



文艺女青年这种病，
生个孩子就好了

苏美 著



北京联合出版公司

文艺女青年 这种病， 生个孩子就好了

不食人间烟火、敏感、伤春悲秋、恃才傲物、
与现实格格不入，这是病，得治！

苏美
作品



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.



文艺女青年 这种病， 生个孩子就好了

苏美 著

本书由“行行”整理，如果你不知道读什么书或者想获得更多免费电子书请加小编微信或QQ：491256034 小编也和结交一些喜欢读书的朋友 或者关注小编个人微信公众号id：d716-716 为了方便书友朋友找书和看书，小编自己做了一个电子书下载网站，网址：www.ireadweek.com QQ群：550338315

目录

序言：不失不忘

第一章 作为妈妈，你天生就该一个人去战斗

会呼吸的疼
为什么要生
候诊室里的外星人
兔子偶像
清晨五点的牛肉面馆
只有钱从未辜负我
一个人去战斗

第二章 过日子这件事实在太需要好心态

江湖老
大嘴巴
男女问题
请戴套，谢谢
闺蜜与女王
遗愿清单和拖延症
妙处难与君说

第三章 爱是疲惫生活的英雄梦想

有一种孤独
夜读书

[帶着孩子去離婚](#)
[門前的生活](#)
[少女幫](#)
[鸡汤的反面](#)
[你是你，我是我](#)
[妈妈的一座城](#)
[两代人的饭桌](#)
[两个妈妈的七年](#)

[第四章 搖搖曳曳那些不可追回的時光](#)

[六十天的折騰](#)
[拉拉雜雜到建卡](#)
[唐篩猛于虎](#)
[婆婆駕到](#)
[來自星星的兒媳婦](#)
[怪力亂神](#)
[丁克不丁克](#)
[利其器](#)
[寵物和寵物](#)
[月嫂的人生](#)

[緣起或完結：不對之書](#)

序言：不失不忘

众所周知，序言虽然位于卷首，但其实是整部书写完，编辑审阅定稿、书名确定后，作为作者的我才开始动笔写。这种书写顺序里暗藏着对作者的一种审判，即：相隔一段时间再次翻阅自己的文稿，会不会脸红。

是的，我脸红了。这是一个诚实的回答。它诚实得像一名作者应有的谦逊和低调，也像一名普通人必须有的自知之明，更像一个始终对世界怀有疑心的软弱者的自白。这是一个把自信刻在脸上的世道，这是一个要藏拙取巧的世道，我这样的脸红和诚实大概难免不让人恨铁不成钢。

之所以脸红，首先，是因为按照礼貌原则，这些文章根本不应该被写出来。“以文会友”这四个字在网络时代真是实至名归，只要去搜索一番，大概读者可以一边捧着书一边和作者聊天，在这个意义上，我这位“友”不算合格，因为除了吐槽、自怨自艾和散发负能量，我所能给予读者的真是少之又少，毕竟人世不易，谁要在精疲力尽之后打开这样一本书，看你的那点小恩小怨呢？这让我脸红。

书籍作为知识和智慧的媒介，冷静、旁观、克制乃其应有之义，而恣意妄言和不知节制历来是为文大忌。回头再看文稿，意气之言，口舌之快，一时之气，比比皆是。这些不足为外人道的小情绪、小怨怼、小块垒，本应由自己审慎查考，积累经验，提升智慧，扩大心胸，而我却凭

着一时之性将之诉诸笔端，若是将沙砾层层包裹成珍珠以美其形，也不枉波浪里颠簸一场，但是很遗憾，我也完全不加修饰，就那么破马张飞地扔出来，逾越了为人和为文的界限。这也是我脸红的原因。

我脸红的更主要的原因，也是最无法开口的原因则如下：时至今日我依然认为文中所写之事皆是发自内心，并无虚言。这真让人难堪。据说身为人母之后对世界的看法会有天翻地覆的改变，而我除了巩固自身的偏见之外似乎全无进步。既没有觉得自己进入了一个完全崭新的世界，也没有全盘否定未育时的立场——局部当然有修正，但基本立场还是始终如一地坚持。那就是：生孩子不是必须要做的事，也不应将之与女性的自我实现强行捆绑。即便现在，我也很少推销生育的所得所获，更不会妄谈没有孩子的所缺所失。世界上只有两种事：一种是关你屁事，一

种是关我屁事。这种混不吝的表达背后隐藏了太多干扰，无论是家人扛着爱的大旗横加侵犯你的私人领地，还是社交圈有意无意地依据你的生活方式对你肆意贬抑，又或者是在全体无意识之中你甚至对自身选择都无法正确认知，而开始对自己妄加攻击。人心也不是铁板一块，总有扛不住松动的一刻，妄自菲薄倒是其次，我看到大多数的行为则是相互攻击。

回归到书本身，我很喜欢书名《文艺女青年这种病，生个孩子就好了》，这里面有种善意的自嘲，而自嘲是我喜欢的。“文艺女青年”这几年成了主流词汇，在各种书籍杂志和网站上不时会有讨论，大概是爱之则吃穿行止莫不合辙，恨之则避之唯恐不及。这倒也不是问题，非此即彼，总有一个标签要站出来挨枪子，我记得前二年是“小资”。“小资”是有经济和容貌门槛的，而“文艺女青年”贩卖的是情怀、学识和气

氛，受众更为宽广，品流也更为参差多元。且不论在这个大标签之下抹杀了多少个人细节，单就这个标签来看，也算界限清楚：基本是大学毕业后、结婚生子前的这个阶段的姑娘们，文科生，看书，不特别艰深但译本居多，穿戴不出格但也不苟且，有钱旅行没钱移民，偶发的郁郁寡欢，轻微的格格不入——这样就可以被简单粗暴的划归为文艺女青年了。

这帮看书晒感慨、旅行晒照片、吃饭晒孤独的小姐们在“实干家”眼里简直是无病呻吟，不知民间疾苦，既不产生GDP又不拉动内需，无益于人有害于己，着实应该去码头扛麻袋以饿其体肤，将其生存本能激发到只剩吃饭赚钱，然后就消停了。这种论调我自己就经常遇到，大意是，文艺女青年既不适合恋爱，更不适合结婚，最不适合生孩子，因为她们“无用”“抗击打能力差”“不耐磨损”，无法抵抗烦琐日子的不停消

蚀，日久难免不生齟齬，另一方面则是，物力维艰，春花秋月也不当饭钱。

“无用”已经被当作一种病了。那么我只好说，生个孩子，这病就好了。文艺女青年一旦成了妈妈，就等于被人绑架了，我无法翩跹然离开，无法独自上路以确认自我还存在，无法不问柴米懒事稼穡，因为我被人爱上了。这种爱我无法拒绝，无法转嫁，无法出让，也无法逃避。我突然成了有用的人，吃喝穿戴，行走坐卧，我的孩子别无选择地完全仰赖于我。值得恭喜的是，我日日夜夜念兹在兹的无条件的爱，终于到来了，在这种异常亲密无间的爱里，我体验到的价值感和窒息感、幸福和焦虑、想付出和想消失，几乎随时随地都在无极转换，而我也就在这热气腾腾的水火锻造中，成为一柄握在自己手中的利刃，进可鸡飞狗跳退可打情骂俏。但同时我也没忘记，这人间的甘苦得失，有没有孩子我都会一

样不落悉数体悟。

感谢清越、金矿、五博士、三三和十八，同为妈妈和你们在一起是我最放松的时光，感谢我不能提到名字的人们，晨昏梦醒不失不忘。感谢读客的编辑们对本书的付出。祝好。

苏美

2014.7.21

第一章 作为妈妈，你天生就该一个人去战斗

生命不是权利，而是义务。在某一刻你会觉得辜负了它。你本该让生命更自然、快乐、健康和多彩，可是没有。此前大多数时候，你茫然无知，潦草度日，仿佛有无数个明天可供挥霍。如今一条崭新的生命摆在你面前，告诉你人生过半，来日无多，但同时它仿佛又是一个自我救赎的契机。

会呼吸的疼

对于女人生产的疼，迄今为止都找不到全面的论述，仅有的一些也是语焉不详，比如“撕心裂肺的喊叫”之类，但具体怎么个疼法，就我有限的经验，是没人能说出个所以然来的。当然，疼和钱一样不宜分享，或者精确地说，疼和梦一样无法分享，所以那些疼除了自己消化、吸收、挺过去，简直没有第二种办法。心灵的痛苦经由诉说总会有所减轻，但是身体的疼是无解的。

生孩子没有不疼的，这是一个常识。但常识经常被人视而不见。好像身为常识这一事实会在客观上减轻它可怕的程度。人都会死，这也是一个常识，但人对死亡的恐惧程度并不因其具有常识这一属性而有所缓解。假如你以为分娩疼是生产过程中唯一的疼，那我只能说：你这么天真你家人知道吗？从怀胎开始，各种疼痛就会源源不

断地找上门来，直到你生产后很久，它们都挥之不去。我和我的几个朋友——五博士、金骚美、十八、三三和清越，先先后后都当了妈妈，我们的疼法可谓各出奇招，花样翻新。我就分头说说。

我和十八在孕早期都有先兆流产，请了假在床上硬躺了一个多月。那时候是屁股疼，因为要打孕酮保胎，一个月左右左地打肌肉针，结了硬块还要哼哼唧唧，满脸狂奔草泥马，觉得生个娃真扯淡。后来我是膝盖疼，这个疼的来源非常有趣。有一天早上醒来，看见日头非常好，就从容穿衣戴帽准备去上班。刷牙时扫一眼窗外，立刻傻了，窗外下雪了，而且非常厚。所有上班族都痛恨下雪，原因我就不说了。于是我立刻抓起外套就出门，饭也顾不上吃。果然不出所料，积雪让交通瘫痪了。公交车不来，出租车打不上，好不容易挤上公交车，还被堵在立交桥下。突然，我恍惚觉得自己就要晕倒了，司机开了车门，清冽

的空气迎面扑来，我精神为之一振，意识到自己要晕倒了。我记得自己边晕倒边想，不能平拍下去砸着肚子，不能倒在雪里，受冷感冒吃药对孩子不好。所以，我明确感觉到自己走向一棵树，树下是荒草窠雪比较浅，然后咣当就给树跪了，然后膝盖就疼了两个星期。

我的孕吐不严重，一只手都数得清楚，但三三就没那么幸运了，她似乎是从头吐到尾，又有早产之虞，非常辛苦。我听说最严重的一例是我们小区的孕妇，已经吐到要去医院挂液体，胃里什么都装不下，喝水都往外吐。在网上一查，居然有因为孕吐太厉害危及生命不得已堕胎的病例。我很庆幸自己没有那么糟糕，但即便这样，整个经历也让人不快，具体怎么个不快法，你喝一口煤油就会有大致了解。

孕中期算是天赐的一段好时光，胎盘稳定，孕早期反应结束，胃口转好，精神也还不错，但如果你以为就此高枕无忧，那你一定生活在石器

时代。孕中期的检查最密集而且最吓人，尤其是唐氏筛查和大排畸。我和十八都卡在唐氏筛查上，显示高危，把我俩吓得半死。她选择了无创DNA我选择了羊水穿刺，各自都经历了精神上的煎熬。大排畸也显示了孩子左右脑室各有增宽，让我略有担心——但那是另一件事，不在疼痛之列。清越在孕中期查出妊娠期高血糖症，于是开始控糖，这是一个非常痛苦的过程，有例子显示妊娠期糖尿病在产后有转成二型糖尿病的，那样会更加痛苦，当然我祝愿清越能一切顺利，产后血糖就降下来，否则实在是太折磨人。尤其考虑到她是一个吃货和厨霸，这痛苦似乎更显残忍。

孕妇们把分娩叫“卸货”。当我们提到卸货两个字的时候，丝毫没有身为人母的幸福感和期待感，它仅仅意味着，我们终于可以睡一晚整觉了，可以吃一口火锅了，可以不漏尿，腿脚可以不浮肿，腰可以不酸痛，可以不痔疮便秘，不用忌口。那些身为人母的幸福感，是在长久的喂养

中才培养起来的，当孕妇的只有个概念，而人们是无法对概念产生幸福感的。

我最大的疼居然就来自卸货前一个星期，叫作耻骨联合分离，据说是孕妇疼痛第一名，这是我从小到大第一次得到第一名。这种疼让人不能走，不能翻身，不能动，不能顺产，一个小小的楼梯对我就是极限挑战。进医院，走楼梯，上下检查床和手术台，后来仅仅是病床到卫生间几步的距离对我来说都难于登天。与此相比，剖腹产的刀口疼那都不是疼。

而五博士的疼非常邪门，就是腰疼，作为铁娘子，她自述最舒服的时刻是在手术台上，麻醉一上，腰没有感觉了，不疼了，感觉世界都重生了。

金骚美是个萝莉女汉子，轻伤不下火线，居然也在孕后期倒下了，细枝子挂了个大果实，上个厕所就起不来了。

十八是最顺利的，奶来得早，顺产，她是正经经体验了极致的分娩痛，疼到最后叫护士来，叫“给我剖了吧，老娘不生了”。护士当然说大半夜的没医生，你还得自己生，结果生到——这就没法儿继续说了，总之看到女儿第一眼，心里有恨。

我心里也有恨。我九斤的儿子，大夫居然估重七斤，在耻骨联合分离严重的情况下，还要推去顺产，催产素都上了，羊水也破了，最后还是推上楼去给剖出来。然后是剖腹产后按压子宫——记得我是撕心裂肺狂嚎一通，哭着求护士：“求求你不要碰我！求你了求你了！”再往后就是产后半个月，我的左腿都是残废的，上厕所都要坐轮椅。

你以为这就结束了吗？No，no，no！产后疼痛接着就来了。五博士至今半拉肩背都废掉了，我是各大关节僵硬和腕管炎。感觉很奇妙，自己就像小叮当，没有手指可以用，最奇妙的是连智

能手机滑多了食指都疼，逼不得已举一根中指在屏上戳来戳去，很不成个体统。低头喂奶颈椎疼的，韧带松弛关节疼的，产后刀口疼的，孩子长牙咬破了继续喂奶的，产后风头疼的。据说，产妇第一痛是乳腺炎，疼到要发烧停奶打吊瓶，疼得人谈奶变色心有余悸。所有疼痛就像各路妖怪拦住去路要吃你的肉，而你也没有孙猴子去搬救兵。你知道日子向前，时间总会解决一切问题，大不了这疼跟你一辈子罢了。可是，它总是一种疼痛，总会在某一时刻折磨得你寝食难安。

这不是邀功，不是抱怨，不是发泄，这是事实。疼痛是最大的事实。当然了，在人面前谈疼痛是不礼貌的。最初我下决心要写一下这疼痛时，几个妈妈都说：对！让男人知道一下，不是像电视剧里干号几声那么简单，让他们知道要心疼女性。可是我的想法不是这样，疼痛是不可分享的，就算对方体贴你，这疼依然在你身上，而且在男人身上找安慰的做法我也不确定是否有

效。

我的想法是，因为疼痛是无形的，社会习俗又要求避而不谈，那客观的结果就是，看上去这些疼痛仿佛从来没有发生过，因此也就不存在。但它们明明就在，时时刻刻，毋庸置疑。否认它们的存在是不对的，我要把它们写下来——当然如果客观上能给未孕待产的姑娘们一个提前“亮”，就更好了：姑娘们，这就是孕育生命的过程，充满了各种未知的、突如其来的、不可摆脱的疼痛。你需要做好心理准备，知道如何预防、应对和治疗。要知道珍重身体，尊重科学，要向疼痛学习，学习它孤独、坚韧和持久。而那些产后最大的困扰是胸部下垂和变胖的姑娘们，你们是幸运的，这说明没有更大的疼痛在困扰你，这一点很值得庆幸。至于妊娠纹，哦，战士的疤痕是一种荣耀，所以我不认为妊娠纹算哪一种遗憾，尤其考虑到那是因为给这世界带来一个崭新的小生命而来的。

为什么要生

你一定有过这样的经验：卸载某一软件时，不但会出现“确定卸载吗”这样的恐吓性按钮，最末还会弹出“卸载此软件的原因”的勾选栏。当然也可以不选，直接关掉。但我总是比较好奇，要看看都有哪些选项。

而“其他原因”这个选项最引人遐思。我总设想自己是软件工程师，不时会收到卸载通知，而“其他”这一栏因其五花八门而格外有趣，比如：此软件导致本宫屡遭雷劈，用后三围失调，今天吃了生米饭用以泄愤，此软件与家父八字不合等等诸如此类。

从怀孕到现在，我不停地在各个场合——诊室、B超室、产房、孕产群和新妈妈聚居区——听到这样一个问题：我为什么要生啊？！（请自行想象表情语气）那么，如果有人列出一个勾选栏：“你为什么生孩子？”可以预测一下会出现什么样的选项。

号称：孩子是上天的恩赐。

号称：孩子是家庭的希望。

号称：婆婆想抱孙子了。

号称：我最爱孩子了。

号称：孩子是夫妻的纽带。

号称：年纪到了，再生就生不出来了。

号称：为什么不呢？

号称：孩子是生命的延续。

号称：受不了一男一女面对面的无聊。

号称：不生老了没人养。

如果这是一部电影，上述理由堪称平庸，由于缺乏戏剧性而无法制造矛盾冲突这一基本要求。你毕恭毕敬交上去的剧本，不出五秒就会被摔回脸上：新奇！要新奇！这时候，你就非常需要“其他原因”这个按钮了，我们来看看剧本里都有什么新奇的生孩子原因。

就以“多、快、好、省”为指标来衡量的话，清宫剧里生孩子讲究一个“快”字。即便不幸天赐格格，其母至少十集内无冷宫之虞；倘若编剧开天恩给写个男丁，那么作为母亲除非为贱人所害，否则立储大战戏份多多；而那些不能生孩子的，属于业务不精，领导想提拔也很为难。

商业剧里生孩子则要求“多”，最好两年生三胎，一胎生五个，人多势众，走在一起黑压压的，在继承或争夺遗产的高潮情节中形成群体，很能衬托大家族的场面感。

复仇剧里必然是以“好”为要，否则复仇大业难成，而同时必须“省”，满门抄斩，单逃掉个独苗，才显得复仇之悲凉激越。赵氏就是一个孤儿，哈姆雷特也是独子，倘或一门剩下八百多兄弟，成日里吃酒啖肉互吹互擂，就显得复仇这事相当不严肃。

到了家庭伦理剧里，孩子一旦降生，必然面临七灾八难，不是豪门之后流落民间，就是有狸猫换太子的阴谋乌龙。孩子不停地被错抱、遗弃、排挤、领养、虐待、争夺和诅咒，身上被不停地留下各种匪夷所思的胎记和信物：沾满泪水的信札，断成两截的玉佩，丢失钥匙的金锁，绣着名字的襁褓……总之，小演员完全不知道编剧为什么非要置他于死地而后快。连小三扶正的撒

手铐都是：我怀孕了。

对待孩子最仁慈的恐怕要算偶像剧了。饱受情伤的大龄女三号必须碰到一位单身爸爸，单身爸爸必须有个小萝莉，小萝莉必须一身毛病对爸爸的各种女友都不服，除了家庭教师女三号。该家庭教师必须教钢琴这种高端大气上档次的乐器，学口琴则会被观众丢大粪。最后，孩子就像皮条客一般使得二人成功上床，从此波澜不惊。而此时的俊男美女主角，则在另一个空间不眠不休地恋爱、吵架、和好、吵架、再恋爱，仿佛永远不会怀孕似的。

综上所述可知，剧本里的人物要生孩子，都是被二货编剧拿来当搅屎棍的，这其中充满了尴尬的恶意。那么，现实中的我们又为什么生孩子呢？我拿这个问题去问我的几个身为人母的朋友，从答案中大概就能揣摩出不同人物的不同性格。

清越：探索未知世界。

五博士：体验人生，提升自我。

金骚美：有这个功能想试一下我的基因啥样。

三三：纯属意外。

十八：不得天生，不生估计得离，我试探过贱男人，说不生不行。

接下来我们就各家贱男人的问题展开了热烈的讨论，其中五博士的发言尤为精彩：“我之前也试探过，他说肚子在我身上我自己决定，于是我才肯生的。我准备好如果他强迫我生的话，直接离婚。”要知道五博士是一名理工科的博士生，长期接受科学精神的熏陶和科学方法的训

练，但在这个问题上的非理性反应，使得这个人物形象咔嚓一下就立起来了。而我问自己这个问题，答案可以很形而上：延续生命；也可以很形而下：维系家庭；也可以很不知所云：不当母亲枉为女人。但它们都似是而非，且不论这种卑贱的生命值不值得延续，就说假如孩子真能维系住家庭，那么多单亲父母要怎么解释？而更何况我的偶像特蕾莎修女，简直是女人中的女人。

人类习惯于凭借因果关系获得一点暂时的安心，哪怕这因果关系事实上根本不存在。此时我儿正躺在身边午睡，我唯一的愿望就是他睡久一点，让我写完此文——身为人母的愿望总是如此卑微，未育之前我经常祈求世界和平来着。我在搜肠刮肚寻找一个孩子出生的理由，妄图给它渲染上一点神性光辉。但事实是，不，没有神明。他和任何一只小兽的生命具有同等质量，不少一分，不多一分。生命对他不是权利而是义务，从出生那一刻起，他就必须背负着这条偶然的生

命，吃饭，睡觉，活着。

候诊室里的外星人

做题先。已婚的你发现怀孕了，你不想要而丈夫想要，你会选择：

- A. 尊重丈夫的意愿，生下来
- B. 尊重自己的意愿，流产
- C. 偷偷人流后谎称自然流产
- D. 如实相告孩子是隔壁王先生的

之所以有此一问，源自曾看过的一个案列：妻子因不满丈夫，怀孕后擅自流产，丈夫因此向法院提出索赔请求。最后如何判定没有下文（大多数新闻总是有头无尾），其实对法院是否会受理此类起诉，我都不是很有把握。尚在胚胎期间的孩子算是股份制公司，合伙人不经过股东大会就给拍卖解散了，显得五行缺德。但经过查询发现，除非有代孕等特殊约定，假如自愿承担由此引起的一切后果（健康、家庭和伦理等方面），女性在分娩之前有权利单方面终止妊娠，其法律精神是要保护女性对自身身体的支配权。相比较天主教的严禁堕胎，以及二十世纪七十年代“人流需要丈夫签字”的情况，今天的女性确实拥有了更多的自由。这种自由简单来说，就是肚子里有货，你有权利来决定把它卸在产房还是下水道。虽然不管怎么选择，都必然充斥着疼痛和鲜血。

于是，每一个坐在候诊室等候的女人都显得心怀鬼胎。那些笑逐颜开的一群，身旁都坐着亲爱的死鬼，她们理直气壮，坚信丈夫是外星人所以永远爱且只爱她一人，她的完美小世界里只差最后一道圣母光环；眉头紧皱、目露凶光的当然是倒霉鬼：假装不老的小清新，永远在找真爱的绿茶婊，事业为重的女汉子，打算离婚的旧少妇——她们需要钱、男友、升职加薪、旁人的羡慕嫉妒恨、整容手术第二春，单单不需要孩子。而两眼放空的则是完全状况外、活见鬼的一群，她们不知道怎么会坐在这里，不知道下一步会怎么样，不知道是该删除还是另存为，不知道how, when, where, with whom and what the F*CK。

腹有诗书气自华，宰相肚里能撑船，牢骚满腹，满腹经纶，口蜜腹剑——在文艺的世界，人类的肚子里似乎能放进无数匪夷所思的东西。但回归到没有比喻、象征、双关等修辞的器世界里，翻遍一个女人的肚子，除了器官、大粪、孩

子和肿瘤，恐怕也别无长物。生命在这里一点都不是奇迹，它是有预谋、有计划、有组织并有配合的团伙作案的结果。非说是奇迹，我看恶性肿瘤则更具备奇迹的所有特征——不知所起，一往而深，直逼人生死相许。

坐在妇产科的候诊室里等号，常常凭空就走进起神来：这里是被英仙座劫持的地球，我们是被俘虏的地球人孕母，经过侵入式注射成为宿主，不久之后，这些携带着外星基因的孩子就会圆熟，离开我们的身体（画面感是喷出黏液之后我们就像空皮囊一般废在地上）。而此时手中的B超单、验血验尿单、基因检测单则更加强这种效果。怀孕女人的不可一世感，未孕女人的死里逃生感，不孕女人的时不我待感，每个人都运行在不同的星系里，互相不能传递也无法理解，彼此都是对方的外星人，在漆黑的宇宙里沿着各自的轨道继续转动。

兔子偶像

为什么生孩子是个哲学命题，虽然我辈也时常思考，但想不出个所以然来实属正常，毕竟因智商缺陷而为人诟病久矣。至于怎么生孩子，由于被划分在体力劳动范畴，我辈或可勉力一试，只要功夫深铁杵磨成针，夫耕于前，妻耘于后，二人同心，其利断金。人定胜天，没有比脚更长的路，没有比人更高的山。

但假如这是一部配乐动作片，其慷慨激越、生机勃勃的旋律，很有可能迅速变成电量耗尽的颓丧。曾经意气风发的男女主人公，如今在古怪的镜头里一脸死相地相顾无言，唯有泪千行。此时，男女在漫长生命中达成了唯一的共识，即认定自己是神一般的存在，而配偶是猪一样的队

友。

某个大年三十的夜里，我曾在单元门口偶遇一只兔子。你知道在金融时代城市的封闭式小区里，这可算是童话般的遭遇。于是我将它从雪夜里带回温暖的家，期待它吃饱穿暖，然后晃悠悠，晃悠悠——它站起来了！基于惩恶扬善这个主旋律，我应当从此过上滋润丰饶的生活。但实际发生的事令人沮丧，在吃喝拉撒了半年多之后，有一天它突然怀孕了。我非常气愤，质问街坊四邻哪个王八蛋搞大了我家兔子的肚子，宛如一位以麻将为生的妇人看见女儿一夜大肚般暴跳如雷。作为方圆五公里内封闭式豢养的唯一一只兔子，我只能认定它和圣母一样，由夜半从天而降的金雨受孕。后来，它生出一窝黑、白、灰、花的小兔子，初看非常可爱，直到骚哄哄地到处撒尿，它们头顶的光环就消失了。

人之所以高级，大概是在于会折腾自己。一旦进入备孕阶段，你就会见识到这一领域内的科

学和迷信，为了上靶简直无所不用其极。从测量基础体温计算排卵期到甚嚣尘上的清宫表，从各种化学试纸到有杂耍色彩的体位要求，从酸碱环境到饮食禁忌（很多无辜的菜蔬瓜果都不幸跻身黑名单），从情绪调节到月圆月缺——做爱成了必须做的事，有时辰有方位，好像去撞财神抽大奖，而不是要无中生有搞出一个后半生的债主。

绿色环保组织的“全球灭灯一小时”饱受诟病，民间科学家们给出的结论似乎是更加费电。崇尚自然——在最近几年成了拜自然教——在生育这个领域此风尤炽。似乎自然受孕所产必定优于试管婴儿，自然分娩必然胜过剖腹生产。我只能说：从经济方面考虑，的确如此。自然受孕除了挥洒汗水，并不需要额外开支，而试管婴儿的开销明显大得多，剖宫产的手术费用也在自然分娩的两倍以上。但现代医学的发展，就是要给人另一种选择。

以我为例，在控制饮食的情况下，儿子依然

一鼓作气长到九斤二两。如果在古代，那你就可以想象这样一个场景：少东家在我撕心裂肺的叫喊中来回踱步，老妈子们一脸油汗地进进出出瞎倒腾。突然，我的叫声停止了，少东家忙问：“怎么了？！”门帘一挑，接生婆两手血一脸泪地出来了，哆哆嗦嗦跪下来。少东家悲愤交加一巴掌劈过去。这时，群众演员包括摄影大哥剧务灯光盒饭阿姨就可以配合一点哭声了。你看，一个镜头都没有，我就活生生死了。

“生不下”有点一了百了的意味，相比“怀不上”痛快许多。文艺女青年大多注重情怀，不注重实务，在考验动手能力的环节大都力有不逮。顺其自然、听从命运安排这种文艺腔调，在炎症、囊肿、粘连、阻塞、异位、感染、失调、异常等实际问题面前基本上是无知和愚蠢的代名词。我家的兔子似乎是做个梦就怀孕了，这种女神级的能力并非人人具备。于是身体器官不再是气质的源泉、腔调的载体，而是让位于位置、形

态、功能。备孕之时，语言中增加了大量科学词汇和用法，客观效果就是：生过孩子的女人什么都敢说。我个人并不将之视为侮辱或赞扬，这只是一个现象。就好比我家客厅里有一只长颈鹿，我无法搜肠刮肚千回百转地来“形容”一只长颈鹿。它是一只长颈鹿。如此而已。

日久生变，假如三五个月不见收获，大多数人都会气急败坏。动作片要么成了法国文艺片，冗长沉闷不知所云简直要昏昏睡去；要么成了灾难片，男女主角不得不依靠互相喊号子才能假装这不是末日，此时演技和耐心就尤其重要。而此时我又想起沉默的、表情欠缺的兔子，它们的生活显然简单得多。

总之，条条大路通怀孕，这好比西天取经。唐长老唧唧歪歪也取到了，孙悟空上天入地取到了，猪八戒吃喝玩乐取到了，沙和尚毫无存在感也取到了。但恐怕大多数文艺女青年只能效法白龙马，年深日久地被骑着，方能取到真经。

清晨五点的牛肉面馆

初冬清晨五点的牛肉面馆，如果你看见一名女士，头发蓬乱，衣着凌乱，神情因疲劳反而显得亢奋，并齐全地带着钱包钥匙手机和银行卡，放心，这不是一位遭遇不幸而身陷困境的女士，她不过是一位新妈妈而已。

楼下的牛肉面馆就是这样无数次拯救了我，它是在清晨五点唯一亮着灯光冒着热气的去处。在不远处的楼上，我的儿子正在熟睡。夜里三点喂过奶之后他就沉沉睡去，留下我一个人醒在黑暗里，无数念头像繁花开在身体里：没有写完的稿子，看到一半还没找到凶手的诡异血案，厨房

里砧板上的鱼，遥远的京都等待造访的寺庙——可是儿子在熟睡，为了培养他的睡觉习惯，不能开灯，不能有声响。

辗转枕席之间，听到儿子鼻息偶然弱下去，像是要醒来，看看表还是凌晨四点。摸黑披衣起床，胡乱穿上衣服，依次拿好钱包钥匙手机银行卡，出门下楼去。

凌晨的天空高得古怪，像是把深海倒挂上去了，凉丝丝的空气仿佛薄的刀刃，路灯闪着光华，一盏接一盏延伸到更远的黑暗里。我空着双手游荡在路边，古怪得不得了。这种古怪的感觉从孩子出世那一刻起时时袭来。

最初的几个月里，每次醒来都恍如隔世：那么，是已经当妈妈了吗？身上的刀口、僵硬的关节和掉落的头发都是佐证。可是，好像昨天还在熬夜看美剧，还在深度宅，还在叫嚣要根治拖延症，还在叫喊男女平权、女性自主，发誓不会淹

没在尿布奶瓶之中。可是一晃眼，美剧已经有一季没有追看，见缝插针看书，争分夺秒写作，时不我待般地睡觉，雷打不动出门晒太阳。你看，不用什么高深的哲学，一个孩子就能逼着人过上健康无害的生活，而所谓的女性独立自主则完全不用坚持，孩子每一秒都逼你做决定：要不要喝水？哪一种纸尿裤不红屁股？要不要加辅食？要不要输液？要不要和那个疑似感冒的孩子一起玩？要不要和长辈的老办法对着干？

这一切在一年前看来简直不可思议——原来这就是当妈妈。一个女人就此结束了恣意而为的小散文时代，带着孩子进入了漫长、持久而坚韧的大史诗时代。一个人携带着另一个人开始生命的漂流，供给他保护、爱和教育，却始终没有彼岸以供抵达。如果说，在避孕措施尚未出现的时代，孩子的孕育和诞生因其无法避免而带有某种神迹，并因此得到最大程度的煽情，那么在避孕成为常识的今天，依然选择身为人母，要么就足

够无知，致使你无法预估其复杂性和艰巨性，即所谓无知者无畏；要么就足够勇敢，勇敢到在生理、心理、经济、人际等各方面受挫时，依然能百折不挠地履行做母亲的义务。因为我们知道，母爱并不是本能。就比如，海龟产下蛋会翩然离去，小龟孵化后要依靠自己的力量重回大海，开始履行生命的义务。

生命不是权利，而是义务。在某一刻你会觉得辜负了它。你本该让生命更自然、快乐、健康和多彩，可是没有。此前大多数时候，你茫然无知，潦草度日，仿佛有无数个明天可供挥霍。如今一条崭新的生命摆在你面前，告诉你人生过半，来日无多，但同时它仿佛又是一个自我救赎的契机。它有新的肌肤、新的眼神、新的头脑，好像你可以在它身上再活一次，可你又知道这个带着你基因的小东西，最终不是你，而是另外一个人。身为人母丝毫没有崇高感，甚至于我，在听到歌颂母爱的伟大时，会有本能的反感。这是

一件多么自然而然的事，所以任何形容词都显得做作、煽情和居心叵测——毕竟，谁会歌颂吃饭睡觉呢？

清晨的牛肉面馆，店员小妹迷蒙着双眼洒扫整理，拉面师傅刚刚就位，不锈钢大锅里的水还没有烧热，硬塑料桌椅被磨得发亮。墙上的挂钟指向五点半。拉着行李箱的旅人，穿着军用胶鞋的建筑工人，刚下夜班的店员和来路不明的人，陆陆续续地走进来，端着鸡蛋小菜热腾腾的碗，在凉而薄的人生里，靠靠岸，停停脚，之后又要各散东西秋山几重。不一会儿，进来两个抱着孩子的妈妈，重重包裹之下的孩子自然是我的视线焦点：几个月了？身高体重还不错，衣服也很可爱，穿这么多会不会太热？我儿子和他相比哪个更高？儿子不知醒了没有？还是回去吧。

只有钱从未辜负我

年轻妹子招人爱，是因为她们基本上是外星人，比如我不下十次遇到如下表述：我想要孩子，可不想结婚。遇到这样天外飞仙的妹子，我通常都非常坚定地鼓励她：支持！你行的！你不是一般人！于是她们就都很喜欢我，认为我虽贵为师奶，但从来不会满嘴妈妈经啰嗦人生道理，而是能够理解并看重她们那一颗不羁的个性之心。

但所有的过来人都知道我有多阴险——基本上我就是嗑着瓜子坐等这些少女在她们与众不同的不羁邪路上人仰马翻。

婚姻和爱情的关系属于少女话题，不是我的强项，在这里不予展开。我要说的是婚姻，尤其是生育和金钱的关系。冷静、客观、中立的表述

它大致是这样的：没！有！钱！你！生！毛！
孩！子！啊！

有一天喂完孩子，娃睡在我怀里，这时夜风从楼下河道里吹上来，带着芦苇和蛙鸣的气息，让人恍惚不知身在何处。鼓胀的窗帘抚扫着书桌，恍惚着恍惚着，就把桌上的奶瓶扫下去了。我痛苦地一闭眼，听到一百元响亮的破碎之音。

我曾经有一个天才的设想，大致类似谷歌眼镜这种，但不是用来上网，而是用来扫条码计算价格。我戴上眼镜扫看某人，除了血肉部分，他全身披挂总价几何很快就被扫查清楚，连心脏起搏器和金牙也不能幸免。我把这款高科技产品命名为“势利眼”。当然这是我少女时代豪门梦的遗迹，但现在完全可以用来做屌丝家庭的财务管理之用。假如哪个天才真把它发明出来，戴上它扫看屎尿狼藉的婴儿房，你就会发现，随便一个普通人家的基础育儿装备轻松就过五万，还不能算奶粉和尿不湿这些耗材。

