

很快就是一年一度的妇女节了。不知从什么时候起，妇女节被叫作了女神节、女王节。它成了一个购物促销的节日。3月还没到，线上线下已经满是各种促销活动。“妇女”似乎成了一个不好听的词。商家用“女神”、“女生”、“女王”这些词来讨好女性，其实，瞄上的是女性的钱包。

还有谁记得妇女节是为何设立的吗？妇女节的全称是“联合国妇女权益和国际和平日”，在中国又称“国际劳动妇女节”、“三八节”和“三八妇女节”。每年的3月8日，是为庆祝妇女在经济、政治和社会等领域做出的重要贡献和取得的巨大成就而设立的节日。

是的，妇女节从来都不是一个购物节。这是一个为所有女性争取呼吁职业机会、平等、自由、尊重的节日。这个节日的出现，是女性争取平等权益路上的一个里程碑。

不过，既然说到了消费，我们很高兴地看到，近些年女性消费已从过去围绕家庭支出、典型的“为他消费”，转变成了“悦己消费”。

这不仅表现为女性在服饰、美妆、医美上的支出增加，更体现在女性越来越愿意把钱花在学习、进修、旅游等自我提升的方面，这也是女性消费理念渐趋成熟的表现。

去年，有移动互联网相关公司对女性用户进行调研后发现，不管是24岁以下的女性，还是36岁以上的女性，兴趣偏好TOP10的项目中都有学习这一项。2019年，《中国经济生活大调查》发布的“女性消费数据”也显示，近年来，中国女性对教育培训、旅游、美容保健的关注度一直保持在高点。其中，教育培训和旅游方面的消费意愿显著高于男性。

今天，我们和6位学习了各种技能爱好来提升自己的女性聊了聊。她们各有所长，但相同的是，提升自己并不是为了满足别人的期待，而是为了做喜欢的自己。就像我们的受访者 Sayuri 所说的：“女性是该多爱自己一些，尤其是精神方面的投资。成为更好的自己并不是为了取悦别人，而是自己内心的强大会带来物质无法给予的满足。内心强大的女性，做什么事都比较有自信。”

