

快乐着

◎译

第二版

ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

赚钱

并
快乐着

[英]卡梅尔·迈克康奈尔
Carmel Mc Connell

◎著

莫欣达 徐海乐

◎译

N
I

Y
Y

第二版



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

赚钱,并快乐着/(英)迈克康奈尔著;莫欣达,徐海乐译. —2版. —北京:
经济管理出版社, 2013. 12

ISBN 978-7-5096-2867-6

I. ①赚… II. ①迈… ②莫… ③徐… III. ①商业经营—通俗读物
IV. ①F715-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第295457号

责任编辑:刘立柱 申桂萍

责任印制:黄章平

责任校对:超凡

出版发行:经济管理出版社

(北京市海淀区北蜂窝8号中雅大厦A座11层 100038)

网 址: www.E-mp.com.cn

电 话: (010) 51915602

印 刷: 三河市延风印装厂

经 销: 新华书店

开 本: 880mm×1230mm/32

印 张: 7

字 数: 148千字

版 次: 2014年3月第2版 2014年3月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5096-2867-6

定 价: 25.00元

· 版权所有 翻印必究 ·

凡购本社图书,如有印装错误,由本社读者服务部负责调换。

联系地址: 北京阜外月坛北小街2号

电话: (010) 68022974 邮编: 100836

致 谢

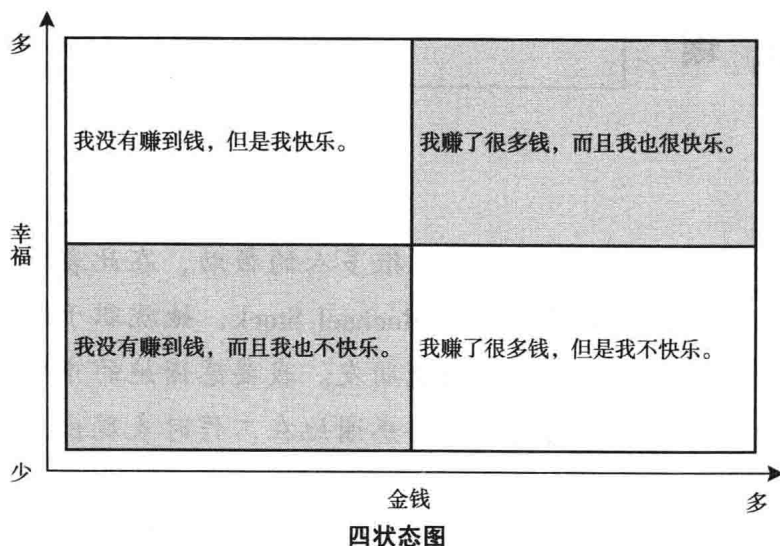
写作本书时，我得到了很多人的帮助，在此表示谢意。首先，我要感谢的是 Rachael Stock，她就职于培生教育集团，是我的出版商兼朋友。我要感谢她的市场洞察力与支持，当然，我还要感谢她在工作时表现出来的耐心。

此外，我还要感谢我的合作伙伴凯瑟琳（Catherine），她具有良好的耐性，并给我提出了很好的写作建议。感谢我的姐姐卡罗琳（Carolyn）和罗布斯（Robs）。感谢魔法早餐团队（Magic Breakfast Team），他们在相当长的时间里支持着我。我还想感谢康沃尔的希拉（Sheila）、简（Jane）和伦敦的路易丝（Louise），她们为我完成了文字录入工作。

感谢我去世的父母——帕特丽夏（Patricia）和杰拉尔德（Gerald），感谢他们给予我的爱和帮助。他们给予了我爱、关心和自信并支持我去写作《赚钱，并快乐着》

一书。

现在，你身在何处？



你喜欢冒险吗？

大致处在什么位置？

目 录

第一部分 导论

你还好吗?	3
你的远大目标	9
这本书将会教给你什么?	10
运用你的资产	12
你是在愉快地工作, 还是把自己当做一种商品?	17
把你的成功拱手让人的危险 (以一个快速小测试发现 你是否如此)	22
什么使你快乐?	29
十大观点	30
懦夫的选择	37