奶瓶大大小小就得五六只，奶嘴要按月龄更换，奶瓶刷奶瓶清洗液奶瓶把手奶瓶消毒锅，大小冷暖深浅薄厚的各种衣服裤子袜子鞋子帽子被子包被斗篷，澡盆水温计浴网沐浴液润肤油润肤露护臀膏爽身粉浴巾浴衣干纸巾湿纸巾口水巾安抚巾牙咬胶摇铃床铃婴儿躺车坐车伞车遮阳棚餐椅马桶——天哪，你让我扶墙缓一缓。而这还是小头，月子中心、月嫂和各种吃喝、纸尿裤那就别提了。我算了一下，儿子没出世，光医院的常规产检就已经过了两万，还不提那些因为怀孕你没办法接的活、没办法升的职和没办法加的薪。

所以对于那些想靠一己之力生孩子的妹子们，除了点赞送祝福，我确实没有什么可说的。生孩子就是人力物力大比拼，生不是问题，养也不是问题，但这期间的辛苦程度确实和富裕程度成反比。最简单的一个例子，早期的恒温调奶器就能帮上很大的忙——特别是对于妈妈母乳不够，孩子小的时候需要半夜起来冲调奶粉，大了

吃奶又不专心把热奶吃成凉奶的——不知道别人如何，至少对我来说它是一项利器，不单会降低护理难度，也会增加喂养乐趣。当然任何机器都不如人好用，但是你也知道，新社会新国家，不可能像地主家似的养着奶妈和婆子。我敢说，几乎任何一个心气高的新妈妈，都会在长久高强度的喂养和护理中崩溃百次以上，这时候想要回到万恶的旧社会去做姨太太是不理智的，唯一可行的办法，就是相信科技改变人生，就像洗衣机为女性解放做出了不可磨灭的贡献那样。

人不是爱的动物，人是经济的动物，当你明白这个道理，你才算成为一个真正的文艺女青年。她接地气、善理财、爱自己，坚忍不拔地在舒适和省钱之间寻找平衡，而不是一味砸钱或者卖苦力气。永恒的爱情不能洗干净屎孩子，歌咏人类的孤独也敌不过夜夜起三次喂奶。日子一厘米一厘米往前熬时，只有钱从来不曾辜负我，它换来月嫂帮我忙，换来奶粉弥补奶水不足，换来

各种电器减轻护理压力，换来各种物件增加育儿乐趣。在每一次忍无可忍时，只有钱会跟我说：不行就离！怕什么！在每一次濒临崩溃时，只有钱会给我带来暂居之所和可口之物，让我发哪怕十分钟的呆。

明白了这个道理，你才算具备文艺女青年的真正风骨。现在，每一次儿子闹觉夜里三点起来玩时，我都深刻地理解卡夫卡的名言：一切障碍都在粉碎我。而当晨光初现，儿子终于肯睡去时，我又更为深刻地理解了巴尔扎克：我会粉碎一切障碍。

一个人去战斗

我有一位朋友叫清越，是一位女汉子。“女汉子”三个字不单是对其泼辣品性的褒奖，也是对其140+体重的致意。常言道，好女不过百，体重三位数的女性没有前途；可我们都认为，清越此女很有前途，因为她是孕妈妈。而清越对自己的光辉前途也非常笃定，她的笃定来源于她亲爱的另一半狐狸先生。

对于狐狸先生，清越是这样说的：“将来他带孩子肯定比我多。”并开始历数他的诸优点：有耐心，有爱心，有责任心，喜欢孩子，等等。我完全能理解清越，谁没在大着肚子时设想过甜蜜完美的产后盛况呢？任劳任怨的丈夫将孩子贴在其裸胸上则是盛况的完美核心。但事实是，因为隔着微信她没办法看见我一翻冲天的大白眼——我早就对各种母婴广告里的完美父亲万念俱灰了。而其余妈妈则明火执仗地呵呵道：坐——等——吐——槽。

事实上，产后三个月大约是每个女人的炼

狱，广告里长发飘逸、腰围依然一尺八的产妇都是化过妆的女演员好不好？真正的产妇，不但要兼顾自身恢复和照顾婴儿，更要命的是要协调各种关系。月嫂、婆家和娘家的三角关系已经让人怒火中烧，丈夫此时的猪头行径，因为完全在意料之外，更让人有一拍两散的冲动。

在我家，战争的导火线是辅食添加。我尽量简洁地叙述这一地鸡毛的情节。众所周知，国产老人对辅食添加有神一样的理解，她们坚信出了月子孩子就能吃羊肉。我数次普及育儿新知识，告诉她根据联合国最新的喂养标准，前六个月是纯奶期，不建议添加任何辅食。但多次科普的唯一结果，就是老人家认为联合国是一个多嘴而无知的娘们儿，不了解中国孩子的成长环境。于是，一场旷日持久的辅食添加大战就此拉开帷幕。

一家人聊天讨论是否需要添加辅食。老人家认为她当年孩子满月了就开始吃饭，今天一样生

龙活虎。我则又搬出了伟大的联合国，坚持要等到六个月。而我那神一样的丈夫思忖半日，说：“要不一人让一步，四个月开始吧。”满四个月第一天，老人家仿佛猛虎出闸似的准备大干一场，虽然热情很感人，但接下来的举动还是吓着我了，因为她要——嚼！饭！喂！孩！子！我顿感眼前发黑嗓子眼儿发甜，而我那大神一般的丈夫又思忖半日，说：“其实大人咀嚼产生的唾液还有助于小孩子消化吧。”

有那么一两秒，我觉得我好想抄起手边的烟灰缸朝他猛击下去，他额角流着黑血倒在我脚下。可恍惚过后他忽闪着两只智商70以下的眼睛还在讲关于唾液的真理。我立刻就清醒了。我清醒地回到屋里，清醒地打开电脑，清醒地调出页面果断下单。过一会儿他跳进屋大喝说：“为什么有消费通知？我们的钱又不是弹弓叉子打来的，你闹够了没有？”

此时，我非常想冷静下来，非常想跟他科

普，说辅食添加光靠热情的牙齿是不行的，需要有果汁、米糊、菜泥、肉泥和基本卫生。不用辅食料理机会非常辛苦，首先你的苹果泥就刮不下来（不要跟我说花牛苹果和蒸谢谢），虽说有果汁机，但孩子胃口小，你也不能只打一瓣，更兼我月子里落下腕管炎，十根手指全部都硬了，举筷子都困难，所以一台辅食料理机非常有必要。但这些话我都没说出口，因为他的眼神非常恍惚，全是“你不尊重我”的愤懑。我余光扫过桌上有只花瓶非常适合杀妻，一边默默把花瓶收走，一边镇定地胡言乱语。但其实我心里有一百万个声音在说：“离婚吧，苏美酱！”

老人家的牙口没有派上用场，失落了半个月，但在见识了辅食料理机的方便之后，一颗玻璃心似乎也有愈合的迹象。只有我那神一样的丈夫依然不在状态，他认为吃饭是人类的本能，不明白为什么家里的两个女人和其他的一群女人在小题大做些什么。我也终于明白了，想要不失

望，就要降低心理预期，就当这个孩子是我自己生好带着嫁过来的。不如此，一切不平气就不会烟消云散。而当初那个广告里承诺我的有着八块腹肌的、满脸慈爱的孩子爸，从来就不曾驾着七色的云彩来接我。

生活给我的，是一个不肯从电脑游戏和NBA球赛前挪动屁股，去把一切就绪的衣服晾到晾衣架上去、把小碗小勺顺手洗干净、把奶瓶奶嘴洗好晾干放进消毒锅里去的孩子爸。夜晚的酒局，周末的郊游，平日的常规科目喝茶上网泡澡发呆，我看不出来他的生活有任何变化。而作为妈妈，连《生活大爆炸》这样每集十九分钟的短剧我都得切开来分四五次才能看完（悔恨自己英文不好好学，否则不用看字幕，用听的也听完了）。

当然，辅食料理机的故事我没有对清越说。这好比对秀恩爱的小情侣大谈离婚时如何抢财产，对因为爱情和星座而百般纠结的文艺少女

说“少女们，你们别闹了”一样，都是很不礼貌的事。我是一个读书人，我很讲礼貌，所以我对着亲爱的大肚子美女清越翻了两百多个白眼，算作无言的评论。而真正的评论是：与其满心期待地设想如何夫贤子孝，婆婆既能帮助你带孩子，又不和你住一起给你添堵——这种万事如意的梦闭着眼睛做一下就行，睁开眼睛就别继续撒娇了——不如吃好喝好，丰富钱包，丰富体力，丰富经验，丰富育儿知识，丰富坚忍的品格，时刻提醒自己：有帮助是恩赐；没有，是本分。作为妈妈，你天生就该一个人去战斗。

第二章 过日子这件事实在太需要好心态

人的处境决定了其心态，当我们坐在诊疗室，把生男还是生女当成一个彩蛋来对待时，很多孕妇的生存境遇是和生男生女密切相关的，她的尊严、待遇、底气和自信，都来源于生一个儿子。而怀揣这种认识的人，对我来说简直等于从中世纪穿越过来的。

江湖老

屁股决定脑袋，怀孕前看《破产姐妹》，生了孩子立刻就追上《老妈》了。最新一季里，克里斯蒂找到了亲生爸爸，该爸爸在女儿出生当天（为了增强戏剧性，设定为圣诞节当天），把女儿和她妈邦妮扔在医院里自己跑路了。这样的孩子爸可谓极品，所以三十五年后，邦妮都贵为曾祖母时，也没打算原谅他。

虽然是一出喜剧，但我看到这个桥段时一点也笑不出来。邦妮说：你在我人生最脆弱的时候抛弃了我。是的，邦妮的愤怒点非常精确，她只是说：你在我一生中最脆弱的时候离开了我。

抛开特殊情况不谈，一个女人最脆弱的时刻，就是怀孕生子。为什么这么说呢？

第一是你无法控制自己的身体。你追不上末

班公交车，勺子掉地上捡不起来，剪不到脚指甲，挂不了窗帘，没办法自己做饭，后期你会憋不住尿，走不动路，睡不着觉，生完了又是下不了床。我的情况更糟，每走一步都是痛苦。这些听上去多么不足道，可是每一点做不到都在持续刺激你，告诉你你需要帮助，而开口求助是一件多么让人沮丧的事情。点滴的沮丧积少成多，把你坚强的自我渐渐击穿（身体对自身的意义比精神大太多了，想想那些丧失自理能力的人）。

第二是你无法解决自己的身体。怀孕时连自杀都做不到，遇到强刺激时你必须保持镇定，保持不崩盘，早期还可以选择堕胎，后期除非不想活了，而且准备杀死一条小命，否则就算是遇到乌龟王八蛋你也得把这孩子生下来，你自己的身体把自己绑票了。

第三是你的经验、阅历、心智、精力都不足以应付这么多繁琐的事情。它并不难，只是繁琐：如何安排产假；如何定床位；如何买东西；

如何协调公婆父母老公月嫂；如何处理习惯观念口味关系，同时还要恢复身体和照顾孩子。分开来，每一件都不难应付，可是它们一拥而上，让人应接不暇。这个年代，三十岁生孩子不嫌早，可是三十岁熬夜追美剧打游戏迷星座的大孩子也不嫌少。

第四是你很难控制情绪。生活和身体上的巨大变化，很容易让人情绪失控，特别是你试试三餐都喝煤油而后晚上再起来嘘嘘三四次。当然，你可以说，现在的女人太矫情了，我们的母亲第二天就下地干活了。那我只能说，下地干活的事实不意味着“能”下地干活、“应该”下地干活以及“你干吗不下地干活”。如果你还不能理解，那我只能说，那时候没房也能结婚来着。情绪失控的另外一个原因来自荷尔蒙，“经前综合征”可以帮助未孕姑娘们理解一下荷尔蒙的威力。

我说了，孕产期并不难，它只是很繁琐。它消耗的是体力和精力，再加上各种孕检。能够享受孕期的只有很少数的人，她们要么一路绿灯，要么心大如斗，更多的人都在和各种不如意作斗争，努力调适心情来提供良好的孕育环境。这时候孕妇最大的减压工具就是丈夫。但是我必须实话实说，孕妇最大的失望，也可能来自丈夫。

之前已经有人说过，孕期是丈夫出轨的高发期，事实可能更糟：并非单单孕期，而是接连其后的产期和哺乳期都是如此。道德评判不是我想做的，第一这毫无用处，最后的出口无非有二：一是认为动物性本能驱使，所以倾向于给予对方原谅；二是认为男人忘恩负义禽兽不如，倾向于宁为玉碎不为瓦全。但我看不出来，证明对方是禽兽或禽兽不如，除了精神上单方面地宣布胜利，于事情能有什么实质性的裨益。而在谈道德底线这方面，女人不是男人的对手，所以就算了吧。我想说的是另外一件事，就是回想一下，在

我们人生最脆弱的时候，他们都对我们做了什么？

我个人的经验很负面。我记得分别在不同孕期听到过如下表述：人家都没事，怎么就你这么娇气？你不焦虑是不是就活不下去？我不想跟你说话。你能不能照顾好自己？诸如此类。起初我还试图解释，别人家的孕妇脆弱时，是关起门来的，是不会跟除家人以外的全世界寻求安慰的，你不知道并不代表它不存在。事实证明，我单纯了。对方不是不知道不理解，而是他懒得理你。你需要安慰和缓解压力时，他不是不能给予，而是不想给予，他需要看电视、打游戏、聊QQ、玩手机。这就应了那句话：你没法叫醒一个装睡的人。

讨伐当然也不是我的意图，否则我可以吐槽的细节可比这多多了。我想说的是，我都记得。那些在我最脆弱的时候关心过我的人；给予我问候的人；深夜里肯花时间陪我聊两句的人；给我

最实际意见的孕友妈妈们；寄给我孩子衣服的人；帮我看诊断单的人。当然，我也记得那些假装不知道我需要关怀的人，但也只是记得而已。假如是连续剧，我可以展开长达100集的复仇行动，但这是生活，我有个孩子要养，没时间把别人当成男主角。更为重要的是这一句：那些原谅宽容谅解的屁话，拜托拿去开导小孩吧。我在人生最脆弱的时候体会到的冷漠没法忘记。

人心就是江湖，谁都在这座江湖里出山、奇遇、碰壁、修炼，或者高楼系马，或者武功尽失，或者高歌猛进，或者一朝悟道自绝尘缘。利益的账尚且算不清，感情的账就更算不清了。可是这算不清，也只是跟别人算不清，自己心里还是很明白的。这本算不清的感情账，必定有欠无还成了无头债。

江湖债，江湖了，江湖儿女江湖老。老了是什么感觉？就是从火把成了一盏灯，还有光，还有亮，还能就着它解解闷，可再没了那份舍得把

自己点着的心劲儿，没了那股子握在手心里暖蓬蓬的热乎劲儿。

大嘴巴

网络上经常可见对女性罪过的列举，处女似乎完美无瑕，软妹子尚可接受，已婚的瑕疵不断，至于已育的简直可以说是罪无可赦，其中一条就是“什么都敢说”。我必须承认，“什么都敢说”算是部分真理，但完全不像听起来那么可怕。我可以讲讲我的感受，看看里面被遮蔽和误解了哪些东西。

“什么都敢说”不代表“什么都会说”。抛开意外怀孕不谈，从备孕开始，女性就打开了一

本新的词典。优生五项检查、输卵管阻塞、子宫内膜异位、排卵期基础体温等等，天天都在学新词。在社交中，只要谈到和怀孕有关的话题，那些新鲜的词汇就层出不穷。HCG翻倍是什么？孕酮指数是什么？胎停是什么？原始心管搏动是什么？如果没有网络，我们连检查单都看不懂。慢慢地，你就会知道双顶径、羊水深度和透声率都是什么东西。渐渐从菜鸟进化到可以稍微给新孕妇们看看B超单，出出小主意，同时还在向新妈妈们继续学新词，隔尿垫是干吗的，防溢乳垫是干吗的，为什么需要吸奶器，待产包里要装什么，产妇卫生巾要买几包，你的词汇量越来越大。直到今天，我还在不停地学习什么叫氧化锌、湿疹、妈咪爱和美林。

当然我还没忘了孤独、巴黎和极光这些词，我的字典只是更厚了而已。身为人母不是只出演一下爱情动作片就行了。那些床第之欢的词汇在饭局里博人耳目还行，实战中完全不顶用。仅有

的用途就是在受孕困难、求男求女或讨论孕期房事时，出现一些类似于瑜伽、柔术或武侠片动作的描述，行文也客观干燥，和《拖拉机修理指南》并无本质区别。

“什么都敢说”不代表“什么都想说”。从怀孕开始，你的语言使用就身不由己了。坐在诊疗室你经常听到大夫这样的提问：“有没有流产过？”“自然流还是药流？”“第几次？”“有没有妇科炎症？”“有没有性病史？”——我不确定这是不是标准问病流程，加之中国特色的诊室里经常不止一个孕妇，所以我经常替彼此感到脸红。再加上诊疗床经常对着大门，遮挡帘也不总是拉上，以及很多侵入性检查，孕妇们其实没有什么隐私和尊严可言，直到生产，除非是单间（并不是钱能解决的，需要提前预订还未必有），否则你就不得不在众目睽睽下消毒身体、喂奶，以及回答医生护士的各种问题。

虽然对身体抱有耻感，连游泳池都不肯去，

可我还是得接受这个事实，即：在某些时候你不是女人，甚至不是人。这种感觉非常不好。就我个人经验来看，没有一个妈妈会对这种经历津津乐道，除非是心有余悸或者心有怨气，通过述说来进行精神修复，或者是为了传递经验，让后来人有个心理准备。

“什么都敢说”有时候是代表“请你闭嘴”。我不知道多少女性有这种经验，即男士说荤段子时，我们很反感。不是因为我们白纯美或高艳冷，而实在是厌倦了这种抬轿子捧臭脚的戏码。恕我直言，男性社交场合的大多数荤段子和吹牛逼一样，既无智商含量，也无情感含量。在单身时，我还会为了礼节、讨巧或放电而甘当人肉笑声机。

而身为人母，对男性的了解也差不多了，既部分丧失了对其智商上的敬意，也部分丧失了对其身体上的兴趣，也丧失了男女可以当朋友的指望。所以，除了给予礼节性的敷衍，也没什么更

好的办法，但是有时情况太不堪，就只好一击毙命：你那两下子去哄年轻软妹子吧，老娘见过世面的，在这儿你找不到存在感。

人际互动是跷跷板，该脸红时你脱裤子，这就叫神转折，情况相对就会比较尴尬。性话语权也是强权的一种，不认为大家比荤腥值得夸耀，也不认为厌烦荤段子是假正经。我厌烦的只是无趣。比如伍迪·艾伦那种段子，就非常让人赏心悦目。当然我也不排除确有女性自我要求不高，不顾场合和对象大聊特聊，但就我有限的经验，这样的女性无论婚育与否都不会太令人愉快。

“什么都敢说”有时是社交需求。我不是一个太会社交的人，经常出现的情况就是无话可说，无论是在电梯里遇见邻居，还是单位聚餐遇见同事，困难在于第一句说什么。现在情况就有所好转，我们可以谈谈孩子，气氛很快就轻松起来。而且事实是，话题大多数和孩子无关，孩子就像天气一样，只是个引子。不知道别的妈妈如

何，我虽然很爱孩子，但是亲爱的上帝，我还是非常享受一个人的时光：没有孩子，没有奶瓶尿布，话题里没有孩子。

机器转久了也需要停一停。那些时时刻刻孩子不离口的妈妈我非常仰慕，但是我不行，昨天我聚精会神地观看了新闻联播，脑子一片空白，非常舒服。同样的情况发生在QQ头像和手机屏保上，自从换了孩子的头像（当然我自己也非常喜欢），和小区的女邻居以及女同事们的社交突然变得轻松自如了。

我没法过一种假装的生活。假装自己还未婚未育，说话行文间依旧是男欢女爱春花秋月。我得说，春花秋月自古以来就是文艺女青年不可分割的一部分，不会随着年龄和阅历的增加随便消失，如果有变化，也只是改变了模样。但是，孩子的存在像是我厨房里的一只长颈鹿，我没法绕过它而在罅隙里虚构我高大上的女神形象。这样不对，这样是假的。孩子在塑造我时摧毁我，在

鼓舞我时击溃我，这都是现时正在发生的事（就在我打这一行字时他还在拼命抢夺我的键盘）。

我乐意谈论孩子，也乐意谈论非孩子，这二者构成了我的生活。而假如有人不喜欢这个话题，而喜欢那个话题，喜欢这样，而不喜欢那样，我也看得出来有什么问题。我只是希望不要再把这算成已育女性的一桩罪过。我们只是生了个孩子，如此而已。

男女问题

我曾在诊室遇到过一个孕妇——即便叫号，国内诊室里也会同时出现一个以上的孕妇——她非常惊人地怀了四胞胎，当然，是吃了什么促排

卵的药而怀上的。医生再三申明以她四十岁的年龄，四胞胎很容易羊水早破一个都保不住，而且还存在子宫破裂等致命状况，因此强烈建议她减胎，虽然我对国内的医疗状况也心存疑虑，也听得出医生相当严肃。但这位孕妇拒绝了。她走出诊室后医生和我聊开了，我说：“我能理解，作为妈妈减掉哪个都舍不得。”医生冷笑说：“你也太天真了，她是怕减掉男孩儿。”

屁股决定脑袋。以我这样一个城市生长、嫁给城市人家的女人，单读过一些书就认为对人世有所理解，并因此就心怀悲悯，这是很可笑的。我可以嘲笑那位孕妇的没有见识、不知反抗和逆来顺受，这是很容易的。毕竟在我的小世界里，没有人会因为生男生女对我横加指责，并挤压我的生存空间。浩瀚的天朝我不得而知，但仅就在小小的诊室，我依然见过有相当数量的孕妇奋斗在生儿子的无形战线上。

从备孕开始，就有著名的清宫表（可迅速百

度），据说按照这张表的算法，可以天随人愿要儿有儿。然后又有很多怪力乱神的体位图，也可以支配生男生女。等真的怀孕了，我的天，就有各种预测方法，比如胎囊的尺寸形状，某项检查的数值高低，B超的某项指标，甚至是医生的什么暗示——可谓风声鹤唳，不得安宁，玄妙程度比预测彩票大奖的方法差不了多少。至于花钱请人通过B超鉴别胎儿性别的，喝转胎药的，我身边都有鲜活的例子，而且都是学历不低、经济自主、颇有主见的女性。鉴于她们生的都是男孩，我无法追踪下一步的孕期气氛，但就我所知，确实有因为B超出胎儿为女儿而堕胎的例子。假如是当事者女性的主动选择，则与人无尤，但很难认定这里面没有外力强迫因素。

有一个段子大概是这样，说：一到过年，北上广的琳达、辛迪和克劳迪娅，就回到佳木斯、焦作和铁岭，变成了翠花、美娟和小兰。我得说这很符合社会现状。且不说三线城市，仅就我自

己的经验，青岛虽然属于经济较发达地区，但仍遗存有强烈的雄性崇拜遗风（不知是不是要归因于孔孟故里）。

朋友关系之间崇尚性情中人，婚姻关系之中大男子主义之风盛行，两代之间则是生儿子为大。恕我直言，这三种气氛都让我难以尊重，前二种不予赘言，生子有后这种价值观，除了虚荣心作祟和由于懒惰而产生的思维惯性，我简直想不出来，在脱离乡村和土地的现代化生活模式中，生儿子还有什么实质性的优势。

但事实上，一旦脱离自己的生活圈，将视角放入更宽广的社会阶层，就会发现，不管女性多么独立自主（包含人格和经济两方面），也不管你是否读过卡夫卡或者叔本华，只要你双脚还站在中国的大地上，你就无可避免地要从琳达变成翠花，你的婚恋问题和生育问题就会持续不断地成为公共话题，而我们又无法直抒胸臆地告诉他们：关你们屁事。

假如在婚恋问题上，还有据理力争这件事，那么在生男生女这个问题上，女性简直是在吃哑巴亏。因为你面对的是无物之阵。现在的婆婆早就变异进阶了，没有人会明火执仗地责怪儿媳妇生不出儿子（大概也听说了生男生女的关键在于男方），但这种指责或不满却以暗示的方式无处不在。

对方既然没有宣战，你的大规模杀伤性武器也就无用武之地，剩下的就是勾心斗角和含沙射影，这件事情就变得说不清楚。到底是因为没有生儿子而激起的冲突，还是所有冲突都假借没有生出儿子之名？是婆家确有暗示，还是媳妇自觉气短？是事实，还是幻觉？

我自己生了儿子，而且被庸俗地说成是唯一的孙子，但依然龃龉不断，所以我很明确地知道问题和生男生女毫无关系。但我依然在为数众多的妈妈群里看到各种吐槽，这让我的认识有所更新。那就是，这个国家比我预估的还要愚昧和落

后，尤其在生育问题上。而生育和哺育环境的恶劣，直接导致了新妈妈在产后直接面临极其复杂的家庭关系。在很多情况下，我都看见了对新妈妈个人素质的苛求，比如要吃苦耐劳和不要抱怨。但恕我直言，如果把这些热情拿去呼吁改善孕产期女性的社会生存状况，会显得不那么白痴和欠揍。

最近我的微信好友圈在转发一条知乎，是一个男性在问：为什么在中国是一个团队在带一个孩子，而在国外是一个妈妈在带一个团队的孩子？底下的回答也相当有趣，提到了纸尿裤的不普及导致的育儿效率低下。我不得不再一次感叹，这个国家的男人也比我预估的要愚昧和毫无见识。其实只要反问一句：五个月产假满了之后，孩子谁带？——这就行了。

问题是，那些产假满后必须去上班的妈妈，还不是最糟的。最糟的是，你一怀孕，公司就拿各种理由和借口挤走你，没有人会傻到明目张胆

地开除你，但是软刀子逼人的做法想必每个HR都不陌生。我曾经给德国人尽量客观地描述过中国孕产期女性的状况，和中国男人的态度完全相反，她们的说法是：中国女人真是太能干了。在她们看来，女性一旦怀孕就面临失去工作或晋升机会；五个月的产假满后就必须和孩子分开并且背奶；全职在家带孩子会被他人甚至是丈夫认为是没有自我、不求上进；丈夫带孩子会被认为是缺乏男子气概或事业无成；丈夫工作一方不接受灵活工作时间来配合妻子重返职场；女性的家庭劳动普遍得不到尊重甚至遭到贬低——这些远比用尿布而非纸尿裤给新妈妈的折磨更深更久远。但我谈到某些地方产妇还面临生男生女的困境时，德国人就拒绝评论了，在他们看来，这已经超越了可评论的范畴，这事只能用两个字来形容：愚昧。

人的处境决定了其心态，当我们坐在诊疗室，把生男还是生女当成一个彩蛋来对待时，很

多孕妇的生存境遇是和生男生女密切相关的，她的尊严、待遇、底气和自信，都来源于生一个儿子。而怀揣这种认识的人，对我来说简直等于从中世纪穿越过来的。我不得不承认，我们所处的社会就是这样被极速撕裂，贫富的巨大悬殊，城乡二元对立，导致了认识的巨大差距，好像一只无限拉伸的长尾巴蜈蚣，前脚已经在现代社会步履不停，后脚还在宗法社会里留恋不舍，前脚已经叫琳达了，后脚还在叫翠花。一个人就在这巨大的差距里被来回撕扯。所以很多女性在工作中虎虎生威、威风八面，但各种女性杂志里还在教女人如何嫁个好男人做人生赢家；或者就如我的朋友那样，前一分钟还在课堂上讲授波伏娃，下一分钟就端起婆婆煮好的转胎药。

我不认为当今的女性比之父母一辈更加矫情或娇气，我只能说，我们面临着更为复杂的社会现实。当年的保姆还不会给孩子喂安眠药；当年的奶粉里还没有三聚氰胺；当年的国企单位也不

随便解雇孕妇；孕妇的丈夫在当年普遍认为应当节制欲望；当年女性的自我意识也没有今天这么明晰。当然，让我回到当年去打煤砖、做西红柿酱、手洗被单床罩，也够我一呛。我想说的是，身处苛刻的社会评价体系和糟糕的社会保障之中，大家都是受害者。个人努力当然值得宣扬，任何时代自我努力都不可或缺，但如果因此就遮蔽了我们理应获得的保障，这也完全是流氓逻辑。

回归到男女问题上，“男女平等”和“男女都一样”这两句口号在离婚分财产和公司使唤人方面可算得到了切实的执行，但在其生命的起点上，稀里糊涂的倒还是一本烂账。

请戴套，谢谢

事情是这样的：有一个妹子给我私信一封豆邮，说到自己的烦心事，一方面因为带孩子确实没时间，另一方面她的问题也比较棘手，所以我迟迟没有给出答复。她问我的是：要不要堕胎？我没有宗教信仰，道德方面也没什么戒律，所以对堕胎的态度很开放。

假如说生育之前还有一些煽情的想法，比如小生命什么的，那么现在我可以坦言相告：你的身体你做主，没有任何人有权力干涉你处置自己的身体。

前文曾提到一个案例，大概意思是女方怀孕了，不想要，而孩子的爸爸想要，最后女方瞒着男方去医院打掉了，男方一纸诉状把女方告上法庭要求精神赔偿。我还专门跟踪了一下案子怎么判的，但似乎也是无疾而终。如果我没记错，大概这男的未能如愿，因为法律有规定，这个孩子

在离开母体前其所有处置权归于母亲。当然，不违法不代表不受道德谴责，事情搞成这样，双方必定不欢而散。

另外一个案例就是前阵子豆瓣喧嚣一时的有偿约炮怀孕千里寻父事件，整个过程里的关键点也在于，如果女方不准备堕胎，任何人都无法阻拦她生下这个孩子。这种母亲对于婴儿绝对的控制力，不单在怀孕阶段，甚至是在婴儿成长的早期，是任何人都无法取代的（当然，以母亲自己喂养为前提）。

回到打胎这个问题上来。众所周知，堕胎对身体有伤害，但也不绝对。我见过仅仅堕胎一次就丧失生育能力的例子，也看过一年做掉两个翻过年开春又怀上的妹子。在这个问题上，除了认命之外别无他法。“命”这个东西不神秘，它就是它该是的样子，但它的讨厌在于你无法预知，它总是以马后炮的形式来恶心你，有点“怎么样有本事你来打我呀”的意思。算命这一行自古有

之，所以妹子们如果真信，还是不要算大利何方、几时富贵这些没用的了，不如算算子嗣如何，珍惜配额为要。有孩子的人生和没有的有很大不同，注意，不是优劣，是不同。就好像出门一个向左走，一个向右走，经历过不同的人生，最后走向终结。你无法决定终点和沿途的风景，但你可以决定向左走还是向右走——这就是避孕套的意义。

我都忘了自己是怎么性启蒙的，那个年代的事情说起来了无生趣，不提也罢。如果说点什么，那就是不要相信男人，自己的保护措施要自己做好——当然这就没法详细写了，网上有海量实战指南，而且据说已经出现榴莲味的套套了（和大粪味有什么区别请问）。人这种动物有时候很矫情，比如说同样一个男的，你自己认识的，和万人相亲大会上认识的，那感觉和心态是不同的。虽然，本质上来说，他依然是同一个人。同样地结婚生子生活，你按部就班地过，和

因为意外怀孕而不得不过，也是两个心态。而过日子这件事实在太需要好心态了。人能控制的事情很少，学习算一件，避孕算一件。而这两件事很大程度上都是和“命”在抢地盘。

一个豆瓣妹子曾问我怎么理解女权。我想了一下，可以简单粗暴地解释为自由意志，其核心价值是不受外力胁迫。假如想怀孕，不必怕人说我是生育机器；假如想全职带孩子，不必担心人说丧失自我；假如决定不结婚，不必担心被认为是没人要；假如决定丁克，也不必忍受人说我生不出来；假如离婚，不必被看作人生输家值得同情；假如老而恋爱，不必担心人家说我老不正经——“我的人生关你屁事”这话说起来很拉风，可是仔细想想看，我们谁没有对别人评头论足过？“走自己的邪路让别人说去吧”听起来也很拉风，可是扪心自问，抛开阿Q精神不谈，谁的内心能强大到自己就是自给自足的星球？衣服穿不体面尚且感觉矮人一等，更别说那些跟自身价

值貌似紧密相关的因素了——即便只是“貌似相关”。

在中国，女人是没有什么权利的，这是我越来越深刻的体会。一方面，男权社会的打压太密集；另一方面女性对自己照顾得也不够。不要孩子、不结婚作为价值观我完全赞同，但作为斗争手段未免显得杀敌一千自损八百。而且我也不确定谈女权是否真的需要一个假想敌，即男权。我已经过了谈主义的年纪，目前更关注于解决问题。如果说有什么发明有百利而无一害的话，我想大约有二，一是抽水马桶，二是避孕套。在穿越大剧最红火的那几年，好多妹子苦苦纠结的是：穿过去要跟哪个阿哥好上？我则非常忧愁，万一怀上是不是就不能穿越回来用我的抽水马桶了——这简直是双输局面。

生完孩子出院时，医生给了很多药物和一个建议。那些药都没有帮到我，倒是这个建议令我受用至今，那就是：严格避孕。据说哺乳期受孕

率非常高，大概要归功于激素分泌。但设想你怀里抱着8个月大的熊孩子，肚子里再揣着另一个熊孩子——这就是奥斯卡级别的恐怖片。我一直一厢情愿地认为，在网络如此发达的今天，避孕知识肯定比吸尘器使用方法更为普及，但事实上，鲜见不会用吸尘器的妹子，而意外怀孕百般纠结的姑娘简直不绝于道。每当此时，我只能扼腕叹息，什么建议也给不出来。

如果把孩子生下来，你就不得不一路往左走，再没有回头路；而如果选择打掉孩子，你就必须承担身体的伤害以及有可能的不孕情况（概率不确定），也就是说你不得不一路朝右走。当然，向左走或者向右走可能殊途同归，但如上文所说，令人沮丧的是“不得不”这三个字。所以，古今中外连篇累牍的人生哲理和女权文献，其实就是要告诉我们一个真理：请戴套，谢谢！哪怕是榴莲味的。

闺蜜与女王

几年前出现一个网站，根据名字看大约是一群妞儿在里面写博客。我本人写博客，也还勉强算个妞儿，所以就跑去转悠看看有什么好玩的。结果就给我发现一个很有趣的频道叫“妞问”。平心而论，国内志在女性情感专栏的写手，完全可以通过且只需通过这一个频道来了解姑娘这一群体的生态特征，里面的问题简直光怪陆离又勤勤恳恳，搞得我非常想上去吐槽，试举几例以供管窥。

问：关于婚纱照，怎么拍最好看？到底怎样才是有意义？

答：在婚纱照里找意义……

问：胸部太小，才交往一个男生，好怕他知道啊，怎么办？

答：重投胎。

问：为什么自己很理智地知道不应该喜欢对方，也知道也许自己喜欢的不是真实的那个人，很可能是想象的他，却始终挣脱不掉那种看起来“爱而不得”的纠结感觉？这是什么心理？

答：看了三遍问题表示没看懂。

问：大胆的妞们，有想过婚后或者未婚的时候找个情人的吗？

答：目测睡到已婚男士。

问：与相亲对象第一次吃饭，穿了一件冲锋衣。妞们怎么看？

答：顶，显得很有冲锋陷阵的斗志。

虽然这些问题很妙，但你知道更妙的是什么呢？那就是我在短短的几个月时间里回答了几百个问题，竟然还因为满满的负能量而得到一些肯定。这一方面说明人民需要负能量，更说明没生孩子之前我有多闲。这其中有一个问题值得我现在拿出来聊一聊，它是这个样子的。

问：闺蜜结婚生娃了，现在基本就不打扮，天天弄得很土。我有时见到她讲讲她，她还不乐意，说打扮花钱，没钱就不打扮，还嫌我爱享受。大家在这个问题上怎么看？是我太注重享受了吗？

答：生娃后喂奶不能用化妆品，因为化妆品含铅会影响奶水，香水会让孩子过敏，指甲油很

可能脱落掉进孩子的饭菜里，耳环项链这些小孩子很容易玩着玩着就吞咽下去，瓶瓶罐罐孩子只要能抓到，很容易就塞嘴巴里了。事不经过不知难。在孩子安全和自己漂亮之间，如果没有强大的经济实力来平衡，大多数人会本能地选择为了孩子好。朋友之间，不要拿价值观互相绑架。你爱美也没错。

