



张静宇 著


你为什么越忙越穷

你可以穷、可以忙，
但绝对不可以“穷忙”。
灵活变通是改变“穷忙”的根本，
也是一种人生大智慧。



你为什么越忙越穷

张静宇 著

 北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

版权专有 侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

你为什么越忙越穷 / 张静宇著. —北京: 北京理工大学出版社, 2009. 1

ISBN 978-7-5640-2013-2

I. 你… II. 张… III. 成功心理学—通俗读物
IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 190509 号

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (办公室) 68944990 (批销中心) 68911084 (读者服务部)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

排 版 / 北京京鲁创业科贸有限公司

印 刷 / 三河市华晨印务有限公司

开 本 / 787 毫米×960 毫米 1/16

印 张 / 15

字 数 / 194 千字

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

责任校对 / 申玉琴

定 价 / 26.80 元

责任印制 / 母长新

图书出现印装质量问题, 本社负责调换

穷倒也可以接受，忙也能让人理解，但是绝对不可以“穷忙”。

知识经济和资本革命向一切富有知识与智能者提供了前所未有的机遇。

“只有舍得花钱才能挣到大钱，对该花的钱，绝不计较多少。”

无论你有多大的决心去奔波忙碌，但是发挥自己的劣势走在一条错误的道路上是错误的选择。

任何事情都有它的两面性，错误也不例外，关键就在于你从什么样的角度去看待它，以怎样的态度去处理它。

“把每一件简单的事做好就是不简单，把每一件平凡的事做好就是不平凡。”

犹豫不决是效率的敌人，同样也是一个人成功的障碍。

今天的放弃，正是为了明天的得到。

“让那些想要改变世界的人首先改变自己。”

伟大的文学家列夫·托尔斯泰说：“大多数人想改造这个世界，但却罕有人想改造自己。”

“宽容的感觉就好像路边的野玫瑰，虽被践踏了，却把芳香留在了路人的鞋上。”

用全部的善良和诚实去和别人交往，是生活中我们做人最基本的原则。

“人们在一起可以做出单独一个人所不能做出的事业；智慧、双手、力量结合在一起，几乎是万能的。”

“在地球上消失了的，不会适应变化的庞然大物比比皆是。”

“如果你没有真功夫，管你是谁，一样得下岗。”

“知识需要提高和挑战才能不断增长，否则它将会消亡。”

不储蓄的穷人，最后唯一能够拥有的就是债务。

戴尔·卡耐基曾说：“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。”

作者简介

张静宇，首都经贸大学学生。

自幼喜爱写作，作文《我把小刺猬放回大自然》曾获全国小学生优秀作文二等奖、语文报二等奖。著有《石头剪刀布》一书。



前言

“最近忙什么呢？”不知从何时起，这句话成了人们日常生活中的问候语。老相识见面会这样问，亲朋好友打电话会这样问，QQ、MSN上聊天时第一句话还是这样问。“忙”似乎成了人们生活的一种形态。

“忙”，照理说应该是好事。“忙”能体现一个人的能干，体现一个人生活的充实，也能体现一个人在社会上的重要位置，“忙”还是成就事业的基础。可是，大多数时候，人们虽然在忙着，却不知为何而忙，不懂应该怎样忙，漫无目的地忙来忙去也见不到成效，结果，陷入了越忙越穷、越穷越忙的境地。

当“穷忙族”这个新词汇逐渐被城市白领们所接受的时候，“忙”似乎成了一种生活的无奈。

从中国古代的造字法上讲，“忙”是一个会意字，竖心旁加一个“亡”字说明了什么？竖心旁代表心，亡代表死亡。这就暗示着一个人在忙的时候，心也会死亡或者麻木，所以人一忙，头脑就乱了，什么也顾不上了，也不管自己忙的对不对头，忙的方法正不正确。结果辛辛苦苦忙了若干年后，心里依然一片空空，身体忙坏了，钱也没有忙来，拼命忙碌带来的结果依旧是茫茫然不知所措。忙乱的生活、繁重的工作、巨大的压力，忙碌之余仰天慨叹：生活的意义、生命的价值到底在哪里？

有钱人可以毫不费力地搞投资、搞放贷、搞房产、搞股票……而穷忙的人们只有为生存而苦苦挣扎，甚至累得要死，这究竟差在了哪里？难道上帝分给有钱人的机会多于穷人吗？

据调查，许多职场白领都存在着上述的困惑。



你为什么越忙越穷

我们可以看到，每天早上，地铁口处挤着蚂蚁般密密麻麻的“上班族”，虽然个个都穿得整洁光鲜，而脸上的神情却是麻木的。他们手中提着刚在路边小店买来的早点，脑子里想的却是一天里要忙碌的事情。

