
第一章 给我一个中年妇女，我可以撬起地球

1“爷性”中年妇女

在1990年的电视小品《超生游击队》中，宋丹丹说“时代不同了，男女都一样”，黄宏说“拉倒吧，实在不行了，男女才一样”。近30年过去了，现在的情况好像是“时代不同了，女人更强了”。

当年的我还不到十岁，断然领会不了其中的深邃。如今我已是中年妇女一枚，想起这段梗，看看如今的自己和身边人，不禁笑中带泪，泪中带着一股自强不息的仙气。

要说我们中年妇女到底是如何一步一步强大起来的，一下子还真说不上来。可能就是在一次又一次自己都难以置信的“成长”中，变成了钢铁战士了吧。

给大家讲一个小故事。

前阵子，有一天夜里，睡梦中的我被一阵刺鼻的油烟味熏醒了，一看时间凌晨一点半，不知道哪家奇葩这个点还在炒菜呢。扭头一看旁边呼呼大睡的老公，稳重得像个200斤的婴儿，他这鼻子大概是塑料做的，这么重的油烟味居然影响不了他的睡眠。

要是年轻十岁，我非把他一脚踹醒。年轻女性一般都“报复心重”，别管什么事，无论谁的错，只要是我舒服了，都是老公的错，我没法睡，你也绝对不能好好睡。

但是现在的我不这么干了，我已经和其他中年妇女有一样的境界：我和男人并没有太大区别啊，反正大家都一百多斤。

于是我自己爬起来，走到厨房，此时空气里已经到处弥漫着浓重的油烟味，我只好打开抽油烟机，再把每个房间的窗户打开，房间里瞬间横灌着来自四面八方对流的西北风，顿时清新舒畅。

一个中年妇女，大半夜的，披头散发，衣不遮体，站在西北风的圆心，气贯山河，灵动飘逸，目光呆滞，神情凝重。

我心里盘算着油烟废气中的硝基多环芳烃浓度超标了多少倍，致癌概率提高了多少百分比，苯和氮氧化物浓度引起肺病的可能性增大了多少，深夜起来这一顿从里到外的收拾导致感冒发烧的风险增高了多少……

回旋的西北风夹杂着浓浓的劣质群租房油烟掠过我的每一寸肌肤，我突然想到这毒气可能已经飘进了娃的卧室，于是赶紧狂奔过去打开娃的房门，三个气沉丹田式深呼吸，发觉没有太大异味，又赶紧关上门，翻出旧毛巾堵住了他房门的缝隙，塞得严严实实，这才放心。紧接着又马上从窝里抱起小猫，把它带到窗口让它换换气，免得它在废气熏陶中沉淀出什么怪病。

干完这一系列精神与肉体的苦力，我发现我已手脚冰凉，四肢发颤。在确认油烟味已经全部散尽之后，我把两台空气净化器扛到了房间正中央，再关好每一扇窗户，带着一肚子愤恨和“明天再这样就报警”的誓言，爬回床上。

这张床真是一个世外桃源，床上那位先生不知今是何世，乃不知有汉，无论魏晋。200斤的婴儿在睡梦中露出了甜美的微笑……

这时我想到了电影剧情，男主角对玛丽苏无微不至的关怀，事无巨细的照料，身先士卒的勇猛，玛丽苏瞪着呆萌的大眼睛，来不及思考一切，一切已经圆满完成。再看看此时此刻的我……

行，你才是玛丽苏，我是霸道总裁，这种半夜起来苦干一个多小时的事就让我来吧。

第二天早上我的气还没消，本打算让200斤的睡神好好根治一下油烟问题，结果人家一大早急匆匆上班，精神抖擞、气宇轩昂地拍门而去。

剩下我一个人又开始独自在风中凌乱地想象着废气对我家的毒蚀，越想越窝火，绝不能再姑息共用烟道这个巨大隐患。这天上午我打了好几个电话询问物业和水电工师傅，切磋良久发现这并不简单，需要先把吊顶拆了，堵住共用烟道，重新开个独立排烟孔。

在这个讨论过程中我了解了拆吊顶、打洞、装止回阀等纯爷们工艺，觉得自己又进步了。

毕竟像我这样既不会绣花也不会织毛衣的妇女，如果再不懂专业打孔和拆装吊顶，那我对社会也就没有什么价值了，会很颓废。

手忙脚乱中，我还为第二天公司培训会议重新整理和装订了之前漏掉的66页报告，在小助理失踪、同事个个没空、领导不断催促的情况下，在电脑、打印机、扫描仪的矩阵之中完成了一个五人小组才能干完的活。晚上回到家，继续研究我的“拆吊顶”和“止回阀”事业……

过了两天，我和我的几个好朋友一起喝咖啡，说到这个事情，其中一个单身男性的第一反应是：“你应该叫你老公去干这些事呀！”

一个已婚女性朋友脱口而出：“止回阀一定要买不锈钢的，抽油烟机自带的塑料件也最好换掉，时间长了都不管用了，淘宝有，我把链接发给你……”

另一个刚生完宝宝没不久的朋友不淡定了：“男人结了婚会变得越来越笨，越来越懒，慢慢地变成啥都不会，啥都不想学会。就比如我老公，平时屁颠屁颠的，一到紧急关头就变成傻子。他爸妈在国外旅行转机时碰到问题，叫他打电话去沟通，他瞬间呆若木鸡，完全没方向，束手无策，要不是我左一个电话右一个电话，国际长途打了几十个，他爸妈现在还在欧洲徘徊着呢。所以这种抛头露面的事，现在都得我一个女人出去做。”

一圈男人目瞪口呆，而在座的中年妇女们纷纷表示这都不是事儿，早就习以为常了。

小路和稀饭是我的两个最要好的朋友。推荐止回阀的是小路，总结出“男人婚后越来越懒”的是稀饭。我们之所以能成为好朋友，大体也是因为不知从什么时候起，彼此发现对方都是那个“够爷们”的女性，才有了最硬核的共同语言。

不过像我们这样的全能型老婆，真的也算国家栋梁了。有了我们，中年男人们都能安心地去创造GDP，而我们中年妇女都在安心地创造GDP的同时，安心地解决每家每户的后顾之忧。

这样细细一琢磨，这届妇女真不行，社会分工不明确，该自己干的必须自己干，不该自己干的也必须自己干。不过大多数中年妇女应该内心非常笃定，无法想象这世界上还有我们干不了、非得求助于男人的事(除了自己滚不了床单)。

说起滚床单，对很多中年夫妻来说都快成了missionimpossible了。

中年妇女生活重心转向了孩子，很多人在有了孩子之后就开始夫妻分房睡了，各自工作上乱七八糟的事一大堆，自顾不暇，中年妇女还要和年龄抗争，对老公同样像是变了一个人似的，没了温柔和矜持，多了嫌弃和疏远，谁还有情绪酝酿葡萄美酒夜光杯，谁还有心思烛光夜曲小情调啊？

你还指望一个中年妇女像职业选手那样，动不动妖娆华丽地铺垫前戏，和一个横竖看不顺眼的老公缠绵悱恻？

不存在的，你是交公粮，我也不藏小金库，大家都是为人民服务，为的是富强、民主、文明、和谐、自由、平等、公正、法治、爱国、敬业、诚信、友善。

| 十三说

女人的“爷性”不是什么丢人的事，可以看作是一种进化。长久以来“女主内男主外”的片面价值观，使得很多人会把“太能干的女人”当成“异类”，不光是缺乏女人味儿，更是过于强势、不给男人面子的“可怕生物”。

时代不同了，至少在大多数婚姻生活中，尤其是育儿过程中，妈妈起到的作用是决定性的，集“宏观调控”与“微观操作”于一身，往往导致了已婚女人越来越强大，也就同时让她们的另一半不够强大，甚至逐渐衰退。

变强大是一件好事，但大包大揽并不是最优选择。有的放矢，有能力做不一定必须包揽，合理分工家务，才能让自己不那么辛苦。

正如我的朋友所言：“多给老公机会，等于放过自己。”

2 签字之情

在“依赖性”这方面，这届中年女性可以说是异常刚强了。

前段时间我身体不大好，经常跑医院。人在医院里通常能花大把的时间用来思考、沉淀。我问了自己一个问题：我怎么又一个人来医院了呢？

然后又问了自己第二个问题：咦，我为什么要说“又”呢？

一个人跑了几次医院，做一系列检查，确诊要入院做个小手术。可偏偏又碰上老公工作最忙的阶段。咦，我怎么又说“又”了呢？

小路和稀饭经常说：“都这把年纪了，看病哪能叫男人陪，多不懂事啊。”

稀饭上次低血糖犯病，给儿子报补习班的路上突然头晕，就蹲在地上歇会儿。正好老公打来电话，稀饭刚想说：“我晕在路边了，快来救我。”没想到老公先急吼吼地说：“我公司出大事儿了，我得赶快去工厂那边，今天可能赶不回来吃晚饭，你们不用等我。”稀饭吞下刚想说的话，条件反射地回答：“好，知道了。”挂完电话，长叹一口气，幸好刚才没耽误老公的百年大计，否则多不懂事啊！然后自己站起来，稀里糊

涂又混过一天，没倒下。

也不知道是怎么回事，我总感觉，每次一赶上什么比较大的事，猪队友就特别忙，经常一周有八天在出差。

这次又是，我周一要动刀，人家周二出差，一出就是一礼拜。

真是应了中年老母界的一句箴言：“养兵千日，用时没人。”

我还没来得及抱怨，他来了一句：“还算好，我周一能给你签字。”

我想了想，还真是。人到中年的老夫老妻，最大的用途可不就是做手术的时候有人给签字吗？

这可能就是所谓的“签字之情”吧。

我还没来得及组织语言，他又来了一句：“要不我看看这次出差的八方谈判会议日程能不能稍微调整一下？”

哎哟吓死我了，八方会谈，百年大计，公司栋梁，业界劳模……作为后宫主位，我又岂能为了一己私欲阻碍这伟大而艰巨的事业呢？

万万不可啊，开个小刀这种事，就当是切菜的时候割到了手，能劳师动众吗？不能，我们中年妇女最大的优点就是懂事。

除了签字需要人，其他困难基本能自己克服，平常日子里不管是修修补补的小困难，还是看病治病的大困难，凡是能自己上的，尽量不拖家带口。

每天能演好一个懂事的中年妇女，可以说是整个家族的福气了。

我爸妈积极配合猪队友：“工作也重要，这手术不是什么大问题，你去吧去吧，这有我们呢。”

永远不会在关键时刻掉链子的人，可能只有自己的爸妈了。

我这点小事说出来可能根本上不了台面，周围朋友的经历更是令人拍案叫绝。

有一位中年老母，带病给娃辅导完了功课，自己跑到医院打吊瓶去了。她绘声绘色地描述了当时的情景：我换了一身最便于打吊瓶的行头，大跨步地冲进了急诊室，一吊就是三小时。上厕所的时候，我脖子上挂着包，嘴里咬着手机，一手举着吊瓶，一手提着裤子，姿势撩人，气势也绝不输人……

朋友圈里还看到过一些故事：

“让老公留在家照看六个月的孩子，自己在清晨给自己叫了一辆救护车……”

“寒冬腊月家里断电断水，老公出差，自己半夜含着巧克力抵抗饥饿和寒冷，用棉被裹紧怀里的娃，一动不敢动……”

“远在国外出差的老公和千里之外的父母都忘了今天是自己生日，于是一个人吃了火锅买了蛋糕，边吃边打着工作报告，这种时候，眼泪是不存在的，因为腾不出手来擦，也没空酝酿乱七八糟的情绪，毕竟还要一脸微笑和冷漠地行走啊！”

这样的女子都有一种自带的江湖气质，她们每次看到那些就连脸上长个痘都要跟老公发嗲并求抱抱的女人，就像看到了尼安德特人在灌木丛里挠虱子一样，浑身不自在。

去年我妈做了一次腰椎间盘的大手术，我连续四天在病房陪夜，搞得疲惫不堪，趴在床边小桌子上工作，累得颈椎病犯了，头痛难忍。

家里这位直男老公问我：“有什么要我做的吗？”我想了半天，实在想不出有什么事是可以甩手的，只能说：“没什么，你在家把儿子带好就行了。”转身再忍着从头到脚的不舒服，照顾病床上的老妈。

出院后，我轻松下来开始发发小牢骚，遭到了直男反击：“我问过你有什么要我做的啊，你说不要啊，可不能怪我啊……”

对待直男思维，真的是一个死结。

当我回想时，发现真的有很多小事可以让他帮忙，但当时兵荒马乱的情境下，确实完全不知道他能帮上什么忙。再说，把孩子照顾好，大后方无忧，不也是他的功劳吗。所以，怪不得人，是我们自己太逞能了。

就这样周而复始的一次次披荆斩棘，把我练得越来越皮糙肉厚，也越来越自信。

能减少一个劳动力，就尽量别多耗人力，上有老下有小的我们这代人，分身不暇，必要的时候能各自专心顾一头已经非常难能可贵了，切忌手忙脚乱，乱成一锅粥。毕竟每个人都有自己不得不挑的担子，谁都不容易。

