



女人乐活 半边天

绿茶 著

随着时间推移，
发现身边“像子弹一样快的女人”越来越多，
慌张竟成为女性，特别是中年女性的一种普遍状态。
改变生活状态，活得开心一些，幸福一些。



吉林出版集团
时代文艺出版社



女人乐活 半边天

绿茶 著

 吉林出版集团
时代文艺出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

女人乐活半边天 / 绿茶著. — 长春 : 时代文艺出版社, 2010. 9

ISBN 978-7-5387-3164-4

I. ①女… II. ①绿… III. ①女性—成功心理学—通俗读物 IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第173130号

出 品 人 张四季

责任编辑 周玉兰

图书策划

封面设计

装帧设计

选题策划 文治天下

执行统筹 胡永刚

斋

ZIXINGZHAI 自行斋

本书著作权、版式和装帧设计受国际版权公约和中华人民共和国著作权法保护

本书所有文字、图片和示意图等专用使用权为时代文艺出版社所有

未事先获得时代文艺出版社许可

本书任何部分不得以图表、电子、影印、缩拍、录音和其他任何手段

进行复制和转载, 违者必究

女人乐活半边天

绿茶 著

出版发行/吉林出版集团 时代文艺出版社

地址/长春市泰来街1825号 吉林出版集团 时代文艺出版社 邮编/130062

总编办/0431-86012927 发行科/0431-86012939

网址/www.shidaichina.com

印刷/北京画中画印刷有限公司

开本/787×1092毫米 1/16 字数/121 千字 印张/17

版次/2010年12月第1版 印次/2010年12月第1次印刷 定价/29.80元

图书如有印装错误 请寄回印厂调换

代序

Preface

玫瑰从来不慌张

很多年前，我看过一篇小品文——《像子弹一样快的女人》，作者写他眼中的一个香港女人，总是行色匆匆，快言快语，倏乎来倏乎去。当时不觉莞尔，以为是作者的夸张与杜撰。

随着时间推移，发现身边“像子弹一样快的女人”越来越多，慌张竟成为女性，特别是中年女性的一种普遍状态。

参加一个行业聚会，遇到一个美丽女子，三十六岁的她有着知性优雅的外表，是一家国有银行的部门经理，先生则有运作良好的自家公司。我觉得她已具备了幸福女人的全部要素：美貌、财富和爱情。可就在聚会中，她说出了她的最大困惑——总觉得时间不够用。学业上，她刚读完硕士，正准备考博；单位里，她刚得到提升，担子更重，每天像救火员一样。本来，她有很多个人爱好，比如拉小提琴，却没有时间。同时，她最大的

顾虑是，自己到底要不要生孩子。她已经36岁，再生就晚了，可如果生孩子，会打乱她的全部生活规律。“我哪有时间啊！”她说。

后来与她通过几次电话，印象最深的，仍是她那如枪弹出膛般的语速，不觉对她有些同情，但又有些不以为然，朋友的普通电话也需要用救火员一样的心情来面对吗？她真的是太焦虑了。时间不够用是她最大的困惑，这后面潜藏的焦虑是，她想做的事太多，而现实条件又有限；她想做一个完美的人，可生活总有缺憾。有时力求完美其实是贪婪的，有所得必有所失，这是自古常理。想要鱼和熊掌兼而有之，只有在河川与山林间慌张奔命。

综观自己身边的女性，人近中年都有同样的疑惑，那就是事业、家庭间的种种难以平衡与取舍。往往只有一种选择，要么放下事业上的企图心，满足于一份清闲的工作，守着家庭孩子，安稳地过日子；要么就像这个朋友，只争朝夕地追赶日子，快速地说话快速地做事，获取成就感。

这中间没有高下之分。

安于自己的选择，珍惜自己想得到并已得到的，对别人的成就没有觊觎之心，这样的女人优雅而从容。如果目标单一但仍慌张，就要想想自己的能力是否足够达到目标了。而平息这种慌张，要有一颗平常心来面对一切。有一句英国谚语很美好：停下来，闻一闻玫瑰。

从含苞到绽放然后凋谢，玫瑰从来不慌张。

自序

Preface

一份工作与一个人的成长

直到现在，杂志编辑也仍然是一份令人羡慕的工作，十多年前，它是我的理想。

只是，当我有幸成为一名杂志编辑时，我却并不是一个合格的编辑。现在回头看过去，那时的自己，除了心中对文字的一片热爱，其实对于从事的工作并没有十足的把握与底气。作者资源？自己的长项？每期选题？都是问题。我只是靠着勇气往前走，居然捱过了一期又一期的出刊日。

而那份名为《心理辅导》的杂志，是一份有自己的理想和追求的杂志。在心理辅导这个概念尚不是被人们所普遍接受和认可的时代，它努力地承担着心理学的普及与推广工作，成为很多读者的良师益友。