问答双方的气氛还不错，于是这位提问的妞愉快地回复：“孩子已经断奶好久了好吗，不要说我事不关己就不关心，某些人太女王了吧。”

你看，人和人就是这样鸡同鸭讲。但我得承认在这个问题上，我确实女王了，因为我完全不知道提问的这位姑娘有没有生孩子，假如她也是一位妈妈，而能在带孩子之余把自己装扮得得体又利索，那我得拜她为女王才是。

当然了，这篇文章的主题不是讨论“妈妈是否应该打扮”——除非是把心长横了，一个女人才会放弃打扮，而生育并没有在生理上把我们变成非女人。至于心理上，妈妈和女人是否互相排斥，我得承认，多多少少会有一点。比如妈妈的主题是孩子，女人的主题是男人；妈妈的焦点是安全便捷，女人的焦点在光鲜亮丽；妈妈像是效益最大化的财务人员，而女人则像不惜血本的市场人员——当然这不是一刀切的分法，而是必选其一时的侧重，并且很少有人会把日子过到狭路相逢的境地，大多数情况下，妈妈总能腾出一小点时间来安顿自己，就算为了喂奶无法控制体重，也会尽可能衣着得体；就算不能描眉画目满头珠翠，基本的干净整洁无论如何也是能保证的。但就我个人经验，高跟鞋我是彻底放弃了，不但因为孕期韧带受伤，主要是因为经常要把二十多斤的儿子举举抱抱。而放弃高跟鞋，在某种程度上等同于放弃作为女人的身份了。

我要说的是如何当闺蜜这件事。关于女人之间的友情，目前街面上的格局走两个极端：一方面是宫斗剧里恨不得食肉寝皮的女人战争，充斥着嫉妒、攀比，明里较劲、暗里使绊的小手脚和大阴谋，仿佛女人在世界上最大的敌人就是女人；另一方面是过分美化女性友情，典型代表就是《欲望都市》，四个爱情观、男人观、性观以及日常生活轨迹完全没有交集的女人，居然保持了六季的牢固友情，恕我直言，请看楼上那个提问的姑娘，仅仅因为闺蜜放弃对外表的投入就到网络上来吐槽，电视剧和生活就有这么大的差距。

在我看来，过分夸大女人之间的敌意，大概是因为在男权社会中女性根本没有资格、资本和机会与男性成为平起平坐的敌人——所以宫斗剧最令人绝望的问题是：皇上为吗不死？而对女人友情的煽情描述，要么是对前者的矫枉过正，要么是对男性庇护彻底失望之后对情感依托的另一

种乌托邦式幻想。女人之间的友情并不格外虚伪，也并不格外真诚，它和其他友情一样具有不可动摇的原理，即：三观接近、共享生活圈、利益相关。

女人之间的友情，因其表现形式有异于男人而显得热烈、真挚而不可撼动——你见过哪两个男人挎着臂膀逛街的？你见过哪两个男人相约去卫生间的？但恕我直言，这只是表达和表现的不同，两个男人沉默不语地钓一下午鱼，其友情浓度丝毫不低于彼此掏心掏肺的一对女友。

我对女人之间的友情以及所谓闺蜜的态度算是温度适中，大概看不顺眼之人，在男女之中的比例几乎对等，并不因为对方是女性就特别宽容或苛刻。这些年有更加珍视女友的倾向，一来是因为男女做朋友阻碍太多，不是自家的先生多想，就是对方的太太多想，或者二人总会在某一天不爽时多想，内耗太大，投出产出比较差；二来屁股决定脑袋，就算修炼到成佛的境界，男性

朋友包了小三被我撞见，身为人妻恐怕也难以做到“关我屁事”的视而不见，总免不了道德评判；二来身为人母，急需的信息、知识、帮助和心理辅导，基本上都是女友比较擅长，也比较权威，日常接触也频繁，大概友情也需常来常往，而男性友人的交际圈离心力般的越行越远，远亲不如近邻，频繁走动是维持友情的必要因素。

单身女性和已婚女性之间的友情维持起来比较简单，大概只要彼此都有空、常常吃饭逛街、三观相去还不甚远就可；可是，已育女性和未育女性之间就要费劲一点了，主要是没有时间，而且二者的焦点完全错位。有人说生了孩子的女人像是被重新排列组合一遍——悲观的理解是相貌身材尽皆败落，乐观的理解是内在品性像是淬过一遍火又柔又韧。不管如何善解人意，未育的看已育的，都有“丧失自我你全毁了”的瞧不上，而已育的看未育的，则是“到时候你就知道了”的胜算，彼此都占据着不同的心理制高点。

心智成熟的还好，遇到较真儿的恐怕就比较不愉快。

就算《欲望都市》里情比金坚的女人友情，居然也出现极其类似的情节。萨曼莎遇到蓬头垢面的米兰达，惊问：“当了妈妈你连头发都不剪了吗？”后者怫然。凯莉从中调停，其结果是萨曼莎帮着米兰达看了一下午的孩子，让她去剪了一次极其昂贵而且难预约的头发。你看，闺蜜应该是这样做的，而不是扛着“我也是为你好”的大旗对闺蜜横加指责。

不过话说回来，人就是偏见的总和。那些看起来像是女人之间的问题，其实都是人之间的问题。尽管我们被教育，不宜对人随便进行道德指摘，但扪心自问，谁能做到这一点？

单身女性总被认为嫁不出去，尽管她真的不想结婚；已婚女性总被认为是委屈凑合着嫁掉了，即使她是找到了真爱；已育女性总被认为必

将面临斗小三的命运，即便夫贤子孝。如果胆敢袒露幸福，那就是晒——晒自由，晒二人世界，晒孩子。而大家普遍都揣度，这晒的背后总蕴含着心酸的要强。单身的晒自由是要掩盖难言的孤独，结婚的晒二人世界是告诉别人此男有主，妈妈晒孩子是因为老公早不爱她了别无可晒只有孩子——你看，这就是大众这些年来给我们构造的女性世界。

没人相信剩女不着急，不要孩子的是真想丁克，妈妈们是真的越过男女的小情爱，通往一个人的修行之旅——大家都像韩剧女主角似的被安装上了悲惨的心路历程。可事实不是这样，至少在我身为人母之后，男女之间的小情小爱虽然仍旧非常美好，但它如落日般的美好，而不是像粮食般美好，我走近它，纵身轻轻一跃，越过去，通往更深广的远处了。

对于那些仍在其内的闺蜜们，我觉得不妨尽情折腾，男欢女爱是人间不多的乐趣之一。而如

果有一天我脱掉高跟鞋扛着孩子一骑绝尘而去，那也请祝福我在另一片天地里依然虎虎生威浑身女王范儿。

遗愿清单和拖延症

我未育时有久治不愈的拖延症，其病理特征是没有deadline无法工作。不过，deadline的唯一功能也只是测量焦虑的长短，一旦进入它的三天半径，焦虑程度就呈几何级数暴涨。虽然外界对拖延症的成因有各种分析，从习惯养成到人格缺陷到厌世心理，而且各种治疗手段也层出不穷（甚至出现了“战拖”一词），但我的个人经验非常负面：我曾制订了非常详尽且便于执行的事

务计划表挂在书桌前。但是，它唯一的功能是每天提醒我又将计划表拖延了多少步，即明天我还有多少剩饭必须追吃——这比拖延症本身还让我焦虑。

奇妙的是，这么多日子我居然也拖过来了，虽然可能因为拖延错失了几次嫁入豪门的机会（想得美），可能搞砸了几次本应充分准备的工作报告，可能得罪了一群有严格时间压力的报纸杂志编辑，或者是可能怠慢了一些亲友贵客。但怎么说呢，因为这些“可能”都不为我所确定，再加上一点稀里糊涂的自我安慰、自我放过和自我胜利法，除了焦虑，这种拖拖拉拉的生活似乎从未给我造成实质性的伤害。

不过，这件事在儿子出生之后，突然以秋后算账的姿态出现了，其契机是这样的：有一天我的朋友在朋友圈晒旅行照，基本构图是落日下的海滩上站着一个戴墨镜的比基尼女郎。习惯性点完赞之后，我听见脑子里轻轻一声爆裂，好像脑

血管漏了的意思，然后悲从中来：夕阳易得，沙滩易得，墨镜易得，女郎把脸遮上我也算一个，可是——比！基！尼！

一段刻骨铭心的爱情，一场说走就走的旅行，一块用料尽量少的比基尼，这些在未婚时不能说轻而易举但至少可能的事情，在婚后突然变得无比不可能。虽然，对身体怀抱耻感连游泳池都不愿去的我就算不生孩子也不会穿比基尼，但我讨厌被剥夺可能性，我可以不穿，但我不喜欢没有可能穿。

我们经常在各种电影里看到这样的桥段：某人突然得知自己罹患绝症，于是列举了一张遗愿清单，在生命最后的时光里一一完成。不知为什么，我现在也有这样的冲动。虽然孩子和死亡不能同日而语，但二者都在客观上给生命标示出清楚的刻度，让你突然感到时间在加速行驶，前一天我还在发愁这孩子还不满月，可是哗啦一下他都满地爬了。在欣喜他成长的同时，我突然也有

了似曾相识的焦虑：那张挂在书桌前的日程表，那些趁年轻应该完成的心愿一直拖到现在还没有去做，而身边突然多了个孩子，去哪里都要做双份的打算了。

于是我认认真真买了一个记事本，在上面慢慢记下我的“遗愿清单”。瘦到低于一百一十斤当列其中。据说减肥、战拖和戒淘宝是女性的三大绝症，其核心难度在于实施和坚持。减肥大约是每个产后妈妈的伤心事。因为产后妈妈要坚持母乳喂养，所以不能减重。等孩子断奶之后，身体很可能已经适应高体重运行了，再减重很有难度，加之年龄增大新陈代谢减缓、喝凉水都增重的事实让人尤其气馁。而且不知道为什么，对女性，尤其对妈妈的苛责，首先就来自于胖。如果说丑只能怪运气不好，那么胖则貌似和某种令人不齿的品质相挂钩而尤其遭到诟病。但我的困扰并非来源于此。因为双方老人身体不好都不能帮忙，我是自己带孩子，所以很快就比孕前还瘦，

但令人沮丧的是我孕前并不瘦。

下面我要说说我的困扰缘何而来。很久以前我写过一篇文章叫《亲爱的大象》，其主要内容是缅怀了一段好日子，其中有一句这样写：那时我瘦得只有一百斤。你们难以想象到这句话遭到了多么惨绝人寰的哈哈哈哈哈哈。当然也怪我，我没有提到我身高接近一米七，甚嚣尘上的“好女不过百论”让我根本不敢提“只要10X就好”。

跑一个马拉松我不确定是否能列在清单之内。首先是因为韧带受伤尚未痊愈，不确定长跑是否适合我，其次是因为长跑太孤独了。最近几年我身边的朋友纷纷开始长跑，这说明他们纷纷进入中年，进入中产阶级，进入“孤独不是一个问题”的阶段。

细数从小到大的运动项目，从羽毛球，到排球，到保龄球，到游泳，再到长跑，似乎有“参

加的人越来越少因此格调显得越来越高”的倾向。长跑孤独、无聊、枯燥、有姿态，这几年尤其时兴起来。完成一次马拉松和读完康德的三大批判类似，由于能借此证明自己不浮躁，能静下心来干点什么枯燥的事儿，而具有一种无用的牛逼感，虽然无用，但依然是一种牛逼。

这张清单里既包括学会两只手扔三只橘子、坐一次热气球、看一次极光、摸一次大象、去一趟日本这样很有绿茶婊小清新意味的事情，也包含出一本书、重装修一遍房间、买一辆车这样算盘珠噼啪响的实务，更有把儿子培养成人格健全习惯良好读书一流桃花漫天且还是超级摇钱树这样科幻片似的失心疯计划。

突然，我的拖延症不治自愈了。我开始学着列计划，开始争分夺秒地处理自己的事儿。有了孩子的日子好像埋了地雷的村庄，你不知道在哪一步上它就会突然响了。deadline前三天突击大搞快搞的模式具有相当大的风险，这三天也许他突

然病了，突然求爱求关怀要妈妈二十四小时陪着玩，突然天气好要出去踏青，突然谁家小朋友过生日你得伺候他去参加——人家虽然屎尿尚不能自理，但社会活动还排得相当满。

突然袭击在妈妈界向来不怎么吃香，虽然未必事事都有时间表，但因为孩子要照顾，就格外不喜欢不告而来或不辞而别，这就像房间里有只大象你突然又送来一只河马。虽然收到河马这件事很浪漫，因为浪漫之所以称为浪漫，其核心就在于杀你个措手不及。但浪漫之后总得有人善后，满地的烟花屁股得有人扫，九百九十九朵玫瑰得找瓶插，单膝跪地求婚衣服也得送去干洗。别的妈妈我不知道，我是已经把日子精简到紧急集合哨一吹，十分钟内就能把所有家当一背包打好，拎着孩子就能去火星定居。

据说战拖的终极战术是屁股后面放一只疯狗，或老板，或疯狗式老板。其实还有一个方案就是生个孩子。大的遗愿清单得交给时间，而每

天要怎么过则完全在你的脑子里，他几点喝的奶，几点即将喝奶，辅食几点做，几点太阳好出去晒一晒，换季的衣服什么时候囤最划算，海购的奶粉周期多长才能保证不断粮，明天要打疫苗今晚该洗个澡，这些琐琐碎碎的事儿都像袖珍疯狗跟在你脚边直叫。

等到终于安顿好他睡了，你的美剧、豆瓣、朋友圈、淘宝才从角落里走出来。可还没看两行眼皮子都打架了——你看，连“夜深了我就是舍不得睡”这种绝症都顺带治愈了。

妙处难与君说

据说好些妹子看完我之前的文章，要么被疼

吓得不敢生了，要么被吐槽烦得不愿生了，要么被鼓励得坚定了不生的信念，顺带脚连对婚姻、家庭和爱情的信念也动摇了。连编辑姐妹们也看不下眼，来鼓励我说还是要写得积极正面一些，生活已经够累的了，谁都需要一点鼓励。可见吸收负能量是人的基本属性，因为在一番自我检讨之后，我还是认为，我只不过写了一点事实而已，或者说，甚至没有将事实的全部写出来，出于自尊心和莫名其妙的心理，我甚至美化了部分过程。但有一点我承认不够仗义，那就是，我从来没有写过这条路最终抵达一处什么样的终点。

之所以不写，有几方面考虑。首先当然是因为教养。总谈论自己让人厌烦，但都不比总谈论孩子更让人厌烦，这就是为什么虽然微信朋友圈和微博里，有人理直气壮地晒吃喝拉撒大家习以为常，但一个妈妈发了几张孩子照片就被冠以晒娃党的称号人人得而诛之。我很怕打搅大家，所以很自觉地屏蔽了所有未婚未育的友邻，但工作

量太大，于是干脆连娃也不晒了。但这看上去又太低温，不像一个满心欢喜的新妈妈。其次，是因为无从下笔。写文章的都知道亲人最难写，按理说拥有了最详尽丰富的素材，下笔千言理当倚马可待，可我就是写不出来。写妈妈的文章我就没见能写好的，卡夫卡的《致父亲的一封信》算是活灵活现，但那是一封控诉信，儿女写得好的我也还没看到过。而最重要的是，写东西对我来说是一种寻求幸福的方式，而如果已经获得了，那还写什么呢？

虽然从产后我就开始打游击战，婆婆家几天妈妈家几天；虽然身体至今没有完全恢复，早上醒来十指依然僵硬，腿部韧带也没有完全恢复好；虽然我自己要上班要带孩子还要抽空写稿子；虽然除了带他出去晒太阳散步买菜我从来没有任何社会活动；虽然我连淘宝时都能睡着……但我从来没有这么幸福过，儿子是迄今为止在我身上发生过的最美好的事。我知道这听起来非常

像一个生育狂，但情况并不是这样。

我没有什么写作的天赋，也没有自觉的写作意识，之所以一直在写完全无所谓坚持不坚持，而是因为这是我唯一的方式。关于方式，我看到很多非常无聊的指点，比如有人瞧不上大妈广场舞，可我得说就是同一拨人曾经强烈抵制卡拉OK，认为那是基于折磨他人的极端自恋方式。有批评现在的人都不看书的，完全无视现在的书有多难看这一事实。看到青年沉迷网络打游戏就直接给其定位为“性格缺陷不自律”，也不追究社区给青少年提供了什么他们既能承担又有益身心的休闲方式。

指摘他人是多么轻而易举又自骄于人的事，但其中蕴含的愚昧无知也是我越来越抑郁的原因。我必须说，假如我曾培养出任何一种其他的方式来排遣压力，放松自己——诸如逛街、烹饪、看电影、运动、K歌、打游戏、旅游、做手工、园艺、听音乐——我都不会选择写作，因为

它久坐，久看，久思索，单打独斗，长期下来颈椎腰椎视力都受影响，思虑太过也耗心神，而且渐渐会离群索居倦与人言。假如我有写作的天赋，这些损失都算是对天赋异禀的回馈，也算与人无尤。

爱好或减压方式，当以强身健体怡情养性为要，写作明显不相宜。但它确实是我唯一的方式，每当我不快乐时，写下来成了我最有效的方式。所以很多编辑都很头疼我的行文基调，依据他们的经验和判断，不管心灵鸡汤名声多差，但人人都需要心灵鸡汤，我文章里的戾气让他们很难处理。有些私交的编辑朋友则很担忧我的生存状态，大概觉得不够昂扬总有低迷的气氛。我很能理解也很领情，这时候我就告诉她们：幸福的时候，我一个字也不想写。

人之所以为人，为此人，是一个长久的过程，既有早年的家庭教育，又离不开成年后的社会塑造。但就我个人而言，二者都不能算太好。

当然我并不抱怨什么，但豆瓣里的“父母皆祸害”小组我也时不时地去探看探看。而当今我们所处的社会现实也很难让人不抑郁。如果说从前坏消息都在网络和电视上，那么今天坏消息几乎是追到家门口了，我就是想两耳不闻窗外事当个胸大无脑的师奶都不可得：疫苗不合格，幼儿园给孩子喂药，小学老师性侵孩子，大学校长拉同学开房，博导潜规则考生。

女性不可能把自己隔绝在社会现实之外，我确实想天天打鸡血，天天煲出心灵鸡汤。可是这些坏消息，把一个好好的文艺女青年都要逼成女公知了。打开电视、报纸、网络，只有小动物视频和孩子的视频能给人一点抚慰。它们好像新鲜的抗体源源不断地补充进来，帮你鼓起勇气继续在这糟糕的世界里生活下去，鼓励你也谈主义也解决问题，心怀一点微弱但坚定的指望：他们应该而且能活在比我们更无害的环境里。

所以每个妈妈看上去都那么用力过猛，那是

因为作为一个监护人她能控制的事情太少了。除了吃喝睡，孩子要的还有更多，他需要健康的阳光空气、安全的公共环境、包容的教育氛围、积极正面的竞争体制。可是这些，凭我一己之力，怎么能搞定？

作为一个人，我自己经历的不算多也不算少，但就这点仅有的经验，也曾让我下一辈子宁可当一棵树或者一头河马。可是孩子来了，他给我一个抛弃一己之见、和生活达成谅解的可能，虽然不必须，但这可能性弥足珍贵。虽然也还有其他契机，但孩子是最优之选。你未能记起的自己的婴幼儿时期，你在父母处体会到的缺失的爱和伤害，都在他身上有了弥补的机会。那些埋在潜意识里的压抑和创伤浮出来，供你重新认识：哪些是误解，哪些是父母的无知无意造成的伤害，而哪些是真正的问题。成年的你和父母的关系也有了修复的契机，就我自己而言，是做了妈妈之后，才开始和我的父母有了真正意义上的平

等交流。这对彼此都是好事，虽然它晚来了很多年。

有人问：身为人母的美好在哪里？我只看见生活品质的降低、夫妻关系的不和、自身容貌的衰败、家庭关系的繁琐。你所说的美好在哪里？我要这样回答，如果生活只是锦衣华服、只是万事如你意当然非常好，但有没有那么一秒钟你想到，生活可以是其他的样子？你不是在此地，而是在遥远的冰岛，你的双脚踩着的不是办公室的大理石地面，而是软绵绵的鲸鱼的脊背。人就是在这改变当中不断地经历世事，发掘自己无限的可能性。“未知”二字从来因为不确定而令人生畏，但是，你得有勇气去生活。而孩子就是你生活中最大的未知，不但是他本人的天性和发展，还有因为他的到来，你所要面对的未知的自己。

疼痛有时间在帮你修复，不修复也没事，你带着它就像带着亮闪闪的徽章。夫妻关系总有办法解决，离婚都不算坏选择——假如能给孩子一

个稳定平和的成长环境的话。而那些纷乱的生活你都会摆平，因为你慢慢会进化出强韧的品性。这就是我能想到的美好，假如它还不够的话，那我要告诉你一个秘密：每个小朋友冲着妈妈开口一笑，空气里就会“叮”的一响，落下很多金币来。你每天归置归置找地方存好，十八年之后他变成好汉那一天，你就能当个腰缠万贯的守财奴了。

第三章 爱是疲惫生活的英雄梦想

生一个孩子在世上，就是把自己最疼的地方拱手交出去，这个世界有无数种手段来利用他伤害你。生一个孩子，就是掉进一个坑里，捡到一本武林秘籍，一旦开练你就得一直练下去，没日没夜，没结没完，还分分钟走火入魔。这只外星小怪物会慢慢长大，学会各种新技能来挑战你的极限。你的人生开始了一个漫长的主题，就是和这个小东西相爱相杀。

有一种孤独

那是下午吧，该吃下午饭的下午。我在厨房做菜，炒茼蒿。厨房朝北，有一扇与墙等宽的窗户，窗外是整齐的对面楼上的南窗。根据对面南窗上反射的余晖可以确定，太阳此时正在看不见的地方往下掉。锅里炒着茼蒿，绿色的，在锅里的油里滚着，被我手里的炒勺翻搅以确保自身得到全方位的煎炸。春天新下市的茼蒿绑成很大一捆，整捆卖比拆开卖便宜五毛钱。锅里被炒着的是第一半，另外一半在置物架的塑料袋里搁着，被松开又勒紧的草梗继续勒住更小的一捆。

我当当地炒菜，具体说是翻动那些茼蒿，它们看上去好像永远不会熟似的，所以我要一直这么炒下去。厨房的门是一扇玻璃推拉门，毛玻璃，我看见儿子的影子映在玻璃上，他啪啪拍着门想要进来，见没有得到许可就啪啪地爬走了。

抽油烟机轰轰作响，而后我感到非常孤独，非常、非常、非常孤独。然后我继续炒菜，准确地放了盐，放了调料，看了看火候，差不多了，关火，出锅，感觉味道很不错。下一个菜是蘑菇。我看着蘑菇。感到非常孤独。这是一种什么样的孤独很难描述，甚至“孤独”二字都不足以描述它。那些形容词因为相貌模糊而一度遭到我的摒弃：说孤独的时候，我们到底在说什么？

我只能说它不是什么。它不是需要抱着儿子，好感受这世界对于你的意义或回馈；不是丈夫温存体贴，用男女之情标示出你的价值感和安全感；不是在手机上翻来覆去找一个丈夫之外的男人诉说衷肠，脱离开这寻常柴米；也不是打电话给闺蜜吐槽最近的琐事，在另一种亲密关系里丰富你的价值。不是，都不是。它不需要任何人，父母，儿子，丈夫，暧昧的异性，可信任的同性，或者由于匿名因此可以提供彻底安全感的陌生人。全都不是。它不是孤单需要陪伴，不是

疲惫需要休息，不是厌倦需要调剂，不是情绪需要发泄。它什么也不需要，谁也不需要。甚至连我自己都不需要。它已经干燥到连场景、意象、气氛、描述都全部排斥，就在我的身体里写下大大的两个汉字：孤、独。

它就那么“存在”着。笔画清晰，结构分明。没有反复敲打的修辞来加强其效果，没有声音、光线、影像或其他什么东西来烘云托月，什么都没有，就是干燥的两个字，撑在我身体里面，好像是胃部，或者更靠下。

辨识情绪，处理情绪，这是成年人所应具备的基本能力。我在第一时间清楚知道它叫孤独。但我完全不想处理它。我没有关上火出去抱一抱儿子，没有抓住微信上的谁随便聊几句，没有立刻掉转注意力去关心正在下锅的蘑菇。而是就那么感受着这两个字，外形、质地、重量，和扑面而来的溺水的感觉。就在这种状态下，手里的刀、砧板、热油、抽油烟机的轰鸣，一切都像往

常一样正常。我感觉我可以随时哭出来，从胸口挤压出来的呼吸每一次都有可能伴随着失控的干号。可是又没有，我并不想哭。我不痛苦，也不感到特别不适。它不是一种让人无法承受的窘迫值得让人为之歇斯底里。它是冷静的，不，是干燥的。干燥得不像一个形容词，而是一个名字。就那么在那儿。我既不需要干点什么，也不需要不干什么。

荷尔蒙失调的时候我曾经像好莱坞电影里那样，躲在卫生间里不出来。我的卫生间有一扇狭长的西窗，日暮时分看得到远处的落日和黝黑的山影。我曾经坐在马桶上，关着门，认真地发呆，觉得温暖又安宁。而站起身打开门，门外就是尿布奶瓶婆婆妈妈和无数齿轮，这齿轮被惯性带动，一圈一圈地量完一天又一天。我还坐在马桶上原因不明地痛哭失声，为了具体的事情和不具体的事情，或者完全不为什么事情。同时知道自己这是荷尔蒙或者其他激素出了问题，不必担

心，过一段时间，等身体机能调试到位就会一切正常了。

而现在，我不需要躲避任何事情，我手里还掂着炒锅，还在抽油烟机轰鸣中做晚饭。我不需要躲到任何地方去。没有什么东西挡在我和我自己之间。这一刻，我清楚地感觉我自己是一个人。不是谁的妈妈、谁的妻子、谁的女儿或谁的邻居和同事，我就是我自己。我的身高体重形状，我的腔子里盛满拥挤的内脏。这清楚的认识伴随而来的强烈孤独，或者是因为强烈孤独而感受到自己是一个人，这其中的逻辑关系不存在，也不重要。这是多么受虐狂的方式：强烈的孤独让人感受到自己是个人。

他们都是骗你的。一个孩子不会改变你的任何事。是的，他会改变你的作息、习惯、知识面和词汇库，会改变你的体型、样貌、行为方式和思维方式，甚至会改变你的人际关系、职业前景或是命运。但上述这些东西捏合在一起，却依然

并不是你。你是超越在这之外的，唯有在绝对的孤独中才能定义的那个人。那些指望通过孩子改变自己的女人们，狂心早歇吧；那些恐惧孩子会改变自己的女人们，也不必煽情太过戏码太重。孩子不是你，甚至不是你的，基因和相貌分享自你并不代表他就是你的。他的命运不是给你带来陪伴，不是毫无条件地爱你或被你爱，不是维系你的主流生活轨迹，不是给你希望，而是开始他自己的生命之旅。这里面你的戏份并不多，而且会越来越少。这是一种大自由，想一想，这真有一种煽情的意味，又或者他只是被迫投生人世，忍受多年“人”的生涯。

有了孩子，我依然是孤独的。这让我措手不及。在日子被他分割又填满之后，我曾片刻有一种温情的错觉，即孤独人世有人做伴。但并不是这样。寻求被人理解、有人做伴的人生依然是一种耻辱。我的路上只有我一个人。这是对的。本该如此。

夜读书

之前预估不足，以为结婚后“保持自我”是一件“世界观”层面的事情，仿佛思想上重视起来就没人能拦着我牛逼哄哄地“保持”起来。但事实证明，所有问题都是“方法论”问题，在读书这方面尤其如此。

读书是一个习惯，没有什么高大上的意味，也很难通过这一行动获得什么虚荣心的满足，因为并没有一架摄像机在头顶拍摄直播我正在秉烛夜读的感人画面，更何况我经常夜读的是《一个都不正经》和《陆小凤传奇》这种“不三不四”但却妙趣横生的书。

所谓习惯，好比饭前便后要洗手一样，不如此也行，只会比较不适。这种习惯的养成，总体来说是因为在年轻时我就没什么社交生活，别人喝花酒骑洋马大桥同游的夜晚，我只能百无聊赖地看看书。

这种习惯在儿子出生之后简直有难以为继的趋势，先是坐月子不许看书，说是老来迎风流泪，自己也精力不够，看书虽是静躺，到底耗神。出了月子则是睡眠不足，随时随地都能倒头就睡。白天上班、家务、做饭、陪玩，总没有整片的时间。而且只要我敢屁股坐下来翻两页书，不出五分钟，儿子不是拉就是尿，不是洗儿子就是洗菜，不是球滚到沙发下得捞出来，就是大骨头汤得提前熬上——总之是在不停地起起坐坐屈屈伸伸。

我挺喜欢美国超模Karlie Kloss，她美艳、邪典、瘦削，看上去很难搞的样子。美艳难度太大，我唯一能模仿的恐怕就是瘦削了，这在生孩

子之前根本是不可能完成的任务，现在不知不觉一个劲儿地掉秤——友情提醒，瘦了显老，合理的脂肪对弹性和光泽有益。我拿计步器算了一下，大概我在房间内的走动就等于一天走五公里，其结果就是晚上九点哄孩子睡觉，直接就把自己也哄睡着了。偶尔还有剩余电量，挣扎着刷两条微博，就又晕死过去了。

最近春阳乍暖，天长日短，夜里的困倦有所缓解，很有可以重拾旧习的可能。翻翻书架，真没什么可看的。挑来拣去，翻出朋友寄来的好些旧书，他家装了豪华的书柜，买重了的很多书就全寄给我了。有汪曾祺的自选集，沉甸甸的，黄泛泛的纸，正反面透印着，看着真是有感情，小时候看的书大概就是这种纸质和开本。目下出版社的用纸似乎都用了轻型纸，印刷方式也有改进，很大一本书拿在手里却没什么重量。这种旧书好比是街道上还穿着蓝布中山装、提着人造革黑色皮包的机械修理厂的会计，很有穿越感。怀

旧作为大风潮挺无聊的，但作为个人的情感开关，多多少少会在大小物件上被触发。一同寄来的旧书里还有1973年8月人民文学出版社第一版的鲁迅的《彷徨》，书假如说也有所谓最爱，于我，那就是《彷徨》了。得知世界上还有一个人写出了这么一本书，就感觉不那么无依无靠了。

《在酒楼上》是心头好，《伤逝》相当不好读，奇怪为什么当年选入了中学课本，《祝福》也特别好。另有开明出版社1994年重辑开明文库，重印了施蛰存1937年的《灯下集》，不但有他首印时的自序，还有1994年重印时的后记。五十七年差不多等于人的一辈子，两篇小文首尾对照着读，不胜唏嘘。

我说点题外话。不知道是不是旧时纸贵，《彷徨》《灯下集》《画梦录》等都不过三五万字就出版单行本了，又轻又薄，特别适合我目前的状况。到哪儿揣着也不累，篇目也不长，哄孩子之余鸡一嘴鸭一嘴看完了特别有成就感，觉得

对自己是个交待。现在的书整体的缺点是太长，做出来的书太厚太重。我之前的书《倾我所有去生活》也是一样，豁大一本一只手还不是很容易拿住，是不是不印这么大对不住那么高的定价呢？又不是卖纸。现在的出版社也是，一约出书就十万字起谈——什么破事需要写个十万字呢？我写得也累，人看得也累。估计是出于成本上的考虑。再版书也是一印一巨本，上海译文的《契诃夫全集》居然也只有十本之少。恕我何不食肉糜一下，短篇小说是不是在书籍形制上也契合一下“短篇”的基本特色短、轻、快？动辄皇皇巨著砖厚一本，视觉上就是一顿杀威棒，让人望而却步。对不看书的人而言，对培养阅读习惯不是很有益，对看书的人而言，不好拿啊！

书架上书很多，从屠格涅夫到黄爱东西，从《钱塘旧梦》到格里耶，但时常觉得不知道看哪本好，抓起来这本翻两页，抓起来那本翻两页。总觉得不好看，一是不抓着人往下看，二是不知

道和自己有什么关系。就连郑玉巧的育儿书也都看不下去，养孩子的知识就是临时抱佛脚，感冒了才赶紧翻看相关章节，绝对属于应试教育。电子书也看，豆瓣阅读的账户上下载了不少篇目，大都是些短篇小说，看起来很得心应手，问题是费眼睛。孩子睡了我坐一边陪睡，不能开灯，在昏暗的光线里看四十分钟眼珠就要掉出来了，时间一长觉得头晕脑涨，总之是横竖不得法，找不到一个舒服的姿势来看书。但说一千道一万，还是没有找到想看的那本书。兜兜转转，还是回到曾经读过的老书身上去了，《聊斋》《彷徨》一类。事情是都知道的事情，就是一遍遍地抚摩，觉得好。

突然意识到这几个年的一个变化，不知道怎么解释好。比如看书和看电影，必须要剧透才能动手看。长篇小说，你得告诉我主人公最后死了几个以及怎么死的，电影也请先告诉我基本情节和大结局，否则简直没有兴趣和耐心往下看。好的

解释是对故事和戏剧性丧失了兴趣，糟的解释是对什么都不好奇了。拿一本新书，好比认识一个新人，目前已经完全不耐烦假客气的做作期了，只想快速达到“基本熟悉”的舒适期，一起找点乐子。于是就拿起老书——看过几遍的《贵族之家》，翻了几回的《聊斋》。不知道这是不是生了孩子之后不喜欢突发事件的心态，或者有了年纪，丧失了对未知世界的好奇。

带着孩子去离婚

是这么个事：一位新妈妈要离婚，男方开口要钱，说是“给我一百万我就离”。于是这位妈妈就去凑了一百万，把婚离了，带着孩子过上了

新生活。这个故事是同事告诉我的，看她的意思是很有激赏的意味。可是，我这么转述出来基本上没有任何意义。因为缺乏细节的强力支持，故事就显得简单粗暴，完全掉进女性励志的邪路上去了。

可是，没有人会拿痛苦来励志，因为你一寸煎熬一寸灰的日子，最后励的是别人的志，你被生活敲骨吸髓油炸到七分熟，最后却熬成了别人的心灵鸡汤，这笔账实在不划算。古罗马有本好书叫《论崇高》，其中一个论述真是洞悉人性，大意是说：巍峨的群山、无垠的莽原、阔大的夜空和威风凛凛的猛兽会给人以崇高感，是因为这其中蕴含着带有距离感的危险。“有距离感的危险”，多么精到。在土地上想象深海，在酒店里歌颂英仙座，在安全的旅游车里与猛兽脸对脸，脚上拴着绳子去高空蹦极，在城市里开越野车，在稳定感情关系里和第三个人搞暧昧，这都是犯贱的一种，同样犯贱的大概就是用“别人的悲惨

故事”来励志。可是“贱”就是人性，只存在“有无”，不存在“对错”，就好比无法反对一条河流，赞同一场大雨。

悲惨故事最容易引起共鸣，其方式不是“她好惨”，而是“如果是我我怎么办”——在这个意义上，你就能理解女人爱明星八卦、男人爱政治清谈的心理基础。因为这里面都很容易角色代入，分分钟就从一个无名之辈成为大人物，或面临自己丈夫出轨被爆料，或决定要不要跟美国干一仗。积极的理解当然是：至少人类的同理心和同情心还在，但令人沮丧的是：原来大家和我都一样……

我听到这个百万离婚故事的时候，重点在于一百万，这当然有点跑题，但这个细节能很好地说明几个情况。第一，丈夫没有说要孩子的监护权而要钱，这在围观群众眼里等于坐实了其禽兽本质，但我必须说对妈妈绝对是好事，监护权之争简直是生死之战，凡是用钱能解决的事儿那都

