

完美逆袭系列之

此刻决定 蜕变

童言/著

毛毛虫想变大蝴蝶，就得奋斗；鸡汤要挑着喝，你就是鸡血本人！

这是正能量女孩童言用亲身经历总结的黑色励志经

打破你的不切实际，自怨自艾，糊里糊涂

让你直面现实，扬长避短，斗志昂扬

赢得好工作、好婚姻、好未来，赢得人人嫉妒的幸福人生

漓江出版社

完美逆袭系列之

童言/著

此刻决定蜕变

图书在版编目(CIP)数据

此刻决定蜕变 / 童言著. — 桂林: 漓江出版社, 2014.11

ISBN 978-7-5407-7340-3

I. ①此… II. ①童… III. ①女性 - 人生哲学 - 青年读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第234857号

此刻决定蜕变

作 者: 童 言

策划统筹: 符红霞

责任编辑: 王欣宇 王成成

内文设计: 黄 菲

责任监印: 唐慧群

出 版 人: 郑纳新

出版发行: 漓江出版社

社 址: 广西桂林市南环路22号

邮 编: 541002

发行电话: 0773-2583322 010-85891026

传 真: 0773-2582200 010-85802186

邮购热线: 0773-2583322

电子信箱: ljcs@163.com <http://www.Lijiangbook.com>

印 制: 北京盛源印刷有限公司

开 本: 889 × 1230 1/32 印 张: 7.25 字 数: 12千字

版 次: 2014年11月第1版 印 次: 2014年11月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5407-7340-3

