

《30岁后，你拿什么养活自己》

图书基本信息

书名：《30岁后，你拿什么养活自己》

13位ISBN编号：9787515500348

10位ISBN编号：7515500344

出版时间：2011-10

出版社：金城

作者：张笑恒

页数：244

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《30岁后，你拿什么养活自己》

前言

古话说：30而立。30岁是人生中一个重要的里程碑。可是30岁，你凭什么而“立”？在30岁前，你可以一无所有；而30岁后，你拿什么养活自己？30岁，或许你已经是丈夫或妻子，或许你已经是父亲或母亲。你也许需要按季度支付房租，或者有20年的房贷要偿还，有4个老人需要赡养，还要支付孩子的日常开销，以及昂贵的教育费用……面对这些“内忧外患”，你拿什么养活自己，养活你的家人？

30岁前，你可以有意无意地“啃老”，可以不去工作，可以任意妄为，可以脆弱迷茫，可以随着自己的性子做自己想做的事情，可以凭一时意气辞职、跳槽，可以和上司、客户拍桌子瞪眼而不必考虑后果。此时，与生活对抗的胜负对于你来说没那么重要，胜了是好运，暂时失败也不怕，因为你还年轻，有的是时间和机会，随时可以卷土重来。30岁后，你的责任扑面而来，压力仿佛在一夜之间变大。你还好意思继续心安理得地向父母索要支援？还是打算每月从政府那里领取最低生活保障补助？你开始发奋了，却突然发现自己原来这么渺小，不值一提，却要面对全社会范围内公平的不公平的竞争。竞争需要实力，可原本令你引以为傲的资本已经在你的不以为意中散失得所剩无几，最重要的功课你仍是不会。你发现世界发展的速度需要你拼命奔跑着去追。要成功你就得有真本事，而且光有本事还远远不够，还得有符合你自己实际情况的发展方略和行动法则。而在你身后，多得是年轻的“后浪”们蠢蠢欲动，只待一有机会，就把你这个“前浪”拍死在沙滩上。你没有退路，一着不慎，满盘皆输。而此时你输不起，也耽搁不起。你的世界是现实的，无所谓公平与否，成王败寇，一切都取决于你自己。你一定要明白，除却自己，再没有人能帮助你了。你能不能“立”起来，人生是赢还是输，你未来的生活状态如何，全部都要靠你自己了。那么，站在30岁的门槛上，你准备好了吗？

《30岁后，你拿什么养活自己》

内容概要

《30岁后,你拿什么养活自己》共分为“有眼光：人无远虑，必有近忧”、“懂谋略：用最小的代价赢得最大的胜利”、“能忍耐：后退的目的是为了更好的前进”等十二章内容。你能不能“立”起来，人生是赢还是输，你未来的生活状态如何，全部都要靠你自己了。那么，站在30岁的门槛上，你准备好了吗？

《30岁后，你拿什么养活自己》

作者简介

张笑恒，著名图书撰稿人，知名心理咨询师，作品畅销大陆、港台等地区。大学毕业后，闯上海漂北京，读书写作研世态人心。代表作有《啤酒冰激凌心理学》《先交朋友再做生意》《合伙人》《左手马云右手唐骏》《左手李彦宏右手马化腾》等畅销书。其中《无法改变事情可以改变心情》上市一年重印五次，《心理学的智慧》累计销量达十万册。

《30岁后，你拿什么养活自己》

书籍目录

第一章 有眼光：人无远虑，必有近忧 有多大眼界成多大事 前瞻性是一种战略眼光 打破心中的“壁垒” 别让自己成为拉磨的驴子 放长线才能钓大鱼 学会用长远眼光投资 要善于发现机遇出现的前兆 看到风险背后的机遇

第二章 会判断：30岁前方向不对，30岁后努力白费 为什么那么多人容易迷失自我 方向不对，努力白费 学会给自己精准定位 多用理性思考，直觉有时会犯错误 你能做什么比想做什么更重要 “懒”出思路才会“懒”出财富 练就“火眼金睛”，挖出冷门背后的“金元宝” 不再迷信权威

第三章 懂谋略：用最小的代价赢得最大的胜利 多一层谋划，多几分胜算 退一步是为了前进三步 贾金斯式的人永远不会成功 不能永远跑龙套 学会隐藏你的真实意图 见好就收，不打持久战 学会从不同角度看问题

