

zuiminghao

zu●ni 改变女人命运的励志经典

ghao

zuiminghao

zuir

叶婕好◎编著



ERSHIJISUINVREN

zheyangzuozuiminghao

二十几岁女人这样做

最命好

中国华侨出版社

zuiminghao

zu●ni 改变女人命运的励志经典

ng hao

zuiminghao

zui

叶婕妤◎编著



ERSHIJISUINVREN

zheyangzuozuiminghao

二十几岁女人这样做

最命好

中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

二十几岁女人这样做最命好 / 叶婕妤编著. —北京: 中国华侨出版社, 2009.7

ISBN 978-7-5113-0004-1

I. 二… II. 叶… III. 女性—修养—通俗读物 IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 105046 号

二十几岁女人这样做最命好

编 著 / 叶婕妤

责任编辑 / 童 瑜

经 销 / 新华书店

开 本 / 16 开(787 毫米×1092 毫米)

印 刷 / 河北永清金鑫印刷有限公司

印 张 / 20

字 数 / 300 千字

版 次 / 2009 年 10 月第 1 版 2009 年 10 月第 1 次印刷

标准书号 / ISBN 978-7-5113-0004-1

定 价 / 34.80 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 邮编: 100029

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

版权所有 侵权必究

前言

Qian Yan

二十几岁,正是女人人生最美丽的交叉口。此时,你完成了学业,带着初恋的甜蜜或苦涩,准备开始去工作,开始打拼自己的事业,开始去找一个让自己幸福的男人,准备走向婚姻的殿堂。这个时候,你的脑海中开始构想以后的人生应该是什么样子。你渴望生活能够让自己成为一个幸福的女人。

二十几岁的女人,靠什么成就一生呢?

靠势不可挡的美丽?

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?

二十几岁的女人,也许没有意识到,你自己就是一个天然的巨大的宝库!积极、自信、乐观都是幸福不可缺少的因素。生活从来不曾完美过,但是否能幸福,却取决于你的心态。一个拥有智慧的女人,她或许并不漂亮,但是她可以用气质和善良征服别人;她或许并不是很有钱,但是她可以高贵大方地处事。我们不可以改变世界,但我们可以改变内心;我们无法选择出身,但有权利去选择自己要过的生活——到时就算你不能改变命运,也可以因为自己的努力与成长,越来越幸福。

关于爱情,年轻女人必须明白的是,你要嫁的不仅仅是一个男人,更是一种生活,而要在一起生活,适合就比喜欢更重要。所以,年轻的女人,你一定要记住,你嫁的不仅是一个男人,更是一种生活,适合你的男人才能让你

更幸福。

作为二十几岁的女人,要想自尊一生,就要独立,就是不依赖男人;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,要想活得潇洒,就要参与竞争,不断学习。作为一个生活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。

二十几岁的年轻女人们,你一定要明白:到了这个年龄,你已经不需要浪漫的童话故事,而是童话故事背后的现实;你不再需要某个男人在自己的耳边海誓山盟,只需要他从心底对你的呵护,给予你安全。也不需要为了某个人而放弃自己的一生,就算是流行歌曲和电视剧里总会有这样一些美丽而痛苦的女人,但是你最好不要让自己成为这样的女人。其实女人的一生所追求的不过是一个幸福的家庭,一个爱自己的老公,一份让自己才智可以发挥的工作……

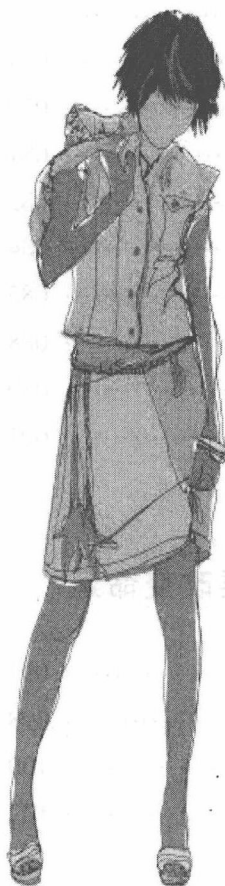
年轻的女人们,明明是现在就可以懂得的道理为什么要等到人老珠黄时才幡然醒悟?与其到时造成无法挽回的结局,为什么不选择现在就用力击破这些幻想出来的美丽泡泡?

所以,赶快醒来吧,为了让自己成为好命的女人,请抛弃头脑中一切不切实际的想法,勇敢地投入到现实中去吧!拥有这本别出心裁、与众不同的女性励志书,相信你在亲自研读感悟之后,将会对人生有个全新的认识,对未来有个全新的把握,祝你做一个幸福的女人!

