

身体是自己的，没有你自己，什么都没有。请自私！

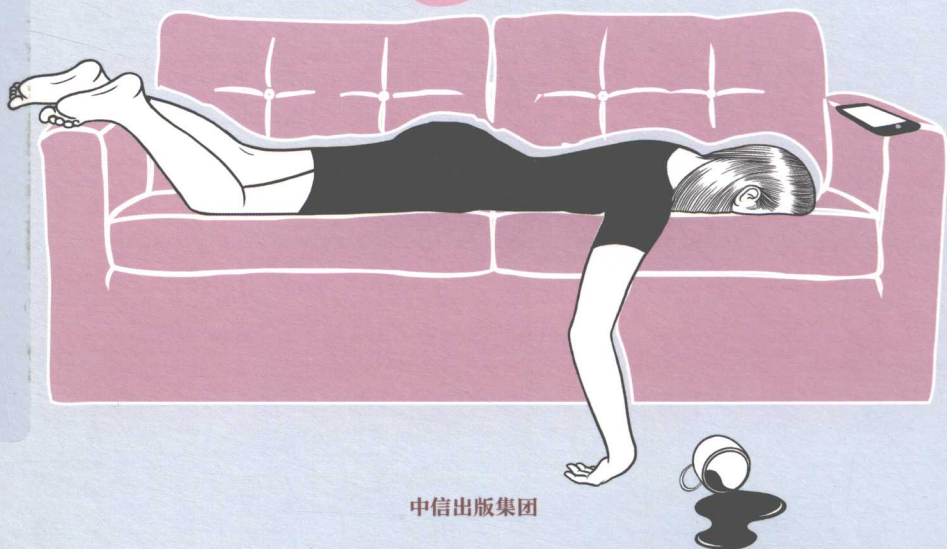
到底有多难

一个中年母亲的自我救赎

· [英] 爱丽森·皮尔森 著

孔德芳 郝娟娣 译

How
Hard
Can
It
Be?



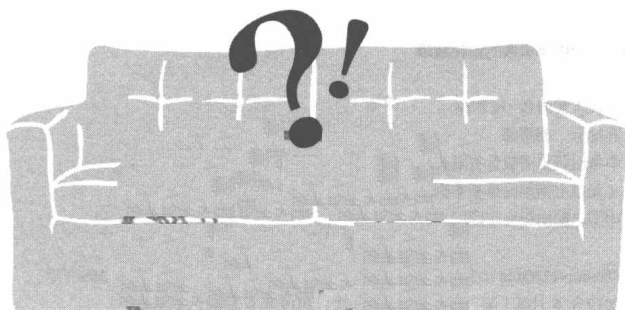
中信出版集团

到底有多难

一个中年母亲的自我救赎

[英] 爱丽森·皮尔森 著

孔德芳 郝娟娣 译



图书在版编目 (CIP) 数据

到底有多难：一个中年母亲的自我救赎 / (英) 爱
丽森·皮尔森著；孔德芳，郝娟娣译. -- 北京：中信
出版社，2019.6

书名原文：How Hard Can It Be?

ISBN 978-7-5217-0457-0

I . ①到 ... II . ①爱 ... ②孔 ... ③郝 ... III . ①长篇小
说—英国—现代IV . ① I561.45

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 072895 号

HOW HARD CAN IT BE?

Copyright © 2017 by Allison Pearson

Jacket design © 2017 by Olga Grlic

Jacket illustration © 2017 by Henn Kim

Published by arrangement with Peters Fraser and Dunlop Ltd.

through The Andrew Nurnberg Associates International Limited

Simplified Chinese translation copyright © 2019 by CITIC Press Corporation

ALL RIGHTS RESERVED

本书仅限中国大陆地区发行销售

到底有多难：一个中年母亲的自我救赎

著 者：[英] 爱丽森·皮尔森

译 者：孔德芳 郝娟娣

出版发行：中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)

