

中国女性“做自己”——刚柔并济

□ 长江日报记者马梦娅

近日，中央编译出版社联合西南政法大学举办《新时代中国妇女故事》(中文版、英文版)全球首发式。该书入选全球妇女峰会指定外宣图书。

书中讲述了30个真实的中国普通女性故事：她们涵盖医者、创业先锋、艺术家、法律工作者、新农人、公益人等多个领域，她们打破束缚、追求热爱，在各自的赛道上实现自我价值。

国际刑法学协会向牙利分会主席克里斯蒂娜·考绍伊评价该书：“在人权框架下，呈现了中国女性的生命故事。这部著作再次印证了人权必须通过生活经验的棱镜来理解——它不仅仅是抽象的法律概念，更是个人与社会的现实。”

人权并非抽象的概念，它体现在女性找工作、养家、实现梦想的日常生活中，核心是女性的选择与决断自主，以及被尊重的权利。让最平凡的人过好小日子，这体现了“人民的幸福生活是最大的权利”理念。

长江日报《读+》周刊近日专访该书主编、西南政法大学人权研究院执行院长张永和教授。他说，书中为新时代中国女性描绘了精神画像：刚柔并济，“刚”源于主体意识、价值判断和公共行动能力，“柔”体现为共情、包容与韧性。这一特质的形成既呼应了教育、法治等社会制度的进步，更是女性自我觉醒的体现。



《新时代中国妇女故事》张永和 主编 中央编译出版社

她们努力的身影背后，有着许多支持的人

女性的故事，就是我们共同的故事。

人们常常聚焦于女性如何凭借自身努力冲破阻碍、实现梦想。这当然重要，但若只看个人奋斗的光芒，或许会忽略一个更真实的图景：每一个独立前行的身影背后，都有着许多支持她的人。

人权不只是写在纸上的权利条款，更是在具体生活中被落实、被体验的真实状态。女性的日常生活、社会生产与公共参与，恰好是观察这一过程最鲜活的窗口——她们的发展往往同时关联着教育、就业、健康、家庭、公共参与等多个权利领域，也更容易受到制度环境、文化观念与社会结构的综合影响。

在家庭这个最小的社会单元里，变化正在悄然发生。比如书中“数字木兰”阿英。马阿英是位“90后”，曾是甘肃东乡族自治县的普通家庭主妇，人们都叫她“阿英”。她的生活一度单调而重复：照顾公婆、三个孩子和家里的果园。因为没有独立的经济能力，她想回趟娘家，路费都要伸手问婆婆要。

2019年，村里建起扶贫民宿，阿英成为村里第一个出来工作的女性。2023年，她参加“数字木兰”民宿管家培训，掌握了专业的民宿服务技能，学会了使用数字工具。如今，阿英已成为当地的“明星管家”，不仅实现了经济独立，还能熟练地运营社交平台，推广家乡的农特产品。

当阿英通过工作改善家庭生活时，丈夫和婆婆的态度从疑虑转向积极支持。这份来自家庭的理解，成为她持续投入事业的重要力量。

像阿英这样，从厨房走向广阔天地，更多女性也打开了一扇扇门，从家庭走向社会，全力实现梦想。

比如追着沙尘跑的女科学家陈思宇。她和团队综合运用野外观测、数值模拟和人工智能手段，研发出新一代沙尘数值模式，解决了沙尘精细化预报不准的世界性难题。她的研究成果纠正了美国国家航空航天局长期以来的误判，为我国在国际环境气候谈判中争取了话语权。

再如国家节水灌溉工程技术研究中心(新疆)主任林萍。她和同事们用木麻黄这种抗风抗旱又耐盐碱的林木，在千里海岸线上筑起了一道防护林。曾经寸草不长的沙地，在他们的守护下变成了粮田和聚宝盆。

还有在汽车领域从事科技创新的魏敏，在“缺芯”危机中带领团队突围。作为上汽通用五菱技术中心控制与软件总监，她主导研发了用于转向安全关键控制器的首款国产芯片，彻底摆脱对进口芯片的依赖。

