

## 第一部分 过去，金钱是我的敌人， 而现在它成了我的朋友

对我们大多数人而言，金钱的流动捉摸不定，但它并不是那样的。

我出生在第二次世界大战后的罗马尼亚，当时生活赤贫，之后去了以色列开始新生活，取得了成功，再到美国另起炉灶获得成功。这一路走来我学会了不少与金钱相处的技巧。看着金钱来来去去，我懂得要让它成为我的朋友和盟友。

因为我喜欢给大家讲我与金钱之间的关系，所以迫不及待地分享我特别的生活史赋予我的诸多礼物。通过讲述我与金钱之间发生的悲喜经历，希望能在你的生活中产生重大影响。尽管你的经历和处境与我的不同，但我学到的一些基本原则是放之四海而皆准的，你能很容易将它们运用到你自己的生活当中。

金钱这个词在我们每个人心中都能产生一系列的心理感受：害怕，渴望，担心……我有说过害怕吗？

最终，我处理了一些围绕金钱发生的棘手的个人事件。我用积极的态度和信念来取代贫穷状态下的态度，这让我在 50 年的人生旅途中越来越开心、平和与成功。

在本书中，我将与大家分享我的金钱流动方法，通过讲述个人的逸事和对幸福生活不懈追寻且成功实现的方法。这完完全全是个人和情感的旅程。每当回忆起最开始的地方和克服的

艰难险阻，我都泪眼婆娑。今天，我回首以前这一切，喜悦之情溢于言表。只要我们乐意倾听和学习，生活就会教给我们许多美妙的经验。

---

## 第一章

---

### 八岁顿悟——卖份报纸给 陌生人的经历，点燃一辈子激情

**我** 出生在罗马尼亚克卢日首府特兰西瓦尼亚。在我只有5岁的时候，父母离异。具有讽刺意味的是，父亲帮母亲在大学城中心地带的的一个报刊亭找了份工作，报刊亭旁边有个堪称世界最美之一的植物园。孩提时，特兰西瓦尼亚给我的印象是美丽而又历史悠久，并非那儿的德拉库拉传说。

母亲喜欢经营报刊亭的工作，而且经营得很好。不久后，她不仅要售卖香烟、雪茄、报纸和杂志，还要检查货物，确保所有的货物能够及时供应，顾客能买到他们需要的东西。

当时，我还是个小女孩，每天一放学就到报刊亭来。我很腼腆，总是极力躲着顾客，在那里做完作业就和母亲一起在报刊堆中吃晚饭。有时，她会叫我用手卷烟草或是叠报纸。

我永远都记得在报刊亭卖出第一份杂志时的场景：这位顾客笑着走到窗户边，问我有周刊卖吗。母亲当时到外面进货去了，没有在打理生意。

我的心怦怦直跳，想着，我应该做成这笔生意。前面说过，我是一个非常腼腆的孩子。现在我这种开朗、友善、自信的性格花了两年才培养起来。现在的我已经不是过去的我了。过去

人们让我感觉害怕——尤其是我不认识的人。因为我的童年大部分时间都是在封闭的环境中度过的，身边很少有家人和朋友，所以很容易被陌生人吓到。当他向我买杂志的时候，我紧张地大吸一口气，将手伸到身下架子上的一堆杂志里，快速地往他那边一推，一句话都没说。

他笑着问：“你多大了？”

“八岁。”我答道，迅速将眼神移向门口，不让害羞的情绪表露得太明显。

“你看上去非常美丽、聪慧，”先生说道，“我叫斯马库，你呢？”

“安娜。”我低声答道。

他拿起杂志，付完钱，之后从外衣口袋里掏出几块包好的巧克力，“这些是俄罗斯巧克力，”他说道，“我想你一定会喜欢吃。”这时，母亲回来了，斯马库向母亲介绍了自己后离开了。

他的这个友善举动告诉了我怎样做才能完完全全受到陌生人赏识。这件事改变了我的人生。在那一刻，我下定决心将来我也要自己做生意，甚至也要卖他买的那种杂志。寥寥几句话，斯马库开启了我的精神之旅，从一个害羞、笨拙的女孩成为企业家。

