

# 《请尊重一个姑娘的努力》

## 图书基本信息

书名：《请尊重一个姑娘的努力》

13位ISBN编号：9787539985380

出版时间：2015-10-1

作者：杨熹文

页数：240

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)

# 《请尊重一个姑娘的努力》

## 内容概要

独立女生的励志手册：一个姑娘用努力去证明自己掌控人生的能力。

为什么别人轻松拥有的东西，自己却要那么辛苦？

因为你想获得真正的独立，而这需要足够的努力。

这本书会让你看到：

如何安抚深夜失控的情绪

如何少走弯路地去获得你想要的生活

如何活出与众不同，自带光芒的模样

最终成为：一个独立的女生

一个姑娘要不要在年轻时努力一把，为了不变成自己讨厌的那种人？如果努力后，依然只能过普通生活：上班下班，嫁为人妇，相夫教子，你是否还有勇气去闯荡？

在《请尊重一个姑娘的努力》里，女孩杨熹文以自己的经历给予了答案。努力不是为了与众不同，而是在平凡的生活里拥有掌控力。

一个人提着行李箱居无定所，受到歧视和冷眼；失恋了需要人陪伴，却只能和寂寞相伴；一边念书一边打三份工，累得半死。有人说她是放着清闲日子不过，也有人对这个不断努力的姑娘冷嘲热讽，但是越是这样，姑娘越是坚信——

“就算坠入烦琐那又怎样，我们有态度，有我们想要的生活，我们很独立。

“努力会让你看见原来自己还有这样的一面：可以跨越重重的荆棘，可以爆发出巨大的潜能，可以没有听从命运的安排，也成了这么好的人。”

# 《请尊重一个姑娘的努力》

## 作者简介

杨熹文：有意思吧驻站作者，网上以“老杨”自称。

一个热爱生活的自由职业者，留学新西兰。

相信美好的人生从来都不会降临在稀薄的生命里，我能够做的，只是别让生活太冷清。

喜欢热闹的生活，那仿佛一种欣欣向荣的预言，听起来特别踏实温暖。

# 《请尊重一个姑娘的努力》

## 书籍目录

### Chapter 1 请尊重一个姑娘的努力

人的一辈子会经历很多看似无论如何也解决不了的难题，稀薄的金钱，得不到的伴侣，被计划的人生，无法到达的远方，再三失败的尝试，但是在我至今很喜欢的一句话里，哈维尔这样说，我们坚持一件事情，并不是因为这样做了会有效果，而是坚信，这样做是对的。

亲爱的姑娘/ 002

请尊重一个姑娘的努力/ 008

你不是一个人在奋斗/ 014

你可以这样实现梦想/ 022

不是只有努力就够了/ 030

别让生活太冷清/ 039

改变，从一件用毅力打败体力的事开始/ 045

努力的意义是为了认清自己/ 055

20岁之后，你与减肥不再是几顿饭的距离/ 061

### Chapter 2 爱的尽头是成长

姑娘，请补偿那些对不起自己的日子，重生是一个坚强又优美的动作，你会发现爱自己比爱别人更容易也更值得。

如何打败前男友/ 068

单身是最好的增值时期/ 074

亲爱的，没有什么比努力赚钱更让你理直气壮/ 081

一对贫贱的夫妻，能够过上的最好的生活是怎样的/ 086

和一个视野开阔的人谈恋爱很重要/ 093

世上没有灰姑娘/ 101

不是所有善良的人，在爱情里都是好人/ 108

男人，别用花心辜负爱人的信念/ 114

爱的千万种方式/ 122

我用味蕾爱着你/ 129

### Chapter 3 义无反顾的生命之旅

二十岁之后，开始学会敬畏生命，感悟它的顽强，也更加领悟其脆弱的那一面。如果上天决定不给我明天，那我只能把今天过得好一点。

出国是一条怎样的路/ 138

我在西方文化里的自我成长/ 147

别对这个世界有偏见/ 156

寂寞的良心/ 162

假使明天我死去/ 169

我是个好人，为什么却不幸/ 177

成功是慢慢来的/ 184

### Chapter 4 那些走的远的人，从没有忘记过故乡

漂泊的日子，让我对世界的信任所剩不多，我开始对真理有了假设，也学会质疑爱情，不再相信没来由的善良。可我始终相信两件事情，一件事：离开家，是为了更好地回家；另一件事：不管我在世界的哪个角落，远方一定有人会为我亮起屋檐下的那盏灯，那对依偎在一起的老夫妻，一心一意望着远方，安慰着彼此，别急，再等等，孩子就要回家了。

