

<<你站在金字塔的第几层>>

图书基本信息

书名：<<你站在金字塔的第几层>>

13位ISBN编号：9787540458010

10位ISBN编号：7540458011

出版时间：2012-11

出版时间：湖南文艺出版社

作者：毕淑敏

页数：243

字数：165000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<你站在金字塔的第几层>>

前言

散文卷再版序我是从当医生开始频繁地使用文字，那时每日要写病历和死亡报告等医疗文书。那种文字必定是客观、安静、恭谨与精确的描述。

文字的应用，说简单，真是再家常不过了。

你可以没有一寸土地，没有一颗粮食，但你依然可以拥有语言和文字。

书写这件事的最低要求，是要让别人明白你的意思。

高一些的要求，是要把你的意思说得尽可能引人共鸣。

这是尚未过时的需要苦修的教养，是一个人思维本质的外化。

如同习武之人对剑技和刀法的淬炼，你得日日潜心钻研。

多年前，我在北京郊区的农村买了几间小房，院子空荡荡，有野鼠出没（常常希望有狐，可惜没见过）。

到了初春，植树节后，我从苗圃买回两棵梧桐树。

它们，光秃秃的，又细又轻，不见一丝绿意，活像搭蚊帐的旧竹竿。

我挖了宽敞的坑将它们的根须埋下，底部还施了从集市买来的麻酱渣。

我先生说，这地方咱也没有产权，人家说不定哪天就收回去了，似不必如此上心。

我说，就算人家把房子收了，这树也依然会生长。

我们还是善待它们吧。

我以前知道法国梧桐叫悬铃木，觉得起这名字的人富有想象力和诗意。

待自己植了这树，才发现它们的果实真是太像悬挂的小铃了。

再呆笨的人，也会让它们拥有这个名字。

不知道是不是我那两桶麻酱渣滓的效力，梧桐树发愤图强努力长大，几年的工夫，已经有四层楼高了，皮青如翠，叶缺如花。

阔大的叶子像相思的巨手，每晚都在风中傻呵呵地为自己鼓掌。

秋天的时候，它们会结出圣诞铃铛般的果实，自得其乐地晃荡着，发出我们听不见的叮当之响。

阳光透过叶子抛洒在地面上，红砖墁砌的地就被染上点点湿绿，重叠成深沉的暗咖色。

我懊恼地想，早知道梧桐绿得这样狠，不如当初垫了灰蓝的砖，索性让它们碧成一坨，比如今这般缠丝玛瑙似的绞着好。

突然，我看到头顶的斑驳中有一只清爽的鸟，在绿叶中跳跃，好像在和另外一只鸟捉迷藏。

细细看去，其实并没有另外一只鸟，它是单身。

但如果没有另外一只鸟，它如此执着地在我家悬铃木上钻来掠去，是何用意呢？

想起“却是梧桐且栽取，丹山相次凤凰来”；莫非凤或凰的雏鸟被我家的梧桐引了来？

成年的它们是绚彩的，不知幼小时也曾披过素衣？

人无法猜透一只鸟的心思，就像我们无法洞彻人生。

不像梧桐是先知先觉的，它和秋天有秘密的联络孔道。

要不，怎么会“梧桐一叶落，天下皆知秋”呢。

好几天，那鸟不辞劳苦地穿行于我家的悬铃木间，看得出它更属意东面的那一棵。

我现在已经辨认出它是一只喜鹊，不是那种灰头土脸、吃松毛虫的小个子灰喜鹊，而是眉清目秀、黑白相间的长尾巴花喜鹊。

它来我家的时候，像一架民航货机，滞重迟缓载着货物；飞离的时候就一身轻松，活泼轻快，赶路匆匆。

它确实是有伴的——另一只花喜鹊，黑和白的部分似乎均比早先这一只更大更鲜明，许是一只雄鸟吧。

当我确认它们是一家之后，也就知道了它们的用意。

两只喜鹊每天辛辛苦苦地衔来各色树枝，是要在悬铃木上搭一巢穴，迎接新生命的降生。