第四章 能忍耐：后退的目的是为了更好的前进 脾气不是好东西，小不忍乱大谋 不要再做头脑发热的“愣头青” 让自己有点“城府” 接受你看不惯的一切 社会中没有迁就和体谅 与其抱怨“怀才不遇”，不如学会寻找机遇 沉住气，才能成大器 不计较一池一地的得失 生气不如争气，翻脸不如翻身 有时，脸皮厚点也无妨

第五章 强意志：坚强的意志力能扫清一切障碍 在大海上航行的船没有不带伤的 即使只有小铲子，也要坚持挖大坑 跨越挫折的栅栏 有机会可以做做销售 学会坦然地接受他人的批评 尝试去做自己不喜欢做的事情 在选定行业坚持十年，你一定会成为大赢家 别再睡懒觉，起来晨跑吧

第六章 好心态：宠辱不惊才能做到从容淡定 耐得住寂寞，经得起诱惑 何必强求公正 生存靠的是理性而不是意气 警惕自己的赌性 理想和现实之间不是一条直线 被炒鱿鱼，也不一定是坏事 你不是败给了别人，而是败给了悲观的自己 豁达的男人有财运，豁达的女人有帮夫运

第七章 有口才：不会说话是成功最大的阻碍 话要说到别人心坎里 根据对方性格决定说话策略 让对方多说话 话不说满，要给自己留后路 于失意人前莫谈得意之事 只有浅薄者才会信口开河 闲谈勿论人非

第八章 织人脉：人脉是无形资产和潜在财富 没有质量的人脉，只会成为拖你后腿的包袱 择友的二八定律 去会会位高权重的人 交几个不会出卖你的朋友 华尔街的名言：远离蠢才 学会让陌生人成为朋友 如果发展人脉的机会不多，不妨从客户入手 建立有利于自己发展的人脉网

第九章 巧借力：借风而上自会平步青云 从借鸡生蛋说起 想成功，先为成功的人工作 “拿来主义”是个好主意 靠山吃山靠水吃水 靠得住的除了自己，还有别人 借名生利，坐享其成 以小博大，蚍蜉撼大树 千军易得，一将难求 不要为钱而工作，而让钱为你工作

第十章 善合作：天下不是一个人能打下来的 天时不如地利，地利不如人和 吃“独食”，早晚一天会饿死 10个好项目，不如1个贴心合伙人 合伙生意必须解决的问题：利润分配 一定要记住：合作一定要互利 打铁先要自身硬——自己优秀，才能吸引优秀的合伙人

第十一章 肯实干：光说不练，三十岁还是立不起来 马上从不切实际的幻想中醒来 没有实践，永远是纸上谈兵 不再参与一些无聊的聚会 汗水和泪水，你必须选择一样 要赢，就别给自己找借口 实干而非蛮干，忙到点子上

第十二章 多学习：别让自己过时 别人可以拿走你的一切，唯独拿不走智慧 30岁以前学会行业中必要的一切知识 学会学习 阅读是最值得推崇的消遣 万贯家财不如一技在身 整合自己的知识，把它变成资本

