

——时刻改变你的命运，转折你一生的励志经典——

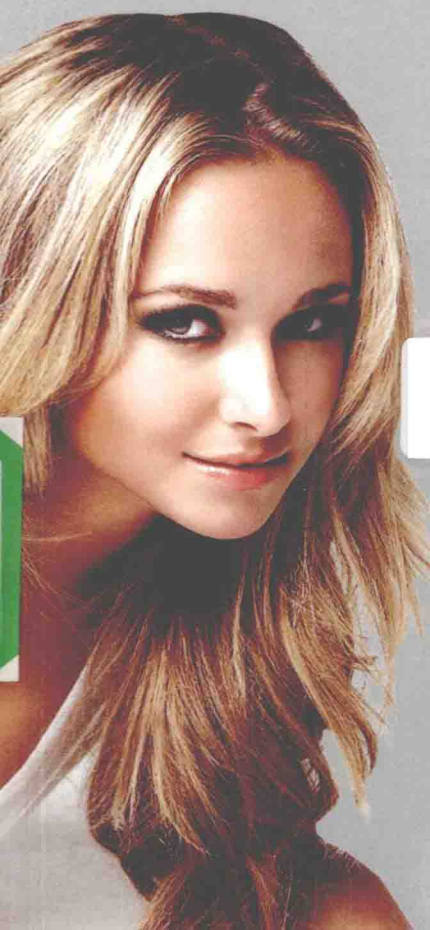
这样做女孩 最命好

改变女孩一生的12堂智慧课

吴静雅 著

前辈用心血换来的金玉良言

教女孩认识自我，完善性格，提升魅力



成都时代出版社
CHENGDU TIMES PRESS

——时刻改变你的命运，转折你一生的励志经典——

这样做女孩 最命好

改变女孩一生的12堂智慧课

吴静雅 ◎ 著

前辈用心血换来的金玉良言
教女孩认识自我，完善性格，提升魅力



成都时代出版社
CHENGDU TIMES PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

这样做女孩最命好 / 吴静雅著. — 成都 : 成都时代出版社, 2014. 5

ISBN 978-7-5464-1053-1

I. ①这… II. ①吴… III. ①女性—成功心理—通俗读物 IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 299288 号

这样做女孩最命好

ZHEYANG ZUO NÜHAI ZUIMINGHAO

吴静雅 著

出品人 段后雷
责任编辑 周 慧
责任校对 李 航
装帧设计 彭 彭
责任印制 干燕飞

出版发行 成都时代出版社
电 话 (028) 86621237 (编辑部)
(028) 86615250 (发行部)
网 址 www.chengdusd.com
印 刷 北京高岭印刷有限公司
规 格 640mm×940mm 1/16
印 张 16
字 数 200 千
版 次 2014 年 5 月第 1 版
印 次 2014 年 5 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5464-1053-1
定 价 29.80 元

著作权所有·违者必究。

本书若出现印装质量问题, 请与工厂联系。电话: (010) 80367007

目 录

CONTENTS

第1堂课

女孩们，早点醒悟才会有好命

1. 醒醒吧，你不可能做一辈子的天真少女 / 001
2. 远离虚假的泡沫偶像剧，小心“中毒” / 003
3. 一步错步步错，从现在开始思考“怎么活” / 005
 4. 不要相信世上有什么“一见钟情” / 008
 5. 不要以为年轻貌美就是最大的资本 / 010
 6. 要想好命，就必须打破思维定势 / 013
7. 从“世俗”出发，不要迷恋所谓“浪漫爱情” / 016

第2堂课

你无法改变出身，但你可以改变命运

1. 不要信命，你才是自己的救星 / 018
2. 不要过分追求完美，世界没有绝对公平 / 020
3. 有梦想，有野心——为自己设定一个远大的目标 / 023
 4. 理性对待自己的缺陷 / 025

5. 年轻女孩必须打破的“五个梦幻” / 027
6. 你无法选择出身，但能够改变命运 / 031
7. 处变不惊，在平凡中寻找自己的不平凡 / 034

❀ 第3堂课 ❀

可以N次恋爱，但千万不可滥爱

1. 不要因为寂寞便随手抓一个男人 / 036
2. 不要在第一次的花前月下就“擦枪走火” / 039
3. 请离有杀伤力的“老男人”远一点 / 041
4. 脚踩两只船，最终会落水 / 044
5. 可以N次恋爱，但千万不可滥爱 / 046
6. 一个“老女人”给年轻女孩的忠告 / 049