妈，别担心/ 194

有一种爱，叫做“妈不想让你成为我这样的人”/ 201

离开家的这几年/ 210

吃肉的日子/ 218

后记 别被生活耗尽了梦想/ 226

# 《请尊重一个姑娘的努力》

## 《请尊重一个姑娘的努力》

### 精彩短评

- 1、我们总是在抱怨，命运的不公，却不知道别人光鲜背后的艰辛。谢谢老杨从自身角度出发，告诉我们每个人潜力无穷，不去试试怎么知道做不了。
  - 2、激励姑娘独立自强固然不错，但作为鸡汤文似乎用力过猛。每个人选择的生活方式大抵是不同的...文中作者打好几份工凑齐国外读书的学费让我这种依旧靠父母支持学费的人更加焦虑了。
  - 3、孤独的状态，有人能让它开花，也有人能让它腐烂。作者的经历让孤独过的确有声色，虽是鸡汤文，但确也让我想起自己在国外孤单奋斗且流泪的日子。
  - 4、独立不只是经济上，还有精神上，生活上，越努力越幸运！
  - 5、读完这本书，感悟到了很多。此刻，希望自己也能如杨熹文一样，不断坚持，努力，学习，成长。
  - 6、这本书不一定会让你变好，顶多不会变差。不靠谱的励志，一碗乌鸡汤。两颗星给在作者的文笔。作者设置了大量戏剧性冲突，欲扬先抑来达到激励的效果。但是，亮点非常少。看完后很反胃。这是一本矫情的书，自怨自怜。前四分之一内容才是高潮。后面铺天盖地，廉价又单薄的激励。内心膨胀的作者伪装成圣人，浮躁地拿起笔.....真的是太糟糕了。我那强推此书的小伙伴看到我的评论，会怎么想？
  - 7、无病呻吟
  - 8、据说这是本标准的鸡汤文学，就是想了解下什么是鸡汤，我对鸡汤的概念一直很模糊。本书有很多负面评价，大约是此类鸡汤看太多，本书又没能凌驾于同类之上或价值观不一致。可当你想要的别人不可能无偿提供给你，又不想出卖尊严与自由，不努力又能怎么样呢？总比满腹抱怨、却又浑浑噩噩混日子的好太多吧！
  - 9、虽然鸡汤，但是是真的很贴近自己的鸡汤。好吸收。不矫情。
  - 10、忘记从什么时候开始，一直关注老杨。这个漂泊在新西兰的东北姑娘，有着我羡慕的倔强和坚持。她关于青春成长以及异国生活的这些文字，总能引起某些共鸣，让我反观自身，思考如何更好地进行自己的人生。成长本应无所畏惧，因为"we only live once"。
  - 11、相比之下，我觉得她之后写的那一本《人生没有白走的路，每一步都算数》比较好看。这本书实在是没有什么内容，来来回回讲的也没有什么差别，看了一点儿就放弃了确实没什么用。
  - 12、也许我再年轻一点，会很受激励很喜欢，然而我已经过了一味喝鸡汤的年纪，知道这世上各有各的活法，每一种都不容易。也知道什么才是真正对自己有用的，光是鸡汤和热血，并不能让自己过得更好。翻来覆去讲着那一点苦难与拼命，大约也是有些穷尽经历在励志。十八岁的少年少女，也许读着甚好。
- 至此朋友送的三本励志书算是看完了，喝了鸡汤也该安心啃啃干货了。
- 13、挺励志的也简单易读我也能写出来这样的文字
  - 14、这是公司签约作者出的书，也是公司协助出的书，当初发到手一人一本的时候以为又是那种矫情的鸡汤文！结果偶然间在豆瓣上搜了搜发现还挺不错，翻了翻竟然还有点停不下来，挺轻松的故事，这碗鸡汤营养不错
  - 15、在国外独自打工生活，各种人生经历:男友的无理由抛弃，打三份工赚生活学费，学外语，对妈妈小时候的回忆现在的感恩，减肥。。。还有挺多，在读这本书就是越来越想看不会烦恼，给自己欣慰疗伤。
- 作者杨熹文
- 16、真切的记录，也坦然面对自己窘迫的时刻。但不太喜欢作者用周围人的普通衬托自己的坚持、向上。另外因为我又跟作者几乎同龄，她很年轻，文字里还是或多或少有引经据典的痕迹在，时不时有读高中生作文的幻觉。
  - 17、跟其他鸡汤不同的是，她真的有行动
  - 18、生活是由无数个选择叠加。时间有无数种可能性。读这本书，会有很多共鸣的地方。比如请尊重一个姑娘的努力，每个心怀梦想的人心里的痛苦都一样，这个世界的角落有无数个跟我一样奋斗的人，我并不孤独，为了心中的理想，应该竭尽所能。关于爱情中，一个人爱一个人时最怕失去自我，学会在感情中成长也没有必要苛责什么。关于生命和生活，怀着敬畏之心，感觉生命的脆弱和坚强，关于远行和母亲，我跟母亲也是一样，少年时不理解家长的严苛，长大后才发现身后最坚强的后盾也只

