



中年危机

女人卷

丹子/著

中国第一部全面阐述中年危机的力作

中国第一次真实展示中年人内心世界的尝试

ZHONGNIAN
WEIJI
NURENJUAN

中国青年出版社





中国第一部全面阐述中年危机的力作
中国第一次真实展示中年人内心世界的尝试

中年危机

女人卷

丹子/著

中国青年出版社

B825/10

(京)新登字 083 号

图书在版编目 (CIP) 数据

中年危机·女人卷/丹子著. —北京: 中国

青年出版社, 2000. 3

ISBN 7-5006-3805-1

I. 中… II. 丹… III. 中年-女性-修养-通俗
读物 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 03926 号

中年危机·女人卷

策 划: 冈宁 李晓丽

责任编辑: 李晓丽

出 版: 中国青年出版社

发 行: 中国青年出版社

经 销: 全国新华书店

社 地 址: 北京东四 12 条 21 号

邮 编: 100708

印 刷: 北京市梨园彩印厂

开 本: 850×1168 32 开

9.5 印张 200 千字

版 次: 2000 年 3 月北京第 1 版

2000 年 3 月北京第 1 次

印 数: 1—8000 册

书 号: ISBN 7-5006-3805-1/C·237

定 价: 16.90 元

序 言

答应写这部有关中年女人的书，是因为我本身就是一个中年女人，是一个看似轻松实际上活得也很沉重的中年女人。作为一个记者编辑，我目前还没有面临我的一些同时代的姐妹们所面临的下岗、待业、待分配的处境，但不敢说以后也没有。

按年龄的划分，联合国公认的进入中年的岁数是49岁。而实际上，我们中有不少女人认为自己是45岁进入中年的。因为45岁时，精力与体力明显地不如从前，身体开始发胖。也有的认为35岁时就已经经历尽沧桑进入中年了。

当社会越来越富裕，人们的生活水平明显改善，有更多的时装和化妆品可供女人选择时，女人确实有办法使自己显得更年轻。

其实，大多数人所能取得的共识是40岁为界限，算是进入了中年。这是大多数女人所面临的实际情况。

陈旧的男权观念认为“女人四十豆腐渣”，把女人作为客体，作为玩物，一旦皮肉松弛，不能如花似玉，也就不值得被男人待见了。由此引发了有关吃“青春饭”的讨论，那些秘书小姐、公关小姐、饭店歌厅的服务小姐都必须年轻、俏丽，有观赏价值。不少人崇尚“用青春去赌明天”或趁年轻

去捞一把……

其实，这是一种极有害的误导。年轻对女人自身来说是不断遭受挫折，知识经验都很浅薄的时期。直到进入中年，她才像熟透的果子，具备了一切优势。实际上应该说：“女人四十一枝花。”

尤其是我们这代中年女人，其实，不少人是在40岁时才开始在事业上起步的。这时，她们负担的社会与家庭的两副担子，家庭的那一头轻了一点儿，孩子长大了，丈夫也事业有成了，不用操那么多的心了，她才有工夫去专注地干点自己的事，经验积累得多了，工作起来也就更得心应手。焦躁的性情被岁月磨得平缓，待人处事更加优雅成熟。

这一代女人从小长在红旗下，学的都是如何热爱祖国，热爱人民，为社会为别人无私地奉献。长到少女时期，毛主席所说的“妇女能顶半边天，男人能做到的事，女人也能做到”，成为深信不移的座右铭。令这代女人最自豪的是——我们没有美国中产阶级家庭主妇的那些自问“我是谁？”的困惑和失落。我们非常明确自己的身份——和男人一样，是创造历史和社会的主人！

同时，生活也在教训我们，担起传统女人的重担，洗衣、做饭、看孩子，先人后己地节衣缩食供丈夫与孩子享用。男人下班回来，可以往沙发上一坐，抽支烟看看报纸电视，喝点酒聊聊天……女人却不行，她一进门就要立马系上围裙，一头扎到厨房里淘米洗菜。中国一向是同工同酬，大多数家庭的男人并不比女人挣的多，可是男人理所应当享受老婆侍候的大爷脾气却不改。

