

周思洁◎著

理财先 理心

让你富有一生的金钱智慧

WEALTH HEART

从只剩**50**块到净赚**2000**万

赚钱女王周思洁的**36**个金钱练习

教你看透金钱本质

提升财富能量和生命韧性

让你轻轻松松富有一生

理财 先理心

让你富有一生的金钱智慧

周思洁 著

图书在版编目(CIP)数据

理财先理心 / 周思洁著. —桂林: 漓江出版社, 2011.1

ISBN 978-7-5407-4917-0

I. 理… II. ①周… III. ①财务管理 - 通俗读物 IV. ①TS976.15-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第226304号

版权所有© 莱格悠国际文化有限公司

本书版权经由方智出版社授权漓江出版社出版简体中文版

委任安伯文化事业有限公司代理授权

非经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。

理财先理心

作 者: 周思洁

统筹策划: 符红霞

责任编辑: 张 芳 董 卉

版权联络: 董 卉

责任校对: 徐 明 章勤璐

责任监印: 唐慧群

出 版 人: 李朝晖

出版发行: 漓江出版社

社 址: 广西桂林市南环路22号

邮 编: 541002

发行电话: 0773-2583322 010-85893190

传 真: 0773-2582200 010-85800274

邮购热线: 0773-2583322

电子信箱: ljcs@163.com

<http://www.Lijiang-pub.com>

印 制: 北京尚唐印刷包装有限公司

开 本: 850 × 1310 1/32 印 张: 5.625 字 数: 80千字

版 次: 2011年1月第1版 印 次: 2011年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5407-4917-0

定 价: 25.00元

漓江版图书: 版权所有·侵权必究

漓江版图书: 如有印装质量问题, 可随时与工厂调换

【自序】做得到才是真知道

多年来的教学分享中，我深刻地体验到，现实的人生里，有些人往往“说起来惊死人，做起来笑死人”。

“我知道！”这句话，常常只是“头脑的认定”而非“真正的明白”。这样的循环只会让人陷入“我慢”，不愿臣服，对生命一点帮助都没有。因此如何让人有种被当头棒喝的点醒、并且恍然大悟的洞见与明白，便成了我出此书的用意。它不同于一般的书籍，非常生动有趣，很适合个人或团体一起来玩。

为了让你更容易进入状况，现在就先来做个热身的练习。

请以每秒钟一个拍子的速度来拍手玩这个游戏。你可以自己分别练习A与B，人多时分组一起做。游戏结束时，再分享你的感觉。

练习A 念到①、③、⑥、⑧时才拍手，至少连续做1分钟才停止。

（请记在心里，尽量不看图）

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧



练习B 念到②、④、⑤、⑦时才拍手，至少连续做1分钟才停止。

（请记住在心里，尽量不看图）

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧



回想一下，在做上述的练习时，脑海呈现什么状态：

有担心老公会不会出轨吗？

有心烦孩子不知上网玩到几点吗？

有感到工作压力好大吗？

有担忧缺钱的痛苦吗？

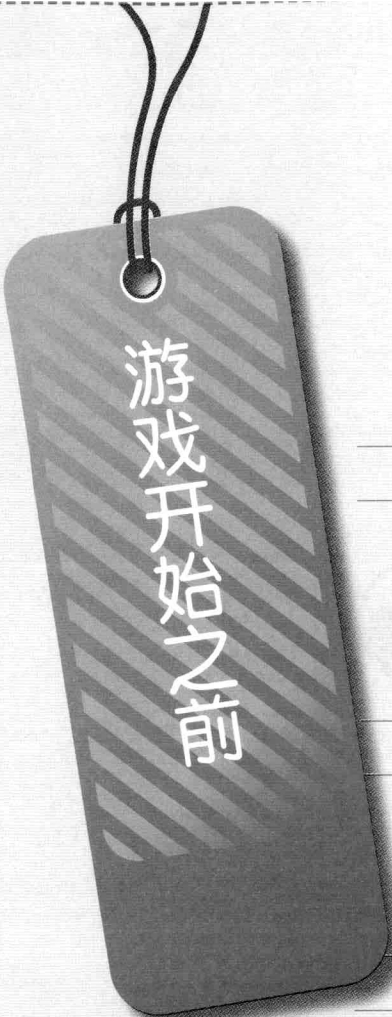
答案应该没有吧！因为在活动进行中，势必要完全的“临在”，才能做对。唯有光临现在的生命才能喜乐！因为“临在”，所以洗澡时就会好好享受水花淋在身上的清凉舒畅；因为“临在”，所以吃饭时就会细嚼慢咽，感受米饭的甘甜。当一个人完全地享受现在，心中会是平静的，甚至还会把简单或一成不变的事活出了趣味。但人类却总是“光临过去”，因此有了悔恨，或“光临未来”，因此有着无限的担忧，生命其实可以活得更简单，因为单纯反而有力量。

