

出门妖娆回家爱 · 结婚十年

作者 叶眉

陕西人民出版社

出门妖娆回家爱·结婚十年

作 者 叶 眉

出版发行 陕西出版集团 陕西人民出版社

(西安北大街 147 号 邮编: 710003)

规 格 850mm×1168mm 16 开 12.5 印张 1 插页

字 数 184 千字

版 次 2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 次印刷

定 价 19.80 元

目录

左手握右手·自我修炼

少女四十

“前中年”时代

别把自个儿太当自己人

宠爱自己从昨天开始

你有一间属于自己的屋子吗

生活可以续杯

我是前中年女人,但不打折

温柔≠会撒娇

女人之间互相卸载

中年女人是一种自然灾害

做女人的分量与安全感

女人不能太舒服

做老婆还是做主妇

修炼女人:带一本闲书上床睡觉

“Z”形生活

为什么不做个好消息女人

珍藏一个第三者

想过一种什么样的生活

女人的智慧与身份无关

以不爱的方式,爱你

做一个品牌太太

女人,用自我增值来迎接中年

做个万能女人

女人如何越老越精彩

左手握右手·相守之道

爱人同事

不要批评男人的坏习惯

向一个男人要幸福

给丈夫一间“闺房”

家庭成员间要有一定的疏离感

慢慢吃,全家一起吃

别说你的男人有问题

如何让他拥有爱的执行力

对家里那位客气点儿

请到厨房陪陪我

把婚姻放一放

说好第一句话

别说最后一句话

周末不做夫妻

把日子过得琐碎些

管理好婚姻中的舒服感

夫妻也如过客

让日子偶尔沸腾

做丈夫的心理按摩师

结婚十年,你还拥抱你的爱人吗

学习一对美国老夫妻的婚后爱情

左手握右手·幸福感悟

每个幸福都有一个处方

别把幸福看得太严重

幸福不一定是对的

婚姻飞起来,日子不一样

世界上最土的浪漫

婚姻不怕经点事儿
幸福都是小事儿
婚姻是一种信仰
婚姻里的小饭馆生意兴隆
没有无懈可击的幸福
晒一晒往事颐养爱情
速食年代的慢感情

左手握右手·教子

给孩子借个朋友玩
儿子的江湖
让男孩与父亲成为哥们
做妈妈的底线
带着孩子去游学
你的孩子是否太专注学习
给儿子制定的“快乐家规时间表”
爸爸,林小丫今天吻了我……
给女儿常识以外的安全教育

左手握右手·婚外

她为什么把漂亮女孩都看成丈夫的“隐性外遇”
老公被她盯上后……
女人想在婚外暧昧中得到什么
女人向婚外男人倾诉……

左手握右手



自我修炼





女人要学会忘记自己的年龄，年龄
只是上帝与女人开的一个玩笑。

少女四十

· 2 ·

讲一个朋友的故事：她年过四十了，儿子远在澳洲上学。也许是在儿子三岁时就离婚的原因，她对儿子特别不舍，想儿子，每次打国际长途都哭。儿子开玩笑地劝她，妈妈，你怎么越来越像小女孩了呢，动不动就哭鼻子。这样一说，她就破涕为笑。当然，她这哭带着一点撒娇的性质。因为儿子十七岁了，个子比她高出不少，她一哭，儿子一定有一种保护她的快乐。

她儿子放假回来看她，她更是在机场泪流不止，儿子一边拥抱着妈妈，一边安慰她。让看的人眼热不已。

有一次，她悄悄地跟我说，儿子现在不叫她妈妈，改叫她“高龄少女”了。我问，这是夸奖你吗？她笑得什么似的说，儿子宁可看到一个常常向他撒娇、示弱的妈妈，也不愿意看到一个饱经沧桑的女人向他诉说从前的不容易。

她是个聪明的女人，事业做得不错，一个人把儿子带大成人。儿子出去读书后，她才找了个爱她的男人在一起。两个人像情人一样地相处，她也越发的年轻起来。并且说，女人要学会忘记自己的年龄，年龄只是上帝与女人开的一个玩笑。



她说得很精彩，也以自己是个高龄少女自居。与她在一起，让人感到时间和婚姻的过早失败并不能让女人沉沦。她穿洗得发白的牛仔裤，偶尔反戴着休闲帽，出去游玩。在她那里，没有一件事是放不下的，没有什么是大不了的，真是精彩独到的女人。她的男人对她很欣赏，也可以说是爱不释手。把自己演得如此收放自如的女人，还怕自己老得没有男人看了么？反正她是不怕，其实她并不算漂亮，但自有一股让人喜悦的洒脱之气。所以看起来就像三十出头的风华少妇。

