

我们每个人都有

养心的 妙药



毕淑敏

养心的妙药

毕淑敏 著



时代文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

养心的妙药 / 毕淑敏著. — 长春: 时代文艺出版社,
2004.1

ISBN 7-5387-1859-1

I. 养... II. 毕... III. 散文—作品集—中国—当代
IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 119877 号

养心的妙药

作 者: 毕淑敏

责任编辑: 张秀枫 张 明

责任校对: 张秀枫

出版发行: 时代文艺出版社

(长春市人民大街124号 邮编: 130021 电话: 5638648)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 吉林省委党校印刷厂

开 本: 20开

字 数: 260千字

印 张: 18.5

版 次: 2004年1月第1版

印 次: 2004年1月第1次印刷

印 数: 1-10000册

书 号: ISBN 7-5387-1859-1/I·1753

定 价: 28.00元

购书热线: 010-64615626 0431-5638649 传真: 010-64615439

自序

前几年，在北师大读心理学的博士方向课程，基础差，年纪大，课业重，忙着写大大小小的论文，几乎没有整块的时间写小说。很多刊物的朋友约稿，说你若是没有小说，写点散文也行啊。一想，也是。上学需交不菲的学费，每日还要有交通费和下小饭馆的伙食费（学校食堂要排很长的队，太耗费时间了）。再说，长久不与文学类的字词接触，也怕生涩了手中的笔。后来就常常在上下学挤地铁或是公车的路上，想些简约的题目，回到家中在作业的空隙中草就。日子就这样过着写着，待到四年的学业结束，在积攒了论文的同时，也就有了薄薄的一堆稿子。拢起来出了本集子，常常听到读者说他们喜欢，心中就很快乐。一件事，能对别人有所帮助，自己还有散碎银两收入，自然美滋滋的。集子的印数不是很大，过了一阵子，就卖完了，于是就有读者问，为什么总是买不到你的书呢？后来，读者们可以在路边买到我的书了，是盗版，还在我的名字后面打上了“香港”的字样，可能是因为这个名字很大众和俗气吧。出版社来商量，说是把你这几年写的东西挑一挑，再出个散文集吧，我如实相告，新稿子的数量尚不够。编辑说，那把以前的稿子加入一部分。我就把所有新稿旧稿全部呈上，说你们看着挑吧，觉得哪些稿子合适，就选哪些。

编辑们的眼光往往很毒辣，把我新近写的从来没有结入集子的一些新稿子毫不留情地刷掉而保留了一些旧的稿子。那原因显而易见，被剔去的稿子虽然在时间上有优势，但写得不精彩。编辑们不希望不漂亮的稿子让更多的读者看到，这当然是

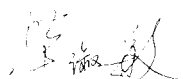
对我爱护。

如果我坚持一定要把新写的稿子全部收入，不知道会有怎样的结果？我从来没勇气提过这个要求，是因为我思忖——把写过的每一篇稿子如麦穗般地捡起，留下颗粒归仓的记录，作者也许会快意，但读者不一定惬意吧？

我从心底尊重编辑，也从心底尊重读者。如果读者觉得本书中所选篇章已看过若干，切请不要再破费了。为了狙击盗版，我同意了把自己可能较受欢迎的一部分散文重复编入，心中已是老大的不忍。在这里特向读者提个醒，请您别花冤枉钱。好在购书是一件自觉自愿的事情，只要擦亮眼睛捂好钱包，谁也骗不了您。

这本书大都是探讨人们心理活动的小文，不知读者是否喜欢？告诉您一个小秘密，每当我读到和心理有关的书时，速度总是比看其它内容的书要慢，也更容易走神和疲倦。说不定哪一句话像长满老茧的手指，触碰了心绪的长发，就有长长短短的发丝荡起，牵扯起了疼痛，让惘然或是怆然统辖了身心。本书里有一部分内容，源自临床心理学家的工作体验，不知会不会让读者诸君感觉阅读辛苦？谢谢出版社和编辑们的辛劳与周到，本书的开本和设计都费了琢磨，天地比较宽，让文字和内容的张力都得到了舒缓。

