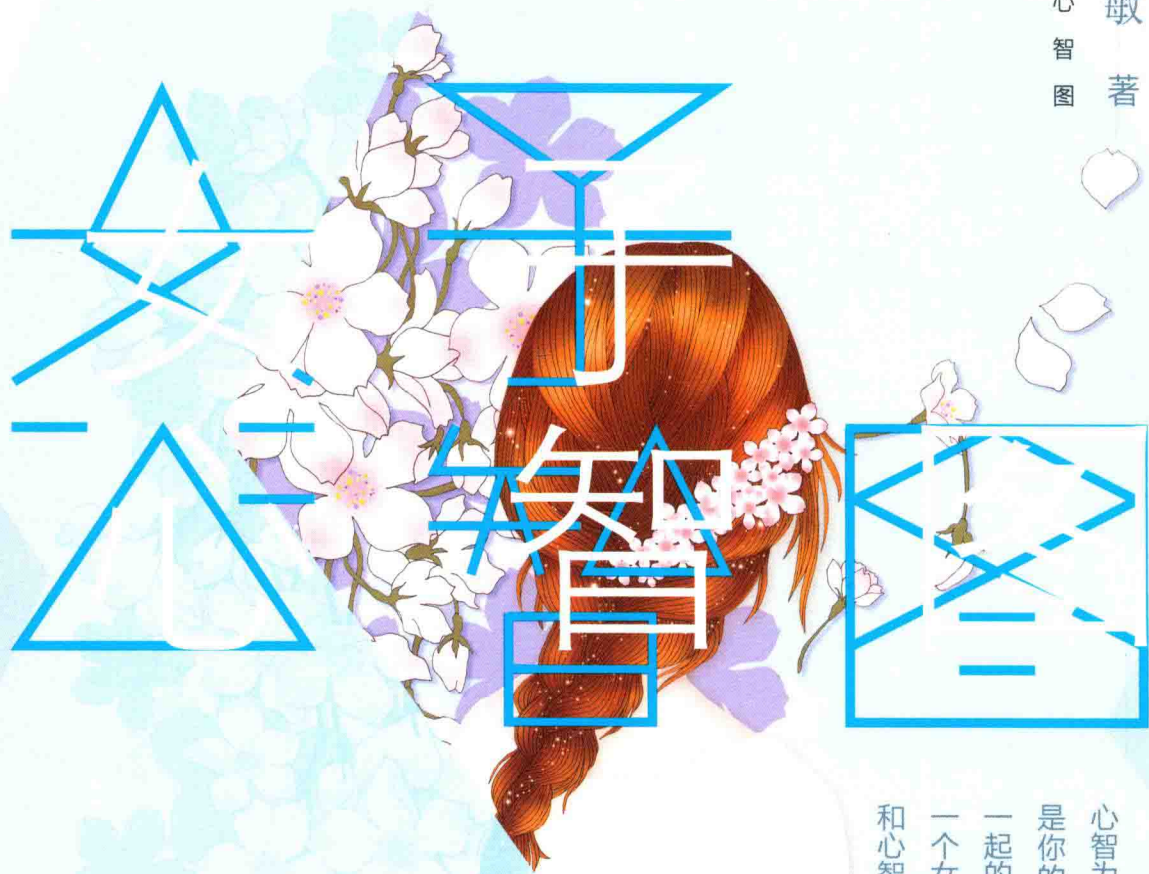


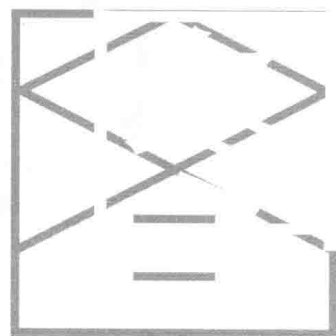
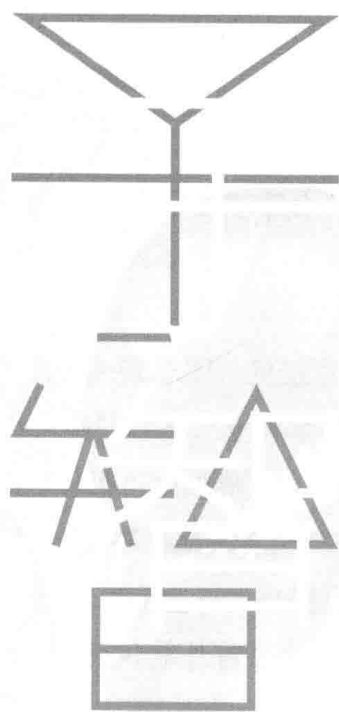
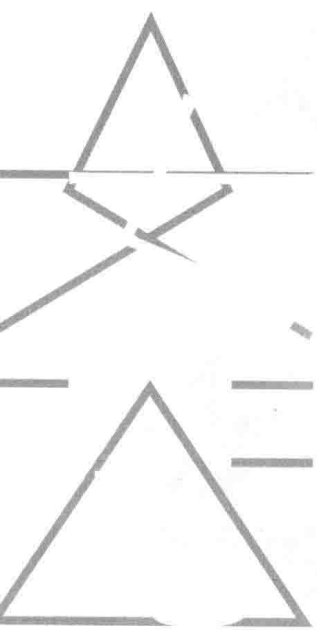
毕淑敏 著
女子心智图