目 录

第一章 二十几岁女人， 你的形象价值百万

女人 20 几岁最美丽	003
女人用美丽征服世界	005
女性美的标准	007
最美的五种女人	008
男人赞赏的女性气质	009
被公认为有魅力的 10 种女人	009
每天打扮优雅，要从容出门	012
漂亮的女人，成功几率大	014
女人 20 几岁最具潜力	017
追求你想要的美丽生活	019
趁年轻塑造迷人曲线	022
20 几岁是女人的第一个春天	026
20 几岁女人一枝花	027
女性个性与服饰	029
四季女性服饰的装扮	030
各种体型：穿出最佳风采	033
风情万种的配饰	035
最完美的女人妆容	038
美白娇嫩的肌肤	040
秀发飘飘的健康密码	046
神彩飞扬的明亮双眸	050
性感动人的红唇	053
美鼻化妆小技巧	055
玉手的健康呵护	056





女人与高跟鞋	058
职场女性的亮丽妆扮	059
不做 11 种女人的形象大使	062

第二章 二十几岁女人， 格调优雅而高贵

你不可能做一辈子的天真少女	067
年轻女人必须破灭的五个梦	068
女人要做今天的天使	072
浪漫是女人的天性	073
20 几岁，要立志做个出色的女人	075
20 几岁女人的新角色	077
做一个时尚的女人	079
做一个优雅别致的格调女人	081
做一个微笑迷人的动感女人	082
做一个神秘感的格调女人	084
做一个让男人动心的女人	085
做一个泼辣野性之美的女人	088
做一个善解心意的女人	089
做一个香车美人	091

第三章 二十几岁女人， 无法改变出身就要改变命运

二十几岁没有天定的命运	097
不要信命，救星是自己	098
你无法选择出身却能够改变命运	100
每一个女人都应觉得自己是公主	102

目 录

让艺术滋润灵魂	103
五线谱里的飞扬	105
装扮好自己的家	107
知识改变女人的命运	110
越读书的女人越有前途	111
勇于“秀”出自我风采	113
做一个快乐的知识女性	115
女人向往的世界 10 大购物城市	117
女人追逐的 10 个梦想之地	119
女人要去的中国 10 大旅游城市	123
快乐女人，来泡吧！	126

第四章 二十几岁女人， 嫁得好是块宝

深情热烈地爱一次	131
白马王子会从天而降吗	133
如何嫁个有钱人	135
一定要嫁个适合自己的男人	137
找一个最有力的靠山	139
20 几岁女人的爱情金钱宣言	142
女人要学会抛媚眼	143
如何诱使男士关注	145
向心仪的男人靠拢	148
中国女人的择偶标准	149
女人被爱的必备条件	150
什么样的男人能帮你实现梦想	152
撒娇的女人最好命	154
20 种不能嫁的男人	156
用浪漫牵住男人的心	160



性感迷人 16 法	160
柔情女人能抓住男人的心	164
谨慎第一次的花前月下	167
男人最不敢娶的女人	169
男人眼中的“好女人”什么样	172

第五章 二十几岁女人， 不要在情绪上被男人左右

你不可能做一辈子单纯少女	181
在 20 几岁丢掉无知的幻想	183
20 几岁女人要抛弃虚幻的梦	184
20 几岁女人必须要明白的事实	185
不要在情绪上被男人左右	186
女人撒娇是一种心理的补偿	188
女人不要盲目赶时髦	189
女人假装天真是可爱的注释	190
女人浑身散发着阴柔之美	192
女人流泪是“净化”心灵	194
“心肠软”是女人的感情精品	195
女人的强颜欢笑隐藏着惨痛	196
女人爱操心是存积着责任感	197
女人情感脆弱来自于恐惧和担忧	199
化解女人心疾的处方	200
女人心理逆境自救术	203
赢取成功的高情商女人	204





第六章 二十几岁女人， 结交名流成为一流人物

大小姐的脾气要慢慢收敛	213
建立有价值的人脉关系	215
女人笼络人心的要点	217
结交名流成为一流人物	219
幽默使女人的缺点变得美丽	221
适当泄露一点隐私	223
如何注意与十大男性的交往	224

第七章 二十几岁女人， 成为新一代富婆的新方法

把美貌当作资源而不是金钱	231
理直气壮地嫁个有钱人	232
有物质基础的男人能带给女人安全感	233
美丽离不开金钱的包装	235
识别金子男人与铜钱男人	236
识别真假有钱男人	238
女人 20 几岁开始积极向“钱”看	239
20 几岁时轻视金钱会为金钱一生所困	240
20 几岁女人努力向“钱”冲	241
恋爱时请带上自己的钱包	242
理财的女人才会有钱花	244
告别“月光女神”	246
女人注意超市购物	248
女人谨防打折陷阱	250
注意买保险的细节问题	251
女人看好自己的银行卡	252