不叫事儿。第二，一百万这个数字之巨，之抢眼，之有整没零，使其恶意、贪婪、无情、无耻、无理取闹的形象跃然纸上。那么，坚决地和这样一个人离婚，追求新生活，就出现了一个英姿飒爽、杀伐决断、昂首阔步的女性形象，让人向往。但里面的悖论显而易见：和这样一个人渣离婚乃是女性不容推辞的义务，有什么好歌颂的呢？她不过是做了应该做的事。真正励志的是和一个体健貌端、爱岗敬业、体贴顾家的男人离婚，只因为对他的爱消失了，而这样的故事无一例外都只能有一个标签，那就是“作”。

但事实是，这个百万离婚故事可能完全是另一种版本：夫妻俩如果身家过五百万呢（这在南方富庶之地恐怕并不困难）？如果妻子有过在先呢？如果丈夫是同性恋呢？如果丈夫提出这种数字只是为了设置离婚障碍挽留婚姻呢？生活千姿百态，根本没有任何范式，之所以敢斩钉截铁，大多因为孤陋寡闻。

这就是马齿徒增之后对人间事越来越闭口不谈的原因。看上去非常像被锤骗过而丧失勇气，事实上却很可能是经历过人事，要么学会了“尊重他人”，要么理解了“关我屁事”，要么干脆是“全是傻瓜懒得理你们”。知道世界上最不需要智商的事情是指点他人，就很难再在其中享受到什么快感。

人近中年，越来越多一拍两散的原夫妻，相顾无言，微博骂千行。所以人近中年，慢慢体会到女朋友的好处。经常看到有人吐槽，说闺蜜和男友干架坚决支持闺蜜。结果，不两天人家破镜重圆，竟发现自己颇不能立足。这就属于想多了。闺蜜和男人的区别在于，闺蜜会“支持”你，男人会“帮助”你，而成年人大多有能力自己作出判断，但身在人世，被支持的感觉很不赖。

作为闺蜜，我经历的一些场合大多数是这样：按照我的标准不至于离的，离了；按照我的

底线必须离的，没离。这一度让我非常错愕，不明白这中间我误解了什么，却错过了一件最重要的事，那就是“她们都比之前愉快”。这种“如果是我我会怎么办”的八卦心态，在现实生活里完全是另一种暴力，对于一个意欲离婚的妈妈，“为了孩子别离了”和“都这样了你怎么还不离”是不同方向、但杀伤力几乎同等的建议。

身为人母，在处理情感危机时，掣肘的因素非常多，虽然这些听起来是陈词滥调，但孩子确实是首要因素。“父母的爱不同”“父亲无法替代”作为句子简直没有任何讨喜之处，但操作起来简直有宇宙真理的意味——这就好比在婚恋阶段说“门当户对”。掰开揉碎了每一句都值得反驳，但作为整体它具有一个稳定持久的形状。而另一方面，恶劣的夫妻关系是孩子成长的头号杀手，就算双方极度克制也无济于事。因为“气氛”无法伪造，而家庭气氛之于孩子，好比空气之于活物。每一个面临困境的人都在寻找一个动

态的平衡，其动机不完全是自私胆怯，而一定是夹杂着将破坏力控制到最小的想法，哪怕需要作出不致伤筋动骨的蜷缩。

陈丹燕有一句名言：“爱之于我，不是肌肤之亲，不是一蔬一饭，它是一种不死的欲望，是我疲惫生活的英雄梦想。”因为是陈丹燕，因为用词之宏大秀丽，因为歌咏爱的政治正确性，因此拥有了非常好看的姿态，适合作为世界观。而至于方法论，我的一位朋友曾经收获过来自别人的政治极度不正确的建议：别离了，好好养孩子，和别人谈恋爱找乐子不挺好？不知道朋友有没有操作，但听到这样一位大无畏、完全不在任何道德框架下的言论，突然让我觉得很愉快，而且有种黑色幽默感。

门前的生活

我所在的小区虽然目前因为城市扩张已经成为亚繁华区，但在五年前我初为房奴时真是偏远，其特点有二，第一是回迁户多，二是外地人多。回迁户和外地人有很明显的区别，这区别只要放弃电梯，从楼梯一走到顶就有体会。

凡是在楼道门口放些大缸、竹笆和长而无当的长梯，把自家门和别人家门堵得暗无天日的，十有八九门里头住的都是回迁户。一夜之间卖地拆房，住进上不着天下不着地的高层小楼，总有些不肯舍弃的老物件和旧习惯，那些缸之阔大，梯子之冗长，大约只有农村生活贮水和修缮屋顶时才用得到，如今挤在逼仄的楼梯里除了吸聚尘埃加速腐朽，看不出来还有其他下场。

而外地人则简洁得多。入室门上不会粘贴一

个颠倒的“福”字，门口有且只有一个单薄的由塑料袋充当的垃圾袋，里面塞着被揉皱了的老坛酸菜牛肉面的紫色包装袋，你甚至可以通过垃圾里的饮料是可口可乐瓶还是啤酒瓶，来分辨门里住着一个几零后。屁股决定脑袋，假如是一位作家或研究社区生态的社会学人士，一定会对垃圾和门口堆放的杂物有持续的热情。但如果身居此处，遇上停电或电梯故障，三不五时就必须要从坛坛罐罐里杀出一条血路，那感觉必然有所不同。

我所住的这栋楼是一梯两户，人口没那么密集。我刚搬来时对门已经入住，假如不是门口定时出现的垃圾袋，简直可以假定对面是一所空宅。大概是上下班时间不同，或是彼此出现在阴错阳差的时空里，在这四五年我几乎没有在电梯里遇到过对门的任何一个人。当然这对于我是乐得自在。

不知是出于怕麻烦、矫情或是人格缺陷，我

很怕近距离的热络，大概是觉得全无隐私又无处可逃。所谓远亲不如近邻，我理解的是远亲的麻烦不如近邻的多。对门小两口没给我找什么麻烦。安静又干净，又和我一样特地保持冷漠，也不敢不知界限地咣咣敲门借个把鸡蛋或者一根葱——这种乡村的或国营单位家属院的生活方式，虽然听上去散发着怀旧的暖光和人情的味道，但我已经不习惯了。习惯这东西又装不来。可是，这种相安无事直到两年前的春天就彻底结束了。

寒假结束我回到青岛，电梯上行到八楼，唰一声门打开，就怀疑是不是摁错楼层了——楼道里满地都是鞋，靠着墙的简易鞋架上也满是鞋。好像邻居一夜之间变成蜈蚣君，没有这么多双大小各异、色彩斑斓的鞋不能出门。两家之间没有多大的空地，鞋架的出现虽然突兀，但也没有特别碍事。我只是下意识觉得如果要把鞋柜放出来，至少请买一个带门的鞋柜遮人耳目。这样把鞋垫都亮出来的做派，和把内裤晾到门前是程度

不同但在一个方向上的不得体。但这事情你又不能咣咣砸门跟他探讨什么叫得体，大体不碍事就行吧。

但事实证明我天真了，鞋柜之后，在电梯到入户门的方寸之地，宛如擅孕的夫人几天不见就生出新货色来。先是几个花盆，而后是几片剩余的地板，几个啤酒瓶，试探性似的星星点点。接着就果断盛大起来，出现了巨大的橱柜、台柜、简易衣架，而后是门板。我似乎还看见过纸箱里栽着几棵葱——长势之喜人让我怀疑之前的小夫妻是不是发达或者颓败了，怎么过上了如此不知节制的日子。我甚至想去敲门找他们谈谈，侃人生谈理想聊哲学吹文艺，而后切入正题：放东西是你的事，但挡着我进出家门了是不是不太好？添堵添堵，大概就是这个来历。

可是我脸皮薄，为这么个不大不小的事登门造访也觉得说不过去，正在我思量怎么解决的时候，就来了一次巧遇。那一天我一开门，正遇上

对面房门内走出来一个盘个高高发髻的大妈，怀抱一个婴儿。霎时间一切都不是问题了。每天跨过各种阻碍开门进屋好像也不再是一个问题，或者成了一个可以理解的问题。

当家里多了一个婴儿的时候，就意味着多了至少三个人：两个老人和一个婴儿。小两口的有效居住面积缩水了一半还多。时间是可以用来替换的，这就是为什么大学的图书馆总有人占座。因为只有在图书馆这样的空间内，时间才能得到保障。而小两口的空间在短时间内被急剧压缩，可想而知也是没有什么时间的，门口堆放的杂物就是两个人在身为父母之后拼命挤压时间的明证。那时候我还未孕，虽然对这些没有确切的理解，但出于基本的同理心也就不做苛求。但内心确实暗暗心惊，大概当父母之后，家门口难免也是这样的骇人景象。

时间一长，从邻居的门口图景就能判断出家庭内部的变化。如果某段时期啤酒瓶堆得高，说

明是爷爷奶奶来带孩子了，爷爷是爱喝酒的。如果某段时间门口突然清减了，但却用泡沫纸箱填土栽上了大葱，就说明爱干净且家在农村的姥姥来了。如果某段时间快递的包装盒数量巨大，证明女主人心情欠佳在购物解压。但男主人是没有痕迹的，男主人在拥挤的生活里一点线索都没有，大概就是早出晚归的常客而已。从门口堆放的玩具也能看出来孩子的成长轨迹，玩具从简单的摇铃到复杂的玩具屋，从小手枪到大型的铺轨火车，大概就是孩子增长增重的间接指标。总而言之，这是一个典型的处在育儿早期的三口之家，其生活形态和模式也别无新意。这种生活对我丝毫没有吸引力，时至今日，我都坚信生活不是必须如此。

正当我们的门口日益杂乱之时，更糟的事发生了——我也生孩子了。人来人往，这是我自己家里状态的基本感受，并不是人多，而是片刻不得安宁。每一个房间都被持续地进出，每一分

钟都被不停地填满，每一个人都有需求，每一个角落都得不到休息：尿湿的裤子，滚落的玩具，药片水杯拖鞋，没有任何东西还在任何原本的地方，同时没有任何事情发生在原本的时间内。早上六点我就洗漱完毕喂奶穿衣做早餐了，晚上九点就躺床上困倦欲死了，午睡变成随机发生的事件。所谓“灵感降临的神秘时刻”也有了具体的形状，那就是孩子睡着的一时三刻，或者能自己玩儿的十五分钟。有那么一刹那，我希望一切都消失，回到寂静的早上、午后、黄昏和深夜。

等有一天我开始狂扔东西时，我意识到自己的时间恐怕是被挤压得太严重了。我收拾衣柜、书架、抽屉、桌面，扔掉了大约五分之一的书，一公斤四毛钱。扔掉了半衣柜的衣服，虽然可以打包伺机捐给某处，但我火急火燎地扔进了楼下垃圾箱。不用的旧卡，不穿的旧鞋，来路不明的废纸，全都扔，好像只有腾出空间来才能获得一点时间。直到我把眼光盯在鞋柜上，才意识到事

情可能有点严重。我在心里说，不行，我不能把鞋柜扔到门口去。一旦开始，这事情就不会有个结束，随之而来的可能是全盘复制对门邻居的模式。虽然那没有什么不好，可是我想我必须在门内把这件事情解决掉。

断舍离。继续扔。扔到能把自己塞进一个小手提箱里，好像才能获得最多的时间和最大的自由。那些说走就走的旅行，大概也得不为物役。我过的算简版生活，可一清理才发现自己光鞋就有二十几双，书至少二百公斤，能为之命名的物件大约有四五百种，而这一数字还在不断膨胀，扔都扔不完。下一世再不为人。

总有那么一瞬间，我觉得我正走在完蛋的道路上。可这感觉还来不及发酵，就又有事件发生，需要我用动词来应对。被驱赶的生活里，只有门口是我能保卫的领地。可是孩子在长大，他正在经历口欲期，抓住什么都要填进嘴巴里去，包括鞋底。他在室内摸爬滚打，地板我恨不得用

水洗一遍。于是我的底线也被冲破了，鞋柜虽然还留在室内，可是鞋已经扔在室外了。出于自尊心，我保证必须是一双而不是整个鞋子家族。可是慢慢的，推车放出去了，不用的纸盒子也放出去了……

目前我们门口的景象蔚为壮观，邻居依然遥遥领先，门口已经出现孩子长大后闲置的各种大型推车、伞车、扭扭车、自行车。我的门前则是适龄的伞车。每次下班回家电梯喇一声从两边撕开，我就想到沈庆在《流浪歌手的情人》里低声吟唱的“我只能给你一间小小的阁楼，一扇朝北的窗，让你望见星斗”。美则美矣，那真是非常适合孕育后代的环境。子君和涓生为了储冬的大白菜和小油鸡还要干一架，可想而知，别拿文艺叫板生活——闲言碎语别叽歪，人人都爱大豪宅。

少女帮

我有一个微信群，规模很小目前就八个人，分别是女科学家、画家、女老板、古典文学女博士、画家的太太、正装白富美、女超人和我。这个微信群叫“少女帮”，进门门槛只有一个就是你得是个妈。本来群里有个爸，但不多久就闪退了，因为我们的话题很快就从育儿跑题到男女关系，到婆媳关系，他估计烦死了。

最新的动态是女超人杀了一只海螺，上来吐槽说：我的天，海螺居然有阴茎！这一事实把我们气死了，大呼恶心，气愤的主要原因还是白富美一语道破：哪怕没有脑子也得有阴茎吗？！只有女科学家很镇定：性分化和性器官是各物种最重要的首先进化的器官，是一切的一切，没这些

恶心的东西就没我们了。女超人问：那能给孩子吃吗？

我最初想要写一写怀孕生子这件事，就是在这个群得到的灵感。我们八个人孩子最大的鑫鑫四岁，最小的李美禾还没出满月，而我和女超人前后脚怀孕，我儿子比她姑娘大三天，女画家金骚美女士的少爷、古典博士的儿子、画家太太的儿子也都前后脚的一般大，所遇到的问题都差不多。我生了孩子，大家就都呼吁：写！不写憋屈死了！于是才有了现在这本书。

我不知道在互联网之前的时代，女性是怎么获取育儿信息的，估计是仰仗书本和老人比较多，尤其是老人。所以我经常可以见到各种牛逼哄哄的婆婆，其基本路数就是刁难月嫂、干涉媳妇和嚷嚷“我儿子早产四斤半我照样养活了”。是啊，养活不是新闻，养死才是牛逼，因为在医院里萍水相逢，这些老人的下文我无法追踪，不知道是不是倒拔垂杨柳似的就把孩子养活了。但

就我个人所见，这么高调的老人多数行动力都欠佳。闲暇时候指点指点媳妇育儿中的不足，提出几点要求，然后就晨练、逛街、打牌、午休，继续按部就班地过日子。而那些兢兢业业带孙子的老人，却面临老办法确实欠妥的问题。所以一个妈，除非把心长横了，这个孩子横竖由老人去，否则怎么也得吸取育儿知识，积累育儿经验。这时候能求助的，就是书本和网络了。

我自己是买了《郑玉巧育儿经》系列，这一套书在孩子三个月内给了我极大的帮助和鼓励。现在则不然，目前是有什么状况第一时间上微信，打开少女帮，跟几个少女喊：出来！有状况！清越说得好，一个闺蜜妈等于十个育儿专家，我们八个人目前还没发现什么解决不了的育儿难题。从李美禾的红屁股，到我儿的突然高热，从春天的感冒到尿布的选择，从尿不湿的使用体验到淘宝信誉卖家，从小偏方到大玩具，简直有求必应。当然了，这些信息和老人、书本和

百度百科提供的大同小异。但是别忘了，新妈妈最大的困扰不是信息缺乏，而是信心、耐心和勇气，而这些东西，除了少女帮谁也提供不了。

我儿出生时有一种现象，就是睡着时下颌和四肢会有间歇性的抽动，小手小脚也会不自主地挥动。你要是听老人的，这就是受惊应该要给孩子喂小药；如果去查百度百科，它就会告诉你是脑瘫需要立刻送去就诊；如果去问社区医生，他们就会告诉你这是缺钙缺锌缺这缺那，给你开一堆药，不买就是后妈；如果查育儿书，它们会告诉你这叫“泛化反应”，很正常，月龄一大自然就消失了。

这时候，你直觉上会相信书本，但由于经验不足和关心则乱，你会想问问其他妈妈，你家孩子是不是也这样。这时候，有这样一个群，里面的姑娘你都熟悉、信任，而且具有相当多的育儿经验和过硬的人品素质，事情就简单了。她们既不像书本知识那么冷冰冰的难以下手，也不像老

人家似的小题大做，而是举重若轻：“正常，我家治信那时候也一样，过几个月就好了，别管他。”那我就可以嗑着瓜子儿吐着皮儿，踏踏实实看我儿有事没事抽两下。

带孩子好比升级打怪，区别是就没个打通关的时候，整天的出幺蛾子只能闯过一关算一关。我儿刚满半岁时，我胆大，五九天带出街闲浪，回来就呛凉风拉肚子。少女们帮着支招吃了益生菌，不料却原因不明地便秘了。这一便秘就是一星期，拉臭臭费力得大口吐奶。孩子哭，我也哭，不明白这是个什么原理。水果也吃，蔬菜也吃，益生菌也吃，便秘就是不见好。几个人凑一起跟福尔摩斯似的排查，很快就排查到奶粉了。可是我没有换奶粉，一直吃德国的喜宝，这就把人难住了，就凑一起继续排查。最后问题还是出在奶粉身上，喜宝奶粉有两个版本，一个是益生菌版本，一个是有机版本。我只不过是换了个版本，我儿就要大牌便秘了，这简直匪夷所思。

但是你看，孩子都是外星球的动物，你根本没法理解他们。这问题不是书本或者老人或者丈夫能帮上的，书本只告诉你换奶粉要注意，但没告诉你同一个品牌的奶粉的不同版本也要注意。老人根本搞不清奶粉是怎么回事，有一次超市大减价，老人家还催我去抢购一下蒙牛伊利。至于丈夫，他白天上班陪孩子时间少，更不可能这么心细敏感，就得妈妈来。这些在今天看来如此常识性的问题，对于新妈妈就是拦路虎。如果不是有她们和我一起排查，问题的解开就需要更长时间。

诸如此类的问题还有很多。书里告诉你，不要排斥纸尿裤，但也得配合尿布，但怎么个配合合法就不说了。书里告诉你辅食添加肉类要5克开始起加，可我的天，5克到底是多少，怎么做？每一个孩子都不一样。我儿子8个月不满就自己摇晃要站，扫堂腿给撂倒都不顶用，坚决不爬了非要站。目前十个月不满已经满地小跑了。我对

着书怎么查怎么不正常，又怕髌骨压力大，又怕腿部压力大，可是人家就是自己要走拦都拦不住。这些问题你拿去问闺蜜，不单是讲解，还有视频教学和相关用品推荐。还会告诉你，放心吧孩子是个活物，他自己有节奏，你别干涉他盯着点别磕碰就行。那我就可以嗑着瓜子儿吐着皮儿，踏踏实实看我儿土行孙似的满地乱窜。

我一点都不怀念前网络时代：怀念纸质书，怀念大家不在微博上骂人，怀念不刷手机踏实看书入睡的夜晚，吃顿不用给菜品拍照的饭，去巴黎喂几只不被直播的鸽子——No, no, no! 如果我没记错，假如前网络时代有什么可怀念的，那就是翻来覆去换电视频道。

网络让人认识了这么多人，有些有用，有些有趣，有些有情有义，而少女帮则是有趣有用更兼有情有义。我儿目前是这样的：穿着科学家儿子的T恤、艺术家儿子的裤子，吃着画家太太的板鸭，屁股抹着白富美的茶油，看着女超人闺女

的视频淌着口水嘎嘎直乐，听古典博士讲杜甫和诗歌的建筑感，好好吃饭，快快长大，十八年后去把女老板的女儿李美禾办了。

鸡汤的反面

我认识一些很妙的朋友，他们的妙处不是去巴黎喂鸽子，去音乐节寻求解放，也不是在大雪山里夜读《聊斋》。她们是带着起床气去赶地铁的人，是加班时骂娘骂到内出血的人，同时还有很多人间烟火事需要和人吐槽。

女一号的丈夫号称加夜班，却给她看见从快捷酒店走出来。女二号不过在网上发个帖子，和人意见不合争持几句，就被封了号。女三号的丈夫在微博上和若干女人聊骚暧昧，她是两边都能

看到，就眼睁睁看着两个人眉来眼去。她们拿这些事来问我对我是一种信任，大概是觉得我人到中年，又生了孩子，早就在腹内修炼出千尺豪宅来，内心强大，姿态潇洒，杀伐决断。所以我不负重望地开口就问：需要我去撕脸吗？

除了这个我还能干啥？摆事实讲道理就无聊了。事实没有比当事人更清楚的了，“当局者迷旁观者清”在家事和感情方面完全站不住脚。人家耳鬓厮磨近身肉搏十几年，只听个三言两语我也开不出药方。讲道理就算了。红尘打滚几十年，谁比谁懂得道理少一点？没有我的大道理，人家也顺风顺水活了三十年。舟行窄处在所难免，此时去兜售我那点可怜的人生道理未免有点欺负人。

如果需要，我可以去骂你的丈夫，让他知道不是因为她是你太太所以你怎么说都是错，是个女人都觉得你这样有问题。我可以组团去骂封你号的破站，我们就仗势欺人了，就拉帮结伙了，

就无理取闹了，怎么着吧？我也可以对着两个微博号天天号丧诅咒两个人被车撞死，而且是互撞而死。只要这些妙人们能舒服哪怕五秒钟。

在这兵荒马乱的世道，我们在不安稳的家庭和不安稳的收入之间战战兢兢地维持着摇摇欲坠的温饱生活。面对这样的人心、这样的中年，还要忍受各种心灵鸡汤的指手画脚。他们说感到不幸福是因为小心眼儿；丈夫招猫逗狗是因为自己不够优秀；婆媳关系有矛盾是因为心胸狭隘；体重减不下来是因为品质有缺陷；累觉不爱其实是心痒难耐。要阳光，要正能量，要把重心放在孩子身上，要修仙，要雅量，要八风不动，要地母气质：遭遇这样的困境，这不正是修仙的好机会吗？

好像日子过得太舒服，鸡汤放馊了好可惜得赶紧拿出来喝两口。所以搞得姐妹们要在心里自我批评：是不是我不够优秀？是不是身材走形样貌衰败？是不是炒饭不够火候？我这样不舒服是

不是因为心眼儿小没雅量？在鸡汤的世界里，连情绪都有对错之分了。感到委屈、屈辱、被伤害、被贬低，是错的，有这个感觉是因为不自信、不强大、没气场、不女王，你想要自信、强大、有气场、女王起来，就必须不能生气——附送一百个大白眼，不谢走好。

你看，生了孩子到了中年，我不但没修成仙，没有因为“岁月的积累”于是“优雅”“豁达”“宽阔”起来，“腹有诗书气自华”起来，相反倒变得更“家庭妇女”了。是的，这就是我的中年，我活到鸡汤的反面去了，既没有雅量也不想讲道理。为什么呢？女一号的丈夫说：“确实在加班，去快捷酒店只是想买包烟，你这小题大做就不讲道理了。”女二号的故事里，那网站说：“女人就是爱拉帮结派互相为难，你们太给女人丢脸了！”女三号的丈夫说：“我们什么都没干，聊个天也不行？你不要无理取闹。”——你看看，道理都在别人手里，你摆什么姿势都是

没道理，除非你悦纳：不仅仅是纳，还要悦。

年轻的时候我很爱讲道理，觉得事情总有个说法，对是对错是错，是误会就澄清，是事实就接受。日子是一个逻辑可解的序列，在这个序列里有可供校正的标准和尺度，按照这个序列的运行模式，彼此可以有效地避免矛盾。你喜欢睡懒觉，早上我就保持安静，你不吃辣我就不点川菜，你低调我就不张扬。不管如何体恤、退让、迁就甚至容忍，它都是一个逻辑可解的过程。可是这件事在婚后，或者孩子出生之后，突然变成了一件奢华的事。孩子几点吃饭，成了一件事关尊严、权力、面子、心理感受、两代感情和往年积怨的事，而唯独不是“孩子几点吃饭”这件事。当你不胜其烦，觉得“算了，返璞归真，少谈些主义多解决些问题”，你会发现对方居然单方面地宣布胜利了，不但欣欣然有喜色，简直要得胜还朝、走马夸官了，那怎么办呢？对不起，战斗模式开启，咱们来掰扯掰扯这里面的道

理……

你要是听鸡汤的话，这种战斗模式一点都不解决问题，不但不解决，还是阻碍。所以不妨大事化小，小事化了，跟家里人没办法讲道理，也不需要讲道理，睁一眼闭一眼才是大境界，中年女人的魅力就在这万事能容上。

可是在实战中你会发现，不喜欢讲道理的，都是那些在“不讲道理”中有益处的人。他们要么能文过饰非蒙混过关，要么能浑水摸鱼拈三搞四，最次也是至少能不烦心。搅浑水无非是因为水清楚了有些丑相无处藏身罢了。而想要讲道理的，都是感到委屈的这一方，这跟境界不境界的一点不挂钩。

有了一点年纪，我很少讲道理。不是因为事情没道理，也不是这道理多复杂，而是你没法跟一个假装佛祖的人讲道理。而最可怕的不是装佛祖，而是真佛祖。李沧东在《密阳》里写了这样

一个故事，说丧夫的女人带着儿子回到家乡，想要重振旗鼓继续生活，却不料儿子被一名熟人绑票并撕票。该女人精神濒临崩溃，于是投入宗教的怀抱，女人听从宗教的训诫努力消弭心中的恨，找到了心中的平静，甚至主动去监狱当面给予杀人犯宽恕和原谅。但是结果太糟糕了，杀人犯也已经皈依了基督教——他早就原谅自己了。

当我们还在舔伤口、努力修复伤痕的时候，给予伤害的人早就原谅自己了，在和平与安宁中抵达他们的“雅量”“宽容”和“中年气度”。其悲剧性不在于人心人性，而在于你不能同时看到硬币的两面。你的痛苦大多数情况下得不到相应的内疚和忏悔，也没人需要你的原谅。在你百般道理劝说自己“放下”“宽恕”“忘记”之时，他们早就快马轻裘纵酒放歌了。劝人不要为情自杀不是因为生之美好，不，活着也没什么特别美好的地方，活着就仅仅是活着而已，而是说想要以死相拼来昭显伤痕，并以此来换取内疚，

根本就是与虎谋皮。但要是装圣母伪修仙，搞一些挥挥衣袖不予计较的姿态，被伤害的尊严，被侮辱的感情，这些烂账又到哪里去算？我也是一蔬一饭好好长大的人，凭什么就由得人作践？所以，还有句话叫前事不忘后事之师。没有什么可原谅的，就带着不原谅活着，恐怕会活得更舒展，何必苦苦相逼，非要自己原谅不可？

人这一辈子最要命的问题，就是活得太长。太长，爱恨就都到不了头。鸡汤们总怕我们心怀仇恨，耽误自己过生活，可是忘掉了这日子长久得我根本没力气把谁当成永远的男一号（我儿除外）。我只是怕我忘了，忘了自己曾经掉过的眼泪、受过的侮辱，反而把它们认作成长的必然代价，用“多难兴邦”似的受虐狂逻辑来感恩。不，不是的。人之所以为人不是用来相互伤害的，在爱里我学会得更多也更深刻。伤害是纯损失，用任何方式、在任何地方都弥补不回来。所以在浩浩荡荡进入中年之后，我突然豁然开朗，

活得舒展得不得了。我再也不会设想见到前男友时，如何穿着真丝衬衣，带着珍珠项链假装仪态万方地问：你还好吗？假如我遇到他们，一定说：哎妈呀大哥，活这么久还不死是在等着得癌症吗？

你是你，我是我

事情是这样的：最近给孩子理发，推子到处突发奇想，就给他脑门顶上留了一道宽约三指的头发，很像个莫西干人。说实话，小朋友在这个阶段多多少少是妈妈的大玩具，你怎么弄他，他也没什么发言权。而且因为胖乎乎的很逗人，留这么道头发我觉得相当可爱，于是就对着他哈哈

大笑，说：“豆子你好可爱啊！”结果这下子不得了，我儿突然就委屈地哭了起来，越哭越伤心，越哭越气结，到了不能和我共处一室的境地，只要眼睛里看到我就欲罢不能地继续哭下去。鉴于小朋友虽然爱哭，可是却很少无理取闹地哭，家里人就都过来询问孩子怎么了。

小朋友对妈妈的依恋是天生的，即便其他人与妈妈付出同等数量和质量的时间和精力来照顾他，他的优先选项依然是妈妈，这大概就叫动物本能。我的儿子在此前的十个月里就是按照动物本能来生存的，饿了就要吃，困了就揉眼睛要睡，有点精力就要抓这个弄那个一刻不停。所以，带孩子虽然体力上辛苦，但是一旦摸到他的节奏就也能应付，而且心不累。他的要求无非就是本能驱使，养他和养一只小狗也没什么区别。

可是这一次不然，他也不饿也不困，也不是想玩，也不是哪里疼，而且指向性很明确，那就是我。按照平时的习惯，洗完澡喝完奶他就应该

滚到我身上，抱着我的大腿吧唧着小嘴心满意足地睡觉了。别人来哄睡还不行，他不干，得嗷嗷直哭。可是这一晚不一样，他飞快地爬离我，不肯让我靠近他，别人抱着就和缓下来，我一伸手作势要抱，就哭得上气不接下气。说实话，这是相当恼人的，而且莫名其妙。

我赶紧登录微信群少女帮求助，她们一听就清风明月地异口同声：“你嘲笑别人了呗，伤了人家自尊心还不许人家生气啊？”我就说：“自尊心？！他才十个月好不好！”大家就又异口同声地说：“十个月怎么了，十个月不是人啊？”

承认他是个人，对我来说还挺困难的。因为这意味着，在本能之上他有了人的情感和逻辑，有了更为复杂的属性。最重要的，也最让我怅然的是，他是他自己了。也就是说，他不是我了。而在这之前我一直有个错觉，那就是他是我。我给他吃喝睡玩他都照单全收，我的意志就是他的意志，这让我感觉对他有完全的控制力。而现在

不是，我突然意识到，这个小东西是一个独立的人，有自己的情感感受（你嘲笑我），自由意志（我不喜欢），有自己的逻辑判断（你嘲笑我所以我不喜欢你），还能做出相当的反应（嘤嘤嘤嘤）。这些话没有当过妈妈的人看起来会觉得非常疯狂：他当然是一个人！他当然不是你！他当然有自己的意识！可是你也知道，带孩子久了，人会有斯德哥尔摩症候群，会因为距离的拉近和熟悉而忘记了一些基本事实。

在这方面我非常佩服那些自我意识时时刻刻都非常明确的人。那些从来不让丈夫看见素颜的日本太太，二十年如一日和同事保持距离的上班族，或者那些网掐而后继续面掐的网友。我是个糊涂的人，经常是见面三分情，处得久了总有点亲近感，这种亲近感会让人模糊是非对错，或者模糊了彼此的界限。在我儿身上就是一个好例子，我都忘了他已经十个月了，会满地跑，会咿咿呀呀地自说自话。当然地，他为什么不可能拥

有自我意识呢？

妈妈对孩子必须有情感控制力，这对于孩子下一步的教育至关重要。当然这也分两方面说。好的方面，比如自从这个熊孩子长出上下牙之后，他就开始咬东西，从电线到小桌板简直无所不咬（就是不咬牙咬胶）。进而开始咬人，先开始是咬我，后来开始咬我之外的人。翻翻书就知道，咬人是这个月龄的孩子的基本行为模式，你不能拿大人的逻辑去揣测他心怀恶意。但不心怀恶意不代表可以放任不管，而是要矫正。矫正的方式就是要拉下脸告诫他：不许咬人，别人会疼，再咬妈妈生气了。

这里头有几个要点：你不该做什么（不许咬人），为什么不能这么做（人家会疼），以及后果（妈妈生气了）。但是讲真话，他根本不懂你在说什么，他没有这么强大的逻辑能力。所以另外一个要点是，你得拉下脸来。如前所说，小朋友自带探测器，他捕捉气氛的能力比我们大人强

得多。你要是和颜悦色笑眯眯地跟他说上面那段话，压根儿就起不到校正行为的作用，他还会笑嘻嘻地继续咬。有些人就会觉得：老娘我当妈也算仁至义尽，你怎么这么不听话？可是，小朋友都是外星人，他是用完全不同的频道在感知世界。

关于上面这个方法，我先开始最不理解的是“妈妈生气了”这一句有什么作用，后来看书才知道，妈妈对孩子的情感控制力是教育的基础。他对你有情感上的依赖，你生气对他是一件很严重的事情。由此，他就会按照你的要求去改正行为，比如不能咬人、不能打人。这都是正面的例子，负面的例子那就更多了。父母会利用对孩子的情感控制力操控甚至摆布孩子。比如父母会在不睦中控制孩子站队，干涉孩子的自由选择，再比如在求学、恋爱和各种重大选择中插上一脚。

我当教师这些年，接触过不少处在成年和未

成年之间的学生，在他们身上我能看出来父母斧凿雕磨的痕迹。大学生活只是丰富了人格，而很少能再造人格。这些学生在入校之前，其性格和习惯已经在原生家庭里塑造完毕，人格已经基本凝定，学校教育很少能再起什么本质的作用。每每看到负面的例子，我就心惊胆战，怀疑自己做母亲的权利和能力。其中最担心的一条，就是分不清监护和控制的差别，分不清爱和情感放债的界限。

小朋友越来越大，名堂越来越多，爱吃菠萝，不爱吃芒果、苹果和梨，每天早上十点自己就抓起外衣，走到门口啪啪拍门要出去，看大人吃东西就必须雁过拔毛小爷也得来一口，穿双袜子就给撤掉，带个帽子也不情不愿，以前吃菜利落得很，现在有点菜丝没切碎就唏唏嘘嘘吐舌头，非给吐出来。最搞笑的是以前什么东西递嘴边就吃，现在不，还非得捏捏看、闻闻看、想想看，再小心翼翼舔一下，试探试探——我是你亲

妈你还怕我下药害你啊混蛋！

我去少女帮一问，大家都哀痛地表示：自求多福吧苏美酱，更艰苦的日子到来了。从今往后，你就不只是出力气这么简单了，你得和这个孩子斗智斗勇。他的确是一个人了。而和人打交道可谓是这个星球上最困难的任务。而他还这么小，你既不能说服他，也不能打服他，又不能一刀两断，又不能一拍两散。生一个孩子在世上，就是把自己最疼的地方拱手交出去，这个世界有无数种手段来利用他伤害你。生一个孩子，就是掉进一个坑里，捡到一本武林秘籍，一旦开练你就得一直练下去，没日没夜，没结没完，还分分钟走火入魔。这只外星小怪物会慢慢长大，学会各种新技能来挑战你的极限。你的人生开始了一个漫长的主题，就是和这个小东西相爱相杀。

我错过了自己的婴儿时代，不知道自我意识萌发对自己的影响，但是我现在确切地感觉到作为妈妈有一种又失落又渺然的感觉。这个小朋友

到底是个住客，等养成年了，上大学泡姑娘看世界，他就彻底是他自己了，而希望那时候我还是我自己。我再去养条狗。

妈妈的一座城

我有一些琐碎的想法，经常和我儿子说。虽然他才十个月不会说话，也未必听得懂我在说什么，但是我觉得这样好极了，他就像一个树洞一样为我保存我的秘密。这个世界上，只有我和他知道这样的秘密。哪一天我死掉了，他把我埋了或者烧了，会突然想起来：哎呀，我妈曾经给我说起过一个秘密呀，现在，只有我一个人知道啦！他的孩子会问他：“爸爸，奶奶有什么秘

密？”他就很骄傲地说：“我不告诉你。”而這些秘密里，一定有一个是关于新疆，关于乌鲁木齐。

我的儿子没有去过乌鲁木齐，对这座他妈妈曾经居住过的城市会很陌生。有人曾经将各大省会城市比作一个班级，北京是话癆班长，成都是傲嬌班花，上海是学习委员，济南是劳动委员。那在我的印象里，乌鲁木齐就是一个火星来的星际交换生，他个子高，体育好，长相特殊，上课心不在焉，不太懂地球文，不太爱说话，因此显得有点神秘。男生有点怕他，可又觉得他很酷，很想跟他称兄道弟；女生有点爱他，可又摸不准他的脉搏。