心智为一种能力。
是你的智能和潜能加在
一起的总和。
一个女子一生幸福与否，
和心智水平直接相关。

漓江出版社

毕淑敏 著
女子心智图



漓江出版社



图书在版编目(CIP)数据

女子心智图 / 毕淑敏著. — 桂林: 漓江出版社,
2016.7

ISBN 978-7-5407-7811-8

I. ①女… 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089241号

女子心智图

作者: 毕淑敏

策划组稿: 文龙玉

责任编辑: 章勤璐

内文设计: 石绍康

封面设计: 北京吴勇设计事务所

封面绘图: 罗孜孜

责任监印: 周 萍

漓江出版社有限公司出版发行

广西桂林市南环路22号 邮政编码: 541002

网址: <http://www.lijiangbook.com>

全国新华书店经销

销售热线: 010-85893190

印制: 北京大运河印刷责任有限公司

开本: 710×980 1/16

印张: 17

字数: 220千字

版次: 2016年7月第1版

印次: 2016年7月第1次印刷

书号: ISBN 978-7-5407-7811-8

定价: 39.80元

漓江版图书: 版权所有, 侵权必究

漓江版图书: 如有印装质量问题, 可随时与工厂调换

序

女子心智图

如果把女子的心智画成一张草图，我想它该是一株三叶草。三叶草有个大名鼎鼎的弟弟，叫四叶草，也称幸运草。在西方的婚礼上，除了新郎新娘之外，还有必不可少的第三人，就是四叶草。在新娘的花束、新郎的胸花里，四叶草都必须在场。

四叶草的出现概率是十万分之一。也就是说，长十万株三叶草，才有可能出现一株四叶草。三叶草外貌平平，叶呈心状，叶心较深的部分，亦是心形，真是心心相印的模范。三叶草的世俗名，叫苜蓿草。我当兵时，营房边是一望无际的苜蓿地，备作军马饲料。春天苜蓿刚发芽，也被当作军人的主菜。

绝大多数女子的身份，如三叶草般朴素而平凡。我们的心智，也以大概率的三叶草为例吧。

你可能会问，心智是个什么东东啊？

“心智”是安放在我们身体里的大箩筐，包含一个人各项思维能力的总和。比如你的感受——眼耳鼻舌身观察到的所有景象，你的思索——对世界万物的理解、判断，你的行动——你基于上述感觉和判断做出的各种选择并付诸实施的做法。还有你自有生以来的所有记忆、你驰骋千万里的想象力、你层出不穷的假设、你千姿百态的幻想……你可能已经觉得眼花缭乱了，但这还只是一部分。你的心智还包括祖先遗留给我们的集体无意识。总而言之，心智是你的智能和潜能加在

一起的总和。

如果你觉得这实在太庞杂，简单定义是——心智为一种能力。

你可千万不能嫌麻烦，就放弃了解这个劳什子。告诉你一个秘密：一个女子一生幸福与否，和心智水平直接相关。心智力量的强弱不一，将导致命运的天壤之别。心智模式，决定了你如何了解这个世界并如何与这个世界互动。当心智模式与认知事物发展的情况相符，就能有效地指导行动。反之，心智模式与认知事物发展的情况不相符，就会事与愿违红颜薄命。

举个例子。为什么同样的家庭悲剧，常常在一代又一代人身上，如同被人下了符咒般地重复？为什么看似极不相同的人，却有着大致相同的命运？为什么幸福的家庭总是相似的，而不幸的家庭各有各的不幸，但不幸的底色无法更改？为什么人人希望自己幸福，却常常有人陷入黑暗悲惨的绝境？

