

<<三十花开>>

图书基本信息

书名：<<三十花开>>

13位ISBN编号：9787515804385

10位ISBN编号：7515804386

出版时间：2013-3

出版时间：中华工商联合出版社

作者：南仁淑

译者：宗志敏

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>

## &lt;&lt;三十花开&gt;&gt;

## 前言

女人如花，美丽绽放 实话实说，第一次接触这本书，它并未入我的法眼。

虽然不断有人告诉我，南仁淑是多么有名的韩国女作家，她的《20几岁，决定女人的一生》有多畅销，但我却固执地认为，这不过是一本“华丽应景”之作，和市面上充斥的那些无病呻吟的女性读物没什么区别。

书名很好听，但能给我们带来多少阅读价值呢？

直到在某次飞行中，因为手边恰好没有别的读物，只得翻开它，耐着性子读下去。

不看不知道，原来这本小册子确实“华丽应景”——简单地说，它可以帮助30岁女人解答困惑；夸张点说，它甚至可以成为30岁女人的职场指南、婚恋宝典和修炼圣经。

整个阅读过程轻松愉悦，仿若吃了一颗魅力定心丸。

身为一个抓住30岁尾巴的女人，我不禁有些懊恼，若早几年知遇她——南仁淑，那我的30年华岂不是能更加游刃有余，充实快活？

通观全书，令我感触最深的，便是作者自省与自爱的观念。

清醒地认识自己和周遭，审察自我优势，做一个充满爱和收获爱的女人，是书中反复强调的“30后”人生关键。

每个女人的20年华总是匆匆而逝，还来不及回望过去，就发现自己已经站在30岁的门槛前。

我们与其兴叹青春流逝、恐叹年华老去，不如认真地停下来思考，如何让自己的30岁过得更有价值。

简单生活，轻装上阵；坚持自己的梦想，但勿要过于执着；果断地整理人际关系，告别混沌纠结的过去……种种由内及外的方式，就像对我们的生活进行了一次系统重装。

在最需要冲劲的30岁月，减负就意味着提速，能让我们的人生更加高效。

尤其是书中关于人际交往的部分，令我分外受用。

一如作者所言，我们每个人都有“鸡肋”般的人际关系，我也不例外。

就在一年前，我还在为是否继续一段友情而左右为难。

我们曾是无话不谈的闺蜜，随着时间推移，彼此之间的不爽和摩擦却逐渐增多。

我认真反省过数次，但最终痛苦地发现，我们其实是价值观的分歧。

从此我开始了持久的内心挣扎，继续往来吧，总担心再次受到打击和伤害；就此告别吧，又惋惜曾经付出的时间与感情。

就像小王子不舍他的那株玫瑰花，我也多么难舍和自己一起度过青葱岁月的那个她啊。

南仁淑告诉我们，人生苦短，在不值得的人身上浪费宝贵的时间和精力是一种罪恶，与其毫无意义地纠缠，莫如放开彼此，结交新的朋友。

读到这里，我恍如醍醐灌顶，最终决定暂时告别那位朋友。

人生苦短，年华珍贵，任何的犹豫和踟蹰，都是对生命的犯罪。

一切负能量和负情绪，都应该像甩掉赘肉般被我们抛在脑后。

30岁的人生，就需要这种魄力。

享受孤独，跳一支人生圆舞曲，大步向前，换一种生活style……这些简单平实的话语，却充满了人生的哲理，搭配上鲜活贴切的身边实例，更具真实感和说服力。

就像一个有眼界、有品位的女性前辈，用轻松自如的语调，娓娓道来她的经验。

没有板起面孔的说教，也没有空洞虚泛的口号，这是女人说给女人的私密闺房话，听得入耳，也明镜于心。

曾经听过一个很浪漫的说法：“天上的一颗星，就是世上的一个男人；地上的一枝花，就是人间的一名女子。

”世上有多少花，就有多少如花的女人，无论绚丽、妩媚、富贵，还是素雅、孤傲、清丽，个个千姿百态，风情万种，静静吐露花的芬芳，轻轻吟唱花的心曲，美丽着我们如诗的家园，点缀着我们斑斓的世界。

“摇曳于红尘”的女人花是一道多么绚烂的风景啊，在浮华俗世中含苞、吐蕊、绽放，花姿妩媚，柔情似水，不恃宠而骄，不拒人千里，让自己花香满枝，让世界暗香盈袖。

## <<三十花开>>

不同的“花期”有着不同的美丽，不同的美丽有着不同的韵味。

每朵鲜花都需要浇灌，每个女人都需要经营。

只有历经岁月磨砺，才会更有内蕴和情调，才能保持美丽绽放的生命姿态。

女人如花，一生风景，次第开放。

范小青（中国传媒大学任教，知名影评人、专栏作家）

## <<三十花开>>

### 内容概要

《三十花开》讲述对于女人来说，20岁的日子就像五彩斑斓的棉花糖，甜甜软软，无忧无虑；而30岁的生活则像一团乱糟糟的毛线球，有各种各样的问题需要解决。

不管是职业女性还是家庭主妇，各有各的烦恼，身上的责任和压力压得她们喘不过气来。

好在，我们有这本书！

韩国美女作家南仁淑为你量身打造“30岁的女人书”，帮你解开心结、释放压力、找回自我。

没有板起面孔的说教，也没有空洞虚泛的口号，这是女人说给女人的私密闺房话，听得入耳，也明镜于心。

女人如花，一生风景，次第开放。

<<三十花开>>

作者简介

## &lt;&lt;三十花开&gt;&gt;

## 书籍目录

引子 第一章30岁的女人，让世界臣服于你的脚下 温柔是女人最强大的武器 善待别人是一种智慧 做一个美丽的芒果女人 第二章享受孤独 人群中，我倍感孤独 祝我生日快乐 孤独的人并不可耻 第三章跳一支人生圆舞曲 “假面舞会” “舞曲的低潮” 告别过去，舞步轻盈 选择对的舞伴，跳出美的旋律 第四章单身情歌Or结婚进行曲 男人们都跑哪儿去了？