《30岁后，你拿什么养活自己》

章节摘录

版权页：放长线才能钓大鱼 对于一个二三十岁的人，无论做什么事，都要从长计议。一个人要学会选择，正确取舍，一定要学会“放长线钓大鱼”。只有当他的眼睛盯着目标的时候，他实现目标的机会才比较大。无论这个目标是什么，情况都是如此。从长远打算，虽然不能立刻收效，但能在日后得到更大的好处。所以要想在30岁之后富裕起来，就要把目光放远点。不要舍不得眼前的一点小利，而错失获取更大财富的机会。生活中，成功永远属于那些有远见的人。学会思考，从长远考虑，才会获得更大、更长远的利益。一个年轻人一直想成为富人，但他经过各种努力，还是没有实现自己的梦想。一天，他找到一个富翁，向他请教成功之道。富翁没有给他讲什么大道理，而是拿出了三块大小不等的西瓜放在青年面前说：“如果每块西瓜代表一定程度的利益，你选哪块？”年轻人不假思索地回答道：“当然是最大的那块！”富翁笑了笑说：“那好，请吧！”富翁把最大的那块西瓜递给年轻人，自己挑了块最小的吃了起来。很快富翁就吃完了，随后，他拿起桌上的最后一块西瓜得意地在青年眼前晃了晃，大口吃了起来。而这位年轻人再也没有吃第二块的机会了。这位年轻人马上就明白了富翁的意思：虽然富翁吃的第一块西瓜没有自己的大，但他却比自己吃得多。如果每块代表一定程度的利益，那么富翁占的利益自然就比年轻人多了。在大多数情况下，人们都容易被眼前的最大或最好利益所诱惑，而等到你把事情做完后，才发现原来还要耗费那么多的精力和时间。如果用同等的精力和时间去做别的事情，虽然一下子没有那么大的利益，但是做的事情却多得多，总的利益也比做一件事情要多得多。所以，要想在某一方面获得成功，就要有战略的眼光，只有学会放弃眼前的蝇头小利，才能获得长远的大利。美国作家唐·多曼在《事业革命》一书中说：“把眼光放长远是踏上成功之路的一条秘诀。”没有这种品性的人，是不可能成就一番事业的，甚至连小事都做不成。成大事者是具有远见的人，因为只有把目光盯在远处，才能有大志向、大决心和大行动。所以说，做事要高瞻远瞩，做长远打算，不要总是想着既得利益，有未来才是真正的远见卓识。“冯谖买义”的故事就说明了这个道理。战国时期，齐国丞相孟尝君以养士出名，由于他待士诚恳，感动了一个叫冯谖的落魄人。一次孟尝君叫人到其封地薛邑讨债，冯谖自告奋勇，并询问将催讨回来的钱买什么，孟尝君让他买一些家里没有的东西。

《30岁后，你拿什么养活自己》

编辑推荐

30岁前方向不对，30岁后努力白费！ 一艘没有航行目标的船，任何风向都是逆风。 30是道坎，它决定了你整个人生的高度。你迈过去不见得成事，迈不过去，却注定一败涂地。

《30岁后，你拿什么养活自己》

精彩短评

- 1、存款活期与定期相差大了，从来不计较的事情，今天我算下来，活期亏大了，数据就是证据啊。年轻，有必要为自己年老买份定投保险或者基金。当然，还要不断投资自己赚钱的能力！
- 2、对我帮助不错
- 3、人到中年，很多问题接踵而至，必须面对。小时候历练少，现在处理起来感觉都很吃力，幸好有这样一本书教导我，要不然真不知道怎么面对下半生啊！
- 4、基本上就是励志小故事集合 没有什么实际内容 还好不是自己买的书
- 5、是不是无营养鸡汤可参考6条：1.是不是拿小概率替代大多数；2.是不是强调个性、机遇等单方面因素之影响；3.是不是前文为“矛”，后文就有“盾”；4.是不是刻意强化“你就是世界的中心”；5.是不是用励志小故事当作解答，而不是分析故事背后的理由，尽管那些故事也是“想当然”来的；6.是不是不讲“真正的失败”。就跟吃了大餐就要喝几次稀粥似的，烂书对胃口也有调节作用。9-8，9.16读毕
- 6、很好的一本书，我自己也是80后的，值得思考的地方很多
- 7、看了一部分了，感觉受益匪浅。
- 8、内容很空洞，典型的成功学类的书。
- 9、那什么养活自己
- 10、80后该看的书
- 11、说的很实在，道理大家都懂。
- 12、心灵鸡汤集粹。
- 13、80后应该读一下，想想未来
- 14、这书不错，很久都想买了终于如愿
- 15、当当的图书都不错,很教育人，必须正版
- 16、让人反省以及自我认识的一部好书，特别适合将踏入30岁行列大军的军粮
- 17、对我们人生有个很好的警示和激励作用，值得一看
- 18、一辈子都在攒钱理财攒钱，想想就感到活的真没意思。有句谚语说的是，谁控制了动物的口粮谁就控制了动物的意志、活法。真是一大批人的写照啊。
- 19、不管怎样，要为自己的老年生活考虑，这总不会错的。平时花钱的时候，没必要花的钱尽量不要花，不管有钱还是没钱，适度的节约还是需要的。不看这书，到真的没有想过老了以后还要花这么多的钱，是的，早一点作点准备。
- 20、很多时候都在想，自己的人生到底是从什么时候开始算起？假如从小时候开始算起，为什么到了30岁还有那么多问题不会处理？假如从30岁算起，之前的三十年都干了些什么？三十而立，这话不假，没有经过前三十年的教训，是不会有后半生的幸福的。而从三十岁开始，我们80后就要开始重新思索一个问题：如何养活自己？一直到大学毕业，都在啃老，如今三十，似乎还没有感受到丝毫成就感，还是在为生计而奔波。假如这样一直奔波下去，我们的事业、家庭以何而立？养活不了自己，怎么养活家人？怎么给员工发薪水？什么时候才能养活自己而且有盈余顾及他人？看了这本书，有了上面的感想。
- 21、好评 挺有用的
- 22、没内容。
- 23、这本书强调的是提前做好养老的准备，还有在年轻时要多投资自己，让自己在年老的时候活得更从容自在。
- 24、看到这本书是在参考消息的报纸上，书名一下子就抓住了眼睛。三十岁后，我拿什么养活自己，养活家人？
- 25、哈哈 书还不错
- 26、青年人的好书
- 27、读完后满满正能量，分享，合作，行动力，学习提升自己都是很重要的，书的内容大多都是些大道理，但对于此刻的我还是打了满满的鸡血
- 28、对自己很有用，不错，攒一个

