

# 《论文艺女青年如何培养女王气场》

## 图书基本信息

书名：《论文艺女青年如何培养女王气场》

13位ISBN编号：9787535467263

10位ISBN编号：7535467261

出版时间：2013-7

出版社：长江文艺出版社

作者：丁小云

页数：226

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《论文艺女青年如何培养女王气场》

## 前言

无忧无虑的文艺女王曾几何时，文艺青年似乎成了一个贬义词。我想之所以会这样，还是因为伪文艺青年太多了。我必须向你坦白，我曾经就是一个伪文艺青年。若干年后，当我用更冷静的眼光审视那时的我自己，我发现某些那时我很喜欢的文艺作品其实只是流行文化工业流水线批量生产的一些蹩脚产品，那时自认为刻骨铭心的某些感情则是对流行文化工业中高度程式化的廉价浪漫的拙劣模仿。那时我认为自己很另类、很有个性，现在感觉那时的自己就像一个类似于“发条橙”的玩偶，几乎彻底丧失了过真实生活的能力……那些高度程式化的、伪个性化的流行文化产品能起到社会黏合剂的作用，另外也能起到直接或间接刺激过度消费欲望的作用。它们是一种社会洗脑工具，或者也可以说是一种社会压迫工具。我当然不会说喜欢这类流行文化产品的青年就一定是伪文艺青年，但事实就是，当一个年轻人被这类流行文化产品洗脑之后，他的确很容易变成那种极不靠谱的伪文艺青年。既然有伪文艺，那自然也就有真文艺。鲁迅当年弃医从文，这里所说的“文”其实就是“文艺”，鲁迅那时是想利用文艺去救国救民的。当然，能否救国救民肯定不是检验真伪文艺的唯一标准。只是真文艺可以让一个人完成自我拯救，完成你一个人的文艺复兴，进而拥有过真实生活的能力。这本文艺女王心经，写给年轻的你，它可以帮助你拥有一颗永远年轻的心，一颗雌雄同体的心，它可以帮助你拥有男女通吃的女王气场，进而成为无忧无虑的文艺女王。丁小云2013年3月1日

# 《论文艺女青年如何培养女王气场》

## 内容概要

女王气场是一种比白、富、美更强大、更恒久的力量，每个女孩都能拥有这种力量。这种力量可以帮助你做成你最想做的那些事，过上你最想过的那种生活。

阅读这本文艺女王心经，你就会知道如何拥有这种力量。

本书中的部分章节发表在豆瓣阅读上之后，曾长期占据豆瓣阅读非虚构类作品第一名位置，是豆瓣阅读上最受欢迎的一部作品。

# 《论文艺女青年如何培养女王气场》

## 作者简介

丁小云，知名专栏作家，著名妇女之友。曾先后在十余家杂志、报纸开有专栏。在网上，有上千万网友曾阅读过丁小云写的各类文章。其作品在豆瓣阅读长期占据销售榜第一名位置。

# 《论文艺女青年如何培养女王气场》

## 书籍目录

前言 无忧无惧的文艺女王

第一辑 | 男女通吃的女王气场术

让气场变大是很难的一件事吗

女王气场是一种心理结构

如何让你的心有家可归

为什么气场女王必须雌雄同体

对生活要以彼之道还施彼身

第二辑 | 少女肉身，女王手段

为什么坏女人可以玩转地球

在危险和失败中寻求真我

人类最极致的性感

如何与异性成为生死之交

像少女一样坚守对于友情的信念

第三辑 | 为什么裙子越短权力越小

你敢选择不可预知的生活吗

气质越神秘，气场越强大

人生最本质的真相是什么

为什么事业线会变成失业线

如何成为职场里的气场女王

如何过上等生活，享下等情欲

第四辑 | 泡真命天子的艺术

只有自由相爱时的吉光片羽是真的

80后恨嫁，90后抢婚

那些活该被劈腿的人

世间男女靠什么相伴一生

关于老男人这种动物

处女情结是一种爱无能

爱情就像一条鲨鱼

第五辑 | 爱是如何做出来的

那些只会性交不会做爱的中国男人

关于男欢女爱的常识

快乐就是你还有腰的时候

你最想旅行的地方是谁的心

女人要有别人无法拿走的东西

子宫不是少年宫

第六辑 | 爱就是用你的身体去捕风

最可悲的二手女人气场

爱情没有公式和定律

关于真爱和徒有虚名的爱

关于伪单身这游戏

哪怕没人爱，也要做自己

关于小三和真爱

相濡以沫是最悲哀的生存状态

自由和爱情的敌人

# 《论文艺女青年如何培养女王气场》

## 章节摘录

版权页：干什么，跟谁干，如何干，干多久，正是诸如此类的选择，而不是其他别的什么，决定了你成为什么样的人。除此之外，选择你最想做的那些事中最难做的一件事，然后全力做成这件事，这是培养女王气场的“捷径”。廖一梅写过一本名为《像我这样笨拙地生活》的书，在序言中，她这样写道：“我的问题是，我知道自己笨，但没有人相信我笨。我的笨不是脑袋不够用、不好使，而是在竖着‘容易’和‘艰难’两个路牌的十字路口，我永远选择‘艰难’的那一边。在从大到小，数不胜数的选择中，我一而再再而三地这么干，一路这样沿着‘艰难’的路牌走了过来。”廖一梅年轻时选了哪些艰难之路呢？她列举了这样几件事：谈不靠谱的恋爱，辞职，写剧本，做没人看的话剧，和没人看好的愤青结婚。随后廖一梅这样写道：“那些能预知的，经过权衡和算计的世俗生活对我毫无吸引力，我要的不是成功，而是看到生命的奇迹。而奇迹，是不会在容易的道路上绽放的。也许，在所有不被看好、无人尝试的错误选择背后，会有不曾见到的可能，不曾设计的未知。未知让人恐惧，引人好奇，也因此证明你的勇气，成就你的自信。在每个死胡同的尽头，都有另一个维度的天空，在无路可走时迫使你腾空而起，那就是奇迹啦。”在中国，很多女人最喜欢的就是那种早早知道结局是什么的“爱情”，她们会和那种看上去很“保险”的男人结婚，进而确保混吃等死这一结局可以必然发生。为什么有那么多女人宁愿混吃等死，也不愿意选择自己最想走的路？我想很重要的一个原因就是她们害怕如果失败了，会有人笑话她们吧。所以她们会选择一条看似稳妥有保障的路，殊不知这条路其实更凶险，因为她们很可能会因此成为任由社会宰割的肉鸡。“走自己的路，让别人说去吧！”——这大概是这颗星球上最有名的一句名言，但能身体力行这句话的人很少很少。我们如此在意他人的闲言碎语，但那些人其实只是希望我们能活成他们嘴里的一个谈资，或者是一个笑话。而我们却自投罗网，让自己的身心都囚禁于他们的闲言碎语之中……张悬的《live酒馆300秒》是我很喜欢的一首歌，我估计自己至少曾单曲循环播放这首歌100多遍，其中有这样一句歌词：“笑我吧，或窃窃私语，我觉得轻松……”

# 《论文艺女青年如何培养女王气场》

## 媒体关注与评论

这本书里有关于培养女王气场的内功心法，内外兼修，雌雄同体，无忧无虑，男女通吃。——豆瓣红人福根儿有点厚黑的味道。但是，赤裸裸的很有力量，让欲望燃烧，让自己的“阴暗”膨胀，只有机器和蚁民需要标准来约束，王，不需要。就这样蜕变成女王，让高跟鞋踩碎眼前的一切障碍。——豆友扶晏我觉得这本书其实就是教女人打破那些道德束缚，去勇敢做自己。至于具体的做法，必然是千人千面。不论认可不认可，但这样的实话实说比那些道德高蹈的伪善要好得多，每个女孩子都该看看。——豆友不知道

# 《论文艺女青年如何培养女王气场》

编辑推荐

# 《论文艺女青年如何培养女王气场》

## 名人推荐

这本书里有关于培养女王气场的内功心法，内外兼修，雌雄同体，无忧无虑，男女通吃。——豆瓣红人 福根儿有点厚黑的味道。但是，赤裸裸的很有力量，让欲望燃烧，让自己的“阴暗”膨胀，只有机器和蚁民需要标准来约束，王，不需要。就这样蜕变成女王，让高跟鞋踩碎眼前的一切障碍。——豆友 扶殁我觉得这本书其实就是教女人打破那些道德束缚，去勇敢做自己。至于具体的做法，必然是千人千面。不论认可不认可，但这样的实话实说比那些道德高蹈的伪善要好得多，每个女孩子都该看看。——豆友 不知道

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

### 精彩短评

- 1、两性关系情感专栏成书，适合这个看完Annie Hall的下午。有点犹豫要不要mark出来，因为里面说出了我和很多妹子的心声，但是我没决定要不要say them out loud.后来发现作者原来是汉子，oh well,原来又只是中二症发作而已。
- 2、现在出本书那么容易啊。。我文艺文艺就好了，不用女王啊
- 3、读着玩系列
- 4、看了再来具体评价，看介绍不错！
- 5、男人要学会女人的细致柔韧，女人要学会男人的果敢宽容前段时间看到微博说现在最了不起的人往往都是雌雄同体的，男人要学会女人的细致柔韧，女人要学会男人的果敢宽容之类的话。说得简单一点，就是男女通吃。这类人最容易取悦人，搞定了人际关系，只要能力水平没有低于职位要求的下线，排除靠山背景等因素外，事业一般都会顺风顺水。而这本书里丁老师的相关观点是给女孩们的很中肯的建议。
- 6、其实看见有人喷 我翻完了 感觉很多观点很吻合现在中国姑娘们的生活 我后来慢慢发现不管你写出怎样一部书拍完怎样一部电影 总是会有人喷 有人喜欢 我那喜欢的猜火车都有人喷 所以你管别人怎么看呢 世界观不在一个点上 真的 一千个人有一千个哈姆雷特
- 7、看了好久，只能大只记得这本书的语言风格和输出的三观。
- 8、前四分之一的内容还可以，但后面无法认同，可能是还没入职吧。
- 9、不是一般的一般般
- 10、看到可爱的标题和那么多的推荐才买的,买来才发现,每篇文章只有标题是迷人的.其他都是作者自己乱侃的无聊话而已.全书算是作者的读书笔记,当然作者还是读了一些书的,每篇都只有他的标题和他引用的别人书里的话最有趣,其他只算是旁注而已.如《如何与异性成为生死之交》，这样的题目内容居然只是看到别人写的书的有一句“有时候和异性成为生死之交，至亲好友的途径可能是上一次床。”没... [阅读更多](#)
- 11、好，好一般的书。  
随便翻翻就看完了，感觉也没留下深刻的记忆，就记得让女孩子！自信！  
我再次默默的跟自己讲，我再也不要买这种畅销书啦！
- 12、内容关于性方面多了些，至于气场，内容涉及太少
- 13、读到一半才恍然顿悟原来作者是男性，直言男性本质行文又带点流氓色彩，若是女性我大概会给五星？！（也许把）总之算是比较完整给出了一个男人眼中女性人生方向参考，也算有理有据。5H
- 14、书是密封的，未出现运送中甩出的褶皱。第一次读丁小云的书，看名字以为是位女士，快读完的时候发现原来是位男士。语言平实辛辣，其中的一些观点很新颖，同类的书中很少见到，但是一些观点本人不敢认同。但是对我的现实教育意义依旧很强！书名是《论文艺女青年如何培养女王气场》，整本书读下来未发现具体做法。其实本书的主要思想内容就是如果你内心足够强大，你会快速成功，途径就是自我提升和社会经历。整体来说还是不错的。
- 15、2天看完，快餐书，引了很多话，像文献综述。满纸深藏功与名，细想却不无道理，最后心累。
- 16、挺好看的，就是教你坏，教你不要脸
- 17、写成这样也能出版？
- 18、曾几何时，文艺青年似乎成了一个贬义词。我想之所以会这样，还是因为伪文艺青年太多了。我必须向你坦白，我曾经就是一个伪文艺青年。若干年后，当我用更冷静的眼光审视那时的我自己，我发现某些那时我很喜欢的文艺作品其实只是流行文化工业流水线批量生产的一些蹩脚产品，那时自认为刻骨铭心的某些感情则是对流行文化工业中高度程式化的廉价浪漫的拙劣模仿。那时我认为自己很另类、很有个性，现在感觉那时的自己就像一个类似于“发条橙”的玩偶，几乎彻底丧失了过真实生活的能力.....那些高度程式化的、伪个性化的流行文化产品能起到社会黏合剂的作用，另外也能起到直接或间接刺激过度消费欲望的作用。它们是一种社会洗脑工具，或者也可以说是一种社会压迫工具。我当然不会说喜欢这类流行文化产品的青年就一定是伪文艺青年，但事实就是，当一个年轻人被这类流行文化产品洗脑之后，他的确很容易变成那种极不靠谱儿的伪文艺青年。既然有伪文艺，那自然也就有真文艺。鲁迅当年弃医从文，这里所说的“文”其实就是“文艺”，鲁迅那时是想利用文艺去救国救民的。当然，能否救国救民肯定不是检验真伪文艺的唯一标准。只是真文艺可以让一个人完成

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

自我拯救，完成你一个人的文艺复兴，进而拥有过真实生活的能力。这本文艺女王心经，写给年轻的你，它可以帮助你拥有一颗永远年轻的心，一颗雌雄同体的心，它可以帮助你拥有男女通吃的女王气场，进而成为无忧无虑的文艺女王。（这篇短文是这本书的前言，此前发在豆瓣阅读上的三万多字的电子书是本书的一小部分章节，此次由长江文艺出版社出版的纸质书是完整版。）阅读更多

19、同一个观点，不明白作者为什么要反反复复颠来倒去的重复好几遍，一遍看下来，感觉这本书真的对不起豆瓣6.4的评分

20、豆瓣不知道怎么评这本书的。一句话，女孩子只要能够做到藐视贞操基本就能具有90%以上的女王气质了.....

21、封面我很喜欢。当初是因为朋友的推荐看的，看了一点。买书如山倒看书如抽丝啊，一定要早点看完

22、2016.1

23、基本上是摘录和他人观点转述 但是站对了立场

24、什么东西

25、东拼西凑，胡说八道，价值观有问题

26、文艺女青年必读？哈哈哈！

27、一个男人教女人怎么做女人

28、有些观点和解释真的不错，但我还是觉得是不是应该稍微衡量一下豆瓣红人的水平再决定是否给他们出书

29、不错哦 内容也可以 满意

30、

31、个别句子比较惊悚，算是合格的鸡汤！

32、其实说的还是挺透彻的。

33、内容幽默开放，现代人值得一读的。让传统思想的人突破思想格局。很现实。

34、当时觉得可受激励了，而且觉得有些句子分析还是很到位的啊！

35、前一二辑尚且看得下去，后面的部分就看不下去了。觉得是一本挺鸡肋的书，言辞中也看不出作者有多少文学素养，总之是一本挺形而下的书吧，书中有些观点不敢苟同。

36、观点都不错，但内容多而杂乱。只看目录时期望很高。可能引经据典太多，感觉说的并不深入。基本观点不能同意更多，鼓励女人思想独立，经济独立，做自己！

37、看了一小半了，好看，作者写得真好，相当励志

38、简而言之，对于一个职业女性来说，想要在办公室里拥有更强大的气场，就需要打扮得相对保守一些、中性一些职业女性穿很性感的衣服去上班就会与升职无缘，某种意义上，这条职场戒律是男权社会对于女性的一种禁锢。也许在几十年后的某一天，这条职场戒律就会不复存在，只是在现在，它依旧是职业女性不得不遵守的一个游戏规则，因为只有这样才能让自己看上去很职业、很可信、很权威。--目前瓶颈之一

39、身边细数一下，女汉子还真不少！可是，我们真的愿意做女汉子吗？还不是被时代逼的！在这个男人越来越娘、女人越来越man的时代，只有做女王才是王道！书名我很喜欢，写得也不错，但是我真没想到，作！者！居！然！是！枚！真！汉！子！

40、没有书名那么鸡汤 有的建议比较中肯

41、又一本杜拉拉，但是没有情节。又一本励志书，但是很多流行观点都似曾相识。如果写给年轻女孩吧，我担心她们是修炼不成的，这得靠经历和实践。如果写给女中年吧，会看这本书的都已经形成自己的气场。所以这本书是写给我这样超无聊的人，还会无聊到发评论。。。

42、没读完 读了百分之十五感觉不知所云 强拼硬凑 稍好一点的观点都是采用别人的话

43、休息在家看这本书，真的很爽，很多观点都很认同，那些看起来坏坏的女人，反倒更有趣，更丰富。

44、这本没被开封，还不错，看了再追加

45、对于气场的解读过于狭隘

46、这书里讲的都是从内心变化的，这与其它的书籍很不一样，如果真要变女王，当然得内心强大，书里还有讲些与常理不同的理论，我觉得虽在与我们被教育所学不同，但却是真真正正的真理。

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

- 47、有点坑，很多观点不认同
- 48、出书的门槛愈发低了....不过是“悦己”二字
- 49、读过，打算再读一遍
- 50、本书是为妇女之友写的，读完感觉有种豁然开朗的感觉，同时也让人学会换位思考！
- 51、帮同学买的，豆瓣长期排名靠前
- 52、以我国目前国情和我个人情况来看，这本书可实践性太小，还是要与现实达到相辅相成才可以啊。
- 53、难道这就是社会的现实么。。。
- 54、如何？不择手段
- 55、写得有点偏激片面吧
- 56、看过之后更坚定的走中性风，中短发，黑白灰，热爱着生活。平日也是心有所言，但一般不表露，就默默看着某些人装，但是一开口就惊艳众人，挺好。
- 57、纸上谈兵
- 58、对我这样感情匮乏，经历平淡者来说，还不错。尤其喜欢，她说的与其被动等待被选择，不如主动选择自己想要的！
- 59、看过作者的才买了这本书来看。看完比较失望。
- 60、随便看看就行了~有些文章真的不错~不过因为算是豆瓣的结集~有小部分文章感觉有凑数的嫌疑哟~为了一两句可能点醒你的话~在kindle上买买看看也是可以的~
- 61、出现频率最高的一个词语“肉鸡”，把普通的脚踏实地的平凡女孩比喻为肉鸡，不敢苟同；作者告诉女孩们应该打破社会价值排序，却用社会价值排序来定义女孩们，大篇幅的引用名人名言，没错，是大篇幅的，动不动就用谁谁谁说过来为自己佐证，做重要的是看到四分之三的时候才发现作者是个男的2333333，无语，是工作需要才看的一本书，能够一口气读完，但很多观点貌似标新立异，实则不切实际而且太过鸡汤老套。
- 62、直到阅读到最后几章，才知道原来作者是个男人。越是读到后面越是觉得这男人这么有这般比女人还细腻的想法，这是不是就是作者所谓的雌雄同体？  
书读起来很轻松，其实对我的帮助还是比较大的，因为自己初入职场不过一年，由于种种原因我对于职场还是很陌生。欣喜之余还有许多的忐忑，我自认能够在职场上有自己的风格，但是我也不时地会怀疑是不是自己呆的地方还不够险恶？作者前几章主要讲的职场其实给我这个执意要去上海闯的小女人敲了些许警钟，比如上班场合应该要穿适宜得体的职业装，而不能太显学生气。  
其实整篇文章按照作者题目所言《如何培养女王气场》主要就是两点：1、职场赢家 2、爱情赢家。围绕这两点展开来论述为什么经济独立、人格独立的女人最有魅力。  
文章很轻松诙谐适合悠闲的时候拜读，也是能获得许多生活小tips！
- 63、我的妈
- 64、大部分写的还行，难得的是没有一类成功书励志书给人的说的“很对但回到现实还是不知道该怎么办”的感觉，多多少少还是有所帮助吧。
- 65、应该说此书出现的时机对于当时的我而言真是恰到好处，这本书是有针对性的吧，现在再看应该不会有那么大的赶出了，只是当时太是时候，所以还是稍稍的帮助到了我。
- 66、闲书随便翻了翻，一个中心，培养女王气质，经济独立思想独立
- 67、略读。保持自己的神秘感，保持自己的个性。
- 68、《吃女神食物》【16/10/20】（豆阅）没找见《吃女神食物》这本书，就用作者的另一本书作为打卡记录吧！作者的想法
- 69、有一些观点还可以。我感觉作者属于心里明白，但是语言上表达不出那么犀利和深刻。两三个小时就能看完一本。
- 70、我不是女权，但通篇的肉鸡让人不爽。长微博出了书，就叫书了？

- 1、首先，感谢言即肉身的赠书。阅读时间持续三个工作日。在老板眼皮底下看完整本书的感觉现在还觉得有点心惊肉跳。来京工作2个月又2天，在成都呆久了的自己确实有点不适应北方的生活，而且是这个竞争力不算低的城市。一直以朋友为重心的生活的自己，在这个以金钱为重心的城市里，没有沮丧、没有不安、没有感受到任何“前辈”所说的压力，更没有吃不上饭或者降低了自己的生活水准。而对我来说的困难之处却是这里没有足够的空间容下自己离不开的“文艺”，于是自己在别人的眼中也就有些“丧失过真实生活的能力”。一次公司聚餐上，被公司女王善意的指点“你啊，就是活的太文艺。”我想她想说的其实是我过于“善良”过于“小白兔”，而这就是我自己，是我改不了的脾性。我的生活中，侧重于“生活”，我没有野心，我有时候坚持却不固执。也懂“生命总是靠消耗别人的生命过活的”道理。可我却仍旧活得随性，并在当下努力，希望日后可以以“逍遥”来度过。生命中的“贵人”“机会”等等好词，在自己懂得的道理里远不及“攀爬”来形容人生来的贴切。几十年，全部的人生，就是一个攀爬的过程。The climb is all there is.至于书的本身，固然有这些老人常说的“话糙理不糙”的真理在。可还是摆脱不了过重的个人色彩。整本书的结构和组成像似用各种实例与名家语录甚至是阅读摘抄堆积起来；更多的男欢女爱，掩饰了本书的出发点或者目的性——反而更像是作者在写一类稀有的女人，而这类女人是作者本人想要得到的。书中不断重复一些理论，不是去证明，而是重复，重复原话。穿插不断的花边，陈年旧事重提，过时的结论的抄袭；之后牵强附会的挑选到其中的一两个可以供自己维系男女关系的词汇，然后回归到之上的话题。实属过于牵强的一本。
- 2、若干年后，当我用更冷静的眼光审视那时的我自己，我发现某些那时我很喜欢的文艺作品其实只是流行文化工业流水线批量生产的蹩脚产品，那是自认为刻骨铭心的某些感情则是对流行文化工业中高度程式化的廉价浪漫的拙劣模仿。-----摘录也就是仅仅一年多前的某天或连着很多天的晚上，躺在床上，拿着手机，刷着微博，看着那些所谓的心上的句子，或许那段时间的我真的需要“心语”麻痹自己处于茫然状态的大脑，也就是那些“励志的，感性的心语。”支持我度过了最难的日子，“我不需要多么完美的爱情，我只需要有一个永远不放弃我。”“别人的温暖，我可以期待，但是不会依赖，生命本有温度，何必那么唯诺”“人这种卑鄙的东西，什么都会习惯的”..... 今天的我依旧不否认当时所看的语言对今天的我仍旧在内心起着相当大的作用，偶然还会看着新出的语录，但在内心已经不再依赖那些话支配自己的思想，那是别人的生活，我有自己的生活，我好怕别人打乱我的生活规则，即使我并没有专门对自己的生活规划，但那种内心已经形成的生活习惯不想被无关的人扰乱，往往突发这样的事情，我都会心慌到哭，想到这，我还是想起曾经影响深刻的那句话，我要强大到任何事情都无法扰乱我内心的平和，虽然已经不屑去看，但还是鼓励自己朝那个方向走。貌似有点跑题，但这是我想到的，不想特意把自己定义在文艺女青年，或女王这样的称谓，他会阻止我往前走，或许有人说我走的太快但是这一年已经够慢了，哪怕慢慢行走，但还是往前想，停不下来，也不能停，做好自己.这只是我试读这本书想到的。
- 3、前几天在豆瓣上看了《好女人得到好评，坏女人得到一切》觉得很不错，正好看到同事那有收录了这篇文章的书，用了两天地铁上下班的时间读了下，挺有启发性的，做了摘录。开始以为作者是个真性情的女孩子，因为那种从女性立场出发的行文语气很有欺骗性，后来才发现其实是个真爷们儿，看来作者也是个雌雄共体的得道高人。讲些黄段子的时候，总要加上句“开个玩笑”，有点矫情了呐，在摆脱自己“自尊心”的道路上作者还要努力呐。另外，作者总拿出人类进化之初的道理来解释为什么男人女人头发浓密，腰细，小腹平坦，腿长这类的问题，说这是因为这样的女人是生殖能力强或者性成熟欢迎来上的表现。还有，女人找有钱男人是为了给自己的下一代找更好的保障，这是原始女人求生习惯的遗留。我觉得这样的解释不科学呐。就像，吃素的人说自己吃素是因为人类进化之初就是吃素的，人类的体格是大自然按照吃素的原理设计的。可是，如果一直吃素，我想人类无法进化到现在的食物链顶端吧。除了原始的基因密码，男人女人那点事估计不能用这种原始人类的习惯解释。不然，作者怎么解释现代男人喜欢腰细的，但唐朝人喜欢胖子呢？不能因为你太爷爷当初用夜壶，你起夜就不去蹲马桶了。还有个吐槽点，就是书名很毁书，封面也很悲剧。作者的总体观点就是，做一个真性情的女人，精神自由并且经济独立，不要在意世俗眼光，大胆追求自己想要的。同时，要做个雌雄共体的女人，并不是说要像个爷们儿一样粗鲁、不修边幅，而是要摆脱女性特有的那些敏感、多疑、嫉妒、矫情、狭隘，要做有容量、有见识、有魄力、有主见的女性。做自己想要做的事里面最难的一件事。这句话对我来说是很大的鼓励。作者的观点，大多我很赞同，会持续关注。好好利用起自

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

己的核心人脉，这个也是很多成功人士的秘诀之一。在这本书里，作者叫它“强力10人内部圈”，如何维护这个圈子，如何及时更新这个圈子，跟我在另一本书里看到的企业家建立自己的“私人董事会”异曲同工。一个爱自己不断修炼自己的女人，一个像鲨鱼一样不断向前游的女人，才会迎来更精彩的世界，这是这本书给我的鼓励。链接是我的读书笔记，太长所以没贴过来

：<http://book.douban.com/annotation/27516920/>

4、说来惭愧，小云老师的两本书买了很久，现在却才看完，其中有一本还是《七天治愈拖延症》，小云老师我对不起你！看这本文艺女青年如何成为女王，其实通篇看下来，获得了不少能量。成为女王不是靠造型修饰，要的是一种自信。其实我本人挺自信的（别人非得说我是自恋……他们不懂我，我不怪他们，因为我可自信了……），但是我的这种自信还真不是书里说的那种，因为我仍然摆脱不了对稳定的依赖，对各种安全感的追求，我自己也被社会价值排序牵着鼻子走。就好像当初文理分科，我也没想自己到底适合什么，就听着各位大人们说女孩不适合学理科，上了高中就变笨，就毅然决然的选择了理科，现在虽然并不后悔，但是我还是有一丝的惆怅，我竟然是因为这种理由！我觉得这种急于证明什么的心情真不是真正的自信和强大。而且说真的，关于男孩比女孩聪明这种话题，有一些人是永远坚信的，何必去说服呢？前段时间跟朋友吵架，原因是大家出去玩，非逼着我喝酒，他们明明知道我喝半杯啤酒的后果就是心跳半分钟内直冲120下，呼吸也不畅快，我自然坚持不喝，最后有位朋友竟然生气了，对我说，你心里有我这个朋友你就干了这杯酒，我说我心里有我爸爸妈妈他们让我喝酒我也不会喝的，最后他怒吼，你喝一下能死啊！我说死是死不了，但是活着不舒坦，场面尴尬，最后一伙人不欢而散。这要是以前，我肯定会后悔自己干嘛不喝，把大家搞得这么不开心，自己真是个败兴得人。但是现在我不会了，我觉得朋友之间的互相体谅与尊重蛮重要的，而且我觉得他们也是因为知道我不喝酒才这么起哄，因为场面哄得起来，只要我愿意配合。但是我突然不情愿，每次聚会都要上演这么一码，多没劲啊。有很多朋友说我变了，问他们哪里变了，变好了还是变坏了，又都说不出来，我觉得可能就是我现在这种不再模糊地立场和态度。我的自信和以前不一样了。我可能以前因为自己人缘好觉得自己应该挺好的，可是现在的我知道自己想要的是什么呢而努力去追求去提升，我是因为真正的自己而自信。读小云的那些文字，很多有趣的案例我现在一时也记不起来，但是忘不了当初看时的心情——是啊是啊原来如此啊。有些观念自己也许知道，但却是需要时常拿出来鞭策一下自己。何况小云的文字蛮诙谐的，看看也不觉是说教。突然觉得，我是不是再去翻一遍啊，感觉比拖延症那本深得我心哎！ps一下，好可惜豆瓣的书不能推送到kindle啊，不喜欢用手机看，这可能是我看的这么久的原因吧！为女王，奋斗！

5、强盗的说一句，世界不需要那么多女王。俗话说物以稀为贵，全世界都是女王等于全都不是。不知道从啥时候起，女孩喜欢一窝蜂追求一种气质，神马小清新肥猪流过时之后，女孩们有点迷茫，刚好看到这本骗钱的书，突然像睡醒了似的，开始追求起神马女王气质。现在我身边的女孩，一个个霸气的要命，都感觉地球围绕自己转，也不瞅瞅自己几斤几两。小时候学的一句成语盛气凌人漫天介的飞。看人时候眼睛都顶脑袋上去了，说话也不会好好说了，每天小高跟梆梆的踏进别人的办公室，颐指气使的教育大家该如何如何。我想说，这个画面跟您的年龄真是混搭。你还真以为自己是谁的爷啊！不知道谁说过，世间最好混的女孩是那种天使脸孔，一肚子坏水的。因为别人看到她们的脸就不知防备，容易被忽悠。女王们，醒醒吧！一个年轻女孩，有修养的、得体的、礼貌的跟长辈同辈晚辈说话不好吗？学不会谦卑的人永远没法真正长大！那么女王到底能不能当？我的结论是：能！但是要看年龄和阅历。读万卷书行万里路，到了三四十，有了一定的社会地位和社会经验，赢得到相应的社会身份，自然就进化成女王，而且是真正的女王！普通人想像女明星那样在二十几就摆什么女王谱，简直是做梦。您有神马资格啊？！就像想把走红地毯的衣服穿到大街上的人，一定他妈的脑子有病！

6、看了丁小云的《论文艺女青年如何培养女王气场》，记点感悟。1.人总是矛盾的，渴求真爱但是又怀疑真爱，讨厌某些人但是在同时嫉妒她们。我们所要做的就是这种矛盾平衡对我们的成长，获得自由生活有利的一方面，而不是妄想调和它，人生而来的矛盾本身无法调和。2.作为一个女性永远不能把自己视为男人的附属，什么都为了取悦男人而做，与其取悦男人，你不如取悦自己。3.首先要经济独立，最终目标实现财务自由，财务自由了才能真正自由。否则就会为了很多微不足道的事情（能用钱解决的问题都不是问题）失去自我。4.真正的爱与被爱的能力，不是对一个人死皮赖脸的好，不是对他无微不至的关心，而是你能让他看见更自由更快乐的世界。你永远无法真正的拥有对方，所以要培养自己经得起失败的能力。5.人生是自己的，不要太在乎他人，大众说什么。他们说的和想的可能不是一码事，没人会对你的人生负责。6.扩大交际圈，增加可能性，不要固

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

步自封孤芳自赏。清高往往不意味着聪慧而是愚蠢。 7.了解世界，更要了解自身。了解自己的长处与潜能，发挥出自己最大的能力，理性分析是一把利器，未经审视的人生不值得过。 8.很多所谓的社会公德和道德标杆只是千百年来统治者愚民的政策，或者是男人把女人变成肉鸡的手段，不要迷失在人云亦云里，自己思考。 其实这本书的内容观点不算新颖，很多相似的书也阐述过相似的观点，但是这本书的优点在于它很少主观臆断的成分，国人写的书如此犀利的也很少了。赞。

7、首先，我看到书名之后，不会去阅读这个，对这个话题不怎么感兴趣，所以也不敢评价本书的内容，喜欢的人可以去看看。我就针对看到这篇书名之后的感受与现实中的发现做个阐述吧。现实中认识很多人，但更多时候感觉到的是矫揉造作，让我想起那句“少年不知愁滋味，为赋新词强说愁。”我不会刻意去说谁属于那种，文艺？普通？自我感觉做真实的自己就好，没必要为了别人的一句说辞也一直在扮演那个原本不属于自己的东西，久而久之，会忘了自我。

8、《论文艺女青年如何培养女王气场》是我在豆瓣阅读上买的第一本书，还是在豆瓣还支持Kindle推送的那个蜜月年代。时隔大半年，看到豆瓣推出写书评赠Kindle的活动，竟然依然是这本书的营销活动！不愧为豆瓣阅读销量排名第一的作者倾心之作。由于预感到《论文艺》的精准定位和强力营销会被收入下个十年的市场营销教科书，所以实在忍不住掺和一下，聊表一个文艺女青年对文艺市场化的崇高敬意。有人这样评价畅销书体系：无非是找一个心灵鸡汤的腔调或是童叟尽知的烂大街理论，把它生涩如鱼骨的本体裹上丰满的面浆，下个油锅炸得喷香酥脆，再淋点酱汁来得浓郁爽口。可是读者咀嚼到最后，无非还是那堆没肉的鱼骨，吸不到半点营养。在我看来，写这个评价的人多少是有点吃不着葡萄说葡萄酸的。文字市场化和快文化的春秋大势滚滚而来，坚持写100字以上的微博就算是文化人了，能把一本畅销书看完就已经有学者的气势了。还嫌弃畅销书的深度不够，简直是打击大批“学者”的学术积极性了。不过，这段酸倒牙的评价倒是给了我们评价畅销书的一个可行方案：先找到鱼骨所在，再研究研究它的烹饪加工手法，如果再有点心思，可以再看看它的摆盘定价什么的，关于《论文艺》的剥皮拆骨，且听我娓娓道来。我想，《论文艺》的作者一定是佛教白骨观的笃信者，通篇所述，莫不过教人看破五蕴，突破社会的价值排序和自身的隐形束缚，看到如白骨森森的事态实质，才放下无谓的贪嗔痴，练就女王心态。《心经》中“照见五蕴皆空，度一切苦厄”，一语戳中了女王气场理论的脊梁。至于全文的烹饪方法，我觉得这才是这本书的精华所在。”只要我们屈服于社会价值的排序，在心理上就注定要过一种风雨飘摇的生活。“生活在这个充满了荒谬、欺骗、谎言和陷阱的世界，你需要一些强大的、深刻的、生机勃勃的思想。”书中充满煽动力的号召和活色生香的用词，是丁小云这位鱼骨烘焙师的拿手绝活。在数十个媒体开设专栏的她，写下这些或俏皮或端庄的文字想必已经是驾轻就熟，难能可贵的是，在长达六个篇章的冗长论述中，她依然能巧妙周旋，短话长说，小理大论，把同一个理论在不同生活领域的重复应用安排得错落有致，只让食客吃得层次丰富，却不觉油腻乏味。说回全文的核心理念：叫人看破社会的肉身，识白骨而弃嗔痴，其实在《论文艺》这本书的整个策划和营销过程当中就得到了深刻而有效的践行。在今天的文艺环境当中，似乎没有一本书甚至一个理论可以长期霸占营销对象的视野，更别提俘虏一群人的思想和心灵了。碎片化的信息占据了我们的世界，“阅后即焚”的功能在读者脑海中自动运行，“看过就忘”不能算作对知识的薄情寡性，能让人记得个只言片语就是营销的巨大成功了。所以在这样的一个时期，成功运作一本书的营销，简直像是小太监想把自家妹子从宫女捧成贵妃那样艰难。但《论文艺》践行了作者主推的白骨观，在文化出版行业看似惨淡的光景下洞察了合适的产品依然能在合适的渠道卖给合适的人这一营销真相。于是针对充斥着文艺女青年的豆瓣阅读渠道打造了《论文艺女青年如何培养女王气场》这只产品。满满的文艺腔调和培养女王气场的蓝图给本来干巴巴的理论穿上了大合时宜的晚装，以1.89的白菜价向豆瓣阅读表达了誓与渠道共存亡的忠心，于是得到良好的陈列位置，向着他的目标受众款款走来。在得到豆瓣阅读销售第一的位置后，再适时推出新瓶旧酒的完整版，并以第二次购买送优惠券的超市常用促销法收获了第二桶金。或许是我庸俗，暂时抛开这本书的文学意义不谈，只把它与饼干汽水看作一类。不过，总体来说，全书读罢的观感：这实在是一本让人酣畅让人重新对生活充满希望的消遣书。这份消遣的价值不知道能不能算得上“伟大”，但那些伟大的手机与汽水，其文化意义不也是如此么？