一辈子恋爱又何妨 想嫁要趁早 主动出击，Hold住你的“王子” 第五章搞得定一切 经验是女人最大的财富 30岁的人生，晴空万里 第六章现实很丑陋，生活很美好 与偶像剧和白日梦说“拜拜” 生活是一个多面体 过去仅仅只是回忆 第七章女怕嫁错郎，也怕入错行 我会做什么？

我能做什么？

我想做什么？

你的成功不只存在于别人的评价里 有志者事竟成 第八章换一种生活STYIJE 为何30岁的女人不满现状？

突破瓶颈，人生从此大不同 第九章梦开始的地方 分清梦想、目标和执着 拥有梦想是一辈子的事 第十章梦想就在手边，Justdoit 实战是锻造梦想的熔炉 30岁的留学生涯，更有价值 为梦想而努力是成熟女人的必修课 在现实和梦想中找到平衡点 第十一章掌控简单而高效的生活 稀里糊涂是不成熟的表现 尝试成为生活的主宰 简单高效胜于一切 及时清理生活中的“垃圾” 第十二章一盎司自己的主见，抵得过一吨别人的智慧 女人的选择 为自己的决定负责 第十三章大步向前 小处着手，大处获利 行动力是第一要义 别让性格成为你停滞不前的借口 幸福就在转角处 第十四章爱自己 你是最优秀的，不要轻易否定自己 不要羡慕别人手里的棉花糖 第十五章我就是女王 把自卑从心里连根拔起 可以奉承自己，但不要对自己撒谎 第十六章30岁的女人最美 寂寞让我如此美丽 腹有诗书气自华 美丽是一笔长线投资 第十七章别把自己逼到墙角里 成功不是人生唯一的目标 放慢脚步，但不要后退

## &lt;&lt;三十花开&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：大学毕业后，H进了一家证券公司，负责运营公司的电台。

H的专业是音乐，对选曲十分在行，对电影等大众媒体也多有涉猎，她觉得这份工作很适合自己。

头几年，带着对未知世界的探索，觉得工作新奇而有吸引力，H干得十分起劲。

然而几年后，她开始重新审视自己的工作。

公司电台的节目内容单一，还要接受高层的严格审查，最主要的是，这份工作没有什么提升空间和发展前途，于是H开始萌生去意。

有一次，采访完其他部门的同事后，H开始关注证券部门的业务，通过一定的学习了解，渐渐产生了浓厚的兴趣。

上高中时，她极其讨厌数学，没想到在这些关于钱的数字上，她的脑袋瓜转得这么快，从中还获得了许多乐趣。

“证券公司部门之间换岗很频繁，你在这方面又有天赋，不如系统地学习一下。

虽然你在宣传室，属于行政部门，但如果多学习些证券方面的知识，还是有机会的。

”从那以后，H开始发奋学习证券知识，并乐在其中，准备高考时都没这样投入过。

最终在一次全员竞聘中脱颖而出，如愿以偿地进了证券业务部。

进了新部门的H如鱼得水，工作业绩一路飙升，工资也比以前翻了好几倍。

现在回想起来，她庆幸自己重新定位了职业，完成了30岁的华丽蜕变。

我的30岁人生轨迹与她无异。

上大学时，我立志成为一名作家，于是开始尝试写各种题材的文章。

给电台写过脚本，给电影写过剧本，写过杂志专栏，写过惊悚小说，甚至还出版了几本童话。

这其中，有很多无疾而终，也有一些草草收场，童话的生命力最长，出版10年了，依然有很多人在看。

到了30岁，总算可以靠写作生活了，我开始重新审视我的人生。

这个过程既包含了很多对20几岁的总结和领悟，也有一些悔恨和失落，到最后，这些复杂的情感汇成了一句：“为什么没有人告诉我这些？”

## <<三十花开>>

### 编辑推荐

《三十花开》中每个年龄段都有属于这个年龄的独特的美好。

30岁的女人，锋芒不露，温和润泽，柔顺和果敢并存，率直与世故兼有，既能坚持原则，又很豁达洒脱。

面对生活中的难题，她们总有自己的应对方法；做任何决定，她们又有自己独到的标准。

理想很丰满，现实很骨感，但是不怕，经过懵懂无知的20岁，我们褪去了稚嫩，有了才能和岁月的积淀，拥有最适，合自己的美丽。

30岁的女人们，请热爱这样的自己吧！

30岁，上苍给了我们一次亲手设计人生的机会，站在新的起跑线上，以兴奋、激动的心情祝福自己吧

。老天赐予了30岁的我们那么多优势，怎么能浪费它呢？



<<三十花开>>

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>