

There is
no permanent
grief in life

人生 没有永远的 低潮

杨倩琳

著

**从打工女到 COO 杨倩琳倾心分享
“即使一手烂牌，也能逆转人生”**

拥有无尽苦恼和不甘的你
被沮丧一点点吞没

却仍在梦想边缘苦苦挣扎

没有苦过，人生不会快速成长
跌到谷底，才更要努力往上爬

请一定要相信

人生没有永远的低潮

再坚持一下，就会看到不一样的风景

要先学会拥抱低潮，才能拥抱人生



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

There is
no permanent
ebb in life

人生 没有 永远的 低潮

藏书章

杨倩琳

著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目(CIP)数据

人生没有永远的低潮 / 杨倩琳著. — 北京 : 北京联合出版公司, 2018.1
ISBN 978-7-5596-0750-8

I. ①人… II. ①杨… III. ①女性—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180471号

本书中文繁体字版本由城邦文化事业股份有限公司布克文化出版事业部在台湾出版, 今授权在中国大陆地区出版其中文简体字平装本版本。该出版权受法律保护, 未经书面同意, 任何机构与个人不得以任何形式进行复制、转载。版权所有, 侵权必究。

人生没有永远的低潮

著 者: 杨倩琳

责任编辑: 李艳芬 徐秀琴

装帧设计: 格·创研社

项目合作: 锐拓传媒copyright@rightol.com

北京联合出版公司出版
(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)
北京联合天畅发行公司发行
北京京都六环印刷厂印刷 新华书店经销
字数89千字 880毫米×1230毫米 1/32 6.5印张
2018年1月第1版 2018年1月第1次印刷
ISBN 978-7-5596-0750-8
定价: 36.80元

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。
电话: (010) 64243832



前言

**不要放弃，只要一个转念，
最后将会逆转你的人生**

两年前，我出版了第一本书，完成了我从小设定的目标——成为一名作家，这直接造成了我缺失了出版第二本书的兴趣。

我进入网络创业公司多年，并担任着公司的首席运营官，每天的工作异常忙碌，出书也不在我今年的年度计划中。

但很巧的是，布克文化的营销企划人员看到了我在 Facebook（Facebook：脸书，一种社交软件）上给一个朋友的留言，通过间接的询问，他要到了我的联络方式，邀请我再写一本书。

在出版社的热情邀约下，我决定先和他们开会聊一聊，看看是否有机会合作。

一开始，出版社总编辑贾俊国认为，我目前正担任《女人帮滔客》杂志的总编辑，并且从事网络营销多年，可以写有关于两性或网络的

选题，或者是延续第一本书的选题，写小资理财。

后来，在聊天的过程中，贾总编辑又提出了写励志理财书的可能性。他认为我可以用自己的成长故事帮助那些目前低薪的年轻人，鼓励他们不要放弃未来的生活。

或者，也可以分享多年来自己学会的理财观念，帮助年轻人靠自己的能力增加未来的财富，让他们在不是绝对公平的社会环境所造成的低薪、高房价的困境中，找到一些新的出路！

贾总编辑的这番话打动了我，加上许多读过我第一本书的读者写信给我，说我的书对他们有很大的帮助，希望我能够继续出书。

我心想，如果我的书真的可以鼓励年轻人，也可以让他们学到一些终身受用的理财观念，那么即使目前已经忙到没有空暇时间，我也要挤出时间来做这件事。

于是我接受了布克文化的邀请，着手创作我的第二本书。

自着手此书的写作计划开始，我每天早上五点起床，牺牲平日里

一两个钟头的睡眠时间来写作。

花了大约两个月时间，我终于完成了这本书。看着完成的稿件，我感觉自己就像是生了第二个小孩一样！

虽然我的新书只是每年新书市场中的几万本之一，但是我真心希望这本书能够对你的人生有正面的激励。因为我相信，我可以从一个单亲的高职女生变身成为财经博士，你也一定可以。

