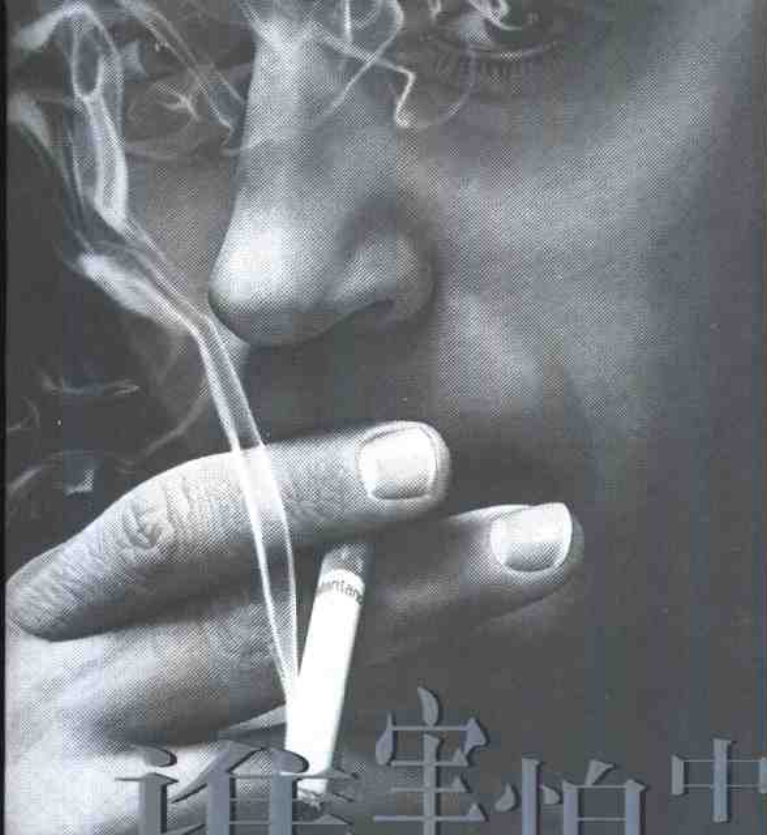


都市人生

赵颖

著



谁害怕中年

Shui Haipai Zhongnian

被止水般生活压得
透不过气来的时候，
不如为自己调制一
杯“梦想”，一杯“灵
感”，让温暖的感觉
长久留存在记忆中。

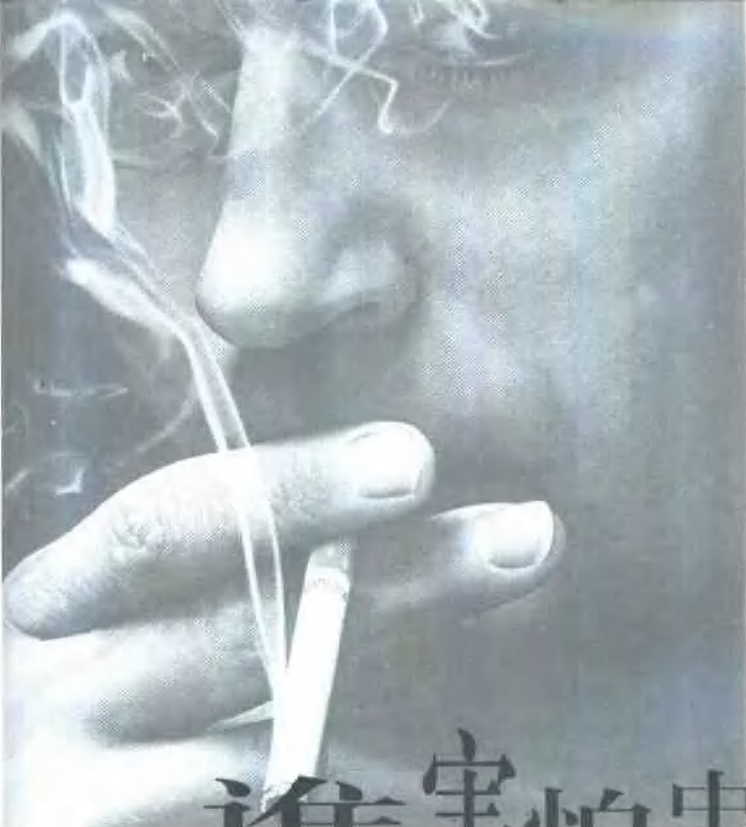
汉语大词典出版社 上海电子出版有限公司

D U S H I

R E N S H E N G

都市人生

赵颖
著



谁害怕中年

Shui Haipai Zhongnian



汉语大词典出版社
上海电子出版有限公司

D U S H I -
R E N S H E N G

图书在版编目(CIP)数据

谁害怕中年/赵颖著. -上海:汉语大词典出版社,
2002.10
(都市人生)
ISBN 7-5432-0793-1

I. 谁... II. 赵... III. 散文-作品集 中国 当代
IV. 1267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 076437 号

责任编辑 施 东
插 图 吴冬晔
封面设计 范峤青

都市人生
——谁害怕中年

赵颖 著

世 纪 出 版 集 团
汉语大词典出版社 出版、发行
上海电子出版有限公司
(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)
(200235 上海市钦州南路 81 号)

各地新华书店经销

上海市印刷五厂印刷

开本: 889×1194 1/32 印张: 5.125 字数: 100千字

2002 年 10 月第 1 版 2002 年 10 月第 1 次印刷

印数: 00001-10000

ISBN 7-5432-0793-1/I·146

定价: 18.00 元

如有质量问题, 请与公司管理部联系: 1-64519006



作者简介

