

RENSHENG JINJU

每一条人生金句都是前辈姐姐们用心血换来的金玉良言，对20几岁女孩的人生有着四两拨千斤的神奇力量。20几岁的选择决定你的人生，如果不让自己变得更理智、更成熟、更有智慧，到了美人迟暮的那一天，你会发现自己一无所有，追悔莫及！

20几岁女孩必知的 100句人生金句

——影响和改变女孩一生的智慧书

赵爽◎编著

一句顶一万句的人生箴言
20几岁不知道，30岁后要吃亏！

北京工业大学出版社

RENSHENG JINJU

20几岁女孩必知的
100句人生金句

——影响和改变女孩一生的智慧书

一句顶一万句的人生箴言
20几岁不知道，30岁后要吃亏！

北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

20 几岁女孩必知的 100 句人生金句：影响和改变女孩一
生的智慧书/赵爽编著. —北京：北京工业大学出版社，
2009. 9

ISBN 978 - 7 - 5639 - 2141 - 6

I. 2... II. 赵... III. 女性—人生哲学—通俗读物
IV. B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 125397 号

20 几岁女孩必知的 100 句人生金句——影响和改变女孩一生的智慧书

编 著：赵 爽

责任编辑：郑 华

封面设计：尹 帅

出版发行：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：大厂回族自治县正兴印务有限公司

经销单位：全国各地新华书店

开 本：700mm × 1000mm 1/16

印 张：17

字 数：215 千字

版 次：2009 年 9 月第 1 版

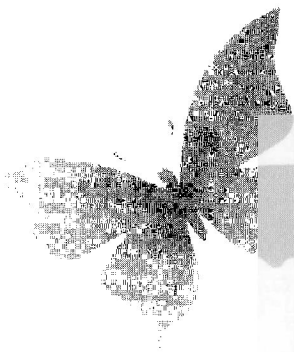
印 次：2009 年 9 月第 1 次印刷

标准书号：ISBN 978 - 7 - 5639 - 2141 - 6

定 价：30.00 元

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误，请寄回本社调换



前 言

20 几岁的女孩，正值青春年华，她们年轻美丽、活力四射、朝气蓬勃。20 几岁的人生，充满机遇，但也充满迷茫。20 几岁，面临着人生诸多角色的变化，面临着许多选择。20 几岁，无疑是决定一个女孩一生的关键时期。

此时，很多年轻女孩刚刚走出校园，对一切都还是懵懵懂懂，不知该如何面对自己未来的道路。遇到困难和挫折，也总是束手无策。如果你想让你心灵的花朵永开不败，如果你想让你梦想的甘泉永不干涸，如果你想让你青春的姿态更趋完美，那这本《20 几岁女孩必知的 100 句人生金句》就是你汲取精华的地方。

20 几岁的女孩是最美的，可以放肆地笑，可以倔犟地哭。青春是 20 几岁女孩的资本，但这资本需要好好地把握，你今天的选择会成为你明天的生活。

20 几岁的女孩涉世不深，只会羡慕别人，或者模仿别人做事，很少有人能认清自己的专长，了解自己的能力和，所以很少有人在这个年

纪成就大事。

20 几岁的女孩常会感到人生很迷茫，所以并不能真正发现许多东西的价值。她们在诸多现实的矛盾面前，容易迷失，容易犯错，所以 20 几岁是一个徘徊的年龄。

对于 20 几岁的女孩来说，如果能尽早认识选择、压力、金钱、人脉等现实问题，就会少走许多弯路。选择一条让自己不后悔的路，这便是世俗的智慧。

20 几岁的女孩可以犯错，所以 20 几岁的女孩不要怕输，青春才刚刚开始，我们有着输的资本，我们可以大胆一搏。而不要等到 30 几岁的时候再来改变，那就为时已晚了。

20 几岁到 30 几岁之间是个可以做任何事情，也可以不用动脑筋做任何事情的美好时光。但青春时光是短暂的，如果徒让青春在不知不觉中逝去，30 几岁时就只能用遗憾作为告别青春的寄语。

林肯曾经说过：“智慧可以帮助我们，让我们用不必烫伤自己的方法去体验火的炙热；也可以让我们在陷阱面前适时止步，作出明智的选择。”一个女孩在 20 几岁时的行止见识，将决定她一生的高度。本书对 20 几岁的女孩是一种睿智的提携，旨在指导 20 几岁的女孩活出自己的精彩，闯出自己的一番天地。如果你能够在 20 几岁的时候就领悟到书中为你揭示的这些道理，你一定可以生活得更加美好。

目录

CONTENTS



第 1 章 你今天的选择就是明天的生活

选择永远比努力更重要，20 几岁，正是一个女孩最宝贵的人生时光，站在人生的十字路口，我们面临着众多的选择。如果今天我们能把握自己，让自己每一天都距离梦想更进一步，那么，明天的生活一定会给我们带来惊喜。

