

《姑娘，这才是真实的世界》

图书基本信息

书名：《姑娘，这才是真实的世界》

13位ISBN编号：9787201094378

出版时间：2015-8-1

作者：黄兰

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《姑娘，这才是真实的世界》

内容概要

认清这个世界，然后爱它。

本书中，无论是特立独行的P小姐，放弃钻石男的A小姐，人渣吸收器S小姐，还是不肯辞职的E小姐，她们的固执与倔强、骄傲与独立，其实是一种勇气。33个姑娘的故事，正是都市中最真实的写照，挟着一股锐利之气，直抵人的心底。

35段故事是35种人生，42个话题是42种况味，不是你生命的模板。但有你困惑的解答。

如果此时的你正迷茫或不知所措，希望本书能让你少一些纠结，多一些冷静，将时光让你受的伤害，转化成把控自己的力量。

《姑娘，这才是真实的世界》

作者简介

黄兰
青年作家。患有轻微的学霸后遗症。浅表性毒舌，呆萌晚期。非典型治愈系作者，对症少女心事，专擅刮骨疗毒。朋友圈的金句女王，文学界的小清新。善于用宽广的视角观察世态，用细腻的笔触描画世界。

《姑娘，这才是真实的世界》

书籍目录

- 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
- PART 2 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
- PART 3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
- PART 4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
- PART 5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
- PART 6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

《姑娘，这才是真实的世界》

生活是残酷的，但我们却可以选择美好 226

《姑娘，这才是真实的世界》

精彩书评

1、三十多个鲜活的例子，讲述了三十几个在工作、生活等方方面面遭受挫折、不屈不挠，转而成功的姑娘。这些案例，不仅令读者中的姑娘们有所启发，充满了力量，也令我们这些男人们感到佩服，由衷的感觉自己在某些方面还不如书中那些成功的姑娘们。漂亮的女生不写字，写字的女生不漂亮。作者黄兰是个例外，因为她既漂亮，又写字。而且写的一手好字。现实中的世界，有阳光，也会有风雨，作者在通过姑娘们的案例来告诉读者一个真实的世界，这个世界，是每一个步入社会的成年人都要面对的，也无法逃避的一个生活空间。这个真实的世界把挫折和磨难不止带给了广大的姑娘们，也带给了广大的小伙子们，因为地球是圆的，世界是公平的。太阳每天都照常升起，但不同地区的人看日出的时间却有所不同，不管我们以怎样的态度面对生活，生活中的酸甜苦辣都不会减少。困难始终就有那些，怎么克服它、战胜它，就看个人的态度和意志了。不以物喜，不以己悲，生活处处有乐趣。正如黄兰所说：你若爱，生活处处都可爱；你若恨，生活处处都可恨；不是世界选择了你，是你选择了这个世界。没有人能代替你承受痛苦，也没有人能拿走你的坚强。带着你的微笑和武器，面对人生的不期而遇。姑娘，你不努力，还能指望什么。然而，我所经历的现实要比这个惨得多。姑娘不努力，也许会嫁个好男人，找个好老公。可男人不努力，就真的没有指望了，到头来只能是光棍一条，我周围活生生的例子真是太多了。看我们村，没有嫁不出去的姑娘，倒是老光棍好几个，生活对男人们是如此的残酷呀，可是，又有什么可抱怨的呢。成功的男人可以娶同龄人的女儿做老婆，不成功的人女儿就只能给同龄的别人当老婆，这就是真实的世界，老少配、老牛吃嫩草的例子数不胜数啊。努力吧，姑娘们；奋斗吧，小伙子们。面对这个真实的世界，我们彼此都别无选择，除了奋斗和努力。

2、买这本书，完全是被这“鸡汤”的书名所打动，原本想被这本书中的内容打一记响亮的耳光，但是读后还是觉得作者这种叙事方式不够犀利。从小，生活被两种价值观所引导，一方面是说“女不强天不容”，这个社会说到底还是一个男权社会，被男性所主导着，如果从女性自身来说，就形成了依附男性的思想，结果将是十分可怕的，终将成为男人的附属品。另一方面就是说，女人生来就是要得到男人的宠爱的，这是上帝在造人的时候就决定的，所以不必讲究过多的独立，自主，最后获得一个美满的家庭才是女人最完美的归宿。我也曾经被这两种价值观左右，但是从现在自己进入社会的经历以及身边人的经历来看，不管怎样，女性的独立自主自强都是必不可少的。现代社会，尤其是在中国社会，将女性的成功不可能仅仅以家庭成功为唯一的衡量标准，身边也不乏一些高层女性领导者家庭事业两得意，或许在外人看来，可能女性本身太过于强势，但是我觉得那也仅仅是事业上的，真正高情商的不会在家庭中也一定要充当leader的角色。从我自身来说，今年发生了太多的事情，无论是父亲投资失利，还是上海出了“新政”，导致自己之前看好的房子无法购买，对自己的打击都是很大的，每一件事情真实发生的时候，都有一种痛彻心扉的感觉，但是，我依旧很快地接受了这件事，并且迅速做出了其他相应补救的措施。我相信，这要是搁以前的自己，一定沉浸在其中很久无法自拔，这或许就是现实让自己在不知不觉中成长了吧，这就是这个真实的世界给我们的人生课。因为，如果自身不迅速地强大起来，没有人可以替我们扛起这一切，我们不选择扛着重压往前走，很有可能，上了年纪的父母乃至整个家庭都会被压的喘不过气来。这只是看完书后的胡乱感想，毫无逻辑可言。

