

YOU ARE REALLY
RICH
YOU JUST DON'T KNOW IT YET

你真的很富有 只是你不知道

[英] 史蒂夫·亨利 Steve Henry 著
卢相如 译

轻而易举拥有
MONEY和LOVE
的秘密



上海文艺出版社

**YOU ARE REALLY
RICH
YOU JUST DON'T KNOW IT YET**

你真的很富有 只是你不知道

〔英〕史蒂夫·亨利 Steve Henry 著
卢相如 译

轻而易举拥有
MONEY和LOVE
的秘密

上海文艺出版社

Copyright © The Really Rich Partnership 2009

First published as You are Really Rich: You Just Don't Know It Yet by Virgin Books, an imprint of Ebury Publishing. A Random House Group Company.

版权登记号: 09-2012-598

图书在版编目(CIP)数据

你真的很富有 / (英)亨利著; 卢相如译. —上海: 上海文艺出版社, 2012

ISBN 978-7-5321-4668-0/C · 41

I. ①你… II. ①亨… ②卢… III. ①社会心理学—通俗读物 IV. ①C912.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 241539 号

责任编辑: 夏 宁

特约编辑: 陈 琼 左 乐

封面设计: 荆棘设计

你真的很富有

(英)亨利著; 卢相如译

上海文艺出版社出版、发行

地址: 上海绍兴路 74 号

电子信箱: csbcm @ public1.sta.net.cn

网址: www.sbcm.com

新华书店经销 宁波市大港印务有限公司印刷

开本 889mm×1194mm 1/24 印张 6.25 字数 80,000

2013 年 3 月第 1 版 2013 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5321-4668-0/C · 41 定价: 25.00 元

- 我们中的绝大多数人奋斗终身
也不可能登上所谓的“富豪排行榜”，
可是，谁又能说，我们贫穷？

■ 我们平常百姓拥有的幸福与财富，
是千金难买的无价之宝。

■ 好好享受你即将踏上的“寻宝之旅”吧。
一起来发掘生活中弥足珍贵的点滴幸福。

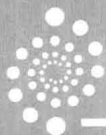
■ 其实你真的很富有，
这一点你马上就会知道。

C O N T E N T S

PAGE	001	金钱观以外的另类思考
PAGE	003	你有多富有?
PAGE	006	与三五好友欢聚
PAGE	010	发挥你的创造力
PAGE	014	居住在和平安全的国家
PAGE	017	请“懒人假”一天
PAGE	020	运动健身, 活力满满
PAGE	022	培养嗜好
PAGE	025	感受美的事物
PAGE	027	悠游在乡间
PAGE	030	来场性爱
PAGE	032	走到户外
PAGE	034	与家人共享甜蜜时光
PAGE	036	幸得好邻居
PAGE	039	加入团体比赛
PAGE	041	到公园散步
PAGE	043	想起快乐的回忆
PAGE	045	保有独处的时间
PAGE	048	出门看场电影
PAGE	050	养宠物

PAGE	052	品尝祥和与宁静
PAGE	054	聆听音乐
PAGE	056	信仰
PAGE	058	在生活中创造惊喜
PAGE	060	参与团体
PAGE	062	工作有成
PAGE	064	温暖的家
PAGE	066	阅读文学
PAGE	068	欢喜迎周末
PAGE	070	今天天气晴, 外出享受阳光
PAGE	072	施比受更有福
PAGE	074	享受美食
PAGE	076	与好友出去疯一下
PAGE	078	烹煮之乐
PAGE	080	度假去
PAGE	082	拥有稳定的感情关系
PAGE	084	同事情谊
PAGE	086	享受热爱的饮品
PAGE	090	生儿育女
PAGE	094	学习新事物