9、在选本书的标签时，点了文艺青年枕边书这一选项后的2秒内就删除了。严格上来说，这本书还是不够有分量。书的包装和封面设计我倒是蛮喜欢的。至少很有特色，但整本书也只有封面有些意思了。小丁说的很多道理，其实啊，我们都懂。是的，就是老生常谈的那些，笔记我倒是记了几页，回头一看，哟，全都是他引用别人曰的。所以，没有什么独特新颖的见解，还是那些，旧瓶装新瓶而已

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

。不过我看到中间时候写的一句“不敢追女孩子了”，一吓，他是啦啦？？？不会的，哇靠，是个男的~然后，真是个男的，丁小云。好吧，那加一分。论文艺青年如何培养女王气场，首先，这本书都没有文艺青年的内容，是针对大部分女性而言，而不是指文艺青年。本书的内容就是女王，是一种心理结构，首先我们要打破自己社会价值排序，然后实现经济独立，不要纠结于小事，不要啰嗦话唠。其实我早就知道了啦，唉。一分给文笔流畅，两分给性别男，两分给封面设计。ps：有人需要这本书么，亚马逊买的，九点五成新。10元限厦门。

10、众所周知，豆瓣上有很多“大神”，自以为是的“大神”。他们评论电影《不二神探》还不如刘劳模的《富春山居图》，他们给出了各种差评以证明自己品味之高。我倒觉得借用这部电影来评论丁小云同志的《论文艺女青年如何培养女王气场》真是刚好。这是一本三观不正的书，正如《不二神探》也是一部三观不正的电影。为什么这么说呢？这是因为文艺女王有三品：下品霸气侧漏如柳岩，她们有S型的身材和深不可测的事业线；中品雌雄同体如李宇春，她们文舞双全男女通杀；上品内敛含蓄如黄菡、林曦（新浪微博名林糊糊），她们看似毫无气场其实气场十足。如果你是女文青，你想不想修炼成上品？可是丁同志只教下品和中品的修炼却不教上品的修炼。《不二神探》中出现了各种美女，最后居然都迷倒在柳岩的裙下，难道陈妍希刘诗诗连下品都算不上？《论》一书一上来就说到打扮化妆的问题，作者借一个性感女人在银行工作十五年却从未升职的例子来说明职业女性在职场中要打扮得相对保守中性，这一点提得很好。问题是，“然后再把自己打扮得更时尚一些，更高贵一些，更像女王一些”具体应该怎么做，作者却没有提及。这就好比我们看《不二》会觉得柳岩露得太多了，再看刘诗诗又觉得太保守了，那中间状态是什么呢？怎么做呢？找不到答案。刚说完打扮，作者就把自己前面的说法颠覆掉了。作者提到了石勇的社会价值排序，建议读者“剥去对方的社会包装”，“运用智力在他们面前表演”。简而言之，就是让读者忽视别人的外表，巧妙地在别人面前装，让别人重视你的外表。这让我又一次想起《不二》中柳岩的每一次出场都如翻滚的肉团，让人惊心动魄。以上是作者讲到的向外求的方法，接着作者又介绍了向内求的方法。用作者自己的话说：“努力向外追求，让自己的身体有一个可以栖居的家”，“努力向内追求，让自己的心也有一个栖居的家。这样身心就皆有家可归了。”女性读者可以这么做：一、在兽性和人性之间找到一个平衡点（学会男人所特有的那种坦然的自私，如何理解这一点请看《不二》中的文章），在此基础上尽力活得更真实一点。二、把心思花在学习上如何把自己的生活变得更有趣这件事上。三、多读一些拥有大格局的心的人写的书，多结交一些拥有一颗大格局的心的人，主动地去多经历一些事儿……（这里应该给出一个推荐书单的！）四、通过尽量少说话学习拒绝的艺术让自己变得神秘。……作者还讲到了“泡真命天子的艺术”。在《不二》中刘诗诗的几任男友都被柳岩所勾走，后来又想吃回头草，这是因为柳岩不能做到“天下事，愈急则愈远，愈迎则愈拒。当使意自转，反相求。”也就是说，最高明的追求方法是你能给予，让对方渴求你，而不是你去渴求对方。《不二》中的柳岩恰恰犯的就是这个错误。因此作者建议女读者们多谈几次恋爱，因为这样能提高眼光和判断能力，让你更了解男人。作者认为：“处女情结是一种爱无能。”他不赞同将女性物化，也不认同女性天生就是弱小。他建议女性读者要实现经济独立，要拥有足够的自觉，要拥有独特的价值观，要懂得去爱自己……他抨击中国男人是“只会性交不会做爱”，所以我认为，其实男性读者也可以好好看一看这本书。最后作者还谈及了他对爱情的看法，我一直认为，每一个人对爱情的理解都可以是正确的，只要他自己觉得舒服就行，所以，关于爱情，我觉得最重要的，就是给爱自由。以上就是我对丁同志《论》一书的评论，我很认真地看了，也很认真地写了评论，感谢豆瓣阅读让我在打开这本书时就看到丁同志那么温暖的赠言。

11、如作者前言所说，确实在伪文艺青年太多了，文艺青年已然成为了一个贬义词。鲁迅弃医从文希望救国救民，其实只是自我精神境界的拯救和解放。所以说，文艺并不代表真正生活的能力。气场女王在生理特性上不一定要雌雄同体，从心理构建方面一定要雌雄同体。张国荣、林青霞，范冰冰、周迅，作者举的例子在一定程度上代表着男性或者很多人心目中气场强大的典范，在生活中任何时候内心强大反应敏捷，高姿态的保持着范儿。文艺女青年不管是否女王，感情上都带着些许的病态美。书中某章节序言的一句话很到位，甚至我认为到了22岁大学毕业后，没人把你床上的笨拙不解风情当成纯情，与其扭捏作态，不如找准G点各取所需的欢愉。爱是如何做出来的，正如毕加索所说，女人的脸是她的画布，她每天都在上面画从前的自己。书的后半部分在告诉女人如何取悦男人，长发、性感嘴唇、细长美腿，快乐就是还有腰的时候。最后阐述的观点还是赞同的，一定要爱自己，做自己。个性特征明显，人格魅力就会大很多。就像最平常的看到某种事物自然联想到某个人，提到某个人会赋予她很多关键词和标签，而不是临场搜肠刮肚。最后，男人视角的女王气场和女性审美的女王气场

还是很大差异的。

12、本书给人一种耳目清新的感觉，乍看是一本为文艺女青年正名的内涵书，越往后面读，越加体会到，其实不是这样的。略带调侃意味，也略带对这个社会的讽刺，把那一块块脆弱的遮羞布都一一掀扯开来，将浑厚的女王功力悉数传授开来...作者文字犀利，开头便来上这么一段：“曾听过这样一种说法：大胸有气场，小胸有气质。我原来觉得这种说法有点道理，但后来我发现很多气场很大的女人都是“飞机场”。虽然据科学研究，胸大的女人的智商普遍要比胸小的女人高一些，但鉴于很多很漂亮的大胸女人让自己活成了一个花瓶，甚至是活成了一只任由社会宰割的肉鸡。所以现在的我更倾向于这样去看待身材与气场的关系，即大胸不如大气场，魔鬼身材不如女王气场。”作为屌丝男，看到这样的文字，怎能叫人止得住那继续翻下去的手，甚是爽快地带着往后的爽朗文字。“关于领带这东西，据说弗洛伊德老师说领带象征着男性的生殖器，同时也是权力的象征。而我个人认为领带更像是社会套在男性脖子上的一根狗链子，它起到一种约束作用，社会通过领带暗示男性：你的脖子掌握在我手里呢。”这等略带骚味，刺激荷尔蒙的舶来之说，让鄙人这个吃撑了流言蜚语却依旧来者不拒的网络潜水鳖都叹为观止，这等说法，真来劲儿，我喜欢！带着残余的兴奋劲儿，接下来该膜拜膜拜GaGale女王了。GaGale这位女王范话题，永远无法跨越无视的神一般存在。在作者法眼看来，道是：“越来越多的现代女性变得越来越中性化，越来越有雌雄同体的女王范儿，她们希望自己的命运可以由自己来主宰。”好一雌雄同体给得如此贴切的解释，直击关键，其创作并演唱的歌曲契合了21世纪的这样一种时代精神：爷么儿范儿！“让自己拥有女王气场，这是最有效的竞争手段之一，因为女王气场是可以男女通吃的。”作者如是说。紧接着，作者敏锐的嗅觉将我们的视野带飘忽到了米国：“据说很多美国女孩都无师自通地掌握了这样一条升职秘诀，即学会假装性高潮的技巧，并用该技巧睡服她们的领导。看来不仅中国有潜规则，美国同样也有潜规则。”于是，孤陋寡闻的屌丝我又长见识了...频繁的幽默轰炸，诙谐的中国式笑话，将这个被迫造就许多女王范儿的国度，在疾驰的脚步声中，最后的遮羞布被无情掀开...“在中国（这个限定很重要），面对阶层基本固化，个人上升空间逼仄，除了姿色、‘升职器’、拼爹、拼夫之外，能力还真的只是必要非充分条件。别的例子不知道，我们单位一个去年升主编助理的女孩，人很好，特和善，能力足够，但关键是吃苦耐劳、超出常人几倍的能干活，真是拿命换机会。“不露‘升职器’和‘事业线’也能升职加薪。只要能搞得定客户，加得了班，和老板吃饭的时候会讲话就OK了。”“我曾听说有个女孩穿那种很文艺的长裙挤北京早高峰时的八通线地铁，正当她奋力往里挤的时候，有人可能从后面踩住或刮住了她的裙子，结果瞬间之内她身上就只剩三点式了”肉食的世界里，培养女王范儿的需求越来越猛烈了。掀完了这书，仿佛眼前浮现出如此一般场景：在人潮攒拥、疾驰着的现代化都市之上，一位位的女青年们，自信地昂首阔步，意气风发地步入人群中，随即在拥挤的人群中让开了一条路...神州大地之上，发生着星点变化，逐渐，掀起一阵女王风暴...

13、是女王也是小女子看着玩的，顺便了解下”何为文艺女青年的女王气场”。书中作者一个女人“对无法拿走的东西”下了个定义，“在我看来，一个女人让自己实现经济独立和精神独立的能力，通过不断阅书、阅人、阅世、阅己而获得的智慧和魅力，因为很努力才没有被社会泯灭的独特个性，以及因为拥有这些能力、智慧、魅力以及个性进而自然产生的女王气场等，这些都是别人无法拿走的东西。”——基本能概括本书对女王气场的理解了。其实女王不过是个名称，也可以说是女强人，女性成功人士，只是没有女王听起来高大上。对于一个优秀女性的定位比较片面，这里的女王主要指事业型的女性。作者还提出了“雌雄人”的概念，认为中性是一种更为强大的存在。而在我看来，女性特质是种非常宝贵的东西，甚至一些缺点。例如敏感、情绪化、有时候会歇斯底里，那又如何呢？我是一位女性，女性就是这样。这并不妨碍什么，只要你明白自己、了解自己，并注意自控，自控是每个渴望成功的人都应该做到的。还记得一个TED演讲，建议女性爱护好心中的那个小女孩，天真懵懂，编织些不着边际的美梦，充满独有的力量，让你对世界有更深感受，治愈内心。毕竟无论情况多糟糕，买块糖吧，她也会开心一刻。嗯，这本书的实践指导性不好，书中提出的诸如人格独立、财务自由、性观念等都是写老生常谈，而且往往只是指出问题，然后喊口号“成为女王就能解决一切得到一切了”，但具体怎么成为女王没有多少涉猎。也讲了些职场手段之类，非常阴柔。作者认为自己尊重女性身体的同时，又认为把身体作为一种手段也无不可，毕竟是种选择。我想没有比这更物化的了，或者说，在一本”如何成为男神“的指导书里，同样强调利用男性魅力，但绝不会直指肉体交易。实际上，女性还有成千上百种成功的方式，更好而且没有后遗症。而女性爱护自己的身体，塑造自己的身体，也当是一种对美的追求。最后，和它的标题不符，这本书的受众并不是文艺女青年，而是一般

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

女青年。至少赛过看甄嬛传和宫心计认识“女王气场”。至于封面清新可人，标题又有趣味，摆在那也挺好。若说是什么指导书，还是算了吧。

14、网上有个段子：follow my heart就是从心，也就是怂。当然这只是一个段子一个梗而已，现实生活中没有谁会鄙视一个能从心行动的人。相反，一个从心的人因为坚定的执行力反而透露出一股强大的气场。气场这玩意儿你说和人性格半毛钱关系都没有那是唬人的呢。有人天生就一副小鸟依人的性格，而有人就一直是天不怕地不怕的大大咧咧的大姐大，这都和家庭环境教育背景以及个人的性格有着很负责的关系。其实内心如果足够强大，精神足够独立，能从心而为，不必成为女王，自然散发着独立自信的气场。

从心，我脑海里第一个想到的就是《泰坦尼克号》里的露丝，她在被jack从桎梏中解救出来后重获新生，从心开始，完全活出了自己的轨迹。自由的追求所有的喜好，骑马，飞行。。。自由，是所有精神独立的前提。可是话又说回来，这世间有几人能够真正做到事事从心，在这世上，我们都不可避免的在会碰到各种墙，只能按照社会给好的路线前行。而有人能打破这堵墙，这些人相对来说能承担更多的风险能表现的更加无畏，于是他们就活出了一些平常人所羡慕的样子。这些这道理大家都知道，只是知易行难，尤其是面临自己天生的弱点的时候。

靠一本书让自己的性格气场来个天翻地覆的大逆转是痴人说梦。更何况这本书里讨论的更多是一些作者对于当代女性与男性之间的一些关系。其实，把这本书定位到作者的杂感、随笔、甚至读书笔记都不算过分，所以这个名字取得确实是有点坑。但是书里讲到的很多观点：处女情结，正确的恋爱观，男性的占有欲，女性对于有钱男人的依附感。。。等等都很有趣，也能矫正当下很多人有些畸形的三观。

15、首先感谢丁老湿赠书，拖延症患者表示拖了好久才看完，看完之后拖了好久才来写评论。很奇怪，读第一遍的时候比较有感触，但是由于是用手机看的，没有及时把那些感触记下来。待到读第二遍的时候，细细琢磨，竟然没了当初第一次看时候的那种很深感触。径直想到了身边有一个很典型的女王气质女生，内外兼修。似乎永远都清楚自己想要什么，对过往的感情不拖泥带水，一直踩着男人的肩膀往上爬。境界之高让我辈望尘莫及。最后，为了点题，放上思维导图【在这评论不能插图啊？】

http://photo.weibo.com/2300232454/wbphotos/large/photo\_id/3527191407044523?refer=weibofeedv5作者：扑朔迷离小马甲（豆瓣ID：<http://www.douban.com/people/moitoi/>）

16、虽然这本小书是写给女童鞋读的，但还是吸引了我等伪文艺男青年。本书的核心思想与《世界如此险恶，你要内心强大》观点一脉相承之处。重点强调内心建设，由内及外。但要做到真正的内心强大岂一日之功。现如今的年轻人读书的少，浮躁的多，读完后冷静思考之的少之又少。但是光靠冷静思考终不能解决问题，你还得行动，行动之后还得反思。否则一切皆为镜中花，水中月。就这样，折上折，培养女王气质何其难，难于上青天。鉴于此，作者同时给出了一些由外及内的实用性建议。譬如女人的化妆术，职场气场女王的几点建议，尤其是前者更具可操作性。作者讲故事的能力非同一般，古今中外名人说过的话信手拈来，旁征博引，甚至还有经济学家郎咸平的箴言，确实值得喝彩。作者以其敏锐的洞察力揭示了很多生活中隐藏的罪恶，譬如“大部分人认为正确的其实很有可能是错误的”，要求文艺女青年大胆打破传统道德对女人的束缚。作者借用尼彩的话对“人生最本质的真相”作论述带有强烈的哲学色彩，足以让我们这些伪文艺小辈费一番脑子理解了。全书关于人的动物本能的论据十分常见，可以看出作者对人类进化学有所研究。这足以说明作家这个行当真是一个费神费力的职业，无论哪一领域的内容都要多少研究一下，有些甚至还要深入研究，譬如心理学，社会学等等。不过要是把它当做兴趣，爱好来做也就另当别论了。当然，全书还有很多新颖，有意义的观点值得探讨。纵然全书带有些许说教性色彩，但是大量有趣的例证足矣掩饰这一不足。但本书绝不是成功学之流，靠精神鼓励给读者打鸡血，而是期望广大文艺女青年首先要认清自己，然后再改变自己，以达到修炼成女王的目的。对于广大奋斗在女王道路上的女青年来说，值得一读。

17、丁小云这本书的标题确实没太起好，既不犀利也不毒舌，一点也不符合丁老师的特点——至少要让读者准备好面对血淋淋现实的勇气。身为那个全国唯一的“女性学”的毕业生，发现丁老师这样有性别视角的男性就像2010年李明舜教授获得“最受女性欢迎男性奖”一样激动，激动到可以忽视他的一切始终一针见血和偶尔阴阳怪气。在阅读这本书的时候我在内心也有一个盘点清单，对比自己的文青小毛病，筛选自己的女王大气质，冷静客观的剖析一下自己，绝不为被戳中骂娘，也不为命中优势沾沾自喜。顺便吐槽一下豆瓣阅读。最近阅读量正在努力攀升，同期在使用的电子阅读器有多看阅读（精校版，更新快，资源多，价格适中，而且每日一本限免）和书香云集（资源多，更新快，全免费），豆瓣的优势是支持PC端网页阅读（完胜），劣势是不能做书摘不能写注评（多看完胜），书价相

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

对目前电子书市场价偏高且资源有限（书香云集完胜），所以除了目的性特别强（比如读丁老师赠书这样有意义的事），我基本很少上豆瓣阅读（豆娘你怎么提示我想看的书已上架我也基本不去……）回归正题。我一直自诩还是一个努力工作努力生活、热情积极勤劳上进的好姑娘，抗压克难的时候一点也不差于任何一个汉子，风花雪月起来也是一个地道纯粹的女子，被一个三十岁的未婚姐姐告诫“永远不要寄希望于一个旁人能够改变你的现状”并始终铭记于心，但是工作到极端困苦疲劳的时候也会幻想希望有一个白马王子驾着七彩祥云来娶我，从此过上不必劳心劳力看人脸色、每天喝茶看书看电影逛小店的悠闲生活。可是幻想归幻想，幻想的最后结局一般都是“我要努力工作努力赚钱过上那样的生活”。前阵子工作上接触到一位职业女性，现在欧洲最大的私募基金唯一的一位女性董事合伙人（MD）。PE这个圈子里做到中层以上女性就已经极其稀少，何况到了高层，完全就是凤毛麟角。这位女MD每次吃饭应酬的时候必要吟诗作赋，风花雪月的一塌糊涂，对吃喝玩乐样样精通，绝对是一个正牌文艺女青年！女MD手底下有三只汉子，分别毕业于全球TOP100的MBA或者硕士，据说女MD发飙的时候三只汉子完全不敢吱声，女王霸气十足！题外话，女MD嫁的是一德国帅哥，养了三只萌宠，用某男老板的话说：“那气场……除了老外谁敢娶她？”前阵子跟朋友聊起来社交能力的问题，我说我现在社交能力退化了很多，想我从小学的时候开始就天天呼朋引伴，每天各种人来我家玩或者来叫我出去玩，后来一直到上高中的时候开始就逐渐弱了下来，贴心贴肺的朋友日渐稀少，活到如今朋友圈子经过努力经营还算有那么几个，但是能够随叫随到或者能要求我随叫随到的朋友已然数不出来几个。朋友批评我，说我不是不会，而是没花更多的时间和精力在社交上，与人打交道这事儿跟种地一样，一分耕耘一分收获，时间和精力花在哪里，收获就出在哪里。其实每个社交女王牺牲了多少自己的工作与生活，只有社交女王自己知道。再说说门当户对问题，读完《文艺\*女王》的时候顺便看了《为何寒门难出贵子》，顺带琢磨了一下之前看美剧《绯闻女孩》和《傲骨贤妻》时候对家族价值的反省，以及是哪个豆瓣红人回答问题告诫某些犹疑不定的女孩子“你的辛苦或付出是为了下一代的获得”诸如此类。也是和一个朋友聊天的时候，说起来我关系最好的那个小妹妹，同学许多年，顺带还一起北漂了一年，然后她被娘亲大人拎回家去进事业单位，我留在北京继续被资本家剥削。说起来我们小时候是怎么变成好姐妹的。其实小学的时候我们俩并没有多么亲密，只是好同学，基本井水不犯河水。后来小学毕业的暑假两家每天黄昏会到广场遛弯，刚好我俩的父母都分别给我们买了旱冰鞋，于是每天两个小朋友手拉手滑旱冰，父母在一旁遛弯聊天喝冷饮。一个暑假下来我们就变得亲密无间了。如今反思起来，我俩最后关系密切其实也托我俩家庭背景的幸福。我们家庭条件差不多，在小地方都略有社会地位，比同班或同年级的其他同学略好一些，两个人的见识、家庭教育观念、消费水平都差不多，所以互相之间从来没有过“自卑”或“羡慕”或“惊艳”之类的情绪，完全无障碍平等家庭沟通，直至今日。我想这跟两个人相似阶层的家庭背景息息相关。再扯扯我自己的经历，工作一段时间以后社交圈子不断扩大，慢慢也认识了一些各种二代或普通的“有钱人家的孩子”，相对小时候的优越感自然早就无影无踪，当自己分不清红酒的优劣没去过那么多国家没见过那么多世面的时候，只好装各色的文艺女青年，丝毫摆不出女王气场。所以很多小文青并非真的文艺或真的青年，不排除很多姑娘有着彻头彻尾的“不自信”，而同时这些姑娘又读过很多亦舒or三毛，所以另辟蹊径希望通过矫情的小情绪可以让自己与众不同吧。其实豆瓣上的许多著名文艺女青年以及生活中见过的许多典型文艺女青年，都是可以在需要时有着非常充足的女王气场的，我想这跟家庭教育和物质条件都脱不了干系，因为大量的阅读、音乐、电影、话剧、美食、旅行……都是需要物质条件来支持的。有一阵子换了个部门，对外常跟市场公关圈子里的人打交道，发现偶尔装装小P孩小姑娘要资源还蛮有效，所以那一阵子就特别温柔可爱，以至于有一个追了我一阵子的男生后来说我“你跟我以前对你的感觉不一样”然后就杳无音讯了。我心理当时那个窝火啊，你大爷的，精明强干你丫的嫌姑娘强势，温柔可爱了你丫的又嫌没气场！得了，不伺候了，我就这样，爱咋咋地！前几天在友邻的日志下面看到一个女孩子怨气十足的抱怨男人，她小时候（或者年轻的时候）是一个温柔可爱充满好奇心的小姑娘，然后现在被她的男人逼的像一个泼妇一样坚硬尖锐，那个回复我看着都觉得心里揪扯。我就想啊，其实泡豆瓣这三四年，豆瓣有过一个很明显的舆论趋势，几年前舆论倡导姑娘们要和男人同甘共苦，于是大家都在宣扬“我和你同甘共苦的决心”，三四年过去了，现在又普遍在强调“姑娘你不要太难取悦了！”“，于是大家又都在宣扬”我独立自主“或者”你给我钱就好了“……其实归根结底，就是舆论在被掌握话语权的男人们掌握了，三四年前豆瓣的主流70末80初群体还在苦苦奋斗的尾巴上，估计如今相当一部分已经事业安稳，于是无论他们怎么说80后90后小姑娘们都在被牵着鼻子走。其实姑娘们啊，不管你是什样子，愿意同甘共苦或者只要有钱就好，爱你的人始终会爱你，不爱你的

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

人不论怎样都不会爱你。话题扯得有点远了，其实结合我见过的“文青”和“女王”们，再结合我自己的感受，关于女王气场其实非常简单——拥有一份你热爱的、愿意为之付出的、你能够为之感到骄傲的事业——无论是一份行政工作还是打杂或者开个小店或任何其他事情，只要你能视之为“事业”，你就能够慢慢培养并流露出你的女王气质，那份气质可以保护你走的更远，保佑你得到更多，助你获得Mr.Right的亲睐，帮你养育健康积极的小孩。总之，会让你这一生过得安全、丰满和充实。

18、气场气场在哪里知道这本书很久了，因为这个霸气的名字。还有那本《7天治愈拖延症》，畅销得无以复加。但我一直一起丁小云是女作者，读这本书才知道是男性。也是，不然怎么叫妇女之友呢，和沈宏非、彭浩翔之类写情感专栏的男作家有一拼了。不过这本书和之前想象的不太一样。大概是题目太学术了，读来感觉内容有些散，个别句子重复。当然了，史论结合、通俗易懂，再加上很多精辟的警句，还是比较容易理解的。话说自己也经常自诩为文艺女青年一枚，但自觉气场较弱甚至没有，所以想读此书以提高气场。不过读了之后发现指导性和操作性也不是很强。可能气场的培养不是一朝一夕的事，简单说就是加强修养，增加阅历呗。所以呢，慢慢来就成。还有价值观，如果你不认同书中的价值观，那也不用培养了。而且此书其实并不针对文艺女青年，普通青年、213青年乃至屌丝，读了都会大有裨益。女人就是有很多面，可以勇敢可以温柔，职场一面，家庭一面。如今女人不好当，雌雄同体、男女通吃，着实不易。大概气场也有天生的因素，有的女生就是女王范儿，像《小时代》中的顾里，还有我身边一同学，就是给人感觉很凶很厉害能镇住人。所以，或许我天生气场就是这种呆萌型的，弱就弱吧，咱走亲民路线，老实腼腆，未尝不可。

19、“原话记不得了，大意如此。” “我把心给你了，身体给了他。” “将女性的身体物化” “大多数女人只能一次又一次怀孕” “千年宿便” “最原始的本能”

”你不仅可以得到很多很多的爱，还有可能得到很多很多的钱。” 原话记不得了，大意如此。总之就是不断的车轱辘话左一遍右一遍来回说，重复的部分多的令人发指——骗稿费不是这么骗法请有点职业道德好吗。要是哪个女青年打算拿着这本书打算培养一下自己的女王气场——我倒是很好奇到底会养出个什么玩意。前半段勉强能看看，后半段——后半段说的啥我都不记得了——再看一眼作者的名字我操你叫什么丁小云你干脆叫不知所云好了哇。你是传销公司出来的么重复重复再重复的意思是要给读者洗脑么？？请还我钱，谢谢。

20、昨晚在图书馆借书的时候，偶然瞥到畅销书一栏，这本书打着豆瓣最受关注非虚构作品的旗号，标题确实也比较...鸡血。一个早上把书给啃完了，但这标题和内容真的没半毛钱关系好不好，欺骗感情。书里面最多写的就是男欢女爱，以及研究人的生殖本能了。大部分内容无爱，但有些地方还是蛮喜欢的。比如说你要挣脱这个社会给你的道德束缚，问问你的内心，你想要的究竟是什么。不要过于专注各种琐碎的小事中。所谓正常的很可能是不正常的。要一直往前走，不要死宅在宿舍和家里很多时候，一个人之所以感到痛苦，就是因为被一个小圈子完全限制住了，于是每天只能循规蹈矩，过着混吃等死的生活。不要把自己的欲望强加在别人身上。做自己。人就这一生，有人希望平平淡淡，有人喜欢轰轰烈烈。你自己想要什么，就勇敢的不顾一切的去做吧。

21、看本书的标题第一感觉以为是会教你具体该如何培养，看了之后才发现具体方法比较空洞，而且大部分笔墨都用来证明其他很多零碎的道理去了。书中用很多事例证明女王都是雌性同体的，但其实并非一个女人雌雄同体了，这个人就会成为女王。随后谈到了要成为雌雄同体的女王，就要通过独立思考，重建价值观，但又没告诉读者该如何来重建，举的例子又是一个在中国来说正常得不能再正常的关于租房的要求，而且一般人都会符合，这是否是想告诉读者这些一般人的社会观念该重建？后来又论证了只要坚持想做的而不是想要的，转化为物质的主人，就可以进化成雌雄同体的气场女王。其实这是有前提的，如果想做的方向是错的，坚持的结果只可能是悲剧，也就是说这个前提是你所做的事情要是正面的、有价值的、方向是对的，然后坚持就可以了，剩余的就是时间问题。后来又举了很多女王们的手段，但那些都过于极端，基本也都是娱乐圈内的，这根本不能代表所有行业。而且这些例子其实和个人的环境有很大关系的。假设那些采用那些非正当手段最后取胜的女王，从小生长在一个非常良好的家庭，经济条件好、文化氛围好，你觉得有多少会走那条道路？很多选择那些路也是受环境所迫，八成都是对自己所处的环境非常不满，想极力改变。可以设想下，一个什么都没渴求的人，她们会做出这种事情么？应该想都不会想吧，因为她们没需求啊！尽管里面的那些所谓的手段我也并不表示反对（仅仅只是对那些没有恶意的使用者来说），但还是有些片面、且分析都不够透彻。其他我也不一一列举了。里面的很多标题，当我看了内容之后都会比较失望。或许是跟我所期待的有出入吧！整体来说这本书没有给我太大惊喜。只是里面有些意见还是不反对，写得比较现实，世界毕

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

竟是有规则的，有规则就会存在不公平，有了不公平自然会有通过其他方式来达到目的的种种人。起码对于现代社会来说那些确实都存在。如果从长远来看，只有真理是经得起时间考验的，经不起考验的最终都会被淘汰掉的，那么最终时间会来证明这一切。整片就像某人说的这是三观不正之..... 姑且就先写到这里吧！

22、标题就能看出来是快餐，作为网上的帖子来看看也就罢了，出书我觉得完全是诓钱，没必要买。行文废话很多，重复的地方也不少，而且很多例子没有依据（心理学生物学等），是作者自己的推断，认真你就输了。读者自行判断吧。当然观点也是有可取之处的，没什么新鲜，摘一些，算是个提醒：1. 多读书2. “叔本华：你只能做你想做的，但不能要你想要的。如果一个人坚持做自己想做的，一旦他做成了，他想要的一切会不请自来。”3. 主动寻求并完成一些变化，例如外表，工作，观念等4. 问自己：你打心眼儿最想做的事是什么？你做什么会感到特兴奋、特刺激？你最引人注目的天赋和特长是什么？你最想过什么样的生活？你需要怎样的职业生涯规划才能过上那样的生活？5. 在未来的3,5,10年里，你要实现一个什么样的职业愿景？需要什么样的公司才能完成上述愿景？你需要选择什么样的升职路线才能实现上述愿景？你需要一个由那些人组成的人脉关系网帮助你实现上述愿景？为了实现上述愿景，你需要不断提升你的哪些个人素质和专业技能？6. 伤害和麻烦是留给热爱生活的人的，而舒适和安逸则是留给活死人的。

23、文/粽子（作者豆瓣ID）前天晚上看完这本《论文艺女青年如何培养女王气场》，瞬间觉得无比畅快。这不就是真相么，事实本来就是这样的。太多的女孩或者女人，不管是外表柔弱还是强势，其实她们的内心都是无力的，这种无力感甚至让她们有一种自怨自艾的快感，感觉全世界都欠她的。这种想法的好处就是她们完全不用为自己负责，因为这种悲惨的遭遇完全是别人造成的，她们多情，内心柔软，她们抱怨男人不懂珍惜，抱怨这个残忍的世界不懂得保护她们，而且存在着相当一部分男人习惯于给女人洗脑说“我不喜欢强势的女人，你要懂得尊重我，你要听话”。有些女人还真以此要求自己。其实有这种想法的男人本身就是无力脆弱的，他们对于社会有恐惧，对竞争有恐惧，于是拼命要抓住一个自己可以控制的女人。本来以为只有女人喜欢控制别人，但最近对于周围几位男性朋友有了更深了解后我发现，缺乏安全感这件事并不只是女人的专长。可能男性对于自己伴侣的控制也有生物性的原因，但是不得不说，这归根结底还是对于自己的不自信，他们善于给女人洗脑，他们说：你是我的女人，你不能怎么怎么样。或者说：我真的很爱你，如果你和别的男的走得太近，我会不舒服的。让女人有一种被掌控的快感，屈从的快感，觉得对方是因为很爱自己才这样说。非常赞同书中对于爱的观点，爱一个人，就让他更自由，更进步，更快乐，虽然这种牺牲最终也是为了让这个人心甘情愿回到自己身边，即使对方没有回到自己身边，自己也能有一种牺牲的快感。这话听着无比刺耳，因为某些打着爱的旗号悲春伤秋的人不能再说我是为你好了，归根结底都是为了自己。但是这个就是真相。最近深深地理解了一句话：生命是不符合逻辑的。不仅仅是男女之间，亲子关系中更是常见。大家最不爱听的估计就是我是为你好。自己想想，你的父母你的男朋友女朋友是为你好么？他们只是为了自己得到感情上的满足，得到可以控制别人的快感，得到可疑的安全感。同理，你可以好好想想：你真的爱你的爸妈爱你的伴侣么？为什么总是会被爱这个东西弄得很痛苦，因为你总在追求一样根本不存在的东西，爱，你是追求不来的。因为它根本就不存在。记得前一阵上课，老师和50个学员辩论，这个世界上有没有爱。一个几个月大孩子的妈妈问老师：“你说世界上没有爱，那我看着我孩子，心中涌出的那股暖暖的感觉是什么呢？”老师说：“那就是一种暖暖的感觉啊，这和爱有什么关系呢？”人最开始是骗自己。然后，骗别人。最后，被别人骗了。你可以对任何人不诚实，但是请你一定要对自己诚实。对自己诚实是最大的能量，在这个基础上，你几乎可以成为你真心想成为的任何一种人，做你真心想做的任何一件事。这本书里所说的女王就是敢于对自己诚实，并且活出真实自我的人。最近和一个朋友讨论道德，他的道德标准其实非常僵化，这导致他的安全感非常差，因为他总是觉得和他亲近的人也应该遵照这个道德标准。他告诉我，他非常喜欢古代那种从一而终的女人，为什么现在的女人不能也那样呢，难道那样不好吗？我说，不是那样不好，那样挺好的，好处在于保持了一个家庭的稳定性，更有利于孩子成长，你的基因就会更好的保存下去。但是，你的想法无异于是对最根本的本我的不尊重，你连人最根本的生物属性都不承认。其实最后我们也分析了，他是对于自己身上这种有可能不专一、不忠诚的特性的不接纳，所以会投射到和他亲近的人身上，于是总想控制别人的想法。其实，真正变态的人，不是所谓的坏女人，反而是压抑过久的贞洁烈女。当你敢于面对自己身上“坏”的那一面，其实你才会真正地把那部分能量转化为你的力量。反而是很多所谓的好女人，不承认自己身上有这一面（当然，她们不承认也是因为她们的父母大多是严重性压抑、道德僵化的人

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

），最终自己的生物本能大爆发时，再也压抑不住了，她们大多会崩溃，反而变成了自己最唾弃的那种人。那么，道德标准是什么呢，不过就是社会的游戏规则罢了，一定程度上维持这个社会更有规则地运转。另一方面，也不排除某些用心险恶的人用这个标准来压抑比自己有活力的年轻人，这些人的动机就是羡慕嫉妒恨吧。而且，既然道德是社会标准，那么只要社会在发展，道德标准肯定也会变。你可以遵循这个游戏规则，毕竟一定程度的遵循它可以为你的生活省去很多麻烦，但是千万不要以为这就是人生的本质和真相。所以，千千万万的好女孩们，你们的善良固然可贵，但是也请你们多一份对自己的尊重，多一份对自己的负责，多一点对自己的了解。要知道，压抑永远是心理防御机制里面最坏的一招。它的后果真的不是你能控制和接受的，和你的潜意识斗，你是永远斗不过的。不如，从现在起，对自己诚实吧，其实这没多可怕。

