

# 思路 决定出路

明天到后天，每一天我都更好一点  
顺着新思路，遇见心想事成的自己

MENTALITY  
DETERMINES  
OUTLET

宿春礼 刘 彬◎编著

WOMAN  
EDITION  
女人版

北京工业大学出版社

# 思路 决定出路

明天到后天，每一天我都更好一点  
顺着新思路，遇见心想事成的自己

MENTALITY  
DETERMINES  
OUTLET

宿春礼 刘彬◎编著



北京工业大学出版社

**图书在版编目 (CIP) 数据**

思路决定出路：女人版 / 宿春礼，刘彬编著. —北京：北京工业大学出版社，2009.4

ISBN 978-7-5639-2072-3

I. 思… II. ①宿… ②刘… 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 (2009) 第028147号

---

**思路决定出路 (女人版)**

- 编 著 者： 宿春礼 刘彬  
责任编辑： 杜曼丽  
封面设计： 翼之扬  
版式设计： 北京工业大学出版社  
地 址： 北京市朝阳区平乐园100号  
邮政编码： 100124  
电 话： 010-67391106 010-67392308 (传真)  
电子信箱： bgdcbsfxb@163.net  
承印单位： 北京京都六环印刷厂印刷  
经销单位： 全国各地新华书店  
开 本： 787mm × 1092mm 1/16  
印 张： 18.25  
字 数： 258千字  
版 次： 2009年4月第1版  
印 次： 2009年4月第1次印刷  
标准书号： ISBN 978-7-5639-2072-3  
定 价： 32.80 元

---

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误，请寄回本社调换



## 女人需要一场思路的革命

封建时代给我们留下了这样的观念：女子无才便是德；女人只需关注身材容貌，智商于其毫无用处；退居庭院、相夫教子的女人才是好女人……凡此种种，无一不是在强调——女人不要太聪明，女人不要太能干，女人不要抢了男人的风头和地位。于是，很多女人就心安理得地不努力，理直气壮地将理想抛在脑后，顺其自然地做起了攀附在树上的那根藤。结果，放弃美好梦想、苦闷抑郁的是女人，怕老公有钱变坏、担惊受怕的是女人，经济人格不独立、受牵制被抛弃的是女人，很多女人到头来只落得个悲悲戚戚、泪洒枕巾、深闺怨妇的下场。

如果你不想步前人的后尘，那么，在新女性时代，你就要对自己的女性角色进行反思，理清思路，给自己的人生选择最精彩的出路。现实比我们想象中的要更残酷。理清思路，女人们需要首先正视这个充满不公平的世界，摆脱头脑中不切实际的幻想，这是成为新思路女人的第一步。

女人不要让自己的年华只有黑白两色，拿起思路的画笔，涂出你的彩色青春。梦想应该是蓝色，如海洋充满了想象，也充满挑战。或许你还在白日美梦中无所事事，还在期待王子和灰姑娘的故事降临到你身上。殊不知，常言道：希望越大，失望也就越大。与其这样，还不如昂起头来，自己描绘梦想的海岸线，果断地扬帆远航，朝着彼岸前进。

女人的心态应该是积极的，如阳光般给人亮丽的色彩。梦想回归到现实，就是零碎的片段。在追逐梦想的过程中，你会遇到各种困难和烦心事，但不能悲观消沉。其实人生需要的是一份好心态，有一份好心态，才能活出至真风采。年轻时播种阳光心灵，之后你将会收获沉甸甸的金黄。

好女人要内外兼修，但请你首先关注自己的形象，从仪表做起，因为绝大多数人都是以貌取人。没有丑女人，只有懒女人，行动起来，打造自己的形象品牌，每一个女人都能拥有骄人的容颜。美丽是女人的天赋，把自己作为女人最真实的一面尽情展现出来。趁着年轻，让你的最佳气质尽情流溢，可以是温柔矜持，像一场和风细雨，也可以是“风骚”时尚，用极致的“诱惑”去捕获心仪的“猎物”。