我们的妈妈姥姥一代人，有不少是专职的家庭主妇；我

们的下一代，也出现了不少新兴的主妇。惟独我们这代女人不同，我们是经历过“文革”、下乡、回城、学徒，近30岁才去找对象或是去求学，近40岁才定下自己位置的女人。这是千锤百炼的一代女人！这是绝无仅有的一代女人！

许多人认为我们非常吃亏，什么倒霉事儿都赶上了。可是我们大多数人会觉得非常自豪，因为，我们曾经有过最真诚最美好的信仰，经历过最艰苦最深刻的磨难，我们上天入地地求索过，品尝过孤独、痛苦、死亡、离异——千百种滋味。

我这本书包括60年代初期出生、童年是在“文革”中度过的女人，她们是承前启后的一代，即使没有那么丰富的坎坷，但也留下了时代的烙印。她们已过35岁，结婚、成家、生儿育女，有的出现了婚姻的危机，又面临着离异，在考虑“为了孩子该不该离婚”？

这些并不轻松的思虑和经历，不能不使女人告别那无忧无虑的青春时光，进入到中年岁月。

我真正的立意是想写一本中国的《女性的困惑》。这是因为我从美国的女权主义者贝蒂·弗里丹的《女性的困惑》一书中受到启示——为什么同为女人，中国女人与美国女人却走着两种完全截然不同的路？她们是依附在男人身上的琐琐碎碎的主妇，而我们几乎是同男人一样的顶天立地的女人，是社会的支柱，同时又仍然兼职主妇的一切。

在同她们的对比中，我才觉出来，原来我们这一代女人是这么伟大，这么不同寻常。

贝蒂·弗里丹的《女性的困惑》仅80年代，在中国就有至少三四个译本，发行数估计不下几十万册。可书中提到的

那些女人离我们是那么遥远，身为中国女性，为什么不写写自己身边女人的成长史？写写我们的梦想、现实、危机和困惑呢？

感谢中国青年出版社的冈宁先生为我提供了这一选题，尽管我比他预期的走得更远。

1999年9月



一般认为，女人进入中年，就如明日黄花，年龄、职业、婚姻、身体……各种危机和压力纷至沓来，不招男人待见，自己也不再多么自信。确实，中国当代的中年女人面临着许多难题：社会对中年女人的偏见，认为“女人四十豆腐渣”；家庭对中年女人的误解，把辛苦为家的女人视为“管闲事”；婚姻对中年女人的重创，许多丈夫以各种借口有外遇或遗弃妻子；自身对中年阶段的恐惧，倍感失落，破罐破摔……

其实，中年女人并不像人们想象的那么惨，她们的优势也是许多年轻貌美的女孩可望而不可及的。中年女人历经人世沧桑，为妇为母，少了许多虚荣和浮躁。她们的心充满内涵和慈悲；她们的神态从容而平静。这些完全可以弥补她们在容颜和体态上的缺憾。婚姻变故，她们能够达观看待，自己支撑起一片天空；遭遇下岗，她们能够坦然面对，重新开创新的天地。

这本倾注了中年女人真实感受的书，既让中年女人正视危机和不利因素，也鼓励她们从中看到作为中年女人的优势，增强信心，正视现在，珍惜现有，自己掌握自己的命运。它告诉人们：其实，中年女人是最有魅力的。