我们还可以看到，在大城市中，夜晚八九点钟写字楼里依然灯火通明，九十点钟公交车上还是那么拥挤。自愿加班已经成了当今白领的家常便饭，对于上班族来说，加班没有理由。

随着时代的快速发展，越来越多的人被卷入了“穷忙族”的圈子。他们没有经济基础，完全靠白手起家。他们为了在大城市里有个栖身之地而忙，为了避免因公司效益不好被裁员而忙，为了自己或亲人生病不把积蓄花空而忙，为了孩子入托入学不断攀升的天价费用而忙……

然而忙是忙了，不知不觉间他们却又发现，越忙房价越高，越忙物价越涨，越忙就业越难，而时间越忙越少，工资越忙越低，身体也越忙越差。

在经济高速发展的初期，会出现两极分化的现象，随着经济的进一步发展，这种现象会逐渐消失。在这段时期中，穷忙的人们所承受的压力会越来越大。

那么，“穷忙”的人们该如何走出这样的循环呢？

国际投资大师巴菲特说：生活的关键，是要弄清为谁而工作。生活与工作似乎永远都不可能绝对地割裂开来，在彼此的交融间，二者才变得更有意义。

生活是生活，工作是工作！社会压力打破了生活与工作原有的规律，把很多人抛向了穷忙。

造成穷忙的因素有很多方面，改变穷忙状态的方法也不只一条，关键是找到问题的所在，运用恰当的策略，这样才能不会永远穷忙下去。如何摆脱穷忙，或许从书中可以找到答案。

但愿本书的面世能对正在“穷忙”的人们有所裨益。由于受到某些条件的限制，书中难免存在纰漏和不足，敬请广大读者指正。

2008年10月

目 录

上篇 你是穷忙族还是富闲人

第一章 越穷越忙、越忙越穷的“穷忙族” / 3

有一个词语叫“working poor” / 4

“穷忙族”=比“月光族”更穷+比“过劳模”更忙 / 6

“80后”是穷忙族的主力 / 9

月薪上万也是穷忙 / 12

世界都在穷忙中 / 14

测试一下你是否属于“穷忙族” / 16

第二章 越富越闲、越闲越富的“富闲人” / 25

躺着也挣钱 / 26

“以钱挣钱”胜过“以人挣钱” / 29

除了娱乐还是娱乐 / 32

生活精致得近似奢华 / 34

中篇 沦为穷忙族的N个原因

第三章 忙得把自己的箭射到了别人的靶子上 / 39

竞争激烈使人窒息 / 40

个人欲望在膨胀 / 43

职业锚丢进了沼泽地 / 46



你为什么越忙越穷

- 跟着一个笨老板 / 48
- 安于日薄西山的企业与边缘化的位置 / 51
- 只顾拉车，没有抬头看路 / 54
- 不把自己当干粮 / 56
- 一点儿责任也不愿意承担 / 58
- 不把小事放心上 / 61
- 打一枪，换一个地方 / 64

第四章 空有一身蛮力 / 67

- 碰到了职业的“天花板” / 68
- 舍不得手中的权力 / 70
- 错把固执当坚持 / 72
- 听不进别人的意见 / 75
- 不懂得休息的作用 / 77
- 不会利用贵人的力量 / 80
- 忙不到点子上 / 83

第五章 率性而为乱拍板 / 85

- 随随便便夸海口 / 86
- 犹犹豫豫不作决定 / 89
- 聪明反被聪明误 / 92
- 舍不得放弃 / 94
- 好斗成性 / 97
- 胜不过自己的脾气 / 99
- 太容易改变自己的立场 / 101

第六章 太把自己当回事 / 103

- 沉溺于自我 / 104
- 任性而为，难成大事 / 106



- 叛逆也要有分寸 / 109
- 优势即劣势 / 112
- 总是幻想玩弄世界于股掌 / 114
- 鼻子翘到了天上 / 116
- 过于相信自己 / 119
- 太在乎别人的评价 / 122

第七章 以为每一天都是好日子 / 125

- 满足于已有的成就和荣誉 / 126
- 总认为可以找到一劳永逸的捷径 / 129
- 强弓易折 / 131
- 过日子大手大脚 / 134
- 平时不烧香，急时抱佛脚 / 137

下篇 成为富闲人的N种路径

第八章 找到属于自己的跑道 / 141

- 找对鱼池钓大鱼 / 142
- 与狼共舞方显英雄本色 / 144
- 公司牛，你才能牛起来 / 147
- 贴近核心业务线 / 149
- 心有多大，舞台就有多大 / 151
- 你认为自己有多重要就有多重要 / 154
- 再坚持一下就能够成功 / 156
- 尽职不仅是一种态度 / 159