美丽的外表是必需的，但却是不够的。优质女人最大的王牌永远是她的内涵。深厚的内涵才能让你在庸脂俗粉中脱颖而出，施展你的影响力。

打造好外表，充实了内心，你还需要一个展现的舞台，所以踏上职场吧！你要知道靠山山会崩，靠水水会流，女人不要再期望男人可以依靠一辈子，工作才是女人可靠的“长期饭票”。爱你的事业，才会有金色的收获，否则，再浪漫的生活都是饥肠辘辘。聪明的女人还懂得如何打理钱财，她不会把钱藏在衣柜底下，也不会五十一百地往银行存。她知晓投资理财之道，让大钱生小钱，然后快快乐乐、轻轻松松地花钱。

这是思路革命的年代，但所有思路实践的基础最终还要回归到革命的本钱——健康。年轻时的健康债年老了要还。不要为了追求财富，而忘记了健康。女人就应该知道投资健康、正确养生、运动健身，让身体这棵绿树常青，否则它会在岁月的风雨中凋零。

在如梦的年华，女人像花儿一样傲然绽放。此刻的你拥有美丽，拥有时尚，更拥有时间去编织梦想，活得更精彩。或许你还在迷茫中艰难选择，或许你还没有勇气去践行你的选择，甚至你还在不知不觉中蹉跎岁月。但当你看完这本书，有人再问你如何面对未来时，相信聪明的你，经过一番思考后，会淡定地回答：“我要做一个成功的女人！”这是女人最有光芒的智慧！



## 第一章 生活不是童话，认清现实才能找到正确思路

### 生活永远比童话要真实而残酷/2

这就是个不公平的世界 .....	2
勤劳女人不如聪明女人 .....	4
你非赢不可 .....	5
你想要的不会站在那里等你 .....	7
都想要往往都得不到 .....	9

### 守住感性，多几分理性/11

别把梦想留在青春年少时 .....	11
直觉靠天赋，更靠培养 .....	13
男人不是靠得住的“取款机” .....	16
特立独行不等于为所欲为 .....	17
固执地坚持得不偿失 .....	19
城府也是一种人生智慧 .....	21

### 换个思路，摆脱禁锢/23

成功就是再新一点 .....	23
----------------	----

不是因为跑得快，而是因为选对了路 .....	25
长得漂亮不如活得漂亮 .....	27
会“借力”的女人上青云 .....	28
新思路女人的变通思维法 .....	30

## 第二章 天使爱美丽——先从仪表做起

### 人们总是眷顾美女 / 38

一分钟决定成败 .....	38
有些人是以貌取人 .....	40
形象工程千万不能偷工减料 .....	42
不“妆”修的女人离完美总差一步 .....	44
美丽从“面子”开始 .....	46
别以为别人不会注意你的脚 .....	48

### 苦练仪态基本功才能鹤立鸡群 / 51

别让小动作出卖了你 .....	51
魅力形象在握手中尽显 .....	53
办公室白领，美丽坐出来 .....	55
走出模特风姿 .....	57

### 时尚圈属于女人，拥有自己的时尚嗅觉 / 59

与“时”俱进，锁住他的心 .....	59
--------------------	----



时尚不能止步于盲目模仿 .....	60
为自己贴上时尚标签 .....	62

### 第三章 三十岁前靠反应，三十岁后靠内涵

#### 爱学习的女人生活充实 / 66

学新知，不怕被别人动了奶酪 .....	66
学习怎样学习 .....	67
书香女人并非要泡在书里 .....	70
你比想象中更强大 .....	73

#### 自己的心态由自己掌控 / 75

偶尔可以“慢半拍” .....	75
不能做情绪的奴隶 .....	77
幽默感是智慧的外在表现 .....	79
心态决定你看到了什么 .....	81
爱出者爱返，福往者福来 .....	83
悲伤——最容易虚张声势的情绪 .....	85
让自信心膨胀起来 .....	88

#### 格调女人独享品味 / 91

攻克“三美”，内在格调永不过期 .....	91
优雅——男人的理想，女人的财富 .....	93







从爱好中享受无心插柳的收获 .....	94
兴趣也是生产力 .....	96

#### 赢在魅力——修炼你的影响力 / 98

做最优秀的人——你不能缺失影响力 .....	98
丢失的风度会减损影响力的高度 .....	99
用工作打造个人品牌 .....	101
小技巧让别人顺从你的思路 .....	103