AB4/41/06
■ 选题策划/冈宁 李晓丽

■ 责任编辑/李晓丽



中年，人生的收获时节，成熟、丰富；
中年，人生的拼搏过程，劳累、诱人。

中年男人，强者冠下也有难言之苦，
不轻易吐露，也不轻易放弃；
中年女人，弱者名下也有崛起之声，
不去掉善良，也不再想依附。

中年危机·男人卷

给中年男人倾吐的机会；

中年危机·女人卷

让中年女人自信地成长。



平面设计/康笑宇工作室

目 录

序言 对于女人，中年从哪儿开始/1

活到中年，作为女人幸运还是不幸/1

 社会认同造就了什么样的女人/3

 购物的乐趣与百试不厌的衣服/7

 沟通男人，他需要哪种关怀/15

当代中国，男人难还是女人难/22

 有关女性的讨论话题/25

 没有绅士哪来的淑女/32

 全职主妇，前卫还是后退/37

为妻之道：贤惠，但不能无度/41

 秦香莲的教训，为什么会痴心女子负心汉/43

 卡米拉的启示：不美丽但风情万种/48

 解密缘份：情趣是福/54

丈夫有外遇，城内城外的选择/61

 放男人一马，说不定他会回头/63

 他的背叛可能也有你的错/68

 寻找支持，与第三者抗争/73

悲剧的警钟，及早调整自己/76

走不出的困惑，鱼死网破/77

握住机遇，摆脱弱者的骄横/83

相爱与相处，没有渴望的日子/86

这一代女人的青春岁月/91

阳光灿烂的日子，长在红旗下的纯净女孩/91

“文革”时期——按出身划分的两种女孩：自卑的与狂妄的/96

上山下乡，没有性别意识，一片灰一片蓝一片黄土地一片绿草原，被摔打出来的女孩/100

度不完的磨难时光/109

未曾尝过“花前月下”就已成了不得不赶紧出嫁的大姑娘/110

不相称的婚姻种下的苦果/114

离婚——为改变命运而战/119

与美国女人相比，我们的不同在哪里/126

溶入到血液中的“半边天”意识/128

风雨坎坷人生路，不曾做女人的女人/134

男人，一个靠不住的肩膀，一切都压在女人身上/141

世纪之交——女人的两难选择/149

累得发昏的女人为什么不愿意回家/150

被迫独身的女人，你如何面对明天/154

超级妇女：要事业还是要家庭/162

生存危机——下岗与再创业的女人/169

仅仅是“改变观念”的转变吗？收入下降之后，家人、社会、心理的失衡/171

由下岗到练摊儿，无奈中的拼搏/178

幸运的成功者另开一片天地/181

悲壮的失落——经历“分流”的女人们/186

充满活力的女人：学习或是再创业/187

无奈的选择：退休但没有回家/192

潜在的危机，干干就成了阻力了/196

伴随焦虑——不安定的岁月/200

失去青春之后，还能留住丈夫吗/201

为了孩子该不该离婚/207

孩子——再婚女人的最大障碍/214

男女之交，该扭正的传统观念/222

阴盛阳衰，男人做饭，女人付钱/223

一本荒唐的《女性批判》，男人的错，还是女人的错/228

女人问：“男人都怎么了？”/237

40岁时能否再造辉煌/244

为丈夫孩子操劳之后，再去寻找自己/245

男人眼中的中年女人/250

延长的青春，珍惜你的身体和心理/256

母与子，别让他去实现你的梦/261

跨越代沟，倾听花季苦恼/264

培养爱好，兴趣是最好的老师/269

找回自信，在挫折中成长/272



活到中年，作为女人幸运还是不幸

有人觉得作为女人是幸运的，如果她成功了，社会对她备加称赞；即使她奋斗一阵又败下阵来，也没有人会指责她，她可以在男人的怀里撒下一片热泪，然后放弃她那些五彩的梦想，回家抱孩子，买菜做饭……这也是天经地义。

的确，一个女人到了中年，即使事业平平或稍有成就，她已经就不枉此生了，她毕竟是女人嘛。她的聪明才智也必须是女人式的才显得可爱、招人喜欢。

就像安顿写的《绝对隐私》，谁想得到它会成为畅销书呢？写这样一本书应当是件很容易的事，不需要多大的才华多丰富的想象，“口述实录”便行。只有女人的聪明才能想到这一创意，而且居然也在中国引起了一场小小的轰动效应。别以为只有科索沃战争才有人关注，女人创收不需要那傻大笨粗的力气。

女人的幸运还在于女人必须是漂亮的，内心充满对美的追求——鲜花、服饰、化妆品，被男人关注和爱慕。女人要有女人的行为方式，思维方式，说话走路的方式，她应该有玫瑰色的梦想。而中国的中年女人经过一次次“大革命”的洗礼，已大大淡化了女人味。



曾认识一个搞妇女工作研究妇女问题的很有名气的中年女人，她至今单身，总是穿着无性别的服装，毫无修饰。她能说不错的英语，经常出国交流，她为自己的成就而自豪，丝毫不认为自己的人生有什么缺陷。她认为这是一种极满意的选择，更认为自己活得比别人都充实，打内心里自以为得意。

