

做一个
有境界的
女子

不自轻，不自弃

晚情 著

无论生活给我们什么样的考验
不自轻，不自弃，我命由我不由天

 青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

做一个
有境界的
女子

不自轻·不自弃
张霞著

 青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

做一个有境界的女子：不自轻，不自弃 / 晚情著 .

— 青岛：青岛出版社，2018.4

ISBN 978-7-5552-6872-7

I. ①做… II. ①晚… III. ①散文集—中国—当代

IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第058833号

书 名 做一个有境界的女子：不自轻，不自弃

著 者 晚 情

出版发行 青岛出版社

社 址 青岛市海尔路182号(266061)

本社网址 <http://www.qdpub.com>

邮购电话 010-85787680-8015 13335059110

0532-85814750(传真) 0532-68068026

责任编辑 郭林祥

选题策划 李文峰 崔悦

特约编辑 崔悦

版式设计 李红艳

印 刷 三河市航远印刷有限公司

出版日期 2018年4月第1版 2018年4月第1次印刷

开 本 32开(880mm×1230mm)

印 张 9

字 数 150千

书 号 ISBN 978-7-5552-6872-7

定 价 38.00元

编校印装质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068638

建议陈列类别：畅销·文学

CONTENTS

目录

做一个有境界的女子
不自轻，不自弃

不要把希望寄托在男人的良心发现上

001

「结婚就能白头偕老」的年代已经结束了

007

这世上，没有十全十美的老公

011

「第一次」到底有多重要？

018

聪明的女人，绝不守婚

019

千万别去迎合低层次圈子

023

越为你付出的男人，越不会离开你

028

婆婆没有帮我带孩子，我凭什么孝顺她？

034

成年后，没有人能够左右你的生活

038

99%的困境，其实是你自己造成的

041

你把她们当亲人，她们把你当银行

047

女人婚后的悲剧，大多和这一点有关

这种性格的人，你绝对不能对她太好

真正的孝顺，只要做到一点

职场中死得很难看的，90%有这两个问题

真正的爱情，从结婚后开始

我什么都会了，还要老公干什么？

男人只愿意为这样的女人付出！

最怕你不够爱他，也不够爱你自己

女人的地位，由这两点决定

感情中，这种做法最恶心的

高层次女人和低层次女人的区别



CONTENTS

目录


做一个有境界的女子
不自轻，不自弃



CONTENTS

目录

做一个有境界的女子
不自轻，不自弃

- 
- 从怀孕到生娃，女人必须明白一件事 142
- 没有一种好生活，是从天而降的 148
- 为什么过来人都告诉你，不要嫁给这种男人 154
- 老实人到底能不能嫁？ 161
- 永远不要与人性为敌 167
- 婚姻中，什么才是真正的爱？ 175
- 三观正的女人，到底是什么样的？ 182
- 为难女人的，往往是另一个女人 188
- 上等社会人捧人，下等社会人踩人 194
- 婚外情中，最可怕的是这一点 200
- 这样的姑娘，永远是自己的女王 216

CONTENTS

目录

做一个有境界的女子
不自轻，不自弃

男人这么差，凭什么还要女人提高自我？ 212

这才是很多女人多年后被抛弃的真相 220

这才是男人出轨却不离婚的「真相」 227

夫妻关系中，最重要的一点是什么 233

那个未婚先孕的姑娘，后来嫁给了总裁 239

只想让你付出的人，越早绝交越好 245

嫁给这样的男人，才是真正的福气 251

感情可能会辜负你，但事业不会 257

我命由我不由天 263

后记 270

做一个有境界的女子：不自轻，不自弃

· 001 ·

不要把希望寄托在男人的良心发现上

前段时间认识了一位太太，得知我有一个情感公众号，就让我把名片推送给她。

几天后，她发消息给我：晚情，为什么你的平台叫“倾我们所能去生活”？

我说大概是因为我希望每个女人都能尽自己最大的努力，去过好这一生吧！

她说这几天她看了我的不少文章，发现我的文章挺犀利的，大多是鼓励女人要经济独立、人格独立，要有尊严有底线。为什么不多写写婚姻中的男人应该如何做得更好，比如多

疼爱老婆、迁就老婆这些？

我笑着说，如果写这样的文章真的能让男人变成一个好老公，我保证天天写啊！事实上，我以前也写过不少。

从前，我的文章比较感性，我希望这世上所有的男人都能成为好老公、好爸爸，希望他们能善待自己的女人，不要伤害她们。

直到有一天，一位读者给我留言说：晚情姐，你的文章写得很好，可是到底有多少男人会看到呢？又有多少男人会因此改变呢？我觉得看文章的大多是女人，她们看了之后会觉得暂时被抚慰了，可是回到现实生活中后，日子还是那样的日子。

