

我在妈咪肚子里的281天
《妈咪宝贝》杂志强力推荐!

妈咪
宝贝



妈咪, 妈咪

hello, mummy

安莉 / 著
陕西人民出版社

hello, mummy

哈罗,妈咪

安莉 / 著
陕西人民出版社

(陕)新登字 001 号

图书在版编目 (CIP) 数据

哈啰, 妈咪 / 安莉著. —西安: 陕西人民出版社,
2007. 4

ISBN 978-7-224-07991-3

I. 哈... II. 安... III. 胎儿—生长发育—基本知识 IV. R714. 51

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 033783 号

哈啰, 妈咪

著 者 安莉 著

出版发行 陕西人民出版社 (西安北大街 147 号 邮编: 710003)

发货联系电话 (传真): (010) 88203378

印 刷 大厂书文印刷有限公司

开 本 890mm × 1230mm 32 开 7.25 印张 1 插页 140 千字

版 次 2007 年 4 月第 1 版 2007 年 4 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-224-07991-3

定 价 19.80 元



hello, mummy



生命是一个伟大的奇迹

记不起这句话出自何处，我想只有真正创造了一个生命，才会更加直接地理解这句话。

首先，这件事不是每天都可能做到的。开始是按月算，后来发现，每个月也就只有短短的那么几天机会，而事实上一个成熟卵子的生存时限不过是24小时。当它与那个经历了千军万马激烈角逐的精子相遇后，一个生命才刚刚开始。为什么是那一个卵子？为什么是这一个精子？这是身为父母的人无法决定也无从判断的，我们只能说，这是个奇迹。

然后，是十个月漫长的孕育过程。从一个受精卵演化成一个人，是多么奇妙的过程！儿子出生后很长一段时间，每当看着他的时候，我都有一种不真实的感觉：这个小小人儿会是我创造出来的？那段时期我经常傻傻地问老公：“咱俩怎么会造出这么个小人儿？”我只能感叹，我们三个都太伟大了！

因为是做母婴杂志的，所以对怀孕、育儿的知识了解得也不少。在整个孕期，每一步应该是怎样的，该做些什么，虽然都比较清楚，但也会有含糊的时候。女人在这一时期的求知欲空前高涨——其实是心里没底儿，毕竟孩子在肚子里，看不见摸不着。那时我常想，肚子上要有个拉链就好了，经常把小家伙拿出



来看看，没问题再放回去。

于是，各种有关怀孕、分娩的书成了“安抚剂”，稍有风吹草动便一本本翻看。看书很累，尤其是有些书，如医书一般，让人读的时候总不免和手术台上冰冷的器械联想到一起，不但起不到安抚作用，还有可能加重焦虑。

如果在我怀孕的时候能有《哈啰，妈咪》这样一本书，我一定会很开心。这是一本很可爱的书，有很专业的内容，读起来却像是一部小说——一个生命最初的自传。知识被巧妙地融入到讲述中，而故事本身就如同发生在你身边的一个朋友身上，亲切，温暖，又不失幽默。

我也曾写过孕期日记，也见过各种各样的有关孕期的记录，却从没有想过从宝宝的角度来记叙这个过程。所以，我们所见的也净是千篇一律、换汤不换药的“指导书”。我不得不钦佩作者构思的精巧。

对于我们这一代年轻父母来说，孕育的过程不仅仅是医学意义上的过程，它对我们的生活，甚至对我们的生存状态，都必将产生深远的影响。

在整个孕期，我们不仅要照顾好自己和腹中的胎儿，适应即将为人父母的角色，还要对整个家庭生活进行调适。二人世界并不只是过渡到三口之家，而有可能因为新生命的到来极度扩充为一个三代同堂乃至四代同堂的大家庭。

一个孩子可能带来的经济问题，比如住房等；准妈妈自身的职业问题，比如是继续原有的工作，还是想好了做几年全职妈妈，所有这些要面对的，却很少有哪本书会提供给我们一些可借鉴的帮助。而在《哈啰，妈咪》中，我们可以透