一只喜鹊窝，要搭建多少枝条？

要衔来多少草梗？

<<你站在金字塔的第几层>>

要倾注多少气力？

要呕沥多少心血？

要耗费多少光阴……听到我自言自语，路过的原住民老婆婆说，喜鹊选搭窝的地方时可心细呢。

天上头要没有北风，地下面要没有凶兆，远处要没有打扰，近处要没有响动……最用心的窝，喜鹊要啄下身上的羽毛，铺垫得暖暖和和，小喜鹊孵出来后才活蹦乱跳。

我没见过自拔胸羽的喜鹊，这两只鸟好像也没有这般忘我。

但我不得不信老婆婆的话。

她说这些话的时候，摇晃着满头坚硬的白发，配着漆黑的旧衫，目若朗星。

我疑心她在以往的哪一辈子曾做过鹊妖。

等着听小喜鹊叫吧。

早报喜，晚报财，不早不晚报客来。

她胸有成竹地说，好像未来的小喜鹊是她派往我家的儿童团。

为了节省喜鹊夫妇的时间，我约莫了一下它们搭巢所需建材的长短，捡了一堆草梗和树枝放在院子里，期望它们就地取材。

但喜鹊夫妇胸中自有拟好了的蓝图，有我们不知的选材标准，对此视而不见，依然辛辛苦苦地到远处去衔枝。

它们不屑。

鹊巢终于搭好了，小喜鹊在这里降生，一窝又一窝。

在两棵梧桐树和喜鹊家族的陪伴下，我写下了收入这套文集散文卷中的很多作品。

我用时间的树枝搭起了这个文字的喜鹊窝。

喜鹊本是单调的凡鸟，只有黑白两色，全无时尚的外观。

它的窝也是粗糙和朴素的，甚至有一点边设计边施工的乱七八糟。

不过，我在这个窝中垫入了一缕缕羽毛，它们来自我沧桑的岁月和我温热的心房。

毕淑敏2012年7月27日

<<你站在金字塔的第几层>>

内容概要

本书以励志为主题，关注个人的人生发展，所收录的散文涉及人在自身人生金字塔各个台阶会遇到的困惑、挫折与努力，启示人们不要刻意去逃避那些和自己的能力相联系的各种机会和可能性，要勇于直面，在人生金字塔上不断向上攀登。

每个人都有向上的欲望，“只有在这种不倦的探索中才能丰富自己的人生，才能得到生命的欢愉”。毕淑敏身兼作家和心理咨询师的双重身份，她的文字朴实温婉，充满鼓舞心灵的巨大力量，对于现实人生具有指导意义。

<<你站在金字塔的第几层>>

作者简介

毕淑敏，国家一级作家，北京作家协会副主席，著名心理咨询师，内科主治医师，北师大文学硕士，心理学博士方向课程结业。

曾获庄重文文学奖，小说月报第四、五、六、七、十届百花奖，当代文学奖，陈伯吹文学大奖，北京文学奖，昆仑文学奖，解放军文艺奖，青年文学奖，台湾第十六届“中国时报”文学奖，台湾第十七届联合报文学奖等各种文学奖三十余次。

<<你站在金字塔的第几层>>

书籍目录

鸟瞰埃德蒙顿
你站在金字塔的第几层
翡翠菩提
柱子的弹性
人可以最大限度地逼近真实
草原上的猎人树
积木别墅
绿手指
盲人看
失却四肢的泳者
断臂的姐姐
保安是谁变的
楼梯拐弯的女孩
为富人担保的穷人
坦然走过乞丐
机遇在不知不觉中降临
心理学教授的弟子
第6000次回答
不真实不现实的工作
兴趣就像食物，越丰富越好
首选护林员
你是百分之三吗
你的身体里必有一颗成功的种子
所有的动力都来自内心的沸腾
风不能把阳光打败
人心要有准则
放弃并不等于失败
顽强比坚强更重要
布雷迪的猴子
苍蝇向何处而飞
仇人的显微镜
最单纯的生活必需品
为生命找到意义
苍茫之悟
凝视崇高
我眉飞扬
素面朝天
致不美丽的女孩子
向大珍珠母贝和好葡萄学习
自卑情结是幸福的最大敌人
大部分人都想过自杀
心境防割
从伊甸园带走的礼物
看着别人的眼睛
做一棵城市树需要勇气