赵颖，毕业于上海教育学院（现为华东师范大学）中文系汉语言文学专业。曾在各类报刊媒体上发表小说、剧本、散文、随笔、评论等100多万字。编写过《365夜12生肖系列故事》、《世界探案小说少儿读本 巴斯克维尔的猎犬》等书籍。现兼任《康复》杂志责任编辑。



我和我追逐的中年生活

父亲突然病倒的那一天，我的内心充满了恐惧。父亲对于我们而言，是成就的象征，更是一种凝聚力，虽然我和妹妹早已成了家，彼时有了另一个男人可以依托。

那段日子我变得焦躁不堪，为父亲的病，也为着自己的将来。我从上海的这间寺庙跑到那间寺庙，烧香拜佛，祈望菩萨能保佑父亲祛病消灾。然后得了一个大师的指点，我去了玉佛寺，在那尊黑观音菩萨面前虔诚地磕地跪拜半个小时。

我的一位女友眼看着我失魂落魄，甚至有些神经兮兮，她有一天终于正色地提醒我：“不管你承认与否，我们总是要面临这样一种境况，上有老，下有小，尽管这一刻对你而言可能来得过早。拒绝面对的理由是，害怕以往始终庇护着你的那片树荫突然消失，然而总有一天我们自己也将成为树荫，为子女，也为我们的父辈。”

谁害怕中年

女友的话让我意识到成长，一种伴随着不断失去的痛苦的成长。我曾经在生命里的每一个重要日子感怀过成长，比如毕业、工作、结婚，比如女儿的降临，但是伴随着这些成长的足迹里更多的是快乐，因为我的幸福在不断递增。

而这一次的成长，我也许会面对失去。

失去我早已熟悉，依赖并深深感念着的他的注视、关爱和保护，以及我还未曾报答过的父爱——我是否有足够的勇气？

再没有这样一刻让我更加深沉地自省：我的无助与盲目除了徒增母亲的忧伤，并不能缓解父亲的病情，我要做的只有相信医生相信科学、相信自己有力量可以成为父亲的树荫。

以后的日子里，我做的最多的就是与母亲一起在父亲的病床前陪伴他，将胶囊型的药丸细细掰开，让他便于吞服。然后同他说笑。我知道，父亲其实需要的莫过于这些，他的微笑让我倍觉欣慰。

我们最终没有挽留住父亲的生命。

对我而言，再没有任何事比失去父亲更为痛苦，我因而坚信，此后我将有足够的勇气去面对种种困顿——悲痛令我变得坚强：要让母亲健康地活着，也要让我们的子女相信他们的父母同样具备我们年轻时赖以生存的父亲般的力量。

