



永恒美德书系

女子 美德书

文心 等著

永恒之美德，引导女性飞升
永恒之女性，引导我们飞升

这些有关女性的品性、情智、行止、姿容方面提出的美德之光辉，犹如天上流淌的水，纯净、暖泽、沉潜、盈沛，涤荡着女性的灵肉，告诉你如何永远保有美质的外身及冰雪人格。

中国华侨出版社



永恒美德书系

女子美德书

文心 等著

中国华侨出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

女子美德书 / 文心等著. —北京: 中国华侨出版社,
2006.4

ISBN 7-80222-103-X

I. 女... II. 文... III. 女性-修养 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 030364 号

女子美德书

著 者 / 文 心 等

责任编辑 / 凌玮清

责任校对 / 王 磊

装帧设计 / 无间文化艺术工作室

经 销 / 新华书店

开 本 / 32 开

印 张 / 9

字 数 / 180 千字

印 厂 / 北京天正元印务有限公司

印 数 / 12000 册

版 次 / 2006 年 5 月第 1 版 2006 年 5 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 7-80222-103-X/G · 90

定 价 / 20.00 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 邮编: 100029

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708



我们说女性拯救人类，并不意味着让女性独担这救世重任，而是要求男性更多地接受女性的熏陶，世界更多地倾听女性的声音，人类更多地具备女性的品格。

——周国平



品性

第一辑 品性

心怀诗琴 …… 如果哪一天呼吸不到含有花香的空气，诗卷被拿走，身体坠落，她也许就会死。/2

善存 …… 善存，是对过往年华与情感的尊重，对自己的尊重，不再纠葛于无谓的对错，不再同过往气岔搏斗。/7

自信 …… 她对这世界怀有信心，就像泉水对山林，而不是对自身。只要树木在，山在，泉水就不会枯竭。/9

意如流水 …… 突然看到这样一位不失柔美的职业新女性，成功的单身女子，耳目一新，这样的女子，自然清新，赏心又悦目。/12

绝唱 …… 古人言：“所谓美人者，以花为貌，以鸟为声，以月为神，以柳为态，以玉为骨，以冰雪肤，以秋水为姿，以诗词为心，以韩墨为香……” /14

感恩 …… 与美好相逢的时候，让我们快乐地感激上天的厚待；而困苦——所谓困苦，多半是：我们总是盯住失去的那一部分，而不去看我们仍然庞大的拥有—— /20

含烟 …… 一个时代自有一个时代的造像。在黄昏的茶肆中，我为内心所构思出的关于一个前朝女子的形象而恍然若失。/24

高贵 …… 高贵的灵魂是情感受苦的。受苦是完美的因素之一。/26

不屈服 …… ——有人注定内心的材质是玻璃，即便沙尘再粗砺，他们也不肯把心风化成石头。/30

