

• 苏格拉底的女人丛书 •



你快乐  
你快乐  
所以快乐  
所以我快乐  
我快乐



南妮著

# 你快乐 所以我快乐



南

妮著

NIKUAILE, SUOYI WO KUAILE

## 你快乐,所以我快乐

---

作 者 南 妮  
责任编辑 袁杰伟 杨 雯  
封面设计 黄华斌  
出版发行 南海出版公司 电话(0898)5350227 5352906  
社 址 海口市机场路友利园大厦 B 座 3 楼 邮编 570203  
经 销 新华书店  
印 刷 河北丰润县印刷有限公司  
开 本 850×1168 毫米 1/32  
印 张 8.25  
字 数 150 千字  
版 次 1999 年 3 月第 1 版 1999 年 3 月第 1 次印刷  
印 数 1 - 5000 册  
书 号 ISBN 7 - 5442 - 1175 - 4/I·206  
定 价 15.00 元

---

南海版图书 版权所有 盗版必究

# 你快乐，所以我快乐

(代序)

如果你爱护自然，自然将回报予你——你喝的水是清新洁净的，你头顶的天瓦蓝如洗，你呼吸的空气芳香澄澈，这便是环保的意义。

而我们的身体是另一种自然，你拿怎样的态度对它，它亦拿怎样的状态对你。

强者姿态是九十年代都市时髦的生存方式，它包含有强烈的好胜心，全力竞争，以快节奏和高效率的作风实现自己的奋斗目标。医学界最新的判断已经出来了：这种被称之为“经理性格”的行为方式，易得心血管疾病，其冠心病发病率为9.76%。而在目前普通的人群中，“经理性格”之队伍日趋庞大，也就是说，许多人在争强好胜的同时也成为潜在的疾病者。

心灵犹如一块土壤，你必须勤勤地浇水、锄草、松土，让它栉风沐雨，它才能培育出挺拔的树与出色的果子。处于压力、紧迫、焦虑与烦躁之下的心灵排除了一系列自然的运作，负重的同时也可能一下子被抽空，轰然倒地。

对于一个现代人来说，健康应该是真正科学而前卫的素质。而心理健康才称得上是真正的强者与

成功者。随着社会的不断发展,对人审美的评判标准会超越功利的评判标准,或者说,审美是功利体现的最高境界。

人体并不是取之不尽用之不竭的矿产,它是一种生命,有着生命体所有的全部光华和脆弱,人的生命是脆弱到被器物轻轻一撞就会有乌青块,被一个意念折磨就会产生精神疾病。过度的争强好胜使一些生命的滋养水土流失,也将人从周围的环境中剥离出来,变得突兀而孤独。

我和你,你和他,我们所有人之间的交往的空间,那也是一种自然。只有尊重属于自然的规律,我们之间的地带才能长出绿油油的树林,供给我们精神的氧气。和谐、友爱、体谅与宽容就是滋养精神之树的风、阳光与细雨。这是一种心灵的环保。

二十世纪末,人类在意识到与自然和谐相处的重要时,也应该意识到与人际环境和谐统一的重要。这是一种心灵减压的最良好的办法。激进的效果常常是玉石俱焚,“保守”可能是笑到最后的那一种。保守其实是一种更科学的激进,是消灭了可能有的激进的后遗症而采取的更安全的激进:尊重心灵的规律便保障了前进的努力。

聪明的人懂得给人自由就是予己自由,给人快乐就是予己快乐,给人方便就是予己方便,自然界的植物有着共生效应,人际交往也体现着这样的循环。逼仄紧张并非来自拥挤的空间,而是来自我们的心理障碍。把对手看做朋友,把朋友看做另一个自己,

那么你呼吸生存的世界将安全得多有趣得多。

你和我，都是大自然中不起眼的一分子，不足以与整个宇宙抗衡。我们是如此地热爱生命、热爱自己，于是我们便选择一条最轻松便捷的生存之路，这样我们便有闲心与气力去欣赏一些最美丽的事物，我们可以唱歌、谈心、踏青、泛舟……

