

图书在版编目(CIP)数据

投资自我:人生幸福的权威建言 / (美)爱森逊等著;
李红强等译. — 长春: 长春出版社, 2003.1 (2004.1 重印)
书名原文: Invest In Yourself: Six Secrets to a Rich Life
ISBN 7-80664-486-5

I. 投. . . II. ①爱. . . ②李. . . III. 投资 - 通俗读物
IV. F830.59-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2002)第107887号

责任编辑:张云峰 封面设计:昆虫工作室

Copyright © 1998 by Marc Eisenson,
Gerri Detweiler, and Nancy Castleman,
All rights reserved.

Published by John Wiley & Sons, Inc.

由贝塔斯曼亚洲出版公司提供在中国内地独家出版之中文
简体字版权。

版权所有,翻印必究。

长春出版社出版

(长春市建设街1377号·邮编:130061)

网址:<http://www.cccbs.net>

业务电话:8563443 发行电话:8561180

长春大图视听文化艺术传播中心设计制作

长春人民印业有限公司印刷

新华书店经销

787×1092毫米 16开本 16印张 288千字

2004年1月第1版 2004年1月第2次印刷

印数:10 000 - 14 000册 定价:29.90元



导 言

事实上,生活只有两种可能:你要么过上梦想中的生活,要么适得其反。

如果是后者,我们或许能给你一些帮助。

即使你理财有方,你也可能认为手里的钱还远远不够。就这方面来说,你并不孤独。调查显示,没有什么——包括性幻想——能比理财在人们的头脑中盘踞的时间更长。在人们的头脑里,老是盘旋着怎样挣钱、投资、借贷以及怎样消费的念头。

你可能也曾想过:薪水多了,一切自然就会好起来。但是,提薪一次,你的花费就增加一次,缴纳的税金也水涨船高。如此下去,你的生活不久又回到了起点:靠着点滴的薪水度日,花费日增、压力愈高。

所以,加薪并不能带来你向往的生活。也许,真正的答案在于减少工作量、选择一种简朴的人生。但是,这种生活又可能让你恐惧——你不愿放弃现有的享受,也不愿把金钱抛诸脑后。

难道抛弃金钱焦虑和工作压力,不是很好的事情吗?对你来说,这件事是可以做到!这种更为自由、幸福和健康的生活,不用你避居山林;也不用你在工作、快乐、友人和家庭之间去艰难取舍。

真正要做的只是选定正确的投资组合。投资组合不仅仅包括股票和证券,而且包括你对自身及自己家庭的投资。就像任何优秀的投资组合一样,那种最好的自我投资也五花八门,没有定规,随着投资目的变化而变化。这种组合投资需要精心管理,也需设定长期的目标。

要创建适合你的投资,你就要花费时间和精力来研究自己到底想要些什么——以及得到梦想中的东西的方法。对每个人来说,幸福的生活各不相同。浅尝甜头就罢手的模式,对建立幸福的生活来说可没用。债务、或者家庭与工作中的不幸,都有可能让人抛弃义务、孤注一掷地改变方向和梦想。有时候,这种改变只不过在一念之间。也有些时候,重大改变遵从着一定的秩序。

一旦步入成年,我们便常常失去生活中单纯的欢乐,也失去早年的目标。我们一两次错误的转向,其代价也许是用最好的人生年华、消磨于那些不愿做的事情上——





而我们真心喜欢的事情,则离我们远去。尽管我们清楚自己有多么苦恼,但我们对改变处境的方法却茫然无知:如何拿时间、精力,以及金钱去投资,才能创造我们想要的那种生活呢?

