

优雅新女性

挑战与成功

「韩」郑美晶◎著
千太阳◎译

不要畏惧，
勇敢地进行挑战，
你就会取得成功！



我认为成功就是把自己拥有的才能毫无保留地施展出来，我认为成功就是把自己拥有的热情毫无保留地投入进去，通过不懈努力，实现想要达到的目标。从现在开始，创造你的成功神话吧！



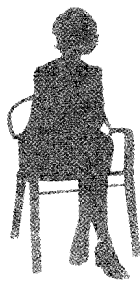
青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

优雅新女性 挑战与成功

「韩」郑美晶◎著
千太阳◎译

不要畏惧，
勇敢地进行挑战，
你就会取得成功！



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (C I P) 数据

优雅新女性: 挑战与成功/ (韩) 郑美晶著; 千太阳译.

— 青岛: 青岛出版社, 2012.12

ISBN 978-7-5436-8945-9

I. 优… II. ①郑…②千… III. 女性 - 修养 - 通俗读物

IV. B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第283259号

진화 - 정미정이 제안하는 21 세기 여성의 에너지

Copyright © 2010 by Chung Mi Chung (郑美晶)

Simplified Chinese translation edition © 2012 by Qingdao Publishing House

ALL RIGHTS RESERVED.

Chinese simplified language translation rights arranged with Thoughts of a Tree Publishing Co.

Through Imprima Korea Agency and Qiantalyang Cultural Development(Beijing) Co.,Ltd.

- | | |
|------|--|
| 书 名 | 优雅新女性: 挑战与成功 |
| 作 者 | 郑美晶 |
| 译 者 | 千太阳 |
| 出版发行 | 青岛出版社 |
| 社 址 | 青岛市海尔路182号 邮编 266061 |
| 本社网址 | http: //www.qdpub.com |
| 邮购电话 | 13335059110 (0532) 68068026 (0532) 85814750 (传真) |
| 责任编辑 | 赵文生 |
| 装帧设计 | 宋晓明 祝玉华 |
| 文字校对 | 牛海燕 |
| 制 版 | 青岛人印人数码输出有限公司 |
| 印 刷 | 青岛双星华信印刷有限公司 |
| 出版日期 | 2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷 |
| 开 本 | 32开 (890mm x 1240mm) |
| 印 张 | 6.25 |
| 字 数 | 160千 |
| 书 号 | ISBN 978-7-5436-8945-9 |
| 定 价 | 25.80 元 |

编校质量、盗版监督服务电话 400-653-2017

青岛版图书售出后如发现印装质量问题, 请寄回青岛出版社出版印务部调换。

电话 (0532) 68068629

推介一

距离山顶还有多远？

我想在爬山的时候，我们每个人至少都会想过这个问题。如果自己一个人爬山，而且那条山路从未走过，那么心情就会变得焦虑不安。在这种时候，那些先爬到山顶之人的建议，更能给你带来安慰和希望。

“再走一点就可以了。越过那座山岭就到了。”

现在，仍然有很多女性怀着紧张的心情，试图敲开踏入社会的大门。

她们通过入社考试、熬过实习期、成为正式职员之后，为了让自己处于不易受到别人侵犯的位置，为了得到所有人的认可，只顾看着前方全力奔跑。

当然，也有很多女性因为处理不好婚姻和育儿、工作三者之间的关系而苦恼着。

此时，前辈们在家庭生活和社会生活方面的经验之谈可以起到很大的帮助。虽然每个人的处境和状况都有所不同，但是仍然可以从前辈们踏入社会这片丛林的故事中，获得智慧和安慰。

这里有一个以阳光般爽朗的性格为武器，向社会发出挑战书的女性——郑美晶。

自称儿时的自己是一个“村姑”的她，虽然在外人眼里是一个靓丽的主持人，但是她也曾有夜晚一边背着孩子哄孩子睡觉、一边流着眼泪背诵脚本的在职妈妈时期，还有直到在名片中刻入 CEO 这三个字母为止的奋斗史，本书就是对她一路走来的经历进行详细介绍的励志书。

虽然她还没有到达顶峰，谈论成功还为时较早，但是她坦诚的故事对许多“问路”的女性来说，将会成为温暖的鼓励，以及可信的导航仪。

——李锦姬 播音员

推介二

写给畏惧变化， 同时又渴望变化的女性们

当代社会，女性已经占了半边天，那么她们对这个社会以及对人类的历史产生了怎样的影响呢？还有，将来又会继续造成怎样的影响呢？认真思考这个问题的话，就会觉得虚度光阴真的很可惜、很浪费。