在胶东半岛的田野上晒得黝黑的陈中红，研发绿色有机食品，开发出的专利品牌，不仅进入国内各大商超，还进入了欧美市场。她扶贫助农，搭建平台为农户找需求，还为他们制作简单的软件售卖农产品，在公益事业中实现了理想。

……

这些女性的成就看似是个人的突破，实则建立在一整套制度保障之上：受教育权的平等保障、科技人才培养体系的完善、平等就业制度的落实、科研体制的支持。正是这些看不见的制度保障，让“偶然”的个体突破变成了必然的群体现象。

在基层工作的陈中红能实心实意为乡亲们办事，前提是村里有健全的妇联组织、有议事的渠道，否则她的设想很难落地。乌孜别克族女律师法蒂玛·马合木提创办律师事务所，用法律维护民族团结，她能走进人民大会堂参政议政，也并非偶然，而是得益于民族区域制度和基层选举体系为普通人敞开的通道。

广西壮族自治区融水苗族自治县白云乡致富带头人凤汪梅，6岁时，这个土生土长的大瑶山孩子幸运地成为瑶寨里第一批上学的女孩之一。“春蕾计划”为当地孩子们减免了上学费用，在生活方面也提供了相应补助。走入社会后，凤汪梅利用网络自主研究食用菌种植技术，带动农村妇女种植灵芝210亩，让大家的钱包都鼓起来。如今，凤汪梅谈起工作与生活，仍对“春蕾计划”充满感激之情。

这些支持的背后，是更宏大的国家法律制度框架。宪法确立的男女平等原则，通过《中华人民共和国妇女权益保障法》《中华人民共和国劳动法》《中华人民共和国反家庭暴力法》等一系列制度安排，转化为女性在经济、政治、社会和家庭生活中的实际权利，成为她们“做自己”的强大信心和底气。



从教场上下的少数民族女律师，走进人民大会堂参政议政

“作为学法律的人，必须扛起维护公平正义、保障人民群众合法权益的责任。”



30岁追风千里的女科学家，研发新一代沙尘数值模式

“每个人都可以超越局限，活出自我。”



从“春蕾计划”受益的瑶寨女带头人，带动农村妇女种植灵芝210亩

“我自己就是大家帮出来的，现在我有能力带大家过好日子了，一定能带多少人就带多少人。”



从事汽车行业的女子，研发国产芯片助力新能源汽车

“女性进阶之路上注定会有荆棘，但是失败不是躺平的借口，困难也不是放弃的理由。”



在手术台上忙碌的医者，温暖了无数患者的生命

“每一次义诊结束，看着感谢和微笑致谢的脸庞，也温暖了我们医者自身。”

整理：朱晨颖 图片设计：刘岩

访谈 她们有能力也有权利思考“我想要什么样的人生”

现在年轻女性的焦虑，是现代化发展中的正常反应

读+：《新时代中国妇女故事》中的主人公都是普通人，同时，她们也是优秀的女性代表。她们是比较特殊的案例吗，能代表中国女性的整体情况吗？

张永和：从概率上看，可能有人会觉得我们提到的这些女性只是个例，但从更宏观的角度看，这些绝不是个案。我在国内外参与了许多关于妇女发展的论坛会议，总体而言，中国女性的整体发展状况是非常亮眼的。国家为女性发展提供了巨大的空间，这包括一系列政策的关怀和关注，比如在教育、就业和公共参与等方面为女性创造机会。

女性是社会主流的一部分。在中国，我们始终强调，如果忽略了女性，整个社会的发展就是不完整的。

我常开玩笑说，如果不是拉车、搬砖这点体力上的差异，女性与男性在智商和能力上并没有什么差别。她们可能因为生育等原因，在职业发展上会经历一些阶段性的挑战，这是事实。但如果把平均水平拉起来看，现在女性的能力正变得越来越强。

当然，我们也要注意，我们提倡的是女性的正常发展，给予她们平等的机会和支持，让女性在平等、健康的环境中自然发展，这才是最理想的状态。

读+：当前许多年轻女性在职场中追求自我实现，但同时也面临着生育焦虑与职业发展的平衡难题。您如何看待这种现象？

张永和：这是一个现代化进程中必然会出现的现象。现代化带来的一个显著变化，就是女性主体意识增强。中国经济发展到今天，已经为女性提供了一个可以与男性平等发展的空间，她们有能力也有权利去思考“我想要什么样的人生”。