## 第四章 要与时俱进，你就不能没有事业

### 入得厨房不如出得厅堂 / 108

工作是你最大的靠山 .....	108
不怕起点低，就怕没想法 .....	110
幸福女人就要家庭与事业双赢 .....	111
自我推销——酒香也怕巷子深 .....	114
怀才不遇的人要先检讨自己 .....	116

### 职场俏佳人这样做 / 120

功高切忌盖主 .....	120
不能要求公司适应你 .....	122
把找借口的时间省下来 .....	123





你好，我的对手 ..... 126

考虑清楚再跳槽 ..... 128

工作中没有“女士优先” ..... 130

办公室里的交际“圣经” /132

嘴巴别转得比脑子快 ..... 132

办公室玩笑，分寸拿捏要精准 ..... 133

随便承诺害人害己 ..... 135

行为暗示——让下属明白你的态度 ..... 137

对待上司，男女有别 ..... 139

尊重上司，即便你认为不值得 ..... 140

恰到好处地批评下属 ..... 142

## 第五章 做朵“交际花”，没什么不可以

积攒人脉，女人会活得更精彩 /146

做个高人气女人 ..... 146

孤单让你落寞，社交还你精彩 ..... 148

与高手过招让女人受益匪浅 ..... 149

别忘了和你的“贵人”多联系 ..... 152

在五个交际圈中翩翩起舞 ..... 154

小心谨慎，避开交际“雷区” ..... 156



## 女人应该懂的交往手段 / 161

费口舌不如听人说 .....	161
给别人留余地就是给自己留余地 .....	163
分享的同时，也在获得 .....	164
有心人能准确记住别人的名字 .....	166
掉换身份，站在对方的立场上思考 .....	168

## 美德也有行不通的时候 / 170

你的善良娇惯出别人的“忘恩负义” .....	170
人人都渴望被赞美 .....	172
生活需要善意的谎言 .....	174
学会“欺软怕硬” .....	176

## 第六章 “她”与“他”的关系不能单薄得只剩爱情

### 婚姻城堡的地基是现实生活 / 180

干得好更要嫁得好 .....	180
拿出面包，爱情才不至于饥肠辘辘 .....	182
不要想着改变他 .....	184
婚姻玩不起机会主义 .....	186
为爱付出，爱情岂能只是索取 .....	188
不要故意忽略他的恶习 .....	191



## 恋爱与婚姻不是并行道 / 194

爱情是命运的选择,而婚姻是你的选择 .....	194
最好的不一定在远处 .....	195
千万别做“剩女” .....	197
何必执著,聪明女人尽早把“烂牌”打出去 .....	199
婚姻要选最合适的对象 .....	201

## 完美主妇要学会“烹调”婚姻 / 203

付出七分的爱 .....	203
以诚相待也要保留自己的秘密 .....	205
和他站在一起并且能够帮助他 .....	206
沉默并非都是金 .....	209
吵架也是一门艺术 .....	211
要想留住他的心,首先抓住他的胃 .....	213
制造一个“男主外”的假象 .....	215

## 第七章 有钱才是硬道理

### 做才女也要做财女 / 220

女人是天生的商业奇才 .....	220
金钱不是生命的目的,但一定是生命的工具 .....	222
赚得多的不富,赚得少的不穷 .....	223





理财——财智女人基础课 .....	226
让钱成为会下蛋的鸡 .....	228

### 财智女人的生意经 / 231

“第一只螃蟹”最好吃 .....	231
小生意帮你融资 .....	233
一滴水与太平洋——感悟积累的力量 .....	234
敏锐嗅觉让你由穷变富 .....	236

### 持家有道，不做“月光”主妇 / 239

巧主妇的家庭理财计划 .....	239
爱他，就看紧他的钱包 .....	241
准妈妈“生育金”知多少 .....	243
谁说全职妈妈就不能赚钱 .....	246
“薪”时代夫妻理财之道 .....	248

