

为什么你越忙越穷？

今天呢，给大家分享的是一个大家生活中经常会遇到，百思不得其解的现象，**1万小时贫穷定律：为什么你越忙越穷？**

世界上努力的人很多，但真正有成就的人很少。同样是努力，有的人付出有收获，有的人却越努力越糟糕。有同感的小伙伴吗～整天都是忙忙忙，没时间静心，没时间谈恋爱，没有属于自己的时间。他们勤勤恳恳，任劳任怨，每天工作超过12个小时，只要企业不倒闭，他们不会换工作。我们说的“一万小时定律”在他们身上，并不起作用。恰恰相反，他们越忙越穷，越勤奋，越把自己的技能缩窄在一个跑道上。

贫穷的死循环

富士康大家应该都听说过，还记得几年前的富士康员工跳楼事件吗？不久前，富士康再次被曝光为“血汗工厂”，调查发现，这家湖南最大的电子产业基地里，超过8000人是派遣工。

什么叫派遣员工？

所谓派遣员工，就是指临时性员工，他们没有假期，也没有病假工资和带薪年假等福利，一旦不工作，就没有工资，或者随时能被公司解雇，而且不用发放违约金。这些人加班时，不按加班工资算，按正常工作工资。而且工资很低，累死累活每小时才14.5元，这算是非常低的水平了。厂方为了让他们多加班，故意把正常工资压得很低，“工人们必须不停加班，才能获得能保证基本体面生活的报酬。”在旺季，一个工人平均一个月要加班100多个小时，意味着每天至少要加班4个小时，远远超过了法律规定的36个小时。有的人甚至连续工作14天不休息，天天加班。生活变成一个巨大的深渊，疯狂吞噬着人们点点滴滴的能量，但很无奈，我们面对这种吞噬时，手足无措，所以，只能被迫应承，哪怕低工资，哪怕14天无休。

为什么陷入贫困状态的人很难脱贫？

发生这种事，质问富士康当然是必要的。但除了质问，我们还应该得到点什么。从18世纪欧洲资本家剥削劳工，到今天的富士康血汗工厂。

事实上，这个世界没怎么变。只要依然存在劳动密集型产业，只要低端产业链无法完

全被机器取代，这种现象就会一直存在。站在个体的角度，质问富士康的意义，并不大。对于我们自己而言，最重要的是，如何避免成为这样被严重剥削的人。



为了研究穷人为什么不容易富起来这一社会现象，美国的一女学者隐瞒她名校博士的身份，潜入贫民窟，像他们一样生活工作。她研究了一个课题：为什么陷入贫困状态的人很难脱贫。

她详细记录了每天的生活，大同小异：每天早上不到5点就要起床，因为要早早去工厂上班，迟到是要被扣钱的。由于时间紧，她根本没有办法从容地吃一顿静心准备好的早餐，只能匆匆吃点面包，再买杯快餐式咖啡搞定。好像刚进入社会，努力工作的我们，不是嘛？

工厂制度很严格，不允许员工随便离开岗位。因为是流水线式操作，所以你必须待在工位上不许离开。上厕所必须申报上司请假批准才能去。时薪很低，必须要工作10个小时以上，才能拿到保证基本温饱的工资，如果想要体面一点，需要工作更长时间。一天24小时，一大半都在固定的工位上度过。午饭和晚饭都是吃快餐，时间不超过半个小时。终于下班了，累，精力早已经消磨殆尽。睡觉之前会有几个小时的娱乐时间，为了纾解一天的困乏，酒吧、夜总会、歌舞厅、都挤满了人。大概会在11点到12点之间喝得醉醺醺的回来，睡觉。持续循环这样的日子。

你看到了，这就是贫民窟生活着的穷人日常的生活，和我们老一辈农民“日出而作，日落而息”并无本质不同。以最廉价的劳动力获取报酬，每天工作超10个小时，甚至没有时间从容体面地吃一份早餐，娱乐活动往往也是简单的感官刺激。经济学家将这种生活状态称之为“贫穷的死循环”。



贫穷的本质：陷入了低时间单位劳动值

一个上班的白领月薪一万，每天8小时工作，周末双休；一个摊煎饼的大妈，月薪2万。将这两人对比，乍一看，容易得出这样的结论：“摊煎饼的大妈比上班的白领挣得多多了，而且不用考虑领导脸色。”由此更进一步想：“读书有什么用，考大学考研究生，找份工作，结果还没大妈摊煎饼挣得多。”摊煎饼的大妈真的挣得多吗？

