

做一个 通透的女子

理解复杂，选择简单

朵娘 著

愿你知世故而不世故，经世事而心有所定。
有底气拒绝，有能力独立，有本事选择。

天津出版传媒集团

 天津人民出版社

做一个通透的女子

：理解复杂，选择简单

朵娘

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

做一个通透的女子:理解复杂,选择简单/朵娘著

—天津:天津人民出版社,2017.10

ISBN 978-7-201-12329-5

I. ①做… II. ①朵… III. ①女性-人生哲学-通俗读物

IV. ① B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第208943号

做一个通透的女子:理解复杂,选择简单

ZUO YIGE TONGTOU DE NVZI: LIJIE FUZA,
XUANZE JIANDAN

出 版 天津人民出版社
出 版 人 黄 沛
地 址 天津市和平区西康路35号康岳大厦
邮 政 编 码 300051
邮 购 电 话 (022) 23332469
网 址 <http://www.tjrmcbs.com>
电 子 邮 箱 tjrmcbs@126.com

责任编辑 王昊静
策划编辑 韩成建
装帧设计 仙境书品

制版印刷 北京富泰印刷有限责任公司
经 销 新华书店
开 本 880×1230毫米 1/32
印 张 10
字 数 150千字
版次印次 2017年10月第1版 2017年10月第1次印刷
定 价 36.80元

版权所有 侵权必究

图书如出现印装质量问题,请致电联系调换(022-23332469)

第 一 章

你要世俗地活着， 才有不俗的未来

- 002 三十几岁还一事无成的你，要认怂吗
- 010 真正厉害的女人，必是刚柔并济
- 017 人生最痛苦的不是失败，而是我本可以
- 025 十年后的你，一定比现在更优秀
- 031 真正的女神，都会对自己下狠手
- 037 岁月不会辜负每一个平静努力的人
- 044 奔走四方的姑娘，大都活成了女神的模样

第二章

你从来不缺经历，
缺的是应付这个世界的手段

054 姑娘，请善待我的青春

061 在最艰难的岁月里，将人生变得美好

069 挫折经历得太少，才觉得鸡毛蒜皮都是烦恼

075 我们生来平凡，却染上了不将就的病

081 你可以不漂亮，但一定要有教养

088 愿你的坚持不要沦为偏执

093 在寂寞的时光里，逼着自己去成长

第三章

人生没有白走的路，

每一步都算数

- 102 其实这世界一直在温柔地对待你
- 106 年轻的我们，为什么会焦虑
- 111 修炼好自己，才是对人脉最有效的经营
- 117 为什么你看不起的姑娘能挣到钱？
- 125 你的奋斗姿势，正在拖垮你
- 132 真正成熟的人，懂得掩藏自己锋芒
- 137 二十几岁，如何让贵人愿意帮你

第四章

只想和你

过好这一生

- 146 在你面前，我有种欢天喜地的窝囊
- 153 最好的爱情不是依附，是各自独立坚强
- 165 结婚不可怕，嫁给“巨婴”男才恐怖
- 170 婚姻没有同声传译，该说的还得说出来
- 177 女人都想离婚了，男人却还想生二胎
- 184 结婚后遇见了更喜欢的人该怎么办？
- 190 爱情，原来是含笑饮毒酒
- 196 爱一个人，就是爱一种生活方式
- 204 无爱的婚姻，即使白头偕老，终是 $1+1 < 2$

第五章

愿你见过生活凌厉， 依然内心向暖

- 212 通透的姑娘，早已熬过迷茫期
- 219 事业有成的年轻人，多少都有点“六亲不认”
- 227 要过有力量的人生，哪怕只是在租来的房子里
- 235 你有多独立，就有多自由
- 241 我们总把希望寄托在明天，而让今天活在苟且里
- 247 岁月长长，愿你我内心从容
- 255 回过头来，安心做自己

第六章

留住所有时间

变美好

- 262 做一个温柔而凶狠的姑娘
- 269 真正的美人，有勇气去过想要的生活
- 276 姑娘，千万不能让男人养你
- 284 你若安好，便是晴天
- 290 你永远不知道，有些人活得多不容易
- 296 好姑娘就是要活出自己的样子
- 304 真正聪慧的女子，懂得自己想要什么样的生活