他是我在商界的第一位导师，可他毫不知情。从那天开始，斯马库先生每两周来我这儿买一次杂志。至今，我仍记得他那笑盈盈的面容。我们成了朋友，他告诉了我所有他家的事。他的孩子们在俄罗斯，对于他来说，一个人在另外一个国家工作是多么困难的，他还不能经常看到他们。我为他的境遇感到难过，我无法想象要是我与父母分离是怎样的情况。

40 年后的 2006 年，我仍然记得那次与斯马库先生的偶遇，我最终创办了属于自己的 E-Play 杂志有限公司。

字母 E 代表电子，也代表今天高科技的世界，可在 1958 年

不是这样。“play”这个词代表轻松，通过阅读这本杂志上的文章让你精神焕发。并不是出于个人原因，这本杂志让我想到了在报刊亭卖出第一份杂志时的场景，也提醒我现在应该行动了。

在罗马尼亚的时候，我当时8岁，已经像成年人一样思考问题和行事了。说得更确切些，5岁以后我就记不起有什么无忧无虑、想玩闹的想法了，除了从6岁开始到离开罗马尼亚之前每个夏天在矿泉疗养城宝赛格待的那几周。有个夏天，发生了改变我人生的一些事。让我讲讲事情的经过吧。

宝赛格是座令人愉快的度假之城。城市到处都是高大、树龄很久的松树，人们在这里享受矿泉水疗和休闲生活。在这座山城里有些卖土特产的商店、餐厅、一家电影院、许多小型客店和冰雪覆盖的壮观山洞。

母亲常常订一间便宜的住宿加早餐的房间，这样我们可以在一起享受简简单单的快乐：在城中散步，往长瓶中灌满矿泉水，寻访山洞，徒步旅行，品尝新鲜糕点，看电影，与来自欧洲各国的游客交流。

作为单亲家庭的孩子，我觉得我和母亲在宝赛格一起度过的日子里，我的世界是完整的，和其他人的距离很近。

可是不久后，母亲遇见了塞缪尔·格卢克。他是名高中老师，虔诚的基督徒，喜欢小孩，热爱自己的工作。格卢克先生没有成家。我们认识他的时候，我差不多8岁。起初，我不介意他和我们一起散步，非常喜欢他给我们买的糕点。他总是试着拉我交谈，但我很害羞，话不多。

第二年，他又和我们一起散步。当时，对他的到来，我并不高高兴兴，因为这意味着我和母亲单独在一起的时间减少了。

在我们回克卢日的前几天，母亲和我准备去吃午餐，新鲜的抹黄油黑面包，切碎的新鲜红辣椒、番茄和黄瓜，还有现做的柠檬汁。

格卢克先生面带笑容地敲着门说：“我买了3张足球赛门票，这可是最后3张了，比赛在今天下午4点开始，我们一起去看看。”

妈妈很兴奋，我却不高兴，因为要错过下午我们在城中散步了。要去赛场，得翻过一座大山。在路上，我假装膝盖疼痛难忍，说道：“我走不动了，得马上回家看看我膝盖伤得怎样了。”我走路也开始一瘸一拐。他们也觉得我可能伤得不轻，所以我们又走回了住处。他们把我扶到走廊上的椅子上坐下，我把另一只脚放到另一把椅子上。

然而，我的“成功”毫无价值，心头有一种负罪感，即便是50多年后的今天，我仍旧觉得自己所做的这件事糟糕透了。

半小时后，突然听到外面响起了音乐声、铃声和鼓声。原来是马戏团正在为下周的演出做宣传表演，大家都跑出去看他们的表演。

想都没想，我也跳起来，冲出去，这让母亲大吃一惊。

“亲爱的，你恢复得可真快。”她一边尖叫着，一边抓着我的胳膊把我往房子里拽，“我真是不敢相信你所做的一切，你是有多自私啊！”

当然，母亲说的是对的。我羞愧至极，哭着跑进我的卧室，关上门。

格卢克先生敲我的门，我打开了，羞愧、自责地说：“对不起，您真该惩罚我。”

先生打断了我没完没了的道歉，笑着说：“我还是你这么大的时候，我父亲叫我去屋外扫地。我告诉他我牙齿痛，要休息一会。他对我说：‘5分钟以前，你还在咬一颗硕大的番茄糖，我认为你是在装牙痛，可我不会惩罚你，相反，我要教你一段祷词，我这就读给你听。’”先生把我带到屋外，叫我坐下，给我念了段最美的希伯来祈祷文《我感谢》。这段力量无穷的晨祷