<<你站在金字塔的第几层>>

比树更长久的

“未来”和“将来”的区别

教养的证据

在生命的所有季节播种

溪水金沙

假若天使到你家

梅花催

青虫之爱

爱的回音壁

孝心无价

平安扣

友谊这棵树上的果子

速递喜糖

成千上万的丈夫

非血之爱

柳枝骨折

格子布上的花

<<你站在金字塔的第几层>>

章节摘录

鸟瞰埃德蒙顿北极光给人的感动，是突如其来的狂喜和感天动地的震慑，加拿大艾伯塔省省会埃德蒙顿留给我的冬日怀想，是清冷的安宁和无以言说的静谧。

下雪了，加拿大的冬天，必然该有雪的，犹如真正的海要有惊涛。

艾伯塔省的雪是绵软的，带着轻薄的鞘，好像一种来自上天的昆虫。

它们自由自在地飞舞，降落在大地、树梢、城堡、木屋和人们的肩头，让埃德蒙顿如同种了千百万棵梨花盛开的树。

为了鸟瞰埃德蒙顿的全景，我们登上了全市第二高的建筑。

保安队长领着我们不断攀登，用粗大的钥匙打开一层层厚重的铁门。

终于，我们站到了距地面150米高的顶楼之上。

这里通常不是一个景点。

那一刻，四周寂寥无声。

汽车和行人的喧嚣已匍匐在脚下如峡谷般的深底之街上，头上是苍凉云天，蕴含着雪花的千军万马。

四周是林立的大厦，玻璃幕墙闪着孤寂而带有虹彩的光。

远方，是涟漪般散去的民居。

在更远的地方，是天和大地的缀连处，由细密的森林用灰绿的针脚缝缀而起，浑然天成。

我们渴望城市，我们又留恋乡村。

埃德蒙顿的建设把这两者结合起来，人们在享受现代文明的便捷之时，依然偎依在大自然的臂弯里。

而这一切，并不是偶然的，来自周密的设计。

埃德蒙顿市早有规定，除了市中心，不得在郊区建造高楼。

这就使得埃德蒙顿至今保留着完整圆滑的360度地平线，令人心旷神怡。

人类是需要常常看见地平线的。

那让我们有一种与大地同在的踏实感。

它提示我们在琐碎的生活之外，还有一个博大的存在，可以承载我们的身体和心灵。

埃德蒙顿把高度繁华的城市建设与自然的生态环境完美结合在一起，不仅符合建筑美学，而且和人类生存的深层渴求共振。

人类是自然之子，如果长期和大自然相隔绝，在单调、鼓噪、僵硬、刻板的人工建筑中踟躅，喝添加了氯化物的水，呼吸被空调设备循环往返无数次的空气，饮下农药和化肥，吞入各种各样的工业原料……就违背了人类几百万年以来进化的基本大法，它不仅仅是不自然的，而且是不人道的。

那种总是两点一线或三点一线的生存方式，缺少大自然月朗风清的抚摸，缺乏太阳炙热而光明的照耀，呼吸不到由青葱的树木刚刚制造出来的新鲜氧气，喝不到由无数沙岩缓缓滤过的甘甜泉水……我们的身体和灵魂，会一道萎靡、羸弱、发霉、凋零。

人是活在关系中的群居动物。

人的一辈子，说穿了，有三种关系像轴心一般，指挥着我们围着它打转。

第一种是人与自然的关系，第二种是人与人的关系，第三种是人与自我的关系。

如果你远离自然，那这第一种关系的纤绳已咔嚓断裂。

据美国科学家研究，世界上最幸福的城市，有一个显著的特点就是那里的人们可以随时拥抱大自然。

和大自然的隔膜，是现代人的悲剧之一。

说到人与人的关系，这是一个大题目。

先说一个和空间有关的小试验，科学家们证实，当笼子中的小白鼠密度太高时，即使终日提供足够的食物和饮水，小白鼠们也会因拥挤而产生焦虑，之后发生剧烈冲突，彼此咬断对方的尾巴，攻击行为不断，自相残杀，鲜血淋漓……人也难逃这个规律。

说到人与自我的关系，当现代人无法应对越来越频繁的压力，难以有效地调试心境时，就很容易患上抑郁症。

我特别问询了艾伯塔省抑郁症情况，得到的答案是发病率很低。

<<你站在金字塔的第几层>>

埃德蒙顿第二高楼之上的俯瞰，给了我很好的启示。

在中国现代化的进程中，我们要在城市建设中，为人们最大可能地保存大自然的原生态，让我们一眼望去，可见到更多的绿色、蓝色和五颜六色的花，可以与广袤的地平线同在。

刚才提到带领我们来到顶层的人，是大厦的保安队长。

他和想象中刻板严厉的保安队长大不同，相貌绅士，服装整洁，而且业余爱好十分丰富，酷爱跳伞和摄影。

我对跳伞十分好奇，问，你是从自己守卫的这座大厦往下跳吗？

他微微一笑，说，这个高度可不够，我是从飞机上往下跳。

纵身一跃的时候，感觉像鸟一样自由自在，烦闷就被高空的风吹走了。

我说，那么你不能跳伞的日子，有了烦闷怎么办？

他说，很好的问题啊。

在不能跳伞的日子，如果烦闷了，我就爬上这座高楼，一一打开通往大厦顶层的门，独自来到这里，极目远眺。

看到一个广大的存在，心情就渐渐放松了，你所感到的压力，和这么大尺度的空间相比，算不了什么。

一切烟消云散。

你站在金字塔的第几层美国心理学家马斯洛有一段名言：“如果你有意地避重就轻，去做比你尽力所能做到的更小的事情，那么我警告你，在你今后的日子里，你将是很不幸的。因为你总是要逃避那些和你的能力相联系的各种机会和可能性。

