

• 女人要为自己的幸福加点本钱 •

我们要骄傲地30而“丽”：拥有美丽的面孔，
曼丽的身姿，富丽的家庭，华丽的事业，温丽的人脉……

30岁时 你是谁？

女人版

女性励志经典

杳杳◎编著

SANSHISUISHI
NISHISHUI

你可曾想过，30岁前所做的一切，
都对你的未来至关重要

30岁时，你希望你是谁呢？

中国纺织出版社

• 女人要为自己的幸福加点本钱 •

30岁时 你是谁？

女人版

女性励志经典



杳杳◎编著

30岁时，你希望你是谁呢？

 中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

30岁时你是谁:女人版/杳杳编著.

—北京:中国纺织出版社,2010.8

ISBN 978-7-5064-6409-3

I. ①3… II. ①杳… III. ①女性-成功心理学-通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第078472号

策划编辑:苏广贵 责任编辑:陈芳

责任印制:刘强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010-64168110 传真:010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail:faxing@c-textilep.com

北京时事印刷厂印刷 各地新华书店经销

2010年8月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:15

字数:180千字 定价:29.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

前言

嗨,二十几岁的女孩,你在忙些什么呢?

谈着一场风花雪月的恋爱?念着“前途未卜”的书?朝九晚五奔波于生计?偶尔回望十几岁年少轻狂的岁月?沉溺在自己的小世界里伤春悲秋?……

你可曾想过,你现在所做的一切,都对你的未来至关重要;你可曾想过,你现在的恋爱、学习、事业在30岁时是什么样子?30岁时,你会是谁?

你一定不会是现在的你了吧——时间不曾停止,人总是要向前走的。“认识你自己。”这是古希腊著名哲学家苏格拉底的一句名言,这句名言被刻在古希腊一个有名的建筑门楣上,以提醒人们,最难认识的就是自己;这句充满睿智的话直到现在还留在那里,成为警醒世人的一句著名箴言。

30岁时,你希望你是谁呢?像杨澜那样,在32岁时已经与其丈夫吴征拥有港交所上市公司大量股份?还是像居里夫人那样,三十几岁时就做出了一生中最重要的成就(发现了化学元素镭)?抑或是像普通三十岁女人那样,相夫教子,关心粮食和蔬菜,安于做一个家庭主妇……

也许,这些都不是你想要的30岁。你的30岁是独一无二、带有浓郁个人特色的——可以平凡,但绝不平庸;可以普通,但绝对精彩——我们要骄傲地30而“丽”:拥有美丽的面孔,曼丽的身姿,富丽的家庭,华丽的事业,温丽

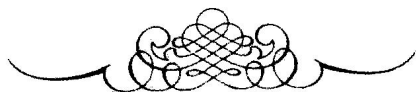


的人脉……

30岁,我们渐渐从公主晋升为女王,这是岁月给的勇气,也是自己挣来的福气——30岁前,我们要为自己的幸福加点本钱,或多或少。

现在,打开这本书,你会找到所有你想要加给未来的本钱——关于爱,关于勇气,关于温暖,关于魅力,关于自由,关于意义。

编 者
2010年5月



第一章

SANSHISUI
NISHISHUI

你不可能一辈子做天真少女

从走出学校大门那天起,你所面对的就不再是童话世界,而是一个充满利害关系的世俗社会。如果这时你不努力学习、积极进取、积累经验,而是仗着年轻貌美挥霍青春,那你以后的人生价值将会大打折扣。

- 1 / 二十几岁,是明晰方向的年纪
- 3 / 不要信命,你才是自己的救星
- 6 / 无法选择出身,但能够选择命运
- 7 / 从你的现在,选择你的未来
- 10 / 你的唯一捷径是奋斗
- 12 / 奋斗才是真的幸福

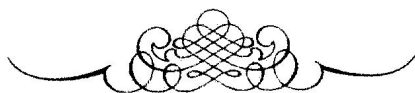
目录

CONTENTS



目录

CONTENTS



第二章

SANSHISUI SHI
NISHISHUI

不要把一生都赌在爱情上

女人最可怕的就是自断后路,把一生的幸福都押在爱情上。其实,爱情固然美好,但可能也是最善变、最不可靠的。聪明的女人要学会给自己找一条后路,找到除了爱情以外其他的幸福方式。

