

人的一生不只需要赚钱，需要赚的东西很多，

每个人都应该从年轻的时候就开始计划，

在时间中赚经验，在危机中赚转机，在行动中赚成果，在平和中赚快乐。

林杰◎编著

一生 要赚多少

不同的人有不同的追求，那么最想赚取的东西也就有所不同，

主要是看自己最看重什么。

看重家庭，父母最重要；看重爱情，爱人最重要；看重事业，那么工作最重要。

其实，一切在人生过程中经历的都是你所赚的。



金城出版社
GOLD WALL PRESS

YISHENG
YAOZHUANDUOSHAO

林杰◎编著

一生 要赚多少

不同的人有不同的追求，那么最想赚取的东西也就有所不同，

主要是看自己最看重什么。

看重家庭，父母最重要；看重爱情，爱人最重要；看重事业，那么工作最重要。

NL1025/0083283



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

一生要赚多少/林杰编著. —北京:金城出版社, 2010.5

ISBN 978-7-80251-431-7

I. ①一… II. ①林… III. ①成功心理学—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 081307 号

Copyright©2010 GOLD WALL PRESS, CHINA

本作品一切中文权利归金城出版社所有, 未经合法许可, 严禁任何方式使用。

一生要赚多少

作 者 林 杰

责任编辑 雷燕青

开 本 710 毫米×1000 毫米 1/16

印 张 17.25

字 数 260 千字

版 次 2010 年 6 月第 1 版 2010 年 6 月第 1 次印刷

印 刷 北京才智印刷厂

书 号 ISBN 978-7-80251-431-7

定 价 29.80 元

出版发行 金城出版社 北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 邮编 100013

发 行 部 (010) 84254364

编 辑 部 (010) 84250838

总 编 室 (010) 64228516

网 址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 jinchengchuban@163.com

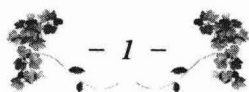
法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501

前 言

记得保尔·柯察金的治理名言如是说道：“人最宝贵的是生命。生命属于每个人，只有一次。人的一生应当这样度过：回忆往事，他不会因为虚度年华而悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧；临死的时候，他能够说：我的整个生命和全部精力，都献给了世界上最壮丽的事业——为解放全人类而斗争。”

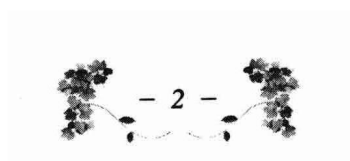
也许很多人并没有这么伟大的理想，但每个人来到这个世界，都在为自己的生活奔波。无论做什么，都是自己选择的一份事业，为养家糊口，为孝敬父母，为满足自己的口腹之欲。无论为了什么，大家都在忙碌着为自己赚些什么，但这一生究竟要赚多少，又有多少人知道呢？一辆车，一栋房子，还是一个家庭？也许很多人并不知道自己到底需要什么，只是忙忙碌碌地为房子，为车，为孩子……归根结底，为了赚钱。其实，人的一生并不是只赚钱就足够了，房子买了一栋又一栋，车子换了一部又一部，难道这些就是全部吗？你的快乐，你的学识，你的气质……你赚到了吗？

人的一生并不是只需要赚钱，人的一生需要赚的东西很多，每个人都应该从年轻的时候就开始打算计划，在时间中赚经验，在危机中赚转机，在行动中赚成果，在平和中赚快乐。这一切，都是人生中必不可少的一部分，都属于人生财富的一部分，需要你辛勤努力才能赚到的。人最宝贵的是精神，因为精神才是生命的支柱，才是人存在于历史时空的真正标记。精神的概念是指意识、思维、神志等，人的一