## 第八章 永不过时的提醒：关注自己的健康

### 爱自己，从关注健康做起 / 254

危急！你可能正在亚健康中 .....	254
健康是生命腾飞的翅膀 .....	256
健康是1 .....	258
牺牲健康换不来美丽 .....	260





四个误区成为都市白领的健康隐忧 ..... 261

好的生活习惯让你健康一生 / 264

做个活力四射的运动美女 ..... 264  
 健康来自健康的生活习惯 ..... 266  
 丢掉职场压力的包袱 ..... 268

学会保养，女人就是要爱自己 / 271

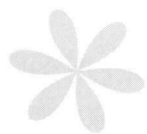
从1数到7，美丽吃出来 ..... 271  
 排毒进行时——别忘了打扫身体垃圾 ..... 272  
 每月那几天，呵护你的“好朋友” ..... 274  
 卵巢保养——维持你的女人味 ..... 275





第一章 >> 生活不是童话，  
认清现实才能找到正确出路

1



## 生活永远比童话要真实而残酷



### 这就是个不公平的世界

善良的女人总把这个世界想象得很美好，并且认为公平合理是生活中天经地义的事。然而，经常听人说：“这不公平！”“凭什么你可以那么做而我不可以？”这些人整天要求公平合理，一旦发现公平不存在时，心里便很不高兴。应当说这并不是是一种错误的心理，但是，如果因为不能获得公平，就产生一种极度消极的情绪，甚至影响生活和工作的态度，这个时候就要注意了。

你需要知道，这本来就是个不公平的世界。

这个世界不是根据公平的原则而创造的，比如，鸟吃虫子，对虫子来说是不公平的；蜘蛛吃苍蝇，对苍蝇来说是不公平的；豹吃狼、狼吃獾、獾吃鼠、鼠又吃……只要看看大自然就可以明白，这个世界并没有绝对公平，即使有公平也只是相对的，绝对公平不过是童话中的概念罢了。这样残酷的真实让童话里泡大的女人感到悲哀，有人选择消极地拒绝，但也有人选择积极地接受。

当今社会的大学生就业难早已经成为普遍问题，很多拥有高学历的大学毕业生在找工作时还比不上那些低学历的技术人才有竞争力。就这些大学毕业生的寒窗苦读而言，这样的现状就是一种不公平。

陆文文大学毕业后在一家小公司里谋得一份业务员的工作，她的上司、同事们的学历都比她低。但她并不在乎，因为她懂得：学历不等于能



力，一个人只有让自己的心灵回归到零，用一颗平常心在工作中学习，才能在社会上立足，才会取得事业的发展。面对刁钻的同事和无理取闹的客户，陆文文时刻提醒自己：我是在学习，我要坚持。她咬紧牙关，忍受着各方面的压力，在一次次的挫折中总结经验、积攒力量。两年后，凭借着出色的业务能力和坚忍的态度，她成为该公司的业务经理。

当我们没有意识到或不承认生活并不公平时，我们往往怜悯他人也怜悯自己，而怜悯自然是一种于事无补的失败主义的情绪，它只能令人感觉比现在更糟。我们不能完全改变世界的不公平，但我们可以改变自己的态度。面对生活中的种种不公平，关键就在于你要学会以一颗平常心去面对。

承认不公平的一个好处便是能激励我们去尽己所能努力奋斗以改变现状，而不再一味伤感，怨天尤人，消极等待。我们承认生活是不公平的这一客观事实，并不意味着这是一切消极的开始。正因为我们接受了这个事实，我们才能放平心态，找到属于自己的人生定位。命运总是充满了不可捉摸的变数，如果它给我们带来了快乐，当然是很好的，我们也很容易接受。但事情往往并非如此，有时，它带给我们的会是可怕的灾难，这时如果我们不能学会接受它，反而让灾难主宰了我们的的心灵，那么我们的生活就会永远失去阳光。

明白了这些，你就会善于利用不公平来培养你的耐心、希望和勇气。比如在有很少时间的时候，可以利用这个机会学习怎样安排一点一滴珍贵的时间，培养自己行动迅速、思维灵敏的能力。就像野草丛生的地上能长出美丽的花朵，你也能绽开美丽的人性之花。

### 写给女人

认清现实是第一步，接受现实是第二步，然后才有改变现实的可能。在这个过程中，抱怨与不满只会增加你获得成功的成本。