

# 人生只需讨好自己

伊万卡·特朗普的人生准则

Ivanka Trump  
You just need to be yourself

姜雪晴 编著



北京联合出版公司  
Beijing United Publishing Co., Ltd.

# 人生只需讨好自己

伊万卡·特朗普的人生准则

姜雪晴 编著



北京联合出版公司  
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 ( CIP ) 数据

人生只需讨好自己 / 姜雪晴编著. —北京: 北京  
联合出版公司, 2017.7  
ISBN 978-7-5596-0529-0

I. ①人… II. ①姜… III. ①人生哲学—通俗读物  
IV. ① B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 132652 号

人生只需讨好自己

作 者: 姜雪晴  
责任编辑: 管 文

---

北京联合出版公司出版  
(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)  
北京慧美印刷有限公司印刷 新华书店经销  
字数: 250千字 710毫米×1000毫米 1/16 印张: 18.5  
2017年7月第1版 2017年7月第1次印刷  
ISBN 978-7-5596-0529-0  
定价: 39.80元

---

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容  
版权所有, 侵权必究  
如发现图书质量问题, 可联系调换。质量投诉电话: 010-82069336

## 前言

在最近一段时间，国外一家网站发起了一项调查：“谁是目前最性感的新闻人物？”结果英国的凯特王妃和美国第一女儿伊万卡·特朗普被认为是全球最性感的新闻人物。作为公众人物，凯特王妃早在多年以前就已经被全世界的媒体所熟知，而伊万卡则是最近几年才在全球范围内树立起自己的形象，但作为后起之秀的她却被认为是可以和凯特王妃并驾齐驱的人物，媒体还特意将二人进行对比，其中伊万卡被认为是美国的凯特王妃，而凯特王妃则被认为是英国的伊万卡。

不仅如此，在最近几年，伊万卡从美国狗仔队追踪的富家女一跃成为横跨多个领域的女强人，成了新时代女性成功的又一个典范，无论是西方国家还是东方国家，很多人都对这位女强人充满了

好奇，大家开始纷纷模仿她的穿着打扮，开始学习她的说话语气，开始全方位地去解析她身上各种成功的特质，并且给她冠以各种头衔和名号，一时间，伊万卡成为“成功”的代名词。

那么，为什么伊万卡会在短时间内赢得世人的关注，并在全球范围内引发新一轮的女性偶像膜拜呢？伊万卡究竟有什么样的魅力和能力呢？很多人都很好奇，为什么一个女人在生活中可以做到如此优雅，在工作中又可以做到如此成功，而且无论做什么，无论做哪一行，她都可以如此从容不迫、游刃有余，并且获得巨大的成功。在事业的各个领域，在生活的各个层面，伊万卡都是以完美女人的典范存在。

有些人觉得她是富二代，具备别人所不具备的各种优势，但是横向地对比她和其他富家子弟，甚至她的兄弟姐妹，就可以发现伊万卡所做的一切都比其他人要好很多。事实上，不仅如此，伊万卡的成功具有很大的延续性，无论是处于人生的哪一个阶段，她都是以一个形象鲜明的成功者姿态出现的，她很少有受挫的时候，也很少落后于其他人，即便是作为一个富二代，她至少也称得上是一个成功的富二代。

尽管很多富二代容易在富足的生活中堕落，但是并不代表这个群体中就没有成功者。在最新公布的一期福布斯富豪榜中，美国前十的富豪中，有多达六人是富二代，在欧洲富豪中，富二代的比例依然很高，而从全球范围来看，富豪榜中的创业者和富二代几乎各占50%的比例。伊万卡就是一位比较成功的富二代，而且她比其他很多富二代更强的是，她并不是简单地继承父亲的财产以及事业，而在于她依靠自身的努力开拓出属于自己的事业。对于一个手握21亿

美元的富家千金来说，对于一个在地产公司里担任副总裁的女强人来说，一切似乎已经足够了，但她还想要做得更多，还想要做得更好。

尽管整个特朗普家族中的成员似乎都可以称得上是精英，但是哥哥唐纳德·约翰·特朗普（小特朗普）有些自命不凡，而且很有野心；弟弟埃里克·特朗普不够聪明；妹妹蒂凡妮·特朗普则有太多富家女的矫情和娇气。实际上，她似乎比自己的兄弟姐妹更有上进心，但她从不赤裸裸地追求权力与财富，可以说一切成就都是悄无声息的低调之作。