生应该在不断地建构自己的个人精神。只要每个人都有自己较为合理和适宜的精神存在时，那么人的一生中的度过都应该是有合理性和有意义的。一生所赚的才有可发挥的余地。

本书从人生经验、危机变通、平和心态等几个方面入手，让读者可以理智学习，赚取人生必须的东西。



目录

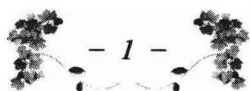
Contents

第一章 时间中赚经验——经验的积累就是资本的积累

人生如白驹过隙，转瞬即逝，一定要好好把握每一个瞬间，每一段年华。不要等人生过半，年纪一大把，蓦然回首，却发现自己竟然糊里糊涂，错事连篇，甚至有难以弥补的大错，于是乎发出慨然一叹：我多希望上天让我重来一次。然而木已成舟，幡然悔悟无济于事，唯有为后人作出警示。

做就做个明白人，在时间中积累经验，脚踏实地的前进，积累属于自己的资本，不要让自己的人生充满悔恨。

认清自己，选准位置	2
有些时机需要耐心等待	4
与其自责，不如自我反省	7
养成谨慎细致的好习惯	9
急于求成反不成	12
人生需要不断修正方向	15
在挫折中勇往直前	17
坚持，就能梦想成真	19



第二章 行动中赚成果——一切财富累积从行动开始

财富就像一个调皮的小孩，他总是跟你捉迷藏，躲在某个地方等你去找。当你原地不动的等待时机的到来时，你是找不到他的，而且倏忽之间，他就会藏起来，再也找他不着；然而，如果你能够行动起来，立刻从手边找起，你会发现，它很容易找到。其实，财富一直都在等着你去留意。

从现在开始，立即行动，掌握自己的命运，一切财富的累积从现在开始做起！

成功始于心动，成于行动	24
快速行动，成功的另一半	28
克服拖延，立即行动	30
成功是一个一个目标的实践	33
跌倒了再站起来	36
财富拒绝犹豫不决	38
在前进的途中主动出击	40
主动去创造机会	42
专心于当下正在做的事	44
行动是成功的唯一必经之路	46
敢于舍弃才有大得	49
学会享受生活	51
宽容会让你赚个朋友少个敌人	54

第三章 忍耐中赚机遇——有多少机遇，就有多少财富

对于今人来说，忍耐不光是一种修养，更是一种达成目标的必备素质。忍耐不是一味的逆来顺受，不是茫然的束手无策，而是一种主

动收缩和战略调整。忍耐是一种能力，是战胜挫折的能力，是摆脱命运摆布的能力，是书写成功的能力。

因此，当你身处困境、碰到难题时，想想你的远大目标吧！学会忍耐，你会发现到处都是机遇，千万别为了解一时之气而丢掉千载难逢的机会。

忍耐成就人生大业	58
忍耐后就有生的希望	61
忍受一时的不如意，赢得一生灿烂	63
懂得隐忍，积蓄力量	65
以忍耐之方获得机遇	67
以忍耐之方掳获人心	70
以忍耐之方拓展人脉	73
藏器于身，待时而动	77

第四章 危机中赚转机——变通决定出路，转机带来财富

生活像一条长河，当“山穷水尽”时，我们随机应变，另辟蹊径，于是出现了“柳暗花明”；当“失之东隅”时，我们通权达变，旁敲侧击，于是“得之桑榆”；当“穷途末路”时，我们临机应变，以退为进，于是“回头是岸”。

无论你身处何地，无论你走向何方，从现在开始，请你用全新的思维重新审视这个世界，重新定位你的人生，那么，你就会发现，原来变通就有出路。

改变思路，抓住财富机会	80
大胆求变，敢为天下先	82
改变思路，找到出路	85
变通借力，顺势成事	88

棘手之事可借外力	90
借人之力，赚人钱财	92
变通可以绕开一切障碍	94
变通思考，创造商机	96
巧借东风，变通经营	98
伺机变通，危机也能成契机	99
不变不通，变通才能赢	101