窗外飘雪了。每一朵雪花都像一枚文字，从天空的心脏飞离，盖在地上，铺出了冬天写下的文章。如果把本书比作云，落下的雪花很小很碎，它们的出发点是我温热的胸膛。



2003年12月10日

养心的妙药



目 录

为什么总是遇人不淑? /1

平安扣 /7

造心 /9

我的五样 /13

拍卖你的生涯 /19

千头万绪是多少 /27

紧张 /33

疲倦 /39

柔和 /43

变化的哀伤 /46

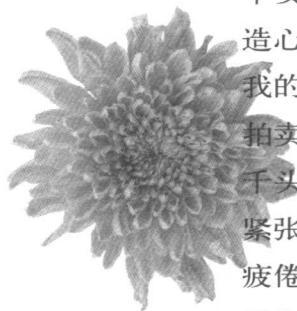
像烟灰一样松散 /48

坦然走过乞丐 /53

你好，养 /56

每天都冒一点险 /60

永别的艺术 /64





写下你的墓志铭 /68

飘扬的长发与人生的幸福 /74

你我的记忆 /80

心理拒绝创可贴 /85

呵护心灵 /92

自信第一课 /97

我爱我的性别 /102

男妇产科医生 /105

握紧你的右手 /112

蚕是被自己的丝裹住的 /115

请您从老板椅上站起来 /119

切开忧郁的洋葱 /125

盲人看 /130

淑女书女 /133

未来和将来的区别 /136

绿手指 /140

天使和魔鬼的数量 /142

人可以最大限度地逼近真实 /147

友情如鞭 /152

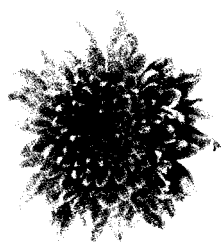
海明威的最后一分钱 /157

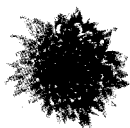
旅行使我们谦虚 /162

礼物会消失吗? /165

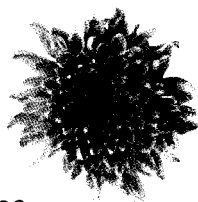
常读常新的人鱼公主 /170

常常爱惜 /175





寻觅危险 / 177
忍受快乐 / 180
保持惊奇 / 184
谎言三叶草 / 189
风不能把阳光打败 / 194
附耳细说 / 196
挖掘心灵第一图 / 199
爱怕什么? / 204
虾红色情书 / 208
性感的进化 / 214
眼药瓶的奥秘 / 217
校门口的红跑车 / 223
走出黑暗巷道 / 229
哦，我相信你 / 235
家的疆域 / 237
梅花催 / 239