承 印 者：中国电影出版社印刷厂

开 本：880mm×1230mm 1/32

印 张：14.25

字 数：395千字

版 次：2019年6月第1版

印 次：2019年6月第1次印刷

京权图字：01-2018-6655

书 号：ISBN 978-7-5217-0457-0

定 价：58.00元

版权所有·侵权必究

如有印刷、装订问题，本公司负责调换。

服务热线：400-600-8099

投稿邮箱：author@citicpub.com

献给阿文和伊维，
我的母亲和我的女儿

做女人，
最重要的是自己争气。

contents

目录

	序言：中年女人必须有的三件宝	
1	总是活在愧疚中	004
2	做母亲是没有收入的全职工作	027
3	这个世界对女人所做的一切漠然视之	039
4	女人之间是互助还是较量	068
5	妈妈永远是错的	077
6	找回更瘦、更有活力也更精明的自己	100
7	准备重返职场	119
8	青春的好处在于无知无惧	129
9	全世界都在密谋阻止我享受个人时光	146
10	我的身体辜负了我	162
11	不敢打开的邮件	179
12	第 32 条军规	187
13	减不掉的赘肉	211
14	大学同学聚会无非是比谁活得更好	232
15	中年生活的 100 种担心	252
16	老师的一通电话立刻把我打回原形	269
17	三明治妇女的反败为胜	292
18	幸福很短暂，一定要抓住	305

19	太多限制，太多义务	327
20	不能只靠激情生活	352
21	钱是让大多数家庭生怨的种子	361
22	现实世界的压力测试	381
23	你曾逃避的事，一定会以某种方式回来咬你	390
24	为了孩子，在家庭生活的地震中保持兴高采烈的状态	399
25	我是直升机母亲吗	406
26	选择生活和爱，还是责任和规矩	420
27	“没有不快乐”不等于“快乐”	424
28	三明治女人继续团结起来	437
	致 谢	444

序言

中年女人必须有的三件宝

我从未担心过会变老，这件事挺可笑的。我的青春岁月过得并不顺心，因而我也不在乎失去它。我认为那些隐瞒自己年龄的女人既浅薄又糊涂，但是我也并非没有虚荣心。我知道皮肤科医生说对，便宜的水性乳霜和装在高档包装盒里的焕肤精华效果是一样的，但我还是会去买价格更贵的护肤品。就当是一种心理安慰吧。我是个十分能干的女人，我想拥有与自己年龄相当的美丽，仅此而已——年龄本身我并不在意，至少我是这么告诉自己的。但我也确实变老了。

你看，我半辈子都在研究金融市场，那是我的工作。我洞悉一切：我的性感货币正在贬值，要是我不努力挽回的话，它很快就会全面暴跌。曾经骄傲且颇为美貌的凯特·雷迪公司正在与恶意并购做斗争，避免魅力尽失。更糟糕的是，我每天都不得不面对一个事实：在我家最乱的房间里，一个新兴市场正在崛起。我的女儿，正值青春年少，她的女性股票价值不断攀升，而我的则在下跌。这一切完全符合自然规律，我为自己美丽的女儿骄傲，我真心想这样想。但有时我个人的损失却是痛苦的，简直不堪忍受。就像有天早晨，我在环线地铁上盯着一个小伙子，他浓密而蓬乱的头发就像罗杰·费德勒¹

1 罗杰·费德勒(Roger Federer)，瑞士男子职业网球运动员，以全面稳定的技术、华丽积极的球风、绅士优雅的形象而著称于世。——译者注

（还有比他头发更好的人吗？）一样。我发誓我们俩之间闪过一些东西，如嘶嘶作响的静电，如调情带来的战栗，随后他站起来给我让座。他给了我他的座位，而不是电话号码。

就像艾米丽说的那样——“伤自尊”。他对我完全没兴趣，这真是啪啪打脸了。不幸的是，住在我心里的那个激情四射的女人，真的以为罗杰会和她调情，完全没有认识到这个现实。她的自我认知仍然停留在过去，她带着这样的想法去看世界，她以为这个世界回望时，看到的仍是过去的她。她十分疯狂而缺乏理智地希望，罗杰（看上去大概 31 岁）会觉得她很有吸引力，因为她没有意识到她现在腰变粗了，阴道壁却变薄了，（谁知道？）她对春季球茎花卉和舒服鞋子的兴趣已经超过了“大内密探”¹新上市的让人刺痒的丁字裤。罗杰的性爱雷达估计探测到了我实用的肉色内裤。