过一个小生命的视角，了解到他（她）的父母是如何面对、如何解决以上种种问题的。这是一本完全生活化的专业书，专业是为我们的生活服务的。

当我们带着欣喜与感动终于迎接到小生命的降临时，我们已经走过了很特殊的一段心理和生理历程，我们会发现许多自己没有挖掘出的潜能，女人也许从未认识到自己会如此坚强而自信，男人则也许会顿悟：原来骨肉亲情在我心中如此深重。有人说，生孩子对女人来说，犹如凤凰涅槃，孩子的出生也是我们的新生，其实，对一个男人而言，不也一样吗？

生命是一个伟大的奇迹，创造生命的过程同样是一个伟大的奇迹。

《妈咪宝贝》执行主编 刘湘梅





- 1 一切都是生命创造的美 / 1
- 2 母亲的肚子是最温暖的家 / 14
- 3 我是小小建筑师 / 34
- 4 我的血肉，我的奇迹 / 52
- 5 一定要塑造一个完美的我 / 66
- 6 不能自控的舞蹈 / 86
- 7 我们都是宝贝 / 100

8 成长是一个奇迹 / 118

9 谁都可以臭美一把 / 136

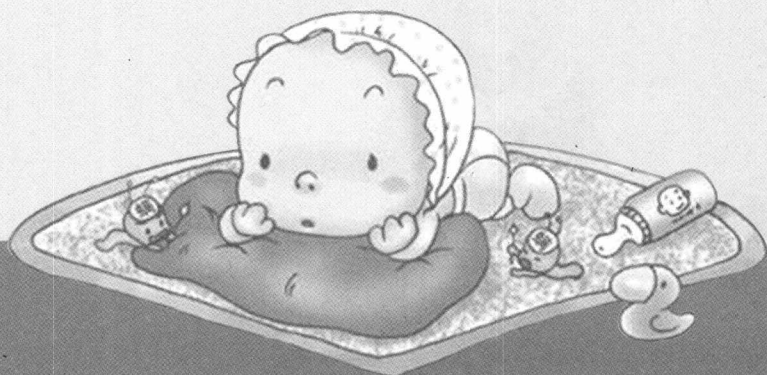
10 为了生存的本能训练 / 152

11 不想提前跑出来 / 162

12 离胜利越来越近了 / 176

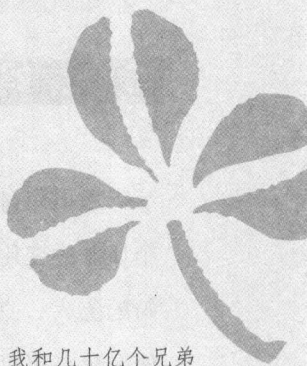
13 准备迎接最神圣的时刻 / 196

14 伟大的妈妈，完美的宝宝 / 204



一切都是生命创造的美

我觉得全身一阵燥热，突然一股很强劲的推力，我和几十亿个兄弟像炮弹一样冲出了那个男人的身体。等我昏昏的脑袋清醒时，我才意识到自己已经到达了那个女人的体内。我发现自己身处在一个上宽下窄的管道里，顶部望过去无边无际，地面延伸过去也看不到终点。





哈啰，妈咪²
hello, mummy

哈啰，妈咪

意识到自己有机会变成人，是从一些微小的变化开始的。首先一个显著的变化是，那个男人——现在还不能称他为父亲——是个结了婚的男人，喜欢抽烟，偶尔喝酒，偶尔喝醉。可最近一段时间以来，他发生了不可思议的改变，这种改变深刻地体现在屋内空气的清洁上——这个男人戒烟了！并且他也戒酒了！

我简直不能相信这个事实，甚至怀疑他的脑子出了毛病。因为据我所知，这个男人此生最大的爱好就是烟和酒，没有烟他找不到灵感，没有酒他就无法和那帮哥们儿一起疯玩儿。

现在，在一大群浑身散发着烟酒气味的男人中，这个将成为我父亲的男人像刚出生的宝宝一样没有异味，鼻子里没有尼古丁颗粒，胃里除了清水和菜汤，没有任何包含酒精的东西。

“怎么像个女人一样，烟酒不沾了？”朋友们嘲笑他。

“我想要个孩子。”这个男人理直气壮地说。

那些人没话说了。看起来要孩子是一个天经地义的理由，这让我非常期待变成人的时刻。

这个男人很清楚地知道，烟和酒会让我的身体发生改变，所以他采取了十分聪明的态度。这种聪明从即将成为我母亲的那个女人身上也体现了出来。那个女人虽然结婚了，但是性格还是和没结婚时差不



