

复利思考

姜镛 编著



用复利思维种下财富的种子




中国纺织出版社有限公司

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

复利思考

姜强 编著

用复利思维种下财富的种子

 中国纺织出版社有限公司

内 容 提 要

复利思考是一种思维模式，拥有这种思维模式的人会长期坚持做某件事情，使事情的收益以指数的方式增长。在时间的酝酿下，简单的重复将会起到出人意料的效果。复利思考下，不仅好的成果会呈现奇迹般的增长，小的错误也会不断累积叠加，最后导致雪崩式的可怕结果。

本书以很多日常小事为切入点，讲述了复利思考对于生活的影响。诸如财富投资、知识学习、健康管理等，都是可以实现复利的领域，关键在于坚持重复。相信在阅读本书之后，读者朋友们对于复利思考会有更加深入的了解，也能够学以致用，让复利思考帮助人生实现飞跃。

图书在版编目（CIP）数据

复利思考 / 姜镗编著. --北京：中国纺织出版社有限公司，2023.8

ISBN 978-7-5229-0544-0

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

中国国家版本馆CIP数据核字（2023）第073130号

责任编辑：邢雅鑫 责任校对：高 涵 责任印制：储志伟

中国纺织出版社有限公司出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

销售电话：010—67004422 传真：010—87155801

<http://www.c-textilep.com>

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 <http://weibo.com/2119887771>

天津千鹤文化传播有限公司印刷 各地新华书店经销

2023年8月第1版第1次印刷

开本：880×1230 1/32 印张：6

字数：89千字 定价：49.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换



前言

在如今的时代里，几乎每个人都渴望着成功，但并不是每个人都能如愿。很多时候，并非我们不够努力不够勤奋，只是因为我们没有掌握努力和勤奋的方法，所以才会始终默默无闻，平淡无奇。成功虽然没有捷径，但是努力和勤奋一定是有方法的。掌握了方法，就能事半功倍；没有掌握方法，就注定事倍功半。

在经济领域中，很多人都非常熟悉复利，而把复利的含义拓展到经济领域之外，用其描述一种通用的思考方式，仍是让人耳目一新的。不可否认的是，开始做正确的事情时一定是非常艰难的。但是，如果我们知道复利思考的奥秘，我们就能笃定内心，坚持下去。

很多成功都是复利思考的产物。不追求一夜暴富，也不奢望一蹴而就的成功，而是脚踏实地、扎扎实实地做好每一件小事，这样才能积少成多，才能在达到一定的量之后取得质的飞跃。人生，从来不是百米冲刺，而是马拉松长跑。所谓复利思考，既要讲求效率，也要努力坚持，真谛在于慢。这与《论语》中欲速则不达的道理不谋而合。

让我们做的事情随着时间的拉长，边际收益不减反增，

我们才能获得更大的收益。这就是复利的道理。当下社会，信息泛滥成灾，我们要想从良莠不齐的信息中找到真正能够指导自己努力方向的信息，找到正确的方法让自己获得成功，谈何容易呢？没关系，这本书对于上述问题给出了全新的答案。

在学习了复利思考之后，我们不会再轻视自己现在所拥有的微不足道的一切，因为正是这些琐碎和细小的东西，为我们将来获得梦想中的财富奠定了坚实的基础。谁说必须在积雪厚重的雪地里才能把雪球滚得越来越大呢？事实证明，只要有足够湿润的雪，只要有足够长的坡，我们就会滚出大雪球。

复利思考让每个人都渴望自己变得更好，也相信自己一定能够变得更好。从认命般地接受命运的安排，到全力以赴地追求“复利人生”，转折点就在你认真阅读这本书之后。所以，这本书不仅是关于复利思考的，更重要的是它能够帮助读者朋友们开启获取人生复利的大门。

阅读本书，我们原本墨守成规的思维方式会改变，我们原本按部就班的人生很有可能就此起飞。在现代社会，底层认识是复利的基础，我们必须持续地增加大脑中的思维模型，并且有意识地加以练习，渐渐地形成匠心精神，才能真正潜下心来专注地做好当下的每一件事情。除此之外，复利思考还表现在健康维度、财富维度和能力维度等人生中的诸多维度中。一个人必须具备持续学习的动力，才能实现复利思考，一个人也

必须拥有复利思考，才能不断更新大脑中的认知，让人生的很多方面都实现飞跃。

在现实生活中，复利的应用场景无处不在，我们可以用复利思考管理学习、工作、生活、成长、时间等。很多事情原本看似一团乱麻，但只要运用复利思考加以思考和整理，马上就会变得秩序井然，效率倍增。尤其是现代职场中的年轻人，学习复利思考更是会受益匪浅。具备复利思考的年轻人，找工作时不会仅仅关心工作环境、薪酬水平等，他们不会鼠目寸光，而会更关心未来职业发展的前景，以及公司能够提供的平台有多大。具备复利思考的年轻人拥有大格局，对于未来也有更加鲜明和准确的规划。

