

خلاصه کتاب

پول یا زندگی؟

۹ گام برای دگرگونی روابط با پول و رسیدن به استقلال مالی



مترجم: محمد جواد محبی

نویسنده: جو دومینگوئز، ویکی رابین

رابطه شما با پول، چگونه است؟

چندی پیش از طریق مطالعه وبلاگ‌های مدیریت مالی شخصی، با کتابی بسیار ارزشمند به نام پول یا زندگی (Your money or Your life) آشنا شدم که خواندن آن، دید من را نسبت به پول و تمام ابعاد زندگی که متأثر از پول هستند تغییر داد. کتابی بسیار عالی و ضروری برای همه.

در بسیاری از مطالبی که در [یک ریال](#) منتشر شده، ایده‌هایی از این کتاب گرفته و یا تجارب خودم را در به کار بستن گامهای این کتاب برای شما نوشته‌ام. چندبار تصمیم گرفتم که آن را ترجمه کنم ولی حجم زیاد آن و تعدد مثالهایی که از مشتریان آمریکایی نویسندگان کتاب زده شد، من را منصرف کرد تا اینکه تصمیم گرفتم آن را خلاصه کرده و منتشر کنم.

در این خلاصه کتاب، تا حد زیاد به متن و ایده اصلی وفادار بوده‌ام و هر جا که احساس کردم نونه مشابه و قابل درک ایرانی آن وجود دارد از آن استفاده کرده‌ام. به نظر خودم که کار خوبی از آب درآمده و امیدوارم که برای شما هم مفید باشد.

اما نکته مهمی که وجود دارد اینکه این کتاب یک دستورالعمل کاربردی است. کتابی برای افزایش اطلاعات شما نیست. ترتیبی از گامهای عملی است که باید آنها را به کار بسته و اجرا کنید تا به موفقیت مورد نظر برسید.

در [وبلاگ یک ریال](#)، صفحه ویژه‌ای برای این کتاب باز کرده‌ام که در حد توان به پرسش‌های شما پاسخ خواهم داد و البته مثل همیشه از پیشنهادهای خوب شما استقبال خواهم کرد.

شاد و موفق باشید

محمد جواد محبی - پاییز ۱۳۹۴

فهرست مطالب:

۴	مقدمه
۸	فصل اول؛ تله مالی: نقشه راه قدیمی پول
۱۶	فصل دوم؛ پول آن چیزی نیست که می‌نماید و هیچ‌وقت هم نبوده است.
۲۹	فصل سوم؛ پول‌های ما کجا می‌روند؟
۳۶	فصل چهارم؛ چه مقدار کافی است یا چگونه تمامیت در زندگی را تشخیص بدهیم؟
۴۱	فصل پنجم؛ مشاهده پیشرفت: انرژی زندگی را نمایان کنید.
۴۴	فصل ششم؛ کاهش هزینه‌ها
۴۸	فصل هفتم؛ علاقه یا پول؟ ارزش انرژی زندگی در ارتباط با کار و درآمد
۵۲	فصل هشتم؛ نقطه گذار، معدن طلا در انتهای راه
۵۵	فصل نهم؛ مدیر مالی خودتان شوید.

مقدمه

به شما برای خواندن این سری از مطالب و آغاز یکی از هیجان‌انگیزترین سفرهای زندگی‌تان تبریک می‌گوییم. شما قرار است سفری اکتشافی برای شناخت خود و یادگیری و گام گذاشتن در دنیایی دیگر را شروع کنید.

بسیاری از افراد پول را به‌عنوان مانعی در برابر شادی می‌بینند، کمبود پول، نگرانی در مورد آن، زمانی که باید صرف درآمد کرد، گناهی که از داشتن آن احساس می‌کنند و پشیمانی از خرجی که کرده‌اند.

این کتاب راهی امتحان پس داده برای غلبه بر این موانع است. این برنامه به شما یاد می‌دهد تا از پول به‌عنوان ابزاری برای گرفتن آنچه از زندگی می‌خواهید، استفاده کنید. شما یاد خواهید گرفت که هوشمندانه، با تمامیت، مستقل از رابطه با پول و فشارهای اقتصادی رفتار کنید.

جو دومینگوئز که پیش از نوشتن کتاب، یکی از فعالین بورس نیویورک بود این برنامه را در سال ۱۹۶۰ و بر اساس تجربه‌های شخصی توسعه داد. در این مسیر او تمرین‌های عملی را برای آوردن خرد مالی در زندگی شخصی گسترش داد. او در سن ۳۱ سالگی بازنشسته شد و هیچ‌گاه نیاز پیدا نکرد که برای تأمین مخارج زندگی خود، کار کند. او پس از آشنایی با ویکی رابین و کمک به او برای پیمودن مسیر تمامیت مالی، کتاب پول یا زندگی را نوشت.

این کتابی برای خواندن و گذشتن نیست. یک کتاب عملی و از آن‌سو کتابی عمیق در خصوص تغییر روابط و دیدگاه‌های ما در مورد پول است.

سعی کنید صادقانه به سؤال‌های زیر پاسخ دهید:

آیا پول کافی دارید؟

آیا زمان کافی برای گذراندن یا خانواده و دوستان دارید؟

آیا سرشار از انرژی از کار به خانه برمی‌گردید؟

آیا زمان برای شرکت در برنامه‌های موردعلاقه‌تان دارید؟

اگر کارتتان را از دست بدهید به آن به عنوان یک فرصت نگاه می کنید؟

آیا از نقش خود در دنیا راضی هستید؟

آیا با پول آشتی هستید؟

آیا شغل شما با ارزش هایتان هم نواست؟

آیا برای شش ماه زندگی نرمال پس انداز دارید؟

آیا زندگی شما به عنوان یک کل هماهنگ است؟ شغل، مخارج، روابط، ارزش ها؟

اگر پاسخ شما به هر یک از پرسش های بالا منفی است این کتاب برای شماست.

ممکن است که ما آمار و ارقام اقتصادی را درک نکنیم اما به خوبی درک می کنیم که حقوق ماهیانه ما به اندازه مخارجمان رشد نمی کند. این کتاب قرار است که زندگی شما را به صورت یک کل بنگرد و نه مجزا. این کتاب قرار است رابطه شما را با پول تغییر دهد، رابطه ای که در آن از میزان رضایت از زندگی تا شیوه برخورد در جامعه و یا تعاملتان با دنیا دستخوش تغییرات می شود و این تغییرات قرار است به صورت بنیادین رخ دهند.

نقشه راه قدیمی

فرض کنید که به شهری وارد شده اید و نقشه ای از آن شهر در دست شماست، برای تماشای فیلم به محلی که سینما را نشان داده می روید ولی آنجا به بازار تره بار تبدیل شده است. یک رستوران به کوچه باریکی تبدیل شده که به ایستگاه راه آهن ختم می شود. به نقشه شک می کنید. به تاریخ نقشه دقت می کنید، اوه... مربوط به ۵۵ سال پیش است. به این نتیجه می رسید که این نقشه به درد شما نمی خورد هرچند که مربوط به همین شهر است.

تغییر ذهنیت ما با پول نیز به همین صورت است. نقشه قدیمی که هم اکنون در دست بسیاری از ماست، نشان دهنده یافتن شادی در برخی از نقاط مشخص زندگی است. این نقشه از گذشته به ما رسیده و البته کار با آن کمی هم سخت تر شده است. بسیاری از ما این نقشه را دنبال کرده و دنبال رسیدن به کامیابی و شادی عمیق و همیشگی هستیم.

علامت های این نقشه را دنبال می کنیم و همان طور که مشخص است به جایی نمی رسیم. مثلاً داشتن فلان شغل، یا فلان میزان از درآمد و یا فلان خانه و ماشین ما را به آن شادی عمیق نمی رساند. دائم خودمان را با افراد بیشتری مقایسه می کنیم که انگار از نظر ما شاد هستند. با تلاش بسیار در موقعیت آن ها قرار می گیریم اما همه چیز به سرعت رنگ می بازد. دوباره مقایسه شروع می شود. دوباره کسی که در جنبه ای از زندگی، خود را با او مقایسه می کنیم.

یکی از مسائل امروز ما یکی کردن شغل و شخصیت است. اگر از شما پرسیده شود که چکار می‌کنید، نمی‌گویید لوله‌کشی می‌کنم می‌گویید من لوله‌کش هستم. نمی‌گویید برنامه‌نویسی می‌کنم، می‌گویید مهندس کامپیوتر هستم. این مسئله باعث شده که به‌جای آنکه با درآمد بیشتر و امکانات بیشتر به آزادی بیشتر برسیم، وابسته‌تر شویم.

اکثر زمان بیداری ما را شغل می‌گیرد، اینکه از این شغل رضایت داریم یا نه بماند، ولی تمام زندگی‌مان از آن متأثر شده است. رفت‌وآمد به محل کار، تنش‌های شغلی، پولی که خرج می‌کنیم تا این تنش‌ها را از ما بگیرد، غذایی که باید بخریم چون وقت نداریم و نهایت اینکه خسته و بی‌حوصله به خانه برمی‌گردیم.

چسبیدن به آن نقشه قدیمی نمی‌تواند ما را به مکان مطلوب برساند و قطعاً به یک نقشه راه جدید احتیاج داریم.

نقشه راه جدید برگشت به عصر کشاورزی و زندگی با حداقل امکانات نیست، بلکه تغییر ذهنیت برای رسیدن به نقطه‌ای است که به احتمال بیشتر می‌توانیم به شادی و رضایت از زندگی برسیم. شاید بسیاری از رهبانیت لذت ببرند. شاید سختی کشیدن مثلاً روزه برای مدتی خوب باشد ولی برای رسیدن به شادی به حداقلی از درآمد نیاز داریم که لنگ برطرف کردن نیازهای اولیه خود نشویم.

ساخت یک نقشه راه جدید

تغییر عادت‌ها احتمالاً مهم‌ترین کاری است که باید انجام دهیم و این، کار آسانی نیست.

تفکر استقلال مالی

داشتن تفکر استقلال مالی یعنی اینکه فرضیات کنونی خودمان را بشناسیم و بفهمیم که آن‌ها به ما کمکی نمی‌کنند و در نقشه جدید جایی ندارند. در این نقشه جدید مقایسه خود با دیگران کار اشتباهی است، ممکن است الگوی مقایسه ما رئیس و یا دوستان باشد اما زمانی که به او می‌رسیم، به نقطه‌دیگری منتقل شده و باز باید به دنبال او برویم. شاید برخی مقایسه را عامل پیشرفت بدانند اما می‌توان کار خود را به بهترین وضع انجام داد و پیشرفت را با گذشته خود مقایسه کرد. مقایسه با دیگران سم مهلکی است که ما را مسموم می‌کند.

تفکر استقلال مالی شروع کار است و آغاز گام نهادن در مسیری است که نتیجه آن به هوش، تمامیت و استقلال مالی خواهد رسید.

هوش مالی

هوش مالی دیدن مسائل از بالا، بدون مفروضات ذهنی و احساسات است. آیا پول واقعاً شادی می‌آورد؟ آیا من برای رسیدن به شادی به تمام چیزهایی که فکر می‌کنم نیاز دارم؟ آیا هدف من از زندگی همین است؟ آیا اگر عمر خود را فدای پول درآوردن کنم خودم یا خانواده‌ام در نقطه‌ای ایمن قرار خواهیم گرفت؟

برای رسیدن به هوش مالی، اول باید مشخص شود که در این سال‌ها چقدر پول درآورده، چقدر خرج کرده‌اید و چقدر باقی‌مانده است؟ نتیجه مشخص دستیابی به هوش مالی پرداخت بدهی‌ها و داشتن پس‌انداز برای هزینه‌های شش ماه زندگی است.