## 《请尊重一个姑娘的努力》

有父母。我们所经历的事情都是对自我的成就，很难说成功的定义是什么，只是单纯想要生活丰盛，生命有内涵，这样的纯粹和简单，就会觉得未来充满期待吧

19、不喜欢前面的因为别人的刺激而激励自己成长那段，强调大部分人也是因为受到伤害而改变，这是一种XX的激励法，不适合引导年轻人，后面三章内容还算客观

20、不错

21、把自虐的过程熬成鸡汤给你看

22、今夜读完最后一章，想哭，我在上海，还有一个月过年，想家

23、真实，励志，也鸡汤。。。

24、一篇关于作者亲历的经历，提醒年青人只有努力过才会有选择的权利，结果不重要，重要的是经历！

25、虽励志，但并不是那种无营养的鸡汤文，毕竟这是一个姑娘彻身的经历，有生活的感触，也能引起共鸣，这个姑娘很可怜，却也很勇敢。

26、这本书中的很多文章伴我度过了北京最为孤独的时光

27、有时候需要一些鸡汤吧。

28、支持

29、选择了，为选择的竭尽全力。真的很佩服你没有放弃。

30、努力努力再努力，如果年轻的时候都不努力，以后只有后悔了吧。想要别人尊重你，先要自己活得漂亮！无聊时可以翻一翻的书

31、请尊重一个姑娘的努力，每一个努力的姑娘都应该读读的励志书。没有鸡汤，但会有找到同行者的温暖。

32、一个在国外生活的姑娘，用自身的经历，一步步讲述。可以让我在心烦意乱的时候拿来一阅。

看着她在国外的经历，对父母报喜不报忧，忽然想起自己有一次在星巴克听邻座一个姑娘说她在美国的潇洒生活，她在和别人绘声绘色的形容那个遍地是黄金的国度，美国的高素质公民。。。可能只是她说她过的比较幸福

33、刚开始看的时候感觉还不错，也有几篇还不错的文章。只是越往后感觉越不舒服。一味推崇作者在国外从底层打拼的生活，顺带对那些向生活屈服的人加以莫名其妙的批判。生活方式从来都没有错，错的只是把生活过成千篇一律的样子，还私以为所有人的生活都该是这样。