第五章 信念中赚成功——行为的重要动机是信念

信念是一种坚无不摧的力量，是人生成功的精神基础。专家们研究发现：信念的力量是惊人的，有时甚至可以创造“奇迹”，可能左右着一个人的成败、得失、健康，甚至生与死！

如果你能够相信自己，多给自己一点信心，以“别人能做得得到，我能做得更好”的信念对待自己的人生，你的明天将会更加灿烂。

信念是一种无坚不摧的力量	106
拥有信念是成功的第一步	107
信念决定人生的高度	110
坚持必胜的信念，永不放弃	114
百折不挠的信念能成就任何事业	118
自信的人生永不贬值	122
持之以恒就能达到目的	126

第六章 放弃中赚完美——放弃多余的，坚守生命中的钻石

舍不得丢掉眼前的蝇头小利，不懂得放弃，最后失去的反而更多。我们脆弱的生命背负不了太多的行囊，拖着疲惫的身躯走在人生路上，我们注定要放弃很多。果断的放弃是面对诱惑的一种明智的选择。只

有学会放弃，我们才会在生命的旅途中轻装上阵、一路高歌；只有学会放弃，生活才会倍感绚丽、朝气蓬勃。

放弃未必是失败，未必是损失，因为有舍必有得。得到的或许比放弃的还要珍贵。

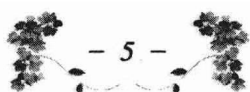
聪明人要懂得放弃	130
放弃自身的固执偏见	132
放弃残缺，拥有完美	135
懂得放弃才会有另一种收获	137
放弃进攻是最好的进攻	139
学会放弃，重新选择正确的路	142
放下过去，憧憬未来	145
必要的“舍”是为了更好的“得”	147
不会放弃的人不会拥有明天	150

第七章 包容中赚人缘——心有多大，舞台就会有多大

大地之所以厚重，是因为它要包容承载天空的理想；天空之所以广袤，是因为它要映衬回复大地的寄托。它们的相互包容营造了整个世界，这是自然之理，也是给我们人类的生存启示：能容者为其大。

包容是不计命运错判的，是对伤害自己的人和敌人说一声“谢谢”，是忘记别人对自己情感犯下的罪行。学会了包容，你就赚到了人缘，你会发现自己拥有无限的空间。

成事要有宽广的情怀	154
给别人留余地，给自己赚后路	157
理解他人，获得尊重	159
包容带来好人缘	161



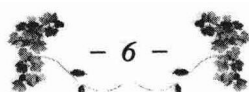
宽容地对待别人，拓宽人生道路	163
亏在利益，赢在人心	166
与人方便，自己方便	168
包容别人的错误，让自己获得释然	171
容纳不同观点，与人友好相处	174
吃得亏中亏，方能福中福	176

第八章 发泄中赚快乐——清理烦恼忧愁，乐以忘忧

在生活和工作中，我们有时会因遇到不顺而造成情绪不佳或心态不好，这时我们都会不同程度地具有攻击性，而发泄正是我们释放心理压力、减轻攻击性、进行自我心理保护的需要。我们在感受到挫折后都会产生发泄一下的需要，我们或是用力将门打开或关上，或是随手将东西抛出，或是对别人发一阵脾气等。

学会无损发泄，从而减轻精神及心理的疲劳，使你能精力充沛地投入到今后的工作和生活中去，帮助你在人生道路上走得更加轻松、愉快。

发泄是最完美的解压器	180
了解自我，适当发泄	182
把烦恼都抛到九霄云外	184
学会宣泄焦虑	186
在尖叫中喊出轻松	188
别让浮躁害了你	190
拭去工作中的浮躁	192
抖出坏情绪这粒硌脚的“沙”	195
找到你的“情绪垃圾桶”	197
走“背”字更要寻开心	200



