



——致 所有心中有伤
抱着幻想不愿坚强的好姑娘



黄
兰
著

天津出版传媒集团
天津人民广播电台

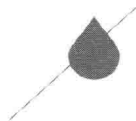
不是所有的人，都能满足你对生活的幻想，而你，要在认清这一本质后依然热爱生活，在不堪一击面前，坚不可摧。

伊能静
潇洒姐
杨争光
AKASODE
尤洋
联袂
推荐

The Real World

这才是
姑娘，
真实的世界

姑娘， 这才是 真实的世界



黄兰
著

天津出版传媒集团

天津人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

姑娘, 这才是真实的世界 / 黄兰著. —天津: 天津人民出版社, 2015. 8

ISBN 978-7-201-09437-3

I. ①姑… II. ①黄… III. ①女性—人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 154461 号

天津人民出版社出版

出版人: 黄 沛

(天津市西康路35号 邮政编码: 300051)

邮购部电话: (022) 23332469

网址: <http://www.tjrmcbs.com>

电子信箱: tjrmcbs@126.com

北京凯达印务有限公司印刷 新华书店经销

2015年8月第1版 2015年8月第1次印刷

900×1270毫米 32开本 7.75印张

字数: 140千字

定价: 36.00元

在这个时代， 我们注定伟大

Akasode (姐博人气博主)

漂亮的女生不写字，写字的女生不漂亮。这是偏见。

偏见不一定是坏事，我们需要一种简单粗暴的方法来应对这个纷繁复杂、变化多端的世界。

北京的地图每个月都要修改，转角那家店铺昨天还是大家爱吃的面店，一个不留神变成了卖手机卡的。很多人的精神故乡已经不存在，上一代的价值观刚建立还没站稳，已经被野蛮生长的下一代毁于一旦。

我们必须找到一种简单粗暴的方法，让不断袭来的新信息在我们的旧大脑里迅速归类，就像安放进一个木制抽屉。放得进去，世界就是整洁的，放不进去随它堆着，就乱得让人不安。

对于简单粗暴，与其指责批评，不如报之以慈悲、宽容。你去跟任何一个人聊聊，都能发现其简单粗暴是事出有因。但报以宽容并不是提倡，连放任也不应该。

每个人都不同，如果你没有那么多能量去了解他们，那么至少有三两个人，对你来说不该是一张二维的纸片，或者二维码。他是立体的，多角度都可以切入，有血有肉有温度。

这样看来，漂亮的女生也可以写字，写字的女生也可以漂亮。这根本不是什么对立的两个因素，就像富贵人家的孩子不都是骄纵的，穷人家的孩子也不都在平凡却温情脉脉的环境里长大一样。

简单粗暴、刻板单一的衡量标准，只是拿来保护自己别在巨大的信息面前焦虑掉，它值得同情，但如果可以，没有人愿意接受同情，而不是尊重。

向你推荐一个立体的女生：漂亮的、写字的女生，她叫黄兰。她用一种立体的、有温度的态度，用心体察、描绘了一些女生的故事，不一定围绕爱情，但是围绕美好而展开。同时，她本人何尝不值得你去体察、描绘？

在这个千变万化的时代，怎样做一名女性？或者说，生而为女性的我们，怎样做人？又或者说，女性怎样成为自己？这是个很大很深的问题。我们这一代人不足以回答清楚，但我们走在探索、确认的路上，为了几年或者几十年以后的姑娘们在初长成的时候不再犹豫、迷茫。我们注定伟大，但也充满牺牲意味。

其实更重要的是，我们很可能是最精彩的一代，也是最恣意的一代。这一切都要感谢时代。

从大时代回到黄兰个体上来，漂亮的姑娘像是受到了某种上天的恩赐，她们会受到一些特别的优待，也会受到一些相应的苛责。但其实，靠天赏饭只够应付虚荣，真正的成就感来自努力，这对漂亮的姑娘和不太漂亮的姑娘都是一样的，只是漂亮姑娘可能得在成长的过程里绕过虚荣这一关才能到达，幸与不幸各在其中。

我看到黄兰的努力，甚至是疯狂的努力，用一句流行语：她也是蛮拼的。拼命地拼。她做的不是文字工作，却在文字上笔耕不辍。与文字无关的工作结出丰硕果实的时候，她的文字也集结成书将要出版，让人赞叹。

推荐给你，值得你阅读，你值得阅读。

浮华时代里一种难得的诗意

文/杨争光(编剧,作家《激情燃烧的岁月》总策划)

黄兰所写的,都是黄兰相信的。这有什么特别吗?没有。

但我要说的是,在一个感情商品化、知识货币化、才情有价码、知性是标签的时代,学者的滔滔学问、教授的循循教化、作家的皇皇巨著,说出来写出来印出来,自己相信的有几多?

