

## <<29岁之前变身犀利女孩>>

### 图书基本信息

书名：<<29岁之前变身犀利女孩>>

13位ISBN编号：9787564137564

10位ISBN编号：7564137568

出版时间：2012-10

出版时间：东南大学出版社

作者：郑洁心

页数：208

字数：156000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<29岁之前变身犀利女孩>>

### 前言

在我还在上学的那个时候，许多人高喊着教育失败，失败的原因是教学不够灵活，导致学生们的脑袋僵化，出了校门不懂得变通，以至于融入社会困难重重。

可以说，整个“社会新鲜人的经验”，就是一本血泪史。

当你踌躇满志地开始找工作时，才发现符合理想和志趣的工作，是“完全不存在”的。

因为你脑袋里想的和这个社会的现实面，根本是两回事。

或许也不是两回事，而是，如果你的理想要落实在社会现实面，得花一点时间去发酵才行。

A阶段进行结束了不必然就直接到达你的目标B，这其中还有很多高山深水等着你。

现在还是有很多人在骂教育问题。

现在学生们的教育已经很灵活多元了，但是，毕业之后融入社会的状况就比较佳吗？

相信大家还是直摇头。

我觉得学校教育本身就有其限制所在。

学校教育的主力本来就是在基本通识教育上，人们得先透过教育认识这个世界是怎么回事了，才能有资本从其中去变换出自己想要的东西。

例如说，至少你得先学会数学，才有能力学会理财；你得先学好中文，才有能力学会沟通；你得先学好自然科学，才知道你面对的是一个什么样的世界。

学校不可能直接教你怎么去和老板沟通，怎么去和同事交流，因为这些社会学的细节，变化这么多，不可能完全置入学校教育内。

在我仍在学校学习的年代，那些教育内容和方式比现在更为僵化。

不过，回头看看过去学校教的事情，虽然不够灵活，但总是一个基本准则，只要从中善加变化，仍然可以作为在社会上为人处世的方针。

回归基本面很重要 许多人都告诉你，社会上尔虞我诈很多，如果想要自保进而成功，非得要学会“厚黑学”不可。

什么是“厚黑学”？

就是算计人与人之间赤裸裸的人性和心机，为自己做最大利益的考量。

我听过许多年轻人说：“那惨了，我的个性就是这么刚毅木讷，哪里学得会人与人之间的算计呢？”我相信这样的年轻朋友并不少，甚至自以为很会玩厚黑学的人，如果综观自己这几年获取的利益，也会发现实际上操作的成效并不好。

难道只有会玩曝黑学，人生才能畅行无阳吗？

我可不这么认为。

共荣共存才是正确的事情 或许在你进入社会之前，已经听多了关于社会上人与人之间勾心斗角的事情，也听说了太多社会现实的黑暗面。

不过我必须告诉你，极端的黑暗面并不存在，多数坏人（除了作奸犯科的犯罪者之外）也没有你想象中的那么极端。

我们看待社会上勾心斗角的黑暗面，应该要持平一点来看，那就是：多数人并没有特别想要伤害你，除非你伤害了他们的利益，或与他们有利益冲突时，他们才会针对那件事情采取行动。