تمامیت مالی

تمامیت مالی درک اثر درآمد و هزینه‌بر خانواده و دنیای ماست. مشخص کردن میزان کافی پول و لوازم برای ماندن در اوج کامیابی است و درک اینکه چه چیزی در زندگی ما اضافی است و به ما خدمت نمی‌کند.

استقلال مالی

استقلال مالی یک محصول جانبی این دوره است؛ یعنی رسیدن به درآمدی مستقل از حقوق‌بگیری که هزینه‌های شمارا پوشش می‌دهد. درواقع استقلال مالی رسیدن به نقطه‌ای است که برای تأمین مخارج نیاز به کار کردن نداشته باشید. مسئله این است که چه زمانی و با چه کیفیتی به این نقطه برسید. اگر زمان رسیدن به این نقطه هنوز زنده باشید به آن بازنگشتگی می‌گویند.

فصل اول

تله مالی: نقشه راه قدیمی پول

اگر کسی یک تفنگ روی سر شما گذاشته و بپرسد پولت یا جونت؟ چه می‌گویید؟
در این حال حتماً تمام پول خود را به او می‌دهید چون جان بسیار باارزش‌تر است....
اما آیا واقعاً این‌طور است؟

حتی اگر عاشق شغل خود باشید به‌سختی می‌توانید بپذیرید که زندگی شغلی شما کامل است. چند نفر را می‌شناسید که در پایان روز سر حال‌تر از ابتدای روز باشند؟ زندگی روزمره بسیاری از ما در این چرخه می‌گذرد:

بیداری، صبحانه، کار، رئیس، همکار، برگشت به خانه، شام، تلویزیون، خواب
شغل همه‌چیز ما شده است. تمام ابعاد زندگی، زمان استراحت، گذران با خانواده، زمان خواب همه‌چیز را در برگرفته و شخصیت ماست. اگر کسی بپرسد که چکار می‌کنید می‌گویید من فقط یک.....

آیا شرمنده هستید؟ آیا دروغ می‌گویید؟ آیا موقعیتی که وجود ندارد برای خود خلق می‌کنید مثلاً مدیر ... در صورتی آنجا چنین پستی وجود ندارد؟

آیا این زندگانی است یا مردگانی؟

این مردگانی هزینه‌های زیادی دارد، از استرس‌های شغلی گرفته تا نگذاشتن وقت برای همسر و فرزندان تا انواع عوارض جانبی که شغل بر شما تحمیل می‌کند.

کار بیشتر، درآمد بیشتر و زندگی مالی بهتر

شاید این تنش‌ها تحمل می‌شود تا با کسب درآمد بیشتر، کیفیت زندگی افزایش یابد اما شواهد چیز دیگری را نشان می‌دهد. پس‌انداز افراد روزبه‌روز کاهش یافته و جای آن را قرض و بدهی و وام گرفته است. اطراف خود را با انواع لوازم و وسایل پر کرده‌ایم و کماکان به دنبال چیزهای جدید هستیم ولی صادقانه، آیا این‌ها برای ما شادی خریده‌اند؟ آیا کیفیت زندگی خانوادگی، اجتماعی و یا شغلی ما را افزایش داده‌اند؟

و البته این بدهی و اقساط روزبه‌روز ما را اسیر شغلی کرده‌اند که دوست نداریم و البته نمی‌توان استعفا داد یا از آن دست کشید.

اما آخر هفته‌ها و تعطیلات را خوش می‌گذرانم

آخر هفته‌ها زمان خانواده است، اما وقت کوتاه است و برنامه‌ای برای آن ندارید، باید برای خرید به فروشگاه بروید و هنگام پرداخت متوجه می‌شوید که این حجم خرید قبلاً ۱۰۰ هزار تومان بود و اکنون به ۱۵۰ هزار تومان رسیده است. ولی چکار می‌توان کرد؟

وارد منزل که می‌شوید خانم غر میزند که هم‌زن کار نمی‌کند و باید غذاساز بگیری. البته هفته دیگر تولد همسرتان است و برای سورپرایز کردن او، غذا ساز را هم به انبوه وسایل آشپزخانه اضافه می‌کنید.

حوصله توپ‌بازی با بچه‌ها در پارک سر کوچه را ندارید و آن‌ها را به شهربازی می‌برید. کارت شهربازی را برای آن‌ها شارژ می‌کنی تا از سر تو دست‌بردارند و بتوانی سر از موبایل جدیدی که گرفته‌ای درآوری.

اما شادی، جای شادی کجاست؟

اگر این زحمت روزانه برای ما شادی می‌آورد، اگر خرید وسایل جدید بیش از شادی لحظه‌ای و گذرا چیز دیگری به ما می‌داد، شاید به راحتی سختی کار زیاد را به جان می‌خریدیم ولی آیا واقعاً این اتفاق می‌افتد؟

نویسندگان کتاب این سؤال را از شرکت‌کنندگان در سمینار خود بارها و بارها پرسیده‌اند که خود را بر اساس شادی از یک تا ۵ رده‌بندی کنید که یک یعنی بدبختی تمام و پنج بهترین وضع ممکن است. میانگین پاسخ‌ها بین ۲,۲ تا ۲,۸ بوده و حتی به سه هم نرسیده است. این موضوع مستقل از درآمد بوده و برای افرادی با ۲۰۰۰ دلار تا ۶۰۰۰ دلار درآمد در ماه، صدق می‌کند.

پول یا زندگی: ۹ گام برای تغییر روابط با پول و رسیدن به استقلال مالی

جدول زیر را ببینید و خود را ارزیابی کنید. ببینید که در هر ستون چه واژه‌هایی شرح حال شماست؟

۵	۴	۳	۲	۱
شادمان	خوشحال	راضی	ناراضی	ناراحت
هیجان زده	در حال رشد	۵۰-۵۰	جستجوگر	خسته
کامیاب	راضی	متوسط	ناکافی	ناتمام
انگیزه بخش	مولد	قابل قبول	می تواند بهتر باشد	بیهوده
پرانرژی	آرام	گاهی خوب گاهی بد	بدون احساس	بیمناک
قدرتمند	موثر	پایدار	رو به بهبود	تنها
ایجاد تغییر	دارای زمان کافی	نرمال	نه خیلی مفید	عصبانی
	سرگرم	کمی ریسک پذیر	نیاز به اطمینان	نیاز به محبت
	امنیت			عدم امنیت

اما بالاخره اگر کار نکنیم چکار کنیم؟ چطور درآمد داشته باشیم؟

پیش از آن اجازه دهید یک سؤال بنیادی را مطرح کنیم:

آیا بیشتر بهتر است؟

بگذارید کمی در این مطلب دقیق شویم. بیشتر بهتر است، عبارتی است که تمام حرکات ما را کنترل می‌کند. به‌روز کردن و خریدن هر چیزی که مدل جدیدتر و یا پیشرفته‌تر آن به بازار آمده است اما اگر بیشتر بهتر است، پس هیچ چیز کافی نیست.

زندگی فعلی ما به‌صورت کلی در زمینه پول حرکت می‌کند. از رسیدن به آرزوها تا فرار از ترس‌ها، از کاهش درد و رنج تا رفتن به جایی بهتر، همه چیز را در زمینه پول می‌بینیم و خریدن، فعلی است که بیشتر از هر چیز صرف می‌کنیم. حتی می‌خواهیم شادی و امید را هم خریده و در سبد خود بگذاریم اما به این ترتیب تبدیل به یک مصرف کننده شده ایم. مصرف کننده نه از منظر دوگانه تولید و مصرف بلکه از نگاه اینکه همه چیز را می‌خواهیم و حلال همه مشکلات را هم پول می‌دانیم.

ترس، حرص، احساس گناه و البته مقایسه با یک زندگی آرمانی، ابزارهای در دست بازاریاب‌های حرفه‌ای هستند که ما را به مصرف هر چه بیشتر سوق می‌دهند.

در آغاز تولد نیازهای اولیه ما رفع می‌شود، غذا، سرپناه و پوشاک. مثل یک معجزه دستی از بیرون می‌آید و خواسته‌های ما را پاسخ می‌دهد. کافی است گریه کنیم. ذهن ما تمام این‌ها را ثبت می‌کند، دنبال چیزی از بیرون باش تا نیازهای تو برطرف شود.

بزرگ‌تر می‌شویم، دوچرخه می‌خریم، به شهر بازی می‌رویم، عیدی می‌گیریم، رابطه‌ای بین شادی و پول در ذهن ما شکل می‌گیرد. حس فوق‌العاده خرید دوچرخه رؤیاهایتان را به یاد بیاورید. پس از چندی صاحب درآمد می‌شویم، لوازم خانه، اتومبیل، سرویس طلا و مبل‌مان قسطی در صف خرید قرار می‌گیرند. پول در حال برطرف کردن نیازهای ماست و ما از پول بیشتر لذت می‌بریم. پای لوازم لوکس به زندگی مان باز می‌شود.

زندگی ما با کار بیشتر و پول بیشتر عجین می‌شود.

نشانه‌هایی پدیدار می‌شوند. چرا مثل سابق از خرج کردن پول هیجان‌زده نمی‌شویم؟ چرا این قدر نگران از دست دادن دارایی‌هایمان شده‌ایم؟ چرا جای ما در کنار خانواده خالی است؟ و روزی این پرسش در ذهن ما نقش می‌بندد: آیا من خوشبختم؟

در ویلای شیک خود نشسته‌ایم و رضایت ما از زندگی به کمترین میزان خود رسیده است. حسرت روزهای دانشجویی را می‌خوریم که با جیب خالی در پارک قدم می‌زدیم و فقط شادبودیم، حسرت مسافرت‌های دسته‌جمعی با مینی بوسهای ابوطیاره؛ و نمی‌فهمیم که فرمول پول = شادی دیگر کار که نمی‌کند هیچ، علیه ما شمشیر کشیده است.

