

张涔汐著

ZHANG CEN XI
WORKS

你的努力，
是为了遇见
更好的自己

M E E T

Y O U R S E L F

婚前不努力，婚后徒伤悲
真正的安全感，来自于自己的强大和自信
只有成为更好的自己，才能遇见所有的幸福和美好

张涔汐 著

ZHANG CEN XI
WORKS

你的努力，
是为了遇见
更好的自己

SPM 南方出版传媒 广东人民出版社

广州



图书在版编目(CIP)数据

你的努力,是为了遇见更好的自己/张涔汐著. —广州:

广东人民出版社, 2018.2

ISBN 978-7-218-12387-5

I. ①你… II. ①张… III. ①散文集—中国—当代

IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第300222号

Ni De Nuli, Shi Weile Yujian Genghao De Ziji

你的努力,是为了遇见更好的自己

张涔汐 著

 版权所有 翻印必究

出 版 人: 肖风华

策划编辑: 王湘庭

责任编辑: 王湘庭

封面设计: 居 居

内文设计: 友间文化

责任技编: 周 杰 吴彦斌

出版发行: 广东人民出版社

地 址: 广州市大沙头四马路10号(邮政编码: 510102)

电 话: (020) 83798714(总编室)

传 真: (020) 83780199

网 址: <http://www.gdpph.com>

印 刷: 珠海市鹏腾宇印务有限公司

开 本: 889毫米×1194毫米 1/32

印 张: 8 字数: 150千

版 次: 2018年2月第1版 2018年2月第1次印刷

定 价: 39.80元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与出版社(020-83795749)联系调换。

售书热线: 020-83795240

01

第一章 我为什么不相信成功学

为什么要给自己定位 / 002

哪几类人不会给自己定位 / 010

做一个有自知之明的人 / 016

我为什么反对成功学 / 026

为什么你如此努力，却依然那么穷 / 032

要想成功，先学会沉淀 / 036

你不努力，永远也别指望别人对你公平 / 040

所谓的运气，只不过是比你更努力 / 045

02

第二章 不是每个女孩的青春都是资本

姑娘，不是每个女孩的青春都是资本 / 052

女人，你要学会的是增值自己 / 058

女人该如何投资自己 / 063

女人该有的资本有哪些 / 073

不会理财的女人，永远只是金钱的奴隶 / 084

经济能力是女人挺起腰杆的资本和底气 / 089

你积累了多少资本，就有多淡定的人生 / 095

你的美貌是招牌，但不是人生底牌 / 100

你努力迎合别人的样子好丑 / 106

C O N T E

03

第三章 你的情敌在看书

读书无用论到底害了多少人 / 112

你的情敌在看书 / 122

为什么你读了那么多书却一无所获 / 127

要学会独立思考，请远离碎片化阅读 / 133

总会有人为你的优秀买单 / 137

如何成为一个有见识的女人 / 143

静妃才是《琅琊榜》女人当中的赢家 / 150

04

第四章 走不进灵魂的爱，再努力也苍白

太懂事的女人，没人把你当回事儿 / 158

婚姻的最高境界是共修 / 163

所谓的白头偕老，其实就是相互回报 / 169

好的婚姻，可以无爱，不可无情 / 173

走不进灵魂的爱，再努力也苍白 / 179

姑娘，请嫁给你增值的男人 / 184

婚姻需要旗鼓相当，势均力敌 / 190

离婚不是放弃自己的理由 / 198

C O N T E

05

第五章 如何活出“高级感”

