

写给女孩



[写给女孩 下载链接1](#)

著者:Juan

出版者:清华大学出版社

出版时间:2017-1

装帧:平装

isbn:9787302453642

《写给女孩：这就是你配得上的生活》：

本书并非纯理论层面上的讲述，而是通过对几十个真实案例抽丝剥茧、鞭辟入里的分析，给读者具象而直观的指导。在这些案例中，包括了当下热门的网红、女神、官二代、富二代的故事，也包括了具有代表性的底层往上奋斗中的困阻，以及职场新人的各种遭遇等。

通过前车之鉴，读者可根据自己的实际情况思考领悟。在前五章的实际案例分析后，^{*}后一章，用“心法”从思想上给予根本性的指导。本书兼具了可阅读性与思想性，既适合广大女性在工作之余休闲阅读，又能给处于人生不同阶段、有所困惑的女性带来深度启发。

作者介绍:

《写给女孩：这就是你配得上的生活》：Juan，知名自媒体人，公众号“花神妙”出品人。本科就读于南京大学文学院，硕士毕业于上海戏剧学院戏剧文学系，而后从事互联网公司运营工作数年。擅长用商业思维与哲学思维分析情感问题，撕开纷繁世相面纱，直击事物本质。

目录: 第1章 上帝的宠儿

她们或拥有正当年的美貌，或拥有傲人的出身，或有非凡的际遇，她们是上帝的宠儿。然而得命运眷顾，并不意味着一生路途的顺遂。即使被命运钦点，在外人看不见的暗处，她们依然有着难以言表的隐忧、烦恼、恐惧。

| | |
|---------------------|------|
| 1.1 美女网红们的境遇 | //2 |
| 1.1.1 豆瓣网红靠美貌捞到了啥 | //2 |
| 1.1.2 揭开绿茶婊的面具 | // 5 |
| 1.1.3 整容不是一切 | //9 |
| 1.1.4 女模特的烦恼 | //11 |
| 1.1.5 陌陌网红双生花传奇 | //15 |
| 1.1.6 有一个物种叫伪独立女性 | //18 |
| 1.2 上层名媛传奇 | //23 |
| 1.2.1 男朋友住汤臣一品又怎样 | //23 |
| 1.2.2 京城名媛姐妹花 | //27 |
| 1.2.3 魔都土著才不稀罕移民 | //31 |
| 1.2.4 精致的北京姑娘还可以更美好 | //35 |
| 1.2.5 常青藤女神的不甘心 | //39 |
| 1.2.6 当互联网CEO追求你 | //44 |

第2章

普通女孩应该怎么做

之所以走上为年轻女孩子做指路明灯这条路，源自于我在知乎有了一些名气以后，时常收到一些私信。提问者多是年轻女孩子，她们遇到无法解决的问题，出于对我的信任，求教于我。而我恰好又算热心，但凡能帮到别人，都尽量回复。在最早给我发私信的女孩中，多数人各方面都很平凡。但是在我看来，即便如此平凡，也能尽量在自己原先的基础上提升。

| | |
|----------------------|-------|
| 2.1 穿不上水晶鞋怎么办 | //50 |
| 2.1.1 摸到一手烂牌的女生怎么打好牌 | //50 |
| 2.1.2 农村来的文艺女编剧遇上新挑战 | //52 |
| 2.1.3 底层青年的社会阶层攀岩 | //55 |
| 2.1.4 跳火坑的小女孩 | //57 |
| 2.2 你不是人生输家 | //61 |
| 2.2.1 出身底层意味着错过了什么 | //61 |
| 2.2.2 生而普通有没有错 | // 65 |
| 2.2.2 穿不上水晶鞋并不是人生输家 | //68 |

第3章

女孩想要成功该不该走捷径

年轻女孩，无论是否美貌，都会受到一种诱惑，叫作“走捷径”。将青春与美丽置换成地位和金钱，免去红尘中日日辛劳之苦。但世界上有一劳永逸的途径吗？走捷径真的可以带来恒久安宁的幸福吗？

| |
|-----------------------|
| 3.1走捷径之前的利弊权衡///74 |
| 3.1.1北漂女孩的两难选择///74 |
| 3.1.2已婚大叔邂逅旅途美少女///78 |
| 3.2走捷径以后会遇到什么///80 |
| 3.2.1大四女生走捷径身败名裂///81 |
| 3.2.2豪气建筑商金主突遭重创///83 |