很少人会单纯只是因为讨厌你，就每天什么正事都不做，专心一意地伤害你。

因此，你没有必要一开始就穿着防弹背心踏入职场，对任何人都小心翼翼，对任何事情都裹足不前。

在你的内心一定要有一个最重要的观念，那就是：只要你所做的是对的事情，合乎做人做事一般常规的事，都不需要过度担心会闯出什么祸来。

如果你的心念是正直的，是负责任的，就算你偶尔犯了一点错误，也能够找得到方法解决。

什么是“正确的事情”呢？

如果针对在社会上做人处事的角度来说，就是“和别人共荣共存的事情”。

你所做的每一件事情，就算对其他人没有利益，也要尽量减少对他人的伤害。

因为，整个社会就是一个团体，就是以互助合作的关系进展下去，通常别人的好会影响着你的好，而

## <<29岁之前变身犀利女孩>>

别人的不好也会影响着你的不好。

虽然大家看起来好像是互相不熟悉的个体，可是既然在同一个职场上，利害关系一定是拆不开的。

在这个社会上也是。

我们可以很清楚地看到，2007年开始世界金融风暴发生的原因，只是来自于美国次级房贷的问题，结果牵动到世界经济兵败如山倒。

在这个失败当中，没有人能幸存。

我们在学校里，由于课业竞争关系，让我们过度地英雄主义，以为英雄都可以只手遮天，其实那是完全错误的。

踏入社会时应该把观念改过来，用更宏观的视野，去看待“成功”这件事情。

可以这么说，你累积的“共荣共存的事情”越多，未来的成就也越大。

## <<29岁之前变身犀利女孩>>

### 内容概要

对于二十五岁的女人而言，什么是最重要的呢？

就是建立起完全属于自己的城堡。

你不只应该有工作还应该要有自己的事业；

你应该拥有美丽，了解如何装扮表现自己；你应该拥有健康，好好经营和家人与朋友之间的感情，不管你的人生目标是单身主义或是婚姻生活，都要先好好地爱自己，爱自己的人生。

## <<29岁之前变身犀利女孩>>

### 作者简介

本书的作者郑洁心，台湾首席情感专家，博客点击率超8000万。

国立中兴大学法律系毕业，专业资深文字媒体工作者、社会观察家。

研究男女心理学多年，现为婚姻幸福女人，擅长以法律人的理性和创作人的感性，找出新时代两性相处的平衡点。

以细腻、创意及魅力的文笔，诠释出现代人需要的智慧。

所累积各类型创作已超过六十余部，作品亦广受中国大陆读者支持，并常受邀于报章杂志及电视媒体发表见解，至机关团体发表演说。

## <<29岁之前变身犀利女孩>>

### 书籍目录

爱自己比什么都重要  
重视自己的健康  
清楚自己究竟吃了什么东西  
减少慢性自杀的坏习惯  
每天为健康存折存一点资本  
减少慢性自杀的坏习惯  
远离猪狗不如的朋友  
和麻烦人物保持距离  
一起向下沉沦的不是爱情  
珍惜你的时间资本  
理财能力比赚钱能力更重要  
稳定的经济是生活的定心丸  
好的理财能力，能让你赚多少钱都够用  
想要一夜致富的人通常最快破产  
有多少钱做多少事情  
物质不会决定你的价值  
不必要的应酬伤你的钱包最深  
你应该购买真正的好东西  
别砸钱纾发压力  
钱的去向决定你的未来  
不是什么理财工具都适合你  
“不必工作也有钱花”不是好事情  
人脉比专业更重要  
朋友多不代表人脉广  
对你有帮助的人才叫做朋友  
在社会上树敌是大忌  
不是能和你谈心的人才是朋友  
负责任的态度能得到最多支持  
你需要别人的帮助  
多问多学能使你更长进  
适时对别人伸出援手  
灵活的脑袋能让你到处行得通  
不要随便评价别人  
你的想法可能是错的  
你做得到的事情，要体谅别人可能做不到  
接受并面对生活中任何不顺利  
没有什么事情会过不去  
你需要原谅自己  
你需要接纳自己  
有“关系”？  
没“关系”？

尊重比诚实重要  
珍惜你身边良心的建议  
讨厌一个人不必表现出来

## <<29岁之前变身犀利女孩>>

实话可以放在心里  
人生没有其中考和一百分  
没有完美的选择  
能选择，就能成功  
让勇气成为你的动力  
从无到有，需要时间  
你不会死路一条  
白马王子不存在  
不是拥有了财富就能幸福  
不是结婚生小孩就可以一帆风顺  
好运气怎么来的？

此刻的得意不代表永远得意  
为什么不是你——面对困境  
不要摆烂你的生命  
你已经具备成苏的条件  
找不到“好工作”？

你的目标和行动是一致的吗？

幸福的能力  
不要拿乖乖牌了  
善良的力量  
不要被二分法困住你的人生  
提升管理情绪的能力  
不要放任自己宅  
梦想的追求步骤  
价值观和人生观要确立  
后记 人为什么而活？