活得有质感的女子一定更有情怀 / 204

女人你必须精致，因为这是你的尊严 / 210

身为女人，如何活得更质感 / 215

你的见识胜过你身上的名牌 / 223

你离“气质”有多远 / 228

如何成为一个有魅力的女人 / 238

女人的光芒是靠自己塑造的 / 244

01

第一章 我为什么不相信 成功学

为什么要给自己定位

哪几类人不会给自己定位

做一个有自知之明的人

我为什么反对成功学

为什么你如此努力，却依然那么穷

要想成功，先学会沉淀

你不努力，永远也别指望别人对你公平

所谓的运气，只不过是比你更努力

为什么 要给自己定位

你想成为什么样的人，你将成为什么样的人。

——（法）莫泊桑

所谓的定位就是给自己制定目标，给人生作出切实可行的规划，并且制订出详细计划完成目标。

很多人没有自我定位的意识，简单地讲就是从来没有思考过要给自己的人生做规划、定目标、定计划，浑浑噩噩地过日子，走到哪里算哪里。毫无计划，毫无目标，等到不惑之年或者知天命之年突然间一夜惊醒，自己的人生被时间这把杀猪刀剁掉了一大半，而原本很多想要做的事情却只能成为遗憾。大部分人只能无奈感叹蹉跎了岁月，再看看现状，上有老，下有小，家庭

有很多责任尚在，却没有丝毫的精力去做自己想做的事情，更没有任性的资本。

更有甚者，浪费了自己大好的青春年华，毫无头绪地度过了关键的前半生，最后一辈子过去了却一事无成。虽然上帝是公平的，每个人一年都是365天，每个人都有青春年华，但是每个人利用时间的智慧不一样，得到的结果也不一样。

所以，我们会发现很多人有中年危机感，感觉什么都没做，人生都快过去一半了，只能眼睁睁地看着身边的亲友过着舒服轻松的日子。这些人年轻时大多是努力奋斗，已经为晚年生活打好了坚实的基础，所以他们可以潇洒地享受晚年生活。

据说哈佛大学曾对一群智力、学历、环境等客观条件都差不多的年轻人做过一个长达25年的跟踪调查，结果发现：第一类人，即占总数27%的人，没有目标；第二类人，即60%的人，目标模糊；第三类人，即10%的人，有清晰但比较短期的目标；第四类人，即3%的人，有清晰而长远的目标。

以后的25年，这四类人分别开始了自己的职业生涯。25年后，哈佛大学又对这些调查对象进行跟踪调查，发现他们的职业和生活状况发生了很大的变化。

第四类人：3%的有清晰且长远人生规划的人，25年来几乎不曾更改过自己的人生目标，并且为实现目标做着不懈的努力。25年后，他们几乎都成了社会各界顶尖的成功人士，其中不乏白手起家的创业者、行业领袖和社会精英。

第三类人：10%的有清晰短期人生规划者，大都生活在社会的中上层。他们的共同特征是，那些短期人生规划不断得以实现，生活水平稳步上升，成为各行各业不可或缺的专业人士，如医生、律师、工程师、高级主管等。

第二类人：那60%的人生规划模糊的人，几乎都生活在社会的中下层，能安稳地工作与生活，但都没有什么特别的成绩。

第一类人：27%的没有目标和规划的人，几乎都生活在社会的最底层，生活状况很不如意，经常处于失业状态，靠社会救济生活并且常常都在抱怨他人、抱怨社会、抱怨世界。

其实，他们之间的差别仅仅在于，25年前，他们中的一些人知道自己到底要什么，而另一些人则不清楚或不很清楚。未来的人生道路一片空白，需要你去填充，灿烂与否，绚丽与否，取决于你的人生规划和你的选择。

那么定位的好处是：

第一，有清晰准确的人生目标，不随波逐流，不浪费时间。

很多人没有人生目标，走了不少冤枉路，穿的是自己的鞋，走的却是别人的路，辛辛苦苦若干年，最后却是一场空。并非他们汗水流得比别人少，也并非他们没有心怀上进之心，主要是没有方向，原地踏步。因为没有目标，又不愿独立思考，只好开启“羊群效应”，随波逐流，宛如浮萍一样，随时改变自己的方向。

我的同学小娜就是典型的例子。刚上大学的时候，我学习的是工商管理，属于经济学科，为了以后的发展，我业余参加了会计专业的培训，报了辅导班。她学习的是护理专业，看着身边很多同学报了会计，觉得好像有用，也跟着参加学习。当时我们都觉得她上进心强，可后来感觉根本不是这么一回事儿。

最后我们都学出来了，她却什么也没学到。参加工作时，同学们都找到了自己工作的方向，而她还是不知方向天天混日子，后来看到其中一个同学工作的那家企业轻松，就去面试。因为门槛低，所以她也顺利地应聘上了那份工作。