3、看完这本书，看了很多的故事和人生后，再一次审视自己和自己的生活，确实感觉到很多的不一样。首先，是否只有一种人生？书中用一些人的故事已经回答了这个问题。很多人一边埋怨自己的状态，一边继续过那种不满意的生活，或许只是出于一种懒惰或者习惯，其实，铁定心意走出去后，才会发现转变，不过是一转身的事情。其次，这个世界是什么样的？书里的故事多姿多彩，就像这个真实的世界一般变幻多端，也许，真实的世界只是真实的人生的另一种说法。人生充满变数，世界就充满了惊喜和意外，以及生生不息。再次，我们应该怎么面对这个世界？书里很多故事的主人公用各自的行动诠释了这个问题，他们或者自我反思，或者积极应对，或者受伤后默默舔舐伤口，或者玩世不恭，没法说谁对谁错，谁是谁非。或许，用自己喜欢的方式面对这个世界，就是最好的答案。这本书客观和冷静以及丰富的展示，在这个夏日午后，让我又一次品尝到了都市生活的复杂的滋味。想起那句话：认清生命的真相，勇敢地继续走下去，我想，这也是作者最终想要表达的吧！

4、文/尤洋(专栏作家，艺术活动策划人)是什么，令我们今天的都市生活如此魅力非凡？又是什么令我们的身体疲于奔命，心灵不得其所？黄兰笔下的青年女性们既是生活的亲历者，也是彼此眼中的繁花与风景。《姑娘，这才是真实的世界》一书，洋洋洒洒的文风读起来不觉得辛苦，在阅读的消遣后，读者们将心绪拉回现实：你现在的同事，曾经的同桌校花，约了明天开会的客户，她们的另一面是否

《姑娘，这才是真实的世界》

就是书中职场上积极向上的V小姐，升级后不再矫情的W小姐，还是亦舒小说主角一般的F小姐？今天，一方面我们既希望得益于现代社会的福利，同时又无法适应商业时代对人性的种种异化。工作恼了，或是对平凡的生活厌倦了，拿起行囊奔向大理、丽江，却发现那里早已同样喧嚣。于是人生的道路才逐渐变得真实起来。我们都知道现代的都市生活是一部巨大的消费机器，人们居住于此，奋斗和身份属性的体现最终只能通过消费行为来完成，而城市或者GDP的指数也无时无刻提醒着这一点，在这个过程中，不知不觉地每个人都被训练成适合各种产品的理想消费者。费景观神话了个人权利和社会身份，然后再通过COSTA咖啡、香奈儿包和装饰意味的艺术品来将你归类为符合你消费能力的社会身份模块。于是我们采用一种省事的方式，把身边的女性们看作是书中的ABCD们，反之亦然是女性口里心中的凤凰男、钻石男、直男癌等等。今天我们面对的正是一种生活的危机，或者说时代越希望挤压出消费欲望，个体对现代生活的欲求就越高涨。于是双方都出现了一种进退两难的状态，互相无法得到满足。70后被灌输的是集体生活的青春挽歌，80后则在美剧和等西方流行文化鸡汤的浇灌后推崇个人幸福、追求物质财富、向往（却最终不可及的）精神生活。然而我们必须把乌托邦理想和现实社会分开来看，这也是读者把姑娘们从文学加工中映照在现实生活的意义所在。和我们这个时代其他的优秀作者一样，黄兰并无意给出这个景观社会时代性的答案，或者揭示出生命的奥义所在。我们并不知道对于都市中打拼的青年人而言，如何是一种“好”的生活方式，但我们都本能地知道如何做是不好的。黄兰书中那些姑娘为什么要去洗心革面、要去分手、要去单身、要去寻求陌生人的拥抱或者要去变成女强人、人生赢家？其实无论是书中人、身边的朋友还是我们自己，无论处在何地以及何种分寸，我们的欲望都在不断悄然生长，渴望变化去寻找一种“好”的生活方式，一种慰藉心灵的生活方式。这种欲望只有过程没有结果，因为我们正在建设城市，成为城市生活的分子，同时城市早消费了我们的灵魂。——代尤洋上传的书评

5、Akasode（妞博人气博主）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，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。——代Akasode上传的书评

6、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，作家的皇皇巨作，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，

