

星光下的灵魂



[星光下的灵魂 下载链接1](#)

著者:毕淑敏

出版者:长江文艺出版社

出版时间:2012-9

装帧:平装

isbn:9787535460400

该书将毕淑敏2009-2012年，尚未出版的所有最新散文，围绕心理主题，遴选整合成集。提醒幸福，探讨生死，毕淑敏一直在“造心”“疗心”的路上执着前行。在本书中，作者以11次灵魂拷问、44篇心灵美文、30个有问必答的形式，洞察探究了“自由”、“放下”、“快感”、“大我”、“苦难”、“坚守”等人生关键词，更透彻地叩问灵魂的居所，安顿疲累的心灵。读者可在她优雅聪敏的叙事中，缓缓地聆听一个个耐人寻味的心灵故事，不经意间，你就会遭遇躲闪不及的灵魂撞击，找到心灵的归宿。

作者介绍：

毕淑敏，国家一级作家，北京作家协会副主席。

1952年生于新疆伊宁，1969年入伍，在西藏阿里高原部队服役11年，1980年转业回北京。

从事医学工作20年后，开始专业写作。共发表作品300多万字，著有《毕淑敏文集》八卷，长篇小说《红处方》《血玲珑》《拯救乳房》《女心理师》《花冠病毒》等。

获庄重文文学奖、百花奖、当代文学奖、陈伯吹文学奖、北京文学奖、昆仑文学奖、解放军文艺奖、台湾第16届中国时报文学奖、台湾第17届联合报文学奖等各种奖项30余次。

毕淑敏，人称“文学的白衣天使”，最擅长将人性的悲悯化为冷静的处方，合成融道德、文学、科学于一体的美学况味。

目录: 自序

Chapter1 自由

毕淑敏说 慢生活

人心的喜马拉雅

每一个赌徒都有自己的悲哀

男人和女人在庞大的海底相连

幸福试卷像一匹藏着精灵的土布

Chapter2 美

毕淑敏说 相由心生

抬粉面，花相妒

剩女出嫁

女神在人间

这世上不美丽的女子居多

Chapter3 放下

毕淑敏说 留一罐回忆的泡泡糖

旅游是一味草药

最重的咨询者

速递喜糖

Chapter4 爱

毕淑敏说 爱，不是魔鬼的合约

天真的邪恶

性的第一印象

我们在差异中成长

Chapter5 快感

毕淑敏说 恰到好处的幸福

上瘾成灾

致不甘做荷奴的现代人

有一种快乐如临深渊

Chapter6 大我

毕淑敏说 有颗种子叫成功

等待你的第二颗糖

在你的字典里，成功意味着什么

成功12条——知道并不等于能做到

其实，你可以犯错

Chapter7 潜意识

毕淑敏说 灵魂的居所

人格清单

宇宙的花语

拯救荣格的神奇图案

画一朵自我曼陀罗

Chapter8 入世

毕淑敏说 心在水中

山河试卷

你是我心头的朱砂

出卖冥位的女生

谁是你的闺蜜

Chapter9 苦难

毕淑敏说 生命中的粗纤维

谋杀幸福的黄连

身体是个笨小孩

寻枪

我是一个兵

Chapter10 坚守

毕淑敏说 风往哪个方向吹

不敲门的来访者

洞茶上的字迹

毒不死的城里人

孩子，你为什么要变成鸟

商场绿林

Chapter11 开悟

毕淑敏说 改变在电光石火间

麦种缝入文字

幸福瓶

心理测验的批发商

读书可以美容

毕淑敏答

· · · · · (收起)

[星光下的灵魂](#) [下载链接1](#)

标签

毕淑敏

心理学

散文

随笔

心理

星光下的灵魂

成长

文学

评论

毕淑敏写书什么时候这么矫情了。。。看着书架上刚买的还有一排的她的书。。。心情沉重。。。 ==

几年没看毕淑敏，怎么才发现这么矫情？毫无美感，俗砌排比，突兀类比，内容杂乱。哦，啊，朋友，实在看不下去。

比较喜欢她早期的文字，在西藏阿里的时候写的东西。

<https://book.douban.com/works/1107540>

学到的常识比心理知识多。。。

部分有感部分太尼玛像什么狗屁成功学什么的。有几篇是蓝色天堂里面的。。。

我们的身体可爱又可恨，它的智力水平有点像一个孩童。在生理发病之前，我们的心理已罹患重疾。身体无时无刻不在倾听我们的心理，准备挺身而出帮助我们，虽然这个忙常常是倒忙，但这不是身体的过错，是我们整个系统超过了负荷。。。。