越到这种时候，越要理清思路，时刻记得做一个懂事的人。

我一个朋友，每次大家有点抱怨夫妻关系的时候，她就佛系地冒出来，轻飘飘地来一句：“你们啊，都太矫情。告诉你们吧，我一直就假设自己是单身。我老公如果为我做了什么，那是额外收获，都是惊喜。这么想，你们就没那么多不满意了。”

听了这话之后我深受启发。

有天晚上，我在家里陪儿子玩、看书，拖着犯病的老腰艰难踱步，而他爹呢，塞着耳机躲在书房里听培训课程。我想叫他帮我拿点东西都没听见，更别说让他带娃了。我有种叫天天不应、叫地地不灵的感觉。

队友过了片刻走出来，伸了个懒腰：“累死我了，又学了一晚上。还是你开心啊，陪儿子玩了一晚上。”；

我就在心里默念：“我是单身拖了个娃，我是单身拖了个娃。”

一转身看到老公顺手把儿子的杯子给洗了，心存感激：“多好的男人啊，乐于助人，做好事不留名，简直是当代活雷锋！”

就这样，家庭和睦了，氛围和谐了，吵架也明显少多了。

带娃的时候，中年妇女告诉自己：情绪要稳定；对待老公的时候，中年妇女告诉自己：要懂事；走上社会，中年妇女告诉自己：这届妇女要强一点，更强一点，能自己干的就别拖累别人。仔细想了一下，除了生二孩还得麻烦男人，其他真没啥自己办不了的了。

十三说

夫妻做久了，看对方就如同一个用惯了的腰枕，治不好我的腰椎病，但没有它还真不舒服。所谓“签字之情”，就是当你不需要签字的时候，理解不到这种最深的亲情关系到底有什么用，直到发生的那一刻，你才明白，原来，签字之情的背后是永远无法被取代的一种依赖。

中年女人以为自己可以不需要依赖丈夫，其实内心深处依然抱有依赖的期待。最深的爱情，可能会在多年后体现在一句“等以后进了养老院，我还和你住一个房间”吧！

3 中年妇女强，则国强

以往，女人是一种喜欢追求“安全感”的物种，总是渴望从男人和身边朋友身上获取安全感。如今这届女性，尤以中年女性为甚，则是一种善于给他人制造安全感的物种，且一名女性创造出来的“安全指数”与年龄成正比。

这种安全指数是数据化的，是具有药用价值的，能治病。不仅能解决生理不适，还能去心病，给人以信赖甚至信念的力量。

前面提到过我的好朋友稀饭，她是一个如同哆啦A梦一般的存在。哆啦A梦的意义何在呢？即使在飞机上，她的包里也能掏出几乎所有你急需的东西，除了全套文具、各色针线、口罩、眼罩、胶带、耳塞、地图、零食、毯子、拖鞋、N次贴、计算器，还有各种各样的药……

稀饭的药包里粗略估计有十几种药，不知道的还以为她是跨国搬家。如果正巧我胃不舒服，她总能意外地救我一命。

其实，以往带孩子出行的时候，我也是这么周全的，大包小包，各种应急预案，退烧药、创可贴，能想到的都带上，总有一种“意外妄想”。而现在自己出门，却很马虎，两手空空，啥都不带。

稀饭已经给我们做了好榜样：我们已经过了“光顾着孩子”的年纪，从此以后，也要开始顾自己了，逐渐从小药罐子变成大药罐子，以后出门要带的东西和药品将越来越多。

仔细想想，我身边很多中年女性还真是这样的，已经养成了拯救世界的习惯，相当周全妥帖，比如包里总能随时拿出姨妈巾，解救身边小伙伴。

出门在外，和中年妇女为伍总是安全感更强一些的，因为她们经验足、心细、周全、踏实，她们的哆啦A梦口袋是世界级文化遗产，有时更是救命稻草。

更优质的中年妇女，不仅保持军需充足，技术能力也是一流的，随时随地能拉出来上前线。就比如前阵子到凯恩斯出差的几天，身边这位优秀的中年妇女小助理，完成了全套临时赋予的任务：能开右舵车，会付停车费，能买菜，能烹饪，能规划日程，能策划活动，懂摄影，会P图，善于穿搭指导，会挑口红色号……我认为，出门在外什么都可以不带，只要带一枚靠谱的中年妇女，一切都搞定了。

至于为什么年轻的就不行呢？事情是这样的，自从上次一个22岁的妹子吵着要给我化烟熏妆，并且给我配了松糕底的女仆鞋，遭到我反对之后，我被她认定为“古板落伍僵化”，我只能说，我离年轻有点远了。

中年妇女最好的伙伴，一定是中年妇女。

今年夏天，应昆士兰旅游局的邀请，我和几位自媒体博主一起到凯恩斯做一个短期访问。刚到凯恩斯的第一天，一个同行的95年的妹子找我求助：“小姐姐，我就带了一张银联卡，结果刷不了，取钱也取不出，现在身无分文，卡也不能用，你能不能借我点钱？”

第一，你出国这么多天居然只带一张银联卡；第二，你出国竟然不准备足够的现金……（我们中年妇女是没有这种勇气的！）

然而中年妇女天生有一种悲天悯人的特质，看到妹子这么惨，怕她饿死，我义无反顾答应了。然后妹子说：“小姐姐，你先刷信用卡帮我把两个GUCCI包包的钱付掉吧。”

小姐姐我目瞪口呆，小妹妹海外赊账买奢侈品的故事有点超乎我的想象力，远远大过了“借钱解决温饱”的满足感。

年轻人的行动能力是极强的，小妹妹快速找到了我这个“付款人”以及一个当地“免税品担保人”，我们两张卡一刷，小妹妹一分钱没掏就拎着两个包包走了。

大妹子，你的岁月静好，是因为有人在替你负重前行啊……

看着售货员大快朵颐地记着账，乐呵呵地完成了关门前的最后一笔业绩，我内心一万匹羊驼奔腾而过，很想对她说：“同志，怎么样，看到了吧，年轻女孩的购买力都是虚假的，我们中国的真实国力主要还体现在我们中年妇女身上，只要我们愿意，随手划个卡撸几个包包不在话下。”

问题是，我们并不随便撸。

据我所知，大多数中年妇女一般不大会没事花五位数的银子买两个豆腐块一样的小包。我们要买就买大的，毕竟里面要装得下药。

一场慷慨解囊的相助，我像个跨洋活雷锋一样，吃的是草，挤的是奶。和年轻人在一起，真的只能收获刺激和玄幻，收获不了安全感。

说到买包包这件事，又是我们中年妇女的一段佳话。包包这件事，从一个侧面反映了这届中年女性对世界的态度，对物质的态度，是“越来越买得起”与“越来越不需要买”之间的辩证关系。

自从学习了“法国女人不背名牌包包”的教科书级气质培训之后，我现在凡是出国旅行，一律背个帆布袋子，越是看着像是去烧香，越是自我感觉良好。

每个女人都有一段或长或短的“迷恋包包”的岁月，而大多数女人的这段岁月都集中在“买不起包包”的时间段。越是买不起，越是想要买。谁还没有几个透支了几个月工资买来的奢侈品？

到了某个年纪，追求的东西不一样了，买包包的热情也就降低了。

如果一个中年妇女依然和年轻时一样在追求包包，那只有两种可能：(1)这么多年来她没有产生新的追求；(2)钱太多了没其他东西可买。

如今越来越多的中年妇女，出门在外都入乡随俗了。比如我吧，虽然腰缠万贯，财务自由，温饱没问题，但也和身边众多不再追求那些物质层面的女性朋友一样，已经达到了更高精神追求的境界水准，远远脱离物质炫耀，不再是一身价格昂贵、效果却很cheap的行头。然而我们却可能会在大都会博物馆花三百多刀买一个全牛皮无logo大黑包，装得下奶粉尿片止痛药，真正做到了“低调的奢华”，至少每次有人问起来，都可以暗自窃喜地给他讲述在纽约买包包前后的一连串故事。

这是中年妇女的智慧。

我发现，如今中国的中年妇女有一大特点，就是看得透。就凭这一点，走到国际上都能走路带风。

这很大程度上归功于中国老母心灵鸡汤喝得多+各种婚姻指南看得多+在带孩子的路上经历的沟沟坎坎比其他国家老母都多。

她们尤其善于用哲学思辨的方式点拨年轻人，动不动出来一套处世理论，时不时地出口成章。如果来个以“婚姻家庭与育儿”为主题的世界巡回演讲，我想绝大多数中年妇女都会张口就来，毫无压力。

中年妇女对社会起到的作用，主要还是哲学方面的。

前些天和几个年轻姑娘聊天，她们说到和自己的男朋友相处的困惑，大家都说“不敢早早结婚”，理由是“想要独立的生活”。

她们你一言我一语，好像很有共鸣，自我感觉很有道理的样子。

中年妇女我实在听不下去了，拍案而起：“你们啊，tooyoungtoosimple,sometimesnaive!”

我不是故意抬杠，只是我真的看不下去了：“婚姻和独立并不矛盾啊！”

妹子带着一副果敢而无畏的神情，在习以为常的包揽众人赞美认同的眼光里，突然吃了钉子，竟无语凝噎。

为了证明我自己，我特意补充了一句：“我已经结婚十年了，儿子都上小学了。”

妹子们的眼神仿佛在说：“你不用带儿子烧饭做家务陪作业的吗，怎么跑出来玩了，这和剧本不大一样啊……”

“我也很多的家务事，要逼迫自己照顾好孩子，也要处理很多恼人的关系，这是婚姻的必然，但我还是独立的。我还是保证自己拥有喜欢做的事，不屈于生活放弃爱好，还是努力做到每年一到两次抛夫弃子来一次远途旅行。当然，平时也尽量多地制造互不伤害的活动和约会，是作为一个女人参加，而不是作为一个妻子和妈妈。”

妹子们此刻可能被震碎了，你知道，很多年轻姑娘，本身就涉世未深，开化较晚，对这套哲学体系了解不多。

“独立是精神上的，不管你结不结婚，独立的人永远是独立的，只不过结婚会改变你展现独立性的方式，但不会改变你独立的本质。如果你说因为结了婚就不再独立了，那你本身就不是一个独立的人啊。”

妹子说她记下来了，要发到网上去。可惜她没有问我名字，如果问了，我会说：“请叫我中国优质中年妇女！”

想象一下，网上“90后”妹子的“关于婚姻与独立”的帖子获得了当日最多赞，而这是来自一个最平凡普通不过的中年老母的随口日常小金句。我们这届中年妇女，还有什么事没看透？不存在的。

我们几乎都是哲学家，都是生活的智人(当然，是直立行走，体毛退化的)，已经达到了兴邦强国的高度。

她们不光能在电脑键盘和锅碗瓢盆之间切换自如，还能同时驾驭PPT与扳手螺丝刀，不仅限于包揽家庭教师、心理辅导员、哲学家、两性专家和老中医的角色，更重要的是不仅窝里玩得转，也能出去撑门面，走出国门之后还能继续花式炫技，为国争光。

她们对自己的国际地位是高标准严要求的，是不甘任由只剩半个脑袋发量的中年男代表亚洲的，更不甘让出没于免税店的血拼一族为自己代言，中国的中年妇女们需要自成一派，技压群雄。

要达到的效果是：表面风平浪静，不动声色；仔细一琢磨：哇，高端，中国妇女有水平，还加了些细节在里面……

正所谓：妇女强，则国强。

| 十三说

女人真的是无时无刻不在成长。年轻时我们没有学会那么强大，不是我们不学，是生活还没有给我们机会学。最好的老师就是生活本身。

尊师重教，尊敬生活所教给我们的一切。有时候看着年轻姑娘潇洒地活在非常自我的世界里，一边心里暗暗感慨着自己的成熟、懂事、体贴和强大，一边其实也在偷偷羡慕和嫉妒着她们。可怎么办呢？生活只能往前走，我们只能为今天的强大喝彩，尽管有些强大的背后积累着一些心酸和孤独。

4 结婚十年，我活成了大哥的大哥

今年春天，我们约了几组好友家庭一起去爬山，爬到几近虚脱，孩子他爹递过来一瓶水。我正想着，今天对我真体贴……我含情脉脉地接过水，他柔情似水地望着我，对我说：“大哥，帮我拧下瓶盖。”

经过了十年婚姻磨砺，拧瓶盖的那个人终于成了我。

以前，我也曾是那个明明拧得开也非要假装拧不动的小萝莉，如今这一身阳刚之气还不都是拜爷俩所赐。当年一手抱娃一手拎包一侧肩膀还要夹着电话，照样能单手拧瓶盖，人称“瓶盖杀手”。

这也没什么值得吹嘘的，跟我们一同爬山的朋友，车开到半路，发动机报警。老公坐在车上满头大汗地找保单，翻说明书，查电话；老婆三下五除二支好了三角架，打开引擎盖，戴上手套，盖上一块布，轻轻拧开水箱，加了一桶水，好了。

经过了十年婚姻磨砺，修车的那个人也终于成了老婆。

以前，我也曾是那个连油灯亮了都不敢再开一米的小萝莉，如今这一身爷们儿气质不也是拜爷俩所赐。别管碰到啥故障都能以迅雷不及掩耳之势问度娘，勇敢地尝试各种手段，只要能赶紧搞定，别耽误我接孩子，让我钻车底下都成。

这届中年妇女普遍不甘平庸，大多数都不想成为大哥的女人，也不想成为大哥本人，她们最后成了大哥的大哥。

若是手无缚鸡之力，没点纯爷们儿技能，不能像孙悟空保护唐僧一样保护自己的队友，都不好意思行走江湖。

现在，只有当两个中年妈妈在一起的时候，才突然有了性别意识：“哎哟，你的口红不错哟～”“你的包包也挺好看的，呵呵”……两句简单的寒暄之后，又开始不自觉地讨论起墙面裂缝的处理技巧和止回阀质量哪家强。

两个纯硬核中年妇女，兴致高昂地沉浸在一个不讲究性征的二次元世界里，彼此陶醉，如同奔波儿灞和灞波儿奔一起研究唐僧肉的一百二十种吃法。

上周我接受一个采访，坐在我对面的两个“95后”妹子问我：“如果让你用一个词形容你的读者群，你会选哪个词？”

我说：“我的读者群可能是以硬核老母居多，个个都是扛把子。”

妹子问我：“什么叫硬核老母？”

我说：“这个很难解释。”

“能不能举个例子呢?”