其实乌鲁木齐到底是个地球孩子，没那么复杂，只不过他是一座纯野生的城市，这种野生里带着原始的粗粲，也带着洪荒时代的野蛮。保留着自然赋予的勇力和欲力，带着猎奇眼光的远观，怀着回归心态的投奔，都会遭遇意想不到的

挫折——它不在你的设想之内。在小桥流水和春风细雨中熏陶出来的一颗心，是没办法理解这样一座在沙漠、戈壁、高原和大雪山之间拔地而起的大城，就像添香的红袖怎能理解一名奔啸的马贼。

我一个上海朋友初到乌鲁木齐，听从当地人的指点去了华灯初上的二道桥。彼时花好月圆，明月清风，他千山万水地给我发来短信，只有一句话：哎呀呀你们新疆人切肉都用斧子的呀！一个上海男人站在月光下的乌鲁木齐街头，圆瞪双眼、绞着细长白皙的手指，眼睁睁看着我的维吾尔族弟兄用板斧砍下半扇羊排，扔上秤盘，扔下汤锅，再大碗大勺地把煮好的羊汤扔到高桌上，再不知从哪里扔过来两根卫生状况殊为可疑的筷子。

他的惊异和疑惧我完全可以想象。乌鲁木齐不适合文明人，不适合随身携带消毒纸巾和洗手液的人，不适合那些习惯用百度地图而不是开口

问路的人，不适合将收入和家庭状况视为隐私的人，不适合登门拜访必须事先预约的人，不适合将人群、房子、车子划分为三六九等的人，不适合情感细腻、纤细易损的人，不适合在路灯下淌泪、求爱、求关怀、求领回的人。

只要想想这是怎么样的一座城就好了：在广袤无垠的沙漠和戈壁滩之间，偶然有一点点水源，于是人们逐水而居，渐渐聚居在一处。西去东来的客商驼队在此处停了又走，寒冬雪暮，日头掉下更远的西面。各路驼队围坐一处，钻进潦草搭建的帐篷里，讨一碗热奶茶喝，各自掏出腰刀分一分贫瘠的羊腿肉。身上暖和过来，就天遥地远地闲谈打发这荒芜星空下的孤独夜晚。哪里有“绿蚁新醅酒，红泥小火炉”的情致呢？没人招呼，没人应酬，没人客套，没人讨好任何人，也没人对你的那点小情小绪负责。

你就得自己冲着火光走过去，坐下来，有吃就吃，有喝就喝，心中有块垒自己去解决。狂歌

也好，痛哭也好，寻衅斗殴也好，默不做声也好，睡姑娘也好，砸东西也好，都请君自便。但不要指望谁来和你推心置腹，聆听、分析、推理、开导，陪你一同落泪，最后再给你一个温暖的熊抱——不，不要指望乌鲁木齐是这样一个文明、体贴、暖亮却娘娘腔的城市。

这是一座用斧子砍羊肉、用公斤做买卖、用板车卖甜点、用指头粗的红柳棍子烤羊肉串、用茶杯喝白酒、用小钢盆而不是瓷碗盛拉面、五一下暴雪十一继续下暴雪的城市。你不能指望它轻歌曼舞、软语温存、款款而行，它就是这样一个带着速度、重量、体积和高能量的城市。它不知道什么叫适可而止，什么叫中庸之道，不知道什么叫睁一眼闭一眼，也不知道什么叫和稀泥。它是一个伤心了就吃、痛苦了就喝、郁闷了就唱歌、无聊了就痛打一架或者狠爱一场的城市，你要么留下，要么离开。

文明人有文明人的好处，有距离，有分寸，

有节制，有自持，三省吾身，克己复礼，富贵终老。可这一切在乌鲁木齐不成立，那在很大程度上等同于故步自封、画地为牢，并因此显得做作不自然。男儿流血不流泪，女子无才便是德——这些莫名其妙的束缚在这大荒之地简直比大海还遥远，比鲸鱼还不可理喻。它要你活得自然，生于斯，长于斯，歌哭于斯。所以当心高气傲的玉娇龙遇到半天云罗小虎时，一颗被束缚的心终于解开。这个马贼头子真是从骨头里懂得她的，于是对她说：跟我回新疆吧，回去你就舒展了。是啊，就是“舒展”这个词。千回百转、进退有度、压抑克制的俞秀莲是中原的女儿，而生来自由的玉娇龙命里注定要一骑绝尘，打马入天山。

我的儿子也会很难理解，为什么在乌鲁木齐醒来是一件很奇妙的事。因为地理位置靠西，太阳升起得晚，整个城市也就启动得非常缓慢，好像不疾不徐等着一城的人睡到自然醒，才慢慢地有些市声。然后一章一节、一摇一摆地逐渐铺排

开来。而内地城市一大早就充满喧嚣和嘈杂，跳广场舞的，赶早市的，追公交赶地铁的，早高峰大堵车的，舞剑咳嗽骂娘吊嗓子讲电话，密不透风的高浓度好像一盆子鸡血劈面泼过来，把梦醒时分那点缱绻温柔的情绪呛得灰飞烟灭。

在内地城市醒来，醒得鸡零狗碎的，昨天的遗憾、今天的焦虑和明天的欲望就坐在床边眼睁睁地等着你醒过来。醒在乌鲁木齐就是醒在一笔勾销里，醒在一刀两断里。昨天喝的酒昨天呕的气，像是被这荒漠绿洲高深阔大的夜空中清凉、迅疾而久远的风吹走了，消失了，也没有溽热温湿凝滞的空气可供残留的余绪继续发酵出无谓的情节。那么，就算了吧，就这样吧。你会遇到新的人，和他们有新的故事。

“不要问我从哪里来，我的故乡在远方”，这首曾经红极一时的流行歌所描述的是一场流浪。如果这是流浪者的自述，那么新疆人的生活就是一场流浪。除了生长于斯的维吾尔族兄弟，

街上出现的大部分面孔都是流浪者。他们的各色证件上都标明了远在中原的故乡。可是如果你初入新疆，想要在这里呼朋引伴，那么找老乡真是一个很糟的办法。这是一个移民城市，每一个人都是异乡人。而且大多数汉族人都是二代移民，他们对证件上的家乡毫无概念，也没有真正的情感联系，于是维系彼此之间的纽带就是两个字——“朋友”。

乌鲁木齐就是这样一个被“朋友”二字黏合在一起的城市。在内地，你要是指称一个人，会有很多坐标：同学、邻居、亲戚、客户、老板、同事等等，而在乌鲁木齐则一概称呼为“朋友”。饭局上来的新面孔，一定是谁的“朋友”，三杯两盏下肚，大家就都成了“朋友”，请你白吃白喝你要是客套，就是不够“朋友”，要你帮忙你推三阻四，人家也当面诘问你是不是“朋友”——可这小磕小碰不影响大家继续是“朋友”。朋友的朋友也是朋友。就这样，乌

鲁木齐的交际圈不是以宗族血统为核心，也不是以地域出身为纽带，而是拉骆驼似的，一串串的朋友就能成事。逢年过节，回内地老家的是少数，留在乌鲁木齐呼朋唤友的倒更多。

而这些朋友们又在不停流动，为了孩子上学、老人养老东迁内地的，为了创业、为了冒险而深入新疆的。乌鲁木齐的人口不断在流动，很少会有内地那种在某一城扎根一生的情况。朋友们动如参商，因此不断迎来送往，这在乌鲁木齐司空见惯。所以总有新朋友来，这些新朋友们又带着自己的脾性，在乌鲁木齐这个远离大海和中原文明的城市雄心勃勃地沉沉浮浮。

每天都有新故事：新的成功与失败，新的恋爱和失恋，新的奇遇和陷阱，新的奇闻新的传说，然后又是新的抵达和离开。它不像内地的城市，二十年前的旧人旧事一百年之后依然存在，人不过是按部就班地老下去，孩子按部就班地长起来。其中当然有八风不动的稳定感和恒久感，

可总难免有压抑、拘谨和别无可恋的委顿。在乌鲁木齐，人总是老不下去，疲顿不下去。这些一夕即散的哀愁，熙来攘往的朋友们，让人活得长天阔日、裘马轻肥，早上从从容容地醒过来，整顿衣帽，去日光之下经历那些五光十色的新鲜事。

乌鲁木齐的异域风情包含一种危险的吸引力，那些穷街陋巷、高门阔户，那些无处不在的符号，色彩斑斓的衣帽珠宝，那些长日的诵经声，虔诚的祷告，热气腾腾的抓饭，尖声叫喊的烤羊肉串，金光灿灿的馕和烤包子，火辣油亮的大盘鸡，冒着膻气的奶茶，红色的辣椒绿色的辣椒紫色的洋葱飞快旋转的姑娘们的长辫子和裙摆，甜的发齁的水果干果坚果……而在这之外，更广大的地方，则是寂静无人的雪山、冰河和戈壁滩，以及穿梭其间的、从高山上吹来的更为寂静的长风。

而这一切我的儿子和孙子们不会再得知了，

他们也许会出于旅游的热情去新疆探访一番，惊异于瓜果的便宜和风景的壮美，可是他们不会再栖身其间，和一座城休戚与共。他们会感叹它的落后、贫困、粗犷，会拿着消毒纸巾这里擦那里擦，会在新鲜劲儿过去之后抱怨：只有大天大地好生无聊。当车子划过无尽的大漠时，他们只会低着头打游戏，玩手机。或者到那时候，手机都消失了，他们眼睛上只有谷歌眼镜，在那里，世界更精彩。

两代人的饭桌

锃亮的铜壶闪耀着烫手的光芒，火在炉膛里，香气直冲鼻腔，茶的浓郁混合着奶的浓郁把

人的心敲得叮当响。茶壶盖噗噗跳动时，我爸就提着铜壶把手，把煮好的奶茶从火上拎开，放在桌上垫着的抹布上。那时候我们还没有今天这么精致而琐屑的生活，热茶上桌也没有杯垫或者隔热垫，只有干净而且干燥的抹布以供使用。片刻的冷却后，奶茶被打开，我爸指头捻些盐粒洒进壶口，再盖上壶盖，像摇晃一个宝瓶似的摇晃几下，就把妙不可言的奶茶倒进我们的瓷碗中：“好啦！喝吧！”

我爸伸手在大盘子里拿起一只馕，用力从中间扯开，将圆圆的馕扯成几牙儿，分给我们：“好啦！吃吧！”

我们就着浓郁火热的奶茶，吃着刷着羊油、嵌着洋葱粒和芝麻的馕，开始了慢慢长大的一整天。

这是关于我爸我为数不多的几段安宁的回忆。我之所以不用“温馨”或“安静”，是因为

记忆虽然极不可靠，事件经常被删减、筛选，但那气氛是无法伪造的，它肯定不是温馨或者安静的。事实上，我家的饭桌上从来安静不了，不是我爸褒贬菜色，就是挑剔子女们的吃相难看，再加上我妈对他的反驳，哄着我们多吃两口蔬菜。再不就是，谁起身取一柄勺子，谁呼喊着重道带来几瓣蒜，谁让谁递过来烟灰缸要吐一吐花椒粒，谁的汤匙叮当敲着碗边又被我爸训斥，总是这琐琐屑屑的动静和习以为常的训斥。但只有在早餐时，气氛完全不一样，没人挑剔什么，没人忙活什么，也没什么需要反驳和训斥。大家都很放松，垂手垂脚等着我爸分完奶茶和馕，所有人就都安安宁宁吃起来。

三十年过去了，我爸依旧保留着给大家分饭的习惯，虽然在我妈看来这既不卫生也略显父权。我爸已经老了，看谁不顺眼也不太说话，可能是示弱了，可能是绝望了，也可能是宽容而后彻底看开了，或者是体力精力跟不上懒得操心

了。子女的事除非涉及他，他很少评断。五六个人围一桌吃饭倒很安静，少有人说点什么。偶然谁提起什么话头，也是三言五句就收官了，急着吃完喂孩子的，赶着看韩剧去的，边吃边刷手机的，惦记吃完晚上还有聚会的……最吵闹的就是电视机和小朋友，一桌子菜倒也被吃得精光。

相反，却是有奶茶和馕的早餐时光颇有生机，睡眠充足，一早上也没有什么社交安排，饭桌上倒也是安安宁宁。老两口就着眼前之物回想起当年在新疆的日子，又感慨又悲叹。子女们“嗯嗯啊啊”地敷衍着，突然也就想起小时候在喀什和乌鲁木齐的一些趣事，向父母打听儿时玩伴的下落。活泛的女婿们借机给老泰山抬抬轿子，惊异于新疆的壮美与艰苦。而孩子们只觉得好奇：“为什么奶茶是咸的啊？我要喝甜的！而且为什么里面没有珍珠？”

喝着热腾腾的奶茶，吃着馕，我爸会说：“吃吧！喝吧！”我们也就安安宁宁地边吃

边聊。可是这样的机会都很少了，子女们早都四散而去，一年难得回家几次。而且，我们全家早已搬离新疆，在东部地区定居。这里既没有好牛奶，也没有足够糙的砖茶，更没有像样一点的馕，我爸所能力保的恐怕也就是这分分食物的传统了。

二十世纪六十年代，我的父母出于不可细考的原因各自西进新疆，后来相遇结婚，生下了我，所以我是标准的疆二代。而后又因为各种复杂却不难理解的原因，父母开始想尽办法让我离开新疆，这也是典型疆二代的际遇。作为疆二代，我会面临很多奇妙的问题，比如我的身份证在出入海关时总有奇遇，比如被问“切糕你吃过没有”，比如本着开锁找贼的逻辑向我咨询如何防小偷。假如有足够的幽默感，我甚至可以调戏他们一下，因为这对我不是困扰。我离开新疆后，最大困扰是：早饭吃点啥呢？

不管是当妈妈前，还是当妈妈后，都觉得早

饭最不好伺候。大睡等于小死，初醒的朦胧裹挟着“白死一回，我怎么依然是我”的起床气，让人食欲寥寥。早饭也最不好铺排。据说，早餐应该吃得像个皇帝，但除非鸡鸣即起，到底难免到车站来一套煎饼。慢说像皇帝，不像翻垃圾箱又被追打的野狗就算好了。在我还笃信心灵鸡汤，并践行女性励志法则的年轻时代，曾经辗转在油条豆浆和面包黄油色拉之间，想要在早餐里寻求自信、自尊、自强的鸡血蓬勃感和确定无疑的归属感。但结果令人沮丧。你的胃才是你的经纬度和归属感：虚假繁荣的油条，居心叵测的色拉酱，无聊寡淡的稀饭，过度膨胀的面包——相顾无言唯有烦满腔。据说内急之际选书，可以一窥潜意识内对书籍的偏好，那么初醒之时和食物的关系也可以这么描述。睁眼喝不上一口奶茶，吃不上一口馕，简直觉得生无可恋。

我的故乡是新疆喀什，1991年我离开喀什北上乌鲁木齐，1994年东进西安，而后一路颠倒，

最终定居青岛，再没回过新疆。从地图上看，喀什和青岛的距离就是整个国土的纵深。从沙漠游荡到大海边，相隔了二十年和一万里。二十年完全有资格被描述为“斗转星移”，可惜我不识星象，对其移动方式缺乏认识。但二十年前某个夏天的夜晚，我似乎确实立在自家小院，透过葡萄架见过那里来的一天星斗。

这些星斗照耀过无数活过然后死去的人，它们在某个夜晚扑进我的眼眸中，也是完全有可能的。甚至也很有可能，它们此刻正在践行科学法则，探照灯似的旋转过二十年，正照耀在青岛我居住的小区里，连同那些瘦骨嶙峋的树、门前的垃圾站，以及小超市门前的象棋摊。一万里的距离最终的结果就是，我找不到哪里有卖馕的。青岛作为滨海殖民地，不唯“阔”而且“洋”，满街的西点屋星罗棋布，甜腻之处难与君说。好容易在一处土里土气的大集市找到一家烤馕店，不久也就人去馕不见，令人扼腕。

有了年纪，有了孩子，就爱下厨房倒腾点吃的。糊弄外人，这叫“热爱生活，关爱家人”，编一副正能量女性的幌子。其实，这幅大斗篷里藏着的不过是那么点小心思：岂能万事如意，但求吃口好的。从前以为能掌握命运，征服自然，超越自己，而今人生过半，狂心早歇：得啦快别一惊一乍啦，连自己家里的几十平米都征服不了掌握不了，不如倒腾点好吃的，激发一些稍纵即逝的幸福感也是好的。更兼有了孩子，总是不放心外头的吃食，不干不净的怕加了什么不合适的添加剂，就索性自己动手做起来。一来热腾腾的有个家的样子，二来小朋友其实非常喜欢凑热闹，对他们来说家务活和有趣挂钩，和累不怎么沾边。

风吹一棵树，二十年树也歪了，一股长风，吹一万里也消散了。我离开新疆这么多年，别说破烂家什，就是语言、记忆和亲人都走一路丢一路。假如我今天还能说自己是新疆人，还能不心

虚，那就是我还能做三两道新疆菜。遇到重大节庆，羊肉是一定要的，大盘鸡是老少咸宜的，拉条子因为费时费工尤其能显示待客的诚意。可是早餐，我始终解决不了，奶茶我可以自己煮，就算是茶不对劲奶不是味，多少有几分相似，可以用来解解乡愁。但打馕是个技术活，还是个土豪活儿。因为它不是在锅里倒腾出来的，你得先打出来一座馕坑才能在里面捣鼓些名堂。你想想“坑”这个物件有多大体量，我小小的厨房怎么敢奢望？

经常遭遇这样的说法，即：网络开启了全民非理性时代。大概是一旦出现公众话题，开放的网络讨论就让人瞠目结舌、眼界大开。这些公众话题中既涉及高官落马、对敌一战等要求相关知识才能参与讨论的事件，也不乏明星绯闻和当街便溺这类参与门槛不高的故事。百态人间，世情温良，大概都在排山倒海般的评论里一页页被刷个明白。但我不得不说，我见过波及面最大、参

与人数最多、持续时间最广且绝无定论的话题，那就是关于吃。

豆腐脑是甜是咸？粽子里该不该有肉？五仁月饼是不是欺师灭祖？这些话题都曾掀起过欢乐的吐槽大赛，其基本阵营大致是南北为界。南方人和北方人对待食物的态度和方法迥然不同，但到底也是各有滋味。而我竟然无法参与任何一方，因为我是西方人。作为一个西方人我的疑问一直是：“奶茶是甜的，你们不觉得有问题啊？！”也有人问我，为什么不用烤箱烤饅。我只好这么回答：“这就和你们身在美国用烤箱烤红薯是一个方向上的悲鸣。”乡愁是愁，跟饿不饿的关系不太大。也有人更异想天开，说：“你去买个比萨，把上面零七八碎的东西去了，底下那个不就是饅？”这都把我逗乐了。

乡愁不是病，而是病症。它夹杂着太多不足为外人道的心思。异乡人，漂泊感，不安全感，无归属感，这都是虚无缥缈因此不得不精炼的，

因其精炼所以难免抽象，又因其抽象必定大而无当的概念。丢了魂儿的人在哪儿都是异乡人，去哪儿都是漂泊，离家在外，百般不适，过年真回趟家，恐怕也是度日如年，看什么都是恍如隔世，和谁都是格格不入，生出很多“相见不如怀念”的狠心思。

但故乡的吃食却始终可感，既朴素，又热腾腾的透着暖和劲儿。在那些“怎么都不对”的日子里，像一个大大拥抱，让你感觉一切都还没那么糟，吃饱喝好睡一觉起来，原来也处处绿杨堪系马，家家有路到长安。在这些间隙，看看我的儿子，他出生在海边，出生证上的籍贯是他从来没去过的南国。靠山吃山，靠海吃海，我厨房里的菜色也日渐从牛羊肉换成了鱼虾蟹，关于新疆，关于他妈妈的过去，他是一无所知了。

两个妈妈的七年

我和阿朱第一次见面是在宿舍走廊里。我们同一年进校工作，教工宿舍分在隔壁屋。我在走廊里搬行李，她从身后跟我打招呼，问我需不需要帮忙。虽然楼道里非常昏暗，一袭绿色的身影夹带着清淡的香水味还是给我留下深刻的印象，以至于时间过去了七年，我还记忆犹新。

假如让我来形容，阿朱一直是青草的淡绿色，新鲜、宁静又蓬蓬松松的，充满生命力，居住在阴暗潮湿、蟑螂密布的单身宿舍里很不相宜。因为她的友好和平和，我们很快交上了朋友，这也让我单调的生活多了些许色彩。

那时候，我已经结婚，过着类似两地分居的双城生活，除了和先生打电话上上网，并没有什么有趣的方式打发闲暇时光。而阿朱还单身，

也没有找到心仪的男友，所以我们两个人在一起打发了很多百无聊赖的日子：逛夜市，下馆子，逛街，买来各种小玩意儿装点那不足十平米的小宿舍。

像很多家世好、工作稳定、相貌姣好的姑娘一样，她很快就开始了相亲生涯。恕我直言，虽然她倍感折磨，但我还是挺乐在其中的，因为她每次相亲回来就会跟我吐槽遇到的各种奇葩，比如在肯德基里点个圣代冰激凌就算见面的；比如人虽好但个子太矮的；比如人高钱多车靓但却傲慢到不可一世的；比如人帅气性子好家世好懂浪漫，大半夜带她去看大海，但很快就杳无音信的——我们在一起讨论的结果是此男是个巨蟹座，谈恋爱完全是在炫技，热活劲儿一过就熄火。

当然也会屡出奇兵，比如有一个男性天赋异禀，天生长着黑眼线（我非常想认识该名男性）；有一位仁兄坐下时将双腿分开得如此之大，像一个横向的一字马，妇科医生完全可以直

接在那里干点什么。再比如另外一名之所以不入阿朱的法眼，只是因为他打开一次性餐具的方式不对：据说当时他拿筷子用力戳开外膜包装，发出巨大的“嘭”的一声响。

那时候我认为阿朱言过其实了，一根筷子和一张塑料膜而已，能有多“巨大”的声响？直到有一天，我的先生也这么来了一下，我才意识到那声响有多大。尤其是在自己的耳朵里，那种认为“这很不得体”的挑剔感似乎又将之放大，像是麦克风发出尖利的嚣叫让人脑仁儿发疼。两地分居的日子不好过，情感空白兼交流不畅，我也常常坐在阿朱的椅子上吐吐槽，这大概就是女朋友的功能吧。

等到阿朱开始恋爱生涯，我们相聚的时间就少了。她认认真真地谈恋爱，和对方做饭遛狗逛街吃饭。为了打发无聊的时光，我开始断断续续地写文章。那一段时光对我们来说并不容易，她的男朋友们总有各种不如意，要么是年纪过大，

要么是脾气过大，要么是房子不够大，左右不合适。而我是长篇写不动，短篇写不好，不长不短的文章则显得不三不四的，文学杂志嫌太通俗，通俗杂志嫌不励志，微博嫌长，博客嫌短。总之，完全成了自娱自乐，写了将近十万字完全没有得到什么好处。唯一的作用大概是，我因此认识了几个网友。虽然没有见过血肉之躯，也缺乏情感上的牢固联系，但还是很很好的陪伴——特别是考虑到没有现实交往的诸多顾虑和牵绊。

如果不是网络时代，很难想象我这样疏于社会交往的人如何解决孤独这件事，而孤独恐怕又是两地分居人士需要面临的最大问题。

阿朱的房间有一张椅子非常好坐。它本质上是一张没有扶手的办公椅，可以旋转，我经常稳坐其上朝某个方向一使劲儿，整个人就开始全角度旋转，自己就是一匹旋转木马。阿朱就坐在对面的床上，跟我说点什么，或者我跟她说点什么，大多数都和男人有关。很难想象我们谈了那

么多关于男人的话题，或者说我们的话题全部关于男人，男人的喜好、脾性、行为模式、思维模式、穿着打扮、优缺点、好坏处，完全是一本活生生的《欲望都市》的二人版（那时刚好是该剧的热播年代）。

现在想想真是匪夷所思，我们花了时间精力琢磨和探讨了男人那么多年，说了几车皮的废话，都没有时间教给我们的多。那时候大概是心太热切，用力过猛，因为要琢磨男人而忘了享受男人，因为要研究生活而忘了去生活。这其中的弯路布满眼泪、烦恼、不安和焦虑。当我坐在椅子上旋转时，斗室中的一切在眼前飞快地旋转，有种时间加速运行的眩晕。而停下来时，却发现一切都还在原处，眼前的日子还要一天天地过，麻烦、问题和困难都还在此地，对明天的指望还在前方。

我们的宿舍都靠北，虽然离大海仅有一条马路之隔，但阳光、沙滩和大海都在另一面，我们

的窗外除了一片草坪之外就是其他人的窗口。这片草坪看上去宁静怡人，但实际上却非常热闹，总有人站在其上打电话、吵架、弹吉他唱歌或痛哭流涕。夏日的黄昏，炎热散去，晚风从南面送来海洋的气息。我就静静躺在床上享受那片刻的寂静，听窗外草坪上有人低低絮语，谈论着爱或不爱的问题。有时候风吹起来，微微掀动门帘，似是故人来。而大多数时候，四周静悄悄的，只有楼下新出生的小猫长大了，蹑着软垫子的小脚轻声细气地在翻我的垃圾筐。

冬天就难过一点了。北风夹杂着大雪将天地裹成黑白色，朝北的窗下人迹无踪，草坪已经枯萎，曾经晾晒着花花绿绿床单的晾衣绳也在北风中细细地尖声叫喊。我在这冰天雪地里感冒发烧，阿朱就会带着退烧药来看我，安慰几句就各自睡下。我知道她有她的不如意，和男友的，因为男友和家人的，这都是女孩们必经的过程。可是人生只有一次，二手经验只能借鉴而不能照

搬。所有不快和焦灼都只有交给时间去解决。除了和她说说话，我能做的也非常少。

等到我和她去试婚纱时，看起来像是尘埃落定。她既没有选最爱自己的，也没有选最有钱的，也没有选最顺眼的，大概是选了一切都刚刚好的。什么都不缺，爱和被爱都不缺，稳定的生活不缺，温和的性情不缺，一切完美得好像衬得起她草绿色的青春时代。大约好的东西也需要等待，你不可能绕开之前的垃圾时间直接快进到这一帧，而是要慢慢找——或者连找也说不上，只是在那里慢慢等，遇到了就是遇到了。

阿朱穿上婚纱的情景非常感人，你可以想象一间拥挤、封闭、人头攒动的小店里挤满了各种准新娘。每个人都希望自己是独一无二的，都希望自己在那个时刻大放光彩，而她们的选择却只是千篇一律、全无特色的白色婚纱。我在巨大的蓬蓬裙里走了一圈就头晕脑涨。对我来说，那些婚纱很像抱蛋母鸡的标准装束，唯一的优点是可

以在大宴会上把银烛台塞在胯下偷走而不被抓住。

是的，即便我已经结婚了，可我还是愤世嫉俗，讨厌所谓庸俗的事物，比如节日、婚纱、花束、艺术照和巧克力。或者，这些东西都是好的，我只是反感这之后代表的东西。或者，事实上我不是反感这些，而是想要通过反感来表达自己的立场和态度，借此显得有头脑不落俗套。

简单地说，我就是在刷存在感。可是这些概念性的东西是禁不住血肉蓬勃的生活的，当阿朱在拥挤的房间穿上婚纱站在陈旧的镜子前时，那些概念都不存在了。这是一个活生生的人站在你面前，她对将要到来的生活心怀希望，并以某种仪式感将它固定下来。不管这仪式感多么令人不喜，但她身上饱含的热力已经足够使人放下那些愤世嫉俗——难道不是吗？不管如何落俗套，这套房子里的核儿还是一颗热气腾腾的心。

当年夏天，我得到去北京工作半年的任务，因为是两地分居，又没有家累，轻装就出发了。那时候，北京的雾霾还没有这么严重，在夏天的夜晚西天还有五色的云彩，好像一切都有可能发生的意思。每个周末，我都穿梭于博物馆和美术馆，甚至还见了见那几个网上交到的朋友，其中有一两个能写很棒的小说和诗。我们在小风中喝着小酒，谈论着一些似是而非的人和事，好像多年的老友，完全忘了这是多年来我们的初相见，彼此也其实都算陌生人。文如其人这件事是存在的，他们大都宁静、温和，简洁又不失礼，让人生出感激之心。

在这期间，阿朱在青岛紧锣密鼓地布置自己的婚礼，我也第一时间订好车票，好像闺蜜出阁是一件一次性事件。因为男方是本地人，亲戚朋友非常多，因此婚礼的场面也就很大。所有的婚礼都一样，都有种千秋万代的气氛。预约好的伴娘没有来，只好我这个已婚的闺蜜出场，提裙子

拿提包收戒指。正是夏天，青岛热烈的骄阳烤得人头晕目眩。看着他俩在教堂下坑洼不平的复古砖地上摆姿势照相，我靠在另一旁的栏杆上，望着教堂下坑洼不平的复古砖地上摆姿势照相的二十多对新人。除了佩服他们不畏麻烦、勇于抛头露面之外，还生出恍如隔世的情绪。我都不敢相信这是真的，好像还在昨天，阿朱泪眼朦胧坐在我的房间里，告诉我和父母如何意见不合，和男友如何不很匹配，对前男友如何心有不甘，如何担心自己人未嫁心先老。那时候，我们都以为，这种日子会没结没完，可马上我们就要作为已婚女人继续吐槽了。她依然在她精致小女人的道路上大步向前，而我则秉承我不吐槽毋宁死的风格，继续在婚姻天堂（或坟墓里）享受生活。

我还没有从北京回青岛，阿朱就和丈夫小别，去美国进修一年。她在首都机场给我打电话，算是作别，两个异乡人在北京的夜空中遥致问候，那感觉有点孤独大星球的况味。生活的惯

性太大，容不得我们细细体味就连拖带拽继续裹挟人奔赴前程。

接下来是返回青岛，然后是买了新居，装修、入住以及这之后无数的繁琐手续，忙忙碌碌这一年转眼即逝。在这期间，阿朱也从美国打回过越洋电话，大概不是在旅行，就是在准备旅行。从她在QQ空间的日记来看，吃龙虾进赌场，大有快乐不知时日过的意思。而我还在两地分居，但这时候，孤独对我已经不是一个问题了。我已经习惯了。也是这时候，开始有人找我写点文章，写点剧本，开始有人跟我谈论出书，虽然都未成型，但已经三三两两开始出现在我的生活里。除了上班之外，我发现这些年的孤独时光仿佛水滴，渐渐把我封闭的生活击穿了。按照编辑们的要求，我开始整理这些年的文稿，居然也有十几万字之多。我是什么时候写下这么多字的呢？

阿朱回国后，我们见了一面，她、她先生和

我一起吃了一顿饭。虽然分别一年半之久，但我们都感到天涯若比邻。一来是通讯发达，彼此的动态好像触手可及；二来是我和阿朱相交如水，从来不曾形影不离，因此也没有久别重逢之感。时间并没有具体的形状和味道，彼此也没有经历生离死别，仿佛宽阔的河面没有任何标记，人还是这个人，日子还是这个日子。

但是，就是这样无形的日子，却突然加速了。因为我们俩在这一年先后怀孕了。从孕吐、产检、孩子出世到成为超人妈妈，也就是一年半的时间，我们俩都生了儿子，大小只差两个月。由于行动不便，彼此相见又成了奢侈。而再见面时，我们都各自抱着自己的儿子，我们不再谈论男人，而是交流交流孩子的情况，就静静看着小哥俩坐在沙发上你扯我一下、我抓你一下。她已经住到婆婆家去，为了孩子增重不少。我因为没有老人可以帮忙，精神和体力都在持续消耗，甚至没有时间打开电脑写几行字。但是，两个孩子

都很好。

七年。我们从吃喝玩乐逛夜市的姑娘到一下班就赶着回家的超人妈妈，只用了七年时间。七年前，我愤世嫉俗一身黑衣，晚上不睡早上不起，我看哲学书，写虚构的小说，不事稼穡。而现在，我六点起十点睡，家里贴满了卡通图案，单手提二十二斤的孩子，自己就能改电路。我的第一本书已经出版，接下来还会有更多。七年前，阿朱腰肢纤细婀娜摇曳，而现在下得了厨房打得过流氓。而我们竟然如此满足。

改变我们的不是爱情、婚姻或者孩子，也不是我们自己，而是时间，我们经历过的孤独、伤痛、焦虑、不安，都被悠长的时光一一治愈，我们所期待的将来，也都会在时间中慢慢出现或者不出现。但那都不要紧，每当我回想那些看不到的大海、枯萎的草坪、海上吹来潮湿温软的风、风中鼓胀的床单，除了感谢时光的伟力，还有些带着微微疼痛的向往。好像在秋夜的地球上向往

灿烂的英仙座大星云，这向往，超越渺小的人力，超越所有现有知识，给人最温暖和遥远的慰藉，让人感到生而为人到底值得。

第四章 摇摇曳曳那些不可追回的时光

时至今日，我们当然可以轻易地指摘其中的愚昧和麻木，但这种于天地之间奋力求生的艰辛，也正是我们母辈的光辉所在。天地或许不仁，让一尸两命的悲剧发生。但在不仁的天地之间，拜神仙保佑，求鬼怪抬手，将所有美好的愿望赐予新生的婴儿，这本身并没有什么值得嗤笑的。相反，怪力乱神倒是成了一条温柔的纽带，将我和祖先们连接起来。

六十天的折腾

关于孕产期检查，这是个干燥的技术帖。技术帖比较好写，因为一五一十把流程写明白就行了。可是我却拖着迟迟不肯动笔，并非因为它不重要，相反，它是一个很重要的话题，因为怀胎十月是大变活人要闯过的第一关。我拖来拖去，儿子都快一岁了，还是不想写，其原因就是一提起这个话题，生理和心理上就极度不适。但是孩子大了，事情越来越多，再不写我怕我忘了。

抛开受孕困难的情况，一般怀孕的流程是这样的：一大早起来，拿一根验孕棒往上尿，尿完了静等一分钟，然后发现两道杠，妥了，你怀孕了。接下来会出现两种情况，一种是我妈的路子，一种是我的路子。我分别讲一讲。我妈的路

子很简单：该吃吃该喝喝，十个月之后肚子疼，去一次且仅去一次医院就把孩子生好了。厉害吧？可是这是三十五年前，今天的人是没法这么生孩子的，不是敢不敢的问题，而是能不能的问题。

我的路子就是典型的二十一世纪生孩子大法，简直跟唐僧取经似的。不停地有妖怪拦路，我就得不停地去医院搬救兵，等终于把经取回来了，回头一看，路上遇到的妖怪，十之有九就是医院给我捣鼓出来的，其目的或者非要凑够九九八十一这个吉祥的数字，或者让我百倍珍惜这个没被妖怪吃掉的胖乎乎的小长老，总之是有点“没困难也要制造困难”的气氛。

得知自己怀孕，大概都会去医院确诊一下，虽然验孕棒的准确率非常高，但医院给予人的精神安慰还是不可忽视的。坐在诊室，大夫就会给你宣布注意事项，核心观点就是你现在正式成为易碎品，要轻拿轻放，请勿倒置。然后让你过六

十天后来复查（各地时间有长有短）。假如你什么都不知道，那这六十天你会过得很自在，陶醉在怀孕的喜悦气氛里。可是如果你知道这六十天是要来干什么的，估计就不太好过了。

验孕棒只是告诉你，现在你肚里有颗种子，但它发芽没发芽只能靠B超探知，太早了探测不到，所以要等六十天它长大一点才能看到。因此就有人在这个期限到来时，拿到一张诊断单，说探不到胎芽，没有原始心管搏动，这就是胎停了。也就是说，这颗种子没发芽，接下来就得住院清宫，把这颗种子从你的花盆里挪出去。我耳朵里听到的胎停比率还相当不低，不知道是因为怀孕年龄普遍偏大，还是自然环境、食品安全、运动习惯这些情况普遍糟糕，或者是多方合力的结果，医院方面也给不出个说法。

