 在你的字典里，成功意味着什么 - 082 ◆ 不真实不现实的工作 - 086



第三辑 你付出的每一颗糖都去了该去的地方

人只有把自己锤炼得更坚强更优秀，命运才会叹息着服从你。真正的上帝之手是没有的，如果一定要寻找，它其实就是你自己。

人可以最大限度地逼近真实 - 090 ◆ 有一种快乐如临深渊 - 096 ◆
生命和死亡如影随形 - 102 ◆ 上帝的指甲 - 108 ◆ 红铁灼舌 - 114
◆ 电脑仆人 - 119 ◆ 翡翠菩提 - 124

第四辑 每个人的心中都有一个理想国

经历了大境界，便不会觉得人生黯淡，反而会觉得这个世界真是美妙绝伦。在世界的进化链上，每个人虽微不足道，却可以而且应该为世界增添一些美丽。

深圳女“牙人” - 130 ◆ 女抓捕手 - 138 ◆ 在断肋上放钱 - 144
◆ 楼梯拐弯的女孩 - 152 ◆ 我断臂的姐姐 - 155 ◆ 十年后，请到
东京律师楼 - 160



目录

第五辑 即使在暗夜跌倒

新鲜的痛苦固然令人阵痛恐惧，但还不是最糟。我们可以在悲愤之后，化痛苦为激励。最可怕的是痛苦的腐烂和蔓延，那将不可收拾。

刺玫瑰依然开放 - 174 ◆ 养心的妙药 - 181 ◆ 为了能够紧紧地握住一双手 - 186 ◆ 世界上最缓慢的微笑 - 189 ◆ 苦难不是牛痘疫苗 - 198

第六辑 不要让他人偷走你的梦想

我用一生的时间，说明了一个道理，人只要全力以赴地钻研某个问题，就有可能最大限度地逼近它的真实。

盲人看 - 206 ◆ 失却四肢的泳者 - 210 ◆ 美容师的作品 - 215
◆ 魔术师的铁钉 - 217 ◆ 快乐之奖 - 219 ◆ 柱子的弹性 - 222
◆ 绿手指 - 226



第七辑 孤独地漫游，像一朵云

当你找到了适合自己的减压方式后，胸中的块垒会松动出些微的空隙。坚持下去，持之以恒，那么也许在某一个清晨醒来的时候，你会冲出压力的重围，轻松地飞翔起来。

祝你在清晨飞翔 - 230 ◆ 轻裘缓带 - 234 ◆ “心”是 - 237 ◆ 寻觅危险 - 239 ◆ 钱的极点 - 244 ◆ 人心要有准则 - 247 ◆ 顽强比坚强更重要 - 250 ◆ 放弃并不等于失败 - 252 ◆ 与寂寞共处 - 254

第八辑 终有一粒种子为你带来整个春天

如果你做不到一件事，无论是搞好关系还是寻找爱人，都是因为你还没有真正想做。只要你想，天地万物都会听从一个指令，齐心协力地帮助你、提携你。这指令，出自你的心。

大部分人都想过自杀 - 258 ◆ 为生命找到意义 - 262 ◆ 锻造心情 - 264 ◆ 生命中最重要的事 - 266 ◆ 人生有三件事不可俭省 - 268 ◆ 决定日月，决定悲喜 - 270

跋

所有的动力都来自内心的沸腾 - 276



不怕的人 面前才有路

阿里的开阔和博大，
让我与大自然格外亲近，
同时也让我感受到了人的渺小，
生命的脆弱，
萌发了珍爱生命的念头。



我们五个女兵于1969年4月被分配到西藏阿里军分区，分区是1968年成立的，所以说我们是阿里军分区的第一批女兵。我是1952年10月出生的，当时是十六岁半。

过“五一”了，说有一辆大轿子车和一辆大解放车结伴上山，让我们5月2日9点到大门口集合。当我们按照预定时间准备上车的时候，才发现探家回来的干部战士早就上了车，黑压压地把大轿子车的位子都坐满了。那时候的军人多半来自乡下，没有照顾女士的概念，况且他们原也不知道会有女兵上山，就满车寂然一言不发地盯着我们看。我是班长，看看车子最后一排还能挤进两个人，就叹了一口气说，三个人上解放车大厢板，两个人留在这辆车上，等明天咱们再内部调换一下，自己把苦乐均均吧。

从喀什到狮泉河，那时要走六天。六天当中，没有哪位男性军人愿意把他们的座位让给这些年轻的女孩子们，我们就自己互相帮助。道路极其颠簸，在一次最剧烈的晃动中，一个女兵的头把大轿子车的天花板顶碎了一个洞。那个女兵姓孙，疼得抽噎起来，满车的男军人们一阵哄笑，说，你是孙猴子，有一个铁打铜铸的脑壳，把车都



