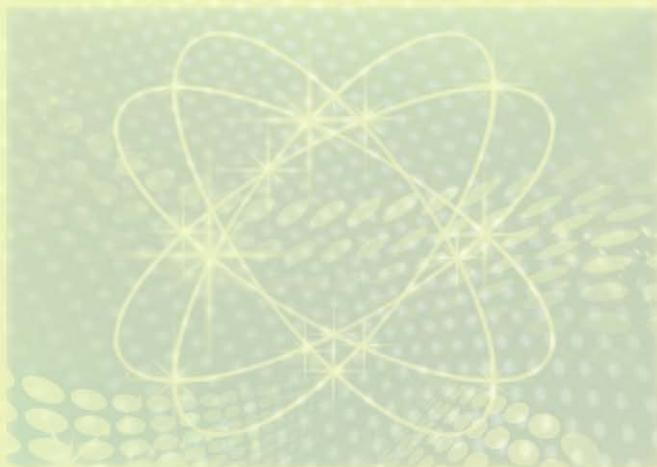


生活保健丛书

女人就是要幸福

秋实 编著



中医古籍出版社

图书在版编目（CIP）数据

生活保健丛书 / 秋实 编著. —北京：中医古籍出版社，
2009. 10 重印

ISBN 978-7-80174-268-1

I. 生… II. 秋… III. 日常生活—常识—通俗读物

IV. ①R715. 3②TS976. 31 中国版本图书馆 CIP 数据核字
(2004) 第 093575 号中医古籍出版社出版发行

女人就是要幸福

（北京东直门内南小街 16 号 100700）

全国各地新华书店经销

北京金马印刷厂印刷

710×1000 毫米 16 开 180 印张 3800 千字

2009 年 10 月第二版第一次印刷

印数：1—5000 册

ISBN 978-7-80174-268-1/R. 267

定价：549.00 元（全三十册）

目 录

第一章 做不抱怨的女人.....	1
抱怨影响女人的事业发展.....	1
及时阻止抱怨的恶性循环.....	2
学会欣赏自己拥有的一切.....	4
如果不能改变就去适应它.....	6
用快乐之水冲淡痛苦.....	8
没有过不去的事，只有过不去的人.....	11
得而不喜，失而不忧.....	13
第二章 做个快乐的女人.....	17
快乐让女人生活更多彩.....	17
快乐是丰富人生的体验.....	20
苦中作乐的女人永不倒.....	22
用微笑去改变不幸.....	24
快乐只需少些欲望.....	26
不要因悲观而扩大不幸.....	28
女人没了快乐的心情就没了全部.....	32
简单的生活也是快乐的.....	35
挂上笑容才算穿戴整齐.....	37
第三章 做个职场丽人.....	41
没有架子的职场女人最可爱.....	41
聪明应对男上司的邪念.....	44
面对别人的隐私做到守口如瓶.....	46
聪明的女人是办公室里的政治家.....	49
职场不相信眼泪.....	52
在职场敢于发出自己的声音.....	58
闲聊时管住自己的嘴巴.....	63
坚持自己的目标.....	66
第四章 做个善良的女人.....	71
女人的善良是人间温情的源泉.....	71
要想有好人缘，多为别人着想.....	74
幸福的女人善于原谅别人.....	75

