

李亚莉 尹娜 [著]
全力PK韩国版畅销书
《20几岁，决定女人的一生》

两位新锐女性作者联袂打造

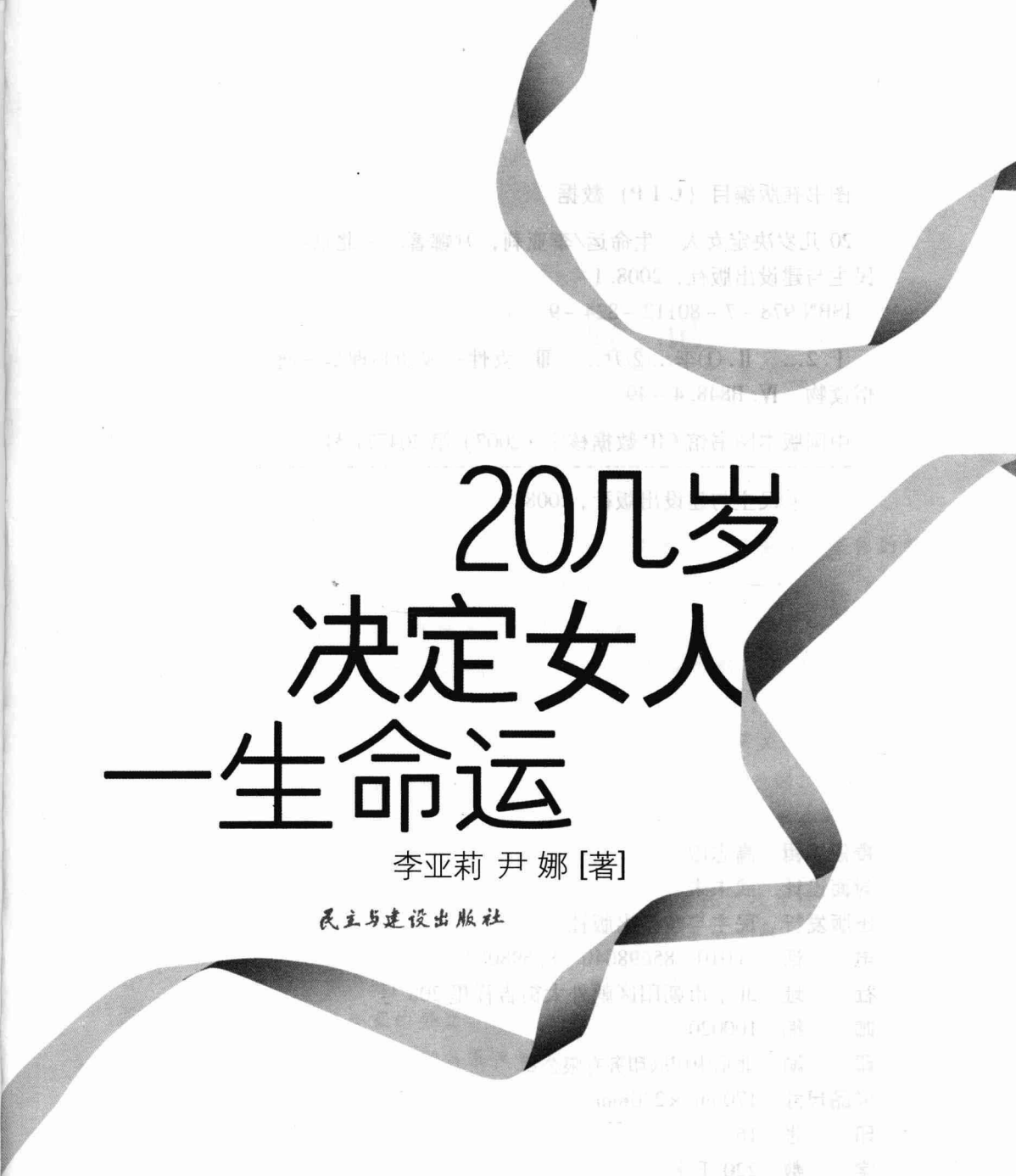
最适合当代年轻女性阅读的时尚励志读本

语言清新时尚 整合前沿观点

20几岁 决定女人 一生命运

女孩 成功要趁早

在二十几岁前赢得未来
20几岁女性把握青春幸福的必修读本



20几岁 决定女人 一生命运

李亚莉 尹娜 [著]