但我们也必须看到，中国的家庭文化和育儿文化有其独特的方面，也对女性形成了某种“温柔的束缚”。

我举一个很个人的例子。我女儿白天工作非常忙，晚上回家还要照顾孩子。她有雇佣保姆，晚间完全可以让保姆照顾，但她仍然割舍不下，晚上睡觉还是要陪伴孩子。有时孩子偶尔哭闹，去寻求保姆而不扑向她的怀抱时，她会很失落。

现在年轻女性的焦虑，本质上是在现代化发展中的一种正常反应。她们既渴望在职场中实现自我价值，又不愿意割舍传统家庭文化中那种亲密的情感联结。她们更自主了，但内心对“什么是好妈妈”“什么是幸福家庭”的认知，依然深受传统观念和社会期待的影响。

这完全可以理解。从某种意义上说，这恰恰说明中国女性正在探索一种新的可能性。她们不再满足于“被安排”的幸福，而是想要“自己定义”的幸福。这种定义的过程，当然伴随着焦虑和纠结。

我们不需要替她们做选择，我们要做的是为她们创造更好的环境——比如更完善的社会化育儿支持，更友好的职场制度，让她们在面对相关问题时不必那么焦虑。

这些故事打破了“科技创新是男性主场”的刻板印象

读+：在有些声音里，我们听到了关于男女对立的言论。似乎女性争取权益就必须站在男性的对立面，您怎么看？

张永和：您这个问题问得特别好，确实点中了很多人的误区。我也在网上看到过“男女对立”的言论，我认为这是一种想象的观念偏差——很多人把性别关系看成一场零和博弈，好像女性多得到一分，男性就失去一分。但我们在研究人权以及妇女问题的时候，看到的恰恰是另一番景象。

比如书里提到航天女将贺中琴，她参与研制的空间站核心舱机械臂，被誉为中国的“太空之手”。她的工作，得到了许多同事的支持和帮助。

这些故事打破了那种“科技创新是男性主场”的刻板印象。女性的成就不是孤立存在的“偶然”。这背后是什么？是国家对受教育权的保障，让女孩能得到受教育的权利；是平等的就业制度，企业为女性工程师提供同样的机会。

这种环境是谁创造的？恰恰是包括无数男性在内的全社会共同推动的。航天任务里，有女性在舱内操控机械臂，就有男性在地面模拟失重环境做备份；有女性在实验室推导公式，就有男性在车间把图纸变成现实。

当我们不再用性别去划分“该干什么”，而是看人们“能干什么”的时候，像贺中琴、魏敏这样的女性才会更多地涌现。

读+：关于女性发展、性别平等、社会支持的“中国经验”，最核心的内涵是什么？

张永和：中国女性的奋斗故事所提供的，并非可被简单复制的“发展模式”，而是具有个性化的“能干什么”的发展路径，不应被简化为少数精英的成功经验。

中国女性的发展能够独树一帜，其核心内涵在于：在尊重女性的基础上，通过制度保障、社会支持与个体努力的协同推进，实现女性发展与性别平等的持续进步。

在对性别平等的理解上，中国妇女发展过程中更加强调实质平等而非形式平等。它并不止步于权利的抽象宣示，而是关注女性在不同生命阶段、不同社会位置中所面临的现实差异，通过法治保障和公共政策回应结构性不平等，使平等原则转化为可实际行使的权利与能力。

中国女性大学入学率单项排名世界第一

读+：在您看来，新时代中国女性的核心精神画像应该是什么样的？这种精神背后，又呈现了怎样的女性力量？

张永和：我在编这本书的过程中，确实一直在思考这个问题。如果要用一个词来概括书中这些女性的共同特质，我想最贴切的就是“刚柔并济”。

这里的“刚”，不是对抗性的强硬，而是一种清醒的主体意识和稳定的价值判断。她们知道自己要什么，也有



张永和

能力在公共领域中持续行动。而“柔”，也绝非退让或依附，而是体现在共情能力、关系建构和社会关怀中的包容与韧性。

这两种特质不是割裂的，而是相互融合的。这种“刚柔并济”的精神特质背后，呈现的是独立坚韧、温润包容的女性力量。

我认为，这种力量的第一个来源，是社会制度与发展环境的进步。随着教育普及、平等就业、法治保障不断完善，女性得以更广泛地参与社会生产和公共生活。2023年全球性别差距指数中，中国女性大学入学率单项排名世界第一，这意味着越来越多的女性在走上社会之前，就已经具备了坚实的专业能力。这是她们“刚”的那一面的底气。

