

♥ 20几岁早懂经验 ♥ 为将来积累幸福资本 ♥

女孩要懂的80条人生经验

Nvhai 20⁺
zuiguanjian

女孩20⁺

最关键



每一个20几岁女孩
都应该藏在包包里的私房书

—— 王诗怡◎编著 ——

地震出版社

女孩20⁺ 最关键

女孩要懂的80条人生经验

王诗怡◎编著

地震出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

女孩 20⁺最关键——女孩要懂的 80 条人生经验/王诗怡编著.
—北京:地震出版社, 2010.4

ISBN 978-7-5028-3704-4

I. ①女… II. ①王… III. ①女性—人生哲学—青年读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 033266 号

地震版 XT201000013

女孩 20⁺最关键

——女孩要懂的 80 条人生经验

王诗怡 编著

责任编辑: 刘 江

责任校对: 庞亚萍

出版发行: 地震出版社

北京民族学院南路 9 号

邮编: 100081

发行部: 68423031 68467993

传真: 88421706

门市部: 68467991

传真: 68467991

总编室: 68462709 68423029

传真: 68467972

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经销: 全国各地新华书店

印刷: 廊坊市华北石油华星印务有限公司

版(印)次: 2010 年 4 月第一版 2010 年 4 月第一次印刷

开本: 787×1092 1/16

字数: 198 千字

印张: 14.5

书号: ISBN 978-7-5028-3704-4/B (4335)

定价: 29.80 元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

好命女孩

要早懂的人生经验

从 20 岁起，是女孩人生中最美好、最困惑的 10 年。也许你还在上大学，也许你已初涉职场，也许你已在职场中崭露头角；也许你还在情感的路上苦苦寻觅，也许你已找到愿与你一生厮守的他，准备走向幸福的婚姻殿堂……不论你属于以上哪一种情况，你都在努力实现这样的梦想：做个幸福的女孩，干得好、嫁得好、活得好。

可是，世界是现实的、世俗的，它有很多不尽如人意的地方，与女孩们的梦想相差甚远。所以，女孩们在遇到一些困难时难免会不知所措，这时她们或许会感到失落、伤心、迷茫、绝望，甚至放弃努力。其实，这都是没必要的。对于一个充满智慧、掌握足够人生经验的女孩来说，遇到的所有问题和困难，都是不可避免的，都能在人生经验的帮助下顺利地解决。

人生经验是时间积淀下来的智慧，是包含了永不消逝的温情与魅力的伟大内涵，就像玫瑰色的晨星，闪烁在寂寞的清晨。人类对于人生经验的追寻是永恒的，充满激情的探索。

在这个充满竞争与挑战的社会，女孩面临的生存环境越来越恶劣，她们经常在处理工作、感情、生活时显得力不从心，经常感到惶惑、烦恼、痛苦和失落，甚至想放弃。这时，女孩们就需要选择正确的人生方向，掌握必备的人生经验，才不会迷失前进的方向，免遭失败的打击，昂首阔步迎接成功的到来。



本书为 20 几岁的女孩提供的人生经验，是很多姐姐用心血换来的宝贵人生财富。这些经验能够帮你把握人生中的关键问题，简洁、愉快的文字让你在轻松的阅读中感悟智慧，把握自己的人生航向，全面掌控自己的人生。当你惶惑、烦恼、痛苦和失落时，从本书故事中这些成功、富有、幸福的女孩身上，可以获取前进的智慧；当你面对世俗生活，感到烦躁、迷茫与混乱时，可以用这些人生经验做一盏理性的明灯，从中汲取奋斗拼搏的力量。对于 20 几岁的女孩来说，早些掌握这些人生经验，就会少受挫折，做事也会事半功倍，最终得到你想要的成功；早些运用这些人生经验，就会少走弯路，早日走向幸福人生。

请年轻的女孩记住，只有相信自己、爱自己，不断汲取这些人生经验中的智慧以完善自己，才能让自己走向幸福的生活。



目录

Contents



Chapter 1 女孩 20⁺，心态积极最关键

1. 过完 20 岁生日，吹掉身上的天真和幼稚 / 2
2. 拒绝挥霍青春，努力追逐好命的“玻璃鞋” / 4
3. 天空是软软的棉花糖，塌下来又怎样 / 7
4. 换个角度看问题，心情好比什么都重要 / 9
5. 独立起来，依赖男人不如依靠自己 / 13
6. 勇敢面对现实，你才能在 30 几岁收获幸福 / 15
7. 我最骄傲，独一无二 / 18