让别人快乐，你也快乐.....	78
女人味在尊老爱幼中焕发.....	80
温柔是女性最好的特性.....	82
对生命有敬畏之心.....	84
第五章 这样做女人最命好.....	87
在优秀的地方，才能遇到优秀的人.....	87
你不可能从根本上改变一个男人.....	88
做他的妻子，不要做他的母亲.....	89
年长的男人也不一定安全.....	89
做一个让男人放心的女人.....	90
聪明的女人露一半.....	91
感情必须经历时间的考验.....	92
漂亮女人更要心明眼亮.....	93
不要追问他和情人的过去.....	94
绝大多数的男人喜欢留长发的女人.....	95
不能因为“不好意思”而轻易点头.....	96
不要对对丈夫身边的女人疑神疑鬼.....	98
制造男人追求你的机会.....	99
房子是最保险的情人.....	100
和他去购贵重物品，是不智之举.....	101
不要把自己当成男人.....	101
嫁个有钱人，就凡事不操心吗.....	103
两情若是久长时，又岂在朝朝暮暮.....	104
把恐惧扼杀在摇篮里.....	106
快乐满地，可惜你没有留意.....	107
夫妻吵架，慎谈离婚.....	108
女人要用智慧去面对问题.....	110

第一章 做不抱怨的女人

抱怨影响女人的事业发展

心理学家的研究表明，许多人之所以无法取得成功，其中最为重要的一个原因就是情绪沮丧、低落、抑郁。不难想象，一个整天快乐、积极工作的人，一定会比一个整天沉浸在悲伤、抑郁中的人工作效率高得多。由此可见，愁眉苦脸、满腹牢骚只会阻碍我们事业的发展。因此，请牢记：千万别让抱怨影响你的发展。

李娜和夏丽是大学同学，两人大学毕业后，因为一时找不到合适的工作，最后一起进了一家百货公司做营业员。别人都认为她们做营业员太可惜，但李娜却并不这样认为，因此一直很珍惜这份工作，用认真的态度对待工作，一丝不苟。李娜热情周到的服务很快便得到了顾客和领导的好评。而夏丽却在众说纷纭中开始飘飘然，抱怨起工作环境和薪水来。看这不顺眼，看那也不满意，整天唠唠叨叨，在不满中消磨时光，于平庸中虚度生命。

李娜所在的柜组前面有道很不起眼的台阶，时常会有顾客经过时不小心被绊一下。所以每当有不知情的顾客经过时，李娜总是善意地提醒一句“请您小心前面的台阶”，顾客也总是感激地对她笑。夏丽见了，总是笑她多此一举，认为那些人又不买自己柜组的商品，管那闲事干吗。李娜对此也从不争辩，总是一笑置之，然后下次继续提醒每一个路过的人。

一天，公司老总进行巡视时正巧经过那道台阶，李娜还是像以前一样习惯性地提醒说“请您小心前面的台阶”。老总先是一愣，但很快便明白了是怎么回事，他并没有说什么，只是看着李娜，脸上流露

出一种赞赏的笑容。很快，李娜便被提升为柜组组长；在一年之后，李娜当上了这家公司的副总经理。夏丽因为工作态度的问题，最后丢了工作。

由此可见，一个人如果整日怨气声声、郁闷难消，不但不能让自己完全地投入到工作当中，影响工作的进度，同时，也会给周围的同事带来不愉快的气氛。

人之所以达不到以他们的才能原本可以达到的目标，就是因为他们成了自己任意宣泄情绪的牺牲品，他们的沮丧不安、怨声载道影响了他们的发展。因此，为了肃清我们前进道路上的障碍，就一定要摆脱抱怨的困扰，放下不满情绪，让自己的心胸开阔起来。

大多数人都喜欢和不爱抱怨的人在一起工作、生活，没有人喜欢抱怨者，你的抱怨只会让别人对你敬而远之。

及时阻止抱怨的恶性循环

一家公司的老板因为公司的一些事正在气头上，他对公司经理大声呵斥。

经理回到家对妻子大声呵斥，说她太浪费了，因为他看到餐桌上的饭菜太丰盛了。

妻子对儿子大声呵斥，因为他干什么都磨磨蹭蹭。

儿子对保姆大声呵斥，因为保姆打碎了一个碟子。

保姆没好气地去扔碎碟子，伤着了一位行人。

行人是一位妇人，她在一番吵闹后赶紧去医院治伤。她对护士大声呵斥，因为护士上药时弄疼了她。

护士回到家里对母亲大声呵斥，因为母亲做的饭菜不合她的口味。

母亲并不生气，只是温柔地对女儿说：“好孩子，明天我一定做一顿合你胃口的饭菜。你忙了一天，一定很累，吃了饭就休息吧，我给你换了一床新被子，你一觉睡到天亮，明早起来心情一定会好很多……”