“设想一下，你正在吃饭，坐在你腿上的娃突然用力一憋，然后你感到一股暖流从他屁屁里涌了出来，温暖着你的双腿。你面不改色，心里想着先把剩下的这口面条吃完吧。带着一股天然肥料气息，在尿尿屁的浸润中，你不慌不忙地一边吃，一边伸手摸了摸娃的屁股，沾到了黏糊糊的物体，放到鼻子前闻一闻，确定今天娃的消化没有异常，色泽透亮，形状稳定，于是放心了，吞下了碗里的最后一口汤……”

两个妹子听得目瞪口呆，桌上的两杯热巧克力再也没碰一口。

硬核不硬核，主要取决于三大方面：

(1)凡是男人能干的事，我们都能干;男人不能干的，我们还是能干。

(2)凡是能一个人干的，绝不要第二个人帮忙。

(3)凡是干不好的，非得努力钻研到干好为止。

这些年，我见过不少硬核老母。

她们坐下能喝烈酒，起身能开飞车，趴下还能撑一会儿plank。

她们上一秒在厨房巧手煲汤，端着高脚杯温婉端庄;下一秒就能拿起滑板，给娃来个“Frontside180Ollie”;示范(在娃爸摔得狗啃屎的时候)。

她们一双慧眼看得懂名画也拆得穿谎话，一双巧手画得了浓妆也通得了下水道。

她们能穿着高跟鞋扛着娃飞奔追公交车，也能换双人字拖胯下运球，背身试探步过人和三步上篮……

她们家庭的分工明确……

女人做女人该做的事，比如组装家具、拆装电器、墙上打孔等一切需要用螺丝刀、扳手，甚至冲击钻、电锤等工具的活;再比如消灭蟑螂、购买填缝剂、寻找蚂蚁窝并捣毁;还比如跟孩子的老师打交道，跟同学的家长打交道，管理学习事务和择校事宜，并全面梳理所有课外班的宏伟蓝图……

男人做男人该做的事，比如……;比如……;加班出差和上厕所……

用我的一位生物学教授朋友的话，也许最能提炼出这届硬核老母的风姿：

我是个可以给提子剥皮的女子，也是个可以给兔子缝皮的女子。

我可以在免税店精挑细选最适合自己的口红，也可以在一桶猪蛔虫里挑出最肥美的雌虫。

我可以温柔地和孩子讲安徒生童话，也可以冷静地分析《24个比利》。

我可以泪眼婆娑地不忍直视女儿抽血，也可以毫不犹豫地走进实验室在尸体边讲解人类的生殖腺。

我可以在烛光下抛媚眼，也可以在冷风中翻白眼。

我可以手无缚鸡之力，也可以一手抱娃，一手五个超市袋子自己提。

我可甜可咸，可淑女可骂街，可萝莉可御姐，可女王可女仆……

因为我是个老母。

成为一个老母，可能是走向硬核的关键转折点。

我有个朋友怀着二孩，有一天下午她觉得自己要生了，她给老板整理完报告，给下属交代完工作，打电话给自己的老妈，布置了接外孙的任务，然后给自己叫了个车，大摇大摆地下楼，等车时和物业工作人员聊了一下空调制冷问题，最后云淡风轻地来了句：“不说了，我先去医院生个孩子。”

生完孩子的第三天她出院，第五天月嫂进门，她亲自招待，介绍家里情况，讲解电器用法，指导战略方针。月嫂问：“产妇在哪儿？”

变成大哥的大哥，除了自身的识时务和努力，也离不开队友的鞭策。

刚结婚的时候，我划破个手指头都要哼哼唧唧，队友心疼得小心翼翼又不失专业水准地帮我消毒包扎。

如今，我肚子上打洞取个胆结石他都不问疼不疼，可他耳朵进水，去门诊抽一下水他都打电话要我陪。等我赶到，才让医生动他。

刚结婚的时候，过年去谁家都要问来问去好几遍，队友总是充满体贴又不失风度地把策划书递交到我面前等待审阅。

如今，万事不管的队友一心扑在工作上，不知有汉，无论魏晋，离过年还有三个月，我便已经把行程定好，各家红包年货备好，只等时辰一到大喊“行动”，感觉自己就是独立团团长。

娃生病的时候，天边的云在祖国正南方发来两道闪电，在天空划出四个金灿灿的大字：“大哥，你上。”；

亲子运动会，出故障的云因感冒不得不卧床，告诉我“两人三足比赛这种活动最适合促进母子关系”，鼓励的眼神中飘出四个雄壮的大字：“大哥，你上。”

老师来家访，他泪眼婆娑地望着我，仿佛在说：“大哥，你上。”

小升初填一大堆表，他深情款款地望着我，仿佛在说：“大哥，你上。”

他长辈过生日得准备礼物，他手足无措地望着我，仿佛在说：“大哥，你上。”

婚姻的意义在于相互成全。感谢你，好兄弟，成就了我实现missionimpossible。

经过交流我发现，硬核老母的老公们是最有安全感的一类人群，对我们的依赖和放心，超乎我们想象。

有次参加一个时尚亲子派对，我们几个老母特意打扮了一番，花枝招展，耀眼万分，大家出门前提议各自问一下自己配偶：“我们这么美地出去，你不担心吗？”

我们配偶的回答分别如下：

(1)担心啥，带个娃，连流氓看到你们都嫌麻烦；

(2)我只担心你别吃撑了把裙子炸开，又要买衣服了；

(3)有点担心，你们凑到一块儿别再又团购车载冰箱和吸尘器了啊。

我们彼此之间的信任和坦荡，还不是全靠平时哥儿俩点滴的情怀积累？

如今，我们铁打的夫妻兄弟情，别说放心对方花枝招展出门去玩，即使都脱成半裸伫立在对方面前，大家都不动邪念，胸怀坦荡。

有一天出门前，我们正在换衣服，孩儿他爹突然对我说：“你那么能写，何不即兴赋诗一首？”

在我蕾丝小吊带滑落肩膀的一刻，队友正把他圆滚滚的肚子挤进牛仔裤，两人欣赏着各自独有的性感，此情此景果然激起了我的诗兴——

你我，

在对方45度斜角的余光里，

心无杂念欣赏着彼此的大哥，

那眼里的纯粹，

像极了爱情……

这就是大哥和大哥的大哥之间的日子。

结婚前，我们女人找对象的标准是：他要能给我安全感。

十年后，我们的老公好像比我们先实现了这个愿望……

| 十三说

这篇《结婚十年，我活成了大哥的大哥》火遍全网之后，我家孩子他爹感受到了一丝丝来自社会的压力……连他的小学同学都表示羡慕，说：“兄弟，你家大兄弟可真不错，哈哈哈！”我老公自然是客气地回答：“哪里哪里，彼此彼此。”对方也毫不遮掩地表示：“我家那位大哥的大哥也是相当不错的！”

你看，新时代的男性是有素质的，他们不会追求那种“家有娇妻”的虚荣，而是坦诚直面新时代女性的强大和刚毅，并且也不会因此而觉得自己在家里失去了地位。

真正平等的家庭和婚姻关系，一定是性别弱化的。

5 一大拨中年妇女正在从朋友圈消失

昨天，我在朋友圈里看到朋友发了自己和女儿旅行时的一张合影，突然感觉已经有好久没有看到她的动态了。

翻了翻她的朋友圈，上一次发的时间是2018-12-9。

接着我意识到，好多以前在朋友圈比较活跃的中年老母，如今发朋友圈的频率越来越低了。

感觉有一大拨中年妇女正在从朋友圈消失。

对好多中年妇女来说，朋友圈是一块附庸风雅的高地，而自己越来越没力气爬上这块高地了。谁还没有过曾经在这块高地上风月如诗、情怀如酒、阳春白雪、自怜自艾的过往啊，可如今，跳进了自己挖的坑的中年妇女们，走出了洼地……

可能有人不理解：发朋友圈这种随性小事，哪来那么多原则啊？

看来你需要了解一个中年妇女从“想发朋友圈”到“不发朋友圈”的心路历程。

假如你是一个中年老母，周六一大早爬起来给娃做早餐，然后带孩子去几十里外的一个著名补习机构上课，在陪读的间隙找了个咖啡店坐一坐。曾经我也干过这样的事，这么风雅的环境会催生出中年妇女发朋友圈抒怀的多巴胺。

她可能会这样发：

对着自己编辑好的内容反复看好几遍，突然心里会想——

这么苦楚的一个人还在这里装什么岁月静好啊！

于是删掉刚才的文字，重新编辑：

刚准备发送，想来想去觉得心里的火越来越大——

别人还以为一杯红茶一块蛋糕就能打发我这个优质中年老母，万一被孩子他爹看到还以为我陪读的日子过得有多舒服！

于是又删掉刚才的文字，重新编辑：

啊！现在终于感到痛快了！

然后删掉了所有文字+图……

最终这个状态没有发到朋友圈，所以你看不到背后暗藏的这些惊心动魄又细腻如丝的内心波澜。

看似没发朋友圈，但她用意念发了N遍，包含了美好、健康、阳光、悲愤、歇斯底里、神经质，以及世界上永远不会有第二个人知道……

然后，收拾收拾，接娃回家，做饭，正好孩子爹也该起床了……

中年妇女越来越不爱发朋友圈主要不外乎这几个原因：

第一个原因：懒得花时间和精力去“装”。

其实中年妇女真的很少有什么“新朋友”，朋友圈里的人基本都知道彼此的真实长相、做饭水平、子女水准、老公

发量、消费水平、才华能力、显摆技能……

比如像我这种懒人，根本从来不会做饭的，偶尔有一天拍了一桌子美食发到朋友圈说homemade，想换来大家拍手叫绝，但等到的可能会是：

叫的外卖吧？

你家来新保姆了？

你会做饭？别逗了。

你做的？一定要先试一下都熟了吗？

神经病啊，我不要面子的啊。

有些事，装一阵子行，装一辈子难。中年妇女都很明白这一点，于是选择淡出装腔作势的舞台。

对于女人来说，人到中年，基本上人设已经固定，无需费力维护，是骡子是马不用拉到朋友圈遛也能知道。

而我们在朋友圈这种寸土寸金的地方，又不能撒野，也不能匿名乱发泄，说的东西要考虑到积极健康阳光向上……

唉，不知不觉变成了鸡汤……

然而，要知道，人生感悟、励志金句什么的，会给人一种“这位中年妇女还不成熟”的感觉。

在中年妇女朋友圈里几乎看不到的内容基本有以下几类：

买了什么奢侈品

吃了顿很贵的饭

和老公秀场恩爱

说到底在这个大家都买得起、吃得到、有老公的圈子里，装，也是很累的。

更重要的是，每到夜深人静的时候，当别人最放松的时刻，却是老母们最紧张的时刻，大多放松不下来。陪写作业和复习迎考的妈妈们此时哪有空去经营什么网络生态，自己家的生态还搞不平衡、烽烟四起呢。

第二个原因：分组麻烦。

常听朋友说：“唉，我发个朋友圈也就屏蔽200来人……”

其实中年妇女并不是厌倦了朋友圈，她们只是爱分组了。

前些天有个妈妈说，儿子得了个比赛大奖，含金量还不低，她忍不住发圈炫耀了一下。但觉得让领导和同事看到会觉得过于高调，于是屏蔽了“工作分组”；让孩子同学的家长看到会显得炫耀，于是屏蔽了“同学家长”。出于各种顾虑，最后屏蔽的人数有100多个，而她朋友圈一共才300人……