你是人间四月天 …… 一身诗意千寻瀑，万古人间四月天。

“你是人间四月天”，这是林徽因的诗句。/36

向上的舞 …… 一股丹田至胸腔的气会让一个女人变得舒展挺拔。一个提着气的女人是从容美丽的。/42

伤怀之美 …… 伤怀与细小还是恢宏无关，它像块脱脂棉，沾上水分便湿润起来。/44

寻找花儿一样的女人 …… 我是多么地渴望，一个花儿一样的，优雅、安然、简单、常常微笑的女人。/47

章 …… 惟大英雄重本色，是真名士自风流。平生得此红颜知己，幸哉！/49

看看傅善祥 …… 世事被她料定了，用智慧掌握。无论宠辱，总是不惊；人世沧桑，只存心间——随它沟沟壑壑吧，它形成她的丰富。/57

就这样被自己说服（另一篇） …… 这样的说服是一种明智，它会帮助女人把日后的遗憾及悔恨减少到最低。/59

金婚 …… 在《槐园梦忆》里我读出完美的女人、完美的男人和完美的婚姻。造物主安排人类一男一女的婚姻，原本就该有这般的幸福美满。/62

瞬间的慈悲 …… 我想有一种女人会羡慕孙多慈。尽管这件事后来过去了，但又有什么事情不过去呢？十年很长，却也短；瞬间极短，而又无限地长。/66

福份 …… 对男人而言，有妻是上帝赐给的福分，惟有贤惠的妻子，才是耶和華赐给的。/71

永恒女性 …… 当男人们仍在昼夜之间辗转不安时，美丽的女性是促使其完成生命的织物的那枚银亮的针。/79

阴性的太阳 …… 一个女人摧毁了一种腐朽又有什么不对？她们迟早在某一个时刻脱离了剧情和角色，开始自编自导一个女人可能创造的奇迹。/81

情 智

第二辑 情智

三心二意 …… 自由之心令我完整，清澈之心令我明白，感恩之心令我坚韧而谦和，而在有意与无意之间，我的生命得以充盈。/92

凤求凰 …… 女孩子会看人是绝对的智慧。但，并不是想嫁一个好丈夫就嫁得着，首先还得有自己的份量和水准。/96

得靠且靠 …… 不如能靠就靠，想法子靠久一点，靠多一点，靠到不能靠的时候又可以抽身而退，行正坐稳，无伤大雅。/102

不羡慕 …… ——我相信，一个常常羡慕自己的人，面上心底，一定有着他人所不及的光辉和力量。/104

爱从容 …… 拥有爱人的时候你珍惜他，爱人离开了你就珍爱你自己。/106

爱自己 …… 爱自己就是热爱自己一切与生俱来或亲手打造的东西，并努力发扬光大其中的长处。/109

知性女人 …… 历史的主题永远是属于英雄的男人们的，但这只体现出了历史的雄壮。而那些英雄旁边并排站立的女人，却增加了历史的壮美。/111

淑女厨娘 …… 21世纪我们的口号是：做淑女厨娘。就那样环环相扣一路行云流水下来，听着庄严的德沃夏克。/118

但愿是读书人 …… 读书会令人——无论男女——睿智、谦逊及思考。这是使人成为人，至为重要的因素。/121

当我老了 …… 当我老了，人生不过是一场阅历，尊严在内省中一寸寸浓缩。/123

有儿有女 …… “有儿有女才够幸福”——这话隐逸着所有女人对生活的感恩、依恋、温情……/125

自己赚钱买花戴 …… 既然做了人，就要做得痛快一些，我的东西，我砸烂了也与他无关。/127

节制 …… 什么时候该节制什么时候该放纵，这是一道深奥的方程式。/130