民主与建设出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

20 几岁决定女人一生命运/李亚莉, 尹娜著. —北京:
民主与建设出版社, 2008. 1
ISBN 978 - 7 - 80112 - 824 - 9

I. 2... II. ①李...②尹... III. 女性—成功心理学—通俗读物 IV. B848. 4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 204771 号

©民主与建设出版社, 2008

责任编辑 高志敏
封面设计 武未未
出版发行 民主与建设出版社
电 话 (010) 85698040 85698062
社 址 北京市朝阳区朝外大街吉祥里 208 号
邮 编 100020
印 刷 北京中印联印务有限公司
成品尺寸 170mm × 230mm
印 张 16
字 数 220 千字
版 次 2008 年 1 月第 1 版 2008 年 6 月第 3 次印刷
书 号 ISBN 978 - 7 - 80112 - 824 - 9/G · 370
定 价 25.00 元

注: 如有印、装质量问题, 请与出版社联系。

前言

女人，什么时候最美？

一岁？我们还在襁褓中嗷嗷待哺，若说是纯真那也太过了头。

十岁？这是一个青涩幼稚的年纪。

二十几岁？如花的面庞如花的年纪，让人无话可说的美丽。

三十几岁？走向成熟却也开始黄花渐老，人生是继续上升还是下滑难以理清。

四十几岁？成家立业，孩子渐渐大了，事业也已成定局，人生不再有多少美梦可以再做，这时候的女人开始回忆开始怀旧，对于今后是安于现状还是激流勇进，恐怕雄姿英发的是少数，力不从心的还是绝大多数……

可能一千个人眼里会有一千个哈姆雷特，不同的人会在不同的年纪绽放她最美的一面。但我们却无法否认二十几岁女人的青春与蓬勃向上的美丽。

在二十岁以前，大多数的女子都在父母的庇佑之下读书明理，是父母的“贴心小棉袄”。这时的女人还没有开始自己的人生与理想，还处在生活的准备阶段，无法独立于父母亲人之外，做自己想做的事，只能将自己的心事锁进日记里，做着灰姑娘与白雪公主的美梦。

但当少女走进双十年华，这时的你们已经学业有成，正式踏入了社会，开始自己独立的生活；或者十几岁便已涉世自强的女孩，这时也羽翼渐丰，开始在各方面崭露头角。此时此刻，二十几岁的女性已不再是

当初那扎着羊角辫枕着童话书入梦的小女孩，而变成了用自己的双手创造自己生活的美丽女人。

二十几岁的女人有年轻美丽作资本，可以钓到你梦寐以求的白马王子。

二十几岁的女人才思敏捷精力充沛，正是事业上奋起直追开拓创新的大好时机。“人生能有几回搏”，趁着光阴大好，二十几岁的女人，奋斗应该首当其冲。

二十几岁的女人要有钱，有钱能让你活得更快乐；二十几岁的女人要交际，三十岁后你要靠人脉推动你前进；二十几岁的女人要学会年轻，你要有一种内在状态，帮助你青春不老……总之，二十几岁的女人有无数可能性，可以成为妖娆美人，可以成为职场新锐，可以成为情场俏佳人。

二十几岁的女人，处于幼稚与成熟之间，这使得你们可以犯错误，可以重来，可以一遍又一遍地改写自己的生活。因为这时的女人没有家累，没有负担，生活还是以自我为中心，可以叫嚣“我的生活我做主”。

要知道家庭对于女人的比重远远大于男人，一旦有了家庭婚姻，孩子的抚育、丈夫的起居、柴米油盐的斤斤计较，家庭会难以回避地成为女人的重心所在。二十几岁的女人可以说是一个自我的贵族，你们可以完全为自己而活，你们还有年轻的借口，还有游戏的资本，不必过早地拘泥家庭，承受拖累。

这时的女人可以全力以赴毫无顾忌地冲刺自己的人生和事业。这时的女人虽然独立，但却还可以向父母撒娇，与男友耍赖，跟朋友笑闹，当遇到不开心的事情时还可以向亲人朋友求援。父母亲友也会尽心尽力地帮助你们，因为二十几岁的女人还不够成熟，还可以原谅，还让人牵肠挂肚。