最后想来想去，也没什么好发的，算了吧。

关键是有一些分组，你是既想让他们看到，又怕被他们看到，比如当你想发一条“加班过多容易猝死”的链接到朋友圈的时候，你是想让老板看到还是不想呢？

好为难啊。

更重要的是，中年妇女的朋友圈有时根本身不由己，老板、老妈、老公、老公的朋友、同事、同学、老师都在那看着。如果真的做自己，恐怕很快就逐渐没朋友了。

当我发完一个朋友圈，满脑子想得最多的一个问题是：我刚发的那条要不要撤回……

这么想想，正常人也快精神分裂了。还是什么都不发，又省事又省心。

第三个原因：无人喝彩或者拉仇恨也很不自在。

大多中年妇女最初都难逃“晒娃狂魔”的命运，她们的理念是“我娃天下最可爱”。

而每个老母在孩子逐渐长大，看到后来者前赴后继地晒着宝宝的时候，才会明白那句话：除了自己的娃，谁的娃都丑……

现在唯一值得中年妇女动动手指跟大家分享的“娃的动态”，基本就是“黑娃”，作文写得有多狗血，把家里弄得有多乱，干了什么欠揍的事，惹了什么祸……这些都是很好的素材，可以帮助你朋友圈树立人设。

因为中年妇女都变得懂事了一一只有把自己的倒霉事说出来，才能让别人开开心心。

如果一个中年妇女晒娃没有动力、不美颜也不敢发朋友圈，晒恩爱怕死得快，那能发朋友圈的内容更是越来越少了。

朋友圈不是拿来记录孩子日常生活，就是作为工作宣传，至于自己的私人生活，那就像地下恋情一样，严防死守。

在朋友圈里做一枚人畜无害、岁月静好的中年妇女，连自己都觉得被陶醉。

第四个原因：归根结底是因为中年妇女想得太多。

中年妇女好像都有点偶像包袱，不凹好姿势不能发朋友圈。

而现在，就算好不容易凹好了姿势，蓄势待发，突然间也可能被一个意外搅乱了心情。这个意外包括但不限于猪队友掉链子、父母生病、孩子犯错被老师点名、工作烂摊子被踢到了自己头上……任何一点小事，都能让中年妇女丧失了发朋友圈的意志力，妥妥地隐身于网络(也不会轻易被发觉)。

有些事情放在朋友圈让人围观，刚开始觉得挺有趣，没过多久就觉得有点傻。中年妇女的精神境界不是一般人能理解的，她们爱得快恨得快，笑得快哭得快，所以变得快。

当然，傲娇也是中年妇女远离朋友圈的一个原因。以前是太在乎别人的想法不想发，现在是太不在乎别人的想法所以懒得发。每次看到小姑娘们大冬天穿着超短裙吃火锅都能刷屏的时候，中年妇女都能露出老奶奶般的慈祥笑容，心里默念着：“年轻真好啊，你们就等着感冒上火吧！”

越独立的中年妇女越不爱发朋友圈。有时感觉自己的生活真的平淡无奇，只想看别人的热闹，却不想被别人看到自己的生活。看完一圈热闹后发现：这些热闹也不是我想要的，还是我的生活比较好……

最重要的还是中年妇女看透了生活，努力做到看破不说破，说多了都是错。虽然内心还是汹涌澎湃的，但更多时候会选择在疏而不离、包容度强的微信群里吐吐槽，即时排解点喜怒哀乐。

虽然自己越来越少发朋友圈，但我们很鼓励别人多发。当我们颓废沮丧的时候，瞄一眼朋友圈就能瞬间high起来，尤其是看到谁家老公和娃又挨骂了。

十三说

有时候，突然想起了某个久未联络的老友，想翻翻她的朋友圈，却看不到什么近况，就会有点失落。心想：也许她最近很忙？怎么也不和我联系？

但转念一想：忙碌也许是一件好事。中年女人让自己忙碌起来，少一些阳春白雪的牢骚，少一些稀奇古怪的抱怨，总比一直在朋友圈里吐槽生活的遭遇，像祥林嫂一般唠叨种种难处要好很多。年纪越大，越渴望一些真正属于自己内心的、只有一个人才能听得到的声音。

我直接发微信给她，聊聊彼此的近况，约一下有空喝杯茶。淡淡的不远不近的距离，彼此都舒服，想要对方听到的话语，也自然会说。

6 摧不垮的中年老母

大多数中年老母都有点病，有的大有小。

这听起来很不美好但实属正常，一是到了该生病的年纪了，二是操心焦虑的事多，三是无暇照顾自己。

比如我吧，身怀多种小毛病闯江湖，上乘的颈椎病加上资深老鼻炎搭配一点世界级疑难杂症连中医都治不了，本以为已经牛到决胜华山之巅了，定睛一看，身边女同胞们个个都是好汉，有些甚至才三十出头的年轻妈妈，都已经是药罐子了。

惭愧，惭愧，是在下输了。

除了这些明着病的，还有些暗物质的，比如十个妇女中有八个都拥有的“抑郁”和“暴躁”交织，喜怒无常，这都是精神上的病，没几个当妈的能躲得过。

然而，病归病，该做的事还是一样没落下，矫情和孱弱好像不属于这届妇女。

前阵子看了一篇文章叫《摧毁一个中年人有多容易》，看完不禁唏嘘，文章里那些脆弱的中年人啊，估计都是男人。

中年老母是铁做的，要想摧毁，起码得用核弹。

这个社会正投射出一种莫名的假象，好像女人都没有危机、没有压力、没有烦恼、没有撑起一个家似的……非常有趣的是，天天把中年危机挂嘴上的大多是男人，整天惜命怕死的也大多是男人。

比如我家200斤的巨婴，平时看着可健硕了，看他活蹦乱跳的情形，我一直认为他能给我养老送终完了还能再活50年。

可是只要稍不留神一感冒发烧，这位大哥就吓得像是要先走一步了似的，赖在床上，一脸惆怅，翻来覆去，哼哼唧唧。反复研究医生给开的药，把说明书读十几遍，万一有个不舒服就怀疑药物中毒了，要上医院。

喊他吃饭，他无动于衷；叫他起床，他充耳不闻；让他起来带娃，他说“我这样一个病号，还怎么能带娃啊”……

这种情况在我们这种中年老母身上是绝不可能出现的。

上周某个早上，我一边忍着不明原因的肚子疼，一边开车送娃去考级，后来稍微好点了就把肚子疼这事给忘了。第二天早上又疼，发现事情不对，把儿子送到爸妈家，交代完上午的功课和任务，灰溜溜地自己跑去了医院。

医院人很多，等化验和等拍片的间隙，我连续发了三条微信给我妈：(1)该练琴了。(2)中午早点吃饭，下午1点还要去上课。(3)上课的地方不好停车，停到后面的小区里。

总感觉我不在家，他们什么事都搞不定。

检查完了，确诊胆结石+肾结石，医生直接来了一句：“得手术。”

回来后跟好朋友汇报了这件事，她飞奔到我家，跟我说：“不要拖，还是快手术吧，我去年刚做过这个手术。”

她眉飞色舞地描绘了当时发觉疼痛和查明病因以及治疗手术的全过程，像是在回顾美好的青春一样。

她说：“你的结石有多大？”

我说：“10×8.你呢？”

她说：“你好像没我大，我记得两个都是双数，医生说我是他见过最大的。”

我说：“哇，你好大。”

两个胆结石病友互相攀比谁的结石更大，就好像别的姑娘在攀比谁的钻石更大一样。

你几克拉的？才9克拉？没我大……

前阵子，我姐夫三天两头来我家避风头。原因是他公司被合并重组，他被派到某个分公司去任职，他认为是被打压了，被排挤了，被架空了，一副职场失意的落魄样子，终日郁郁寡欢，借酒消愁，我姐老和他吵。

这种行为在我姐那种纯爷们眼中一定是不允许的，她认为这不是个事，总有办法的，但是反复教育开导都没用。

那你辞职啊，他又不敢。

所谓“被摧毁的中年人”，可能这也算一种吧，外力催一下而已，毁你的是你自己。

反而是女人耐挫能力更强一点，什么事都能当成鸡毛蒜皮。

记得有一年暑假，我送姐姐和她五岁的儿子去机场，他们参加一个夏令营，出发前几天姐姐把脚崴了，最终还是一瘸一拐地上阵了。

我目送她扛着大包小包带娃远去的背影，就想了一个问题，如果换成我，我会怎么做？是会跟孩子说“对不起，我去不了了，取消吧”，还是会和姐姐一样忍着病痛照样上呢？

我想我也会选择后者，体验一下全程“金鸡独立”也是一种人生乐趣，值得后半辈子拿出来反复炫耀了。

当妈以后，有太多时候并不是因为老想着什么“伟大的母爱”而牺牲自己顾全家人，而是因为一种习惯，自然而然就那么做了，因为母亲的习惯就是照顾孩子。

在照顾自己和照顾孩子之间，习惯性地选了后者。

那些病痛啊、困难啊、磕磕绊绊啊，都无力改变这种习惯，于是，击垮一个中年老母真的很难。

很多和我差不多年纪的老母，干的惊天动地的大事能写成小说。

比如为了躲过公司裁员而不惜又怀上二孩的。面临这样的人生转折点，男人们可能任凭命运的裁决了，女人还有一技之长——怀孕了，裁不掉。

简直是重新定义了“为母则刚”的意义啊，一旦当妈，惹不起惹不起。

中年妇女为了抗拒命运，照顾家人，胆子不是一般地大，思路不是一般地清晰。

几个月前，我的老同学，被称为“郭黛玉”的体弱多病的坚强老母，连夜排队去给娃报名某抢手辅导班，结果蹲点不到一小时就低血糖不舒服，眼看就撑不住了，赶紧召唤过来一个黄牛，谈好价格，口头协议+支付定金，一切搞定之后，放心地坐在地上晕了过去……

这是有多不爱惜身体，我们真不鼓励这样的逞能。

不过我现在也有体会了，有时候不是我们不爱惜，是来不及爱惜，以为忙完了就有时间爱惜了。爱惜身体这件事有时候得排队，因为总有更棘手的事等着做。

不是我们豁达淡然，是没有什么更好的选择。难道有点小毛小病就从此卧床不起，自怜自艾，把孩子踢给家人，把工作全部放下，然后仰望星空感叹命运无情等候所有人来关怀安抚养高？

不存在的，我们这种已婚中年老母都是沙漠里的战士，不进则退，仙人掌里挤出水来，先给娃灌上，才轮得到自己洗伤口，就算不小心倒下一会儿，也不忘了摆出优雅的姿势，高声呐喊：扶我起来，我还能再报一个暑假班……

人们常说“为母则刚”，这么短小一个成语，落实到生活里，可就绵延不尽了。过去的公主病、小矫情、软弱，在经历了带娃这场大型战役之后，都会不知不觉地消失。

不过有时候太逞强的妈妈们真的心里不太快乐，原因不在于觉得自己太累，而在于自己的付出和牺牲并没有得到重视和认可而产生的委屈感。

适当的示弱是生活的调味剂，在偶尔觉得很累、想轻松一些，甚至是想无理由地偷个懒的时候，试着对家人说：帮帮我。这不代表我们被摧毁了，这表示我们成了更完美的自己，学会示弱，学会表达诉求，不等同于软弱。

7 中年妇女不怕生病，又怕生病

从小到大，我以“体格强壮”著称，七大姑八大姨们教育自己的孩子时都拿我当榜样：“你看人家，不挑食，长得圆滚滚多结实！”以前我觉得那是真夸我，而且我真的感觉自己的身体一直都挺好的。十几岁的时候，我一度很不喜欢被这样夸，因为开始“爱美”了。“结实”和“壮实”这种词，哪个女孩子会喜欢？

20出头的时候，为了漂亮，我努力模仿别人的穿着打扮、神态动作，有段时间觉得会芭蕾的姑娘真优雅，从没学过舞蹈的我竟然在家自己练压腿，怎么摧残身体都不觉得过分。

自从有了孩子之后，逐年下降的身体素质，开始让我觉得，原来“结实”和“壮实”是多么难能可贵的优点啊！生完小孩之后，剖腹产留下的后背麻醉伤口，总是隐隐让我觉得自己这老腰怕是好不了了，弯腰给孩子换个纸尿裤的工夫，就感觉直不起腰来，担心自己残了。

以前晚睡熬夜，第二天早点睡就能补回来；现在熬个夜，一周都缓不过劲来。

从前两年开始，每年体检都有一点小毛病；再后来，小毛病被医生警告“不断变大”，胆囊结晶成了胆结石，小肾结石变成大肾结石。去年，这些毛病在同一时间爆发了。

我先是住院做了胆囊手术，手术后没多久，肾结石攻击了我几次，痛不欲生，之后做了肾结石的治疗，折磨了好一阵子。

在这漫长的极其折磨人的一段日子里，碰上了我妈的腰椎间盘突出大手术，打了十个钢钉进入腰椎，住院两周，天天陪夜；还碰上了更难熬的——儿子小升初。

我住院做“保胆取石”的时候，心里在想：这几天还有两个客户预约的文案要提交，于是给自己订了一间单人病房，并找了充足的理由：“难得住院一次，不得对自己好一点吗？”于是，那次住院反倒成了我难得的一次休养机会。手术的确很小，也没有太大疼痛，手术完当天我就下床了，晚上就打开了电脑。第二天一早，递交上去的文案要求修改，我又花了40分钟搞定。