所有的女人都想寻求这个答案。和男性相比，女子在体力上较弱，历史的角色定位让我们对世界所知较少，比较容易吃亏。由于封建社会的漫长影响，女性至今仍不可能达到和男子完全平等。所以，我们更需良好的心智，作为开辟幸福的保障。

大自然的三叶草，被人们赋予的“草语”是——第一叶代表着希望，第二叶代表着付出，第三叶代表爱。这三样，均是天下女子的由衷希冀。要得到它们，需心智三叶草相助。让我们仿照大自然中的“草语”，也为心智三叶草拟个说法。

心智三叶草的第一片叶子，是获得知识。女子啊，你一定要热爱读书，读有字之书，也读无字之书。我们最初获得的知识，其实并不是来自文字，而是从周围的人，特别是自己的父母那里耳濡目染习得的。这些见解，有的对，有的不对。童稚幼小，仰人鼻息，只能无条件地遵从长辈，否则无法存活。无知无力的我们，无以辨析听来的话正确与否，照单全收。然而，子一代不是父母的复印机。作为模本的

上一代人，并非完美到无懈可击。再者时代不断进步演变，就算从前正确的知识，现在也不能保证百分之百可靠。世间最先开始的学习，竟是有些无奈的被动。当然，这无可厚非，不过你长大后，需要严格甄选这笔遗产，去粗取精去伪存真。这是要举毕生之力完成的工作，你要争取得个高分。可叹很多女子，一辈子也没能写完这份作业。要么对父母言听计从，好似父母黑漆漆的拓本。要么一味造反，叛逆地对着干，走向另一个极端。平心静气地分辨哪些是精华哪些是糟粕，并不容易。说自己先人所传内藏糟粕，似乎不敬，但这的确是实际情况。伟人尚且三七开，凡夫俗子谁能保证言传身教句句是真理？所以，正确地认识这个问题，不但对自己安身立命大有好处，对于如何处理和前辈的关系，也很有裨益。第二个获得知识的途径是上学堂。对于老师，我们也曾倒头便拜满腔崇敬。他们传授最初的科学和文化，最基本的人间行为准则。我们对待老师的态度，也和对待家长相仿，一是尊敬，二是头脑过滤，分辨浊清，以助成长。第三个获得知识的途径，就是终身学习，向周围的人学习，向书本学习，向大自然学习……学习是灵魂的一日三餐。有些女子，把读美容的书、养生的书、保健的书、时髦的书、流行的书，看电视连续剧、电影……都当成学习，甚至沉迷其中。我个人觉得，这些活动，自然也可多少有所借鉴，但它们充其量仅仅相当临时果腹的快餐，有些还是垃圾食品。人吃东西不可偏食，读书也不能拘泥于狭小的实用主义。放开眼界，读古今中外圣贤之书，读那些经过千锤百炼历史淘洗之书，读科技和人文的最新进展成果。单是读还不够，还要深入进去想一想。要让人类智慧的结晶，点点滴滴渗入自己的思维结构中去。

心智三叶草的第二片叶子，是应用知识。它的重要性不言而喻，恕我不赘。

心智三叶草的第三片叶子——抽象推理。要说它的模样，实在不水灵。干燥，硬邦邦，缺乏温度。不过，你不能以貌取人，它是谋求

幸福的不二法门。一个女子，一辈子要遭逢多少考验，多少苦难，多少困厄，多少低谷……真是无以计算。没有人会告诉我们有多少灾祸在不远处等着我们，唯一可以确定的是你绝不可能一帆风顺。这可如何是好？能救赎我们的就是抽象思维的推理能力。它说起来有点深奥，其实就是世界观和方法论的统一体。

你要学会透过现象看本质，你要对客观世界发展的深远过程有所预判。比如说，你要透过一个男人的举止言行，进入他的内心世界。就算你现在不能熟练掌握这个本领，也要训练自己对事物的本质属性进行分析，得出尽可能真切的判断。你学会归纳，比如面对五花八门的大麦、小麦、黄豆、绿豆、高粱、红薯……你知道它们万变不离其宗，都是“农作物”，都可食用。但蒺藜和毒蛇就不同了，你要提高警惕。你对花生过敏，但不能说所有的根茎类果实你都不能吃。不能以偏概全，不能因噎废食。不能因受了一个男人的骗，就说天下男人没有一个好东西。你被一个闺蜜背叛，不能从此不相信所有的朋友。要学会把偶然性的迷雾拨开，把繁杂的事物归类，把零散的印象整理提升……这一切，都是抽象思维这个面目冷峻的客人，背后藏着的那只手，将要展示给我们的精彩礼物。接过这线条冷硬的镜片，练出一双穿透事物和人物表面性的慧眼，看到它们背后所隐藏的本质。