和这样的学者、教授、作家的写作相比,黄兰的写作就显出了她的特别。

黄兰的写作是非功利的,不为饭碗,不为浮名。这也并不特别。但我要说的是,在以互联网为写作平台的时代,非功利性写作

是五花八门，泥沙俱下的。心理垃圾，语言泄愤，插科打诨，文字游戏，都可以是非功利性写作。黄兰不在上述之列。她知道什么是真正的分享。送人玫瑰，手留余香，做人作文，并不分裂。

黄兰的记事写人，都是身边的亲见亲历亲闻。这也说不上特别。但我要说的是，在一个非虚构文字俯首即拾、睁眼即是写作时代，非虚构的世与事，史与实，已缭乱到真假莫辨，纷繁至枝蔓不分。而黄兰是清晰的，甚至是细致的，不摆作家状，不显优越感，就如这本书中对二十六位女性的书写，是姊妹，是朋友，有真切的感动，有内蕴的悲悯，更有平和的沟通。有心的文字和有心的阅读者相遇，阅者知味，读者会心，对黄兰来说就已经足够。

黄兰是职场上的成功者，写作是“副业”。但黄兰并不因为写作是“副业”而待之以轻率。

黄兰有言：小时候一直有个作家梦。为梦想付出，为梦想努力，黄兰是认真的。更因为有正业，不为生存所累，黄兰的写作有着自在的从容和优雅。

黄兰还有言：努力，不一定立刻会有好的结果，但一定是朝着好的方向。正业副业，黄兰都秉持同样的态度和信念。正因为

有这样的态度和信念，让阅读她的朋友，读出一种浮华时代里难有的诗意。

因为以上所说，在黄兰出版她的第一部著作之时，我愿送上我的祝福。

是为序。



希望你看到更广阔的世界，
而不是待在自己小小的世界里，拒绝长大。

目录

PART 1

姑娘，你不努力， 还能指望什么	001
--------------------	-----

上帝说他不能把世界让给懒汉	003
---------------	-----

没有伞的孩子，只能努力奔跑	008
---------------	-----

我愿意在输得起的年纪任性一回	012
----------------	-----

不逼自己一把，永远不知自己有多优秀	018
-------------------	-----

青春，是一个人的沧桑	022
------------	-----

放弃诱惑并不意味着放弃追求	026
---------------	-----

能抵得过多少诋毁，就能获得多少赞美	031
-------------------	-----

这世上不存在
真正的感同身受

037

不做蔓藤，只做一颗行走的树 039

爱有维度，没有限度 044

人生长得足够你遇见最好 050

我们唯一可以经营的，只有自己 056

你来得及等到足够好的人 062

一切的遭遇不过是让你变得更好 066

不知付出，只有后悔 077

等着别人来爱你， 不如自己努力爱自己	081
-----------------------	-----

灵魂在左，理智在右	083
让自己成为自己的偶像	088
世界再大，与你无关	092
对自己说声顺其自然	096
承受使我们强大，释怀使我们无敌	104
谢谢你离开我	108
那些年，爱情教会了我们成长	117

做自己生命中的主角，
而不是别人生命中的看客 125

真想走的人不会彷徨，真想留的人不会神伤 127

趁年轻，过不将就的生活 133

世界有空搭理我吗 139

平凡简单，安于平凡不简单 145

爱是一场神秘的遇见 149

我喜欢的永远是勇者 153

眼界一开阔，很多东西都会变小 158

就让我跟
这个世界不一样

165

人要有自己给予自己的能力 167

愿赌服输，愿赌也会赢的 172

我们能做的，就是向前一步 179

成功的反义词不是失败 185

你最终会获得属于你的温暖 190

你可以沉默，但心中要有一片海 198

爱自己，不必假于外物 200

带着你的微笑和武器， 面对人生的不期而遇	205
-------------------------	-----

你还年轻，为何不去尝试呢	207
做一个内心强大的女人	209
女人该如何选择男人	213
不要让自己输得太聪明	216
恋爱真的会影响事业吗	219
想跟蝴蝶交友，就得忍耐毛毛虫的拜访	222
生活是残酷的，但我们却可以选择美好	226