弄完后，看到儿子的班级微信群里，老师发了两张表格让填，我又打开电脑。

每次护士进来，看到我都是坐着的状态，我以为她会非常惊讶并且劝我快躺下不要动，但护士说：“现在的女病人都很厉害，上次住这儿的一个妈妈，有三胞胎儿子，儿子来看她的时候，她还起来给儿子默写唐诗，还批改了三张数学卷子。”

哦，那我真不算女强人了，我才一个儿子要忙活，而且，还有人帮我带着他。

有时候看到其他妈妈三头六臂，扛着大包小包，双手还各拎着一个孩子，大的要教育，小的要哄，真心佩服得不行，大大小小里里外外，唯一顾不上的就是自己。

家人对我这种行为很是愤怒，我爸妈严厉批评我：“躺在病床上怎么还工作！”我只想告诉他们，生这点小病，做个小手术，有什么大不了的，我们中年妇女一点都不怕生病，什么都阻挡不了我们继续按部就班地照顾孩子、打理工作、妥妥地搞定生活里的杂乱无章。

儿子小升初那段时间，真的令我焦头烂额，由于我的后知后觉，关于升学的政策啊步骤啊等等预案，我都没有提前备妥，一时间被很多朋友洗脑说要赶紧准备起来。

那几个月，每天要留意各个学校公布的招生信息、参观通知、考试计划，等等。心里总有一根弦紧绷着，特别累。偏偏那阵子，肾结石发作了，疼得打滚，不断呕吐，折腾几天，甚至急诊医生也没辙，只能给我一针杜冷丁，让我晚上能好好休息。

这时候我觉得我是真怕生病。之前那个生了病也活灵活现，在病床上还忙里忙外的我，已经消失。现在我觉得我绝对不能倒下，手里千头万绪的事还在等着处理，小升初的关键节点，滴水不漏才能进行下去。

中年女人，不怕生病，但最怕的也是生病。爱惜身体，是为自己，更是为了家人。

好在时间慢慢过去，一切都有所进展和好转，待处理事项从紧要到不紧要一一罗列，儿子的事，家里的事，身体的事，工作的事，最终都有了结果。

我也不觉得自己有多伟大和不易，看看身边的朋友们，每一个都经历过这些，就像吃饭睡觉一样正常，克服自己的身心障碍，把所有事做到最好，起码是尽心尽力。

| 十三说

可能有人不理解，男人感冒发烧都哼哼唧唧躺在床上喊救命，女人发着烧忍着痛还能驱车十几公里接送孩子，她们不怕身体受不了吗？她们不怕死吗？她们这是不是故作伟大，为了彰显母爱的与众不同，给自己立丰碑？

其实我们在做这些事的时候，根本没空想这些。我们只知道：在自己体能和精力还撑得住的时候，在最后一分力气丧失之前，能做的事还是要做的。女人有一种强迫症——“有些事我不做就没人能做好”，这是一种近乎扭曲的完美主义自我要求，但正因为这个，让女人看起来更累，但也同时更强悍了，经受的磨砺也多了，综合素养都更强了。

8 岁月静好，人间值得

常有年轻人高呼：“成年人的生活没有‘容易’二字！”

曾经看过一个小视频，一个小伙子陪客户应酬，喝多了身体不适，坐在地铁通道里等老婆来接。老婆来了，小伙子抱着老婆说：“宝宝……对不起……我真没用……”二人深情相拥。

年轻就是好啊!这要是换成一对中年夫妻，老婆估计会一手扛起老公：“兄弟别废话了，赶紧回家吧，儿子有道奥数题不会做你得教他!”煽情片成了功夫喜剧……

对中年人来说，我们好像真没这么不容易。

能在地铁通道里烂醉如泥等老婆来接，对中年人来说是一种奢侈。“不得不喝醉”的艰难生活，到了中年人身上可能会变成“薛定谔的喝醉”。

为什么呢?我随便说几个可能性吧。

喝酒的时候，中年人一口一个脂肪肝、高血压、胆结石，全场都找到了共鸣，酒场上还没开始就结束了，醉不到这种需要老婆来接的程度。

饭局里还没等酒过三巡，就得以“回家带孩子”或者“去医院照顾爹妈”为由提前撤离，大概率不会被灌到最后。

饭桌上跟同龄人一起讨论一些鸡兔同笼问题和新概念语法以及择校补习班等话题，竟聊得没空喝酒，最后聊到口干舌燥了，一杯浓茶，撒一把自带的枸杞，就这么草草了事。

喝醉?真的不那么容易。即使醉，也是醉得非常清醒的。

难得有一次我家队友喝多了点，晕晕乎乎进门，第一句话问儿子：“你作业做完了没?”听到儿子的肯定回答之后，他才放心地去吐了。

那么有没有喝个烂醉的可能呢?当然也有。

假如一个中年男人烂醉如泥瘫倒在路边，打电话给老婆：“我喝多了，正躺在路边，你来接我一下吧。”；

“哦，那你先躺一会儿，我把大娃的数学卷子检查完，作文辅导完，再给二娃洗完澡，给他讲完故事哄他睡着，给猫铲完屎再熬完我的中药，然后就来接你。”

“不用了，老婆，我清醒了，可以自己回来。”

你看，中年人的人生相对容易了许多吧。

凡事都不可能给别人、给社会、给警察叔叔添麻烦，那么别人、社会、警察叔叔也就不知道我们的一地鸡毛。

于是我们的生活就看起来挺容易的，比年轻人容易得多。

上个月公司开会，有个年轻人给我们讲他晚上咳嗽到吐的悲惨经历，说“一个人到医院打吊针没人陪真可怜呜

呜呜……会议桌对面的王姐宽慰他：“注意身体，身体第一啊哈哈。”

这位王姐，几天前室上速发作，心脏以120—180的心率跳了两天，老公又在国外出差，她晚上跟没事人一样带娃，安排好儿子的晚饭以后，自己开车去医院挂急诊。一查心肌酶，把急诊医生吓到了，要收进ICU。

王姐招呼急诊室医生坐下：“大家别慌，这个心肌酶升高是一过性的，几小时就能降下来，我有经验，给我来点普鲁帕酮静脉推注，再输点辅酶Q10和丹参多酚酸盐。””

那乐呵的表情就好像在说：“先来杯奶茶去冰三分糖，再来个手抓饼少油不要酱”……

急诊室的人还没缓过神来，她又说：“来，护士，你先准备药，我给儿子打个电话，明天他要参加朗诵比赛，我得再检查检查……”

整个医院的小护士都震惊了。

很显然，中年人生个病都这么轻松活泼，跟玩儿似的。

我公司有个姑娘，漂亮又聪明，但聪明得有点过头，一边上班一边做微商，还在工作时间发朋友圈卖货。老板把她训了一顿，把她手上的项目给了别人，还警告再这样就要把她辞退。

姑娘当天到处跟人吐槽，慨叹生活不易。

她哭诉：“我这么努力这么拼，又没耽误工作，为什么不给年轻人机会!””

晚上她的朋友圈里出现了哭红的眼睛，撕烂的辞职信，一片狼藉的床……一顿发泄。

看着真心疼，好多人由此感叹：成年人的世界里没有“容易”二字啊!

当天我的另一个朋友——一位中年老母，同是被老板教训并被客户折腾了一天，还被娃的老师点名批评之后，在深夜的朋友圈里这样写道：

这一瞬间，成年人的生活里有了“容易”二字!

好像又温和又恬静，一点都没有悲伤、不满、愤怒和抱怨，看起来就像是抱起猫撸几下那么容易和舒服。

甚至连脸上都看不出有什么不高兴的。

可不是吗，有什么不容易的啊!所有的不容易，看多了也就那么回事，你不把它云淡风轻地带过，还准备留着当下酒菜吗?

你问一个年轻人：生活艰难吗？

年轻人：太难了啊，为了生存，早上睡不醒，晚上睡不着，白天看人脸色，还要不断学习，一不小心就落后，不用上120分的力根本没有立足之地……

你问一个中年人：生活艰难吗？

中年人：等我有空再告诉你，我得先把儿子送去兴趣班，然后去医院接我爸，请你让一下。

你问一个年轻人：你情绪稳定吗？

年轻人：我经常在公司受气，在家里不受待见，在朋友面前没面子，连下个馆子都不敢随心所欲，我还是个小白兔啊，生活就要让我遭受这一切，我情绪能稳定得了吗？

你问一个中年人：你情绪稳定吗？

中年人：怒伤肝，喜伤心，思伤脾，忧伤肺，恐伤肾，我必须情绪稳定，因为我暂时死不起啊。

你要是不把什么事都云淡风轻地处理掉，而是大张旗鼓地让全世界知道你很不容易，那你可能还不叫中年人。

生活之所以看起来容易，是因为脸皮厚了，面子不要了，最主要是能扛，什么伤春悲秋的，一般人看不出来。

有个全职妈妈在朋友圈摆拍精美早餐图，留言里有个妹子说：“你过着我向往的生活，而我还要拖着黑眼圈爬起来滚去上班……”

这位全职妈妈回了妹子一个笑脸。

然后她跑来跟我说：“一大早又显摆成功了，不过我想起家里的油烟机快掉下来了，娃提前到来的期末复习还没抓，大姨妈已经迟到一礼拜了太吓人了，另外，我的手今天要去医院复查……”

中年人就是一个在外人面前死撑，一回头流着眼泪满地打滚的骗子。当然，同时还要注意表情不可太狰狞，站起来的瞬间要保持姿势优雅有风度，否则会被说成“油腻中年”。

重点是：我们要是表现得跟年轻人一样不容易，会显得很不合群，神经病啊，我不要面子的啊！

所以，把不容易都伪装成小菜一碟，不知不觉也就当真了。

脸上的褶子看作岁月的馈赠，肚皮的肥肉当作格局的积淀，手上盘的串儿是看透世事的释怀，床头的奥数题是一切归零的释然……

精神不济一杯咖啡就能提神，脸色难看一块粉扑就能解决，心情沮丧多吃一个甜筒，减肥失败就多吸吸小肚子，用最少的成本和最小的代价达成最好的效果，节约开支锻炼心肺还能促进社会和谐……

与此同时，天赋异禀并心有余力的，还能给自己加个菜，在狼狽生活中保持体面和高端。实在不行，买一块提拉米苏，又能跟生活再嬉戏三百回合。

罗曼·罗兰说：“世界上只有一种真正的英雄主义，就是认清生活的真相后还依然热爱它。”中年人真正实现了这种英雄主义，我们知道这生活远比年轻人的糟糕许多，但我们却更热爱它了，至少表现出了热爱它。

我早就跟那些愤怒的年轻人说：“消除愤怒的最好方式就是长大，结婚，生子，从此你们的主旋律必然是岁月静好，人间值得。”

十三说

没有谁应该比别人多承受一些压力，也没有谁应该在承受压力时感到自然和舒适。人与人对抗压力时的区别仅在于时间上的历练是不是够了，这里面包含了年龄、阅历、耐挫性，以及一些更无法描述的数据统计，例如，你有几个孩子……

无论压力来的时候有多巨大，困难来的时候有多抓狂，挑战来的时候有多纠结，记住，事情总是要一件件做，办法总是比困难多。中年人就是很好地理解和应用了这个生活诀窍，所以，看起来总是比实际上要轻松得多，那看起来，确实酷酷的。

第二章 你看天边那朵云，像不像我老公 1 能量守恒

论实惠，这届中年妇女还没有遇到过对手。

每年的“520”，总有一大拨女性朋友如同打怪升级，一次又一次赢得阶段性胜利：抢自己的红包，让别人秀恩爱去吧。

大多数已婚七年以上的妇女，与社会各界爱心人士共度了一个佳节。她们分别从同学同事群、亲友邻居群、养狗养猫群、育儿升学群、闲聊扯淡群、吵架互掐群以及吐槽抱抱群里，抢到很多红包，收获颇丰，总金额甚至可能超过了五块钱。

抢了这么多红包，唯独没有老公的。

那些红包来自五湖四海，发红包的人多数没见过面。以中年妇女为代表的主干力量，和以中年油腻男为骨干的活跃势力，把这个宣扬“爱”的节日包装得异常美好。

“我爱你”“我爱你”，一群着了魔的陌生人互相表白着，全国人民沉浸在爱的祥和气氛中。

收到这么多表白，唯独没有老公的。

这是一个多么平常却又奇异的现象。中年妇女们每天和别人的老公说的话，比跟自己老公说的还多。逢年过节，从别人老公那里感受到的节日气氛，比从自己老公那感受到的更浓烈。

细思极恐，却又充斥着人间温暖。这一丝的温暖，可能就是广大妇女们维持生命的最后一口仙气吧。

说来也奇怪，微信群里常发现“别人家的老公”经常秀厨艺秀娃秀疼爱媳妇，感慨持家的辛苦，畅谈陪读的感想，而且这样的模范丈夫不止一两个。

你会想：人家老公怎么都这么好啊，我咋没碰上？

你可能不知道，他们的老婆正在另一个群里，描绘着自己的十项全能，把老公吐槽成只会帮倒忙的“猪队友”。

人生就是这样，能量守恒。

老夫老妻们都如同钢铁战士，在各自战场上可能都很强大，碰到一起也卸不掉盔甲，最后成了战友，能一起万里长征英勇杀敌，却因为结下了深厚的战友兄弟情，以至于“谈爱色变”……