这本书让我再一次深刻领悟到我们应该更加珍惜、更加努力的就是我们的人生。同时，还让我下了这样一个决心——不再只为自己一个人着想，在这个社会中与他人一起成长。

我认为一个人如果只凭借在家人、亲戚和朋友这个小组织里获得的经验，树立人生的价值观的话，那这个人生很有可能变得贪婪且自私。

从这种意义上，我想把掌声与喝彩送给勇敢地脱离自己的安全地带，寻找一条新的路，并在那条路上实现持续成长的一个女性——郑美晶。

辞去主持人这一稳定的职业，投身于企业开始冒险的她，现在作为某家企业的代表迎来了新的人生。同时，她还为了后辈们写书的这种作为，对我也是一个很大的激励，也给了我不断挑战的勇气。

我想对以下的朋友们强烈推荐本书：畏惧变化，同时又渴望变化的女性们；想找工作踏进社会的女性们；在现在所从事的工作上陷入困境的女性们；在家庭和事业之间烦恼的职业女性们；担心未来的世界和自己晚年生活的女性们；知道女性是半边天的所有男性。

——金茹玉 Edennature 公司顾问

目 录

序言 我今天很幸福 1

第一章 挑战 1



你一定要成功 3

丽水的聪明女孩，成为了主持人 9

开口式，第一次上镜 20 秒 12

非常感谢！ 16

未完成的人生？不完美的脸蛋！ 18

■ 不要执着于过去 22

第二章 烦恼 25



人生第二春，婚姻第二春？ 27

88 尺寸和“有计划”的怀孕 30

青春一去不复返 33

我不喜欢女超人 38

妻子也需要妻子 43

请为我生个宝宝 50

任何一种经验都是有意义的 54

建立家庭的时代 57

背着小孩的副社长 61

■ 写下激励自己的话语 66

第三章 变身 69



自我控制能力是领导能力的基础 71

鲑鱼和比目鱼 74

一定要有自己的工作，哪怕那是捡废纸的事情 77

小成功铸就大成功 80

你也可以成为老板 83

发现生活中的创意 87

寻找自己最擅长的事情 91

分享母亲的剩余能量 94

成为营销领域的前 3%——自我品牌 97

穿合脚的玻璃鞋! 101

■ 寻找自己的角色楷模 106

第四章 成长 109

我有梦想，故我存在 111

跨越畏惧 114

人文学与营销的完美相遇 116

慢餐会让你老得慢 121

遇到金茹玉顾问 125

去生活吧，就好像今天是最后一天一样 129

追求温暖的沟通 132

形象吸引成功 137

我人生中的第一位导师，我的母亲 140

■ 成为一个懂得鼓励自己的人 144



第五章 幸福 147

我是世界的中心 149

清洁你的心灵 152

温暖的胸膛运动 155

放下期待，成为一个潇洒的人 157

孩子的幸福感比学习成绩更重要 160

倾听，解决问题时捷径 163

老后成为一个性感的女人！ 166

成功的话语 170

■ 让实践成为一种习惯 174

结语 点燃你所有的热情 176

第一章

挑 战

你一定要成功 ■

丽水的聪明女孩，成为了主持人 ■

开口式，第一次上镜 20 秒 ■

非常感谢！ ■

未完成的人生？不完美的脸蛋！ ■

你一定要成功



电视台主持人、知名企业 CEO、两个孩子的母亲、成功女性、勇于挑战的人生、还有时刻都在梦想着重新出发的女人……

虽然我本人并不完全同意这些称号，不过媒体在报道我的成功经历时，经常使用这些称号来描述我，这就像是在给一场殊死搏斗中有幸存活下来的人戴上月桂冠一样尴尬。

20 世纪 60 年代，我出生在光州，从全罗南道丽水小学毕业以来，一直生活在首尔市。我在 80 年代考上了大学，当时根本没有想过自己的将来会是什么样子。毕业之后为了就业，我投过数十份简历。

如果你也是在那个时代背井离乡，去首尔求学的学生，应该知道那时的我们不仅背负着为祖国实现现代化的梦想，同时还有一个比之更重要的任务，那就是实现母亲未能实现的梦想。

在火车站，小学同学向我招手告别，说道：“你一定要成功，一定要衣锦还乡！”

