

刘亦芳♥著

女汉子的幸福宝典

她们追求自己的个性，过自己喜欢的生活，
相比取悦男人，她们更愿意取悦自己。
她们自信而独立，有气场，不把男人当成靠山，
用自己的实力去赢得男人和周围人的尊重。
每个女人都有一颗“女汉子”的心，做快乐、洒脱、帅气和个性的自己。

作家出版社

刘木芳/著

女汉子的幸福宝典

作家出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

女汉子的幸福宝典 / 刘木芳著. —北京: 作家出版社, 2015. 1

ISBN 978-7-5063-7808-6

I. ①女… II. ①刘… III. ①社科两性关系—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 025785 号

女汉子的幸福宝典

作 者: 刘木芳

责任编辑: 张 平

装帧设计: 太熊视觉

出版发行: 作家出版社

社 址: 北京农展馆南里 10 号 邮 编: 100125

电话传真: 86-10-65930756 (出版发行部)

86-10-65004079 (总编室)

86-10-65015116 (邮购部)

E-mail: zuoja@zuoja.net.cn

<http://www.haozuoja.com> (作家在线)

印 刷: 北京市玖仁伟业印刷有限公司

成品尺寸: 145×210

字 数: 209 千

印 张: 10.5

版 次: 2015 年 4 月第 1 版

印 次: 2015 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5063-7808-6

定 价: 36.00 元

作家版图书, 版权所有, 侵权必究。

作家版图书, 印装错误可随时退换。

自序

在我看来，人生是走一步，然后明白一步。世上没有真正的智者，我们不过是胡乱参悟人生，最后把这种觉悟传达出来。这是文字工作者的使命，也是宿命！身处其中，逆境也好，顺境也好，努力做一名积极向上的生活强者。

有人说，女不强大，天不容。虽道破亘古不变的“掠食”真理，却忽视了女性自身的意愿。适者生存，其本身内涵就无比残酷。在弱肉强食的水泥丛林里挣扎，练就一副钢筋铁骨，最后成为一代“女战士”。时代塑造人性，时代衍生新新族群。“女汉子”应运而生，驾着疾风轰轰烈烈地闯入人们的视野。这是一群能干又坚强，勇敢又不失自我，内心强大，极具竞争力的一族。我一直认为，没有人生来强大。强大，无非是为了获取较多的自由。自由就好像是死死勒在脖子上的绳套，绳子愈长，你受到的约束就愈少。相反，绳子愈短，你就需要踮起脚尖走路，直至无路可走。过去，女人相夫教子便足够。如今，

女人和男人面临同样的问题。生存压力、社会压力、竞争压力……各种困扰接踵而至。

归根到底，我们的人生需要强大。

没有人生来便可以享受，就像没有人生来就强大一样。在享受人生之前，先要被人生锤炼。这种关系，就像从毛毛虫蜕变成蝴蝶。在女孩子还是“毛毛虫”的时候，很容易被践踏和蚕食。经历疼痛后，蜕变成蝴蝶，她才可以挥动翅膀向自己热爱的天空飞翔。

一位姑娘曾面对镜头那样说，我宁愿被人嫉妒，也不要被人同情。她不想做弱势者，因为她很清楚，弱势者的道路困难重重，几乎寸步难行。当然，很多姑娘抱怨男人们无用。如今，重压之下，男人们自顾尚且不暇，哪里还有精力每天去照顾一个“不能自理”的女人。所以，与其靠挣扎、哭喊博同情，不如学会自立，做堂堂正正的“女汉子”。有一天，当你可以独立生活，甚至可以自己去扛瓦斯炉，自己买房子，自己去做有益他人的善举，姑娘，你便真的成为了一条“女汉子”。虽然，你变不成“女神”。但是，有一点可以肯定，你比别人坚韧，不容易被摧毁，不容易自毁。想起一位失意的闺蜜和我谈人生。她说，很多女孩，小时候渴望长大，渴望挣脱父母的束缚，去闯天涯。而后，经历了恋爱，结婚，生子。她发现，长大是件很麻烦的事。苦恼和挫败感，比恶性肿瘤还要讨厌。一味地示弱和逃避，只会让事情变得糟糕。