抱怨循环终于化解在浓浓的亲情里。

抱怨不止，我们就无法超越痛苦。

在生活中，你是否也曾遇到过与之类似的抱怨循环呢？

在现代社会中，工作的压力、生存的烦恼、沟通的障碍、情感的波折、出行的不顺等各种生活大小事件，常常压得我们透不过气来，于是，我们经常会把亲近的人当做出气筒，将别人转给我们的怨气转给他们，他们又转给另外的人，不知不觉间就进入了抱怨循环的怪圈。

事实上，抱怨最没有益处。有不好的事情发生了，我们抱怨，抱怨完了以后，另一些不好的事情又发生，于是我们又再抱怨……这样的循环不止，令我们永远也不能超越痛苦。

如果说冤冤相报的怪圈，因充满了敌对情绪而使人有所警惕的话，那么生活中的抱怨循环怪圈，则由于缺少与对立面之间的直接交锋，因而更容易让人忽视其潜藏的危害性。一切可能是无声无息式的，但一切又是在逐渐变化着的。以至于有一天，我们会认为那是一种必然，一种别无选择，是一种正常现象。

抱怨循环对我们的生活具有极大的破坏性。它可以悄然地破坏我们与亲人朋友之间原有的亲密，可以不知不觉地硬化人们的心灵。更多的时候。它可以使卷入其中的人受到越来越多的误会和越来越重的伤害。因此，我们必须寻找化解抱怨循环的机会与方法，走出怪圈。

其实，在上面的故事中，老板之后的每个人都有机会让抱怨停止，可是他们都没有释放爱心，没有理解他人。一直到护士的母亲，母亲用她的博爱与宽容，使可怕的抱怨循环到此为止。

生活中免不了会有抱怨，抱怨最容易感染和循环。当你遇到抱怨循环时，你是继续传递它，还是用宽容和爱心去终结它？如果你持一颗宽容的心，忍下了一时之气，那么你是抱怨循环的终结者，避免了抱怨对你的亲人朋友的伤害；如果你以善意的理解和关爱改变了抱怨的本质，那么你将是抱怨循环的终结者。

生活中免不了会有抱怨，抱怨很容易感染和循环，当你遇到抱怨循环时，你是选择继续传递它，还是选择用宽容和爱心去终结它？

学会欣赏自己拥有的一切

俗话说，人生失意无南北，宫殿里也会有悲恸，茅屋里同样也会有笑声。

只是，平时生活中无论是别人展示的，还是我们关注的，往往是风光的一面，得意的一面，这就像女人的脸，出门的时候个个都描眉画眼，涂脂抹粉，光艳亮丽，这全都是给别人看的。回到家后，一个个都素面朝天，这就难怪男人们感叹：“老婆还是别人的好。”于是，站在城里，向往城外，而一旦走出围城，就会发现生活其实都是一样的。

有位哲人说过，与他人比是懦夫的行为，与自己比是英雄。这句话乍一听不好理解，但细细品味，却也有它的道理。

所以，不要把你的生命浪费在和别人对比上，应该跟自己的心灵去赛跑。

要懂得欣赏自己的生活，让自己活得随心所欲。你能改变什么让自己感到愉快，那就做一些改变；不过，如果改变了以后会让自己不愉快的话，那么不管有多少人说要去做，也不应该盲目去做。还有，即使你已经知道改变以后会很好，但自己却无力改变的话，也不应该勉强去做。