生活中的改变并不常见。因为,改变需要人有足够的勇气;因为,改变有可能导致某种冲突在你和你爱的人之间出现。这也是许多人原地踏步的原因:没有快乐的日子里,他们总是在期望,期望着能够走出去,然而,真正有建设性的行动,却总是看不见。

走出今天的困境,抵达自己喜欢的所在,很难一蹴而就。它不像一夜间就让你减肥、健美,也与那些短时间就能完成的事情,比如创立一家企业、赢得某项体育比赛、或者培养某种爱好之类的事情,也截然不同。

走出困境的方法,是先确定你要什么,然后勾勒出这一目标所要求的方案、义务、时间和知识。只要你没有濒于饿死的境地——这种情况也不可能出现——你的行进之路和你的目标一样,最终都会让你满意。

或许你真的无法忍受自己的工作,但找新工作又不得不花大量的时间,同时,为了防备辞职有可能带来的困境,现在不得不攒下一些钱;或者你真想开始一项新的锻炼,以便有足够的身体本钱,但你懒懒散散,就是不能开始。

在生活中得到你真正需要的东西,你首先要有属于自己的空间。这意味着,你要舍弃对你无益的东西,即便你曾为此投资了许多时间和金钱。做出这决定很困难,但最终的收益将会弥补你的遗憾。

你能改变生活——我们很清楚这一点,因为我们就曾改变了生活;也因为我们在帮助他人对财产和未来做出了聪明的选择这件事上,已经有了 38 年的经验。

我们也将帮助你来实现优秀的投资组合——其手段则是让你学会关怀自己、让你在时间、金钱和精力的使用方面,做到对你和你的家庭最有利。我们会给你出一些关键性的问题,让你深思:你的选择是否对你最有利?但是,你才是老板。最终的决定,由你来拍板。

你该对投资自己经常研究,认清自己的位置,认清自己真正的需要。我们会经常告诉你一些有益的书籍、站点以及其他的资源。事实上,在你的生活里本身就有最丰富的资源:亲人、朋友和牧师,都能向你提供出乎意料的帮助。不过,获得这些帮助,需要你张口去问!总之,了解更多的东西,对你来说,是一条益处多多的道路,你的人生事业和生活中的改变,都会平添一双双援手。

如果同时你还能经常倾听自己内心中的声音,雪球效应就会发生。你了解的越多,尝试的机会就会越多。某些尝试,不经意之间就给你带来幸福、希望和财富。如此下去,用不了多长时间,你将跨出一大步,走上一条为自己创造梦想的道路。





我们只是信使

从许多方面来说,这是一本个人化的书。它来自我们的生活,也来自与其不可分离的工作。我们尽最大努力来做能给你带来财富的事情,每天我们就是这么做的。多年来,许多人像你一样,来到我们这里寻求建议。你要读的这本书,就是从经验和我们自己身上采集的信息。

我们的信息很清晰,“你能掌握自己的未来”。我们希望你不要混淆信息和信使。我们的目标是鼓舞你创造想要的生活。我们将告诉你如何实现这一目的,别人又是如何成功地做到了这一点。但是,最终还是由你来描绘自己的人生。

我们渴望了解你以前在哪里、现在的位置,也希望获悉你将《投资自我》运用到生活中所获得的效果。写信给我们,让我们知道! 我们的通信方式为: Invest In Yourself, c/o Good Advice Press, P. O. BOX 78, Elizaville, NY 12523. 我们的网址为: www.investinyourself.com。E-Mail: feedback@investinyourself.com

人生碾过的车辙痕迹可能已经淡去,或者,你的马车还刚刚留下印迹。某些人的人生印痕深刻无比,这些痕迹甚至被描述成深沟。但是,没有一个车辙会深到你走不出来。我们会给你梯子,甚至扶着你走出来。但你必须决定自己是否要爬这梯子,你必须选择下一步要从哪里开始。毕竟,生活就是一系列的选择。

即使最富足的人也不能想做就做一切事情——至少不能同时去做! 但是,许多人都能在大部分时间里让自己的需要和合理的欲望得到满足。

让生活幸福、富足的六个秘密

你想过上内心渴望的生活吗——没有异化感,不必经历剧烈的变动,也不再笼罩心头的债务阴云? 要达到这个目标,你就要采取一种负责任的态度。事实上,实现这一目标





惊人地容易，只要你全心拥抱《投资自我》所揭示的这六个秘密。它们能让你的未来充满力量，每个秘密都会让你更幸福、更聪明，也更富裕。我们保证如此。

1. 选定自己的生活方式

所谓的金钱管理，不仅指如何去挣钱，也不仅指如何投资和花掉你的收入——它关乎你如何去选择自己的生活。没有普遍“正确”的道路等着你去遵循。我们将根据你的资产结果和你对自己的选择的感受，来帮助你权衡利弊。然后，由你来决定：究竟哪种方式对你和你的家人才最有利？