## <<29岁之前变身犀利女孩>>

### 章节摘录

如果你新买了一部电脑，一个iphone，你会不会小心翼翼地使用它？

你能够忍受自己心爱的物品上有一点灰尘？

任由别人摔它、蹂躏它吗？

你会放任它被病毒侵害吗？

可是你却常常伤害比这些心爱物品更重要的东西，那就是你的健康。

你过度操劳它，不给它好营养，常常过度减肥修理它，还放任忧郁情绪摧残它.....你常常这样欺负你的身体，连一天好日子都不给它过。

只要有应酬，你的身体就变成牺牲品，因为它要被酒精袭击。

只要有加班，你的身体就变成牺牲品，因为它要透支体力。

只要追求完美的外型，你的身体就变成牺牲品，因为它得不到它的补给品。

只要受到压力或打击，你的身体就变成牺牲品，因为它要忍受你因为忧郁而不理性的摧残。

想起来了吗？

你对自己的身体很差，却期望它认真认份不出差错地为你工作数十年，这可能吗？

年轻时的我们之所以会这么样地糟蹋身体，是因为我们都相信“生老病死”是一个必经程序，觉得年轻距离“病”与“死”还遥远得很。

可是经过了这几年数据显示的结果。

发现许多“老人病”的年龄层已经逐渐下降（如心脏病、高血压、痛风、中风...”）。

可见没有人能保证你一定要到七老八十才会面临健康破产。

多数人不会重视自己的健康，因为还没有体会过疾病的可怕。

一般人在四十岁之前，可能最多经历过感冒头痛、跌打损伤，或是一些小小的流行传染病，但这还不足以使我们从此痛下决心重视健康。

有些人说得很潇洒，认为人生大不了一死，但若没有百分之一百投入精力与时间在自己的梦想上，人生就白活了。

这些人的人生观积极进取，把一天当成两天用，把工作成就与金钱获得当成是人生梦想的实现，除此之外，目空一切，看不见其他东西。

P14-15



## &lt;&lt;29岁之前变身犀利女孩&gt;&gt;

## 后记

当年纪大了一点之后，反而对于这个议题有点却步，不再敢像年轻时那样大声嚷嚷。不过，这几天塞个议题一直找上我的脑袋。

不是威权，不是政治，也不是乡愿，就是一种感动而已。

我记得阿嬷（奶奶）在世的那几年，提起台湾的政治人物，就会想到蒋经国先生。

她说她为他对台湾的建设觉得感动，每每她乘车开上高速公路，想到是蒋经国建设的，都会哭。

八十几岁的老人家，台湾本省人，感念着一个实际上对她生活贡献遥远的人。

她那么老了，几年也没能有机会走上高速公路一次。

我想，那是因为她很爱很爱这块土地，所以很感念对这片土地有贡献的人吧！

最近婆家有人生病，让我首次有机会踏上“传闻已久”的林口长庚医院。

那个地方其实交通不便，不过在台北长庚医院就有接驳车可以直接接送家属抵达，收费只要三十五元，非常方便。

我真的很像刘姥姥进大观园，跟着亲戚走上交通车。

本来有点排斥，因为我实在搭大巴士往返北高怕了，我是一个非常容易晕车的人。

没有想到那交通车是非常干净明亮的，而且没有一般客运巴士那种怪异的消毒药水或香水味道。

这使得莫可奈何的旅程，变得有点舒适了。

原本可能酿成大难的疾病，因为医护人员的积极应变，使得结果趋向乐观。

我看见主治医师带着一大批实习医师走进病房，如同日剧“白色巨塔”般的气势，然而，主治医师却没有像“白色巨塔”演的那样骄傲、高不可攀。

他非常亲切地，花了超过半个钟头为临床老伯伯诊治，并且解说给实习医师听。

接着又花了十几分钟，对老伯伯说，这只是个小病，已经八十几高龄的他，可以活到一百二十岁没有问题啦！

老伯伯的儿子听了好高兴。

马上说：“对啊，我阿公（爷爷）活到九十九岁耶。”