原谅自己，欣赏自己所拥有的一切，那些让自己觉得不满意的地方，就尽量忽略过去。毕竟，上帝创造我们有不同的肤色、不同的个性，是为了让我们的生活多姿多彩。所以要接受自己所谓“不完美”的地方，没有必要勉强自己变得完美。

所以，我们要用“和自己赛跑，不要和别人比较”的生活态度来面对生活。如果我们愿意虚心学习，观摩别人表现杰出的地方，从对方的表现看出成功的端倪，收获最多的，其实还是自己。不要与别人比华丽的服装，而忽视了自己真正需要提升的东西。

生活中，那些总是抱怨自己不幸的人，总是用沉重的欲望迷惑自己，总是看到自己还不曾拥有的东西。请静下心来，放下心灵的负担，仔细品味你已拥有的一切。学会欣赏自己的每一次成功、每一份拥有，你就不难发现，自己竟会有那么多值得别人羡慕的地方，幸福之神已在向你频频招手。

生活中有些人羡慕那些明星、名人日日淹没在鲜花和掌声中名利双收，以为世间苦痛都与他们无缘。这是羡慕别人的盲区，也是一些人老是羡慕别人光鲜处的原因。事实上，走进明星、名人的生活，他们有着不为人知的辛酸。美国前总统里根曾几度风光，晚年却备受不孝逆子的敲诈、虐待；戴安娜如果没有魂断天涯，有谁知道她与查尔斯王子那场“经典爱情”竟是那般糟糕……

如果不能改变就去适应它

不容否认，现实社会中确实存在着一些不公平的现象，面对这些现象，女人们该怎样正确面对呢？

著名学者吴思先生在他的代表作《潜规则》一书中对中国很多不能用正常思维去理解的社会现象做出了深刻的剖析，提到了“潜规则”在中国社会中的广泛性和普遍性。我们大多数人都痛恨不合常理的潜规则，但在面对类似的问题时，几乎所有的中国人又会不约而同的选择了对自己收益最大的潜规则，这看起来是个二元悖论，但生活在这个社会最好还是照着去实行，否则的话就有可能被整个社会所孤立，甚至碰得头破血流，当然，前提是不要违反做人的基本道德准则。

先来看一个例子：

去年初夏的某一天，茶余饭后，我的大学老师戴上老花镜，跷起二郎腿，看起简报来了……看完之后向我大发感慨。

“××市××厂一青年技术员，刻苦攻关两年，发明的专利技术被厂长巧取豪夺，青年人据理力争，结果倍受迫害……”

“唉！”我的大学老师长叹一声，“年轻人真是不经事。厂长固然可恨，青年人也是可气，他要是早遇着我老人家就好了。”

是的，这样的事也一样发生在我的大学老师身上，效果却天差地别。

30年前，我的大学老师毕业后被分配到一家研究所工作，正值青春年华，满怀豪情壮志，他三伏九寒勤耕不辍，一年半过去，嘴巴两边长长的胡须掀动着自豪——他终于设计出一台简易降耗的减速装置！

然而没过多久，欣喜却被不平代替，研究所所长技术平平却手腕通天。为了获取“名誉”暗渡陈仓，对他恩威并施。要以发明的主要技术负责人自居。条件是利益共享，我的大学老师将很快被提级重用。