南 妮

# 目 录

## 纯 粹

- |  |    |
|--|----|
| <input type="checkbox"/> 请母亲吃饭 .....   | 3  |
| <input type="checkbox"/> 感动 .....      | 5  |
| <input type="checkbox"/> 伤心 .....      | 8  |
| <input type="checkbox"/> 香水问题 .....    | 11 |
| <input type="checkbox"/> 闲即是福 .....    | 13 |
| <input type="checkbox"/> 纯粹 .....      | 16 |
| <input type="checkbox"/> 今天吃什么? .....  | 20 |
| <input type="checkbox"/> 蓦然回首 .....    | 22 |
| <input type="checkbox"/> 晒黑的上海人 .....  | 24 |
| <input type="checkbox"/> 过去的面孔 .....   | 26 |
| <input type="checkbox"/> 关于舞蹈 .....    | 28 |
| <input type="checkbox"/> 吃粮食 .....     | 31 |
| <input type="checkbox"/> 糖 .....       | 33 |
| <input type="checkbox"/> 有趣之人 .....    | 35 |
| <input type="checkbox"/> 西瓜村 .....     | 37 |
| <input type="checkbox"/> 最质朴的一种 .....  | 39 |
| <input type="checkbox"/> 亲家 .....      | 40 |
| <input type="checkbox"/> 光 .....       | 43 |
| <input type="checkbox"/> 最优美的最无用 ..... | 45 |

- 某天,在尔冬强的书店…………… 48
- 再次面对 …………… 51

## 这个年代的爱情

- 新好男人 …………… 59
- 酷 …………… 62
- 学习时髦 …………… 64
- 时髦的加减法 …………… 66
- 大师风范 …………… 68
- 这个年代的爱情 …………… 71
- 你的感情别对我说 …………… 76
- 想去就去 …………… 80
- 女人与女人约会 …………… 81
- 回归诗性 …………… 87
- 救助者的姿态 …………… 89
- 龙井虾仁 …………… 91
- 娱乐圈 …………… 93
- 玫瑰灰 …………… 95
- 听来的故事 …………… 97
- 甲鱼汤哪里去了 …………… 99
- 大堂…………… 101
- 冻…………… 103
- 祝福爱情…………… 105



## 永远的奥斯汀

- 爱情傻瓜…………… 109
- 一次肃穆的心灵审判…………… 112
- 让作品与人格一起成长…………… 114
- 保持真诚的精神心态…………… 116
- 诗是永远的滋养…………… 118
- 在优雅的背后…………… 120
- 甲级人物…………… 123
- 秋霞灼灼…………… 126
- 才女唐颖…………… 129
- 奇装异服的艺术师…………… 138
- 物质的女人与精神的男人…………… 142
- 《高阳公主》：一本言情小说  
…………… 146
- 宁静：永远的女孩…………… 149
- 永远的奥斯汀…………… 152

## 第三类情感

- 第三类情感…………… 161
- 古典是一个梦…………… 165
- 欢乐的节奏…………… 167
- 什么样的嘉宾受人欢迎…………… 170

□读书人的遗憾·····	174
□拒绝美女·····	178
□新生代男星·····	181
□大众传媒中的女性·····	184
□莱辛的创造力·····	190
□中国人的天空·····	193
□作家的容貌·····	196
□我们城市的“白领丽人”·····	199

## 七彩心事

□七彩心事·····	207
□童言无忌·····	211
□猹猹的星期天·····	214
□小兔闲闲·····	219
□公共关系中的女人·····	225
□小孟·····	232
□小姑娘·····	236
□美容丸·····	238
□一个迷惑的女孩的自诉·····	241
□当李锦遇上李棉·····	246

纯

粹



## 请母亲吃饭

一九九八年元旦的第一个打算，就是“请母亲吃饭”。——在最漂亮的饭店里，以最虔诚的心情。

平时过节一概是吃母亲做的饭，当之无愧地吃，理所当然地吃。边吃边海阔天空地聊，不顾母亲忙忙地递菜递汤；吃完了喝茶看报，满桌的杯盘狼藉，任由母亲去收拾。

对自己最好的那个人，往往就是你对她最凶的那个人，没有人是可以以你的本能的去对待他的，即使爱人即使好友。只有母亲，你会在她好言叮咛时大皱眉头：真啰嗦！你会在她张罗与亲戚们的应酬时大肆批评：真多事！

