第一图书网, tushu007.com

<<富足，从心开始>>

图书基本信息

第一图书网, tushu007.com

<<富足，从心开始>>

内容概要

你会为了微薄退休金疯狂工作一辈子吗？

金钱与情感之间有着怎样的藕断丝连？

你是大手大脚花钱，还是宁愿细水长流？

不投资、不买房，你的余钱何去何从？

工作、情感、消费、投资……日常生活的种种活动都离不开金钱。
人们谈论金钱，其实也是希望让生活更幸福、更顺心。

在一切向钱看、处处以“指标”衡量个人价值的浮躁时代，人们对金钱抱有太多无知的认识。
经验丰富的心理治疗医师吕迪格?达尔克发现了金钱世界的运作规律——共振法则和对立法则。
只要掌握这两大规则，获得财富将不再是难事！

金钱本身并没有错，关键在于我们面对它的态度。
达尔克博士针对如何与金钱建立健康而轻松的关系提供了实用的建议，有助你培养健康向上的心态。
不要再等待了，从现在就开始享受生活吧，你将创造不必再为金钱而烦忧的美好幸福人生！

穷人说：“我怎样才能赚更多钱？
”

富人说：“为何我有钱也不感到快乐？
”

追随你的内心，财富便会翩然而至。

而真正的财富是，享受当下的每一天……

作者简介

吕迪格·达尔克（Ruediger Dahlke）

超级畅销书作家
国际知名禁食医师
心理治疗医师
医学博士
健康研讨会演说家

吕迪格`达尔克出生于1951年，早年就读于德国慕尼黑大学医学院，在心理治疗与顺势疗法领域进行深造，取得医师资格。
1978年起担任心理治疗医师，并逐渐成为“身心医学”领域的权威。
1989年他同妻子玛吉特一起在约翰尼斯基兴创建了医疗中心。

同时，他也是心灵类畅销书作家，其作品被译成26种语言。
其经典著作《疾病的希望》在德国再版30多次，销量达数百万册。

书籍目录

趣味金钱测试1 从刷牙看你的金钱观
趣味金钱测试2 窥探你的金钱心理
趣味金钱测试3 测测你的财商
卓别林的宣言“ 大地是富饶的，足以让每一个人都丰衣足食！
”
本书使用指南 请将本书作为探索你内心世界的旅程

1 你善于处理同金钱的关系吗
　　树立正确的金钱态度

　　海鸥飞来飞去啄食面包屑，你能想象一个著名的冰激凌品牌就这样诞生了吗？
为什么无论我们走到哪里，贫穷感都总是如影随形、紧追不舍？
穷修士和富朋友各自享受着富足而幸福的人生，金钱在其中又有何种作用呢？

2 你对金钱的信仰正确吗
　　金钱不是一个坏东西

　　你是否觉得钱是肮脏的，谈论金钱是不是会让你觉得很掉价？
很多人接受教育就是为了赚钱，却没想到结果不仅不赚钱，还浪费了大把时间。
用黄金换来了一无所有，汉斯始终高高兴兴，这究竟是怎么回事？

3 金钱到底有什么力量
　　学习金钱游戏的法则

　　曾被古人视作神圣上帝的黄金，怎么如今却演变成了追逐欲望的工具？
没学过开车怎么当交通部长，不懂得什么是“ 越位 ”怎能抱怨“ 裁判 ”的不公？
如果你现在还对金钱世界的规则一无所知，凭什么玩转金钱游戏？

4 是什么阻碍了你的钱途
　　金钱世界的共振法则

　　为什么那些不断变换工作或男女朋友的人总是“ 刚出虎穴，又入狼窝 ”？
你是否听过赚第一个100 万很辛苦，而接下来的几个100
万都得来全不费工夫？
为什么大城市长期失业者的周围都是其他失业者？
如果想要更多的金钱，你需要多去高档酒店、豪华游轮或市郊别墅区……

5 为什么结果总与初衷背道而驰
　　金钱世界的对立法则

　　为什么恋爱初期的甜蜜最后会演变成双方的互相憎恨？
你是否曾经雄心万丈，对未来充满希望，结果却在现实的世界中跌得很惨？
如果你天真地以为不用拿取别人的钱财就能赚钱，恐怕你只能受穷了。