看，我过得还不错，真的。40 岁之后，我的生命之车驶过了满地油污的道路。我有一点点失控，但是当车辆打滑的时候，我像驾驶教练说的那样操作，于是一切又都恢复正常。不，“正常”还不足以形容我的状态。中年女人的“三件宝”——好丈夫、好房子和好孩子——我都有了。

随后，在杂乱无序中，我丈夫失去了工作，把内心的神灵彻底释放出来。他已经两年没有挣过钱了，因为他参加了再教育，想成为一名心灵导师。（真有他的！）孩子们进入了难缠的青春期的，与此同时，他们的祖母却开始了“二次童年”，如果你胸怀足够宽广，或许会接受这种说法。我婆婆用一张偷来的信用卡买了一把电锯（这事实并不好笑）。我母亲心脏病突发才刚恢复过来，就又摔倒了，摔坏了髌关节。我很担心自己会丧失理智，但是我的理智估计就和我的车钥匙、老花镜还有耳环藏在一起。对了，还有音乐会门票。

3 月份我就 50 岁了。不，我不会开派对庆祝。是的，我可能会害怕承

1 大内密探（Agent Provocateur），内衣品牌。——译者注

认我很害怕，或担忧。（我不太确定自己的心态，但我肯定很不高兴。）完全坦诚地说，我宁愿不去想我的年龄，但是重要的生日会帮你在“通向死亡”的路标上印上大字，标明你的年龄，让你无处可逃。他们说 50 岁是新的 40 岁，但是对于职场来说，尤其是我所在的领域，50 岁其实和 60 岁、70 岁或 80 岁没什么分别。这是一个紧急事件，我需要变年轻，而不是变老。这是个生死攸关的问题：找一份工作，保住我在这个世界的位置，在我到保质期之前，仍然有交易的可能。要努力让船不沉，让演出继续。为了满足那些比过去更加需要我的人，我必须让时间倒流，至少是要让这个浑蛋静止不动。

带着这样的目的，我为 50 岁所做的一切将会在完全的平静中完成。我不会表现出任何内心的恐慌。我将平稳地驶向它，没有任何的急弯和颠簸。

是的，这就是我的计划，随后艾米丽把我吵醒了。

1

总是活在愧疚中

***9月，周一，凌晨 1:37 ***

真是个怪梦。艾米丽在哭，她非常难过，好像是因为一个钟楼。有个男孩因为她的钟楼来到了我家附近。艾米丽一直说她很抱歉，这是个错误，她是无心的。真奇怪。近来我的噩梦都是关于我不愿提起的生日，在我生日那天，我完全变成了一个隐形人，对着听不到、看不见我的人说话。

“但是我们家没有钟楼。”我说得很大声，让自己从梦中醒了过来。

艾米丽就在我的床边，她弯着腰，像是在祈祷，又像是在保护伤口。“请不要告诉爸爸，”她恳求道，“你不能告诉他，妈妈。”

“什么？告诉他什么？”

我在床边的桌子上摸索着，我的手碰到了老花镜、近视镜、一瓶润肤霜、三板锡箔包装的药片，最后才摸到我的手机。透过手机白蒙蒙的刺眼光亮，我看见女儿穿着维密的糖果粉色超短裤和吊带背心，在一次可怕的争吵之后，我愚蠢地同意了给她买这套内衣。

“艾米丽，怎么啦？不要和爸爸说什么？”

我不用看就知道理查德还在睡。我可以听出他在睡觉。随着我们结婚年头的增加，他打鼾的音量也在不断增加。20年前，我们刚结婚的时候，他

的鼾声就像是一只小猪在吸鼻子，而现在，则是一首夜晚猪叫交响曲，以吹奏乐章结尾。有时候，随着乐曲进入高潮部分，音量不断提高，突然理查德把他自己吵醒了，于是他便翻个身，从第一乐章重新开始演奏。除了这种情况，他比已经入土的圣人睡得还死。

从艾米丽小时候起，理查德就拥有“选择性夜间耳聋”的本事，于是我只得每晚起床两到三次，回应她的哭声，给她盖被子、换尿布、哄她睡觉。随后不久，同样的事还要从头再来，如同一场无尽的苦修。母亲的声呐系统就没有关闭的时候，真是不幸。