اکنون باید از خودمان بپرسیم، از دست من چه کاری برمی‌آید؟

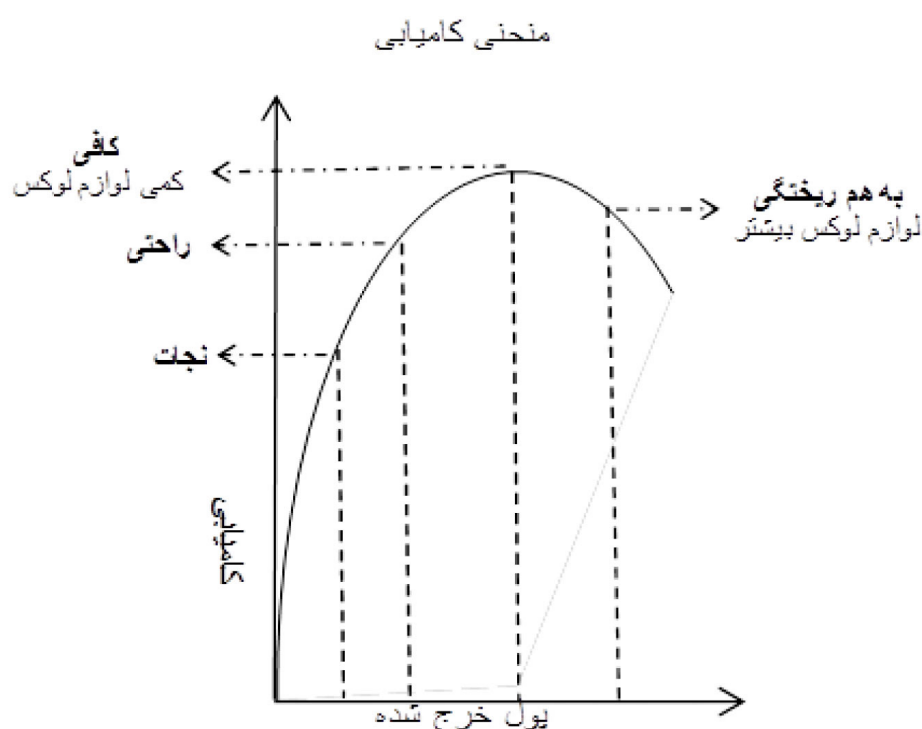
نمودار کامیابی

ما در هیچ دوره‌ای از زندگی، آموزشی در مورد پول نمی‌بینیم. تنها هنگام رشد به دیگران نگرسته و کارهای آن‌ها را تقلید می‌کنیم و به این فکر می‌کنیم که پول می‌تواند زندگی بهتری را برای ما رقم بزند. پول می‌تواند برای ما شادی بیاورد.

در منحنی کامیابی یک نقطه بیشینه داریم. در این نقطه تمامی نیازها، تمامی اولیه‌ها و چندتایی لوازم لوکس داریم. پول خرج کردن برای ما شادی زیادی به همراه می‌آورد. مفهوم دیگر این نقطه، واژه جادویی کافی است.

کافی کلمه سحرآمیزی است که مقدار و اندازه‌ای ندارد ولی اگر آن را تشخیص ندهیم - آن هم به موقع - به احتمال زیاد در سراشیبی سقوط این منحنی قرار می‌گیریم. زمانی که کشف کنیم که چه میزان برای ما کافی است، منحنی کامیابی برای همیشه به رشد فزاینده خود ادامه می‌دهد. بله با خرج کردن پول به رشد خود ادامه می‌دهد.

حالا باید از خودمان بپرسیم آیا بیشتر بهتر است؟ اگر آری پس هر چه که دارم کافی نیست. به این جمله خوب فکر کنید.



کافی نقطه اساسی در منحنی کامیابی است

کافی نقطه اوج است. البته از آن بالاتر هم می‌توان رفت که در فصل‌های پیش رو خواهید خواند اما اینجا، جایی است که ترسی وجود ندارد. شکرگزار تمام مواهبی هستید که پول وارد زندگی شما کرده و هیچ چیز اضافی وجود ندارد. به هم ریختگی وارد زندگی شما نشده است.

به هم ریختگی (clutter) عامل گذار از نقطه عطف و شروع سقوط در سراشیبی است و از ایده بیشتر بهتر است مشتق می‌شود. کلاتر هر چیزی است که جایی در زندگی شما اشغال کرده و خدمتی را هم به شما ارائه نمی‌کند.

امروزه طراحی فروشگاه‌های بزرگ به‌گونه‌ای است که شمارا به خرید هر چه بیشتر چیزهایی که لازم ندارید سوق می‌دهند و قفسه‌های با برچسب تخفیف، تبدیل به نقاط «به من نگاه کن» (gazing us pins) شده‌اند. این برچسب‌ها و چیدمان حرفه‌ای فروشگاه‌ها تبدیل به عامل اصلی به‌هم‌ریختگی و خرید لوازم اضافه در زندگی ما شده‌اند.

اما پس از نوشتن مطالبی در مورد شادی و کامیابی در زندگی، اجازه دهید گام‌های عملی را شروع کنیم.

گام اول آشتی با گذشته

این گام کشف این نکته است که در عمر خود چقدر پول درآورده‌اید؟ چقدر بدهی دارید و چه دارایی‌هایی به زندگی شما افزوده شده است.

شاید این گام با توجه به میزان تورم زیاد در ایران شدنی و مفید نباشد اما با انجام آن به دستاوردهای زیر می‌رسید:

- فضای مه‌آلود را روشن کرده و متوجه می‌شوید که درآمد شما در طی زمان چقدر بوده است.
- توانایی شما در کسب درآمد و میزان افزایش سالیانه حقوق را روشن می‌کند.
- شمارا به نقطه اول با ذهنیت باز و صفر برمی‌گرداند تا برای مسائل مالی خود برنامه‌ریزی کنید.

نه شرمندگی و نه سرزنش

یکی از مسائل مهمی که باید در این دوره با آن روبرو شوید این است که جایی برای سرزنش وجود ندارد. برای همه ما بارها پیش‌آمده که دورهم بنشینیم و از فرصت‌های ازدست‌رفته بگوییم. حتماً شما هم تابه‌حال هزاران بار در این بحث‌ها شرکت داشته‌اید ولی در این دوره از آن خبری نیست. هیچ سرزنشی وجود ندارد و باید دست به عمل بزنید و عادت‌ها و در نتیجه رفتارهای خود را تغییر دهید.

در این دوره و مواجهه‌شدن با مسائل مالی احتمالاً بسیار پیش خواهد آمد که خودمان یا دیگران را سرزنش کنیم ولی باید مواظب بود که این کار را نکرده و تنها کار درست را انجام دهید.

ترازنامه مالی

اگر کارمند هستید، اگر درآمد خود را جایی ثبت کرده‌اید، اگر حساب بانکی مشخصی دارید، به آن‌ها، به فیش‌های حقوقی و با صرف وقت به حافظه خود رجوع کرده و کل درآمد خود در سال‌های گذشته را حساب کنید. از حقوق گرفته تا سودهای بانکی تا کارهایی که به صورت پروژه‌ای انجام داده‌اید.

پس از آن لازم است بدانید که پس از کسب این درآمد در طی سال‌ها چه چیزی برای نشان دادن دارید؟ چه دارایی‌هایی برای شما باقی مانده است؟ چه دارایی‌ها و چه بدهکاری‌هایی دارید؟

قیمت کنونی تمام دارایی‌هایتان از خانه، اتومبیل، لوازم خانه و داخل انبار و هر چیزی که برای نشان دادن دارید را حساب کنید و ببینید که در این مدت چقدر دارایی جمع‌آوری کرده‌اید.

چقدر توانسته‌اید درآمد خود را در سال تغییر دهید؟ تا به حال چند بار سرمایه‌گذاری کرده‌اید؟ چقدر توانسته‌اید به صورت مستمر به یک برنامه پس‌انداز وفادار باقی بمانید؟

از سوی دیگر تمام بدهی‌ها، تمام وام‌ها و تمام قرض‌های خود را هم لیست کنید.

در پایان شما می‌بایست که ترازنامه مالی تهیه کنید که در دوران زندگی کاری، چقدر درآمد داشته، چقدر آن به دارایی تبدیل شده و هم‌اکنون چقدر بدهی دارید. ممکن است در پایان انجام این کار با یک «آها؟» بزرگ روبرو شوید. آیا من این قدر درآمد داشته‌ام؟ آیا این قدر دارایی دارم؟ چقدر لیست طلبکاران من بزرگ است؟

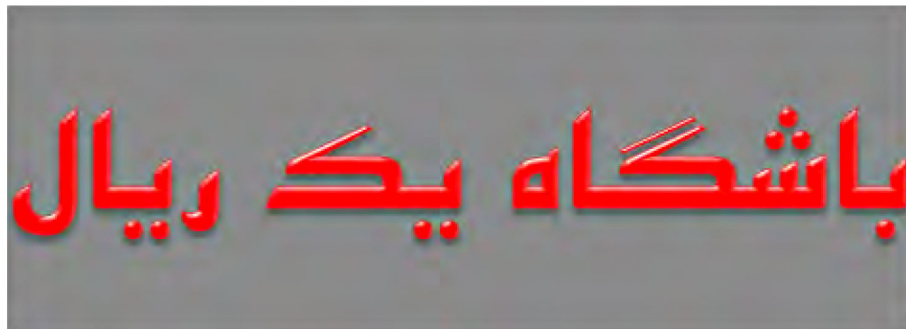
نکته: لازم نیست حتماً این مرحله را به صورت کامل انجام داده و بعد به مرحله بعد بروید. می‌توانید آن را در طی دوره تکمیل کنید.

این گام اول از نه گام برنامه رسیدن به استقلال مالی است. هرگونه سؤالی برای شما پیش‌آمد در بخش کتاب پول یا زندگی مطرح کرده و فراموش نکنید که موفقیت شما بیش از هر چیزی به رفتار و عملکردتان بستگی دارد نه به اطلاعاتی که جمع‌آوری کرده‌اید.

پس دست به کار شوید.

این کتاب یکی از ده‌ها منابعی است که اعضای باشگاه یک ریال برای رسیدن به استقلال مالی دریافت می‌کنند. برای کسب اطلاعات بیشتر و عضویت در باشگاه یک ریال روی تصویر زیر کلیک کنید.

برای اطلاع از نحوه عضویت در



کلیک کنید

فصل دوم

پول آن چیزی نیست که می‌نماید و هیچ‌وقت هم نبوده است.

بیشتر بحث‌های ما در مورد پول است. اصلاً شما در حال خواندن این خلاصه کتاب هستید تا وضعیت پولی خود را بهتر کنید ولی پول چیست؟ چه تعریفی برای آن ارائه می‌دهید؟

ما در مورد پول حرف می‌زنیم، در مورد پس‌انداز آن، کسب آن، مالیات آن، شکل آن، دوست داریم خیلی از آن داشته باشیم، با آن اتومبیل نو بخریم، ممکن است آن را شیطانی بدانیم، ممکن است آن را منشأ تمام شادی‌ها بدانیم؛ اما اگر بخواهیم پول را تعریف کنیم بیشتر تعریف ناقصی است که تمام ابعاد آن را در نظر نمی‌گیرد.

ممکن است اسکناس هزارتومانی را نشان داده و بگویید که این پول است ولی این پول نیست. این فرمت کاغذی واحد پولی کشور ماست که در همین کشور همسایه با آن قادر به خرید چیزی نیستید.

برای کشف ماهیت پول باید افق‌های دید خودمان را گسترش دهیم.

چهار چشم‌انداز پول

یک آسمان خراش را تصور کنید. برای مشاهده تمام ابعاد پول بایستی از تشبیه آسمان خراش استفاده کرد و بر این اساس چهار دیدگاه می‌توان برای آن در نظر گرفت:

۱- چشم انداز سطح خیابان، قلمرو فیزیکی

در سطح زمین، سروصدای ماشین‌ها و مردمی که در هم می‌لولند، صدای بوق کامیون‌ها و جنب‌وجوش مردم وجود دارد و همه این صداها به یک غرش مبهم در پس‌زمینه تبدیل شده‌اند.

در این سطح روابط روزمره در مورد پول را می‌توان مشاهده کرد. اینجا جایی است که حقوق دریافت می‌کنیم، شغل پیدا می‌کنیم، شغل بهتر با درآمد بیشتر. مدیریت پول را یاد می‌گیریم، تفاوت حساب پس‌انداز با کوتاه‌مدت با حساب جاری را می‌فهمیم، وام گرفتن را فرامی‌گیریم، تصمیم می‌گیریم که برای بازنشستگی چه کار کنیم، چطور از فروشگاه‌های تخفیف‌دار استفاده کنیم، چطور سرمایه‌گذاری کنیم، بازار سهام چیست و چطور وارد شویم.