假设你刚有了孩子。恭喜！这时你会想，如果每天只上半天班，或者干脆在家里工作，该多好啊！但同时你已经堕入了某种生活方式，你并不能轻易就去改变。那么，你如何才能走出惰性、实现内心中真正的愿望，同时不愁费用，也没有被剥夺的感受呢？

或许，你的孩子到了上学的年龄。此时，即便学校附近的房价贵得要命，你也想迁到学校所在的街区。你如何实现这一想法呢？你做出的某些牺牲，值得吗？

你也可能会觉得，从城市搬到乡村——或从郊区搬到城市——能让你更幸福。那么你会问：“怎样做，才能很快就提升、简化我的生活，同时又不必经历让人惶恐的剧变呢？”

做出改变生活的积极决定之前，你需要理清事情的轻重缓急、权衡选择的利弊。你能想清楚的！你不白给，也不痴呆。你也不是茫然地要从火星赶往金星。

2. 家人第一

让时光暂时回到 1984 年。那一年，来自马萨诸塞州的参议员保罗·桑切斯被诊断出患了淋巴癌。为了和家人在一起的时间更长一些，他选择了放弃，放弃了自己名望甚高的工作。正像一位睿智的朋友所告诉他的那样，“没人在临终前会说，‘我希望在办公室度过更多的时光’”。

有时候，我们过于关注我们该做的事情，从而搞乱了事情的轻重缓急，忘记了在那些对我们来说最重要的人和事上付诸时间和精力。你可以挣得生活所需，解决财务上的问题——甚至富裕繁荣——但并不一定就要你去扮演工作狂：竟没有时间去玩玩游戏



戏,修缮篱笆,或者停下脚步嗅一下玫瑰的芳香。(当心玫瑰上的刺!)

总之,无论是传统的家庭还是历经变化后的现代家庭,家庭的意义都跳不开同样的意义:一家人相聚相守,让生命繁衍下去。

3. 无论在哪里工作,都是为自己工作

今日想获取成功,你就要养成创业的习性:多才多艺、灵活自如、善于推销自己、精于个人理财、排定事情的优先顺序,而且时刻准备着弃职离去。今天的员工需要有跳槽的心理准备。平均来说,跳槽常常是四到八年一次。

保卫未来的方法之一是办家庭企业。有超过 2 500 万的人就是这么干的,还有更多人正加入这个行列。

将你的创业念头付诸实施之前,先经营一两项小产业,对你来说,是一种很好、学费也低的历练。它对你的起步、经营、经验积累都有很大的帮助。我们把它看作你手中的“王牌”。你可能因为喜欢手中的“王牌”而辞掉工作,你也可能为一家公司工作到老。无论哪种可能,为了给未来铸就一道坚固的安全网,你都要为工作的转换做好各种准备。

4. 充分运用自己挣的每一分钱

也许你不相信,花时间和精力去节省小钱是值得的。小钱虽小,增加的速度却很快。让我举出鲜明的证据吗?拿储蓄罐来说吧。假如每天你都成二倍地往里丢硬币(第二天,两个;第三天,四个;第四天,八个;一直持续下去),到月底,你的储蓄罐将昂贵无比,因为,里面已经是 500 万美元——5 亿分的硬币。现在你该知道,随手节省几分的硬币,能给你带来多么巨大的财富!