但若过了三十，女人便无法这样轻松自在。

贴上三十岁标签的女人若是还嫁不出去的话就会大幅贬值，嫁出去的却没嫁好的则容易变成“黄脸婆”，即使有一个幸福的家庭也容易被家的温柔“杀死”，所有“雄心”都变成了锅碗瓢盆。而此时的女性还想赖在人家怀里撒娇，那味道你好受，别人也不好受。

由此可见，若是二十几岁还不能打好人生的脉络，三十岁以后的人

生就会很难翻盘。

二十几岁没有嫁得一个好丈夫，以后的日子可能就会很辛苦。

二十几岁没有自己的事业，只是一只圈在笼中的金丝鸟，三十岁以后更不容易独立，以后的日子只能是“寄人篱下”，“脚踩西瓜皮，滑到哪里算哪里”。

二十几岁没有个性没有挥洒的青春，三十岁后也注定平庸无奇，当一辈子无人问津的灰姑娘，但是绝不可能再碰见改变命运的白马王子。

二十几岁不能历练出自己美丽的女人，三十岁以后也不可能会老树新花，最大的可能是势利短见，直接走向衰老。

人生是一场修炼，女人若想成精成仙，二十几岁正是打通“任督”二脉的最佳时间。

盛年不复，一日难晨。

花堪折时直须折，莫待花落空折枝。

女人，若想富有，不被贫穷所缭绕，若想绚烂，不被枯燥所掌控，若想幸福，不被生活所抛弃，若想快乐，不被忧郁所压倒，就要抓紧时间好好为自己的人生谋划，不要在二十几岁的时候还做一个懵懂的孩子，做着不实际的白日梦，无限制地挥霍青春，等到芳龄不再才来唉声叹气，对月发愁。

《二十几岁，决定女人一生命运》是继韩国南仁淑女士《20几岁，决定女人的一生》后的中国版的二十几岁女人励志专书。这本书延续了前书实用精到的叙事特点，带着中国人自己的视野，与大家共同探索二十几岁女人生命的奥秘与人生幸福的秘诀。本书叙事生动活泼，语言优美风趣，风格清爽时尚，没有长篇冗长的赘述，没有空洞呆板的说教，有的只是悉心的关爱和亲密的谈心。

生命的奥秘说深奥其实又简单，说简单内涵却又深邃，全看你是否悟透内中精要。悟透了烦恼全无，适意清透；悟不透，忧谗畏讥，苦不堪言。二十几岁的女人懂得享受，靓衣美食犒劳自己，可是旅途漫长，今后的日子你是否能够笑到最后并且笑得最好？忧患是需要的，思索是难得的，探讨更是至关重要的。生命不长，只在“白驹过隙”，瞬间而已；生命不短，只要你把握分分秒秒，你照样可以美得奢华、绚烂悠远。

二十几岁，决定女人的一生。为了一生的幸福，你需要奠定根基。

站得高才能看得远，你要统观全局，才能步步为营，凡事了然于心，你便能行动自若、谈笑风生。

《二十几岁，决定女人一生命运》就是这样一本书，它站在生命与生活之巅，立足二十几岁女人的现状实情，与您一起探讨生命奥秘，带着读者走出迷茫与盲从的人生误区，给年轻女性一个正确的精神指引和行动要领，与年轻的女性读者共赴一道智慧、美丽、激情、快乐的青春盛宴。愿此书与你共勉，为您的生活锦上添花，为您的成功推波助澜，为您的困惑指点迷津，为您的进步与成功摇旗呐喊、鼓劲助威！

目 录

- 1 **第一章 幸福的钥匙就在你的心灵里**
- 3 上帝的耳朵听不到你的梦幻感言
- 3 生活里没有灰姑娘的金色爱情
- 5 靠自己的双手才能撑起一片希望
- 8 生活在变化中多姿多彩
- 8 二十几岁了,青春经不起你的一再蹉跎
- 10 长得漂亮不如活得精彩
- 13 打开心扉,让理想自由飞翔
- 13 解开“自我设限”的心结
- 15 有了想法就远航
- 17 带着诗意的心灵上路
- 17 青春的根扎在灵魂里
- 19 听梦想在心头呢喃细语
- 21 跟随优雅的心灵翩然起舞
- 23 身在红尘,清高需要弯下腰来
- 23 女子无“德”便是“才”
- 25 从清高的云端回归世俗
- 27 “秀”外“慧”中交织生命最美的旋律
- 27 在理性与感性间水乳交融
- 31 聪明就要不过头,过头的女人不聪明

