

GOODBYE

[美]艾琳·克莱格 苏珊·斯沃茨 著

刘洋 王璐 李先玉 译

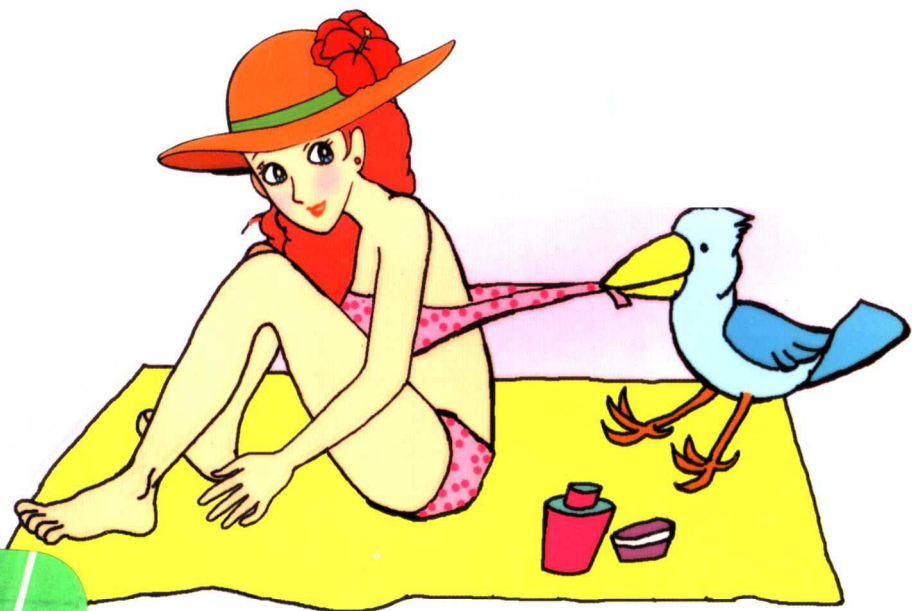
花城出版社

好女孩

坏女孩

什么是好女孩？

我们需要的是找回真实的自我，按自己喜欢的方式生活，而不是别人定义的好女孩模式。



GOODBYE



美]艾琳·克莱格 苏珊·斯沃茨 ◎著

刘洋 王璐 李先玉 ◎译

花城出版社

好女孩

坏女孩



图书在版编目(CIP)数据

好女孩 坏女孩/(美) 克莱格 (Clegg, E.M.), (美) 斯沃茨 (Swartz, S.) 著; 刘洋, 王璐, 李先玉译. —广州: 花城出版社, 2003. 8
ISBN 7-5360-4131-4

I. 好... II. ①克...②斯...③刘...④王...⑤李... III. 青少年教育 IV. G775

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 066676 号

Copyright: ©1998 BY EILEEN M. CLEGG & SUSAN SWARTZ

This edition arranged with NEW HARBINGER PUBLICATIONS, INC.

through Big Apple Tuttle - Mori Agency, Inc.

Simplified Chinese edition copyright: 200X FLOWER CITY PUBLISHING HOUSE. All rights reserved.

书 名 好女孩 坏女孩
作 者 艾琳·克莱格 苏珊·斯沃茨
译 者 刘洋 王璐 李先玉
书名原文 Goodbye Good Girl
原文出版 New harbinger Publications, Inc.
出版发行 花城出版社
印 刷 广东惠阳印刷厂
厂 址 惠州市南坛西路 17 号
开 本 850×1168 毫米 32 开
印 张 7.5 1 插页
版 次 2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷
印 数 8,000 册
书 号 ISBN 7-5360-4131-4/G·200
定 价 18.00 元