而在另一个病床上，一位被呼为“王董”（真的是王姓董事长）的老先生，由他的助理看护着。

我偷听到他的助理不舍地对他说：“你儿子小时候是不是有花你的钱？

长大之后是不是也有用你的钱？

那么叫他们过来照顾你是不是理所当然的？

”但话都说不清楚的老先生，却很坚持不通知子女。

我不知道他们之间发生了什么事情，但是助理无微不至的照顾，让我觉得，就算只为了钱，也做得很周到了。

后来比我还八卦的婆婆偷偷跟我说，那位王董来头可真是小，来探病的人几乎都是“在电视上看过的”政治人物。

太阳下山之后，我一个人走过长长的通道去搭接驳车。

在通道两旁，右边介绍王永庆先生创建长庚医院的初衷与沿革，左边则介绍长庚医生多年来在世界各地的医疗贡献。

无国界医生，为病患取出卡在舌头一年的子弹；无国界医生，因为紧急接生了一位婴儿而落泪。

他们理解颜面瑕疵的病患之苦，他们也懂特殊疾病之苦（所谓“穿山甲人”）。

我第一次感觉医生好伟大，许多我们平常人根本不敢接近的“特殊病患”，他们都懂病人想被治好的渴望。

他们的眼睛。

就像装上了天使的滤镜，看见的，不是我们一般人害怕或排挤的心情。

至于王永庆先生，我不看他创建长庚医院初衷的文字叙述，在整个医院里，我仿佛可以感受到他的心情。

干净、明亮的硬件设备，让人身在其中，感受到痊愈的希望。

地下街B1就像一座小型饮食商城，让即使需要长期抗战的病患家属，也可以从其中得到很多便利。

## <<29岁之前变身犀利女孩>>

至于接驳车，我想象着，是什么样的心情让医院如此设想周到呢？

三十五元并不是台北到林口合理的车价，而是更便宜。

（我曾听说有人从台北到林口打高尔夫球，为了贪车资小便宜而故意去台北长庚乘车。

）是什么样的心情，让一个商人，愿意舍弃“合理利润”这个原则？

谁都知道，医疗是人们最省不下来的花费啊！

想到这里，我忍不住忌妒起王永庆先生了。

小时候，想要买什么昂贵的东西，人家就会说：“你老爸又不是王永庆！

”（现在要改成郭台铭了。

）现在，提起这位已逝的老先生，人们只想到他拥有的资产将如何分配。

然而我忌妒这位已逝的老先生，不是因为他如何地创造了财富，而是因为，他做了多么了不起的事情啊！

他当年为长庚医院付出的点点滴滴，辗转难眠去思索病患以及病患需求的用心，让现在成为病患家属的我们，以及成千上万的病患和病患家属，从其中得到多少帮助呢？

人们终将会淡忘他，但是多少世代的人们，都要持续享用着他当初付出的心思？

我忌妒他且羡慕他，是以这样的格局，在过他的人生；是以这样的目标，在消耗他的生命时光和精力。

在当年随便一个小医生都可以当富豪的年代，他是怎么地看见，商业利益以外的事情？

这也就是为什么，当一位律师朋友对我说，他之所以如此不眠不休坚守岗位，是因为他舍不得当事人受苦，我觉得好感动。

我认为的法律素养从来不是蛮横的公平正义，而是人们之苦，以及平息苦痛和纷争的可能性。

法律，不只是制裁，更是要给一份希望，它的价值才会彰显。

人，为什么而活呢？

或许，名声和金钱始终是附属品，那一腔热血地重视人类疾病贫苦创痛的需求，才是真正的价值所在。

站在人类苦痛的这一方感受其苦痛，为其最细微的苦痛找到解决之途。

我觉得，人应当为这个而活。

而当人为这个而活时，上帝必不亏待他。

## <<29岁之前变身犀利女孩>>

### 编辑推荐

郑洁心编著的《29岁之前变身犀利女孩》内容介绍：在这个社会上也是。我们可以很清楚地看到，2007年开始世界金融风暴发生的原因，只是来自于美国次级房贷的问题，结果牵动到世界经济兵败如山倒。

在这个失败当中，没有人能幸存。

我们在学校里，由于课业竞争关系，让我们过度地英雄主义，以为英雄都可以只手遮天，其实那是完全错误的。

踏入社会时应该把观念改过来，用更宏观的视野，去看待“成功”这件事情。

可以这么说，你累积的“共荣共存的事情”越多，未来的成就也越大。

<<29岁之前变身犀利女孩>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>