24、闻说有此宝书时节正值楼主无比拧巴纠结四处求医问药的一个心理瓶颈期，百般期待之下各种折腾终于得以一阅，带着渴饮甘霖天不绝我的振奋，带着癌症晚期终于得遇高人的信赖，花了三小时翻完了整本书，然后-----楼主陷入了沉思。除去某些外强中干的标题有哗众之嫌，其实整本书的一个主要观点就是解放自我，勇敢表达自己的爱憎，为自己培育起：以内在冷静超然的逻辑架构、以强有力的元气支撑、以阔朗的格局为经纬、以高远的眼光做引导...这么样的一个小宇宙。既要格局阔朗，又要眼光高远，看官们肯定觉得这样高的标准，岂止是做女人，做国家领导人都够水准了，更何况还有大批的领导们连做女人都不够格。在看这本书前，冯唐在“致大龄文艺女青年”一文中就已经提到，作为有着好胸好腰好屁股，吃净心莲弹古琴听奏唯张悬，有钱给自己买花戴有房供自己小天地的文艺女青年，如果不想在世俗婚恋的道路上被纷沓而来的娇嫩新人拱进泥沟，不想被满腔驴血一脸大包的铜臭男青年玷污，也不想轻易被满身风尘一肚子沧桑的老男人蹂躏芳心，那么，为自己建立一个小宇宙吧。----一个随着年岁增长而不断臻于完满的世界，一个不论是如钢筋水泥般风雨不动还是如江河环绕防御柔韧而坚定的小世界，逻辑清晰，应对自如，大部分问题都能自行找到答案。冒失闯入的外侵者在这里会遭到重击，阴谋渗透的不怀好意在这里会被揭开真面目。看得清，坐得实，行得端正，这应该是一个有态度的世界。人生苦久，妖风迷人眼，邪气折人腰，没有这样一个坚实光润的内在世界守护自己，哪能御得住那些子么蛾子？楼主最羡慕的还是那些性感妩媚又有魄力气场的女人。譬如红楼梦里的尤三姐，虽然命运同样悲惨，但她绝对算的上符合楼主标准的奇女子。天性风流不羁，红菱袄儿半露酥胸，远山黛，春波水，偏又能如男子一般大开大合，笑骂无忌，村花俗语张口就来，让贾珍贾琏想亲近又不干想远离又不舍。最后还“把人一赶把门一关自行睡觉去了”。“浪上人的火来偏又跑了”-----咂摸至今，不得不叹，这是境界！反观楼主，天生软妹子性格，打小只会窝里横，不会在外强。出来工作一两年后终于学会把状况反过来，开始学会对内温柔对外强硬。如今因为工作原因在异国一驻两年，天天被迫和同事们圈在一起，不得不处处收敛脾气，笑颜讨健儿。这时间一久，性格变得更加温软，基本上优先考虑他人感受，自己爱憎不得不转上好几个弯儿压抑心底。本来大家素养都不差，某些甚至颇高到让人受教。但贱人偏生处处都有，借酒醉壮己怂人胆的屌丝竟然把咸猪手伸到楼主身上，强拉照相不算，还凑上强吻；更兼有其弟兄在旁起哄拍照，把这当做一出好戏看。现在的楼主反应慢半拍，反射弧又长，从小满肚子的聪明伶俐估计长大后都从脚后跟漏光了。当时只想着逃开，竟没顾得上大耳刮子抽那厮，现在想起追悔不迭。事后和姐妹们倒苦水，都觉得楼主身上确实存在那么一星半点吸引渣男屌丝的气场！性格软，反应慢，不会拒绝，不会主动，这不活脱脱就是一个请来欺负我的气场么！亏得前文楼主还说的天花乱坠口灿莲花仿佛自己是个内心强大的女纸，但事实是，谁有楼主苦逼！与帅哥从来无缘，即使单恋到要吐血都碰不上一个小指头；屌丝渣男倒是遇见不少，曾被无知青涩男甩，被渣男榨取感情，被屌丝YY，楼主在经过近乎无眠的一夜后，幡然醒悟：再根据这个节奏走下去，别说是高富帅，就是优质男都没楼主的份儿！楼主的结局不是和屌丝渣男过一辈子，就是等着写自己的老处女气场养成计划吧.....!!!虽然有些姐妹说这不算什么大事儿，还觉得我想多了不用这么自责。但事实上是，丁小云在《女王气场》一书中写的非常对：最好的东西都是主动选择出来的，都是自己追求出来的，都是折腾出来的。而对于缺乏原则、很多事都不介意不生气不去严肃追究的楼主来说，屌丝和渣男也许就是最好的惩罚。楼主这样对自己说，早就该改变了亲！从今以后，不是你的外表和你的滥好人性格来帮你走天涯，你需要的是气场，气场，还是气场。也许那样柔中带悍的气场不是我的天性，但即使是改变性格我也要改变自己的现状，改变可能会在前路上等着我的、原本不该由我来遭受的悲催。楼主有这样的决心！过的漂亮就不能怕辛苦！P.S. 刚闺蜜又提出来我的外貌协会病也得改改了。。。呼。。。这篇写不动了，看看下一篇再接着自我剖析。

25、前些日子，和友人谈论小时候的事。我想起小学时的黑历史。那时，我是一个什么都不懂的小女

生吧，肯定看起来很好欺负。不知道为什么，班里的一些女生很排斥我。我自认为没有做过得罪他们的事。在小时候，肯定最怕的事同龄人的排斥，天知道那时我多孤独。后来我妈说，她有次路过我小学时，看见我自己站在校门口，看得她很心疼。当时我就笑了，然后莫名的心酸。整个小学时期都是黑历史。到五年级时转学，被男生嘲笑胖、近视之类的。女生关系处的还好。后来他们就说“死猪不怕开水烫”之类的，然后我就笑着打他们。我必须不把这些当真，那时我就发誓，我以后肯定不会是这样子的，我要成长。后来升入初中，稀里糊涂选上课代表。那时我的代课老师很不负责，有时她翘课，让我站到讲台上看着同学写作业之类的。有次我收钱，过了很久都没有收齐。老师直接火了，狠狠地骂了我一顿。当时心里很委屈，但一直很冷静。客观说，收钱没收齐肯定有我的责任。但是眼泪一直流，怎么忍都忍不住。好不容易稳住情绪，那堂课已经接近尾声了。然后同桌很调侃的说：“你真是有病。”我说：“我是有病。”我同桌是我要感谢的一个人。他说他自己有神经病，一点都不在意别人谈论他。他的学习很好，换言之，他很聪明。他可以上课睡觉回家做模型，化学、物理等科目永远拿90以上甚至满分。他轻轻松松能进前百而我拼死拼活才进入了前200。而且我相当懒，每次一遇到不会的题总是看他的，但他永远让我自己先想，之后再对我讲。我记得我暗骂了一句，然后开始自己想，过了一段时间，想清楚了。原先真的很讨厌他的自大，傲慢。现在想，真的很感谢他教会我永远不要依靠别人。现在高一，看了南派三叔的盗墓笔记，对社会既有向往又有恐惧。但不得不说那的确是好书，撕破我对社会美好的幻想。后来又看了丁小云的书，我觉得心里所想的都被说了出来，而且又给了我新的思想。我必须独立思考，不能受制于传统道德观。我不想过那种混吃等死的日子，所以我必须重生，必须重建世界观。女朋友说我对男、女生都很温柔，我笑笑。在心中说，其实我在观察他们究竟是怎样的人。功利点说，社会中的人心思很多，你如果无法看透他们的心思，就很有可能变成一只待宰的肉鸡。变成女王，也就是不被他人掌控而已。社会很复杂，想变成真正的女王很难，但我依旧要前行。

26、关于外在形象，先说说女人的化妆术。很多女人化妆前后的变化，让我经常会在心里发出这样的感叹：女人的化妆术真是一门充满想象力的艺术啊！经过一番涂涂抹抹，一张原本平淡无奇的脸，立刻就拥有了戏剧感、梦幻感，如果在此基础上选对最适合自己的发型和裙子，就有可能立刻拥有如女王般的魅力和光芒。在这一点上，男人还是太保守乃至太平庸了……不合时宜的性感会毁坏一个女性的权威和可信的形象，会成为商业会晤和事业成功的杀手。简而言之，对于一个职业女性来说，想要在办公室里拥有更强大的气场，就需要打扮得相对保守一些、中性一些，进而让自己看上去很职业、很可信、很权威。也有一些女孩在将自己打扮得像是一个女王的同时，也成为了职场里的女强人，她们很有心计，很有手腕，擅长社交，世故油滑，油滑得就像避孕套上的润滑剂。她们在职场里和同性竞争，和异性竞争，她们不断往上爬，她们看上去很强大，她们已经取得了某种程度的成功，但她们经常会焦躁不安、精神紧张、患得患失。她们就像青年学者石勇在其著作《世界如此险恶，你要内心强大》里所揭示的那样，已经被社会价值排序的病毒高度感染……什么是“社会价值排序”？石勇这样解释道：“简单说，只要你根据社会的观念，认为一个白领就比一个民工高档，一个大学生就比一个小学生牛x，那么，你就遵循了某种社会价值排序的指令。而一旦你遵循了社会价值排序的指令，就为自己的心理弱势打开了大门。这种社会价值排序必然制造伤害、焦虑、愤怒、自卑和羞辱，因为按照这个规律，在这个游戏之内，只有位于最高端的人，在人群中才能获得绝对的心理优势。”石勇进一步指出，一个由外在评价主宰自我认同的人，实质上是一个遗失了真实自我的人。从外部世界得到的那个“自我”只要进驻到我们的心理结构，我们就成了外部世界的傀儡，失去了防御打击的能力。也就是说，只要我们屈服于社会价值排序，在心理上就注定要过一种风雨飘摇的生活，并被自卑、焦虑、烦躁等情绪袭扰。而想要心理强大，就必须打破这个社会价值排序，让心灵从它的桎梏中解放出来。如何打破社会价值排序呢？石勇给读者出了这样一招儿：“剥去对方的社会包装，你在心灵上即获得了解放。”石勇说我们在很多人面前心理弱小，那也只是被他们披的那一身“社会”的“皮”吓住而已。邪恶地想象一下，假如一个贵妇身上的服饰包装全部被脱掉了，露出赤裸的肉体，可能还赘肉一大堆，眼睛露出惊恐，你会觉得她高档吗？所以你要做的，就是剥去他们这身“皮”。弗洛伊德老师曾说领带象征着男性的生殖器，同时也是权力的象征。“表演是从古至今支配一个社会资源分配最核心、最隐秘的精巧技术，它打造影响力、构造权力、操纵人的心理，是政治、商业、宗教的‘第一谋略’。一个屈服于社会价值排序的女人是绝不可能拥有真正的女王气场的，因为社会价值排序会让她的心理满是浮躁、焦虑和恐惧。只有打破社会价值排序，才能拥有更强大的心理结构，才能看透人类社会的本质和真相，心里的浮躁、焦虑和恐惧也会减少很多，这样你就能更专注、更高效地去

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

做你真正想做的事，直至成为你所在领域里的女王，并以这样一种方式拥有女王气场。事实上，女王气场其实就是一种心理结构，一种不会被社会价值排序所左右的心理结构。而打破社会价值排序不是一蹴而就的事，因为这是一个重建价值观的过程，这是一个向内追求的过程，需要足够丰富的知识储备和足够强大的理性分析能力。所以，养成阅读的习惯是很有必要的，尤其是要多阅读一些文学、心理学、艺术、历史、哲学等方面的经典著作。在现代商业社会，看似极度平庸的大众生活方式背后隐藏着最恐怖的谎言和陷阱，其中满是不可言说的悲伤和孤独。当你打破社会价值排序后，你可以识破这个社会里的各种谎言和陷阱，你可以看穿别人的伪装和表演，你可以认清什么才是自己真正想做的事，进而摒弃社会强加给你的各种可耻的限制和可疑的欲望。当你打破社会价值排序后，你可以选择过一种怡然自得的平淡生活，而不是像无数女人那样为了拥有更多的社会资源，进而让自己变得更有“社会价值”而终日焦灼。当然，你也可以利用基于打破社会价值排序而获得的更冷血、更高效的理性心态向外追求，加入到社会资源竞争游戏之中，获得更多的社会资源，然后利用这些社会资源去做一些在你看来最有价值或最有意思的事。在爱情世界里，所有的竞争，究其本质，基本上都是为了争夺那些优秀的基因。关于向外追求，钱穆在《人生三方向》中曾这样写道：“追求的目标愈鲜明，追求的意志愈坚定，则人生愈带有一种充实与强力之感。人生具有权力，便可无限向外伸张，而获得其所求。追求逐步向前，权力逐步扩张，人生逐步充实。随带而来者，是一种欢乐愉快之满足。”但在钱穆看来，这种人生有它本身内在的缺憾，因为如果只是向外追求，“生命自我之支撑点，并不在生命自身之内，而安放在生命自身之外，这就造成了这种人生一项不可救药的致命伤”。努力向外追求，让自己的身体有一个可以栖居的家，如果是“诗意的栖居”，那当然再好不过了。努力向内追求，让自己的心也有一个栖居的家。这样身心就皆有家可归了。一个女人如果没有男性化的一面，她永远都不可能成为一个气场女王。男人也一样，那些最强大或最性感的男人都是雌雄同体的。现在很多人都在说，张国荣和林青霞那一代艺人中很多人似乎都有一种很特别的魅力。的确，那些艺人看上去既风流又隐忍，既深情又多情，而这同样也是雌雄同体的一种魅力。女性与生俱来的魅力和特质该保留还是得保留，例如温柔，这是女性最迷人的魅力之一。真正的温柔基本上都专属于那些内心足够强大的女人。尤其是很多精神独立且财务自由的女人，她们看上去反倒更温柔，为什么会这样？因为这样的女人不用总是摆一张很难看的臭脸去勒索男人的情感和金钱。这些道德也可以被称为“普通女人的价值观”，如果你就是想做一个普通女人，你当然可以遵循这样的价值观。但如果你想成为雌雄同体的女王，你就需要通过独立思考重建你的价值观，进而解放你的生命力和性活力。女人还有一个问题，就是经常会过于专注各种小事，这固然能让女人体验到一些男人无法体验到的快乐，但过于专注小事可能会导致女人无法做成所谓的大事。很多时候，无论男女，只要做成一件所谓的大事，就能实现财务自由，其气场自然也会变得大了起来。如果你想做成一件所谓的大事，可以借鉴乔布斯的这条经验：“对一千件事说不，才能对一事情真正说是，把事做大。”熊掌少就是多，你盖十座小楼不如盖一座大厦。道理其实就是这么简单，但想要做到却很难，因为各种琐碎的诱惑太多了，它们会让一个人的注意力变得碎片化，进而一事无成，只能过一种很无趣的生活。例如很多女孩原来看上去柔柔弱弱的，但做了母亲之后，变得就像是一个女战士一样，而这看似伟大的母爱其实也是一种兽性的本能。曾看过一篇关于电影《黑天鹅》的评论，其主要观点就是一个人如果缺乏性魅力，无论做什么都不会取得真正的成功。想一想，还真是这样。也许你可以通过不断的自我压抑和自我控制获得某种程度的成功，但想要取得真正的成功，即完成自我实现，你还要尝试着砸碎身上的某些人性的枷锁，释放出你内心里的某些黑暗的力量，这样你的性魅力也会一同被释放出来。肉鸡有食汤锅近，野鸟无粮天地宽。一个女人如果只是一味地遵循男性制定的游戏规则，不断地自我压抑和自我控制，她固然能从社会中得到一点点回报，但却有可能变成那种任由社会宰割的肉鸡。就是要在人性和兽性之间找到一个平衡的点，在此基础上尽力活得更真实一点，更有趣一点，不要让自己只是活在男性社会的“凝视”之中，不要成为男人希望你成为的那种好女人。叔本华所说的那样：“你只能做你想做的，但不能要你想要的”——我们可以这样理解这句话：如果一个人一味地追求自己想要的，他十有八九会死得很难看（举个例子，很多没钱的男人最想要的就是那种声色犬马的生活，但如果他们将绝大多数精力都用在这件事上，那他们就会成为老罗所说的那种人类能想到的最愚蠢的组合体：花花公子+没有钱）；而如果一个人坚持做自己想做的，一旦他做成了，他想要的一切会不请自来。很多男人都明白这个道理，他们会将自己的性欲转化成追求个人事业成功的动力。很多女人的做法则是直接去追求自己想要的，为此尽做一些急功近利的事，把自己的人生搞得鸡飞蛋打。但我相信所谓真爱就是希望自己深爱的人一直向前走，进而越活越自由，越活越快乐。与此相反的，则都是虚假的爱，徒有虚名

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

的爱，甚至还有可能是肮脏龌龊的爱。这里所说的真爱不仅适用于爱别人，同样适用于爱自己……

在21世纪，一个年轻女孩可以凭借自己的努力，成为一个自由自在的独立女王，进而泡有趣的男人，过有趣的生活。生命中最美好的那些事都不是苦等能等来的，而是要靠自己主动去争取。所以如果你确定你遇到了对的人，那就更主动一些吧，当然，这里所说的主动不是主动地投怀送抱，而是主动地采取一些很大胆或很微妙的手段。在这里要提醒你，请摒弃你说的在爱情竞争中不想耍手段这个想法，这是一个很愚蠢的想法。在现代社会，无论是在情场中，还是在职场中，一个完全不懂得如何耍手段的女孩，除非她拥有极好的运气，否则她十有八九会变成情场和职场里的炮灰。巴尔扎克曾说：年轻人第一次耍手段时，会发现那感觉比初恋更甜蜜。邓艳珍对于所谓的“好女人”的定义则是：“好女人是男性霸权世界利益分配机制和原动力的产物，淑女、贞女、烈女便是好女人的具体表现形式。”麦当娜就是将自己的身体当成武器进而不断前进的。在她前进的道路上，有很多帮助过她的男人，也有很多爱过她的男人，但后来都被她抛弃了。还有那些为了应酬几乎天天都要陪别人喝酒的中国男人，他们喝坏了肝，喝坏了胃，甚至喝得连自己的小弟弟都不太好用了，他们的身体是不是也已经工具化了呢？对于一个女人来说，身体是很强大的武器，而比身体更强大的武器是思想。正如那句著名的电影台词所说的那样，思想是刀枪不入的。坏女人的“坏”不是违法犯罪，更多的只是离经叛道、特立独行；或者就是不想自欺欺人，只想活出一个宁静超然、无忧无虑的真我；稍微狠一点的就是很会耍手段，善于表演、布局、勾魂和偷心。其实一个女人只要足够勇敢，并且对自己绝对诚实，她的性魅力和气场就会直线上升。而一个性魅力和气场都很大的女人，其私生活必然丰富多彩，而她也会因此成为某些人眼中的坏女人，由此可见，这种敌视的背后隐藏的其实是我们常说的羡慕嫉妒恨。在一个ID为“微博的艺术”的微博上曾看到这样一段话：“女性可能有一颗高创造力的大脑，唯一的缺憾是女人常受困于自身的‘繁殖本能’，容易纠缠在‘狭小’的格局里。女人们如果拥有了更广泛的兴趣爱好与知识结构，她们取得成绩就易如反掌，偶尔一个极聪明的女性有时能抵得上好几个男性。女人真的智慧起来男人摸不到边如何拥有一颗大格局的心？你可以多读一些拥有一颗大格局的心的人写的书，多结交一些拥有一颗大格局的心的人，主动地去多经历一些事儿……总之，你一定不能完全屈从于你身上的“繁殖本能”，因为那是一种动物性本能，而你是一个人。只要你稍微观察一下你身边的世界，你就会发现好人大多都没什么好报，尤其是那些所谓的好女人，她们中的很多人都在过着无聊无趣的生活，而那些有能力、有资本帮助你不断前进的男人十有八九都不是什么好男人。实在这个世界上，很多所谓的坏女人反倒更有真性情，更有勇气、活力和创造力，她们敢于打破世俗常规，她们善于运用各种手段，所以她们更有可能成为情场和职场里的女王，更有可能实现精神独立和财务自由，进而可以泡有趣的男人，过有趣的生活。而很多所谓的好女人则过着自欺欺人的生活，因为伪善、软弱且枯燥无趣的性实在这个世界上，很多所谓的坏女人反倒更有真性情，更有勇气、活力和创造力，她们敢于打破世俗常规，她们善于运用各种手段，所以她们更有可能成为情场和职场里的女王，更有可能实现精神独立和财务自由，进而可以泡有趣的男人，过有趣的生活。而很多所谓的好女人则过着自欺欺人的生活，因为伪善、软弱且枯燥无趣的性格，使得她们不得不面对这样一种无解的困境：她们离了男人就活不了，而男人却觉得和她们一起生活还不如去死。其实如果反思一下，我们会发现所谓正常的生活，背后可能隐藏着更扭曲的病态的阴影。这就好像在中国古代，人们会认为女人裹小脚是很正常的一件事，但事实又是如何呢？所谓“正常”，很多时候它就像一种抽象意义的裹脚布，人们用它紧裹自己的心，或是用它紧裹自己的身体，然后像木乃伊一样活着。当然，肯定会有人会说，睥睨“正常”是要付出代价的，是危险的。但从另一个角度来看，一个人想要活出一个真我，他就必须爱上无常、危险和失败。而如果一个人想要获得世俗意义上的巨大成功，他必须深刻了解正常人，但他的思维和行为却又要异于正常人。任何一个女人都拥有这样一个机会，那就是只要她把死这件事想明白了，她就能拥有人类最极致的性感，那是一种向死而生的性感，一种随心所欲的性感。时尚从来不是为了获得共鸣，而是为了获得利润“只看你照片就说要追你的人必定是猪”；“女人和女人做朋友，要示之以绿叶的姿态，同时也要暗藏红花的心机”；“有时候和异性成为生死之交、至亲好友的途径可能是上一次床”；贱，其实是一种了不起的生存智慧”；“26岁以后，没人会把你床上的笨拙不配合当成纯情。所以，与其扭捏作态，不如找准G点”……我发现女孩们基本上还真是“越长越大，越孤单”的，因为当她们长大后，她们大多都会变成爱情动物。有些关系很一般的友情你可能只是靠礼尚往来就能将其经营得很好，但有些特别的友情则需要拿出你少女时代特有的那种真性情去维系。很多时候，很多女人之所以“越长越大，越孤单”，主要就是因为她们太不珍惜友情了。她们将大部分精力都花在爱情上，然后是放在婚姻上，有了孩子则将大部分精力放在孩子身上。但无论

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

如何，还是要有珍惜友情的意识，真正的爱情都是很短暂的，而你和某些人的友情如果好好珍惜，是能持续一生的。为什么女王们都有很多的朋友？很重要的一个原因就是她们会像很多男人那样把友情看得很重，她们在和同性朋友或异性朋友相处的时候，她们是雌雄同体人。我相信如果你愿意敞开你的孤独并主动承担别人的孤独，很多正在困扰着你的关于人际以及情感方面的问题自然就会迎刃而解。其实每一个普通女孩都能拥有女王气场，只要她敢于拒绝循规蹈矩的生活，主动寻求并且完成一些变化，例如完成外表的变化、工作的变化、观念的变化等等。在年轻的时候，要多谈几次恋爱，多结识一些有趣又有料的人，多参加各种社交活动，多阅读一些经典书籍，不断尝试和冒险。总之，就是一直朝前走，不要总是宅在家里。事实上，不仅宅男会越宅越废，宅女也会越宅越废，而且还有可能越宅越肥。廖一梅写过一本名为《像我这样笨拙地生活》的书，在序言中，她这样写道：“我的问题是，我知道自己笨，但没有人相信我笨。我的笨不是脑袋不够用、不好使，而是在竖着‘容易’和‘艰难’两个路牌的十字路口，我永远选择‘艰难’的那一边。在从大到小，数不胜数的选择中，我一而再再而三地这么干，一路这样沿着‘艰难’的路牌走了过来。”随后廖一梅这样写道：“那些能预知的，经过权衡和算计的世俗生活对我毫无吸引力，我要的不是成功，而是看到生命的奇迹。而奇迹，是不会在容易的道路上绽放的。也许，在所有不被看好、无人尝试的错误的选择背后，会有不曾见到的可能，不曾设计的未知。未知让人恐惧，引人好奇，也因此证明你的勇气，成就你的自信。在每个死胡同的尽头，都有另一个维度的天空，在无路可走时迫使你腾空而起，那就是奇迹啦。很多女人就因为害怕被别人笑话和非议，所以选择了如肉鸡般的生活方式。轻松对待别人的笑话和非议，你的内心和你的气场都将因此越来越强大。那些气质相对比较神秘的女人更能撑起大场面，更擅长搞定各种各样的人，进而拥有越来越大的气场。现在的问题是，如何拥有神秘气质？有这样几个最简单的方法：第一条是尽量少说话。某种意义上，沉默就是性感，任何一个女人都能通过少说话这样一种方式让自己变得更性感一些，一个话多的女人很容易输光底牌和底裤。当然，这一条仅适用于当你和外人交往的时候。在和那些能与之交心、贴心、掏心的朋友和爱人面前，你还是顺其自然做最真实的你自己比较好，即如果你天生话多，你没必要憋着；如果你天生话少，那你就做一个倾听者好了。第二条是学习拒绝的艺术。有人说拒绝是世界上最致命的勾魂偷心术。事实正是如此，学会拒绝的艺术，不仅能提升你的性魅力，还能帮助你节省很多时间和精力，而你也可以因此拥有更充足的时间和精力去做爱做的事，交配交的人。第三条是要么多读书，要么多阅人。当然，最好是既多读书，又多阅人。总之，内心世界越丰富，外在气质越神秘。而一个头脑空空的女人想要玩神秘，无异于抓屎涂脸。有些女人的气场之所以很小，主要是因为她们的社交圈太小了，每天她们要与之打交道的人基本上是一成不变的，每天经历的事也几乎是一成不变的，这也使得她们的胸怀变得越来越小。很多时候，一个人之所以感到痛苦，就是因为被一个小圈子完全限制住了，于是只能每天循规蹈矩，过着混吃等死的生活。其实只要你全力扩展自己的社交圈，你就会有一种豁然开朗的感觉。很多时候，就是因为你新认识了一些人，你的生活就出现了新的可能性。当你为了将你向往的某种新的可能性变成现实而努力的时候，你的心智会不断成长，你的胸怀也会因此变得越来越大，你的气场自然也会因此变得越来越大。就因为每天要面对的竞争太残酷了，所以现在很多女孩都变得越来越Man了。这让我又想起了一个百搭的比喻，即她们温柔的那一面就像刘欢减肥前的脖子，理论上绝对是存在的，只是你很难看到。亦舒曾说：“一个姑娘20来岁的时候可以穿牛仔裤挤地铁，等到30多岁的时候，如果没有车来接就不太美妙了，30多岁怎么也该有些首饰来装点了。”如果你已经投身到职场的竞争之中，在这里给你一个小小的建议，即你在上班的时候最好不要穿那种让你看上去特有女性魅力、特性感的衣服，除非你讨厌加薪、痛恨升职，因为正如加拿大形象设计师海伦·布朗杰所指出的那样：裙子越短，权力越小；领口越低，权力越小。穿性感的衣服上班会让你看上去很不专业，并让你成为被老板炒鱿鱼的热门人选。一个女人想让自己变得中性化，最简单的方法就是剪短发。如果你经常看娱乐八卦新闻，你会发现很多女明星在将头发剪短后都气场大增。不过女人的长发并非毫无用处，因为它可以吸引男人，女人浓密的长发会像男人传达这样一个性信号，这个女人身体健康，拥有很好的生育能力。所以，如果你不忍心将一头长发剪短，那你也可以采取这样一个折中的办法，即还是留一头长发——在那些需要你释放性魅力的场合，你可以长发披肩；而在工作场合，你则可以将长发盘起来。你也可以至少买两三条相对高档一些的、不同款式的黑色连衣裙，在时尚界有这样一种说法：黑色连衣裙是永远不会过时的。而且黑色连衣裙同样也能让你的气场变大，并让你看上去显得更神秘一些。如果你能听从你内心深处的选择，并且根据你的个性和天赋，制定出一个明确的职业生涯规划路线图，然后高效执行，那你的个人命运将是一个自我选择、自我掌控的结果，进而避免成为那种终其一生都要被别人牵

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

着鼻子走的吃奶小可怜。一个职业人如果没有个人品牌意识，无异于在职场中裸奔。在美国经管图书作家戴维·麦克纳利和卡尔·D.斯皮克共同写作的图书《个人品牌》中，有这样一个观点：“你的个人品牌反映的是你在他人头脑中所形成的印象，这种印象一旦定型，会产生一种巨大的惯性，它可以推动你的个人事业迅速向前发展。”如何创立独特且持久的个人品牌？努力推出你的“代表作”，即做一些充满挑战性、原创性且他人很难复制的事，这样的事会让业内人士对你印象深刻，他们可以用简短几句话就能描述出你是谁以及你最擅长做什么。在学习办公室政治的游戏规则的同时，你一定要牢记实力才是最坚固的发展基础，对于一个毫无专业实力的“草包”来说，再高超的办公室政治技巧也无异于“屠龙之技”。另外还有一点我觉得非常重要，那就是多读一些最经典的国内外商业图书，在全球范围“窃取”他山之石，努力成为一个同时拥有全球视角和本土经验的职场女王。除此之外，你可以树立一个职业榜样，然后不断向这个人偷师学艺，直至超越这个人。第五条，用铁一般的事实向老板提出加薪要求。富兰克林曾说：“如果你想说服某人，不要诉诸于道德，而要诉诸于利益。”如果你能对自己的心保持绝对诚实，并用超乎常人的勇敢去做你最想做的那些事，你不仅会在职场中取得常人无法取得的成就，你还会拥有生而无憾的一生。正如香奈儿创始人嘉柏丽尔·香奈儿所说的那样：“金钱只给我留下一个声音，那就是自由。”当然，肯定也有人会说爱情会让一个人变得更无趣，更怯懦，直至魅力全无。辜鸿铭曾写过这样一首小诗：“当初你不爱我，你的声音是那么甜美，你的眼里充满了笑意，你的双手纤细温柔。后来你爱上了我，你的声音变得苦涩，你的眼里充满了泪水，你的双手僵硬干涸。这是多么的令人悲伤，因为爱使你变得不再可爱。”为什么爱可能会让一个女人变得不再可爱？我想这可能是这个女人本来就是一个很无趣且不够独立的人，因为缺乏安全感和归属感，所以她想以“爱”的名义控制、苛求、榨取对方，而其手段则可能是哭和闹，甚至还会假装寻死觅活，当她这样做了，她自然会变得不再可爱。但问题的实质就是，这个女人的爱并不是真正的爱，而是一种徒有虚名的爱。木心说过一句话：“偏偏是你的薄情，使我回味无穷。”这就是男人，男人只会长久迷恋那些永远无法真正追到手的女人。总想着如何取悦男人，结果却委屈了自己，把自己的人生搞得很无趣，并因此老得飞快。所以与其花心思取悦男人，还不如把心思花在如何让自己的生活变得更有趣这件事上。如果你因此变成了一个有趣的女人，那些好玩的人、事、物自然会被你吸引过来，例如能让你整个人宛如新生的爱情，例如可以持续一生的友情，例如可以来去自由的生活。在一个名叫杜子建的人的微博上曾看到这样一句话：“女士们，尤其是姑娘们，好男人是抢到手的，不是等到手的。发现好的，赶快去抢，否则都来不及！千万别客气……”怎么去抢？最直接的方式肯定就是女追男了，都说“男追女，隔座山；女追男，隔层纱”，但很多女孩肯定不想这么干，我想她们可能是悟透了这句话所隐藏的智慧：“天下事，愈急则愈远，愈迎则愈拒。当使意自转，反相求。”除非你看破红尘了，否则你多出门折腾折腾不是坏事，人生中最美好的事都是折腾出来的，而不是死宅出来的。上午看到饭友“恶人寰”说了这样一段话：“对于我，在一起是很简单的事，他高兴那么我开心，他把我踹了那么我认栽，哪有什么耽误青春的说法。青春怎么着都是被耽误的，被心上人耽误了，是福分。很多时候，真爱早已消逝了，却还是舍不得，而这所谓的舍不得可能只是因为放不下自己的自尊心而已。所以某种意义上，所谓真命天子，可能就是一个能让你们对彼此都产生强烈的亲情和友情的男人。关于女人喜欢有钱的男人这件事，我从来不会对此进行道德评判，我一直都说女人喜欢有钱的男人是天经地义的一件事，这是一种基因的本能，女人需要足够的资源来保证自己的孩子能够健康成长，而有钱的男人能相对更好地做到这一点。有时想一想，男人为了射一下爽几秒，可谓做尽天下蠢事。女人会为了什么做尽天下蠢事？想来想去，答案有两个：一是为了被爱，二是为了购物……年轻男人的蠢，是一种生机勃勃的蠢；而老男人的蠢，却可能是一种死气沉沉的蠢。只是关于绅士，曾有人这样剖析道：所谓绅士就是相对而言更有耐心的狼。对一个被自己约出来的女性说“我可以吻你吗”，很多好男人最喜欢这样问，这反倒没有绅士精神的一种表现，因为这等于是让女性来承担让情感关系更进一步的责任。真正有绅士精神的坏男人会直接将对方按在墙上一顿强吻，这才是对对方最好的尊重……当然，前提是男人要确定对方对自己至少有点意思……都说老男人陷入情网，就像老房子着了火，但这些老男人似乎还挺理智的。只有真爱才能让人丧失理智，所以如果你遇到的那个老男人在和你相处时没有丧失理智，那他对你的爱十有八九是假的。关于爱，我一直都认同张爱玲的这句话：“爱就是不问值得不值得。”在我看来，不问值得不值得几乎可以算是检验是否是真爱的唯一标准。当然，就算是真爱，它也不是什么高尚的概念，它可能只是一种生理反应，即身体在对方信息素的作用下产生的一种化学反应。嫁给一个有处女情结的男人绝对是更大的冒险，毕竟女人是最需要爱来滋润的动物，而我刚才也对你说了，有处女情结的男人十有八九是爱无能，跟这样的

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

男人一起生活可能会很痛苦。相信是一种力量，怀疑也是一种力量。当我们相信自己喜欢的人不会变心，那我们在对方面前就会显得很自信、很有趣；而如果我们总是会怀疑自己喜欢的人可能会变心，那我们在对方面前就会显得很自卑、很无趣。这样的话，无论是春夏还是秋冬，每一个季节都可能会变成一个变心的季节。爱情有三个基本成分：亲密、激情与承诺。随着认识时间的增加以及相处方式的改变，爱情三角形的形状和大小会发生改变。三角形的面积代表爱情的质与量，“三角形越大，爱情就越丰富”。所有的爱情在保质期期满之后只有三条路可走：第一条路是分手，然后和其他人在一起；第二条路是将爱情变成像亲情或友情一样的爱情，两人继续在一起，例如结婚或是成为像萨特和西蒙·波伏娃那样的终身情侣；第三条路是由于某种特殊原因在一起，如因利益关系而在一起（某些人的婚姻也可归为此类）。人生也是一样，只要你一直向前走，那些美好的人、事、物自会紧紧跟在你身后。关于女性崇拜，在西方有很多这样的神话、传说或故事，即男主人公历尽千辛万苦，冒着生命危险，翻雪山，过大河，斩恶龙，才能赢得某个女人的芳心。而中国的很多神话、传说或故事，反倒是女主人公历尽千辛万苦，冒着生命危险去追求一个很普通的男人，例如《聊斋》里的很多故事，董永和七仙女的故事，以及《白蛇传》等等。在女人方面，能够吸引她的男人，在生物学上，是在怀孩子的时候能够提供食物、满足她的需要的男人，所以女人常会被年纪较长的男人吸引。女人喜欢较年长的男人，是因为他们的人生经验丰富，拥有的资源也较多。”现在你知道为什么很多女孩都是“大叔控”了吧，这和繁衍后代的本能有关，因为子宫长在了女性身上。假如子宫长在了男性身上，估计很多男人都会成为“大妈控”——当然，前提是他们喜欢的那些大妈要有钱。例如为什么男人喜欢女人平坦的小腹？这是因为“平坦光滑的小腹意味着她们没有怀孕，欢迎男士追求。因此健身房和瑜伽教室里，都是做腹部运动的女性，个个都想有个结实完美的小腹。”根据科学研究和实验显示，男人跟女人说谎的频率一样高，不同的是谎言的内容。女人说谎是为了让别人好过一些，而男人说谎是为了让自己看起来更体面。”如果你想让你的下一代获得更好的基因，那你能做的恐怕只是努力找一个外表好看的伴侣，然后生育下一代。如果年轻女性向她们周围的男性发出性邀请，她们成功的概率会在90%左右；而如果年轻男性向他们周围的女性发出性邀请，他们成功的概率则还不到10%。为什么有那么多男人和女人能相爱却无法相守？我个人觉得最重要的一个原因就是因为他们无法做到“己所欲，勿施于人”，例如很多男人会依据自己的欲望想当然地认为“好女人”应该做什么、不应该做什么；同样的道理，很多女人也会根据自己的欲望想当然地认为“好男人”应该做什么、不应该做什么。据一位美国两性专家的相关统计研究显示：“会穿着不同的性感睡衣的女人，她的男人会比较专一；而穿着保守内衣的女人，她的男人比较容易有外遇。在一夫一妻制中，通常可以利用这个方法平衡男人期待变化的渴望。”大概是梁文道说的吧，女人要想活得好，就要有别人无法拿走的东西。什么样的东西别人无法拿走？在我看来，一个女人让自己实现经济独立和精神独立的能力，通过不断读书、阅人、阅世、阅己而获得的智慧和魅力，因为很努力才没有被社会泯灭的独特个性，以及因为拥有这些能力、智慧、魅力以及个性进而自然产生的女王气场等等，这些都是别人无法拿走的东西。处女情结”的本质是什么？其本质就是一种极度自私且阴暗的占有欲，同时也是一种极度无趣的无能心理。其实所谓的真正的爱情，就是用你的身体去捕风，当这样的爱情结束了，它不会让你的身体变成“二手”这样一种状态，它只会留给你一些如夏夜的晚风般美妙的记忆，并让你变得更有趣、更性感、更有魅力，进而用更迷人的姿态去迎接下一场爱情的来临。如果两个人的爱情连世俗的眼光都敌不过，那这样的爱情不要也罢，除非他们都另有所图。我始终认为，一个男人如果过于看重一个女人所谓的“不光彩”的过去，那他在潜意识里其实是有一种将女性的身体物化的心理倾向，这本身就是对女性的极不尊重。而在这样一种极不尊重的前提下，根本不可能产生出真正的爱情，而只会产生出那种徒有虚名的爱情。而这同样也是为什么好女人容易单身的最主要原因之一。在我们的人生中，那些最美好的事基本上都是主动追求和主动选择的结果，而所谓的好女人却因为传统道德准则的禁锢，使得她们缺乏主动追求的勇气和主动选择的能力，并且总是很被动地等待着被选择，并且相信“好女人更值得被爱”这样一个很扯淡的神话，结果导致那些好机会都被坏女人抢走了。除此之外，很多所谓的好女人还会犯这样一个错误，那就是在爱情和金钱面前卖弄自尊，亦舒曾说这是“最愚蠢的事”。而坏女人则基本都不会犯这样的错误，这也使得她们反倒更有可能得到很多很多的爱和钱。有些所谓的好女人会为了迎合某个男人而改变自己的个性，想要通过改变自己的个性来换得真爱和快乐的女人，基本上既得不到真爱，也得不到快乐。因为个性是女人的性魅力之源，也是女人的活力之源。所以那些所谓的坏女人都坚持这样一种信念：无论他多帅、多有钱，都不值得我为他改变自己的独特个性。宇宙中谁最爱你？答案只能是你自己。只有懂得如何爱自己了，你才会懂得如何去爱别人，并拥