尽管我为她而深深惋惜，一个几乎无性别色彩的女人去研究妇女问题，那种“成果”会有实际意义吗？她一生奋斗取得的成果又能如何呢？可能没有人敢去问她：“为什么你不恋爱结婚？”“为什么你不打扮得漂亮些，去享受天赐的女人之美？”“做女人的乐趣又在哪里？”……她会傲视别人是凡夫俗子。

女人的幸运不仅在于她外在的美：商家为她设计了无数美丽的时装、首饰、发型等等，还在于她内心丰富而细腻的情感，她所迷恋的爱情和对被欺骗的悲愤……她在陶醉中长大，在挫折中成熟，她是深深的海洋，无尽的精神财富，有这样一部丰富的心灵史的女人，她必然是美的。正因为如此，世界上的许多名著是出自中年女人之手的，像《简爱》《傲慢与偏见》《呼啸山庄》等等。

中年男人不会有这些丰富的情感的酸甜苦辣，因为他不论能挣多少钱，当多大的官，内心的情感世界都是一篇茫然的空白。

曾约几个中年男女去写“假如生活欺骗了你”的故事，两位女性写得极其哀婉动人，而两个男人则不疼不痒不知所云，重叙几百年前的陈芝麻烂谷子。



社会认同造就了什么样的女人

女诗人舒婷在她的散文《两栖女性》中写道：

作为一个女人，尤其一个中国女人的我，当我选择了一个男人做我的丈夫，我自然必须同时接受他的家庭，与他的家人共同生活 10 多年，公公沉默寡言，通情达理，和我的父亲一般无二。今年他病重住院，从日夜看护到丧事忙乱，心力交瘁自不待言。就是日常生活中，我若能静下心来和 84 岁的婆婆闹崩一次，或许就能免去每日不下其数的关心与侵扰。然而由于传统家教，由于知识分子的良心与人道，我虽然头痛欲裂，却不能撇下老人另住。

上午是家务劳动最繁忙的时间，只能在饭厅的小桌上浏览报纸杂志，幸运的话还能抽空答复部分信件。下午孩子上学后，我提前把阳台的衣服收好，万事俱备。掩上房门铺上稿纸，刚刚入定，房门被推开，婆婆探进头来：“瑜儿，阳台上还有一件衣服你忘了。”半天我才回过神来：“还没干嘛。”15 分钟后，一只手团着毛衣伸进门缝期待着：“我看已经干了，就帮你收来了。”我叹口气，从椅子上拔身接过毛衣，它的领口与下摆还是湿的，只好再走向阳台重新晾好。回房之前，我第一千次请婆婆不要干扰我。这次我拴上房门，仍然



听见她大声唠叨：“我这是怎么啦，也没什么歹心，想帮人却招人怨，难道在家里连话也不能多说一句！”我心里塞满乱糟糟的荆棘，恨不能把笔杆咬断。拂袖而去的婆婆转身就忘掉了刚才的不快，又来敲门，这次抖着一张揉皱了的算术稿纸：“这张纸扔在地上，到底还有没有用？”

整个下午终于一事无成，手表提醒我快做晚饭了，我去邮箱取邮件，邮箱已空空，已被勤快的婆婆取走了。花坛边捡到一张稿费单，楼梯口又捡到一封信，这都是粗心的老人一路掉落的。洗手间湿漉漉，厨房的白瓷砖上滴满黄色的茶渍。老人正把洗假牙的秽水倒在洗脸盆里。绝望和焦躁几乎令我歇斯底里地尖叫两声。然后是儿子蹦跳的足音……

也许舒婷天生素质好，是个当诗人的料，无论家务多么琐碎多么缠人，她依然能执笔写出一篇篇让人感叹的诗歌和散文力作。她即便整天干家务，本质上也不是家庭妇女，还是女诗人。但如果她是一个男诗人，就什么也不用操心，一切都人为她安排好。

有的女人的素质是与生俱来磨灭不了的，即使到了18层地狱，她也还是她。但有的就不行，即便有硕士博士学位或出过国留洋归来，一旦结了婚当了主妇，便柴米油盐庸俗不堪，很难再在自己的工作上做出成绩来。有什么办法呢？人是环境的产物。

以前，我搞妇女研究，是个地道的女权主义者，认为把妇女局限在家中是一种性别歧视和压迫。但渐渐，随着我越