旅游花得少也能玩得好	254
富婆的经商忠告	256
成为千万富婆的新方法	257
十二星座女人的富婆命	258

第八章 二十几岁女人， 走向社会的白领女性

女性适合的职业	263
20 几岁选择你所爱的职业	265
智慧白领如何出人头地	267
女人要认识你的职业优势	268
怎样做个白领俏佳人	269
女性在新公司立足的守则	271
女人打入公司交流群体的 7 种策略	273
决定女性成功的 8 个细节	275
职业女性的 5 项自我修炼	277
走向世界的白领女性	279
女人如何慎重对待辞职	280



第九章 二十几岁女人， 宠爱自己的一生

女人一定要有才	285
不再做贤淑的“奴隶”	287
不做奉献到底的“女神”	289
卸下“完美”的黄金枷锁	291
世界上最爱你的人永远是自己	293
千万不要因别人的“眼光”而失去自己	294
爱一个人并不意味着抛弃全部	295

目 录

打理自己的公主手和侍女脚	296
你可以选择自己喜欢的生活方式	298
别总拿人家当镜子	300
就是要“自恋”	302
炫出自我本色	303
为自己而鼓掌	306

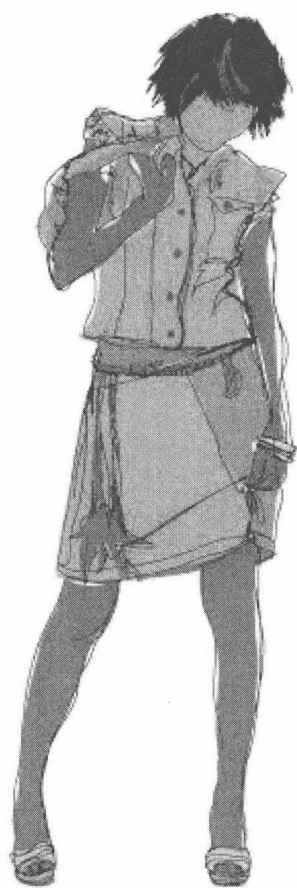




第一章

二十几岁女人

你的形象价值百万



ZheYangZuoErShiJiSui
NvRenZuiMingHao

女人 20 几岁最美丽

女人 20 岁以前总是吃力地把镜头拉向自己，而 20 岁以后的她却把镜头对向世界。她开始懂得欣赏社会人生的形形色色。女人 20 几岁，有了很多“做女人真好”的感觉。而 20 几岁女人正处于女人最完美的年龄，谁都无法否认这个事实。

不管怎么说，女人 20 几岁最完美都是一种真实的社会现象，20 几岁的女人用她们的思想行动，为自己的事业和家庭经营努力地做准备工作。女人 20 几岁，经过努力和拼搏，经过努力进取，经过青春困扰而最终选择放弃或有了期望的结果。人们常说，只有身历其中，才能体会其甘苦荣辱，而在意生活和乐于奉献的女人进了 20 几岁，在铜铸铁打之间已经形成了鲜明的个性，爱憎分明，学会了辨清问题，从不同角度欣赏他人，感悟生活和追求成功。

20 几岁的女人正开始经历挫败和爱情；正开始经历梦想和现实；经历着蹦蹦跳跳、倔强到底，也经历着故作清高、温婉曲折。20 几岁的女人理解了“女人”二字的含义，女人就是应该有点情调，有点暧昧，有点性感，有点多情，有点贪婪，有点吝啬，有点赖皮，有点严肃，有点深情，有点不在意，有点健忘，有点……当然，20 几岁女人也应该有点大气，有点知识，有点修养，有点讲究，有点男儿风范，有点……这就是幸福人生，20 几岁能够做到这些的，就成了一个完美的女人。

在现代知识社会里，那些胸怀大志、创业拼搏、情趣无限的 20 几岁女人既装点着自己，又装扮着社会，她们深情、热烈、妩媚、斗志昂扬又活力无限。20 几岁的女人最可爱，20 几岁女人的可爱是成熟知性中灵动激越的迸发，20 几岁女人的可爱已经融入她的身体与眼睛，能在不经意间流露而不会刻



意去表现。从可爱到漂亮,再到有女人味,是一个循序渐进的过程,没有这个过程的经历,女人味也不会演绎到成熟。这是一个20几岁女人应当遵循的成熟之路的守则,是一份感情从迸发到沉淀的明证。有过程的经历,结果才会瓜熟蒂落。从天真到感性,从感性到知性,女人味是历尽千山万水的婆娑与摇曳,女人味是千回百转在柔肠寸断之间、心碎欲裂之间、幸福的浓情蜜意之间的成长成熟的原子颗粒,是失败与挫折、挫折与困顿、迷茫与无助中醒悟和崛起的风沙的积聚,女人味就是精华的荟萃和美丽的实现。对20几岁的女人来说,女人味是一种天分的东西,是生活中的美。