用心听，有些话，即使那么言不由衷，我们却说得如此平心静气。人生中不断需要认识的，必须，首先是自己。

喜欢其中的几个短篇

喜欢她的文字，有种被揪着来回打的感觉。在说着，你还不觉悟吗？！！

如今的剩女们，还在苦心经营地等，健身啊练瑜伽啊学插花食道兼修肚皮舞啊……却忘了一个冷酷现实——当你把自身修炼得珠圆玉润时分，那些最优等的男子，已被人捷足先登追求走了。记得哪位伟人说过，男子长期保持未婚状态，其实是有不忠和通奸的嫌疑。真正的好男子，极少长久孤身。不仅事业上打拼超越，他们也是有道德和良知的。他们有好的体力，自然也有好的情欲，为什么不顺应天时呢？结了婚，过得自在，也不会轻易抛弃了结发的妻，娶回一个踌躇意满的剩女为孩儿的后娘。

跟《在雪原与星空之间》好多内容是重复的哦哦哦 · ~~~~~~不过还是摘抄了一些启发我的感悟~

比起星星来我们太过渺小

毕老师的语言，在我的适应范围内略显矫揉造作了，不过理还是真。

毕淑敏是一个很好的心理医生 是我在抑郁期买的一本书 本来是想帮自己走出来的结果没心思看 后来看的时候心态已经很平和了 所以呀 心理健康不是一下子的事情还是得靠自己平时的慢慢维护 真正陷入负面情绪中是很难一下子走出来的

对这个封面设计不太感冒。书与观点都不太精致，不想细嚼。

还可以，讲到了很多人，很多地方，开阔了眼界。

文笔好的人总能把简单的一句话给你揉碎了写成一大段

高中看的书

补标。比较比较无聊，但是小册子里面的剧本还蛮有意思的。

[星光下的灵魂](#) [下载链接1](#)

书评

毕老师的小说写得不错，从《女心理师》到《花冠病毒》《拯救乳房》我都习惯她这种细腻的写法 而这本杂文集，给我的共鸣不多 印象深刻的是不丹国关于幸福指标的诸多评判，惊讶于小国对人文的关怀竟如此成熟，还有对于慢生活的感悟

都不知道该怎么面对自己了。曾经写文章像吃饭一样轻松，看书也像吃饭一样稀疏平常。看看自己这两个多月的日志，读后感居然是空白。从来不曾有过，诚惶诚恐。回想一下自己近期是怎么了。看《浮城》，梁晓声的小说，匆匆看完，感觉不值一写，就在微博里简单记录了一下读书感悟...

特别喜欢仰头这个动作，即使在白天，漫无边际的蓝色也会自己的心释然很多，更别提晚上安静的繁星所带来的震撼。对星星来说，一个世纪只是一次睫毛的眨动。也就是说百岁老人一辈子的岁月仅仅是星星瞬间的闪烁。不得不感慨人类的渺小，进而更深刻的明白那些眼前让自己纠结...

毕淑敏老师的散文总是朴实淡泊却又蕴含真理，在这个快节奏的社会中，很少人能够停下来，抬起头仰望星空，我们恨不得时间都停下来，每天快结束的时候，我们对于今天的总结就是，很忙，然而大多数人说不上来自己在忙什么。我们总觉得被枷锁的时间太多，我们没有勇气打开枷...

喜欢她的文字，理性也温情，讲很多小道理，却让你豁然开朗……大学的时候就关注啦，毕业论文也已她的为题材，虽然当时也几乎看了她所有的小说，散文，杂文……被导师评价框架不错但有点小感性。哈哈
也许这就是当时稚嫩的自己最直观的感受……或许她的文字真的能影响人，也会让...

[星光下的灵魂 下载链接1](#)