改变了我对每一天的看法：我原以为每天的到来都是理所当然的，而现在我感激每天的到来。犹太教教徒按照惯例每天早上起床前要背诵这段祷文；现在每天早上，我依然要做这段祷文。（登录网址 [http://en.wikipedia.org/wiki/Modeh\\_Ani](http://en.wikipedia.org/wiki/Modeh_Ani) 就能看到这段祷词和它的英文版。）

那一刻改变了我整个人的精神面貌。格卢克先生教给了我这么有意义和充满正能量的东西，并在他本可以惩罚我的时候，为我祈福，对于他为我做的一切，我将永远感恩。

有时候，我觉得，要弥补年幼自我的方式是，历尽艰难困苦来骗取一个正常的童年。

但，缺少一个正常的童年绝不会让我感到愤怒或是沮丧。相反，我将一切的经历转化成一个新的机遇和一种新的技能。那些特殊时刻，如斯马库先生和格卢克先生友善待我，成为让我整个人生能够取得成功的正能量。

### 学到的经验：

1. 做事要趁早。我们早期的经历会影响今后的人生。
2. 善意的举动影响深远。简简单单善意的举动会以你想不到的方式改变你的一生。
3. 有些成功毫无价值。牺牲道德得来的成功根本就不能称其为成功。

---

## 第二章

---

### 十岁背井离乡

从我出生的那天起，妈妈就梦想着离开罗马尼亚去以色列。作为一名大屠杀的幸存者，她想居住在一个有归属感的国家。在那儿，她能养育自己的孩子，犹太人的身份不需要隐瞒，不用担心，也不感到害羞。花了整整 10 年，我们终于拿到了第一张护照和所有必要的档案材料。

经过数月的计划和准备，在我 10 岁那年，妈妈和我（期待能有一个安逸、富足的未来）最终从罗马尼亚移民到以色列。至今，我仍旧记得当时我们决定出发时欣喜若狂的情形。

在罗马尼亚，我们住在一幢狭小公寓楼的第四层。公寓楼的电梯常常出毛病，所以妈妈和我上下楼常常要走楼梯。我们家和其他两家共用一个浴室，我洗澡的时间固定在周二和周五。我非常喜欢洗澡的这几天，因为浴室洗刷得非常干净！

当时，我们一无所有，除了几件衣服，一些书，几双鞋和几件小摆设外。在罗马尼亚的生活可谓捉襟见肘。然而，妈妈总能找到法子让枯燥、灰暗的生活过得有声有色。她常带我接触歌剧、古典音乐和芭蕾。我在高雅的文化中浸淫，可我不过是个可怜、忧伤的小姑娘。

我们将为数不多的几件贵重物品打包装箱，憧憬着充满希

望的未来。妈妈和我都确信，要不了多久，我们会有个舒适的家，买齐落下的所有家当。妈妈教会了顶替她在报刊亭上班的人后，我们向同学和朋友作别。

当我向爸爸道别的时候，心头感到一阵紧，不知何时才能再见到他。木已成舟和充满变数的情况几乎都是让人无法忍受的。我在克卢日的生活或许不那么美好，但是舒适、熟悉。我不知道接下来会发生什么。

我与妈妈坐火车去匈牙利。一路上，我想起了与女儿分离的斯马库先生。从匈牙利转车去奥地利，在那里，搭乘人生中第一个航班去特拉维夫。想念他的笑容。可是我们已经踏上了异国之旅，追寻我们憧憬的未来，容不得我回首往事。

妈妈和我将所有梦想都寄托在以色列。我们相信，这个国家会给我们带来全新的生活、崭新的开始和无限的机遇。我们一心只想着美好的未来，不断前行着。元月的一天，我们到了以色列，那里烈日炎炎，我们脱下厚厚的冬装，瞬间感觉脱了层皮。

之后，残酷的事实向我们逼近。

一家慈善机构为我们提供了一间面积狭小，只放得下一张床的公寓房和一笔屈指可数的现金，帮助我们度过刚到以色列的几天。公寓楼四周是空旷的空地，没有道路，也看不到几个人。我们过去可是城市居民！妈妈立刻感到焦虑和害怕。我们在这里能干什么？