Chapter 2 女孩 20⁺，妆扮自己最关键

8. 男生可以邋遢，但女孩一定要有“面子” / 22
9. 突出优点，展示“缺憾美” / 24
10. 美丽不打折，功课要做足 / 26
11. 不必羡慕别人，“吹弹可破”的肌肤是这样养出来 / 29
12. 丰满身材也出彩，做个好命的“金三顺” / 32
13. 长发飘飘，让男生的回头率为你加分 / 35
14. 魔力高跟鞋，征服世界和男人的筹码 / 37
15. 不懂香水的女孩，缺少独特“味道” / 40
16. “挺美”很关键，挑内衣要像挑男友一样谨慎 / 43
17. 人靠衣装，女孩也要穿出时尚女人味 / 45



Contents

Chapter 3 女孩 20⁺, 提升内在最关键

- 18. 做个学业有成的女孩, 知性的女孩有资本 / 50
- 19. 气质是磨砺出来的, 奥黛丽·赫本也不例外 / 52
- 20. 不做寻常女孩, 做个“优雅轻熟女” / 55
- 21. 把“谢谢”挂嘴边, 礼貌的女孩人见人爱 / 58
- 22. 展示自己, 特长爱好令你脱颖而出 / 60
- 23. 做个爱读书的“颜如玉” / 62
- 24. 从经典电影中收获人生经验 / 65
- 25. 去博物馆探宝, 远胜过在商场里淘宝 / 67
- 26. 像“奶茶”一样结交有价值的朋友 / 70

Chapter 4 女孩 20⁺, 塑造“品牌”最关键

- 27. 做个像“宝姐姐”一样长袖善舞的女孩 / 76
- 28. 拥有“老徐”那样的亲和力 / 79
- 29. 传递给身边人“公主”般的自信 / 82
- 30. 善良是一种美德, 也是一种优势 / 84
- 31. 软话是高情商女孩的攻关法宝 / 87
- 32. 男生更欣赏骨子里自强的女孩 / 90
- 33. 不要总扮“乖乖女”, 有机会为什么不争 / 92
- 34. 不要过于争强好胜, “示弱”更能保护自己 / 94
- 35. 偶尔大哭减减压, 但不要让泪水变成自来水 / 96



- 36. 必要时，眼泪是女孩最好的武器 / 98
- 37. 偶尔做一回“野蛮女友” / 100
- 38. 说破无碍，该吵架时痛快吵一架 / 102

Chapter 5 女孩 20⁺，爱情 IQ 最关键

- 39. 大胆说出“我爱你”，心动不能太犹豫 / 106
- 40. 常备情场“照妖镜”，让坏男人原形毕露 / 108
- 41. 幸福是一个概率事件，要给自己“艳遇”的机会 / 112
- 42. 单身是信心储备期，准备好了才能上情场 / 115
- 43. 征婚坚持“非诚勿扰”，了解相亲那些事儿 / 117
- 44. “真爱”是一道选择题，需要智慧和勇气 / 120
- 45. 面对爱情誓言，偶尔也要装装糊涂 / 122
- 46. 提前为感情设置一道“防盗门” / 125
- 47. 约会时记得带上你的钱包 / 127
- 48. 遭遇劈腿，别再问“你爱我还是爱她” / 129
- 49. 每天多一点爱恋，每天多一句肉麻情话 / 132
- 50. 硬汉男人也怕聪明女孩的“温柔一刀” / 133
- 51. “三从四德”的男友都是调教出来的 / 135
- 52. 懂得身体“私事”，他好你也好 / 138



Chapter 6 女孩 20⁺，职场经验最关键

- 53. 职业规划比努力工作更重要 / 142
- 54. 混日子的女孩没前途，找份好工作养活自己 / 145
- 55. 成熟一点，别做职场“草莓女” / 147
- 56. 人脉意识不能少，不能光凭喜好交际 / 149
- 57. 嘴巴甜一点，好处自然多一点 / 152
- 58. 获得他人欣赏，不妨从讲笑话开始 / 155
- 59. “贵人”就是女孩命运的助推器 / 158
- 60. 机会通常不等人，大胆“秀”出才华 / 160
- 61. 不经常给大脑充电，迟早会 OUT / 163
- 62. 记住别人的名字是一种策略 / 165
- 63. 细节做不好，吃亏在眼前 / 167
- 64. 不要总当老好人，学会说“不”很关键 / 170
- 65. 能力强，还要会拐弯抹角“夸自己” / 173
- 66. 注意了：办“公”室永远不姓“私” / 176
- 67. 适当给自己放大假，坚决不做“杜拉拉” / 179
- 68. 必须学会的一招：如何体面地将老板“炒掉” / 181