作为一个富二代也好，作为一个创业者和女强人也罢，伊万卡身上具备了很多创一代那种狠劲儿，她总是将自己置身于重重的压力之中，并且提醒自己“我还要做得更多呢”！这一点恰恰源于特朗普家族的基因（她的兄弟们可没有继承这些品质，尽管他们有时候同样显得有些野心勃勃）。唐纳德·特朗普曾经在自传中说到了自己从父亲那儿学到的经验。在少年时代，唐纳德·特朗普跟着父亲弗雷德·特朗普去布鲁克林收租，父亲跟他说：“地主可不是好当的，你需要坚强。”那时候，他看到父亲按响了租户家的门铃之后，直接躲到门一侧，这个行为让特朗普感到困惑，但是父亲回答说：“因为有时候他们一开门就给你一枪。”

弗雷德的描述可能有点夸张，但是他至少向儿子传达了这样一个理念：“你需要变得更加警觉、强悍。”尤其是在商海中，如果没有警觉的心理和强悍的个性，那么迟早会被其他人淘汰出局。正因如此，特朗普从很小开始就到处争第一，在学校里，他渴望成为学习最好也最努力的那一位，成为体育成绩最棒的那一位。离开

学校后，他渴望做那些最具雄心壮志的事业。在特朗普的人生哲学中，“成为最强的那个人”始终是人生最大的目标。2005年，特朗普在接受媒体采访时，说到了自己邀请那些社会名流去自己Mar-a-Lago棕榈滩庄园参加聚会的事情——“他们都吃得津津有味，他们都爱我，都跪舔我。之后他们离开时说‘他并没有那么可怕’，但是我就是王者”。

这种气势、自信显得太过于霸道，但这就是特朗普家族强悍的基因所在，伊万卡的哥哥小特朗普身上有一些父亲自大的影子，但远远称不上强悍，只有伊万卡在这一方面最接近父亲，尽管两个人所表现出来的言行举止大相径庭，但温文尔雅的伊万卡其实也有一颗强悍的心，甚至是一颗强悍的野心，正如她所表示的那样：“我们特朗普家族的人都很争强好胜。”只不过这颗野心在平时看上去很低调。

无论如何，伊万卡都是依靠这种强悍的基因不断迫使自己变得更加优秀，她极度自律、非常勤奋，在社交方面几乎魅力四射，在事业方面则具有很强的魄力。可以说无论在哪一个方面，伊万卡都做得非常不错，这让她看起来更加接近完美女人的形象。但即便是这样的女人，也同样具备一些争议，也同样有人对她的一些言行感到反感，我们只能说在抛开那些争议后，伊万卡在大多数时候还是受人欢迎的，尤其是考虑到她和她父亲特朗普之间的那些鲜明对比，就可以看出伊万卡的素养和智慧的确非比寻常。

有人说有很多富二代比伊万卡更有钱、更漂亮，也更加成功，但是为什么只有伊万卡会获得如此众多的关注呢？事实上，伊万卡的火爆并不是毫无因由的，尽管这和她那个有钱的父亲当选美国总

统有关，但是更和她独特的气质和魅力息息相关，相比于她的兄弟姐妹，她更有资格担当特朗普家族的事业和名声，更有资格代表特朗普家族获得成功，而这也是本书的一个切入点。

事实上，本书大致上对伊万卡的成长作了简单描述，尽量实事求是地对伊万卡的个人特质进行描写。作为一个公众人物，没有人会是完美的，在这里本书无意去讨论伊万卡所面临的那些争议，也无意去深度挖掘隐藏在背后的那些全方位的信息，而是单纯地讲述伊万卡这个人，单纯地讲述发生在她身上的那些事情，以及她所具备的某些特质。由于每个人对于伊万卡都有不同的看法和认识，但本书仅仅代表作者个人的观点。可以说，本书所写的就是一个富二代如何通过自己的努力来获得成功，并打造独特个人魅力的故事。

本书并不是一本自传，也不是讲述人物经历的故事，而是更加侧重对人物某些特质的表现，并通过这些特质来丰满人物的形象。书中的语言比较平实，内容通俗易懂，而且结构比较清晰，读者阅读起来比较方便。需要注意的是，由于所收集到的有关伊万卡的资料并不多，写作的过程中难免会有一些重要的信息遗漏，在此也希望读者能够谅解。



# 目 录

前言 // 1

## 第一章 成长过程中，最值得依赖的永远是自己

第一章  
CHAPTER 1

- 1.起点再高，一切也要从零开始 // 002
- 2.不劳而获的人永远是可耻的 // 008
- 3.修炼内心，接受生活的洗礼 // 012
- 4.成长就是努力让自己变得更加优秀 // 018