不一定要做女神，祝每一位妇女，节日快乐。

不做女神，做最喜欢的自己

文 / 瑰夏 拿铁

学习成人芭蕾，既要仰望星空，也要脚踏实地。

Sayuri / 36岁，出版社编辑
技能爱好：成人芭蕾
花费：1000元左右/月



2020年圣诞节，作为上海大剧院版芭蕾舞剧《胡桃夹子》公演十周年的彩蛋，演出尾声时，一支特别的芭蕾舞团登台献演了3分钟的《雪花圆舞曲》。



雪花圆舞曲表演照

这支舞团由30名非专业的素人组成。她们当中年龄最小的只有8岁，最长的63岁，体型高矮胖瘦各异。

大幕拉开，伴随着《胡桃夹子》的旋律，身着纱裙的舞者们手牵手，从两侧缓缓向大剧院的舞台中央聚拢，组成六棱雪花的形状，然后时而轻舞，时而旋转，收获了台下热情的掌声。

当时，34岁的 Sayuri 就在舞台上。

和台上其他大都零基础的素人舞者一样，Sayuri 不是舞技出众的专业舞者。然而，出于纯粹的爱，Sayuri 坚持学习芭蕾已有十多年。

“一开始只是为了锻炼。” Sayuri 回忆说，“而且我一直很喜欢看芭蕾舞剧，比

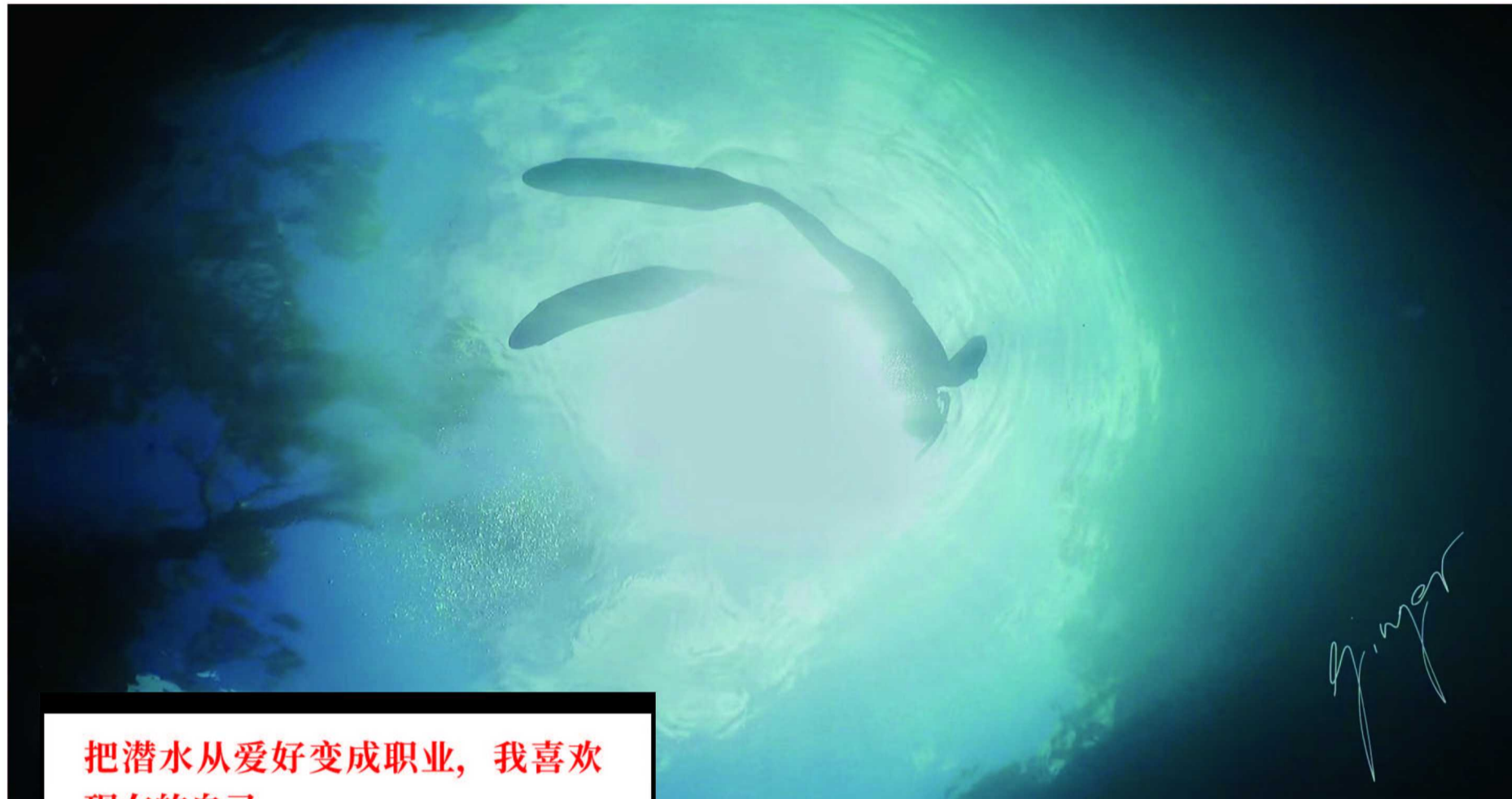
如《吉赛尔》、《奥涅金》、《唐吉珂德》、《巴黎的火焰》等等。”然而真的学习起来，和德加画笔下梦幻的芭蕾舞教室不同，日常的成人芭蕾课并没有那么 fancy，入门课其实相当枯燥。足尖鞋和纱裙，不存在的！

Sayuri 的启蒙老师是一个严厉的老太太：“上来先练个半年擦地压腿压胯，旁人看起来是非常无聊的。”不过半年过去后，Sayuri 发现自己的体态发生了变化。“人也是没瘦，但是线条变紧实了，看起来就好看不少。而且走路或者站立看着就很挺拔。”

成年之后开始从零基础练习芭蕾，意味着可能永远也达不到专业舞者的水平。但 Sayuri 还是觉得练舞很开心，一直坚持到现在。“我自己定位很清晰，”她说，“我们同学里也有条件天生就很好的，不用压软度，或者天生外开就很好，五位脚不用摆，随便一站就很标准。如果一心跟人家比，自己心态很容易垮掉。我只要做到最好的自己就行啦。”