闲得住 …… 日常里女人的闲不住被看作是一种勤劳的美德，但女人的闲得住却是一种品位。/132

女人凭感觉 …… 这世上若没有了凭感觉的女人，一定会比没有充满理性的男人更糟。/138

美人的独门武器 …… 这些女人的美在公众场合仪态万方又方寸不乱，确实需要过人的聪慧和独门武器。/144

和多情男人过招 …… 他曾经多情也好无情也罢，已不再重要，要紧的是真实面对自己的感受，听从自己心灵的安排。/150

不做红颜知己 …… 对于一个不爱你的男人，即使你再爱他，你也必须让自己远远的离开他走得越远越好。不要妄想做他的红颜知己。/152



人间温暖 …… 美食就好比日子的缝隙里遗漏下的小欢乐，总会在你颓废的时候蹦跳一下子，显示着生活的温度与力度。/154

永远做爱情的主人 …… 你的观念就是你的备用胎，你的健康心理就是你的物质基础。/157

勇敢自信做女人 …… 渴望生命的充实和快乐，也珍惜事业和爱情亲情。华发满头的时候，儿子看我还在浪尖上颠簸，会不会为我击掌而歌？/159

才女亦财女 …… 在做美女还是才女的问题上，有的女人糊涂，想两样独占。我要做才女，不好看没关系，写文章照样悦人。/161

一种姿势 …… 来生我可能是一株草，一泓波光，一片枫叶……那么今生，我一定要珍惜，尽情的敞开，尽情的芬芳……/163

在阅读中生活 …… 一本书，就是一把玄梯，让我一步一步踏上去。于登高临风处追寻那只翩翩的蝶，且一点一点地初尝文字的蜜。/167

真正的聪明 …… 怀抱，只有一个。端不能给错了人。/169

另一种女性人生 …… 天生丽质真是个好东西，女人干嘛要自弃？/171

行 止

第三辑 行止

小女人 …… 时至今日，小女人早就成为一种生活方式、一种审美情绪。/176

舒服做女人 …… 聪明的女人，可以有自己的事业，可以叱咤风云，但总会不失时机地露出她柔情的一面，所行之处，往往呼风唤雨，畅通无阻。/178

适度裸露 …… 我们有暴露我们美好身体的绝对权利，还有我们美好的一切——性情、才能、努力以及因此应得的所有，我们是我们自己的。/180

说给我的妹妹听 …… 约会时请一定记得带上你的钱夹，那些在精致的手袋里只搁了口红和面巾纸的女孩子，是不会真正得到男士的尊重的。/182

寻找红晕 …… 像是一滴胭脂滴进了清水，那红晕，你能清晰地感觉到迅速地在地脸上洇开，一团一团，棉絮般的升腾浸染着色，漫上一层又一层。/185

飘 …… 生命只有在永不停歇的行走中，才能获取无声的滋养而饱满晶莹。/190

放松 …… 还好人会长大。如今我判定一段爱情的良莠只有一个标准，那就是能不能使人放松。/192

美人如玉 …… 白玉为堂金作马，她是一位真正的娇贵小姐。/195

优女 …… 她们以优雅的品质、优美的风度及优秀的素质成为都市的精神，她们比美丽多一点理性，比时尚多一点内敛，比浪漫多一点独立，比自信多一点睿智……她们就是我们时代的优女。/198

蝴蝶 …… 如果它找到了自己，它就是一只枯叶蝴蝶；如果它找不到自己，那就是一片蝴蝶枯叶。/201

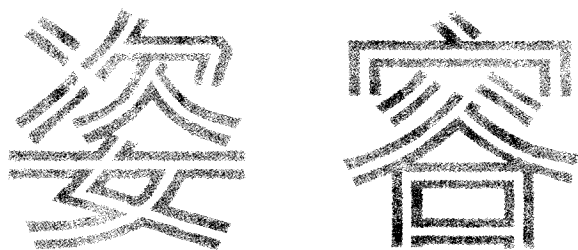
午间约会 …… 保持相对独立的空间和自由的时间，永远是现代女性美丽百分百的保鲜膜。/203