34、姑娘为何要努力，更多的是为了自己，在努力的过程中更加清醒的认识自己、认识世界、认识人生，并且在这个过程中发现一个不一样的自己，活出一个全新的人生。

35、看完这本书，仿佛看到了一个高配的自己，坚强勇敢，但又接地气。我想，未来每当我遇到困难时，我便会想到这个姑娘的韧劲，不服输与行动力，会有种与我同行的感觉。

36、2017年第2本。很棒，很喜欢作者。

37、独立、乐观、自信、充实、视野、思维

38、二十岁的时候一定要看看这本书，虽然我不会像作者那样在离家很远的地方生活，我是非常非常恋家的人。但是努力，在哪里都是一样的。我想，只有真正把这本书运用到自己的生活里，才算是读懂了它吧。

39、难以下咽的鸡汤文

40、写的有好的地方，也有很不好的地方，读起来五味杂陈，有激励也有反省。但因为经历过真贫穷、做过不少底层社会的工作和亲历咸鱼翻身的时刻，所有不少内容都能感同身受。

41、现状讲的比较多，针对性的讲的比较少

42、2017.1.1 新年的第一天，独自在活力城三楼的书店坐了约四个小时，看完了一本书。“不再定期去书店买杂志和小说”让我感到一阵惊慌。

43、里边的很多经历和我达到了完全重合。

44、鸡汤文一直鼓励着我。

45、一看作者就是那种受过很多伤，内心尖锐的孩子.....真实的自己，恰恰相反，并没有她笔下写的那么强大

46、这本书让我看到了一个特别努力的姑娘。有时候我也会想为什么别人轻轻松松，我要这么努力，到底为了个什么呢？生活过得越来越充实后，我明白：为了不让以后的自己后悔啊！虽然我现在的的生活算是比较安逸的，但是为什么不能去创造一些新的可能呢？“你唯一可以创造未来的方式，就是脚

## 《请尊重一个姑娘的努力》

踏实地的向前走。时间包含一种改变的力量。”然后努力的同时也别忘了自己的父母、爱人，还要做一个好人，人为善，福虽未至，祸已远离，最后的胜者是善良的人。

47、老杨有一股韧劲，从一个企业白领到基础工作的谋生者，谁也不知道她经历了什么，坚持的女孩运气都不会太差。加油！共勉

48、在这很多事情不被允许的时代，人们都要求女人应该怎样活。但一切都由自己定义，请尊重一个姑娘的努力。

49、一般啦

50、如果这是一本自传或小说，我给一星，前后矛盾逻辑混乱；介于这是一本鸡汤励志文，就给你两星吧//读了万卷书行了万里路，没想到作者仍只推崇一种人生观价值观贬低持另外观点的人//看了那么多只想翻白眼，看到最后一章想家还是哭了



# 《请尊重一个姑娘的努力》

精彩书评

# 《请尊重一个姑娘的努力》

## 章节试读

### 1、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第1页

\*哈维尔这样说，我们坚持一件事情，并不是因为这样做了会有效果，而是坚信，这样做是对的。

\*人的一生为什么要努力？因为最痛苦的事，不是失败，是我本可以。

### 2、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第79页

### 3、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第174页

人需要为生命寻找一个情绪的出口，用健康的身体和快乐的心态置换一份长久的努力

### 4、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第5页

很多人不理解，女孩子那么努力，不还是最后要回一座平凡的城，打一份平凡的工作，嫁作人妇，洗衣做饭，相夫教子，何苦折腾？我想，我们的坚持是为了，就算最终跌入烦琐，洗尽铅华，同样的工作，却又不一样的心境，同样的家庭，却有不一样的情调，同样的后代，却有不一样的素养。

### 5、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第85页

### 6、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第37页

考研开始报名了，头脑一热跟老公说想去考一下，他叫我考之前要先问问自己，“到底为什么去考？”

“努力从不是为了证明自己努力，而是为了拥有更好的生活，能够保持持续向上的目标，生活才是一部进化史”我想，这应该就是最好的诠释了吧？忽然觉得生活真该有个努力的方向，不然都越活越回去了，真不想若干年后发现自己硬生生写了本“退化史”，想想真可怕！！