《30岁后，你拿什么养活自己》

- 29、读完是有启示的，尤其是那些小有成就又想大有作为的男人们可以阅读一下。。
- 30、很好，有些东西是人人皆知的，但未必人人都能总结的这么到位！感触很深！
- 31、此书是我迷途中的指路灯，是我奔向未来的导航仪，好多同事都在借阅！！
- 32、这本书送给下一代。内容中包括了我的心愿、担忧、以及想说而不知怎么说的话。
- 33、其实一直在线阅读，可我还是买了一本，这可是我第一次在网上买书，也是第一次真正意义上的网购！每次阅读，都给我不小的震撼，可能是比较适合我现在的情况，也是这么长时间来买的很满意的励志书。
- 34、偶尔在书店见了这本书，觉得写的还不错，就买了一本，内容发人深省，很适合我们80后！
- 35、书非常好、看了受益匪浅 就是速度有点慢
- 36、30岁后，你拿什么养活自己，30岁人生的一个坎
- 37、看题目吸引过来的，改变现有观念，值得看的一本书。。
- 38、书买得太多，还没看完。但初步看了看，感觉里面的内容很实在，特别是有些理念可以参考。
- 39、买了好多少书，每次都很好
- 40、太过鸡肋~
- 41、我不是托儿，真不是，书不错。。
- 42、看了一部分，感觉还不错，闲下来的时候是该多看点书
- 43、很早就看过txt版，感觉很不错，很适合我们年轻人学习
- 44、帮老公买的，说还行
- 45、成长的很好一本书 把枯燥的东西讲的很透彻 很实用 很全面 关系理想 事业 心态 交友 知识 都说的很透
- 46、书刚到，还没来的急看，不过同事很喜欢
- 47、这本书写的太好了，很值得大家一看！
- 48、挺实用的！相见恨晚
- 49、我觉得前言里有句话说的特好：除了自己，没有任何人能够帮你。是啊！为了自己，自己也必须努力啊
- 50、迅速上网买了一本。以前翻都不会翻类似的书，现在看，字字金玉，句句良言。建议同龄的朋友们男男女女的都来读一读，我们这代人，说到根儿上，缺的可能就是这种当头一棒的警示——《三十岁后，你拿什么养活自己》？
- 51、淘电子、建立目标就不要放弃，深谋远虑。忍辱负重，能进能退！有远见、勇于冒险，懂得冒险。人生是从选对目标开始！ 简2013.01.17
- 52、好好看看，马上到三十岁了，沉重的年纪啊。
- 53、实用指导性强，值得借鉴
- 54、这本书还没有开始读，但是大概看了下每章的标题，感觉还是不错滴。
- 55、鼓励自己，改正缺点，适应环境，早做准备，努力奋斗，安享人生。
- 56、很好很现实，说出了我们现在面临的生存压力和相关的解决之道，让后来者有借鉴所谓“前世之事后世之师”，教训后来人。。。只得细看！！
- 57、30岁之后就不过了吗
- 58、pdf.txt
- 59、无任何实质理财帮助，不停算未来30年后的养老金，非常无趣。
- 60、广州皇朝风范有限公司本书非常不错.内容很精彩!也很有启发性!强力推荐!! 本评价来自[淘宝-皇朝风范]
- 61、观点值得借鉴。书中有些真实的故事给人启发。可以帮助在彷徨中的人找准自己的方向
- 62、是的，我今年刚好30岁，压力很大。整天在家庭与工作之间疲于奔命。因此，对于生命、时间、财富、梦想、活着的意义等等会考虑很多很多，考虑越多，迷惑越多。况且我收入又不高，有时甚至想放弃！每天都在害怕光阴虚度，从未有过的压迫感！
- 63、还可以，有时间看看。
- 64、感觉像是我高中时写的作文，讲一堆大道理，然后举几个例子。但是有些例子真的是很不错的。
- 65、同事推荐的，真的很不错
- 66、书中所提倡的观念不错，提醒我们早做准备养老问题，姑且不讲能否达到20%收益率，但就理财