如发现印装质量问题, 请直接与印刷厂联系调换



GOODBYE GOODBYE

好 女孩

目 录

序 /1

- 第一章 与好女孩告别 /9
- 第二章 当太多“应该”发生时 /31
- 第三章 女人,不再是弱者 /51
- 第四章 爱上镜中的人儿 /77
- 第五章 当蜜糖儿成熟时 /95
- 第六章 摆脱同事关系网的束缚 /111
- 第七章 热热身吧,走向聚光灯 /131
- 第八章 将浪漫的故事书束之高阁 /147
- 第九章 不再做“完美太太” /165
- 第十章 我们不是为自己的东西而活着 /187
- 第十一章 谁来关心助人者? /203
- 第十二章 自私一周 /219



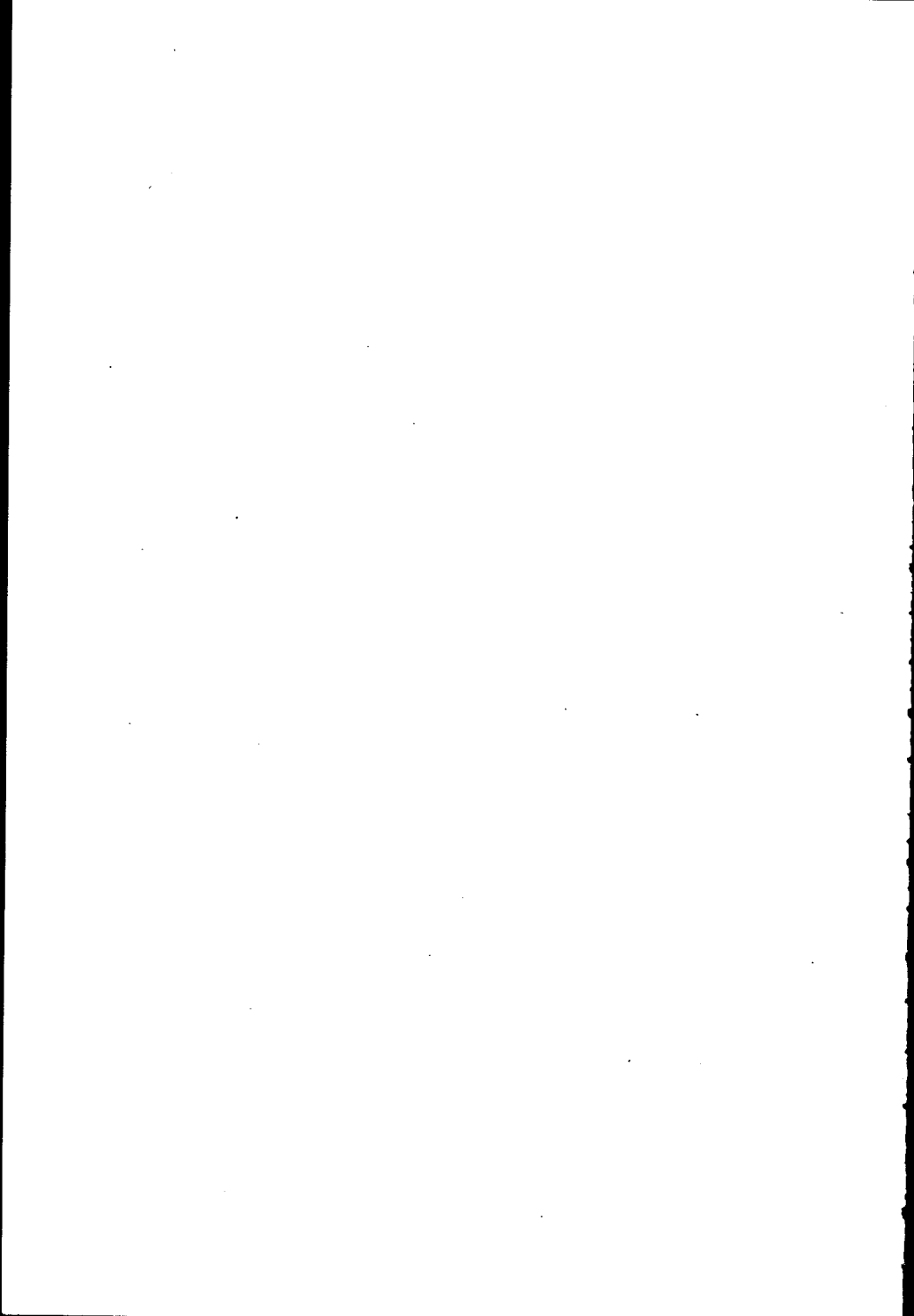
女孩

序

当她很好时,那是最好不过的事了,但是当她的
太好时……她也许有更好的故事讲给我们听。

◎艾琳和苏珊





我们是坚强、有力、充满智慧的女性，背着沉重的行囊，走向 21 世纪。行囊里塞满责任、来自自己和他人的压力——要求我们成为与今天不同的人，穿戴整齐地蜗处一角，同时我们也被赋予很高的期望——有能力、聪明、美丽、健康、年轻、无私的母亲、配合默契的拍档、令人愉快的同事。我们迈着优雅的步伐攀登成功的阶梯，却总为没能做得更好而内疚。

30 多年来，女权革命在工厂、政界以及生活方式等很多领域打开新的大门。我们清楚地知道，我们的祖母们曾经为女性的平等权力而斗争，可是我们中的许多人至今仍对社会对于妇女的规范循“规”蹈“矩”——尽管没有用言语表达却可以察觉。我们曾在一个妇女学习班读过弗吉利亚。（伍尔芙的《房屋天使》，某一天当我们环顾四周，会惊奇地发现，我们已变成书中那个为一日三餐和生活琐事所累的女人。）