این سطح از پول جایی است که تمام تراکنش‌های پولی ما در کل زندگی در آن اتفاق می‌افتد. تمام خریدها، تمام حقوق، تمام سودها و ضررها.

اینجا جایی است که با آهنگ بیشتر بهتر است می‌رقصیم. اکثر کتاب‌های مدیریت مالی در این سطح نوشته شده‌اند.

بیشتر، بهتر و متفاوت

اینجا جایی است که مقایسه وارد می‌شود. مقایسه خودمان با یک موجود آرمانی خیالی. کسی که در ظاهر وجود خارجی دارد ولی ما فقط خوبی‌های زندگی او را می‌بینیم و البته هر زمان که به آن برسیم، موجود خیالی ما به جای دیگری نقل مکان کرده است. ما در این بازی بهتر و بیشتر افتاده‌ایم و هرگز از خودمان سؤال نمی‌کنیم که آیا این بازی ارزش بازی کردن دارد یا نه؟ یا اینکه اصلاً بازی بهتری وجود ندارد؟

در زمینه مقایسه خود با یک آرمان خیالی، خواندن، به شدت توصیه می‌شود که آن را هم می‌توانید از یک ریال دانلود کنید.

هرزمانی که به مشکل مالی برمی‌خوریم یا اشتباهی را مرتکب می‌شویم، آیا به عقب برگشته و رفتار خود را بررسی می‌کنیم؟ نه، فقط فکر می‌کنیم که باید این کار را بهتر، بیشتر و یا متفاوت انجام دهیم.

«بیشتر بهتر متفاوت» در زندگی شما چگونه است؟

تلاش برای حل مسائل مالی خودمان در این سطح منجر به ایجاد مسائل دیگری خواهد شد. مثلاً کار کردن دور از خانه برای رسیدن به درآمد بیشتر که منجر به مشکلات خانوادگی خواهد شد.

این سطح و کسب اطلاعات در مورد آن بسیار مهم است و هدف این نیست که آن را بی‌ارزش نشان دهیم. درس‌های مهمی در این سطح وجود دارد که همه باید در دبیرستان بیاموزند اما متأسفانه در مدارس چنین آموزش‌هایی وجود ندارد.

۲- چشم‌انداز میانی، قلمرو احساسی

سوار بر آسانسور شده و به طبقه پنجاه می‌رویم.

در این سطح می‌توانیم روابط و رفتار همه‌چیز را باهم و در ارتباط باهم ببینیم. چطور ایستادن یک تاکسی برای سوار کردن مسافر منجر به ترافیک در نقطه‌ای

دیگر شده، رفت‌وآمد سریع خودروها، انسان‌ها و اینکه درجایی دیگر دو نفر باهم دست‌به‌یقه شده‌اند.

اینجا سطح احساسی و ذهنی ما در مورد پول است. آیا شما با احتیاط هستید؟ هیچانی؟ رقابت‌جو؟ بخشنده؟ بازنده؟ جنگ‌جو؟ ناامید؟

اینجا جایی است که نگرش ما در مورد پول به وسیله عوامل محیطی شکل گرفته است.

- آیا خانواده شما خود را فقیر، ثروتمند یا متوسط می‌دانست؟
- آیا در خانواده به راحتی در مورد پول حرف زده می‌شد یا غیرمؤدبانه بود؟
- آیا برای تأمین مخارج مدرسه مجبور به کار تابستانه بودید؟
- آیا پول داشتن یا نداشتن باعث شده بود که از بقیه فاصله بگیرید؟
- چه کسی مسئول پول در خانواده بود؟ نظر او در مورد پول چه بود؟
- آیا در خانواده شما پول برای خرید هر چیزی در دسترس بود؟
- آیا والدین شما به خاطر کمبود پول، برای خرید چیزی نه می‌گفتند؟
- روش کسب درآمد در خانواده شما چگونه بود؟ آیا پدر شما به دلیل کسب پول همیشه در سایه بود؟

پاسخ دادن به این سؤال‌ها بسیار مهم است و می‌تواند نگرش شما را تغییر دهد. وقتی بگذارید و به آن‌ها پاسخ دهید.

این سطح جایی است که برخی استعاره‌های پولی به وجود می‌آیند. شاید آن‌ها را نپذیریم اما رفتار ما نشان می‌دهد که در لایه‌های عمیقی از ذهن ما نفوذ کرده‌اند. باهم برخی از این استعاره‌ها را بررسی کنیم:

پول به عنوان امنیت

شاید بیشتر افراد از پول به عنوان امنیت حرف می‌زنند و آن را به داشتن پول زیاد در بانک تفسیر می‌کنند. در واقع بسیاری می‌خواهند پول محافظ آن‌ها در برابر خطر باشد. مثل خرید بادی گارد، خرید حسابدار، خرید دوست، خرید عضویت و در نهایت خرید روانشناس.

اگر پول برای شما امنیت می‌آورد چرا هنگام خروج از بانک با ده میلیون پول نقد، بیش از هر زمان دیگری احساس عدم امنیت می‌کنید؟

پس صرفاً خود پول نیست که برای شما احساس امنیت می‌آورد، ذهنیتی که از آن دارید باعث آسودگی خاطر شما می‌شود. داشتن پول برای خرید یک خانه، برای شما احساس امنیت می‌آورد ولی خرید اتومبیلی لوکس با همان پول و رفتن به

جاده‌ای متروک، دقیقاً نقطه مقابل امنیت است.

پول به عنوان قدرت

اگر پول قدرت می‌آورد، نقش گاندی را چه می‌بینید؟ قدرت نفوذ پدربزرگتان که در عین زندگی ساده، تمام فامیل را دورهم جمع می‌کند از کجا آمده است؟ شما نمی‌توانید با احساس قدرت ناشی از پول، به پسر دبیرستانی خود امرونی کنید، می‌توانید؟

پول به عنوان پذیرش اجتماعی

فارغ از تأثیر تربیت در کودکی، دستگاه عظیم تبلیغاتی هرروز خوراکی را به ذهن ما می‌رساند که با داشتن پول و خرید پوشاک، عطر و ادوکلن منجر به پذیرش اجتماعی ما خواهد شد. حتی دوستی و تفریح هم وابسته به پول شده است.

البته که دیدن فیلم یا خوردن یک شام در رستوران با دوستان کار لذت بخشی است و نمی‌توان گفت چون باید برای آن پول خرج کرد کار بدی است ولی کار از جایی خراب می‌شود که فکر کنیم پول می‌تواند آن همنوایی و همدلی و رفاقت را برای ما بیاورد. مثل آنکه به یک رستوران خوب برویم و به جای خوردن غذا، منو را بخوریم.

این مسیر از بنیان راه اشتباهی است و قطعاً برای ما لذت به همراه نمی‌آورد. روابطی که بر اساس پول و نه ارزش‌های انسانی شکل گرفته باشد نه پایدار است و نه می‌توان روی آن حساب کرد مثل دختری که به خاطر پول با پیرمرد ثروتمندی ازدواج می‌کند.

پول به عنوان شیطان

شاید در دنیای شما پول چیزی است که ناراحتی و بدی را می‌آورد، شاید بگویید که پول چرک کف دست است ولی آیا رفتار شما هم همین را نشان می‌دهد؟

بسیاری از ما مثال‌هایی را شنیده یا افرادی را سراغ داریم که پول برای آن‌ها شادی که نیافریده هیچ مایه بدبختی هم بوده و در بحث‌هایمان به بدی و کثیفی پول اشاره می‌کنیم.

ولی زمانی که با دقت نگاه می‌کنیم پول به کسی آسیب نزده است. این افراد هستند که به هم آسیب می‌زنند. پول شیطانی نیست. برخی اوقات افراد تصمیم می‌گیرند که با پول کارهای شیطانی انجام دهند همان‌طور که با بسیاری از چیزهای دیگر نیز می‌توان این کار را انجام داد.

و شما

وقتی گذاشته و شخصیت پولی خود را مشخص کنید. فکر شما در مورد پول چیست؟ سیستم اعتقادی شما؟ استعاره‌های شما؟ روابط شما چقدر تحت تأثیر پیش‌داوری در مورد پول قرار می‌گیرد؟ رفتار شما در مورد پول چگونه است؟ آیا منطقی است؟

از طریق [این لینک](#) می‌توانید در آزمونی شرکت کرده و شخصیت پولی خود را کشف کنید.

۳- چشم‌انداز وسیع پول، قلمرو فرهنگی

زمانی که به بام ساختمان می‌رسیم کل قلمرو را می‌بینیم.

ارتباطات در اینجا برای ما شفاف‌تر می‌شود. قسمت‌های مختلف شهر را در ارتباط باهم می‌بینیم. پول از این منظر چیست؟ چیزی که ارزشی ذاتی دارد؟ یا اختراعی که بشر برای مبادله کالا انجام داد؟

پول ارزش خود را در زمان معامله مشخص می‌کند. یک هزارتومانی سال ۵۶ و ۹۴، همان ده هزار ریال است اما این کجا و آن کجا؟!

این اسکناس یک‌تکه کاغذی است که روزی دارای ارزش مشخصی در نقطه‌ای از دنیا بوده است.

در این چشم‌انداز نه‌تنها تاریخچه پول و اصول اقتصادی مهم است بلکه جامعه‌شناسی پول هم وارد میدان می‌شود. مثلاً در کشورهای مختلف حرف زدن در مورد پول رفتارهای کاملاً متفاوتی دارد. یکی از فرضیات ذهنی ما این است که رشد کردن و بیشتر داشتن همیشه خوب است. اگر یک ماشین داری، دو تا بخر. اگر دو تا شلوار داری، سه تا بخر.

در این سطح است که برخی اصطلاحات را می‌شنویم، تورم، هزینه زندگی، رکود. اگر آمارها اعلام کند که برای یک سال است در رکود هستیم روی ناراحتی ما اثر می‌گذارد حتی اگر آن را دقیقاً ندانیم. تورم اعلامی دولت برای ما مهم است اما نمی‌دانیم که اثر تورم ماهیانه و یا سالیانه روی زندگی ما چقدر است. اگر حقوق ما کمتر از نرخ تورم افزایش یابد احساس فقر می‌کنیم.

این علاقه به رشد و یا بیشتر بهتر است، همیشه ما را به جایی می‌رساند که همه‌چیز را اندازه بگیریم، مساحت خانه، تعداد مبل‌ها، تعداد سفرهای خارجی، اندازه حساب بانکی، اندازه پس‌انداز، اندازه ماشین یا قیمت ماشین.

۴- چشم‌انداز پول از آسمان، قلمرو مسئولیت فردی و تغییر

در بام آسمان خراش هلیکوپتری منتظر است. سوار بر آن شده و اوج می‌گیریم، محدوده‌های شهر، جاده‌ها و بزرگراه‌هایی که به شهر می‌رسند. به این نتیجه می‌رسیم که تمام باورها و اعتقادات ما در مورد پول به واسطه انتخاب ما برای زندگی در این شهر شکل گرفته است. فراتر از مرزهای این شهر، امکانات دیگری هم جود دارد. شما در این شهر زندانی نیستید، شاید اینجا متولد شده باشید ولی می‌توانید انتخاب کنید که اینجا نباشید. اینجا جایی است که مسئولیت‌پذیری شروع می‌شود.