新婚那年：宜言饮酒，与子偕老，琴瑟在御，莫不静好；

三年之后：锅碗瓢盆，鸡飞狗跳，奶粉尿布，没法睡觉；

七年一到：看到就烦，一说就吵，只求清静，不求相好；

能活过七年婚姻的战友，都是生死兄弟。

桃花潭水深千尺，不及兄弟送我情。情之所至，不言朝夕——携手下火海，相约赴刀山，兄弟相敬好，都别滚床单。

这个过程快则七八年，长则十几载。总之，其进程是随着有娃的速度、频率、个数而递增的。

有一个娃时，还能cosplay其乐融融的三口之家；

有两个娃时，几乎多数在手忙脚乱中临阵磨枪；

有三个娃的，基本上一家五口一凑齐，再添俩老的，就能召唤灭霸了。

这日子，还哪里有空玩什么你依我依啊？

至于什么情人节啊，圣诞节啊，生日啊，“520”啊，结婚纪念日啊，凡是能秀恩爱的日子，都没老夫老

妻什么事。

一开始女人们可能还有点不爽，看看人家的高调，再想想自己的凄凉，悲从中来，看着那个压根不具备浪漫细胞、脑子里根本不知道今夕是何年的塑料战友，也只能自己默默提一口仙气吊着，心里默念：“啊，这草淡的生活啊，多么美好。”

时间一长，也就习惯了。

节日和仪式感，虽然有了我们会很开心，但是没有也不会惆怅，毕竟好战友之间以朴实无华为荣，不搞那些虚的。

一起上厕所的兄弟，满屋子和娃阻击战誓死共存亡，共同勇斗每月各类清单账单，互相吐槽后方指挥官(爹妈)，枪林弹雨，披荆斩棘……其实两个人每天能保持不闹心就已经很好，因为吵架给人的感受真是太shit了，一生很短，不要太多惊喜，尽量减少惊吓才是王道。

俗话说，上帝关了一扇门，必然会为你开一扇窗。

这不应验了：眼花缭乱名目繁多的各种乱七八糟的节日，别和老公互相找不痛快，掐着对方痛点尬索礼物和红包……还不如干脆直接去抢抢外人的红包，给家里补贴三五斗，多实惠。

在这个钢铁堡垒中，中年妇女们发现自己正在发生质的变化。

以前吵架，不管谁对谁错，结局都是“你为什么不让我”“你给我起来说清楚，谁允许你睡觉的”“你还是不是男人”“你根本就不爱我了”……

后来慢慢变成了“行了行了我不想跟你啰嗦”“你快睡觉去吧别烦我了”“好你对你都对”……

所以，每一个女人都是通情达理的小天使。有时候你觉得她作，那只是因为时辰未到，还欠火候。再多吵几年试试，会有彩蛋。

现在的我，每次看老公不顺眼的时候，我就默念安徒生童话《老头子做事总不会错》。

把生活过得戏剧化，是中年人解救婚姻的最好方法。

上次居委会来我家，让填个表，结婚日期一栏，我老公愣是空着。

居委会大妈也不识相，还特地提醒了一句：“小伙子，这个结婚日期填一下。”

我老公紧张而羞怯地瞄了我一眼。

当时我脑海中一万匹羊驼奔驰而过，心中还发出了羊驼空灵的号叫。

然而，作为一个早就修炼有度的节操妇女，我机智地说：“哈哈哈哈，我也不记得了哈哈哈哈，要不就随便蒙一个吧哈哈哈哈。老公你就填九月九号吧!”

老公大概是感觉如获新生，还乐呵地唱上了：“又是九月九～愁更愁情更忧～回家的打算～始终在心头～哈哈哈哈哈……”

居委会大妈热情地夸我们：“你们俩真逗，结婚日期都不记得，还这么开心啊。”

我只能对她说：“爱笑的人，运气不会太差。”

我们的小姐妹神秘团队研究表明，男人在过了35岁之后，一定是有生理期的，而且总是失调，每个月总有那么几天，需要把他当傻儿子一样来哄。

有姐妹发现，使用思维导图对付生理期的老公，会有不一样的结果。

说一件事之前，想一下这么说老公会有什么反应，后果如何。换一种说法，他会是什么反应，结果如何。他更喜欢哪种?用他喜欢的，前提是自己不受到伤害的方式，反正你关注结果就好了。

“老公就是这样被驯化成小奶狗的。”

御夫有道，佩服佩服。

男人和女人的大脑是不同的，大多数女人经常感到不爽，主要还是因为总是用自己的思维来思考男人，就比如过节送礼物这件事。

年轻时，如果老公忘了各种节日和纪念日，忘了送礼物，甚至根本不知道怎么送礼物，可女人特别在意这件事，那就僵了。

聪明的女人会慢慢学会避免雷点，我们有很多朋友，有美食，有自娱自乐的方式，别盯着那个不解风情的男人，转过身，世界精彩得多。

现在对我来说，一束鲜花，不如一顿小龙虾。

刚结婚的时候，结婚纪念日我老公买了一束花回家，而且是临到家时收到我的短信才想起来的，在附近匆忙搞了一束花，就30块钱。

我其实情绪很复杂，但还是要做出一副通情达理的样子：还不如买只老母鸡炖汤。

从此以后，就再也没有收到过花。

怪谁呢?要装圣母，就不能还留着凡人的念想呀。

如今大家兄弟一场，知根知底，不求徒有其表的虚荣，只求实打实地好好过日子。

所谓爱情变亲情，就是一场又一场的更换。用鸡汤换掉鲜花，用洗洁精换掉巧克力，用不需言表的相濡以沫换掉挂在嘴上的海枯石烂。

嘴上说着最微小的柴米油盐，心里掂量着最重要的相爱相杀，那份不再鲜亮却越来越厚重的情感，永远年轻，永远热泪盈眶。这份难能可贵的兄弟情，没个几百回合的战役根本打不下基础。

行色秋将晚，交情老更亲。

| 十三说

婚姻不是爱情的坟墓，它是爱情的冷库。它先把爱情冰封起来，你看那爱情似乎冰冷得毫无热度了，但实际上，你却不知道，那也是把爱情永远地保鲜起来了，不易腐坏。

在结婚这么多年之后回头看一看，有过很多争吵和矛盾，也有过小打小闹，也在紧要关头以“离婚”相要挟，最终却还是出于这样那样的原因，无法分开。“这样那样的原因”说到底都是我们的托词而已，真正的原因是那看似没有热度的感情，依然在冷库里呢，你还没有看到它彻底腐朽变质，怎么舍得放弃？

2 铁打的夫妻兄弟情

哲人说了：“不要考验人性，人性经不起考验。”

热恋的情侣就偏不信，非觉得人性经得起考验，“我会一辈子对他充满激情”“我将永远把她奉若珍宝”……于是没把持住，结婚了。

多年之后发现，人性这个东西啊很神奇，如果硬撑一下的话，“人”还能勉强经得起考验，但“性”就难说了。

从现在的情况来看，一个成熟稳定的家庭里，貌似总得有一位面对性感妻子坐怀不乱的男人，和一个面对威武丈夫毫无色心的妇女。

这怎么和我想象的不大一样呢？

当初好像就是为了方便啪啪啪和合法滚床单才领的结婚证啊。

这一切到底是从什么时候变成这样的呢？

就从第一次你开着门上厕所对方视而不见，从第一次在卧室全裸五分钟对方无动于衷开始，你们的感情升华了。

从此以后，兄弟一生一起走，那些日子不再有……

当然，新婚的夫妻可能还不信，这是人之常情。谁新婚那会儿不造作？

当年两口子往床上一躺，就算聊个牛顿定理，话还说不到三句，情话就出来了：“我觉得万有引力都没你的引力大！”

不可描述……

现在呢，俩人脱光了躺床上讨论拉格朗日定理，越说越陷入科学的迷思，干脆拿出纸和笔，图解拉格朗日中值定理在数学与天文学中的应用。

半小时后这场高等数学深度研究取得了重大进展，双方终于可以放心地甜甜入梦……临睡前那刚正不阿的男人还没忘补充一句：“一般人我不给他讲这么多。”

看在是好兄弟的分上？……

行吧，大兄弟，让我们一起成长，共同进步！明晚也要加油呀……

一对高尚的夫妻，纯粹的夫妻，脱离了低级趣味的夫妻，必然能把日子过成群租屋里的好兄弟一般，毫无杂念。

据我观察，有娃的夫妻最是要学习，从孩子上幼儿园开始，夫妻俩的学习积极性就无限拔高，逐渐替代了肉欲，一发不可收拾。

让他们在床上讨论新版拼音和音标以及给娃做PPT的思路与技巧，比滚床单更能令二人心旷神怡、热血沸腾；如果一方能把孩子幼升小的总体构思和把握阐述一遍，将妥妥地造成双方多巴胺的剧烈飙升从而产生特殊的快感。

这快感不但能促进感情，还安全，至少不会意外怀上二孩。

没错，有了娃之后，同床之情逐渐变成同窗之情，双方在“色诱”与“学习”二选一的人生道路里果断选择后者，大义凛然的样子完全可以载入史册。

纯友谊的夫妻是最稳固的婚姻模式。

你看看那些整天搞事情的小夫妻，动不动就把“你是不是不爱我了”挂在嘴上，这不利于安定团结和相互信任啊。

我们懂事的老夫老妻就不这么想，我们已经提前过上了夕阳红的生活，我们说什么了吗？

团结紧张，严肃活泼，沉稳有序，淡定自信。

我的一个朋友说：“我们家现在睡觉的排列组合，按降序排列是‘我+儿子’‘老公+儿子’‘我+老公+儿子’，就是没有‘我+老公’。这够不够纯洁？”

“可是偶尔你们两人不打算浪漫一下吗?”

“浪漫?我能想到最浪漫的事,就是能自己一个人好好闷头睡个安稳觉。”

“难道你不爱他了吗?”

“大家都这么熟了,你看你,说这些干嘛,伤感情……”

大多数夫妻是从激情澎湃的少男少女变身为性冷淡,一大半功劳在于孩子,另一半归功于自己的神经病,不客气地说,神经病严重的一方通常是女方。

“老公,刚刚是不是听到娃叫了一声?”

“没有啊,你听错了吧。”

“你快去看一下娃是不是醒了。”

看完之后:“看过了,没醒。”

“快睡吧,别把娃吵醒了。”

没有下文了,一场游戏一场梦……

当小娇妻们进化为中年妇女,精神方面的问题可能就更严重了。

上班时兢兢业业为工作拼杀;聚会时要和各路中年少女们争风头;菜场里要和小贩们斤斤计较,务必做到买葱搭蒜、买西瓜送芝麻;回到家还要操持三餐家务,线上线下为熊孩子海陆空立体环绕式服务……好不容易作业写完了,英语单词背了,琴也练了,球鞋也刷干净了,正打算窝在被窝里追个剧,屏幕里突然出现了少儿不宜的镜头……想起公粮已经许久没收了,夫妻二人已经许久没有缠绵了……气氛有点尴尬了……

彼此看看各自缩了水、褪了色的旧睡衣,交换了一个“你懂的”的默契眼神之后,决定——今夜,我们继续放爱一条生路,早点洗洗睡吧!

最后到达灵魂的巅峰——佛系夫妻。

怎么个佛系法呢?就是只要身体一碰床,干柴先睡着,烈火则如释重负地放空大脑,刷刷朋友圈和微博,毫无违和,从无争议。

可以说是真正实现了民主、文明、和谐、自由、平等、公正、法治、敬业、诚信、友善……

这是个圈，从纯友谊开始，以纯友谊结束。

想当初从纯友谊幻化出多少的不可描述，继而干柴烈火、你依我依，然后呢，爱情的结晶带来了革命友谊的升华。

一起买学区房?没问题;衣不解带照顾对方?没问题;一起对付七大姑八大姨?没问题。

但亲亲抱抱举高高?呃……也许是前些年多巴胺分泌过多过快吧，如今干柴还在，烈火却悄悄地熄了……

至于中年夫妻，你问他们台海局势、南海争端、朝核问题、美俄制裁、人民币汇率、供给侧改革、区块链趋势，他们可能脱口就来;你问他们补习班行情、择校策略、各大医院黄牛联系方式、五金维修小店电话，他们也马上就能回答你。

但是如果问他们上一次滚床单是什么时候来着，他们会陷入沉思，掏出万年历……

| 十三说

在2018年的夏天，我在一个微信群里半开玩笑地推销一盒计生用品。最初的开价是30元，后来降价到10元，再后来免费送，还搭送16件小礼品，结果居然是没有人要。

不要的主要原因竟然是：这盒产品有效期到2023年，五年里用不掉这一盒，浪费了。

中年人的性生活现状，真的是赤裸裸地扎心。不过没有人真的把这个太当一回事，中年夫妻的婚姻和感情，又岂会败给这种细枝末节?我们都是在学习路上奋勇前行的战友，即使没有同床情谊，我们还可以重温同窗友谊，它照样令我们的感情百尺竿头，更进一步!