5. 把自己的债务转为黄金般的投资

每年收益达到 1860 亿美元的广告业,天天都在拼命向我们推销那些我们昨天尚无、今天“必须”拥有的东西;资产数以兆计的银行系统,跟在后面推波助澜,要我们先享受后付款——开上轿车、度个美妙的假期,或者怂恿我们加入大采购的行列,也不管我们是否享受得起。

买房子的时候,不贷款的人寥寥无几。以那种标准的 10 万美元 30 年期贷款来





看,到贷款还清的那一天,买房者要寄出 360 张支票,支出总额为 25 万甚至更多美元。

存款利率(大约 3%~5%)和贷款利率(高达 20%或更多)之间的差价很大。然而,还是有许多人(包括你吗?)一边手持着利率甚低的存款单,一边偿付着信用卡借款的高额利率。如果你的信用卡借款是那种普遍的标准——3 500 美元——每月又以最低的额度来偿还,那么,到你连本带息还完的那一天,你付出的将是 11 162 美元。如果你每天还款时都能多省下来 0.25 美元用于还款,那么你最终就能攒下 3 300 美元。

你在每一笔信用卡贷款、房屋贷款、汽车贷款、学生贷款上多省出的钱,都会给你带来财富——它还不用上税、没有风险、绝对能保证获利。对税率级距为 28%的人来说,假如他的贷款利率是通常情况下的 17%,那么,这种还款方式给他带来的利益,将相当于他在常规投资上的税前收益的 23.5%。

6. 规划自己的理财前景

即使你的家人收入中等,在你们的工作生涯中,你们仍能挣到二百多万美元。这是一大笔需要管理的钱。本书将帮助你重新权衡你的投资选择,让你轻松选择有效的投资组合。

许多人宁愿去做牙齿的根管治疗,也不愿拟订一份理财计划;我们深谙拟订理财计划的滋味,所以并不给你留下烦琐的作业:编制预算、列出什么应该、什么不应该的清单。同样,既然没什么人愿意有一种被剥夺感或者罪恶感,我们也不会强迫你,为了财务规划而放弃享受巧克力蛋糕的美味。

没有定规

《投资自我》无意成为一本规则手册。我们三个虽信奉负责的人生观念,在细节问题上我们却不尽相同,我们喜欢这种有区别的风格。

拿马克和南希来说,多年前他们就退出了快节奏的生活——马克曾是获取资格的专业工程师;南希曾是纽约一家基金会的授予人,也负责贷款业务。从 1984 年起,他们就一直支持零债务、简朴生活的价值观念。当时,“债务瘦身”、“简朴生活”、“俭朴”等还没有成为时尚。他们生活在简朴的郊区,最近的邻居是一群母牛。对他们来说,如果没有必须参加的会议、或者不得不进城的事情,他们会觉得更好。他们宁愿呆在



自己那 10 000 平方米、一派天然的花园里。

杰芮是美国银行卡持有人公司的前执行董事,也是个体投资人全国委员会的政策顾问。她是急剧发展的信贷行业中的权威。她的观点很受国会的青睐。像万事达卡、国家银行这些金融巨人们,对她也极为重视。她住在华盛顿特区的郊外,刚刚获得成人教育心理学的硕士学位,主要从事金融教育和问题解决的工作。

杰芮相信人的受益可以从练习中得来。比如在练习本上跟踪记录一两个月的费用支出,“可以让你清晰地看到钱如何从你的皮夹中溜走”。

马克无法想像一个人读书时必须一笔在手,“这像又回到了校园时代”。南希就像通常一样,提出了折中的建议,“让我们写一本操作性强、能改变生活的书”,她说,“但是,我们可以在重点提示的部分,为那些自愿尝试的人们设置一些习题。”

杰芮的工具箱

读这本书时,你会发现一些影响深远、代价低微的本质性建议,它们意在改变你使用金钱、挥洒时光的方式。我们所有的想法和问题都将激起你心中的回响。

尽管我们无法告知你走向何处,但我们能帮助你规划行走的小径。所以,身边备一份空白年历,找出这一年你自我投资的 52 件事。比如说,你可能在这星期花费一个夜晚在图书馆研究职业选择。谁能说得清呢?那个夜晚也许就把你引向了新的世界,让你迎来比朝九晚五更快乐的岁月。

或者,你根据我们的建议,在这儿那儿减些你的费用。一星期改变一点点,生活就会出现戏剧性的改变。不相信吗?那就试一年看看我们是否出了错。

无论你为生活设置什么样的目标,我们都希望你把标准放高。有时候,看起来似乎我们是在倡导简朴和节俭的生活,但事实并非如此。我们是在倡导一种自我设计的生活:你应把时间和金钱用于那些你想要、而且你信奉的东西上——不要浪费在你实际上不需要的东西上。

对一些人来说,这意味着简朴的生活。对另外一些人来说,这相当于在加勒比海置下一幢豪宅。到底是什么,由你来选择。无论如何,到底走向何方,事先你要搞清楚自己的目的何在。你要在两项事实的基础上诚实地做出选择:一项是你的财务状况,一项是你内心的感觉。





想见欧普拉,还是梦想成真?