再说另外一个朋友：她是个全职太太，却常常定时出去展示自己的羽毛，有自己的朋友圈子。平时没事的时候还写写小文章发表，她的先生看到她足不出户就有人甘愿将钱寄上门来，特别佩服她。晚上孩子睡了，她就煞有介事地坐在电脑前，写啊写的，先生就等她一起睡，并不时送杯咖啡啊什么的。现在朋友年过四十，老公仍然对她围前围后的，如果她跟某个异性朋友在电话里聊的时间长了点，那位先生还要吃吃醋呢。但他们也吵，因为一些鸡毛蒜皮的小事，但总的基调给人踏实的家常感觉。那女人打扮妖娆地出去泡酒吧什么的，活色生香的样子仍然引来不少男人的目光。

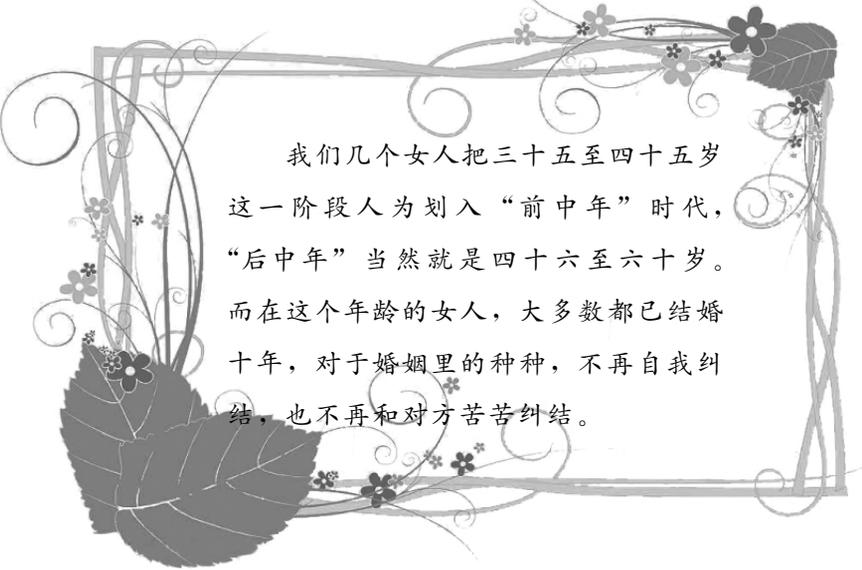
这是两个自信的女子。知道在什么时候该做什么事，什么时候该以什么为重，不想征服男人，却对岁月无所畏惧的女人是佩服的。

说到底，年纪不是女人的最大不快，女人们完全可以自得其乐。面对岁月，有的女人把自我的空间越缩越小，直到找不到自己，这才是最大的悲哀。

做一个没有年龄的女人并不是说就不是贤妻了，就不是良母了。热爱自己，用自己的方式热爱身边的人，悠然地展示自我，多好啊。

但愿我也会少女四十，做一个没有年龄恐慌的女人。





我们几个女人把三十五至四十五岁这一阶段人为划入“前中年”时代，“后中年”当然就是四十六至六十岁。而在这个年龄的女人，大多数都已结婚十年，对于婚姻里的种种，不再自我纠结，也不再和对方苦苦纠结。

“前中年”时代

有一次，和几个婚后好友聊天，不知怎么扯到“钝感力”这词儿上了，好像有一本书也是讲钝感力的。我们都是几个进入“前中年”的女人，顺便解释一下，我们几个女人把三十五至四十五岁这一阶段人为划入“前中年”时代，“后中年”当然就是四十六至六十岁。而在这个年龄的女人，大多数都已结婚十年，对于婚姻里的种种，不再自我纠结，也不再和对方苦苦纠结。

这就是说，我们已经对婚姻里的好多东西，好多元素，都有了一定的钝感力，不再苦苦追问，已经有了一种自在，对于过日子，以及日子里的另一半，当然已进入了游刃有余状态。

可年轻一些的女孩子就有点不屑，她们说，你们这是处在快要无能为力年纪，所以不再计较。听到这些，我们这些前中年时代的女人们，哈哈一笑了之。没错儿，我们不是装傻，我们变傻了。这种傻掉，却是我们愿意的。

