

“女人节”女人说



爱家爱厨房爱生活

地说：“你们看我这双手，曾经是指如削葱根，当年曾被夸最适合弹钢琴的，如今为家付出，粗糙又粗壮。”各自带着一腔怨恨，恨不得立马回家让老公还如花似玉的好时光。最后大家决定，三八妇女节，大家一定结伴出去好好玩一天，不带老公和孩子，独享片刻清净。

女人能做一手好菜，是全家人的福气。除了拿手的私房菜，家常菜也要有滋有味。平日荤素搭配，红烧肉色香味俱佳，美味可口，小米粥佐以拍黄瓜，清淡养生又养胃。下班回家，换上衣服，将头发扎起来，系上碎花小围裙，就一头扎进厨房。厨房里瓶瓶罐罐、酸甜苦辣、柴米油盐样样具备。我常常是哼着小曲，在厨房里操刀弄铲，奏响锅碗瓢盆交响曲，并享

受快乐。我可以边炖汤边看书，也可以自己发面包包子，自己和面包饺子，手擀面也不含糊。还会做精致的小西点，阳光明媚的周末午后，一家人围坐一起，喝茶聊天，品味我亲手做的小饼干。女人在外面可以叱咤职场，但回到家里一定要贤妻良母，花上一下午时间为家人慢慢煲一锅汤，把对家人对孩子的爱融进锅里，有感情在里面，汤菜定会香浓无比。

林语堂老先生说：“要想留住男人的心，先抓住他的胃。”这话虽然有人不以为然，但却有一定道理。试想，家里天天冷锅冷灶的，哪个男人还留恋这个家？

一个家一日三餐最重要，这关系到家人的身体健康。远离烟熏火燎固然是清净，但一个家如果没有烟火气，就感觉

不像是在过日子。我老公常说，每天下班回家，看到厨房亮着灯，飘出屡屡香味，开门后，看到桌子上摆着香喷喷的饭菜，就会感觉很温馨，心里涌出一种特别的感动。厨房是一个家的灵魂，过日子应该从厨房开始，让厨房升腾出迷人的烟火气，全家人吃得健康，吃得开心，女人的手变粗糙了也值。

不抱怨家务的琐碎、生活的无聊，把它们当做一种享受。过日子，过的是情趣，生活的好滋味靠自己调出来。把柴米油盐的日子安排妥当，把做饭洗衣的时间计划出来，于繁杂中留点空间，看花开，听鸟鸣，安静读一本书，安心写一点文字，菜香里也有书香，让生活与梦想并蒂花开，这样，女人多少岁都可以活得美丽优雅。

我替儿子打游戏

刘岩

儿子上小学四年级的时候迷上了电脑游戏，放学回来总有各种借口在电脑前转转磨磨地赖着玩。孩子是不是有了网瘾？

我突发奇想，跟儿子谈判：我负责打怪升级，你只要听老妈的战况就行。而且老妈打游戏的时间长，升级就快，肯定跑在你的那些同学前面。儿子一听升级快，能超过同学，而且老妈帮着玩儿，不再被老妈批评，当即成交。

此后，打怪升级就是我的任务了，每天我用儿子的小号在游戏世界里勇往直前，打怪、下副本、组队、试炼，天天忙得不亦乐乎，还拜了个师傅帮我打那些难对付的怪物！收集打怪留下的宝贝去卖钱，攒到背包里换成金币，然后用金币去买装备。

很快我就满级了，因为要买坐骑，我加了一个人的QQ号，他发给我一个文件，之后我的电脑就不听我使唤了，结果瞬间我的金币全部被取走。这些金币是整个游戏过程中积攒的全部财富。我把这件事完整地告诉了儿子，跟儿子一起愤怒地谴责那些用恶意软件抢劫的卑劣行径。最后我告诉儿子，你在消磨宝贵的时间，而别人却在轻松窃取你最宝贵的东西！

后来，我请一位电脑高手跟儿子讲了游戏的原理，所有的游戏基本源于两三种开发系统，虽然表面上看起来名目繁多，但是从根本上讲都是换汤不换药，你玩了一个游戏就知道大多游戏的套路了。

儿子知道了游戏是怎么回事，跟老妈一起经历了玩游戏的种种，儿子对电脑游戏不再迷恋了，偶尔还会去看看，已没有了原先的狂热，告诉我：妈妈我知道了，你不用再替我打游戏了，我帮你揉揉脖子吧！

打了三个月的游戏，我的脖子、腰疼疼得要断了。好在我让儿子明白了很多道理，总算是值了！

美丽与姿色

王韵

一个美丽的女人，因为阅历学识环境的缘故，仪态谈吐未必称得上是有姿色；而一个有姿色的女人，却总是美丽的，即使不是特别的靓丽，一言一行，一颦一笑间，风姿绰约，亦别有一种神秘的魅惑。一个只看到女人美丽的男人，总是流于肤浅，应该还不够成熟，不懂得欣赏有姿色的女人散发的那种优雅气质；而单纯美丽的女人，也应该是很年轻，还未有那种“浓妆意远淑且真”的姿色。李渔说，媚态之于人身，犹如火之有焰，灯之有光，珠贝金银之有宝色。有姿色的女人，集品位修养魅力于一身，优雅而不失亲和，知性而不失风情，妩媚而不失端庄，“翩若惊鸿，婉若游龙”。

“自是那一低头的温柔，似一朵水莲花不胜凉风的娇羞。”做一个美丽的女人，更要做一个有姿色的女人。有姿色的女人应该是那些走过青春的年华，坐看岁月的涟漪，经过时光的沉淀，所酝酿成的一盏香醇的美酒，含蓄绵长，活色生香。