在威斯利学院 1997 年的毕业典礼上,欧普拉·温芙瑞应邀发表了讲话。她谈到“狂野之梦”节目中发生的一个故事。她曾邀请女性朋友来分享狂野的梦想,并帮助她们实现自己的梦想。一名女性果然到埃及骑了骆驼;另一名也果然得到了住宅;还有一个还清了教育贷款。但是,大部分女性的梦想却非常简单:见到欧普拉本人。

这些女性的梦想实现了,她们确实见到了欧普拉。但是,当她们发现欧普拉为那三个人所做的事情时,她们心疼万分。欧普拉说:“她们哭哭啼啼,说:‘我们没想到,我们没想到,太不公平了!’我则告诉她们:‘这是教训,因为你没有更大的梦想!’这确实是教训,我们要给生活以伟大的梦想,然后,就能梦想成真。”

来吧,让我们向伟大的梦想出发。



秘密一

选定自己的生活方式

在漫漫人生的某个时段，你会陷于生活的困境，勉力维持着一种特殊的生活方式。之所以如此，你可能会认为，这是迫不得已、这是在为家人创造一种稳定、富足的生活。或者，这已是你能负担的最好程度。要么就是，你根本没想过，你的生命还可以有其他的选择。

在自我投资中，最首要、也最重要的部分，在于你有权来决定以何种方式度过自己的人生。这种使用时间和精力决定权，就像决定在何时、何地要孩子一样，完全属于你自己。

你的人生之路不是事先注定的。不取决于麦迪逊大街上的那些“老板”，也不取决于你的伴侣、母亲或者父亲。你已独立成人。你有权鸣枪发令。





第一章 规划理想的人生之路

- 如果你选择了早年向往的生活方式,生活会什么样?
- 为你的金钱、时间和价值观找出一个平衡点。
- 客观评价你的景况——从你的财务景况和情绪入手。
- 在不影响其他的情况下,如何试验你的梦想。
- 多米诺骨牌效应。

人生面临的任何事情并非都可以改变,若不直面相对,任何事情都不会改变。

——詹姆士·鲍德温

假如生活可以重来……

如果你有一根魔杖,让时光倒退 10 年或 20 年,像今天一样懂得很多,你的选择会有所不同吗? 如果你坚持当初的那些选择,今天的生活会是什么样呢?

- 你会和同一个人结婚吗?
- 你会和孩子在一起的时间更长吗?
- 你会搬到另一个城市、小镇或乡村吗?
- 你会改变自己的工作或职业——回到校园? 或者经营自己的企业吗?

然而,眼前已成的一切,是你真实的生活。如果你的生活已经失去平衡,如果你的债务太多,欢乐太少,你或许已经无法自拔。常规的生活能带来稳固的惰性,而变动,尤其是那些剧烈的变动,则让人害怕。

然而,我们周遭的生活风起云涌、波动不居;我们的生命则一天天老去——希望也能一天天变得聪明。你昨天或者 20 年前追求的生活,与你今天所拥有的不可能等同。了解你今天的选择尤为重要。你不可能将昨天的决定推倒重来。

如果你一直不假思索地活着、随波逐流、听任事情将你裹挟,那么,现在是控制和选择自己生活方式的时候了。这听起来有些困难,但是,在新的人生道路上,你始终会



被一种意识所激励,你意识到每一步都在向幸福和满意趋近。

不要怀抱那些极端的念头——离婚或者辞职——把注意力放在那些眼下就能做的事情上。它们将改变你的处境,把消极因素转变为积极影响。你可以寻找新的工作机会,也可以和自己的伴侣讨论,还可以咨询顾问。努力吧,让过去那些美好的理想重新映现。

