

成长是金
经验是金
年轻是金

人生金书

我的青春
不抓狂

把握住20几岁的青春时光
你就能获取一生的幸福

— 插图 · 精读本 —

20几岁 决定女人 的一生

赵广娜

华夏出版社

张外借

—插图·精读本—

A dark brown silhouette of a woman's head and neck, facing right. The hair is styled in a bun. The title text is centered within the silhouette.

20几岁 决定女人 的一生

赵广娜
—著—

华夏出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

20几岁决定女人的一生：插图精读本 / 赵广娜著. —北京：华夏出版社，2014.6
(人生金书)
ISBN 978-7-5080-8092-5

I. ①2… II. ①赵… III. ①女性—成功心理—青年读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第070964号

出品策划： 华夏书轩

网 址：<http://www.huaxiabooks.com>

20几岁决定女人的一生 (插图精读本)

著 者 赵广娜
责任编辑 郭 森 孟令爽
封面设计 思想工社
排版制作 思想工社
图片来源 壹图
出版发行 华夏出版社
(北京东直门外香河园北里4号 邮编：100028)
总 经 销 新华文轩出版传媒股份有限公司
印 刷 北京市松源印刷有限公司
开 本 880mm×1230mm 1/32
印 张 7
彩 插 8页
字 数 156千字
版 次 2014年6月第1版 2014年8月第1次印刷
定 价 25.00元
书 号 ISBN 978-7-5080-8092-5

本版图书凡印刷、装订错误，可及时向我社发行部调换



变化起来，你就能 改变命运

20 几岁的女人，没有天定的命运。

只要守护住自己心中的梦想，付诸努力，
人生便永远在自己的掌控之中。

P₀₁₉

变化起来，
你就能改变命运



开始把**成功** 装进**脑袋**里

女人就是要靠自己，即便你没有显赫的背景，没有惊人的外貌，
你也完全可以凭借自己的智慧和勇气成功。

P075 开始把成功
装进脑袋里

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com



有事业 才有精彩人生

20 几岁的女性应该自踏入职场那一刻起，就开始对自己的职业生涯进行规划。这样，你才能在未来的发展道路上做到有的放矢。



你对生活**微笑**， 生活就会对你微笑

20 几岁的女人，不管在生活中境遇如何，只要你能一如既往地敞开心扉，驱散心灵的阴云，让阳光穿行，那么黑暗将与你绝缘，你将会生活在快乐舒心的氛围当中。

P107

你对生活微笑，
生活就会对你微笑



爱世界 也是在爱自己

世间的事就是这样，如果你改变不了世界，那就改变自己吧。换一种眼光去看世界，你会发现所有的“折磨”其实都是促进你成长的“清新氧气”。

P₁₂₃

爱世界也是
在爱自己



经济独立才可以过上 **理想**的生活

20 几岁的女性要想在家庭和社会中站稳脚跟，
必然得经济独立。愈早开始追求经济独立，
愈能够让你在人生道路上不迷失自己。



女人的一生就是 **宠爱**自己的一生

20几岁的女人，无论身处何境，都应点燃自信的火炬，这样才能激发生命的潜能，创造无限美好的生活。

P₁₇₉ 女人的一生就是
宠爱自己的一生



女人要懂得 **幸福**的奥秘

我们幸福和快乐与否，在很大程度上取决于我们的心灵所养成的习惯。
保持欢畅的心境，养成快乐的习惯，
生活就会变得更加精彩。

P₁₉₉

女人要懂得
幸福的奥秘

成长路上，有我相伴。
向上吧，青年！

前言

P R E F A C E



20几岁的女人，
靠什么成就一生？

靠势不可当的美丽？

靠活力四射的身体？

靠特立独行的心性？

靠聪明绝顶的智商？

靠步步高升的事业？

靠噼里啪啦的钞票？

那么，一切照单全收！

二十几岁的女人，你们有没有意识到，你自己就是一个天然的、巨大的宝库？你无须费尽心思去取悦男人，不必为生在寒门而怨天尤人，不要妄自菲薄不够聪明，更不该望镜嗟叹“长得愧对观众”。其实上苍给你的已经足够，只看你会不会运用。你的眼睛，你的嘴巴，你的手，你的脚，你的大脑，你的心性，这些都是你创造幸福的原始资本。