这本书的许多练习，都会把你带回当下，享受现在，好好活出此刻，

下个舞台自然就会出现！

祝福你在做完所有的练习后，能开启更大的智慧之门，引领我们到达生命的最高境界——

健康、有钱、又有闲！



游戏开始之前

我是富翁，还是负翁？

关于金钱，我做对了什么？

关于金钱，我做错了什么？

我最想得到的解答是哪方面？



$$\begin{aligned} 1 \times 1 &= 1 \\ 1 - 1 &= 0 \\ 1 \div 1 &= 1 \end{aligned}$$



目录

CONTENTS

【自序】做得到才是真知道·····	V
-------------------	---

第一章 练就有钱人的金钱体质

练习01 找出你的金钱特质·····	02
练习02 小心大负债从小地方开始·····	06
练习03 在黑暗中你看见什么?·····	10
练习04 你会收放自如吗?·····	15
练习05 你的焦点在哪里?·····	20
练习06 出手的轻重·····	24

第二章 学会致富的金钱价值观

练习07 尊重别人的生命节拍·····	30
练习08 家运好,财运才会好·····	34
练习09 小奸小恶别计较·····	38
练习10 你大于你的问题·····	42
练习11 破过财,才知道守住财富的智慧·····	45
练习12 接受人生的真相·····	49

第三章 推开财富的障碍

练习13 热力四射,才能赚到人际与金钱·····	56
--------------------------	----

- 练习14 情运会影响财运……………60
- 练习15 让你的钱放轻松……………64
- 练习16 不要将一切视为理所当然……………69
- 练习17 遇到问题，要先深入问题的核心…73
- 练习18 脑袋穷，人生也会穷……………77

第四章 寻找致富的开关

- 练习19 要放过自己，才会幸福……………82
- 练习20 知道不等于明白……………86
- 练习21 懂得投资自己，活出最大的可能…90
- 练习22 不要自己吓自己……………94
- 练习23 请把糟糕晾起来……………97
- 练习24 打破你的惯性思考……………101

第五章 创造财富的关键密码

- 练习25 允许自己的形象破灭……………108
- 练习26 你的口袋破了吗？……………112

练习27 苦乐是一体两面·····	116
练习28 抓住你的生命重点·····	123
练习29 一开始就要做对·····	128
练习30 眼见不能为凭·····	133

第六章

态度决定你的富贵

练习31 自我和自私的差别·····	140
练习32 重新建立你的价值观·····	143
练习33 一次做好一件事·····	147
练习34 看清人生的顺序·····	152
练习35 简单也没什么不好·····	157
练习36 创造属于你的圆·····	162