家问 / 242

修补爱情 / 246

成千上万的丈夫 / 248

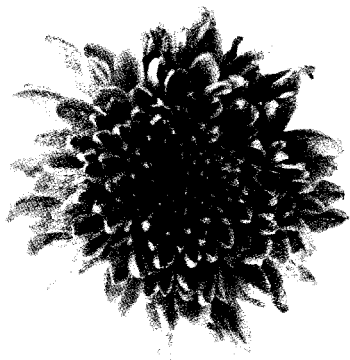
孝心无价 / 253

性别按钮 / 257

蓝色萝卜 / 265

青虫之爱 / 269

垃圾婚 / 274



母爱的级别 /280

娘间谍 /283

佑护灾难中的孩子 /288

爱的回音壁 /293

好脾气的悖论 /297

家是有生命的精灵 /300

家庭幸福预报 /303

优点零 /308

口罩 /310

致“跑了的一代” /315

青烟 /320

养心的妙药 /329

刺玫瑰依然开放 /334

假如我是毒王 /340

生命之序 /343

非典附送的风铃 /345

假如我得了非典 /348

抢，还是不抢 /352



为什么总是遇人不淑？

她到心理诊室来的那天，天气很冷。她穿着很短的裙子，腿长的并不好看，透好薄薄的丝袜，可以看到曲张的静脉。鞋跟很高，大脚趾紧绷着，几乎和小腿扳成一条直线。

她坐下后第一句话是——我为什么总是遇人不淑？

我说，为什么要用“总是”这个词？

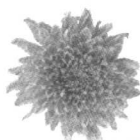
她叹了一口气说，我已经离过两次婚了。这一回，马上也要离了。

我也叹了一口气说，我听出你很难过，很想改变。你不知道自己什么地方出了毛病，你需要稳定和温暖，是这样的吗？

她一下子握住我的手，柔若无骨，连声说，是的是的！我不是



心理医生毕淑敏



爱离婚的女人，世界上有一些女人，不把离婚当回事，我要真是那样，也就不痛苦了。我是想好好过日子的女人，我在这方面下的功夫，比一般女人大多了。可我为什么就找不到爱我的男人？好男人都到哪里去了呢？

看着她绝望的神色，我说，你能告诉我你是怎样遇到你曾经的三位丈夫？

她滔滔不绝地打开了话匣子。

我从小是一个害羞的女孩，我总怕别人欺负我，个子小又胆小的女孩，多半都会这样的吧。当我知道男女之事以后，我想，一定要找个子高大的男生，这样，谁欺负我，他就会站出来保护我。第一位丈夫是我同学，个子高高的，好似篮球运动员。我们俩的学习成绩都不怎么样，谁也用不着瞧不起谁。知根知底的，优缺点都一目了然，按说应该特踏实吧？所以，一有了工作，我们就结婚了。他当上了老板的保镖，一天跟着出入那些不三不四的场所，认识了一位洗头的小姐。我现在特恨“小姐”这个词。那算什么小姐啊？简直就是一个只能看小人书的打工妹。要是有点身份的小姐，起码傍一个“大款”“中款”吧，这小姐，苍蝇也是肉，连个保镖也不放过。后来，他俩被我在自己的家里，逮了个正着……我当时害怕极了，比那两个狗男女吓得还厉害。他们倒是比我镇静，我丈夫撂下一句话——你既然看见了，就看着办吧！我呆呆地坐在家，特别可惜我那精心布置的床，被糟蹋得乱七八糟的……别看我这个人个子小，可受不了这种窝囊气，我二话没说，离婚！

离了以后，我很快就从打击中恢复过来了，非要争一口气，要让我的前夫看看，你算个什么东西？你只能往底层里找，我呢？哼！这回找的不但个子要高过你，身份钱财都要比你强！

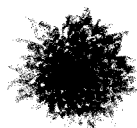
话虽是这样说，但有人材有身份的男人，大姑娘随便挑，干嘛

非得娶我这么一个一没学历二没个头三没好工作的二婚女子啊？我分析了一下自己的优势劣势，我长得不错，还因为从小就胆小，所以刚跟我接触的人，都以为我挺温柔的。许多男人啊，最看重的就是女人温柔。不信你到报纸上的征婚广告看看，有一个算一个，都是寻求温柔贤淑女子的。扬长避短吧，我就在这方面下功夫。学着做一个贤妻良母呗，没什么难的。只要说话声音轻一点动作慢一点，对小孩子特别疼爱就大功告成了。当然了，还得练着记住一些童话故事……

因为我要找的那种身份的男人，基本上都是带一个小孩的，你要是能对他的孩子好，他自然会给你加分。我报了社会上的各种学习班，比如“家长学校”“烹饪班”什么的。小姐妹都笑我，说你连个月娃子都没养下呢，自己连整虾都舍不得买，只吃虾皮，上这种班，不是跳级吗？我不理她们，也不告诉她们我的真实想法。要是万一失败了，多丢人啊。把这些都操练得差不多了以后，我就开始物色对象了。

从哪儿物色？当然是从征婚广告上了。这法子说起来挺笨的，其实多快好省。你买一堆报纸刊物，仔细研究，条件一目了然，一上午浏览个百八十男人的基本情况，不是难事。看得多了，也能增长经验，什么人是真心的，什么是闹着玩的，甚至想占便宜的，估计个差不多。虽说里面有骗人的，但我也不是傻子，能分辨出个大致。感觉不好的，再不理他就是了。我特别重视身高这个条件，一米七九以下的，免谈。