تعریفی که در این قلمرو از پول پیدا می‌کنیم فراتر از تمام تعاریف قبلی، متفاوت و جهان‌شمول است و قدرت را در مواجهه با پول به ما بازمی‌گرداند.

مهم‌ترین نقص تمام تعاریف پول این است که به عنوان یک جنسی خارجی انگاشته می‌شود، چیزی که نداریم و باید تلاش کنیم تا به دست بیاوریم که امید ما برای شادی، قدرت، امنیت موفقیت کامیابی به آن وابسته است. پول ارباب است و ما برده.

تعریف جدید پول چیست؟

پول چیزی است که انتخاب می‌کنیم تا با انرژی زندگی خود معامله کنیم.

شاید ساده به نظر برسد ولی تعریف کامل و عمیقی است. منبع محدود ما برای زندگی روی این سیاره، عمر، زمان و انرژی زندگی (Life Energy) است. روزانه مقداری از این زمان را برای دریافت پول می‌دهیم (شغل)، مقداری را صرف خرید می‌کنیم، مقداری را می‌خواهیم و به همین ترتیب آن را مصرف می‌کنیم.

انرژی زندگی محدود است، بیشتر افراد تا همیشه (بازنشستگی یا پس‌از آن)، انرژی زندگی را در برابر پول می‌دهند اما کسی که حساب و کتاب زندگی را داشته، پس‌انداز و سرمایه‌گذاری کرده، می‌تواند پس از مدتی بدون مصرف انرژی زندگی، کسب درآمد کند.

البته پول آن قدر ارزشمند است که بیشتر عمر خود را صرف کسب آن، خرج آن، نگهداری از آن، سرمایه‌گذاری آن، فکر کردن درباره آن و برنامه‌ریزی برای آن می‌کنیم. درست است؟

در جدول زیر میزان انتظار افراد از عمر باقیمانده با توجه به سن آن‌ها آورده شده است. البته این جدول مربوط به آمریکاست و چون اطلاعات دقیقی در خصوص ایران وجود ندارد به آن بسنده می‌کنیم. شاید تفاوت آن‌چنانی با ما نداشته باشد.

سن	میانگین انتظار باقیمانده عمر	
	سال باقیمانده	ساعت باقیمانده
۲۰	۵۸,۸	۵۱۵۴۴۱
۲۵	۵۴	۴۷۳۳۶۴
۳۰	۴۹,۳	۴۳۲۱۶۴
۳۵	۴۴,۵	۳۹۰۰۸۷
۴۰	۳۹,۹	۳۴۹۷۶۳
۴۵	۳۵,۳	۳۰۹۴۴۰
۵۰	۳۰,۹	۲۷۰۸۶۹
۵۵	۲۶,۶	۲۳۳۱۷۶
۶۰	۲۲,۵	۱۹۷۲۳۵
۶۵	۱۸,۷	۱۶۳۹۲۴
۷۰	۱۵,۱	۱۳۲۳۶۷
۷۵	۱۱,۹	۱۰۴۳۱۵

مسئله این است که شما تا پایان زندگی روی این کره خاکی میزان محدودی ساعت در اختیار دارید که به صورت معکوس در حال کم شدن است. این ساعت‌های ارزشمند را درازای چه چیزی معامله می‌کنید؟ در مقدمه کتاب گفته شد که هدف از این برنامه رسیدن به تمامیت مالی (Financial Integrity) است که البته یکی از میوه‌های آن هم استقلال مالی است اما برای تعریف آن اجازه دهید که نخست مشخص کنیم استقلال مالی چه چیزی نیست. تصور شما از استقلال مالی چیست؟

خانه گران قیمت؟ ماشین لوکس؟ سفر به دور دنیا؟ این‌ها تعاریفی در سطح مادی و اول پول هستند.

استقلال مالی با ثروت متفاوت است. ثروت تنها در زمان مقایسه معنی پیدا می‌کند. شما در مقایسه با بسیاری از افراد ثروتمند و در مقایسه با تعداد دیگری فقیر هستید و به همین دلیل انسان‌ها آرزو نمی‌کنند ثروتمند شوند، آرزو می‌کنند که از افراد خاصی ثروتمندتر شوند.

اما در قلمرو مسئولیت شخصی (نما از هلیکوپتر) چیزی به نام ثروت وجود ندارد. استقلال مالی در این مرحله تجربه داشتن «کافی و مقداری بیشتر» است. برخلاف ثروت که نمی‌تواند همیشگی باشد، کافی می‌تواند.

اولین گام برای رسیدن به آزادی مالی و داشتن کافی، رها کردن خود از دست سه مرحله مادی پول، واقعیت روانی پول و واقعیت فرهنگی پول است. اگر این کار را انجام دهید فارغ از درآمدها به استقلال مالی می‌رسید و اگر انجام ندهید، نمی‌رسید فارغ از اینکه حجم دارایی‌های شما چقدر است.

استقلال مالی، تجربه آزادی در سطح روانی پول است. شما از فرضیات ذهنی خود رها هستید. آزاد از احساس گناه، خشم، حسادت و افسردگی‌های مرتبط با پول. شما ممکن است دچار این احساسات شوید اما جزئی از شما نیستند، مانند لباس‌هایی هستند که می‌توانید آن‌ها را کنده و به کناری بگذارید.

شما آزاد از تمام مفروضات ذهنی هستید که از کودکی تاکنون توسط پدر و مادر و مدرسه و رسانه‌ها در ذهن شما کاشته شده است. شما هرگز چیزی را که نیاز ندارید نمی‌خرید و در برابر فریبندگی فروشگاه‌ها و رسانه‌ها ایمن می‌شوید. احساسات شما با نوسان شاخص بازار سهام و قیمت دلار نشان نمی‌کند.

سال‌ها و ماه‌های باقیمانده تا بازنشستگی را نمی‌شمارید.

استقلال مالی یعنی بیم‌ها و امیدهای شما در مورد پول کمرنگ می‌شود.

گام دوم بودن در زمان حاضر - ردیابی انرژی زندگی

این گام دو مرحله دارد

- محاسبه دقیق هزینه مادی و زمانی که شما صرف شغل خود می‌کنید.
- ردیابی تمام ریال‌هایی که به زندگی شما وارد و خارج می‌شود.

برای هر ساعت از کار کردن چه مقدار پول دریافت می‌کنید؟

شما ممکن است به سادگی میزان حقوق خود را تقسیم بر ساعت‌های کارکرد بکنید، ولی این کار اشتباه است. چند درصد از شما برای جبران ناراحتی، سختی، تنفر یا فشار شغلی می‌گویید که امروز روز سختی بود باید شام را در رستوران بخوریم، باید به فلان کافه گران قیمت رفته و قهوه بنوشید، باید سینما، تئاتر، مرکز خرید و... بروید؟

آماده‌باشید تا همچنین کشف کنید که چه هزینه‌هایی را می‌پردازید که اگر کار نمی‌کردید آن‌ها را نمی‌پرداختید. آیا فرزندتان را تمام وقت به مهدکودک می‌فرستادید؟ آماده‌باشید تا هزینه‌هایی را کشف کنید که شغل به شما تحمیل می‌کند، ماشین مناسب، خانه مناسب در مکان مناسب در شهر مناسب، لباس مناسب، مدرسه خصوصی مناسب برای بچه‌ها...

هزینه فرصتی که برای شغل خود می‌پردازید را کشف کنید. به دلیل این شغلی که دارید چه فرصت‌هایی را از دست می‌دهید؟

ممکن است تمام این دسته‌بندی‌ها برای شما کاربرد نداشته باشد و یا ممکن است که دسته‌بندی خاصی برای شما باشد. می‌توانید با بررسی زندگی شخصی خود، آن‌ها را محاسبه کنید.

رفت و آمد روزانه به محل کار، هم وقت شمارا گرفته و هم بابت آن هزینه پرداخت می‌کنید:

رانندگی، سوخت، تعمیر اتومبیل، کرایه، پارکینگ

هزینه‌ای که بایستی بابت پوشیدن لباس‌های خاص، نه تنها یونیفرم بلکه کتوشلوار بپردازید.

هزینه‌ای که به دلیل کمبود وقت بابت غذای بیرون می‌پردازید.

مسافرت‌ها و خرید وسایل گران‌قیمت برای جبران خستگی ناشی از کار

بیماری‌های مرتبط با کار مانند تنش و اضطراب. بیماری‌های مرتبط با غذاهایی که مجبور به خوردن آن‌ها هستید. بیماری‌های مرتبط با پشت‌میزنشینی.

از سوی دیگر شما وقت بسیار بیشتری از آنچه در کارت ساعت شما ثبت می‌شود، صرف شغل خود می‌کنید. رفت‌وآمد روزانه وقت شما را می‌گیرد، وقتی که شاید در خانه صرف مسائل شغلی می‌کنید، وقتی که برای خرید کالاهای مرتبط با شغل خود صرف می‌کنید.

اکنون وقت حساب و کتاب است.

ابتدا تمام هزینه‌های مرتبط با کار را باهم جمع کرده و از حقوق خود کم کنید. سپس تمام ساعت‌هایی که روزانه صرف کار می‌کنید را مجموعاً باهم در نظر بگیرید. مثلاً فرض کنید که حقوق ماهیانه شما به ازای ۱۹۱ ساعت کار ماهیانه، ۲ میلیون تومان است. ممکن است فکر کنید که بابت هر ساعت ۱۰۵۰۰ تومان دریافت می‌کنید؛ اما...

هزینه‌های شما به این صورت است:

روزانه ۵۰۰۰ تومان هزینه رفت‌ووبرگشت به محل کار

۱۰۰۰۰ تومان خرید غذا در محل کار

ماهیانه ۲۲۰ هزار تومان برای نوبت دوم مهدکودک یا کلاس‌های فوق‌برنامه بچه، زمانی که در خانه حضور ندارید.

با احتساب ۲۲ روز کاری در ماه، هزینه‌های مرتبط با شغل ۵۵۰ هزار تومان شده و درآمد شما با حساب جدید ۱۴۵۰۰۰۰ تومان است.

از سوی دیگر روزانه یک ساعت از وقت شما صرف رفت‌وآمد به محل کار می‌شود که به‌این ترتیب بایستی ۲۲ ساعت به کارکرد ماهیانه شما افزوده شود.

بنابراین شما ماهیانه ۲۱۳ ساعت را صرف کارکرده و درازای آن ۱۴۵۰۰۰۰ تومان دریافت می‌کنید که به‌این ترتیب درآمد ساعتی شما به ۶۸۰۰ تومان می‌رسد؛ یعنی هر ساعت از عمر خود را با ۶۸۰۰ تومان معاوضه می‌کنید نه ۱۰۵۰۰ تومان که تا به حال فکر می‌کردید.

از این به بعد زمانی که ۱۵۰۰۰۰ تومان را صرف خرید کفش می‌کنید آن را در قبال پرداخت ۲۰ ساعت از عمر خود به دست آورده‌اید.

البته مثال بالا، یک نمونه ساده و بدون جزئیات بود که هر شخصی بایستی بر اساس شرایط زندگی خود این محاسبات را بهینه کند.

ضرورت انجام این مرحله چیست؟

این مرحله تبدیل شدن از یک حقوق‌بگیر صرف به کسی است که چشم‌انداز روشنی از آنچه دریافت می‌کند دارد.