第4章

你可能会遇到的坏男人

在这个世界上，确有相当多聪明的坏人利用人性的弱点，付出很少却坐收渔利。认清他们的诈术，才能保护好自己。从头顶光环的投行男神到温文尔雅的中年富商，光鲜的头衔自然可以吸引无数小姑娘趋之若鹜，但其中隐藏着的风险，如同黑暗森林里埋伏的蟒蛇，需要仔细甄别。

| |
|---------------------------------------|
| 4.1小心所谓的“优质男” ///88 |
| 4.1.1别和聪明、自私的成功男人过招///88 |
| 4.1.2你究竟是哪一种“女朋友” ///92 |
| 4.1.3已婚男的猎女诈术///94 |
| 4.1.4投行男神是如何骗良家小姑娘的///96 |
| 4.1.5那个开奔驰穿两千块T恤却只肯请女生吃团购的鸡贼高富帅///99 |
| 4.1.6男友家财八千万却舍不得给我买一千块的耳坠///101 |
| 4.1.7中年男子如何骗傻白甜///104 |
| 4.2贵妇也难当///106 |
| 4.2.1落败原配一步步把好日子“作”没了///107 |
| 4.2.2多金老公炒期货破了产，养尊处优多年的贵妇现在怎么转型///111 |
| 4.2.3开公司的老公把全职带娃的老婆扫地出门///115 |

第5章

奋斗者众生相

该留在国外还是回国？该逃离北上广还是留在北上广？该跳槽去一个看上去很美的新单位还是留在大公司？我们会在不同的人生关口遇见不同的选择难题。进一步似乎鹏程万里，却也隐藏着不确定；退一步亦可海阔天空，却始终心存不甘。如何才是正确的决定？只有实践是检验真理的唯一标准。不去实践，你永远不知道对错。

本章中，她们都是希望通过自己的奋斗或者智慧过得更好的女子。她们未必完美，却个个真实。她们的征途是星辰大海，却必须跨越眼前的沼泽鸿沟。

| |
|---|
| 5.1校园女生怎么努力提升自己///122 |
| 5.1.1十七岁，许我一个智美女神的未来///122 |
| 5.1.2用尽心力奋斗进TOP2，为何圈子、眼界并没有提升///126 |
| 5.1.3念艺术的女生想嫁得好一些///128 |
| 5.1.4985工科才女放弃保研想嫁大款///131 |
| 5.1.5副军级“官四代”的短板///133 |
| 5.1.6明明是90后却苦苦迷恋只给2000元月薪的“体制” ///136 |
| 5.1.7与美国高富帅恋爱，与日韩御姐撕逼，美剧一般的人生背后却是不堪///139 |
| 5.2职场女性三级跳///144 |
| 5.2.1内地女奋斗进了香港投行，还是发愁难以跨越阶级///144 |
| 5.2.2金融女如何在客户面前表现得上知天文下知地理///147 |
| 5.2.3金融街上痴恋亚太区大老板的傻白甜///149 |
| 5.2.4铁打的女强人，流水的小鲜肉///153 |
| 5.2.5大龄金融女的转型三级跳///156 |
| 5.2.6周游列国藤校女，何处是归处///159 |

第6章

神妙心法

在希腊神话中，猫头鹰是智慧女神雅典娜的原型。它们的眼睛长在正前方，视野开阔；

它们没有欢快的小鸟那般浮躁气息，总是静静地站在树上沉思。这给我们的启示是，智慧女神的养成来自见多识广和深度思考。

6.1思维的改变//164

6.1.1穷人思维是怎样悄悄毁掉你的//164

6.1.2人生经历不特别，如何让思维方式特别//168

6.1.3猫头鹰女神的思维方式如何炼成//170

6.1.4给机会留座位//173

6.1.5有颜或有趣，你总得占一条吧//175

6.2女神姐姐给你的实用锦囊//178

6.2.1相亲防骗术//178

6.2.2不是每一个英语教师都能成为马云//180

6.2.3当女孩说你“不成熟”时究竟在说什么//184

6.2.4读书、健身、上知乎，“然并卵”后怎么办//186

6.2.5为什么你读了硕士却感觉没什么用//189

6.3女神终极神妙心法//192

6.3.1乖是女孩最没用的品质//193

6.3.2我与世俗同流合污//195

6.3.3虚荣女孩的地狱//197

6.3.4驱除内心的“妖”//200

6.3.5世家子弟的心法//202

6.3.6不只是心机：挑战九死一生的险途//205

• • • • • (收起)

[写给女孩](#) [下载链接1](#)

标签

个人成长

Juan

心理学

励志

心灵

寻找幸福

非鸡汤

性格

评论

说实话在火车上我都不好意思拿出来看，封面太像鸡汤书了

一路追知乎、微信公众号，很高兴认识juan！

这个作者看事好黑暗，不喜欢她~

每个不清醒的人都该看看

也许普通人偶尔可以当个几次知心姐姐，简单教导别人几句道理，但能持久地写文解答的不多，脑子一直清楚文章写得流畅易读的不多。唯一想狠狠吐槽的是书的封面装帧和插画，真的比较廉价和鸡汤。

本来想给四分，一直追随juan姐女神，但是有可能是自己年龄渐长，只喜欢奋斗者真相和神妙心法两章了。谢谢juan姐给我在成长道路上的指点迷津。好像相较于知乎上的回答juan姐有所删减，但是仍旧喜欢，仍旧追随。愿得心安。

2018.08.08.

