



高晓静◎编著

真该在 年轻时 就知道的事

专门写给女孩的幸福人生经营书



*What I Should
have known at young age*

要快乐，要自在——幸福女孩最现实的人生哲学
要美丽，要成功——聪明女孩最实用的智慧点拨

二十岁时用心经营，够IN
三十岁后信步人生，不OUT

华夏出版社

改变
万千女孩
人生轨迹的
励志书

*What I Should
have known at young age*

缔造幸福女人的必修课 经营成功人生的智慧书



- 清高女物质女，都不敌幸福的世俗女
- 告别白日梦，行动派的女人最可爱
- 猎艳本能，男人偏爱“狐狸精”
- 男人的钱，与他们的尊严紧密相连
- 没有面包爱情断炊，做个务实的精算师
- 爱情延长线：别太轻易交出你的身体
- 不能相濡以沫，不如相忘于江湖
- 三分神秘：爱情只需七分熟
- 根治“爱情沉默症”，有一种作料叫惊喜
- 学做爱情的思想者，不做婚姻的唠叨家
- 婚姻中的强者，总是善于示弱
- 不完美主义：一点小错误，博个好姻缘
- 语言要“减肥”，不在别人面前喋喋不休
- 乾坤大挪移：站在对方立场上考虑和说话
- “言路”十八弯：先承后转，避免直接
- 进退得宜，做一只聪明的“出头鸟”
- 茁壮成长，不做办公室角落的“小蘑菇”
- 孤独之心：“冰河时代”，多彩女人不寂寞
- 虚荣之心：用青春支付的巨额账单
- 怨与罚：与其声嘶力竭，不如莞尔一笑
- 常将情绪“清空”，多为心灵“留白”
- 打开心窗，沐浴无边的幸福

这些事，从没有人教你……

华夏盛轩

上架建议◎自我实现·励志

ISBN 978-7-5080-5909-9



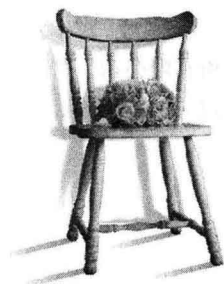
9 787508 059099 >

定价：29.80元

真该在 年轻时 就知道的事

专门写给女孩的幸福人生经营书

高晓静◎编著



华夏出版社

图书在版编目(CIP)数据

真该在年轻时就知道的事 / 高晓静编著. —北京:
华夏出版社, 2010.11

ISBN 978-7-5080-5909-9

I. ①真… II. ①高… III. ①女性—人生哲学—
通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第169191号



出品策划: 新华文轩
网 址: <http://www.xinhua bookstore.com>

真该在年轻时就知道的事

编 著 高晓静
责任编辑 李红珍
封面设计 思想工社
排版制作 思想工社
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)
经 销 新华文轩出版传媒股份有限公司
印 刷 三河汇鑫印务有限公司
开 本 720mm × 1020mm 1/16
印 张 18
字 数 274千字
版 次 2010年11月第1版 2010年11月第1次印刷
定 价 29.80元
书 号 ISBN 978-7-5080-5909-9

本版图书凡印刷、装订错误, 可及时向我社发行部调换

想寻找到人生的幸福与最佳归宿

这些事，年轻时就应该知道

有一位临床经验丰富的著名医生，撰写了一本医治心理疾病的书。这本书足足有一千多页，书中有对各种病情的描述以及针对这种病情的药物、情绪治疗办法。

有一次，这位医生受邀到一所大学讲学，在课堂上，他拿出了这本厚厚的著作，说：“这本书有一千多页，里面有治疗方法三千多种，药物介绍一万多样，但所有的内容，概括起来只有四个字。”

众人都很惊奇，只见医生说完后，在黑板上写下了：“如果，下次。”

年轻的时候，我们总是听不进父母的话，把关怀当做唠叨，长大后方知对自己最好的人永远是父母；年轻的时候，我们为了自己心仪的对象不顾一切，总希望能够爱得轰轰烈烈，长大后方知平平淡淡才是真；年轻的时候，我们以为桀骜不逊才算是“拉风”，听不进前辈的良言，长大后方知自己曾经是多么地幼稚；年轻的时候，我们总喜欢成群结伙去玩耍，谈笑风生无忧无虑，长大后才发现，在人生最美好的岁月中，有着很多的错过。

