

爱是比天空和海洋  
更博大的宇宙  
在那个独特的穹隆中  
有着亿万颗爱的星斗  
闪烁光芒



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

# 孜孜不倦地 爱与被爱

**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

在生与死之间，是孤独的人生旅程  
保有一份真爱，就是照耀人生得以温暖的灯

青年插画家老老鱼唯美彩绘配图 全彩印刷 | 附赠精美书签



孜孜不倦地  
爱与被爱

毕淑敏 | 著

中国青年出版社

(京)新登字 083 号

图书在版编目(CIP)数据

孜孜不倦地爱与被爱 / 毕淑敏著. —北京: 中国青年出版社, 2016.10

(青春读书课)

ISBN 978-7-5153-4443-0

I. ①孜… 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 201274 号

## 孜孜不倦地爱与被爱

毕淑敏 著

策 划: 李钊平

责任编辑: 彭慧芝 刘 莹

内文插图: 老老老鱼

装帧设计: 今亮后声 HOPESOUND  
pankouyugu@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](http://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 为什么我爱你

在生和死之间，是孤独的人生旅程。保有一份真爱，就是照耀人生得以温暖的灯。

- 与教授远行 -002 ◆ 剩女出嫁 -008 ◆ 爱的奇谈怪论 -016 ◆  
紫色人形 -022 ◆ 孜孜不倦地爱与被爱 -027 ◆ 纸水牛，你不要  
帮忙 -030 ◆ 既要嫁得好，也要干得好 -033

### 第二辑 田野的新绿，我那心上人的眼睛

爱需要表达，就像耗电太快的电器，每日都得充电，重复而新鲜地描述爱意吧。它是一种勇敢和智慧的艺术。

- 男人和女人的区别 -038 ◆ 中性 -043 ◆ 发的断想 -047 ◆  
柔和的力量 -049 ◆ 性感的进化 -054 ◆ 未雨绸缪的女人 -057  
◆ 打开你的坤包 -059



### 第三辑 爱我要长久

爱情是人间最真实最长远的关系之一，任何伪饰和装扮，都会在时间的冲刷下形销骨立，原形毕露。很多婚姻的破裂，最常见的理由是：对方婚后仿佛变了一个人。

为什么总是遇人不淑 -066 ◆ 冰雪篱笆 -073 ◆ 伤亡于家庭 -081  
◆ 美好的性语言 -085 ◆ 家 问 -089 ◆ 家的疆域 -093 ◆  
七万小时之外 -096

### 第四辑 有爱就有痛惜

爱情是人生列车上的轮子，但不是火车头。一个人不可能只是为了爱情而活着，那样就迷失了人生的深邃意义。到头来，爱情也变成了虚空。

因为青，所以涩 -102 ◆ 春寒料峭时的情感蚂蚱 -110 ◆ 世上可真有一见钟情 -113 ◆ 天真的邪恶 -121 ◆ 镜子的使用率突然增高之预兆 -127



## 目录

### 第五辑 可有婚姻樟脑丸

让我们婚姻腐败变质的种子，无处不在。防不胜防，堵不胜堵。你不必奇怪蛀虫从哪里而来，所有的土地中，都有鱼的种子，所以，也都有蛀虫的种子。

- 危险的花烛 -138 ◆ 爱情没有快译通 -142 ◆ 结婚约等于 -147  
◆ 婚姻在差异中成长 -154 ◆ 爱最怕什么 -157 ◆ 修补爱情 -159  
◆ 爱，不是魔鬼的合约 -162 ◆ 不要保存爱情的木乃伊 -166 ◆  
婚姻也需要学习 -167

### 第六辑 家庭是会变形的镜片

真正的坚守，是没有人给予你任何承诺的，流逝的只是岁月，子存的只是信念。一种苍凉中的无望守候，维系意志的只有心的一往无前。

- 路远不胜金 -174 ◆ 谁是你的支持系统 -176 ◆ 家有三宝 -179  
◆ 谁是家务劳动者 -181 ◆ 家庭幸福的预报 -185 ◆ 家庭的天  
平 -189 ◆ 家中的气节 -191 ◆ 幸福的镜片 -194 ◆ 婚姻的四棱  
柱 -198



## 第七辑 你要好好爱自己

美丽最好的朋友是幸福，一个不幸福的女人是挂相的。我们常常说某女人一脸苦相，其实女子年轻的时候，基本上都是天真烂漫的。但是你去看中年妇女，就能看出幸福和不幸福两大阵营。

