

# 美女都是 狠角色

/ 真正的狠，是心底的从容

/ 李筱懿 作品

/ 我们一起温婉地坚强，含蓄地盛放

长江出版传媒 | 长江文艺出版社

# 美女都是狠角色

真正的狠，是心底的从容

李筱懿 作品

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

美女都是狠角色 / 李筱懿著. — 武汉: 长江文艺出版社,

2015.4

ISBN 978-7-5354-7888-7

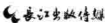
I. ①美… II. ①李… III. ①女性—人生哲学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 029834 号

# 美女都是狠角色

李筱懿 著

选题策划 | 金丽红 黎 波 安波舜  
责任编辑 | 王赛男 装帧设计 | 郭 璐  
内文制作 | 张景莹 责任印制 | 张志杰  
媒体运营 | 银 铃 刘 冲 龚 真

出版 |  长江文艺出版社

电话 | 027-87679310

传真 | 027-87679300

地址 | 湖北省武汉市雄楚大街 268 号湖北出版文化城 B 座 9-11 楼 邮编 | 430070

发行 | 北京长江新世纪文化传媒有限公司

电话 | 010-58678881

传真 | 010-58677346

地址 | 北京市朝阳区曙光西里甲 6 号时间国际大厦 A 座 1905 室 邮编 | 100028

印刷 | 北京正合鼎业印刷技术有限公司

开本 | 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印张 | 8.25

版次 | 2015 年 04 月第 1 版

印次 | 2015 年 04 月第 1 次印刷

字数 | 200 千字

定价 | 39.00 元

版权所有, 盗版必究 (举报电话: 010-58678881)

(图书如出现印装质量问题, 请与本社北京图书中心联系调换)

我们承诺保护和负责任地使用自然资源。我们将协同我们的纸张供应商, 逐步停止使用来自原始森林的纸张印刷书籍。这本书是朝这个目标前进迈进的重要一步。这是一本环境友好型纸张印刷的图书。我们希望广大读者都参与到环境保护的行列中来, 认购环境友好型纸张印刷的图书。