青春易逝，有多少人，人到中年时才发现两手空空。当我们不再年轻，曾经的激情开始逐渐退却；当我们不再年轻，曾经的梦幻开始变得遥远；当我们不再年轻，曾经的笑靥开始悄悄黯然。一切犹如过眼云烟，在

时光的流逝中慢慢散去，只留下淡淡的余味，在风中停留。

是否有一天，当我们回首青春的时候，会带着遗憾对自己说：如果青春可以重新来过，有些事我应该知道……

太多的事情，年轻的我们并不懂，以至于青春被轻易挥霍。而这本《真该在年轻时就知道的事》就是为年轻女孩特别编写的。本书从自我定位、恋爱法则、处世之道、婚姻经营、职场风云、社交技巧等与女孩人生经营关系最紧密的几大方面入手，以简练、深刻的语言向女孩传达出谋求幸福的方法。

也许，年轻的你正值叛逆，总想着按照自己的想法走自己的路，或是总想沉浸在自己的世界中躲避外界的纷扰。但是，太多的经验与技能是你必须学会的，太多的问题与困扰是你此生的大部分时间要面对的，这一切都是你无法躲避的。逃避不是出路，面对现实，你在孩提时屡试不爽的法宝已经不再奏效，你不理世事，就会为世界所弃；你對自己纵容放肆，任意作为，苦难就会对你进行无情的反击。不努力经营只会让你在目送幸福离去时，喃喃地后悔：“如果，下次。”

所以，告别那些华丽而不实际的美梦，掌握一些现实世界的聪明智慧吧。脱离了现实，再多的梦想，也不过是空中阁楼；再多的承诺，也不过是白纸一张。要知道，最华丽的词汇往往是最不可信的；不要相信今天被动等待，明天快乐和幸福就会破门而入。真实的幸福生活和美丽爱情都不会自动送上门。做个聪明的女孩，有所为有所不为，这样你才有可能抓住幸福滑不溜丢的尾巴。

让自己在年轻的时候懂得更多的东西，在面对人生种种考验的时

候，才能像一个精明的商人一样，懂得在困难面前步步为营，懂得与现实讨价还价，用最小的人生资本换取最大程度的幸福生活。

年轻的女孩很美好也很简单，她们对生活的所有期待就是能够幸福地活着。幸福来自心境，女孩要学会做情绪的主人，永远不要做个“怨妇”，要耐得住寂寞，不让空虚占据你的心灵。对所有想要把握幸福的女孩而言，这本书就是贴心的指导，它会告诉我们，在年轻的时候该如何做才会活得透彻，如何做才能一步一步拉近与幸福的距离。

女孩，如果有太多的不解，太多的困惑，太多的难题，就请翻开这本书吧——有些事，你可能不知道；有些事，你可能一直在误解；有些事，你可能一直想知道答案……寻找人生的幸福道路与最佳归宿，由此开始，不再错过。



女孩向上走，即使一小步，也是新高度

。 敬 启 。

本书在编选的时候参阅了部分报刊和著作，由于联系上的困难，部分参阅文章的作者或译者未能及时取得联系，在此深表歉意。敬请原作者或译者见到本书后，及时与我们联系，以便我们按照国家有关规定支付稿酬及赠送样书。

联系地址：北京市朝阳区安贞桥胜古中路2号金基业大厦
1017室

联系电话：010-64411179

联系人：王小姐

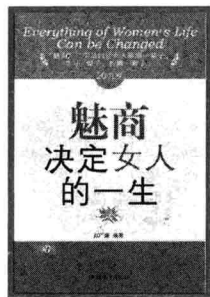
成长励志



《二十几岁要懂得的人生经验》

问道 孙亚兰 编著 华夏出版社
定价：29.80元

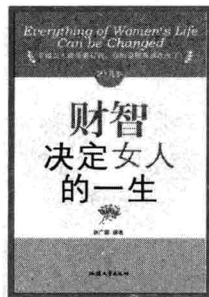
为处世不深的20几岁年轻人提供一个参考，从而掌握好生存的法则，并离成功越来越近。