你要世俗地活着，
才有不俗的未来

第一章

三十几岁还一事无成的你，要认怂吗

“活到50岁，我只剩下勇气。”

这句话是电影监制李烈说的，它就像是红桂飘散在空中的香气，让人忆起遥远的人和事。

01

大学时，我曾经做过家教，这期间教过不少孩子。其中，有一个特别调皮的男孩，我们认识只有几天，他就开口问我：“姐姐，你看我是不是很帅？你喜欢我吗？”

男孩的妈妈说：“这孩子特别淘气，已经换了好几个家教了，我又实在太忙，还得辛苦您多点儿耐心帮我教导他，孩子没坏心，就是皮了点，老师你多担待。”

男孩的个子比我还高一些，因为他的皮肤很白，于是我就叫他小白。小白的妈妈独自抚养小白，又在学校周边开了两家火锅店，所以特别忙。

每天，小白妈妈不到凌晨四点就出门了，中间会抽空回来送小白上学，忙到深夜才能回家。用小白的话来说：“我妈妈根本就没空陪我，她总是在忙着挣钱。”

每次见到小白，他身上穿的都是名牌，读的是最好的学校，上的业余培训班也是顶尖的。

我开导他：“你看，你妈妈一个人抚养你，送你上学，也非常不容易啊，你得多体谅她。”

小白说：“我体谅她啊，我不希望她挣那么多钱，不希望她那么辛苦，挣钱的事以后交给我就好了。所以，我赶走了一个又一个家教，但妈妈总有办法找到下一个，我也是醉了。”

我把小白的话转述给了小白妈妈，她听后眼睛通红，但没有流泪。看得出，这是一位非常坚强能干而且自律性非常强的女人。

小白妈妈说：“年轻时，我非常任性放纵，不听父母的话，在没有结婚的情况下就生下了小白。但生下小白后，小白的爸爸却消失了。”

我当时想，老娘就是掘地三尺也要把那个负心汉给揪出来，让他对我们负责。

那段时间我过得非常惨，差不多有六年，我没有工作，花着父母的钱，在一座又一座城市里穿梭。

但找呀找，一直到小白六岁，我三十岁，我都没有找到那个负心汉，他就像从人间蒸发了一样。三十岁，我的人生如幽暗森林，惨淡无光，没钱、没存款、没技术，还拖着一个孩子和渐渐老去的父母。”

小白妈妈停顿了一段时间，似乎是在回忆过往，又似乎是在酝酿未来。

“我当时想，我不能在怨恨里过一辈子，也不能带着小白回去啃老。所以，我就骗父母说，已经找到小白的爸爸了，我们要过去团圆。然后，一咬牙，我带着小白来到了这座城市。

当时，我身上只有两千块钱，安排好住宿后，根本就没办法解决小白的读书问题。我只能拼命找工作，最忙的时候，我有四份工作，白天一份，晚上去酒店帮忙洗盘子，还有几份钟点工。

那段时间，小白跟着我吃了些苦，我非常内疚，下定决心，一定要赶紧挣钱，让小白和父母享福。所以，等我一凑够小白的学费，就先把他送去了附近的一个学校，然后就开始争分夺秒地工作。

没日没夜工作的日子差不多持续了三年。后来，我和别人合伙开了家饭馆，挣了点钱，但没过多久又闹起了纠纷。于是我就干脆自己出来开店，经过几年的努力，现在终于干出了点眉目。”

说到这，她脸上不自觉地漾起笑意：“我一刻都不敢放松，我要把之前浪费的时光找回来，孩子的事情，能自己来的我尽量自己来，其他统统外包。可是再怎么争分夺秒，还是追不上孩子长大和父母衰老的速度。”

02

想起史铁生的一句话：“三十岁时，我的第一篇小说发表了，母亲却已不在人世。过了几年，我的另一篇小说又侥幸获奖，母亲已经走了整整七年。”