3 “云配偶”

婚姻对中年女性来说，究竟意味着什么?

这个论题太过庞大，以至于大部分女性都懒得思考。即使思考，想着想着不是钻了牛角尖，就是不知不觉跑偏了。

以前总认为，婚姻是一种陪伴。结了婚才发现，情况可能不是想象中的那样简单。现在很多中年妈妈喜欢提两个词：丧偶式婚姻、诈尸式育儿。其实，归根结底都可以用“云配偶”来解释。

云配偶的定义：以远程交互模式存在的虚拟化配偶，平时储存在云端，常见无法同步、基本见不着、指望不上等bug，使用时必须提前手动下载到本地，碰上故障还会消失于服务器甚至原地爆炸。大多数时候由于来不及共享只能将其供养在云端，搞不好还能碰上乌云，给你来一场雷暴雨。

云配偶的特点：

(1)云配偶的科学成因

这个升华的过程，大多数中年妇女都亲眼见证过。比如我吧，自从领了结婚证，之前那个接地气的男人就开始不断升华，从肉体的膨胀到精神的拔高，一直上升到……云端。

从此，他从一个真实存在、知冷知热的物理男友，逐渐变成了一位虚拟的好老公。当然，几年后他可能会做出一个小型镜像备份。

人人都说女人如水，我觉得吧，男人就如水蒸气，在你毫无察觉的情况下，不知不觉地蒸发啊，蒸发啊，直至升到云端。从此他就端着了，家里但凡还没有鸡飞狗跳，他都不着急，躺在云端俯瞰众生，还时不时指点一下，你们人间的事儿都不叫事儿。

(2)云配偶的技术应用

云配偶在初始阶段使用了“云幻想”技术，整合了高大伟岸和温柔体贴或是才华横溢等功能，令人欲罢不能。

但从婚后就开始衰减。

半衰期是从娃出生开始，比如每到娃大哭大闹的时候，云配偶自动蒸发，留下一句“找妈妈去”便切换到了“只读模式”。

然后进入加速衰减阶段，类似星云变换为黑洞的过程，其最后变换形态通常等同于接插有手机外设的秃顶沙发土豆。

从安全性上讲，云配偶还比较容易被外面的年轻信号攻击。

此时你就会发现云配偶这种东西虽然易申请，但操作复杂，需消耗大量人力物力时间来维护。

在环境严酷指数增加的时候，比如碰上孩子期中考试、期末考试、上补习班、参加各种比赛、学琴棋书画时，云配偶可能会由于各种“干扰信号”导致数据丢失，消失得无影无踪。

同时，遭遇复杂环境时，云配偶也会突然产生爆炸现象。比如为了争论到底是小鸭先到河对岸还是小鸡先到河对岸的问题，而跟娃撕得面红耳赤时，或是当孩子不让他用二元一次方程解题可他不用二元一次方程就不会做时，他就会撂下一句“这孩子我不要了”，然后在带娃时消失两周以上，给用户身心造成额外的困扰。

(3)云配偶的性能

请注意，是性能，不是性能力。

由于云配偶是用云幻想技术虚拟研发出来的，所以相同配置的云配偶与以前实体的男朋友相比，性能要差很多。

比如在大量家务事或作业出现后，云配偶容易出现故障：

轻则极度容易变得“尿尿多”或是能随时被小孩哄睡着。

重则手指破了小皮或流个鼻涕需要卧床三周。

你会时常感觉这个云配偶，已经不是从前那个完美的幻想中的男人。尽管他占用了庞大的云盘大数据，但该记得的一些事基本是记不住的，比如你的生日、结婚纪念日，以及各种需要发红包的节日。

(4)云配偶的衍生物

云配偶由于不能承载过多负荷，故衍生出了全能老母，上得厅堂下得厨房，做得了奥数烤得了蛋糕，修得了家电挣得了钞票，顶得家庭整片天，可以说，云配偶为社会主义建设多培养了一类实用性全新人种。

曾几何时，我也学着紫霞的样子装文艺，幻想着我的意中人是一个盖世英雄，总有一天，他会驾着七彩祥云来迎娶我。

我猜到了开头却猜不中结局。这结局是：他真的娶了我，而他自己却留在七彩祥云上不下来……

于是他成了我的云配偶。

昨天我把云配偶下载到本地了——由于我日理万机日夜操劳吃得太多太油腻，导致急性胆囊炎，催了好几遍才好不容易说服云配偶推掉两个会和一场加班，火速赶到家带娃。

我心想这回他总算派上用场了，一出门突然想起爷俩的晚饭还没着落，又怕他们叫了不健康的外卖，于是我赶紧拿出手机，挑了点又贵又健康的外卖，这才放心地去看病。

回头一想，又被自己气炸毛。

好不容易能顺利把这个云配偶下载到家，结果我一个病号还得管他俩的饭，感情这是云盘开始收费了啊……

这云配偶的储存倒是简便易行无污染，平时可以不费吹灰之力将其储存在卫生间、阳台、厨房、车库、衣帽间、办公室、高铁、飞机……

每次紧急需要的时候，总会发现有这个时间把云配偶下载到现场，还不如自己上。

一个德智体美劳全面发展的资深中年妇女，一个文武双全高瞻远瞩的优秀中年老母，一定不会把配偶当成是电冰箱和洗衣机一般的生活必备品。

他神出鬼没——

当你身体微恙的时候，他不在；

当家里电器需要维修时，他也不在；

当你苦苦钻研科技手工作业的时候，他还是不在……

他时隐时现，仿佛神龙见首不见尾——

当你的娃获得表扬和荣誉的时候，他出现了；

当你炖了一锅香喷喷的排骨汤时，他也出现了；

当你冥思苦想一晚上也没想通这道几何题到底该加哪根辅助线的时候，咦，人呢，该出现的时候他又消失了……

他确实实是你“官宣”了的配偶，却忽而远在天边，忽而近在眼前。对我们的家庭生活提供有益的指导性意见，以及无用的指导性意见。

云配偶和“云储存”“云智能”一样，听上去很酷炫，但又让我们一头雾水，莫衷一是。

怎么说呢，网络一线牵，珍惜这段缘。云配偶在养娃过程中，总好过传说中丧偶式育儿和诈尸式育儿。

起码，他是互联网+的弄潮儿，高端大气上档次啊，带出去也不丢范儿。

他们常常顶着配偶的头衔云游在外，或许也能给无趣的中年老母生活增添些许诗意——

你看天边那朵云，像不像我配偶。

| 十三说

“云”是一个多么好的词，“云配偶”又是一个多么形象的存在。过去我们总称孩子爹为“猪队友”，既不雅观也不全面，我用“云配偶”这个词创造出了片新天地，广大中年妇女对于把自己的丈夫尊称为“云配偶”乐此不疲，而丈夫也并未感觉有何不适。

其实有时候我们只看到了云在天上俯瞰众生，不着地，更不着调，却没有看到有时候云在默默地为我们遮挡刺眼的阳光、强烈的紫外线。云还是有用的，主要就看你有没有意愿去发现他的贡献。

4 云配偶一落地，不是风就是雨

去年举办了一场分享会，和大家聊了聊关于“云配偶”的话题，标题是“论云配偶的落地”。

刚提到这个话题时，很多人的反应是：“干嘛要落地啊，还是飘着吧，云一落地，不是风就是雨，更给我添乱……”

我想她们说的一定是有一些道理的，但肯定没我有道理。所以我坚持要探讨“云配偶的落地”，目的是要证明云配偶也是能落地的，而且落地姿势可以非常漂亮，不需要脸先着地。

前几天我的一个朋友，也是一位职场妈妈，跟我说：“昨天晚上接到临时任务需要加班，打电话告诉老公，叫他给孩子做饭吃，然后陪孩子做作业，检查作业。”

老公在电话里问：“吃什么？”

太太告诉他冰箱里有些啥，可以做什么。

老公又问：“作业怎么检查？”

太太说：“就像我平常那样检查就好了。”

然后她忙自己的事情去了。为了早点回家，她匆忙把事情搞定，立刻赶回家，气喘吁吁冲进家门时，看到爷儿俩一个躺在沙发上；一个坐在地上，正在玩游戏。

她当场就发飙了，问孩子：“你干嘛呢，作业做完了？”

孩子说：“哦，还没做呢，爸爸说，吃完饭再做。”

“什么？你们还没吃饭？”

“爸爸说了，先玩一会儿再吃。”

她很狂躁，但又不知道该干什么，只能发脾气，骂儿子不自觉学习，骂爸爸纵容孩子，骂他们不干正事，光想着玩。

这个情绪演绎得很到位，符合大多数中年老母的high点，从小萝莉变成霸王龙，也只需要这么0.01秒而已。

爸爸陪孩子的方式，和我们想象中的不一样。我对她说：“也许如果你晚回去几小时，他们饭也吃好了，作业也做完了，你没有看到其中的过程，也就觉得花好月圆，皆大欢喜。”

但你偏偏非要急着回家，怪谁啊？只怪你自己太操心。

其实老母愤怒，并不真的是因为他们玩游戏，而是我们一边忙工作一边惦记家里，在努力两头兼顾的情况下赶回家里后需要马上得到疏解、支持以及安抚，而父子俩当时的表现和我们想象中差距太大。

我们一天积累下来的惊恐、焦虑、疲惫，正无处释放。这种时候，云配偶还往枪口上撞，不但没有帮我们分担，反而只知道自己舒服、享受，还帮倒忙，破坏了我们努力营造的各种规矩……

这才是我们愤怒的源泉，愤怒其实就是失落和无力感的结合。

很多云配偶飘在天上，见不着人，这并不是最值得抱怨的；更惨的是，他明明在家，明明有空，见得着摸得到，但就是起不到作用，甚至还总添乱。

看起来这朵云落地到家，而实际上是一种落地的假象，更令人抓狂。

那么问题来了，我们在心里发火，在恨，甚至表现出歇斯底里，而我们的这些情绪，云配偶到底get到了没有呢？

他可能并不知道你到底在生什么气。

甚至他还会想：这个女人是不是到更年期了啊，一点点小事也要发这么大火？

关键点在于：你有没有明确表达过你的需求。

你不满意云配偶的表现，你需要让他真正落地，但你似乎并没有具体、详细、认真地让他知道你到底需要他做到哪些。

要知道，男人是很迟钝的。

结婚后，会比婚前迟钝30%。

生完孩子后，又比生孩子前再迟钝30%。

在当妈的事无巨细、大包大揽，把里里外外打理好之后，男人又多迟钝了30%。

所以，你结婚前认识的那个对你心思细腻、一点就通，总是让你特别满意的、灵敏度特别高的男人，现在只剩10%了。

那么，女人就要多拿出90%的耐心和细致，去教育他们，静待花开。让这朵云优雅落地，是需要技巧的。

比如，就刚才这个朋友的例子，她光说“你陪孩子做作业”是没用的，她必须这么说：“我希望你监督孩子在八点前完成所有作业，这个过程中如果他要喝水吃东西小便大便你必须全程监督，防止他偷懒和磨蹭。当他有不会做的题目时你不要直接给他一个答案，而是要从他的课本上找到解题方法，再教他一遍。全部做完后逐一检查没有问题了再在上面签字。注意：以上这些不能在玩完游戏之后才做，因为会影响他睡觉的时间，孩子睡眠不足会发育迟缓，越来越傻。听明白了吗？”

别嫌自己啰嗦，这是一劳永逸的啰嗦。

我相信队友此刻对于今晚如何陪孩子写作业这件事，已经充分了解落地的方式和姿势了。

而且，不要在心里不断地给自己设立预期：

期望我等会儿到家后，看到爷俩在书桌前父慈子孝地共同学习，晚饭早就吃完了，连碗也洗好了，整个房间都一尘不染。更惊喜的是，孩子连琴都练过了。完美！

那么你回家后，一定会失望透顶的。

这种时候要明确告诉云队友你的需求是什么——

“我不希望在我回家时看到你们饭也没有吃，作业也没有做，房间一团乱，两人都在玩手机。我已经累了一天，我希望你能在我偶尔加班的这一天，帮我做好我平时一直在做的事情。在我到家的时候，希望你们能让我觉得开心，让我没有理由对你们发脾气。反正你记住，我不开心了，大家都不会开心。就这样吧，我也不多说了。”