## 第二章 丰富而完整的人生应该从梦想开始

第二章  
CHAPTER 2

- 1.勇敢追求自己想要的东西 // 026
- 2.要么不做，要做就一定做到最好 // 031
- 3.重新定位，了解自己究竟想要什么 // 036

4.立即行动，做一个虔诚的追梦人 // 042

5.梦想很脆弱，更需要守护 // 047

### 第三章 CHAPTER 3

## 成功是因为比别人做得更多、更好

1.事业需要一步一个脚印走出来 // 054

2.成功可不仅仅是朝九晚五 // 059

3.克服困难，才能实现目标 // 067

4.只要坚持，你就无所不能 // 073

5.热情是成功的重要保障 // 078

6.细节决定成败 // 084

### 第四章 CHAPTER 4

## 开拓自己的视野

1.做好自己，而不是成为别人的影子 // 092

2.永远不要忘了去思考 // 099

3.要懂得在工作中贴上属于自己的标签 // 105

4.视野越宽广，才能做得越多、越好 // 111

5.不要放过任何一个出现的机会 // 119

6.任何时候，都要善于利用自己的优势 // 126

7.重新塑造，提升自我 // 133

### 第五章 CHAPTER 5

## 家庭才是人生最重要的支撑

1.感恩生活与身边的每一个人 // 140

- 2.平衡好工作与生活的关系 // 146
- 3.在家庭中，再多的爱也不嫌多 // 153
- 4.不要忘了和家人进行互动 // 159
- 5.找到一个支持自己的人生搭档 // 166

## 第六章 尽力让自己成为一个受欢迎的人

CHAPTER 6

- 1.高情商——社交圈里的万能药 // 174
- 2.善良——对待别人的态度决定了自身的高度 // 181
- 3.真诚——没有人会拒绝一个真心朋友 // 187
- 4.宽容——多站在别人的立场上想问题 // 192
- 5.团队精神——赢得尊重的前提 // 197
- 6.协调——权衡利弊，协调各方关系 // 202
- 7.倾听——永远不要忽视别人的话语权 // 208

## 第七章 任何时候都要让自己变得更有魅力

CHAPTER 7

- 1.自然真实——在随性中活出人生的新高度 // 214
- 2.知性优雅——完美展示内在的涵养 // 219
- 3.自信——我就是那个最强大的人 // 224
- 4.乐观——人生没有什么困难是解决不了的 // 231
- 5.快乐——用微笑来迎接每一天的生活 // 236
- 6.稳重——提升自我约束的力量 // 241
- 7.低调——人生最大的奢华 // 247

8. 着装——穿出属于自己的味道 // 252

9. 品位——让生活充满艺术感 // 259

10. 运动——通过运动把握健康生活 // 264

后记 // 269

附录 // 281



## 第一章

成长过程中，  
最值得依赖的永远是自己

我的字典里，没有理所应当，任何  
成功都必须要靠自己去争取。

## 1.起点再高，一切也要从零开始

我们不可能有享受继承的机会。我们从小就没有信托基金。家庭教育告诉我们，没有人会为那种无目的的奢侈生活埋单。

——伊万卡·特朗普

---

1981年10月30日，一个美丽的小女孩出生于美国纽约，对于小女孩的降临，在很多外人看来简直就是一次最幸福的投胎。事实上，小女孩的母亲伊凡娜是当时有名的模特，无论是相貌、身材还是学历都无可挑剔，是大家公认的大美人，而小女孩一出生就继承了母亲的美貌，哪怕只是在襁褓中啼哭的婴儿，大家也都认为她一定是个美人坯子。

小女孩的父亲唐纳德·特朗普则是一个子承父业的地产大亨，

帅气、多金，是当时社会名流中颇为引人关注的成功人士。由于特朗普身家不菲，以至于小女孩一出生就享有21亿美元的财产继承权，就有豪华游艇和一座有140个房间的超豪华别墅。这样的待遇可不是每一个孩子都可以享受到的，可以说小女孩是真正得到上天眷顾的幸运儿。

小女孩的父母都为这个可爱的小宝贝的降临感到开心，父亲特朗普称其为妻子带来的最好礼物，作为一个地产大亨，特朗普行事乖张，但是对于女儿的降生感到非常幸福，这也是他和妻子伊凡娜最甜蜜的时刻。一开始她的真名和母亲一样，也叫伊凡娜，为了避免混淆，母女俩采用了同源变体名，夫妻俩决定给孩子起名为“伊万卡”。这是一个很常见的斯拉夫名字，但对于父母来说，这就足够了，他们希望孩子以后能够像普通孩子一样成长，能够在一个相对平凡的环境中慢慢长大。