学校离我们住的地方有 20 英里，商店和集贸市场也有那么远。望着厨房地板上三满箱食物：一听橄榄，一壶油，一罐果酱，还有几包薄脆饼干，以及一瓶果汁，我俩顿时惊得说不出话来。

在罗马尼亚的时候，食物虽称不上丰富，但至少我们不会挨饿。爸爸和妈妈能够保证我们不会挨饿。此时，我的肚子咕

咕叫，望着妈妈的眼睛，想让她给我点安慰，可是她的眼神也和我的一样，暗淡、迷茫。

我俩惊恐万分地凝视着周围全新的一切。

妈妈当即做出了个决定，我们不能待在那里。我们锁上门，搭公交车到城市里去她表妹的住处，这是我们遭受的第二次打击。让我倍感震惊的是，妈妈的表妹因为要照顾患病的丈夫，已经搬到另外一座城市去了，我们找不到她，只好坐公交车去大城市特拉维夫。

到达特拉维夫，夜幕刚刚降临，没有落脚的地方，也没有东西吃。妈妈和我走进了附近一家熟食店，精疲力竭地瘫倒在座椅上。妈妈点了一碗汤和几片面包。当时，因为疲惫不堪，饥肠辘辘，无家可归，我觉得妈妈点的汤是我喝过的最好的汤。

最后，我们当晚只得在警察局睡了一晚。在警察的帮助下，妈妈找到了她的侄子，他是在战争中死去的妈妈的大哥的儿子。在这里能找到家人是有多欣慰啊！他领我们去他家，我们在他家住了2个月。

随后，我被送到一个叫基布兹·摩萨德的地方。在那里，穷人家的孩子和孤儿可以上学、工作和生活。就像斯马库先生的孩子一样，我要和父母分别了。

妈妈和我乘公交车去那里。我手里提着个箱子，里面装了几件衣服，一本书和木头做的玩具。10岁的时候，我就独自和来自其他国家的许多孩子生活在一起，当时很害怕。尽管我会讲匈牙利语、罗马尼亚语、法语和俄语，但希伯来语一个字都不会说。

我们一到那里，一位亲切和善的女士和一个年轻男士带我们去宿舍。那里，我可以做家庭作业和睡觉。和我同住一间的还有3个女孩。那里还有一家餐厅，一间厨房，一所学校，一个图书馆，数间烫衣室、洗衣房，一个养鸡场，一个火鸡场，

十个马廄，几块菜地，几片果树园，一个装满鸡蛋和其他货物的大仓库，兼用做祷告的友谊厅，还有宿舍区周围空地上几只闲逛的乌鸦。

我是从城市来的女孩，在那儿感觉完全不适应。但是，这毕竟是我的新家，我得接受现实，努力适应这里，即使感到自己是个外人。

每天上4小时的课。天气要是好的话，我会坐在宿舍外的石头上做家庭作业。当然，我也打工。我的第一份工作是捡鸡蛋。

起初，鸡群发出的叫声响亮，听上去有点吓人，但我认为我不应该被这群发出粗粝叫声、长着毛的家伙吓住。几周后，我在鸡群中走动捡蛋的时候，开始冲它们发出咯咯叫声。这一举动产生了非常友好的氛围，因此我的新工作也就顺利了。

我非常想念妈妈。她每两周来看我一次，其余的时间，我感到极其孤独、难过。我的室友对我也不怎么友善；我们之间交流的仅有几句话也是有关家务活的：轮到谁洗衣了？轮到谁倒垃圾？轮到谁去抹抹那简陋的柜子，里面可放着我们从家里带来的珍贵食物。我的生活被管制得非常严。每天一大早，6点15分，尖利的闹铃声响彻整个宿舍区，我极不情愿地醒来。然后按他们的要求去劳动，再到指定的班级去上课。每晚10点，提示熄灯睡觉的刺耳铃声又会响起。我们每天的生活就是这样，一周中只有周六的安息日休息，这是我们唯一有点休息时间的一天，可以读书并想法子弄懂读的内容。