1. 一步错步步错，问问自己究竟想要什么样的生活 2
2. 不要把选择的权利让给别人 4
3. 不打算独身，25 岁之后别轻易说分手 6
4. 成为不讨人厌的利己主义者 9
5. 早做规划，有一个最少两年内需要达成的目标 11
6. 不要以为 30 岁离你还很遥远 13
7. 让兴趣成为选择职业的第一标准 16



第2章 20岁以前可以不漂亮， 20岁以后不漂亮就是你的错

青春应该是美丽的，不要用任何借口来纵容自己的懒散。让自己变得更加漂亮，活得更加精彩，这是每个女孩的必修课。用灿烂的笑容和优雅的气质来装点自己的青春，你也可以成为众人心目中的公主。

- 8. 没有丑女孩，只有懒女孩 20
- 9. 爱笑的女孩，运气不会太差 22
- 10. 不盲从，不攀比，买适合自己的衣服和饰物 24
- 11. 穿名牌不等于高贵 27
- 12. 衣橱里不同风格的服装至少要有一件 29
- 13. 天生丽质也不要素面朝天 31
- 14. 不漂亮不等于没魅力 34
- 15. 不一定多么漂亮，但一定要有气质 37
- 16. 瑜伽：最适合女孩修身养性的锻炼方式 39

第3章 女孩最伟大的资本是教养

徒有外表的女孩只会被别人称作“花瓶”，我们真正需要提高的是教养。教养是由环境、教育、经历等结合成的内在素质，它在良好的人际关系中具有重要作用。它不是活在我们的皮肤上，而应渗透到我们的骨髓里。

17. 不管和谁约会见面，一定要准时到达	44
18. 再郁闷也不要再去泡酒吧，放纵只会让你失去美感	46
19. 天真的女孩很好，但不分场合的天真就是傻子	48
20. 任何场合，保持应有的涵养	50
21. 对于你不想交往的人送来的礼物，原封不动寄回去	52
22. 随身携带口气清新剂和补妆的物件	54
23. 如果没有人陪，学着一个人听音乐、看书、写作	57
24. 学着像奥黛丽·赫本一样优雅	59
25. 堵住痛苦回忆的唯一方法就是原谅	62

第4章 除了你自己，没有人可以给你烦恼

改变心态便能改变生活，改变命运。20几岁的女孩需要让自己拥有积极、乐观、自信的心态，在遇到问题时，能让你豁然开朗、柳暗花明。妥善应对自己的心态问题，就可以拥抱更美好的人生。

26. 明早，太阳依旧会如时升起	66
27. 自信的女孩最美丽，要善待自己	68
28. 学会承受痛苦，挫折是年轻女孩最好的礼物	70
29. 心情好坏是内心选择的结果	73
30. 每天抱怨、唠叨、自怜的时间不要超过10分钟	75
31. 放下你大小姐咄咄逼人的气势	78
32. 痛惜“舍掉”的不如享受“得到”的	80
33. 将“不可能”从你的字典中删除	83
34. 做一个思想独立的女孩	86
35. 嫉妒别人就是否定自己	88



36. 满足是停滞，知足是幸福	91
-----------------------	----

第5章 永远相信爱情，但不是童话里的爱情

恋爱是每个女孩都要经历的一件事，谁都希望自己能够拥有美好的爱情，但又时常被这朵带刺的玫瑰花所伤害。对于爱情，要敢爱敢恨，同时要睁大双眼，不要“烂桃花”，也不必为了某个男人而失去自我。情场上，每个女孩都是自己的公主。

37. 知道自己要什么，包括你爱的男人	96
38. 如果决定爱上一个人，时间拉长一点	98
39. 他不一定很有钱，但是一定要让你有安全感和开心	100
40. 如果决定离开一个人，行动要快一点	103
41. 不要24小时都想念同一个人	105
42. 不要让男人牵引你的喜怒哀乐	107
43. 脚踩很多船最终会翻掉	109
44. 宁缺毋滥，不要因为寂寞随手抓一个男人	112
45. 与他共同实现梦想	114
46. 翻越千山万水去看望一个人，这样的疯狂一次就好	117
47. 不要爱上对你说“我会和妻子离婚再娶你”的男人	119
48. 不做情场上的二等公民，每个女孩都是自己的公主	122
49. 爱只有一种，但爱的假象有千千万万种	125
50. 视爱情为生活奢侈品：有最好，没有也能活	128



第6章 提高交友的水准，自己才能变得更优秀

美国成功学大师卡耐基经过长期研究得出结论说：“专业知识在一个人成功中的作用只占15%，而其余的85%则取决于人际关系。”人脉的重要性在今天这个社会已毋庸置疑，20几岁的女孩，从现在开始积累你的人脉存折，今后才会有意想不到的收获。