力量的第二个来源，是女性自我觉醒的深化。新时代中国女性不再被限定于单一角色，而是在自我认知不断深化的过程中，主动整合事业追求、家庭责任与社会使命。

所以，这种“刚柔并济”的力量让女性在复杂现实中寻找平衡，在多重角色中保持主体性。这既是社会进步的投射，也是中国妇女主体性进一步发展的标志。

正如习近平总书记所说，“中国式现代化新征程上，每一位妇女都是主角”。当一个社会给女性足够的发展空间，当女性自己拥有清醒的自我认知，就能展现出独特而宝贵的精神气质。

在现代化发展的背景下，女性可以最大限度地挖掘自己的潜能，发挥自身的价值。同时我始终认为，不需要每个人都去追求所谓的“成功”，更不可能自己去做大事情——每个人的能力不同，不可能人人都成为非凡人物。我们真正该做的，是在时代浪潮中，活出自己的样子，它没有固定的标准答案，却要有恒定的底线，那就是做好自己、守住尊严。真正的尊严，就是被当作一个“人”来平等对待。



《新时代中国妇女故事》里收录了30位女性的故事。如何在众多女性故事中遴选30位典型代表？西南政法大学人权研究院执行院长、本书主编张永和表示，一开始确实陷入了“选择困难症”。

刚开始，他们通过全国妇联组织寻找各类妇女故事，收到的线索里，很多是“高大上”的人物典型。不少地方组织会推选模式化的“榜样”，比如拼命付出透支身体、不顾小家忘我奉献的女性……张永和认为，这并不是人权视角下应有的价值导向。

人民的幸福生活，就是最大的人权，人民也不仅仅是某一个名人、某一位成功者，而是千千万万的普通人。“我们希望看到最普通的女性讲述最真实的日常故事。我们寻找的，是在平凡日子里守住自我、守住温暖的人。她们的故事足够真诚、足够日常，也足够给人力量。”

经过多次磨合，最终书里呈现的不是传统意义上的“劳模”，而是可感可亲、刚柔并济的人。张永和希望大家看到，时代的进步，不必靠牺牲来证明；女性的力量，也不必用透支来书写；榜样的意义，在于照亮前路，但不必要求每个人都成为榜样，每一位普通女性能过好自己的小日子，活得体面、安心，就是了不起的进步。

我们看到了这些女性的“刚”，她们有着自主性、价值判断力和公共行动能力，也看到了她们的“柔”，这种“柔”不代表软弱，而是一种强大的联结能力，体现为共情、包容与韧性，让她们更有能力去关爱、去创造。

书中有位女企业家在创业最艰难的时候，是家人的支持让她渡过了难关；有位女法官在审理家事案件时，总是耐心倾听双方的诉求，寻找最有利于家庭和谐的解决方案；云南的一位新农人最初做直播时，丈夫并不理解，她没有选择对抗，而是邀请丈夫一起参与，慢慢地，丈夫成了她的“摄影师”和“后勤部长”。如今，夫妻俩共同运营的账号有了几十万粉丝，他们的关系也在合作中变得更加紧密。

这些故事告诉我们，真正的独立不是筑起高墙，更不意味着男女对立，而是在相互尊重的基础上，找到各自发光的方式。

新中国成立之初就倡导“妇女能顶半边天”，如今当一位职场妈妈在企业的支持下平衡了工作与家庭，我们从中看到制度保障与个人努力的共振，这是社会文明进步的刻度。女性的主体性发展，最终指向的是一个更加平等和谐的社会，在这个社会里，无论男女，都能卸下刻板印象的包袱，自由地成为自己想要成为的人。

「柔」是一种强大的联结能力

□ 王永芳 马梦娅