第一章

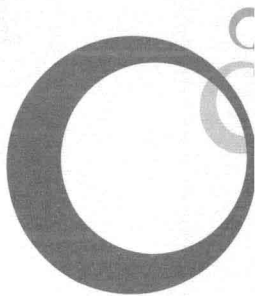
练就有钱人的金钱体质

每个人都希望变有钱，

你知道吗？其实金钱体质是可以培养的。

只要具备这个金钱体质，

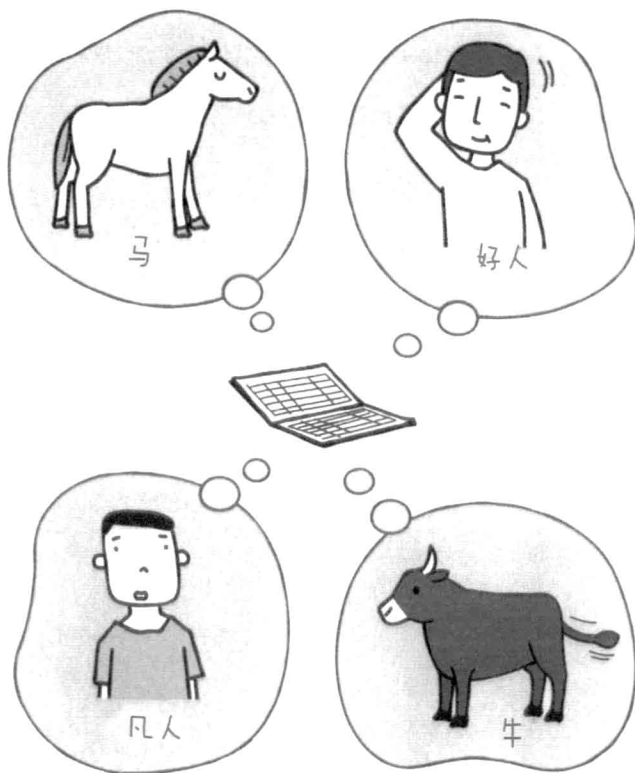
你也可以变成富翁！



练习
01

找出你的金钱特质

你处理金钱的方式，比较接近下列哪一型？



周老师的私房心法

如果一直用“金钱”做人，想要维持形象，就会慢慢失去真相。如实如是地面对真相，有多少钱就做多少事。

选择牛，代表你是个务实的人，如果有闲钱，宁可存在银行，不敢轻易投资，一步一个脚印，赚多少钱存多少钱对你来说最实在。

选择马，代表你是个自主性高、个性奔放的人，凡事求快。很注意理财信息，也有些理财概念，如果有机会，会想要以钱滚钱。

选择好人，代表你是个希望博得认同与肯定的人。认为钱虽非万能，但没钱就万万不能，期望金钱能带来幸福。

选择凡人，代表你是个不做超乎自己能力范围的事，也喜欢与众不同的人。有多少钱做多少事，不占人便宜，也不想让自己吃亏。

这是一个关于金钱的心理练习。你的答案是什么？

如果拥有“牛”的特质，你就会省吃俭用，肯为家人付出。总是舍不得花用，宁可让孩子去上才艺班、让老公买西装……这样的人生注定辛苦，因为家人不见得会感谢你。

如果拥有“马”的特质，代表你拥有开拓的野心，敢于投资，勇于冒险。但是却有可能冲得太快，跑过头，走错方向，理财容易失误。

如果拥有“好人”的特质，代表你是个缺乏自信的人，希望别

人肯定，所以总是把自己的外在打扮得光鲜亮丽，讨好别人，仿佛捧着钵四处讨爱。于是在金钱上很容易被欠债、碍于人情作保，或不断地帮助亲人，到最后却赔了自己。

如果拥有“凡人”的特质，代表你是个理智的人，凡事会称称自己的斤两，量力而为。在金钱上比较守得住，纵然不会成为大富豪，但至少不会负债。

事实上，不论你选了哪一种，在人生中我们都会经历这四个阶段。

初出社会时，父母总是会教我们，要赚正当的钱，甚至以王永庆的名言“省一块钱就是赚一块钱”来告诫我们。这个阶段我们好比一头牛，谨守“一分耕耘，一分收获”。工作一段时间后，我们开始觉得累，于是开始像马一样，想脱离缰绳，寻找赚钱的快捷方式，想要以钱滚钱。如果理财无方，这时候的投资反而容易失利。一段时间后，我们会发现当“马”也不太安全，而开始进入“好人”的阶段，想要在人际关系中寻求圆融。所以，亲友找担保、借钱周转，总是不好意思拒绝；和朋友应酬，总是打肿脸充胖子，抢着买单；刷卡买名牌充行头，总是有缴不完的循环利息。外在虽然风光，内心却在淌血。因为我们知道，如果没有钱我们就什么都不是，内心空虚不已。最后终于会走到“凡人”的境界，这时候才能真正领悟有几分钱做几分事的真理。

不想再当一头劳心劳力的牛，请试着对自己好一点，多爱自己一点。

不想再当一匹横冲直撞的马，请试着放慢脚步，看清方向再往前走。

不想再当一个戴着面具的好人，请试着拿下面具，真诚面对自己的感觉，不要再用金钱买人际关系。

授课多年来，我一直以为自己把心里的垃圾处理得很好。没有想到最近上一位德国大师的心灵成长课，在课堂上我竟然无法控制自己，身体也不听使唤，几度尖叫大哭了出来。老师吓了一跳，认为我的敏感超乎常人。后来他告诉我，其实我只是处理好了有意识的情绪，灵魂里无意识的情绪还是累积了大量无法纾解的痛苦，借着灵修的力量才能导引出来。

无意识不放过我，只好借由灵修的导引，诚实面对自己的灵魂，面对真相，找到平衡的出口。

所以，还是当个正常的凡人吧！才不会在内心累积过多负面的能量，明明吃亏却强装没事，不仅影响身心健康，也会影响自己的金钱运。

提升财富能量秘诀

当凡人才能远离“负”翁，守住财富，活得自在。

练习
02

小心大负债从小地方开始

在这三幅状况图里都有左右两边，以你的经验判断，哪一边状况比较好清理呢？