### 7、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第85页

张嘉佳讲过一个故事，他在电视栏目工作的时候，问一个女编导，“男人有一千万，给你一百万，或者男人有十万，给你十万，哪个更重要？”女编导不假思索地说，“一百万”，认真想了一夜后又说“十万”。

“无论一百万还是十万，都不如自己挣的那一万。有了那一万，就不用再想那一夜。”张嘉佳最后这样说。

我亲爱的好姑娘，男人可以是别人的，但钱包一定要是自己的，请你千万记得这句话。

## 《请尊重一个姑娘的努力》

### 8、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第14页

你不能决定太阳几点升起，但可以决定自己几点起床。你不能控制生命的长度，但可以增加生命的宽度。不必羡慕别人的成功，那些风光，不过因为他们在你看不见的时候，流下了你想象不到的汗水。

### 9、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-全书

努力从不是为了证明自己努力，而是为了拥有更好的生活，能够保持持续向上的目标，生活会是一部进化史。

大多数情况下，这种差别的存在，不是因为前者天资过人，也不是后者不够勤奋，他们付出等量的辛苦，只是后者输给了方向感。

人生这件事，不是只有努力就够了。

和一个视野开阔的人谈恋爱很重要  
好的爱情才可能成就一个人，坏的爱情，令人从敏锐变得愚钝，从勇敢变得唯唯诺诺，从积极变得堕落，甚至毁掉一个人成为更好存在的潜质。

人生是漫长的修炼，伴侣是最重要的同伴和导师。和一个视野开阔的人在一起，生命中会有很多精彩的发现，而如果此时的没能拥有这样的爱情，也别急着甩掉身边的那个人，每一段爱情都值得尊重，至少你还有选择成为一个视野开阔的人的机会。  
人生太短暂，相爱须谨慎。

在这个世界上，有多少种人就有多少种爱，它或身披黄金或赤身裸体，或镶满钻石或包装简陋，或闯得进豪宅或钻得进茅屋，没有人能够预料它以哪一种方式出现。你会发现，纵使爱有千万种方式，却只需要一份理解，而愿你，可以成为心领神会的那个人。

思维比形式更重要，文化比表达更有用。

人应该把快乐建立在可持续的长久人生目标上，而不应该只是去看短暂的名利权情。

人为善，福虽未至，祸已远离。

世界上只有两种动物能够登上金字塔的顶峰。一种是雄鹰，一种是蜗牛。同样，世界上也只有两种人能拥有成功，一种是天赋异秉的聪明人，另一种是资质平凡却持续努力的普通人。我想，大概所有美好的东西，孕育过程十分缓慢。我相信，作为生命中最璀璨的那一刻，成功也是慢慢慢慢来的，它带着岁月沉淀的风雅脚步，轻轻叩响你的人生之门，只是你用心接街，它就只来不走了。

正处于人生中一段非常阴暗的时期，正处于人生中一段非常阴暗的时期，我一个人上学，打工，夜里写字，在梦想的路上踽踽独行。

她是个明快的女人，却经历过我未曾想过的苦难。

如果你真的想做一件事，全世界都会帮助你。--搭车去柏林

## 《请尊重一个姑娘的努力》

我一直坚信自己有更好的价值，读书十载，不是为了上自己去做一份不需要太多智商与情商的工作，走上成为一名聒噪女的路，因此“这种需要随时可以被取代”的感觉，也常常令我感到十分受伤与不甘。

可是努力，是为了这样吗？努力，不是应该为了有更好的生活？努力，不是该有方向才是么？

后来我的生活里，遇到了很多和姑娘一样的年轻人，大多数人都觉得自己早出晚归，已经努力到极限，并且觉得“洗一辈子碗，没什么丢人的”，也可以养活自己。

美好的人生，从来都不会降临在稀薄的生命里。

我想要一种未来，和美好有关，而美好的人生，从来都不会降临在稀薄的生命里，我能够做的，只是别让生活太冷清。

生活中，我很少让自己闲下来，恨不得把每个时间缝隙都填满。很多人不理解我的执着的这种“高密度生活主义”。

这世上除了自己，再没有什么可以打败你。

努力的意义是认清自己。

还有那么多的辛苦，让你一点点认清自己的极限、自己的能力，自己能克服多少困难，创造多少机会，能成为什么样的人，能过上多少美好的日子，而不只接受生活给予你最初的可能，不做任何挣扎与反抗。