将烦恼与忧虑清理出去	202
用微笑来打扫忧郁	204

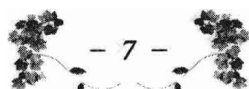
第九章 婚姻中赚幸福——学会和家人一起分享喜悦

在离婚率居高不下的年代，常见一些这样的现象：刚刚牵手步入幸福的殿堂，转眼间就彼此反目。是彼此缺乏理解吗？可是很多婚姻都是自由恋爱；是缺乏交流吗？可是很多夫妻都是沟通的高手。那么问题到底出在哪呢？很简单，因为彼此缺少交流，缺少分享。其实，婚姻就是一起分享喜悦。

用爱来构建幸福家庭	208
天长地久不如此刻拥有	209
在家庭琐事中发现快乐	212
婚姻需要给彼此一些空间	214
幸福不需要计较	217
夫妻“吵”出幸福来	220
夫妻最重要的是互相信任	222
婚姻需要两个人共同经营	225
包容对方的优点和缺点	229
“创造”生活，愉悦灵魂	230

第十章 平和中赚享受——看淡得失，不做金钱的奴隶

保持一颗平常心，在淡泊无华的心境中生活，于寂然中品味人生的艰辛，于宁静之中净化自己的灵魂，这样你才不会因“怀才不遇”而怨天尤人，不会为暂时的得失而牢骚满腹，才能做到得意时不轻狂，失意时不沮丧。



平和的心态，它能使我们在沉迷时变得清醒，贪求时变得淡泊，对任何事都能拿得起，放得下，甩得开，这是一种人生享受，是一辈子都要去赚取的。

不要做金钱的奴隶	236
珍惜金钱，富贵不炫耀	239
不为虚名所累	242
保持淡泊名利的平常心	245
别让自己活得太累	248
控制无止境的欲望	251
要经得起诱惑	253
将不必要的欲望关在门外	256
守住好心态才能一生幸福	259

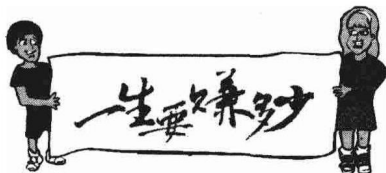
第一章 时间中赚经验

——经验的积累就是资本的积累

人生如白驹过隙，转瞬即逝，一定要好好把握每一个瞬间，每一段年华。不要等人生过半，年纪一大把，蓦然回首，却发现自己竟然糊里糊涂，错事连篇，甚至有难以弥补的大错，于是乎发出慨然一叹：我多希望上天让我重来一次。然而木已成舟，幡然悔悟无济于事，唯有为后人作出警示。

做就做个明白人，在时间中积累经验，脚踏实地的前进，积累属于自己的资本，不要让自己的人生充满悔恨。





认清自己，选准位置

哲学家曾经告诉我们，生而为人，总要追问一下“我是谁”。叔本华常言：“谁能告诉我我是谁，我将对谁感激不尽。”尼采一遍一遍地问着“我是谁”，自己当了哲学家。

很多人不明白，我们为什么要认清自己，这与人生资本有什么联系？是的，在这里就要告诉大家，认清自己的位置，对自己的未来有何影响。你会明白，认清自己的价值是什么。

人不仅能意识到周围世界客观事物的存在，而且也能意识到自己的心理和行为，把自己的意图和体验、思想和感觉报告给自己，调节自己，控制和完善自己，根据自身的需要和社会的需要自觉地调节自己的行为。人的这种意识和自我意识功能表明，人是能够认清自己的。

人在一生中，都在找寻真正的自我。找到真正的自我并非易事，人的自我意识有一个发展和完善过程。许多人在走向独立生活，自我意识大大增强的时候，却常常表现出某些偏见。我们平时经常听人说：“我对自己最清楚！”其实，讲这些话的人中间某些人对自己并未真正地了解，他们对自己的各种才能、学识等等，没有一个正确的估计，要么估计得过高，要么估计得过低。过高地估计自己，总以为自己了不得，其实眼高手低，最终总摆脱不了失败的命运；过低地贬低自己，必然自卑而缺乏自信，无法发挥自身的潜力，是对生命的浪费，也不益于社会的发展。