看事物，不同的角度会有不同的风景，你要做的，只是重新审视自己，重新认识人生。你现有的一切已经足够，问题只在于你怎样去排列组合。我们知道，相同的分子，不同的排列，会产生不同的事物。同由碳元素构成，但不同的组合方式，便产生了石墨与金刚石两种截然不同的物质。同理，你现

有的一切，换个方式运用，是不是也会大相径庭？答案是肯定的。

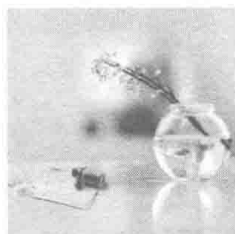
作为女人，要想拥有自尊，就要独立，不依赖男人；作为年轻人，要想未来的日子美满如意，就要未雨绸缪，及早准备；作为现代人，要想赢得漂亮、活得潇洒，就要参与竞争，不断学习；作为一个生在现代社会的二十几岁的女人，要想幸福快乐、美丽一生，就要“插上电源”，不断充电，不断突破，积极热情地投身于生活。

作为一本专为二十几岁女性打造的青春励志宝典，本书没有连篇累牍的赘述，没有空洞严肃的说教，有的只是妙趣横生的叙述和睿智机敏的谈笑；没有拐弯抹角的影射，没有含蓄高深的论述，有的只是一针见血的揭露、机智幽默的点评、轻松愉悦的表述，如清冽绿茶，又似浓香咖啡，令你于茶余饭后，卧榻之侧，或随意浏览，或细细品味，皆能赏心悦目，开悟清神。

“临渊羡鱼，不如退而结网”，自己的幸福应该自己做主，自己的前途还得自己买单。拥有这本别出心裁、与众不同的女性励志书，相信你在研读之后，将会对人生有一个全新的认识，对未来有一种清醒的把握。那么，还等什么，赶快与我们一道加入这场充满智慧与美、激情与活力的美妙盛宴吧。

目录

CONTENTS



Chapter 1	谁说女人是弱者 … 002
女人的世界里， 男人靠边站	做“她世纪”的宠儿 … 006
	男人绝不是女人的救世主 … 009
	女人一定要独立 … 013
	靠男人不如靠工作 … 016
Chapter 2	听从心灵的呼唤 … 020
变化起来， 你就能改变命运	做个“野心”勃勃的女人 … 025
	不管怎样，“动”起来再说 … 030
	跟随视线远眺 … 034
Chapter 3	女人用美丽征服世界 … 038
美，是一种深刻的 生存哲学	谁都可以成为美女 … 043
	穿出你的个人风采 … 046
	粗俗会毁了 you 的一生 … 049
	女人味帮你“俘获”男人 … 052
	魅力保鲜靠才情 … 056

Chapter 4	拥有健康的身体就能拥有一切 … 062
健康的身体 是女人一生 最大的本钱	美丽与身体的较量 … 065
	越运动越健美 … 069
	做营养美人 … 072

Chapter 5	知识改变女人的命运 … 076
开始把成功 装进脑袋里	没有做不到，只怕想不到 … 079
	看到不一样的风景 … 083
	创新更容易成功 … 086

Chapter 6	选对自己的舞台 … 090
有事业 才有精彩人生	绘制成功图景 … 095
	责任 = 成功 … 100
	做职场充电女郎 … 103



Chapter 7
**你对生活微笑，
生活就会对你微笑**

- 别把整个生活都泡在苦水里 … 108
老天为你留着一扇窗 … 112
将心灵指向阳光处 … 114
从新的视角欣赏生活 … 118
就算逆风也飞扬 … 120

Chapter 8
**爱世界也是
在爱自己**

- 怀有一颗感恩之心 … 124
感谢折磨你的人 … 127
宽容让你更美丽 … 130
懂得尊重他人 … 132
赠人玫瑰，手有余香 … 135

Chapter 9
**经济独立才可以
过上理想的生活**

- 女人不能没有钱 … 138
经济独立才能真正独立 … 141
做个精明消费的女人 … 144
告别“月光女神” … 148
在“存”钱中“赚”明天 … 152