二十多岁的宁，因为很像年轻时的我，我们成了忘年朋友。有一天她在网上有点闹心地问，我该怎么办？原来有一个已婚男人让她很有点动心，那男人有房有车有家，想和她来点儿真格的。



我问：你说的真格的是要和他结婚，还是和他上床？

宁说：废话，当然是上床了。

我一下子哑巴了。

其实我是想说，还是免了吧，除非你们真想在一起，但是那代价，估计在半路上就牺牲了。不过你有这想法儿，精神可嘉。

我没有答案给她。这个年纪的女孩子不可能同时拥有青春又有青春的智商。这时候你不可能要求她像我们这些前中年女人那样，对情感这玩意儿能够拿捏得当，坦率舒畅。

我也打她那个年纪的时候过过，那时候，我何曾听过别人的劝告呢？所以不说也罢，只有经过路过，才会历练出从容与舒适的智慧。这一关，只有自己过，别人代替不了，更劝不了。

认识一个前中年女人，会把五香瓜子与香茶配出不同的味道来吃。钱多的时候，有钱多的过法，钱少的时候，有钱少的过法，总之让身边的爱人很有温暖的安全感，不再想风就是雨，她自己也度过那种非常激烈的情感时代、苛求时代，但如今，她发自内心地说，她感到前中年时代真是太美了，风调雨顺，自由坦然。

还认识一个前中年二婚女人，活得挺好，叫小源。她爱人在她三十五岁的时候，离开她和一个女的跑了，别人都劝小源告这个男人。小源气定神闲，一点财产也没有多要，和上小学的儿子一起生活，整天乐呵呵的。她的好友都说她傻。她只是笑，什么也不解释。

有一次聊天，她喝了点红酒，话有点多，才说，我不想用太多的力气和他生气，他能做出那样绝的事来，在财产上又会有什么仁慈呢？我只是要早些脱离和他在一起的那个负面的场，没有什么放不下的。

后来，小源有了新的爱人，这个男人有不少缺点，但有一点，他对小源非常尊重，对她的儿子也非常好。他是有钱的男人，但小源还是工作着，乐在其中。小源还说，她男人离开的时候，她还不老，所以能够经得起失败。前中年时期的女人，还是经得起风浪的，而且不激烈，自有一种舒坦。

年轻时候，我什么都想要好的，喜欢自己的男人要拿得出手，漂亮



衣服要贵更要多，什么场合都想掺和。现在却不那么想了，我现在想要的是自在，不再为爱情困扰，也不再和爱人纠结不已，和男人的爱，已然变得温软舒适，出发点已然回到关注自己的内心，安然平和。

如今，如果有陌生男人向我表示好感，我只会笑着表示谢意，但不会得意。而年轻时候，不但会得意，如果这个男子不太差的话，还可能想着一段激烈过瘾的情意。进入前中年后，偶尔有人说我还像女孩子一样，我会报之温和的微笑。

女孩子们，修炼到前中年时代，你就会感到云也美，风也轻，那才是一个女人最好的时候，你的好日子也就来了。

不再紧绷，不再纠结，也不再和对方纠结，有什么享受什么，这就是前中年时代的感觉。至于后中年时代，是什么滋味，到时再说。

我现在说什么也没有用，到时你就明白了。



不把自己当自己人，爱会延伸、成长，日子也会别有洞天。当外人，有时比当自己人舒服，也更容易幸福。

别把自个儿太当自己人

前一段时间，我辞职在家，煮煮饭，收拾一下房间，管管上小学的孩子，自从进入职场以来，日子好像从来没有这么轻松过。不再想着这个月要完成的指标，先生赚的足够一家人生活的了。他很知足地说，你就在家里待着，待多久都行，好好照顾一下儿子。

先生把家用的钱交到我手里，让我分配家用，该买什么买什么。我点点头接了过来。到了月底的时候，我告诉他钱花完了，看到他睁大眼睛看了我一下的样子，我知道，他心里其实是想问，五千元钱，怎么说花完就花完了呢？

我假装没有看到他的眼神，自然地把一本流水账本交给他，然后去给儿子讲故事去了。其实，这个月，儿子病了一场，打了几天点滴，就花了一千五百多元，余下的钱，除了给儿子买了两身内衣，他的两条内裤，都是日常开销，要是我没有记账的话，还真说不清楚这些钱都花哪儿去了。我没有给自己添置什么。