《姑娘，这才是真实的世界》

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，做人与作文，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，在一个非虚构的文字俯首即抬睁眼即是写作时代，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。——代人上传

7、书中的姑娘们其实都挺幸运的！对于井底蛙的我而言，书中的世界也属梦幻！所选故事高大上，地气不足！不过，书中的许多金句耐人寻味！幸运的姑娘们都是肯努力和爱学习的姑娘！加油！ps：个人觉得，该书的序挺好！

《姑娘，这才是真实的世界》

章节试读

1、《姑娘，这才是真实的世界》的笔记-第31页

攀升的路就是不断在招黑及被黑的过程，你能抵得过多少诋毁，就能获得多少赞美看了这句话联想到很多女明星在攀升的路中，总有一段时期不断的挨骂被黑，坚持下来的后来就成为了很著名的大牌，得到越来越多的肯定。成功的路上总是会招来很多嫉妒，我们能做的，就是不断的努力和拥有一颗强大的心脏。

2、《姑娘，这才是真实的世界》的笔记-第50页

去接T小姐的时候，我有些期待，也有些不自安。她如今是英国剑桥大学语言研究员，十年未见，她的成长和蜕变，她在地球另一边的发芽开花，我都不知道。我能想起的，只有记忆中的T小姐。

不知道时光将T小姐变成了什么样子。

她还是当年那个一跟男生说话就脸红的小女孩吗？

她出现了，变化很大，可我还是第一眼就认出了她。

齐肩短发让她显得干净而清爽，双眼依然像从前一样清澈明亮。唯一的不同是身上衣着的变化，她已经不穿那些可爱的、粉蓝色的、毛茸茸的衣服了。看着气定神闲的她，我不禁感叹，她终于不毛躁了。

3、《姑娘，这才是真实的世界》的笔记-第149页

离开只是一个开始，离开却是为了下一个遇见，都不擅长告别的我们，在一个流行离开的世界里，只能感恩所有的遇见。

4、《姑娘，这才是真实的世界》的笔记-第96页

学会放下，放下往事，放下偏执，放下心中的悲苦不堪，学会对自己说声顺其自然。很多人失恋后都会纠结于往事，痛苦不堪，天天以泪洗面，可是这样又有什么用呢？有舍才有得，只有放下，才会获得更好的。

5、《姑娘，这才是真实的世界》的笔记-第138页

很多事情可以将就，吃不吃可以将就，坐不坐可以将就，可是爱情，不可以将就，幸福，不可以将就，人生，更不可以将就。

6、《姑娘，这才是真实的世界》的笔记-第43页

姑娘，不要依赖任何人，有人依赖是幸运，没人依赖也没什么大不了的。两个人关系的基础是依赖，但依赖却是深埋的祸根，容易产生无数难解的问题和纠纷。你不再依赖世界，世界就难以撼动你的内心。

7、《姑娘，这才是真实的世界》的笔记-第30页

我想送一句话给她：只愿你得偿所愿，好好生活，不要再为思考所苦，更不要为求得某种理想状态而折磨自己。若有人爱你，请他真心对你。若他真心对你，请你好好珍惜。

姑娘，一个人的伟大，并不是说为社会做了多大贡献，多么有成就，而是在面对诱惑的时候，要懂

《姑娘，这才是真实的世界》

得放弃。放弃诱惑并不意味放弃追求，是因为生命中有更加值得我们去追求的东西。

8、《姑娘，这才是真实的世界》的笔记-第144页

姑娘，如果你够坚强，命运又能把你怎么样呢？你怎么想，你就怎么做；你怎么做，你就有什么样的结果。不想要飘摇的人生，就请给自己一个沉默的坚定。

9、《姑娘，这才是真实的世界》的笔记-第7页

人生处在低谷时的好处是，无论怎样努力，都叫积极向上。你要坚信每天叫醒你的不是闹钟，而是心中的梦想。新的一天，你应该努力去超越的人，不是别人，而是昨天的自己。

10、《姑娘，这才是真实的世界》的笔记-第8页

在这个世界上，没有一直走却没有收获的人，但一定有不愿走和半途而废的人。故事中的姑娘起点比人低，通过自己的打拼获得了很高的成绩，也同时招来了很多嫉妒，但她一直坚持不懈，不断地向上努力。只要付出，总有一天会看到成绩，一切的努力都不会白费。

11、《姑娘，这才是真实的世界》的笔记-第3页

努力不一定会立刻有好的结果，但一定是朝着一个好的方向。故事中的女孩通过自己的一步步努力，最终达到了梦想。也许努力的效果并不会立竿见影，但聚沙成塔，集腋成裘，终有一天会发现，在这努力的道路上获得了很多。

12、《姑娘，这才是真实的世界》的笔记-第39页

我们都想有个人依赖，有份爱来依赖，但依赖，能依赖多久？很多女生都想找个高富帅作为下半辈子的靠山，但是靠别人不如靠自己，女生要学会自己变得强大起来。

《姑娘，这才是真实的世界》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com