《20几岁，魅商决定女人的一生》

赵广娜 编著 汕头大学出版社
定价：22.00元

女人20几岁拥有魅商，便能拥有全世界。帮助女人修炼自我迷人的气质，成为一个魅力四射的幸福女人。



《20几岁，财智决定女人的一生》

赵广娜 编著 汕头大学出版社
定价：22.00元

从20几岁女人在日常生活最想知道和解决的财智问题出发，让20几岁的女人拥有财智女人的智慧，成就一生的幸福。



《20几岁一定要悟透的50个成功智慧》

问道 宿春君 编著 华夏出版社 定价：29.80元

50个成功智慧涵盖了关于年轻人成长、成熟、成功的方方面面，帮年轻人指点迷津、启迪心智。



《20几岁决定女人的一生全集》

赵广娜 编著 汕头大学出版社
定价：29.80元

20几岁中国女性的励志全书，是年轻女性把握青春资本、规划一生幸福的实用指南。



《20几岁决定男人的一生全集》

曹博 编著 汕头大学出版社
定价：29.80元

20几岁中国男性的励志全书，是年轻男性把握青春资本、规划成功人生的实用指南。

心灵修养



《每天学点心理学全集》

赵一 编著 华夏出版社

定价：39.80元

本书综合了日常生活中人们常出现的心理状况和问题，运用心理咨询技术，对调整自己的心态、保持健康的心理，积极面对生活的压力提出了许多行之有效的办法。



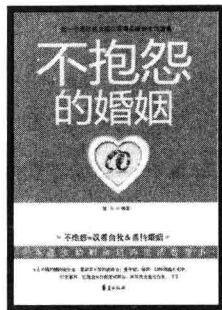
《感谢折磨你的人》

【甄选典藏版】

李娜 编著 华夏出版社

定价：29.80元

折磨你的人，是你生命中不断进步的动力，是提升你个人魅力的最佳拍档。只有感谢那些曾经折磨过我们的人和事，才能真正体会到生命的意义。

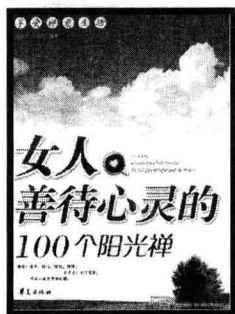


《不抱怨的婚姻》

圣汉 编著 华夏出版社

定价：29.80元

每一个成年男女都应咀嚼品味的生活智典。本书就如同给予心灵的一杯安慰，它让你最终懂得：良好的婚姻要靠夫妻二人齐心协力，花点儿智慧，努力经营。

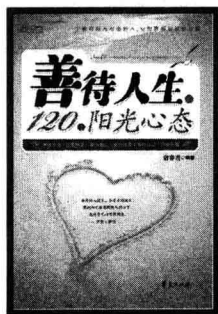


《女人善待心灵的100个阳光禅》

孙亚兰 许长荣 编著

华夏出版社 定价：29.80元

一本教给女人智慧的书，让女人在忙碌的人群中找到休憩的港湾，教女人在人生的长河中如何掌控自己的航舵。



《善待人生的120个阳光心态》

宿春君 编著 华夏出版社

定价：29.80元

善待你的人生，塑造阳光心态，因为，一个拥有阳光心态的人，全世界都会给你让路。



《放下就是幸福》

潘静 杨秉慧 选编

华夏出版社 定价：29.80元

全书以故事透析哲理，以哲理贯穿人生，传达给读者“放下就是幸福”的人生理念。

Chapter 1 自我定位：完美女孩灵动百变多风情

- 01...与漂亮相比，才情才具有持久的战斗力..... 002
- 02...清高女物质女，都不敌幸福的世俗女..... 004
- 03...“贤惠”应有度，“贤慧”女孩更幸福..... 007
- 04...告别白日梦，行动派的女孩最可爱..... 010
- 05...做个“小女人”，不如做个“强女人”..... 013
- 06...多些心思爱自己，委屈未必能求全..... 015

Chapter 2 读懂男人：明白他的心，收获他的人

- 01...“乖女孩”多点“坏”，男人便能多点爱..... 018
- 02...猎爱本能，男人偏爱“狐狸精”..... 020
- 03...男人哭泣，或许只是“鳄鱼的眼泪”..... 023
- 04...男人的钱，与他们的尊严紧密相连..... 025
- 05...会受伤会疲惫，男人其实也脆弱..... 028
- 06...了解男人，不妨看看他对家人的态度..... 030
- 07...因性而爱，男人更有好色之心..... 032
- 08...心中有“诡”，男人约会时的小心思..... 035
- 09...火眼金睛，“谎话男”的5个下意识动作..... 037