❀ 第4堂课 ❀

偷窥：一眼看穿男人的秘密

1. 男人为何总是“吃着碗里，看着锅里” / 053
2. 男人为何偏偏喜欢“坏女孩” / 055
3. 男人是否在乎女孩的“第一次” / 058
4. 男人到底想要什么——来自男人的告白 / 059
5. 男人眼中的“好女孩”是什么样的 / 062
6. 解读男人的征服欲 / 064
7. 左手拿鞭，右手拿糖——再厉害的男人也乖乖投降 / 067

第5堂课

记住：独立是女人最好的妆容

1. 独立的女人更迷人 / 070
2. 别把自己的未来抵押在男人身上 / 073
3. 正确认识自己：成熟女人应该知道为谁而活 / 076
4. 女人们的独立宣言：做我自己 / 078
5. 不断修炼，内涵丰厚才能气场强大 / 081
6. 忍耐一时，成就一世：无论挫折和失败都要坚强 / 084

第6堂课

自信是女人最好的装饰品

1. 别总想着在厨房发展，活出价值更自信 / 088
2. 自信的女人，似一朵优雅的百合花 / 091
3. 美丽让女人骄傲一时，自信保女人优雅一生 / 094
4. 心态决定命运，永远不要看轻自己 / 098
5. 冷静审视自我，不必太在乎别人的眼光 / 099
6. 保护自信乐观，不要在别人的贬损中迷失自我 / 102
7. 自信：三分源自外表，七分来自内心 / 104

第7堂课

通晓处世规则，在人际交往中如鱼得水

1. 女孩行走江湖，切勿锋芒毕露 / 108

2. 学会示弱——人人都有同情弱者的天性 / 111
3. 学会给对方一个台阶下 / 114
4. 不要让自己显得比对方更聪明 / 117
5. 心甘情愿当配角 / 120
6. 不要为了面子，充做“全能女孩” / 122
7. 说话看对象——见什么人说什么话 / 124
8. 准备些“糖衣炮弹”——人人都期望被赞美 / 128

第8堂课

聪明女人不依赖人，但懂得“利用”人

1. “攀龙附凤”——女人的人脉必修课 / 131
2. 愚蠢的女人才会认为“一切靠自己” / 134
3. 贵人相助，麻雀也能变凤凰 / 137
4. 慧眼识人，找出那些隐藏在普通人中的“贵人” / 140
5. 多结交一些优势互补的朋友 / 143
6. 将有影响力的人物变成你的“圈里人” / 146
7. 人情是“吃”出来的——饭局中的学问 / 149
8. 给姐妹的忠告：对朋友你没有必要一视同仁 / 153

第9堂课

不当“拜金女”，但一定要有自己的经济实力

1. 嫁个有钱人，不如自己变有钱 / 156
2. 经济独立，才能让你更有魅力 / 159
3. 有财力的女人才能活出优雅 / 161

4. 通往财务自由的第一步——对钱负责任 / 163
5. 聪明地消费，拒做“buy 金女” / 166
6. 让信用卡成为“可持续幸福”的来源 / 169
7. 聪明女人会投资——钱生钱才能赚大钱 / 172
8. 准备好三大资产，就能一辈子不缺钱 / 175

第10堂课

时尚与心计，让性感与智慧并存

1. 挥金如土，为何换不来真正的优雅 / 178
2. 了解自己的身材比例，凸显气质的要领是扬长避短 / 181
3. 做自己的色彩顾问 / 184
4. 每天出门，请保持出镜般的妆容 / 186
5. 衣橱的秘密——着装是一门艺术 / 188
6. 风情万种，比美丽更胜一筹 / 192
7. 时尚让你永远成为焦点 / 195
8. 优雅不仅仅是穿着与妆容，更是才能与学识 / 198

第11堂课

嫁得好的女孩是块宝，嫁不好的女孩是根草

1. 要嫁的不仅是一个男人，更是一种生活 / 201
2. 婚姻就像穿鞋子，合适才好 / 204
3. 要想钓到金龟婿，就要像金龟一样思考 / 206
4. 十二种不能嫁的男人 / 210
5. 不要让白马王子从你身边溜走 / 218

6. 遇到好男人，倒贴又何妨 / 221
7. 不要相信“奴仆”式的没有尊严的男人 / 224

第 12 堂课

说再多“我爱你”抵不上一句“我娶你”

1. 太容易得到的，男人往往不懂珍惜 / 227
2. 爱情的路上，千万不要让自己母爱泛滥 / 229
3. 爱情不需要委曲求全 / 231
4. 善用你的红颜资本 / 234
5. 深藏不露的女人才让男人浮想联翩 / 236
6. 若即若离，让男人牵肠挂肚 / 238
7. 美貌让男人停下，智慧让男人留下 / 240