在日常生活中，复利思考也是必不可少的。如今，很多人都处于亚健康状态，一则是因为工作节奏紧张，压力巨大；二则是因为没有坚持规律作息和均衡饮食；三则是因为忽视体育锻炼，身体素质越来越差。在学习了复利思考之后，健康复利的意识使很多年轻人都心甘情愿地改变不良生活习惯，坚持运动和健身，真正告别亚健康状态，重获革命的本钱。

总而言之，复利思考的含义是非常广泛的，每一个积极进取、追求进步的人都可以阅读本书，并从中找到对自己有价值的部分！

编著者



目录

第一章 | 比勤奋更能带来成功的是复利思考

CHAPTER 1

▶▶ 001

- 什么是复利思考 003
- 人生就像滚雪球 008
- 复利思考好处多多 012
- 复利的增长未必风风火火，也可慢慢悠悠 016

第二章 | 复利人生必须具备的优秀品质

CHAPTER 2

▶▶ 021

- 复利思考是人生的首要策略 023
- 保持正确的方向，坚持努力 026
- 笑到最后的人才笑得最好 029

第三章 | 在生活中运用复利思考

CHAPTER 3

▶▶ 033

- 和时间成为好朋友 035
- 避开认知误区，发展自身能力 039

换个角度思考问题，学习倒推	044
不要盲从他人，而要坚定自我	049
专注，才能更加专业	053
投入最小成本，获得最大收益	058
洞察事物的本质	062
统筹时间，分身有术	067
确定边界感，认知所有权	071

第四章 | 财富复利： CHAPTER 4 钱不是万能的，没有钱是万万不能的

▶ ▶ 077

贴现思维的独特魅力	079
让时间酝酿财富	084
最大限度实现时间的价值	088
及时止损，也是一种收益	093
运用经济思维思考问题	098

第五章 | 知识复利： CHAPTER 5 让知识形成习题，用学习构建模型

▶ ▶ 103

论方法论的重要性	105
什么是学习力	109
让努力实现最大价值	113

避免重复思考的脑力浪费	117
学会追问	121

第六章 | 能力复利： 实现人生的最大价值

CHAPTER 6

▶ ▶ 125

论竞争对手的重要性	127
每个人都需要内部驱动力	132
田忌赛马的智慧	136
居安思危，远离温水煮青蛙的危机	141
认清自己，才能成长	147
把一件事情做到极致	152

第七章 | 健康复利： 拥有健康是做一切事情的基础

CHAPTER 7

▶ ▶ 157

以结果为导向，才能实现初心	159
持续发展的人生不需要太用力	164
远离坏习惯，形成好习惯	168
掌控欲望，才能掌控自我	171
抱怨，只会让事情更糟糕	175

参考文献	179
------	-----



第一章

比勤奋更能带来成功的 是复利思考



一直以来，人们都以为勤奋是通往成功的唯一道路。其实仅靠勤奋是不够的，为了让勤奋取得更好的效果，我们必须坚持复利思考，因为只有采取复利思考，才能让很多坚持的效果突显出来，也通过指数增长的方式取得质的飞跃。

什么是复利思考

某个清晨，一大片池塘里突然出现了一块小小的浮萍，不知道这块浮萍是夜里出现的，还是伴随着黎明的阳光出现的。它增长的速度很快，每天都比前一天增大了一倍。按照这样的速度，这块小小的浮萍应该只需要10天就能把整个池塘都长满了。那么，我们不妨认真思考一下，这块浮萍到底需要多少天才能够覆盖半个池塘呢？也许有人会不假思索地回答“5天”，遗憾的是这个答案是错误的。如果你精于计算，或者勤于观察，你就会发现，在第9天，浮萍将会遮挡住半个池塘。这个答案一定让你感到万分惊讶吧：浮萍需要10天的时间长满整个池塘，怎么会到第9天才能长满半个池塘呢？难道，浮萍在第10天这1天内的生长量就达到了前9天的总和吗？的确如此。