- 35 **第二章 追求好命,投资让人生异彩纷呈**
- 37 良好的形象是高贵生活的代言人
- 37 美貌是女人的使命

目录

- 39 没有丑陋的女人,只有懒惰的女人
- 40 美丽人生从姿态开始
- 44 穿衣决定着你的成功或失败
- 46 追求高品位,做精品女人
- 46 品位不关金钱的事
- 48 你至少有一样要很在行
- 50 女人越“秀”越有品位
- 55 三十岁前靠外貌,三十岁后靠味道
- 55 没气质的女人没魅力
- 58 才情比丽质天成更可贵
- 61 温柔是女人的百变武器
- 63 女人靠实力赢得世界
- 63 “知本”创造“资本”
- 65 读书是成功的捷径
- 67 投资健康,为幸福买“保险”
- 67 年轻时的健康债,年老了要还
- 68 美丽可以拿健康交换吗

- 71 第三章 事业是女人赖以生存的根本
- 73 不必做“强人”,但一定要做强者
- 73 女人要将卑微踩在脚下
- 75 找到了目标你就成功了一半
- 77 好好工作才能保障幸福
- 78 选对舞台才能演出风采

目 录

- 78 你是否真正认识自己
- 80 什么样的平台会适合你
- 84 工作中没有人会把你当做女人
- 84 给自己一个悬崖
- 85 做更加专业化的职业女性
- 87 出人头地的女人才有办法
- 87 事业成功的 11 条必胜攻略
- 90 职场丽人如此晋升

- 93 第四章 学会幸福,才能享受幸福
- 95 不要把生命当成一场苦旅
- 95 不是吃下了苦就能得到甜
- 97 贤淑的女人苦不苦
- 99 幸福不可以“零存整取”
- 99 不要等到“攒”下了所有的苦再来享受幸福
- 101 世事本难完满,何必让人生在痛苦中轮回
- 102 泅渡苦闷的冰河,让阳光与心灵同行
- 102 不被渺茫的心绪所困扰
- 103 播下烦恼收获烦恼,播下欢愉收获欢愉
- 105 不要无限放大自己的悲伤
- 106 幸福不在于拥有得多,而在于贪求得少
- 106 俯视,你会看到另一番风景
- 108 体悟心灵的静趣
- 110 简单即是幸福

目录

- 112 为了生活,女人需要一些“傻气”
- 112 “糊涂”是心灵的良药
- 113 最大限度地宽容别人和自己
- 115 你的付出让你更快乐
- 117 懂得感恩的女人是真正懂得幸福的女人
- 117 感恩是上帝赐予女人的礼物
- 120 感谢折磨你的人,他们令你更动人

- 123 **第五章 有钱的女人才能过快乐生活**
- 125 女人说到底就是要有钱
- 125 女人一定要有钱
- 128 财务独立才能获得真正的独立
- 129 女人“爱”钱,钱才来
- 132 有经商头脑的女人更容易有钱
- 132 你的头脑就是你最有用的资本
- 135 借助女人的直觉
- 136 学会理财,胜过嫁给亿万富翁
- 136 为自己补一堂理财课
- 139 存钱不是开个户就行了
- 142 女人这样投资赚大钱
- 144 女人要会赚钱,更要会花钱
- 144 给你的购买欲把把关
- 146 别让商家把你当“猴”宰

目录

- 151 第六章 二十几岁的女人，怕就怕“未老先衰”
- 153 别让雨下到灵魂里
- 153 不要让烦恼染黑你的整个生活
- 155 失意时也不要向别人大吐苦水
- 157 面向阳光，将阴影抛在身后
- 159 衰老源自视野的局限——让微笑映亮青春
- 159 女人容易只看脚下的路，所以走得累
- 160 不做郁郁寡欢的“林妹妹”
- 162 笑到最后便能笑得最好
- 164 温室里的“花朵”凋零得早
- 164 “恋家”的女人易变老
- 166 眷恋“安稳”是青春最大的杀手
- 168 “平淡如水”的生活令心灵荒芜透顶
- 168 不疯魔不成活
- 170 用激情点燃生命
- 173 第七章 趁着年轻，让人脉为你搭建成功之路
- 175 社交之路就是成功之路
- 175 不善交际的女人无法适应社会
- 177 有人脉的女人更容易成功
- 178 你需要建立自己的交际圈
- 181 女人的陋习让女人的交际一败涂地
- 181 自以为是的女人没人爱