Chapter 7 女孩 20⁺，理财规划最关键

- 69. 越早理财，你的人生就有保障 / 186
- 70. 懂得投资自己，就能找到优秀的他 / 188



目录

Contents



- 71. 好命人生，从制订一份理财计划开始 / 190
- 72. 眼观六路，女孩也要多关心投资信息 / 193
- 73. 懂得省钱比如何挣钱更重要 / 196
- 74. 控制“刷卡欲”，告别“卡奴”生活 / 199
- 75. 撕掉身上的“购物狂”标签，做个精明女孩 / 202
- 76. 花点小钱，试试今天的手气好不好 / 205
- 77. 女孩，并不是一身名牌才高贵 / 207
- 78. 带上荷包，走进“蜗居”新时代 / 210
- 79. 未雨绸缪很关键，青春健康更要买保险 / 212
- 80. 幸福其实很 EASY，只需做好当下事 / 216



Chapter

1

女孩 20+， 心态积极最关键



大多数人都幻想着改变世界，却极少有人想着改变自己。其实，人类在改变客观世界的同时，也在改变自己主观世界！女孩们请记住，心态积极很关键，心态是我们真正的主人，只有相信自己，爱自己，提高自身的资本，才能过上幸福生活。



1. 过完 20 岁生日， 吹掉身上的天真和幼稚

每一个女孩都想漂亮，都想富有，都想做个幸福的宝贝！可是后来，女孩们长大了，发现自己还是那个不起眼的灰姑娘，每天过着朝九晚五的生活，早上很早上班，晚上很晚才下班，整天忙得跟陀螺一样，心中的王子却始终没有骑着白马来接自己……步入社会的时间越长，梦想与现实之间的差距就越大，幸福根本就没有握在自己手上，这种心理落差真让人崩溃！

不管你愿意不愿意，自从过完 20 岁生日，你的生活就发生了彻底的改变。从此以后，你要面对的不再是泡沫肥皂剧中的故事，而是一个实实在在的成人世界。你从没有像现在这样，以成人的目光来审视自己，并开始挑剔自己。

你可能觉得自己不太受大家欢迎，所以整天闷在一个人的小世界里，觉得没有出路。也许，看完下面这个故事，你的看法会有所改观。

多年前，有个性格内向孤僻的北京女孩，非常不喜欢和人沟通。她的学习成绩不好，长得也不出色，唯一的爱好就是唱歌。她的歌听起来怪怪的，周围没有一个人喜欢，但她依然坚持唱这种风格怪异的歌。时间一长，同学们对她的评价是“怪怪的女孩唱着怪怪的歌”。



不过，女孩对自己的歌声很有自信，认为这嗓子是她天生的资本，她一直坚持唱着自己怪怪的歌。为了音乐梦想，她南下香港，历尽艰辛获得了当歌手的机会，不过唱的还是别人的歌，她没有抱怨，只是默默积累着自己的名气，直到有一天，她终于鼓起勇气唱自己怪怪的歌。在周围人的怀疑和嘲讽中，她的歌开始风靡大街小巷。

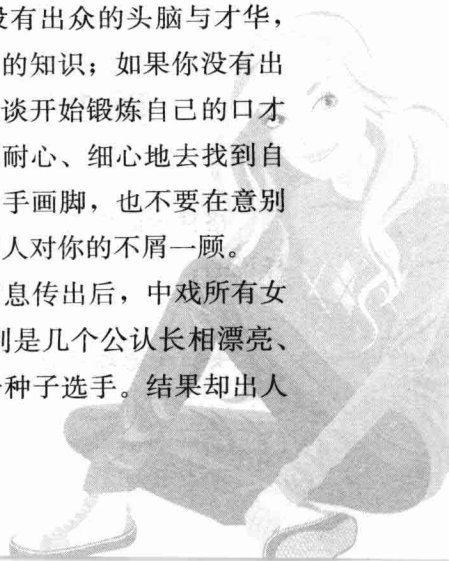
这个当年的怪怪的女孩，名字叫王菲。

你可能觉得自己胖，觉得自己不够聪明，觉得自己学历不高，但是你去看看韩剧《我叫金三顺》里面的女孩金三顺，都快 30 了，长得不漂亮，身材也不好，脾气很差，学历也不高，工作也不体面，家里是开碾米店的，相亲好多次依然没把自己嫁出去。这样一个胖胖的而且有点庸俗的女孩，在大部分男性的眼里已经是无药可救了吧。可是，她硬是通过自己的努力，得到很多韩国男人的青睐！