定 价: 30.00元

漓江版图书: 版权所有·侵权必究

漓江版图书: 如有印装质量问题, 可随时与工厂调换



第一次遇到年过半百的读者携她的准妈妈女儿红着眼眶来找我签字，很感动~



读书分享会

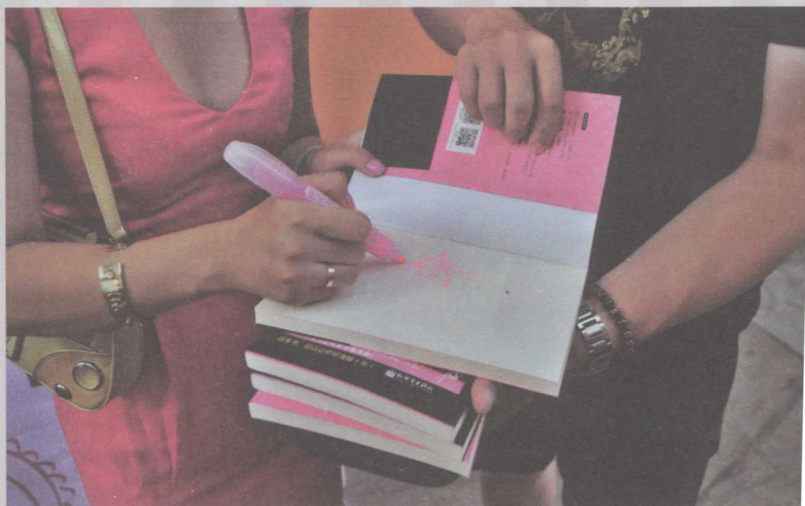


和朋友吃饭，有读者跑来求签名



奋斗的青春最骄傲

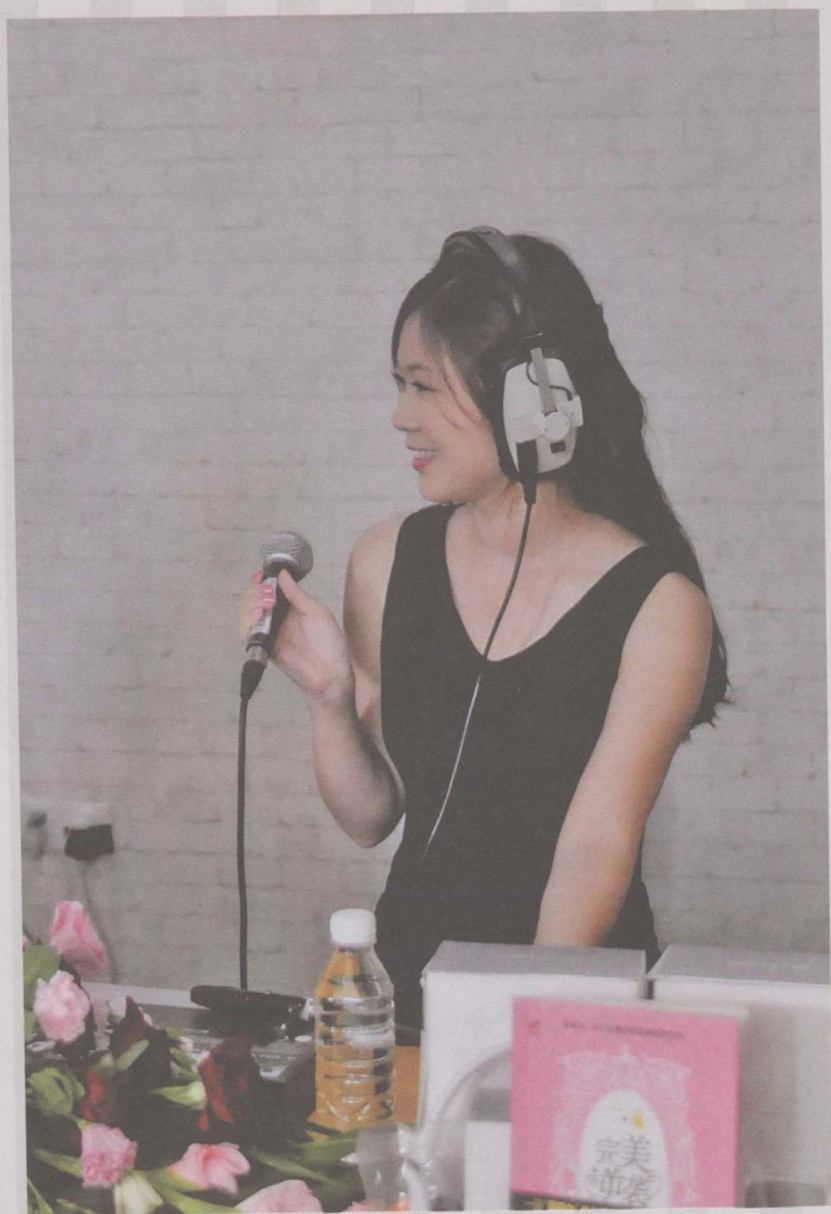
陈鹤田.