对于我们中的许多人来说，我们的所知和所为仍有很大的差距。因为我们仍然顺从地接收来自规范的微妙讯号，似乎毫无怨言。我们应当努力成为最好的：富于同情心的好听众，随时准备向别人伸出援手。大部分人重视的是更深层的



东西——渴望得到别人的尊重，希望整个社会更加和谐——现实却不是这样。不是每个人都持有和你同样的态度去看待事情。不断的去顺应别人最终只会使你筋疲力尽，就像一只瘫软的门垫，而不会对社会起到任何积极的作用。

什么时候才是打破这些社会规范的最佳时机呢？当你有一个大胆的想法时，也许没有足够的勇气去付诸实践；当你需要出去散散心，却怎么也挤不出时间来；当你想要放松片刻，却为家庭琐事所累；当你有些许“自我”意识时，却因畏惧人言而止步不前。

关键的问题在于：我们怎样才能成为最好的女人同时又不会失去自我！

欢迎加入我们的俱乐部

我们可以从那些女人之间共同的话题中找到答案。也许是在盥洗室水槽边的闲聊，也许是在足球场外的对话，或是在深夜电话中的忏悔，所有这些都会对我们的传统行为和文明态度提出质疑。我们在一起呻吟，在一起欢笑，在一起流泪。从我们同伴的身上，我们发现自己的生活也需要改变。

本书源自于艾琳与新预言出版社的编辑科里斯汀·贝克的一次谈话。一天，他们沿着海滩散步，讨论着妇女怎样才能冲破世俗的压力与传统舆论形象真正实现自我。艾琳最近的一本书《孩子长大了，做一个明智的家长》鼓励人们认清自己而不是遵循社会的标准去重新定义两代人之间的关系。科

立斯汀则认为一本专门针对妇女的书应该出现——它能激励妇女冲破社会“规矩”真正实现自我。但是怎样才能抛开老的传统束缚而又不丧失传统的女性美德，比如富有同情心，体贴，以及与他人的和谐相处呢？