客观来看，这就是自然界优胜劣汰，如果种子质量不高，它自己就会找到伤害最小的止损点，早早就退赛，平心而论这不是坏事。但无论

如何，孕早期这种闷棍的杀伤力还不小，身体上倒是其次，主要是心理上的伤害。你想想看，第一次怀孕那种激动劲儿还没过去，就来这么一下，真别提多伤心了。更要命的是，它会导致你下一次怀孕时更加战战兢兢，根本享受不到怀孕带来的乐趣。

那么这六十天里是不是只能听天由命呢？不是的。现代医学的检测技术让人可以随时观察身体的指标，借此来判断你肚子里暗无天日的地方发生了什么。孕早期的两大指标就是HCG指数和孕酮指数。下面这两段解释非常业余，但其目的是好懂，我自己深受各种医学名词解释之苦，我就简短点说。

HCG的学名很长，我记不全，验孕棒的包装盒上就有。根据它的升降，可以反映出怀孕与否以及怀孕情况。如果你怀孕了，这个指数会升高，验孕棒就是根据这个原理制造出来的，它根据你的尿液来检测你身体里的HCG指数。

在这等待的六十天里，如果你去看专业的孕产育网站，孕早期的妹子们常常会提到“HCG翻倍”。也就是说，HCG指数在48小时翻了一倍，那就证明种子长势喜人，如果翻不到一倍，那就可能有其他问题，比如宫外孕或者发育不好。如果是宫外孕就会比较危险，因为真的会死人的。我第一次检查时大夫再三叮嘱，如果肚子突然剧痛伴随流血，立刻来医院不要耽搁。

孕酮指数也是这六十天的一个指标，如果它的指标一直很好（达到某一数值），就证明一切不错（具体医学解释我就不摘抄了，看多了更糊涂）。如果指数低了，就得让它升上去，口服也好打针也好——如果你身边有怀孕过或者正在怀孕的妹子，你肯定听过“保胎”的说法。

如果能耐心看完上面这两段，你肯定发现里面的问题了：假如这六十天你的肚子里一个完全封闭的系统，外力完全无法干预，那倒是简单了，无非是欢乐和悲伤两种结局，你就吃好喝好

听天由命好了。可要命的是，它是一个可监控、可干预的过程，那就意味着在悲伤和欢乐之间，有一件事情叫“折腾”。

其实就我的经验而言，医院很少在这段时间里开什么诊断。他们或者出于职业冷漠，对种子不像妹子们这么患得患失，或者基于长期经验，并不建议太多人为干预，更倾向于尊重自然选择。所以这一段的折腾，主要是妹子们自己在折腾。检查，抽血，化验，开药，打针，查指数，提心吊胆，上网比照，找人交流，屁股疼，奔波，揪心……再加上孕早期激素变化很厉害，情绪非常容易失控。有些人早孕反应很严重，呕吐，嗜睡，困乏——你自己想象一下。

我自己的情况是，到了六十天一查，有胎心胎芽，但是宫内出血，诊断为先兆流产，需要静卧保胎。于是只能请假在家，狠狠躺了一个月，吃喝有人送到手，除了上厕所根本不下地。听起来很帝王很跋扈吧？哎呀别提多难受了。另外，

至今我还记得当时犹豫要不要请假休息时，大夫跟我说的“革命工作干不完，你也没那么重要”，听得我着实恍惚了一阵，这到底是劝我呢还是埋汰我呢？

孕早期是相对比较困难的阶段，它的困难不是来源于检查，而是来源于突如其来的变化和思之太切。结婚对女人的改变是漫长而隐性的，所以很多妹子并不觉得结婚了日子有不同，依旧是上班下班、吃饭逛街，无非多个伴。但是怀孕的改变是突如其来的、迅速的，而且你是负全责的。别人不能体会你身体的改变，也不能替你履行作为培养皿的职责。你突然要早睡早起不熬夜，要每天吃一个苹果，要穿上非常可疑的防辐射服，不能随便动气，不要和人起争执，还要感受各种以关怀之名行使的限制，内心还忍不住飙脏话，不能吃火锅，不能吃油条方便面——日子突然过得健康得让人烦躁。

现在回头想想，生孩子就是要拼谁没心没

肺，谁看得淡，谁就放得开。但这话也是我一说你一听。现在普遍要孩子晚，这个没了等下一个就又老一岁。有些是工作忙，今年不生明年升职加薪出国进修全得耽误了，有些是家里的鸡毛蒜皮扯不清，孩子是快刀斩乱麻。

总之，谁也不是风轻云淡、生个孩子来玩玩的那么潇洒。更何况没心没肺是天赋，不是靠后天能学习来的。所以拼就只能拼谁心里能装事儿，能沉住气。不管自己多焦心，都能自己活生生吞下去，消化掉，渣都不吐出来。

在这个阶段，医生建议的检查可算是比较少。反而是孕妇比较紧张要求检查各种尿尿屁，大夫很少有反对，随手就给开了，然后无非就是等。

今天回头想起来，还是不清不楚不明不白，不知道这个孩子是保住的，还是命里就该有的，当年那六十多天的折腾是自寻烦恼呢，还是很有

必要的我不知道。人生在世，听天由命最是大境界，也最难。

拉拉杂杂到建卡

熬过最初六十天，只要探到胎芽和原始心管搏动（也就是胎心），咱就可以长出一口气，这颗种子就算是生根发芽了。但此时作为花盆的子宫可能会出现一些状况，这些问题在六十天B超时会一并发现，最常见的大概是子宫肌瘤和先兆流产。我是不是命太好？这两种情况我居然还都遇到了。

子宫肌瘤的形成我自己很莫名其妙，因为在此前不久的常规体检中并没有发现异常。后来听

大夫说，很多孕妇是因为怀孕，体内激素和宫内情况发生变化，才会得子宫肌瘤。人力无法对子宫肌瘤进行干涉，只能监测它的位置、大小和发展速度。还有能做的，也就是等到生的时候，剖开切掉完事。

我遇到和听说的，有肌瘤越长越大和越长越小两种情况。和我一起做检查的孕妇们后来几乎每次都能遇到，遇到了不免交换一下检查结果。有些人的子宫肌瘤长得比胎儿还快，有些人的居然凭空就消失了。每当遇到这样的情况，我对科学的信仰就倒塌一次。人体真是鬼神莫测，我们坚信的因果逻辑有时非常像是一个偶然。怎么办呢？只能感叹人各有命，不能比较。

而所谓先兆流产，最早的征兆就是褐色分泌物。如果继续发展，就是红色的血液，最后有可能引起流产。所以，大夫也再三叮嘱，一旦出现褐色分泌物，就立刻就医。也就是说，即便是探到胎心胎芽，也依然可能会面临胎停的危险。说

来说去，最形象的说法就是：这颗种子虽然发芽了，但是它扎根未稳。如果此时土壤的状况再不尽如人意，它依然是很不安全的。先兆流产可以人为干预，有成功也有失败，这只能算命数，不能强求。倒不是自己的命数，而是宝宝的命数。在这个阶段，妹子们互相鼓励时都说：要相信宝宝的生命力是很强的！是啊，除了相信宝宝，简直没别的办法，该打的针、该吃的药、该烧的香、该卧的床，妈妈们真是能做的都做了。这时，除了相信宝宝的生命力，简直没有任何指望。

这一部分的检查几乎就是B超，因为只有B超能探知宫内出血情况，以及这些出血是否影响到胚胎的发育。关于B超，坊间流传有很多说法，最甚嚣尘上的莫过于“辐射”。虽然我咨询过专业医生，得到的答案令人放心，但她的嗤笑让我觉得自己是个蒙昧无知的中世纪愚妇。我只能自我安慰似的想：就算没坏处，总也没好处吧？能

不做就不做了。

B超检查的价格不低，而且最要命的是得憋尿。天哪，憋尿这件事真是一件艺术活。首先你得对不同液体在自己体内的代谢速度有所了解，喝白开水和含糖饮料，尿急的速度就有明显差别。另外你还得对所在医院的人员密集程度、叫号速度和卫生间位置有所掌握。假如你一大早去，好处是等你检查完，门诊大夫还在早班，你可以拿去让大夫看检查结果，这样一早上就结束了；可坏处是大家都是这样想的，早上人就特别多，排队挂号、候诊、等着叫号憋尿的人也尤其多。经常会出现这种情况，你觉得已经很憋得慌了，进去往上一躺，大夫说：“没憋好嘛！出去再憋！”得，翻身下来再继续喝，等觉得差不多了，很差不多了，非常差不多了，想要进去B超一下吧，前面的孕妇也不知怎么疑难杂症了，上去半小时也下不来。这时候，你就只能坐在候诊室里默默崩溃。

也有人挑下午去检查，好处是人不多，大夫也从容。但坏处有二：一是有些大夫的门诊只有上半天，下半天就换人了；二是有些冒险，因为检查这件事很难预料，你计划里是一项检查，可是这项检查结果出来很可能不如人意，需要再附加检查，而验血验尿的结果都需要三两个小时，并不是立等可取的。

所以我自己就出现过这样的情况，悠闲地下午晃悠去检查，结果搞到第二天一早还得再去一趟，时间、车费、人力、精力都要再付出一遍。所以，我建议妹子们还是赶早吧，权当锻炼憋尿功了，艺多不压身。

憋尿的结束，就是三个月的来临。之前看《康熙来了》，听到台湾人似乎有怀孕不满三个月不能跟人说怀孕的习俗，现在看来，也确实比较合理。因为满了三个月，不出意外，小苗一般都长得很好，根也扎下去了，叶子也吐出几瓣，摇摇晃晃它就要往大了长了。这时候你做检查，

就不用挂妇科而转到产科去了。三个月之前的检查还归属妇科。所以我在遇到非常多惊心动魄的病例时，比如子宫内膜异位的、宫颈癌的、不孕不育症的、流产的、子宫下垂的，以及各种各样想都想不到的骇人病症，会惊觉国外通行的单独看诊，保护的也许不是这一位病人的隐私，而是下一位病人的小神经。我这边正着急着保胎呢，那边的竟然问大夫是人流啊还是药流，这边怀不上的急，那边意外怀孕的也急。

怪不得美剧里面很多医务剧，这个舞台里还真是悲喜死生的戏码瞬间切换。而医生们看起来都一副冷漠表情，咱们经历的生与死都分散在长久的日子里，可供慢慢凭吊，而医生们的却浓缩在一天半天里。这么高强度的刺激之后，难怪医生们都有些神经麻木了，多愁善感的医生怕是扛不了一周就泪尽人亡了。

满三个月时，有一项重大的事件叫建卡。卡就是保健卡，并不是任何医院都有建卡资格。建

卡之后就意味着你是个真正的孕妇了，要去产科挂号检查，产科的气氛明显比较轻松，孕妇们挺着或大或小的肚子。从容不迫的大都是二胎；激动紧张的都是头胎；跟谁都能聊几句的是江湖姐妹；特别死相坐一边表情阴阳莫测的就是我们文艺女青年了。

有穿着孕妇热裤的辣妈；也有穿着曳地亚麻长裙的仙派妹子；更有我这种怎么舒服怎么来的放弃治疗派。有婆婆妈妈老公前呼后拥陪着来的皇贵妃；也有单枪匹马排队挂号的杨门女将；有完全看不到肚子的含蓄派；也有我这样一出场就有人问是不是双胞胎的高调派。

不管如何，建卡后的妹子们刚从早孕期的提心吊胆中解脱出来，加上很多早孕症状比如呕吐、嗜睡、厌食、情绪波动在三个月后突然好转（其速度之快让好多妹子觉得：天哪！是不是胎停了），妹子们难得的好时光来了。于是，她们无事忙地操心起孩子的性别，要把他生在哪个星

座，以及备选的名字等等这些在几星期之后就显得很奢侈的闲事儿了。

建卡的同时就需要做一系列的检查。抽血、验尿、优生五项、血糖、血压、艾滋、梅毒、弓形虫等等。那都是一些很常规的项目，医院都有固定的项目，不需要孕妇自己操心，人家开什么检查什么就好。我记得，当时拎着长长的检查单，掏了很多的钱，检查了很久。之所以记得，是因为那天要空腹抽血，我饿得头晕眼花。更要命的是，当天我还要做B超：一方面我要不吃不喝地抽血，另一方面又要憋尿B超——这让我说点什么好呢？

体重、腹围和宫高是每次产检的固定项目，是从外观上看孩子的发育情况，只要妹子们吃好休息好，正常增长就行。但有两项要特别注意，就是血压和血糖。假如有高血压和高血糖的遗传史，就要格外注意。因为这两者过高都被算作高危妊娠，到了快生的时候会比较麻烦，要么是影

响孩子的健康，要么是影响自己的健康。我是在初期血压有点偏高，后来坚持少吃盐、多休息，血压就下来了。但血糖简直见了鬼了，整个孕期检查了三次，血糖都不高甚至偏低，但生完了孩子四十五天去复查，血糖居然上去了，怕不是坐月子吃得太好了吧？

总体来看，从三个月往后，检查就多了起来。先是建卡时的验血、验尿、心电图等等，到后来常规产检时的血压、腹围、宫高，再到后来的血糖（有些地方叫“糖筛”）。但是这些检查都是小打小闹，基本上只要你没有突然的不舒服比如落红之类，所谓去医院产检，那就是走个过场。大夫给你看看摸摸，叮嘱几句，确保一切都在正常进行就好。

但如果真以为这就是传说中“最舒服”的孕中期，那就太傻太天真啦妹妹们，因为过不了多久，杀伤力最强的大招就要来了——唐氏筛查。

唐筛猛于虎

终于写到唐氏筛查了。关于孕期检查我必须终结在这一篇里，因为关于孕期检查，我原本只想写唐筛，它的原因、原理、结果和影响。不过我必须提前预警一下，容易焦虑的妹子们就不要继续看了，一点好处都没有。因为唐氏筛查这项检查里没有任何个人能做的努力，如果硬说有的话，那就是无知或者是敢和命运开一盘豪赌的气魄。

假如今天我还想生二胎的话，那原因只有一个，就是要弥补我由于唐筛而耽误掉的对怀孕乐趣的感受。唐筛的阴影几乎笼罩着我整个孕中

期，让我生理、心理、经济和家庭关系都受到了极大的折磨。以至于到了今天，如果有人再来询问关于唐筛的问题，我完全说不出好话来。

前文有书，我有个微信群叫少女帮，里面全是孩儿他妈，其中有一个女超人和我前后脚怀孕，她的女儿比我儿子迟三天出生。女超人之所以是女超人，是因为她比我知识储备丰富，心理素质过硬，家庭稳定度高。而且她不是文艺女青年，伤春悲秋少，坐言起行多。因为受孕期接近，我俩的孕期经历很有可互相借鉴的地方。我俩闯过早期的先兆流产之后，一同进入了水静鹅飞的孕中期。

女超人身在深圳，我在青岛，一南一北孕期检查的项目略有不同，比如她的唐氏筛查分为早期唐筛和中期唐筛，要做两次，而在青岛只要做中期唐筛。我的孕周偏早，所以我就先闯关。我先科普一下什么叫唐氏筛查，但在这之前，请分开“糖筛”和“唐筛”。“糖筛”是对于检查血

糖的一种说法，其目的就是检测孕妇的血糖指数。

人体很奇怪的，一怀孕，各种指标都会变化。有不少妹子会因为怀孕血糖就上去了，产后有些血糖会恢复正常，有一些则降不下来，直接转成二型糖尿病了，那真是非常烦人。但凡接触过糖尿病病人的，都知道那种处处小心、时时留意的日子过得很艰难。而且孕妇血糖过高，对孩子发育也不好。所以，孕妇三不五时地就需要检查血糖，假如高了，就需要控糖。所以孕期请不要敞开吃喝，还是要合理饮食。如果有需要，还得比孕前吃得更少呢。而“唐筛”指的是唐氏筛查，百度的解释是：一种通过抽取孕妇血清，检测母体血清中甲型胎儿蛋白、绒毛促性腺激素和游离雌三醇的浓度，并结合孕妇的预产期、体重、年龄和采血时的孕周等，计算生出先天缺陷胎儿的危险系数的检测方法。

看懂了吗？简单地说，医院抽你一管子血，

先检查，然后按照一个公式，计算出一个系数。这个系数会提示你，你肚子里的孩子有多大可能是个先天愚型儿。

假如你接受过一定的科学训练，你就会发现这段表述里的几处疑问。首先，它不是确诊，它只是一个系数，告诉你可能性有多大；其次，这个系数的算法很有问题。“蛋白、绒毛促性腺激素和游离雌三醇的浓度”可以通过血样确定，但“预产期”是一个估计数值，“体重”是在变化，而且个体差异很大，“采血时的孕周”也很难确定，因为很多人是意外怀孕，就算我这样算有计划的吧，也因为心大根本就想不起具体的时间了。最扯淡的是“年龄”这一项，因为按照唐氏筛查的基本理念，年龄越大，生出先天愚型儿的比例就相对越高。

其他的检查都有一个确定的结果，好与不好都有科学的依据让人信服。但唐氏筛查不是这样。它通过不很严谨的计算，告诉你一个不很确

定的结果。我的检查结果是1:270，也就是说，我有1/270的可能性会怀上一个先天愚型儿。这个比例看上去不高，可是你知道吗？和我同期的孕妇拿到的结果都是1:20000这种，因此我的诊断单上就写着：唐氏高危。这就是我“快乐”的孕中期。从拿到诊断单的当天，到我拿到羊水穿刺结果显示染色体全部正常，中间整整快三个月时间，你可以想象一下我过的什么日子。

它的困难简直是全方位的。因为它只是一个估计值，不是确诊，只是告诉你有这样的可能性。这时候你有两条路，我分别说一说，把两条路走到底分别是个什么情况。

第一条路是你置之不理。因为这个诊断是一个估计值，而且很可能会由于预产期估计不对、孕周不对等因素而误报。因此，很多孕妇选择了不理这个结果，不做后续的任何检查和折腾。但这需要两个能力，要么完全无知，根本不知道这检查是干什么的，也不知道什么叫唐宝宝；要么

就是大无畏，知道唐氏综合征是什么东西，也知道它很可能误报，所以决定赌一把。

客观上的问题是，接诊大夫很可能非常给脸色，或者拒绝接诊，因为他们担不起这个责任。一旦孩子出生，孕妇和家人会对医院没完没了，认为是医院的责任。所以，我曾经见过接诊大夫坚决要求孕妇签署知情通知书，也明确写清楚拒绝做进一步的筛查。但医院这方面还是其次，到了中后期还有一个检查叫“四维彩超”，也就是传说中的“大排畸”。这时孩子基本成型，通过B超可以看到孩子的肢体，而唐宝宝是有面容异常的。也就是说，如果唐筛指数高危，那孕妇在大排畸时的心理压力会非常、非常、非常大。就算面容无异常，大排畸时其他的数值也超级令人揪心，比如左右脑室增宽，这就有脑积水的可能性。而且就算过了大排畸，进入围产期，一旦羊水出现过多过少，大夫第一项排查就是宝宝是否畸形。

所以看懂了没有？一旦唐氏报了高危，而你没有任何动作，那么在后期的检查里，你的心理压力会大到无法想象。哪怕是出现正常孕妇都会有的“异常”现象（脑室增宽、羊水多），你的第一联想就在先天愚型上。而此时孩子已经大了，你什么也做不了了。因此，除非神经极其强健到爆棚，或者极端无知，否则这条路太难走了，不是一般人能够承受得了的。

另外一条路就是我和女超人走的路。女超人在我查出唐氏高危后不多久也报出高危，数据更吓人，是1:46。不知道她的心情如何，反正我是如坐针毡。如坐针毡不是因为束手无策，而是因为要做决定。

一旦唐氏报出高危，就有三个选项：一是不管它，如前文所述；二是做羊水穿刺；三是做无创DNA。第一项我做不到，那么就剩下两个选择，要么做羊水穿刺，要么做无创DNA。羊水穿刺的坏处是要从肚子里用大针管抽羊水，有流产

风险。好处是可以百分之百确诊。无创DNA的好处是，只抽血不动肚子，不存在流产问题，坏处是，它依旧是一个比率（虽然准确率非常高），而不是确诊。这么说吧，无创DNA的检测结果显示在临床上是不能作为引产的依据的。

两者的花费差不多，羊水穿刺略高。而且现在无创DNA似乎是在推广阶段，基本都是保证。假如它检测下来说没事，但结果生下来唐氏宝宝，那么医院包赔20万（各地数值不同）。

我当时就卡在这两个选择中间了，羊水穿刺的流产风险让人揪心，但无创DNA的不确定性也让人焦虑——就算赔我20万又能怎样？养一个正常孩子都困难，何况一个愚型儿？挣扎的结果是我去做了羊水穿刺，女超人选择了无创DNA。她很快就拿到了结果，表示一切都好。而我因为需要预约，要等到合理的孕周，所以一直在煎熬中等待。

那时正是深冬，我回到西安父母家。挺着大肚子先就看见环城南路路边上的梧桐树全被砍光了，只剩下光秃秃的路面，老城墙和碉堡似的大酒店隔着路面对峙，深冬雪后的灰暗一下子扑上人心，难免胡思乱想。我想到这么多年来种种不如意，失望、灰心、焦虑、紧张，和刹那闪现的自暴自弃，破罐子破摔。我想到，自己本来并不爱孩子，也不想要孩子，想到自己虚度的这些年，那些人、那些破事，那些夹缠其间的欲罢不能，不能一刀两断，不能说走就走，不死不活，不明白为什么自己突然就活得拖泥带水。有那么一瞬间，我真希望我没有怀孕，还单枪匹马地走在任何一条街道上。

可是我没有。我怀揣着吉凶未卜的孩子，在小南门外的环城公园坐着，等着阳光洒到我身上来。是的，孕妇是要多晒太阳的。然后有两个日本女孩子戴着大口罩坐到我身边来。其中一个聊了几句就开始跟我推荐基督教。她拿出小小的

《圣经》，上面认真做着笔记。我突然非常羡慕她，这个有礼貌有分寸的日本女孩子好像找到了什么护身，可以不怕任何伤害。然后她祝福我肚子里的孩子，祝他健康，然后慢慢走开了。我靠着灰暗的城墙，继续等着云朵里的太阳跳出来，把能合成钙的东西洒到我身上来。

羊水穿刺的那天，检查室里的孕妇们像外星人似的穿戴着消毒衣和鞋，听里面叫号就安静躺到手术台上去。我感觉护士很轻松，拿了非常大一根针刺进我的肚子里，呼呼抽羊水。羊水是淡黄色的，或者有点发绿。护士再三跟我确认姓名，当着我的面把我的名字写上装羊水的试管，生怕搞错了，或者生怕我们怕她们搞错了。我觉得肚子里的小家伙在睡觉，就想：你好好睡吧，别乱动针再扎着你。其实这担心是多余了，羊水穿刺有B超引导，应该说很安全。

穿刺完要回去休息观察，如果出现发烧、落红，说明出现羊水污染或者羊膜磨损，需要立刻

就医。我在网上看见过因此流产的孕妇。但我很平稳，很快过了七天的感染期，行动如常，继续焦虑地坐等结果。

坐等结果这个过程，你可以想想看。一时说服自己应该没事，家族并没有畸形儿史，一时又觉得世事不可预料，命运怎么伤害我我也很难猜测，毕竟它比我有经验也有想象力。然后煎熬的四十天过去了，医院发来短信，说染色体全部正常。我记得我抱着手机，先通知了家人，然后就原地不动痛哭。也是高兴，也是如释重负，也是撒气，就一个劲儿地哭个不停。

做完羊水穿刺，好像拿到了上天堂的钥匙，之后的大排畸显示我儿右脑室增宽，到了围产期又显示我羊水过多，我都心安理得，一点都不焦虑。老娘我羊水穿刺都显示正常，你B超还能比羊水穿刺牛逼？就这样一路高歌猛进，一路到生，然后突然遇到耻骨联合分离，我被丢进了做任何检查都疼得死去活来的另一重境地。

我有一个朋友身在德国，在德国生下了女儿。我跟她说这些经历她都觉得好像听天书，因为就她的经历而言，这些检查在德国几乎没有，或者就很少的几项，不明白怎么国内现在这么多检查。照我的想法，是屁股决定脑袋，德国基于宗教传统和现代人权意识，认为人的生存权不应剥夺，即便那孩子是畸形。而且，德国在社会制度上也保障了残障人士和残障家庭的生存可能性。

但在我们这里，这个道理就不那么简单了。那些确诊先天愚型引产的家庭，抛开受到的生理和心理创伤，会不会也感谢这些检查呢？生下一个畸形儿，不但对孩子来说太残忍，对家庭里的其他人也非常残忍，他们的后半生几乎就要耗进去了。但对于我这样生出健康孩子的人，心里多多少少会觉得：真需要这么多检查吗？你确定它们不是过度检查，不是医院在赚外快吗？

天生的豁达是上帝的礼物，不是人人都有机

会拥有，大多数人要靠后天的磨炼。经一事长一智，在经历过这一切之后，我越来越目光短浅了。今天不想明天事，任何多余的打算和展望都没有，眼睛前面的事情扫除干净才是正事。所以我也建议没有生孩子的妹子们，看过就忘，无知真是福，我每次看见回帖里妹子们说稀里糊涂地就把孩子生出来了，不忌口，不改变生活方式，我就羡慕妒忌恨。这样的好福气，要珍惜。

当然除此之外，我觉得有三条建议可以给大家，当然这非常老生常谈。第一，锻炼身体啊！我的大关节韧带都受伤了，早上起来全身疼，这和孕前太宅、长期伏案、缺乏运动、韧带关节的弹性和拉伸力不好都直接有关。第二，要生就尽早生。你可以号称心态永远年轻，但是别忘了你的身体是无止尽地衰老下去的，文艺的心态不能抵抗岁月，你的身体是敌人派来的奸细。你见过哪个病病歪歪的老太太可以优雅地老去？全都在怨天尤人、寻医问药罢了。希腊人说，健康的灵

魂存在于健康的身体里，绝对是真理。你试试突然跑肚拉稀头疼脑热试试，什么高深的哲学和美妙的艺术都不好使。况且如上文所说，三十五岁以上的孕妇唐筛高危简直是必然的。这倒不一定说必然会生畸形儿，而是必然少不了这一趟心力交瘁的折腾。所以，如果没打算丁克，就别磨叽了。最后——你们要不要认真考虑一下丁克？

婆婆驾到

这个话题真是比较难写，第一是因为我婆婆年纪大没有来带孩子，无从下笔；第二是因为作为儿媳妇写婆婆，说好话难免自诩白莲花，说难听话必定恶形恶相，所以这基本上是个沾不得的

话题。想来想去，写吧，否则等于客厅里坐着一头大象，而我还假装镇定地招呼你吃菜，宾主双方都有点装不下去的意思。那么，就谈谈婆婆这件事吧。

我经常在各种地方看见这种问题：“为什么外国人一个人带几个孩子，而中国人就得几个人围着一个孩子？”不客气地说，这种假装外宾的帖子我没吐槽的热情。假如我是个村妇，没多少见识，就真的会在这种帖子的指引下进行强烈的自我批评：为什么？为什么我一个人不能带孩子？是不是我不自尊自立自强？是不是我依赖心太重？是不是我不够努力不够优秀？可是我多少喝过洋墨水，不单喝过墨水，还真的生出来一个孩子。原谅我托个大，我也算是理论也有，实践也有，而且相当务实。那么，务实的问题之一就是：五个月产假满了去上班，孩子怎么办？先回答这个问题，才能认真地继续讨论。

请保姆是一个选择。但实际情况是，保姆的

费用之高，月工资还不够给她付钱的，便宜的也有，敢用吗？但钱还不是最主要的考虑，就算添点钱，好歹保住个工作岗位也不赖。最大问题是孩子的安全。卖了的，喂药的，打骂的，偷东西的……这些年关于保姆和幼儿园老师虐待儿童的新闻简直不绝于耳，谁也难保自己就遇不到。所以家里没个老人盯着点，是连保姆都不敢请的。

就算没有这些大是大非问题，保姆有没有耐心，讲不讲卫生，能不能干得久？没耐心的吼孩子，把孩子再吓着了；不讲卫生的尿湿了不换，吃东西前偷懒不给洗手，拉屎了就一擦也不给洗换；不能久干的也很麻烦，孩子大了认人，你换一个保姆他还未必习惯和喜欢。把孩子送回老人那里也是一个选择。可是，如果不是实在没办法，妈妈们都舍不得。母婴分离太早对孩子很残忍，更何况大多数人在五个月内要喂奶。所以，各种衡量、多方博弈的最后结果，就是目前无法避免的结果：婆婆来了。

我得实话实说，好婆婆有很多，我自己看见的、听到的，就有不少，磕磕碰碰的不如意的也有，但都大节无亏。很多婆婆都是背井离乡，离开自己熟悉的朋友和亲人，放弃自己舒服的环境和节奏，来给带孙子，大多数身体还未必就多么健康。可是我依然不时听到一些不如意的情况，大概是很多妹子第一年和婆婆没有磨合好，龃龉最多。大概最苦恼的，就是婆婆来了好像来了个外星人，既没有使用手册，也没有通关秘籍；既没有维修站，也没有加油点，基本上属于福祸难料。

在我经常潜水的一个妈妈群里，三不五时就有人吐槽。时间久了，我发现大家吐槽的情况都差不多，那我就总结一下儿媳妇吐槽过的那些来自星星的婆婆们吧。注意，儿媳妇们的恶形恶相开始了，请自动切换到防御模式。挂一漏万，你们必定遇到过更外星款的，欢迎补充。

第一款叫理所当然型。山东这种吃苦耐劳的婆婆最多，也愿意带孙子，也愿意出苦力气，也是真能帮忙，早上醒来忙到晚上，吃穿换洗大包大揽，自己都搞定。可是这样的婆婆，难免有主人翁意识，常常很快就忘了宾主关系，把孙子当儿子带。妈妈想发言，想参与意见，还特别困难。第一是自己确实没经验，第二是要上班陪孩子少，很多情况不掌握，这就很没有发言权。慢慢地，家里的领地一点点陷落。婆婆管来管去，最终难免管到儿媳妇身上来。因为她们自己是吃苦耐劳型，就看不得儿媳妇有丝毫享受，要么嫌乱买东西了，嫌买得贵了，嫌裙子短了，嫌头发长了，总之是把儿媳妇当成女儿似的那么挑剔。更要命的是在孩子的问题上，儿媳妇一参与意见，双方就得起争执。老人家是寸步不让，非要按自己那套来，最典型的莫过于捂孩子，抱孩子，辅食添加太早，给孩子吃糖、看电视，动不动给孩子吃小药，老嫌孩子吃得少硬喂饭。哎呀，说起来一脑门子官司，简直没法细说。你跟

她理论吧，人家就一句：“你一天才带多一会儿你就知道？！”你跟孩子爸理论吧，孩子爸也是一句话：“她出钱出力，还不许参与意见啊？！”

第二款叫装点门面型。这款的婆婆非常高调，来之前呼喊得全世界都知道是去帮着带孩子了。可是到了家来，觉是要睡足的，饭是要吃好的，晨练是不能耽误的，晚上散步是要保证的，下午觉是不能被打扰的，街是要时常逛的，电视剧是一集不能落下的，身体是经常不舒服的，儿子一回来就呼喊累死人的……总之，这一款的婆婆就是样子货，忙不见帮多少，为孩子牺牲和付出的门面可是必须要装点好的。孩子哭死，她也能关着门睡得海枯石烂，要是你敢出门会个朋友，那电话就夺命追魂似的。她也根本不会为了带孩子的细节跟你争执，因为她的定位就是出现一下，孩子根本就是交给妈妈带的。这样的婆婆最是待不久，三天两头就跑回家去了，去得快，

再请还不来。这种最是跟老公没法吐槽，因为她不招惹你，你怎么弄孩子她根本不在乎。

第三款叫挑刺指点型。这款的婆婆好大官威！这些婆婆们都识文断字，还有些社会地位，不是医生就是老师，再不就是事业编制的人员。她们本身有自己的生活情调和事业追求，退休后的第一要务是保养身体，调心养气，带孙子那不是理所当然的事，那是要去请的，再得说些好听话。这些人很重自尊，让她们低下身段来伺候儿媳妇和孙子根本不可能。但这些人又讲脸面，如果撕破脸说不带孩子，同事邻居听了也不好听，于是就来了。来了，可就挑三拣四了。嫌房子小，嫌屋子脏；嫌水果买得软了硬了，嫌菜炒得咸了淡了；你看电视觉得你肤浅，你看书觉得你懒惰；你声音大了嫌吵，声音小了嫌故意刁难她耳背；你解释一下就算犟嘴，你不解释又算摆脸子；孩子喂饱了嫌撑着人家，饿着点又叫“可怜的小宝贝”；衣服买新的嫌有甲醛，捡别人旧的

又嫌不舍得给孩子花钱；你稳重点嫌你沉闷，你活泼点嫌你咋呼；你在家多点嫌你性格缺陷没朋友、没应酬，你在外多点又嫌你不疼孩子，成天不着家；你买件贵的嫌你没品位，买件便宜的嫌你就是天生的穷命……总之，没有一样不挑剔的，没有一样她老人家看得入眼的。你得捧着聊，你得顺着聊，捧得狠了，顺得狠了，越发惯出她的毛病了。因为在她的心目中，始终觉得，她是领导下来视察，指导工作，你们要感恩，要知好歹。你要敢呛一句半句，她是立刻就撂脸子的。也不吵不闹，冷冷地三五天后，就跟儿子说：“你们还是想办法吧，我身体不行，要回去休养。”然后一句废话都没有，你们自己看着办。

接下来一种叫天兵天将型。这款婆婆大多来自农村，干农活起家，没什么文化。她们也不太敢跟儿媳妇对着干，尤其卫生习惯和育儿观念和儿媳妇天差地别。她们稀里糊涂的不晓事，待几

个月找不到菜市场，记不得孩子吃多少，分不清哪个毛巾擦脸哪个洗澡，出门不懂距离远近，散步不看天气暖凉，自己能吃能睡，对孩子就是一个字：吃！孩子不舒服了也不察觉，你下班问她孩子今天干什么了，就三个字：没干啥。好处是凡事不走心，你跟她不对付，她睡一觉就全忘了，明天接茬儿该干啥干啥；坏处也在这不走心，一件事交待八百遍，还是记不住，孩子的衣服、鞋帽放在哪儿永远记不住。遇到年节要回乡，你还得装扮她，烫头发、买衣服、穿新鞋，否则回去她脸上不好看。

还有一种婆婆叫生不逢时型。人挺能干，也很懂道理，挺好相处的。可是就是年纪大了，身体不行精力也不够，心强力不强，能照顾好自己不给儿女添麻烦都是好福气。真来看孩子，也就是给看着别摔了，连带出门散步都是不放心。抱不动，追不上，看不住，能给做个饭，儿媳妇都

得心存感激。喂奶看不清瓶子刻度，榨汁机不会用，微波炉不会用，热水器不会用，耳朵背，刚还说着话就能忽然睡着了。遇到这样的婆婆，除了感慨自己没早点生，以及挥之不去的内疚感，还能怎么办？

儿媳和婆婆的问题，就是两个人之间的课题。有多少姑娘们连和自己的妈妈多住几天都要抓狂，和一个长期被妖魔化的人物短兵相接，过度防御的情况总是难免。更何况，确实有毫无理由完全没法相处的婆婆，这就像你总有个无法相处的同事和上司一样。如果有人问我：“带孩子最需要什么？”唯一的答案，就是“耐心”。耐心地观察，耐心地交流，耐心地跟他耗，耐心地教他说话、走路，耐心地忍受他不断地挑战你的耐心极限。既然如此，我们为什么不能跟婆婆耐心一点呢？原因很简单：耐心都被熊孩子耗尽了。可是耐心仿佛肌肉，越锻炼越多。怎么锻炼呢？无非一个“忍”字。吞下去一千个忍字，不