在痛苦中我经历了一次真正意义上的年龄的递增。

即便如此，许多朋友仍然认为我是个非常动感

的女人，我理解他们所说的动感，或许是因为我的思维比较跳跃、并且整天嘻嘻哈哈，而对于周围正在发生着的一些事情不会过多地去体味它的实际含义，过去了也就过去了。他们说，十年前你是这个样子，十年后你还是这个样子。

我说，那多好啊，我就可以永葆青春。

比方说，许多时候我喜欢参与别人的话题，或说笑，或调侃。阿丹有一天就对我说，你是个非常有灵性的女人，不过你太“动”，你在动的时候就来不及去细想，你应该学会倾听：人和人之间为什么会有这些对话？换作别人，这场对话又应该是什么样式的？

后来我发现倾听的感觉的确很能让我留恋，那些发生在我们周围的事情，看似寻常而不经意，但是倘若能够静下心来仔细想一想为什么，哪怕只是一分钟，蕴藏在其中的朴素道理也许就会自然而然地浮出水面。

所以，在这本书的整个创作过程中，它给予我的最为直接的意义就是，我学会了思考，我也有思考的时间和空间，而在这之前，我总是将那些本该可以思考的时间更多地付诸于逛街或者购置新衣上，我是个爱极了新衣爱极了逛街的女子。

然后有一天，我和卢妮约在徐家汇的太平洋门口见面。

卢妮是我的一个小朋友。那时我还在沪上的一家知名媒体做着编辑工作，跟着潮流追星，也在一些港台地区的杂志上搜寻八卦之类的“星闻”。

卢妮就在那天打来电话，怯怯地向我询问度

谁害怕中年

宗华的近况。彼时的她不过是个刚读初一的小女生，对虞宗华一腔痴爱。

她后来陆续找过我几次，依旧是怯怯的，不过说非常喜欢我，因为在电话里我的声音亲切委婉，让她没有压迫感。

但是，当高中毕业后的卢妮亭亭玉立地站在我面前，道声别来无恙的时候，有一秒钟我是被她的青春逼得几乎透不过气来：她真是漂亮，不事修饰的自然天成。

即使素面朝天也能美得让人赏心，那就只有青春了。

我想有一刻我是相当落寞的，为岁月的流逝，为自己只靠着脂粉才敢示众而心生怅然。我说，卢妮，你真长大了。

我曾经将那一瞬间糅合着欣赏、羡慕、怅然甚至有些自卑的感觉，详细地向阿丹描述。我说，所幸的是之后我就变得坦然了。

阿丹笑了，你还会继续“老”下去，还会遇上年轻的，更年轻的面容，岁月固然已在我们的脸上刻下了印痕，但是它断然不能侵蚀我们的心。

懂得欣赏卢妮，欣赏青春，并且努力去拥抱这一切，这应该是我在今后的岁月里时刻提醒自己的。

说实在的，在接下这个选题之前，我从来没有认真地考虑过有关中年的问题，并非这个问题过于沉重，我虽然已经30出头，也算是个有些阅历的女人，但是我的心态始终比较年轻，对于未来我也没有作过太多的设想，即使是面对青春逼人的卢妮，我也只是

笑着对自己说，每个人都有属于自己的年代。

可能我原本就是害怕未来的。

看过一部美国电影《美国丽人》，它让很多中国的年轻人都认同了一个词：中年危机。虽然是美国人拍的，还在奥斯卡颁奖之夜满载而归，可见这种症候从来就不分等级不分国度，不过是有人敢不敢正视的问题。但那时我也确信，好整以暇地看完这部片子的中年人只怕是寥寥，因为此刻他们或许正忙于应付那些来自于家庭、事业，来自于自己周围的真正危机。

我曾经去一家大学读广告资格证书，出得校门时要经过一个报栏。这里隔一段时间就会贴出一张讣告，黑色的墨迹淋漓触目，令一旁的陌生男子伤感不已，发出一声长长的叹息，人又少了一个。