# 目录

C O N T E N T S

自序：真正的“狠”角色，是内心笃定的女子 / 001

## Part 1

### 真正的“狠”，是心底的从容

“狠”不是态度里的张扬，言语中的张狂，气势上的咄咄逼人，而是来自内心的坚定与从容。

女人的强大从来不写在脸上。

美女都是狠角色 / 013

我们的奢望要配得上我们的本事 / 018

怎样站上巨人的肩膀 / 023

带着伤口奔跑 / 028

当美貌与才华都只是系数 / 033

安全感从哪里来 / 038

真的打算凑合着过掉这一生？ / 042

不怕失去，才不会失去 / 047

## Part 2

### “狠”出来的智慧

---

真正的“狠”角色不会轻易承诺、夸口、炫耀、自得，更不会咆哮愤怒盛气凌人。

可是，知道自己要去哪儿，全世界都会为你让路。

当坏女人抢了好女人的男人 /055

聪明人都在用笨办法做事 /059

野心不能成就你的，热爱可以 /063

年少得志的红与黑 /068

太听话的姑娘不会太牛掰 /073

那些没有被孩子毁掉的文艺女青年 /078

成熟的姑娘更懂得示弱 /083

Z 罩杯人生 /088

## Part 3

### 婚姻里的真相

---

有爱才有温存，有温存才有幸福，如果不幸没有找到这个人，知道自己在做什么并且能为自己负责任也可以。

人生的有趣之处不在于世界有多少规则，而在于我们有多少选择。

结婚还是单身，真实的得到与失去 /095

女人的孤独 /101

男人的孤独 /105

多少夫妻耗尽一生做彼此的差评师 /109

爱情与婚姻的游戏规则 /113

不娱乐，不成婚 /118

婚姻里，你升值了吗？ /123

婚姻不是股票，是保险 /127

女人最怂的时候 /132

好婚姻的标准是什么 /137

## Part 4

### 幸福和什么有关

---

每个人在完成自我启蒙之前，生命中都会有一些必然的疑问，经历过生活的翻滚，然后达到豁然开朗的顿悟。

最终，进退自如，丰俭随意。

悲喜不再被男人左右，是女人的另一种气象 /145

谢霆锋与贝克汉姆真正的区别 /149

暖男，就是那个温度比你略高的男人 /154

为什么男高管大多有个丑老婆 /158

他最珍贵的礼物 /162

值得向男人学习的事 /167

值得向女人学习的事 /172

## Part 5

### 这些真实的美好

---

每个姑娘都像一幅画，一点一点呈现自己不同阶段的层次和美丽。

当生活如画卷般慢慢推展开，她们像花朵一样绽放，散发着温暖和芬芳，给予自己和别人爱及希望。

优质普通人 /181

爱是一件包装精美的礼物 /185

原来爱情有不同的模样 /189

婚姻里还有没有爱情 /194

敢不敢结一次以爱情为目的的婚 /199

最坏的时光最好的人 /204

## Part 6

### 她们的故事

---

“自己”才是决定命运走向的根本，做好“自己”这个角色，绝大多数问题都迎刃而解。

此时，不是不会遇到沟坎，而是知道该怎么跨过去。

那个渡我们的人 /213

别人的婚姻里，没有你的幸福 /219

芭比脸和金刚心 /226

你不是炮灰，你是炮弹 /233

没有人会记住别人的疼痛 /241

最终成全我们的，是爱不是恨 /247

自序

## 真正的“狠”角色，是内心笃定的女子

女人的强大与强势不是一回事

我的编辑赛男问：筱懿，为什么给咱们的书起了这么剽悍的名字？你上一本书《灵魂有香气的女子》多温婉啊。

我说：亲爱的赛男，和亲爱的读者，这本书里的“狠”可不是凶狠的“狠”，而是真正内心强大的女子。

不知从什么时候开始，“强大”成为女人的必选项。

《女不强大天不容》《做内心强大的女人》《世界如此险恶，女人更要强大》……打开当当网搜索“女人强大”的关键词，会出来一长串图书目录。

也对呀。

女人不强大怎么面对瞬息万变的碎片化时代？女人不强大怎么在职场上不让须眉地横刀立马？女人不强大怎么能在失恋失婚的时候依旧挺直腰杆说“我很好，你也保重”？女人不强大怎么可以做

到既维护外表的美丽又保持内心的丰盈？

生活对于女人的要求越来越多元化，不生出强大的三头六臂还真的 Hold 不住。

于是，在你或者我的周围，出现了越来越多貌似“强大”的女人。

她们踩着高跟鞋在办公室里一阵风似的来去，用与男人同样高的声调和语气讨论工作中的某个细节；她们换得了车胎修得了电表；她们和男人实际上在 AA 制分担家用，花出去的每一分钱都是自己辛苦挣的；她们即便在职场上累得筋疲力尽，回到家，踢掉高跟鞋，也会立刻变身无死角辣妈；她们的语气越来越生硬、毋庸置疑和不可商量，在她们明白谁也靠不住的时候，在她们必须自己做决定的时候。

可是，我分明听到了她们内心失落的声音，如果能够选择，谁都没有那么坚强，没有多少人愿意做个男性化的强势女人。

在机会和选择都越来越多的时代，传统婚姻对于女人的要求越来越高，能够提供的保护却越来越少，太多女人在做自己、做别人的老婆或者孩子的妈妈之间摇摆动荡，平衡得很辛苦，于是，她们用表面的“狠”，来掩藏内心的虚弱和疑惑，脆弱而纠结的女汉子越来越多。

什么是一个女人真正的强大？

至少，强大与强势不是一回事。

强大是内心的笃定坚韧，而强势，不过是外表的虚张声势，还带着色厉内荏的不自信。就像“狠”角色，“狠”不是凶狠，而是“有

型”，内心拿得起放得下立得住，总是自信地走在自己的道路上，不再软趴趴任生活揉捏，面对前路犹疑得不知如何选择。

真正强大的女人拼职场能够独当一面，事业越做越大，心胸越来越宽。而看过了世界之大，自己那点小情小爱小悲小喜在浩瀚的时空中实在算不上什么，于是更加豁达。

真正强大的女人做主妇也能打开自己的小天地，围绕自己和家人建立崭新的生活圈，让父母、丈夫、孩子像乐意围绕太阳运转的行星一样，兴致勃勃地围着家庭的核心，少了她，家里就没有主心骨。