- 让女人丑陋的根本原因 -210 ◆ 好女子安然如猫，又快乐如鹿 -212  
◆ 淑女书女 -214 ◆ 做自己身体的朋友 -217 ◆ 去学女儿拳 -220  
◆ 致被强暴的女人 -223 ◆ 女神在人间 -226 ◆ 问女应几佳 -229  
◆ 斟酌“风之堡” -232 ◆ 你要好好爱自己 -235

## 第八辑 幸福在暗淡中降临

幸福盲如同色盲，把绚烂的世界还原成了模糊的黑白照片。拭亮你幸福的瞳孔吧，你就会看到被潜藏、被遮掩、被混淆的幸福如美人鱼一般从深海中浮现，哺育着我们。

- 幸福的七种颜色 -242 ◆ 欣喜是自酿的 -245 ◆ 自卑情绪是幸福的最大敌人 -253 ◆ 分泌幸福的“内啡啡” -258 ◆ 幸福和不幸永在 -264 ◆ 幸福盲 -268 ◆ 恰到好处的幸福 -272

## 跋

在世界尽头等你 -276



## 为什么我爱你

在生和死之间，  
是孤独的人生旅程。

保有一份真爱，  
就是照耀人生得以温暖的灯。





## 与教授 远行

教授是一位独身的老女人，从学院调来搞金属矿山的研 究。她的第一件工作是到云南的深山调查情况。我想与她同行。

她的目光从老花镜的上方平行射我，说，我历来不愿意同女人一道出门。

我扑哧乐了，说，咱们俩怎么那么像？

于是两个都不喜欢女人的女人并肩远行。

教授步态已略显蹒跚。到了机场，我要去办登记手续，教授抢去所有证件，说：你不要以为我需要你照顾。

从此，我与教授平等相处。有一个旅客小声问我：她是不是你妈妈？吓得我像黄继光堵枪眼似的糊住她的嘴。

教授处处要表现年轻。

到矿山去了解农民乱采乱挖矿石的情况，现场在高陡的崖坡。

您就不要去了，教授。我们可以给您看照片，放录像，找人座谈。当地人说。

录像我在北京就可以看，下来就为看真相。请准备一双小号工作靴。教授不由分说。



最小号的靴子套在教授脚上，还是像灾年的花生壳。教授走到桌前，扯下几张报纸，卷卷折折，塞进靴里，然后说，我左脚踩了四版日报，右脚踩了八版晚报，现在可以上山了。

向导在前，教授居中，我殿后。在锐利如鱼脊的山背上，早已呼哧带喘的教授突然止步不前。我说教授走啊。教授说，我走不动了。我说那咱就回去。教授用仅有的气力斥责我说，那怎么行！我说那也不能老趴在这儿，就是不跌下去，风也会把我们飏出窟窿。

教授不理我，任山风在我们的脚下打着旋涡。折断的草茎和破碎的花瓣漂浮空中，勾勒出这一朵风和那一朵风的边缘。太阳明晃晃地刷着我的眼。恍惚中以为是自家的露台。我不断提醒自己，可千万不要一高兴松了手。

过了许久，教授朗声说：我好了，走。

当地人说，这么老的婆婆，该在家抱孙子的。没想到这样好的精神，大约常吃人参。

好客的云南人，太爱给人吃过桥米线。教授不喜吃，就说，吓！你看这个碗有多大，可以把我的脸盛进去。

教授的脸小而尖，透出年轻时的端丽。那个碗的确可以给教授当镜子。她不由商量把米线夹给我。

我说，教授，我也……

教授说，以往人出来，吃不了的饭都是助手帮助解决。

最后我剩下了大半碗米线，实在无力克服。教授就说，浪费！太不像话。

半夜的时候，教授敲我的门，说，我饿了。然后眼巴巴地看着我。

我说，我只有大大泡泡糖，橘子香型。

她皱着眉说，甜吗？我从来没吃过那东西。

我说，甜得让您立即长出龋齿。

她说，那太好了。糖的分子式都是一样的。我低血糖。

我说，这么晚了您还没睡。

她说，我已经起了。那么多数据要处理。

我说，注意泡泡糖嚼完了就吐掉，不然泡泡会粘到您的眼镜上。

第二天早上，她说，泡泡糖还挺灵。女伴也有好处。

汽车在莽莽苍苍的哀牢山脉穿行，果酱色的红河水在几百米深的谷底从容蠕动。汽车行驶到某一特定角度，红河水会突然耀起金箔似的闪光。我们不时与拉香蕉的货车相遇，由于道路太窄，小车只好仄起半边轮子，容那翠绿色的庞然大物先行。