我的大学老师闷睡三天后，故作爽快地答应了所长的要求。于是，所长的名字在专利证书上烫下了金色的“永恒”，他也被暗地“擢升”为技术科长，他的才干也逐渐发挥……

面对几乎相同的“不公平”，青年技术员据理力争却倍受迫害，大学老师选择“坦然”接受，并在这个基础上取得了更大的成就和发展。愚蠢与高明由此可见一斑。

不可否认，在我们的生活和工作中，很多不公平的确是客观存在的。既然我们没有办法求得事事公平，那么面对不公平该如何调整自己的心态呢？

首先，我们要做的就是用平静的心态对待“不公平”。世界上的不公平是常有的事，甚至是一种常理：恶狼张着血盆大口扑向羔羊……凶神恶煞般的秃鹰在高空盘旋，伺机向地面的猎物发起攻击……就连高呼争取平等公平的人们也在不停地宰杀着他们柔顺的牛羊……牛羊何罪之有？不公平是大自然的本性，不公平绝不仅仅发生在我们身上，柔弱的我们能够在一生“不公平”下保存自身已是难得，何必以卵击石，求不可得的公平呢？魏征忠谏，明君太宗有所恨，范蠡帮助勾践建业，功成却只能身退，因而免遭了一场杀身之祸。公平何益？我们要出局观局，平心待之。

其次，要认真分析权衡这“公平”与“不公平”的得失差。有能力与“不公平”搏一场而无损，则直击“不公”何妨，否则，学学那位大学老师，从另外一个角度对待“不公”。虽然失去了发明专利

权，却也实实在在得到了很多。作为科技负责人，他有了更多的机会和权利组织研究，做出了更多的成就；作为利益共享人，他以毕业时不名一文之身瞬间富绰。这些比那专利上的虚名来得更为实在。如果他当时顽固地坚持公平，那么，将会同报上那个技术员一样倍受压制和排挤。“忍一时之急，享知足实果”，此计此策，要那虚有的“公平”作甚？恶狗饥肠，分一块馒头给它，免了它的痛咬，何乐而不为？

第三，虽说“公平”虚有无益，却不是要逆来顺受，也要有所争。不能让他吃了鱼就不卡一点刺，认为你软弱可欺。给狗填满嘴巴，然后再猛踢一脚，让它有所畏，有所忌，最为有效！

当然，随着法制的逐渐健全，用法律的手段维护自己的权利亦成了人们的一种选择，只是法律依然不能解决所有的问题。在面对不公平时，仔细权衡一下，如若你能做到“适应能够适应的，改变能够改变的”，便真的成了处世高手了。

绝对公平在这个世界上是不存在的，女人如果因为遭遇了不公平而整天耿耿于怀，那么受苦的只会是你自己。面对不公平的待遇，请记住一句话：个人只能学着去适应这个社会，而不是妄想让这个社会去适应你。当然，在可能的时候，我们也要努力尝试着用一些积极的方法改变可以改变的不公平遭遇。

用快乐之水冲淡痛苦

如果痛苦是一勺盐，我们用什么容器来盛，是水杯，是盆，还是池塘、河流，而这决定了痛苦带给我们的感觉。

从前有一位大师，他有一位徒弟每天都愁眉苦脸、喋喋不休地抱怨。一天，他看到徒弟又是一脸苦瓜相，就让他去取一些盐回来。当徒弟很不情愿地把盐取回来后，大师就让徒弟把盐倒进一个水杯里，

搅拌使其溶化，然后喝一口。徒弟喝了一口立即吐了出来，皱着眉说：“咸死了。”

大师笑着让徒弟带一些盐和自己一起去湖边。来到湖边后，大师让徒弟把盐撒进湖水里，又对徒弟说：“现在你喝点湖水。”徒弟喝了口湖水。大师问：“有什么味道？”徒弟回答：“很清凉。”大师问：“尝到咸味了吗？”徒弟说：“没有。”

于是，大师坐在这个喜欢自怨自艾的徒弟身边，意味深长地说：“其实人生的苦痛和悲伤就如同这些数量有限的盐，而这些痛苦和悲伤的程度取决于我们承受痛苦和悲伤的容积的大小。所以当你感到痛苦和悲伤时，就把你承受的容积放大些，不是一杯水，而是一个湖的时候，你就不觉得痛苦和悲伤了。”

的确，很多时候，人们陷入痛苦不能自拔不是因为那个痛苦本身有多大，而是因为我们盛放它的心胸太小了，无意中放大了痛苦。可以说，心胸与痛苦的大小是成反比的，如果一个人能够做到心胸宽广，那么他心里的痛苦就显得很渺小了；如果他的心胸狭窄，那么在他心里就会有许多的想不通，许多的抱怨，痛苦的折磨就会随之变大。

