

健康和金錢，你選哪一樣？

文、圖·趙大鼻

課程結束，走在回去的路上，在電梯口遇到了正在等我的他，在他臉上似乎感覺帶著一絲煩惱。

我們邊走，他邊告訴我最近遇上的問題，一直以來，金錢是他工作的目標，現在的公司對員工很照顧，員工加班有薪水補貼。前幾年當他加入公司時，這對他來說是天大的好消息，所以他一直爭取這樣的機會，每个月的薪水都能超出他原先預期，這樣生活了好一陣子。

但後來，他的身體開始有狀況，加班的生活讓他生活步調大亂，他笑著說，那時候，每年的新年願望就是希望自己可以多睡一點，因此後來，他開始減少加班，把自己的身體照顧好，一直到最近，他比從前那段加班加的天昏地暗的時候，健康了許多。但是，他現在反而開始覺得薪水不如預期，正在考慮要不要再多接一些工作，反正下班也沒事，覺得還是賺錢比較實際……

十年後，你想靠什麼賺錢呢？

從短短幾分鐘的聊天，我猜這位朋友應該是個對金錢很有熱情的人，換句話說，他對金錢有一份不安定感，但是對他來說，金錢的來源，是要用下班應該休息的時間去換取的，而且已經試了幾年，那時候讓自己的身體都試出問題了。

我問他：「請問你十年後希望用體力賺

錢，還是用能力賺錢呢？」，他說：「當然是能力」，我再請問他：「可是現在的你，想用加倍的時間去換取你覺得很重要的金錢，再過了十年，會不會讓自己的身體無法負荷呢？」

看著他的臉，我覺得他開始從單純只想找人抱怨訴苦，到意識了什麼。我順著話題往下分享，一開始的你希望「賺到錢」，但是後來的你覺得「健康」很重要，可是接下來你又開始覺得錢不夠了，於是你開始「犧牲健康」去換取金錢，這樣不是讓你陷在惡性循環中嗎？建議你現在可以用一段時間培養自己的「能力」，可能短期賺不到錢，但這樣未來賺錢會輕鬆一點，之後就不會有「錢」與「健康」不可兼得的處境了。這位朋友點了點頭，似乎有了些頭緒。💕

作者簡介

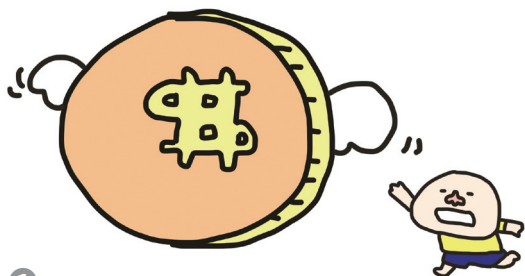
本名趙祺翔，曾經是淋巴癌第三期的患者，現是位透過演講讓人掌握幸福的幸福教練。著有《大鼻的抗癌日記》（紅印文化）、《就算衰到爆，也要窮開心——趙大鼻的傻瓜日記》、《seeing, dating, 我們要不要在一起？》（春光出版）

· 趙大鼻的抗癌繪圖日誌部落格：

blog.xuite.net/jason700804/bignose

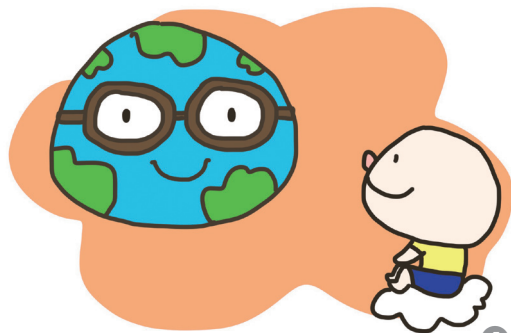
· facebook 搜尋：趙祺翔、趙大鼻

想著追逐金錢



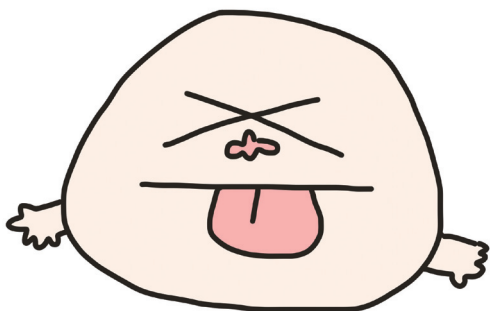
1

將可以跟這個世界學習



4

得到的將是重重壓力



2

想著助人圓夢



5

想著與人為友



3

想要的資源將會源源不絕



6