还口，不说话，不评价。忍过三年，孩子就进幼儿园，就当修个闭口禅。

但奇妙的事情就在这里。忍着忍着，你就会发现，很多事情不是忍过去的，而是你真的无所谓了、看开了、接受了。你不是在辛苦地承受这件事，而是你当真觉得这不是一件事。宰相的肚子不是天生那么大，而是被无数的委屈、不平、不甘心和不服气撑大的。你不是理解了别人，而是理解了自己，理解了我要什么：我就是要儿子安全健康地长大。如果找不到更好的选择，那么必须接受婆婆，强行接受。两代人之间的事情不需要理解，接受就好。无论如何，孩子总会长大，这一切都会过去的。

可惜光明的前途，却并不会抚平道路的曲折。因此，我下面这段话真的特别重要：如果遇到前来吐槽婆婆的姐妹，拜托大家，千万别搬出爱啊、理解啊、迁就啊、宽容啊、责任啊、修为啊这些大道理去鸡汤她，你就热汤热饭热心肠，

听听她吐槽，跟着她一起骂骂人、出出气。她不是不懂道理，而是长久的辛苦耗尽了她的耐心。她突然崩溃了，她要的不是听你给她讲道理，而是需要个地方发泄一下，然后自我修复，过一阵就好了。她会带着你的理解和支持，满血复活，抖擞精神，回去继续修炼她那百忍成钢的妈妈生涯。

来自星星的儿媳妇

我有一个朋友刚当了新妈妈，因为离得近，就去婆婆家住了。还不出月子，有天晚上给我发短信说比较苦恼，说婆婆带孩子比较娇宠，她孩子现在闹觉，不抱不睡，问我她该怎么办。

我看了第一个反应是：亲爱的，这世界上就没有不闹觉的孩子啊。没当过妈妈的人很难理解小朋友为什么不能自主入睡，必须要抱睡、奶睡、含睡、舔睡、哄睡、陪睡，总之就是不能自己好好睡。你也可以不理他，让他哭够了、哭累了就睡了，可是这实在太残忍了。

影视剧里那种哼着摇篮曲、轻拍着孩子入睡的场面，要等孩子大一点才能实现。至于那种在床铃的陪伴下安然入睡的孩子，我估计有，但我是真没见过。尤其月子里的孩子，多多少少需要人抱着哄。

我现在一字不差张口就能背诵的古诗叫《春江花月夜》，你只要给我任意起个头，我就能给继续背到完。为什么呢？因为抱着儿子哄睡觉实在太枯燥了，就一步一个字，背古诗。《春江花月夜》描述的景色极美，又没有忧国忧民、大开大合的叙事情节，平仄又漂亮，春夜、江花，海雾迷离，夜风有无，很能冲淡那些哄睡夜晚的枯

燥。基本上我背到第三遍时，儿子就迷迷糊糊要睡觉了。现在回想起来，在那间只能容得一步半的斗室度过的夜晚，摇摇曳曳也是一些不可追回的时光。

书归正传，我朋友认为，是婆婆把孩子带得太娇气，孩子才会闹觉。这明显是个误解。但我也知道，她说的不是这回事，一定是有别的不如意和磕碰她说不出口，所以我说：孩子都闹觉，大一点就好了，不过你可以试着放一放，看看能不能让他习惯躺着自己睡着。

另外一个朋友的孩子在半岁体检时发现体重偏轻，我俩坐着聊天，就说起婆婆给辅食太早，又给得有调料，孩子就很不爱吃奶，爱吃饭。吃饭时，家里人还爱逗，逗着吃夸着吃，总是不能安安静静地吃一顿。她怀疑这是不是孩子体重偏轻的原因。我想了想，也没敢太支持她。因为小孩子个体差异很大，又受遗传的影响，发育有早有晚，这都太正常了。但我自己对给孩子饭里加

调料这件事，确实持保留意见。“辅食”之所以叫“辅食”，就是说这个阶段的孩子的食物还是以奶为主，不爱吃奶还是不太行，毕竟奶更适合婴儿的生长发育。但我知道，她说的也不是体重偏轻的事情，而是对婆婆带孩子的方式不太认同。大概从辅食添加，到喂养方式和交流方式，双方都有不同的意见。

另外一个妹子是个新妈妈，看了不少育儿书，都不建议把屎把尿，以免胯骨拉脱和肛裂。婆婆则不以为然，从月子就开始把屎尿，因为这样大人的护理压力确实比较轻一点，而且可以养成孩子定时大便的习惯。为这件事两边也不对付，要我说两边还都有道理。这种实务性问题需要的是解决，而不是要人站队。我就说支持妈妈，可是如果她实施力不强或整天都在上班，依然只能每天看着婆婆给孩子把屎尿，干生气。我如果告诉她，怎么着孩子都能长大，她肯定不爱听，因为她这时需要的是信心和支持。

星期天你本来能够休息，这时候，你一个朋友叫你去她家帮忙搬家，还不能拒绝，拒绝了她得唧唧歪歪说你不够意思。去了帮着搬，你不出力气还不行，不小心把家具磕碰了还不行，搬完了倒是管饭，可只许给啥吃啥——这是什么感受？把搬家换成带孙子，把星期天换成六年，这就是婆婆要面对的。我想想自己今后的婆婆生涯，都暗暗替我儿媳妇捏把汗。

或者，星期天你不得不出趟门，让人来帮你看一天搬家具。结果，此人你不让她来还不行，来了还非要按照自己的喜好安排你怎么布置，出把力的还好，不出力站一边嗑瓜子光给意见的，你也不能让她回去，完了你还得管饭，还一顿不能缺，一顿不能凑合——这是什么感受？把搬家换成养儿子，把星期天换成六年，这就是儿媳妇要面对的。我想想我儿媳妇将来的生涯，我都替我自己捏把汗。

在这个问题上，除了正确的废话，简直没什

么可说的，假如你妈妈正在嫂子家当婆婆，你就偏袒着婆婆；假如你姐姐正在当儿媳妇忍受婆婆，你就向着儿媳妇。屁股决定脑袋，人就是经验和偏见的总和，不可能提着头发把自己提出地球之外去。我婆婆当儿媳妇时遇到恶婆婆，她也有两个女儿在给人家当儿媳妇，所以她虽然读书少，但是非常懂道理，从来不为难我，那我就投桃报李好了。

冷眼观察儿媳妇，会发现她在产后有鏖战八方的气概，除了孩子，跟谁也合不来，跟谁也过不去，包括跟自己。别说婆婆，连丈夫和亲妈都捆上，还不够给她添堵的。同样一句话，妈说就行，婆婆说就不行，同样一件事，妈说就听得进，婆婆说就听不进去。再加上如果婚前有怨怼，婚后有龃龉，为了车为了房为了嫁妆为了鸡毛蒜皮为了三言两语为了不足为外人道的所有鸡零狗碎，旧账没了又添新账，她自己也搞不清是对人还是对事。遇到这种情况，那真是神鬼无

法。

身体和生活的巨大变化，她没办法一下适应。她不单要照顾孩子，还要协调各种关系，挑战来得太突然太迅速了，从简单的二人世界一脚跨过来，连个封闭测试都没有就直接实战。这种强度和压力，除非在职场上已经适应了，否则真是一时转不过弯儿来。一时间分不清自己是荷尔蒙失调，还是事情繁复，是追求真理还是钻牛角尖，是大肚能容还是软弱好欺负，是有底线还是太较劲，是坚持自我还是太过自私，是谨慎还是太胆小，是聪明人的难得糊涂还是蠢人的稀里糊涂。这些东西，书本都没法教给你，也没人帮你判断。儿媳妇就是这样一个从英仙座落地生根的地球人，面对突如其来的信息、物件、人，她很容易陷入焦虑。再加上丈夫的和稀泥，工作上的压力，任什么绿色有机无害的妹子都很容易分分钟进入战斗模式。

说“谁也不是非得给你带孩子”“你好像当

儿媳妇有多完美似的”“必须心存感恩”的，或者说“孙子就该婆家带”的，这都是进入战斗模式了，基本不能讲理。如果我说“谁也不是非得给你养老”，或者对方说“我就该跟着儿子养老”，就势必进入抓头发撕脸滚泥潭的境地，彼此都会太尴尬。我倒是想说一说我看到的几篇文章。

第一篇是我同学推荐给我的，大意是讲德国政府和企业鼓励生育方面推出的一系列政策。其中最有趣的要数协调夫妻双方的就职公司，彼此协商出一套灵活的工作时间，比如丈夫上周四五六，妻子周日一二三，或者施行单双周制度；或者施行社区互助，比如妈妈们互相错开上班时间，彼此照顾孩子，这对单亲妈妈尤其有利；或者将为期两年的产假进一步延长，同时广泛设立幼儿园；或者是在公司设立育婴室，方便孕产期的女员工照顾孩子，同时加大对孕产育女性的经

济帮扶等等。以上都是基于解决问题而非鼓吹道德立场开具的良方，很有启发。

第二篇是讲国家职责的，涉及面很广。其中有一个提法很有趣，是说在妇女儿童问题上，国家应该成为“公共父亲”——越过男性直接向妇女儿童提供基本的生存保障，这对于婚姻的消解和女权发展至关重要。正因为发达国家的政府已经承担起“公共父亲”这个角色，因此在这些国家，婚姻对于一个女性和孩子的意义越来越小。在这个前提下提两性平等和婚姻自主才有意义。

而我们身处的社会，很难说具备了谈这两件事的基础。对于女性来说，维持婚姻依旧是保障经济安全的第一要义，不仅仅是心理安全，也是保障后代生存和发展的必然之选。而我的想法

是，国家是不是也该承担起“公共子女”的角色？从狭隘的方面理解，能解释为什么发达国家的老人都不带孙子；从宽广的方面解释，生孩子不再是为了养老，而是相对自由之选。而这一切，显然不是比拼境界和生存哲学所能解决的。

怪力乱神

我从前看过一个帖子，名字记不得了。大概是“历代神仙总谱”之类，点开之下，发现居然有数千神仙还不止，各路来头，百般道行，让人称奇。但从我们势利眼的价值观出发，大概神仙俱乐部的成员应该越少越好，阿猫阿狗都能自由进出，未免失了尊严。

后来关注了一个微信公共号，专门发些灵异事件的报道和传闻。但也很有公德心地做了一期《中国百鬼录》，还做了漂亮的配图，据说还没有统计完全，但鬼怪数量之巨已经让我对它产生了新的敬畏——人生真是难免处处遇鬼。

我很喜欢《聊斋志异》，不但语言美，而且花妖狐仙众多，故事又非常奇情。而且说实话一点都不道统，很有些活泼泼的人间气，据说蒲松龄曾在大路边上摆茶摊，和往来旅人聊取故事。虽然事实未必如此，但想到这个场面就觉得那么舒展，文人如果能这样创作也算得舒服之极。此处离蒲松龄故居不远，我还专程去拜谒过。房矮屋小，颇为潦倒的样子，但一张书桌收拾得很素净，笔架上挂着几只秃笔，很来气氛。蒲松龄就是那种你只想在他身边坐一坐的人，没什么好说的，坐一坐就好。

从历史上看，我所来源的文化和居住的地域，即便抛开乌泱乌泱的活人，也是非常拥挤

的：天空中漂浮着各种神仙，地底下又遍布厉鬼，天地间仅剩的一点人间，水中山上林间又密布着各种山鬼花妖狐仙水怪。抛开文学和宗教的因素，这些东西很少能对我的生活起到实质性作用。但一旦怀孕，事情就起了变化，我听到看到很多，说来大家当趣闻听一听。

一旦确认怀孕，就会有老人告诫，不要拿利器，说是怕扎到孩子，或冲撞了胎神。因为胎神即所谓床母，据说每天的方位不定，也没有预报，因此不能随便移动床位，更不能搬家。至于钉钉子那也是禁忌。又说双肩不能举过头，容易流产。还有说孕妇不能参加婚礼，倒不是对孕妇有什么不好，而是对新娘不吉利。一旦怀孕就成了“双身人”，新娘撞见双身人会一生坎坷而且难有子嗣。也不能参加葬礼，丧葬主凶，孕妇出现是“凶冲喜”，对胎儿不利。

怀孕期间要加强营养这是常识。可是按照民间的说法，孕妇简直可以气焰万丈地要东西吃，

因为据说不依着她的意，孩子将来眼睛里要长“萝卜花”，就是角膜翳。说到孕期饮食，简直有无数的槽可以吐。几乎每个孕妇都遇到过要忌口这件事，而且如果相互对照一下，忌口的东西还都对不上。有说三个月前不能吃红枣的，有说绝对不能吃木耳的，有说螃蟹大寒吃了要流产的，有说不能吃兔子肉否则兔唇的，有说应该多吃鸭蛋孩子皮肤白的，有说多吃芝麻头发黑的——哎呀简直无所适从。

之所以这么混乱，完全是因为在吃这个领域，中医、西医、科学、常识、迷信、个人喜好、他人经验等等全都搅和在一起，根本分不出来是非对错。因为涉及孩子，多数孕妇很少颐指气使地随心所欲，油条方便面火锅高油高盐高糖膨化食品是能不吃就不吃了——因为食品安全，不知道添加了什么化学制剂。我的孕期基本上就是《水浒传》里李逵的常规台词：“嘴里淡出鸟来了！”

说到科学成为怪力乱神的一支，这完全不是科学的错，而是孕妇们玩心太重，最典型的就是通过检查单猜男女。这个游戏孕妇们简直百玩不厌，我现在回到当初混迹的妈妈论坛，还有新孕妇在热切地咨询我们：根据肚子形状推测男女，准吗？通过孕囊尺寸推算男女，准吗？根据清宫表推测男女，准吗？通过唐筛数值推算男女，准吗？通过羊水穿刺结果推算男女，准吗？准吗准吗准吗？我于是老老实实地把数据报上去，认真地回答，不知道别人准不准，我的反正有准有不准。

但是老实说，羊水穿刺绝对是能够检测出婴儿性别的，只不过化验单上没写，重男轻女的思想大概在乡间还是很普遍，医院不是出于医学目的一般不给出结果。于是孕妇们就跟B超大夫逗趣上了：是招商银行啊还是建设银行？B超大夫要么根本不理你，要么只好说：是人民银行。你看，在这个妖魔鬼怪的历史同样悠久的国家，科

学好像是一个较真又腼腆的年轻大夫，老是被欢乐的妇女们各种调戏。

说到这里，容我多说几句，自从星座学成为显学，我简直就不能在任何话题上认真投入了。比方说男女婚恋，不管你有什么想法，最终一定会歪楼到星座上去。再比方说婆媳关系、育儿经验等等，甚至在写文章这件事上，似乎都直接和星座相关。我必须承认，在星座这件事上我完全是个外行，既不知道自己是什么星座，也不懂月亮上升还是下降。

有专业妹子帮我推算过，结果我也忘了，而我有一次和人面对面坐着，对方根据我的言行举止猜测我的星座，居然也能猜错十一次。这当然是我的错，没有严格按照天秤座的特征去自重，长出完美、优雅、平衡感强等基本特色。

不过说实话，我很尊重笃信星座的人。在我看来，这和相信虚无主义或上帝或藏传佛教没什

么两样，都是在混沌的世界里做一个标记，好让自己不迷路。因此，当我看见留言里有妹子认真地写出以下这段话，虽然看不懂，但我也相当欢乐：你叫一个月亮巨蟹的女孩子去生孩子，其实对她来说真的很忐忑。因为自己已经是月亮巨蟹，万一没有生出月亮金牛，那岂不是要哭瞎在产床上？如果最终生出个月亮双子，我估计月蟹妈的心都碎了。天知道我有多讨厌月亮风向……

孩子一生出来，怪力乱神就更多了，比如孩子有爱夜哭的，说是必须要贴一张符到大街上去掐诀念咒：天惶惶，地惶惶，我家有个夜哭郎，过往君子念三遍，一觉睡到大天亮。假如我在街上遇到这一张告示，第一反应是反省一下自己算不算得君子，不要耽误了人家孩子睡好觉。还有那白天黑夜睡颠倒的孩子，也非常熬人，白天睡不醒晚上贼精神。遇到这样的，大概说也要床颠倒一回才行。有些孩子拉夜尿，好一番折腾大人孩子都睡不好。我的一个朋友是生物学女博士，

依着姥姥的意思那就要去拜鸡，大概意思是抓住一只鸡，边拜边说：鸡大哥，鸡嫂子，你儿住架上，白天吃夜里拉；我儿住屋里，白天吃白天拉。我们听了都大笑，你说说看，好好一个科学家，被儿子磨成什么样子了？此外，比较盛行的是孩子夜里不准出门，大概是说孩子通灵，能看见大人看不见的东西，走夜路怕看见鬼怪。大概亚洲都有这个传统，日本的鬼片似乎总爱拿纯洁无辜的孩子来吓人。

囿于生活经验和阅读范围，这片土地上的怪力乱神我听到看到的、能写下来的，那简直是沧海一粟。但我完全不反感这些东西，相反，心里倒是很亲近。想一想那些科学不昌明的时代，女性生育是真的要在鬼门关上过一趟，而子嗣作为财产和劳动力，不单关乎生存，也关乎女性的地位。时至今日，我们当然可以轻易地指摘其中的愚昧和麻木，但这种于天地之间奋力求生的艰辛，也正是我们母辈的光辉所在。天地或许不

仁，让一尸两命的悲剧发生。但在不仁的天地之间，拜神仙保佑，求鬼怪抬手，将所有美好的愿望赐予新生的婴儿，这本身并没有什么值得嗤笑的。相反，怪力乱神倒是成了一条温柔的纽带，将我和祖先们连接起来。

丁克不丁克

社会对丁克族有两种截然不同的讲法。一种是高贵的讲法，以个人价值取向为切入点，突出独立思考和自由选择，唾弃腐朽婚恋家庭观，追求自我发展。因而塑造出一位勤于思考、勇于反抗、追求独立自我的女先驱者形象。这种讲法比较保险，政治上正确，也比较符合主旋律。这就

是老生常谈，说些安全的废话，但是不会出现挨砖头的情况，了不起就是被吐槽完了觉得你什么也没说。

另一种讲法就比较接地气，夫妻感情没有维系啊，生活无聊啊，和主流社会脱节啊，老来没有依靠啊，等等。不管观点怎么样，说教者的样子一定拖泥带水的不好看，不昂扬，不潇洒，不快意恩仇，不迎风飘扬，总之就是不带劲，还难免招来“拿孩子来维系婚姻”“孩子是无辜的”“生育狂”等扣之四海皆准的帽子。

综上所述，对丁克怎么看都不对。

有妹子留言，让我写一写《后来我为什么没丁克》或者《我当初也考虑过丁克》，我挺受宠若惊。倒不是因为丁克族就是有主见的新人类，生孩子就是没脑子的生育狂，而是，你们怎么觉得我那么有主意的？实言相告，我是一个糊涂人。有些妹子会有很明确的阶段性目标，比如学

什么专业、选哪里定居、找大概什么样的人结婚、至少几岁前把孩子生好、职业发展如何等等，真是鲜衣怒马的人生，而我则是稀里糊涂地把日子混到这里了。专业是父母安排的，跑到青岛来也属于随波逐流别无选择，误打误撞干一份活，迷迷瞪瞪嫁了人。

我没有什么明确的预期或者决断的执行，几乎就是浮萍荷叶，随波流转。连生不生孩子，什么时候生，怎么生，在哪里生，都没有计划。这么说吧，假如没有外力迫使，我基本上就可以一份工作、一只电饭锅和一台电脑过一辈子。这些外力包括孤独、无聊、环境舆论和对方的需求。家里的大事小事从来我都没主意也不考虑，什么时候买房，什么时候买车，什么时候要孩子，只要对方不提，我从来不觉得有什么紧迫的需求。我也很能理解为什么大家以为我曾经打算过丁克。不，我从来没打算过丁克，也没打算不丁克——我只是一个没有任何打算的人。

关于丁克的定义，一经查阅很令人吃惊：不具备生育能力的夫妻俩，不能算丁克族；单身男女不想要孩子的，不能算丁克族；贫贱夫妻要不起孩子的，不能算丁克族。也就是说：不是你不要，或者不想要孩子，就能把自己归类为丁克族的，而是必须要同时满足已婚、有生育能力和中产这三个条件，依然不想要孩子的，才有资格叫丁克族。

嫁不出去的，娶不着的，生不出的，养不起的，还真没资格拿“丁克”这张前卫又洋气的招牌来自我安慰或者替自己脸上贴金。我暗自比照了一下，心下惶恐，在生出来之前，我完全没把握自己生不生得出、养不养得起。

大概是看到什么新闻，或者看到网上什么好玩的事儿，我曾经随口问过先生：“没孩子的生活你觉得怎么样？”结果他想了好一阵，说可能不行，太无聊了。我问得也随便，他答得也随便，彼此根本就没把这个事情认真来讨论。因为

我俩都是没主意的人，都是看对方的意思，如果一方坚持，另一方不很反对，那么就按坚持一方的意见来。这导致的结果就是我俩结婚快十年还是不生孩子。因为谁也没有必须要怎么样。

后来还是孩子爸说：不行就生个吧，你年纪也不小了。我想想：行吧，那就生吧。“你年纪也不小了”，这是我们生孩子的理由，这是唯一催促我俩的动因。双方父母根本也不催，也不管，也没见谁提起过。

可是我们谁也不会说“你年纪也不小了，去一趟巴黎吧”“你年纪也不小了，掌掴一遍大老板吧”。“你年纪也不小了，生个孩子吧”和“你年纪不小了，找个人嫁了吧”里面所隐含的意思是，过了这个年纪，这事情就不好办了。如果说嫁人此事尚有半百出阁一雪前耻的戏码，可以拼一拼气性和魅力，那生孩子简直就是女人身上动物性和社会性的相互制衡，越拖只有越认栽。我个人的经验是，像我这种没有丁克意

志的人，早生早好，主要是对身体好，年纪大了生孩子简直掉层皮。

我身边就有些没有孩子的朋友，大多是身体不好没有生，有少数是半路夫妻，各自有孩子，虽然不跟着自己，但也没打算再生了。大概养孩子这件事经历一次就够了，再来一次，哪怕是扛着“爱的结晶”这个金字招牌也打不起精神了。就我作为外人观察，他们的生活还都算滋润，关系也平稳，看不出有什么特别的危机和特别的幸福。当然了，婚姻这事冷暖自知，好与不好，都不是外人能感受的。而真正意义上的丁克族，就我狭窄的经验，结果都不好。说穿了无非三个字：丁不住。

“丁克”是基于夫妻相互信任和相互协议而保持的生活方式，一旦确认，那就不能反悔。我听说的丁克族，要么是过了多年女的丁不住了，要么是男的丁不住了，要么两个人都丁不住了。

女性的情况我很容易理解。过了咖啡、甜点、花草、棉布裙、旅行、摄影的文艺小清新年代，当年清淡纯真的女孩子们都长成女人，身体里不知道哪一条双螺旋链开始日日夜夜提醒她要留后了。其实更主要的原因是社会性的，人是群居的社会性动物，小伙伴们都三五成群一家三口地来聚会，闺蜜们三五成群地谈论奶粉尿布早教班，你突然就插不上话了。

当然了，这听起来一点都不可怕，插不上就插不上，只要你有坚定的职业追求和家庭之外的价值实现领域，这事情就不严重。可是，我们中的大多数人是平庸之辈，我们不是《纸牌屋》里强悍的克莱尔。因此，在青春的福利完全被消费掉之后，在寻找新的价值支撑点的姑娘们，有些就从“丁克”的誓言里叛逃了，当年的baby hater开始母性大爆发。这时候，如果丈夫和你同步就比较幸运，如果对方还在坚持丁克，裂痕就在所难免。双方都各执一词，男方认为女性这是被洗

脑了，是软弱，是变节，是叛徒；女方则认为男方永远不知道什么叫成熟。

成熟的意思，就是今天的你不愿回首昨天的自己。男方“丁不住”会来得很突然，我没有做过这方面的调查研究，对男性思维也很不熟悉，不敢断言是怎么回事，是什么使他们起了二心。但是，就我个人的经验而言，男人的父性是不见兔子不撒鹰。见了孩子，他会觉得没那么可怕，然后觉得挺可爱，接着就完全爱上了。我所知道的一个案例是小区的邻居，大概意思是双方商定不要孩子，安静地过了很多年。忽一日，小三抱着孩子上门了，衡量之下，丁克丈夫果断选择了有孩子的一方——这种情节太神转折了，无法置评。

有了一定阅历和年纪，你就知道这世界上最大的不稳定因素就是人。人的本性，人的多变，人的趋利避害，人的首鼠两端，人的此一时彼一时，人的说一套做一套。那么多人说一生一世，

后来分手了；那么多人说执子之手与子偕老，最后离婚了。多少人都是眼睛看着这一个，手机上联系着另一个，心里想着第三个。就算同床共枕耳鬓厮磨，你也难保你一背转身，他没在捣鼓什么名堂。

一件事情一旦涉及两个人或多于两个人，你就得做好事情随时会失控的准备。所以现在我觉得，最轻松的两件事是“考试”和“锻炼”。因为它完全是你自己一个人能控制的事，而且立竿见影，功夫用到了就有回报，完全不必担心任何无谓的内耗。而恋爱、结婚、生子、升职、加薪、跳槽等等，都是不停地要和各种人进行各种消耗。

丁克则是更加严苛的二人协议，它考验的不是刹那的热情，而是长久的执行，在这个过程中，谁敢说自己永远不会变呢？怕的不是变，而是两个人变得不同步，变得不在一个方向上。而且最糟糕的是，丁克对女性尤为苛刻。你设想一

下，小两口丁克到四十岁，丈夫突然想要一个孩子，太太内心也不反对。二人都变了，而且变得在一个方向上，可是另外一个变量也变了，那就是妻子的年纪和身体——这该怎么办？当然了，最近很多新闻也很励志，说是七十老妪喜当妈，可吊诡的是——假如这是常态，为什么会上新闻？

我必须承认，假如我选择生孩子，而不是丁克，那一定不是出于母性的光辉，而绝对是出于对人的不信任。不信任我自己，不信任另一方，不信任契约关系，不信任有任何事会永恒不变。事实也确实如此，今天的我看昨天的自己确乎是个傻妞，那些我曾经笃定的、信仰的、奉行的，以为会至死方休的，全都面目全非了。《倾我所有去生活》这本书出版之后，我一眼都没看过，不是说逼格高，而是情怯。打开书就等于面对我过去的十年，那些狂妄无度、巧言令色、浮夸，都使今天的我汗颜，幸亏还有“年轻”二字作为

遮羞布，让我免于无地自容。

可是再让我回头走老路，那是怎么也不肯了。而丁克这条路，我是不确定自己能走到底。但是我相信，一定有人发自真心地信任自己和对方，坚定地奉行这一信念，并且具备相当的能力，像《纸牌屋》中的安德伍德夫妇一样，把没有孩子的人生过得一样千姿百态甚至更好。

利其器

本书的前部有篇文章叫《只有钱从未辜负我》。大概意思是有钱养孩子和没钱养孩子，都能养大，而且在不涉及开眼界长见识方面，对孩子本身的差别并不大，不过就是护理人的护理强

度有比较大的不同。

实话说，这标题政治很不正确，但不料在文艺小清新扎堆的豆瓣，居然得到巨量的赞美和推荐。当然了，“推荐”并不一定是支持，也有“大家快来看脑残”的意思。所以我也同时看到很多不同意见，其基调大概是“当年什么也没有，不照样把孩子养大了”“你以为养孩子单靠钱就行了啊”，搞得我很不好意思深究其中的阅读障碍和逻辑谬误，也很不好意思拿出“当年没房子不照样结婚”的论据来耍流氓。

很显然，任何时代没房子都能结婚（就像没有抽水马桶人也得大小便一样），今天也不例外，只是会比较辛苦一点，生活质量会有差别。宏观来看，钱多肯定不是坏事，比如月嫂保姆可以敞开雇几个，辞掉工作当全职妈妈也不用太担心家庭经济状况，可以换大房，空间大一点两代人之间的摩擦也会减少。不过，这些花大钱的事项不在讨论范围之内，否则除了去买彩票之外简

直无法可想。不如就讨论一些实际的话题，看看哪些钱花得值得，哪些钱花了也是白花。

根据我有限的经验和个人使用心得，列举出最实用的工具Top 5和最没用的家什Top 5，给正在或者即将当妈妈的姑娘们一个参考。

1. 床栏。

孩子掉床这件事简直防不胜防，在我有限的经验里，妈妈们几乎都遭遇过孩子掉床的情形。第一次掉床的心情就别提了，内疚、惊吓、难过、忐忑，因为这件事的责任全部在家长：有喂奶迷迷糊糊睡着孩子掉下去的；有接着大床的小床带轮子滑开孩子掉下去的；有孩子突然学会翻身就掉下去的；有一眼没看住孩子就翻出来的；有仅仅是转过身去拿东西孩子就莫名其妙掉下去的，总之情况是千姿百态。我儿子掉床的情

况特别匪夷所思，大概就是我在床的四周堵上被子、枕头和高而软的被褥，毕竟他那时才刚刚学会翻身。然后，我去了趟洗手间，还没解决完就听“咚”一声闷响而后就是哭声。我提提拉拉地冲出来，儿子已经像个天使似的降临人间，还是脸冲下。我一身冷汗地抱起他来，摸摸看看只有额头红了一片，别的倒没什么。但因为囟门还没闭合，于是就忐忑地观察，有没有呕吐、嗜睡之类的症状。虽然直觉上觉得没事，但还是免不了一通担心，晚上也怕受了惊吓会不会夜哭。他运动能力强，很早就开始翻、爬、站、走，一分钟眼睛都不能离开。当时还是冬天，地板上也凉，弄个爬行垫吧，他三五下就爬出去了，弄个围栏吧，还会翻围栏。再加上夜里睡觉是转一百八十度的，一晚上忙活得不行，实在太操心。

听人推荐，我终于买了床栏。我得说这是我花得最值得的一笔钱。不但睡觉不怕掉了，还可以在床上玩儿。但是切记不要买单片式，那个高

度很低，小朋友一个月内就可以翻过去。但假如你把床三面拦住，只剩一面，倒是可以考虑考虑，可以定做加高。我买的是网状四面床栏。因为没有老人帮忙，他在这边睡觉，我在外干活做饭，也不怕他醒了掉下去了。

2. 塑料奶瓶。

这个说起来肯定有很多争议，舆论里大多数都说玻璃奶瓶好，不怕烫。我个人经验是，半岁前玻璃奶瓶都还行，因为是妈妈拿着给喂奶，不存在摔碎的问题。可即便这样，依然因为东西多手杂打碎了两个。问题出现在小朋友自己喝奶这一段。

我因为腕管炎，手一直不好，就很早开始试着让小朋友自己抱奶瓶，给奶瓶套了把手。可是，当时他已经能喝到二百一十毫升，所以用的

玻璃大奶瓶太重了，他举不动。等到后来长了力气了，又开始摔东西。即便是把他放在床栏里，他居然也会从床上捡起东西扔出去。所以，这时候塑料奶瓶就很需要了。我的意见是，不管用不用玻璃奶瓶，塑料奶瓶是一定得有的，而且应该直接买大的，一百六十毫升的用不了多久就闲置了。

3. 手机保护壳。

我没生孩子前也想过，要尽量保证不改变自己的生活方式。事实证明——呵呵。就拿穿衣服来说，大领口的衣服那是绝对不敢穿，熊孩子真的当街就能把奶给捞出来。抱孩子的时候牵牵绊绊的，凡是穿得领口低一点，就得握着胸抱着孩子推着车，别提多狼狈了。珠宝首饰也要当心，孩子的大运动完善之后精细运动就起步了，最倒霉的就是妈妈的耳环啊、项链啊、戒指啊，经常

是迅雷不及掩耳就给抓手里了，直撕得人龇牙咧嘴。手机上的挂件，衣服上缀的珠子花边蝴蝶结，地上掉的饭渣子，袜子上的小破洞，就没他不抠抠弄弄的。最要命的就是手机，从开始长牙就啃手机，口水淹到扬声器里都给整静音了。后来长大了摔东西，先后把屏摔碎了，卡摔失灵了，后盖摔飞了，还坦然地尿上去过一次。所以来个手机保护壳真是非常重要。

4. 尿布。

因为现在的育儿观念都不赞成把尿，所以我曾经想要用三年纸尿裤，方便快捷省事。但具体实施起来发现很多情况必须配合尿布，所以家里常备尿布。我儿子生在伏天，在青岛那是高温高湿的焖锅，我又坐月子，而且天生不能吹空调一吹必感冒。月嫂很有经验，给他光屁股，尿布、纸尿裤一概皆无，就让他随处尿吧。事实证明，

这很英明，儿子的屁股从来没捂过。出了伏天就是秋老虎，早晚凉了，开空调有点多余，可正午时分也还是热了点。我试了试，他穿纸尿裤的局部温度也不低，虽然勤换，几天下来，腹股沟还是有浅浅的红印子。询问之下，果断换尿布，松松地挂上，拦着尿柱子罢了，通风透气舒服多了。等真正秋凉进入冬天，纸尿裤就没问题了。这里多说几句，花王纸尿裤贵，口碑不错，可是我总觉得它家的太厚，而且尺码偏小，不漏尿是真的，可怎么看怎么捂得慌。

5. 郁美净。

郁美净没有给我钱，这一条绝对是良心之选。小朋友的皮肤很娇嫩，这我在书里看过，但是具体的是到了冬天才有体会。冬天推出去晒太阳，北方风大，两天下来就有红二团的意思，就四处找儿童面霜，德国、美国、法国品牌兜兜转

转了一大圈，还是要推荐郁美净。水多油少，手感也好，预防和治疗红苹果脸效果不错。

但这还不是最赞的。小朋友在还是小小孩的时候，最常见的问题就是湿疹。湿疹是因为肠胃功能不健全导致的过敏反应，等孩子大了就好了。可是湿疹很痛苦，会很痒，孩子会挠，皮肤会溃烂，所以皮肤护理很重要。我儿子半岁之后因为换奶粉，有过短期的湿疹，不严重，可是皮肤很干，需要滋润。参阅了很多妈妈的经验，全都力推郁美净。我自己试了试，果然效果不错。湿疹过后，关于小朋友的皮肤滋润和保护，我还是会推荐郁美净，而且就是最便宜的那种包装，纸盒子里五包塑料包装的就好，贵的完全没必要。

有用的东西当然还有很多。比如益生菌得备着点，不管孩子便秘还是拉稀，都用得上。护臀膏也得来点，红屁股虽然不难治，可总是时不时会有点。当然，也有偏方说用香油或者茶油，其

实功能都一样，就是隔水，不让尿液刺激皮肤。市面上的护臀膏大概是放了洋甘菊、氧化锌之类的成分，起到镇静收敛的作用吧。我个人很推荐德国的babylove，手感和效果都不错，最不推荐贝亲家的护臀膏，太油了。奶瓶刷也得来一个，利用率很高，但是奶瓶清洁剂完全可以不要，清水洗干净，开水一烫就好。榨汁机得有，加了辅食就得喝果汁，榨汁机几乎天天要用到。

哎呀，这一说简直没完没了，推车得有，连体爬服得有，背带裤得有，各种帽子必须有，小碗小勺餐椅马桶蚊帐吸管杯——越说越多，肯定又有人会说：“当年什么都没有，不是照样把孩子养大了？”我完全不打算反驳，而且鼓励大家积极试试，毕竟“为物役”真的算是一种现代病。