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

有被爱的可能性。正如王尔德所说的那样：爱自己是一生浪漫的开始。一个女人爱自己最好的方式是什么？答案就是：哪怕没人爱，哪怕被人恨，也要做自己。真爱就是希望自己爱的那个人活得更快乐、更自由，并且为此付出实际行动，除此之外都是虚假的爱。在中国，相信很多人都听过“相濡以沫，不如相忘于江湖”这句话，但偏偏会有很多人觉得“相濡以沫”很美好，而我个人觉得这其实是最悲哀的一种生存状态。尤其是对于那些没什么钱的年轻恋人来说，他们可能会对娄烨的一部电影里的台词感同身受：“一个人可以拮据度日，但两个人的贫穷只会让人心生憎恶……”如果你真的很爱一个人，那你肯定会打心眼儿里希望他能活得自由且快乐；如果他也真的很爱你，那他肯定也会打心眼儿里希望你能活得自由且快乐。在我看来，两个人只有用这样一种心态去爱，才能对抗庸常生活的种种设置和限制，进而不断拓展各自发展的空间和格局。最后再送你一针鸡血，这针鸡血是希拉里说的一段话：“其实不管是男性还是女性，都应该战胜恐惧承担风险，不随波逐流，这需要相当的勇气。当有年轻人问我什么是最好的人生方向时，我总是说充分地认识和相信自己，倾听自己的心声，做自己喜欢做的事情，这样的人生或许会有曲折，但是我认为是最有价值的，也是最好的生活方式。”雪莱说过分爱惜自己的羽毛意味着浪费了自己的双翅，进而永远无法展翅高飞。我想某种意义上，太要面子应该就是一种过分爱惜自己的羽毛的行为吧。对于一个女人来说，不要脸并不是说就不知性、不优雅了，不要脸更多的是一种精神，一种百无禁忌的精神，一种敢于冒险的精神。在21世纪的今天，不冒险其实反倒更危险，因为不冒险可能会让一个人一事无成，无爱至死。

27、豆瓣阅读里面我付费买的第一本书是《七天治愈拖延症》。在此之前我并没有听说过丁小云，而且几乎从不看励志或者各种方法指导类的书。但是，在本人长期被拖延症所困扰的情况下，看到这个书名，忽然就冲动买了下来。七天治愈这本书当时给我的感觉是，试读的30页我感觉是的确讲到了病根儿上，我直觉我的重度拖延症有救了，买了全本来看看之后，70%都在描述不同类型的症状，几大不同类型的拖延症根源。不过有那么一两个根源对上了本人的号，即使后面的方法不见得对每个人都好使，基于本人几乎所有事都要刨根究底的本性，剩下的解决办法就交给我自己好了。其实我没有发错地方，我写的的确是《女王气场》这本书的评论。本人是个女王外形、虚弱内心的外强中干型女汉子，虽然不太吻合这本书的受众群（哈哈），但是考虑到，既然外形不能装柔弱或者装文青得到啥福利了，何不干脆里子也女王了比较不吃亏呢。毫不犹豫下手买了试读版，看完发觉好短，直到全上架才晓得原来还没完。这本女王气场相比较之下，先发布的150页左右的版本较之《七天治愈》更为有吸引力一点。开篇的一个观点“想要心理强大，就必须打破社会价值排序”就让我觉得有豁然开朗的感觉（也许是本人孤陋寡闻了）。全本是我向作者索要的，谢作者，我这个拖延症的毛病至今没有治愈，因此书评拖到了最后一天，不晓得丁小云蜀黍有没有失败的感觉。看的时候有很明显的2个感觉，这也是2本书共有的特点。第一个即：这的确是一本长篇大论文，可以说是心理学和社会学方面兼而有之。本人是个工科生，就不冒昧评论是什么级别的论文了。简而言之，这本书虽说取的是“如何”等方法类的标题，但其深究问题根源的方式，而且直指目标的提出论点、然后论证的犀利方式，我个人还是比较推崇的，毕竟对于上班族忙得脚不沾地好不容易抽个空读几页的情况，哪来大块的时间来全文读完去分析作者你想说啥。能让人看完记得你说了什么，有哪些有用的，我觉得这就是一大成功。作为一个专职捣鼓word、ppt的ITer来说，这种一二三四五罗列要点的方式无疑便于理清文章（我说文章而不是某本书，的确是因为他给我的感觉太像篇论文了）的思路。但是，不可避免的，整体的行文显得有那么点生涩。因此不可避免的，出现了很多摘抄笔记、素材重复的迹象。我在看这个全本的过程中，屡次感觉这段引用的素材我看过，直到160页，我当时觉得怎么说节选本也没有这么多内容啊，为什么我仍然觉得这段我全看过。再看下去，我忽然明白了，某段引用的论点是在“ ”七天治愈“里面提到的。当然，素材足以支撑内容无可厚非，但是我还是想提个建议，如果这种给读者重复的感觉如此明显，恐怕就给人有些“词穷”的印象。第二：作者不止一次出现“开个玩笑啊”，私以为没必要解释哈哈，我知道你在开玩笑，读者没那么容易不高兴的，大可以放松点。最后写一句总结，这本书，不是教你如何穿衣、如何化妆、如何举手投足来营造“气场”的，准确点说，是“如何建立强大的内心”的解析论文，看的时候要带着一颗思考的心，想明白了为什么我内心虚弱，知其所以然，即读到了精髓。至于那些指导你如何交友，筛选什么样的朋友等诸如此类的手把手指南，我可以视其为败笔吗？^\_^

28、读的时候还是挺励志的，但是读完其实也就忘得差不多了——就算诸位读者都是为了培养女王气质而来，也不必真的按照书里的步骤来，气质这种东西和经历和心态联系太密切了，顺其自然总比学得不像来个东施效颦的好。不过作者对于两性的解读倒是蛮吸引我的，真的蛮精彩的——能学到什么

总是好的。我是这样理解的。

29、首先声明，我不是女文青，我是一个理工女，且自称屌丝。文笔自然不行，也不爱写写书评什么的，我只会写代码。。。不过是2014年的目标之一是坚持读书，每周写读书笔记，但是文笔拙劣又幼稚，才不好意思写给熟知我二逼青年本质的人看，于是决定使用豆瓣这个注册了N年却几乎没好好使用过的平台。。。这本书我坦诚，我看到1/5处已经基本定位了书的内容。女王气场，不是走路如何，姿态如何，装装样子就来的，更重要的，得是自身有资源，内心足够强大。简而言之，自尊自信，独立，勇敢。先说独立，独立分经济独立和精神独立。我个人觉着，没有经济独立的人，精神也是独立不起来的。吃人嘴短拿人手软，作为一个女人，如果每天过的是手心向上要钱过日子的日子，那她底气不足，当然独立不起来。但是经济独立不代表精神独立，一个没有自己独立思想，做事不会自己考虑，总是依附于他人决定的人，也是独立不起来的。那么总结起来就是，女人要自己赚钱，我喜欢的一句话是：一个女人必须有能让自己脚踏实地站在这片土地上的东西。所以，工作虽然辛苦，但可以饱足自己，可以满足女人的购物欲，打扮欲。每次去到商场里，看着琳琅满目的商品，念出各种英文法文的牌子，都有一种很激励的感觉。比如我今天去了商场，看到一款表，5W块，我就跟自己说：等我年薪涨到50W，我就可以来迎娶她。然后就是要让自己的思想独立起来。我所能想到的无非是读书和旅行长见识（Oh, my god, 作为一个非文青，I prefer 出去玩儿这个说法，旅行太尼玛矫情！！），和作者所提到文史，哲学类不同，我赞同读所有的书，包括理工类，科普类，以及我喜欢的小说类。出去玩这件事儿，实在是我人生大爱，我的人生to do list最重要一项就是走遍世界。可惜我没有那些我羡慕的妞儿们直接辞职，世界再大也大不过我35寸半的脚的勇气（对我而言是34寸的脚。），作为俗世俗物一枚，我所能想到的就是利用所有假期，走遍这个世界，看所有不同的风景，体验所有不同的风情。我原本的梦想是学生时代走遍中国，这下学生时代已然要结束，目标却未达成，我只走了大半个中国，那么以后工作了就利用年假吧，幸好我有足够长的年假。多走走，感受世界大不同，心胸会宽阔，“格局会大”。再说自尊自信，所谓自信，得建立在做过的让自己有信心事情之上。我从小学起，就是个不折不扣的丑小鸭，黑瘦矮小，母亲不善于打扮我，家境当时也算略寒酸，成绩虽然很不错但也不是top1 or top2，站在我少年时期最好的朋友（现在依然是最好的之一）旁边，就是小公主身边的丫头，还不是俏丫头。我那位朋友，漂亮可爱，乖巧听话，家境颇好，善良温柔，无论在各位老师心里还是家长心里，都是完美小公主。在这样的阴影下，我自然是自卑的，但是所幸，我这人天生有一种盲目自信和自尊心，总坚信自己还是很优秀的，虽然自己都找不到优秀的点。。。扯远了，直到高中时期，我依然是她身边“那些年，你们没有追过的女孩”。高中开始，我有了自己衣服的购买权，蓄发权（忘了说，之前我的头发都是比男生长不到一寸而已）。而且，我开始发现我比好朋友要聪明的多，我比她独立的多，我有反叛精神。她依然还是那个乖巧听话，努力学习但很不幸，成绩却不如我的没有自己思想的乖乖女。而我，选择了不好好学习，每天读很多很多书，开始有自己思想和主意的我。我也渐渐长得漂亮了，开始有男生追我了，开始有人恭维我，围绕在我身边。自信便有了。再后来，我为了一些事情而努力，结果总是非常好，我开始在小时候的发小中outstanding了。感觉棒极了！关于勇敢，其实我一直觉得我不够勇敢，但足够坚强。解释来说就是没有面对即将发生的事情的勇气，但有事情发生后面对并冷静处理的坚强。希望自己能够更勇敢一点，也不要怕麻烦。我可以死在路上，哪怕死在刚踏出的第一步，但不能不迈出第一步。

30、前言 无忧无惧的文艺女王第一辑 | 男女通吃的女王气场术让气场变大是很难的一件事吗女王气场是一种心理结构如何让你的心有家可归为什么气场女王必须雌雄同体没有你的日子梦，轻语顾盼爱，浅吻笔尖易得凋零红豆几经雨寒没有你的日子夜，何曾会人言语望，风雨桥头相聚清水江畔多愁凭何离恨重重

31、女王气场如果是想有就可以培养的那么完全是不能适应工作的，文艺女青年更多的时候是属于不染尘世俗事的，是属于内追求的。只有内外兼修文艺女青年才能更好的培养女王气场。从心理得角度来讲拥有女王气场的人必须是雌雄同体这一点说的很对。试问有多少人会面对女王气质外露的女性而望而却步

32、人与人之间的交往，无非是等价交换。就像李笑来曾做过的一个比喻，拥有较多玩具的小朋友不喜欢别的小朋友拿他的玩具，他觉得他们是在“抢”他的玩具，而拥有相当数量的玩具不会去抢他的玩具、而会跟他交换着玩的另一个小朋友，被他当作朋友。人与人之间，如果没有相当的资源，导致交往过程中一方只能一味地索取另一方只能一味付出，时间久了，怕是很可怕的吧。而人，都会有寻找优秀的基因以使自己的基因传下去的倾向，真的不能不怀疑每个人其实内心里都是自恋的，都觉得

# 《论文艺女青年如何培养女王气场》

自己的基因挺不错，后代也应该拥有更优秀的基因。而女性在不断提升自己获得财务自由同时也为自己选择另一半时争取了更多的主动权。作者作为妇女之友，确实尽了他最大的努力来表达他对女性的关怀和爱，至少他在通过自己的行动来帮助更多女性成长和进步，只是不知道多少人能够在阅读之后通过自省和行动而获得不断地提升和进步，从而在未来与更好的自己相遇，自己又能不能够在今后的每一天通过自己的努力和行动获得持续的进步呢？说到向内追求与向外追求，不知为什么就想起了杨先生，杨先生写《我们仨》的时候已经80多了，然而当她描写年轻夫妇的留学生活时，我却真切地从字里行间感受到了一位活泼可爱的年轻女士体现出来的活力和朝气。杨先生的气场一度令自己恍惚，但是那并不是一种“女王气场”，那是一种说不出的却总觉得远远超出“女王气场”的气场，杨先生确实是不断向内追求的一大典范。然后却又想起《一个人的好天气》中吟子说过的一句话：“这是因为年轻的时候大家都是拼命地伸出手想要什么，到了我这个岁数，想伸手要的越来越少了。”或许年老时候的智慧也会带来一种说不出的气场吧，或许不是“女王气场”，那种不再只知索取的从容淡定中充斥的人生智慧，也是丰富充实的人生与心灵带来的吧。只是希望自己年老时也能成为个淡定从容的小妇人——每天早上赶早高峰挤地铁时深深充满了无奈，也不知道这样的生活会到什么时候会得到缓和。出了地铁站经常会看到很多老人站在地站门口等着收出来的人看完的报纸，有时候就会开始恨这个社会，让老人在寒风中收报纸过日子的社会，让人对未来实在是没有什么信心。再加上之前在微博上看到过一位老奶奶交了自己所有的积蓄就为了拿每月少得可怜的养老金，更是觉得这个社会的可怕。可是再想想，自己还有很多时间去避免将来过这种日子，只是希望等到自己年老时，不用为了生存忍受寒风。而这一切，取决于我们还有力气奋斗的时光是怎么度过的了。学习理财知识，养成良好的理财习惯，获得财务自由或许并不那么困难。或者，用心去做自己真心热爱的事，拥有自己的事业，查理芒格说过，只要足够长寿，该有的自然都会有的（大致是这样的，半吊子读书总是记不得）。又想起‘一代宗师’里面的宫二先生，“宁可一思进，莫在一思停”，这种气度，这种气场，现实中没几个女子可以达到吧，她一生都在迷，一生也是个谜。丁小云同学引了郎咸平的一句话：他说，prada的精神就是强势的女人，甚至男性化的感觉。某天看过有人说，prada的精神就是take it, or leave it。可以脱掉高跟鞋系上围裙低眉顺眼洗手作羹汤，也能穿上紧身连衣裙在工作中步步为营咄咄逼人，怎么做，选择权在我。这才是我理解的女王气场吧？总之，其实修炼的不二法门无外乎读万卷书、行万里路、阅人无数——另外，从文章里更深刻地感受到多读的必要性，当阅读量提升到一定境界的时候，任督六脉被打通后，看问题的深度就是另一个程度了，表示很仰慕！

33、请原谅我的浅薄无知……当然，这也是人们乐意将自己训导成他希望的模样。什么是训导？——论家猫如何培养老虎气场猫有猫性，虎有虎气。你是想把猫训导成虎，还是希望还原本性为猫；是寻天命之谓性，还是习后天之习气。可笑！

34、“一个真正的气场女王，即使她的言行举止任性轻佻，即使她身上穿着很普通、很便宜的衣服，抑或是一丝不挂，她身上依旧会散发出强大的女王气场。一个真正的气场女王，即使她已经很老了，即使她的青春容颜已经彻底被时光摧毁，即使她的身材完全走样，乳房向上一甩可以搭在自己的肩膀上，强大的女王气场依旧会无形存在于她的身体四周……女王气场是一种比美貌和财富更强大、更恒久的力量，每个女孩都能拥有这种力量。这种力量可以帮助你做成你最想做的那些事，过上你最想过的那种生活。”看到这一段，很汗颜，原来我很多想法都错了。

35、评分：三星点评：这本书像是一本随笔集，一篇篇专栏文章拼凑而成，其中大部分内容都和两性有关，不是我的菜，喜欢这类风格的朋友可能会比较喜欢这本书。但我之所以还给三星是因为有几篇文章我觉得写得还挺受用的，比如《女王气场是一种心理结构》中提到的不能过分屈服于社会价值排序（虽然我也质疑完全做到不屈服是不是过于理想主义），《人生最本质的真相是什么中》提到的增大社交圈才能避免胸怀变小，心胸有多大才能做成多大的事儿，以及提到的“强力10人内部圈”，都对我有一些的启发。此外还有一些观点如不要过于向外寻求而忘记向内、要敢于寻求变化、不要努力去活成别人的谈资都是比较正三观下的一些建议。让气场变大是很难的一件事吗现在很多关于气场的文章或图书，大多都是说如果你想气场强大，你应该如何微笑，你应该如何走路，你应该保持什么坐姿，你应该如何跟人握手，你应该用什么样的语气说话，然后再对你说一些早已经烂大街的成功学公式和心灵鸡汤理论……这些观念是我们这个时代一些最典型的病态人格的一种投射。想利用这些很僵化、很程式化的观念获得女王气场，无异于缘木求鱼。这些观念只会束缚身心，让人迷失自我，让人变得越来越神经质，甚至患上焦虑症、强迫症等精神疾病。女王气场是一种心理结构仅仅改变外在形象就能拥有女王气场吗？仅仅改变外在形象，而忽视了对于内在气质的改变，获得的可能只能是一

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

种如“黔之驴”般的女王气场，或者是一种外强中干、色厉内荏的女王气场，甚至还有可能是一种神经质型女王气场或精神病型女王气场。事实上，一个收入很一般的女孩也可以通过省吃俭用进而购买一身名牌，把自己打扮得像是个女王一样，但可能你和她一接触，就会发现她已经被消费社会彻底洗脑，内心极度空虚且脆弱，她拼命工作，然后拼命消费，以此获得一点虚妄的心理安慰和存在感，直至这个消费社会榨干她的青春，榨干她的一切……当然，也有一些女孩在将自己打扮得像是个女王的同时，也成为了职场里的女强人，她们很有心计，很有手腕，擅长社交，世故油滑。她们在职场里和同性竞争，和异性竞争，她们不断往上爬，她们看上去很强大，她们已经取得了某种程度的成功，但她们经常会焦躁不安、精神紧张、患得患失。她们就像青年学者石勇在其著作《世界如此险恶，你要内心强大》里所揭示的那样，已经被社会价值排序的病毒高度感染……什么是“社会价值排序”？石勇这样解释道：“简单说，只要你根据社会的观念，认为一个白领就比一个民工高档，一个大学生就比一个小学生牛x，那么，你就遵循了某种社会价值排序的指令。而一旦你遵循了社会价值排序的指令，就为自己的心理弱势打开了大门。这种社会价值排序必然制造伤害、焦虑、愤怒、自卑和羞辱，因为按照这个规律，在这个游戏之内，只有位于最高端的人，在人群中才能获得绝对的心理优势。”石勇进一步指出，一个由外在评价主宰自我认同的人，实质上是一个遗失了真实自我的人。从外部世界得到的那个“自我”只要进驻到我们的心理结构，我们就成了外部世界的傀儡，失去了防御打击的能力。也就是说，只要我们屈服于社会价值排序，在心理上就注定要过一种风雨飘摇的生活，并被自卑、焦虑、烦躁等情绪袭扰。而想要心理强大，就必须打破这个社会价值排序，让心灵从它的桎梏中解放出来。如何打破社会价值排序呢？石勇给读者出了这样一招儿：“剥去对方的社会包装，你在心灵上即获得了解放。”石勇说我们在很多人面前心理弱小，那也只是被他们披的那一身“社会”的“皮”吓住而已。邪恶地想象一下，假如一个贵妇身上的服饰包装全部被脱掉了，露出赤裸的肉体，可能还赘肉一大堆，眼睛露出惊恐，你会觉得她高档吗？所以你要做的，就是剥去他们这身“皮”。这还真不是阿Q式的精神胜利法，为什么这么说呢？当你面对一些所谓的大人物，如果你想结交这些人，进而利用这些人，而当你心里剥去他们的社会包装之后，你就能运用你的智力同他们打交道，而不再惊慌失措、诚惶诚恐。你可以运用你的智力在他们面前表演，通过表演来达成你的目的，就像石勇所说的那样：“表演是从古至今支配一个社会资源分配最核心、最隐秘的精巧技术，它打造影响力、构造权力、操纵人的心理，是政治、商业、宗教的‘第一谋略’。”某种意义上，一个屈服于社会价值排序的女人是绝不可能拥有真正的女王气场的，因为社会价值排序会让她的心理满是浮躁、焦虑和恐惧。只有打破社会价值排序，才能拥有更强大的心理结构，才能看透人类社会的本质和真相，心里的浮躁、焦虑和恐惧也会减少很多，这样你就能更专注、更高效地去做你真正想做的事，直至成为你所在领域里的女王，并以这样一种方式拥有女王气场。事实上，女王气场其实就是一种心理结构，一种不会被社会价值排序所左右的心理结构。而打破社会价值排序不是一蹴而就的事，因为这是一个重建价值观的过程，这是一个向内追求的过程，需要足够丰富的知识储备和足够强大的理性分析能力。所以，养成阅读的习惯是很有必要的，尤其是要多阅读一些文学、心理学、艺术、历史、哲学等方面的经典著作。生活在这个充满了荒谬、欺骗、谎言和陷阱的世界，你需要一些强大的、深刻的、生机勃勃的思想，只有这样的思想才能让你的心理结构变得越来越强大，让你拥有真正的女王气场。永远不要被大众的想法所左右，因为大众的想法永远都是错的。当你打破社会价值排序后，你可以识破这个社会里的各种谎言和陷阱，你可以看穿别人的伪装和表演，你可以认清什么才是自己真正想做的事，进而摒弃社会强加给你的各种可耻的限制和可疑的欲望。当你打破社会价值排序后，你可以选择过一种怡然自得的平淡生活，而不是像无数女人那样为了拥有更多的社会资源，进而让自己变得更有“社会价值”而终日焦灼。当然，你也可以利用基于打破社会价值排序而获得的更冷血、更高效的理性心态向外追求，加入到社会资源竞争游戏之中，获得更多的社会资源，然后利用这些社会资源去做一些在你看来最有价值或最有意思的事。如何让你的心有家可归在爱情世界里，所有的竞争，究其本质，基本上都是为了争夺那些优秀的基因。对于一个女孩来说，全力实现经济独立和精神独立，进而让自己的气场变得越来越大，直至拥有女王气场，这是更有效的竞争策略。简而言之，一个极少向内追求、只是拼命向外追求的女孩想要拥有女王气场，无异于缘木求鱼。只有在努力向外追求的同时，同样很努力地向内追求，这样才能拥有女王气场。为什么气场女王必须雌雄同体如果你想成为雌雄同体的气场女王，你还要学会男人所特有的那种坦然的自私，男人可以将自己的自私上升到哲学层面或科学层面，甚至还会将其演化成一种约束女人的道德。当然，很多女人也会这么干，只是没有男人做得那么坦然，那么高超。其实人类无论做任何事，其最本质的目的必然是为了利己，无一例外。

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

但很多女人却不愿意承认这一点，当一个女人哭着对别人说：“你以为我这样做不是为了你，而是为我自己吗？”你不用怀疑，她那样做就是为了她自己。但你还不能说破，因为女人是要靠一种自我牺牲的幻觉来维持自己的幸福感的。简而言之，就是要在人性和兽性之间找到一个平衡的点，在此基础上尽力活得更真实一点，更有趣一点，不要让自己只是活在男性社会的“凝视”之中，不要成为男人希望你成为的那种好女人。对于女性来说，毛姆的上述言论可能有些刻薄，只是你不得不承认，很多女人的确就像他所说的那样，几乎彻底被物欲控制住了。但我想说的就是，女人的物欲就像男人的性欲一样，都是基于一种兽性的本能。因为女人需要哺育后代，而物质能让女人获得安全感，因为只有充足的物质才能保证女人顺利将孩子哺育成人，进而实现基因传递。兽性的本能可以成为强大的奋斗动力，但正如叔本华所说的那样：“你只能做你想做的，但不能要你想要的”——我们可以这样理解这句话：如果一个人一味地追求自己想要的，他十有八九会死得很难看（举个例子，很多没钱的男人最想要的就是那种声色犬马的生活，但如果他们将绝大多数精力都用在这件事上，那他们就会成为老罗所说的那种人类能想到的最愚蠢的组合体：花花公子+没有钱）；而如果一个人坚持做自己想做的，一旦他做成了，他想要的一切会不请自来。很多男人都明白这个道理，他们会将自己的性欲转化成追求个人事业成功的动力。很多女人的做法则是直接去追求自己想要的，为此尽做一些急功近利的事，把自己的人生搞得鸡飞蛋打。像少女一样坚守对于友情的信念看《雪花秘扇》的时候，我心想，原来女人之间的友情也可以被拍得如此动人。总的来说，我发现女孩们基本上还真是“越长大，越孤单”的，因为当她们长大后，她们大多都会变成爱情动物。在爱情动物的心里，友情和爱情是无法相提并论的。虽然她们中的很多人都说自己有闺蜜，但很多女人都喜欢在背地里说她们的闺蜜们的坏话。也许，大多数女人真的是把身边的每一个女人都当成竞争对手来看待的，即使是所谓的闺蜜也不例外。而在《雪花秘扇》中，李冰冰和全智贤之间的友情甚至就像一段“奇情”。在少女时代，很多女孩对自己的朋友会许下一些关于“永远”的承诺，但这承诺十有八九都不是时间的对手，大家彼此心与心的距离也越来越远了。有些时候，有些女性甚至会隐隐希望自己少女时代的朋友千万不要过得比自己好。这种心理很常见，使得它就像是一种见不得人的人之常情。你敢选择不可预知的生活吗其实每一个普通女孩都能拥有女王气场，只要她敢于拒绝循规蹈矩的生活，主动寻求并且完成一些变化，例如完成外表的变化、工作的变化、观念的变化等等。通过这些变化，最终完成心理结构的变化。一个普通女孩每天循规蹈矩，一成不变，人云亦云，她的气场可能也会变得越来越大，但只是一种类似于“老处女气场”的古怪气场，而不是女王气场。这里所说的寻求变化，不是一定要像上文中的那个女孩那样辞掉工作，然后在淘宝上卖衣服，只是在年轻的时候，要多谈几次恋爱，多结识一些有趣又有料的人，多参加各种社交活动，多阅读一些经典书籍，不断尝试和冒险。总之，就是一直朝前走，不要总是宅在家里。事实上，不仅宅男会越宅越废，宅女也会越宅越废，而且还有可能越宅越肥。只要主动寻求变化，就会碰到各种机会。这时你要做的就是分清哪些机会是短浅的诱惑，哪些机会能让你的生活发生本质的变化。干什么，跟谁干，如何干，干多久，正是诸如此类的选择，而不是其他别的什么，决定了你成为什么样的人。除此之外，选择你最想做的那些事中最难做的一件事，然后全力做成这件事，这是培养女王气场的“捷径”。廖一梅年轻时选了哪些艰难之路呢？她列举了这样几件事：谈不靠谱的恋爱，辞职，写剧本，做没人看的话剧，和没人看好的愤青结婚。随后廖一梅这样写道：“那些能预知的，经过权衡和算计的世俗生活对我毫无吸引力，我要的不是成功，而是看到生命的奇迹。而奇迹，是不会在容易的道路上绽放的。也许，在所有不被看好、无人尝试的错误的选择背后，会有不曾见到的可能，不曾设计的未知。未知让人恐惧，引人好奇，也因此证明你的勇气，成就你的自信。在每个死胡同的尽头，都有另一个维度的天空，在无路可走时迫使你腾空而起，那就是奇迹啦。”在中国，很多女人最喜欢的就是那种早早知道结局是什么的“爱情”，她们会和那种看上去很“保险”的男人结婚，进而确保混吃等死这一结局可以必然发生。为什么有那么多女人宁愿混吃等死，也不愿意选择自己最想走的路？我想很重要的一个原因就是她们害怕如果失败了，会有人笑话她们吧。所以她们会选择一条看似稳妥有保障的路，殊不知这条路其实更凶险，因为她们很可能会因此成为任由社会宰割的肉鸡。“走自己的路，让别人说去吧！”——这大概是这颗星球上最有名的一句名言，但能身体力行这句话的人很少很少。我们如此在意他人的闲言碎语，但那些人其实只是希望我们能活成他们嘴里的一个谈资，或者是一个笑话。而我们却自投罗网，让自己的身心都囚禁于他们的闲言碎语之中……气质越神秘，气场越强大在某人的微博上曾看到这样一段话：“女人不外乎两种——森林型和罗马型，森林型的女人错综复杂容易让男人迷路，罗马型的女人让男人看到了路，却迷失了自己。”我上网搜索了一下，这段话可能是电影《绿茶》中的一段台词。如何拥有神秘气质？有这

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

样几个最简单的方法：第一条是尽量少说话。某种意义上，沉默就是性感，任何一个女人都能通过少说话这样一种方式让自己变得更性感一些，一个话多的女人很容易输光底牌和底裤。当然，这一条仅适用于当你和外人交往的时候。在和那些能与之交心、贴心、掏心的朋友和爱人面前，你还是顺其自然做最真实的你自己比较好，即如果你天生话多，你没必要憋着；如果你天生话少，那你就做一个倾听者好了。第二条是学习拒绝的艺术。有人说拒绝是世界上最致命的勾魂偷心术。事实正是如此，学会拒绝的艺术，不仅能提升你的性魅力，还能帮助你节省很多时间和精力，而你也可以因此拥有更充足的时间和精力去做爱做的事，交配交的人。第三条是要么多读书，要么多阅人。当然，最好是既多读书，又多阅人。总之，内心世界越丰富，外在气质越神秘。而一个头脑空空的女人想要玩神秘，无异于抓屎涂脸。人生最本质的真相是什么基本上，一个人有多大的胸怀，就能做多大的事儿，就能拥有多大的社会影响力。除此之外，一个人能赚多少钱，基本上也取决于这个人的胸怀有多大。还好，胸怀这个东西跟眼界一样，是可以通过个人的努力加以拓展的。有些女人的气场之所以很小，主要是因为她们的社交圈太小了，每天她们要与之打交道的人基本上是一成不变的，每天经历的事也几乎是一成不变的，这也使得她们的胸怀变得越来越小。很多时候，一个人之所以感到痛苦，就是因为被一个小圈子完全限制住了，于是只能每天循规蹈矩，过着混吃等死的生活。其实只要你全力扩展自己的社交圈，你就会有一种豁然开朗的感觉。很多时候，就是因为你新认识了一些人，你的生活就出现了新的可能性。当你为了将你向往的某种新的可能性变成现实而努力的时候，你的心智会不断成长，你的胸怀也会因此变得越来越大，你的气场自然也会因此变得越来越大。在尽量多认识一些人的同时，当然还要重点经营和一些重要的人之间的关系。曾在一本书里看过这样一个社交法则，说一个良好的、稳固的、强有力的社交关系网必须是由10人左右组成，这些可以包括你的某些朋友、亲戚或在工作领域和你有密切关系的人等。简而言之，就是选择10个对你来说最重要的人（更功利的说法则是，对你来说最有利用价值的10个人），让他们成为你的“强力10人内部圈”，你们互相帮助，你们都希望对方能获得成功。虽然你也知道，人性这东西就像一位美国演员所说的那样：“没有人会对好朋友的失败感到百分百不快乐。”同理，同样没有人会对好朋友的成功感到百分百开心。但总的来说，只要你的人保持一个不断向前的轨迹，你的好朋友还是会为你高兴的，她们心里隐藏着一点点羡慕嫉妒恨也是正常的。为什么要将这个内部圈的人数限定在10人左右呢？这是因为强有力的核心关系网需要你每个月至少维护一两次，所以这10个人可能就会用掉你用于社交的时间和精力的90%，甚至更多。在经营“强力10人内部圈”的同时，你还要挑选一些人作为“强力10人内部圈”的后备梯队，并与这些人保持联系。这样做的原因很简单，因为在你的“强力10人内部圈”中，如果有人移民了，或是有人混得特别特别好，并因此跟你渐渐疏远了，再就是有人越混越惨，你因此也与之渐渐疏远了，这个时候，你就要从你的后备梯队中选择一些人，将其补充进你的“强力10人内部圈”。人生就是这样，有些人会抛弃你，你不用因此而懊恼。而你也必须抛弃一些人，除非你想停止你向前的脚步。人生最本质的真相是什么？尼采曾给出这样的答案：人们一直靠牺牲别人来达到促进自我发展的目的……生命总是靠消耗别人的生命过活的，不了解这一点的人，就等于还没有向诚实迈出第一步……如何成为职场里的气场女王记得《新周刊》有一期做过这样一个选题：向你讨厌的人学习。关于这个问题，我反思了一下，我发现我原来讨厌过的人大致可分为两类：一类是可能会伤害我，可能会带给我很多麻烦的人，再就是已经伤害过我或者已经给我带来很多麻烦的人；另一类则是我发现他们在某些方面比我强很多的人，再就是我的一些很强劲的对手，而我对这类人的讨厌，说白了，其中隐藏着一定的“羡慕嫉妒恨”的成分。遇到我讨厌的人，我会看他们身上是否有值得我学习的东西，我和他们交往会不会对我的前进之路有帮助。我现在愈发意识到，那些喜欢在道德层面胡乱评判自己讨厌谁的人，十有八九都是卑劣无能的人。所以我现在经常提醒自己，一定不要成为那种有着很可疑的道德洁癖的孤芳自赏者。很多道德洁癖看似清高，其实愚蠢得要死，有些更是龌龊得要死。

36、当活到三十几岁时，开始隐约明白了一些道理。或者说，明白了一些真相。而平时，那些真相，是隐藏在一直受到的教育下的，隐藏在社会舆论之中的，隐藏在传统道德观念的另一面的。而在丁小云的这本《论文艺女青年如何培养女王气场》，尖锐而鲜血淋漓地揭示了某些事实。和我们随着年龄增长，隐隐感觉到的不谋而合，比我们发现的，要更全面，更透彻。年少的时候，不可能有人告诉你，你受到的指导，都是错误的。如果你过人云亦云的生活，就会活得混吃等死。如果你太重视别人的议论，就会过成别人口中的笑谈。如果你遵循男性社会制定的游戏规则，一再压抑和隐忍，成为他们规定的好女人，你就会变成任由社会宰割的肉鸡。“永远不要被大众的想法所左右，因为大众的想法，永远都是错的。”生活中，我们的确发现，一些“好女人”的下场都不好。比如周围的某