第九章 培养四两拨千斤的智慧 / 161

- 把握好进与退的尺度 / 162
- 补齐短板，让长板更长 / 165



你为什么越忙越穷

- 用力不如用心 / 167
- 你为别人着想，别人才会为你着想 / 169
- 会哭的孩子有奶吃 / 171
- 一次只做一件事 / 174

第十章 作决定要谨慎而及时 / 177

- 勇于承担，但不要逞能 / 178
- 果断而不草率 / 180
- 错过机会等于白忙 / 182
- 大不了从头再来 / 184
- 有些原则是必须坚持的 / 187
- 战略、细节要两手抓 / 189
- 关键时刻冒点险 / 192

第十一章 自信而不自傲 / 195

- 要想关键时不掉链子，就要经常充电 / 196
- 改变可以改变的，接受可以接受的 / 199
- 地低为海，人低为王 / 202
- 宽容成就你的事业 / 204
- 诚信，是一种无形的资本 / 207
- 你不是为别人而活 / 210
- 合作更见成效 / 213

第十二章 留出你过冬的粮食 / 215

- 舒适的生活总是暗藏着各种危机 / 216
- 你并不总是最好的 / 219
- 健康比金牌、财富更重要 / 221
- 好日子也要当苦日子过 / 223
- 储存人脉胜过储存黄金 / 225



上篇

你是穷忙族还是富闲人

“你可以穷、可以忙，但绝对不可以穷忙”。一定要选择改变这一切，让自己从“穷忙人”翻身变为“富闲人”。





第一章

越穷越忙、 越忙越穷的“穷忙族”

一年未加薪，三年未升职，一周工作超过 54 小时。忙来忙去却依然无力置产，甚至还要担忧养老金从何而来。英文里现在有个专有名词叫“working poor”，也就是所谓的“穷忙族”。那么，你是否恰恰属于这个族？





有一个词语叫“working poor”

每天清晨，大街小巷的早点摊位上，坐着行色匆匆的“上班族”。一碗馄饨，一屉小笼包，似乎色香味全乎了。

《万科周刊》的一篇文章中有这样一句话：对于一个浮躁的城市而言，阅读的时候，我们都是局外人，而置身其中时，我们仿佛又忘记了城市的存在。

上班族每天忙于上班、工作、下班，周而复始。脸上带着倦容，身子像陀螺一样旋转起来就不再停下，然而每月的收入还是入不敷出。这时候，你是否想过，你已经成为“穷忙族”中的一员了呢？

“穷忙族”是刚刚涌进城市出现不久的一个新名词。就在人们习惯了“月光族”说法的时候，“穷忙族”也悄然兴起。

“穷忙族”拥有的是比“月光族”更多的无奈，他们每天疲于奔命，要做的事情永远没有尽头，甚至没有休息日，天天加班，整天忙得顾头不顾脚，到头来所得的收入却寥寥无几，连起码的生活都成了压力，所以他们还不如“月光族”。“月光族”至少花钱买来了享受，也算是自得其乐了。只要我们细心观察，会发现职场上的“穷忙族”比比皆是。他们究竟为何这样穷忙？难道他们甘心这样穷忙吗？

英文里有个名词叫“working poor”，“穷忙族”就是来源于这个词汇的。这个词汇最早出现在欧美国家里，欧盟曾对其下过这样的定义“有工作却入不敷出，甚至沦落到贫穷线以下的受雇者。”其实就是指经常加班加点地工作，牺牲了休息日却总也得不到加薪，不仅没有能力购置家产，甚至还要担忧养老金问题的那些人们。

随着逐渐壮大的“穷忙”队伍，“穷忙族”定义的标准也更具体了一些，一般定义为“每周工作时间高于社会平均工作时间，收入低



于全体平均标准 60% 以下的人群。”但是今天所讲的“穷忙族”已经超出了定义所涵盖的范围，“穷忙族”不再单单指因薪水少而穷忙的人，那些为了填补空虚生活而大肆花费，为了花费而重返空虚的“穷忙”人群，也被认为是“穷忙”一族。也就是说，“穷忙族”不一定就是指失业者或者低收入在职者，也可能是身兼数职的高薪白领，有很多全职的高薪受雇者也可能沦为既忙又穷的工作穷人。这些人或者为了养家糊口，或者为了追慕虚荣、满足消费的欲望，而牺牲了自我提升的投资甚至身体健康。结果，“穷忙”使他们的脑力退化速度越来越快，竞争力越来越弱，于是便形成了一个怪圈，让陷进去的人们越来越不能自拔。

在日本，把“穷忙族”翻译成“勤劳贫困层”或“工作贫困层”，目前日本已经有将近 400 万的家庭处于这种状态。中国台湾的“穷忙族”也已日渐成形，人数不断增多。但“穷忙族”的源头并不是日本或者中国台湾，而是从欧洲传到日本，由日本再传到韩国、中国的。虽然中国“穷忙”的人数较多，但是“穷忙族”这个词汇还是比较前卫的。

如今城市里和网络上流行新“城市 56 族”（详见附录），“穷忙族”恰恰就是这新“56 族”中的一员。