而令人悲哀的现实是，很多写信来求助的人，却要求我们不要用印有“心理辅导杂志社”的信封给他们回信，因为，他们担心，自己的同事、朋友

会在看到之后嘲笑他们有心理疾病。这成为我们这些办刊人以及当时国内心理咨询从业人员的一种尴尬现状——有那么多的人都有自己的心理需要，但是那么多的人都不能坦然承认自己的这种需要。

但每个人的成长之路，都是不可阻挡的。

对于我，我想我的成长契机来自于一个学习机会。当时，中美精神心理研究所的张宝麟老师在华中师范大学开办了一个心理辅导培训班，杂志社有两个名额，其中一个名额给了对心理学全然是门外汉的我。在为期一周的课程中，我觉得自己的身心受到了一次极大的冲击。

开放自己的心灵与所有的感觉，体味当下。这是我所学到的最重要的一课。原来，当你学习向内审视自己的时候，可以发现很多平时自己忽视了的掩蔽着的或者是因为不敢面对而装着看不到的东西，而它们恰好才是真实的自己。

我记得当时有一堂体验课，就是两人搭档，一个扮演搀扶者一个扮演盲人。我扮演的是盲人，由我的搭档带着走出教室，在附近的楼道自由活动半小时。

那半小时的自由是那么的漫长、艰难。在浓重的黑暗中，那种深深埋藏在心底的无助感油然而生，攫住了我的全部身心，我觉得自己是一个真的盲人，那种恐怖、悲哀和自怜，让我抑制不住小声啜泣，最后泪流满面。

那堂课暴露了我的软弱、无力，它唤醒了我身体里的某种回忆，让我看到了真实的自己，一个用勇敢、坚强掩饰的无助的深藏于三十岁的躯体里的七岁小女孩。

自这个培训班之后，我突然对心理学有了浓厚的兴趣，而我的工作给了我极大便利，《心理辅导》杂志当时的作者队伍，可以说集中了当时国内所

有知名的心理学专家、教授以及各地的心理医生，因为编辑工作需要而向他们约写相关文章，请教有关问题，拜读他们的文章，听他们的讲座与课程，这于我，实在是荣莫大焉、幸莫大焉。

这是一个缓慢的，但却是有效的学习积累的过程，这过程中，既有对他人的心灵世界的不断发现，也有对自我的不断探索。这个过程有时带来喜悦，喜悦于人性善的光彩，让我坚信对于美好事物的爱与坚持。有时，也会带来痛苦，痛苦于看到了人性的复杂与阴暗，以及生命的成长其实阻力重重。

而在这个过程中，我把自己的观察与思考写成了文字，发表在当时的《心理辅导》以及其他一些刊物上，现在，它们汇成了眼下的这本小书。

如果说这些文字稍稍与别的文字有所不同的话，我想，我应该感谢的，就是那几年的在《心理辅导》杂志社的工作，感谢那些曾经在我的学习和探索中，出现在我的身边，曾经引领过我，鼓励过我，用他们的睿智、才华、人格影响过我的那些良师益友。

我不写出他们的名字，但他们永远在我的心中。

绿茶

2010-7-8

CONTENTS 目录

生活乐活 玫瑰从来不慌张

- 第一口释迦果的滋味 / 2
- 不妨走走盲道吧 / 4
- 看戏，走神 / 6
- 如果迈克尔不整容 / 10
- 一根直直的美人骨 / 13
- 慢一点，再慢一点 / 15
- 愿做一棵树 / 18
- 五十元的十五年利息 / 20
- 九十六封来信 / 24
- 给自己写遗嘱的人 / 26
- 孤独都是自找的 / 30
- 借一方清静 / 32
- 礼物一定要在第一时间开封 / 35

每一个路遇者都有故事	/ 38
你的热情我不可承受	/ 41
让我失踪一会儿	/ 45
生命中的轻	/ 49
每一滴眼泪都值得珍惜	/ 53
种子定律	/ 57
出租车总是在绝望中开来	/ 59
等一朵花开	/ 61
绝配	/ 63
梦游	/ 66
女红	/ 68
婚纱与旗袍	/ 71
工作着回家	/ 73
乞丐是一面镜子	/ 75
请你记得要想要	/ 79
费希玛的金鱼	/ 81
愈勇敢愈美丽	/ 83
有鸟的城市是幸福的	/ 85
月亮上有什么	/ 87
从一月到四月	/ 89

来世做一只燕子 / 91
武汉女人，一江之隔两样风情 / 94
无人售票车上的音乐 / 101
与虱子战斗 / 105
真实的口误 / 108
母与女 / 111

爱情乐活 幸福就是有人让你烦

幸福就是有人让你烦 / 114
真爱是一种猝死状态 / 116
爱他就等他长大 / 118
三句话的爱情绝唱 / 120
雪白衬衣忘记长大 / 122
两千封情书 / 125
我们家受累的 / 127
回归之路风景看透 / 129
素婚，锦时 / 131
不及格夫妻及格父母 / 133