毁了。

六天的路程，山高水远。我坐在解放车的大厢板上，穿着大头鞋，裹着皮大衣，蜷缩成一团。从车篷布的缝隙中看着阿喀孜达坂和界山达坂上纷飞着的鹅毛大雪，听着缠有防滑链的车轮在雪地和碎石上辗过的细碎声响，觉得我以前在北京温暖家中读书的日子，是一个梦。六天中，没有任何阿里的男性军人们给过我们丝毫关照。当我们终于在第六天夕阳西下的时候到达狮泉河镇，迎接我们的阿里军分区卫生科的领导又表现得匪夷所思。他们围着我们五个人转了好几圈，然后面面相觑毫无表情地走了。

五个女兵站在荒凉的戈壁上，完全不得要领。我至今仍要感谢大脑缺氧和严重的高山反应所带来的木讷和迟钝，让我们在这段不知道有多久的时间内，没有哭，没有叹息，也没有思索，一言不发。在这段思维空白的时间里，我看着远处的夕阳像一张金红色的巨饼，无声无息地缓缓降入峰峦之口，大地变得一片苍茫。

等卫生科的领导再次出现的时候，就很热情了，连连说着“欢迎你们”，接过了我们的背包和脸盆。

科长后来解释他们的做法：曾经收到过南疆军区的电文，说是给卫生科派去了五名卫生员，但并没有说明是女子。在我们之前，阿里军分区从来没有女兵，所以他们头脑中也没这根弦。接站时刻，突然发现来者是女孩子，遂大吃一惊措手不及。他们原本是把分散安排在各个男兵宿舍，一见之下情知不妥，赶紧回去倒腾房子。

我们五个都是1969年的兵，2月入伍，在新兵连集训了两个月，学的都是齐步走投弹射击什么的，其余的时间就是种菜送粪，并没有经过任何医学训练。到了卫生科，马上安排我们到病房工作，连最基





本的肌肉神经在哪里都不知道，就让我们开始上班了。

那时病房有十二张病床，经常住得满满的，还要加床。记得第一天打针，老卫生员告诉我，你在病人的半边屁股上画一个“十”字，然后在“十”字外四分之一处把针戳进去就行了。千万不要打到靠内侧啊，那样伤了神经，会把人打瘫的。

这番话他跟我说过好几遍了，可我还是下不了手。老卫生员说，这又不是扎你自己，有什么可怕的，一狠心一咬牙就戳进去了。

我说，这跟学木匠可不一样，人都是肉长的。

老卫生员说，人肉可比木板软多了。

不管他怎么说，我还是没法上阵。老卫生员一副恨铁不成钢的模样，答应我先在棉被上练习一下。我表示可以一不怕苦二不怕死在自己身上练习，但肌肉注射这个事，只能在别人身上练习，自己就不太好操作了。过了好几天，当我在棉被上扎得基本熟练之后，才推着治疗车进入病房。我的第一针是给一个叫作“黄金”的战士，注射青霉素。老卫生员说得不错，人的肌肉比木板好扎多了，比棉被也要容易进针。扎完之后，黄金一股劲地感谢我，说一点都不疼。我自己知道这是为什么。因为用的劲过大，针头全部飞快地刺进肌肉，所以几乎不疼。缺点是这样进针十分鲁莽，如果针断在皮肉中，取出来就很困难。算这位黄金战友命大，既不感觉到疼，也没有碰上断针这样的倒霉事，过了一关。

1970年年底，要开始野营拉练了。我们都纷纷写决心书，报名参加拉练，要求到火线上去锻炼。繁忙的准备工作开始了，主要是给自己做一口锅，以便独立野炊的时候能吃得上饭。具体方法是，先用



铊刀把罐头盒铊开，这样才能最大限度地保存罐头盒盖子的完整，在做饭的时候少跑一点气。然后在罐头盒盖子（现在已经变成锅盖了）上凿个小洞，在罐头盒锅体上也穿个小洞，两洞合一，用铁丝拧紧，简易小锅大功告成。

出发的前一天，我们把拉练需要携带的物品——比如枪支弹药、红十字包、干粮袋、帐篷雨衣、被褥行李等等，都背在身上，跳上磅秤一量，将近两百斤。那时我们的基本体重（穿上棉袄棉裤绒衣绒裤大头鞋，带上皮帽子）大约是一百二十斤。也就是说，负重在七十斤以上。

出发了。

风餐露宿，跋山涉水。1971年1月，数九寒天，阿里高原最寒冷的日子。日日急行军，给我留下最深印象的是从葛尔昆沙到班卡的一段路。设定的行军路线图要翻越无人区，路上完全没有水，所以要每人背上一块冰。也没有柴草，要背上牛粪。当天赶不到班卡就没有地方宿营，必须要走一百二十里山路。大约是早上3点钟，队伍启程了。

