

# 一生不為錢

## 所困的

# 生存之道。

日本心理大師教你  
顛覆舊觀念打造吸金體質

心屋仁之助／著  
林孟輝／譯

一生お金に困らない生き方



訪者——

## 心屋仁之助

「改善自己的習性就是解決問題」的「心屋仁之助」。心理諮詢師、擔任東京大企業責任主管，同時兼管從親友和親人的問題開始，開始實踐心理療法為相關領域，現在以京都為據點，對日本各地舉辦各種講座及諮詢活動。心屋先生獨特一格的「鼓勵式治療」，引導患者，對生活煩惱各種問題人馬上感到心情愉快，改善健康改善生活到現實生活中。與他廣受好評，著有《努力也不斷學習的學習真正原則》、《你也可以學習技巧》等數十本書籍，其中多數書籍連續出版再版。至今已出版超過五十種新書。

訪者——

## 林孟輝

資深大學中文系畢業，文學文學，畢業後於日本時代刊雜誌擔任編輯三年多，出版編人員、編輯一職擔任宣傳雜誌經理，後因對書院文學興趣而轉任擔任文學工作。曾任為專欄編輯，從事編譯口，編輯、翻譯、書籍等出版相關業務。



信天文化

總店：桃園龍潭區

# 請相信「錢用掉了，就會自己再回來！」 看穿「金流的祕密」， 今天起，不再為錢傷腦筋！

日本心理大師心屋仁之助告訴你：「有錢人思考模式」是「學來的」；  
能不能「有錢」，最重要的是「破除為錢所困的迷思」。

## 拒錢於千里之外，才是無法當有錢人的關鍵！

會不會靠近覺得「錢很髒」的人？無法當有錢人是因為自己把錢往外推？本書獨家揭露擁有財富背後的「祕密」，都建立在作者的親身體驗與心理學基礎上！



## 打破常識！花錢要豪爽大方，不要囤積金錢！

「拮据節儉才能換得財務自由」，「省吃儉用、多多存錢」這些常識，其實是導致無法富足的幫兇凶手。這些顛覆一般人觀念的超級常識題，將在本書一一解惑！



## 大師獨門祕方：「性格改造四階段」讓你擁有吸「金」體質！

「性格決定命運！」有沒有「當有錢人的命」，從性格開始改造！全書提出許多犀利且打破舊觀念的創新思維，帶你進入「超級常識」的境界，打造吸金體質，成為當有錢人！



日月文化粉絲團  
[www.facebook.com/hellogold.com](http://www.facebook.com/hellogold.com)

# Being

那是因為這些人學到的只是「變有錢的方法」：不管學會再多「變有錢的方法」，仍然無法變成有錢人。

之所以會這樣，是因為「方法」錯誤。我們該做的，不是汲汲營營去「變有錢」，而是應該學習金錢的「擁有方式」和「過有錢的日子」。錢不夠用的意思，其實就跟「過著有錢的日子」完全背道而馳！

我想告訴大家的是如何「過著有錢的日子」，而不是「變有錢的方式」。也就是「Having」（擁有金錢的方式），而不是「Being」（賺錢方式）。

即使學再多賺錢的方法都無法富裕，就是因為金錢的「擁有方式」出了問題。只要修正原來本末倒置的「擁有方式」，就能改變「賺錢方式」。

而金錢的「擁有方式」，指的是我們看待事物的「預設立場」。

# Doing Being



首要之務，就是改變以往的「預設立場」（思考準則），這正是本書的宗旨所在。

人類的大腦，通常會被「預設立場」中的刻板印象所影響，像是有些人凡事都往悲觀的方向鑽牛角尖；有些人則動不動就認為別人想害他；也有人不管做什麼都力求完美；當然，你也會遇到無論發生任何問題，都覺得是自己錯的人，或正向樂觀的開心果，抑或是容易相信別人的……。

我並不是說有這些傾向的人就有問題。有這些傾向其實沒什麼大不了，因為每個人的個性與氣質都大不相同。

我要強調的是，如果因為這些傾向而造成自己覺得日子過得很苦，難以在社會求生、怨天尤人，或是為錢所困的話，那麼，只要改變這些想法，簡簡單單就能讓自己變成輕輕鬆鬆賺大錢的人。