是个中年男子。也许讣告上逝者与他相仿的年龄让他徒生一层深切的悲哀，我想。

这些大概就是我在最初的时候感受到的人到中年的实际意义，那是因为我从不与他们接触，或者即便接触也不会去认真思考。

正当我陷入对于中年问题沉思的时候，我的亲密女友何菲也在触碰一个离她的实际年龄相对比较遥远的敏感话题“快乐离婚”。在鼓励人们走出平淡婚姻阴影的同时，她曾经忧心忡忡地问我：“我会不会被唾沫星子淹死？”

在淡漠了的婚姻里日渐枯萎乃至窒息的，有一大部分恰恰是我正在关注着的中年人群，所以我们几乎

谁害怕中年

在同一时辰找到这种契合点。

那是个年轻的灵动的女孩，在她身上所具备的坚毅和果敢，常常令我自惭形秽。在中年人身上，婚姻也好，情感也好，事业也好，许多矛盾其实早就存在，不过是难以承受面对之后所带来的层层连锁性的撼动。而通常采取一种在他们看来是只要不去想，也就不存在的“掩耳盗铃”的做法。

只是，何菲果敢地揭去了这层面纱，将婚姻掩体下诸多光怪陆离的实际形态展示于芸芸众生，让人们得以认真地去思索这桩婚姻的存在价值。

渗透到日常生活中的其他领域，不也同样如是吗？一个年轻的女孩尚且具备这份勇气，我又惧怕什么呢？

至于那些自认不惑，百毒不侵的中年人，你们是否也有足够的勇气笑对生活，淡定从容地对自己说：谁害怕中年！

我说，与其凌迟至死，不如走出去，为自己和她寻找一线生机，至少他们可以换一种呼吸。

后来我便以E-MAIL的形式向一个中年男人发出求援，或许感觉自己的年龄和资历没有办法介入到这种我自认为是“不惑”的层面，我只是从我身边的某些中年人，或是从一些有关的书籍中模糊地去感受一种棱角被磨平的意志消沉，但我仍然隐约感觉这种消沉是片面的，是一次或许数次的失败使他们变得谨小慎微，它可能暂时掩埋了他们性格中率真的一面。

直到在以后的许多次采访过程中我接触了一些真正意义上的中年人，在同他们长时间的交谈中，我发现这里的每一个人都可以作为中年人群的典范，他们

的生活方式、处事行为都让我真切地感受到一种从容、真实而潇洒的中年人生。他们让我懂得中年原来还可以这样度过。这里面有医生、有腿脚残疾的书画作者，有事业成功的商人，有在歌坛屹立不倒的艺人，当然也有杂志社的编辑。毫无疑问，他们是一群性情中人，一群极具真我的人，他们说，我们越到后来越懂得生活，越不害怕中年。

这正是我在今天或者是将来想要追求的多彩而绚烂的生活。我和他们中的大多数人都成了好朋友，在这里我要感谢他们给予我的帮助，是他们使得我的这本书一天天丰满而圆润起来。

我在这里要感谢我的先生李俊，他当然是我的这本书的先睹者，并且书中的有些观点还得益于他的启发，或许因为这本书，他也开始关注起发生在他身边的点点滴滴，也经常与我作些讨论，乐在其中；女儿沛洲一直是我的小福星，也是我创作灵感的来源，虽然她还很小很小，但是有一次我问她，妈妈的书会有人看吗？她居然奶声奶气地回答，有很多人会看。

美编吴冬晔小姐为我的这本书增添了许多灵动的色彩，这些色彩不仅是指那些诙谐的，极具表现力的插图，还有她对于我书稿进程的关心，以及在仔细阅读了书稿之后，给予我的真诚的建议，我想，她是懂我的。

我还要感谢我的好友申亚丹小姐、卢军小姐以及顾亦礼先生，在许多次的交谈中，他们给予我的睿智是我一生都受用的，虽然他们还很年轻，但是

谁害怕中年

我确信，他们对于自己的未来生活已经作好了充分的准备，他们正是一群将命运掌握在自己手中的年轻人。

同时我在这里还要感谢黄振耀先生，是他给了我这样一次难得的机会，使我能够静下心来认真地去思考一些原本来不及或者根本也懒得去思考的问题，让我在动态中也感受到作个静态女子的好处。