有位农妇，不小心打破了一个鸡蛋，这本是一件再平常不过的小事。但是，这位农妇是一个心胸非常狭窄的人，她没有仅仅停止于鸡蛋的思考，而是将自己的思路一直延伸了下去：一个鸡蛋经孵化后就可变成一只小鸡，若孵出来的是母鸡，长大后又可以下很多的蛋，蛋又可孵化很多鸡。而鸡又会下蛋，蛋又能孵鸡……最后，农妇大叫一声：“天哪！我失去了一个养鸡场。”可以想象，农妇会为失去一个鸡蛋感到多么痛苦。

心胸小了，痛苦的感觉就重了，要想淡化痛苦，就要放大承受痛苦和悲伤的心胸，那么如何成为一个心胸开阔的人呢？

首先，适当放大你的奋斗目标。

影响一个人心胸、气度的因素中，奋斗目标的作用最大。一般认为，伟大的领导都是虚怀若谷、“宰相肚里能撑船”的人，因为他们具有宏伟的目标，眼前的得失根本没有看在眼里。所以，一个人想具有宽广的胸怀，首先应该树立切合实际的、比较远大的目标。这样才不会为了眼前一点小的利益而斤斤计较。

其次，建立融洽的人际关系。

事实证明，一个人与周围的人关系越融洽，心胸则会越宽广。比如，与朋友沟通，其乐无穷；与家人沟通，亲情融融；与同事沟通，合作愉快；与老板沟通，获得青睐……

第三，学会忘却。

在一本名为《学会忽略学会忘记》的书封面上有这样一句话：忽略，是迷踪式的进取；忘记，是太极般的宽容。事情过去了，就让它成为真正的过去，没必要长期积压在心中用忧虑为其陪葬。

第四，学会放松。

如今的社会压力剧增，尤其是生活在都市的人群，如果不懂得缓解压力，就容易被其压垮，失去好心情以及身体的健康。因为诸事不顺，心胸自然也无法宽广起来。所以，要学会放松，高位不如高薪，高薪不如高兴，心情好了，一切都会变得美好起来。

第五，用快乐之水冲淡苦味儿。

人的精力总是有限的，快乐的事情想得多了，不快乐的事情肯定想得少；相反，不快乐的事情想得多了，快乐的事情肯定想得少。正因为这样，有些人虽然也有许多痛苦，但因为他们的专注点和兴奋

点，都在寻找快乐上，用快乐之水冲淡了苦味儿，所以他们的心是快乐的。

一盆水，一只猪苦胆，把胆汁滴入水盆中，那浓绿色的胆汁在水中散开，很快便不见了踪影。胆汁入水，味已淡，人生何不如此？只有我们把承受痛苦的心放大了，痛苦才会淡化。

没有过不去的事，只有过不去的人

人的承受能力，其实远远超过我们的想象，就像不到关键时刻，我们很少能意识到自己的潜力有多大。同样，在我们没有遭遇到痛苦的时候，我们根本不知道自己能够承受住多大的打击。

人总是在遭遇一次重创之后，才会幡然醒悟，重新认识到自己的坚强和坚韧。所以，无论你正在遭遇什么磨难，都不要一味抱怨上苍是多么不公平，甚至从此一蹶不振。人生没有过不去的事，只有过不去的人。

曾经有这样一位农村妇女，18岁的时候结婚，26岁赶上日本鬼子侵略中国，在农村进行大扫荡，她不得不经常带着两个女儿和一个儿子东躲西藏。村里很多人受不了这种暗无天日的折磨，想到了自尽，她得知后就会去劝：“别这样啊，没有过不去的坎，日本鬼子不会总这么猖狂的。”