我开始寻找一种解决方法。作为《圣塔罗斯民主报》的一名记者，我很快就找到了合作伙伴：对于妇女的社会压力问题，苏珊已经潜心研究了20多年。我们两个经常讨论有争议的话题——我从事于新闻故事，而苏珊是一个专栏作家。但同时我们也有很多相似之处：当厌烦于同事之间相互虚伪的应酬时，我们会溜出办公室抹去脸上的虚假笑容。我们会一起抱怨工作或任何其他的事。我们承认生活正变得一团糟——包括与他人的关系和自己的衣橱。我们会袒露自己的秘密并与对方分享。我们也会幻想抛开责任为了自己去做一些也许在别人看来不太庄重的事情。通过与朋友，姐妹，母亲，女儿，以及我们工作中遇到的女伴的交谈——我们获悉每个人都是大俱乐部中的一员。在本书中，我谈到了妇女们为了实现自我拒绝社会对她们的“规范”而产生的伦理困境。“哦，”苏珊说，“你的意思是世界上再没有好女孩了！”于是，就有了我们这本书。

我们列举出了碍女性实现自我的那些所谓的好女孩的特征。比如，表现得过度谦逊，对待事物过于小心，过分自我牺牲，随时与社会上的完美女人形象保持一致——年轻，苗条，精美的打扮，拥有一套理想的房子和童话般美满的婚姻。

后来我们思索，如果超越这一切意味着什么？丢开那些陈腐的回答吧，那只会换来读者的不屑一顾。但这并不意味着我们应该置传统的女性美德于不顾。在我们刻意地倚仗它





序

坏女孩的长凳

们,来看清我们内心真实的想法时,它们有着不可替代的作用。问题在于,什么时候这些美德只是一种条件反射式的习惯。过于随和实际上是自我牺牲的表现之一。我们应该学会保持一种适中的态度。

坏女孩的长凳

在与本书的一个女主角——乔伊的交谈中,我们懂得了什么是“坏女孩的长凳”。它是你摘掉了好女孩的面具后可以去的地方。摘掉面具的你有一点直接,冒进,叛逆,坦率,不够开心,不够友好或不愿帮助其他人?没问题,乔伊眨着眼睛说,在坏女孩的长凳上稍作休息,当你整天强打精神而感到疲惫时,这绝对是一个让你恢复自我的地方。

事实上坏女孩的长凳是任何你可以放声大笑或大哭的地方。在这里,你可以变得饶舌,有点坏念头甚至不怀好意。我们不会永远都呆在那儿,因为那只是一个累了让人中途歇歇脚的地方。在这里,你可以重新整理思绪,分辨出谁值得你友好对待,谁不值得。这是一个可以融化冰冻的笑容,让人蹙眉思考的地方。在坏女孩的长凳上,可以讲粗话,可以尽情宣泄自己对外界压力的不满,过后你会觉得一身轻松。这种强烈的自我意识通常隐藏于社会规矩的背后,现实生活中,它是保护你不被社会“规矩”伤害的盔甲;工作和娱乐中,它是能助你找回快乐的秘密武器。

写这本书的想法就是在坏女孩的长凳上产生的。为了写好这本书,我们与许多敢于打破旧的社会“规矩”的女人倾

谈,并询问她们是如何做到这一点的。出于需要,我们加入了一个特殊的群体,在这里妇女们每年都会抽出“给自己的一周”,这段时间里她们会暂时抛开所有的责任去度假。这也是好女孩们第一次给自己放假。

我们在这里用了“女孩”这个称呼,并不是对女性的轻视,而是女人们已经习惯在社会中被视为弱势群体以及被称作“小女人”。这本书里所涉及的大部分事件可以追溯到我们的孩提时代或青少年时期。我们的目标是——如何超越,或改变这种“小女人”的称谓——使之可以被我们自己的称谓所取代。