你猜得不错，我前夫就是一米七九。怎么我也得找一个比他高的，高一厘米也是高。按说我这些条件加在一起，也挺苛刻的。可我还真是找到了一个愿意见面的。个高，有钱，有一份体面的工作，有一个很可爱的孩子……一切的一切，都同我预计的一模一样。我



给他做很可口的饭菜，亲吻他的孩子……

你问我这样做，是不是很勉强？说实话，有一点。但我知道这是为自己以后的幸福投资，也就一一地做了。这样接触了几次之后，是他催着结婚的。他说他太累了，需要一个安静的小潭。我说，我各方面的条件都不如你，你怎么会看上我呢？他说，前妻跟着别人走了，他下决心要找一个各方面都不如自己的人，只要对他好，对孩子好，就成了。钱挣多少是多呢？他挣的钱够用的了，我的钱不多，这没关系……这些理由挺充分的，是不是？我信服了，觉得苍天有眼，我的准备都派上用场了，熬出头了。

4

我们很快就结了婚。婚礼是到国外旅行了一趟，几乎没通知朋友。我的第二任丈夫说，他不想大事铺张，只想安安稳稳地过日子。我倒是很想风光一把，特别是让我的前夫知道知道，他离开了我，我却过得更好了。但新丈夫说低调处理好，我也就依了他。我还要保持一个贤惠的形象嘛。也许，我当时强烈要求大事操办一番，事情就会是另外的结局了？毕竟他是一个好面子的人……

结婚以后，我的本色就慢慢露出来了，我不可能老忍着吧？他的孩子做得不对的，我也不能老哄着，是不是？爆发是因为我替他去开孩子的家长会。老师劈头盖脑地一顿训，我回来当然要转述给他的父亲。也许我的表情不够沉痛，也许我的忧虑不够发自内心，本来嘛，又不是我的亲生孩子，我能做到如此，已经很不错了。说着说着，我的第二丈夫就开始生气，说我不是真心爱孩子，有点幸灾乐祸……最后说我只是一只披着羊皮的狼……

我太冤枉了，我怎么会是狼？我是打算当一只忠诚的看家狗啊。我们开始争吵了。夫妻吵架这事，是不能开头的。开了头，就有瘾，会越吵越来劲。正在这时候，他的前妻回来了。他们是怎么开始来往的，我不知道。有一天吵架之后他对我说，我们还是离婚吧，我

要和前妻复婚，她表示悔改，我原谅她了。我已经不相信女人了，但对孩子来讲，毕竟还是他的亲妈。至于你，可以给你一部分钱作为补偿……

我走了，没要他的钱。我不是为了钱，才和他结合的。我努力做了，可他是把我作为一个替代品。我上当了。他结婚的时候不肯通知朋友，说明他自己就对这次婚姻没信心，不看重。

这一次，我真的垮了。后来，我很快有了第三次婚姻。要说我的第二任丈夫，什么都没给我留下，这不对。他把一个观念留给了我，就是找一个条件不如自己的人。这样，你就操持着主动，你可以不要他，他却要巴结着你。我再找丈夫的时候，什么条件都放弃了，只问一条，个儿要超一米八二。

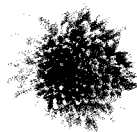
是的。我也长了价码了。您可以想到，在这种倒霉的时候，我能有什么好运气？他是一个好吃懒做的人，就靠我的那点收入养活他。等把我吃光了，他就出去找别的女人。我说就离婚，他腆着脸说，离婚干什么？凑合着过吧。我这是为你着想。像你这种女人，再离婚，谁还敢要你？丧门星？

我真的懵了。不知道哪里出了问题。我不是一个坏女人，我也没有害过人，可命运为什么对我如此不公？俗话说，事不过三。我为什么三次婚姻都如此不幸？有时我想，好人和坏人总是有一定比例的吧？这世界上总还是好人多吧？我就是在马路上随便拦住一个人，嫁给他，也不至于次次都输得这么惨吧？到底是什么地方出了毛病？