OK到今天我全部厌倦。汲汲营营不是我，琢磨人心不是我。就这样吧。2017.04.04.私人成长利器

bullshit

看不出来作者的逻辑链，一个星期一篇公众号就行了，成书太勉强了

写真话的书，用了心写的文字。

当励志鸡汤看的。。。。。怎么说，书格局不够。不过人大多也是极端无助的时候才会在鸡汤中找力量。还是能提供一些力量的。

有助于认识现实，认清生活中部分本质，也有一些心法方法论和核心竞争力的东西，还是有一定启发性可读性的。

这是一本写给女孩的书，在你觉得辛苦的时候给你坚持下去的勇气，在你被霓虹灯迷恋双眼的时候劝你清醒冷静，视角独特，值得一看！

慢慢实践

没有震撼，文笔不是作者水平。

这本书前几年买的拿到手时才知道是公众号里的合集，有很多是在公号里看过的就没继续看，公众号我关注过一两年，喜欢作者的对社会人生那种通透，当时就买了一本，名字起的太鸡汤了，放在书架上简直异类。前几天抽空看了，忽略名字还是值得一看的，当代年轻女性的挣扎…过了几年年纪大的我再看到这本书又是一种感觉

冷静的实话。

把两个刷新自己观念的片段拍下来了。我一直是个贴标签反感派的人，仔细想来不是讨厌贴标签，而是讨厌被人随意评断。口头的标签和实际生活中用的各种便签纸之类的标

签，都有一样的作用：归类、易辨识。

信赖依靠他人，是这几个月一直困扰我自己的问题。觉得非常累，想着我是不是也能去依靠一下谁，一面又是自幼就不完全相信任何人的内心，从小也被妈妈教育：人只有靠自己。我想也许是家庭教育的不妥，许是我自己领会错了。不是事事一个人，到众生中去，可以依靠自己，也可以放下顾虑和戒心依靠他人，在自己不缺什么的时候帮助他人、成为别人的依靠。不要圈地为牢，自我禁锢、束缚。

Juan姐说出了赤裸裸血淋淋的现实真相，一针见血惊醒梦中人。自知是普通女生，希望能一路英勇，奔向那个独立而美妙的女性。

社会微观

[写给女孩](#) [下载链接1](#)

书评

每一个女孩都有她们各自配的上的生活，无论多么的不可思议，但是自己要相信，内心坚定的信仰终将变成你想看到的模样。

真实的世界是没有童话，各方面普通是常态，甚至于可以用幸运在形容，人世悲苦，达不到普通线的大有人在，没有那么多的赢家和输家？出身低虽然...

这本书是我被书名吸引，买书凑单的时候随手放进购物车的一本书，但没想到的是这本书竟然成为了现在常放床头有事没事都拿起来翻翻看看的一本随身必备用书。书名“写给女孩”起得太好了，要我说，每一个认真生活的女孩儿手边都应该放一本这个书，书的内容不浮夸不矫情，用现实教...

“虽然中国人讲究成王败寇，但为了梦想和理想而拼搏，即使没有成功，也值得所有人尊重。因为这个世界就是靠有梦想的人去推动的。”即使穿不上水晶鞋，也能为自己做一双好鞋，走向更远的地方。

说得真好，现实生活中大多数人都摸不到命运的好牌，但是即使在惨淡的人生里，也要为...

这本书是作者在与女孩子们的交流中，了解对方，鼓励对方帮对方解决问题的真实过程。作者鼓励过身处小镇、县城的女孩子勇敢追求梦想，也提醒过靠男人资助获得高薪的女孩认清自己，争取从伪独立女性转向真独立女性。也对深受上帝宠爱的名媛、网红、女神各自情况给予过点评分析...

作为一个小城镇出来的女孩，我从前总是不自觉地感到自卑，出什么问题就会反思是不是自己做得不够好，总觉得找不出什么闪光点去突出自己。而这本书翻开前言就已经让我有些豁然开朗的感觉了。书中说：每一个女孩都有她们各自配得上的生活，无论看上去多么不可思议，但你要相信， ...

大学室友中有一个长得非常漂亮有气质的女生，在大学我们都去快餐店做兼职的时候，她就已经靠着过硬的外形优势找到了一份平面模特的兼职，虽说不是走T台的“超模”，但感觉她也算是见过“市面”的了。现在毕业了，她面临一个选择，一是离开模特圈走专业道路去找份与专业相关的工...

[写给女孩 下载链接1](#)