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

女，五官很端正，工作能力强，对人谦和有礼，注重名誉，基本没有异性朋友……她的丈夫却出了轨，婚外情的对象，是相貌完全不如她的女人。当然也没有她那么贤惠。为什么有的女人，大家都说好，却好到令她的男人夺路而逃呢？为什么，有些大家议论不休的“坏”女人，却充满魅力，吸引着很多人趋之若鹜？象我的一个朋友的感叹，为什么，要脸的人活得精疲力尽，不要脸的人活得容光焕发？为什么，做为美国天后级的人物，麦当娜在她的2012年演唱会上，仍旧会衣着暴露，甚至故意去做各种走光的动作，有意去暴露身体，而仍旧能成为他们国家，乃至全球娱乐文化的主流？

当所有人看到她的女王气场时，大家注目的都是她取得的成就，没有人再去辩论，她通往成功过程中，用了哪些手段，是否道德，是否符合人们的观感？爱和自由，或者我们所渴望得到的一些东西，真的是那些中规中矩的人创造出来的吗？有时觉得，自己就属于丁小云形容的那种人：“为什么那么多女人，宁愿混吃等死，也不愿走自己最想走的道路？”我们在追求安全感的道路上，误入歧途。困在了自己狭小的“安全”里面。我尤其喜欢这本书里，关于一些女人的描述，栩栩如生。让你觉得这样的女人，就在周围，呼之欲出。“有些女人的气场之所以很小，主要是因为她们的社交圈太小了，每天她们要与之打交道的人基本上是一成不变的，每天经历的事也几乎是一成不变的，这也使得她们的胸怀变得越来越小。”而身边，这样的女人何其之多！而这样的男人，其实也不在少数。“有很多年轻女孩，她们耍手段的格局太小了。所以她们只能过一种近乎于蝇营狗苟的生活。”看到这句，你也能想象出，那种自以为聪明，玩着小手段的女孩吧。实际上，就象蚂蚁伸出脚来拌倒大象一样可笑，一样微不足道。就算那些小算计都成了真，她又能收获多少成就呢。这本书发人深省。因为丁小云的一些观点都相当诚实，而不是戴着虚伪的帽子，居高临下给人一些根本无益的大道理。我也惊异于一些观点的坦白。因为，太多文人，心里想的，和在文章中表达的，并不一致。有些时候，他们在矫饰，写了一些人云亦云的东西。他们还在考虑一些虚名浮利。而丁小云的这本书，更象一个关系要好的闺蜜，面对面在对你讲她的感悟。“一般人我不告诉她。”因为是闺蜜，才会传授一些她私人的体会给你。那种不能公开对人说的，要很婉转才能表达的观点。如果在人多的场合，闺蜜或者要装淑女。而在你面前，她可以毫无顾忌的流露她真实的思想。所以，在我知道丁小云其实是男性时，有一点点的意外。不过，做为男人，观察女人，或者这种男性的角度，更能揭露女性潜在的误区。

37、看得挺欢快的一书作为豆瓣边缘人偶对这个作者的来头介乎未知看了半本书才发觉原来妇女之友是个叔 ma~whatever, 他不倡导的就是雌雄同体么，都是花木兰就o了结果发觉这书是本专栏合辑也就是说广大读者可以去此叔博客直接免费看也可以电子书还好偶是图书馆借的要买了偶就桑心了这个坑喂偶不是说文章写的不好哦前几篇还是不错的见解到位引用超多偶尔来个黄段子就紧跟一句“我开个玩笑啊”所谓前后呼应颇有个人风范至于后篇的充数之嫌也就非常明显了我们大都哈哈几下一目十行过掉了也罢毕竟要出本书的了也不容易的最后么说到书名实在觉得跟文艺女青年么啥关系如果真要看文艺女青年的感情生活思维常态偶比较推荐水木丁这才叫篇篇有价值篇篇入我心啊最后嘛男人写的书粗了点不是说不可以黄段子不可以赤裸裸不过嘛开口论性是最能体会一个人的层次的大文豪大思想家有本事的人有魄力的人人人都可以谈性但是一谈就看出来你本身的水平了所以说水平略逊的同志还是建议不要出个书爆老底其实大家都明白只是不说你而已虽然我只是笑笑啊我全书最爱的话呢就是“拿女人当男人用，男人当畜生用，畜生当领导用”虽然这书是个坑但是小跌一下还是满欢乐的

38、本来没想借这本，无意中在书架看到就拿了。这本书名字很大，但内容很水。先说说我觉得有用的。一、什么是女王气场：它包括有自己独立的思想，不盲从，不人云亦云，会坚持目标，努力实现目标。在拥有物质的时候不为物质所奴役，而是使用物质，让自己的生活更有品质。二、如何培养女王气场：它包括了内外兼修。外部要注重不同场合的不同着装，在工作场合着装中性一些，不要太多的性感和女性元素，这容易让人质疑你的工作能力。对于在公共严肃场合，确实深色系的套装更和周围的场合保持一致，不让自己太突兀。当然在私下的休闲场合，我自己觉得衣服还是要休闲、女性、自然、舒适的。需要通过长期的持续运动，让自己保持健康的体魄，优雅的举止。内部：注重自己的内心思想建设，一个脑袋空空的人，确实是乏味的。具体的内部建设包括阅读、旅游、跟多种人交流。读万卷书、行万里路，其实都是让我们去了解外面的世界，从而了解物种、行为的多样性，做到见怪不怪，做到对不同事物的理解。表现上：人多的场合不多说话，尽量保持沉默。这点似乎很多书都说过。不过很遗憾，很多人都做不到。本来觉得如何培养女王气质是这本书的重点，因为题目就是如何。但很遗憾，这本书对于这点讲得很敷衍很草率。下面说一下我觉得的不足吧一、对部分女性从心

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

底的不尊重任何人，都是社会的螺丝，不过有些人是关键，有些人是非关键岗位的。真如我们不能轻视清洁工，那么一个女性对于家庭的付出就是可忽视，甚至可鄙视么？他用待宰的肉鸡来形容传统贤良女性，我个人觉得是有些侮辱的。善良并不是错，勤劳善良更不是错，可以对她的付出觉得不值，但用这种鄙视的说法，就有点过了。真是沙文主义的这种歧视，才会导致女性在家庭中的付出被忽视。实际上，这种对后代的爱护，可以用人类的生物本能来形容，是深刻入基因的。社会分工各有不同，真如一对齿轮，少了谁都不行，一个家庭中女性的付出，也许对外部男性是无意义，但对于家庭中的这个男性，是意义重大的，是家庭的分工，是工作投入的基础，是一个家庭传承的重要保障。 二

、将女性的身体作为一种资源不是说女性一定要以身体作为一种依附男人的依据。但是对于将其作为一种资源，所以可以随时付出，还是让人不敢苟同。毕竟，这东西和脑力体力还是有点不同的。如果一定要将其作为资源，作者你就说说怎么提升资源能力，怎么运用资源嘛。比如写作是能力，那就经常写作、看什么书学习写作、不同场合怎么写。在哪些场合这种能力是最重要的。但这作者不说。这不是让看这本书的人手持宝物，误入歧途么。只知道是一种资源，但不会提高，那就是最基础的原始本能咯，不知道怎么挑选资源付出对象，怎么付出。作者说，某个年龄的女孩子都会。。。真的会买这本书来读的文艺女青年，我估计还很单纯，她会懂？那些人精一般的文艺女青年大抵是不用读这本书也会的。还不如小白文，起码作者认真去查史料，认真去调研。三、逻辑不清楚除了第一章，解释什么是女王气场。后来如何培养方面，乱七八糟。全篇总结一下，就是文艺女青年当女王就是很好运用身体资源。。。最后，考虑到这作者是男的。不说什么了。

39、人生的某个阶段总会需要一些特别的指引。或许高傲的我们从来都不屑于去阅读那些烂大街的心灵鸡汤，但是在某个时刻，你会突然发现，很希望有个人来和你聊聊，谈谈你最近的困惑，给你指一个明确的方向，甚至为你树立一个为之奋斗的目标。遗憾的是，很少有人能在现实中能遇到这样良师益友，所以，更多时候，我们还是需要求助于书本。从这个意义上来说，丁小云的这本书真的是不错的选择。更何况，因为有了强大的豆瓣，这本书的作者已然就在我们的身边，就是每天我们都看得到动态、听得到言论、看得到真实生活轨迹的一个豆瓣友邻！亲切自然不在话下，更重要的是，比起整天唠叨你的父母，你可能更喜欢听这位妇女之友丁老师的话。在阅读之初，还是蛮兴奋的，因为发现书中提出的很多观点自己都非常赞同。就像有一天晚上在手机上看到《女王》正好看到关于雌雄同体的部分。电视里播放着快男的评选。李宇春坐在评委席上，专注地聆听着选手的演唱。她一袭黑白点的西装，光脚一双小白鞋，不乏女性美的面容，以及散发着中性气质的言谈与身形。确实有种雌雄同体的魅力，女王气场自然无人能敌。不过，归根结蒂，是不是女王，不在于外表，而关乎内心。持久的内心建设是一个有魅力的女人一生的课题。越是年轻的女孩子越是应该去建设自己的精神王国，而不是等到年华已逝，青春不复的时候再去后悔当初为何主动“放弃治疗”变成了自己都讨厌的那种人。然而，太多女孩子在年轻的时候意识不到这个问题，总是纠结在穿什么衣服漂亮、找什么样的男朋友下半辈子可以衣食无忧、选哪份工作更轻松、工资更高、环境更好等等，却忽视了内心世界的经营与建造。试想，如果几年十几年之后，美丽大厦的基石已经被掏空，建筑其上的任何华丽风景岂不注定变为幻影？以轻松的语言，乐观的态度，理性而睿智的观点授人以渔，教会年轻女孩们如何去面对职场、爱情和生活的挑战，大概就是这本书的意义所在。能读到它的年轻女孩们都是幸运的，因为她们已经先人一步找到了通往“女王”道路的指路明灯，需要的只是在日复一日的不断努力中接近目标而已。

40、真可谓荡气回肠的良心之作！上班时间放下手边杂事一口气一分钟读完后掩卷长思久久不能尽其余味。作者犀利的视角和大气内省的剖析颠覆了我的人生，让我对世间万物有了新的看法。他笔下的女主人公被珠圆玉润如魔法般的文字灌溉得十分丰满，她那闪跃的思想在作者磁场的感染之下每一条都如超电磁炮一样直击我的心灵，她那狂乱的生存法则让人时而钦佩，时而畏惧，时而却不得不潸然感慨世道人心，这种陷读者于爱恨交织却又咬牙切齿的狂虐般舒爽的感受，非已获博士学位的资深豆瓣阅读作者及读者所不能领会。我给这本书五星。

41、如果没记错，云叔原来的ID是“穿丁字裤的云”来着，且不论这ID的来历和后来蒙蔽了广大文艺男青年的真实情况，单从作品风格来讲倒是真的契合。所谓丁字裤，就是用来装B的东西，它后面必须是若隐若现的白屁股，而一旦屁股换成了同样软白但完全不可捉摸的云朵，就显得神圣了许多，但其实无论是他的专栏（其实没看过）还是书（如此假装小清新其实很伊藤润二风的封面）都是正经的包着轻度情色猎奇外壳暗行教化之实。此书的题目是一个大坑。首先它的目标群体是文艺女青年而不是其他，其他女人有可能自然获得女王气场，比如云婶，虽然只在书中客串出场几次，但都令云叔不

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

得不反复自刎以表清白。其次它针对的是需要培养女王气场的文艺女青年，这一种群十分罕见，当下不具备特、独和中性化特质还自称女文青的人真正感兴趣的恐怕是《国母育成指南》。最后虽然书中屡次提及SM，但这里的女王与性癖毫无关系。严格地说书中的内容并无严格的层次关系，有点类似专栏文字合集，有些熟悉的桥段用到数次，再辅以云叔标志性的炫学派大量引用，读起来流畅无碍，但决不能拿来当人生说明书使用，因为它为培养出女王气场的文艺女青年指引的道路有三条：自己的床上，别人家的床上，别人家自己的床上。咦，这不是所有文艺女青年的前程吗，与培不培养女王气场有何相干？以上均属吐槽。此书推荐给所有精神上和肉体上面临出轨的女人，在学习了整整二百多页打破规矩的理由和方法后，突然发现它出自绝不敢真正跨越道德边界的已婚带子模范大叔之手，瞬间诡计退散，重新挺起胸脯不要脸地撂下狠话：姐姐我喜欢眼下充满了忧愁与恐惧的生活，无忧亦无惧的那是尼姑。

42、关于这本书很早之前作者就送了一下免看的机会。首先，你要相信这是一本好书。坐着的文风细腻而有规则，从女王和女文青两个词上就能看得出作者的切入点。难得的是，没把这2个点写俗，可见功力一斑。其次，这本书想给那些有气场的姑娘的人一个学习的机会。最后，这真的是一本好书。

43、每次看到这样的书，我都很想看看它写了些什么，虽然明知道读后肯定会不适，可是人不就是犯贱么？不然为什么那么多人津津乐道地追雷剧呢？不是品味低下，只是想看看这个世界的底线在哪里。这时候就会产生一种智商上的优越感，然后默默苦逼去。最近文艺界比较潮湿的几个炒点就是“不急”、“青春”、“文艺”。真诚建议每个想有内涵的人躲过这些雷点吧，不，或者你可以把它当成一本防骗指南，以后再看到哪些作者拿这些字眼做文章就果断在你的阅读名单上拉黑他。这样你可以节约你多少阅读时间和金钱啊！还是说说这本书吧，我可以预设读这本书的人大多都是没有女王气场而想拥有的女孩子们么？就像不漂亮的女孩子会认真阅读减肥、化妆、时装等杂志。所以想通了这一点，你就可以把本书划在工具书这一类，而你要知道，工具只能是工具，而不能成为你。所以这本书整个就是个伪命题啊。还是老老实实做自己的女汉子，多看书，看出去玩，多交朋友，保持一颗独立的内心。不要今天流行女王你就去做女王，明天流行萝莉你又去买粉红小裙裙。要知道世界上要是全是女王，哪里有那么多奴来伺候您呐。姑娘们，可长点心吧，文艺还是个孩子，不要伤害她。伪文青太多了，还好我从来没有文艺过。。。

44、我对这本书很好奇：一、怎样区分文艺女青年和女王的？二、为什么文艺女青年要修炼成女王？因为不管怎么看，我都觉得这本书的标题明显是在暗示：不立志当女王的女文青都是伪文青。似乎女王才是正经追求。我花了近5个小时翻完书，这对快餐书来说是相当慷慨了。期间的阅读体验经历了“好奇——期待——欢乐——失望”的跌宕起伏。最后在失望之余不得不承认一个事实：这本书还真是一个坑啊！这个坑体现在：首先书名和里面的内容没有半毛钱的关系；其次内容是作者的博客集，根本没有系统和构架，而且还有一些重复；最后这本书读起来一点也不“高雅”，甚至有些内容俗得重口味，虽然作者引经据典也掩盖不了这点；最后是作者本人，丁小云，他竟然是个男的！男的如此赤裸裸地写女人，作为一个女人我心理多少有些被看透的不爽。对待这样一本书，我不仅捐献了五个小时来读，还做了读书笔记，现在我竟然脑子进水得写博客谈读后感。可见这本书俗得多么有水平：它挖了一个大坑引诱你跳下去，并使跌坑里的你心甘情愿窝里面还不急着出来。好的，你想对此书一睹为快的胃口是不是吊起来了？不过只建议女生可以随便翻翻，男生就免了吧。丁小云，又名丁叔，被网友捧为妇女之友，自我标榜女权主义者。他相信“昨日离经叛道的思想可能是今日的道德，今日的道德则可能是明日的陈规”。基于这个追求，作者在引经据典的同时，还有对离经叛道的鼓励。这种不以世俗出牌的写法，还是使读者多少能从俗不可耐的文字间隙里寻见有分量的干货的。对于我来说本书具有干货以下若干。干货一：作者提出想要修炼成女王，要追求两点：独立和自由。“独立”包括经济独立和思想独立，而且两者都很重要。“自由”则是不被习俗教条束缚，要敢于做自己，敢于“坏”。另外就是不要用世俗的眼光评价一个“坏女人”，有时候所谓“坏”是敢于挑战和做自己的结果，这种女人往往更具有气场和智慧。干货二：当今社会最强大最性感的无论男人还是女人，都是雌雄同体的，这种生物更适应这个社会。这个平等的要求以及作者总强调的女人性自由的观点，倒是印证了他女权主义的态度。虽然里面有些男性期待比如女人要保持身材之类的要求，但作者说了，“这是从基因角度正当的要求”。虽然这是个差强人意的理由，但基因的强大还不能小觑的。就连最体现人性情的爱情，总所周知都是一场无聊的化学反应。干货三：没有多少生活经验的女生读这本书，还是有好处的，能帮助你在这个纷乱的世界中战斗和保护自己。虽然我会忍不住怀疑作者是借着插科打诨的语言、女权主义者的自我标榜还有女王气场的吸引力，来完成对女性期待的实现罢了。也许

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

是我对男作者来写这样的书带有偏见。干货四：不那么实用的各种“名言”，还有作者“流氓”却有趣的语言风格。好吧，一本快餐书，不是一条条列建议，而是试图用高雅的论证还表达自己的立场和观点，还算是值得肯定的一点。所以虽然这本书豆瓣评分只有6.6，虽然我是一个习惯在看书之前先查豆瓣评分并且正常情况下对这么低分的书是不会多看一眼的人，虽然很多读者看完书之后都惊呼：它其实是个坑！……但这个坑里也确实备了一些值得我们多嚼几口的好吃的。所以对于有胃口的人，自觉跳进去其实也不算得不偿失。就像有位豆友评论的那样：虽然本书是个坑，但是小跌一下，还是满欢乐的。

——谈正题，所谓“文艺女青年”到“女王”，最后的理想结果难道是“文艺女王”？什么是“文艺女青年”？从我的角度来讲，我不喜欢这个词。首先我经常被别人贴这个标签，“贴标签”意味着别人对你有所期待，我觉得除非一个人活得够洒脱，不然像我如此道行不够的人很容易被束缚。所以我本能地对“标签”感觉讨厌，这倒不单单限于“文艺女青年”。其次现在“文艺青年”多少带了贬义，“病态”“矫情”“做作”“自我感觉良好”等等这些词汇都是它的副产物，于是“伪文青”出现了，然后无数少男少女都无悔地栽进去了。为了避免自己病入膏肓，我开始积极主动地洗刷身上“文青”的痕迹。最后而且最重要的一点是，某一天我觉得觉得：“文艺女青年”简直是一个庸俗到足以侮辱女人智商的词，它似乎暗示着女孩应该读亦舒张小娴会感花落泪能写肝肠寸断的文字，要什么思想，谈什么认识，在男人圈子里显摆什么智慧。所以从此以后，“女文青”这个词在我这里变得相当不受人待见。所以以后如果你试图往一个女生身上贴“文艺女青年”的标签，小心你有歧视女性之嫌，女权主义者对此都是义愤填膺的。好吧，你可能会说不公平，男性也有被贴“文艺青年”的，怎么就不反对呢？就想丁小云在他书中提到的那样，雌雄同体的男人更有魅力。男文青是自我选择的结果，结果是更有魅力。而女文青则有被束缚在传统女性的要求。当然，那些喜欢这种标签的女性则另当别论，毕竟人有选择的自由。其次说说“女王”。说实话我也不知道所谓“女王气场”是一种如何强大的气场，想地心引力那样能强大到周围的一切都无法忽视并被吸引？其实吐槽至此，无论“标签”还是“气场”，但凡不是属于自己的特质，强加到自己身上都显得蹩脚和可笑。抛开这一切所谓的称谓，活出属于自己的气场才是王道。有一篇书评里面有两句话很好，我摘在这里，与各位女生朋友共勉。“如果你还在拿捏裙子长短，琢磨着如何找到Mr.Right,那么你甚至连气场都不具有。因为实际上，你的骨子里还是盘算着如何以一个好价格把自己卖出去。”“在负一到一百之间，我们需要诚实地做好零。不破不立，拿起前，先放下。”“在我们试图成为什么之前，先要知道我们对哪些事情无可奈何，而不是陷入时代付给我们的眩晕和盲动中。”

45、女王气场~可笑文艺是注定落寞的，注定孤独的，注定不闻达于诸侯，注定不求人注意的，我们看着人间的闹剧，不去喜不去悲，我们知道它只是一段如自来水般的平淡，我们的内心有一个世界，那里没有国王也没有奴隶，只有我们自己，我们什么都不做，却什么都做了，我们没有活着，却也永远没有死去，那是我们的世界，我们曾想有个人来，却也知道永远不会有人来，你懂吗，去死吧

46、小云老师在这本书中延续了他一贯的幽默风趣，机敏睿智，不拘小节，而针对一些女性遇到的，或者说社会强加于她们的问题，更是语露锋芒，小云老师即使不去使用那些专门术语，也完全能用常识的话语写出男权社会诸多逻辑的荒谬之处，用幽默又不失犀利的笔触，直指若被男权话语逻辑所禁锢，女性在劫难逃的矛盾与悲剧。这一点，在我读到成功人士往往同时拥有双性气质的段落之时，尤其有所感触。实际上，在社会学和女性心理学研究中，就有一类研究成果，即所谓的男性特质和女性特质，并不是绝对基于男性女性的自然天性的，而是有很大程度来自于集体错觉、偏见，其背后往往预示着社会层面有意的阉割和剥夺。打个比方，如果一个男司机开车出了车祸，人们会说这个司机有问题，而如果一个女司机开车出了车祸，人们会说女人有问题——而实际上，根据统计数字，女性司机出车祸的概率仅有男性司机的十分之一。这足以证明社会文化下集体错觉能够做出何等荒谬的结论。不仅仅是在职业上，同时也包括在人格特征上，优柔寡断、脆弱、无主见，等等许多负面的人格要素，显然并不是女性的专利，只不过当这些要素出现在男性身上时，人们会说这是这个男人有问题，娘娘腔，没个男人样，而这些要素出现在女性身上时，人们会哈哈一笑，女人到底是女人。只要肯稍微动脑筋思考一下，就可以看出这里面明显的性别歧视，强势和积极的人格要素、象征，被默认归属于男性，而被动，消极的象征好像一开始就是打着“女性”的标签。这其实是思维惯性下产生的错误，大量处于服从和被支配地位的，并不具有“经典男性特征”的男性被忽略在视线范围之外，同样，并不在少数的拥有坚强、果断、勇敢等美德的女性也被有意识的跳过，而当她们过于耀眼而没法不被提及的时候，人们会说这真是女汉子，巾帼英“雄”，真是女性中的男子汉。语言和思维相互影响，

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

英语中“MEN”代指了一般个体人类正如中文的“他们”作为代指了一般集体人类，无论何时，男性象征可以代表女性，而反过来却是万万不可，如果出现了women那就一定会是女的，如果出现了她们，其中必定没有半个男性。这是在语言上有意识的对女性的集体剥夺，剥夺的是她们对人类性格特质中那些积极闪亮特质的天然所有权，乃至她们作为人类主体不可缺席的至少一半席位，将这些在话语和意识中变成了男性的专利，当然。对于一些被打上女性标签的特质，多少也从男性的主流价值观中被割离了，但是这种割离的苛刻程度，远远低于对女性的剥夺。男性的刚烈可以称为真英雄，而男性的柔和也可以被宣称为儒雅睿智等额外美德去赞美，反观传统社会语言逻辑下的女性，如果她柔和，那不过是在恪守妇道，尽本职，而如果一个女性拥有那些被男性垄断的特质，即使不遭受迫害，她最多也只能赢得个人的名声，被当做孤独的例外，而无论如何也无法为女性阵营遭受的偏见带来平反。当然，反对派们会说，那是因为大多数男性和大多数女性确实就是如此，所以习惯上才这样划分。但你们又如何证明这种来源究竟有多大比例来源于生物天性，又有多大比例是后天刻意培养甚至阉割的结果呢？任何一个人类，如果被外界长期有意识地被隔绝在某种社会训练和实践之外，这个人就绝不可能在这件事情上无缘无故地擅长起来，无论这个人女性、男性、黑人、黄种人、白人，孩童，成年人。因为人类社会大部分的一般性活动都必须要有足够的后天训练才能够熟练。而一旦基于某些社会原因，对某一类人，无论基于性别，种族，民族，年龄，进行了这种有意识的隔绝，就必然造成“这个族群不擅长这类事情”的假象。如果一个社会女性不许去上学，她们中大多数人显然不可能有效获得文化知识，如果女性不许做官，那么她们中大部分人就必然没有机会展示管理才能，这才是明明白白的因果关系。然而是什么使得女性在人类古文明发展的过程中限入劣势，渐渐从管理者、主宰者的岗位上被排挤，乃至被逐渐剥夺了多项实际社会权利乃至认知中的基本平等呢？主要原因无非有二，睾丸激素，以及子宫，前者主要用于促进肌肉发展，而肌肉带来的暴力优势在古代有明显的效力。拥有暴力优势的人可以轻易地从肉体上消灭反对者竞争者来维护其统治。在较为简单原始的社会这是无比有效的做法。只不过这并不意味着暴力最强者能够推进文明的演进，事实上穷兵黩武的雄性兵蚁/斯巴达式社会，即使不迅速自我毁灭，即使能够延续和肆虐再久，于人类文明发展史上留下的也不过是一堆毁灭废墟，而价值建树微乎其微，人们对他们的记忆甚至还不如那些被他们击败的文明，比如好基友泛滥的雅典。事实上甚至指挥毁灭性的武力，同样不是雄性激素的专利，因为无论是在拜占庭帝国、土耳其帝国、乃至中华文明的一些帝国历史上，都不乏能征善战的宦官军事统帅，那么既然宦官可以，女性又有何不可？一个还有廉耻心的反对派大概会承认这错不在女性，而是长期征战在外的以男性为主体部队可能对他们的女性统帅产生一些不敬的想法甚至行动。好吧，我也同意这一点，不过以此为理由从军队中隔绝了女性之后，我也想听听反对派们许多文明的军事组织中男同性恋行为泛滥又作何感想。谈完了睾丸激素的历史地位，我们再来谈谈子宫，子宫这种生物学器官不仅会让众多性成熟的女性每个月饱受流血和疼痛的折磨，更使得她们不可避免地承担了人类繁衍的重大负担，生养后代不仅是一件极度消耗身心的工作，在没有避孕技术的时代，还意味着结婚后女性很可能会不得不接连不断的生孩子，而古代医学的落后使得生孩子更是一件极度危险的事情，你可能是一位非常英明、睿智、勇敢的女性统治者，然后你怀了个孩子，然后你因为难产挂了，然后就没有然后了。大部分古代社会的女性在自己的人生中都不得不冒这个风险，而显而易见男性一生中的任何时候都用不着承担这种风险，故而一个男性君主， he 可以和多位女性发生关系并留下足够的继承人（即使是在不承认后宫制度的国度，贵族私生子照样可以担任一些重要的职位，私生女也可以用来和一些地位较低但拥有实力的家族联姻，从方方面面巩固他多产父亲的权力地位），而女王当然也可以开后宫，找情人，不幸的是最后怀孕的风险永远会集中在她一个人身上，在竞争中这无疑是一项极大的不利。由于这两项生物学特征，才导致女性在传统社会的演化中很难把自己的优势保持下去，从而在不断的竞争中渐渐导致整个性别沦为男权社会的附属品，进一步被剥夺了参与许多社会角色尤其是管理岗位的机会。在这种局面下，去宣称某些特质属于男性专利，或是女性天生具有某些智能或人格上的缺陷，显然是一种非常卑鄙的行为，大体来说和先借机打断别人的腿然后再说你不擅长跑步一样卑鄙。——实际上，尽管是在这种遭受剥夺的古代社会里，在那些她们被迫承担的家族内部管理者的职位上，仍然有无数女性展示了出色的管理、指挥、统筹方面的才华，但这些出色的实绩，照样无法扭转男权社会根深蒂固的可笑幻觉和思维导向。而许多传统道德，社会规范，就是建立在这样的幻觉、农业社会宗法制度下的现实利益、以及一些古代不入流文艺中年（腐儒）带有明显精神变态性质的妄想之间的（鲁迅老师就有篇文章对比过孝经等几本传统道德文献的版本发展，越是封闭社会晚期，孝经内容越荒诞变态）。我说这些，倒不是想挥舞什么女权主义的大旗（我不爱挥旗子，不管那上面写什么），但我

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

想任何一个具有理性思维的人，看到一些荒诞不经的谬论去主宰多数人的思维都实在会忍不住吐槽。然而现在的时代已经不同了，诚然，死而不僵的传统思维还敢在许多场合或明着胡说八道，或暗地里动手动脚，但是这毕竟是人类文明和技术迅速进步的时代了，女性的社会地位正在不断提升，女性的自我意识和自我认知也随之在日益蓬勃发展。因为昔日的两项限制要素，正逐渐变得不再重要。个体暴力在文明社会的秩序中日益缺乏用武之地，一个依靠赤裸裸的暴力解决问题的人不仅很难再登上权力的高层，更有可能迅速被法律制裁，排除到主流社会之外（当然那会催生一些其他问题），而子宫这项生物学特征，由于自然进化的缓慢性，不可能这么快追上人类文明演进的脚步，但即使如此，生育抚养孩子是女性天职的僵化思维，也早就从许多先进文明国家的社会意识中被解除了。小云老师已经提到避孕套对女性提供的重大帮助，而随着现代医学技术的飞速发展，在我们有生之年见证人造子宫的低成本普及化应用同样不是遥不可及的幻想，而到了那个时候，人类文明演进的成果就将进一步将女性从生物学的桎梏中解放出来，更加有效率地参与到社会竞争当中。以上部分，主要集中讨论了性别歧视以及外部文化的偏见形成，其实近似的理论也可以延伸到不限性别的社会意识形态领域对个人的奴役和主宰。社会会因其发展，在不同时期阶段，会宣扬一定的价值观来配合其自身发展，使人们投身于需要的岗位，可是，你得考虑，宣扬某种价值观的人，人家屁股不一定坐在你这一边。最简单的例子，卖房的人显然希望房价越高越爽，有房的人也乐享其成，你想买房的人就苦逼了啊。管理职位的人当然希望下属忠诚，服从，有执行力，最好还能自觉自愿地堵上管理者错误指挥带来的损失，或者干脆有把自己所有不切实际的妄想化为现实的神奇能力（哆啦A梦！），可身为下属，若是照这种神灯精灵的路子发展，真的就能达成自己职业生涯的最佳成果么？再退一步讲，这样的事业成功，一定能保证你人生的幸福吗？任何一种宏大的普世价值观，无论来自何处，都不可能完全涵盖人类社会日益复杂的生态结构的方方面面，大家不过都是自说自话而已，无非看得多的讲的宽一点儿，封闭社会的井底之蛙则以为那个坑就是世界。然而无论看多看少，立场如何，就算是贸易合作伙伴，人家为你的钞票负责就已经相当仁至义尽了，有任何人能为别人的人生幸福负责么？不用说宣扬形形色色普世价值观的高音喇叭们，上至爹娘，中到配偶，下至子女，有任何人能够指导或背负别人的整个人生吗？绝无可能，自己的人生，再怎么与他人分享、共存，到最后也还是需要自己个人的思考和规划。一旦你把决策权和价值判断交给了别人，那就不要有什么太美好的期待了，饲主给啥饲料您就吃啥吧。孙子早就曰过了，谋定而后动。有知才可能有谋，有谋才可能有胜算。谋需己出，那知由何来，又该信谁哪？别信我，我就是一饶舌的过客。所谓兼听则明，世上唯一的绝对真理就是没有绝对真理。这是像噬身之蛇一样荒诞而又现实的结构。金刚经里更是早已写过，一切有为法，皆如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。所有人定的法则，无论是看似牢不可破的传统，还是看似强大无比的社会规则，又或者是无比诱人的文化价值观，在三千世界的沧桑变迁中都是瞬间即逝，变化无常的露珠闪电，何须执迷呢？其实佛陀的解构之语所解构的，又何尝不包括自己的话语？当然，佛陀之语是希望众生免去执迷之苦，可不执迷之后又该何去何从，各人大可各作其解，躺倒什么都不干者有之的荒野逸人有之，严守戒律苦修求证者有之，不忌酒色荤腥的高僧有之，兜售形形色色的“免罪符”赚出金身法座，琉璃宝塔的精明商人亦有之。或者有另一些人，虽居于闹市，未离凡尘，却能够有一颗俗夫难测的宁静隐逸之心。佛家讲开悟，然而，无知之悟，和有知之悟，是大不相同的，周游世界归来之人，也许凑巧会和那个从未离开山坡的牧童做出相同的选择，可两者选择背后的思维分量，却不会相等。在千变万化的意识形态和价值观的竞争，除了比谁的高音喇叭造得更大，谁掌握的物质资源更多，更加重要的比较，是谁的知识储备更占优势。语言很大的一个本质就是诡辩，没有谁手握终极真理，但谁有更好的知识储备，谁就能让自己的观点更加具有说服力。如果你的理论单薄枯燥肤浅脆弱一戳就破，那么有再大的喇叭，控制再多的电视频道，对你也很难有多少帮助。而反过来，当一个人的内心拥有足够的理论武装的时候，那么这个世界上强大的外部敌人，最多也只能和他/她打个平手，外在的敌人最多可以毁灭你，但是永远无法奴役你。而在不是这么极端的，你死我活的情况下，一个有着充足的知识储备的人，在与周围的竞争与互动中就能永远确保自己的判断力，从而居于主动地位，不会被别人随便牵着鼻子走。当然，所有这一切，其实都是相对，万法皆空，万法亦皆真，万事皆虚，万事又皆允，每个人，每一种生活都是此时此刻的真实，真实如荧幕上的浮光掠影；然而又有何人何事，从未参进过半分的表演做戏，做戏如霸王别姬的至死不渝？只不过，当你真的见过三千世界，芸芸众生，看过了无数的价值观和世界观，你就拥有了更多合情合理的可选路线，而用不着在某种明显让你浑身不适痛苦不堪的生活中死磕到底。所以，小云老师的这本书，虽然起于文艺，其探讨的问题，却远远没有止于文艺。比如小云老师很是宣扬了一套“功利主义”的思维方式的，看上去，