第1堂课

DI YI TANG KE

女孩们，早点醒悟才会有好命

1. 醒醒吧，你不可能做一辈子的天真少女

时间是女人最大的敌人，再漂亮的女孩也有美人迟暮的那天，年轻不是我们的王牌，如果把青春拿来寻欢作乐，以为年轻就可以肆意妄为，一再放纵自己，那就大错特错了，因为你不可能一直都拥有年轻，不可能做一辈子的天真少女！

有一天，当你在公车上给小孩让座，他说了声“谢谢阿姨”而不是“谢谢姐姐”的时候，你是不是猛然间意识到，自己什么时候已经成了阿姨级别的人了？你回去后忙不迭地跑去照镜子，发现昨晚熬夜的黑眼圈没有散去，活像个大熊猫；肆无忌惮的大笑撑大了曾经细腻的毛孔，虽然穿着牛仔裤，背着休闲包，可仍旧掩饰不住长大的痕迹，恍然间发觉：我们已经不是曾经的天真少女了！

真不敢相信，昨天还一起上学放学的女同学，转眼就要嫁为人妇，成为某某人的妻子了！拍拍脸，掐掐胳膊，这是幻觉



吗？不是，刚才她还打来电话说要结婚了，惊喜之后是一连串的疑问和感伤：我老了么？我的青春就这样结束了？年轻这张王牌对我已经失效了？

许多年轻的女孩们都预期自己能好命地活到一百岁，以为年轻就是女孩们最大的骄傲和资本，所以二十来岁的时候在那里慢慢吞吞、不慌不忙地玩乐，可是，你们有没有想过，还有多少时间可以这样任你胡来？以后不年轻了又该怎么办？

可有时候，你又会困惑，你忍不住要追问：我到底想要怎样的生活？我在一天天地变老，我会从一个十七八岁的“女孩”变成三四十岁的“老女人”；我想要舒适的爱情，可又觉得自己更适合一个人的生活；我想成为一个干练、权威的职场“白骨精”，但又贪恋校园的生活；我想要一个富足的家和乖巧的孩子，却又觉得太遥远，况且自己也不是那种甘于平庸的人……

然而，不管年轻女孩愿不愿意相信，从你过二十岁生日的那天起，你的生命就彻底发生改变了。从此以后，你要面对的不再是童话故事，而是一个成人的世界，你不能不去接受它。再没有人会因为你还是孩子而不去欺骗你了，你要认清每一个人的嘴脸。

如果这时你还以为自己很年轻，不努力学习、积极生活、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会大打折扣！或许你说跌倒了可以爬起来，有错可以改正，你还有大把的时间可以去实现自己的目标，你还有勇气可以追逐梦想，可你有没有想过，你二十来岁的锐气还可以重来吗？年轻时候浪费的时间还能重新拥有吗？

事实就是这样，梦不是现实，更不是生活，你不可能做一辈子的天真少女，明明现在就可以懂得的道理为什么要等到人老珠黄时才幡然醒悟？既然现在可以没有顾虑地直奔目标，为

什么还要等以后付出双倍的心血，走更多的弯路呢？

所以，年轻女孩们赶快醒来吧，为了让自己成为好命的女孩，请珍惜你的青春，抛弃头脑中一切天真的、不切实际的想法！

2. 远离虚假的泡沫偶像剧，小心“中毒”

一位高中地理老师在课堂上这样问学生们：“你们长大以后最想去的地方是哪里？”100%的女生回答：“韩国！”老师大惑不解地问：“为什么？”女生们脱口而出：“韩国帅哥多，韩国男人体贴，韩国男人温柔……”其实最重要的一点就是——那里没有穷人。

女孩们为什么会得出这样的结论呢？很显然，这是看太多泡沫偶像剧所造成的后果。在现实生活中，确实有许多女孩喜欢让自己沉浸在偶像剧情里，幻想自己像剧中女主角一样美丽幸福，处处有帅哥相陪，处处有帅哥结账买单，而且自己想怎么刁蛮就怎么刁蛮，想怎么撒泼就怎么撒泼，因为每个人都会让着自己的。事实上，她们已经中了泡沫偶像剧的毒而不自知。

每个女孩都喜欢幻想，这本无可厚非，当她们感到现实枯燥乏味时，就需要寻找心理安慰。韩剧为她们提供了一个做梦的空间和对象，剧中总会突然跳出一位王子、一段奇遇和一个完美的结局。里面的男主角往往帅得一塌糊涂，往往非常非常有钱，也往往非常非常浪漫。可现实中真有这样的男人吗？有几个整天不用做事却腰缠万贯的？有几个天生就具备一副杀伤力极强的面孔的？