你可能觉得自己眼睛小，整天羡慕小燕子赵薇那样迷人的大眼睛，但是瞧瞧人家香港歌星林忆莲，天生一对小眼睛。可是，她没有像其他女歌星一样去做整形手术，割个双眼皮什么的，而是一直保持自己的特色，现在她的小眼睛，反而成了她的招牌和资本。

如果你没有得天独厚的外在条件，不是天生丽质，那么你就从修炼内涵开始，张扬自己的个性，这样也能够尽快地得到他人的认可与钦佩；如果你没有万贯家财为生活铺底，那么你就尝试着从最基本的经营开始丰富自己的大脑；如果你没有出众的头脑与才华，那么你就从最平凡的勤学苦练开始积累自己的知识；如果你没有出口成章的谈吐，那么你就从最简单的说话交谈开始锻炼自己的口才……总有一些天资没有被你发掘出来，你要耐心、细心地去找到自己的长处，不要在乎别人对你言行举止的指手画脚，也不要介意别人对你所作所为的颐指气使，更不要计较别人对你的不屑一顾。

一位著名的导演要去中戏挑女演员，消息传出后，中戏所有女生都相当兴奋，希望能够与名导合作，特别是几个公认长相漂亮、学业出色的女生，理所当然地被认为是头号种子选手。结果却出人





意料，导演挑了一个相貌一般、气质也一般的女孩上戏。包括那名女生在内的所有人都很疑惑，想知道导演选中那名女生的原因。后来，导演一语道破天机：“她拥有让大妈都能喜欢的亲和力，这正是我这部片子女主角的要求。”

不错，这位被导演选中的女生的亲和力，就是她独一无二的资本，也是帮助她迈向成功的砝码。你的身上总有一些得天独厚的条件，总有一些资本是别人所没有的，所以，不管你的出身怎样，你的先天条件如何，你都不要自卑。每个人生活在世上，都不可能得到所有人的肯定和认可。得不到认可，自己内心又没有足够的力量去坚持，把自己放在别人的观点和价值判断里，人就迷失了自己，迷茫也就不足为奇。

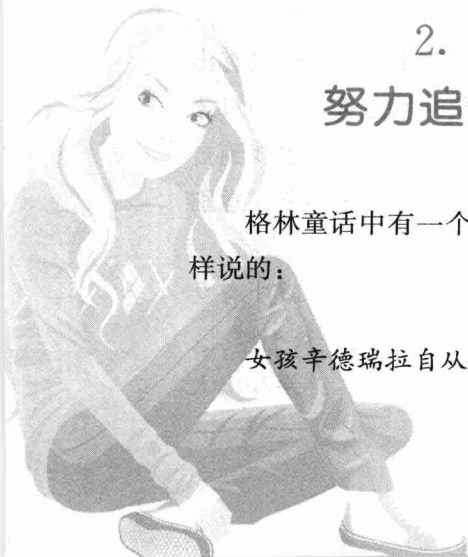
你要相信你自己很优秀，相信自己，爱自己，完善自己，充分利用自己身为女人的天分和后天智慧，提高自身的资本，让自己走向成功，过上幸福的生活。因为每个女孩都是宝贝，都有足以引领自己走向成功的资本。



2. 拒绝挥霍青春， 努力追逐好命的“玻璃鞋”

格林童话中有一个家喻户晓的故事——《灰姑娘》。故事是这样说的：

女孩辛德瑞拉自从父亲娶了继母后，就没有过过好日子。继母





嫁过来时还带来了两个女儿，她们嫉妒辛德瑞拉的美貌，便把她赶到厨房里去做粗活。辛德瑞拉白天在灶炉旁边干着粗活，晚上就睡在灶炉旁，时间一长，身上沾满了灰尘，因而被人称为“灰姑娘”。

一天，王子要举行一个为期三天的盛大舞会，邀请了不少年轻漂亮的姑娘来参加。王子打算从参加舞会的姑娘中选一个做自己的新娘。消息一传开，这个国家所有的女孩都开始准备了。继母怕王子看上灰姑娘，便不准她去参加舞会，自己带着两个女儿高高兴兴地进了王宫。

不料，灰姑娘也在仙女的帮助下，穿着华丽的衣裳、精致的水晶鞋来到了舞会上。王子对灰姑娘一见钟情，一连三个晚上都只和她跳舞。可是，当午夜的钟声响起，灰姑娘的华丽装扮就会消失，她又恢复原来的模样，所以每到午夜 12 点，灰姑娘就会匆匆逃离王子的视线，王子怎么找也找不着她。最后一晚，由于灰姑娘走得太匆忙，落下了一只水晶鞋。