要是……该多好啊

语言中的某些词语和表达方式,能将某种灰色情绪轻轻抹去。确实,孩提时代,我们独立决定事情的能力有限,过马路就是一个例子。那时候,父母说的话意思明确,黑白分明,告诉我们怎么办,就像“你一个人千万不要过马路”这样的话。但是,今天你已经长大,已能独自一人安全走过马路,也能独立做出自己的决定。

“要是……该多好啊”,“这是他们的错”,“不行”,“不会”……所有这些美妙的词句都该考虑从你的词典中抹去。你可以不这么做,它们都是些托词。无论在家里或是工作中,如果你总是问题缠身但又不思改变,那么,在投资组合中,你是个失败者。

本书不关心借口、责备或者无法实现的梦想。本书旨在帮你充分利用那些你拥有、挣得、储备和拖欠的东西——还有你的时间和精力——以让你对自己的生活做出最好的选择。这是一本建立在事实和你的感受之上的、助你清醒选择的书。

这是你的选择

在我们看来,富有不过是拥有的东西超过你的需要,贫穷则是拥有的东西比你需要的少一点。许多人的金钱和其他东西比不算多,但比那些收入高的人更幸福和快乐。后者尽管收入高,但负债累累,做着让他们身心俱疲的工作。

金钱不是美好生活的惟一条件。许多美好的事情都与他人有关。因此,我们需要朋友和亲人的支持。当然,我们也需要有健康的身体。但是,要让自己和生活都变得美好,我们也需要时间。我们必须有去做那些对人有益的事情,也需要拥有掌控时间的自由。

时间如金钱一样有限。但时间又与金钱本质不同,我们可以利用的时间,只能是我们掌握的。没有一家银行会给我们开一张“时间”信用卡,可以让我们去预支时间。

金钱能够挣来或借贷。时间却只能被消费。健康和财富可能影响我们运用时间的方式,但如果我们将时间耗尽,没有什么破产法庭能让时间倒流,让我们恢复如初。





把你一直想做、还没做的事情,按照一、二、三的方式一条一条地列出来。

你是否感到生活中一些美好的东西正悄悄失去?究竟是谁、或什么东西,能为你的失去负起责任?为什么你不能过上自己想要的生活?是钱的原因?还是孩子、伴侣、工作、生命中的霉运,抑或是这些因素共起作用?

从哪里开始

你不必从原初开始。与你诞生的所在、甚至诞生的理由,都没有关系。重要的是你现在身居何处,有什么样的负担;以及这些负担在当前、或者在你计划的未来日子里,能否被减轻、分掉、增加或者转变成你生活中的乐趣。

我们周围的生活时刻都在进行着深刻的变化,每个人实际上需要不时地呼应生活、随机调整。但是,每个人的需要、兴趣和梦想并不相同,所以没有“正确”的道路可以遵从。亿万人可能有亿万条道路。那么,你怎样才能选择要开始的属于你的另一条道路呢?

改变生活并不一定意味着剧烈的变动。小小的改变通常很容易掌控,而且不容易影响他人的计划(包括你在内)。它也能让你与梦想的目标更加接近。

在爱人或好朋友的帮助下,你能否对小小的改变做些想像,并在想像中感受这些改变会带来什么样的影响。你也可以自问,在走向你想要的生活中,是否存在新的道路——这条道路和你今天已有的道路并不相同?也许,你需要从阅读那些描写别人改变生活的书做起。

杰芮的工具箱:是什么挡了你的路?

敏·巴塞德是一位管理顾问。在一次非常有创造性的“解疑答惑”研讨会上,他教给我一种有益的方法。他称之为“为什么——什么挡了你的路分析方法”。

首先,确定你真正想要的东西。拿你想和孩子们多呆在一起这个问题来说。要问一个完整的问题:“为什么我想多花点时间和孩子们在一起?”然后再问:“什么事妨碍我多花时间和孩子们在一起。”

接下来,用简单、完整的句子说出答案。例如:“我在外面要参加许多活动,这些活动不能带孩子?”