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

俗了点儿。可是，其实整个地球生物圈打从诞生的那一天开始就是功利主义的，一个物种如果不按照功利主义的基本规则去发展，那你今天也就见不着它了，这关乎无比严肃的客观存续问题，没有比生存发展更高的正义，因为在进化史中挂了的兄弟姐妹们，运气最好也就在化石里面留个剪影，给后世留点谈资罢了。自然界如此，人类文明又何尝有过成功延续的例外？当然，随着社会复杂度的发展，非功利主义的观点也层出不穷——但是我年轻的朋友啊，你可曾注意，宣扬非功利主义的那些人，大都比你富呢？而就算是一个穷吟游诗人，他唱出浪漫歌曲，若不是为了去领主那里骗吃骗喝，也就是去无知少女那里骗床骗觉了。在功利主义的评价机制里，吟游诗人的歌喉，乐器，音乐，全都是他的资源，用来换取别人资源的资源。少女又何尝没有资源？只不过无知限制了她运用自己的资源，而不能有效运用自己资源的人只会有两种结果，被人运用，或者干脆浪费掉。那既然生活在实质上建立于功利主义原理的世界里，天然属于自己的资源，让别人骗去白用，还不如自己有价运用，无意识地靠运气使用，不如有意识有效率地运用，这难道不是一个非常简单的逻辑么？当然，我们也可以抱着诗歌中的美丽梦想作为生活的全部，这种生活同样是生活，梦同样是梦，与功利主义的生活和梦想，倒未必有价值上的高下之分，毕竟，梦世界的一切都是无价之宝，不能用流通货币核算。作为半个文艺人，即使知道那是朝露，也无碍我在太阳升起前尽情沉浸于那份美丽之中。只不过我功利主义者的那一半人格，却冷静，残酷，还带着几分揶揄之意，在计算着不同的生活和梦想的市场零售价和保鲜期呢。依靠别人的生活和梦境，大体上来说充其量只有几年的寿命，二十几岁就会有被社会上的乱棍打得七零八落，能延续到三十岁以后的更是微乎其微。而依靠自己双手支撑的生活和梦想，它将与你的心跳和呼吸同在，能够与你的全部人生共鸣。所以公主的优雅生活受到她监护人的主宰，而女王拥有自己的整个国度。这就是为什么每个人都应该尽最大努力成为自己人生的主宰，以身相许或者以生相许，这种斯德哥尔摩式的人质生活包装一下，听着倒是又浪漫，又沧桑，可是真的实践起来，多半是又枯燥，又操蛋，因为你的人生不是在王子和公主从此幸福的在一起的那个瞬间就结束了，接下来王子会成为国王，而国王大半糊涂、秃顶、挺着个啤酒肚——如果不是如此，那基本可以肯定他在宫廷内外会有一大堆情妇以及私生子女；而你会成为公主她娘，公主她娘在故事里多半不是已经死了、病怏怏、疯疯癫癫，不然就是即将成为来访邪恶女巫的倒霉受害人。所以正如小云老师写在书中的那样，要成为一位女王，需要大量的理性思维，再加上一点儿浪漫情怀。浪漫情怀负责鼓劲，理性思维负责解决剩下的所有脏活累活（笑）。理性思维的好处在于，它能够尽可能地提供一套工具和逻辑，来帮助你分析现实状况，并找出相对合理有效的策略，它能化大多数问题为可计量，可测算，可预知，可准备，可解决，这会给予你的人生以极大的从容，让你生活得游刃有余。而在自身力量或外部情报不足的时候，理性也从来不会讳疾忌医，羞于承认，从而及时让你采取有效的补救手段，或是转换策略，从而最终让你达到当初的目标，这正是它靠谱之处。而浪漫情怀的靠谱之处在于，它绝对不肯承认自己指挥的不靠谱。这种死不认账恰恰是浪漫情怀最大的力量所在。虽然很多时候它会把我们带到沟里去，可是，有时候在理性已经低头认输的情况下，浪漫之心却依然拖着我们勇往直前，我们可能会因此浪漫或者不太浪漫地死在追逐梦想的道路上，但是也有可能因此坚持到雨过天晴，甚至是石破天惊。事实上，只有那些具有足够理性和积累的人，才能踏出这个世界上最浪漫，最精彩的舞步，芭蕾舞可以说是大多数人知道的最优雅，最美丽的舞蹈，可又有几个人认真思考过，那每一个优美的舞步之后，都有着精确的计算，而这种计算，更是通过经年累月的反复练习，被铭记在舞者的每一丝肌肉和每一根神经之中？每个人都能记住舞台上白天鹅的优雅身姿，却有多少人能够对舞鞋之下的累累疤痕同样印象深刻？当你记住了那些疤痕，你也就记住了浪漫的真谛。所以我们每个人都可以选择自己的外衣，无论是优雅如五色祥云，还是荒诞如皇帝新衣，你又如何知道那位赤裸皇帝不是行为主义的先驱，不是在用自己的皮肤表达着对繁文缛节的无声抗议？重点在于，在形形色色的外衣和社会角色下，你是否有一颗因为武装到了每一个细胞，从而敏锐机智，从容不迫的心灵。这种从容也许最初源自单薄的白纸黑字，但只有在现实演练中得到反复印证之后，它才真正变得颠扑不破。理论正确不能保证强大，但强大足以为你的理论正确背书。看到小云老师关于小三和真爱的那段，我不由得想起来前几日和一位女性网友关于类似话题的讨论，她的意见是穷人因为拥有的东西少，所以对真爱更加珍视，不能容忍婚外的通奸行为，于是我很纳闷地提了个问题，如果你是对别人家的通奸行为不能容忍，这到底是因为珍视真爱呢，还是纯粹在多管闲事儿呢，如果是你的婚姻中出现了通奸行为，你的配偶都跑去通奸了，还谈什么真爱啊？通奸者之间倒多半是真爱。和讨论爱情的人讨论逻辑，这显然是我自己自讨没趣，可想而知结果是不欢而散，今天又看到这个话题，我脑子里不由自主地就诞生了一个笑话——如果讨论真爱标准的话，我的生活中有一位毋庸置疑的真爱：——我每天都吻她，含

她，舔她几十上百次，每次完事儿后我都很认真仔细地帮她清洁身体，用最干净的毛巾为她擦干，再把她小心翼翼地送她回她的卧榻，她还是我的青梅竹马，从我的孩童时代开始，记忆里就只有她一位，尽管我面前有过许多不同的选择，我却一年365天从来没有改变过自己始终如一的伴侣，直到今天，尽管岁月已经在她的身上留下了累累痕迹，我与她的关系却与童年时代纯真如初，从未变化。——她就是从小用到大的那把金属汤勺。我对自己编笑话讲笑话的水平不是很有信心，请问大家笑了吗？笑完了吗？笑完了咱们接着往下说。只有对物体才能进行这种几十年如一日的“占有”，对活人这样做，是一种被称为奴隶制的滔天罪恶，无论对被占有者，还是占有者。奴隶制下的奴隶是奴隶，奴隶主又何尝不是奴隶？因为他们根本就不知道生活中还有别的选择。当奴隶的时候，今天要担心主人的鞭子，明天要担心被主人拉去市场上卖掉。当奴隶主的时候，晚上睡觉还要担心奴隶拿刀割了自己的喉咙，放火烧了自己的大宅。这不是一个现代文明社会下人类应有的生活。我可以用看上去很美的语言堆砌无数华丽的伪装，但事实上我在谈论的对象不过是一把汤勺。而任何女性都不该让自己变成“不过是一把汤勺”。你应该，也完全可以成为自己生活中的掌勺者。小云老师的最后一章，自由和爱情的敌人，是关于脸面的。何谓脸面？脸面就是一种群体价值观，关于何为好，何为坏，何为荣誉，何为耻辱。可是谁创造了它呢？它不是地里平白长出来的，也不是上帝用闪电刻在石板上的。它们通常由形形色色的话语权支配者在市场上兜售，再由各国各代的世俗统治者根据自己的需要选择性地推广宣传，而这种价值观的传播带来的特定社会秩序又反过来支持了他们的统治。换句话说，制定价值观的力量=统治权，而没有一个女王能够靠把自己的统治权拱手送人来登基加冕。精神世界的伟大之处，恰恰在于它可以很大程度上超越外部环境的物质限制，在现代文明条件下，只需要极少的物质基础，就能够为一个人的精神王国打下坚实的基础。在这里，你可以同时是空之神索拉，是地之母盖亚，是创始者耶和華，是承载者玛利亚。而现代社会同样告诉我们一个事实，非物质财富是可以用来换取物质财富的。如果你拥有丰饶的内心王国，就能够为你在现实疆域中的征战提供源源不竭的财富，兵员，谋略支持，直到有一天，你的国会在尘世实现。上帝的归上帝，凯撒的归凯撒，而你能够两者兼得。到了那个时候，会有无数赞歌为你唱响，然而你甚至已经不需要他人的赞颂，因为你自身就是大地上的美丽诗篇。

47、“女王”实在是越来越火的一个词，中分的姑娘们越来越多，高跟鞋蹬蹬蹬的似乎能把别人踩在脚底下似的。但脱了那一身撩起中分的刘海，坚硬的壳子下面的到底是什么只有自己心里清楚。记得舍友曾经发过一条微博，大概内容是：“表面上看你满口脏话一脸天不怕地不怕的模样，背地里还不是哭得要死。”她说的是我，那时候我们俩因为点小事在宿舍里大打了一场，我每天强撑气场装作什么都不怕的模样，脏话满口牙尖嘴利，然后跑出宿舍蹲在石头后面和男朋友打电话，哭得话都说不清楚。这本书字数并不算多，我分了三次才把它看完，评论写得零零散散的，实在是太多的东西想说，但又不知从哪里开始说起。正如文内所说，真正的女王即使她已经容颜不再，但她仍然是女王。那是一种自内而外的气质，不需要刻意去装点，它浑然天成。其实全文通读下来，我能感受到的“女王利器”是“自尊，思想，勇敢”。说起来很简单，但执行起来真的很难。我的大学里有很多的贫困学生，宿舍里四个人，三个室友大一都是通过绿色通道注册的，曾经有一次我笑言自己“裤腿挽起来像个农民”，有个室友马上敏感地说“农民怎么了，我们都是农民的孩子”。我越来越相信一点：你的思想决定你将成为怎样的人。我从小就自卑，因为长得胖，因为一切不如人，因为曾经被自己的舅舅指着说“你永远不如你表妹”，小时候实在是太多可大可小的委屈，以至于很长一段时间我都自暴自弃认为自己就是这样了。自尊被反复碾压的后果就是蹭蹭蹭往上涨的抵触情绪和叛逆念头，所幸我没有走岔路，在被打压的过程中慢慢有了自己的想法。有着独立的思想真的不是一件容易的事。豆瓣里的小组经常会看见诸如“第一次要不要给”这类的帖子，后面跟着的留言多是“处”与“非处”大战三百回合，又或者是“不小心怀孕了怎么办”。每当看到这样的帖子，我都会默默无语一阵。其实很多姑娘们，真的需要看看小云的书，补补脑子长长心眼儿。好朋友的舍友上个月消失了近一个星期，某天早晨我出门遇到她回宿舍，脸色苍白。后来才听好朋友说，她好像去做了人流。她的男朋友和她是网上认识的，年龄长她几岁，接近三十，在附近的市里工作。女孩是农村人，家里唯一的大学生，弟弟和妹妹都外出打工补贴家用了。每次看到那女孩我都会一方面同情她一方面又觉得她愚蠢，但值得庆幸的是女孩的男朋友已经带她见过父母了，她的付出总算是有所收获，或许一年半以后就是一手毕业照一手结婚证。只是人生从此就定了，不知她数年之后会不会觉得遗憾。大三开始，就能明显地感觉到就业压力，父母也数次地问我不要考公务员，因为稳定，因为不累，因为是男人择偶的优秀选择。我一直在拒绝，因为我不喜欢，我想要做自己喜欢的事，就算以后后悔，也只是扇自己

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

一耳光骂自己活该，而不是日复一日地过自己不喜欢的的生活，怨天尤人。或许哪天终于攒够了勇气，还能重走青春，但那概率有多大？有多少人能够放弃已经习惯了的生活状态去重走青春？勇气真的能让未来变得不一样，我相信，并且我也希望，有一个自己喜欢的未来。“最聪明的猎人往往以猎物的姿态出现”。这是小云所有引用中我最最最喜欢的一句话，这和古人说的“大智若愚”异曲同工。记得和好朋友说过，普通聪明的女人难嫁，真正聪明的女人装笨。笨到深处自然萌，这种萌真是太多人都喜欢的调调，无论男女。总之，女王之路，任重而道远啊！作者：闷生（豆瓣ID：<http://www.douban.com/people/jenthor/>）

48、直接换个书名吧《论女王的养成记》。作者三观与我很是吻合，有些观点还是如暮鼓晨钟啊，想来自己着二十多年活得太乖宝宝了~但是有些言论还是过于偏激的。两个晚上就翻完了，挺有意思的，不过这类书看看就成，人生还得靠自己感悟。

49、《论文艺女青年如何培养女王气场》读书笔记大概是从廖一梅开始，文艺女于我不再是一个褒义词，而是一个不太会保护自己的女生的代名词。感时花溅泪的淡淡哀伤，为爱浪迹天涯又往往遇人不淑的凄苦的文艺女青年，天天都摆出一副你爱伤就伤的面孔。没错，有便宜一定要占，这样的女青年一定会被伤，而且狠狠地被伤。说实话，这大白话一样的书名吸引了我，还因为太赤裸地揭露了我的内心需求而多少让我觉得看这本书的时候觉得有点不太不好意思。书大致从心态，以及一些外在的表现方式，诸如穿衣打扮和日常生活的处理几方面论述了文艺女青年和女王的区别以及如何做能成为女王。这里的文青主要指的是那种伪文青，在我看来更是一种病态的心理状态。整本书论述的文艺女青和女王的区别，就是心态的区别。整体看来，女王呢其实就是女文青的情商升级版。是平静和狂躁的区别。女王较女文青更从容，更平静。生活中任何状况，揣着平静淡定的心和浮躁狂热的心去处理的结果可能会大相径庭。那么浮躁是怎么产生的呢？“一个人，一旦被操纵，就如同一个物品被反复生产，个性将被随意抹杀”开篇第一章卷首就是这么句触目惊心的话，多多少少有点戳中我的心。社会上关于文青或是森女，或者别的什么的种种标签，自己在禁不住的对照中不知不觉中地被牵走，一旦恋爱了，这样的操纵更是深刻。谁都经历过恋爱初期的神经质地亢奋。以各种动力，做出形形色色转变。可惜这种被操纵的亢奋往往不是由内而外的兴奋，是一种由外而内的亢奋，外来的力量总不是恒定的，总会有波动，而这种波动就会带来虎头蛇尾的结果，甚至会因为外力的改变而导致亢奋点与之前的亢奋点截然相反，长此以往，各种改变的行为不是让自己获得了什么重大的改善，而是变得浮躁。我不太清楚是一种什么样的心理状态，在心理学上是否有相关的研究。静观自己近几年的经历，一颗躁动的心总是处于无处安放的状态，在迷失自己的路上越走越远。或许正是因为这种被这种操纵搞得心浮气躁，忘记了问自己是不是真的快乐，真的得到了内心的满足。书中有很有意思的观点，摘抄如下：1、先模仿再创造是进入各行各业不二的法则2、你只能做你想做的，但是不能要你想要的3、不是一个感情问题，是一个经济问题4、男人贪欢，女人贪爱。都是贪婪，没有什么道德问题。这本书说实话，就是一些网上比较流行的观点的梳理，还有很多生活中常见的棘手事件处理的总汇，整本书读的价值，大致也就是目录吧。还是那句话，人要想活得漂亮总要身经百战。平静就好。平静的气场总会吸引来安宁的事和人，由此良心循环。反之，当然会继续堕落。

50、虽然本书讨论的是文艺女青年的气场问题，但对于我这样一位男青年来说，读完之后还是觉得很有启发的，每个人都希望有一个强大的气场，促进自己的事业和生活，但如何培养这种气场，则很少有系统的指导。除了对培养自己强大气场的技巧性阐述之外，作者还剖析了气场不大的深层次原因，给人以反思和警醒。现代社会可谓是女性展现自我的最佳舞台，自古至今没有哪个时代能和现在一样倡导男女平等。但现实总是不完美的，男女在职场（社会）中的差别还普遍存在，而性别歧视也很难在短时间内消除干净，女性的气场在激烈的竞争中就是她们取得优势的一个重要武器。气场保证了女性的气质，魅力，领导力，等等。我认为作者在很多方面的见解即使对于男性来说也具有实际意义，毕竟作者是以一名男性视角看待这个问题的。给我留下深刻印象的观点之一是要时刻对自己诚实，要保持勇敢。问问自己到底需要什么，渴望什么，拷问自己的内心，才能明确自己的人生目标和奋斗方向。依附潮流或者大众的生活也许丰富多彩，但永远不会感到充实，那不是真正的值得珍惜的生命过程。原文 <http://read.douban.com/review/1007134/>

51、虽然法律上明文规定了“男女平等”、“同工同酬”、“不得性别歧视”什么的，但是，我们都知道，在这个社会上，性别歧视或多或少地始终是存在的，除非身为女人，你先拿出点傲人的实绩来，向有利害关系的人们证明：您大小姐完全是小姐身子男人气概，做起事情来，绝对顶得上一个甚至n个男人。这就是丁小云所说的“雌雄同体的女王范儿”。据我的理解，“雌雄同体的女王范儿”

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

，简单地说，是要求：职场女人该有职场中性范儿。而不能：做事时，一碰见芝麻绿豆的问题，就立刻拉扯出“人家是女孩子嘛”这样娇滴滴的借口让自己对人不对事、随意地推卸责任、并将职场演变成展现女性性别魅力的温柔乡。非职场的主妇、小姐们呢，也不该做完全依附于男人（包括老公包括老爸）的藤，彻底地缠绕、依存于男人，遇到事情，好歹也表现出一点“我心匪石”的石头坚硬质感来，不要什么事情都指望着男人去冲锋陷阵。女人要活出自己的精彩，否则，恃色而活，一无所长的情况下，只会让自己活成了一个大花瓶，甚至是活成了一只任由社会宰割的肉鸡。所以丁小云认为，基本上，女人如果只有青春这一件武器，无论是情场还是在职场，最后都会一败涂地。这句话，在中国的历史上早有例证。色衰爱弛的故事，我相信大家并不陌生。将自己的生存能力完全交付给另外一个人，事实上是非常危险的一件事情。人的感情是最不可捉摸的一件事情。或许你知道他为什么爱你——比如说你年轻漂亮、家境好、学识好、工作好；但是你根本不知道他是否会遇到一个比你条件更好的人并且由此移情别恋。在职场上，如果你并非不可替代，那么，有一个比你更值得挽留的人，有一天，在你们之间不得不二选一时，你觉得BOSS会选谁？等待别人施舍才能维系下去的生存是异常可悲的。万一，哪一天，他不愿意施舍了呢？命运还是抓在自己的手中比较牢靠。就算是做全职主妇，起码也得有点儿立身之本。这在古代，就是生儿子。随手打开电视机，满屏幕的各种宫斗戏、家斗戏，拜古时寻求立身之本的全职家庭主妇们所赐，在今天有了市场，红火了一把，养活了不少戏剧及其周边产业。但是在今天，你光靠生儿子显然就是不能与时俱进的。“七出”早已扫入故纸堆中，结婚离婚早就成为寻常的事情。生了儿子也不能保证你一世衣食无忧。你好歹拿出那些妻妾相争的智慧来，维持、经营一下你的家庭和您自己。让你自个儿除了生儿子以为还有些其他本事，值得你的男人和家庭非要挽留你。然而，性感并不一定就是最有效的通行证。最极端的例证就是，万一性感女郎需要攻克的客户or大Boss是个gay，只凭性感这么一件武器，结局注定是game over。哈哈，用丁小云的口头禅总结说“开个玩笑啊”……丁小云引用了一项研究结果说，通常，职业女性穿很性感的衣服去上班就会与升职无缘。也许会有例外，但是，我觉得职场女人如果衣着性感，这本身也许就是一种性别暗示、一种自我侮辱。你可以想想看，什么工种的女人才需要穿得性感美艳让人浮想联翩？也许你会说明星。只是，红毯上的女星衣着高贵典雅的比搔首弄姿的更让人欣赏。但是，有些女人，就是搞不清楚，她自己卖的是艺还是身。美剧《The Good Wife》中K刚出场时，虽然性感四射，但是我的脑子里的第一反应就是：她是调查员？MY GOD！难道她是通过色\*诱来获得资料的吗？虽然后来的剧情发展表明，K不仅仅有色，更有真实的本事。可是，只从外表上来看，恐怕还是那个被她一棒球棍打跑的壮男更像调查员吧。当然，气场女王还应当听从自己的内心。女人并不只是生殖工具。女人首先是一个“人”，然后前面才加上一个形容词“女”。女人首先是作为一个人存在的。社会的道德标准、审美标准是在变化的。正如千百年前社会主流观点认为裹小脚是一种美、一种时尚，而今天的人们则视此为病态。我不会绝对地说社会的主流观点好或者不好。我只是认为这种“是”与“非”、“功”与“过”，不是绝对化、唯一化的东西。也许你认为是对的，社会主流却认为是错的；也许你认为是对的，社会主流却认为是对的。要不要做这个时代的异端，完全取决于你自己的内心。如果你有着强大的小宇宙，你能够承受住人们看待异端的有色目光，那么，WELL，你就听随自己的内心好了，做你想做的事情。如果你的小宇宙不够强大，他人稍稍用眼角的余光睥睨你一下，你就觉得受不了，那么你还是不要做什么女王了，你就跟着潮流走，随波逐流吧，这样你的生存会更容易一些。气场是一种高档的奢侈品。衣食足然后才能知荣辱。你若还是一个尚且在温饱线上徘徊的小人物，非要你玩起Hermès的包包、Buccellati的珠宝，这不是强人所难是什么？当然，如果你本身就赞同社会的主流观点，那么真是可喜可贺的美事。不过，即使做不了这种大方向上的女王，也不至于沉沦为平庸。正如丁小云所说，每一个普通女孩都能拥有女王气场，只要她敢于拒绝那种循规蹈矩的生活，主动寻求并且完成一些变化，例如完成外表的变化、工作的变化、观念的变化等等，通过这些变化，最终完成心理结构的变化。每天都想着改进自己并且付诸实践，即使成不了气场强大的女王，起码也能修炼成一个美好的女人。女人的幸福应该由自己来把握。男人是否介意女人是不是处女，女人根本没法儿决定，但是女人可以决定自己的方向。阿耐的《欢乐颂》中有一段应母指责邱莹莹的话，大意是这样的：女孩子年轻单纯，犯一次错可以原谅，即使失身了也值得原谅。但犯错后不汲取教训，继续不知检点，那就不能再拿年轻单纯做理由了。我的理解是：人年轻的时候，都会犯过一些或大或小的错误，第一次错了，也许是自己年少，不懂得带眼识人，也许是自己被爱情冲昏了头脑，也许是……但是，第二次再犯相同或者类似的错误，那就真的是自己有问题了。虽然我认为“处女情结”的男人内心其实是自私的。但是，我更觉得，如果一个女人辗转于n个男人的床铺以后，仍然没有找到自己的归宿

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

，仍然甫一见面便相交于床上，那么这个女人就算不上女王，而是bitch。你可以不用对自己不是处女的事情负责、承担心理包袱，但是你一定要自尊自爱。不管怎么样，一个自身值得人去敬、去爱的女人，总归会有人去敬、去爱的。尤其是，倘若一个女人无论在职场还是在家庭中都是不可替代的，那么至少她不用面临fired的危机。

52、个人觉得是和七天讲的是同一件事情，就是要成为真正的自己，拥有独立的自我和一定的判断力。但是比起七天来，这本书思想性上差了一点，但是趣味性还是不错的，很值得一读。很喜欢作者的风格，就像是朋友之间的一个对话。最有印象的是他那句“开个玩笑哈”

53、原来这样的快餐读物也能出书怀着想去学东西的心情去看这个豆瓣阅读，结果让我很失望，有自己的想法个观点，但是它确实跟市面上的摘抄拼凑的励志书籍没什么两样。为什么总是深刻感受社会的浮躁之面呢。没有给差评的习惯，于是两星半吧。

54、首先我不是奔着作者题目上的用意去看的这本书只是无意间在书店里面看到了这本绿色封皮的书，上面还有豆瓣两个字，就开始坐在座位上翻看，18:40开始看到20:20一边看一边潦草的写着笔记，就在我刚往豆瓣里面加笔记的时候，有的都不认识了言归正传呢：书整体我打了三分，属于中等的感觉就是。喜欢去看一些励志方面的书，但是不是盲目的去看，毕竟看多了没有起到正面作用而是会起到反作用。从一百页出头到二百页中间很少有摘抄，因为主讲内容实在觉得没什么好写的，都是讲一些女性对于性的看法认知做法什么的，虽然作者讲的没什么错误但是总归用大量的篇幅去描写同一内容的东西让人觉得乏味。但是从本书当中我也得到了一些我认为好的地方，当然我觉得这也是几乎所有书里面都能找到的优点，就是让你更多的知道一些书籍、电影甚至是歌曲。下面是我本次阅读中摘录下来的：书籍：《我们的她们》其中提到了龚如心千亿遗产案《三体》这是我每天上下班正在看的书（失去人性，失去很多。失去兽性，失去一切）《嘲骚》《为什么男人不听女人不看地图》《那些人生中最重要道理我在幼稚园都学过了》电影：《黑天鹅》《雪花秘扇》《绿茶》画作：艾敏《那些与我睡过觉的人》《床》音乐：《live酒馆300秒》

55、当初看到说在豆瓣如何如何牛，有多说多少人来阅读，以为是观点很不一般的书。读后发现前几章还有点可圈可点之处，后面基本就是几篇博文的拼盘，基本无逻辑可循。作者引用大量网络流行的段子和微博摘抄，营养价值不高。有些句子，翻来覆去地说，稍嫌啰嗦。对于刚入社会的小姑娘，本书可能还有点用。

56、这是本人看得最差的一本书，木有之一!!!全书木有说如何培养女王气场也就罢了，全书的主题：女的们，都做女王吧!!除了唠唠叨叨的，都做女王吧!!没有新的内容，小的觉得，真正的女王大人必须给出充分的理由和更多的案例，才能配得上书的名字。貌似，现在的作者写书，文必幽默，字必有出处，可惜，就像我崇拜的某人的观点：有道德的人，不一定是医术高明的人，所以看一个人总是站在道德至高点上，不能就此以为此人是高明的医生。同样的，幽默又有出处的书，不一定是好书。至少此书不是。另外，关于这本书种最重要的观点：气场女王必须雌雄同体。基本一本书大部分的内容都和此有关，这点我看完全书木有同意此观点。也可看出此书的失败~~看完，小的仍然深深的觉得，所谓女王，就是把女人这个性别做到极致的人。把自己搞的雌雄同体，不男不女，那就别称呼自己是女王大人了，直接王大人就好了。就怕最后搞的是不男不女，那就真心悲剧了~唉~~心疼书钱啊~~~

57、有一天，在豆瓣首页看到了这本《论文艺女青年如何培养女王气场》的豆瓣阅读推荐，再看到作者的大名，顿时就被吓尿了，心想：“这还了得，如果女青年们都看到这本书之后，恐怕不止成为“皮衣皮裤皮鞭三件套女王”，掌控地球估计也是指日可待，我们男同胞们只能被喝来喝去做牛做马了吧。”想到这样的画面，不禁打了个冷战。只想找到“举报”按钮，把这本书和文艺女青年统治地球的愿望一齐扼杀再摇篮里。以上都是玩笑话。呵呵。收到丁老湿的赠书之后，拖了两天的时间终于看完了（这可能是一种避免被女青年掌控地球导致焦虑的防御机制），看完之后就松了一口气：完全没有标题写得那么呼风唤雨势不可挡，倒更像是帮助男女青年在内的所有青年屌丝认清社会、不断进化的口袋小书。所以我手贱，给这篇评论起了这样的标题。我一直觉得，“屌丝”一词除去扎眼的字面以外，还是很让人心生怜爱的。每天忙碌在公交地铁学校单位菜场超市公园电影院KTV的屌丝们，其实可爱多于可悲。我们这类人没有豪车豪宅，吃顿好的就要控制消费一礼拜，淘宝购物也只敢在双十一时放纵一下，爱祖国爱人民，好好学习天天向上，不敢旷工不敢迟到不敢早退.....但是总有些人，就是过得不那么快乐，无关钱多钱少，倒更像是被现实逼在了绝路上，领导对你不公平，同事对你不友好，社会对你不关爱，就连挤公交，乘务员都催你起来一边儿快去给老年人让个座。丁老湿的这本

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

书，恰巧从很多方面给青年朋友们娓娓道来这其中的道理。不是世界不愿意温柔待你，而是你自己太不把自己当回事儿。有句被说烂了的心灵鸡汤名言说过：尊重自己的人，才会被别人尊重。当广大女青年在这个城市战争中把自己当战士一样去拼搏厮杀挤地铁时，有没有想过自己真正的需要？也许大家都一味地在做好人，做男好人或是女好人，那么有没有去考虑过某一天为了自己活一次？我最认同丁老湿在这本书中的一点就是：利用自己的身体去奋斗。对于女性来说，说到“身体”，总是被等同于“肉体”，好像利用自己的身体就一定要被潜规则一样。其实身体只是灵魂的象征，它可以冲破世俗的枷锁和他人评价的唆使，你愿意为自己希望得到的东西去努力，那就不要理会三从四德和七姑八姨，做自己该做的和爱做的，过程很艰难，结果也不可预期。但是那是你的选择，而不是世界帮你做的选择。回归到标题，屌丝也分三六九等，有人喋喋不休但安于此命，有人逆来顺受坚信“适者生存”，而我说的“高端屌丝”则是活出自我，即使今生都与高富帅白富美无缘，也能让自己在来往的人行道上走出自己坚韧和执着的气场。最后补充几点：1、全文男性视角偏重，不排除有些自带“女王气质”的读者会受不鸟而怒摔电脑怒摔ipad怒摔kindle。但是道理还是中性化的，望客观阅读。2、标题看起来虽然像是给女青年的工具书，但是强烈建议男青年们也来阅读。因为书中的道理其实男女皆宜，而且你看完以后还可以假装理智内涵男青年，给你身边的单身迷茫女青年一些思想上的指导和帮助。（当然，还是要以安抚情绪为主，女人生气的时候连最炫民族风都听不进去，你能确保你的话比神曲还洗脑？）3、强烈推荐高中生也来阅读。全文就是议论文范本，引经据典疏而不漏，对于不擅长写议论文拿高分的小朋友来说，这本书说不定是帮你搞定清华北大之惊天毒计……4、最后敬告想做“肉鸡”、不想做女王的女孩子，大胆去做自己想做的吧~别理丁老湿。作者：香蕉大皮就大（豆瓣ID：<http://www.douban.com/people/sport1124/>）

58、文/吟飒（作者豆瓣ID）这几天看了著名妇女之友丁小云的新书《论文艺女青年如何培养女王气场》，明白了女王气场是一种气质，而气质是内心的外在投射。外现的气场强大，前提是要内心的能量充盈。首先要自我认同。这个世界上没有十全十美的事物，也没有完美无缺的人。自我认同不仅包括欣赏自己的优点，还包括接纳自己的不完美。世上最有理由、最有可能，无条件地接纳你、包容你的人，就是你自己。假如连你自己都不喜欢自己，那么别人对你的诸多挑剔甚至是吹毛求疵都变得可以理解了。毕竟，别人怎么对待你都取决于你怎么对待你自己。从另一个角度来看，一个人假如连自己都包容不了，那还能指望他去包容别人吗？所以说，接纳自己不仅是智慧，更是内心强大的表现。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。强大的自信才能支撑博大的包容。有时候在面对他人的时候有些气短，其实就是不够自信；时常缺乏安全感，也是不够自信。自信，相信的不是社会给你贴的标签，而是你撇开所有的社会名片之后剩下的那个真实的自己，你的特质、你的能力、你的内心。钱穆说：“生命的自我支撑点，并不在生命自身之内，而安放在生命自身之外，这就造成了这种人生一项不可救药的致命伤。”文中提到的“打破社会价值排序”，就是提出获得自我认同的正确方向。基于内心获得的自信，可以让你有力量去面对改变和挑战，因为你力量的源泉不在别人的掌握中，而在你自己的控制里。其次要倾听自己内心的声音。倾听自己内心的声音是建立在自信的基础上的。在自己掌握了自己生命的力量源泉之后，要认真倾听自己内心的声音。要真的确信自己现在走的方向，不是因为别人的推拉，不是因为漫无目的的随波逐流，不是因为流言蜚语的威压，而正是你自己内心真正的渴望与诉求，唯有这样脚步才会坚定，面对挫折才会有源源不断的力量补给。面对自己真正想要的东西才会由衷地焕发出不懈热情，这热情激发出的能量会让你自己吃惊。第三是要忠实于自己内心的声音。很多人都在说，想做的立刻就去行动，因为梦想经不起拖延。梦想本就是矜贵的珠宝，不日日打理时时在意，很快就会黯然失色。梦想应该是一辈子最重要的主题，是时间、精力、资源等最优先投入的对象。在持续不断地追求梦想过程中才会焕发出勃勃的生机和独特的魅力。《论文艺女青年如何培养女王气场》这本书溯流求源，揭秘了女王气场真正的源头。“只有在努力向外追求的同时，同样很努力地向内追求，这样才能拥有女王气场”。谢谢作者丁小云。

59、我是为何无法成为女王的？在我刚看完这本书之际，刚好碰上了感情问题，由此我得出了我可能成不了女王这个结论。交往半年，就察觉到感情有严重的问题。有句话说，开始总是分分钟都妙不可言。基本上在男追女的过程中，女方都享受过女王的待遇，具体有多好，可参见非诚勿扰节目的女嘉宾。一开始我们都不是女王，但我们被宠爱似女王。也许正是因为这样，我们便会错误的以为，从此，我们都是女王，我可以肆无忌惮的享受你给我的桂冠。半年后的今天，他说，我加班晚一点回来，你必定会把自己的时间安排好，我回家何必又问你吃饭了没，今天过的怎样；他说，我回家看到你在看电视，我觉得很好，你看你的，我看我的；他说，我们用心在交流就好了，平时还需要讲什么话？

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

我都能看到你在干嘛了。我要的生活就是能看到你就够了。如果两个人各自看电视，能扭曲为用心在交流，如果提前通知我你要加班能取代你之后的任何关心，如果你是独立的，而我也必须跟你一样默默独立，无需你的关心，只要能看得到你，我想，这应该不是男女朋友吧？我可能办不到两个人生活跟一个人没有太大区别，我不想接受这种生活方式。难道真如书里谈到，去拥抱一阵风？可这难道是一阵短暂的妖风？何为女王？女王不会有我这般的烦恼吧？女王会懂得给自己最好的，用最好的方式善待自己，而不是在这里发牢骚吧？女王是充满幽默感，让生活充满色彩与情调，在对方枯燥的生活里添加柴火的吧？如果你是有趣的，那你也必将吸引有趣之人，或者是激发别人的激情吧？是什么让对方不再“伺候”自己，不再拥有女王殊荣？我们本身是不是都没有改变过，反而是觉得对方变了，是对方曾经刻意展现出来的好欺骗了我们？为何当初这般殷勤，如今任由我自生自灭？别傻了。有人会刻意在你面前展现出好的一面，有人愿意在某段时间内对你呵护备至，把你当女王，说明你很好，他很喜欢你，你是值得他这么做的。可是，别忘了，有人想当女王，也会有人想当国王，你“伺候”过国王吗？是女王，是国王，伺候不好，那都是要掉脑袋的！感情是双方的。爱情是需要学习的。在他忽略自己的时间里，把自己培养成女王，世界上没有任何人比自己更了解自己，女王上厕所，也是要自己蹲下的。先把自己搞好来吧。不妨提升一下幽默感？谁会讨厌有趣的人呢？感谢一下丁小云，不然我可能不会有心思去看这本书，更不会注意到，你是个汉子！

60、作为一个已婚妇女来说这本书似乎已经不适合我了，它从精神方面侃侃而谈，适合那些学生时代的文艺女青年，如何让自己的内心更强大起来，不为男性爱到寻死觅活，总体的精神还是很鼓舞人心的，但是看了以后不一定就会成为现实中的女王吧，因为雌雄一体毕竟很少女性能够做到，作为一个女人还是想要从外到内的变成有气场的女王，才能吸引到男人，毕竟男人是视觉动物，不过还是很支持作者一些让女性看书的观点，多读一些让内心强大的书，总归对女青年来说没有坏处吧！

61、一开始看这本书的时候，觉得这本书写的不错，因为一开始，一直以为作者丁小云是女的，站在女人的视角出发写出怎么一本书，真心觉得写的不错，很有气场，很独立，觉得丁小云是现代女性的代表人物。可等把书快看完的时候，才知道，原来作者是个男的。这样的话，一下子就把我对于这本书建立起来的观念，推翻了大半。哦~~~~一个男的，写出这本书，到底是为什么呢，是为了更容易把姑娘们搞上床吧。如果等到姑娘们都学会了书里的招数，都成了文艺女王，那同时也都成了文艺荡妇，自然YP，上床等等都容易的很了，还是为我们男人着想的一本书，本来以为丁小云是一个女权主义者，看完之后，发现不是。这本书我觉得没说什么女王不女王的，全是在讲两性关系，读起来和木子美写的书无异，不是培养什么女王气场，倒是培育女流氓气场差不多。

62、豆瓣天天推荐此书于是找来看了看。还没翻完就不得不说对作者的观点无法苟同。女王就得扮的像男人？工作像男人？睡一堆男人？单调的女人是“肉鸡”，潜规则的女人也是“肉鸡”，还有一类女人是“弱鸡”，带着心灵励志的面具一遍一遍地消遣读者，然后还有女人有如拿着红宝书般的顶礼膜拜，感谢作者给女人们指出了一条变女王的通途——成为坏女人吧！只能说把周迅和范冰冰当然女王典范的男人也只能写出这样的文章。

63、首先谢谢丁老师赠书。总共用了一天时间，读完了丁老师的这本书。书中有很多引人思考的句子，当时没有记下来，因为太好看了，所以不愿停下来拿起笔去记录，现在反倒想不起来了，还是那句话，好记性不如烂笔头，更何况是我这种烂记性，以后还要多记录。而且这本书，我还会多读几遍的，我觉得要不断加深理解，才能真正好的付诸实践。总觉得读的不够透彻，没有办法写出一篇比较深刻的、让大家觉得有用的读书笔记，所以本人决定要再读一遍，并做好笔记，之后再写一篇。这样才能不辜负丁老师的赠送。就这样。借用灰太狼的一句话：“我还会回来的！”