好女 …… 她有越多的爱，她的内心越充实，她的感应越发热烈，她就越容易成为人所需要的女人。/205

一生至少要做52件事 …… 外表美当然不是我们堪以骄傲的惟一，但却有利于我们找到幸福。在确保安全的情况下，何不为自己锦上添花？/208

恒久魅力 …… 她们的智慧在日常生活工作中显山露水，一句话、一种摆设都是灵感的闪光。/216

聪明的吸引 …… 挖掘很主要，挖掘面对的是潜能；美丽是一片静静的湖水，里面深藏无限的潜能。/221



第四辑 姿容

美人 …… 纵是下品美人，已比常人幸运三分：美人之躯已有，若能

养气质、蓄见识，则其美途不可量也。/228

吸收美丽 …… 美的价值就在于你平常对美的修行，以及美的观念，美的习性。/231

出类拔萃的小小利器 …… 想要“美如天仙”靠一点运气。其他的，要靠打扮，要靠内敛的光华，要靠一点修为。/234

媚眼 …… 与其媚眼横飞，不如留为自用。瞪圆一双眼，做事看人，明锐雪亮，可最大限度地减少有朝一日自叹有眼无珠的风险。/239

女人的手 …… 悲欣交集的人生因为有了手与手的重合而变得深刻、温暖。有一个凝重而伤感的词语叫——牵手！/242

佩玉的女子 …… 佩玉的女子是世间极品，可以揣想，可以惦念，可以与之相交，相亲，却常在不经意间与之擦肩而过。/245

美丽成精 …… 激情而不放肆，沉静而不颓唐……美丽成精，这便是了。/247

肌肤嘉年华 …… 皮肤生在我脸上，真是它的福气——呵护它犹如呵护心灵，我不肯让它受一点点委屈。/249

衣饰 …… 穿着齐整可意衣服的女人，总是比较安心的，因为在人群中有着妥当的位置，不致为衣食奔忙。/251

我熟知的前世今生 …… 美丽的色彩更多是用来给人想象的，它们更像是女人们独有的温柔、感悟和天分——只能意会不可言传。/254

长腿美人 …… 可爱的不仅是表面柔美的那种女人，真正可爱的是某种女人偶尔的优美。/260

荡尽浮华 …… 与我一般大年龄的同窗相继做了妻子、母亲，领略起日子殷实和风情，颇有些耐人寻味。/264

永远的风情 …… 一个女人只有经过岁月的冲刷，仍能风情依旧，她才算得上是一个真正魅力无穷的女人。266

品性



所谓美人者，以花为貌，以鸟为声，
以月为神，以柳为态，以玉为骨，以
冰雪为肤，以秋水为姿，以诗词为心，
吾无间然矣。

——清·张潮

如果哪一天呼吸不到含有花香的空气，诗卷被拿走，身体坠落，她也许就会死。

心怀诗琴

诗琴女。我在昆德拉的小说《不朽》中看到这名称。小说里，有个名叫鲁本斯的男人，用它来称呼他所着迷的、却不知其名的一个女人。

“因为你像诗琴一样温柔，”他说。

他认为她像天使乐团中的诗琴演奏女。“你挺胸朝天，而你的头部，因为意识到一切都是虚无，低垂望着尘土。”他把她看成他的“爱情的疆域之外的爱人”，一个他所神往的梦。

他不常见到她，不知道藏在她身体之中的灵魂经历过什么，或正在经历什么。她确实把自己藏得很深。而她对她的生活、婚姻、烦恼也根本不想了解。

这并不需要让别人了解，她是这么想的吧。她经常沉默，不急于表白自己，也不与人多争执。心里的东西只在她一人独处时发生，即使多么的激烈，连着痛苦和寂寞，也还是被她珍视着。

隐藏自己的内心，也是一件快乐的事。这可以保护它不被侵扰，不受污染。

诗琴女。我觉得这名称很美，于是记住了她。

我看到罗塞蒂的画《白日梦》。那个坐在花树上的年轻女子，我认为就是一个诗琴女。

她的脚悬在半空中，不接触土地。她的膝头有一册摊开的、读到一半的诗卷。在她微微前倾的脖颈上，她的脸侧转过来，眼里有一种梦幻之光，对不远处的现实则表现出警惕和拒绝。

她的身体并不是极其纤弱的那种，却只能在轻巧的花枝上

栖息，而不能落脚在地上。如果哪一天呼吸不到含有花香的空气，诗卷被拿走，身体坠落，她也许就会死。

有人说，她就不能正常和坚强一些吗！有人把她和那些过分苛求的、自命不凡的女人相提并论。有人因害怕而远离她——害怕在她面前，暴露出自己的鄙俗和不洁。如果说曾经有一个人们争相仰慕她的时代，那么这时代已经消亡。现在有人嘲笑她。

但她还是坐在花树上，固执地拿着诗卷，保持她审慎而挑剔的姿态，不肯下来。

我在这里，她说，一个人一生中总该有至少一刻，在这里。

女人是这么一种擅长幻想的生物。她不但在白天做梦，在黑夜里也要寻求自己的光明。就像克拉斯姆斯柯依《月夜》里的女子。

光明来自画面之外的月亮，也来自她本身，她的洁白的衣裙和头巾，她的冥想的头颅。不能说那是月光的偏爱，只能说，是通体焕发光芒的她，最大程度地接住了月光。画中与她同一色的，是池塘里的莲花，小小的几朵，美而圣洁。像她。

也像一个偶然来到林中歇息的仙女。可我知道她不是。她是一个凡间女子，只不过从小和树林、草地、池塘亲近惯了。当她还是一个小女孩时，她就扎着毛茸茸的小辫子，光着两只小脚，在水边的石头上一坐就是一整个下午。双手交叠着放在屈起的膝盖上，脸枕在手背上，黄昏的阳光斜斜地照在身上，她就开始睁眼做梦。

她梦见民间传说中的伊凡王子，年轻英俊，骑一匹有马那么大的灰狼，前面还坐着一位美丽的公主。他们穿过荆棘，雪野，密林，要去一个自由温暖的地方，开始新的生活。王子多么勇敢，无论脚下的路多么颠簸曲折，他的手臂总环绕着公主，一刻也不离开。