然后,就这个答案给出一个新问题,“我怎样才能减少外面的活动”?或者,“我怎





样才能带孩子去参加外面的活动”？

这种设计问答的做法,优点在于能让你找到具体的解决方式。如果不想因为缺乏足够的钱、时间或其他东西而让自己难过,你可以更宏观地看待问题,让问题更容易解决。因为你不断地回答自己提出的问题,你会发现自己的能力所及,并找到让你感兴趣的解决方法。如果这些练习仍然让你一筹莫展,就去向朋友求助。他们可能给出一些你想不到的看法。

这种做法听起来似乎过于简单明白,不过,敏确实用此法帮助了许多大公司,让它们开发出畅销产品,期间又节省了数百万美元。你为什么不试一试呢?

$$E=MC^2$$

阿尔伯特·爱因斯坦发现,物质可以转化为能量,能量也可以转化为物质。工作的时候,你是在用能量来换取金钱这种物质。花钱的时候,你实际上是在消费一种名叫“时间”的能量。

在我们这场名叫“生活”的盛大的物物交易中,你每星期有 168 个小时来交换你喜欢的东西。这 168 个小时一旦失去,就永不再来。尽管我们每个人开始和结束的方式都一样,而中间的过程则如一张白纸。它等待着你来近前,书写你自己的故事。按你自己的意愿来书写,并不断修改这个故事,是我们献给你的强烈建议:将你渴望发生的故事自由自在地编织进去吧,别忘了想想如何才能把它们变成事实。

马克和南希的故事

经常有人向我们问起一个问题:这些年来,是什么成功地支撑着我们扮演消费者权益维护的角色?其实,最困难的是你做出这么干的决定。一旦我们决定离开快节奏的生活,这种改变就显得容易了。我们确信,任何人只要有正确的观念和坚定的态度,都能改变那种快节奏的生活。

首先,我们自愿将生活简化到我们喜欢的方式,而不管经济发生什么样的变化。我们的生活不需要太多的钱,同时我们没有债务,我们把别人浪费在利息上的钱全都存了起来。我们存的每 1000 元都相当于 1400 元左右(税前),这是我们不必再额外去赚的。我们永远不会富裕,但我们经济自由。





无债,少欲望,再加上大量的“琐碎时间”,让我们一年都省下了几千个小时;也不必去经受塞车、穿套装、离家上班这些恼人的琐事。

除了超市之外,我们很少逛商场。即使在超市,我们也花费适中,只买些必要的食物。其他的东西,我们买的大都是二手货。它们价格便宜,工艺也不错。

就衣服来说,我们尽量不去购物商场。我们的衣服来自量贩店、打折商店,有的也从拍卖中买来。朋友间的衣服也相互转借和买卖。如果你在电视上看到马克,你会看到他穿着朋友罗杰的西装。那条丝质领带就来自一次拍卖,价值25美分。即使我们的女儿罗宾的婚礼服也是二手货。

只要没坏到无法修补,我们都会把家有的、找来的东西修理一番。我们家七件电器都经历了回收利用。它们不断发出嗡嗡声,只因为马克想搞清这些电器的原理,比如洗衣机的旋转、洗碗机的线路,烘衣服的橡皮圈,还有录像机的播放等等。多年来,我们在货物购买、维修、服务等物质享受上节省了数千美元,而且办公设备也是如此(它们大都是二手货)。

为了财务独立、找到有意义的工作,你不必像我们一样把费用降到最低。条条大路通罗马。你应做的,是找到你下一步最想做的事情。

养成简朴的生活态度

放缓节奏、简朴生活、打破我们的某些消费习惯、让孩子学会享受单纯的快乐,让自己体味简朴的乐趣——这样,我们才能创造一个美丽、幸福和完善的人生。我们也不会像以往那样,为了维持生活,去忍受工作的艰难。

——伊莱恩·詹姆士《单纯的人生》

如果你愿意过一种简单的生活,如果你愿意对生活中的要求有所消减,那么,你就不会有一种被剥夺感,只会:

- 更不在乎无意义的物质拥有
- 更自立
- 更以家庭为重
- 较少以工作为重
- 更关心环境



- 负担小,或零债务
- 即使酬金低,也愿意做喜欢的事情
- 过上节奏舒缓的生活
- 倾向更健康的饮食
- 成为一个回收利用者和修补使用者,不再陷于购买新品的循环

简单生活的奉行者都要衣衫褴褛、住在山顶吃糙米吗?事实上很少如此。在城市阁楼和乡间农舍,你都能发现生活简朴的人。

正如趋势观察家杰罗德塞林提在《2000年大趋势》中所说的,自愿过简朴的生活,并不意味着非做什么特殊的事情。相反,它不过是一些小小的改变,以回应三个主要的问题:“我真正需要的有多少?我真正想要的有多少?我愿意付出多少来得到它们?”