鲁从娟

“三个女人一台戏”，我们单位的女人们凑在一起就说不完，话题最多的就是老公和孩子。有时候我们抱怨，女人太辛苦，上班、相夫教子、家务活繁杂，陈姐伸出双手哀怨

美丽集中营

徐立平

我是爱美的女人，不甘心在岁月面前束手就擒。于是，各种化妆品忙不迭往脸上涂抹，好好的一张脸，生生搞成了美丽试验田。几番折腾下来，总算有些效果。如果有时间，就去美容院里做一个全身SPA，更能得到由身到心的放松。

周末，在女子休闲会馆暗香缭绕的时光里，让轻柔的音乐如水般漫过心底，听美容师们在耳边软语呢喃，闭上眼睛体验纤纤玉指在脸上轻轻按摩，忘却现实的种种喧嚣和不快，在微醺中修复被现实损耗的身心。我想，这种放松的过程，本身就是美化身心的良药。说到底，这才是我坚持来美容院的原因。

美丽的容颜来自柔和善良的性情。美好的相貌，优雅的气质，都会由内而外散发出

一种吸引力。相由心生，但人到中年以后，更是长期的阅历积累与生活历练在脸上的投影。美丽的心态才会发现美好的事物。所以说，年龄越大，越要对自己的脸负责任。

在我的带动下，身边有越来越多的女子汇集进来，她们在用知识武装自己的同时，也开始注重自己的容貌和仪表，心灵美，仪表美，爱美的队伍日渐宏大，所以，我称这个组织为美丽集中营。从集中营里出来，看镜子中的自己皮肤细腻，眼神明亮，烫过的头发像浸过水的方便面，一根一根，顺肩而下，美好的感觉扑面而来，作家安妮宝贝会把卷曲的长发形容成“海藻般”美丽，可是我眼里活泼的“面条”也活色生香。

一直觉得，一个美丽的的女人，应该有优雅的谈吐。即使没有出众的容貌，也该有独特的气质。而这一切，离不开知



识的滋养，也离不开日常护理的好习惯。读书、美容、SPA，其实都是一种生活态度。愉悦身心的同时，也为内心囤积的压力、疲惫、惶惑找到一个出口，给身心一个放松和修整的空间，让生命由内至外充满生机，神采飞扬。

云想衣裳花想容，春风拂槛露华浓。三八妇女节，正值春暖花开的时刻，愿更多爱美的女人加入到美丽集中营，让我们为自己心灵美容的同时，也不忘美丽自己的面孔。更要让这种积极的心态，成为生命中的一道风景。

曾经的妇女晾脚会

吕富苓

妇女节快到了，老太太晒着太阳，聊起了一百年前妇女缠足的趣事。

大家讲起了西由晾脚会。掖县是礼仪之乡，当时美女的标准就是脚小又包得周正，走起来摇摇扭扭的，显示

一种病态的美。西由是北掖重镇，北临渤海，地处平原，土地肥沃，人杰地灵。六月十三赶庙会，民俗说：“有钱别挤溜，等到六月十三赶西由。”庙会唱大戏、耍戏法，各地物资大交流，还有著名的妇女晾脚会。据说，街两旁用石头高高垒起，妇女们坐

在高台上，把小脚垂在前面晾着，比赛着，看谁的小脚美。大约就是一个选美大会。今天看起来，这个晾脚会对妇女缠足起了推波助澜的坏作用，使妇女们身心受到了极大的摧残。

你一言我一语，谈旧社会对妇女的压迫和歧视。孔

子竟说“惟女子和小人难养也”。在封建礼教下，“女子无才便是德”，“好女不嫁二夫郎”，只许男人三妻四妾、女的只能三从四德。大家不禁哼起了那首歌“旧社会，好比是黑窟窿洞的枯井万丈深，井底下压着咱老百姓，妇女在最底层……”

长发及腰当剪否

姜娜

我的发长至腰间。母亲说，我下生时，胎发就长至耳垂，又黑又亮，奶奶舍不得给我剪短，就任其生长。待我满月，母亲就为我扎起了“朝天锥”，再后来就编成麻花辫。掐指算来，我的长发已陪伴我三十几年，它若同我的好友，陪我成长、陪我流浪，却从来不做反驳与抗争。岁月里，我已对它有了极深的感情。

曾经有人做过调查，“女人在床上说得最多的一句话是什么？”答案并不是温情的“我爱你”，而是“你压着我的头发了”！对于这个答案，我深有同感。因为生活中，不光是

爱人，就连我自己也经常会被到长发导致行动受限。每当我蹙着眉头、无奈地将长发解救出来，儿子总会在一旁嘻嘻打趣道：“长发及腰，用来拖地可好？”惹来我满腹不快。婆婆也担心我长发碍事，又恐怕长发会吸收掉太多营养，一直鼓动我剪成短发，我却依旧心有不舍。

我喜欢我的长直发，简单率真，一如我心。它曾给我增添了几分妩媚、几分柔情，我也因为秀发增加了些许自信。渐至不惑，几丝浅浅的皱纹已

悄然爬上眼角；偶然间，也会有那么一两根白发突如其来，触我目，惊我心。我知道，远去的，正是我的花样年华。环顾四周，与我年龄相仿的女性，或是利落短发、或是气质卷烫，总之再极少如我这般。我也禁不住彷徨，我已长发及腰，当剪否？