沉溺在偶像剧中的女孩们却已经把自己融化其中，她们活在浪漫得不可开交的剧情里，想象自己正像女主角一样拥有大房子、名车和百依百顺的帅男人。然而现实中的她们却正处水深火热之中：这个月的工资卡已经透支，甚至没有给手机充值钱。在艰难和看似没有希望的现实面前，这样的幻想实在让人神往，正因如此，偶像剧成了许多女孩们的救星。

偶像剧里的汽车是现成的，想开哪辆开哪辆，不加油也可以跑；房子是现成的，不存在交租金和物业管理费的问题，想什么时候住就什么时候住。或者是已经有另一个主人公帮你处理好这些事情，你所要做的只是尽心尽力地谈恋爱。而这种不食人间烟火的爱情真存在于现实生活中吗？要知道我们是需要物质的，需要用面包来养活爱情。

这种过于迷恋偶像剧的行为，其实是一种对现实的逃避。她们缺乏直面人生的勇气，把自己沉浸在偶像剧中，以为自己就真的很幸福了。这就跟鸵鸟把头埋在沙堆里，自己看不见敌人，就以为危险不存在的道理一样，都是一种自欺欺人的表现。睁开眼看看吧，我们活在一个物质的世界里，我们需要吃饭，需要靠劳动来生活下去，我们不可能天天都只是谈恋爱，生活中更没有那么浪漫和惊喜！

更有甚者，许多偶像剧会以主人公的死作为结尾，女主角一死，男主角必然也不会苟活于世，反过来也是这样。难道我们活在世上只为爱情这一件事吗？扪心自问一下，如果你爱的人真的发生不幸，你会作何选择？你的父母会希望你跟他们一同灰飞烟灭吗？除了爱情，还有很多更重要的事情需要我们来做的，我们还有父母、朋友，还有许多未履行的义务，我们不能只自私地为自己活着，更不能只为自己爱的人活着，难道不是吗？

不仅如此，为了达到最佳表现效果，偶像剧总会刻意拉长时间多集连播，使人不由自主地跟着缓慢的剧情走，这样长期下去就会养成遇事不喜欢动脑子的坏习惯。

而且，偶像剧还会影响你对社会的判断力，偶像剧虽然源于生活，但你绝不能把这个当成沉迷的借口，要了解社会了解生活不能通过这些泡沫偶像剧，它们会像毒汁一样慢慢侵蚀你的内心，当你中毒很深时，你的人生观、价值观、爱情观、生命观都会遭到毁灭性的改变。

可见，泡沫剧实在是种太强烈的毒，所以女孩们不要总在虚幻的影视中找满足了，我们可以心存美好的愿望，可以以此来激发对美好生活的追求，但绝不能把幻想当麻醉剂，作为逃避现实的解脱办法，否则只会是梦里得到了一切，醒来还是在床上！

所以，如果你是一个渴望好命的女孩，就不应该花大把时间沉溺在偶像剧里。你可以把偶像剧当成一种娱乐、放松的工具，但千万不能把它与现实混淆，更不能让它主导你的生活。

3. 一步错步步错， 从现在开始思考“怎么活”

二十几岁的你，也许你刚刚涉入社会，踌躇满志地准备自己的事业；也许你继续学业的深造，在名牌大学里攻读文凭。但是无论你做什么，在自己的脑海里都会构想自己以后的人生。不过二十几岁时年轻的冲动依旧存在，所以年轻的你，眼睛里



的世界仍旧是色彩斑斓的。于是在这个年龄，你会在现实中体会生活的浪漫，你会因为一点点小事而犹豫不决、放心不下。可是当你濒临三十岁时，这些浪漫和小事似乎一下子都消失了。因为人生最美好的时间将要过去时，你总结了自己的感情，查阅了自己的账户却看到了一无所有。想过没有，为什么会这样呢？

因为你的二十几岁走了一段错误的弯路。“人应该怎么生活”？这是诸多二十几岁女孩子的人生问题，如果到了三十岁你依旧思考这个问题，那么这就证明了二十几岁时，你只是在做梦，而没有明确人生的方向。如果你在二十几岁时，拥有创造美好生活的愿望，那么以后的人生你会过得更加有滋有味；如果二十几岁的你总是悲观面世，那么你以后依旧生活在不幸中。而这些生活的选择和你的心理成熟有很大的关系。