人生是一道又一道坎儿，一道道的坎儿形成人生的阶梯。

你的应对能力有多强，注定了你的人生高度有多高。有些人人生，是一边忏悔，一边犯罪。对亲人也好，对爱人也罢，他们往往以弱势者的姿态蚕食他人的辛苦。这样的人生，永远徘徊在人性“金字塔”的最底层，最后，做一条寄生在别人脚下的蛀虫。

觉悟，是“女汉子”拥有的特质。勇敢地跨过人生的一道坎儿，竭力经营生活。当走到人生的某个高度，才不禁唏嘘——人生真的不易！

目 录



第一章 姑娘，你早该像条“汉子” / 001

Part one “女汉子”是一种生活态度 / 002

Part Two 我不是你想象中的“女汉子” / 007

Part Three 每条“女汉子”都有一颗“爷们儿心” / 010

Part Four 漂亮的皮囊不过是表相 / 015

Part Five 彪悍的人生，不需要解释 / 019

Part Six 当你温柔，却有力量 / 024

Life Case 每一种选择，都是一种生活 / 031



第二章 无拘无束过，自由自在活 / 037

Part one 性格瑕疵，也是一种美 / 038

Part Two 别人的，未必适合你 / 043

Part three 安抚不停追逐的自己 / 047

Part four 与其杞人忧天，不如顺其自然 / 051

Part Five 你要选择哪一种生活？ / 055

Part Six 享受你的选择 / 059

Life Case 我们都会有软弱的时候 / 063



第三章 “泡男人”，没什么不好意思 / 069

Part One 对好男人要先下手为强 / 070

Part Two 掌握两性之间的主动权 / 074

Part Three 学会给予对方真心和安全感 / 078

Part Four 有尊严的攻心 / 082

Part Five 如果他太“笨”，你就大胆表白吧 / 086

Part Six 女人的秘密武器 / 090

Life Case 爱，哪有高低贵贱 / 096



第四章 取悦男人，不如取悦自己 / 101

Part One 遇到的，都是对的人 / 102

Part Two 当你失去自己的本色 / 107

Part Three 自欺欺人，让自己很卑微 / 111

Part Four 爱人，是那个教会你去爱的人 / 116

Part Five 宠他，不如宠自己 / 120

Part Six 爱屋及乌，爱也可以很广袤 / 124

Life Case 任何一个女人的爱都不是廉价的 / 128



第五章 不求力大，但求气场更彪悍 / 135

Part One 体力活还是留给男人干吧 / 136

Part Two 用优雅自信秒杀全场 / 140

Part Three 面对人渣，拿出你的霸气来 / 145

Part Four 野蛮些，说不定男人很喜欢 / 151

Part Five 磨合期，不做受气的绵羊 / 155

Part Six 人挪活，树挪死 / 159

Life Case 和渣男的纠缠，没有赢家 / 163



第六章 没风骨，迟早要吃亏 / 167

Part One 什么事该做，别总问别人 / 168

Part Two 知道自己想要什么 / 172

Part Three 拥有属于自己的人生观 / 176

Part Four 凭什么按照男人的要求做女人 / 180

Part Five 随波逐流的美没有吸引力 / 184

Part Six 别活得没有信仰 / 188

Life Case 穿过胸膛的荆棘 / 192



第七章 你总是想的太多，所以忧伤 / 197

Part One 简简单单的生活最快乐 / 198

Part Two 你制造了痛苦的自己 / 202

Part Three 坦然接受挫败 / 209

Part Four 欲望无止境，知足常乐 / 213

Part Five 放得下，才能拿得起 / 217

Part Six 走捷径，更容易栽跟头 / 222