目 录

- 183 越较真越讨人嫌
- 184 散布他人隐私的女人被人防
- 186 “透明”的女人易遭风险
- 188 女人成功要靠“手腕”
- 188 借助贵人的力量往上走
- 190 能说会道的女人走遍天下
- 191 货好更要会吆喝
- 195 你喜欢别人,别人才会喜欢你
- 195 人人都希望看到你的微笑
- 197 拥有一双会听话的耳朵胜于千言万语
- 199 赞美是最便宜的人际投资法

- 201 第八章 婚姻非同儿戏,选择决定终身
- 203 嫁得好的女人是块宝,嫁不好的女人是根草
- 203 嫁错男人,一辈子受苦受累
- 205 嫁得好的女人才会越来越好
- 206 天涯何处无芳草,何必将“烂牌”打到底
- 207 嫁人还是要趁早
- 209 风雨不定的爱情难有善果
- 209 没有爱情不行,没有面包万万不行
- 211 要嫁就嫁爱你的人
- 213 婚姻其实就像炒股票——你的命运你下注
- 213 想赢大的,先掂量自己的本钱

目 录

- 215 不怕赔的就买“垃圾股”男人
- 217 要嫁就嫁“潜力股”男人
- 220 好女人不会没人爱
- 220 “贤妻良母”是好女人永远的看点
- 222 放开他的人,网住他的心
- 225 女人越“坏”,男人越爱
- 225 爱他就告诉他
- 227 得不到的女人最可爱
- 229 玩转男人的女人永远把自己放第一位
- 231 男人重感官,女人重感觉
- 231 男人因性而爱,女人因爱而性
- 234 “性感”就是硬道理
- 236 会调情的女人“性”力十足
- 237 身体,天堂地狱只在一线之间
- 241 后记



第一章

幸福的钥匙 就在你的心灵里

第一章

心灵的状态决定了一个人生命的基本状态。疲惫、厌弃、麻木入住心灵，看到的世界必定混沌污浊、一潭死水；希望、鲜活、敏锐、热情住进心灵，感知的世界必是春色遍野、生机勃勃。心是自我起跳的杠杆，二十几岁的女人要掌舵命运，先要改变自己。

上帝的耳朵听不到你的梦幻感言

生活里没有灰姑娘的金色爱情

女人天生爱做梦，尤其是爱情的梦，不仅是女人在做梦，整个社会都在帮着女人编造这个梦。韩剧里英俊潇洒的才子爱上温柔可人的贫家女，童话里权倾天下的王子（未来的国王）娶回“忍辱负重”的“灰姑娘”，总之种种的美，让女人一下子“咸鱼翻身”，“小麻雀”飞上枝头变凤凰。但是，生活毕竟不是梦幻，是实实在在的由权势、财力、地位构成的现实经济关系。马克思说过，客观制约主观，经济基础决定上层建筑，你既然生活在社会群体的大环境之中，“天网恢恢”你怎么会轻易逃出社会这张网？

女人总把男人幻想成自己的救世主，把婚姻当成自己的保险柜，以为碰上了好男人就能“时来运转”、“脱胎换骨”。女人把太多的时间用在了献媚、讨好男人上，费尽心思地想要诱惑、迷倒、“圈住”男人，最好是让他一辈子都对自己“爱”得死心塌地——“爱情”是女人最大的“筹码”或追求，男人是女人生命中头等重要的大事业。女人不厌其烦地“涂脂抹粉”、不辞辛劳地“逛街淘衣”、不怕做作地“搔首弄姿”，甚至不顾性命地要进整容院“以身试刀”，目的都是一个“男”字。可惜的是，女人的力气用错了地方。爱情虽好，却不一定成就婚姻。女人享受爱情，但并不该指望爱情能给她带来许多实际的收益。爱情是感性的，但婚姻却并非只有感性，许多时候，它偏重的是一种“现实利益”的“合理”结合。就好比历史上许多的“政治联姻”，或是大家族之间的“门第结合”，反映的正是这样一种经济实质。即使人类进入21世纪，这种现实也依然在延续着。

下面，让我们来具体分析一下。