女人的声音

本书中的很多女人都有一個相似之处,那就是有一种强烈的情感促使她们改变或给她们力量使她们改变——而不是机缘巧合。有些人寻找改变的机遇,另外一些人却在总结那些使人重新审视旧“规矩”的危机。很多人发觉当自己悬于绳子的底端时,她们并不打算爬回去而是决定跳下去。出于对书中当事人真诚合作的回报,我们隐去她们的真实姓名用以保护她们的隐私、工作以及家人。

书中的女主人公们是一群宁愿冒险而放弃作“好女孩”的女人们。但是放弃不代表一头栽进邪恶的深渊。我们可以抛弃一些使生活变得糟糕的东西,但也要坚持某些好的东西,因为我们不是想从白雪公主变成邪恶的皇后,而是要寻找处于两者之间使我们能感觉真实自我的东西。只有这样,



才能使我们与条件反射式的“美德”保持距离。从而才有可能以自己的方式去表达真实的自我。

对于书中你们将要遇到的女人来说，抛弃旧规矩只是对事物优先顺序的重新排列。对有些人来说这意味着舍弃一部分形象，对另一些人来说意味着生活上的巨大转变。但有时也可能只是心理上一个微小的变化。

书中的女主人公都能把自己看得很透彻，她们有自己的选择，有自己新的信仰，敢于尝试也许会让其他人觉得疯狂的举动。她们打破了多年来好女孩的定义，取之精华，弃其糟粕。至于具体的做法每个人都不一样，但是听听那些已经是过来人的女人们的故事又未尝不可呢？

今天的挑战不在于能在社会中取得新的位置，而在于通过内心的指引使我们抛开所谓的“他们”制定的旧“规矩”，去创造我们自己的“规范”——那些真正适合我们自己的“规矩”。

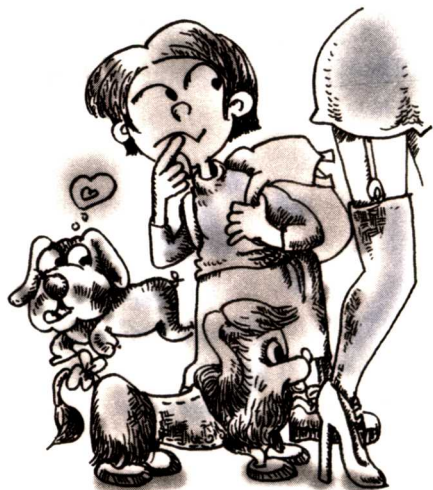
书中对几十个女人的采访以及发生在她们身上的故事更加肯定了这样一个事实：当女人开始打破旧的模式时，我们发现自己和那些有着同样举动的人紧密联系起来。我们可以宽容的对待过去，以新的勇气去面对未来，并和沿途的同伴分享乐趣。

本书中的声音让我们同情，给了我们鼓舞和指导。请听，说不定你还能在下面的谈话中听到自己的声音呢！

第一章

与 好女孩告别

善良不等于好,好不等于善良
让我们互相关爱
我也想当“坏”女孩
敏感还是机智?
好女儿/坏女儿
最终的好女孩
极端
第二代好女孩
让自己疯狂



不要让自己轻易妥协，真实的你才是你拥有的最宝贵的财富。

——詹姆斯·乔普林

毋须取悦别人是一种真正的力量。

——伊丽莎白·简薇

让世界认识真正的你，而不是你认为你应当成为的那个你——如果只是惺惺作态，迟早你会忘了不属于你的姿态，之后你又该如何呢？

——凡妮·布莱斯



丢开好女孩的“外衣”
& 找到与心灵的统一

善良不等于好,好不等于善良

无论是从性格或教养来看,科里斯汀无疑都是个典型的好女孩。她有一头厚厚的金发,阳光一般的个性,脸上永远挂着灿烂的笑容,以致让人觉得这么美的人儿即使是个坏女孩也可以被原谅。在她大部分的生命中,她理所当然地让每个人都感到快乐。这为她赢得了不少朋友,但这也意味着她要付出很多,比如乐于助人,作一个忠实的听众,总是尽可能做正确的事等等。