- 51. 一个人能否成功，不在于你知道什么，而在于你认识谁 132
- 52. 开始一段友情要谨慎，结束一段友情更要深思熟虑 134
- 53. 货好更要会吆喝，女孩要学会推销自己 137
- 54. 发挥女性魅力，别把自己“圈”起来 139
- 55. 即使你不喜欢的人，也要笑脸相迎 142
- 56. 平时多走动，不要只在有事的时候才联络朋友 145
- 57. 任何时候都不要失信于人 147
- 58. 大树底下好乘凉，让上司成为你的“贵人” 150
- 59. 在朋友困难的时候留下，女孩也得讲义气 152
- 60. 清理朋友中的杂草，做好人脉的定期维护 155

第7章 行走职场江湖必懂的潜规则

职场是女孩施展自己才华的舞台，20几岁的女孩，要想从“职场菜鸟”升级为“白骨精”，不仅需要努力提升自己各方面的能力，还

要处理好与上司、同事的关系。熟悉一些“职场潜规则”，可以让你的职场道路更加顺畅。

61. 慢慢来，别想一步登天	160
62. 公司是老板的，舞台是自己的	162
63. 爱你的工作，但不要爱你的上司	164
64. 靠实力说话，职场上没有人会把你当做女孩	167
65. 同事的恭维就像香水，可以闻，但不要喝	169
66. 初涉职场，“忍”字当头	171
67. 对你不情愿做的事情大声说不	174
68. 不要成为派别的任何一方	177
69. 有望得到的要努力，无望得到的不介意	179
70. 薪水不是你从工作中获得的最有益的东西	181

第8章 财务独立的女孩才能真正独立

女人是天生的理财神手，女孩到了20几岁，就要开始学习理财了。不要以为自己无法成为富婆，就大手大脚地花钱，也不要认为明天有挣不完的钱，而把今天的钱花在不应该花的地方。养成理财的好习惯，这会让你受益终生。

71. 20几岁的理财观，决定你的后半生	184
72. 20几岁的女孩，10年后送给自己的最好“礼物” 是存款	187
73. 认为节约就是吝啬，大错特错	189
74. 信用卡的 revo 还款也会让你直不起腰	192
75. 理智消费，不买廉价无用品	195



76. 20 几岁女孩的投资策略	198
77. 20 几岁女孩如何实现买房梦	200
78. 做任何投资都不要太贪心	202
79. 别把男人当做赚钱的机器	204
80. 最有价值的投资是你自己	206

第 9 章 成为众人瞩目的魅力人物

在今天这个“美女文化”的年代，女孩要学会利用自己的优势，时时处处体现出有目共睹的女性魅力，让自己变得更受欢迎。

81. 妩媚是女孩的撒手锏	210
82. 在人生的戏台上翩翩起舞	212
83. 你的眼睛会说话吗	214
84. 背后不说他人是非，如果一定要你说，说好话	216
85. 不管和谁有了矛盾和别扭，解决的时间不要超过 24 小时	219
86. 愤怒的时候数到 30 再说话	221
87. 只要不越矩，巧言令色不是错	224
88. 试着和敌人做朋友	227
89. 言多必失，到处炫耀是肤浅的表现	229
90. 女孩，别做法律和政治的绝缘体	231



第 10 章 好习惯让女孩受益终生

播下一种行动，你将收获一种习惯；播下一种习惯，你将收获一种性格；播下一种性格，你将收获一种成功。一个好习惯可以成就一个人，一个坏习惯也可以毁掉一个人。女孩，你需要养成良好的习惯，好习惯让女孩受益终生。

- 91. 爱父母，每周打一次电话或者共进晚餐 236
- 92. 不断学习，才跟得上身边优秀男人的步伐 238
- 93. 拖延是一种习惯，行动也是一种习惯 240
- 94. 控制上网时间，不要被网络牵着鼻子走 243
- 95. 有喝下午茶、读书、听音乐的习惯 245
- 96. 偶尔做美女私房菜给他吃 248
- 97. 折磨身心的事情不要做，参加有益的娱乐活动 250
- 98. 不要等男人给你买礼物，自己买的用起来会更舒心 252
- 99. 定期清理居室，时常调节身心 254
- 100. 旅游不是奢侈品，没钱也可以经常出去走走 256

第 0 章

你今天的选择就是明天的生活



选择永远比努力更重要，20几岁，正是一个女孩最宝贵的人生时光，站在人生的十字路口，我们面临着众多的选择。如果今天我们能把握自己，让自己每一天都距离梦想更进一步，那么，明天的生活一定会给我们带来惊喜。