她终于熬到了把日本鬼子赶出中国的那一天，可是她的儿子却在那炮火连天的岁月里，由于缺医少药，又极度缺乏营养，因病夭折了。她的丈夫不吃不喝在床上躺了两天两夜，她流着泪对丈夫说：“咱们的命苦啊，不过再苦咱也得过啊，儿子没了咱再生一个，人生没有过不去的坎。”

刚刚生了儿子，她的丈夫因患水肿病而离开了人世。在这个巨大的打击下，她很长时间都没回过神来，但最后还是挺过去了，她把 3 个未成年的孩子揽到自己怀里，对他们说：“爹死了，娘还在呢，有娘在，你们就别怕，没有过不去的坎。”

她含辛茹苦地把孩子们一个个拉扯大了，生活也慢慢好转了，两个女儿嫁了人，儿子也结了婚。她逢人便乐呵呵地说：“我说吧，没有过不去的坎，现在生活多好啊。”她年纪大了，不能下地干活，就在家纳鞋底，做衣服，缝缝补补。

可是，上苍似乎并不着顾这位一生波折的妇女，她在照看自己的孙子时不小心摔断了双腿，由于年纪太大做手术危险，因此一直没有手术，所以她只能躺在床上了。她的儿女们都哭了，她却说：“哭什么，我还活着呢。”

即便下不了床了，她也没有怨天尤人，而是坐在炕上做做针线活，她会织围巾，会绣花，会编手工艺品，左邻右舍的人都夸她手艺好，前来跟她学艺。

她活到 86 岁，临终前，她对她的儿女们说：“都要好好过啊，没有过不去的坎……”

是的，人生中，没有过不去的坎，只要我们有良好的心态，咬咬牙，任何困难都会过去的。

没有谁的一生能够一帆风顺，如果你正在遭受你觉得不堪忍受的东西，哪怕是再大的不幸，也要相信一切都会过去，就像天空不会总是乌云密布，总有雨过天晴的一天。再坚持一会儿，就能看到明媚的阳光。

人生没有过不去的事，只有过不去的人。生活中我们不必去乞求，生活里不可能总是艳阳天，狂风暴雨随时都有可能出现。但只要

我们有迎接厄运的勇气和胸怀，在低谷和挫折面前不低头，跌倒了重新爬起来，以勇敢的姿态去迎接命运的挑战，就能迎来人生的辉煌。

绝处尚有逢生的机会，风雨过后才有灿烂的彩虹，浴火后才有凤凰的涅槃。没有过不去的事情，只在于你有没有挺过去的信心和勇气。

得而不喜，失而不忧

日本有个白隐禅师，他的故事在世界各地广为流传。其中台湾著名作家林新居撰写的《就是这样吗?》颇为感人。

白隐禅师是位生活纯净的日本修行者，因此受到乡里居民的称颂，都认为他是个可敬的圣者。

有一对夫妇，在他住处附近开了一家食品店，家里有一个漂亮的女儿。不经意间，夫妇俩发现女儿的肚子无缘无故地大起来。

这种见不得人的事，使得她的父母震怒异常！好端端的黄花闺女，竟做出不可告人的事。在父母的逼问下，她起初不肯招认那个人是谁，但经过一再苦逼，她终于吞吞吐吐说出“白隐”两字。

她的父母怒不可遏地去找寺中白隐理论，但这位方丈不置可否，只若无其事地答道：“就是这样吗？”

孩子生下来后，就被送给白隐。此时，他的名誉虽已扫地，但他并不以为然，只是非常细心地照顾孩子——他向邻居乞求婴儿所需的奶水和其他用品，虽不免横遭白眼，或是冷嘲热讽，他总是处之泰然，仿佛他是受托抚养别人的孩子一般。

事隔一年，这位没有结婚的妈妈，终于不忍心再欺瞒下去了。她老老实实在向父母吐露真情：孩子的父亲是在渔市工作的一名青年。