简朴的生活不一定就能轻松获得。事实上,它将带来体力上的要求,也将经受情绪上的挑战。但是,要保持与别人不同的步调,也不容易。你该考虑一下自己的选择。

一旦我们相信了广告商虚构的言辞,“消费行为是你的象征”,我们就开始了一场被误导的追逐:一台新车,一件新衣服,一份新工作,一套新发型,一幢新房子等等。而在追逐中,我们的满足感无法长久,只有暂时的喜悦。当喜悦暗淡下去,我们又开始了新一轮的追逐——追逐下一个新事物。这一次,我们希望找到让我们永远满意的东西!然而,这种追逐永无止境,也没有胜利的希望。

——杜恩·艾尔金《自愿的单纯》

简朴生活的真正技巧,是缓慢进行。不要急躁。它不像拍卖家具。没有“12小时内有效”的价格标签。你有足够的时间去选择要简化的方面——无论是节俭,还是更富于创造性。只要多用点心思,你会发现许多聪明的方式,可以让你和家人更能享受到生活的单纯、快乐和轻松。它们将为你开启其他生活样式的大门,也为你的工作转变提供可能。

在网络上你可以查找一些站点,它们会帮助你选择新的生活方式。这些站点有:

单纯生活网:WWW.SLNET.COM

千年论坛:www.igc.apc.org/millennuim/links/simplive.html

单纯生活期刊:www.simpleliving.com

美国梦想中心:www.newdream.org



平衡行为

如果你能以合适的比例,将这些成分——一点梦想,一点现实,一点金钱,一点技术,一点勇气,一点改变的愿望——适当融合起来,你将过上均衡的生活。没有痛苦,收获却多。不幸的是,尽管我们愿意帮你这么做,但我们无法告诉你各种成分融合所需要的比例,以及最终产生的结果。

生活中还有另一个问题。即使每件事情在你的生活中都处于完美的均衡,你也不能放松警惕。这种融合并不固定。一个梦想刚刚实现,另一个梦想就接踵而生。四面环顾,现实已经发生了改变。恰如你刚存下一笔钱,花费就出乎意料地来到门前。又如你刚刚精通了某项工作,突然之间,这项工作你已不再需要。

投资自我不能一蹴而就。就像在股市,你的投资也不能立马见效。当然,一些幸运或者聪明的投资人,从青年开始,终其一生都抓住某种股票不放,结果变得越来越富有。一些人很早就清晰地知道自己的生活目标,他们享受自己的创造,坚定如一,没有丝毫的犹疑。

大部分人则需要适应、调整自己的选择,不时设计新的生活方向。而平衡便是目标——让金钱、时间和你的价值观相互融合、结为一体。

挑战权威

在开拓自己的生活之路时,你该学会去抵制某些“好心人”给你的信息——这些信息伴随着某些东西的兜售——他们告诉你什么该做,什么不该做。比如下面这些信息:

- 为了退休后的安稳生活,你要存下一大笔钱。
- 你最重要的投资应该是自己的房子。
- 股票市场是积累财富的最佳途径。
- 小生意经常要失败,原因主要在于资金不足。

本书则向你证明,为什么在塑造你理想生活的时候,你最好对那些传统的信条提出质疑;无论数目多少,仅仅靠金钱这个单一的因素,绝对买不来安稳的退休生活;比起买房,租房也许更适合你的理财观念;不买任何一种股票,你也可以拥有丰厚、无风险的回报;甚至像我们三人一样,没有大笔资金,你也可以做出成功的小事业。

这里告诉你另外一个例子:一些专家会告诉你,孩子上大学要花高山一样多的金