找到真正的自己，你就会感到个人力量的渺小，就能够明辨自己在群体中的位置和与他人的角色关系，能够清醒处事，冷静地评价个



人的能力，能够更为贴切地把握个人的抉择，并有效地进行自我设计和自我训练。

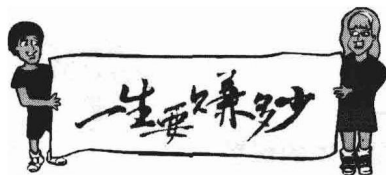
没有找到真正的自己，我们往往会在还没有衡量清楚自己的能力、兴趣、经验之前，便一头栽在一个过高的目标上。这个目标不是了解自己之后设计出来的，因此往往让人难以企及，每天都要受尽辛苦和疲惫的折磨。

《圣经·启示录》中有一个故事：“上帝说，对于任何成功的人，我将会给他一块白色的石头，上面写着一个新名字，这个名字除了得到这块石头的人没有人知道。”上帝赋予每个人不同的自我，只有成功者才会找到真正的自我。因此，人生就是追寻自己的白色石头的历程。直到你可以自由自在地完全发挥自我，这时的你就可以得到你的白色石头了。

如果你一直按原来的路走下去，你将迷失于通向未来之路。诗人艾略特曾经说过：“不可停止探索。探索的终点便是起点。就让我们重新认识它吧。”重新认识，才能找到属于你的那块白色石头。

麦克生活和工作在美国华盛顿州东部，原是一个很成功的珠宝店经理。当经济不景气时，他的就业陷入了困境。作为家庭主要收入者来源的他突然间发现自己要失业了，而且找到新的工作的机会很渺茫。他通过政府“下岗人员资助项目”，在社区学院参加了为期三个季度的培训，获取了电脑技术学位证书，但是仍受挫于在当地找到合适的工作。他抱着试一试的态度，参加了《核心竞争力鉴定和拓展》训练。

训练教会了他充满自信地清晰表述自己的核心竞争力，写下关于自己核心竞争力优势模式的报告和如何在掩盖了就业机会的市场中找到合适的工作。新的寻找工作的能力很快就给他带来了好的结果，结束训练不到一个月他就得到了他在电脑领域的第一份工作。正是这份工作将他领上了第二个台阶，成为公司工程部技术支持经理。后来，麦克成为数据库行政管理，工资也翻了一倍。他强烈感觉到，重新认识了自己，了解自己应该干什么，并用自己擅长的东西去做好它。



通常，人会有两个自我：虚假的自我和真实的自我。虚假的自我并不一定能与真正的自我、真正的价值、能力和弱点协调一致。真正的自我越向虚假的自我妥协，你自己就会越向这个世界妥协，你就会受到越来越多的影响。如果你的两个自我不能相互协调，你真正的自我可能会被虚假的自我所困扰，最终变得萎靡不振。

将内外真实协调一致的一个方法是：花费时间去进行思考。意识到自己的缺陷，接受你的优点和缺点。这意味着收获另一笔财富，并充分利用它们。如果你这样做了，真正的自我就会适应并接受新的现实，你也将会拥有更多的动力，不断地前进。

一时迷失自我没有关系，只要能及时矫正就可以找回真正的自我。最可怕的就是一世的迷失，那你将变成一具行尸走肉，成为没有目标，没有生命的躯壳。

许多人都渴望能够早点儿找到真实的自我，以及自己到底想要什么，以免在将来后悔莫及。记住，要找到真正的自我，这也许要耗费你半生甚至一生的时间去追寻，但等量的代价必定能换到超值的回报。

人生如旅，一个人最大的收获就是找到自我，知道自己在做什么，同时，知道的路怎么走。我们希望每个人都能有丰富的旅程，在旅途中找到真正的自己和属于自己的幸福。

有些时机需要耐心等待

同样一句话，同样一件事，在不同的场合，不同的境遇，效果自