勾引让恋爱精彩 / 135

和萨科齐的儿子谈恋爱 / 138

姐弟恋的时差 / 142

开到荼蘼 / 144

与其珍藏，不如相忘 / 149

莫名失爱 / 151

你就不能对自己负责吗 / 153

用味蕾谈一场恋爱 / 155

真爱只属于傻一点的人 / 157

谁愿意谈一场马拉松恋爱 / 159

豌豆公主不宜结婚 / 161

灰色的真实 / 163

浪漫是生活的调味品 / 165

世界上最容易的事 / 167

谁爱悲剧女主角 / 169

当街亲吻 / 171

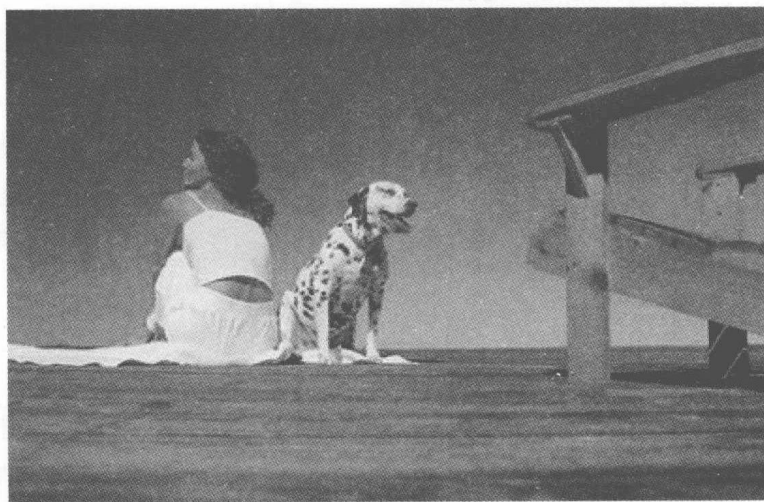
谁在贪老男人这杯酒 / 173

亲情乐活 母亲总是在晴天来

- 母亲总在晴天来 / 178
- 父亲的白发 / 180
- 遗世而独立的情人 / 182
- 当恋爱遭遇母亲 / 184
- 赠我以好运的人 / 186
- 每一份礼物都会长大 / 189
- 请给我一张全票 / 192
- 羞愧的目光 / 196
- 有一种伤害貌似关怀 / 198
- 父母相亲会 / 202
- 生生，才能不息 / 205
- 好女孩是天赐的 / 207

人情乐活 我是你的陌生人

- 我是你的陌生人 / 212
- 一个人的好天气 / 217
- 以包子为单位 / 219
- 转睫之际 / 221
- 自助餐式职场 / 223
- 导演还没有喊CUT / 225
- 两元钱的迹象 / 227
- 那张笑脸 / 229
- 苏醒的过程 / 234
- 一颗石子带来的奇迹 / 236
- 放过那些恶人吧 / 238
- 渣子婆很乐活 / 240
- 请把行李放在后备箱 / 244
- 吃饭是一件天大的事 / 246
- 被提醒的不安 / 248
- 给那个不讨人喜欢的人上课 / 250
- 咖啡心情 / 254
- 不要让人偷走你的梦 / 256



生活乐活

玫瑰从来不慌张

第一口的滋味并不能代表这种水果的味道，否则，你会因为武断而失去品尝真正美味的机会。

第一口释迦果的滋味

2

先生从广州出差回来，带回来一篓水果，绿色的果皮，拳头般大小，上面有一些疙疙瘩瘩的东西。问他这是什么水果，他说不知道，只是在火车上遇到有人沿着走道叫卖，他就买了一份。至于叫什么名字，他并没有在意。

我非常好奇地拿了一个用刀削了皮来吃。

是奇怪的水果，厚厚的皮，果皮与果肉间并没有界限，也没有香味，在最里面的果肉处咬了一口，味道涩涩的，新鲜木头一般的，实在大失所望。

我把那些水果搁在饭厅的一角，就再也没有理它们。有几次收拾房子时想起那奇怪的味道，想把它们扔到垃圾桶去，念及他自远方带回的心意，就按捺下去。

他带了几个到办公室去，给他的同事们尝尝。那么难吃的水果，我心里暗忖，还带去丢丑。

他下班回家，告诉我，其实这种水果很好吃。

我不相信。

只见他从篓子里选了一个比较软的果子，轻轻地用手掰开，立刻有一股浓郁的香味传了出来，然后我看到了里面黄色绵软的果肉，还有黑色的籽粒。跟我第一天切开的那个果子完全不一样。

我尝了尝，真的非常香甜可口。

怎么回事，完全不一样嘛。我说。

当然不一样，第一次吃的是没熟透的果子，你却以为是它本来的滋味，你看看，差点把全部果子都冤枉了。

我笑了。

是的，我们习惯于相信第一印象，崇尚一见钟情，但是，事实上第一口滋味并不是水果的真实滋味——它也许比第一印象更美好，比如这种水果。时间赐它以芳香，让青涩变成了甘甜。

后来，我知道，这种水果叫释迦果，是一种有佛性的水果。