首先，每天凌晨5点就要起床，准备原材料，准备各项工作；接着，无论风吹雨打，都要把煎饼车推到指定位置，买煎饼的人一般在早上，但中午和晚上也有，还有人买煎饼当夜宵，为了能多挣点，必须要守到晚上9点，待人群大部分散去，才能回家。回家之后，不能立刻休息，还要收拾一下，锅碗瓢盆归置好，已经晚上十点半多了。并且，摊煎饼没有周末和休息日这个概念，想多挣点，就得天天出活。也就是说，煎饼大妈每天的工作时间在17个小时左右，没有周末休息日和节假日这一说。

白领月薪一万，一个月工作22天，每天日薪是454元，每天工作8小时，时薪是56元。煎饼大妈月薪两万，一个月工作30天，每天日薪666元；每天工作17个小时，时薪是39元。如果把工作环境考虑进来，白领不用被风吹日晒，空调能挡住酷暑，咖啡座里的咖啡和饮品无限畅饮，每年都有出游福利，每年都有年度体检。煎饼大妈什么都没有。不要被高收入迷惑，很多人的高收入并不是由高价值劳动带来的，他们高收入的背后，是高付出、高风险、高折旧，很多人是拿命在换钱。

“贫穷的死循环”就是这样一种时间单位值非常低的生活状态

人们拿着非常低的时薪，为了基本温饱，为了过得还算体面，不得不加长工作时间，以至于每天需要工作十多个小时，全部的精力和意志力都放在工作上了。

人们花半个小时匆匆吃着快餐，丝毫不考虑营养值，而只考虑填饱肚子，如果以单位时间的营养值来算的话，一样非常低。到了休息时间，人们根本不会考虑听场音乐会舒缓心情，更不会去健身房跑步塑造体形，吃喝嫖赌抽是最佳娱乐方式。因为所有的意志力和精力都耗费了，一旦得其自由，欲望就容易放纵。这样的休息，不能算是休息，只能是很低级的感官刺激。

在富士康工作的派遣工，他们偷懒吗？大家可以想象一下哈～。不，他们很勤奋，每天把自己的时间塞得满满当当，并且，绝大部分时间，都花在了工作上，他们抓不住机会吗？

不，他们努力工作，就是为了想获得晋升，他们渴望钱，不缺乏任何挣钱的动力，但他们依然贫穷。

其实，贫穷的本质并不在于没钱，没钱可以挣钱，贫穷的本质在于一种重复低时间单位劳动值的生活状态，陷入死胡同，无论何努力，都产生不了什么效果，都只能在死胡同里打转。低时间单位劳动值——低营养值——低级的感官刺激娱乐方式——再回到低时间单位劳动值。就这样，人们彻底陷入“贫穷的死循环”。无论是工作还是娱乐，都是

学习，是让你时间增值的最大办法

大部分人的时间都不属于自己，而是属于老板，他们把自己一生时间和创造的劳动价值都贡献给了老板，只是为了换取一点生活费而已，更可怕的是，很多人终其一生也不能摆脱这无形的枷锁。

很多人都在讨论996工作制，也就是早9点上班，晚9点下班，中午和晚上休息1小时，总计10小时以上，并且一周工作6天的工作制度。要知道，在互联网公司，996并不是什么新鲜事，很多人早上8点不到出门，晚上10点多回家，累得洗漱完倒头就睡，明天又是重复的一天，日复一日。老板当然喜欢这样的员工，但你想过没有，你有成长吗？

小伙伴们可以自己想一想

废掉一个人最隐蔽的方式，就是让他忙到没时间学习。

打破这种死循环的根本，在于让自己的单位时间增值。最有效的方法，无疑是学习。

电视剧《相爱十年》中，刘元去一家日本企业工作，最开始，仅是一家底层的行政文员，每天的工作是倒垃圾、擦桌子、擦楼梯、端茶送水，除了做体力活，还要忍受同僚的冷嘲热讽，每天都很累。尽管如此，为了能在这家公司长远发展，刘元还是挤出时间去报了一个日语培训班，每天坚持学习。

一次偶然的机会，日企老大要去参加一次活动，需要刘元帮忙，刘元很自然地直接用日语和他沟通。日企老大非常惊讶：“刘元君，你日语很好呀。刘元满面微笑，给他留下了非常深刻的印象。此后，刘元在这家日企一路晋升，最终成为职位最高的中国员工。

很多年前，农民工在深圳工作，他们白天在工地上干活，但晚上挤出时间也要去上夜

大，去学习。一个非常简单的道理是，如果你会算 $1+1=2$ ，即使你重复算一千遍，你也不会知道 $2+2=4$ 。但知识和技能越多的人，单位时间产出值越高。所以，无论你处在什么时刻，一定不要让自己忙死，把自己全部的精力和意志力都耗费在无效重复之事上，也就是不要把所有精力都耗费在工作上，每天留出时间，留出精力和意志力，给自己刻意训练，让自己时间增值。