有一天这样感觉着内疚而在办公室里发着感慨时，有好几个同事竟叹气表示共鸣。

那么，我们是真的有些问题了。

在忙碌的节奏中唯有母亲是可以疏忽的，在紧张的神经里唯有母亲那儿是可以松懈的，因为你知道无论怎样凶神恶煞、满脸不耐烦，那个人对你的爱是不会改变的。

新年的第一个计划就是请母亲吃饭。

这是忏悔是决心是新生活即将开始的仪式。

母亲已经老了。她的心脏或许承受不了你的生

硬,她的纤弱或许消化不了你的粗糙。她离开了工作离开了社会把儿女当做了唯一寄托,并不是她不在乎你们的态度,而是不忍去指责与要求。

爱,有时是以一种奇怪而恶劣的方式表现的。比如你是怕母亲太累太无私或者太节俭而埋怨声声、苛责切切。但,以恶劣方式表现的爱还是爱吗?

请母亲吃饭也就是请母亲原谅。

原谅那份急躁、粗鲁、浅薄与功利。——对最爱你的人应该持最小心的态度,唯有懂得这一点,我们才是高尚的人,尊贵的人。

新年的第一天,就从珍惜这最容易得到的爱开始。当我在铺着洁净桌布的桌子上向母亲敬酒时,当我为母亲点上昂贵的菜时,我想我就是一个自己所喜欢、所欣赏的人了。最质朴的感情也是需要形式的。

## 感 动

今年四月跟着少儿社《巨人》杂志去云南采访,找到丽江中学时,已是黄昏时分了。那里的老师推荐了几位初中生接受采访。丽江中学是一所地区的重点中学,来自贫困山区的学生占了不少。因为家人要拿出全年收入的大半供孩子念书,也因为这是聚集了全家人的希望与期待,那些百里挑一、从农村考上来的学生都是很勤奋刻苦的,他们的目标是考上师范大学,将来回地区做一个老师。好的重点大学也是想的,但费用是一个难以解决的问题,相比之下,读师范有经济保障,并且国家给予这些中学一定的保送、直升师范大学的名额。

有一位姓武的从山区来的男孩子,脸黑黑的,特别淳厚腼腆,他的班长、一位口齿伶俐的镇上的女孩子介绍他如何用功,又如何热心公益活动,他写的作文《放羊》充满了劳动的体验和情感等等。男孩子说他的父亲几年前去世了,母亲一个人照料他们兄弟仨,他的哥哥没念书就去工作了,帮助母亲养家,他母亲和哥哥挣的钱供他念初中、高中,可是他的弟弟却只能呆在家里放羊了。我们问,那你学习上有没有什么困难?姓武的男孩子说,别的没什么,就是念英语很吃力,基础差,跟不上那些镇里的同学。但

是,我想我不能怪自己生在乡下,我只有比别人多花时间赶上去……姓武的男孩子还说他二三个月回家一趟,拿些干粮和钱,回家要帮母亲干些农活,而每次回校时,母亲总是要送他走好几里路,把他送到长途车站,看到汽车开走了才离开。

我们是坐在校园中的石凳上听这男孩子讲自己的故事的。四月的黄昏,微有凉意。虽是一所偏僻的地区中学,但丽江中学的校园出奇的漂亮。教室整洁典雅,校园空旷疏朗,松树、假山、露天的石头桌凳错落有致,它们与那些走来走去、发奋苦读的孩子相配极了。美丽之下,有一种压抑,但那是以顽强的、执着的精神被表现出来的。

在这样一个异地的黄昏,我被深深感动了。一个淳朴的山区孩子的真诚,在云南温柔的暮色里使我有一种眼睛潮湿的感觉。这个姓武的男孩对我们这些来自陌生城市的、他不了解的、又貌似高雅老到的编辑记者不怯懦不虚饰,无限信任地说出他的心里话,我不知道我们这些世故的城市人究竟配不配承受这种纯真。

这几年,习惯了嘲讽、奚落、不屑,时常嘲讽别人也嘲讽自己。感动的心情已经很少有了,连看电影也不受感动。但是感动是多么好的一种感情形态啊,在受感动的霎那,心灵变得干净和纯洁。感动就是一次精神的清洗。

6 我有时想起说“不能怪自己生在乡下”的这男孩,便诧异何以自己念念不忘这样极普通的语言。



现在知道了这句话里流露的不怨天尤人、爱家乡与母亲以及一切靠自己的信念是相异于我们眼前日甚一日的浮躁。我感动的是黄昏里的那个画面,也是生活中使我们久违了的质朴的东西。