第二部分 强烈的期望

为特定目标而赚钱：“赚钱，并快乐着”的第一种方法	43
我的工作能够致富吗？	49
财富准则（那些从事更有意义工作的人的行动指南）	57
我的经济周期——一个练习	58
一种不同的期望	62
为实现自我提供资金支持——“赚钱，并快乐着”的 第二种方法	67
氧气面具规则	75
到改变的时候了么？	78

第三部分 你的境况如何？

做预算很困难	83
如何计算“魔幻数字”（每月必需支出额）	85
帮助你了解财务状况的十个问题	87
资产阶梯模型	94
微笑面对财务概览	97
你的快乐法则是什么？	100
发现快乐的十种方法	101

第四部分 “赚钱，并快乐着” 三步法

信念	117
你是怎么想的——你的信念是什么？	117
你对于赚钱有什么信念？	126
七位富豪的共同信念	128
设想收入来源的多样化	129
赚更多钱的十条建议	137
更好的思想	138
十个鲜为人知的关于金钱的数据	140
关于快乐的信条——你快乐吗？	142
行为	151
安迪是如何做到“赚钱，并快乐着”的	152
贬值	166
你怎样来赚钱？	168
思想、行为和赚钱之间的联系	170
快乐是一种正常状态	183
措施	185
实践中“赚钱，并快乐着”的策略	187
“赚钱，并快乐着”的六步操作	191
措施——我的价值增值的实例	195
目标利润和“赚钱，并快乐着”的公式	198
分步计算的公式	201
结束语	209

导 论

“在过去 30 年的时间里，社会所取得的繁荣并没有对英国人有据可查的生活满意度与幸福感产生实质性的影响，这一事实是显而易见的。在西方社会里，似乎很难使人们感到快乐。这种状况对国家政策的制定者而言，是个很严峻的挑战。

安德鲁·奥斯瓦尔德 (Andrew Oswald)，英国华威大学经济学教授，2004 年 5 月接受《The Guardian》杂志采访时所言。

遗忘一个或另一个，或者两个都忘掉？

——《赚钱，并快乐着》，卡梅尔·迈克康奈尔

送给所有的人，2004年4月

第一部分

你还好吗？

我希望你不要介意我不断地询问问题。谈论另外一件事，你把那个笔尖卷到哪里去了？

以你目前生活中很典型的一个星期为例，你会认为你的工作能产生足够的幸福感吗？此外，在一周结束时，你通常会获得经济收入吗？

我认为，这些并不是你每天都会被询问到的问题。如果有人想了解你的事业是否成功，他的问题会围绕你的职位、工资单和职权展开。“你的工作让你感到有多快乐？”这样的问题似乎是偏离主题、涉及个人隐私的，甚至带有点儿咄咄逼人的意味。我认为，要创造成功的生活，建立起对金钱与满足感的渴望与了解则是必需的。此外，我们还要明确好金钱与满足感之间的关系，而不是寄希望于工作可以同时给我们带来金钱与满足感。

如果你可以确立自己在上述四个阶段（前面所示的格子图）中的位置，那真是再好不过了。如果你想确定自己所处的位置，我很乐意帮助你走向下一步，并且帮助你使用这四个阶段作为综合参考点去考虑问题。你可以把这段过程描述为“走向更加辉煌”或者“创造更大的个人满足”，或“分享更多的金钱回报”。我认为，在这些个人早期发展的舞台上，这些阶段都是不错的。由于我的角色是帮助你“赚钱，并快乐着”，因此，就我而言哪

个是最佳的选择呢？

不管你计划去做什么，基础性的准备工作都是一样的。如果你希望稳步地、坚定地、正确地前进，那么，你首先会从知晓自己如何到达你现在所处的位置而获益。这意味着要研究你的价值观、行为和行动准则。这一内容在后面有所涉及。书中的练习和观点都是要鼓励你朝着你所向往的生活迈出第一步。