有时候过于吝啬会让你与想要的东西失之交臂，不放长线怎能钓大鱼？

6 钱越多就越幸福吗
你在金钱曲线的哪个位置

刚开始，每次微幅加薪都能给人以莫大鼓舞，我们感觉到生活品质不断提高。
接下来，大幅的加薪让你过上了越发奢侈的生活，你觉得一切都美好如仙境。
享受顶级美食、订购顶级珠宝、购买奢华旅游产品、收藏价值连城的艺术品……为什么投入的金钱越来越多，“享受”的感觉却越来越淡？

7 时间真的就等于金钱吗
“时间=金钱”的谎言

他们一辈子堆积起了无数财富，直到有一天医生说他们的时间所剩无几了……就为了那一丁点退休金，绝大多数人都能疯狂地工作一辈子，莫非到那个时候你才获准可以享受生活？
对于喜欢的东西，你是不是忍着不去碰，总想着以后再去享受它？

8 金钱也有好坏之分吗
金钱的质量

钱多好还是钱少好？
今天的我们为何总喜欢对数量投以过多的关注而将质量抛诸脑后？
金钱也有质量吗？
如果黑钱并不“肮脏”，人们为什么还要“洗黑钱”呢？
为什么生意做得风生水起的房地产经纪人竟能被失眠症逼到精神错乱的边缘？

9 金钱如何夺走了你的情感
金钱，爱的替代品

放弃追逐股市利益的夫妇财务状况不如从前，为什么却感受到更多的幸福快乐？
现代社会，金钱是如何代替爱的？
所谓金钱能买到的“爱情”，不就是“性”吗？
“等我挣够了钱就开始好好生活”，直到生命的尽头，人们才惊觉这个想法偷走了自己的一生。

10 遗产究竟有什么意义
遗产的力量

为什么某些继承了巨额财产的人往往结果一事无成，感情婚姻也不顺利？
馈赠遗产似乎天经地义，为什么达尔克博士希望人们在对待遗产上要格外小心？
父母或祖父母们是如何通过遗产的力量，在无形中操纵孩子们的人生命运的？

11 金钱的“ 摄入 ”与“ 消化 ”
金钱与粪便有何种渊源

为什么如果有人不小心踩到狗屎，我们就说他将获得意外之财？
而做梦梦到粪便则预示着财富的降临？
我们对待金钱的态度是如何在幼儿的“ 肛门期 ”就被决定下来的？
性学专家博尔内曼定义了哪四种令人耸人听闻的金钱“ 排泄 ”性格？
不同的如厕习惯又象征着何种不同的金钱态度？

12 你的星座反映了你的金钱观
金钱与十二星座

十二星座对金钱的态度分别是什么？
你的星座如何制约着你的金钱观？
你是天生需要金钱安全感的金牛座，还是热爱金钱投机游戏的双子座？
你是追求小资色彩的天秤座，还是天生“ 节约大师 ”的摩羯座？

13 今天，你“ 投机 ”了吗
投机与复利

当今社会，投机和复利行为早已渗入到我们日常生活的方方面面。
做生意是投机，他希望通过投机增加投机收益率；买房是投机，他希望房子能一直很好地保存下去；
有些人甚至认为婚姻也是投机，通过它获得保障和幸福……

14 你需要为金钱投入多少赌注
房产及股票

在“ 房奴综合症 ”盛行的今天，银行究竟扮演着什么样的角色？
穷人、中产阶级、富人所参与的房产游戏分别是什么样子的？
为什么“ 庄家 ”轻而易举就能推动股指上扬，而散户们的钱每分每秒都可能蒸发不见？

15 为多余的钱找一个好去处
充分利用你的金钱

除了买房与炒股，我们多余的钱还有没有更“ 理想 ”、更“ 合算 ”的去处？
为什么这份行动能为我们的心灵带来无限的欢乐与满足？
你是否想过将多余的钱投到自己身上？
慈善捐款怎么样？