真正强大的女人，不管在哪儿，不管在何种人生状态，都能活出自己的一片天空，还能发光发热兼顾他人。

所以，亲爱的你，在开篇我想对你说的是，这本书里的“狠”角色，不是外表强势内心软弱的家伙，真正的“狠”角色，是内心笃定的女子，她们百炼钢成绕指柔地化解着生活的难题。

她们是你、我、她，是我们身边每一个平凡的、努力着的、从容的好姑娘。

女性的世界并不只围着男人转

如果说我的上一本书《灵魂有香气的女子》，是从 32 位民国女性的命运中读出自身的故事，那么这本《美女都是狠角色》就是从身边女子的经历里照见自己的影子。

有了孩子后，我更加理解女性在处理家庭、职场、情感、自我、兴趣之间的矛盾和压力，希望能够建立一个平台，分享积极的内容和主张，舒缓内心的负荷，成为“闺蜜”般的场所，让更多女性在这儿获得心灵的力量。

另外，我在传统媒体工作 11 年，是个文字控，文字是我血液里的基因和丢不开的执念。于是，2014 年 7 月 14 日，我开设了“灵魂有香气的女子”公众号，不到 6 个月，已经有 100000 名朋友般的订阅用户在这个女性主义原创空间里互动交流。

从平台的留言里，我读到了更多她们的精彩：

“懂得与自己相伴的人，内心安宁充实，举止不浮不躁，那是一种精神上的丰满。关注这个公众号的时间并不长，但自从关注后，喜欢里面的每一篇文章，甚至因为这些文字，重新感觉世事的美好，感觉时光于我的不亏不欠。”

“婚姻是一场经营。不善的婚姻有害，如剜疾，要不怕独行；有基础的婚姻要挽救，懂珍惜。”

“我是一位单亲妈妈，独自一人在悉尼抚养孩子，打两份工。我现在的的生活忙碌，充实，开心，充满对未来的憧憬以及对自己的肯定。我很赞同那句话：‘有快乐的妈妈，才会有快乐的孩子’，我儿子性格非常开朗，完全看不出是单亲家庭长大的。我努力，我自豪。”

“我是 90 后，离家在大城市打拼。哦，别担心，我不是来诉苦

和抱怨的，年轻人最大的资本就是该辛苦，一如你们的坚持，谨以此留言作为我们陌生人之间每天交流的一份感谢，我热爱的原创作者们。”

每天，我都被这样积极的留言鼓舞，我也总是固执地发送那些能够激励人心的文字，它们绝不局限于男女情感，而是关于女性生活的方方面面：职场、爱情、亲情、亲子、旅行、音乐、电影、心理咨询等。

我知道情感话题有多热门，但是我更清楚，如果仅仅想看与男人有关的情感话题，很多人都不用关注“灵魂有香气的女子”这个号，大量公众号在教女人怎样取悦男人、斗小三和穿衣打扮，可是，这远远不是我们生活的全部。

女性的世界绝对不是只有情感问题、烦人的婆婆、不省心的男人、搞不定的小孩、迷茫的职场和娱乐八卦，我们的眼界和心灵，都要比这些丰富得多，我们知道世界的广阔，于是，不会把自己的困扰和憋闷太当回事儿，我们中的很多人，都在愉悦大气地过日子。

生活是太大的多项选择，家庭、事业、友谊、健康、爱好，都不是唯一的答案。

女性的世界并不只围着男人转。

让我高兴的是，越来越多的姑娘和我们观点一致，我们一起擦亮眼睛去发现生活里的正能量。即便日子时常甩出几个巴掌，出几道把人问住的难题，让人误以为悲伤与放弃很容易，可是，我们依旧相信，不幸与幸福一样，都是比较出来的，石缝中的小草见到太阳是重生，温室里的花朵看到太阳是枯萎，两种心态，两个际遇，