俄罗斯的文学家车尔尼雪夫斯基说过这样一句话：“理论是冷冰冰的，可它能叫人去获得温暖。”让我们以心智的三叶草，培育出命运的三叶草。得到每个女子都梦寐以求的希望与爱，并向这个世界持续地付出善和暖意。



目录 Contents



序 女子心智图

第一辑 做女人的智慧

002 // 做女人的智慧

智慧不是来自外界，而是女人自身的修炼。

006 // 淑女书女

读书的女人，更乐于思考，勇于决断，充满自信。

008 // 素面朝天

勇气不是储存在脸庞里，而是掌握在自己手中。

011 // 我所喜爱的女性

爱花，眼神悠然，依时婚恋，会做饭，爱读书，深存感恩之心又能独自远行……

013 // 恰到好处的幸福

酒精不是越浓越好，期望不是越高越好，幸福也一样……

017 // 做自己身体的朋友

身体会报复每一个不爱惜不尊重它的人。

020 // 今世的五百次回眸

不为虚渺的擦肩而过，而把余生定格在回眸之中。

022 // 每一天都去播种

女人，你究竟为谁生活？

024 // 幸福的镜片

放大欢乐，缩小痛苦。

026 // 关于女人和男人的吉光片羽

对于女人来讲，选择拒绝的流程就是选择生活的走向。

030 // 寻觅优秀的女人

优秀的女人 = 善良 + 智慧 + 勇气 + 美丽

034 // 婚姻也需要学习

理解和退让是润滑油，共勉和并进是婚姻的理想状态。

第二辑 真爱是照耀人生得以温暖的灯

038 // 穿上白生生的羊绒衣

唯有天生的颜色，永不会改变。

042 // 格布上的花

有爱的日子是好日子，你的人生就绽开了鲜花。

044 // 成千上万的丈夫

相信唯一，你就注定在茫茫人海东跌西撞寻寻觅觅。

048 // 关于爱的奇谈怪论

爱是一种需要不断修炼和提高的艺术。

053 // 爱情没有快译通

该说的你还得说出来，沉默不是金，是土是空气。

058 // 非血之爱

爱没有血缘关系的人，是一种需要，一种渴望，一种智慧。

060 // 购买一个希望

要有一颗生长希望的心。

062 // 爱的喜马拉雅

爱对死亡的威胁，是一种不可逾越的永恒。

067 // 一见钟情还是按图索骥

一见钟情的质量，不在开头，而在结尾。

074 // 常常爱惜

没有保护的爱惜，是一朵无蕊鲜花，可以艳丽，却断无果实。

076 // 飘扬的长发与人生的幸福

先认清你是什么样的人，才好去寻找一个和你相宜的人。

081 // 爱情可算一种病？

不要为了命运的改观，把爱情变成了筹码。

第三辑 爱怕什么

088 // 爱怕什么

爱怕撒谎，怕沉默，怕脚力不健，怕平分秋色……

091 // 婚姻的四棱柱

婚姻的四种开端，指示着不同的道路。

096 // 虾红色情书

他在操纵你，你可有反操纵的信心？

102 // 校门口的红跑车

女人，最该捍卫的，就是我们的尊严。

108 // 眼药瓶的奥秘

导演一场闹剧，企图伪造一个现实，这就是欺骗了。

113 // 遮颜男子

倘若有什么人把男女性关系说得轻描淡写或一钱不值，他如果不是极端的愚蠢，就一定是有险恶的用心。

119 // 修补爱情

爱情的修理工，不能假手他人，只能是我们自己。

121 // 家庭幸福预报

婚姻是一场马拉松跑，你可以张望，但不能回头。

125 // 垃圾婚

不愿意当垃圾，很好办，离开垃圾就是了。

130 // 为什么总是遇人不淑

如果从第一次婚姻里学到的不是正确的经验，就会可悲地进入一轮更盲目的赌博。

135 // 婚姻有漏

婚姻需要长久的持续的充满定力的忍耐。

137 // 婚姻鞋

脚比鞋贵重。当鞋确实伤害了脚，我们不妨赤脚赶路！

140 // 危险的花烛

无论恋爱时怎样深入了解，结婚仍蕴含了深刻的未知。

143 // 哑幸福

幸福很矜持。遭逢时不提前打招呼，离开时不说明和申辩。

145 // 全家福的碎屑