在鸡场干了3个月后，我转到烫衣室去工作，在那里我帮以色列士兵烫衣服。3个月后，我又到果园里待了一段时间，摘橄榄和橘子。

当时，我会说希伯来语，成绩也非常好。我喜欢我的老师，而最开心的事是在烫衣室结识了我在以色列的第一个朋友里扎。

她是名俄罗斯孤儿，在俄罗斯还有个弟弟。

我俩在一起做家庭作业，一起看书，也会为一些彼此看得很重的事较真。最重要的是，我们相互关心，在这样一个严格管制的环境下，哪怕是一点点关心都会大不一样。我毕竟有双亲，尽管他们和我离得很远。我从不知道她对弟弟的思念有多深；我也从不曾问过她，而她也没主动讲起过。

我认为自己非常幸运，能有里扎这样的朋友。她一头金发，而我一头深褐色头发。她的身材像我一样苗条。在她这个年纪，她的个子算高的了，性格内向。而真正让我俩友谊增强的原因是我俩在 11 岁前一起共患难。哎！想想这有多累！我们在一起欢笑排解疲乏。

周六依然是我们一周中特殊的一天。吃过早饭，我们去交谊厅做祷告。我诉说了我的一切心事和在以色列新生活的点点滴滴。同时也把在罗马尼亚格卢克先生那里学到的《我感谢》的晨祷词带来了。

我没有祈求更多。只有一句祷词是始终没变的：祈求和妈妈住在一起，想着我们像一家人一样。

令我惊讶的是，我的愿望成真了。我在基布兹待了 11 个月后，妈妈过来接我回家。当时有个鳏夫追求妈妈，尽管上了年纪，但很爱妈妈，他很想和妈妈结婚。妈妈告诉他，如果要结婚，就得让我搬过去和他们一起生活。他有 3 个成年的孩子，所以理解妈妈的恳求。

妈妈把我从宿舍接走后，带我去他位于特拉维夫富人区豪华气派的住所，仅仅数小时，就有一种从赤贫到巨富的感觉。我有属于自己的房间、浴室。要是愿意，还可以到外面阳台上写家庭作业。妈妈带我去了一家私立学校注册读书，生活一夜之间彻底改变了。

仅仅一年的时间，我的生活发生了两次重大变化。此刻，

我感激这一切。

### 学到的经验：

做出正确的冒险决定：一切重新开始很难，但很值。

离开熟悉的人，抛下做完的事会给你带来心理创伤。对两个目标心里要有底，为什么选择这样做，以及怎样改善人生。

---

## 第三章

---

### 如何与金钱成为朋友

人生的每个阶段都教会了我有关金钱流动的重要经验。在儿时学会的第一条重要经验改变了我对金钱的态度：金钱不再是产生压力的根源，它成了我的朋友。

稍后会回到我的故事中来。首先，在本章和接下来的两章里，告诉你如何像我一样将金钱变成自己的朋友和盟友。

态度决定一切。一旦你改变了对金钱的态度，一切都可能发生在你身上。当我还是个小孩的时候，就和妈妈在罗马尼亚的报刊亭上班，做学生的时候和来自贫困家庭的学生和孤儿住在基布兹·摩萨德。如果没有接触到这么丰富多彩的生活，我是不可能想象这个世界有多丰富多彩的。这真是一段美妙的旅程，你也会成功的。

在本书接下来的内容里，我将告诉你金钱流动在我生活里产生的奇妙事情多么包罗万象，以及你如何利用这些丰富的事情。但是要充分利用这种思维模式，你需要基本的金钱知识和运用这些知识的框架。这些就是在接下来的3章里我要讲的。

正如这3章是让你为我们将要一起讨论的问题做准备一样，我们在开启与金钱交朋友的这个过程的时候也要做点准备。一旦你准备好了，你就会主宰你最宝贵的财富——时间。

激情，优先事项和时间分配：

### 3 步 / 90 天计划

激情、优先事项和时间分配（神奇的 3p 法让我牢牢地抓住了成功）是我要与你分享的最大礼物。在后面的内容里，你将学到简单的（几乎不费吹灰之力）3 步/90 天计划，它可是我在生活的经验基础上总结出的 3p 法。一天只需 10 分钟，你将发现和探究你的激情和要做的优先事项，使用活页事项时间分配表能在你可用的时间里有效分配你的活动。因为这个计划将精力放在现在，将帮助你找到并培育你内心激情的种子，在你需要明确优先事项的时候给予你指导。