在这里，我们的目标是要回答这些接连不断的问题，而这些问题则源于这个具有多样化职业选择的时代。

问题如下：

- 对于我的生活，我想做些什么？
- 在其他地方我可以获得更多的金钱吗？
- 我的同辈人目前正在做什么，我是否已经落伍了？
- 我是否需要脱产学习或者外出旅游？
- 我可以更换工作，寻找一份兼职以便于更多地享受生活乐趣吗？
- 是否只有全职工作和在某一专业领域才能找到有意义的、有目的的工作？
- 我可以从我想从事的工作中获得我想赚的钱吗？

这些问题差不多具有一种潮起潮落般的紧迫感，当工作变得难以忍受或发生债务危机时，这些问题就会如潮水般涌来；当事情一切正常且工作顺心的事情在工作期间发生时，或者当你有足够的金钱享受生活时，这些问题又会如潮水般退去。这些重大问

题如潮水般的来来往往会使我们产生这样一种感受，那就是生活控制了我们而不是我们掌控着生活。显然，有很多事情并不在我们能力所及的范围内（King Canute 和 Beach Scene），但是，仅仅因为我们对全球市场或者利率没有多大的决定权，这并不意味着我们无法获得对许多领域的控制。而这正是写作本书的目的，那就是帮助你获得更多的控制力，尤其是在以下这两个领域。

- 创造与持有金钱的能力

- 创造与持有幸福的能力

感觉事情都在你的掌控之中吗？

让我们想一想，如果你感觉拥有的控制力比你所喜欢的程度要低，那么，其实这种情况并不是只发生在你一个身上。就我看来，感觉失去控制力源于我们面临过多的选择。我认为，我们肩负了过重的职业问题，而有些职业问题源于富有弹性的就业市场的状况，有些职业问题则源于新的社会习惯。如果你想设计一种定制的职业生涯，那么，大胆去尝试吧。

你可以选择：

- 踏上公司迅速发展的轨道。

- 参加一个职业集会。

- 成为忠诚的职业人士，朝着职业生涯的顶端稳步前进。

- 雇用其他人去做你过去常做的事情，并以此维持生活。

- 以更高的价格把专业技能签约给多个雇主。

- 成为一个所谓的“新权威”。

- 每年都休息一段时间，或者每年都带着你的笔记本电脑到

海边去。

■ 早一点儿退休，每周做一次商务咨询获取高额费用，买下葡萄园。

■ 在你的客户身上花费更多的时间，或者与你的家人共度更长的时间。

■ 花费更多的时间购物，这反过来意味着你必须不停地工作。

■ 花费五分钟往返于卧室与书房之间。

■ 由于有三天要工作而花费五个小时往返于巴塞罗纳与伯明翰之间。

■ 不把工作带回家（例如，在家中不处理电子邮件）。

■ 把办公室变成家。

■ 享受每年 365 天、每周 7 天、每天 24 小时的乐趣，在全世界飞来飞去，与世界联网，充满工作的激情。

■ 选择过一种舒缓的、乡土的、简单的、自然的、放松的生活。

不管你选择什么，有一件事情是确定的——争取一种有太多选择的生活会很辛苦的。而且，代价也会很高。心理学家说过感觉对工作的控制力较弱，就那些较低的自主权和工作满意度而言会导致犯冠心病的风险加大。^①

我希望对这些重大问题做出澄清，这将赋予你对众多选择的洞察力，而这些选择可能是一直萦绕在你头脑中的。

^① 对工作的控制力较弱和得冠心病风险的关系问题出现在怀特霍尔 II 的研究中。发表于《英国医学》期刊第 314 期，第 558~565 页，1997 年版。

有些人认为，一个更富有灵活性的、更具全球性的劳动力市场会给予雇员更多的选择权、更大的流动性和就业能力。有些人认为，一个更富有灵活性的、更具有全球性的劳动力市场对降低工作安全度而言具有更大的压力、对工资而言具有向下的拉力、对绩效而言具有向上的拉力。不管你持有何种观点，我认为那些有个人主见而不是随波逐流的人，他们的状况正在变得更好。本书可以帮助你树立起一种思想和个人责任，这种思想与责任能够使你在不稳定的劳动力市场上通行。除非你已经使全部事情都明朗化了。