PAGE	096	天天都是生日天
PAGE	100	对外表感到自在
PAGE	102	听见“我爱你”
PAGE	104	哈哈一笑
PAGE	106	身体健康
PAGE	108	迎接晨光
PAGE	110	欣赏夜色
PAGE	112	城市生活
PAGE	114	支持喜爱的队伍
PAGE	116	享用巧克力
PAGE	118	帮助别人
PAGE	120	玩音乐
PAGE	122	富豪排行
PAGE	124	富豪排行精选
PAGE	126	研究小记
PAGE	128	以年龄作为富豪排行因素
PAGE	130	以地点作为富豪排行因素
PAGE	132	以性别作为富豪排行因素
PAGE	134	你有多富有？



金钱观以外的另类思考



本书提出了一个崭新的价值体系，提供纯粹金钱观以外的另类思考。

部分原因是，人们开始探索生活的不同面向——这是信贷危机造成的直接结果——大家想要寻求新的价值标准，以取代“金钱至上”。

奥斯卡·王尔德讥讽玩世之人的一番话正好能用在所有人身上——明白物品标价的人，对价值一无所知。

我们对于金钱多少有些依附。现在，却常听人说“金钱并非万恶之首，爱财才是”，这似乎过于道貌岸然——我是指，有谁不爱钱啊？到头来，还不是老觉得钱不够用？

多数人心中仍不断质疑消费主义。人类两千年的文明果真抵达巅峰，让你需要多花六七千元购买新款的iPhone吗？

或者，生命中还有比这更重要的事？

我们内心并未完全抗拒经济衰退。“今年买不起新车”，呃，也好，旧车性能还相当不错，我还没喜新厌旧。

人们不禁要不安且残酷地一问：接下来呢？还有比眼下更好的境界吗？

于是，我们走出户外，询问人们是否快乐，有什么能帮助他们更加快乐。

令我们大感惊讶的是，不论他们因为体重直线上升还是荷包缩水而感到沮丧，只有极少数的人提到钱。

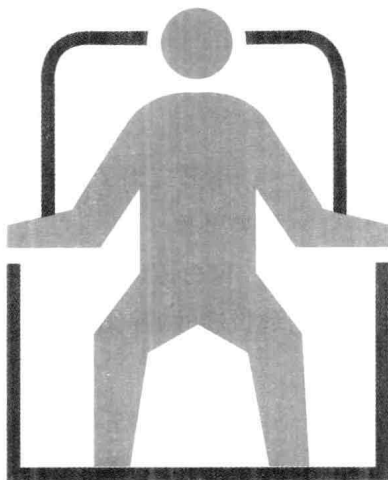
接受访谈的人无不将焦点集中在家庭聚会、好友欢聚、保有独处、含饴弄孙以及造访前所未见之地这些皆能令生活有所转变的“平凡小事”上。

他们不愿以金钱换取这些时刻与无价的人生经验。

或许，这正是经济衰退带来的好处——所有人因此停下来，思索事物的真正价值。

了解到美好周末比起一味追逐金钱更有价值。

无论生活完美与否，或是银行账户平衡与否，我们都需要崭新的价值观。





你有多富有 ?



为了寻找那些发生在我们生活里最最平凡却让人幸福的小事,英国“追根究底(What On Earth Is Going On?)工作室”发起了一项针对1000人的小调查,名为“真的富有计划(The Really Rich Project)”。

调查中,受访的1000人替50组生活事件与经验打分,另外替5个项目以等值金钱标价。经过一番比较与平均数计算,“追根究底工作室”依据幸福等级的不同排出50组无价事件的价值高低。

为了使“幸福感”量化,让大家对其有一个直观的数据参考,研究人员还分别替这50组事件计算出相应的“价格”;比如:

“身体健康”价值约¥180万,排行居冠——可见拥有健康的身体是一切的基础;

生儿育女(¥123万)比起养宠物(¥79万)的价值高——或许这是好事;

而与所爱的人(¥164万)共度假期(¥92万),选在天气晴朗(¥89万)的时候,走出户外(¥74万),总价值¥20993万——如果因此带来美好回忆,能另外获得¥419万。