換句話說，若是這類想法太過頭，不妨猛一下剎車；如果問題出在

缺乏什麼，那就只要再多加一些就夠了。

如果這樣仍無法調整心中的預設立場的話，那就試著先往前「看看」哪些是改變後會讓自己覺得害怕、討厭、或不習慣的事物就行了。而對這個方式調整內心原有的「預設立場」就是本書的目的。我要教各位的，正是如何改變「預設立場」。

畢竟，這些煩向早就根深柢固地扎根在你我的內心深處。如果只是微調一、兩次，就算江山易改，也很快會發現本性難移。何況，其中還有所多是違背「常識」的想法，所以，我會一而再，再而三地告訴各位務必「不斷練習」！並透過一次又一次、反覆地調整心裡對金錢的「預設立場」。

這個練習就是進行「心靈的修行」。照這樣改變金錢的「擁有方式」，就能改變「賺錢方式」。

如此一來，你不用再被錢搞得團團轉，也不必再為錢擔心到吃不下

威嚇不著，更不用杞人憂天害怕哪天錢不夠用，最後將能帶領你成功地脫離為錢憂愁的困境。

等有天回過神來，你會發現自己明明沒特別努力，荷包裡卻總是滿溢，而且每天都過著高枕無憂的日子，相信我，你真的做得到！

心塵仁之助

二〇一五年二月

## 第一章◎你怎麼看待金錢呢？

錢不會靠近覺得「它很懶」的人

與其想怎麼賺錢，不如去想怎麼花錢

「應得的錢」和「不義之財」有差別嗎？

## 第二章◎話說回來，「錢」到底是什麼？

到底有哪些東西是你想花錢買的？

收入與自己認同的自茲價值成正比

045 如果沒累積薪資以外的富裕，現金是不會增加的

049 什麼也沒做，就能領到的錢叫「存在薪」

053 努力賺來的錢叫「血汗薪」

060 金錢和勞動並不會「成正比」

063 為什麼有錢人「存在薪」特別高？

### 第三章 ③ 為什麼錢不會主動來找我？

072 錢不來，是因為你不拿！

076 無法「錢進」的壞習慣是怎麼養成的？

079 負面思考的人，移轉家中發生的事深深影響

084 要顛覆「預設立場」，就要原諒過去的自己

089 就是因為太努力，才無法擁有錢

092

停止「白力」。「外力」就會進來

099

沒有錢，是因為被大腦的「預設立場」催眠了

102

「不知道到底是什麼」的力量就是「外力」

## 第四章 ③ 到底什麼是讓財運亨通的「金錢擁有方式」？

110

別再吃不到葡萄說葡萄酸了！

115

第一階段：錢跟空氣一樣；能意識到自己「有錢」是很重要的

119

我們其實「很有錢」，卻從來沒人告訴我們

122

維持現狀，「錢不夠用」的日子就會來臨

124

富足會從意識不到的地方而來

127

第二階段：認同自己

step1

1 3 4

第三階段：不能「只」收下自己想要的東西

1 4 0

第四階段：享受過了就要分享

1 4 4

愈節省，就愈沒錢

1 4 8

不管是不是有應酬的事，都值得花錢

1 5 2

給孩子們超大紅包吧！

## 第五章 ③ 養成財源廣進的習慣

1 7 0

依喜好作決定，而非「價錢」

1 7 3

以「有錢」的姿態去花錢

1 7 5

來玩「扮成富翁」的遊戲

1 8 1

別想著如何滿足顧客的需求，而是想該如何滿足自己的需求

1 8 4

別讓工作把自己累垮了

1 8 8 做自己喜欢的事。要「努力」存錢嗎？

1 9 2 順會說：「別亂花錢！」的人豈你不馴吧！

1 9 5 先決定要「花哪些錢」，而不是等有錢後再想怎麼用

1 9 9 進行神社任務

2 0 2 神社任務就是在化緣

2 0 8 愈沒錢就愈要進行神社任務

2 1 1 試著說出「媽媽，你很幸福」這句話

2 1 5 現在就當個叛逆小子

2 1 7 盡情地吃虧吧！

2 2 4 臉不紅氣不喘地說自己「很厲害」

2 3 1 後記



第一章

你怎麼看待金錢呢？

\$





錢不會靠近覺得「它很髒」的人

不要  
講髒話

要喜歡  
Money

首先，我在這裡要先點破各位對「錢」的成見，也就是大家心中對錢的「預設立場」。說說你對錢的看法或印象如何？也就是你的「金錢觀」為何？

讓我們從了解現在自己心中對錢的「預設立場」開始著手！