王子带着这只水晶鞋去寻找灰姑娘。灰姑娘的两个姐姐都说那只水晶鞋是自己的，她们想方设法把鞋穿到脚上，不料都被识破了。最后，王子来到灶炉旁边，找到蓬头垢面的灰姑娘。灰姑娘穿上那只水晶鞋，重新焕发出动人的神采。王子一下就认出了灰姑娘，娶她做了自己的新娘。

当水晶鞋摆在面前的时候，为什么灰姑娘敢穿上它？其实很简单，因为改变命运，嫁给王子一直是她的梦想，当机会来临时，一个现实的想法就是：抓住它！

所以，她为了实现梦想，小心翼翼地与继母和两个姐姐周旋，忍受着常人难以忍受的委屈与痛苦；为了不让王子识破自己天仙容貌下的“卑微身份”，她每天午夜 12 点准时逃离王子的视线；为了爱情，关键时刻，她不顾继母与姐姐的阻拦，勇敢地穿上了那双表明她身份的水晶鞋，最终获得幸福。

也许你每天在繁华的都市中“混日子”，以为青春美貌是你最



大的资本，泡吧K歌，没完没了地玩乐，根本没空想自己到底为什么要这么生活，用什么方法才能改变现在的状况，让自己过得更幸福。有时你虽然会问自己：我想成为一个职场“白骨精”，为什么仍在最底层？我想要帅气的男友为什么却始终遇不到？……现实就是这么残酷，往往你想怎么样它就偏不如你的愿。

也许你会说，理想的生活离我太遥远了，我一无所有，每天为了那点可怜的薪水默默工作，根本没有机会认识我的王子，也没有机会升迁，怎样才能改变这一切呢？

其实，生活在这个世界上大多数女孩都是平凡的“灰姑娘”，家世一般，长相一般，靠自己本事，辛辛苦苦考上了大学，念完大学，很费劲地找到了一个并不是那么称心如意的工作，然后每天朝九晚五地上下班，日复一日地过着一成不变的生活。对于她们来说，找份好工作、嫁个好男人、过上有钱有闲的日子，简直是不着边际的梦想，有那工夫，还不如踏实睡几觉。

这是大多数女孩一辈子都只能够在抱怨声中走完忙忙碌碌一生的原因：害怕失败，不敢有梦想，也就无法成功。

要想改变现状，女孩们一定要有自己的梦想，要勇敢地做“白日梦”。梦想实现了，人生从此改变；梦想若实现不了，也不过是从头再来。每个女孩都可以从现在起，在自己的人生规划中添上一场“白日梦”。你可以梦想做个出色的职场精英，也可以梦想嫁个好男人……只要你敢想，一切都有可能。拥有梦想是女孩迈向幸福美满人生的第一步，只有明白自己要成为什么样的人，才可能选择去走什么样的路。

只有那些想改变命运的人，才能够最终改变命运。女孩们记住，没有人可以帮你规划未来，你的未来在你手上，你只有不断地问自己：我喜欢什么，我的梦想是什么，应当怎么实现梦想。然后，利用你现有的资本，不断努力，最终实现梦想。

女孩们，勇敢地做一做“白日梦”吧，它会让你的生活发生意想不到的变化，也会让你有了成功的动力。



3. 天空是软软的棉花糖，塌下来又怎样

大多数女孩一生的梦想，无非是干得好、嫁得好、活得好。可是，这个世界是现实的、世俗的，它有很多不尽如人意的地方，看上去与女孩们的梦想相差十万八千里。所以，女孩们在遇到挫折时难免失落、伤心、迷茫、绝望甚至放弃努力。有这样的心态，她看什么都不顺眼。于是，她们开始变得爱抱怨，抱怨周围的环境与周围的人，抱怨天气太差、交通太堵、衣服太贵、鞋子脏了……没完没了。

世上不如意的事十有八九，我们每个人都活在现实中，当然难免遇到挫折与困难，心态往往决定命运。如果在遇到困难时一味地抱怨，结果只会越过越糟糕。只有当你学会了不抱怨时，周围的环境才会随之而改变。

成功学大师拿破仑·希尔，曾经讲过这样一个故事：

塞尔玛跟着丈夫驻扎在一个荒凉的军事基地。丈夫常要到沙漠里去做军事演习，她则被留在驻地。那里条件恶劣，天气又闷又热，即使整天什么也不干，专门在树底下乘凉，也闷热难忍。她非常不适应，身边又没有人说话，只有一些陌生的墨西哥人和印第安人，而他们不会说英语，根本无法和她交流。塞尔玛非常难过，于是写信给老家的父母，信中对现在的生活充满了不满与抱怨。她说：“这个地方环境太差了，周围的人听不懂我的话。一切都那么