由此可见，让我们感到幸福和满足的，其实并不是口袋里的钱有多厚多满，而是心灵的空间是否丰富充实。

给你一百万，你可以买一堆高档化妆品、高级成衣、名牌手包、华丽珠宝，以此装点自己的脸面，可是，衣饰再华丽，如果内心是空虚乏味，你也很难感到真正的幸福欢心。

道理很简单，谁都能说。

然而，因为诱惑太多，比较多，我们常常忘了那些最本真最珍贵的幸福其实一直就在身边。

而这本小书，就是为了帮你找回散落在你生活中的点滴喜悦。

当你翻完这本书，填下你的“幸福表”后，我们希望，你会发现，一个蛋糕师或许比银行家来得富有，水管工人比起政治家享有更多的财富。

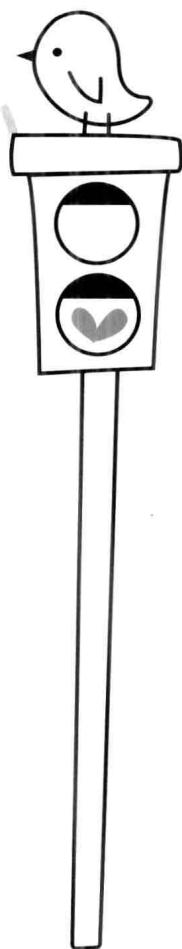
我们还希望，你同时能惊讶于自己实际比原先所想的还要富有。



接下来，每翻过一页，你就会发现自己的幸福感又上升了一点，而你的财富将是令你一生都享用不尽的。

在每一个主题的结尾部分，我们都为你留了一块专属于你的“NOTE”，供你记下每时每刻的收获与感受。

选一支你最钟爱的笔，以一个最舒服的姿势，好好享受这本幸福的小书吧！





与三五好友欢聚

周围都有好朋友的人，比四面楚歌的人不知幸福多少。

有朋友，不会穷。有朋友，乐无穷。

一份坚固的友谊，一个贴心的挚友，带给你的不仅是欢愉，还有许许多多千金难买的幸福——孤单时，有朋友相伴；困难时，有朋友相助。

快乐的事，因为有朋友一起分享，快乐也随之翻倍。

伤心的事，因为有朋友替你分担，伤心便就此减半。

友谊，是和煦的阳光、轻柔的微风。

它一直在你身后，安安静静，不吵不闹，却总在你最需要的时候，第一时间给你最坚实的依靠。

当然，不是所有往来密切的人都能称为朋友，有些人即使天天见面，也不过只是认识而已。

因此，我们也许该给“真正的朋友”做出定义？

一个普通朋友见了你点头微笑，
一个真正的朋友见了你没有问候；

一个普通朋友在你没有事的时候
常来找你，一个真正的朋友在你有事时
就来找你；

一个普通朋友在喝酒时会说你不
喝完这杯就不是朋友；一个真正的朋友
在喝酒时会说别喝太多了；

一个普通朋友找你借钱时总要找
个借口，一个真正的朋友找你借钱时
总说要借多少；

一个普通朋友会带礼物来你家参
加聚会，一个真正的朋友从来不带东
西上门，而是帮你一起做家务；

一个普通朋友从不会看到你哭，
一个真正的朋友却有双肩让你湿尽；

一个普通朋友能陪你喝完一瓶烈
酒，一个真正的朋友能陪你黑夜长谈；

一个普通朋友几年不见备感陌生，
一个真正的朋友十年不见却更感亲切；

一个普通朋友的电话写在电话簿上
都记不住，一个真正的朋友的电话没有
写下来却总记得一清二楚；

一个普通朋友总爱对你说怎么还
没找到女朋友啊，一个真正的朋友却会
悄悄对你说明天我带你去认识新朋友；

一个普通朋友来你家很客气，一个
真正的朋友来你家自己开冰箱拿饮料；