这番话深深地触动了我，我的平台有百万粉丝，从后台的数据来看，男女比例确实悬殊，女性读者占百分之八十以上，而男性读者只有百分之十几。

所以，正如那位读者所说，看这些文章的大多是女人，尤其是遇到感情问题的女人，她们希望在文章中得到慰藉，也希望这些文章能帮她们解决问题。

可事实呢？愿望是美好的，现实是残酷的，不管有多少文章帮她们诉说了女人的不容易，帮她们呼吁男人要重视她们的付出，她们的状况一点也没有改善，问题依然没有解决。

因为，把解决问题的关键寄托在男人身上，本来就不靠

谱，等待别人良心发现，那是非常被动的行为。你需要的圆满都需要他配合，如果他不配合，你根本毫无办法。

后来，我的文风和主题就都变了，变得犀利，不再写那种感动自己、感动女人的文字，而是以独立和自我完善为主。

因为我发现，一个男人，既然忍心对自己的女人不好，又怎么会因为别人的三言两语就突然醒悟，从此变成好男人呢？当然，我们不排除有这个可能，但这种概率有多小？我想和中彩票差不多吧！

所以，网上那些“请善待你的妻子”“请珍惜你的妻子”等文章，真正在看在转发的大多是不被善待不被珍惜的女人，因为内心有这个需求，所以会有共鸣，但那些不善待妻子的男人，一来不会去看这些文章，二来内心强大，根本不会受这些文章影响。

这么多年来，我们不得不面对一个现实：这世上，成熟感恩的男人不多，劣根性严重的男人却占绝大多数。

当然，这个成因是复杂的，既有他们自己的原因，也有太多女人低自尊低要求的原因，还有社会大环境的原因，最终出现了这个现象。

比如出轨，多少女人因为老公出轨，天天以泪洗面，痛不欲生，难道她们的老公看不到吗？不可能，他们知道自己的行

为会给对方带来多大的痛苦，也知道自己不应该去伤害老婆。

但他们依然不会断了出轨的念头，女人的眼泪、女人的痛苦，根本不足以让他们停止这种伤害行为；女人的付出、女人的隐忍，也无法让他们回头，因为你的痛苦和眼泪，没有他自己的满足来得重要，更因为他们知道，即便他们出轨了，会离婚的女人很少，大多女人会为了面子或孩子而选择隐忍，他们需要付出的代价很小，甚至没有。

很多女人想知道，到底怎样做，男人才会忠于婚姻。答案其实很简单，当他背叛婚姻需要付出沉重的代价时，他才会望而却步。否则，如果背叛婚姻后，事业毫发无损，财富不会缩水，老婆依然在侧，只不过是多了一个能够重燃他的热情的女人，他为什么要苦苦压抑自己？

再比如，很多男人虽然没有出轨，但他们在婚姻中的表现，同样令人发指，对太太恶声恶气，对家务从不染指，对孩子不闻不问，难道他们不知道太太需要他们的温情吗？不，他们知道，但他们更知道这么多年这么对你，你也接受了，他们为何要辛苦转变，做一个十佳老公呢？

很多女人都在求助，如何才能改变老公。我相信不少女人干过这样的事：转发“你老婆为你生孩子，为你洗衣做饭，为你照顾父母，请珍惜她的付出”这样的文章，但我相信，基本

上不会有人成功。

因为，对太太不好的男人，他早就在内心说服了自己，几句话、几篇文章，怎么可能改变他？他只会觉得写这些文章的人很可笑，转发这些文章的人更可笑。

确实，如果他们这么容易受教，这世上就没有渣男了，即有的男人一时被触动良心发现，往往也不长久，过不了几天就会被打回原形，因为内疚这种情绪不会持久。

但他们是不是真的就无法改变呢？不是，有很多姑娘和我说，老公最近真的变了，变得比以前好了，开始懂得尊重她了，也会心疼她了。

这些男人转变的背后，基本建立在这样的基础上：

原先女人一直待在家里，没有收入，仰人鼻息，可是现在拥有了自己的事业，无论是收入还是生活圈子，都和从前大不一样，男人开始看到她的能力，更看到了她的魅力，所以开始重视她。

原先女人一直忍辱负重，只有义务，没有权利，可是现在她不愿意隐忍了，开始重视自己的感受，提高自己，为独立的人格和经济努力，不再害怕离婚。男人感受到了她的变化，更感受到了她的决绝，知道自己再像以前一样，她不会再纵容自己，于是，不得不调整自己的行为。