正所谓贫者越贫，富者愈富，有钱人构建系统赚钱，穷人出卖劳力赚钱，富人花利息（被动收入），穷人花本金。

良好的生活状态应该是怎样的？

大家可以想象下自己臆想中的幸福生活，良好的，处于正循环的生活状态应该是这样的：拥有一份单位时间产出值较高的工作，工作时间不会太长，不会经常加班，每天有属于自己的休息时间。休息不仅仅是放纵欲望，你的精力和意志力，除了花在工作上，还有剩余，还能推动自己去学习，打破舒适区，进入未知领域，学习新的技能。能够从容一日三餐，不必每一次都吃快餐，不必那么急匆匆，有时间给自己做饭吃，犒劳自己的胃。有无聊甚至发呆的时间，做一些自己真正喜欢的事情，独处、静坐、冥想，感知生命美意。

“一万小时定律”和“一万小时死亡定律”最本质的区别，在于你能否不断让自己的单位时间值增加。这意味着你不能把全部的时间，投入到工作。你必须留出时间、精力和意志力成本，为自己的蜕变做准备。时光不负有心人，星光不负赶路人。愿你有这样的生活，很多人看起来自己很努力，天天加班，点灯熬油的累死累活，但思想上固步自封，满身怨气，总把自己想成宇宙第一，努力也总带着怨气和自傲，永远看不到别人的优点，也更谈不上取长补短。

有时候会有人问我：“你经常说要进行自我投资，参加各种培训学习，都是在哪里找到的？我随便说几个，过几天回来跟我说：“你说的都是收钱的，我穷，有没有免费的？”或者有人报名了，学了几天跟我说：“你推荐的是啥啊？客服对我一点都不耐心，到点就下班了，我的问题还没处理完，就不能加班么？表面上你很努力，而实际上你的格局和视野只能看到自己的一亩三分地，你感动的只有你自己。

总有些人，对身边的学习机会从不积累，张口就要免费的，思想保守，看到新生事物都觉得是在骗钱的，只要免费就拼命要，把免费服务当有偿，把有偿服务当自己的超极VIP一样，无休止的寻找有没有什么捷径能让自己快速成功还一劳永逸，却从来没专心过一个小时，天天喊着要努力，稍微多付出一点就心疼自己到不行，但总挤兑别人的拼命努力，

看到别人成功，总觉得别人有不可告人的干爹和背景，反正都不是靠自己天天点灯熬油的努力，从来不肯抬头停下来多想想多看看别人的方法。

有句话叫做：看得见的叫差距，看不见的更是差距。意识到的是差距，意识不到的更是差距。

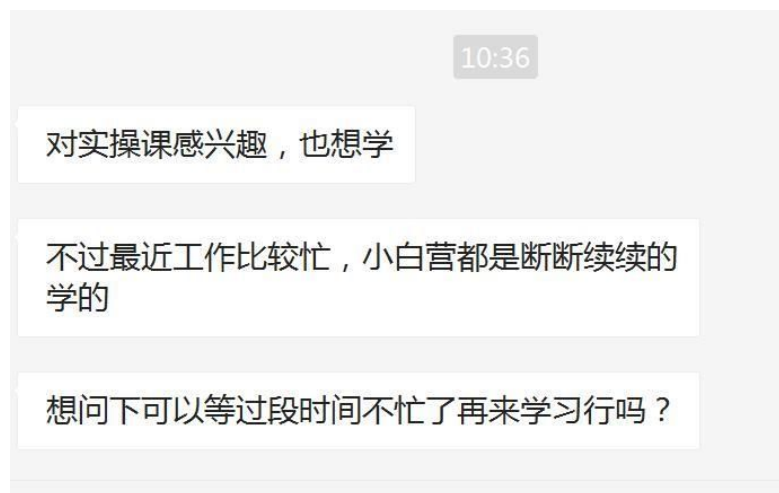
接触牛人其实不难，自己的思维认知升级中很重要的一条，就是购买牛人的时间。

问：但是如何具有富人的思维方式呢？毕竟我们周围这种人很少啊！基本都是和我们差不多的。比你厉害的人，一定会有不一样的地方，他们思考的高度，可能是你从来没有思考过的。去找身边比你厉害的人聊天1小时，比你跟自己的好朋友聊天一年的收获来的要多的多，即使同一件事情，他们思考的角度，思考的深度，跟你可能也是不同的，有时候跟牛人聊天，你会发现自己太傻太天真，已经很厉害了，机会其实很多，我知道一个人，毕业以后自费去采访各种牛人，跟他们学习交流，像现在在行、分答那些个APP上，只要你肯付钱，你就可以获得跟行业里厉害的人交流的机会，其实有没有跟牛逼的人交流的机会，完全在于你有没有这个意识。