多，大大咧咧的，喜欢做一些高难度的运动，经常在球场上玩儿得满头大汗——惭愧，我未来的妈妈并不是个文静的淑女。不过，每个女人都拥有做母亲的权利，即使她是这样爱玩儿的个性，她身体里将要和我一起创造一个人的另一半决定了，她将成为一个母亲。

未来的妈妈不仅爱玩儿，还是一个工作狂，加班到一两点三四点甚至五六点是常事。她眼睛周围的黑圈成为常驻模块儿，在她白皙的面孔上成为醒目的色彩。

几乎与那个男人戒烟戒酒的同时，爱玩儿的女人也开始注意起休息来。最近她几乎不上球场，唯一的运动就是缓慢地散步或做一些轻柔的体操。至于熬夜

加班，那几乎已经绝迹了，电脑也蒙上了灰尘——这个女人已经有一段日子没碰电脑了，因为据说那玩意儿辐射很强。不知道沉睡于这女人体内的“另一半人”是否为此而感动，我自己是的确地感动了。

他们一连很多天都在兴致勃勃地讨论未来的孩子——也就是我，虽然这个时候我还需要激烈的竞争才能获得变成人的资格，但是我有这个自信。





妈咪妈咪
hello, mummy

两个预备成为父母的人将房间打扫得非常干净，时常有清新的海风从敞开的窗户里吹来。现在是春天，一切都生机勃勃地发育着，在未来的夏季和秋季，食物和营养供应将非常充足——据说春天是孕育孩子最好的时节，而他们就在这个时候为创造我准备着。阳光在房间里盘旋，我的小衣服小裤子都准备好了。

生命的憧憬

这个男人和女人看着精心准备的一切相视一笑，我分明感觉到来自这个男人心里的憧憬和期待。他拥着妻子站在窗边望着窗外的蔚蓝海水，似乎在期待着他们的宝贝孩子被天使带着从海的

那边乘风破浪而来。这是一套海边公寓，是将成为我的父亲和母亲的他们辛苦工作换来的家，我特别感谢他们为我准备了这样舒适的地方。

清晨，当那个男人和那个女人一起带着他们的苏牧在海边慢跑，我就会觉得自己的身体也变得很结实，我在有限的空间里运动，我要让自己更加完美。不过，看着那只庞大的狗，却也有些担忧，不知道自己降生到这个世界之后，会不会被它欺负。





在我有限的视野里观望着这个我成为人后将生活的环境——海边公寓是这个男人设计的，然后他在这里为自己选购了一套作为家。社区里有四季飘香的花园，有晃动的秋千，有鱼儿欢游的喷泉，还有许多为生活奔忙的人……一切都让人心旷神怡。

那个男人和女人十指相扣漫步在鸟语花香中，那紧握的双手间传递着爱的信息，给人相偕白头的幸福感觉。我总是在这样的画面里激情澎湃着，渴望早日成为这个小家庭中的一员。

可是准备总是个漫长的过程。某日，那个男人和那个女人相偕去了医院。一系列的检查，白森森的环境让我不寒而栗。我真的担心那个戴着玻璃瓶底般眼镜的医生会面无表情地说出点让大家都失望的消息。还好，我看见了他从报告里抬起的脸上的温柔笑容：“你们身体都很健康，可以考虑要一个宝宝。让我们一起期待吧！”

期待，是多么美好的字眼！

打响第一场战争

然而我心里比谁都清楚，这是一场战争，不是和谁的战争，而是发生在我们这些兄弟之间的战争。想想以前的朝夕相处，这不免有些残酷。可是世界就是这么不公平，它给的机会只有一个，时限最多四天，也就是96个小时。如果我不能在这么短的时间里成为最后一个胜