《30岁后，你拿什么养活自己》

本身也是值得提倡的，顶一个。

67、应该早看的！

68、看过后觉得有点担心...

69、鸡汤文比较多

70、给当今的迷茫青年一个警告，

71、大体翻了翻 感觉还可以吧 应该有可以学习的地方

72、选择看完了再来评价对书对大家都有个作用。这本书看完了会让人觉得思维清晰了很多，有时候人迷茫无非就是方向问题，书上也讲了方向比努力更重要。也详细的分析了创业的注意事项。是一本值得一看的好书！

73、鸡汤文太多，举例子太多。

74、内容简单易懂，适合白领一族看看。文字直白，对人有启示，看了令我本人觉得对职场和职业生涯有危机感。

一口气连着两三天就看完了。相对太过理论化的书籍，还是更喜欢此类大众化一些的书。

75、一本好书，不管是久经还是初涉职场，里面的案例，都应该细细读过，相信一定会有很多启发，很受用。

76、故事性强，可以推荐给长辈。

77、很多危机感，所以一定要看

78、一直都是老婆在看，因为一起买了三本书，其他两本是专业书，这本书是买书满88元再打8.8折，这本书就等于5块钱，相当划算，给力，这种活动以后多多举行。

79、畅销书的名字不要都起这么像行不行！！

80、这本书不错，真心喜欢。可能是我自己真心欠缺吧。同时买了好几本书。有一本-遇见自己，非常**，建议大家不要买。

81、很不错的一本书，对自己应该会有所帮助

82、值得细读的一本书，会教会你很多东西

83、非常值得看的书，细细品味中！

84、看了真是有点急了，有种错觉明天就是30岁，自己还一事无成

85、站着说话不腰疼的说教。

86、这里说的淡定，不是胸有成竹、胸怀千里那种淡定，而是没有危机感、整天还想着怎么玩、怎么快乐那种无忧无虑。过了三十年无忧无虑的日子，现在只身漂流在外，什么事都要靠自己了。

87、30岁后，你拿什么养活自己，给自己看的书！为以后的生活做好准备！！

88、真的，书名警醒我们要努力，不然就连自己都养不活了

89、还没看，摸了摸纸质，真的很滑，很舒服，希望内容也不错！

90、没感觉

91、我很喜欢这本书，作者很有文采。

92、浪费时间

93、学习下自己的规划

94、很好，希望大家都来看看哦。很不错的。

95、扯淡

96、凡是没有理财观念的人，都要读读这本书，写的真的很好，能找做就更好。

97、还不到那个年纪 但是这本书 是一本值得深思的一本书 真的很不错

98、看到的晚些，现在已三十多了，还是有许多可借鉴之处。

99、讲的是大道理，但是内容空泛，举得一些事例缺乏可信度，有为了讲道理而凑故事的嫌疑。道理可以看看，但不可轻信。

100、奔三鸟！悲催！看着每个月拿到的可怜的薪水，真的想问一句自己，30岁以后，我怎么养活自己养活别人啊！！！！！！！！！！

101、对自己恨有用

《30岁后，你拿什么养活自己》

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:www.tushu000.com