真正的认知升级，都是发生在行动之后

今天的分享就到这里了

但是班班还要唠叨几句



早上收到一个同学的消息，说最近忙，想等过段时间再学习，其实咱们班不止一个同学和我说很忙，等一等再学习

班班说两句自己看法哈，其实我们很多人都是一边浪费着时间，一边说着“等有时间再说”，一边偷着时间的懒，一边又在抱怨着不公平，工作中，经常会听到：把资料放那儿吧！朋友间也是总说聚聚，但每次都说下次吧，现在没时间，以后也不会有时间。因为明

明手中刷着手机，却声称回头再说

生活中，我们也会把手边的事一拖再拖，直到实在来不及的时候，才想起自己浪费了太多的时间，好几个同学来问我，说班班你是自己要工作那么忙，还每天给我们上课，感觉你很有时间呢，你是怎么做到的呢

给大家讲讲时间管理

通常提到时间管理，很多人想当然的认为时间管理是如何在一天当中抽出一个小时的时间来做点什么，这个想法换句话说就是我们从日常活动中省出零散时间加起来就足够做有意义的事了，那这个思路已经彻底过时落后了。应该是怎么样呢？

并不是通过节省时间创造想要的生活，而是先创造想要的生活，时间就自动节约下来了，说这句话的是美国做时间管理研究的一个人，叫劳拉

劳拉做过一个时间日记项目，观察那些非常繁忙的女性一千零一天的生活，其中有一位忙到四脚朝天的女士，出门办了点事，回家时发现家里的热水器坏了，地下室已经被水淹了，造成很大破坏，淹的一塌糊涂。

那天晚上这位女士就面临了这场突发灾难，第二天她找来了水管工，隔一天她找来了专业清理团队，处理损毁的地毯，这些都记录在了她的时间日志上，占用了她那一周7个小时的时间

7小时，就是每天多出一小时！

但是如果在那一周的开始问她“你能挤出7小时进行铁人三项的锻炼吗？”“你能挤出7小时辅导7个值得辅导的人吗？”我们可以想得到她肯定会跟我们大多数人一样回答：“不行！没有，你看不出来我有多忙吗？

可是当家里地下室被水淹了之后，她不得不因此挤出7小时，而且她也确实的挤出了这7个小时的时间。

这个事情向我们证明了：时间的弹性是很强的。我们无法创造更多的时间，但是时间会得到充分利用，这取决于我们选择用时间来做什么，所以时间管理的关键就是对待重要的事情像对待坏掉的热水器一样

再说个例子，你的手机坏了。你会不会告诉我说，我没空，等下个月再去买。我估计没人会这样，哈哈 反正我手机要是坏了，肯定是第一时间去修。大家可以思考一下，这才是最准确的说法

如果你让我现在去刷马桶，我会告诉你没时间，但是，如果你付我10万元去刷马桶，我现在立刻就去。虽然这是不可能的事情，但是这足以说明这不是时间不够的问题，而是不想去做。

这个例子可以提醒我们：时间是选择。咱们班有很多每天积极参与输出自己看法的同学，有很多默默爬楼学习的同学，不管多晚都会来打卡，我明白，我也不想小看任何人的努力，不过我认为，接下来我要告诉各位的数字是很有说服力的。

在《高效能人士的七个习惯》中讲到【要事第一】的原则，史蒂芬·柯维做了一个小实验。

他将小石头先放进一个瓶子里，当小石头放满的时候，大石头想放也放不进去了，但是反过来，当他将大石头先放进去，再将同等数量的小石头放进去，这样就都装下了。

当你的时间全部被琐碎的小事或者休闲娱乐占据后，那些重要的事就没有时间做了。你的人生会变得效率低下。所以，只有把时间放在有价值的事上，我们才能高效地过这一生。当你完成了重要的事，如果还有时间和精力，就可以去做那些次要的事。

最后给大家做个选择题：

A. 每天抽出1小时，认真学习理财投资，挖好自己的井，掌握一门一辈子都可以用的赚钱技能。

B. 继续透支着身体“忙”到没空学习，拿着死工资，焦虑着未来，担心着疾病，操心着养娃，还有你顾不上的养老问题。

好了，下面大家时间思考，让我看到你们的答案哦或者你要让自己知道你的答案