20几岁的女人是一块最完美、最精致的润玉,晶莹剔透、圆润光滑,散发着迷人的光彩……女人到了20几岁,就是到了人生的第一个高峰。经过了少女时期的磕磕碰碰,走过青春无邪的岁月,正所谓无限风光之时。告别了花季雨季的脆弱和天真,20几岁的女人开始具有成熟的美。女人20几岁,对生活开始有了积累,性格不再那么脆弱,做家务事不再那么手忙脚乱。女人20几岁,精力无比充沛。就因为知道岁月不饶人,才在年轻的时候更爱惜自己的身体。活力是一种精神耐力的体现,也是一种充满热情、奋发向上的动力。这种动力在20几岁的女人身上仍然表现得十分明显。

女人20几岁时才最懂得生活,经历了这么多,她们知道年龄不是美丽的敌人,沧桑和挫折也不是侵蚀美丽的蛀虫,美丽是靠心态和智慧来勾画的,美丽是属于可以调整和创造的内容。青春永驻需要的是一颗永不认输的年轻的心。

20几岁女人在生活的道路上拼拼打打,在家庭生活中精心调剂,将不同成分和内容的过去、现在和未来加上调料组合到一起,为自己、为家庭、为社会设计了一桌又一桌内涵丰富、色泽艳丽、香气扑鼻、回味无穷的满汉全席,或者是具有现代营养价值和欣赏水平的、能够吸引游客回头的“特色菜肴”。只有好厨师才有好生活。生命是一道菜,每个人做厨师,菜的味道都不会相同。20几岁女人下厨时不一定能调配好菜,但她总是充满耐心去尝试。20几岁女人如果有条件、有能力的话,总要站在高处。女人不能失去信心,若失去自信与兴趣,就会在心灵上留下“皱纹”。如果再失掉热情、活力,那才是真正的衰老。春兰秋菊,各有芬芳,学会赞美、羡慕自己,学会更全面地认识自己,也就会更加深刻地挖掘自己的内在潜力。

20几岁是有故事的岁月,是故事中的主角,是故事的高潮,也是故事最多的阶段。正因为20几岁女人体能最佳,心理素质、承受能力较之其他年龄



段的女性更为刚强。20 几岁的女人是故事中的故事。

女人用美丽征服世界

“女人如花，花似梦”，女人是上帝散落在人间的花朵，那么女人就应该像花儿一样美丽动人。如果有的女人不够漂亮，那就应该芳香。如果不够芳香，那就应该别具匠心。总之，美丽是女人天赋的义务，女人有责任投资美丽，把自己装点成尘世中赏心悦目的美景。

美具有神秘的力量。美让人忘却身心上的疲惫，美令人产生新的动力，去创造更美更壮丽的人生。美丽是女人迈向世界的通行证。

女人，只要长得漂亮，就容易获得优待与肯定。长相漂亮的女人不仅在辩论中容易获胜，而且在说服别人时成功率也比较高。在社交场合，有魅力的女人相对来说将显得更为自在和自信，因为她们认为生活就操纵在自己的手里，她们不会受命运和环境的摆布。

研究结果表明，无论演员，商人还是普通员工，长相越出众，她的劳动成果就越容易获得肯定。长相给了她们很大的帮助，她们常常因此名利双收。社会心理学家称这种现象为“光环效应”。

从古至今，在任何一个国家，女性无不扮演着重要的角色，尤其美女更为受宠，各式各样的选美活动则毫不避讳地把这种偏爱演绎到了无以复加的地步。人们喜爱美女，对美女津津乐道，美女产生了强大的磁场效应，将人们聚集其中。

现代社会，美正在发挥越来越大的效应。在商场，富有商业经验的管理者，会选择漂亮迷人的姑娘作为商场导购人员，美女们甜甜地一笑，总能牵动不少人的钱包；在车展，千姿百态的车模们成为会场的宠儿，成千上万的男士们忘情地流连其中，不知道是在看车，还是在“赏花”；更有精明的商人大张旗鼓地做起了“美女经济”，他们靠漂亮女人为服装、饰品、化妆品做广告、代言，吸引着无数爱美、要美的女人争先追逐，而这些女人由此获得的回报又使她们“无法自拔”地沉醉其中。

从美学角度来说，美丽的女人会产生一种强烈的吸引力，这种光彩不仅男人为之欢欣鼓舞，女人也一样心旷神怡。美丽的女人就是这样，有着天然