事情还有它的另一面。在自我反思的过程中,好女孩开始对他人第一的态度产生疑问。科里斯汀透露,“有很多次我觉得自己很无能。”她认为她大部分生命就这样被她恭敬的性格以这样或那样的方式浪费掉了。“我生命中很多决定都是基于不伤害别人的感情上。我是这样的一个女孩——顺从,关心整个世界,努力使身边的每个人都高兴,但有时会觉得在这个过程中迷失了自己。”

科里斯汀这种对人毕恭毕敬的处世态度已经跟随她四十多年,直到有一天她走进了一条死胡同才不得不停下来。如何面对公众是对好女孩的最终挑战,也是多年来人们一直



关注的问题。为了拯救她受到忽视的外孙，科里斯汀不得不诉诸法庭以求得到孩子的监护权。而这也意味着把孩子从她至爱的但是却吸毒的女儿身边带走。

有众多科里斯汀这样的女性，她们一直为别人着想的经营理念已经根深蒂固以至于遭遇变故时会觉得惶恐万分。当遇到比取悦他人更重要的事情时，她们不得不停下来重新审视自己的做法。在法庭上与自己女儿的对抗一直冲击着科里斯汀的每一根神经，在这个过程中她逐步认清自己是一个典型的循“规”蹈“矩”成长起来的第二代好女孩。

我母亲从小就教育我和姐姐如何成为优雅的女性。不许说任何伤害别人感情的话，也不要对男人低声下气。当父亲下班回家我们应当保持安静。我们坐在后排的椅子上突然明白真正能拥有精彩生活的是我们的父亲和我们的兄弟。

我们坐在后排的椅子上突然明白真正能拥有精彩生活的是我们的父亲和我们的兄弟。

让我们互相关爱

正是在这次变故中，科里斯汀发现自己并不是唯一的牺牲品。作为一名办公室经理，科里斯汀是一位有能力，开朗，可以依赖，并随时乐于对他人做出积极回应的人。一天，在同一幢楼工作的詹妮，无意中发现了科里斯汀脆弱的一面。那是一个糟糕的早上，科里斯汀的女儿又被警察局带走了。得知这个消息后，科里斯汀带着僵硬的笑容走进了休息室。把

自己关进房间后,她再也忍不住,并开始放声大哭。这时,她很惊讶地发现了詹妮,这个她在办公室里碰过面但并不认识的女人。詹妮看到科里斯汀镜子中难过的脸,问道,“你还好吗?”詹妮回忆道,“她的眼泪已经流下来,但是她仍然说,‘我很好’。我马上就明白她是哪一种类型的人了。‘很好’只是一个对于任何有关我们精神或身体状况询问的标准回答。不要用自己的烦恼去麻烦别人,这是典型的好女孩的特征。我不能眼睁睁的扔下她不管,于是我笑着对她说,‘不,你一点儿都不好,你看上去糟糕透了’。然后,我告诉她我也曾做过同样的事情。我甚至在看病时告诉护士小姐我‘很好’。”然后两个人相视大笑;现在她们每星期都会聚在一起练习怎么摆脱好女孩的规则。

“很好”只是一个对于任何有关我们精神或身体状况询问的标准回答。不要用自己的烦恼而去麻烦别人。

“有时候,”科里斯汀说,“我觉得每个人都穿了一件T恤,上面写着‘别烦我’,而我也确实这样做了。我总是在向别人屈服。有一次我让一个男人抢先使用了打气筒,虽然我比他先到。在邮局,我让别人插队到我前面,虽然我就快要迟到了。他们也许会觉得我很善良,但我自己并不这么认为。

那么,为什么可以容忍别人插队?对于煮得过头的马哈鱼也能置之不理?或者容许别人说,“我喜欢香草味的软糖,你要咖啡味的怎么样”抑或“别向我倾诉你的烦恼,我自己