再后来，公司里有位关系不错的同事离职，那位同事是回老

家结婚生子，她也莫名其妙跟着人家离职了。接着同事顺利结婚生子了，老同学已经晋升为部门经理，而她却稀里糊涂失业了。

接着另外一个同学说旅游挺不错，看她天天闲着在家没事儿干，给她指了个方向，她立马感觉有了方向，就去面试。公司要求不高，所以她的面试也算成功。再接着，那位同学去考了导游证，说在这个行业待着，以后可能会有用。于是她也准备考导游证。后来人家证书考到了，她却连书的扉页都没碰过。后来那位同学离职出去旅游，她就不知怎么办了，天天忧郁。

和我们一起的同学在离校的几年都已经打下了坚实的事业基础，而她仿佛还是无头苍蝇，不知怎么办。从开始到现在我们都没看到她对自己的人生有过规划，哪怕短期的也没有。这样的姑娘也不是不努力，她特别地努力，而且孝顺，但是总让人感觉有些缺脑子。

长此以往，我们可以想象，若干年之后她会不会就是哈佛大学调查结果当中第一类人的状态：一事无成，满腹牢骚，却永远不会真正去改变自己。

所以，要有自己的目标才会做到不随波逐流，不浪费时间，不浪费青春。

第二，有自知之明，增加幸福感。

有很多人本来只是一介凡夫命，却非得操着皇帝的心，这叫作心比天高，命比纸薄；也有一种人整天满腹怀才不遇、生不逢时的忧伤，实际上是自己的定位不准，却没有自知之明，简单讲是才华配不上梦想，实力配不上野心，就像电影《立春》里面的女主角一样。

《立春》的女主角王彩玲（蒋雯丽饰演）因为自己唱歌不错，就把自己定位成歌唱家，见谁都是俗人一个，只有自己是艺术家。她生活在北方一个小县城里，自命不凡地认为自己要唱到法国巴黎。她自认为在艺术上高人一等，容貌却真的是不敢恭维，到了婚龄拒绝县城媒婆的提亲，自认为属于大城市。去北京考试，一次次失败，现实的残酷把她一次次打入谷底。最后她的性格变得很孤僻。人到中年，青春不再，无奈地向现实妥协，最后沦落到在菜市场卖猪肉解决生计问题，领养了一个有残疾的女儿，共度余生。

整个电影看得我内心有些沉重，觉得这个主人公有些可悲。人活着的确有自己的梦想，但是梦想的实现必须结合自身情况，切合实际。很明显，《立春》里面的女主角王彩玲根本没

有考虑到现实。

很多人像她一样，觉得嗓子不错就可以当歌手了，能画画就可以当画家了，能写几篇不咸不淡的文章就能当作家了。有些梦想不是我们努力就能实现，它需要的不仅是天分，还有身边的助力，你的资源，你的人脉，这些都是不可或缺的实力。

另外别把爱好当成天赋，有些人盲目相信天赋，最后如何努力也没有成就。有多大的能耐，干多大的事情，脚踏实地，切合实际地给自己定位。我相信上帝不会辜负这样的人，很多人的“怀才不遇”都是源于没有自知之明。

第三，做事有动力，行事有方向。

有了正确的目标定位，我们才会在实现目标的过程中发挥自己的特长，挖掘自身的潜力。如果把人生的过程当作航海，那么目标和方向就相当于海上的灯塔。

当你懒惰的时候，目标就是压力，督促你学习。任何一个资本的积累都是一个长期的过程，学过英语的人都应该明白积累的道理。

每天10个单词，一年就是3600多个单词，给自己一个目标，这样可以克服懒惰的心理。如果没有目标，很可能学习了一个月后就热情消退，最后打回原形。

人生也一样，给自己一个目标，如28岁前实现存款30万或20万。有了这样的动力，你工作的时候就不会懈怠，即便最后没有如期完成，相信你的人生也会受益匪浅。

给自己一个切合实际的定位，做一个可行的规划，全力以赴去坚持，最后才会给自己的人生一个完满的交代！