在浓郁的青香蕉气里，我问教授，您这一生是否有过刻骨铭心的爱情？

她警觉地问，你这是什么意思？

我说，没什么意思，只是好奇。像您这么美丽的女人，不会没有人爱。

她说，我年轻时并没有你想象的那样美丽，是老了才有人说这个词。

我说，女人一般是越老越显出憔悴琐碎之色，您与这规律不符，说明了您内心的善良和开朗。

她沉吟着说，我十几岁的时候，非常仰慕我们工作队的队长。工作队你懂吗？



我说，教授，我远比您想象的要渊博。

教授接着说，我那时只是一名普通的大学生，我不知道怎样才能表达我的感情，关键是我不知道他怎样看我。后来他得了疟疾，每天都要按时服药，要不然会引起猛烈的发作。看着他生病，我焦急得不行，恨不得把病从他的身上抠下来移植到自己身上。有一天，他说，麻烦你把金鸡纳霜拿来，它就放在我的桌子上。我一溜风跑到他的办公室，但他的桌面干干净净，连图钉也没有一颗。我怕误了他用，就四处翻找。他的抽屉平日都是锁着的，那一天却忘了。我看到抽屉里的金鸡纳霜的瓶子，还看到瓶子下面有一封信。正确地说，那一封信的草稿。信没有抬头，但我看出他是给我写的，历数了我的种种缺点错误……

那都是些什么批评，能否告诉我？

当然可以。无非是柔弱伤感，爱穿鲜艳的衣服，爱唱浪漫的歌。

就这些？

就这些。

教授看着窗外一株株挺拔的柠檬桉，平静地说。

我知道当年她绝不是这样平静。但纵是一块黄连，咀嚼太久后，味也淡然。

后来呢？我问。

后来我就把金鸡纳霜给他了。

我不是问的这个后来。我问的是别的后来。我说。

没有后来。后来，他的病好了，调到更重要的地方去了。再也没见过。她说。

可是那封信？您说过它是草稿。

是的，是草稿。它就一直没有被正式抄定，更没有被装进信封。

后来您问过他这件事吗？

没有。他对我是那样的看法，我不好意思再同他讲话。可以聊以自慰的是，现在的我已同那时的我大不相同。

一棵英雄树闪过。因不是开花的季节，没有诗人们讴歌的壮丽景象，静静地屹立着，很普通。

我微笑着思忖着说，教授，您到今天还没有想清这是怎么一回事吗？

她说，怎么一回事？我真奇怪今天为什么要对你说这些。下次还是带个小伙子好，没这么啰唆。

我说，教授，您听我说。在以后的年代里，您就一直在改正他指出的缺点，但再也没有碰到像他那样的人。我说得对吗？教授。

教授说，带着你远行，是我的重大失误。

我说，教授，您不要自欺欺人。我来戳破窗户纸。他给您的实际是一封情书，金鸡纳霜就是信使。一切都是预谋，当然疟疾是真的。队长平日忙，在病中才有时间谈论感情。有许多爱情诞生于疾病的土壤，犹如最上品的茶树长在荒瘠的山坡。在那个年代，作为一个真正的布尔什维克，他以为对一个女孩最大的热情，就是狠狠指出她的不足……

猛烈的急刹车，因为一个穿着鲜艳到繁杂的少数民族少女横穿公路。她摇着满头的银饰调皮地笑笑，全然不理睬我们的头撞出青包，飞快地跑了。



教授若有所思地说，我那时和她一样年轻。

您现在是否还想知道他的下落？我试探着问。这一次可实在没有把握。

想，她干脆而果决地回答。我依稀看到一个穿列宁服的女孩活跃在教授瘦小的轮廓里，将她苍白的鬓发蜕成乌黑。

那我可以把咱们的云南之行写成一篇散文，把它登在报纸上。散文都是真事，也许当年的工作队队长会在遥远的地方看到这篇文章，也许会给编辑部写一封信，找到了我就找到了您。我说。