相夫教子，何苦折腾？我想，我们的坚持是为了，就算最终跌入烦琐，洗尽铅华，同样的工作，却有不一样的心境，同样的家庭，却有不一样的情调，同样的后代，却有不一样的素养。

我想这样奋斗的十八年，不只是一杯咖啡的收获，还有那么多的辛苦，让你一点点认清自己的极限、自己的能力，自己能克服多少困难，创造多少机会，能成为什么样的人，能过上多少美好的日子，而不只是接受生活给予你的最初的可能，不做任何挣扎与反抗。

而当我可以把一件件心中所想的東西搬进来的时候，我就知道我的价值可能让我拥有一张床，一个书架，一盏台灯，一部车子...拥有足够的价值去实现这样的愿望。

你要去找到自己的价值。

不必羡慕别人的成功，那些风光，流下了你想象不到的汗水。

一个人的思想、情感都带有一定的振动频率，所以会吸引和他振动频率最相近的人、事、物。

海明威阅读海，发现生命是一条要花一辈子才会上钩的鱼。梵高阅读麦田，发现艺术躺在太阳的背后乘凉。弗洛伊德阅读梦，发现一条直达潜意识的秘密通道。罗丹阅读人体，发现哥伦布没有发现的美

## 《请尊重一个姑娘的努力》

丽海岸线。加缪阅读卡夫卡，发现真理已经被讲完一半。在书与非书之间，我们欢迎各种可能的阅读者。--台湾方案教母李欣频

人啥时候最有劲？一个说胖点儿的时候最有劲，一个说30岁的时候最有劲，一个说吃饱的时候最有劲，老人摇摇头：‘人穷的时候最有劲’。

几天前在风上看到有人形容出国这件事，就如同出柜，不出憋屈，出了后悔。文雅一点地说，出国似出一堵围墙，墙内的人羡慕墙外人的自由，却看不到墙外人的辛苦，面墙外人“得到了天空，却失去了大地”，一颗心游荡在中西方文化的临界点，从此故乡是模糊的，眼泪却是真切的。

这种文化的尴尬，若干年当我站在异国街头，看见移民多年的华人，在西方世界里划下一方土地，筑起挂着中国牌匾的超市，餐馆、肉铺、换汇公司，终于可以亲身地体会到：这仿若是一道封闭的城墙，也是一道密不透风的文化屏障。

我的不懂民谣，不懂流行，也不懂情绪亢奋的摇滚乐。

生存能力不是立足社会最有力的竞争力，却是一切的基本，只有懂得生存，才能生存得更好。

一个内心坚定的人，无论在哪里，都会为自己在稀薄的生活里找到一个深刻的目标，知晓攀想的路上不会遇见很多同路人，甘愿踽踽独行。

心若没有栖息的地方，到哪里都是流浪。

但我想，对于那些内心坚定的人来说，出国虽然是一要让人吃尽苦头的路，走一寸有近一寸的欢喜。

那个在国外街头闹了洋相的中国娃娃和今英文流利的主持人之间，隔着多少挫折与努力。

我不懂民谣，不懂流行，也不懂情绪亢奋的摇滚乐；

“如果两个会说英文的中国人，一个英文说得很漂亮，但是没有内容，另一个英文说得很有内容，但是毫无章法，你会觉得哪个人比较棒？”帕斯高不假思索地讲：“当然是第一个人的英文比较棒”，顿了一下又说：“但人人都会想和第二个做朋友。”

“孩子，我要求你读书用功，不是因为我要你跟别人比成绩，而是因为，我希望你将来会拥有选择的权利，选择有意义、有时间的工作，而不是被迫谋生。当你的工作在你心中有意义，你就有成就感。当你的工作给你时间，不剥夺你的生活，你就有尊严。成就感和尊严，给你快乐。”