我记账的时候，我一个闺蜜说我太婆婆妈妈了，把生命都浪费在记账上了，一家人，搞这么复杂干吗？我跟她说，这可不是浪费不浪费生命的问题，虽然是老夫老妻，虽然两口子过日子，不是外人，但也别太



把自己当做自己人。

三个月后，我又一次有了合适的职位，收入不算太高，但是供我自己的消费够了。我总是这么认为，如果一个女人，买一包卫生巾都向老公伸手的话，那感觉一定是非常的没有尊严，他又不是我爹，我也是成年人，也还不老，我能担负自己。

再次上班的第一个月，我把一千元钱交到先生手里，我跟他说，我现在又工作了，我来负担每个月的水电煤气费网费吧，虽然不多，但是，可以分担一些你的压力。那天晚上，先生的话多了一些，跟我说的多是这个家以后的计划，如何把股票抛了，换成定额定存的基金，作为儿子以后的教育基金；这个周末带着儿子出去吃饭吧，好像好久没有美餐一顿了呢。他说着这些的时候，我感到他真可爱，我们好像又有了恋爱的感觉。是的哦，把他当外人没有错，谁和自己人恋爱呢？

有一位朋友，也是结婚近十年了，她和老公是彼此不分的，为此她多次批评我和老公太见外。她说，他们什么都不分彼此，感情好得很。但是最近，我听说她老公有了三儿，原因是她没有想到的，因为她老公跟她说，他们好像不是夫妻，而是自己人，谁会和自己人相爱呢？和自己人只能相亲，无法相爱，所以他只好去找别的女人。

• 8 •

另有一个非常独立的女人，和老公属于那种，她站得和他有距离，互相欣赏，但那距离又是能够彼此握住对方的那种。有一次我们几个人聚餐，有男有女，其中一个男人笑她的独立：你这是何苦呢？你老公那么有钱，你们女人真是有病，现在是一流女人花情人的钱，二流女人花丈夫的钱，你们这些自己花自己的钱的，只能是三流女人。

我那女友哭笑不得：瞧瞧！自爱的女人反而成了三流的啦……

最后我们还是达成一个态度，三流女人就三流女人，我们还是要自己赚钱的，我们就是把自己当外人。

我跟先生也为此交流过。我跟他说，我理解的男女平等，不是男人会做的，女人都要会做，而是要明白，自己的男人再能干，自己也不会理直气壮地随意花他的钱。

我没有说出来的是：他是他，我是我，而且，我的一生是我自己



的，我不想成为一个依赖于他的小女人，像他的女儿一样，让他养着，呵护着。他会累、会烦的，因为他毕竟不是我爹。

我们并不是完全意义上的 AA 那种夫妻，他赚得多的时候，就多花他的，我赚得多的阶段，我就为家多出一些力。他为我买新衣服给我惊喜，我有时也会突然地给他一个意外，我们这么做，在有些朋友看来，有些客气，在这样的细节中，我们一直能够感受到爱恋，从没有厌倦过彼此，还感到新鲜有趣。

曾有一个已婚男人向我抱怨，他说他和太太在一起越来越熟悉后，她就露出了原形，衣服一大堆的时候才洗，也不爱美了，就喜欢看电视。他可是把她看成今生相伴的正规夫人。现在感到，在一起会很恐怖。

其实很多人，男人也好，女人也好，结婚久了熟悉了，把自己不当外人了，然后就是爱恋的感觉不在，厌倦之情油然而生。在这方面，我有一个朴素的想法和做法，那就是，只当他不是我的自己人，他还是想常常看到一个成长和不一样的女人，我做到了。比如吃饭，这是每天的功课，他还是那么有食欲的样子，因为我从不会带着厨房里的围裙吃饭，我还是会冲个凉，换上舒服的棉质衣服坐下来。有人会说这很矫情，但是，如果你有一颗要见外的心，能够在结婚十年的时候，把家常的细节做得行云流水，让人感到新鲜和美好，那又何乐而不为呢？

不把自己当自己人，爱会延伸、成长，日子也会别有洞天。当外人，有时比当自己人舒服，也更容易幸福。





宠爱自己从昨天开始

那天早上是星期一，我躺在床上看书，看潘柳黛的《退職夫人自传》，看到的那段，正是她在上海声名鹊起的时候，二三十年代的旧上海，她赚的钱可以想怎么花就怎么花，还能在上流的西餐厅请男人吃法国鹅肝，真是一个强人！