Life Case 所有不幸，原来都是自找的 / 226



第八章 算计太多，容易疲累 / 231

Part One 没有心机的女孩最可爱 / 232

Part Two 勾心斗角，你累不累？ / 236

Part Three 算计别人也会被算计 / 240

Part Four 少一点计较，多点宽容 / 244

Part Five 坦坦荡荡做人受尊重 / 248

Part Six 真实，不故作 / 252

Life Case 疲惫，是一种病 / 256



第九章 聪明“女汉子”玩转情场潜规则 / 261

Part One 男人尊敬他得不到的女人 / 262

Part Two 像警惕情敌一样警惕职场男 / 266

Part Three 职场“女汉子”和男上司恰到好处的暧昧 / 270

Part Four 与上司的老婆搞好关系 / 274

Part Five “女汉子”没必要遵循男人的世界观 / 278

Part Six 改变他的世界观 / 282

Life Case 迟到的真相 / 285



第十章 女人，像汉子一样去生存吧 / 289

Part One 男人不是女人最好的靠山 / 290

Part Two 爱情和事业一样不能少 / 294

Part Three 不要觉得你比男人差 / 298

Part Four 不嫁“豪门”，自己就是“豪门” / 302

Part Five 爱自己更要爱这个世界 / 306

Part Six 感恩，所赐予“女汉子”的一切 / 309

Life Case 一直向上，才能摆脱被主宰的命运 / 312



结束语 / 317

第一章 姑娘，你早该像条“汉子”

如今的女子，生活远没有想象中安逸。生活就是生活，没有特殊，没有例外。生活的压力让很多人感到无依无靠，即使再柔弱，也渐渐变得坚强。“女汉子”便是在这种背景下催生出来的一个群体，她们到底是怎样的一群人？这一群日趋庞大的群体，为这个时代描绘着一种另类的励志童话。而这样的童话，注定永远没有答案和结局。

PART ONE

“女汉子”是一种生活态度

当生存和理想狭路相逢，是鼓起勇气爬上去，还是自甘堕落？

生活态度决定一切。

你选择了什么样的生活，什么样的生活就会如影随形。如果不是天生便具有强悍的意识形态，那么，做“女汉子”，不过是女人的人生选择之一，为了自己，为了生活，也为了更好地生活下去。

生活，难免磕磕绊绊。好事容易落空，坏事容易成真。生活总是伴随着失意，也会受到诸多约束。

年少的时候，有些人一心想得到爱情，当时的“爱情”如信仰一般笃定地埋藏心间。在随后的数年中，皆以“爱情大过天”的态度在生活。但是，现实的生活中，“脆弱的爱情”往往不堪一击，结果到头来满目疮痍。这个世界，总有人辜负他人，总有人被辜负。

际遇是伴随个体特质而来的，我坚信这一点：爱情也好，

人生也罢，都需要一种积极的、健康的姿态存活。

在过去的几年中，我像个流浪者，曾走过很多地方，也认识过很多人，男人们，女人们。

他们和众多普通的过客一样，匆匆相遇，又匆匆分别。我想探究生活到底源于何时何地何境？是什么东西在延续着命运？

时至今日，方才一知半解。所有与众不同的生活，都是要付出与之相等的代价。可能是工作的关系，我会不由自主地剖析人性，在我接触的女人中，有禀赋异常的才女，有事业成功的女强人，有落魄的打工者，还有甘于平凡的普通人。你不能说她们谁更出色，因为在生活面前，一万个人有一万种答案。

幸运的是，她就是其中之一。

我记住了一个来自贵州的中年女人。

她有孩子，有老公。她的孩子在老家生活，丈夫在贵州打工，而她只身在深圳住着破旧的厂房。厂里尔虞我诈，你死我活，她活得如鱼得水，不管有任何风吹草动，她都能化险为夷。且不说她到底有多少城府，为了自保，她曾出卖过他人。她所做的所有事情，皆是为了更好地生活。当然，我不赞同一个为了生存要各种阴谋手段，没有底线的女人。但是在她的心中，她想赚到钱，回家盖一栋漂亮的别墅，和子女丈夫很风光地生活，这是支撑她走下去的力量。她是家庭的支柱，是孩子的保护伞。