那时我只有十三岁，不过“成功”二字深深地印刻在了我的脑海里。

“即使是个女儿也要让她念书。不是，应该让她学得比男孩子还要多！”

我妈妈虽然出生在一个富裕的家庭，但是因为姥爷担心上学会毁了自己的女儿，所以不打算把女儿送进学校读书。于是妈妈偷了家里的钱，偷偷地坐船去了光州，并在那里完成了高中学业。每当听妈妈讲述这段“英勇事迹”的时候，我既感到心惊胆战，又敬佩妈妈的勇气，同时因自己有这样的母亲而感到自豪。自己开辟新人生的妈妈总是会对我说：“你要好好学习，说到要做到，一定要成功啊！”

我是家里的第三个女儿，我上面有两个姐姐，所以奶奶一直都说我是“搭头”。估计对奶奶来说，我是在生弟弟的过程中，产生的副产品。一直没能生儿子的妈妈，在生下弟弟之后，才结束了在灶台前站着吃饭的命运。妈妈和奶奶那一代人的故事，与教科书上所介绍的截然不同，我从小就听着她们的故事长大，对以前的封建制度感到十分痛恨。这样，我在不知不觉中，已经渐渐变成了一位女权斗士。

我被妈妈拉着小手，坐上开往首尔的火车，从此开始了在首尔闯荡的生活。

当时，从丽水到首尔去求学，就像今天韩国的学生去美国留学一样。当时全国各地的人们，都纷纷涌入了首尔。对来自

农村的人来说，首尔是一个他们憧憬和未知的都市。我为了在首尔的各色人群中生存而努力挣扎，而且为了不让其他人看出我是外地人而绞尽了脑汁。同时，我不止一次为自己的这种行为感到羞愧。

为了模仿首尔口音，我特意提高句尾的声调，而且晚上看连续剧来练习首尔口音。可能是在模仿方面有天赋吧，我很快就与首尔的朋友们混熟了，并适应了首尔的生活。但是唯一的一件事情，至今回想起来都会让我感到脸红。刚到首尔的时候，因为我的发音问题，曾被同学们起了一个“高巴吴（音译：Gobawoo）老头”的外号。

那时我在黑板前面解数学题，我说“六乘以五是……”的时候，同学们都笑得前仰后合。我很疑惑地看着同学们，不明白他们为什么会笑，还自言自语地说“六乘以五是……”，这次就连老师也一起笑了起来。原来，我在不知不觉间，用全罗道方言把“乘”（韩语发音为“gobhagi”）说成了“gobagi”。在全罗道，“六年级”不是读成“Yukangnyeon”，而是读成“Yugangnyeon”，“入学”不是读成“Yipak”，而是“Yibak”。因此，在不知不觉中说出口了“gobagi”，于是，我有一阵子都被同学们笑称为“高巴吴老头”。

就这样，我在磕磕绊绊中度过了十年的首尔生活，终于迎来了大学毕业的日子。

毕业之后，我们有三条路可走，就是就业、考研和结婚。

虽然大家都希望就业，但是那时候也和现在一样，找一份好工作是非常困难的事情。为了做就业准备，我每天都泡在图书馆，在忙忙碌碌中飞快地度过了最后一个学期。

“美晶，你的声音那么好听，干脆去当主持人吧？”

听到朋友建议的那一刻，我脑子里面浮现出一段忘却了很久的记忆。

我想起了小时候参加广播歌唱比赛时，看到的那个女主持人，她那温柔的微笑和宛如唱歌般动听而明朗的声音，都深深地迷住了我。

“要不真的挑战一下？”虽然心里萌生了这种念头，但是马上产生了“像我这种村姑，怎么可能呢……”这样的悲观想法。因为我出生在全罗道，所以标准话说得并不好，而且我的脸像洋葱一样圆（从小时候开始，我的外号就是“洋葱”）。所以我不相信这样的我，也能够成为一个主持人。

但是，哪怕只有一丝的可能，我依然希望让自己去尝试一下，于是我开始准备电视台的入取考试。当然，那时也没有想过非要当主持人。面临就业问题，我们几个人都决定挑战一下。进入电视台工作，在当时来说是一个最为现实的对策之一，因为在那些对女人最为有利的领域之中，主持人是较受欢迎的一个。

尽管如此，我仍然不能否认，是儿时的梦想让我鼓起了勇气。梦想就是拥有如此伟大的作用。那深藏在我潜意识中的梦想，