幸福没有统一的标准，也无需别人的肯定。

第四辑 心轻者上天堂

154 // 心轻者上天堂

在还能微笑和努力的时候，就把心上的坠累一一摘掉。

156 // 豆角鼓

人间的温情能跨越无数岁月和命运的阴霾。

158 // 我眉飞扬

心悦诚服地接受自己的外形，包括身体的所有细节。

161 // 当我们想家的时候

我们都曾欢欣地接受过母爱，也都可以成为辐射母爱的源泉。

163 // 青虫之爱

妈妈是无所不能无所畏惧的。

168 // 母爱的级别

母爱不能只停留在低级阶段，要向高级阶段转化。

170 // 家是有生命的精灵

我们是自己家庭的制造者，也是自己家庭的保健医生。

172 // 默契的建筑

你是你婚姻的工程师。

175 // 家的疆域

涂抹疆域界线的橡皮，只能是爱。

177 // 爱的回音壁

微小的爱意反复回响着，折射着，变成巨大的轰鸣。

180 // 华尔街的少女

我们要对女孩子进行教育，让她们意识到自己的价值。

186 // 走出黑暗巷道

只有正视伤痛，我们的心，才会清醒有力地搏动。

191 // 拒绝分裂

目标坚定人格统一，不要与自己的心相左。

第五辑 提醒幸福

198 // 提醒幸福

幸福有梯形的切面，它可以扩大也可以缩小，就看你是否珍惜。

202 // 女人什么时候开始享受

给自己留一点享受的时间和空间，不要一拖再拖，一等再等。

205 // 幸福的七种颜色

幸福是无限的。

209 // 欣喜是自酿的
你能创造出属于自己的幸福。

215 // 每只小狗都有一个目标
确立目标，让幸福驾临。

218 // 泥沙俱下的生活
并不完美的生活，是组成宝贵生命的原材料。

221 // “我羡慕你”
年轻的朋友，不要去羡慕别人，要记住人们在羡慕我们！

223 // 平安扣
外界虽不能把握，内心却可以调适。

225 // 最大的缘分
能吃是缘分。吃的是自己双手挣来的清白，才是人间的幸福。

227 // 全职主夫
有一种非常快乐的家庭主夫，绽放着令世界着迷的笑脸。

232 // 千头万绪是多少
千头万绪细化成简明扼要的条款，理清并列对策，逐一攻克。

237 // 你好，莽
心中贮备着丰足的力量和充沛的爱，足以抵抗征程的霜雪和苦难。

241 // 友情如鞭
朋友就像文物，越老越珍贵。

245 // 保持惊奇
保持惊奇，保持对于世界的热爱。

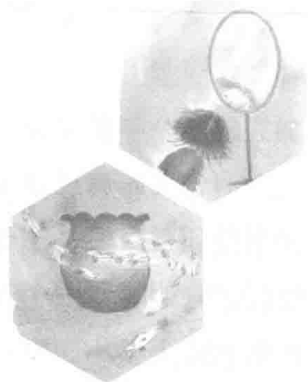
250 // 佑护灾难中的孩子
要最大限度地保护孩子稚嫩的心灵。

254 // 挖掘心灵第一图
心灵深处对世界最初的图画，是性格之书打开的目录。



第一辑

做女人的智慧



记得微笑，
记得骄傲，
记得自己。





做女人的智慧

智慧不是来自外界，而是女人自身的修炼。

不论男性还是女性，每个人都有自己发现自己、认识自己的过程，它伴随着一个人成长的全过程，也随着每个人的成长而深化。我来北师大读心理学，就是想更好地了解人、了解自己。我觉得，人如果能把自己搞明白，是件很有意思很好玩的事。作为女性，更要了解自己，发现自己。通常，人说“人贵有自知之明”，都是说要明白自己的不足之处。而我认为，女性不光要了解自己的缺点，更要了解自己的优点、自己的特点，这才真的“珍贵”。

我做过医生，对女性的生理比较了解。男女生理上最大的不同是生殖系统的不同，但这种不同并不从根本上决定性别的优劣、强弱。我觉得男女的差异主要体现在社会性别上。我在西藏当兵的时候，我们司令员曾特别惋惜地对我说：“你要是个男的就好了。”我问为什么，他说：“你挺能干的，我想提你当参谋，以后还可以当参谋长，可惜你是个女的，这就没有一点办法了。”这是我长大成人后，第一次鲜明地意识到男女性别上的不平等。现实中，女性在权利、义务、文化、尊严等方面与男性是有很大差距的，女性在社会上的声音总是很微弱，