有时候，我们成功的速度赶不上亲人老去的速度，也追不上我们长大嫁娶的速度。但我们要服软认怂吗？

我的好朋友小羽，即将奔三，但依然还单着，她父母拼命打电话催她回去相亲嫁人，并恐吓她说，要来把她绑回去。

小羽有着自己的计划，她说，这几年自己也存了点钱，已经攒够上北京某古筝学院的学费，是时候去追梦了。

她是个行动派，一个月后辞职奔赴了北京。

此前，她是一边工作一边自学古筝。但她认为，古筝这门乐器需要接受系统化的教学，才能让自己的技艺更加炉火纯青。

小羽的父母对此非常生气，但事已至此，也只能由她去了。

小羽在北京学习了两年，就拿到了古筝方面的所有证书。她说：“这两年，我每天都勤修苦练，只差没有头悬梁锥刺骨了。因为是兴趣爱好，往往练过头而不自知。”

她在学古筝的过程中，揣摩过多家培训机构的经营模式和营销方法，而且她也在一些培训机构打过短工，所以她学成归乡后，开了个古筝工作室。短短半年，她的工作室就红火了起来。

这时候，她父母后悔了：“早知道你这丫头这么倔，我们就早点支持你好了，又不缺那点钱。本以为不给你学费，你就会认怂，放弃这些不靠谱的追求，早些嫁人。没想到你竟然边工作边学琴，依然不改初心。如果我们早点支持你，说不定你早就在实现梦想后嫁人了。唉……”

小羽打趣道：“你们这是说我追梦的速度赶不上嫁人的速度吗？嫁人着什么急，分分钟的事儿。但梦想一等再等，就真成黄粱美梦了。”

03

很多女性，包括我自己，当懒癌犯的时候，我们会以婚姻、孩子为借口，躲进温室里，将人生的无限可能拒之门外。然后日复一日，直到将自己的梦想耗尽。

虽然我们也不甘心，不满意，想踮起脚尖去看世界，却一直没有勇气。想改变，又不知道该从何做起，总觉得力不从心。

周国平写过一句话：“群体性的懒惰是阻碍个性发展的最大阻力。”

躲在婚姻里、家庭里，若你的爱人也不是一个进取的人，或者说他是一个随遇而安的人，那这就成了抱团偷懒。这个家庭的小宇宙，看似是“岁月静好”，但如果将其搁置到社会的大风浪里，它是承载不起这样的“岁月静好”的。

不要一遇到挫折就觉得自己没天赋，没希望，更不要妄自菲薄。

首先，我们要让自己从舒适区里走出来，这需要高度自律。

比如说，冬日里的早起，当闹钟响起的时候，我们会习惯性地关掉它继续睡，因为被子里面真的很温暖，而被子里外却寒气逼人。人会条件反射地贪图这个舒适区，继续赖床，往往睡到日上三竿。但自律性强的人，早已起床读了半本书，写了一篇文章……

自律的人，都有铁一样的意志，军人般的自我约束，或多或少保持着清教徒式的生活方式。

苹果公司CEO蒂姆·库克，从凌晨四点半开始发邮件，然后去健身房锻炼身体；马克·扎克伯格每天跑步一英里，除此之外，他每个月还要读两本书，坚持学中文。严歌苓30年来坚持每天坐在书桌前写作六七个小时，从早上9点到下午4点。在开始创作的

时候，经常很多天都不睡觉。

.....

第二，过滤掉生活中的一地鸡毛所带来的负面情绪。

我的实践经验是：与其长久地沉浸在负面情绪里，不如及时消化它。比如，被孩子搞得焦头烂额时、被拒稿时，我会转移自己的注意力，让自己认识到，这是通往理想的必经之路，然后用开放的心态去释放它。

我尽量不让自己把时间浪费在负面情绪里，减少纠结犹豫的时间，及时以清零的心态开始另一波奋斗。

我比较赞同日本的一个生了五个孩子的女医生的说法：每个走入婚姻的女人，身份都是多重的，既是妈妈，媳妇，老婆，又是员工。与其总是在身份中间做选择，或者总是放弃自己的理想，总是负能量满腔，倒不如做多项选择，同时开工，然后包容自己的不完美。

虽然有人说，你什么都要抓，什么都不精，说不定最后都是一场空。其实也不完全对。在一开始，我们不需要将事情做得非常完美，如果能全面，即使不完美，也是可以的。时间久了，一样也会精进。

第三，行动，行动，马上行动，用目标和执行计划拆解自己的理想。