”每逢读到，我总是心怀战栗地感动。

一个人就像是一粒种子，天生就有发芽的欲望。

只要是一颗健康的种子，哪怕是在地下埋藏千年，哪怕是到太空遨游过一圈，哪怕被冰雪封盖，哪怕经过了鸟禽消化液的浸泡，哪怕被风刀霜剑连续斩杀……只要那宝贵的胚芽还在，一到时机成熟，它就会在阳光下探出头来，绽开勃勃的生机。

现代心理学有很多精彩的论证，这些论证不能像实证的物理、化学，拿出若干铁一般的证据，心理学的很多假说建立在对人的行为的推断和研究之上，被千千万万的人所证实。

马斯洛先生所创建的人的基本需要的“金字塔”理论，就是这样一个伟大的学说。

他研究了很多人的行为和动机，特别是那些自我实现程度很高的人，之后得出了一个结论。

简言之，就是在我们人类的精神内核中存在着一个内在需要的金字塔，分成了五个台阶。

在第一个台阶上，是我们的温饱需要——最基本的生存之道。

饥肠辘辘，你今晚吃什么饭？

是人的第一考虑。

寒冬腊月，你今夜睡在哪里？

是火车站的长凳还是马路上的水泥管？

这都是头等大事。

当这个需要满足之后，紧接着就是安全的需要了。

你有了吃、有了住，你今天的生命有了保障，可是如果你被其他的人或动物或自然界的恶劣条件所侵犯，你远期的生命就陷在水深火热之中了。

因此，一旦温饱不成问题，人马上就考虑安全系数。

当你从一个熟识的环境换到一个新环境，那种不安和紧张，与陌生人交谈时的畏葸和不自在，如此等等，都从另一个方面证实了安全对人的重要性。

现在我们已经到了金字塔的第三台阶。

在这个台阶上大大地写着“爱”。

这不仅是男女之爱、亲子之爱、手足之爱……这些源于血缘和繁衍的爱意，还有同伴之爱、集体之爱、祖国之爱、民族之爱、文化之爱……总之，这里所提到的“爱”，有着宽泛的含义，但它是那样不可或缺，是人类精神活动的高级需要。

我们常常说，一个不懂得爱的人是灰暗和孤独的。

<<你站在金字塔的第几层>>

也就是说，人的精神需要如果不能完成这种超越和提升，就是饱含瑕疵的半成品。

爱之高处，就是尊严感了。

人是一种特殊的动物，人是有尊严感的。

一只虫子可以没有尊严，一株树木可以没有尊严，但是一个人不是这样。

如果丧失了尊严感，那就不是一个完整的人了。

中国的古话里有“不吃嗟来之食”，有“士可杀不可辱”，有“君子一言，驷马难追”，等等，讲的都是尊严的问题。

在金字塔的最高点，屹立着自我价值的体现和追求。

什么是自我价值的最高体现——那就是充满了创造性的劳动。

我以为劳动是有高下之分的，不是指在价值层面上，而是指在带给人的由衷喜悦程度上。

你可以想象并同意，一个科学家在得不到任何报酬的情形下，不倦地研究某一个与现实相隔十万八千里的学术问题，比如“哥德巴赫猜想”，为自己换不到一块窝窝头，但毫无疑问陈景润乐在其中；你基本上不能同意一位老农在得知三年没有人收购麦子的情况下，除了自己够吃之外还会不辞劳苦地广撒麦种。

在前者，创造性的劳动里面蕴含着极大的挑战和快乐；在后者，则充斥着重复性劳动的艰辛和疲惫。

让我们回到本文开端所引用的马斯洛的那段话。

你以为你逃避了风险，你以为你躲避了责任，你以为你成功地掩饰了自己的才华，你以为你心甘情愿地收敛包裹自己，你就可以在人们的艳羡之中安安稳稳地过了一生了吗？

我相信，你可以用奢华的装备和风流倜傥的举止成功地欺骗几乎所有的人，包括和你至亲至爱之人，但是，每每月朗星稀之时，你永远欺骗不了的一个人，就会在你独处的时候顽强地站在你的面前，拷问你、鞭挞你、谴责你、纠正你……这个人不是别人，正是你自己！

由于每一个人都是那样与众不同，由于你所具有的内在生命力一直在熊熊燃烧，所以，当你完成了自己人生的台阶之后，你就要向上攀登。

你只有在这种不倦的探索中才能丰富自己的人生，才能得到生命的欢愉，才能感觉到自己内在的充实和价值。

……

<<你站在金字塔的第几层>>

编辑推荐

每个人都有向上的欲望毕淑敏的强大心灵读本热销逾百万册的散文经典穿越心灵激发最美的生命之光

<<你站在金字塔的第几层>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>