



一手财富 一手幸福

YISHOU CAIFU
YISHOU XINGFU

李婷婷 / 编著

人生的快乐和幸福不在金钱，不在爱情，而在真理。即使你想得到的是一种动物式的幸福，生活反正也不会任你一边酗酒，一边幸福的，它会时时刻刻猝不及防地给你打击。

——契诃夫

一手财富 一手幸福

YISHOU CAIFU
YISHOU XINGFU

李婷婷 / 编著

人生的快乐和幸福不在金钱，不在爱情，而在真理。即使你想得到的是一种动物式的幸福，生活反正也不会任你一边酗酒，一边幸福的，它会时时刻刻猝不及防地给你打击。

——契诃夫

图书在版 编目(CIP)数据

一手财富 一手幸福 / 李婷婷编著. — 北京 : 中国言实出版社, 2017.6

ISBN 978-7-5171-2473-3

I. ①一… II. ①李… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第172685号

责任编辑: 胡 明

封面设计: 浩 天

出版发行 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路180号加利大厦5号楼105室

邮 编: 100101

编辑部: 北京市海淀区北太平庄路甲1号

邮 编: 100088

电 话: 64924853 (总编室) 64924716 (发行部)

网 址: www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 三河市天润建兴印务有限公司

版 次 2017年9月第1版 2017年9月第1次印刷

规 格 880毫米×1230毫米 1/32 印张8

字 数 200千字

定 价 38.00元 ISBN 978-7-5171-2473-3

前言

财富和幸福在这个世界上具有相当大的诱惑力。但是，在追求财富和幸福的过程中，不同的人采取了不同的方式。有的人将财富和幸福定义在一个表面的层次，认为只要得到了物质的满足和看似光鲜的生活状态就是最好的结果了，但是，有的人把财富和幸福定义在内在层面的丰富上，他们不会在意是否得到了金钱，精神上的满足和幸福对于他们而言永远具有更重要的意义。

不管一个人更侧重于哪一个方面的满足，我们都不能否认，财富和幸福对于我们而言缺一不可。它们就像两只手，丢了任何一只我们都会感到缺失，都会发现生活不再顺利。细究起来会发现其实最需要的是一种心灵的安全感和满足感，也就是幸福。哲学家休谟说过：“一切人类努力的伟大目标在于获得幸福。”当人们锲而不舍地创造了一个物质繁荣的世界，享受着高质量的生活时，幸福

依旧如“雾里看花，水中望月”般可望而不可即。财富的与日俱增同幸福的止步不前形成了一个恼人的悖论。财富只能填充心灵，永远都不能代替心灵的感受，假如命运之神要用一座金山换取幸福，我相信没有一个人愿意接受这座金山，这就是金钱的地位。当然，命运之神绝对不会这么做，他总是在给了一点财富的同时，又给你一点幸福，至于是不是能够抓住这就要看能力。

伸出左右手，那里隐藏了许多关于财富和幸福的秘密，但是，请不要误会，因为，财富和幸福不在掌纹里，而在两只手握之间。



目 录



第一章 打下财富的基础

身体是创富的硬件设施	3
头脑是创富的软件设施	6
人格也是财富	9
培养精益求精的做事态度	12
学习永不间断	16
营造自己的“关系网”	19
教养是财富的基石	23
培养对信息的敏感	26

第二章 历练财富心态

永远都不惧怕失败	31
不做金钱的奴隶	34
不要为了金钱出卖自己	37
相信自己	40
冷静看待输赢	44
追求不止	46
耐心做好量变工作	49
工作不能只为薪水	52
遏制贪欲	56
财富并非全部	59
真正理解财富	61

第三章 寻找致富途径

利用你的专业知识	67
做别人没有想到的事	70
站在财富巅峰	73
借他人之力	77
模仿可以成功的途径	80
在细节处下功夫	82
关注人们的需要	85
优质服务助自己成功	88

第四章 做好理财工作

学会理财	93
不要浪费金钱	97
不要盲目投资	99
记好自己的账	102
养成精打细算的习惯	105
进攻是最好的防守	108
及时走出“死胡同”	111

第五章 心灵是幸福的沃壤

幸福的概念	117
幸福是一种心理能力	119
看清你的幸福	122
学会宽容	125
解除欲望的枷锁	128
自信是让自己幸福的源泉	131
让自己潇洒一点	135
尊重自己	138
不要计较小事	141
不要太看得起自己	144
怀有感恩之心	147

第六章 寻找自己的幸福

做自己喜欢的工作	153
找准自己的位置	156
讲究工作的方法	160
敬业成就人生	164
没人不需要爱	168
找对你的另一半	171
多一点幽默的能力	175
分享快乐，分担痛苦	178
感受真实的幸福	181

第七章 给幸福保鲜

不要受情绪支配	187
适度的距离	190
以简单的方式生活	193
累了的时候就休息一下	196
为生活加一点音乐的色彩	201
在艺术生活中寻找乐趣	203

第八章 财富与幸福的关系

鱼与熊掌皆所欲	207
幸福到哪里去了	210
别让“无聊”感吞噬了幸福	214
创造财富的过程中怎样感受幸福	217
财富与安全感	220
精神富了才会幸福	222

第九章 富足心是根本

正确看待贫穷	227
不做心灵的穷人	230
不要掩饰自己的不足	233
看好自己的尊严	236
洒脱一点更富足	239

第一章 打下财富的基础



身体是创富的硬件设施

毫无疑问，每个人都希望过上富裕舒适的生活，为达到这一目标，要求我们有一定的经济基础。所以，我们拼命地赚钱，既是为了生活，也是为了体现自身的价值，实现心理上的满足。于是，加班、熬夜也就成为常事，就这样在获得了经济回报的同时，却不知不觉地牺牲了健康，这是得不偿失的。

记得刚刚大学毕业的时候，从未参加过工作的我对工作中的一切都充满了激情与新鲜感，再加上自己有幸获得了一份十分喜爱的工作，每天从上班的那一刻，坐到自己的座位上，除了实在是渴了去倒杯水，算是一个难得的运动机会之外，几乎所有的时间我都坐在电脑前全身心地投入工作。到了午餐时间匆忙地去食堂吃过饭后，又继续坐在电脑前工作，一天下来，除上下班能走十几分钟的路之外，几乎就没有任何运动的机会，而且长时间保持一种姿势，这种状态持续了近半年的时间，在不知不觉中我患上了颈椎病。对于病痛，健康的人永远也无法真正体验到它的痛苦，所以人们在健康的时候从不知道