在幻想中，她变成那个幸福的公主。她把头靠在王子胸

前，听见里面有一颗纯朴真诚的心在扑通扑通跳个不停。那么，周围再狰狞可怕，前路再艰险渺茫，也是不要紧的吧，只要这心跳声陪伴着她，只要这手臂永把她围抱，她就可以去任何地方。

但她最终是一个人来到了这里，这个小树林里。她真的长成了一个美丽的女人。她有了自己的家，丈夫和孩子，自己的生活。但她是孤独的。没有王子，没有一匹穿越密林的勇猛的灰狼驮着她奔跑。她穿梭在晚会和宴会之间，却没有一个可深入交谈的朋友。到了晚上，她就找了个借口，出来透透空气。

月色清朗，引导着她，来到这个小树林。她看到池塘里那几朵盛开的小小的莲花。她坐在长椅上想，这是不是一种提醒，一种暗示，让我重拾少女时的幻想，让我自由地呼吸？

在月光下一坐许久，她渐渐又听到诗琴的声音，在这孤独和洁净中升起。

若干年后，她在蒲宁的《素昧平生的友人》里出现。诗琴的弦再次颤动。

她坐在一辆电车里，翻开偶然买来的一本书，读起来。突然，她的心迸发出紫罗兰色的电火花，就像她所乘坐的疾驶着的电车。那么，这就是载她奔跑的那匹灰狼了，而她的伊凡王子，就是写那本书的作家了，虽然她不认识他。

“请告诉我，这究竟是一种什么样的感情？一般说来，艺术会给予人们什么样的感染呢？倾倒于人类的才华和力量？激发起对个人幸福的憧憬（这种憧憬是始终、始终存在于我们心底的，尤其当我们的感官受到像音乐、诗歌、某种动人的回忆或者某种气息的影响时，就更其强烈）？或者会喜不自胜，因为体味到了人的灵魂的高尚美好（能够为我们揭示人的灵魂的人寥若晨星，只有像您这样的作家才有这个能力，才能告诉人们高尚美好的灵魂的逆境还是存在的）？……”

现在她有了一个精神的上帝，那个作家。在哗哗的大雨

中，在阴沉沉的房间里，在看着家中那座绿得反常的花园时，在壁炉里的火哗啵跳动时，她不断地在心里向他发问。这些问题跟她的日常生活没多大关系，——她的生活，不算糟糕，但很平淡，且密集着物质，看不到“精神”、“幸福”、“意义”。她多么想从中拔出头来，透一口气。她其实是要踩着这些远离世俗的词句，这些问号，去她向往的地方——那地方十分朦胧，而她确信是美的。

她以为那个作家一定有答案。她不知道作家本人也常被这些问题困扰。她是要有一个站在稍高和稍远的地方的人来倚靠吧，而且是一个男人，这样，她的心就能够在痛苦的反省中鲜活地跳荡，而不是在平庸乏味的生活里烂掉。

“世上的一切都是诱人的，”看着她房间里泛着金黄色的灯罩，已经铺好了被褥的床，她华丽的睡衣，她穿着拖鞋的脚，她套在宽袖里的瘦瘦的手臂，她在心里自言自语：“我为这一切感到惋惜：它们有什么用呢？无非都是过眼烟云，转瞬即逝，都是虚幻之物，正如我朝朝暮暮所期待的某件事物一样，可是这种期待如今却替代了我的生活……”

而质疑却是可贵的。期待也是。一个这样的灵魂已轻轻飞离她的躯壳，停留在高处——就像拿着诗卷坐在花树上一样——看着耽留于物质生活的她。

这样，当她蜗居在一间漂亮而舒适的房间里，她才可能想到周围是秋夜的黑暗，海上飘来的迷雾在缭绕，而海洋一直可以通向遥远广大的地方，贫瘠荒凉的岛屿，贫困的人们。

她才可能像一个热恋中的少女那样，时刻心神不宁地等待作家的回信，同时又深知，她这么做，并非简单地希望人家爱她，她的希望要复杂和广博得多。

在房间和花园里走来走去，想着雾气腾腾的海洋，她对自己说：“谁能肯定没有另一个世界呢？要知道我们甚至对自己的想象力所创造出来的梦也并不了解。”