این مرحله به شغل ما در گذشته و فرصت‌های شغلی به شکل بهتری نگاه می‌کند و دیدی واقع‌گرایانه را از حقوق دریافتی می‌دهد و اجازه می‌دهد که فرصت‌های شغلی را از نمایی متفاوت بنگریم. چه بسا شغلی با حقوق کمتر، هزینه‌های کمتری را به ما تحمیل کند.

این گام کمک می‌کند که برای پیشنهادهای شغلی تصمیم بهتری گرفته شود یا اینکه با دید روشنی نسبت به هزینه‌های شغلی سعی در کاهش آن‌ها داشته باشیم. شاید بتوان زمان بیشتری را به دست آورد و از این زمان بیشتر برای گذراندن با خانواده استفاده کرد.

ردیابی تمام ریال‌هایی که به جیب شما وارد و یا خارج می‌شود.

شاید در ابتدا این کار بسیار خسته‌کننده به نظر برسد ولی بایستی آن را به یک عادت تبدیل کرد. خوشبختانه با نوشتن مخارج در چند روز، این عادت در ما نهادینه می‌شود ولی بایستی تحلیل‌ها و بررسی‌های لازم که در گام‌های آینده شرح داده خواهد شد روی آن‌ها انجام گیرد تا کار بیهوده به نظر نرسد.

در این زمینه نرم‌افزارهای گوناگون و اپلیکیشنهای موبایل برای ثبت درآمدها و مخارج وجود دارند که با جستجوی ساده می‌توانید آن‌ها را پیدا کنید اما این کار را با یک فایل ساده اکسل هم می‌توان انجام داد. حتی می‌توان تمام مخارج و درآمد را روی یک صفحه کاغذ آ ۴ یا در یک سررسید یادداشت کرد و سپس آن‌ها را در دسته‌بندی‌هایی که گفته خواهد شد وارد نمود.

چرا بایستی هر یک ریال را ثبت کرد؟

باید به قانونی تکیه کرد. اگر به گرد کردن اعداد به تومان، صد تومان و هزار تومان دست بزنیم، نقض غرض شده و هر بار ممکن است معیار خود را تغییر دهیم پس سعی کنید تمام مبالغ را به‌صورت کامل یادداشت کنید.

این گام محکی برای دقت شماست. شما سفری را به‌سوی استقلال و تمامیت مالی برداشته‌اید پس دقت و صحت اطلاعات، بایستی به یکی از مهم‌ترین مشخصه‌های شما تبدیل شود.

از همین امروز شروع به نوشتن تمام درآمدها و مخارج خود کنید. در گام‌های بعدی یاد می‌گیرید که با آن‌ها چه کار کنید و آنگاه این اعداد و ارقام برای شما معنی پیدا می‌کنند.

فصل سوم پول های ما کجا می روند؟

اضافه وزن همیشه یکی از دغدغه های بزرگ بشر است. کافی است به تبلیغات تلویزیونی و اینترنتی نگاه کنید و یا قفسه بزرگ کتاب های مرتبط با لاغری را بنگرید تا متوجه ابعاد بزرگ این دغدغه شوید؛ اما سؤال اینجاست که اگر شما اضافه وزن دارید، آیا توانسته اید با استفاده از رژیم های غذایی به وزن مطلوب خود برسید و آن را حفظ کنید؟

همه می دانند که دلیل چاقی چربی موجود در سس مایونز نیست، بلکه میل و اشتیاق خوردن در ذهن ماست.

این میل می تواند به دلایل مختلفی مانند ناراحتی، شادی، ناامیدی و عوامل دیگر به وجود آید؛ اما پس از مدتی به این دلیل که یکی از شلوارهایمان برای ما کوچک شده، تصمیم ناگهانی گرفته و رژیم سفت و سختی را شروع می کنیم. به همه چیز نه می گوییم، نه به روغن، نه به برنج، نه به شام...؛ و پس از مدتی همه شما نتیجه را می دانید.

این موضوع بسیار شبیه رفتار ما با پول است یا به عبارت بهتر رفتار ناخودآگاه با پول. پس از مدتی حساب پس انداز خالی خود را نگاه می کنیم یا از پس هزینه های یک مورد اضطراری بر نمی آییم، از خود می پرسیم: پول های من کجا رفته اند؟

بودجه بندی را شروع می کنیم بدون آنکه اطلاع داشته باشیم همراه چقدر صرف خواروبار شده یا چه مقدار پوشاک خریده ایم. برای هر قسمت از زندگی بودجه ای اختصاص داده و شروع می کنیم اما شما هم می دانید که این سیستم جواب نمی دهد.

آیا شام دیشب مربوط به غذا بود یا تفریح؟
بودجه میوه و سبزیجات تمام شده، از کدام قسمت کمک بگیرم؟
باید کفش بخرم اما برای آن بودجه ای در نظر نگرفته ام.

بودجه‌ها مانند رژیم‌های غذایی کار نمی‌کنند چون هر دو به ریشه‌ها نمی‌پردازند.

چاقی و وضعیت نامناسب مالی هر دو در اثر سوء مصرف مواد به وجود می‌آید. با سوء مصرف مواد عده‌ای به زندان می‌روند، عده‌ای ورشکسته می‌شوند، عده‌ای به متخصصین تغذیه رجوع می‌کنند و عده‌ای هم به دهک‌های پایین‌تر سقوط می‌کنند.

اما اعتیاد مالی از حرص برمی‌خیزد. حرص به همراه برادرش ترس، عامل گرداننده بورس‌ها، کازینوها و بسیاری دیگر از اسراف‌هایی است که انجام می‌شود و همچنین، حرص ما را به آن‌سوی منحنی کامیابی پرتاب کرده و باعث جمع‌آوری خرت‌وپرت‌های زیاد و به‌دردنخور برای ما می‌شود. حرص جزئی از طبیعت انسان است که ممکن است حتی متوجه نقش مهم آن به‌عنوان یک ماده مخدر و اعتیادآور هم نشویم.

از سوی دیگر ولخرجی دقیقاً مانند پرخوری است. بدون حساب و کتاب خرج می‌کنیم و بدهکاری می‌سازیم و روزی می‌رسد که نمی‌توان از پس مخارج برآمد. کتاب‌های مدیریت مالی را می‌خریم، روش‌های بودجه‌بندی را جستجو می‌کنیم، ناگهان تمام هزینه‌ها را کم کرده و به همه‌چیز نه می‌گوییم. مبلغی پول را برای بودجه ماهیانه در نظر گرفته بدون آنکه از سوابق مخارج ماهیانه اطلاعی داشته باشیم. شاید نتیجه بدتر از رژیم غذایی باشد و به ماه دوم هم نخواهیم رسید.

باب شوارتس در کتاب رژیم‌ها کار نمی‌کنند چهار قانون برای لاغری دارد:

- زمانی که گرسنه‌اید بخورید.
- دقیقاً همان مقداری که بدن شما نیاز دارد را بخورید.
- هر لقمه را با آگاهی بخورید.
- زمانی که بدنتان به مقدار کافی دریافت کرد ادامه ندهید.

بسیار ساده است. آگاهی از آنچه می‌خورید. به میزانی بخورید که بدن شما نیاز دارد نه اینکه وقت شام است یا خسته‌اید یا عصبانی یا میز غذا پر است یا مهمانی هستید یا اینکه ناراحتید. صرفاً می‌خورید چون بدن شما نیاز دارد.

پس از یک ماه نوشتن تمام ریال‌هایی که به زندگی شما وارد و یا خارج شده است شما آماده هستید که گام در مرحله بعد بگذارید

در این مرحله باید بر اساس مخارج شخصی خودتان دسته‌بندی‌هایی درست کنید. مراحل یک و دو مانند نوشتن کالری‌ها هستند و مرحله ۳ مانند رفتن روی باسکول است.

گام‌ها به نظر ساده به نظر می‌رسند ولی این آگاهی و دستیابی به آن و درک حالت «گرسنگی» و «سیری» بسیار مهم است. برای این کار شما باید:

- اول به فرستنده‌های درونی خود اعتماد کنید و نه به عوامل بیرونی و عادت‌ها
- دوم اینکه شما باید الگوی خوردن خود را درازمدت تغییر دهید نه آنکه در کوتاه‌مدت آنچه می‌خورید را عوض کنید.

برنامه این کتاب در مورد پول شما هم به همین شیوه است. در مورد بودجه‌نویسی نیست، بلکه در مورد آن است که «کافی» را تشخیص دهید، در مورد تفاوت نیازها و خواسته‌هاست، در مورد خریدهایی است که به شما حس خوبی می‌دهد، البته موفقیت این برنامه به صداقت شما و همراهی‌تان با این برنامه برمی‌گردد.

پس از نوشتن یک ماه خرج ماهیانه، اکنون اطلاعات کافی برای جدول‌بندی آن دارید. در این زمان شما می‌توانید برخلاف دسته‌بندی‌های از پیش تعیین‌شده بودجه‌بندی، دسته‌بندی‌هایی بر اساس خرج‌های واقعی ماهیانه خود و آنچه در حقیقت رخ داده است تهیه کنید. این کار تصویر نسبتاً دقیقی را از آنچه گذشته است پیش روی شما تصویر می‌کند.

البته دسته‌بندی‌های مختلفی وجود دارد که شاید غذا، پوشاک، حمل‌ونقل و سرپناه برای همه مشترک باشد اما هرکسی پس از نوشتن مخارج ماهیانه می‌تواند تشخیص دهد که هر هزینه‌ای مربوط به کدام دسته‌بندی می‌شود. اگر از نرم‌افزارها و اپلیکیشنهای ردیابی مخارج استفاده می‌کنید، دسته‌بندی‌های واقعی خودتان را ایجاد کنید.

مثلاً می‌توان هرکدام از دسته‌ها را به زیرمجموعه‌های بسیار تقسیم کرد اما شما بر اساس شرایط زندگی و مخارج خودتان زیرگروه‌ها را ساخته و آن را زیاد پیچیده نکنید. مهم‌تر از نوع دسته‌بندی، میزان دقیق مبالغ خرج شده است.

در ادامه به گروه‌های اصلی و نکاتی برای ساخت جدول مخارج ماهیانه اشاره شده است.

غذا

غذا می‌تواند به دسته‌های مختلفی تقسیم شود اما همان‌طور که گفته شد لازم نیست آن را پیچیده کرد. مثلاً می‌تواند مخارج به پنج دسته خانه، مهمانی، بیرون، کار و هله‌هوله تقسیم شود. شما هرماه هزینه‌ای را صرف خرید خواروبار و میوه و سبزیجات و موارد پروتئینی می‌کنید. با توجه به در پيش بودن مهمانی می‌توانید حدس بزنید که چه مقدار از آن صرف مهمانی شده است. چند بار ممکن است شام را در رستوران صرف کنید، یا پولی بابت غذا در محل کار بپردازید و اینکه هله‌هوله بخرید. این قسمت هله‌هوله را فراموش نکنید.

پوشاک

پوشاک را می‌توان در دو زیرگروه اصلی تقسیم کرد: پوشاک عادی و مربوط به کار. اگر مجبور هستید که برای حضور در محل کار خود پوشاک خاصی را تهیه کنید، آن را یادداشت کنید. این پوشاک خاص لزوماً یونیفرم نیست، خرید کت‌وشلوار برای حضور در محل کار هم می‌تواند شامل این مرحله شود.