始终相信：离开家，是为了更好地回家。

高强度的工作量让我没有时间保证饮食规律，也失掉兴致去讲求营养搭配。

靠着一些英文，一分运气，一点勤恳，还有爸妈渗透在我骨子里的坚强，如今的我已经做到了经理职位，慢慢有了固定的朋友圈。也开始体会到被人需要，经济状况有了很大改观，容许我慢下节奏精心生活。

## 《请尊重一个姑娘的努力》

别被生活耗尽了梦想

从不愿在一个地方久留，总是把生活折腾成热烈的模样，走想走的路，爱想爱的人，把每一件事都做到刻骨铭心，无怨无悔。

可是生活回馈给我一个不错的利息，并且慷慨地告诉我，梦想只要坚持得足够久，就总有实现的那一天。

10、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第143页

所有人都向往自由，可并不是所有人都能承受自由。很多寂寞就像一场灾难，阻隔住亲人望眼欲穿的期盼，拦截那一端的热闹和繁华，把迷惘的男孩子送上赌桌，把年轻的女孩子诱惑进堕落的生活里。孤独把很多人击溃，却把另一些人救赎。一个内心坚定的人，无论在哪里，都会为自己在稀薄的生活里找到一个深刻的目标，知晓梦想的路上不会遇见很多同路人，甘愿踽踽独行。本书文字参差，但这一段比较好，值得做一个小笔记。

所有人都向往自由，可并不是所有人都能承受自由。这里的自由，也可以换成金钱、权力、知名度等等。

所有人向往的东西，可能并不适合大部分人。这些人如果得到了向往的东西，不是提升了自己，而是毁了自己。这么说，得不到，也挺好

11、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第78页

12、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第171页

13、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第144页

我在午休时读书被其他的服务生取笑，在街头看到有人竖起中指吼着“中国人滚出去”，在下班晚归的路上忍无可忍流着泪冲着调戏我的男人怒吼“别以为我是那种愿意为一张绿卡嫁给你的人”。遇到这样的情况，怎样回应？并不是太在意，或者我没有身临其境，或者因为我不是女孩子。

即使不太愤怒，我是想，怎样回应可以更有力一些。或者，没有回应就很有力。

14、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第76页

15、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第1页

一天刷完一本，这种十全大补鸡汤对我来说实在实在太补了，看得我一度起了鸡皮...虽然觉得作者略自恋略矫情略清高，但是实在欣赏老杨这种能狠下心把自己往死里虐的狠劲儿。我不赞同在风华正

## 《请尊重一个姑娘的努力》

茂之际为了出人头地复仇泄愤般的努力，吃泡面罐头泡菜甚至吃下制冷功能坏掉的冰箱里馊掉的隔夜饭来糟蹋自己的身体，为了不花钱推掉社交活动这种苦逼的生活方式。但不能不赞同努力是一生应该信奉的信条。一个女孩子，二十几岁可以穷得理直气壮，凭着自己不甘平庸不肯低头的骄傲劲儿一点一点努力升值，成为更好的人，不管怎样都是值得敬佩的。鸡汤虽毒，偶尔也需要进补，尤其在自己觉得稍有松懈的时候干一碗，仿佛正能量醍醐灌顶。 #看完一本书才十点，周五简直太赞了#

### 16、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第231页

一个人下决心实现梦想，总是有办法的，可是大多数人终其一生都未品尝过愿望成真多滋味。人们假装没有钱，没有时间，没有愿望，没有不顾一切的决心，直到真的一无所有。

### 17、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第80页

我的另一个朋友，是出了名的有性格。每一次分手，都要有一年的闭门期，她把这称为一种修行。这段空档期，用来清空旧的情绪垃圾，用足够的时间完善自我，不会把重心再放在爱情上。她会挑一件新鲜的东西去学，插花，日语，舞蹈，高温瑜珈，又或者来一次静心的旅行，不管是哪一样都全身心投入，用新的知识和眼界升华自我。等到闭门期一过，她再欣然接受男人的邀请，而这下一段的恋情，大多质量要比上一次的好。她和我说过一句话，听起来特别理智深刻“爱情是一件等值交换的事，你不会蠢到在现实中用高价去买一瓶假的香奈儿五号，同样地，没有好男人甘愿无条件地去爱一个廉价的女人。”就像李欣频说过，“一定有好男人，只是你的视力还没到看得见的位置。假设好男人在5楼，自己在1楼，可能只看得到地下室的男人，到山顶你就会看到其他山头，而一直停在山脚下只会看到路边摊跟垃圾堆。”