Chapter 3 : 恋爱法则：聪明女孩动情之前先动脑

- 01...找个我爱的，嫁个爱我的..... 040
- 02...选对爱人嫁对郎，12类男人靠边站..... 043
- 03...不偏听不偏信，听从心意有主见..... 046
- 04...没有面包爱情断炊，做个务实的精算师..... 048
- 05...金星撞火星，别按照你的想法给他作安排..... 051
- 06...浪漫相佐，爱情不在别处..... 053
- 07...平等的爱情里，不要一味妥协..... 056
- 08...不能相濡以沫，不如相忘于江湖..... 058
- 09...爱情延长线：别太轻易交出你的身体..... 060

Chapter 4 : 情爱博弈：可爱女孩善用爱情小诡计

- 01...他总不耐烦？爱情不是一个人的付出..... 064
- 02...耍些小心计，成为他不可或缺的“空气”..... 066
- 03...掌控男人，就要让自己性感一点..... 069
- 04...三分神秘：爱情只需七分熟..... 071
- 05...女人的眼泪，男人的软肋..... 074
- 06...女人越体贴，男人越服帖..... 076
- 07...偶尔的冷淡，能令爱情升温..... 079
- 08...给他遗憾的美，给自己拥有的机会..... 081

Chapter 5 : 婚姻经营：幸福女孩深谙夫妻相处之道

- 01...亲密留有空间，婚姻需要距离..... 084
- 02...依赖不能无度，爱人不是生命的全部..... 087
- 03...雾里看花，守护爱情的“情人眼”..... 089

04...根治“爱情沉默症”，有一种作料叫惊喜·····	091
05...学做爱情的“思考者”，不做婚姻的“唠叨家”·····	093
06...婚姻中的强者，总是善于示弱·····	095
07...爱的“多面手”，做个会爱的女孩·····	097
08...指责有尺度，吵架圈范围·····	099
09...每人都有秘密，爱情需要留白·····	102
10...给男人一个面子，换回他的一颗心·····	104
11...用心经营，我们的婚姻不出轨·····	106
12...二人世界，远离误区多甜蜜·····	108

Chapter 6 处事良方：会办事的女孩玲珑八面最出色

01...“一见钟情”：初次见面好印象·····	112
02...谦卑平和：锋芒过度终会自伤·····	114
03...保持距离：每个人都需要安全感·····	117
04...自我暴露：把私事主动透露一点点·····	119
05...择善而交：借助贵人的力量往上走·····	121
06...进退博弈：遇强则示弱，遇弱则示强·····	124
07...不完美主义：一点小错误，博个好人缘·····	127
08...倾听他人：给别人三分钟的“曝光”时间·····	130
09...赞美的力量：说好话是一种素质·····	132

Chapter 7 沟通之道：会说话的女孩舌灿莲花受欢迎

01...有颗包容心，把指责变成商量·····	136
02...有点眼力劲，不做谈话的“第三者”·····	138
03...动些小心思，巧妙提出反对意见·····	140
04...语言要“减肥”，不在别人面前喋喋不休·····	142

05...乾坤大挪移：站在对方立场上考虑和说话·····	145
06...“言路”十八弯：先承后转，避免直接·····	147
07...投其所好，多谈别人感兴趣的话题·····	149
08...妙语如珠，幽默让交流妙趣横生·····	151

Chapter 8 : 职场导航：成功女孩进退得宜善博弈

01...帮派风云：不搞办公室小团体·····	154
02...闲话勿扰：不做办公室里的“长舌妇”·····	156
03...不卑不亢：正确对待“特权阶级”·····	159
04...进退得宜：做一只聪明的“出头鸟”·····	161
05...茁壮成长：不做办公室角落的“小蘑菇”·····	163
06...勇于负责，在行动中创造机会·····	165
07...有容乃大：学会包容别人的过错·····	167
08...一“表”人才：在恰当的时候展现自己·····	169
09...男女有别：不一样的上司，不一样的“菜碟”·····	172
10...沉默是金：面对他人倾诉，不要一味提供建议·····	174

Chapter 9 : 启心明智：豁达女孩无拘无束不自缚

01...守成之心：突破瓶颈，摆脱“自我设限”·····	178
02...驿动之心：自己的标准，自己的路·····	181
03...嫉妒之心：是刺，是毒，是痛苦·····	184
04...多疑之心：成为怨妇的第一步·····	187
05...攀比之心：女孩因此而疲惫·····	190
06...消极之心：摆脱心理定势，换种角度看不幸·····	192
07...狭隘之心：斤斤计较难幸福·····	195
08...孤独之心：“冰河时代”，多彩女孩不寂寞·····	198