請誠實地回答第一個問題：

你覺得能賺大錢是非常厲害的事嗎？還是你認為這是骯髒或沒格調的行為？

你認為不費吹灰之力，就賺進大把鈔票是好事嗎？或者是錯誤的行為呢？

眼前若出現一位成天盡手好闊綽曰滿斗金的人，請問你會覺得他是好人還是壞人呢？

回答「奸厲害」與「這是好事」的人，對金錢都抱持肯定的價值觀；相對地，認為賺大錢是「沒品」或「不對」的人，則對金錢抱持負面的印象。

事實上，選擇否定答案的人占多數！

不信的話，請再看下列例子：

天下沒有白吃的午餐。遊手好閒的人怎麼可能賺得到錢！

一分耕耘一分收穫，每一分錢都是咬緊牙根辛苦工作換來的報酬。

那些能賺大錢的人，一定都暗地裡進行見不得人的勾當。

我才不想變成那種人……

這些聲音是否常出現在你我身邊呢？然而，諸如此類的答案不都是對金錢抱持著負面態度嗎？

當然，有些人的答案也可能同時對金錢夾雜著正面與負面的情緒。要區分這些人的金錢觀是肯定還是否定還是否定還的話，只要再問一個問題，答案就水落石出了。

在公司裡，你的上司明明沒做什麼，薪水卻領得比你多，你會覺得咬牙切齒嗎？還是你覺得「我將來也要成為這種人，實在太了不起！」

怎麼樣？大多數人都覺得很不公平而氣得牙癢癢吧！

其實會對這種事心生恨意的人，就是對金錢抱持負面態度的人，因為他們心中「痛恨輕賤大錢的人」（認為這是不對的行為）。

對 Money 有正面 / 負面情緒

◎ 俗文化語彙

# 一生不為錢所困的生存之道

日本心理大師教你聯通萬物念打拚假金體質

一生致富之道(全) (硬cover)

著者：心學仁之助

譯者：林孟謙

主編：林慧琪

責任編輯：謝志民

校對：謝志民、謝志祥

封面設計：萬勝安

內文設計：洪美儀

圖文行銷顧問：簡利華

設計人：洪美儀

總編輯：林慧琪

副總編輯：謝美玲

法律顧問：羅大店法律事務所

財務顧問：惠威會計師事務所

出版：日月文化出版股份有限公司

製作：寶鼎出版

地址：台北市信義區三益151號8樓

電話：(02) 2788-6699 傳真：(02) 2788-6157

服務信箱：service@helloguilty.com.tw

網址：www.helloguilty.com.tw

郵政特准掛號：19756075 日月文化出版股份有限公司

總經銷：聯合發行股份有限公司

電話：(02) 2917-8022 傳真：(02) 2915-7212

製版印刷：中環國際印刷有限公司

初版：2016年12月

定價：260元

ISBN：978-986-248-569-9

Copyright © 2016 by Helloguilty Inc.

© All Rights Reserved. 02020106, 2016

Originally published in Japan in 2016 by PWP Institute Inc., TOKYO.

English translation rights arranged with PWP Institute Inc., TOKYO through TORIAN CORPORATION, TOKYO.

And L&L's Literary Agency.

Complete Chinese Copyright © 2016 by Helloguilty Culture Group Co., Ltd.

國家圖書館出版品預行編目(CIP)資料

一生不為錢所困的生存之道：日本心理大師教你聯通萬物念打拚假金體質  
謝志民譯／心學仁之助著；林孟謙譯。—初版。—臺北市：日月  
文化，2016.09  
240面：14.7x21公分—(寶鼎出版：51)  
譯自：一生お金に困らない生き方  
ISBN 978-986-248-569-9 (平裝)

1. 成功法—2. 財富

972.2

105089906

◎版權所有，翻印必究

◎本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本公司更換