也许二十几岁的你，依旧喜欢稚嫩的自己，而不喜欢“世故”成熟的自己，但是只有后者才能让你的人生选择更加理智和正确，得到的幸福也就越多，记住，女人的心理倾向决定生活方向。二十岁的你，需要用理智和成熟为自己的人生定向，而如果你依旧用幻想和稚嫩来面对现实的人生，那么，你的未来只能是失败。在生活中，我们会看到许多幼稚选择带来的失败。

有一个名叫丽文的女孩子，从小学到高中，她都被人羡慕着。她学习很好，每次全国联考，成绩都是三十名以内的。不过，丽文并不是只懂学习的“呆瓜”。她弹得一手好琴，还写得一手好字。高中毕业，丽文毫无悬念地考上了国内最好的大学。初入大学不到二十岁的丽文，就为自己的人生定下了目标：拿到大学文凭，到国外著名大学深造。丽文知道自己在没有实现梦想之前不能为其他事情而分心。

不过，在计划中总会有些意外。而这点意外就成为丽文错误的开始。大二的时候，丽文认识了一个服兵役的男孩子，并且相爱了。两个人爱得如火如荼，为了爱情，丽文放弃了别人羡慕的名牌大学，准备和男朋友一起生活。面对朋友和老师的劝告，丽文说道，连为爱情牺牲的勇气都没有，那么怎么能称为真正的爱情，而没有真正爱情的人，人生价值又在哪里呢？的确“生命诚可贵，爱情价更高”，但是杜撰的爱情并不能让生命充满希望。有人说，爱情让人勇敢，但是也会让人疯狂。

丽文退学以后，男友不久也退役了，但是时日不长，两个人的爱情就烟消云散了。分手后的丽文因为爱情而彷徨起来，曾经的留学计划在不知不觉中放弃了。因为无谓的爱情丽文失去了生活的方向，随着留学计划的“流产”，公务员考试的屡遭失败。当丽文三十岁时，只是一个公司的小职员，工作也不稳定。一步错，步步错，因为一个不能承担起未来的男朋友，丽文放弃了自己的梦想，也因为这次爱情，二十几岁的她成为生活的彷徨者。

世界上到处都是“拥有才华的失败者”，我们总会看到人生失败而又拥有天赋的女人，很多时候，她们会因为一贯的优异而自恃选择的正确，甚至事实已经失败，她们仍是认为这只是“偶然”，依旧错误下去，上面的丽文正是如此。当别人劝告她时，聪明的她用自己的爱情宣言，反驳了人们的好意。正是因为聪明，所以，她不大关注别人的建议，但是这个本身错误的爱情，最终用现实告诉她失败了。所以，要消除这种现象，聪明女孩子要花费更多的时间来“说服”自己的错误心理倾向。

我们知道丽文的失败之一就是没有坚持人生最初的规划。所以，处在二十几岁的你，一定要做好人生的规划，并且坚持下去。



4. 不要相信世上有什么“一见钟情”

什么是爱？什么是一见钟情？对此，也许每个人会有不同的答案。很多女孩都有过这样的经历：偶然在街上，邂逅某个男子，看着他的眼睛，忽然有一种被电到的感觉。这就是所谓的“一见钟情”。

可是，一见钟情就是爱吗？不妨抱着怀疑的态度，摇晃一下你的脑袋，让自己像局外人那样来看这个问题。千万别告诉我，你的闺蜜和某个帅哥一见钟情，如今两个人过着王子公主般幸福的生活；也千万别告诉我，你和你的另一半就是这样，“第一眼就知道对方就是这一生要找的人”。

女孩啊，还是现实一点吧。爱是一种复杂的东西，更多时候，你所体会到的，不过是一种心灵上的刺激罢了。就算你看到了董永，那一刻你也不可能确认自己就是七仙女。所谓的“一见钟情”，说到底，只是一瞬间的感觉。

很多人在爱情的泥潭里栽跟头，就像走路跌倒的熊猫一样，笨手笨脚。她们太注重自己的感受，殊不知，“爱”是相互的，单相思是不会有结果的。“天哪，她真美！我肯定是爱上她了。她冲我笑了，你们看见了吗？这辈子我非她不娶！”可能是文化差异的原因，西方电影里的女主角对于爱情的向往会更强烈，对于爱情的反应也更敏锐。而她们同样免不了要饱受伤害，因为爱情的本质是不变的，那就是两个人付出的爱必须大致对等。否则，最终被抛弃的一定是你。

可想而知，那些一见钟情的人，爱上的根本不是对方，而