浮萍每天都比前一天增大一倍，到第9天才能长满半个池塘，但是到了第10天，只用了短短一天的时间，它就能

长满整个池塘。这件事情听起来极具魔幻色彩，也使人感到难以置信，但是事实就是这样，这是毋庸置疑的。现实生活中，很多事物都并非保持匀速生长，而是前期生长得慢，后期却生长得很快。例如，有一种竹子在前面的几年之中只能长高几厘米，但是到了后面的某一年，只需要一年时间就能长高几十厘米，这样的生长速度是令人震惊的。同样的道理，人的财富也会呈指数增长。例如：一个人花费了很长时间只能积攒几十万元的财富，但是在有了几十万之后，只需要翻一倍，就可能成为百万富翁；同样的道理，一个人用了若干年才积累了五千万元，但是在一天的时间内让财产翻倍，就成了亿万富翁。这样的增长堪称神奇，却是有可能发生的。

说起复利，我们很容易想到金融领域中的复利。复利最早起源于金融领域，指的是在计算利息的时候，用本金加上前一个周期的利息总额，来计算下一个周期的利息。这就是人们常说的利滚利，就是让利息也生出利息来，从而实现最大限度获得财富的目的。在漫长的人生中，如果我们也能够把每次努力拼搏获得的成果，纳入人生的利息计算范畴中，那么我们的人生也能实现利滚利，这可是一笔很大的红利呢！当然，人生的复利并不像金融领域的复利

那样计算很简单，毕竟人生中的各种资本实现利润的方式与金钱是不同的。这就更加要求我们形成复利思考，也更好地预见到人生中各种资本的利润，从而获得美满充实且成功的人生。

而所谓复利思考，直白地说，就是利滚利思维。作为一种思维方式，复利思考致力于使一事物呈现指数增长。复利的本质是循环，即通过完成某件事情，产生一种结果，而这种结果的出现又使这件事情得以增强，由此陷入循环往复的状态之中。所谓复利思考，就是在对待生活、学习和工作的过程中运用复利的思维方式。

很多人都知道一张普通的纸并没有多么厚，但是假设可以将一张0.1毫米厚的纸不断地对折再对折，只需要重复64次，那么这张纸对折的厚度就将超乎我们的想象，达到184,467,441万公里。作为普通人，我们很难想象这个长度到底有多长，不妨采取比较的方法，以地球和月球之间的距离——38.4万公里作为比较，我们就不难理解一张纸连续对折64次之后的高度有多么高了。

运用复利思考，简单地说，就是重复做简单的事情，认真做重复的事情。复利思考有两个核心因素，一个核心因素是时间，另一个核心因素是回报率。哪怕只是在做一

件看似回报率不太大的投资行为，只要能够坚持足够的时间，那么将会得到天文数字的回报。所谓回报率，顾名思义就是做一件事情能够得到多少回报。每一个投资者都渴望得到高回报，然而，高回报往往意味着高风险。所以我们无须为了追求高回报就承担高风险，只要把握住时间，即使没有过高的回报率，也能以相对稳妥的方式获得想要的回报。

在现实生活中，很多事情都是有复利的。例如：知识的复利，和没有创造力的知识比起来，有创造力的知识更能够创造复利；财富的复利，很多信用卡或者借贷都是采取复利方式计算利息的；健康的复利，现代社会中虽然很多人都意识到健康的重要性，但是能够坚持锻炼身体，保持身体健康的人却少之又少。其实，获得健康复利，最重要的在于养成良好的生活习惯。例如：杜绝熬夜，每天按时摄入营养均衡的一日三餐，每天坚持锻炼。这些事情虽然说起来容易做起来难，但是当我们将此怀有慎重的态度时，发挥毅力努力坚持到底，我们自然就能收获健康的身体。除此之外，生活中还有很多复利现象。

很多人在洞察复利的奥秘之后，认为自己找到了通往财富的捷径。其实，我们要把复利效应和一夜暴富区别开来。一

夜暴富是在短时间内突然发财，但是复利却需要漫长的时间进行财富发酵，也许需要一个人投入一生，也许需要几代人不懈努力。总之，复利是不可能短期内实现的。

人生就像滚雪球

很多人认为，复利必然是与财富有关的，其实，知识体系才是复利的根本。从事物的本质出发进行分析，我们就会发现复利涵盖的内容非常广泛，不但包括财富，更是以思维方式为核心的。具体来说，所谓思维方式，就是认知的知识和能力。

要想形成复利思考，建立知识体系是关键。知识体系的输入，决定了思维能否持续地成长。其中，底层是思维进化的过程，中层促使能力圈不断放大，而应用层促使知识变现。在时间的推移中，底层知识也许会保持不变，但是应用层知识却得以持续增加，表现出每个人的能力高低。当把应用层知识转化为底层知识，也就相当于扩大了能力圈。而能力圈的扩大，反过来又促进应用层具备更多的变现方式，由此使个人的学习和成长进入良性循环之中。

本金和利率是复利的两个重要因素。如果从投资理财的角度对复利思考进行分析，那么简而言之，复利思考就是提高