我猜现在的情况并非如此。你翻阅本书的这一事实表明，在你的生活中还存在着提升的空间，尤其是在幸福感与金钱这些领域。我的的确确希望你是在阅读本书，因为你想赚钱或想幸福都基于你本质上是什么样的人。因为本书将向你展示如何去实践。

在我们已经挑选出这个话题之后，我们还要保证有一小章节的内容讲述世界和平的持久与对感冒的治疗。好的，我承认这是一个野心勃勃的过程。那就是我为什么强烈建议你在书中看过的内容处信手涂鸦的原因——就如同你坐在自动驾驶室中使它重新啮合的方式一样。或者作为一种吸引你思想的方式。你比自己想象的更有控制力，即使现在的你可能感到人生的整个布局已经在他处被决定了。

你是有意识地确定当前所拥有的生活，还是
这种生活仅仅是偶然出现的？

我的目标是通过一系列的关键问题，研究利用练习和示例的观点来支持你。这些问题很重要，但是并不像其他的一些测试那样，问题的正确答案已经在你心中了，你仅仅需要一点儿时间和空间去做出联系。一旦做出了这些联系，你将开始有行动意愿。我保证，你在报纸上读到的这些个人的成功故事并不是遥不可及。的确，我听到了你前面的不信任。继续读，并不断尝试。

改善生活，在某种程度上依赖于你对自己所提问题的质量。提出好的问题，得出好的答案——这一原则是非常简单的，但是我们很少有人记得充分利用自己大脑的潜能。例如，问自己“我是如何发现自己身处这个糟糕的工作中的呢？”将促使你那非常特有的、电脑一样的大脑进行一番搜索。它将从可得到的数据中进行快速搜索，并得出如下答案：“你进行一次面试，因为工作听起来很有趣，但是你不喜欢这些人，但是想想，到底当我真正工作时它是否会变好？不是其他人而是你没有离开，因此，现在你正在从事这份工作。”感谢你的头脑。

如果，在同样的条件下，你询问“这个工作中最有吸引力的部分是什么，我如何去做我喜欢的事情”。你的大脑将再次飞速转动、搜索，再次找到，也许你会发现类似“你真的很喜欢与人交往、解决问题并被认为拥有一些专门技能”的事情。企业通过建议客户购买最好的产品并收取销售的佣金来赚钱。因此，要多做你喜欢做的事情，你需要展示的是企业如何通过为客户解决当前的问题并让他们订购更高价值的产品赚取更多的金钱。如果情况是这样，你将从事你最想从事的工作，并且企业将赚取更多的金钱。感谢头脑！

你的远大目标

男人的首要责任是什么？答案很简单：做他自己。

——亨里克·易卜生 (Henrik Ibsen), 1867

寻找你的目标，你生而为之奋斗的最崇高理想，也就是一定要远离一份极度沉闷并且单调的工作（这时，你的重要目标很清楚了，那就是要快乐）。

我同意，“最好的投入等于最佳的产出”的观点听起来简单，也许还有点难以置信。但是尝试一下，这实际上是一种有效的却简单的技巧。这本书将通过提出恰当的问题对你进行点拨，而这些问题将有助于发现你的重大目标，你的巨大天赋——而且，当然，也可能发现你的极大恐惧。暴露出来的所有内容都可以被归类。很明显，本书的目标就是要帮助你回答下列问题：

什么是我真真正想要的东西？逐步探究你对金钱与幸福感的个人价值观。

我对成功的个人定义是什么？现在，如何找出适合你的满足感与收入的水平。

我如何向前走得更远？在这四种变得更加成功的职业状态中（前面所示的格子图），选择哪一种是最有效的个人策略？