1. 一步错步步错， 问问自己究竟想要什么样的生活

20 几岁的女孩，总会在脑海里构想自己以后的人生，虽说冲动是年轻人的天性，谁没有过年少轻狂、少不更事的时候呢？但 20 几岁的你一定要记住，你今天的选择就是你今后 10 年，甚至 20 几年后的生活。所以，如果你不能明确自己真正想要的生活，不能坚定自己朝这种生活走下去的步伐，那到了 30 几岁的时候，总结自己的账户和感情，看到的只会是一无所有。

为什么会这样？因为你在 20 几岁的时候走了弯路，一步走错，后面的问题就会接踵而来。如果你在 20 几岁的时候知道自己追求的是什
么，那你以后的人生就会越过越有滋味。如果你在 20 几岁迷茫，到了 30 几岁才来思考“我究竟想要什么样的生活”，那证明你之前只是在混混沌沌地活着，而以后你的生活也将依旧不幸。

高亚丽就读于一所外语学院，快毕业时她就为自己的人生订下了目标：去国外某著名大学继续深造，然后回国找一份高薪工作。然而就在高亚丽临毕业的那个学期，她认识了一个服兵役的男孩子，两人迅速坠入爱河。

为了这个男生，高亚丽放弃了去国外深造的打算，她要 and 男生厮守在一起。当父母和朋友都劝她不要这么做时，高亚丽理直气壮地说：“如果连为爱情牺牲的勇气都没有，那还能叫做真爱吗？”爱情让高亚



丽疯狂。

不久，男友退役了。高亚丽和他深交后才发现他不是那种能带给自己安定生活的人，他们分手了。分手后的高亚丽迷茫起来，曾经那么美好的梦想被自己放弃了，因为一份毫不了解的感情，高亚丽的生活没有了方向。在事业上连连受挫的高亚丽直到30几岁，还是一个小公司的小职员。就因为之前走错的那一步，高亚丽如今的生活过得很惨淡。

20几岁的你需要成熟、理智地为自己的人生设定方向，如果你依旧活在不切实际的幻想中，那么你的未来只能是失败。选择是需要付出代价的，一次幼稚的选择带来的教训是惨痛的。

每个人对生活都有不同的追求。有的人希望自己成为一个女强人，为自己的梦想拼搏是她们最大的乐趣；有的人希望找一份清闲的工作，把更多的时间给予朋友和家庭；等等。不管你选择怎样的生活方式，只要坚定地走下去，并且慎重对待所走的每一步，你就会得到你想要的幸福。

吴薇是安徽电视台《第一栏目》的节目主持人，因为她人长得清新脱俗，主持风格又颇具亲和力，因此深得省城人民的喜爱。吴薇在博客中说，她不计较工资的多少，做自己喜欢的工作就已经很满足了。偶尔还可以到太阳底下晒晒太阳，陪小侄女一起玩，到大学校园里散散步，她觉得这样的生活快乐又美好。吴薇追求的是一种简单、踏实、从容的生活。

越来越多的女孩开始张扬个性与独立，更在乎内心真正的需求与感受。她们对待工作一心一意，她们拥有自己的爱好，更愿意把时间用在寻找美好的事物上，她们以自身具备的丰富才能与智能，更轻松



自由地追逐自己想要的生活。

你可以没有一段感天动地的爱情，可以不做一个叱咤风云的女强人，但你不能没有明确的人生规划，也不可以失去对生活的清晰认识。坚持自己人生最初的梦想，只有20几岁时知道自己想要什么样的生活，30几岁才有资格去享受幸福。

2. 不要把选择的权利让给别人

20几岁女孩一个不成熟的典型表现就是优柔寡断，她们往往不愿意面对选择，害怕作出错误的选择，害怕承担责任。可是如果你不去作出决定，那你只能被动地由别人主宰你的生活。如果我们不主动把握选择的权利，那么幸福绝不会主动来敲门。

张曼玉刚进入演艺圈时，因为漂亮可爱，制片方安排她走清纯玉女路线，所以她在初涉银幕时主要饰演妩媚动人的少女。但几部电影发行后，张曼玉被人称作“花瓶”。她不想一直饰演同一类角色，于是自己决定改变路线。

后来的事实证明她的选择是对的。《新龙门客栈》里她泼辣、果敢、狐媚，令人耳目一新，给人留下了深刻的印象，这是张曼玉转型后的第一个成功角色；《宋家王朝》中她坚强自信，反叛而又不失温婉大方；《阮玲玉》里她美丽哀愁、《滚滚红尘》中她灵动慧黠、《花样年华》里她隐忍孤寂……张曼玉获得了她之前从未有过的成功，她20年的演艺生涯很好地阐释了：只有将选择权握在自己手上，成功的