这本书也是献给我已故的父亲的，在他活着的时候，我始终算不得一个勤奋的女子，但是我坚信，不管现在还是将来，他永远是我勤奋努力的原动力。

第一章：遭遇中年的沉沦	1
沉沦之一：中年不过是一杯下午茶	2
沉沦之二：孤独的感觉侵蚀我	4
这是不是我的错	6
是敌人？还是我的爱人？	7
咖啡里的哈根达斯	9
将彼德原理为我所用	11
“独孤求败”以及扫雷	13
沉沦之三：或者，中年意味着不断失去	17
那些少数的珍贵的日子呵--	19
我的宝贝女儿要出嫁	20
表哥、女儿以及诺迪卡	21
没有哭泣的葬礼	23
沉沦之四：工作中的挫败感	24
必胜客和灵感出口	25
我一定能够，我会成功	27
不想再当“双面人”	29
为什么不跳槽	31
拒绝大脑死机	33
沉沦之五：一个男人和两个女人	34
手中的风筝	36
我和我追逐的生活	38

谁害怕中年

第二章：智慧与沉着 中年是一种最佳状态 40

第一篇：危险与契机 40

抓牢悲慘境地里的一步活棋 40

走出枯井 41

门缝里的希望 47

如果你拿到的是一副糟糕透顶的牌 50

第二篇：构筑成功之路 52

我为歌狂 53

累积财富的种子 57

叔叔与侄子 62

一则招聘广告 64

第三篇：保持一颗年轻的心 66

像牛仔褲一样生活 67

不让年龄成为遗憾 68

忘了漫长年龄 70

白雪公主和王后 72

卡拉OK与年龄 74

聚会会 76

第四篇：给压力一个缓释 78

悠长假期 80

背着行囊去看网球赛 82

DIY修理我的“孩子” 84

带你去看“魔法阿妈” 86

第五篇：围城里的女人 89

玻璃工房里的脉脉温情 91

心理医生的顿悟 94

第六篇：你可以走出围城 98

还会嫁给查利吗？ 98

我不是你的牧师 101

当男人兴起离婚的念头 104

医治不了婚姻的时候，应该选择放弃 107

换一种呼吸 110

第三章：奏响中年的精彩篇章 114

第一篇：放飞心中的囚鸟 114

爱上自己的愤怒 116

还有一万零八十五天 117

第二篇：让精神有那么一次出轨 120

SHALL WE DANCE 120

昨夜与你游太湖 122

我承认我“怪癖” 124

如果你还有能力让自己惊喜 126

在浴缸里看星星 127

和林青霞一起怀孕 129

甜言蜜语 130

第三篇：“性”福生活启动器 131

波士顿夫妇的生活研究 133

谁害怕中年

性开始的地方 136

我能遇到的最浪漫的事 138

玫瑰精油里的温柔岁月 140

第四篇：旅游时断想 142

与稷妥交战 143

捕鱼的目的 116

一个中年男人的勇气 148

遭遇中年的沉沦

确实，在我们的周围不断会听到这样的感慨：中年沉重，比如绳索勒入皮肤的纤夫，艰难地在人生旅途中行走，虽然脚步在岁月激流的磨砺中变得越发光滑而圆润，心里却充满了一种恐惧，中年的感觉为何如此不踏实？

我知道，这个路途中，仍然会有各式各样的风景，有的会令我们愉悦，有的也许令我们感觉沮丧和悲哀——我们只能埋首赶路，赶在日落之前到达下一个人生驿站，迟了，很多事便也这么错过了，待到抬起头来欣赏风景的时候，或者已是人约黄昏。

然后在黄昏的时候饮一杯下午茶，在缱绻的空闲里打发人生，赏着时间的节奏变得缓慢；或者思想着家庭和婚姻带给自己的心理负担，可能要做的，可能没有努力去做的，可能穷极一生也没有做成功的种种；听着母亲的唠叨而自己也渐渐开始唠叨，或者，终于也到了参加女儿婚礼的时候却发出感叹……

这样的末日感，这样的坠落感，这样的飘忽感，这样的危机感，果真就伴着我们渐渐走到人生的黄昏直至黑夜？