“妈妈！”艾米丽恳求着，搂住我的腰。

我感觉像是被下药了。其实我是吃药了。我在临睡前吃了一片抗组胺，由于我总是在夜里两三点的时候，满身大汗地醒过来，吃这个药能让我睡一整夜。这药效实在太好，现在我无法思考，我的所有想法都努力想要挣破睡眠的硬壳，得到释放。我一点儿都不想动，仿佛四肢都被重压在了床上。

“妈——妈，求你了。”天哪，岁月不饶人啊。“对不起，宝贝，给我点儿时间缓缓，我马上。”我下了床，但是僵硬的双脚却在抗议。我伸出一只手抚摸艾米丽纤细的身体，另一只手则覆上她的额头，她没发烧，但她脸上都是湿湿的眼泪。她流了太多的泪，就连吊带背心都被打湿了。隔着棉睡衣，我感觉到了这种潮湿——温暖的皮肤混合着悲伤，我退缩了一下。在黑暗中，我吻向艾米丽的额头，却亲在了她的鼻子上。艾米丽现在比我高了。我每次看到她，都要花几秒钟来适应这不可思议的事实。我希望她长得比我高，因为在女人的世界里，你如果长得高，你的腿就长，这样才叫美。但是我也希望她永远都只有4岁，小小的，我可以轻松抱起她，用自己的臂弯保护她。

“你来月经了，宝贝？”

她摇了摇头，我闻到了护发素的味道，我特别嘱咐过她不要用它这瓶昂贵的护发素。

“不是，是我做了一件非常非常非常可怕的事情。他说他要来找我。”
艾米丽又开始哭了。

“别担心，宝贝，没关系的。”我说道，笨拙地拉着她朝门口走去，楼梯间照进来的光亮给我们指路，“不管发生了什么，我们都可以解决的，我保证。一切都会好起来的。”

实际上，我真的认为一切都会好起来，一个十几岁的女孩，她能遇见什么事情，连她妈妈也处理不了呢？

*** 凌晨 2:11 ***

“你把一张照片——你臀部的裸照，发给了一个男孩，或者是许多男孩，而且你从来没见过他们，是吗？”

艾米丽痛苦地点点头。她坐在餐桌前自己的位子上，一手拿着手机，一手拿着杯热牛奶，杯子上印着霍默·辛普森¹的招牌口头禅“D’oh”，我猛喝着绿茶，真希望自己喝的是威士忌，或者是毒药。思考，凯特，思考！

问题在于，我根本不明白自己不明白的到底是什么，也许艾米丽说的根本就是外语。我也用脸书，在 WhatsApp² 上面，我加入了一个家庭群，群是孩子们建的，我曾经总共发过 8 次信息（有一次，我喝了几杯酒，在群里评论了《舞动奇迹》³ 里面的帕夏，真尴尬），别的社交媒体我就知道了。如今，我的无知已经变得很可笑了——这成了家里的笑话，孩子们经常嘲笑我。“你是从古代来的吗？”艾米丽和本会用爱尔兰小调抑扬顿挫地说出这句话，这

1 霍默·辛普森是美国电视动画《辛普森一家》中的角色，是一家五口中的父亲，他的口头禅“D’oh！”被收录进《牛津英语词典》。——编者注

2 WhatsApp 是一款非常受欢迎的跨平台应用程序，用于智能手机之间的通讯。该应用程序借助推送通知服务，可以即刻接收亲友和同事发送的信息。——译者注

3 《舞动奇迹》，英国 BBC 出品的一档舞蹈真人秀节目。——译者注

是他们从最喜欢的电视剧里学来的。“你是从古代来的吗，妈妈？”