### 18、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第72页

### 19、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第1页

不知从什么时候开始，对于一个姑娘，在她所有美好的品质中，好像努力，作为通向成功一个非常重要的途径，就这样渐渐地消失了。微信上刷屏的文章都在说，女孩刚刚好就好，用不着乘着风一样去奋斗，嫁个好点的男人就是人生的最优模式；街坊四邻议论的话题，也从单纯的“你吃了吗”，变成“我家女婿月薪上万……”；当我为着一个个微小的目标奋斗得不亦乐乎时，总有人会在身边好心提醒我婚姻的实惠。没有人去尊重一个姑娘小人物式的努力，大家更推崇的，是一夜凤凰的姿态。

别说姑娘们不需要努力，也别对着她挣扎的姿态泼冷水。当她穿着线条粗糙的旧衣裳，开着雨刷生锈的小破车，有人觉得她品位太糟糕，我却觉得她流汗的样子很性感。她一头扎进对未来的憧憬里，想拼尽全力试试自己能够成为谁。此刻，你能做的，就是尊重她的努力。

我爱钱，爱那种来路清白干干净净的钞票，带有一点踏实的辛苦味道，可以让我和男人约会时，一把抢过账单潇洒地说‘我来付’；可以让我在伤心难过的时候，去最贵的餐馆大吃一顿，不必对着菜单上的价格斤斤计较；也可以让我在失恋后，依旧住得起两室一厅的房子。

努力的意义，并不仅仅是为了金钱和名誉，最重要的是，它让你认清自己，让你看见原来自己还有这样的一面——可以跨越重重的荆棘，可以爆发出巨大的潜能，可以没有听从命运的安排，也成了这么好的人。

努力会让你看见原来自己还有这样的一面：可以跨越重重的荆棘，可以爆发出巨大的潜能，可以没有听从命运的安排，也成了这么好的人。

## 《请尊重一个姑娘的努力》

这世界上没有什么一步登天的幸福，你唯一可以创造未来的方式，就是脚踏实地向前走。

从前的我，坚信男人是一扇窗，可以带我领略外面无尽的风光。她们对世界有种无边的探索欲，天生懂车懂历史懂股票，脑瓜一转就知道那里有青山绿水的美景，哪里有精致可口的西餐，哪里的影院有最好的音效，哪里的酒吧有知名的乐队常驻。所以，当这扇窗被关上，我的世界仿若失去一柱光，却忘记我也有生命自备的锄头，只要拾起来亲自动手，也可以凿掉隔开自己与世界的这层屏障，在单调枯燥的生活里竖一扇宽敞明亮的落地窗。生活的层次深浅，最终是要依靠自己去决定。

### 20、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第107页

一个姑娘若能够依靠自己的一双手努力改变糟糕的命运，这不也是成人童话里的一个幸福美好的篇章吗？

### 21、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第20页

对于很多问题，我都无法给出一个确定的解答。我只知道，我想要一种未来，和美好有关，而美好的人生，从来都不会降临在稀薄的生命里，我能够做的，只是别让生活太冷清。

我喜欢热闹的生活，在灵魂里沸腾起来的声音，仿佛一种欣欣向荣的预言，听起来特别踏实温暖。

### 22、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第76页

### 23、《请尊重一个姑娘的努力》的笔记-第223页

你这一出去，不知道啥时候才能回来。要是觉得外面好，就好好享受，别惦记爸妈；要是在外面受委屈了，就赶快回来。爸妈不指望你有多大出息，你要是觉得在家好，给你做一辈子饭都行啊。



# 《请尊重一个姑娘的努力》

## 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)