这是和人类社会的发展过程息息相关的。古时候人们要打仗，丈二的长矛，女的就是拎不动。而现在，坐在电脑前，男女都一样，而且女的输入得可能还更快。人类的科技进步，为推动男女平等提供了基础，男女因为生理原因导致的不平等是可以渐渐被淡化的。

我发现我们女性和男性的差异，主要是由文化上的原因造成的。比如，严父慈母大家都觉得很正常，但如果一个家里是严母慈父，大家会觉得有点例外。其实，慈、慈悲，是男女共有的品性，不是女人的专利。最近我看一位作家写的文章，说更年期本是人一个正常的生理过程，但人们说起时会认为它包含一种贬义。这里头就有非常多的文化因素。在大学听我做报告的女学生特别多，从她们眼神中，我知道她们在思考，可到自由提问的时候，通常第一个站起来的总是男生。从我们的文化上讲，一个女孩子总要先看看别人讲什么，这么站起来会不会冒失啊，又担心自己的问题会不会太幼稚啦，实际上是一种文化在压迫着她。从某种程度上说，这是女性的“自动放弃”。人是生而平等的啊。平等不是等出来的，是自己做出来的。这种“文化上的压迫”存于心间，即使平等已经到来了，女性自己心里还是觉得不平等，那么，这种平等就不能真正到来。

女性要学会思考，真正成熟起来。女性心理成熟和自身的阅历在一定程度上相关，而这种阅历只是一种成熟的土壤，成熟则需要智慧。比如一个女人经历了失败的婚姻，上一次她找了一个比自己强的失败了，这次就去找一个差的，最后她可能结了四次婚，还是失败了。阅历没有上升成为智慧，没有思考，失败可能还会重复，而并不能使她真正成熟。我常常看到鸟儿一根一根地叼来树枝，千辛万苦也要给自己搭一个窝，我想，它们也是需要有一个家，需要一种安全感。人也一样，只是女性在体力上没法跟男性比，所以，才对安全感要求更高。她们更需要男性的责任感，更需要关怀和呵护，这种需要是正当的。外在的柔软并不意味着女性就是弱者。在面对困境和生命挑战时，男

女采取的方式可能不同，但克服困难的本质是一样的。女性凭借自己内在的力量，能够赋予自身生命的意义、人格的尊严。她们在挑战自我的程度上，在承担社会责任的能力上，和男性是相同的。

女性对自身的了解和认识，包括她对自身生命意义的认识。女性到底是为谁活着？很多女人视孩子和丈夫超过自己的生命，以他们为自己生存的意义而忽略了自己。丈夫、孩子无疑是值得女人为之付出的，但并不是女人的自身或全部。我们说，世界上没有相同的两片树叶，生命属于女人自己，女人应该是她自己，应该为自己活着。不少女人在失去丈夫时觉得自己没法活下去了，在孩子不在身边后突然觉得生活空空荡荡没了着落。漫长的岁月里，她们总是在等，等孩子的成长，等丈夫的闲暇，当这些都等到时，才发现自己已经衰老，已经远离了自己原本想干的事。每个人都应该对自己负责，女性如果把自己生存的意义完全寄寓于对方，寄寓于别人对自己负责，这对男人也是不公平的。

女人因为柔软，所以更需要智慧。情感充沛是女人天性的特点，但不应该是女人的弱点。情感是好东西，女人怎么能没有情感呢？只是女人在付出情感时需要判断对方的真假，付出情感后还要保持与男人发展的同步。当然，这种同步不一定是事业上的，而是精神上的同步，精神上的成熟。女人在工作、家庭中的角色本身也是在发展变化中的。一劳永逸是不行的，坐等十年，智慧也等不来。智慧不是来自外界，而是女人自身的修炼、内在的积累。智慧的女人给人的感觉会是宁静的、平和的。

如果我有一个女儿（我有一个很会自己拿主意的儿子），我不预期她将来干什么，我会让她自己去经历成长，我希望她去读更多的书，希望她在智慧上更胜一筹。我相信，读书会开启女性自身的智慧。

从女性的特点来说，女性敏感细腻，更容易感受幸福。每个人对幸福的定义是不确定的。我在感到自己有力量的时候，有一种幸福的