他们就是没法相信，这么多年了，我还是固执地忠于自己的第一个手机：一个灰绿色的小玩意儿，装在口袋里时就像一只小沙鼠。这个手机连发信息都困难——并不是说我妄想每小时都发一条短信，你必须按住一个数字键，等着字母出现。每个数字键对应三个字母，打个“hello”大概需要20分钟。屏幕的大小和拇指指甲差不多，每个星期充一次电即可。妈妈的原始人手机，孩子们都这么说。对于他们的嘲笑，我很乐意配合，这让我感到短暂的轻松，就像那些松懈放任的父母那样，但我知道自己永远也不会成为那样的父母。我想，我对自己的孩子还是感到自豪的，我给了他们生命，仿佛就在不久之前，他们还是那么娇小和脆弱，如今却这么能干，让我嫉妒，他们满嘴的新词，我听起来就像中文一样难懂。我想，有我这么一位强势母亲，艾米丽和本应该很有安全感吧，在事关体面的大事上，我一定能保护他们，对吧？

错了。天啊，我都想错了。半个小时的时间里，我们一直坐在厨房的桌子前，艾米丽惊恐地打着嗝，终于她告诉了我，她把一张自己的臀部裸照通过色布拉发给了朋友莉齐·诺尔斯，因为莉齐跟艾米丽说，她们圈里的女孩子们要比一比暑假后的晒痕。

“色布拉是什么？”“妈妈，就是照片发上去10秒钟后就消失不见了。”“太好了，照片已经没有了。那还有什么问题吗？”“莉齐把色布拉的照片截屏了，她说本来是要放到脸书的群聊中的，结果却不小心误放到了留言板，所以照片就永远在那儿了。”她故意说“永远”这个词，因为发音跟她最爱说的词“随便啦”押韵——最近更进一步简化成了“随便”。

“永远。”艾米丽又说了一遍。一想到这讨厌的永恒存在，她的嘴巴就嘟成了极其痛苦的“O”字形——就像爆裂的气球一样悲伤。

我花了好一会儿时间才把她说的话翻译成了英语。我可能听错了（我

真希望自己听错了)，但我觉得她说的意思是，我心爱的女儿拍了一张自己臀部的裸照，通过神奇的社交媒体和另外一个女孩的邪恶用心，这张臀拍已经传播开来——如果这是我想用的词的话，虽然我很害怕这个词——发送到学校、街道和世界上的所有人。实际上，不是所有人，除了她自己的父亲，他正在楼上为英格兰打鼾助威。

“大家觉得太好笑了，”艾米丽说，“因为我的背部还有在希腊的晒伤，所以特别红，我的屁股特别白，所以我看起来就像面旗子。莉齐说她尝试把照片删除，但是许多人都已经分享了。”

“慢点说，慢点说，亲爱的。这是什么时候的事？”

“好像是7点半吧，我好长时间都没注意。你跟我说的，吃饭时要把手机收起来，记得吗？我的名字就在截屏图片的上方，所以大家都知道是我。莉齐说她试着把照片撤回来，但是照片已经像病毒一样疯狂传开了。然后，莉齐跟我说：‘艾米丽，我本来以为这样很好玩。对不起。’我不想让人觉得我因为这件事很烦恼，因为大家都觉得这非常好笑。但是，现在这些人都知道了我的脸书账号，我收到很多变态信息。”她啜泣着脱口而出这一大段话。

我站起来，到橱柜给艾米丽拿了点厨房纸巾擤鼻子，由于最近家庭预算削减，我已经不再买面巾纸了。节衣缩食的寒风席卷了全国，尤其是我们家，这意味着装在价格昂贵、色彩淡雅盒子里含有芦荟成分的柔软纸巾，已经不在购物清单之列了。我默默诅咒着，理查德被建筑公司裁员了，他却决定把这当作“一个重新接受培训的机会”，来学习更有意义的东西——或者，如果刻薄地说，“停止挣钱并开始自我放纵的机会”。不好意思，现在这个时刻我确实很刻薄，因为我没有舒洁纸巾来给我们的女儿擦干眼泪。我沿着锯齿边缘撕扯厨房纸巾，弄得一团糟的时候，我才发现，我的手在颤抖，而且颤抖得很厉害。我把颤抖的右手放进左手，十指交叉，我已经很久没这么做过了。

“这是教堂。这是尖塔。往里面看，能看到人。”艾米丽曾让我给她一遍又

一遍地表演这个儿歌，因为她喜欢看手指在教堂里来回摇摆。

“寨（再）来，妈咪。寨（再）来一遍。”