我相信听了这些，云配偶也大致了解了利弊，好好活着不好吗？

前阵子我自己在忙孩子的小升初，这个阶段的老母亲也是非常脆弱和敏感的。

妈妈们每天在搜集各种情报，了解行情，侦查路数，带孩子东奔西走，走进一个个学校去考试、面试，然后可能面临一次次被淘汰，被踢出局，紧接着再张罗下一场折磨。

我身边很多妈妈在说起这个的时候，又是对云配偶一顿吐槽。

主要原因在于妈妈们付出了大量的精力，积累了焦虑，看着自己的孩子走进一个个考场被甄别，被筛选，被挑挑拣拣，被淘汰，那种无助和失落，无处释放。

而这种时候，有些爸爸往往会这么说：“没什么大不了的，上什么学校不都一样吗？不用那么紧张，家门口的公立学校上上也行啊。”

爸爸说的有错吗？好像也没有。

但爸爸这时候就像一朵云，飘在高空，以上帝视角俯瞰众生，对一个焦虑无助的妈妈所付出的一切给出了一种令人无奈的否定。

云配偶在这种时刻不能跟太太分担什么也就算了，还对她一肩扛的重担表示出一种不屑和无所谓。这是素质问题，素质！

不是我们对云配偶的要求高，我们的要求真的一点都不高。只是我们自己是有问题的，问题在于我们根本没有告诉他，我们的要求具体低到什么程度……

小升初这件事，你需要告诉云配偶的是：

为了小升初我非常焦虑，已经到了崩溃的边缘，你可以帮不上任何忙，但希望你支持我所做的所有事情。如果你不知道哪个学校好，你可以假装虚心学习，向我请教，和我讨论。但你不要说“你这么瞎忙没有必要，上家门口菜场学校也一样”。

你还要告诉他：

我们和孩子一起经历这场充满挫败或是收获成功的战役，荣辱与共，我冲在最前线，你可以躲在后面，但一定不要把我们往后拖，更不要叛变。如果你觉得真不知道自己能做什么，就在那里当一个捧眼的吧——

——这个学校看起来不错。

——嘿，还真是。

——让儿子去试试怎么样。

——得，我看行。

——要是考不上咋办？

——嗨，没那事儿。

——儿子那么聪明，肯定能考上。

——哈，可不是吗。

这样一来，云配偶就算成功落地了，顺利参与到了小升初这件事情上，重点是谁也没受伤。

妈妈们希望云配偶优雅落地，成为带孩子的左膀右臂，这件事看起来有点难，但最难的还是妈妈自己这一关，难度在于：我们能不能准确地说出我们的需求。

大部分妈妈说不出来，是因为懒得说，或是对云配偶期望太低，以为他理解不了。

但是不尝试一下，你永远不知道云配偶的潜力有多大啊！

大部分女人在有了孩子之后，会变得非常强大，正所谓为母则强。我以前也懒得去指挥孩子爹，因为总是觉得让他做还不如我自己来。越是这样，我们越是以为自己太厉害了，队友太弱了。

这件事我在六岁那年就知道了。

当时看电视剧《武则天》，插曲里有一句歌词是：如果世界上没有女人，男人将无法生活。

这种强大，是好事，也是坏事。对于处理和云配偶的关系，这不是一个很有利的条件。

示弱是聪明人的生存法则，逞能是笨蛋的处世哲学。

多数妈妈都是笨蛋，但又要逞能又要抱怨，这就有点不明智了。

女性总会在时不时的崩溃中默默强大，男性容易在自以为强大中突然崩溃。

对云配偶，我们也应该知道他们的薄弱环节，其实就在于敏感度和悟性。有些事，女人觉得傻子都应该明白，但对云配偶来说，还真是不明白。对待傻子，我们要时刻不忘初心：这个傻子是我自己找的，自己找的……这样，你就有耐心和毅力去改造傻子了。

云配偶客观存在，普遍存在，与责任绑架相比，他们更关注情感互动体验链接。

不少人经常责备云配偶做得太少，说着说着，云们真的不好意思多做了，否则不符合你的预期……只有我们自己先放下执念、偏见、傲慢，去耐心地、细致地表达需求，才能教会云配偶如何落地，润物细无声。

一个老母优秀不优秀，不是看你把孩子带得有多好，而是你连云配偶都带好了！

丨十三说

在讨论会的现场，我曾邀请一位爸爸聊一聊他对“云配偶落地”的感触，谈一谈自己心目中对这件事的理解。那位爸爸先做了一番自我检讨，随之就开始阐述自己的无奈：有时候不是不想带孩子，是实在不知道该怎么带，带着带着就烦了，只好选择逃避，眼不见为净。

说得好像妈妈天生就知道怎么带孩子似的。不过确实对于男人来说，带孩子是个十分女性化的动作，他们要逃离自己的舒适区，也许才能做好这件事。

我只想说：带不好孩子一点关系都没有，只要多多理解带孩子的妈妈，感同身受地去给妈妈多一些支持和协助以及呵护，那就起到了相当大的作用。这个环节不比带孩子这件事本身更容易。

5 “云恩爱”，中年夫妻最后的倔强

有人问：“结婚久了，夫妻俩沟通的方式会不会有什么不一样？”

当然很不一样了，我和队友现在的沟通……嗯……怎么说呢，就是更纯洁无私，更公开透明了吧。

用一句话概括就是“人狠话不多”。比如，昨天晚上我们俩的全部交流就在下图中，而这仅存的交流，还是发生在某个微信群里。

幸亏有了这些微信群，给了我们老夫老妻一个对话的平台！

更重要的是，让广大朋友们发现我们俩还挺恩爱的，居然还有话说……

如果没有手机，世界将会怎样?别的不敢说，夫妻俩大半夜在家里可能互相找不到对方。

现如今，对好多已经没啥缠绵欲望的中年人来说，只有微信才是沟通的平台，朋友圈才是恩爱的秀场。

有一次我在朋友圈发了张自拍，队友在评论区里发了三枝玫瑰花。

朋友说：“你老公秀恩爱秀到朋友圈来了。”

我才不会告诉她们，这位朋友圈里秀恩爱的先生，上一次给我送实体花大概是10年前了吧。

现在我们在家如钢铁兄弟情，出门像取经师徒情，在网上则必须保留一丝性别元素，来一点传统意义上的恩爱，这叫“云恩爱”。

中年夫妻借助通信工具沟通情感这件事，绝不是一蹴而就的。

从孩子刚出生开始，很多时候我们就得身不由己地拿出手机，闭上嘴。

一开始可能是这样的：为了高效沟通，能用手机的时候就不用直接喊话——

到后来可能就是这样的：用手机喊话也解决不了沟通效率问题了——

慢慢地，没有手机就是夫妻俩沟通的最大障碍。

直到现在你猜怎么着?!

那天儿子接到一个做小实验的任务，我不清楚具体细节，匆忙地先帮儿子准备好材料，就去码字了。

过了很久，队友从娃的房间给我发来微信：“你这些材料不对，得重新准备。”

我回他：“你怎么不早点告诉我?”

他回我：“我刚才在厕所没带手机，怎么告诉你?”

……

是啊，没有手机就是不行，毕竟只有在微信上说话的时候，我才能语气平和顺畅，也不方便立马动手。

微信他老人家还真是解救中年危机啊!

在云端，我们俩相敬如宾，有理有据，逻辑清晰，包容有风度;到线下，像刺猬炸毛，什么恩爱，不存在的。

“云恩爱”是中年夫妻最后的倔强，这种恩爱就是：眼不见才恩爱，见着了各种看不顺眼。

正应了那句话：距离产生美。

云配偶加了三天班，我在家带娃岁月静好，给他发微信都是嘘寒问暖，冷不冷，饿不饿，几点回来;他一正常下班，在家就鸡飞狗跳，我俩要么不说话，要么就吵架。

见不到的时候，在线上的时候，相隔数里的时候，云山雾罩的可恩爱呢;一旦两两相对，大眼瞪小眼的时候，就恩爱不起来，互相对边坐，一起“葛优躺”，一人捧一个手机，必要时还能发消息对话：“明天早上吃啥?”“听你的!”

不知道的还以为这是情话绵绵，殊不知俩人就像地铁上挨着坐的陌生大哥，互不干扰，假装不认识……

这不是人性的扭曲，也不是道德的沦丧，只要你多混几个夫妻俩同时在线的群，就知道其中的奥秘——

一个优秀的云伴侣，不仅要做到物质形态上忽隐忽现，飘忽不定，也要做到意识形态上携手同行，同仇敌忾，这才叫优秀的人生合伙人。

网络是中年夫妻精神上的美颜相机，只要我们俩一上线，我就容易产生一种错觉：“这是别人家的老公”，于是态度马上好多了，观感也柔和了起来……

回到家对着彼此的老脸，却没办法欺骗自己，于是形势大不相同……

在线上求助解题：

在线下求助解题：

“这道题怎么做?”

“这么简单你都不会?”

“就你行就你行?一晚上做一道题啥正事也不干你还能耐了?”

“你有本事自己做出来啊!”

@#¥%……&*(^O^)/#

在线上学习强国：

在线下学习强国：

“我学习强国积分已经远远超过你了吧。”

“你一天到晚捧着个手机就知道neng，你那个破积分，也不知道给儿子辅导辅导有用的东西，你还好意思说啊！”

……

你看，只有在云端交流才仿佛是一个正常人。

毕竟一进家门，看到对方，就像对着一面照妖镜，里面都是家族屎尿屁，数不清的鸡毛，干不完的活和处理不完的账单……

真不晓得是肉体拖累了精神，还是精神升华了肉体。

世上最安全的夫妻关系，就是云上的日子。

面对面，很容易出现无法预估的障碍，逼不得已的时候还得尬聊……

“大兄弟，你这衬衫又紧了啊！”

“彼此彼此，你的脑门儿也越来越铮亮了嘛。”

刚结婚的时候，我老问队友，你啥时候退休啊？能多点时间陪陪我。

现在我常问队友，你啥时候出门啊？你啥时候出差啊？你想不想尝试一下离家出走呀？

不在云端的时候，真的是此时无声胜有声。

一切尽在不言中，多说一句都是空。

现在连吵架都是微信，回头还能检查一遍，查找哪些地方发挥得不好，便于下次提升。

而这种无声胜有声，又带来了中年夫妻的另一种恩爱方式，叫“懂事恩爱”。

懂事恩爱——我在各种烦的时候，你要懂事，不许来烦我，不要让我看到你的人，听到你的声音……

…安静，就是一种懂事。

有些队友就比较不懂事，和老婆没话说本来挺好的，却偏偏不停制造噪声。

我一个朋友说他老公在屋里看《亮剑》，竟笑出声来，看五百遍还能这样子，真的是很扰民。

最后她不得不发微信提醒队友小点声。

中年夫妻的聊天对话，有时画面很美，充满想象空间，让人看得热血沸腾：

这暧昧丛生、情感起伏跌宕的对话，意味着后面有什么不可描述的云雨吗？然而实际上是“君在大床头，我在大床尾，深夜话情缘，网络一线牵”，然后…然后就没有然后了。

谈何云雨，中年人现在只有在云端翻云覆雨。也只有云恩爱才能实现真正的生命大和谐啊！

| 十三说

什么事都要与时俱进，夫妻间的交流也是如此。有时我们常常会觉得老夫老妻真的没什么话可聊，甚至面对面可以坐一晚上，各自捧着手机也没什么交集，觉得这真是没有共同语言、走到了尽头的感情啊！

其实，换种方式，尝试新鲜的沟通，也不失为婚姻里的一点小情调。有一阵子我和老公还经常用各自单位的工作邮箱互发邮件，内容不外乎“别忘了给儿子交餐费”之类的鸡毛蒜皮，每次鸡毛蒜皮后面跟着一大段正规的工作title，那感觉也是很奇异的，就像在跟客户聊天，特别互相尊重和待见，绝对不容易发火，真的。

6 中年人的表白

生成错误

7 生个娃，保住爱情

生成错误

8 最高级的婚姻，是不让中间商赚差价

生成错误

9 夫妻就是戏搭子

生成错误

10 已婚男人都有点特异功能

生成错误

11 老公和婆婆同时掉水里，先救谁呢？

生成错误

第三章 中年妇女优秀不优秀，主要看娃

生成错误

2 每天做一个优雅的中年老母

生成错误

3 你们是我带过的最差的一届家长

生成错误

4 为娘的世界里没有字面意思

生成错误

5 职场妈妈是育儿界的一股泥石流

生成错误

6 养娃治愈了我全部人格缺陷

生成错误

7 中年老母的唯一天敌是爸爸

生成错误

8 没娃的地方，才叫远方

生成错误

9 第一批生二孩的中年妇女已经成魔

生成错误

10 穷妈妈，富妈妈

生成错误

第四章 别得罪中年妇女，她们狠起来什么都学

生成错误

2 中年女性刷新生活存在感

生成错误

3 用作业挽救婚姻的妈妈们

生成错误

4 塑料友谊

生成错误

5 我们的目标是：不输给亲家

生成错误

6 悄悄吃土的中年女土豪

生成错误

7 三十多岁的女人学起了奥数

生成错误

8 一边情绪崩溃，一边哈哈哈哈哈

生成错误

9 自从不要面子之后，朋友都多了

生成错误

10 最励志的女人，就是把自己做好

生成错误