15 / 爱情从来不是生活的全部

17 / 爱情不是命中注定的缘分

19 / 没有人只爱你的内在美

22 / 没有谁离开谁活不下去

24 / 你不一定是他最后一个女人

27 / 爱他未必就要无条件付出

28 / 他未必会爱你一生一世

31 / 视爱情为生活的奢侈品

33 / 找到除了爱情外的生活方式



第三章

SANSHISUISHI
NISHISHUI

华丽转身,你将是魅力女王

时间在流逝,年龄在叠加,你必须由昔日的可爱公主成长为魅力女王。打点好生活里的一切,做个女王很容易。

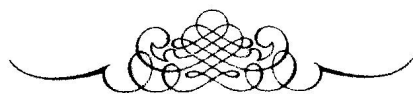
- 37 / 改掉大小姐的脾气
- 39 / 要比小女生多些成熟
- 44 / 善待你身边的男子
- 47 / 多为爸妈做点事情
- 49 / 跟有思想的优秀人交朋友
- 51 / 不要再沉迷于偶像剧
- 53 / 要试着发现生活里的美
- 55 / 减肥没有必要太刻意
- 58 / 养成一个好习惯
- 60 / 多培养一些文艺爱好
- 63 / 学会忍耐与宽容
- 65 / 骄傲地三十而“丽”

目录 CONTENTS



目录

CONTENTS



第四章

SANSHISUI SHI
NISHI SHUI

盘点资产,展望未来

你的现在决定着你的未来。想要有更美好的未来,就要盘点一下现在的资本;在现有的基础上,再为自己争取一些无形资本,以到达自己想去的未来。

69 / 经营好自己的美丽

71 / 如果不漂亮,那就脱俗吧

74 / 嫁个有钱人的秘方

76 / 要嫁就嫁给一种生活

79 / 孩子是最幸福的投资

80 / 找到你生命中的贵人

85 / 次等人攀龙附凤,一等人成龙成凤

86 / 将自己的长处经营成事业

89 / 为将来的幸福加点投资



第五章

SANSHISUISHI
NISHISHUI

树立木棉花的骨气

“凌霄花”时代已经一去不返,新时代,我们必须做一个木棉花一样的女子,有着木棉花的骨气和美丽。在橡树一样的他的身边,分担寒潮、风雷、霹雳,共享雾霭、流岚、虹霓。

93 / 做一个有主心骨的女人

94 / 不依附,像木棉花一样站在他身边

97 / 不纠缠,离开后要更美丽地绽放

100 / 新时代,我们要经济独立

101 / 要拥有独立生存的能力

103 / 学一点生活小窍门

106 / 作为妈妈也要有“骨气”

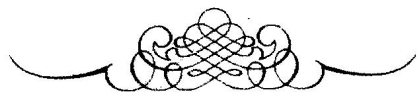
109 / 用进步来抵消年龄的增加

111 / 女人应学会温柔

目录 CONTENTS



目录 CONTENTS



第六章

SANSHISUI SHI
NISHI SHI SHI

拒绝做“剩女”

每个女人都值得爱,只是我们要遇到合适的人。在遇到这个人之前,我们还要修炼自己,以便在最美丽的时候遇见他。让剩女这个字眼从人们的眼中彻底消失吧。

113 / 剩女是怎样炼成的

116 / 对剩女说 bye - bye

118 / 走出大叔情结

119 / 别陷入爱情“挑剔”的陷阱

122 / 知己知彼:男人们在想什么

124 / 知己知彼:女人到底需要什么

126 / 美丽让男人停下,智慧让男人留下

129 / 即使剩,也要做“优胜女”

130 / 理性地规划未来

132 / 火树银花地生活着



第七章

SANSHISUISHI
NISHISUUI

优雅是你的制胜利器

优雅是女人唯一不会被岁月带走的美丽。而且相反,它会随着年龄的增加为你的美丽增值。30岁前,请你一定要优雅。

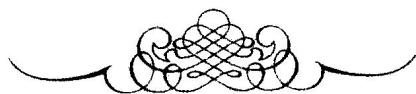
- 135 / 三十岁,优雅最美
- 137 / 优雅,从心开始
- 139 / 每个细节都优雅才是真优雅
- 140 / 瑜伽让你更优雅
- 142 / 爱笑的女人运气不会太差
- 144 / 优雅是你职场晋升的秘密武器
- 148 / 优雅的女人在爱情里总是赢家
- 150 / 优雅的谈吐可以舌绽玫瑰
- 152 / 优雅是女人不老的秘密武器