我发出感叹的时候，先生和儿子已吃完早餐，来到我的床前。儿子说，妈妈我长大也要像你一样，如果上班晚，就躺在床上看书。老公更是羡慕地说，躺在床上看书多舒服！

我望着两个男人，开玩笑地对先生说，可是什么都没有耽误，这就是你老婆的水平了哦。

他们高高兴兴地上班上学去了，我又在床上看了大约有半个小时，起床，洗漱。全然没有星期一早上手忙脚乱的“战斗”状态。

因为他们刚才吃的早餐，是我昨天晚上都备好的。杂粮粥提前煲在了定时的电饭煲中，面包片于昨晚烘焙完毕，是烘干的状态，早上起来，可以不用加热，他们直接在上面涂果子酱就成了。因为武汉的天气已经不冷了，也用不着加热了。他们穿的衣服，昨天晚上，我已经搭配好了。今天是星期一，儿子得穿校服，白衬衫，马夹，还有小西装西



裤，老公的，也是西装革履。我都是提前挂在衣架上，他们起来直接一穿就行了，星期一要有一种工作的和学习的状态，我觉得这样很好。

可能你要问，为什么我不急着起来呢，因为我的上班时间比他们晚一个小时，所以完全可以晚起一个小时，悠然地躺在床上看一会儿书，或者发发呆。或者想想晚上的菜谱什么的。

其实，以前，我也像很多想做优质主妇的人一样，早上风风火火地起床，给他们弄吃的，因为外边的食物实在不相信它们的清洁程度。更要命的是，他们两个都非常喜欢我做的饭，愿意在家里吃。他们吃早餐时，我又在给他们搭配衣服，等他们风卷残云地吃好穿好拿上书包和公文包走了，我喝一杯奶，又开始整理房间。也是无法和他们一起共进早餐。

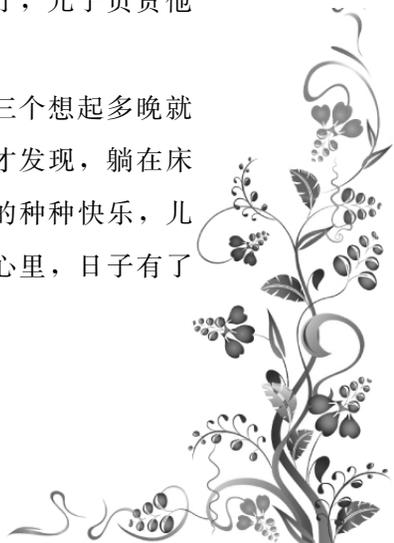
做着这一切的时候，我发现我是那么的困，我不能起早。那么可想而知，我一天的工作就没精打采了。难道为人妻为人母的生活就非要如此吗？

后来我想了一个办法，把事情都集中在前一天晚上做出来，早上我们就各得其所。不但没有影响生活质量，而且让我的早上多出了一个小时的宠爱自己的时间。

这样实行了一段时间后，我总结了一下，凡是前一天能够做的，我都非常有预见地做出来，比如衣服，再也不会到早上时乱乱翻，有时还忘了洗。凡是在一周内晚上能做的事，我绝不会拖到第二周去做。

我一周有两次是开动洗衣机的，饭做好了，就可以晾衣服了，有需要手洗的，也及时洗好。房间也在晚上一边跟他们聊天，一边和他们分工做好，卧室和洗手间的卫生由先生做，我负责厨房和厅，儿子负责他自己的儿童房。

这样一来，周六周日也不再像以前做苦役了，我们三个想起多晚就起多晚，三个人各自躺在床上看书，有时聊天。这时候才发现，躺在床上聊天真是一种享受，我们聊以后的家庭发展，聊生活的种种快乐，儿子有时也会加入进来，躺在我们中间，发发感慨。在我心里，日子有了不一样的质感。



由此，我又想到了以后。我以前把自己的工资绝大部分都花了，想反正有老公，他收入不菲，但现在我开始提前存钱了。

前面提到的潘柳黛夫人，在有钱的“昨天”从没有为“今天”打算，所以后来的“现在”，她无法为自己买一只口红，更别说去吃法式西餐了。如果她能够准备好宠爱自己的资本，也不会落到又穷困又离婚的地步。

对于女人来说，宠爱谁都要从宠爱自己开始，宠爱自己的资本要从前一天开始准备，那样就不会手忙脚乱，有条不紊，轻松上阵，才是生活的根本。

我想说的是，宠爱自己，就从昨天开始吧。只要把时间提前一点儿，那么，今天你就有了时间资本给自己。

家务如此，工作如此，人生及早打算更是这个意思。