64、作为一个死宅枯燥无聊的近中年工科女，看到这个标题的时候真是双眼闪烁出了璀璨的光芒，幻想它能将我带上通往女王圣殿的红毯路，或者好歹让我有幸参观下什么是真正的王座，让我有限青春的剩余时光在无能为力之余还能有个意淫的对象事实证明除了开头的雌雄同体论还算切中要害，全文读完找不到什么别的清晰的感受，稀里糊涂，别说看王座了，从中途开始似乎就转向了两性关系的探讨，感情您真是两性专栏写习惯了一不小心跑偏了么，虽然我承认这也是女王生活的一部分，但是干货呢？为什么我总有被不靠谱导游拉着在城墙外转了一圈的感觉？还有一种可能是，他说的我都已经知道了，他没说的也都是说不出的，没有任何人能真正帮你成为女王，除了你自己倒是有些有意思的小金句，不过也出现过一个句子引用过不止一次，让人怀疑自己是不是翻错片儿了的感觉，各种文字组织太随心所欲了，甚至让我想起了我高中为了凑满800字语文作文写的那些废话连篇的议论文或许是因为我自己脑袋的问题，不管怎么说，重点是，我心疼我那9块钱另：有些观点持保留意见

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

65、最近大家都喜欢讲气场，正好这赶上小云老师的书《论文艺女青年如何培养女王气场》出来了，看完觉得很赞同，这里所说的可不是指教女孩子去培养行走江湖的小智慧或者如何在人生道路上寻找捷径。我们说的是在人生道路上努力培养自己独立自主的个性笑对人生种种境遇的态度。几年前，跟老公在线观看《Live8》国际巨星们为援助非洲灾民举行的赈灾义演，世界级的天皇巨星们纷纷献艺。当时看到麦姐率大队人马出演，真不愧为世界级的一姐：伴唱伴舞均身着白色礼服，载歌载舞，规模宏大！最出色的当然还是麦姐咯，唱功及舞蹈一流无异！我们一边观看一边议论，我说：作为保守的中国人的传统思维方式，麦姐的生活作风及艺术道路，大多数人还是不是很赞许的吧？特别是她为自己选择的成为母亲的方式……外子说：为什么？你知道她是谁？她是麦当娜呀！她的行为就标明了她是唯一的自己，她完全可以自己承受她的行为所带来的一切后果！而且她是一个好母亲！她会在意外界怎么议论她吗？我也赞同老公的说法，麦姐应该是最具有女王气场的当仁不让的女王吧！且不说她演艺生涯的巨大成功，一件小事，足以见她的个性：当年她曾经因为门牙有个小缝不够完美，于是乎去做了矫正手术把两颗门牙整整齐齐搁一块儿了，结果是果然完美了，她却感觉到这不像她自己了，于是又去把它分开。一件很小的事情却可以窥见她对个性的追求！对自己事业的追求不必多说，人人都知道的。还有一点足以称赞的是她对子女的爱，据说她定居英国很大部分原因就是为了让子女的教育和生活。前不久她和孩子一起接受一个电视的采访秀，面对镜头，麦姐就是一个普普通通的妈妈在那里聆听女儿的琐碎抱怨，时不时的插上一句分辨。无论是在单亲还是有男人的时候，麦姐对自己孩子的保护足以显示出她的智慧和力量！可能有人会说：作为有钱的成功女人，女王一般的气场怎么会hold不住呢？是么？我不认为那就仅仅是钱的事儿。对！有钱且事业成功有了名气是原因之一。但我不觉得每个有钱的成功女人都有着女王般的气场。女王气场最重要的一点是心智成熟且内心强大吧！在这里就想在说说另外一个天后级人物布兰妮：她成名很早，但是过早成名的她心智却没有跟名气一起成长，她是演艺界的女王可并不是具有一切都hold住的女王！心智不成熟情商不高的她，纵然身为巨星，可一次次被渣男伤害的遍体鳞伤，曾经一度精神极度崩溃不得不住进医院。一次在报纸上看见一大堆大幅照片：她因感情受伤，已经是两个孩子的母亲的她凌晨抱着个布娃娃坐在街边放声大哭，不时的对旁边拍照的记者大喊“滚开”，不由得人心生怜惜。已经是两个孩子的母亲，却幼稚脆弱几近病态，以至于要被发展到要被剥夺两个孩子的监护权！就如同她外公说的：她一旦陷入恋爱就立马成为白痴，更别谈神马女王了！所谓的女王气质，也都是慢慢的修炼得来的，内外兼修，一步步的成长。在小云老师的这本书里，已经有了修炼的秘笈，你看看就知道了。慢慢琢磨吧！女孩子在年轻的时候，初入社会，多看多想多做事儿！有个开放的心态，打开你的眼睛，竖起你的耳朵……多学习，一步步认真走过去，很多的体会，还得自己来经历！作为已经有了一把年纪的女性，在谈到这一类的话题，感触是很多的，一时半会儿还卡住了的感觉，让我们慢慢交流？

66、看着标题还不错，没想到，内容及其肤浅，只是在列出自己的想法，要女人和世俗的观念对立，但是丝毫没有说为什么要这样做，还在说，女人推崇自己的身体没什么不好，列举几个例子，为坏女人歌功颂德，也是这几个例子，爱，实在是没有任何营养可言。唯一可取之处，就是作者引用了一些别人的话，让我感觉这个作者是读过一些书的，仅此而已。看过之后，完全忘了这本数的内容是什么了。

67、一开始是被这本书的题目所吸引，好奇点并不在于标题有多“内涵”，而是关于作者对这个How会做出哪些速成的Tips或者怎样的discussions。所以想一探究竟！先说说这本书，首先标题的立意并不是很好，关于这个翻开书就可以感觉到，至于深刻和丰富并不能上深到一个很高的层次，但是书中几张的内容写得确实挺不错，总之，在看的过程中对于有些discussions在认同的同时也会产生很多思考，比如“坏女人和好女人的定义”“你所理解的正常生活到底是正常”（书里写到，所谓的正常生活，背后隐藏着更为扭曲的病态的阴影）“两性的相处”“女人之间的友情”“女人的自我提高与修养”等等，如果说它是纯粹的鸡汤，但似乎又不是那么回事，因为在不知不觉的喝汤脑补中，它也有料。这本书还是我最近在坐在火车上看完了，个人觉得，如果你要把它一开始定义为一本纯理论或者很有料的深刻的议论列举文，那么你肯定会大失所望。所以，不妨将它看成一本闲暇时的读书指南或者生活指南，因为书里提到的一些书，感觉还挺不错的。进入正题：书中说“这颗星球上的气场女王们最显著的特征是什么？答案就是，她们都是雌雄同体的。“雌性同体”，指的不是生理层面上的，而是心理层面上的。可以理解为既有男性的坚强，也有女性温柔的一面。为什么这么说呢，女性更容易被自身的道德观和根深蒂固的传统思想所奴役，缺乏男性的坦然与自私。其实这并不是女性自身的问题，究其缘由还在于传统思想的植入让更对人无法一下子接受新文化的“洗脑”，所以才有了“好女

人”与“坏女人”之说。另外，女性的局限还在于对一些很小的事过于专注，影响格局的发展。那些真正的气场女王除了摒弃旁观者的非议之外，她们自身而下还透着自信和干劲。所以我觉得要想真正做到所谓的“雌雄同体”，不仅需要自我格局的扩大，还需要自我提升，最基本也是最重要的首先得实现财务自由和精神自由，“独立”“自信”“自由”才会与气场联系到一起。说到气场的培养，“自信”很重要，就像身边的一位朋友，总感觉她的气场是与生俱来的，但当你了解到之后，才发现在她强大气场的背后，给自信提供服务的是她充足的阅读量和自我的知识体系，所以她是一个很有思想很有气场的文艺女生，至于“王”的境界，非实现“自由与独立”不可，因为王只有去奴役物，而不被物所奴役。

68、首先谢谢作者的赠书。虽然我自问不是文艺女青年，真伪都不是，但着实被标题里的“女王气场”吸引到了。说来也巧，读这本书的那天我看了场辩论赛，有位选手无论陈述、辩驳，语速始终不疾不徐，神情自若，眼里闪烁着“我能击败你”的光芒。我的第一反应就是，哇靠，这么帅？后来看到评分，她也只得到了一个中上的成绩而已。被我看做女王的人，原来在别人眼里这么一般，但这些都只是我们在用自己的标准衡量她而已。那她呢？她觉得自己有强大的气场吗？她知道有人觉得她很女王吗？如果她知道了，会怎么想呢？这些问题我都不会得到答案了。而且这些问题的答案对我自己的修炼也无甚帮助。我特别喜欢序言里的“无忧无虑”这个词，“忧”和“惧”都是非常自我的感受，真正的气场辐射范围再大，也都源自于自我的感受。无忧也无惧，多高的境界啊。怎么无忧呢，怎么无惧呢，我从书里读到了五个字，“快去修炼吧”！这也是我读这本书最大的感受，老实说，它并没有开阔我的思路，也没能给出什么方案，它只是令我更坚定地告诉自己，修炼的重要性。不过，自我欺骗大概也是一种不错的方法，想走捷径的不妨可以这么做？作者看来是希望能多出现一点离经叛道的“坏女人”的，让她们来丰富一下这个充斥着“处女情结”男和自我牺牲女的世界。其实我觉得吧，思想独立这件事呢，是发生自我体验之后的，它和离经叛道是无关系的，当然离经叛道很可能是一个过程。女性在一番自我体验之后，选择做个居家“好女人”，我相信也能修炼出“贤内助”式的女王气场。也许她们看起来和自我牺牲式的“肉鸡”没什么区别，但是足够强大的“贤内助”女王甩甩头，who cares？另外，关于女性在职场里应该打扮得偏中性化这一点，我觉得吧，不如说每个人在职场里都应该打扮得专业化一点？毕竟，在有的姑娘天天露“事业线”最后变“失业线”的同时，看看职场里的男性，人家没整天在公司秀胸肌、秀腹肌的吧？所以说，老板不喜欢女职员穿得太性感上班，并不能说是一个对女性不够宽松的环境，只能说“性感”实在把你装扮得不专业，除非你是做丰胸产品的。最后，才读了几段的时候，就有一阵“情感专栏”感扑面而来，所以冒昧为一句，这本书是“情感专栏”的合集吗？以前看《我爱问连岳》的时候，会想连岳谈恋爱的时候是怎么样的呢？现在也会想，丁小云谈恋爱的时候是怎么样的呢。

69、1、不合时宜的性感会毁坏一个女性的权威和可信的形象，会成为商业会务和事业成功的杀手。2、打扮相对保守一些，中性一些，进而让自己看上去很职业、很可信、很权威。3、通过高度自我压抑的方式去适应这个社会，进而争夺到更多的资源。然后，再把自己打扮得更时尚一些，更高贵一些，更像女王一些，争取进入更高的社会阶层。4、当你在心里剥去她们的社会包装之后，你就能运用你的智力痛他们打交道，而不再惊慌失措、诚惶诚恐。5、一个屈服于社会价值排序的女人是绝对不可能拥有女王气场的。只有打破社会价值排序，才能拥有更强大的心理结构，才能看透人类社会的本质和真相。6、女王气场其实就是一种心理结构，一种不会被社会价值排序所左右的心理结构。7、女王气场的显著特征是——雌雄同体。8、释放些你内心里的某些黑暗力量，这样你的性魅力也会一同被释放出来。9、一个年轻人为了不断向前走，他对于生活的任何选择都无关对错。10、对于一个很年轻很年轻的女孩来说，她的身体本身就是一件武器，而她的床则可能变成一个战场。11、最聪明的猎人往往以猎物的姿态出现。12、很多所谓的坏女人偶尔好一下可能马上就会魅力倍增，而很多所谓的好女人偶尔坏一下则可能立刻形象全毁。13、一个人想要活出一个真我，他就必须爱上无常、危险和失败。而如果一个人想要获得世俗意义上的巨大成功，他必须深刻了解正常人，但她的思维和行为却要异于正常人。14、只是再年轻的时候，要多谈几次恋爱，多结识一些有趣又有料的人，多参加各种社交活动，多阅读一些经典书籍，不断尝试和冒险。总之，就是一直朝前走，不要总是宅在家里。15、那些最好的机会就像男人的小弟弟，只要你把它紧紧握在手里，它就会变得越来越大。16、轻松对待被人的笑话和非议，你的内心和你的气场都将因此越来越强大。17、气质相对比较神秘的女人更能撑起大场面，更擅长搞定各种各样的人，进而拥有越来越大的气场。如何拥有神秘气质？A.尽量少说话。B.学习拒绝的艺术，有人说拒绝是世界上最致命的勾魂偷心术。C.要么多读书，要么多阅人

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

。18. (未完待续)

70、[“伪”书评一则，请作者笑纳^\_^]大多数女孩儿可能更期待自己能成为公主，而小部分女孩儿尤其是那些强势而独立的女孩儿如我者更倾向于当女王。前者从晋江大量的YY文以及安徒生格林童话中就能看出端倪，而后者在父权社会体系中尤其是那些无法容忍女人强过男人的文化中尤为异类和叛逆。公主常常是优雅、高贵、温柔、我见犹怜的代名词，而女王则显得既强悍又冷硬，霸道且顽固，丝毫木有女人味儿可言。“公主命”之所以收获无数拥趸无外乎其可以不费吹灰之力便拥有他人奋斗一辈子都不一定能获得的东西，在朋友圈儿做了开放式小型调查，女孩儿们多羡慕公主命有良好的家庭出身，良好的经济基础使她们有条件有能力去接受更好的教育，自幼供给丰盈无需为生存奔波自然会显得清新脱俗，高端的社交圈子提供高质量的朋友以及配偶选择，甚至是随便撒个娇卖个萌就有男人趋之若鹜为之剥虾壳当ATM等等。以上列举的种种令人艳羡的好处其实大部分是其原生家庭为其提供了更高的起点，其自身的因素能占到多少比例，是个无法简单赋值的常量。且我觉得这类的女孩儿虽则惹人怜爱，却也可能以附庸的形式存在，在家从父，出嫁从夫，即便刁钻毒舌如亦舒师太都曾作出“最幸福的女人就是出了父家即入父家”这样的断言，但我仍觉得未经风雨的娇嗲纯真，从而未见过世间百态狭隘自恋，从未独立生活而显得缺乏常识，以及可能问得出“何以不食肉糜”的蠢问题，也是着实令人生厌的。（当然也有很多人也讽刺道“只有那些没人疼的女孩才必须坚强”以及“女强人多是被逼出来的”！我只能摊手以对。）我更倾向于做一个经济独立、精神强大、拥有自己的天地、既有爱情滋润又不依附于男人的女人，这一点与于作者书中所给出的女王定义是大同小异的。如果让我给女王贴几个标签，那么首当其冲我会选择这样“独立”、“自主”以及“拥有选择权”这样的形容词。但是这样的女孩儿却不被中国男性主流审美价值观所钟情，他们大多数更青睐美丽而温顺或者说又美又蠢的配偶。这样的男人有多矛盾？他们既希望自己的女人经济条件好又不希望她赚的超过自己，他们既希望女人温顺贴心又不希望女人太依附于自己使他们感到窒息，他们既要求女人漂亮得体使他们在亲朋面前颜面倍增又要求女人宜家宜室……借用舒婷《致橡树》中的比喻，他们不希望女人“以树的形象”与他们一起出现，他们就喜欢“攀援的凌霄花儿”和“痴情的鸟儿”。而女王型女人却是与审美和择偶标准格格不入的，所以有人调侃“那些难以调教的中国女人都被老外收了”。所以，在我国这样对女人的既扭曲又严苛的文化体系中，做女王是有相当难度的，路漫漫其修远兮，修成正果还可能嫁不出去！当然以嫁出去作为衡量人生成功与幸福度指标的女王是“伪女王”。

。-----再说一下，我对本书的一些看法。1) 作为一本杂文类书籍（我可以这样定义吗），内容包罗万象，可见作者涉猎之广泛，从社会学、心理学、伦理学以及成功学等各学科的知识都被作者以“打造女王气场”这样的主题整合起来，逻辑清晰，首先定义女王气场，再根据定义一一对应地跟大家阐释如何培养自己的女王气场，简约明快，行文流畅风趣。2) 作为一本“类”成功学快餐书籍，它更多的是从精神层面去解放女孩儿的枷锁，鼓励女孩儿们活出自我，活出独树一帜的风格，这比教大家红酒杯应该怎么拿，晚礼服怎么穿等等更有启发意义（作者大人，您真的不是女权主义者吗，哈哈~）。3) 小小的建议：书中旁征博引用以佐证，足见作者阅读量之广博，读书笔记之详尽。但是引述的占比稍微多了些，略显分散文章主题，读罢全书，掩卷回忆，我能复述的句子多是那些“名人名言”，摘抄中貌似也是其他人的警句略多于作者的原创。当然，杂文也并不像论文那样还限制引述的占比，从另一个角度看，它们也扩大了读者的知识储备。

71、扪心自问了一下，发觉自己算不得文艺女青年。除了从事码字的工作外，生活中着实是个无聊的宅女。每天按部就班的上班下班，业余时间看看电影、谈谈恋爱……生活就这样日复一日的重复了四年多。熟悉我的人都知道，我对自己是有诸多不满的，我自认为事业前途渺茫、生活了无生趣、感情坎坷挫折~~当我从一个不谙世事的女孩步入这个社会，开始独立面对自己的人生时，我至今感到无所适从。毕业后，我带着理想来到这个城市，一步步寻找人生的方向，取得了一些进步，但我始终对自己不满意，人生像陷入了一个解不开的死局。在这本书里我似乎找到了症结所在，女王气场，归根结底就是自信吧。一个连自信都没有的女人，何谈女王气场？作为女性，通过事业实现经济独立、在感情上做到精神独立，养成良好的生活习惯、不断的完善自己，强大、自信的气场就会自然而然的形成。写给自己：1、制定详细的职业规划。2、多读书。3、扩大社交圈。4、聪明的工作。5、理财。6、对爱情不纠结。7、培养兴趣爱好。

72、【你只有勇敢地相信自己，你才能最终成为你想成为的那种人。@飞机的坏品位】年初的时候兴致勃勃的买了节选版。当时真的被震撼到了，非常喜欢。书评叫《不仅仅是女王》地址在此

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

：<http://read.douban.com/review/1004924/>现在终于出了无比期待的完整版。依旧是从头细细读过，有些地方相对于节选版增加了一些细节，让那些通往女王的技巧变得更丰满，整本书的结构也做了调整，当然，我更期待的是我没有看过的部分。但是不得不诚恳的说——这也是我为什么给的评价比节选版少了一星的原因——相对于实用、犀利、一针见血的节选版，新增加的部分显得有些松散、拖沓和力不从心。在成为女王的方方面面，从一记重拳变成了轻飘飘的表演。像是看过集精华之大成的电影预告片，却发现正片不如期望的那样精彩。之前我的书评里写：“我是个学生，所以对于职场方面的东西不好评价，因为没有过多的参与过，但是我觉得对职场女性来说，很多观点都很有用。而对于不在职场的人来说，也有促进的作用。毕竟无法打破“社会价值排序”，在生活中总是碰壁的姑娘也不在少数。我自己对很多观点有着深深地共鸣，我从小就因为家庭等等种种原因，自身又自卑又敏感，总觉得自己不够好不够漂亮，一开始学习成绩还好，后面因为一次失误，爸妈开始挑剔我的学业，于是我的学习也开始滑坡。现在到了上海的学校，打扮入时身材高挑的女生更多，还有以前还有很多认识的女生都去学了服装表演影视之类的光鲜专业，再加上文科生学了不太懂的偏理科专业，自卑心理更是前所未有的膨胀。每天都觉得烦躁，不想见人，一直都不知道该如何泰然自若谈笑风生，从小就不敢在陌生人面前说话，在公共场合也放不开。高中稍微好了些现在又自闭了。但是内心又放不下对于“女王气场”的渴望——就是想要变得更大胆，更有趣，一走进房间就能HOLD住全场。

“现在的诉求依旧没变，后面新增的多是情感和两性有关的部分，虽然整体力道不足，不过依旧有些句子闪烁着让人惊喜的光。我一直期待的就是具体的”让你成为雌雄通吃的女王的手段“，之前有几年一直在期待着自己的蜕变，在《小时代》风靡的高一和高二也被顾里震撼过，身边更是总有真人版本出来现身说法，却依旧摇摆不定。虽然一直在揣摩，观察和分解她们，却总觉得流于表面不得要领。看了这本书能模模糊糊的感受到。我骨子里还是自卑。在上了一年大学却依旧泯然众人的现在，心里真的很不是滋味。在”活出自己想成为的样子“和”活出别人所期待的样子“里，我真的不知道怎么选择才好。比如我一直觉得穿的欧美一些简洁一些会好看，却冷不丁扔进了热爱日韩可爱风的人周围。现在还是觉得自己不够漂亮，不够出挑，想和班上的男生说话混熟，却连走过去的勇气都没有，他们也不关注我，就越发的没了自信。再加上我有个”在外面就温柔端庄气场无敌“的亲娘，她当过校花，当过主持人，拿过无数演讲比赛的一等奖，现在和上至老人下至婴儿的人都能迅速混熟，每次她在电话里指点我”你就去找个男生给你帮帮忙“的时候，我都觉得自己的个人魅力真的非常不足。明明是喜爱交流，按道理说也应该擅长社交的设定，为什么总是屡战屡败。关于情感，丁老师说，事实上很多人也说，比起暗恋，更欣赏勇气。不过我现在真的怕了，虽然刚刚十九岁，我却希望以后就算是单身也不要再主动。那种最高明的”被动的主动“我真的学不会，总是太过渴望，所以弄巧成拙。明明不是高调的性格，喜欢谁却总是藏不住以至于满城风雨，最后吓跑了人家。大学这一年吸取了教训尽量掩饰着低调，情况却出乎意料的更糟，虽然说亲密的程度比过去深，他得知以后和我划清界限的坚决和绝情也比以前任何人都多。喜欢一个人，对我来说就是，从来没有被喜欢过。太在乎的后果就是自己伤的要死要活，他却依旧潇洒幸福。在这一点上，我可能做不成女王。这一年看了《女王乔安》也看了《我的朋友陈白露小姐》，不得不说，成为女王，真的需要很多代价，别人看不到的，光鲜亮丽背后的伤痕累累。可是有时候，为了那种闪耀，真的恨不得拿自己的命去换。把自己想要的都能牢牢握在手中。别人眼里的自己是强大的，神秘的，让人仰望的。不管别人说什么，自己是自得的，快乐，安定的。最后还是想用之前那篇评论的结尾来结尾——一直喜欢那句话——“好女孩上天堂，坏女孩走四方”，不喜欢安妮海瑟薇米兰达可儿娜塔莉波特曼，甚至连奥黛丽赫本都不能深深打动我。反而更偏爱玛丽莲梦露安吉丽娜朱莉凯拉奈特利斯嘉丽约翰逊，还有《黑夜传说》里的凯特贝金赛尔，《绯闻女孩》的BLAIR。相信着有些东西可以通过自己的手段和努力一手掌握，当然，麦姐一直是光辉标杆。我们就应该勇敢、大胆、诚实的面对自己——就让那些“好女孩”们在背后羡慕嫉妒恨去吧。有个很喜欢的美女姐姐写过一条微博，赞美不是最好的奖章，诋毁才是。要有足够的勇气，才有足够的运气。希望我最终能从中获得它们。

73、中心思想就是女性解放等于用身体去换资源，但是既没有说how，也没有说what，好歹也教教床上技术啊。还不如回起点看无脑小说。【以上是我老婆说的，标题也是她起的】本穷老婆把书借回家放桌上，本穷看到这书绿绿的皮就觉得是绿茶婊之书，果不其然。然后老婆看完后发表了上述感慨，本穷上豆瓣一搜看到作者是男人，就哈哈哈哈哈了。从某种角度来说，这个哥们写的好呀，降低绿茶婊们的智商情商，才能让更多略略学点泡学的略略有资源的屌丝男更多的得手啊。【所以打分是我打的，哈哈哈哈哈】

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

74、以前公司的主管，是个女汉子，长相一般，普通的家庭和教育背景，没有什么光鲜的证书。她年纪轻轻，混到了部长，老公疼，有个乖巧的女儿。她的优点就是，她是标准的女汉子，她可以拍桌子对其他部门的经理吼，也会在年会煽情地表达对下属的热爱，搞得我们眼泪汪汪的。我一直好奇她是哪个世界的生物，直到看到丁小云的这本《论文艺女青年如何培养女王气场》，我才恍然大悟，哈，原来，她就是雌雄同体的双性化人，这样的人拥有女王气场，男女通吃的女王啊。其实只要你稍微观察一下周围的世界，你会发现好人大多没有好报，尤其是那些传统意义上的好女人，她们中的很多人都过着无聊无趣的生活。做传统的好女人成本太高，还是拥有一颗大格局的心，做个男女通吃的女王吧。书中有很多有趣的观点，比如如何与异性成为生死之交，比如不要总买打折货，容易造成潜在的自卑，总是穿无趣的衣服，就会有无趣的人生。比如宅男费纸，宅女费电。再比如，一个普通女孩，每天循规蹈矩，一成不变，人云亦云，可能只会培养出古怪的老处女气场，而不是女王气场。又或者，你有几个可以交心的朋友？要像少女一样坚信对友情的观念。女生越大，越围着老公和孩子转，越离朋友远。而一个女王三个帮，很多事情不是一个人可以搞定的。友情也不是客气的礼尚往来就可以维系的。要努力扩展自己的强力十人社交圈。注意力碎片化，会导致一事无成。女人经常会过于专注各种小事，可能导致女人无法做成所谓的大事。很多时候，无论男女，只要做成一件所谓的大事，就能实现财务自由。盖十座小楼不如盖一座大厦。这个还真的如那个观点，四处挖井，深挖一个是水井，挖多了就都是坑，坑死你啊。再比如，向你讨厌的人学习。只和喜欢的人在一起，不会有什么大突破。学会不要脸，要有勇气去过舒适圈外的生活。不得不说，作者真是涉猎非常广阔的人。电影书籍评论信手拈来，边看书边觉得自己真是无知啊。每章节的名字也好有趣，像是快乐就是你还有腰的时候这样的句子。Anyway, 这本书充满了干货，也有间歇的鸡血补充能量。夏日清凉里的好菜一盘！

75、《论文艺》是我在豆瓣阅读买的第一本书。那天晚上抱着猫在床上翻滚着读完它，第二天依旧去挤“怀孕的挤流产，没怀孕的挤怀孕”的一号线上班，无可奈何地去为能在社会排序中靠前一点而奋斗着。作者君在开头部分提到的“社会价值排序”理论十分精彩，以至于我后来把《世界如此险恶，你要内心强大》也找来看了（作者君你白白给石勇做广告了）。这个残酷的世界，大多数人就像奔跑的仓鼠一样，一直奋力向前却始终爬不出圈子。筋疲力尽给之后哭泣着说这个世界抛弃了你，实际世界他根本没空搭理你。不过社会排序这个东西吧，其实不独现代，自古有之。在芸芸众生还没能看穿这个世界之前，在排序之中不断进化也不算坏事。就像男欢女爱是写进人类基因的一样，优胜劣汰也是被写进基因的。所以人总是不由自主的就想往前奔。而认清自己真正想要的这件事，说来很对，做起来很难。恐怕有些人一辈子都不知道自己真正想要的是什么，最多只知道自己不想要的是什么。过分要求把这事想清楚，只会让一些人更纠结，更不敢面对这个世界。不过幸运的是，现在通过个人本事干掉排序这件事要比从前容易的多了。不至于没生在贵族门阀之家就只能老实种一辈子地。这是一个最好的时代，这是一个最坏的时代。在这个年代，女性终于能独立的去实现自己的人生。不需要想过去一样要通过征服男人才能征服世界。不需要再像攀援的凌霄花必须依附于男性的躯干。她们自己已经是树了，可以和其他不会开花结果的木头们一起竞争阳光，比赛谁长得更高。糟糕的是，但是不管时代怎么进步，造物主始终没有改变他最初设计的分工模式。女性可以顺利承担男性的工作了，但是繁育后代这个十分棘手的功能没能丢出去。以至于许多在职场中如鱼得水的妹子都得选择中场休息一下。时常想如果妹子可以不来大姨妈的话，一定能征服整个世界。可惜不能，于是大部分妹子一个月总有那么几天想毁灭世界。这时候什么中性气场都不管用作者对女性气场的评价十分中肯，但是作为男性视角，对胸和脸的关注还是明显过多。女性活在这个世上，更需要多些智商，更多些智慧。所以气场还不够强大的妹子们，多读些书吧。

76、不知道当时为啥买这本书。那时刚生完孩子，可能想解闷吧，结果孩子都快2岁了我才看完。作为从小乖孩子的我，内容和平时的不太一样，还好，取我需要的内容吧。女王就是要雌雄同体，独立，独立独立，做真实的自己。关于性爱方面书籍，我想也该抽时间学习学习，让自己的生活更精彩！

77、向来文笔不好，不喜欢写评论，更不会去写书评。最多就是说说自己的收货。这本书读起来，很轻松，作者总喜欢和大家开玩笑。书里面，让我看到了另一种人生，让我开始审视，自己做了这么多年的“好女人”，是不是值得。其实，我的内心还住这一个“坏女人”，只是从不敢实现“坏女人”的想法。有一点，我很赞同，就是我所讨厌的人，其身上必定有着我所羡慕嫉妒恨的点。所以，这本书带给我的，是换个方式思考，换个方式生活。我祈求不平庸，我祈求活得出彩。也就是说，我愿意折腾我的生活。折腾我自己。或许做做平日里自己所不屑的某些事情，那些不屑于和其他人变得一

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

样随波逐流而故意压抑着自己的事情，我的生活，会变得有趣吧。“好女人”是喜欢平平凡凡的，“坏女人”是不甘平庸的。

78、作为一名文艺女青年，是常常遭鄙视的。我问一玩豆瓣的朋友文艺青年是什么，他说：就是风迎面吹来都会流泪那种。我靠，要吐了好吗，那是红眼病吧。跟情人在一起，他看我在刷豆瓣，拿过去晃了几眼，“豆瓣高起到底是啥子嘛，太文艺了看不懂。”一脸嫌弃的样子。请你们不要再给我提起文青这个词了好吗，完全是一种觉得我跟美丽漂亮有气质沾不上边只能用可爱来形容我的感觉好吗，我最讨厌别人说我可爱了好吗，能别侮辱人吗。书名是非常吸引人的，女王气场，文艺女青年不是林黛玉，不是像邵小毛唱的王小姐过着乱七八糟毫无主见的的生活，我们看书，我们爱艺术，我们追求高品质的生活所以我们也努力也奋斗也流汗，我们不是堕落派被动派，我们依然想像个女王那样做世界的主宰。其实我们身边女王气场的人是很多的。普拉达女王里的女魔头，女人不坏里的女强人唐露，星际迷航里的Spock（开个玩笑啊），初中那个让人看一眼都害怕的矮胖英语老师，能说会道广交朋友酒桌豪爽撑起家里大酒店的舅妈，或者你讨厌过的那个女班长？人类最擅长的就是模仿，如果你有做女王的心，回想一下她们的言行，总会从中学到点什么的。当然每个人的性格是不一样的，有人天生做不了女王，比如林黛玉，整天顾影自怜哭哭啼啼，（当然爱哭的女人是很多的我不否认，比如我。但这并不能影响成为一个女王或者有女王气场的假女王。这都是人前人后的事。）有了做女王的心也就要开始卧薪藏胆那样内外兼修了。女王有时是花瓶和书呆子的结合。穿着方面就不说了，年龄的增长自然会让你选择一些适合你而且成熟的衣服。看下你大一大二大三的照片对比就知道了，或许你还没有很完美，但你可以看到你的进步，如果多读一些时尚杂志看一下街拍哥的相册，你会找到自己喜欢的适合的有个性的女王装的。（没有什么真正的女王装，不是要穿普拉达，提着爱马仕的才是女王，别太土，这是底线，适合自己有自己的风格和个性就行。）书中提到要广泛阅读，心理艺术宗教哲学等等，其实只要你感兴趣的都可以读。其实这是很重要的，相对穿着来说，这是让你与众不同的地方。如果说女人无才便是德还深深印在愚蠢男人们的脑海里，如果你表现出来那么一点点深刻（不是深奥）有趣（不是冷笑话或黄段子），那他会觉得这个女人很有意思很特别，他可能就不会把你睡了之后就一脚踹了。你多半不希望当你穿着光鲜闪亮全场出现在Party上有男人找你搭讪时，看到他们那副嫌弃的表情吧。一个头脑空空的女人是不会有前途的，她把握不了自己更把握不了别人。当艾米跟扎克握手后看到他那副蠢表情仿佛看到了一个猪脑都会顿时性趣全无，当然找你的男人可能不会，他会很高兴自己找到了一个易骗的床伴而已。知识是给女人锦上添花，让女人更可爱以及透露出书香气，同时也不会这么容易被男人的那点假把戏骗了觉得他们知识渊博神通广大，（我以前就很吃这一套）喜欢读书的女人在男人眼里总是优雅而神秘的，当然要强调读书全为自己，不是为了吸引谁或者为了卖弄而装逼。穿着和阅读，这两点满足之后，只能说你成为了一个女王胚子。书中还提到了雌雄同体理论，坏女人理论，还有些职场类爱情类的观点，都是很有用很值得借鉴的。也即做女人要明白的事无论何时，你找到如何完美的伴侣，有多么广阔的交际网，你都是孤独一个人的。经济独立，精神独立是你成长中一直需要追求的，这是让你免于伤害的唯一途径。有人说这和女王气场有什么关系啊，关系大了，当你做到真正独立的个人生活在这个世界上时，你会少了很多畏惧和牵绊，你不用过分得依赖别人，不管经济还是感情上，有了他你能活，没有他你也死不了，这种洒脱和骄傲才是真正的女王气场好吗。我曾经交了一个男朋友，他各方面都很完美的样子，家庭条件也很好。我们刚开始在一起的时候，我就说我要精神独立，他说什么精神独立啊，听起来好可怕的样子。的确我也总觉得在恋爱中精神独立不就意味着对对方保留情感，那又怎么能得到恋爱本身的那种沉迷的快乐呢。我几乎在他的引导下迷失了自我，也即完全依赖他和顺从他，几乎为了他断了所有异性朋友的联系。他也发誓保证要娶我之类的，叫我别考研了，毕业跟着他混，我也开开心心地安心度日，像找到了棵乘凉的大树。可是爱情就是这样的，来得快也去得快，也或者说我们的爱情没有完但是矛盾太深，像书中说的为什么两个相爱的人总是不能在一起，因为我们总不懂得“己所欲，勿施于人”，对对方的苛求总是太沉重，相爱容易相处难最后我们还是分开了。除了父母没有人是你的靠山，（当然父母也不能依赖一辈子）每个人都有每个人的生活，我们都在前进，人不为己天诛地灭，你身边的人来了又去去了又来，你没办法去依赖谁，与其伤心责怪不如自己早日想清楚解脱出来，只有自己的才是靠得住的，你不对自己好没人对你好了，只有你强大起来，你才可能得到真正的好生活，成为真正的女王，几乎藐视一切，过自己的生活，追求自己的幸福。丁小云不亏是妇女之友啊~在书中提出了好多观点还是很值得我们借鉴的，当然不得不说有些是跟女王气场无关的，还是值得我们每个人去阅读体会的。作者的知识积累相当丰富，几乎是各方面的，他能随时拿捏出名言或者例子来支持自己的

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

观点，看来作者是下了很多功夫的读书笔记做的不少，这是我需要借鉴的~~同时感谢作者赠的电子书，但是感觉书中很多地方是重复的，观点、段落，如果不是我记错的话，要么是和前面的章节重复或者和7天治愈拖延症重复。前面写得不错，后面观点重复频率太高，作者也不时在提现代避孕技术，但又实在想不出作者是在打什么软广告，总有一种没话说了的感觉。于是三星。再次感谢作者的两本书，7天治愈拖延症和文青转女王气场，感觉都很不错，给了我很多建议和启发，建议广大女青年研读。