像她这样的女人，当之无愧是条“女汉子”。她要的不多，只是普通人的幸福。

这是一种生存至上的生活态度。

这个世界很残忍，活着不易，不可能每个姑娘都是“白富美”和“富二代”，人生下来，便注定要受苦。命运比继母还要恶毒，不盈已亏。佛教中的八苦，很好地阐述了人生需要面对的难题，我们每一个人，注定要体验现实生活。

如今生活压力大，房价高，物价高，养活孩子的成本高，养老费用高，男人的肩膀已逐渐虚弱，他们迫切需要一个可以和他们一起承担生存压力的姑娘，这也许是造成离婚率高的原因之一。

高压之下，要么幸福，要么不幸。不管哪一个社会构架，都不相信弱势者的眼泪。强势者才可以拥有相对自由的话语权。

在我看来，“女汉子”是生活态度，不是肤浅的表相，这是对灵魂的一次深度净化，每个姑娘，都应该强大起来。

弱者是需要同情的。我相信，一般人也更容易喜欢有地位、有才华、有权势、有钱的人，都是世俗中人，大抵逃不过某些名利的约束。

我觉得，你和我就好像近在咫尺素未谋面的知己，我在说，你在听。这种关系，实在既单纯又美好。如果在单纯和美好的基础之上，能给予他人一些力量和阅历，那是再好不过了。这就像在我们的身边，总会有一些人，在不断提醒着你前行。有些路，不好走，但是，我们还是得走过去。那些善意的提点，伴随着生命，衍化成人生阅历。不管你承认不承认，人生的路，有低谷有巅峰，低谷时失意，需要努力攀爬，巅峰时得意，同

样要小心脚下有羁绊。反正，人们都是这么磕磕绊绊走过了一辈子。

我与一位闺蜜相识甚久，她活得像一朵脆弱娇贵的花朵，总觉得世界上所有人都欠了她似的，有人欠她钱，有人欠她幸福，生活不如意之时，常常张口闭口，你养我么，你给我钱么，你给我一栋房子么？虽然她心地善良，可她的生活处处不如意。

我曾用菟丝子来形容她，依赖而嚣张，却没有自主的灵魂，需要攀附其他生命来获取生命力量。

后来，她的故事有了诸多后续版本，为了所谓的感情，她放弃事业，结婚，草率生子，和家人相处不融洽，再后来，离婚，离家，成为双失女子。一段惨痛的经历，仍没有教会一个女人强悍自己羸弱的灵魂，很多人替她觉得惋惜，毕竟，一个有才华的女人，更需要一种恰似枝繁叶茂的生存下去的勇气。适逢压力之时，才能挺过去。

你行，你的人生便可以螺旋上升；你不行，你的人生将无落差，永坠低谷。

我常常想，我们的人生可以不完美，我们的生活也可以有残缺，但都不妨碍一个人的幸福和快乐，当一个女人懂得付出，懂得用自己的力量给别人力量的时候，即使困难铺天盖地而来，“女汉子”们是可以有拨云见日的能力的。况且，老天会厚待那些积极努力的孩子。

对于华服美厦，千金裘五花马的生活，不艳羡，也不嫉妒，

努力过好自己的人生，在有限的时光里，过最好的生活。当然，如果你拥有财富，这是最惬意和理想的，你可以自由选择人生。有位单身女作家，走遍东南亚、印度、欧洲……当有人问她，是什么力量让你走了那么多路？她回答，是心！没有一颗“女汉子”般强大的内心，如何走出那么长的一条人生路？这是她的生活，亦是属于我们的生活。

如果你想要某一种生活的时候，态度决定未来，未来就在现在。

姑娘，你应该是条“汉子”，你有能闪耀更明亮的光芒。