哈罗,妈咪
hello, mummy

利者，获得母亲体内那个肥美女卵细胞的青睐，那么面对的结局就是死亡，或者可以英雄一把，叫阵亡吧！

这里不免要插上一句，关于母亲体内的那个肥美女，据说她是我们这个细胞王国里体形最大的。按我的审美观，更喜欢凹凸有致的女人，听说她胖得像个球，却要我们这么多兄弟前仆后继，互相厮杀，有什么可以选择的呢？像古时候的指腹为婚，还就得是她。没有她，我这半人就只能把生命结束在细胞的形态里。

可是想想本人身高也有60微米，形似活泼的蝌蚪，头尾分明。正眼一看是卵圆形，侧面呈梨形，这是我们家族标准的帅哥了。头内有一个高度浓缩的细胞核，这是我的心脏所在，也许比起真正的人还是有点不可思议，但是本着适者生存的原则，这是我最值得骄傲的地方。心脏的前三分之二有个名叫顶体的帽子覆盖，帽子内含有我的秘密武器——水解酶，能攻克卵细胞周围保护她的放射冠与透明带。我有一条灵活的尾巴，没有手和脚，尾巴是我奋力前进的唯一支柱。可分为颈、中、主、末段四部分，其中有个秘密装置——线粒体鞘，里面的线粒体可以为我剧烈的运动提供源源不断的能量。

看我这修长的身体，健康的体魄，也不知道要迷倒多少妙龄美少女，却要为了个肥美女劳心费力，着实心不甘情不愿。可是又能怎么样呢？这是上天赋予的使命，多么神圣又多么伟大啊！



急行军

万事俱备，只欠东风。在一个晚上，我感觉到那个男人心跳加快，体温升高，呼吸加快。当他把那将成为我妈妈的女人搂在怀里的时候，我开始蠢蠢欲动，我知道“养兵千日，用兵一时”的时刻即将到来。窗户上的风铃演奏着甜蜜简单的音符，屋里空气暖意融融，让我觉得全身一阵燥热。突然一股很强劲的推力，我和几十亿个兄弟像炮弹一样冲出了那个男人的身体。

等我昏昏的脑袋清醒时，我才意识到自己已经到达了那个女人的体内。我发现自己身处在一个上宽下窄的管道里，顶部望过去无边无际，地面延伸过去也看不到终点。虽然听说这个顶只有

7~9厘米那么宽，地面好像也只有10~12厘米长，但是对我们而言无异于长征了。

我这60微米的小小个头，要拼命游到什么时候？再仔细看看，这个管道的墙壁是许许多多的淡红色横纹皱襞，此刻它刚经历了一场战斗，正轻微地蠕动着。我依然站不住脚，有连续头晕的感觉，这一切是在我拼命睁大我那小得可怜的眼睛时才辨认清楚的。我想如果不是刚才的一番剧烈运动让这里有点暖和的感





哈呀,妈咪
hello, mummy

觉，平时来的话该会因为恐惧而全身发抖吧！

四周的墙壁上并不是那么平整，覆盖着一层又一层鳞状上皮细胞，没有具备分泌功能的腺体，像是看不到的盔甲，起到了保护作用。我有一种感觉，这条路我不会只来一次。由不得我多想，我就和那一大帮被喷射到这里的兄弟们开始了生命的征程。

前面说过了，这是一场战争。战争就要讲究战略战术，要到达那个肥美女的别墅可是一段不短的征途。最开始我利用了一些感情较好的兄弟，结成了一个联盟，把一些歪脖子残腿的家伙扼杀在了刚刚进入的这个环境潮湿的管道里。看他们靠在管道根上奄奄一息的样子，说没有愧疚那是假的，不过也就那么几秒钟的时间，我前进的脚步更加迅猛而坚定了。这个管道的环境越来越恶劣，很多兄弟因为自身的原因也开始举步维艰，我心中暗自庆幸。

突围

我奋力地往前游去。在管道的最深处，是一个圆形的入口，微微地一张一合。看来进去是需要把握时机的，一不留神还不被它卡在中央？我瞄准了时机，嗖的一下就钻了进去。

当然还有一帮身体比较强壮、作战比较勇猛的兄弟也进来了。这里又是一个短的管道，好像被人称为宫颈管。其内充斥着黏液状的东西，