一百二十里路，在海拔五千米以上的高山之巅，就是巨大的挑战了。上午还好，虽然气喘吁吁，总算不掉队地走了下来。中午吃饭的时间到了，要求各自起火。我们先是把背上的冰取下来，砸成小块，放到罐头盒的小锅里，然后再找到几块小石头，把罐头盒垫起来，算作灶台。再把牛粪干塞到石头的缝隙里，点火开始做饭。等到水开了，把干粮袋里的生米下锅，米熟了，就可以开饭了。

这个过程说起来简单，其实不易。单是在大风中划着火柴，就要费半天的功夫。火柴梗丢了一地，还是无法引燃，我向战友借打火

机。他说，这里海拔太高了，打火机也很难打着，我的打火机有个外号，叫作“半个世纪”。

他以为我一定会好奇地问打火机为什么要叫“半个世纪”，我又累又饿，根本没心情说话。他只好自己说下去，因为要连续打五十几下，才能冒出火苗。我好不容易把牛粪火点燃，瞬即又被大风吹熄，只得重点。几番折腾之后，冰融化成了点点滴滴的水，发出啾啾啦啦的响动。我赶快抓起一把生米下锅，罐头盒内又无声无息了。千呼万唤好不容易才把米泡开，我尝了一下基本上可以吃了，却不料一不小心，支撑罐头盒的石头晃了一下，整个盒子倒扣下来，湮灭了牛粪火，所有的米粒也都洒在外头，白花花一地，马上冻结在石头上，没法吃了。

欲哭无泪。因为各自起火做饭，罐头盒就那么一点大，别人的饭食也很有限，我不能求助。正在想着是不是重新煮米，出发的号声响了。

一座险峻的高山横在路上。到了傍晚的时候，只爬到半山，饥寒交迫，我只觉得自己再也坚持不下去了，心跳得好像要从嗓子里喷出来，喉头咸腥，一张嘴仿佛会血溅大地。背上交叉的皮带，一条属于手枪，一条属于红十字包，如同两条绞索，深深地嵌进了肩骨。两腿沉重如铅，眼珠被耀眼冰雪刺得发盲，不停地流泪……我问自己，人这样活着还有什么意义？我身上的所有感官，感受到的都是痛苦与折磨，这样的生命，我再也不想拥有了。我要结束生命，从此长眠，埋骨雪山。

我认真地开始寻找致死的机会。我想，第一要像失足落下悬崖，这样就算因公牺牲，我就会被迫认为烈士，对家里人也就有个交代



所有的动力
都来自内心的
沸腾

了。第二是不摔则已，要摔必死。因为如果不死，只是断了胳膊折了腿，还得劳烦战友们下到谷底抬着我走。艰苦行程中，人人自身难保，再负重行军，我就成了罪人。第三，必须摔得粉身碎骨，让人从高处一看就知道根本找不到我的尸骨，放弃寻找，给大家方便。

这三条想好之后，我已抱定了必死的决心，只剩下具体实施了。我原来以为死是比较容易的事情，其实真要寻死，也并不简单。第一次，我看好了一个地方，就要放开攀岩的手的时候，突然发现底下的石头不够尖锐，摔而不死就糟糕了。第二次选中的地方，又觉得那里的积雪太厚了，也难以一摔致命。第三次，怪石嶙峋积雪菲薄，摔下去必死无疑，但因为是在队列中行进，我后面的那个人亦步亦趋跟得太紧，如果我一失手坠落，背上凸起的背包在堕下的过程中挂上他，他在毫无准备的情况下，很可能被我牵连着一同摔下去……

我不能伤了战友的生命。机会稍纵即逝，我眼睁睁地看着那块最佳的自杀之地离我远去。天不可阻挡地黑下去了，天黑之后，自杀就变得更为困难。主要是看不清地形，如果摔不死的话，就会被活活冻死，那太可怕了。我不怕死，可我害怕慢慢地煎熬。

寻死不得，你就只有像架机器似的向前向前……队伍中是不能容忍停滞不前的。完全没有了思想，没有了方向，只有挺进。周围是一片黑暗，我从来没有见过那样黏腻厚重的黑暗，头脑中也是一片黑暗，如同最深的海底，渺无希望。

大约到了半夜3点钟的时候，我们终于抵达了班卡哨所。我们不停顿地行走了二十四个小时，气温是零下三十八度。

那天晚上（正确地讲应该说是黎明），我以为自己会蒙头大睡，不想脑筋却冰雪一样清冷。我想，人在最艰苦的时候，常常会产生绝

望，以为自己就此倒下，一了百了。但只要不懈地坚持，其实也没有什么了不起的，曙光会重新出现。

1980年我转业回北京。受理户口的民警登记时问我：你一入伍就分到西藏阿里军分区，一直到转业，都是在这个单位工作吗？我说，是。我当兵十一年，只在一个单位工作过，那就是西藏阿里军分区。



所有的动力
都来自内心的沸腾

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com