无论如何，伊万卡是一个真正含着金汤匙出生的公主，加上出众的相貌，使得她一开始就站在了比绝大多数人都要高的起点上。当然，这并不意味着她就可以像其他富家子弟一样肆意地享受父母给予的一切，可以肆意地当一个任性的小公主。可以说，上天给她安排了最好的家庭环境、安排了最好的父母、安排了最美的相貌，但是剧本却没有按照这样的铺垫写下去——她必须将自己所拥有的一切优势清零。

在富贵之家，孩子们往往会欣然享受父母所给予的一切，这几乎是理所当然的。但是对于那些真正有远见的父母来说，给予孩子一切想要的东西并不明智，让孩子站在一个高起点上也并不合理，尽管与此相对应的是，多数父母都在煞费苦心地为孩子的将来操

心，都在竭尽全力帮助孩子创造一个更高的起点。

2004年，美国心理学研究协会曾对全美30多家贵族学校进行调查，发现那些出身条件良好的学生，往往具备很强的优越感，他们不喜欢吃廉价的汉堡和可乐，不喜欢谈论工作，不喜欢住在宿舍楼里。在言谈举止上，大约有95%的富贵学生具有不同程度的“优越感”，他们更习惯于以自我为中心，更习惯于将自己看得与众不同。而在同年的另一份有关青少年犯罪的报告中，研究人员发现，和贫困街区一样，富家子弟的犯罪率始终居高不下，他们甚至更容易忽视自己对他人的伤害。而一切的根源就在于很多富家子弟都认为自己是独一无二且高人一等的，他们习惯了成为大家关注的焦点，习惯了成为人人追捧的对象，习惯了颐指气使，也习惯了高高在上的那种快感。

美国一些著名的教育学专家认为，家庭教育的失败是导致孩子过度高估自己能力，并习惯性自大的原因，而家庭教育的失败案例在有钱人中更容易出现，她将其称为“被财富引爆的失控状态”。玛丽呼吁所有的父母都要培养孩子正确的认知能力和价值观，要将孩子放在低位来进行培养，而不是想办法为他们提供一切便利。

的确，有个良好的家庭往往会对个人的生活和工作带来很多积极的帮助，至少起点就会比一般人高，所占有的社会资源也要比一般人多得多。不过人生的路终究还是要靠自己来走，每个人都需要依靠自己的力量去生活，父母再有能力也无法完全替我们铺路，对此伊万卡的父母心知肚明，他们可不会随随便便就让子女从小养成坐吃山空，等着吃父母资产长大的坏习惯。

很显然，特朗普和伊凡娜一直都是那种有远见的父母，他们喜



欢伊万卡，而且几乎将她视作生命中最重要的一部分，但这并不意味着他们会在子女教育这件事上纵容自己的情感，会表达出一些愚蠢的、自私的爱。他们对孩子提出的一个基本要求就是让她像一个普通孩子一样成长，这也就暗示了他们不会特意地为孩子提供更多强有力的帮助。

事实也是这样，伊万卡在成长过程中并没有得到太多的优待，她曾在自己的书中提到了一件事情。在15岁左右的时候，她被父母安排在贵族寄宿学校乔特罗斯玛丽霍尔中学念书，这也就意味着她必须住在学校里。这是伊万卡不能忍受的，因为她觉得自己就像是坐牢一样被困在学校里了，而纽约的朋友们则每天都可以自由自在地生活。而且在那个时候，父亲特朗普的地产生意已经风生水起，只要她愿意就可以继续像过去一样住在父亲地产公司建造的大楼里，那几乎是她家族里的一个标签，作为家里的长公主，她没有任何理由不优先享受这一切。

但是父母亲却没有纵容她，而是强调了她只能住在学校里，和其他同学一起安心地适应校园生活。从以前的地产公司大楼到普普通通的寄宿大楼，尽管从住宿的角度来说，并没有任何区别，但是这样的落差对于一个千金大小姐来说自然有些难以接受。为此，她不得不强迫自己改变“我是地产大亨女儿”的优越感，而像其他学生一样安心地住在学校里。那个时候，她突然意识到了一点：“我们必须从全新的角度看待现实世界，包括忍受用别人的名字命名的宿舍楼。”

这句话听上去更像是少女心破裂后的小抱怨，但事实上从那一刻开始，她已经明白了自己的角色定位，那就是一个普通人家