16 迈向富足新生活的34 条建议
黄金贴士

富足生活是一种选择。

达尔克博士的黄金贴士将告诉你如何获得它。
你做事拖拉吗？
在“不幸福”和“不安全”之间，你是否会选择前者？
你喜欢跟随他人的脚步追寻成功吗？
想要突破自己，取得成功，你需要做什么？
如何集中精力去做最有效的事情……

致谢
专家阅读分享 阅读的意义不在寻找答案，而在寻求共鸣

章节摘录

要承认自己一直以来都高估了金钱的价值而低估了灵魂的价值，这在任何时候都不是件容易的事。
尤其当人们来到生死关头，这份认知会比平时痛苦许多。
在这时才被迫认识到，与许多东西相比，物质财富并没有多大的意义，这份了悟其实很危险，有时甚至是毁灭性的。
如果你早早就看穿了“时间=金钱”这个谎言，你就不用经历那种残酷的觉醒过程。
如果你觉悟得较晚，那么你手中的牌肯定要差一点，不过无论如何也比根本没有认清这个事实要强！
用一个比喻可以把我的意思表达得更清楚。
举例来说，一个来自欧元区的旅游者要出国游玩，而他的目的地国家使用的货币是一种软通货。
那么只要这个旅行者心智健全，他就绝对不会在刚到这个国家的时候，就立刻把兜里所有的硬通货欧元全部换成为当地货币。
因为他知道，旅程结束时他将无法把多余的钱再换回来。
因此他每次都只会换一定数量的钱，只要够接下来几天使用就行。
事实上几乎所有人面对上述情况时都会这么做，因此我非常不解，为什么当关系到对我们来说最重要的货币——我们的生命时间的时候，大部分人就搞不清楚状况了呢？
那些把全部寿命都转换成金钱这种软通货的人，很明显无法再将自己的硬通货生命换回来，这完全就是个错误的资金决策。
有些人在65岁之前浑浑噩噩不解生命的真义，然后到了65岁突然决定要开始好好生活，这种人手上肯定只有一副烂牌。
而一纸告知他“你将不久于人世”的诊断书则让他的处境更加艰难。
说实话，这样的诊断本身就像要命的吊索，死死扣在当事人的脖子上。
只有极少数的人在这种情况下还能享受和好好利用剩下来的时间。
大部分人都会选择在剩下的时间里重复以前的生活——整日在战场上拼搏，不过以前他们是为了金钱而厮杀，现在则换了战场，开始为活下去而战斗。
值得庆幸的是，在赢得了这场艰辛的生命之战以后，至少会有一部分人开始学着真正享受生活了。
他们现在终于能够领悟生命的真义，并以此指导自己的发展。
……

媒体关注与评论

他的观点不仅能给人耳目一新的感觉，也能让我们对金钱的态度更从容，追求财富的心灵更平静。

台湾秘密部落酋长　　深圳君融财富管理研究院院长　　——国际财富管理协会IWMA专家 毛丹平　　这本书现在会在你手里并不是巧合，而是长久以来你对幸福的渴望，宇宙给了当下最适合你的回应！

透过书中的指导与练习，你可以运用灵修的方式快快乐乐地吸引金钱，实现物质和精神同时富有，这绝不是遥不可及的幻想！

张德芬《内在空间》“ 吸引力法则 ”　　——专栏特约嘉宾 赖秋恺

编辑推荐

《富足，从心开始：如何在浮躁的金钱世界找到你的幸福》作品已被译成26种语言，全世界拥有200种译本！
张德芬《内在空间》“吸引力法则”专栏特约嘉宾赖秋恺、国际财富管理协会IWMA专家毛丹平，倾情推荐。
左手金钱，右手幸福。
史上第一部能让你幸福起来的金钱心理学。
一本令穷人喜出望外、创造财富的金钱智慧书！
一本令富人豁然开悟、享受生活的幸福智慧书！
超级畅销书作家、国际知名心理治疗医师达尔克博士对金钱心理与幸福人生的深刻解读　　为你诠释金钱的终极秘密，带你找到属于自己的幸福！

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com