79、首先谢谢丁小云同学送书。你敢选择未知的生活吗？你敢找到自己内心最想做的事情吗？你敢打破世界的一些规律去寻找自己想要的东西吗？其实好的生活就是可以自由选择的过程，这个对男生女生都一样。其实女王气场，不好培养，但是说难也不难说简单也不简单。首先，要长得像女王，这就要有凹凸有致的身材，这个可以锻炼得来；要懂得化妆术，这个可以训练得来。其次，重要的是，要内心像女王，要知道自己想要的是什么，然后自己可以做到的是什么，不要因为世俗的一些观点而封闭了自己内心的世界，关于生活关于爱情要厚着脸皮去追去找去努力。女孩不能任人宰割，被“好女孩”“贞洁牌坊”这些所谓的种种迷惑了自己，要追求自己想要的，要努力做到自己能做到的。其实，做到这些，独立最为重要。首先要经济独立，工作了以后我就发现经济独立真是太重要了。工资是自己赚来的，想怎么花就怎么花，想干什么就干什么，比以前花着爸爸妈妈的钱幸福多了自由多了。拿着工资我可以周末想去北京就去北京，想出去喝喝咖啡就出去喝喝咖啡，总是会自由一些。所以要想经济独立就要多多赚钱，要想多多赚钱就得努力工作，要想工作有个好的结果就得下班了以后拼命进修积极思考，就是当你早上闹钟响了以后你选择起床读书而不是倒头再睡觉（我今天早上起来晚了，我选择倒头就睡觉了）。接下来要思想独立，这个就是要多识人多读书，把自己的生活丰富起来，每天不是用来刷微博上豆瓣的，而是静下心来努力的看几本专业阅读多认识几个有趣的人。一开始看了丁小云的这本书，他说女王要懂心机会耍的手腕，其实我一开始有点不理解。因为我觉得人一定要正直真诚努力，但是后来想想，懂得表演其实是保护自己的一种生存方式。懂得表演，会说话才能男女通杀，把事情通通都解决掉。才能选择自己想要的生活。女生，不要被一些条条框框束缚住了，要打破外界给你的框架，追求自己的内心最为真诚的东西。每天努力上班，晚上努力进修，打开自己的内心而不是封闭自己的心灵。要勇敢的追求自己想要的东西，面对未来不要怕，要敢于选择未知的领域，感觉面对内心最真诚的自己。我们这么有气场，我们怕什么。丁小云的那本《七天治愈拖延症》我也看完了，很受用，但是就是笔记迟迟的没有写完。哎呀，拖延症又犯了。

80、丁小云不愧是具有女王气质的人，励志励得很文艺，这本书怎么着对文艺女青年读来有些飘飘然，好象每一点都是写的自己，觉得自己无论哪一点看起来都是女王，于是越读越兴奋，越读越自恋，特别是对我这种自认为有女王潜质的人来说，总觉得只差一点就成女王啦，哪一点？“经济独立”。这不是我一直想解决的问题么，她这本书只提出来了，文艺女青年既要排除伪文青的可能，也要有一定的经济基础，才能成就为女王，这就为我这种似乎对物质吊儿郎当的女子找到了挣钱的理由。虽然所谓“雌雄同体的说法”早已被我用熟了，而她对于妓女的想法也深得我心，而有些话也让我捧腹不止：“很多公司都是把女的当男的用，把男的当畜生用，把畜生当领导用。”“据说它们不仅能把怀孕的女孩子给挤流产了，还有可能把没怀孕的女孩给挤怀孕了。”但我却不太同意把超凡脱俗、特立独行的女人用“坏”来形容，你可以用邪啊，我以为带点邪气的人，不管是男人还是女人都属于上上品，而身上只有正气的人只能属于中上品，说所谓的好女人是一种伪善我倒是同意的。但有一点，特立独行的女人不能只具备这样的独立精神，她必须要有足够的智慧才能避免被人当作坏女人处处受挫，虽然独立女人都不在乎大众的看法，但其实也并没有这么简单，很多时候被人识别出来并理解的女人都必须具备心胸和智慧，而不是为了特殊而特殊，往往是她的独立精神与自由思想让她必须这样做。当然她所说的向死而生的智慧不单是对女的重要，对一切都重要，但却是最难的，因为这要达到一种宗教境界，能参透生死，当然是智慧中的智慧了，而她说让精神变得很时尚，对于目前的我来说，想不到比诗还要时尚的精神之物了。时装的时尚还处于物质层面，而追求利润最大化的产物，而精神的时尚是超越了这一点，不再是为了利润，或者你可以说是为了精神产物 - 作品？或艺术？还有，不接受说成为生死之交的途径可能只是上一次床，我一直没把上床的功能和作用看得如此之大，因为从来没有拉过手的情侣一样可以为爱而死，一样可以爱得刻骨铭心，这，当然有我自己及身边人的经历的例子，有的夫妻，上了一辈子床，还是形同路人。当然这种看法可能与个人的独特经历有关，有可能别人得出这个结论也是从自身经历而来。要以偏概全的话就显得轻率了。对于作者说她自己的生活，我深有同感，但读她写的东西之前，却是对自己存在疑问的，以为越大戒心越重，越难得到深厚

的友情了，越来越难以信任人了，会不会是自己变了？想一想几年前的友人，似乎也比现在新建立的友情要来得亲近。原来女王本人也有同感，那我也算能稍稍放松一下了。但是以前建立的友谊仍然还是真挚的，只是最近越来越看透了人世和人性，难道这就叫“世故”？为啥不叫“出世”而叫“世故”，我以为“世故”指的是人很会人际关系，虽然心里明白，但做得很圆滑，很会处理关系。而且最近对爱情有了更多的了解和理解，觉得反而是与男子的友谊比较难把握，比较敏感一些，也许是因为经验的关系。另外我觉得要练就成女王，一定得有毅力，比如一瘦就美的女孩子，胖了以后无论如何，在美食面前都缺少抵抗力，于是外表的吸引力方面就差了一些气场了。本人之所以这样说是有些得意的，因为本人高中学习虽然没有带来任何物质与知识的好处，但却培养出了本人的毅力，对于我来说，减肥就是一件容易的事情了，比如我希望七夕节能见到梦中人，那这之前一般是能做到狂减肥，你可以说是毅力吧，也可以说是爱情的力量。这几天没有吃晚饭，普通人肯定受不了，但对我来说就易如反掌，不得不得意一下了。否则胖起来谁说会比芙蓉姐姐的当年好看点呢？

81、这本书看完后颠覆了我两个观念。第一，原来这世上“坏”女人才是女生们所应学习的榜样；第二，原来“丁小云”这个名字可以属于一位大叔。首先，界定一下什么是“好”女人，什么是“坏”女人。在小云大叔的眼里，“好”女人是平庸的、关注外在的、拘泥于细节的、靠外人的评价存活的、物质的、偏爱大叔和老头的、拼命用社会道德压抑自己的、依附于男人的……而“坏”女人刚好相反，她们内外兼修、懂得利用自己的美貌和身体去达到自己的目标、经济独立、精神独立、将男人和世界玩于股掌、拥有雌雄同体的特质、敢冒险、敢做自己、勇于往前一直走……结果是，“坏”女人自顾自地往前走就能吸引来美好的人和事物，“好”女人苦苦追寻却只能落得自怨自艾。所谓的“好”和“坏”只是人们的根据不同的评判标准来界定而已，褒贬也只是不同标准下的判断。小云大叔想说的是，以前的“好坏”标准已经过时，在这个女性有机会获得自我独立的时代，以往的“坏”女人标准对广大女性来说，是个更好的选择。所以，他要教大家如何做个“坏”女人。总之，做个“坏”女人最最重要的一点就是勇于追寻真我。关于气场：1.培养气场和吃生大蒜很像，两者结果相同——别人都不敢靠近你^\_^2.通过改变外在形象和内在气质，能让自己的气场越来越强大。努力向外追求，让身体有一个可以栖息的家；努力向内追求，让心也有一个栖居的家。这样身心皆有家可归了。3.一个由外在评价主宰自我认同的人，实质上是一个遗失了真实自我的人。……剥去对方的社会包装，你在心灵上就获得了解放。所谓“正常”，很多时候就像一种抽象意义上的裹脚布，人们用它裹紧自己的心，或是用它裹紧自己的身体，然后像木乃伊一样活着。……一个人要活出真我，就必须爱上无常、危险和失败。而如果一个人想要获得世俗意义上的巨大成就，他必须深刻了解正常人，但他的思维和行为却又要异于常人。4.这个星球上的气场女王们最显著的特征是：雌雄同体。5.“对一千件事情说不，才能对一件事情真正说是，把事做大。”——乔布斯6.学会男人所特有的坦然的自私。人生最本质的真相是：“人们一直靠牺牲别人来达到促进自我发展的目的……生命总是靠消耗别人的生命过活，不了解这一点的人就等于没有向诚实迈出第一步……”——尼采7.坚持做你想做的，但不要你想要的。8.如何拥有一颗大格局的心？多读一些拥有大格局的心的人写的书、多结交一些拥有大格局的心的人，主动经历一些事……基本上，一个人有多大的胸怀，就能做多大事，就能拥有多大的社会影响力。……还好，胸怀这个东西跟眼界一样，可以通过个人努力加以拓展。9.好女人的一个主要特征就是特能为他人着想，但太为他人着想其实只是弱者以此控制他人的一种手段。好女人想以此从他人身上获得一些利益，但会将此美化成一种高尚的道德。这种道德具有极强的自我欺骗性。关于事业：1.裙子越短，权利越小；领口越低，权利越小。2.你的人生使命不一定要是那种特轰轰烈烈的事，但一定要是那种你打心眼里想做的事，那种能让你感到快乐的事。3.升职攻略：创立个人品牌；想办法让老板惊喜；懂得办公室政治的游戏规则；做一个“创造性窃取高手”；用铁一般的事实向老板提出加薪要求；牢记自己才是个人职业生涯的主宰。关于爱情、婚姻和性：1.爱情的世界里，所有的竞争，究其本质，都是为了争夺那些优秀的基因。2.真正的爱情是短暂的，而你和某些人的友情如果好好珍惜，能持续一生。3.真正的爱不会让一个女人变得不再可爱，只有徒有虚名的爱才会让一个女人变得不再可爱。4.世界上最肮脏的，莫过于自尊心。……一直用它保护那个极度自私、虚伪、怯懦的“自我”，而“本我”被它抑制得半死不活。5.天下事，愈急则愈远，愈迎则愈拒。当使意自转，反相求。6.爱情就像一条鲨鱼，它必须一刻不停地往前游，因为停下来它就会死掉。人生也一样，只要你一直向前走，那些美好的人、事、物自然紧紧跟随在你身后。7.理想人生：三分醉，七分饱，十足收成；过上等生活，付中等劳动，享下等情欲。——李碧华8.将自己的欲望强加到别人身上是种极度自私的做法，这也是人世间无数悲剧的根源。9.如果你真爱一个人，那你肯定会打心眼里希望他过

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

得自由且快乐；如果他也很爱你，那他亦然。两个人只有用这种心态去爱，才能对抗庸常生活的种种设置和限制，进而不断拓展各自发展的空间和格局。

82、这是一本诱惑力很强的书。书中的女王雌雄同体，思想独立，财务自由，会耍手段玩心计，甚至不惜用年轻的身体睡出一条血路。对于金钱和权力的欲望是人类与生俱来的。许多传统意义上的“坏女人”在作者看来却是“有真性情，有勇气，活力与创造力的女人”，她们是游戏规则的制定者，不屈从于男人的思想，在职场上像男人一样纵横捭阖，凭借自己的女性魅力获得成功。作者说了很多大实话，把一些道理赤裸裸地抖了出来，撕破了男性统治社会长久以来对于女性的洗脑与思想禁锢。出来混谁都不是吃素的，要成功得有强大的心，道德标杆也不要太高，否则自己找难受。这个年代女性成功的方法有许多种，但是不论选择哪一种都是需要付出相应的代价的。自己掂量思考一下，选择适合自己的方法向前走。我相信这是一本会让女孩思考的书，因为许多观点即便有争议性，和传统道德背离，却是不争的事实。不论是否变“坏”，认清一下现实是好的。作者劝女孩们多读书：莫说你不想做花瓶做玩具了，即便想，玩具也不是这么好做的，你得让人觉得你好玩才行。在这本书出来之前，已经有许多女孩身体力行地运用书中的方法在社会中拼杀。只是到现在，中国的文化是很多时候也还是“做得说不得”。但保持思想独立这件事情太重要了。正如政治学里的一个观点：“无知导致被利用”。记得相亲节目《非诚勿扰》有一期来了一个男嘉宾找属于自己的“百分百女孩”：50分的外貌、40分的善良和10分的能力构成了他心目中的100分女生。我不知道这个社会有多少男性也是这样要求他的另一半的，但我知道我身边有许多女性就是这样要求自己。她们觉得女孩子要漂亮，男人带你出去得有面子，能力不要太强，温柔体贴就好。并且她们认为“许多有钱的男人都不希望自己的老婆太强势”，甚至觉得“能力强的女人找不到好老公”。这样一个100分女生如果真嫁给了这个男生，过了十年二十年后这个女人的下场该是如何？50分的外貌没有了，即便还有那么几分男人可能早对你厌烦了。男人口中的“40分的善良”无非是“对自己的家人好，对自己无微不至的照顾与奉献”，那么在女人十年如一日的付出当中男人已经习惯了，这40分也就不复存在了。男人只让你有10分的能力，这10分不过是为了他好掌控你，在你面前显示他的权威。过了十年，你是一个仅有10分能力的黄脸婆了，90分全贴给了他。男人自私的本性在这个评分中暴露无遗，可悲的是有多少女人就这样顺从的接受了，最后落了个悲惨的结局只怪男人对自己不好，当年看走了眼。人如果自己都不能把握自己的命运，不能爱自己，凭什么要求别人对自己好呢？女人的善良还是留给自己吧。作者：随安（豆瓣ID：<http://www.douban.com/people/42243250/>）

83、一直都很喜欢作者的随笔杂文，看过他所有日志，有些还不止一遍，见解独到不乏幽默，挺好玩的。这本书沿袭了这种风格，还蛮女性主义的，唯一的缺憾是新鲜感实在不够，因为很多章节都取自作者发表过的东西。另外，最初看1.99元的试读章节感觉很好，长篇看下来就觉得有点儿絮叨。不过平心而论，这本书用来打发时间真的非常合适，轻松好读，随时可以拿起也随时可以放下，更重要的是每一章都言之有物，你会觉得：嘿，还真是这么回事~~好多话随便一摘，放微博上都可能会引来转发的。我暗暗担心这个书名会不会很限制读者圈，貌似只针对文艺女青年，普通女青年、二逼女青年以及广大男青年和青年以外的群体都撇除在外了。中国的文艺女青年如果都上豆瓣，有多少，豆瓣应该清楚，呵呵。在戏谑的书名背后，作者反复探讨了这么一个问题：在当今这个时代，年轻的女孩应该怎样成为一个有魅力的女人？所谓雌雄同体，既不失女人的温柔，又具备独当一面的能力，起码能经济独立、人格独立。人到三十，会觉得时间开始变成锋利的刀，轻轻一碰就能在你脸上留下痕迹。这个时候，如果对自己的认识还是一团浆糊，不知道自己要做什么，家庭工作兼不满意，实在挺让人焦虑的。如果早十年让我读到这本书那该多好（当然这是不可能的），我的意思是，为什么在我很年轻的时候没有遇到个人对我说：勇敢去做你自己吧，不用担心什么。青春的时候，我们大多苦闷去了，丧失了活出自我的机会，如今年纪渐长开始想好好活，却发现成家之后牵绊更多，等你的小孩长大你的父母就要等你去照顾了，最轻富力强的时光都活在“被需要”里了，那还顾得上自己的梦。所以说，每个人的人生都不是那么轻松的。你可能要试过很多错挨过很多教训痛哭过很多个夜晚才会成长那么一丁半点的。在这个过程中有人指点读到几本好书，都是机缘。其实人只能活这一次，长不足百年，是要好好活才够本的。那么我想说，带勇气上路，才能走得更远。ps看作者随时随地都能引上一句读过的书里的话，培养气场要多看书啊，也有必要做做笔记，把书读到心里去。

84、虽然据科学研究，胸大的女人的智商普遍要比胸小的女人高一些，但鉴于很多很漂亮的大胸女人让自己活成了一个花瓶，甚至是活成了一只任由社会宰割的肉鸡，所以现在的我更倾向于这样去看待身材与气场的关系，即大胸不如大气场，魔鬼身材不如女王气场。现在很多关于气场的文章或图书，

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

大多都是说如果你想气场强大，你应该如何微笑，你应该如何走路，你应该保持什么坐姿，你应该如何跟人握手，你应该用什么样的语气说话，然后再对你说一些早已经烂大街的成功学公式和心灵鸡汤理论……这些观念是我们这个时代一些最典型的病态人格的一种投射。想利用这些很僵化、很程式化的观念获得女王气场，无异于缘木求鱼。这些观念只会束缚身心，让人迷失自我，让人变得越来越神经质，甚至患上焦虑症、强迫症等精神疾病。一个真正的气场女王，即使她的言行举止任性轻佻，即使她身上穿着很普通、很便宜的衣服，抑或是一丝不挂，她身上依旧会散发出强大的女王气场。一个真正的气场女王，即使她已经很老了，即使她的青春容颜已经彻底被时光摧毁，即使她的身材完全走样——乳房向上一甩可以搭在自己的肩膀上，强大的女王气场依旧会无形存在于她的身体四周……女王气场是一种比美貌和财富更强大、更恒久的力量，每个女孩都能拥有这种力量。这种力量可以帮助你做成你最想做的那些事，过上你最想过的那种生活。这颗星球上的气场女王们最显著的特征是什么？答案就是，她们都是雌雄同体的。一个女人如果没有男性化的一面，她永远都不可能成为一个气场女王。男人也一样，那些最强大或最性感的男人都是雌雄同体的。当然，这里所说的雌雄同体不是指生理层面的，而主要是指心理层面的。其实每一个普通女孩都能拥有女王气场，只要她敢于拒绝循规蹈矩的生活，主动寻求并且完成一些变化，例如完成外表的变化、工作的变化、观念的变化等等。通过这些变化，最终完成心理结构的变化。一个普通女孩每天循规蹈矩，一成不变，人云亦云，她的气场可能也会变得越来越大，但只是一种类似于“老处女气场”的古怪气场，而不是女王气场。

85、了解自己才能更好的成就自己，一个女王，最重要的是内心坚定，要有强大的内心，什么是你想要的？你适合做什么？更好的了解自己，替自己规划一条路线，然后坚定不移地朝着那个方向走下去，人要善于学习，知识、处事，多吸收消息并具备甄别消化这些信息的能力，女王都是坚定的，不要过分在乎别人的评价，你的人生怎么样只由你自己做主。昨天朋友问我怎样才能过的自私点，这位朋友是个很容易心软的人，很善良，通常就是这样的朋友会遇到一些无理的人要求他们做这做那，我告诉他可能是因为他不太稳定，总是怕自己不去做这些事会伤到那些人脆弱的小心脏，所以身不由己地做了很多压抑违背自己内心的事，还是太过在乎别人和别人的看法吧，要知道，这世界你最爱的要是自己，只有学会真正的爱自己了，才会去爱别人。云叔提到了他见过的身材很棒的两个女生，生而为人，特别是女人，还是尽可能的做一个精致的、赏心悦目的女人，这才对得起造物主特别的厚爱。记得以前有句话说胖子都是没前途的，这倒并不是鄙视胖孩子们，但是一个人对身材的管理基本可以看出他对其它事的态度，见过那些过的幸福的姐姐们，基本都是内心坚定外表光芒四射的女人，她们对自己都很有要求，举手投足优雅端庄，谈吐有趣口吐莲花，做事得体为人大方，而且很少看到她们为情所困，不合适的不强求、不委屈。记得以前看过一个段子，大体是一个男人特意为了你去锻炼身材，凌晨驾车穿越半个城区只因你晚上突然想要他陪，时常研究菜谱只为做你喜欢吃的菜，和你有分歧会偷偷掉泪，如果你们吵架他会痛苦的几天几夜睡不着觉，然后这个段子颠倒过来，这不就是女人经常为男人做的事吗？女人和男人显著区别就是过于感性，感性是好事，但不要让它左右你人生的重大选择，说道这个段子，我想女王从来没想过要全身心的把自己完全倚靠给外界，自己的任何完全由别人做主吧。记得以前在天涯上看过一个姐姐的帖子，她特别爱自己的老公，对老公千依百顺，结果老公出轨了，后来闹到以离婚收场，为此她消沉了很久，结果被她的女王表妹给激醒了，这个姐姐开始了彻头彻尾的蜕变，不管是性格、外表还是工作，她都开始了大转变，目前她开始做实业了，性格变得很泼辣干练，字里行间都能感觉到她的霸气，当然，女王也不一定都是泼辣的，霸气的是内心的那份自信与坚定，据她描述她以前是一个很软弱认命的人，但是在帖子里能看到她看问题变得又准又狠，帖子里有很多人向她求教，她都能一下子看到问题的实质，她还贴出了她以前的照片和现在的对比照，完全就是两个人，我说的美艳不可方物，完全没有一点夸大，身材媲美欧美人，这是她每天在健身房里流汗换来的，穿衣搭配也十分得体，成为了一个很惊艳的女人，而她在其他方面下的功夫比外表还要多，她是从受挫以后开始改变的，外表是可以看到的显著改变，而内在自不必说，变成了内心坚定情商高超的女人，这都是一步一步历练出来的，受到挫折她没有趴下，而是选择了勇敢的站起来，目前她又再婚了，新郎比她小，条件很不错，而且是第一次结婚，我在那个帖子里目睹了那位姐姐从小媳妇到女王彻头彻尾的转变，真的是由衷的感叹。最重要的是她性格和观念的转变，我觉得这才是她目前生活的点睛之笔，一个人的内在好了，外在也会跟着好起来，女王之所以称作女王，是因为她有普通女生所没有的坚定、头脑还有霸气。眼光，见识，情商，性格，人脉，这是我觉得成就女王的格局一个人就是一本书，每个人身上都有值得学习的地方，善于学习，内在外在多提升自己，什么时候都别放弃。云叔说女王要有自己的事业，深以为然，这是一个人的立身根本，好好工作，它会带

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

给你很多，没有工作这个1，其他的0无异于空中楼阁。安啦，说了这么多，其实觉得人生并不严肃，我们来到这个世界，不是来历练的，只是来玩一场游戏，轻松点，不要给自己太多的包袱，自然舒畅的活着，同时尽情的完成成就自己，才不枉这美好的人森~~

86、究竟什么样的姑娘是好姑娘，什么样的姑娘是坏姑娘，可能每个人的答案都不一样。大多数人觉得贤妻良母，在家安心相夫教子的就是好姑娘，事实上，我身边的姑娘们都是这样想的，她们上了大学，找了工作，不可免俗的在二五六岁的时候就会找人嫁了然后生孩子，然后呢，大概就是这样的人生了吧，女人的人生貌只可以划到30岁以前，正值青春美好，享受恋爱和美好的人生，之后人生只有孩子和丈夫，婚姻及无尽的琐事，每天担心的只有孩子，孩子的成长，孩子在哪上学，孩子将来找什么工作等等，包括我们这一辈的妈妈也是这样的，这是目前最普遍也是最传统的家庭观念了吧。这些深受传统影响的中国好女人，好母亲们，考虑最多的是孩子，再就是丈夫，最后才是自己，自己的生活可以稍微差一点，但是孩子的一切条件都必须是最好的。她们的伟大之处在于以她们的无私浇灌了未来孩子的成长，她们值得上天堂。坏姑娘什么样的，离经叛道，不按常理出牌，把一个乖乖女活成了霸气侧漏的女王大人，这些坏女人阅历丰富，生活多姿多彩，让人恨却又让人爱。这种女人可谓传奇，不拘泥于世俗的看法，活的只为追求一个真性情。坏女人也是要修炼的，更像江湖里的女侠，能够仗剑走天涯，而不是每天想着为孩子吃啥。这样的坏女人也许不一定非要有那样传统的家庭婚姻观，在她们的概念里，女人也可以经历不一样的人生，婚姻对她们只是一种选择，而不是生活的必需。坏女人就应该出去闯天下，她们经济独立，思想更加开放，她们不应被这样的那样的条条框框约束着，她们内心就有那种向往自由的基因，她们不希望做鸟笼里的金丝雀，这何尝不是一种更好的生活方式。《不结婚》里，天海佑希女王就是那种独立的女人，男人至于她可以作为伴侣，不好的爱情宁愿舍弃。一个生活未必就有想象的那样孤独，当你有更多的时间，更独立的经济条件的时候，与其将自己局限于狭小的家庭牢笼里，我更宁愿出去走走，做个走四方的坏女人，毕竟人生是自己走出来的，不是每个人都要过着千篇一律的生活。见识不同的地方，交不同的朋友，视野会更加开阔，能够海纳百川，这才是一个女王的基本修养吧。

87、拉拉分好多种：什么爷T、铁T、娘T、爷P、狗屁什么的乱七八糟。曾其何时，我还会被误认为是一个小男生的时候，早已经记不清有多少个女生对我说过：你要是个男生，我这辈子非你不嫁！我就呵呵了、你们长得也并不是我非你不娶的模样啊。光阴似箭日月如梭，转眼间我也到了一个略感尴尬的年纪。那些曾经对我讲过那句玩笑话的女人多半嫁做人妇、柴米油盐老公孩子的连轴转。而我也已经不再去剪很短的发。鬼知道、不知从什么时候起我心中悄然升起了一个要变成御姐、而且是那种女王气场十足的那种人的想法。我他妈的就是觉得一个人要男女通吃才是精彩啊！当然，我还是爱女人的。这跟头发长短或者衣着没什么关系。好吧、言归正传到这本书《论文艺女青年如何培养女王气场》。我本以为我找到了指引我走向女王气场的圣经，但、事与愿违啊。越看越不是那回事！讲到最后竟然成了探讨男女关系，恋爱的玩意。这让本女王大失所望，真希望这种徒有虚名的书一本都卖不出去。但说实在的前一部分还是有可以学习的地方的。摘录如下：真文艺可以让一个人完成自我拯救，完成你一个人的文艺复习，进而拥有过真实生活的能力。对一个职业女性来说，想要在办公室里拥有更强大的气场，就需要打扮得相对保守一些，中性一些，进而让自己看上去很职业，很可信，很权威。也就是说，你可以先打扮得像气场女王，然后再成为真正的气场女王。这是一个很有效的策略，但前提是在这个过程中你必须内外兼修。表演是从古至今支配一个社会资源分配最核心、最隐秘的精巧技术。它们构造影响力、构造权力、操纵人的心理，是政治、商业、宗教的“第一谋略”。一个屈服于社会价值排序的女人是绝对没有可能拥有真正的女王气场的，因为社会价值排序会让她的心理满是浮躁、焦虑和恐惧。内在的打破需要丰富的文化知识、理性的思考与分析。养成的阅读习惯：文学、心理学、艺术、历史、哲学等。郎咸平曾说：什么是prada的产品精神？绝对男性化。一个强势的女人。实现精神独立和财务自由这两件事上，男人具有相对更丰富的经验。女人还有一个问题，就是经常会过于专注各种小事，这固然能让女人体验到一些男人无法体验到的快乐，但过于专注小事可能会导致女人无法做成所谓的大事。很多时候，无论男女，只要做成一件所谓的大事，就能实现财务自由，其气场自然也会变得大了起来。乔布斯：对一千件事说不，才能对一件事真正说是，把事做大。女人是要靠一种自我牺牲的幻觉来维持自己的幸福感的。刘慈欣的小说《三体》有这样一句话：失去人性、失去很多。失去兽性、失去一切。契诃夫：生活想要保持它守旧的轨道时，它是最残酷无情的。你对生活要以彼之道还施彼身，即当你追求自由的时候，要像生活本身那样残酷无情。培养沟通能力和社交能力。充实头脑、心的格局也应该放大。怎样使自己的心的格局变大？1、看看大格局的人

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

写的书，2、交一些大格局的朋友，3、主动去经历一些事情。轻松对待别人的笑话和非议，你的内心和你的气场都将因此越来越强大。如何拥有神秘气质？1、尽量少说话2、学习拒绝的艺术3、要么多读书，要么多阅人《个人品牌》你的个人品牌反映的是你在他人头脑中所形成的印象。这种印象一旦定型，会产生一种巨大的惯性，它可以推动你的个人事业迅速向前发展。怎样做？努力推出你的“代表作”，做一些充满挑战性、原创性，且他人很难复制的事，这样的事会让业内人士可以用简短的几句话就能描述出你是谁以及你最擅长做什么。在学习办公室政治游戏规则的同时，一定要牢记实力才是最坚固的发展基础。对于一个毫无专业实力的“草包”来说，再高超的办公室政治技巧也无异于“屠龙之技”。富兰克林说：如果你想说服某人，不要诉诸于道德而要诉诸于利益。这是关于如何说服他人的最核心法则。金钱只给我留下一个声音，那就是自由。希拉里：其实不管是男性还是女性，都应该战胜恐惧，承担风险，不随波逐流，这需要相当的勇气。当有年轻人问我什么是最好的人生方向时，我总是说充分的认识和相信自己，倾听自己的心声，做自己喜欢做的事情。这样的人生或许会有曲折，但是我认为是最有价值的，也是最好的生活方式。我在笔记本上手写摘录了这么多，充分证明我多么想拥有女王气场啊。可惜可惜，作者还是不给力。好了，任重道远。一切一切的第一步还是先坚持减肥吧！毕竟人一胖就逗逼啊！

88、曾几何时，文艺青年似乎成了一个贬义词。我想之所以会这样，还是因为伪文艺青年太多了。我必须向你坦白，我曾经就是一个伪文艺青年。若干年后，当我用更冷静的眼光审视那时的我自己，我发现某些那时我很喜欢的文艺作品其实只是流行文化工业流水线批量生产的一些蹩脚产品，那时自认为刻骨铭心的某些感情则是对流行文化工业中高度程式化的廉价浪漫的拙劣模仿。那时我认为自己很另类、很有个性，现在感觉那时的自己就像一个类似于“发条橙”的玩偶，几乎彻底丧失了过真实生活的能力……那些高度程式化的、伪个性化的流行文化产品能起到社会黏合剂的作用，另外也能起到直接或间接刺激过度消费欲望的作用。它们是一种社会洗脑工具，或者也可以说是一种社会压迫工具。我当然不会说喜欢这类流行文化产品的青年就一定是伪文艺青年，但事实就是，当一个年轻人被这类流行文化产品洗脑之后，他的确很容易变成那种极不靠谱儿的伪文艺青年。既然有伪文艺，那自然也就有真文艺。鲁迅当年弃医从文，这里所说的“文”其实就是“文艺”，鲁迅那时是想利用文艺去救国救民的。当然，能否救国救民肯定不是检验真伪文艺的唯一标准。只是真文艺可以让一个人完成自我拯救，完成你一个人的文艺复兴，进而拥有过真实生活的能力。这本文艺女王心经，写给年轻的你，它可以帮助你拥有一颗永远年轻的心，一颗雌雄同体的心，它可以帮助你拥有男女通吃的女王气场，进而成为无忧无虑的文艺女王。（这篇短文是这本书的前言，此前发在豆瓣阅读上的三万多字的电子书是本书的一小部分章节，此次由长江文艺出版社出版的纸质书是完整版。）

89、当初看到豆瓣阅读上放出这本书，预览里的这段话让我下定决心将它列入阅读计划。“真文艺可以让一个人完成自我拯救，完整你一个人的文艺复兴，进而拥有过真实生活的能力。”真是说出了我四年大学外加一年留学生活最大的感悟！如果说大学之前的我还是个头脑单纯，目标坚定（上外国语大学做翻译）的小女孩，四年美院生涯则彻彻底底打碎了这个应试教育体制下乖乖从命的木偶，真文艺的熏陶，让我每隔一段时间就颠覆一些观念，有新生之感。作为骨子里的文艺细胞终于被发掘的青年，每日游荡在古往今来各类“毁三观”艺术作品之间的同时也在如何把握自己人生这个问题上做了深入思考。诚如书中所说，“对于人类来说只有死才是千秋万岁，永生不死的事，这是人类最大的不幸，也是人最大的幸运。”人生本身就是一个梦。而每个人，时时都在为人造的巨大的梦买单。梦做得越大越华丽，愿意为之买单的人也越多。对，我不要狭小的格局，不要一成不变，看似舒坦实际一团死气的生活。人生只这么一次，为何不大胆一些，放手一搏？书的后半段真的可以用“天下事，愈急则愈远，愈迎则愈拒。当使意自转，反相求。”这句话来概括了。可能因为之前看过不少关于男女关系的书，再加上学了很多女性主义的理论，书的前半段更能激起我的共鸣。“想要取得真正的成功，即完成自我实现，你还要尝试着砸碎身上的某些人性的枷锁，释放出你内心某些黑暗的力量，这样你的性魅力也会一同被释放出来。”人格不健全，何来性感？那些雌雄同体，男女通吃的魅力满分人士，无一不拥有健全的人格及独特个性。于是比起银幕上一闪而过，以肉身出击的性感女郎，反而是那些身材和完美毫不沾边的演员长久得住进了观众心里。“利用打破社会价值排序而获得的更冷血，更高效的理性心态向外追求，加入到社会资源竞争游戏中，获得更多的社会资源，然后利用这些社会资源去做一些在你看来最有价值或最有意思的事。”“真正取得世俗意义上成功的人深谙普通人的思维，行为举止却异于普通人。”看到这段话时立刻想到了甄嬛。初次入宫的甄嬛是期求一心人的文艺女青年，抱着“皇上是夫君”的浪漫情怀，只望平安度日。待人隐忍，对姐妹义气真诚。二次入宫，

## 《论文艺女青年如何培养女王气场》

甄嬛破釜沉舟，行事果敢，手段犀利，就算冒着欺君之罪，她也要为腹中孩子求得名分，为被流放的家人讨回清白。她曾叹：我们这些人，哪有为自己活着的？是啊，后宫和前朝的命运一脉相关，曾经天真善良的甄嬛，最终也是身不由己，生活已经出了招，除了接招别无他法。书中引用契诃夫的名言：“生活想要保持它守旧的轨道时，它是最残酷无情的。你对生活要以彼之道还施彼身，即当你追求自由的时候，要像生活本身那样残酷无情。”也可套用在甄嬛身上。曾看过一篇影评写为什么甄嬛能走到最后，精髓便是她尝过后宫的荣辱后始终能在与皇上，各个嫔妃的周旋之间保持冷静的心，纵然挚友眉庄和一心人果郡王的死让她痛不欲生，甄嬛还是清醒面对现实，如她自己所说，“我要的，当今世上只有一个人能给”，总算保全了家人，自己，孩子。但她迫于形势，最终牺牲了终身幸福，换来了利益的最大化。比起腥风血雨，动辄酷刑遍地人头落地的后宫，现在我们身处的年代，起码多了一重人身安全的保障不是么。作为女性能够选择自己想要的生活，不再像以前只能依靠着丈夫过日子，这真是最好的时代！女性长久以来被压抑的欲望终于得以释放。欲望是什么？从小就崇洋媚外喜爱西洋文化，崇尚个人主义，轻视形式的我一直对以德育人的中国式教育模式不置一顾。来到英国念硕士之后更是感触颇深。充分尊重每个人个性，尊重人的欲望，才华，这是西方社会的基本特征。也正是因为如此，西方国家的时尚行业才如此蓬勃，服饰的设计才能露得恰到好处。衣服说穿了就是诱惑的艺术。继承了古希腊认为人体最美传统的西方社会，自然是深谙其道，紧紧把握着世界时尚命脉。胡适与友人通信信件所说，西方文明精华在于其兽性，此话不假。再想想全身黑色遮体只露出眼睛的中东国家，压抑女性的糟粕传统太可怕。这是合理运用欲望对社会的影响。那于个人而言呢？欲望是一个人生存的基本动力。举个身边的例子吧。从前总看作家们在文章里写香港是个多么多么物质化的社会。直到认识了硕士同班的香港姐姐，才算明白了香港职业精明女性的精髓。她一边辛苦得读着每周海量的英文文章，一边还要做freelance，经常凌晨三四点才休息。精瘦的身材，眼睛却永远透着光。我们谈起未来的工作时她总是笑着说，只要钱多就好。多么直接的表达！我极其欣赏这种坦率。她说出国之前曾经犹豫是要用这笔钱和妹妹合买一套房子还是用来出国。最后还是选择了出国读书。香港的房价高得离谱，她直言，工作了这么多年也买不起。那又怎么样？她用自己挣的钱周游各国，对食物品味颇高，一个人生活也丝毫不懒惰，做菜煲汤样样拿手，还会经常品尝各国餐馆。对待自己毫不吝啬，一身行头酷帅又不失女人味。合理得利用，驾驭欲望，从而实现自我价值，真是对类似她的香港职业女性最好的阐释。真庆幸遇到她，看到她，就看到了自己从现在起的奋斗目标。曾经在沉思者和行动者之间举棋不定，现在决心努力在二者之间找到平衡点。办的了的永远只有自己。除了生存的本领，还得把人生过活得有滋有味。不独立只会浪费时间。I will wait for no one to go anywhere. 抛弃枷锁，失去的不过是枷锁而已。文艺女青年，是释放欲望活出真我的时候了！

90、作者讲的很通俗，语言带着诙谐幽默，直言不讳的揭露一些社会现象，不过有些似乎有点小片面，只是理论容易，但是实际还得具体问题具体分析。适合休闲的一本书，也许里面会有些启发。另外，作者大人，你确定不是在为其他书打广告吗

# 《论文艺女青年如何培养女王气场》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)