下面说的是我觉得这钱等于白花了的。注

意，这仅仅是我的个人体验，并不代表这东西没用，或者别人用了就不合适。

1. 尿布兜。

买了尿布之后随即而来的问题，是怎么用尿布，用什么固定。比较常见的就是尿布兜，也就是用布做的一个胯两侧能开合的类似内裤的兜子，目的就是用来固定尿布。大家都知道，纸尿裤的好处是不漏，不会一泡尿就连衣服裤子带床单褥子全都尿湿了。所以也就出现了隔水尿布兜，隔水的原理也很简单，就是在尿布兜内部加了一层类似雨伞面的材料，这样孩子如果尿了，不会渗出来把裤子褥子全弄湿了。这里面的问题就有了：它里头加了隔水层，透气性必定就差。我之所以选择尿布而非纸尿裤，就是看中尿布的透气性，这如果用上隔水尿布兜，岂不是两头好处不沾，两面的坏处都有了？既不透气，又得洗

换。

但是经验和教训都得自己经过一遍才有。家里老人带孩子都是三十年前，他们对现在市面上的花哨玩意完全不掌握，所以我花了不少钱买了棉质和粘钩都好的尿布兜（有些粘钩是硬毛粘钩，很容易刺到孩子），用了几次感受很不好，很快就闲置了。

至于尿布，我用了最古旧的办法，用一根松紧带围在孩子腰间，尿布叠成长款，前后一卡就基本能固定。这当然不算最好的解决方法。因为第一，孩子如果正在学翻身或者爬行，可能会蹭脱；第二，孩子越大膀胱越大，特别是醒来后的一泡尿很容易就把整个尿布尿透。

解决方案是，要么醒来就迅速给孩子把尿，可这个时机很难把握，因为孩子睡着了是妈妈干活和休息的好时候，不可能眼睛盯着他给他把尿；要么是睡之前在他屁股下垫上隔尿垫，最多

就湿了裤子和隔尿垫，换洗起来工作量不大。等孩子大了、能站了，尿布的问题倒少了。因为尿也是往下尿，很少像小时候那样把后背都尿湿了。想要尝试防水尿布兜的姑娘们，不行就先跟人要一个试试，要买也先买一个试试看。

2. 驱蚊类香膏。

我必须狠狠吐槽这一类产品，就我经验所及，还没有哪一款能把蚊子吓住的。鉴于婴幼儿用品市场似乎没什么监管，往小朋友身上涂东西，妈妈心里总会别别扭扭的。而小朋友虽然适应能力很强，有时也会突发奇想地起别扭，你也不知道什么东西他喜欢或者讨厌、过敏或者不过敏。因为我儿子生在夏天，蚊虫必定少不了，所以我就按照网上罗列的待产包和必备物件来选择驱蚊产品。有婴儿用的驱蚊液，不是擦身上的，而是像电蚊香似的插在插座上，感觉里面多多少少

少有化学制剂，到底不放心，也有擦在身上的驱蚊膏可供选择。

但事实证明，这些都不靠谱，孩子还是被咬得抓耳挠腮的。蚊帐，只有蚊帐才是解决一切蚊虫叮咬问题的终极大杀器。物理防蚊，安全、稳妥，无后顾之忧，缺点是我总觉得儿子躺里面好闷热的样子。溽热难熬的暑天，多一层东西在身上都觉得难以忍受。这时候我就特别想念我的乌鲁木齐，那是一个没有蚊子的城市。

3. 温奶器。

我必须提前说明，温奶器不是没用的产品，它有用，而且还帮了我一段时间。当妈妈最痛苦的事就是夜奶，我这样母乳不足、得喝奶粉的不敢说更痛苦，反正是不一样的痛苦。黑灯瞎火的你得起身，兑水，舀奶粉，喂上吃完，然后哄

睡，然后去洗奶瓶、奶嘴，再爬上床睡觉，一晚上如是者两三次。所以有一种电器叫温奶器，它解决了一个问题，就是兑水。

为了不破坏奶粉里的既有营养，所以一般建议冲调时水的温度最好就四十摄氏度。新妈妈很难靠手感知道什么叫四十摄氏度，就算有经验了，也得凉水热水的两下里倒腾一阵子。白天倒不是事，晚上就复杂点。所以我买了一个温奶器，在一个奶瓶里放好足量的奶粉，另一个奶瓶事先放好足量的水，栽在温奶器里，选择四十摄氏度常温，它就会一晚上保持常温。孩子一旦醒来要吃，只要拿出来一摇就能塞孩子嘴里。

首先能避免熬着冷下床，第二也避免你动作慢，要是孩子都从迷迷糊糊中哭清醒了，再想让他睡着，就只得你下床抱着哄了，实在太累人。这一招倒是非常管用，基本上孩子从哭醒到奶瓶进嘴，我能控制在三十秒之内。我得说它确实帮了我，但是它依旧入选这个榜单，有两方面的原

因。

第一，它保持四十摄氏度恒温是要通电的，而且为了方便我伸手就能取到，它就搁在我的床头。所以，你们设想一下，你睡觉的时候耳边有东西一直在呼呼地烧，电流刺刺地跑过。有睡眠障碍和睡觉轻的妹子们肯定知道我在说什么——太扰民啦！

二来是因为温奶器的说明书实在太言过其实了，里面说可以消毒，可以加热辅食，可以加热剩奶，等等。我的实际经验是这样的：首先奶具不需要天天消毒，正常清洗晾干就可以满足需求。过于频繁的消毒不是好事。比如，假设孩子得了鹅口疮，我看专家都建议停止频繁消毒奶具。刚开始我以为是自己看错了，不是因为不卫生才得鹅口疮吗？结果并不是，是因为过度消毒后，孩子接触的菌群太少，反而容易感染。

我自己的做法是一周消毒一次，但是假如拿

温奶器来消毒，简直鸡肋。因为温奶器一次最多只能消毒三个奶瓶，但是小朋友的用具很多，奶瓶、奶嘴、小勺、奶瓶盖、小碗……温奶器里根本就放不下。我都是拿个大蒸锅，全部放进去蒸一下完事。所以，温奶器的这项功能我完全没用上。

至于加热辅食就更别提了，有微波炉在谁用它啊？而且辅食怎么放进去呢？至于它的主要功能加热剩奶，恕我直言，如果等它加热好了，孩子恐怕早把房顶号翻了。

孩子的胃口有波动，或者厌奶期来了，或者贪玩不好好吃，多多少少会剩下奶，剩个一二十毫升的，就倒了，或者大人喝了。我奶粉过敏喝不了，家里其他人嫌奶粉难喝，喝了一两次也不喝了，只好倒了。但有时居然会剩下五十毫升以上，就只好冻在冰箱里，等下一顿再喝。但是温奶器的加热功能只有两挡，一个是一百摄氏度，一个是四十摄氏度。要是用四十摄氏度挡加热，

那你得等半小时，如果用一百摄氏度挡加热，控制不好就会很烫。

我家吃的奶粉里带益生菌，不能高温加热，否则营养会被破坏掉。所以，加热剩奶的功能真是不好用，还不如倒一碗开水，直接栽在里头算了，但也很麻烦。在加热剩奶这件事情上我没找到又快又省力的办法。

唯一帮到我的四十摄氏度恒温、方便我喂夜奶的功能，在我买了没多久后也用不上了，因为我儿子居然开始睡长觉了（奶粉比母乳抗饿，吃奶粉的孩子一般都会很快睡长觉）。这真让我悲喜交加，喜的是“哎呀我总算熬出头啦”，悲的是“我这钱又打了水漂了”。

所以我就有点想不通温奶器存在的合理性。母乳喂养的孩子用不到温奶器，喝奶粉的孩子也用不了多久温奶器，那么温奶器为什么还这么畅销呢？所以想要试试温奶器的新妈妈们，能捡到

别人送的就别自己买。如果是装备控，那就买个试试。但是记得，一定得留好包装盒，等用不上了，包好了二手送人吧。

4.婴儿洗头沐浴液。

说多了都是泪。孕期囤货，我专门囤了大包装的沐浴产品，因为知道孩子每天都得洗澡，所以估计着用量肯定不少。但是不料，我儿子生下来之后根本就不太用到。小朋友的皮肤表面天生有一层油脂保护，不建议太频繁地使用化学制剂洗浴。基本上就是拿清水涮一下就最好，只有头发脏或者汗出得多时，才用沐浴液或者洗发液清洗一下。这就害得我四百毫升的两大瓶闲置到如今，送人也不好，自己用也不好。完全不买也不行，要买就买小包装的，一小瓶能用一整年，根本就不会像大人似的那种用量。

说到此处顺便吐槽一下温度计。婴儿洗澡切记不要水太热，一来皮肤受不了，二来孩子基础体温高本来就怕热，所以育儿书上都说要保证水温三十七摄氏度至四十摄氏度。可是，新妈妈怎么能知道三十七摄氏度的洗澡水怎么兑出来？如果今天你问我我肯定说：“手试一下就行啦！”可是，这个经验是我当了十个月的妈妈才积累出来的，不是凭空就有的。所以，我当时很认真地买了澡盆温度计。当然，它现在也闲置了，我只要手在水盆里一搅和就知道差不多是这个温度了。不过洗澡用的小玩具真是可以多囤几个。小朋友大了手非常闲，抓抓弄弄的，洗澡时你不给他个玩具抓着，他就会出各种幺蛾子，一会儿拍水，一会儿往外爬，别提多闲得慌了。

5. 安抚奶嘴。

关于安抚奶嘴我没有什么可说的，既不是觉

得它影响孩子牙齿发育，也不是觉得难看，也没觉得是不良习惯不能培养。有朋友的孩子用过安抚奶嘴，除了戒除时候比较困难，也没什么不良后果，所以我心理上不是特别抵抗。关于孩子吃手，吃安抚奶嘴，我看了一些相关的书和研究，上面都说孩子口欲期的欲望要满足，否则长大了会有其他代偿行为。所以，从儿子会抓东西开始，只要是安全和基本干净，我也没太阻止。可是，他就是不吃安抚奶嘴，也不咬牙咬胶，他宁可咬电线，舔柜子，啃拖鞋，舔手，就是不吃安抚奶嘴。当然这不是安抚奶嘴的错，之所以罗列进来，是给当妈妈的提个醒：买安抚奶嘴的时候要提前做好思想准备，这笔钱有可能是白花了。这是我能想到花钱花得最冤枉的前五名。其实孩子的东西里，有也可、没有也可的很多。

比如最早的一辆车，是躺坐两用的，很大，有避震作用，外形非常拉风。可是孩子一大，天又热，就不爱坐了，更喜欢百十来块钱轻便的伞

车。再比如婴儿床，不买吧不好，因为培养孩子睡自己的小床是迟早的事，早训练早习惯对他有好处。但是这都十个月了，他在小床上躺的次数我都能数过来，平时要么是为了大人方便喂奶，要么就是生病了撒娇要照顾，要么就是睡惯了大床喜欢翻腾着睡，不爱睡小床。总之，那小床虽然也不太用，可是没有又不行。因为小被子、褥子、尿布、衣服、纸尿裤总要有个凑手近便的地方放着。所以如果问我，我也得说：“备着吧，横竖用得到。”

总体来说，孩子的东西能捡别人的就别买，新东西油漆啦甲醛啦都散不干净。而且孩子长得快，一岁前的衣服很多穿一次就穿不了了，有人送二手的更好，又软和又安全。在这方面，我们要呼吁姐妹们联合互助，既经济，又环保，还能增进感情。

宠物和宠物

我曾经养过一只猫，不是什么名贵品种，大概是从街上花五块钱用塑料袋提回来的。这只猫的主要特色是饱食终日，百无一用。不但脑子糊涂，去时忘了来时路，而且缺乏男性雄风，隔三差五就被附近的公猫打成刀疤脸，灰溜溜地躲回来。因此，它老大不小也不见有女朋友。即便如此，我依然很爱它，因为它非常黏人，我一进门它就绕着腿喵喵叫，一打开书就立刻窝在书中间，一躺就来卧在胸口呼呼大睡。除了掉毛、抓窗帘、把东西从桌子上推下去、抓沙发、喜欢看电视之外，真说不上有什么特别恼人的地方。后来我们搬家，它很不习惯高楼生活，缘分至此，

它就浪迹江湖去了。不知道它现在是不是一改文艺暖男的气质，成了一匹虎虎生威的疤脸混子猫。

之所以会想起它，是因为我想给儿子重新养只猫，想这个问题已经好一阵了。积极的说法是，让孩子有个伴，培养孩子的爱心。但是当过妈的都知道，全世界最累的事情就是陪孩子玩。我就是想让小猫陪着孩子玩会儿，我去休息十分钟。

陪孩子玩之所以累，是因为这件事很重要，孩子几乎所有的身体和智力发展都是通过游戏来实现的。小朋友越大越需要人陪着玩，自己一个人玩的情况也有，但这和大人一样，玩一会儿不免孤单和无聊，趣味性也会少很多。我看现在所有的婴儿训练和母婴互动，或者小朋友社交，全都是提供一个让他尽情玩的地方。这需要大人付出体力、精力、时间、想法、耐心，有人帮忙还好一点，否则实在太辛苦了。可是我才把这个想

法提出来，立刻就遭到了无情的反对，比在孕期遭到的反对还要严重。

虽然我的猫在我怀孕前就湖海泛舟去了，但是我身边有朋友在计划怀孕时就面临一个问题：宠物怎么办？少女帮的清越就是一例。她曾经养过两只猫，一只从楼上飞身而下不治身亡，另一只叫黄家宝的公猫于是就更加得宠，即便是在她怀孕期间也没打算送走这只猫。当然了，她给它做了很好的处理，平时养护也很干净，自己也去检查了弓形虫，显示一切正常。可是这在别的孕妇眼里还是很有勇气的。

前几天在豆瓣上看见有人吐槽，说是孕妇敏感到不但不接触猫，而且连养猫的人都不打算接触了。这听起来当然很夸张，但我现在已经不太随便评价人了。因为每个人能接触到的对方都只是很少的碎片，我不知道她这个孩子要得多费劲，之前是不是有过不良孕史。当然了，也许没那么复杂，她就仅仅是愚昧而已。但是，如果我

说绝大多数受教育良好、对弓形虫传染的原理和机制有很好了解的人依然选择了阶段性把宠物送去父母那里，是不是听起来也没那么不愚昧？可是这就是事实，大家想要降低的只是风险，想要减少的只是麻烦。

这种风险和麻烦，说起来真是无奇不有。我们小区的孕妇散步时被邻居狗咬了，常人当然是要去打狂犬疫苗，可是孕妇不能随使用药，这就是凭空而来的麻烦。另外，在怀孕之初体检时大夫就叮嘱，去把牙齿收拾好，智齿拔一拔，龋齿补一补。因为三不五时会见到因为牙齿发炎不能用药而生不如死的孕妇，牙齿不一定会发炎，但这就叫降低风险。更加上国内现在风声鹤唳，草木皆兵，不知道是有经济利益推动，还是因为人口密度大，居住环境复杂，养宠物的习惯和礼仪也没有形成。总之对于宠物，养也可以，最好是不养。人获取信息的倾向性不言自明。假如你反对宠物，那些宠物伤人的信息会源源不断被你吸

收，更加巩固你的意见；假如你很爱宠物，那些关于宠物的安全性和优点的文章也会一再被你提及，来捍卫或者推广有宠物的生活；而中间人群则阶段性地东倒西歪。

生了孩子再想养宠物，阻力似乎就更多了。我听到的说法，不单有存在弓形虫的可能性这样的老生常谈，更有小朋友对宠物毛发过敏、被咬伤抓伤事件。倒不多严重，但总得消毒、包扎、打疫苗这一趟折腾。更实际的说法是，宠物也需要花精力照顾，照顾一个祖宗不够，你还得照顾俩，快拉倒吧！而我最喜欢的、也最得我心的说法是：“你快别作孽了，孩子的手别提多闲了，平地还要给你起三尺浪呢，你弄个猫狗回来，揪尾巴抓胡须拽爪子抠眼珠，三天就被他玩死了。”另外一些有经验的则说：“十一个月养太早了，过了三岁再说吧。”

每个养过猫狗的人都知道，宠物给人的慰藉是人力所不及的。在我单身和独居的年月里，我

在家里养了很多零碎东西，光是花草，前后就有三十几盆。因为宅，所以我没敢买狗，而是选择了同样宅的猫做伴。另外，也养过鱼、小仓鼠、乌龟、鱼、鸟。这些小东西我都不觉得特别难伺候，无非就是操点心。可是现在都顾不上了。花草盆子放在地上，儿子是一定要去抠土拔叶子地塞嘴里的，如果搬得动，是一定要给原地撂倒的，这都是口欲期的孩子典型的行为，不能怨他。但是，我得想方设法把花草们移居高处。鱼缸当然也得放高，换个水也得等他睡着了或者在别的屋，做贼似的迅速搞定。否则他一定绕在腿中间，这个要看那个要看，呜呜呜地发表意见，牵绊得很。

孩子越大生活就越能恢复常态，他会渐渐地对这些东西失去兴趣。因为在他得知触感、味道和原理之后，那些东西的神秘感和新奇感就消失了。渐渐地，他会往户外去探索更大的活动空间。在这个过程中，我也被慢慢改变了。

我现在的习惯放在一年前根本无法想象，晚上九点就上床睡觉，早上五点半就起床，伺候好孩子，七点就坐下抓紧干正事。东西随手放回原位，因为孩子的手特别快，一不留神就不知道他又把什么抓嘴里去了。小瓶子小盖子都拧紧，都封严实，抽屉全部上了安全锁，浴室门一定要进出随手关，否则他一定进去捞马桶的水来舔。易碎品放高处，药品放高处，花草放高处，电脑手机放高处，插线板放高处，成人食品放高处，连垃圾桶都放高处——否则一眼看不到他就兴致勃勃地像洪七公一样在翻垃圾，吃饭时热汤热菜瓷器碗盘都靠中间放——搁桌子边他能给你伸手拽下去。最要命的是打扫卫生。现在他能站起来走还好了，当年他还只能爬的时候我恨不得每天水洗两遍地板。这种琐琐碎碎、没结没完、处处留心的生活日复一日，女性就这样被训练出来了，她不得不擅长精细动作和细微观察了。

欧美式的生活大概是“优质生活”的一个样

板。而宠物和孩子一同成长，大概也是最经典的画面之一。限于客观条件和环境舆论，大概多数孕妇和新妈妈还是会选择无宠物的养育环境。可是平心而论，养宠物也是一种习惯。不养宠物不会要我命，可总会觉得哪里不对，因此三不五时地总要惦记着。虽然我现在还没有再养一只猫，可已经开始畅享三年之后的各种盛况：这一次我要养一只什么样的猫呢？

月嫂的人生

我请月嫂非常仓促，却意外遇到了一个好月嫂。之所以好，倒不是说专业技术上有多么突出，而是，她是一个好人。所谓好人，也并不是

电视剧里塑造的吃苦耐劳、低眉顺眼的农村务工人员，好像泼出去一颗心专门给人使唤。不是的，我的意思是，作为一个人，她挺好的。

因为老人身体临时出了状况，原定的计划有所改动，我是剖腹产第二天躺在产床上通过中介找到的保姆。按照规矩是要月嫂先来见个面，互相看看对不对脾气秉性。于是，第二天，刘老师就来了。我称呼她“老师”绝对不是出于流行的客套，而是这个称呼放在她身上你觉得合理，至少就我第一印象来说是这样。

当时正是六月底的桑拿天，我躺在床上纠结着怎么去十步之外的卫生间，是推轮椅过去，还是慢慢挪过去？但是第一个问题是：我怎么先起身？因为左腿根的韧带拉坏了。刘老师进来的时候，就看见我龇牙咧嘴地想要爬起来，她赶快过来扶我，问：“哎哟你这是怎么啦？”听口音是东北人。四十快五十的岁数，身量不小，有一米七上下，体型也健壮，看着像个能干体力活的

人。周身上下收拾得很利落，短头发烫得整整齐齐，碎花的雪纺衫和黑裙子，脚上一双轻便鞋，是个体面人，好有三分老师的样子。

我没见过月嫂，不知道月嫂普遍应该长什么样子，但第一眼我就喜欢上了她的干净。干净之外，她还相当控场，看得出是个强势的有主意的人，这也是能干的人基本特征。当时我家里正是没人主事的时候，老人身体不行，先就没了心劲儿：“凡事你们商量好我帮忙。”先生眼高手低，总觉得自己万事行，自己死扛。可他到底扛不住，把我也拽进去了。再者说，男人带孩子，再有经验也就限于出力气，遇到具体事也是没主意。尽管请月嫂价格不便宜，但此时此刻，大体合适就行，于是我们就签合同把她请进了家。

到如今我也得说，这个月嫂的钱我花得舒服。甚至在我产假快满无人帮忙的时候，心里头的备选保姆第一人还是刘老师——虽然她当保姆的价钱也高得不得了。刘老师刚进门，就对房间

不满意：“厨房太油腻，卫生间不卫生，卧室的被褥需要这么厚吗？桌子这么摆多碍事啊！”好一通折腾，拿着月嫂的钱，先把保洁的活儿干了。一个强势的爱干净的人，不管去哪儿，强迫症都随时爆发。收拾好孩子，她猛干了三天，厨房光亮可鉴——只是不是我的厨房了，东西全换成她喜欢的摆放模式了。我半条命都没了，哪有精力跟她计较这个？随她舒服吧。可是老人和先生却忍不住了，跟我嘀嘀咕咕，我就一句话：“你行你上。”

刘老师带孩子很自信，这点很合我意。她的自信当然不是来自于她的职业培训，而是来源于她是两个孩子的妈。新生儿软乎乎的，颈子骨头都还没硬起来，不自信没经验的人抱在怀里，除了一腔毫无用处的爱心，简直不知道该怎么摆弄他。刘老师可不是，看得出来多余的文艺小情绪，就是手快脚快，喂奶洗澡抚触按摩哄睡擦屎擦尿，完了就是去做中午饭。

新妈妈最大困扰不是没办法，而是不知道这办法行不行、对不对。所以，我们需要有一个比较自信的人做判断，而且要直言不讳地告诉自己，如果那样不行，应该怎么做。这一点刘老师也很合我意。有一天我儿子不拉屎，我有点焦虑。她来了一看，说：“不拉就不拉，他想拉就拉了，你又不能替他拉。”看我在一边又翻书又给儿子揉肚子，她“哎呀”一声抱起就走，边走边说：“快别折腾我的大宝贝了。”非常自然，还把我逗乐了，人也放松了。而她的不迟到、进门换干净家居服、不在雇主家洗澡、不吃孕妇餐、不吃荤菜等这些习惯，倒像是职业培训里学来的。雇主都不好伺候，掏了钱想把人家当骡马使唤的大有人在。

刘老师也有缺点，做饭太油、太咸、量太大。我月子里几乎什么也吃不下，又不停地被逼着吃，几乎形成了反射性的厌食。酷热难当，又不能吹空调，饭菜味道重了更让人心烦。她这样

强势的人很快就在我这里感到了挫败，因为她的月子餐我根本就是一口不动地给送回去。她很气馁，几次下来就偷偷问老人：“你家这个产妇不好伺候啊？”

不好伺候还有第二层：我话很少。也是性格使然，也是身体不舒服，也是荷尔蒙不对，也是一脑门子和老人、丈夫的官司，我几乎没什么话说。别人问了，我也是“嗯”一声。除了看到孩子有几分喜色，平时就是一声不吭。所以她有点摸不准我。但是很快，她就发觉我就是这个性格，和她没什么关联，她就不紧张了。加上她爱说话，我又能听，于是她就很能跟我聊上几句。

她祖籍东北，具体哪里我忘了，大约是很小的一个地方。第一个老公吃喝嫖赌打老婆，她生儿子剖腹产，老公没事人似的在家跟人喝酒，一脚医院的门没进过。这事儿伤了她的心，记了一辈子，离婚这么多年了一说起来还是不忘。后来过不下去了，离婚，果断地把儿子扔给老公养

了。我惊问：“为什么？”她说：“这儿子他养也是白养，迟早得来找我，还是我的。”果不其然，儿子十七岁从东北到青岛找她来了。

当时她正在第二段婚姻里，丈夫倒是个好人，但却是个窝囊废，成天在家窝着不挣钱，醋瓶子似的还老盯着她。她那阵子心强，开个门市，倒腾点水果蔬菜，早出晚归别提多累人了，再遇到这么个不争气的东西，日子也过得磕磕碰碰的。但是四十岁的年纪主意特别正，果断又生了个女儿。这个女儿生得她身体垮了半边，可是按照她自己的话说是：“我这辈子干的最英明的事儿就是生了小蕾。”

带着大儿子，养着小女儿，很快窝囊废老公就成了累赘了。她要离，对方不肯，于是就打架。她也是不吃亏的，两下里真干上，她还把老头给打哭了，哭了也不肯离。她说：“不离就不离，我过我的。”于是就搬走，租了房子，养闺女。她打工赚钱，给儿子把媳妇娶上，把媳妇月

子给伺候出来，孙子给带大。女儿上了初中，她才算是喘了口气。这中间遇到了现在的伴儿——一个公交车司机，看样子人不错。她也再没什么烦心事。说是“伴儿”，是因为她还没离婚，也就没和这个结婚，两人就这么一起住着过日子。

这故事由刘老师讲出来，那就能笑死人了。说到她怎么把窝囊废从楼梯上撕下来，裤子都扯裂了，他又怎么又羞又气地哭了，她乐得嘎嘎笑。眉飞色舞还带手势，还有具体场景的描述，把我们也笑得不行。说起和现在这个，我和她说：“你终于找到归宿了。”她说：“别提了，当初睡完我，听我没离婚他还想跑了不认账呢！想得美！这亏谁吃呢？”我们又问：“那下一步怎么办？”她说了一下计划，似乎是要先跟那边离掉，然后再按单身带两孩子的什么政策可以申请廉租房还是经济适用房，房子到手再和这个结婚。我惊问：“还结！你还没够啊？”她更加惊奇地问：“那他死了我不是啥都没有了？我老了

病了吃啥喝啥？不能拖累我小蕾吧！”

她是个敞快人，肚子里藏不住事。有一天来了心神不定，我问了才知道她老头前一晚高血压犯了，正不舒服。我让她休息一天，不行就带去医院看看。她说：“算了，来都来了再看看吧。”可是一整天，就看她一会儿给老头打个电话，一会儿给闺女交待早点回去看看你爸，一会儿就给她朋友打电话问降压药的事儿，一会儿再给老头打电话问：“晚上想吃啥？放着别动我回去做。”她是个特别知人、疼人的人，临走的时候问我什么叫有机西瓜，我解释了一下。她听了听，想了想，说：“贵就贵点吧，生病了就该吃点贵的。”

她是个出卖体力的人，知道每一分钱来得艰辛。我自己经历过带孩子的辛苦，真是能理解为什么月嫂价钱这么高，这钱确实不好挣。我当初通过中介找到她，我给中介一百元，中介要收她四百，她是非常舍不得的。可能她觉得我是个读

书人，主意多，问我有没有避开中介的办法。我说：“网上发布好了。”她细问之后又犹豫。因为网上发布要留她的电话号码，她怕中介的人看见不太好意思。我心想：到底还是个老实本分人，只想过几天本分日子。我就说可以帮她推荐给来问的人，她听了之后很高兴的样子。

前几天我看了一条微博，大概意思是：一个凭着有限知识长期生活在小圈子里的人，会错觉自己的权威；一个从来没被人当面戳破过幻觉的人，会真的以为自己无可挑剔；一个依附着小团体嬉笑怒骂的人，常常会觉得自已内心强大……但其实这种人最是纸老虎。一看之下，我觉得句句都让我躺着中枪。

我从学校到学校，从安稳到安稳，没有经历过任何挫折也没见识过人生百态。仅有的愤世嫉俗，不过是来源于青春期的无聊。那些我体会过的、书写过的、反复玩味过的反抗、抑郁和不羁，在刘老师这样的人眼里，不过是养尊处优之

下精致的无聊，属于闲得慌。那当然算一种读书人的生活状态，可是相比较她战天斗地、奋力求生活的生涯，就属于病态的无能和无用。但是她不会如我这般巧舌如簧，说不出这些大道理，她只是说：“你心要放宽，想太多没用，先把事儿干完。”

满月之后我要远赴婆家，也就不再续约了。最后一天和她结账时，我出于习惯用了信封装好，她倒大喇喇地说：“我点一点吧，肯定没错，可是点了咱俩都踏实。”因为一走就是半年，我把家里的米面粮油带不走的、放着也要坏的，全都装好了让她拿走，门口的一盏旧柜子也给她了，给她先生送了一个钱包，给小蕾一个笔记本。说了几句感谢道别的话，因为对未来的境遇没有把握，我未免又伤感起来。

她听了，也宽我的心，说：“没什么过不去的。明年你不还回来上班吗？到时候没人带，你就找我，我给你便宜点。不过也便宜不了多少，

但我肯定能给你多尽心带孩子。”说完抽出来三张大钱塞给我，又说：“就当我给孩子随的礼了。”然后又拿出买好、洗干净的连体衣，说上飞机穿这个好，不露肚子。接着又不厌其烦地跟我交待，去了婆家万事看开少走心，又教我怎么给孩子抚触、洗澡，怎么加辅食，怎么不要捂着孩子。拉拉杂杂都交待到了，我送她到门口，电梯来了，她将走未走之时又退回来，再交待我一句：“别瞎想，孩子都有了，还有啥过不去的坎儿呢？”

缘起或完结：不对之书

写作本系列（原名《文艺女青年孕产育指南》）的缘起，是剧烈的疼。不知道是不是中了大奖，我在孕、产、育三个阶段都感受到了各种疼痛，好像把前三十年积累的免疫额度一次全消费掉了。疼痛之余不免和朋友们吐槽，一吐之下，才发现，并不是我一个人在疼痛，有人就说：“你写出来吧，否则咱们都白疼了。”

曾经有个揶揄的说法，说女作家的罪都不白受，总有一天会凝结成文字流传出来。之所以说揶揄，一方面是说女性的写作动机大多数是自我倾诉，而结果却难免是消费自身；另一方面则解释了为什么会写两笔字的女性都特别“作”，似

乎是在为写作积累素材。这两点我虽然不太同意，但落实在本系列上居然非常契合。虽然很难假设一个女作家会为了积累写作素材而去生孩子（投入产出比太差了），但是不管主观意图如何，客观上这些文章确实消费了女性尤其是新妈妈第一年的各种“疼痛”。

这些“疼痛”既包含生理上的，比如《会呼吸的疼》《唐筛猛于虎》，也包括心理上的，比如《江湖老》《只有钱从未辜负我》，既涉及个人成长如《一个人去战斗》《你是你，我是我》，也有反映家庭关系如《带着孩子去离婚》《来自星星的儿媳妇》，当然也有十三不靠空降而来的疼痛，即《有一种孤独》《清晨五点的牛肉面馆》。所以整体上来看，文章里充满了令人不舒服的负能量，以至于有编辑语重心长地劝导我：人，还是要散播正能量，生活都这么艰辛了，谁愿意打开书看你一片愁云惨雾？但是我得说，在生孩子这件事情上，还是需要负能量的。

首先，是因为没人告诉过我会这么疼，是生理和心理内外夹击的疼，而且这疼痛还不可逆。市面上的书籍要么是具体的实务，比如郑玉巧崔玉涛系列，要么是孩子性格教育大全或是陪读系列，二者的共同点是将焦点始终放在孩子身上。可能我阅读面太窄，没有看到哪本书是把关注点放在新妈妈身上，关注她的疼痛和焦虑、她的孤独和压抑、她的改变和成长。没有人表示关注、理解和支持，也没有人提供相应的辅导和帮助，只能靠新妈妈在身心交困、四面围城之中完成这第一年的蜕变。我不觉得这没问题。我身在其中，有那么几个刹那我觉得自己非常有问题。

其次，现代生活提供给女性一种可能性，即自由选择婚姻家庭模式，单身不是问题，丁克不是问题，同性婚姻不成问题，甚至更为小众的婚姻方式也许我们还都因为孤陋寡闻而并不知晓。婚姻和生育并不是强行捆绑销售，生育也并不必须是婚姻的组成要件，生育不应该作为一种责任

和义务被强行捆绑进女性自我实现的进程中去。那么面临生还是不生，该如何选择？假如铺天盖地弥漫的都是生孩子如何更丰富、更圆满、更幸福，而丝毫不提到与之相伴的实际困难——在信息不全面的情况下，还在谈自由选择，是不是有点徒劳？

退一万步，即便是信息不对等，假如存在代价不大的补救措施那也不错：有的人结婚了才发现婚姻不适合自己的，可以选择离婚；有些人工作了发现工作不适合自己的，于是辞掉工作当个江湖神仙；有些人出家了发现舍不得尘缘，于是蓄发又还俗了；有些人投身科学发现不能解决终极问题，于是转回头又信仰上帝了……虽然走了弯路，但至少兜兜转转总能走回头路。可我没看见过哪个女人生完了发现自己不适合当妈妈然后还能塞回去的——当然也有一甩手跑掉的。还是那句话：代价太大。

所以我写了十万字，把这一年的体验写出来

了，而且将焦点放在新妈妈的成长和蜕变上。最初之所以叫《文艺女青年孕产育指南》系列，那意思完全自我揶揄。

因为在我的理解里，作为个体的“文艺女青年”，其基本特征就是百无一用。除了看书、写字，沉浸在自己的小世界伤春悲秋外，完全没有现实干预能力：既不适合婚姻，更不适合生育。

而作为消费概念的“文艺女青年”，代表的是一种自我虚构的生活范式，其中包含着资本社会的利益指向——不论是消费的，还是被消费的。这里面既包含该如何穿衣、如何选择所谓有“格调”的饮品、如何选择景色自拍以及如何自拍，甚至都已经出现“文艺女青年必读书”这种提法了。当这一个词开始对人强买强卖某种“腔调”，并努力使之成为骄之于他人的时髦时，在我的理解里，它就是在剥夺人的自由，在设定樊笼、在滤镜般的柔美中逐渐掠夺一个活生生的人对现实的敏感和自我的观照，把个体驱赶

到一个标签之下。

而所谓“指南”，更无从谈起，因为是个个人狭隘体验，既没有普遍性，也没什么可操作性。如果说有什么贴合之处，那就是，这组文章写到一半，我的书出版了，而我也被冠以“文艺女青年”的称号了——你说这是不是现世报？

最后，这是一本“不对之书”。不知道书籍是不是都应该致力于写下所谓“对”的人和事，我所写的内容在写完不久就有很多被证明是“不对”了：曾经焦虑过的，过了三两个月发现完全没必要焦虑；所担心的，也许在第二天就发现其实是庸人自扰。所以这本书的问题在于，看完之后你会忧心忡忡，经历之后却发现并非如此。

另外，不知道一本书是不是应该给人带来身心的愉悦和享受，而不是相反？可是，读我这本书必定是越看越焦虑。这么说吧，它是提前“亮”，是杀威棒，说的都是最糟的情况，你

并不一定都会经历，而且我祝愿你都别经历。在这个意义上，我宁可它是一本“不对之书”。

本书由“行行”整理，如果你不知道读什么书或者想获得更多免费电子书请加小编微信或QQ：491256034 小编也和结交一些喜欢读书的朋友 或者关注小编个人微信公众号id：d716-716 为了方便书友朋友找书和看书，小编自己做了一个电子书下载网站，网址：www.ireadweek.com QQ群：550338315

如果你不知道读什么书，

就关注这个微信号。



公众号名称：幸福的味道

公众号ID：d716-716

小编：行行：微信号：491256034

为了方便书友朋友找书和看书，小编自己做了一个电子书下载网站，网址：www.ireadweek.com
QQ群：550338315 小编也和结交一些喜欢读书的朋友

“幸福的味道”已提供120个不同类型的书单

- 1、 25岁前一定要读的25本书
- 2、 20世纪最优秀的100部中文小说

- 3、 10部豆瓣高评分的温情治愈系小说
- 4、 有生之年，你一定要看的25部外国纯文学名著
- 5、 有生之年，你一定要看的20部中国现当代名著
- 6、 美国亚马逊编辑推荐的一生必读书单100本
- 7、 30个领域30本不容错过的入门书
- 8、 这20本书，是各领域的巅峰之作
- 9、 这7本书，教你如何高效读书
- 10、 80万书虫力荐的“给五星都不够”的30本书
-

关注“幸福的味道”微信公众号，即可查看对应书单

如果你不知道读什么书，就关注这个微信号。