سرپناه

هزینه‌های مرتبط با سرپناه، قسمت عمده مخارج ماهیانه ما را در برمی‌گیرد. قسط وام مسکن، اجاره ماهیانه و هزینه‌های مرتبط با تعمیر و نگهداری مسکن و شارژ ماهیانه کاشانه.

صورتحساب‌ها

قبوض آب و برق و اینترنت و گاز و تلفن

حمل و نقل

تمامی کرایه‌های پرداختی، هزینه‌های تعمیر و نگهداری اتومبیل، بنزین، روغن

لوازم آرایشی، بهداشتی

تمام مواد شوینده و آرایشی و بهداشتی مورد استفاده در حمام و آشپزخانه

بهداشت و درمان

هزینه‌های مرتبط با سلامتی و پزشکی

مسافرت و تفریح

هزینه‌های مسافرت، بلیت هواپیما، هتل، شهر بازی، سینما، تئاتر

هدایا و خیریه

هرگونه مخارجی برای هدایای تولد و ازدواج و یا کمک به خیریه‌ها

به من نگاه کن (Gazing Us Pins)

پیش از این در فصل یکم در مورد نقاط «به من نگاه کن» در فروشگاه‌ها نوشته‌ام. شما باید مخارجی را که صرف این موارد می‌کنید را هم به صورت جداگانه در جدول ماهیانه بیاورید. همچنین تمام درآمدهای خود را هم لیست کنید:

حقوق

برای قشر حقوق‌بگیر این مهم‌ترین بخش درآمدی است.

سود سرمایه‌گذاری

اگر پولی را در بانک دارید که به آن سود تعلق می‌گیرد، آن را لیست کنید.

سود سهام

سود سهامی که به صورت نقدی وارد حساب شما می شود. افزایش قیمت سهام و یا استفاده از سود سالیانه برای افزایش سرمایه را بایستی در گام اول و میزان ارزش دارایی ها حساب کرد. در این قسمت پول نقدی که بابت سهامداری به شما پرداخت می شود را حساب کنید.

در پایان مخارج را باید در جدولی دسته بندی کنید. این یک جدول ماهیانه نمونه است که شما می توانید آن را به راحتی در اکسل درست کرده و یا در یک دفترچه یا سررسید ترسیم کنید. توجه کنید که بایستی تمامی مخارج به انرژی زندگی معادل آن تبدیل شده و در جدول نوشته شود.

جدول صفحه بعد، یک جدول نمونه است و شما باید بر اساس شرایط واقعی زندگی خود آن را بسازید.

انرژی زندگی	مبلغ	درآمد	
		حقوق	
		سود بانکی	
		سود سهام	
		هزینه	
		خانه - عادی	خوراکی
		مهمانی	
		بیرون	
		عدی	پوشاک
		مربوط به کار	
		تعمیر خانه	سرپناه
		اجاره یا قسط وام	
		کرایه	حمل و نقل
		هزینه خودرو	

فصل چهارم

چه مقدار کافی است یا چگونه تمامیت در زندگی را تشخیص بدهیم؟

آیا کامیابی و تمامیت در زندگی به جز یک احساس تام و تمام، برآمده از یک رضایت عمیق درونی است؟

چقدر از جمله‌های زیر پس از خرج کردن پول استفاده کرده‌اید؟

- واقعاً این پولی که خرج کردم ارزشش را داشت.
- عجب مسافرتی بود، یادآوری‌اش چقدر مرا شاد می‌کند.
- چه غذای خوشمزه‌ای بود و عجب زمان خوبی را باهم گذراندیم.

یک زندگی تمام و کمال برای شما چه معنایی دارد؟ نه بر اساس استانداردها و تصمیم‌های دیگران، بلکه فقط بر اساس معیارهای خودتان. سعی کنید وقتی گذاشته و در آرامش به پرسش‌های زیر پاسخ دهید:

شاید پرسش‌های زیر کلیشه‌ای به نظر برسند و حتماً بارها آن‌ها را خوانده و شنیده‌اید اما واقعاً چقدر از زمان خود را به تفکر در مورد آن‌ها اختصاص داده‌اید؟ شاید فکر کردن روزانه در مورد زندگی مالی، یکی از مهم‌ترین کارهایی باشد که باید انجام دهید. چند دقیقه روی هر کدام از این پرسش‌ها وقت گذاشته و فکر کنید. برای اینکه به‌صورت گذرا از این پرسش‌های مهم رد نشده و آن‌ها را به خاطر بسپارید، هر کدام را روی یک کاغذ یادداشت کوچک نوشته و هنگام خواب، در تاکسی و اتوبوس یا زمان استراحت به آن‌ها فکر کنید.

۱. همیشه دوست داشتید چه کاره شوید؟ دوران کودکی، جوانی، دانشگاه و یا حتی هم‌اکنون؟ روی آن مکث کنید و کمی کنکاش کنید. ببینید که چرا تغییر کرده‌اید؟ چه معیارهایی برای شما عوض شده است؟

۲. همه در دل آرزوهای نهانی دارند که شاید به هیچ‌کس نگفته‌اند ولی همیشه دوست داشته‌اند که ای‌کاش می‌شد آن کار را انجام می‌دادند. شما هم حتماً از این دست آرزوها دارید. چه کاری بوده که همیشه می‌خواستید ولی هنوز انجام نداده‌اید؟

۳. اثر شما در دنیا چه بوده است؟ چه کاری انجام داده‌اید که به آن افتخار می‌کنید؟

۴. فرض کنید که کمتر از یک سال به زندگی شما باقیمانده است. چه کاری کردید؟

۵. لیستی از شادترین لحظات زندگی خود (حداقل پنج مورد) را بنویسید و آن‌ها را به یادآورید. رابطه آن‌ها با پول چیست؟

۶. اگر برای گذران زندگی مجبور به کار کردن نبودید، به جای آن چه کار می‌کردید؟

مثلاً پرسش شماره چهار را در نظر بگیرید: اگر بدانید که کمتر از یک سال از زندگی شما باقیمانده چکار می‌کردید؟ به این موضوع فکر کنید. برای تمرین هم که شده همین الان یک کاغذ بردارید و بیست کاری را که انجام خواهید داد یا نخواهید داد بنویسید. سعی کنید به بیست مورد برسید. این کار شاید بسیاری از امیدها و آرزوها و ترس‌ها و تردیدها را در مورد زندگی و کار شما روشن می‌کند.

پس از طی مراحل فوق و روبرو شدن با خود به ادامه گام‌های پیشین رسیدن به استقلال مالی برمی‌گردیم. حالا که جدول مخارج آماده‌شده است بایستی پرسش‌هایی را در خصوص هر کدام از مخارج مطرح کنیم.

سه پرسش مهم که زندگی شمارا عوض می‌کند:

۱. با خرج کردن این مقدار از انرژی زندگی، آیا من کامیابی و رضایت را کسب کرده‌ام؟
۲. آیا این هزینه کردن انرژی زندگی در راستای ارزش و هدف زندگی من است؟
۳. اگر مجبور نباشم برای تأمین مخارج زندگی کارکنم، آیا این هزینه‌ها تغییر می‌کند؟

پرسش اول: با خرج کردن این مقدار از انرژی زندگی، آیا من کامیابی و رضایت را کسب کرده‌ام؟

بدون قضاوت کردن خود و یا شریک زندگی و یا ناراحتی از خرج‌های انجام‌شده، حس خود را ارزیابی کنید. آیا این مخارج حس خوبی به شما داده است؟ از آن راضی هستید؟ میزان آن هم مهم نیست، فقط صادقانه پاسخ دهید.

اگر پاسخ شما مثبت بود در کنار آن یک علامت مثبت (+)، اگر منفی بود علامت منفی (-) و در غیر این صورت علامت صفر بگذارید. نکته مهم این است که قطعاً در برخورد با مخارج، مغز شما شروع به قضاوت می‌کند اما به آن اجازه ندهید، فقط بر اساس حس خود یکی از سه علامت گفته‌شده را بگذارید. این پرسش همانند معیاری درونی است که میزان کامیابی و رضایت از مخارج را محک می‌زند. شما ممکن است تاکنون حسی از کامیابی را نداشته و یا به آن توجه نکرده باشید اما به این ترتیب می‌توانید تمام مخارج را محک زده و از ورود به قلمرو ولخرجی جلوگیری کنید.

اما ابزار ما برای توسعه این معیار آگاهی است. واقعیت این است که معیارهایی برای یک زندگی رؤیایی از تمامی جهات به ما هجوم می‌آورد. بسیاری خود را به دست جریان سپرده و از فروشگاه دیگری رفته و کمبود منابع خود را هم با وام و قرض جبران می‌کنند. هدف از طرح این سؤال کسب هوشیاری است. به مرور

تمام چیزها را می‌توان با این معیار سنجید، یک غذای کامل، مزه، طعم، عطر، ادویه، خواص و خوشمزگی را باهم دارد. اگر به آگاهی مجال بدهیم، دقیقاً میزان رضایت درونی ما را اندازه گرفته و راهنمایی می‌کند.

پرسش دوم: آیا انرژی زندگی مصرف‌شده در راستای ارزش و هدف زندگی من است؟

ارزش چیست؟

شاید برای تعریف ارزش‌ها لازم است تا کتاب‌های متعددی مطالعه شود. همان‌گونه که می‌دانید ارزش‌های ما بازتابی از عقاید ما هستند که رفتارهای ما را شکل می‌دهند. در این گام ما رفتارهای خود (مخارج) را با محک ارزش‌ها مقایسه می‌کنیم. اما مسئله اینجاست که ارزش‌ها برای بسیاری از ما روشن نیستند.

شاید به جرئت بتوان گفت که بسیاری از خرج‌های ما، از برند موبایل گرفته تا نوع ماشین لباسشویی و از پوشاک گرفته تا مارک شامپو توسط ارزش‌های تحمیلی خریداری می‌شوند. منظور این نیست که ارزش‌های تحمیلی تمام ابعاد زندگی ما را کنترل می‌کنند اما نقش مهمی دارند. به جدول ماهیانه خود نگاه کنید، معنای خرید یک کفش ۴۰۰ هزار تومانی برای شما چیست یا چرا ۲۰۰ هزار تومان به خیریه کمک کرده‌اید؟ چرا بیست ساعت از انرژی زندگی خود را با یک وعده هات‌داگ معامله کرده‌اید؟

چگونه ارزش‌هایمان را کشف کنیم؟

شما برای پی بردن به ارزش‌ها، می‌توانید کتاب‌های بسیار خوبی که در این زمینه وجود دارد را مطالعه کنید اما برای پاسخ دادن به پرسش دوم راه ساده‌تری هم وجود دارد و برای این کار بایستی نگرش را کشف کرد. حتماً داستان سه نفری که در حال ساخت کلیسایی بودند را شنیده‌اید. جایی که نفر اول صرفاً به خاطر دریافت دستمزد، دومی با انگیزه انجام کار خوب و سومی با نگرش به ساخت کلیسا، کار مشابهی را انجام می‌دادند. برای پاسخ به پرسش دوم باید این هدف کلی و نگرش را کشف کرد.

نکته: اگر اعمال و رفتار ما در راستای ارزش‌های ما نباشد بیشتر اوقات حس ترس، اضطراب، و تنش داشته و در حالت کلی حس خوبی نداریم.