放松并享受这一过程吧！别担心结果。着眼于现在，你将会发现你要找的答案。

3 步/90 天计划的核心是实施 3p 法，即：激情、优先事项和时间分配，我们将在下一章讨论。我花费了 8 年时间研究并完善这一方法：首先是训练自己，之后在训练我的生活教练的时候完善这一方法。

但是尽管我花了 8 年时间研究这 3 步/90 天计划，但这一计划不会占用你太多时间：每天只需 10 分钟，连续 90 天，你或许能有 80 种不同的方法每天抽出 10 分钟来。例如，在你要做的事项表中削减“热身”的时间，在烧开水的时候，可以切蔬菜，而不是干等水开煮面条。从早上上班前的准备工作中挤出 5 分钟，减少 3 次上厕所的时间，每次 2 分钟，等等。

然而，就是这么一点点时间能够产生惊人的结果——尤其是如果你每天都忘掉相同的 10 分钟——不管是每天早上去工作前 7:12~7:21，中午吃饭 12:47~12:56，或者任意适合你的连续 10 分钟。只要你的身心都已经提前知道，这 10 分钟是专门用来与金钱创造友好关系的，那么该计划会收效甚佳，没

有什么能成为身心方面的拦路虎。

每一步，你都做 30 分钟。换句话说，第 1~30 天，你做第一个 10 分钟活动，第 31~60 天，你做第二个活动，最后一项活动在 61~90 天做。每一项活动都是以你已经完成的活动为基础继续进行的。

3 步/90 天计划这么有用，就是因为操作起来简单、容易。难道你不想每天只需花费 10 分钟就能改变生活吗？

### 第一步：第一个 30 天

这是最困难的一步。你准备好了吗？

花 10 分钟——连续 30 天，每天同一时刻——什么事都不干！别跳过这一步，即使你认为你不需要做这一步。试试看吧！

### 益处

什么事都不做听起来和直觉相悖，但它的益处惊人。连续 30 天，每天 10 分钟什么事都不做，你会开始理清思绪，振奋精神。什么事都不做会让你目标明确，精力充沛。此外，也会帮助你告别压力、忧虑和恐惧。

正如园丁为了花园里的花儿更好地生长必须除草一样，理清思绪会为你内心激情的种子勃发创造空间。我们的内心都有激情的种子，但是这颗种子要生长，我们才能看见、感知，并成为我们各自精髓的一部分。安安静静的 10 分钟能培育这颗激情的种子，给它施肥、除草，并为它的成长创造空间。

你也许会想，什么事都不干就不需要指导了。你这样想是对的，但是这需要正确的心态。因此，这里有一些我发现的指导原则（不是规则）能有助于这个练习深入开展：

在一间房子里或是温度宜人的户外，坐在一把舒适的凳子上，穿着舒服的衣服。

关上电视机，电脑，收音机，音乐播放器和其他有可能的干扰源，甚至你的手机。

凝视一件毫无特色的物体。你可以闭上双眼（只要你不打瞌睡）。

不要理会在你大脑中流动的想法。

每天 10 分钟，什么事都不干，这样 30 天后，你就为第二步做好准备了。

## 第二步：第二个 30 天

在这个 30 天里，还是每天留出 10 分钟。每天写下你想在这一天生活中实现的 3 件事。你可以用纸、笔记本，或是电脑写下来。这 3 件事可以是想法，实实在在的东西，目标等。你选择的这件东西要在当天实现。花 10 分钟思考这 3 件事。你的想法是什么？你在想这些事的时候，是怎样想的？每天，你都列个表出来。每天都可以是同样的 3 件事，或者你也可以替换其中几件或者全部，只要你总是在表中列满 3 件。

## 益处

将你想实现的 3 件事写下来，然后再思考，这将反映你内心激情的种子成长的过程。你不断地写下来，思考，再感知，一些想法会夭折，被其他想法替代。注意哪些会从列表中消失。这些事对你很重要，只不过没有代替他们的东西重要罢了。

30 天结束后，你将会知道有 3 件你想要的且无法替代的 3 件事，它们真实地反映了你的激情。每天 10 分钟的冥想并反思你在生活中想要的东西，会让你的热情更加高涨，你的决心更加坚定，并最终使你更加幸福。