所以，想改变自己的处境，不要把希望寄托在男人的良心发现上，这个太虚无缥缈，真正的关键在你自己身上，你的资本、底气，才是决定他如何待你的关键，即便你脱胎换骨后，他依然如从前一样过分，你也不是当初只能被迫接受的你了，你进可攻退可守，早就不必活得如此委屈。

“结婚就能白头偕老”的年代已经结束了

早上，朋友S低落地给我打电话，说知道我在国外过年，一直没来打扰，事实上，这个年对她来说无比难过。

我问她怎么了，她说过年前和老公吵架，结果老公离家出走，独自去外面旅游了，前几天他发来消息说这段时间在外面已经想得很清楚了，人生苦短，不想在这样的婚姻里消耗一生，他要去过自己想过的生活，希望和平离婚。

我一愣，过年离家出走？然后，我很俗气地联想到了婚外情。

S似乎猜到了我的想法，说原本他这样做，她的第一反应

就是老公在外面有人了，可是这段时间她追查打听了很久，都没有发现任何女人的踪迹，老公也说他根本没有别的女人，只是不想再过这样的日子而已。

她低落地对我说：“你说我该怎么办？结婚快二十年了，孩子也老大不小了，要说他真有了‘小三’，我也能狠狠心离开，可是我们之间没有‘小三’啊。我试着跟他谈过好几次，他态度非常坚决，你说我到底做错了什么，他要这样对我？”

S不愿意面对现实，但我多少理解她老公的想法。客观地讲，S的老公真的属于一个好男人，赚钱能力不错，赚来的钱，除了留下基本的零花钱，全部交给S管理，上班以外的时间，要么带着孩子出去玩，要么帮家里做家务，除了偶尔喝点小酒，真的没什么其他恶习。平时家里的事都是S做主，他自己想做的事，只要S不同意，他也就放弃了。

S平时虽然也会抱怨老公，但是我知道，她心里对老公还是很满意的。S从来没有想过，这样的老公，会想要离婚。

可是，我心里也清楚，这样一个本分的好男人，没有任何婚外情的外力作用，却提出了离婚，多半是很难扭转局面的，这可能是一个量变积累到质变的结果。在我看来，这一次，S能挽回的希望是不大的。

S说：“他跟我说，这些年过得很压抑，觉得透不过气

来。我有那么差劲吗？跟我妈比，我已经很好了，可是你看，我爸就安安分分地和我妈过了一辈子，也没见他说要离婚什么的。”

我叹了口气说：“你爸和你妈的年代不同啊！”

事实上，我想说的是如果S的父母在现在这个时代的话，不知道离婚多少次了。

S的妈妈在我们这里挺出名的，那是一个连城管都要让她三分的女人，其泼辣和强势程度，是有目共睹的。

S的妈妈曾经开过一家店，卖些日常生活用品，为了更好地展示货品，她妈妈把过道的一大半都占了，城管过来检查时，自然不允许这样摆，但她妈妈以自己的泼辣和蛮横，使得城管都不得不妥协，最后哀求她说：“大妈，我们也有上级领导要交代，要不这样，特殊的那几天，你配合一下我们的工作，把东西收回去好吗？”

S的妈妈拽拽地说：“看你们也挺不容易的，我就做做好事吧！”

这就是S的妈妈，一个令城管都无可奈何的女人，自然，她在家也是说一不二的。据S说，小时候爸爸还是会反抗的，有一次被她妈骂急了，她爸一怒之下把她妈推倒在地上，

她妈起来就把她爸的脸抓花了。

后面的几十年里，她妈妈越来越厉害，她爸爸越来越沉默，到最后，她爸爸基本上处于一言不发的状态，家里大小事情全部是她妈妈做主，稍微有点不顺心，她妈妈就会骂全家，而她爸爸基本就是一尊蜡像一样的存在，毫无生气，沉默寡言。即使这样，他们也白头偕老了。

和妈妈相比，S自然要好很多，起码她不会跟老公动手，也不会每天撒泼打滚，可是不得不承认，S也继承了她妈妈说一不二的强势性格。当然，这一点她只对老公使，对我们这些朋友，还是挺正常的。

所以，S委屈地跟我说：“我妈这样，我爸也没有说过要跟她离婚。我做得比我妈好多了，我真的从来没有想过他会跟我提出离婚。”

我相信S的话，可是婚姻中最大的问题，就是笃定对方绝对不会跟自己离婚，一旦形成这样的想法，就会认为无论自己做得有多差，对方都会跟自己白头偕老。这种自信，对婚姻而言犹如毒瘤。

抱有这种想法的男女，在婚姻里不会想着要做得更好，也不会注重伴侣的感受，更不会想着让自己成长。因为对婚姻的笃定，所以他们放弃了成为更好的自己的可能。