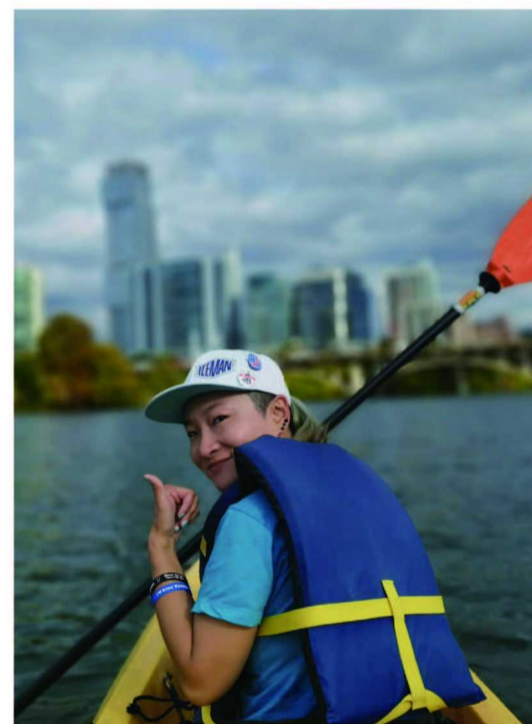
“也许自己的100分，在老师眼里只有80分甚至60分，但对于业余成人来说，做到自己的100分就很好了。” Sayuri 练舞十多年，还有一个收获是，看演出的时候会知道谁跳得好谁跳得不好，而不会人云亦云。更让她开心的是，在演出幕间休息或者在剧院附近吃饭的时候，她不止一次被路人问：你是舞蹈演员 / 舞蹈老师吗？

要仰望星空，也要脚踏实地。“这也算是一种付出的回报吧。” Sayuri 说。



把潜水从爱好变成职业，我喜欢现在的自己。

喜宝 / 39岁，潜水教练
技能爱好：潜水
花费：考证费用按级别 2000-4000元不等



喜宝给潜水学员上课

“入水的那一瞬间，你的头顶被水没过之后，你会很明显地听到声音的改变，就好像一下子进入了另外一个世界。一切都很安静，但那种安静不是鸦雀无声。在水里你会听到水的声音，会听到水中动物各种奇怪的声音，而最响亮的，是你自己呼吸的声音。那种被放大的呼吸声，会让我安定下来，有一种飘在云里的感觉。”

喜宝这样形容潜水的感受。

时光倒推到2010年。当时，她从事的工作是广告公关，日常工作中经常会与一些大客户对接。有一天，一个客户聊起了潜水。“我从小就喜欢水。一听是和水有关的，一下子就触动到了我的DNA。”喜宝回忆说。

她第一次尝试户外水肺潜水，是在菲律宾的PG岛。她的第一潜就很稳，她说“有种回归的感觉”。当地人和她开玩笑：你就留下吧，一路学到教练，待在这个海岛上当吧。从此，喜宝每年都会安排一次带潜水行程的旅行。

2015年，喜宝的生活中发生了一场意外——她从高处跌落，全身肌肉撕裂，从颈椎到腰椎整条脊柱线都受到了伤害。然而，对潜水的热爱一直萦绕在生活中。2019年，因为看了日剧《火花》，喜宝特意跑去了热海。在那里，她偶然地看到了一家潜店，抱着碰运气的想法走进去询问近日是否有出海安排。有，就是那么巧。

就这样，在时隔数年之后，喜宝重新尝试了水肺潜水。现在回忆起那次潜水，她说：**“在钻入水中的那一刻，觉得那个开关一下子被打开了，从那以后就不是很安分了。”**

那年年底，喜宝做了个让身边的同事朋友不可思议的决定：放弃从事十余年的高薪

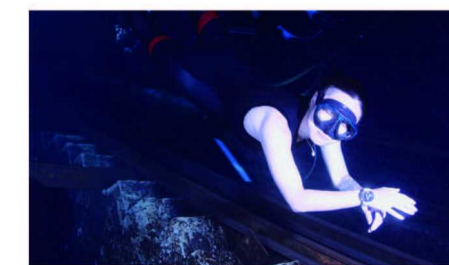
工作，投身潜水行业。这意味着薪水断崖式地下降。“这么说吧，我现在的工资只有以前的一个零头。”她说。但在她看来，这是一个酝酿已久的决定。

“到了个阶段，虽然并不算富有，但我觉得在经济上不至于为了生计一定要去忍耐那些东西了。只要物质上的欲望少一点，可以更加任性地去做自己想做的事情了。”她准备好了迎接生活翻天覆地的改变。

“我的办公桌前就是潜水池。看着那一缸水，我就觉得心定了。” 这两年里，她的工作和生活没有停摆，不但升级为水肺潜水教练、自由潜教练和美人鱼潜水教练，还陆续学习了洞窟、冰潜、中道等比较冷门的专长潜水。现在，喜宝有25张各种类型的潜水证，这个月即将成为美人鱼教练训练官，并准备往技术潜水的方向再发展。

对于把爱好变成工作这个抉择，她始终有着清醒的认识和充足的心理准备。“我并不倡导很不负责地突然抛下工作，说走就走去寻找诗和远方。”

喜宝很喜欢现在的自己。她说：**“我很感谢我自己一路走到现在，终于可以做我想做的事情，为自己活着。”**



喜宝在南宁白龙洞潜水