一位企业老总一口气买了10本书送给公司的女员工



很荣幸被邀请到各大学演讲



在上海书展接受采访



职场准则：高调做事 低调做人



第0章 独白 003

- 一、逆袭女王 004
- 二、为什么要逆袭 007
- 三、我的黑色励志很阳光 010

第1章 预备,蜕变 017

- 一、你甘心吗? 018
- 二、做更出色的自己,来一场华丽蜕变 023

第2章 变身,人气王 027

- 一、角色管理 029
- 二、我不是生来的高EQ 056
- 三、拿什么安放你的势利眼 086

第3章 变身,大才女 097

- 一、光羡慕有P用 098
- 二、竞争力,成为让人嫉妒的女人 110
- 三、SWOT分析坚定高学历才女梦 123
- 四、适时聪明 128

第4章 变身,俏佳人 137

- 一、这才是写着我名字的衣服 138
- 二、自然美肌,轻松呼吸 141
- 三、赘肉甩不掉,还怎么有脸活 144

第5章 变身,也要贵人相助 149

- 一、秀,没什么了不起! 150
- 二、天空海阔,做最坚强的泡沫 155

第6章 爱情观,也要变 165

- 一、爱情攻心计 166
- 二、放开放下 173
- 三、结婚你怕了吗? 184
- 小憩 196

目录



第0章 独白 003

- 一、逆袭女王 004
- 二、为什么要逆袭 007
- 三、我的黑色励志很阳光 010

第1章 预备,蜕变 017

- 一、你甘心吗? 018
- 二、做更出色的自己,来一场华丽蜕变 023

第2章 变身,人气王 027

- 一、角色管理 029
- 二、我不是生来的高EQ 056
- 三、拿什么安放你的势利眼 086

第3章 变身,大才女 097

- 一、光羡慕有P用 098
- 二、竞争力,成为让人嫉妒的女人 110
- 三、SWOT分析坚定高学历才女梦 123
- 四、适时聪明 128

第4章 变身,俏佳人 137

- 一、这才是写着我名字的衣服 138
- 二、自然美肌,轻松呼吸 141
- 三、赘肉甩不掉,还怎么有脸活 144

第5章 变身,也要贵人相助 149

- 一、秀,没什么了不起! 150
- 二、天空海阔,做最坚强的泡沫 155

第6章 爱情观,也要变 165

- 一、爱情攻心计 166
- 二、放开放下 173
- 三、结婚你怕了吗? 184
- 小憩 196

目录





— 第 0 章 —

独 白



一、逆袭女王

《完美逆袭 I》的小畅销，瞬间把我送进了作家队列。出版至今也不过几个月的时间里，发生了许多新鲜事，让生活更加多姿多彩——接受了数十家媒体采访，被上千家媒体报道，登上了杂志封面，开了签书会，OMG，居然还在 10 周年的上海书展上了畅销排行榜，被邀请到大学里去开讲座，WOW，那满场的热情。开始有读者，有粉丝，有努力来找寻我联络方式、说喜欢我的陌生人……

这些“陌生人”的神奇力量在于，将我原本小圈子的生活，变得有弹性——以前对我而言，人类分成认识的和不认识的两种，而现在，多了一种，处在相识的边缘，虽不认识但知道我的故事，甚至懂我的人。

我一直称自己是作家界打酱油的，看到某一热门女性时尚网站采



访我的文章在好长一段时间居于阅读量第一名，还和我的女神高圆圆、小S出现在同一版面上，我真是有些受宠若惊了。在一次受邀参加的时尚盛典上，我被归在作家圈出席。因为几位作家被安排在一起走红毯，所以活动之前，主办方特地引见我们认识。彼此介绍一圈，我心想自己还真是不辜负自封的“酱油”称号，新朋友中有已经写了七八本小说的，有写的小说已经被拍成热门电影的……那才是作家吧……

突然被称呼为作家让我有些不好意思，起初写书的目的是想给自己留个纪念，若是能带给读者们一些励志启发，那就更圆满了。倒真没想到书能受到那么多人的喜欢，不断有认识或不认识的人给予鼓励和期待，也有好多读者朋友们私信我一些自己的困扰，期待我能够给她们解决难题的灵感……这种被信赖的感觉，让原本只专注在自己的生活里奋斗的我，对那些不相识的读者们产生一种责任感，因为平日里就不喜欢让别人等我，所以写这第二本书自然也不敢怠慢，随时督促自己将发生在身边的素材记录下来，好早日浓缩成一本诚心诚意的心得，分享给大家。

我没有像普通人认为的结了婚以后过着“少奶奶”的生活，要真是那样，也没有什么立场写书说“奋斗”了。我热爱事业，事业就是我生活的一部分。相信我，我正在做的和我即将要做的都比你们想象中多很多。

之前在采访中，有人问我，什么是逆袭？我的理解是——改变，



向上的改变。

以前参加宴会，我是那个被领导带着向别人敬酒的人，在交流中让对方在短时间里就能接收到“我是个优秀人才”的信息，将自己推销出去；现在参加宴会，我是那个领导带着人来引荐的“别人”，听着小女孩儿们在交流中让我在短时间里就能接收到“她是个优秀人才”的信息，将自己推销给我。

以前开会，我是那个坐在最边上的位置奋笔疾书会议纪要的助理；现在开会，我是那个坐在中间参与讨论、我的观点和看法也会起到重要作用的与会者。

以前参加讲座，我是那个在台下的专注听众，望着台上的演讲者；后来成为介绍演讲者出场的主持人，侧身看着边上的演讲者；现在参加讲座，我是那个站在台上发言的演讲者，观察着听众们的表情，分享着我能够分享的东西。

以前是会跑到偶像面前让她给我在她的书上签个名的读者，现在是读者跑到我面前让我给她在我的书上签个名的“作家”……

从凝望者，变成被凝望者，这大概就是逆袭。

对我而言，童言不是“童言”，生活不会止在“王子和公主从此幸福地生活下去”的童话，婚后真实的人生还是在脚踏实地地过。就像我正在进修MBA（国际工商管理硕士学位）一样，我仍然会给自己列新的挑战，不断突破。从最普通变得不普通，让自己有朝一日真真正