她那时多大？3岁？4岁？似乎是很近的事，但同时又超乎想象的遥远。我的宝贝。我的孩子带我到了一个全新的奇异国度，我还在努力想要理出其中的头绪，但是人的感觉是不会停滞的。怀疑，恶心，一种恐惧的味道。

“在手机上分享你的臀部照片？哦，艾米丽，你怎么会这么愚蠢呢？”（恐惧此刻突然爆发了怒火。）

她的鼻子在厨房纸巾上发出像小号一样的声音，然后她把纸揉成一团，又放回我手上。

“是臀拍？妈妈。”“臀拍到底是什么东西？”“就是你屁股的自拍照啊。”艾米丽说。她说得好像这是生活中很正常的事情一样，就像在说一片面包或者一块香皂。

“你知道吗？是臀拍。”这次她更大声地说，就像英国人在国外讲话要提高声音，那些愚笨的外国人才能听懂似的。

啊，是臀拍，不是钟楼¹。在我的梦里，我以为她说的是钟楼。自拍我是知道的。有一次，我的手机滑到了自拍模式，我发现我正盯着自己的脸看。我退缩了，觉得这不正常。有个部落拒绝拍照，因为害怕相机会偷走他们的灵魂，我同情他们。我知道，像艾米丽这样的女孩时刻在自拍。但是臀拍？

“蕾哈娜²会拍。金·卡戴珊³也会。大家都是这么做的。”艾米丽语调平淡地说，她的声音里出现了一丝熟悉的愠怒。这是我女儿近期的惯常反应。

1 臀拍（belfie）和钟楼（belfry）在英文中发音相似。——译者注

2 蕾哈娜（Rihanna），全名罗比恩·蕾哈娜·芬缇（Robyn Rihanna Fenty），在美国发展的巴巴多斯籍女歌手、演员、模特。——译者注

3 金·卡戴珊（Kim Kardashian），美国娱乐界名媛、服装设计师、演员、企业家。——译者注

她会不会用假身份证混进夜店？“别感到震惊，妈妈，大家都是这么做的。”在“挚友”家过夜，不仅这个“挚友”我根本没见过，奇怪的是，她的父母还对自己孩子的夜间活动漠不关心。这种行为完全正常，很显然。不管我荒唐地反对什么，我必须冷静下来，因为大家都是这么做的。难道我已经与社会这么脱节了吗？什么时候连散布某个人的光屁股照片也变得可以被社会接受了？“艾米丽，别发信息了，可以吗？把手机给我，你惹上麻烦了，你的手机也一样。”我从她手中抢过那个讨厌的玩意儿，她突然冲过桌子又夺了回去，但我还是看到了一个叫泰勒的人发的信息：“你的屁股很挺翘，我都硬了，哈哈!!!”

天啊，这个白痴正在对我的宝贝儿说脏话。应该是“挺翘”不是“铤翘”，这家伙不仅猥琐，还是个文盲啊。我心中升起了文法学家的自豪感，激动地打了个战栗。得了，凯特。我这种逃避现实的策略也太反常了！有个淫荡的白痴正在给你 16 岁的女儿发下流信息，你却在担心他的错别字？

“宝贝，听着，我觉得我应该给莉齐的妈妈打个电话，谈谈——”

“不——”艾米丽尖利的怒吼把列尼惊醒了，它从睡觉的篮子里面蹦起来，汪汪叫着，查看是否有人在伤害艾米丽。

“你不能这样做，”她哭道，“莉齐是我最好的朋友，你不能害她。”

我看着她发肿的脸，下嘴唇被咬破了，正在流血。她真的认为莉齐是她最好的朋友？莉齐更像是个善于操纵别人的小巫婆。莉齐·诺尔斯宣布，她生日那天可以带两个朋友去伦敦的 O2 体育馆看贾斯汀·比伯的演唱会，从那时起，我就不相信她了。艾米丽无比兴奋，因为莉齐爆出消息，艾米丽在她的朋友中排在第一位。我给艾米丽买了一张那场演唱会的票，票价高得吓人，只是为了保护她，不会在这场淘汰赛中被慢慢击垮。那种自信的消逝如同内出血一般，只有女孩对女孩才干得出这种事。在施加恶意方面，男孩们实在太业余了。

这都是我心里所想的，我没有说。我的女儿不能在一个晚上同时遭受