我的故事证明了一件事：不要放弃你的人生，有时候只要一个转念就可以逆转自己的人生！

注：本书中出现的货币均指台币数目



不怕出身低，
你也可以成为人生的逆转女王

Lesson 1 就算出生时满手烂牌，也不代表一生已经注定

穷小孩的自卑童年 / 002

Lesson 2 霉运不会永远跟着你

这世上到处是机会和贵人 / 008

Lesson 3 别人瞧不起你，你不要生气，要争气

感谢那些瞧不起你的人，他们是你人生中的另一种贵人 / 012

Lesson 4 没有苦过，人生不会快速成长

感谢那些虐待过我的老板 / 016

Lesson 5 不要为了爱情，放弃自己的梦想

梦想因为爱而曲折 / 021

Lesson 6 投资自己，是创造价值最好的方法

我的英国求学之路 / 025

Lesson 7 流泪、生病都要坚持，坚持才能完成梦想

香港中环星期五的雨夜 / 029

Lesson 8 跌到谷底之后，就会一路往上爬了

2008 年金融风暴让我一无所有 / 033

Lesson 9 相信自己是被祝福的，就不会再乞讨爱

暗夜哭泣的小女孩被爱疗愈 / 038

Lesson 10 要相信事情会有最好的安排

第一本新书让我学到：莫忘初心 / 042

Lesson 11 当自己也有力量帮助别人时，把爱传下去

成立“杨倩琳梦想奖学金” / 047

Lesson 12 再坚持一下，就会看到不一样的风景

创业让我体会到地狱真有 18 层 / 053



没有富爸爸，一样可以逆转财富， 变身千万小富女！

Lesson 1 学会理财，

是女人改变命运的一个机会 / 062

Lesson 2 9个坏习惯，

每天偷偷搬走你的钱 / 066

Lesson 3 女人想要变有钱，

也要爱用长皮夹 / 073

Lesson 4 小资女变有钱，

从每天多存 100 台币开始 / 075

Lesson 5 摆脱千年月光女第一步：

花钱要先停、看、听 / 078

Lesson 6 省钱必学的

“6 : 3 : 1 法则”理财计划 / 083

Lesson 7 存钱+每年拟定理财投资目标=

千万小富女 / 086

Lesson 8 不要只把钱放定存或买保险，

女人要懂各种理财工具！ / 092

Lesson 9 小资女一生

必学的 5 组理财关键词 / 098

Lesson 10 用三高条件挑出值得一生拥有的

“好老公股票” / 103

Lesson 11 每年多赚 2 个月薪水的

无痛苦理财术 / 108

Lesson 12 守株待兔低价投资法，

把握涨一倍的黄金时光 / 117



聪明看待爱情、用心经营婚姻， 一定要让幸福逆转胜利

Lesson 1

5大步骤，轻松学会在爱情中当个聪明女人！

- Step 1 30岁前的10个爱情领悟 / 127
- Step 2 4个好习惯，让爱恋激情永存 / 133
- Step 3 养成5种心态，不管嫁给谁都会幸福 / 137
- Step 4 感谢前男友们送的7种爱情智慧 / 140
- Step 5 6个爱情经营学，让爱情永葆甜蜜 / 145

Lesson 2

5大步骤，轻松看穿男人心，找到给你幸福的好男人！

- Step 1 从女孩到女人，女孩一定会遇到的5种男人 / 151
- Step 2 男人把你当爱情备胎的5个迹象 / 156
- Step 3 男人不懂得珍惜你的5个原因 / 159
- Step 4 聪明5招挑出好男人 / 162
- Step 5 5招确定对方是一辈子的心灵伴侣 / 164

*Lesson 3***5大步骤，轻松在爱情中拿到主导权**

- Step 1* 跟“银座妈妈桑”学5种爱情胜女思维，
男人就是吃这套 / 169
- Step 2* 满足男人这4个小需求，让他疯狂爱上你 / 172
- Step 3* 5个小技巧让男人乖乖听话，拿到爱情主导权 / 175
- Step 4* 跟“银座妈妈桑”学撒娇5大技巧，
让男人对你的爱加温 / 179
- Step 5* 女人必学的激励男人4大技巧，
让男人对你的爱加倍 / 183



逆 转 人 生

PART 1

不怕出身低，

你也可以成为人生的逆转女王

Lesson 1

就算出生时满手烂牌，也不代表一生已经注定

穷小孩的自卑童年

每个人的命运都不太相同，有的人一出生就含着金汤匙，从小到大衣食无缺，倍受父母宠爱；有的人一出生就没有圆满的家庭，没有父母完整的爱和不虞匮乏的生活条件。

不幸的是，我就属于后者。我刚出生，我的生父就出轨了，抛弃了妻子和三个年幼的女儿。我的母亲 23 岁时，一个人带着我们三个小女孩从高雄冈山去台北讨生活。

二十世纪七八十年代，台湾经济刚开始发展，母亲为了赚钱养



活我们，需要日夜不停地工作，因而无暇照顾我们，只能将我们寄养在九份的外婆家中，由年岁已高的外婆抚养我们。

电影《悲情城市》开拍前，九份是一个年轻人都往外移的穷苦小山城，不像现在那么繁华，也没有现在络绎不绝的观光客。

小时候，九份的生活和物质条件都非常不好，我们过着的是那种非常简朴、勉强维生的穷苦生活。

妈妈每个月只能来探望我们一两次，那时我们姐妹年纪还小，倒也没有觉得特别难过，每天跟邻居家的小孩在九份的山间追逐玩乐，就这样度过了快乐的童年。

我既不觉得缺什么，也没发现自己成长在一个跟一般健全家庭不同的环境里，直到我上了小学一年级。

妈妈日夜辛苦工作，终于存够了买房子的头期款。于是，她在台北万华区买了一间小小的公寓，把我们三姐妹从九份接到台北去生活。自此，我开始了跟妈妈一起生活的日子。

第一次对没有爸爸的情况产生自卑感，是因为语文课上老师出的一个作文题目——我的爸爸。

我对这件事印象很深刻，因为我一看到老师写在黑板上的题目，



眼泪就不争气地夺眶而出。那一刻，我猛然发现：原来，没有爸爸，会给一个小女孩带来那么大的委屈和难过；原来，自己好羡慕其他拥有健全家庭的同学；原来，自己的家庭跟大家的不太一样！

还有另一件发生在小时候的事情也让我印象深刻。那时，我们班有位老师在课后教学生弹钢琴，第一个月他让我们免费学，于是我开心地学了一个月。

第二个月，老师开始向学生收费，一个月的学费是 800 台币。而我母亲一个月赚 3000 台币，这笔钱要承担家里四口人的所有开销，所以我们家根本负担不起钢琴的学费。

老师来我家拜访时，跟母亲说起我很有音乐天分，但母亲只能带着难过和遗憾的表情告诉老师：“我们付不起每个月 800 台币的学费。”

其实，我当时真的好想学钢琴，我也好羡慕其他同学可以继续学钢琴。

不过，当妈妈红着眼眶跟我说“如果你去学钢琴，我们可能连平时吃饭的钱都不够了”的时候，我就不说话了。

从那一天开始，我明白了，如果我想摆脱穷苦日子，我就必须