目录 CONTENTS



目录

CONTENTS



第八章

SANSHISUI SHI
NISHI SHUI

人脉才是你的金饭碗

社会是由人与人的关系构建起来的。有了一定的人脉,就等于拥有了无限的社会资源。人脉是一项不可估量的财富,是你的金饭碗。

155 / 社交魅力,你有多少

158 / 察言观色令你无往不胜

162 / 幽默风趣令你左右逢源

164 / 十个助你平步青云的说话技巧

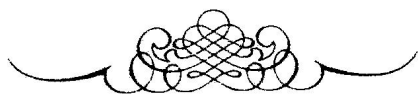
167 / 精通酒桌上的社交

169 / 送礼是一门艺术

173 / 认识一个陌生人的全攻略

178 / 巧妙应对社交中的尴尬

180 / 巧织成功关系网



第九章

SANSHISUISHI
NISHISFUI

三十岁要学会用智慧点亮人生

随着岁月在脸上留下痕迹的加深,我们也要加深自己的内心——懂点心机与手腕。也许你不一定去使用,但你一定要懂得用智慧点亮人生。

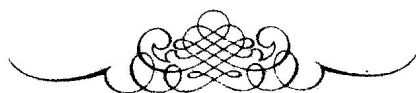
- 183 / 做个有智慧的小女人
- 186 / 锋芒毕露,不如智慧深藏
- 188 / 学会说不很重要
- 192 / 学会万事留一点余地
- 194 / 逢人且说三分话
- 196 / 做人要懂得适时“戴面具”
- 198 / 对付情敌要有高招
- 201 / 花点小“心计”让他宠爱你一生
- 203 / 用投资感情来收获人心

目录 CONTENTS



目录

CONTENTS



第十章

SANSHI SUISHI
NISHI SHUI

三十岁要懂得坚守与放弃

30岁,你的人生势必会出现很多的岔路口,你要懂得坚守与放弃,才能按照自己的理想做出正确的选择,走一条属于自己的精彩道路。

207 / 三十岁,什么最重要?

210 / 坚守自己的梦想直到开花结果

213 / 放弃无谓的身外之物

214 / 别因为什么都想要而一无所有

216 / 大舍大得 不舍不得

218 / 不要为了放弃而放弃

219 / 拥有的才是最好的

222 / 计较越少快乐就越多

224 / 找到坚守与放弃之间的平衡



第一章

SANSHISUISHI
NISHISHUI

你不可能一辈子做天真少女

你 18 岁时天真浪漫,爱幻想,年少轻狂而认为没什么不可能的事,自以为青春就是用来挥霍的。渐渐地,二十几岁了……

二十几岁的女孩,有一种内在的优越感。那是春天里的第一朵玫瑰,让人眷恋,引人遐想。然而在享受众人赞叹与羡慕时,要明白我们终会长大,要知道让心灵的成长和年龄靠拢。生命最耗不起的是时间,不要等到 30 岁才知道时间宝贵,在叹息岁月虚耗的同时后悔没有珍惜二十几岁时的一切。



二十几岁,是明晰方向的年纪

女孩到了二十几岁,正值青春年华,可以适当的时候倔强一些和骄傲一些。二十几岁的女孩是最美的,可以肆意地笑,可以倔强地哭。二十几岁的女孩不要怕输,青春才刚刚开始,我们有着输的资本,即使输了可以重新开始自己新的追求。二十几岁的女孩要做最真的自己,最美的年华留给灿烂的微笑,要敢爱敢恨,敢于追求。

女孩到了二十几岁,是一朵盛开最美丽的花,一定要记得只开给自己看,千万不要为了别人让自己的花期接受不必要的摧残。二十几岁的女孩是一



杯清茶,其中的清秀一定要留给懂得品尝的人,别让那些没有品位的人践踏了你的清纯气息。二十几岁的女孩是片蔚蓝色的天空,它可以是悲伤的,也可以是宽广的,但,请记住,它一定是有追求的。

想象一下,你手里有一张足够大的白纸。现在,你的任务是,把它折叠51次。那么,它有多高?一个冰箱?一层楼?或者一栋摩天大厦那么高?不是,差太多了,这个高度超过了地球和太阳之间的距离。折叠51次的高度如此令人震惊!

但是,如果仅仅只是将51张白纸叠加在一起呢?

这个对比令人诧异之余,也值得人们好好深思——我们的人生不也如此么?没有方向、缺乏规划的人生,就像是将51张白纸简单叠在一起。今天做做这个,明天做做那个,如果每次努力之间并没有一个联系,盲目而随意这对你的整个人生来说永远是简单的叠加而已。

当然,人生比这个比喻更复杂一些。有些人,一生认定一个简单的方向而坚定地做下去,他们的人生最后达到了别人不可企及的高度。譬如,笔者一个朋友的人生方向是提高英语技能实现自我价值,她花了数十年努力,仅单词的记忆量就达到了一万多,在这一点上达到了一般人无法企及的高度。

也有些人,他们貌似有着不同的选择,但始终有一条主线贯穿前后。譬如开公司做老板,这样,他们就需要很多技能——专业技能、管理技能、沟通技能、决策技能等。他们可能会在一开始尝试做做这个,又尝试做做那个,没有一样是特别精通的。但最后,开公司做老板的这个方向将以前的这些看似零散的努力统合到一起,这是一种复杂的人生折叠,而不是简单的叠加。

方向远远比简单的目的地重要得多。所以,人生的关键之一,就是要明晰你的方向。

二十几岁处于人生中的这样一个阶段:充满机遇,富有变化,面临着人生