好，她干脆地说。我看到木棉花一样的热情在她的眸子里开放。

之后，我们久久地无话，像两个拳手酣战后歇息，专心听亚热带的风在橡胶林里呼叫。

返程的时候，教授已用收集来的资料，写出了极有价值的经济政策研究报告。到达机场，教授依然忙不迭地取了我的一应证件，去办登机手续。

我坐在候机室舒适的皮椅上，注视着教授略带佝偻的背影。

教授，我知道您为何这样匆匆。

您是怕我拿了您的证件，就知道了您的真实年龄。

教授，何必呢，其实我早已知道了您的年龄。您在我心中永远年轻。

## 剩女出嫁

现如今的剩女，多数是20世纪70至80年代的“产品”，她们是时代列车的特殊乘客，前无古人，后无来者。容我大胆地预测一下，以后的年代，难得有这样大规模的剩女集团军了。因为这一代剩女，已经用自己的蹉跎经历，提示了未来整整一百年内的中国女子，等待就是放弃，不能坐失良机。不信，你看看如今的征婚启事，刚刚二十岁出头的小闺女，就在那里张罗着虚空的缘分和脚踏实地的有房有车了。

如果是一筐苹果，任人挑选，那么剩下的一定是皱烂有虫的酸果。如果是一座楼宇，尾房多半是朝向和风水上有着这样那样的纰漏。如果真是一点褶子都没有“尾”在那里，买家几乎要怀疑那是否凶宅，反倒越发地不放心。总之，剩的就是坏的，几乎是铁律。

但是，剩女可不是这样，令人扼腕。她们往往是优秀而雅致的女子，学识高，钱多，容颜身材也多居上乘。

这就令人不解。众人不解，剩女们也不解——我们这样出类拔萃，为什么反倒嫁不出去？男人啊，你们真是集体眼盲了吗？

有人说，剩女不是时代或是他人造成的，剩女是她们自己造出来的。





剩女这传统，古而有之。

那些最美丽的女子，有些原本是悄然等着进宫的。她们怀揣着幽深梦想，期待有一天会守候在君王之侧，倘生下龙子，就有可能贵为国母。那些稍逊一等的女子，等着被达官贵人或是公子王爷看中，步入深宅大院，或是红袖添香，或是作威作福。特别爱洁净又清心寡欲的女子，因了种种的未如意，多半入了尼姑庵，后来又有



了当修女这扇小门，进入后，从此离人间远、离天堂近了。靠出卖体力帮工过活的女子，就死心塌地当一辈子的管家或是女佣，也马马虎虎落得个轻手利脚温饱尚可。

现如今，这些个秀美女子的太平门，几乎都被堵死了。过去上等的姑娘是可以等的，好容貌好学识好脾气，如同香花一样在十里八乡传布。于是就有闻讯而来的媒人，首先为乡绅或是官吏等衣食丰饶之家来说亲。那时是可以三妻四妾的，那时的女人都活得短暂，因了生育或是疾病，往往早早就谢世了。于是候补上来的夫人，也有可能铺排出山花烂漫的日子。纵是自己有几腔苦水想倾倒，深宅大院的，也流淌不出来，无人知晓，传播出去的还是好福气的名声。

如今的剩女们，还在苦心经营地等，健身啊练瑜伽啊学插花食道兼修肚皮舞啊……却忘了——当你把自身修炼得珠圆玉润时，那些最优等的男子已被人捷足先登追求走了。记得哪位伟人说过，男子长期保持未婚状态，其实是有不忠和通奸的嫌疑。真正的好男子，极少长久孤身。不仅事业上打拼超越，他们也是有道德和良知的。他们有好的体力，自然也有好的情欲，为什么不顺应天时呢？结了婚，过得自在，也不会轻易抛弃了结发的妻，娶回一个踌躇意满的剩女为孩儿的后娘。

偏偏现代的医学技术又突飞猛进地发展，人的平均寿命已经超过了七十岁，特别是城市的女子，干脆瞠目结舌地过了八十岁这道大坎，这就让剩女走续弦预备队的可能性也大大地渺茫了。

剩女们初长成的时光，正是中国开放和发展风起云涌的时代。剩女们那一刻风华正茂，青翠欲滴。她们笃信时代不同了，男女都一样。她们认为只要自己有学识有力量，就可以逢山修路遇水架