她一口气说了这么久，目光始终不对着我的脸，只是紧张忧郁地注视着我的手。好像我的手里，捏着根还阳救逆的仙草。

我缓缓地说，出毛病的地方，其实你自己是知道的啊。

她大吃一惊，说，您别开玩笑。我要是知道，还能一次次地陷得这么惨吗？我不会跟自己作对的！



我说，你的三任丈夫，都有一个共同点。你也反复多次提到，你找丈夫有一个雷打不动的条件……

她真是個聰明女子，馬上說道，您是說我對身高的要求嗎？這有什麼錯的呢？您到征婚廣告上看看，基本上都有這一條。人之常情啊。

我说，我很理解你。但我想问，你在对男人身高的要求后面，寄托的是什么呢？

她想想说，我想……如果男方的个子高，以后生个孩子，个子也会高的。这不是优生优育的规律吗？

我说，你想得挺长远。这很好。可我一直没听到你有要孩子的打算。再者，对一桩婚姻来说，孩子并不是先决条件啊。请再想想，高个子后面的期望——是什么？

她低下头，想。当她再抬起头的时候，我看到了泪水。她说，我想要的是一份家庭的安全感。

我说，对极了。婚姻是要给人以安全感的。但最主要的安全感是从哪里来呢？从男人的头发？从男人的眼睛？从男人的籍贯？从男人的誓言？

她沉思了半晌，说，要从男人对爱情的忠诚来看，和个子无关。小个子的男人，也一样能做个好丈夫的。

我握着她的手说，好。你讲对了一小半，还有一大半。

她说，婚姻的安全感更要从自己来。相信自己，不要把命运寄托在别人身上。这样，即便出了差错，也不会乱了分寸，病急乱投医。不会一错再错了。只要自己安全了，婚姻就安全了。

我送她出门的时候，紧紧地握着她的手。她的指尖依旧很凉，但已经有一种坚定的力量，蕴含在指掌之中了。

平安扣

女友送我一只翡翠平安扣，红丝绳系着。它碧绿地沉重地坠在我胸口，澄清中透出云雾状的“棉”，水色迷朦。扣的正心有一个完整的孔，仿佛一支竹箫横断。清冽的空气在扣中穿行，染出一缕青黛。

我问，真的吗？

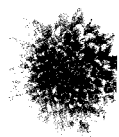
友人说，什么啊？

我说，翡翠呀。

友人说，美的你！这么大一块上乘翡翠，价值连城，把我的身家都卖了，也送你不起的。当然是假的了，经过化学处理的石头而已。

我把平安扣摘下来，既是假的，那还有什么意思呢？我看这平安扣，倒是很像一枚铜钱的。

朋友抚摸着平安扣说，它和铜钱，实在是大不同。铜钱外圆内方，上书“××通宝”的字样，内芯尖锐刻板，实为锱铢必较之相。平安扣不着一字，外圈是圆的，象征着辽阔天地混沌无限。内圈也



是圆的，祈愿着我们内心的平宁安远。在它微小的空间里，蕴含了整个壮丽的大自然。它昭示当你的心与天地一致，便有了伟大的包容和协调，锁定了你的平安。

我叹了一口气说，讲的虽好，但世事维艰，我们脆弱的心，在历经沧桑之后，怎样才能清风朗月圆润如初？

友人陪着我叹气说，是啊。没人能承诺我们一生永远晴天，没人能预知草莽中潜藏毒蛇猛兽，没人能勾勒出命运的风刀霜剑，没人能掐算出何时将至大限……从这个意义上讲，纵用尽天下翡翠，打凿出如泰山那般的一枚巨大平安扣，悬挂在星辰间，也是没有丝毫用的。然而，外界虽不能把握，内心却可以调适。任你弱水三千，我自谈笑风生，谁又能奈何我们呢？你我也许不知道，命运将在哪一个急转弯处踉跄跌倒，但我们确知，即使匍匐在地，也依然强韧地准备着爬起……

我把石头雕成的平安扣，重又挂在颈上。友人说，送你的翡翠是假，平安的祝福是真。每个人，都是自己的平安扣啊。