两番结局。

有多颠沛流离的青春，就有多岁月静好的中年，女人的笃定和从容，是千帆过尽后的豁然开朗。

谁说生活就该是一颗糖呢？手艺好的姑娘，即便在苦里都能调出点甜味。

而我们，就是这样的姑娘。

## 在抄袭泛滥的微信时代坚持原创

在抄袭泛滥的微信时代坚持原创有多辛苦，只有做过才知道。

2014年9月18日，我发布了一篇维权声明《我是作者李筱懿，微信时代的尊重叫署名》，内容如下：

亲爱的读者，你好，我是李筱懿。

这个名字对于你可能是陌生的，对于“灵魂有香气的女子”公众号的读者，却相当熟悉——每天晚上，我们在公众号里分享我的原创文章，朋友般讨论情感、婚姻、职场、音乐、电影、旅行这些女性话题，我想，我亲笔写的文字，才是最吸引你们的所在。

即便对我不熟悉，你或许看过这些文章：《婚姻中最狼狈的时候——写给所有中国妈妈》《多少夫妻，在耗尽一生地做彼此的差评师》《坏婚姻是所好学校》《爱是欣赏，也是改造》……

我不知道它们究竟以什么标题出现，但共同点是：它们都来自我的公众号“灵魂有香气的女子”，以及获得2014当当年中新书榜第

一名的同名畅销书，我是它们的作者，而文章不仅没有署名，甚至，被篡改成了其他人的名字。

我这个原作者，倒像个抄袭者。

网络侵权在中国是普遍现象，可是，当我公众号里80%的留言都变成了截图：这篇文章是你写的吗？我的朋友不停发来疑问：你的文章被盗用了吗？

我才意识到事态严重超过想象，搜索相关资料，虽然已有心理准备，结果依旧令我震惊：

截至9月17日17:05分，不完全统计，大约有59404个公众号转载了《婚姻中最狼狈的时候——写给所有中国妈妈》《多少夫妻，在耗尽一生地做彼此的差评师》，我们查看了前100个搜索结果，只有8个署名并注明出处，其余，都隐匿或者篡改了作者，而且，这些文章大约三成被用于企业公众号宣传。

只是这几篇文章，便给微信带来了超过5000万次点击——你会奇怪这个数字怎样计算——我们粗略关注了侵权微信，仅仅几个大号的单篇阅读显示就是100000+。

而我的公众号“灵魂有香气的女子”创立于2014年7月14日，两个月的时间，原创文章吸引了21164位订阅用户，《婚姻里，你孤独吗》《婚姻里，你为我点赞了吗》在我个人公众号里的点击已经超过百万，那些创建更早的大号，姑且计算为500000次，已经数量惊人了。

所有写稿佬都明白原创的辛苦。

几乎每一天，我早晨4：45起床写两个半小时，然后，去报社上班、陪伴家人、安排孩子的周末活动，我的业余时间几乎都给了写字，这些字就像我的孩子，现在，我的孩子被人偷走，还改了名字，这是任何妈妈都不能接受的心痛。

我极度愤怒，却无处诉说。

规则和自律让我们有尊严充满安全感地生活在这个世界，即便身处微信时代，这依旧是起码的教养和常识。

署名，对于我，是名誉和尊重；对于转载的人，不过举手之劳。

这篇文章被很多素不相识的朋友转发，引起了一场关于尊重原创的讨论。得到这么多陌生朋友的支持，我很感动，也有不少出版社主动提出，要把这些文章集结起来以正版权。

坦率地说，我对于选择出版社非常慎重，数次沟通之后最终与长江文艺出版社达成共识，这里不仅有我敬仰的出版界泰斗“金黎组合”金丽红老师和黎波老师，还有认真严谨的编辑赛男和小洁，与我同为安徽人的六六姐的作品也交由长江文艺出版社负责出版。

我是个认真的人，我喜欢同样仔细缜密的合作伙伴。

我们一起讨论选题，商讨篇章结构，研究怎样建立内在的逻辑关系更完善地表达主题。我们大到封面设计风格，小到一句话一个字，都用心打磨，反复推敲，就是希望你能够感受到我们的诚意。

写书犹如生活。

一本书从构思到动笔，从一个个字到一篇篇文章，从片段式的字句到篇章化的书籍，是个漫长而需要等待的过程，也是满怀

期待的心情，一边努力写作，一边期待上天赐予自己一个美好结果的忐忑过程。日后看来，这本书中一定有很多不尽如人意的地方，但是现在，谢谢你喜欢并且支持这本书，谢谢你认可并且赞同我们的观点。

在未来的日子里，愿我们成为共同成长的伙伴。

你的朋友：筱懿

2015年2月9日