پرسش سوم: اگر برای گذران زندگی مجبور به کار کردن نبودم، این مخارج چگونه تغییر می کردند؟

اگر مجبور به کار کردن نباشید، چه مخارجی کم شده، زیاد شده یا تغییری نمی کنند؟

اگر هزینه‌ای کم شده برای آن علامت منفی، اگر هزینه بالاتر می‌رود علامت مثبت و در غیر این صورت علامت صفر یا خنثی را بگذارید. این پرسش بیشتر هزینه‌هایی که شغل به ما تحمیل می‌کند را نشانه گرفته است.

پرسیدن این پرسش‌ها به مرور باعث می‌شود که مزایای زیادی را به دست بیاورید و یکی از آن‌ها درک میزان کافی در زندگی است. چه مقدار برای من کافی است؟

نقطه کافی چهار جزء دارد:

اول اینکه قابل اندازه‌گیری است. دانستن اینکه چه مقدار پول به زندگی شما وارد و خارج می‌شود. آیا تا سر ماه دوام می‌آورید یا دست به دامان دعا می‌شوید؟

دوم اینکه معیاری داخلی برای کامیابی است. شما با نگاه به دیگران و مقایسه خود با آن‌ها هرگز به کامیابی نمی‌رسید.

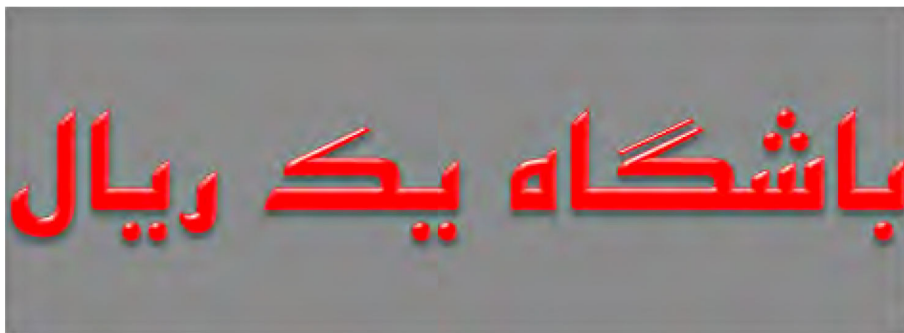
سوم اینکه نگرش و هدف والایی در زندگی ایجاد می‌کند. اگر هر آرزویی به نیاز بدل شود، نمی‌توانید به نقطه کافی برسید. اما جالب اینکه می‌توانید از کامیابی نقطه کافی هم بالاتر رفته و کلید آن در بخشیدن است. از بخشش لبخند تا پوشاکی که استفاده نمی‌شود تا بخشی از دارایی. چهارم اینکه مسئولیت زندگی را قبول می‌کنید. مسئولیت‌پذیری به زبان انگلیسی یعنی توانایی پاسخ دادن. پاسخ با واکنش فرق دارد چون آگاهانه است و از اختیار انتخاب شما ناشی می‌شود. یک انسان مسئول، بدون توجه به دیگران و دنیا، همه چیز را نمی‌خواهد.

در آخر و با توجه به عبارت معروف «خودت را سرزنش نکن» یا «NO Shame, No Blame»، تمام مخارجی را که نمره منفی گرفته‌اند لیست کرده و بررسی کنید که به چه دلیل و تحت چه شرایطی این خریده‌ها را انجام داده‌اید.

گام چهارم قلب این برنامه است.

شما اکنون از نوشتن و لیست کردن مخارج که کاری بیهوده به نظر می‌رسد به مرحله‌ای رسیده‌اید که دید روشنی از گذشته خود داشته و می‌دانید که شرایط مطلوب چیست و برای رسیدن به آنچه باید کرد.

برای اطلاع از نحوه عضویت در



کلیک کنید

فصل پنجم

مشاهده پیشرفت: انرژی زندگی را نمایان کنید.

در گام پنجم نتایج مراحل قبلی نمایان می‌شود. به این صورت که بر اساس اطلاعات جدول ماهیانه، نموداری تهیه می‌کنید که علاوه بر ارائه تصویری روشن و ساده از وضعیت فعلی پول (انرژی زندگی)، روند شرایط مالی شما را هم نمایش می‌دهد.

ساخت نمودار دیواری

توصیه می‌شود که فرم خام این نمودار را در کامپیوتر و به وسیله اکسل تهیه کرده و از آن پرینتی در اندازه A۲ یا A۳ بگیرید و سپس اطلاعات همراه را به صورت دستی در آن وارد کنید. این نمودار باید روی دیوار چسبانده شده تا همیشه در معرض دید شما باشد. محور افقی این نمودار زمان است که به واحدهای ماهیانه تقسیم شده است. آن را برای پنج تا ده سال در نظر بگیرید. محور قائم نیز بیانگر درآمد-هزینه برحسب تومان است که از صفر شروع می‌شود. برای افزایش درآمدهای آینده خود فضای کافی در نظر بگیرید. سقف ذهنی را محدود نکرده و در یک بازه زمانی پنج ساله، فضای کافی برای افزایش ده برابری درآمد فعلی خود ایجاد کنید.

توصیه می‌شود با تغییر ابعاد سلول‌های برگه اکسل، آن را به شکل کاغذ شطرنجی درآورده و با رنگ خاکستری کمرنگ مرزها (Border) را ترسیم کنید. حروف محور افقی، نام ماه‌ها و اعداد محور عمودی، میزان پول برحسب هزار تومان است. حتماً نکته را گرفته‌اید، پس نسبت به تهیه آن اقدام کنید.

نمودار دیواری به ما یادآوری می‌کند که تغییر روابط با پول، نیازمند زمان و صبر است. عجله، تکذیب و حرص، قسمتی از چیزهایی هستند که در این روند تغییر می‌کنند. نگرش ما ممکن است به سرعت عوض شده ولی رشد، نیازمند زمان است.

برای انجام موفقیت آمیز این کار دو مرحله وجود دارد:

۱. شروع کنید
۲. ادامه دهید

حتماً شنیده‌اید که می‌گویند بزرگ‌ترین سفرها با گام‌های کوچک آغاز می‌شود اما بایستی بدانید که رسیدن به مقصود نیز نتیجه هزاران هزار از این گام‌های کوچک است. با ادامه کسب آگاهی در مواجهه با پول، جادوی این روش را تجربه می‌کنید و بدون هیچ تلاشی مخارج شما کاهش می‌یابد.

چطور سه پرسش معروف برای شما پول پس‌انداز می‌کنند؟

آن سه سؤال گام چهارم را به یاد دارید؟ شما اثر عمیق این پرسش‌ها را روی آگاهی خود در مواجهه با پول کشف می‌کنید.

پرسیدن سؤال اول در هنگام خرج پول، به‌صورت خودکار باعث کاهش مخارج شما شده و لذت سرپایینی شدن نمودار مخارج را به شما می‌دهد. جادوی این پرسش‌ها در بخشیدن آگاهی به شما است. دیگر مثل سابق بی‌توجه خرید نمی‌کنید و نیازها و خواسته‌ها را جدا می‌کنید.

اما با پرسیدن سؤال دوم و ارزیابی مخارج انجام‌شده در برابر ارزش‌ها و اهداف زندگی، الگوی مصرف چشم‌پسته می‌شکند. حتماً این تجربه را داشته‌اید که از انجام کار درست اطلاع دارید اما به‌صورت خودکار کار درست را انجام نمی‌دهید. با پرسش دوم و جواب ساده بله و خیر به همنوایی مخارج بارزش‌ها و اهداف زندگی، هوشیار شده و رفتار ما هم در راستای عقایدمان قرار می‌گیرد.

استقلال مالی به‌عنوان محصول جانبی این طرح

پس از چندی رسیدن به استقلال مالی از این طریق ممکن می‌شود. زمانی که درآمد شما از هزینه بیشتر شده و قرض‌ها و بدهی‌ها کم می‌شود. همان‌طور که پیش‌ازاین گفته شد، استقلال مالی یعنی داشتن درآمدی به‌جز حقوق برای پوشش نیازها و تا حدودی خواسته‌هاست. رهایی از قرض و بدهی و اقساط که می‌توانند گریبان گیر ما تا دم مرگ باشند، می‌تواند یکی از نشانه‌های رسیدن به استقلال مالی باشد.

بسیاری از افراد را می‌بینیم یا می‌شناسیم که بیکار هستند و یا توان پرداخت اجاره را ندارند یا زندگی وخیمی دارند. شاید بسیاری از افراد دو تا سه حقوق ماهیانه تا ورشکستگی فاصله داشته باشند. خود شما می‌توانید به این موضوع صادقانه پاسخ دهید اگر از این ماه حقوق شما قطع شود چند ماه می‌توانید با حفظ استانداردهای فعلی به زندگی خود ادامه دهید؟

چقدر طول می‌کشد تا به قرض از دوستان و سوپری و قصابی روی آورید؟

این‌ها سؤالات مهمی هستند که بایستی از خود پرسید.

زمانی که یاد بگیریم کمتر از درآمد خود خرج کنیم به‌مرور فاصله بین درآمد و هزینه روی نمودار بیشتر می‌شود و پس از مدتی به استقلال مالی می‌رسیم

نام این فاصله پس انداز است

ظرفیت پس انداز در دستان شماست. شما به راحتی می توانید از یک درصد درآمد تا پنجاه درصد درآمد خود را شروع کرده و ادامه بدهید. اگر بیشتر از یک سال از مخارج خود را در حساب پس انداز داشته باشید مطمئناً دغدغه کمتری خواهید داشت. می توانید به راحتی دنبال شغل دیگری بگردید.

پس انداز مانند ساختن یک سد روی رودخانه است. رودخانه ای که شما حجم ورودی و خروجی از مخزن آن را تنظیم می کنید و البته در طرح های سود مرکب دچار زایش هم می شود.

همه این نتایج از این نمودار استخراج می شود؟

بله البته اگر درست هزینه ها و درآمد را مدیریت کنید نه اینکه هزینه ها را وارد کرده و بعد به امید خدا آن را رها کنید.

مواهب این نمودار برای ما چیست؟

وظیفه این نمودار پیش چشم قرار دادن اتفاقاتی است که در زندگی مالی شما می افتد.

این نمودار به شما بازخورد می دهد. با مشاهده نمودار، همراه می توانید ببینید که آیا نمودار درآمد و مخارج به هم نزدیک می شوند یا نه.

به مرور و با مشاهده پیشرفت خود، این نمودار الهام بخش قسمت های دیگر زندگی شما هم می شود.

- این نمودار در میانه راه و هنگام خستگی انگیزه لازم را به شما می دهد.
- نمی توان به آن دروغ گفت، وجود مالی شما در آن عینیت می یابد.
- و در نهایت، این نمودار دیواری مشوق و انگیزاننده اطرافیان شما هم می شود.

تا پیش از انتشار گام های بعدی، نمودار را تهیه کرده و حتماً روی دیوار بچسبانید.

فصل ششم کاهش هزینه ها

این گام استفاده درست از انرژی زندگی و کاهش یا محو هوشمندانه و آگاهانه هزینه ها است.

از شنیدن واژه صرفه جویی چه احساسی به شما دست می دهد؟ احساس کمبود، احساس نخوردن، نخریدن؟ احساس زندگی در سطح پایین؟

متأسفانه به دلیل ظهور «رویای آمریکایی» بسیاری از ما صرفه جویی را فراموش کرده ایم. می توان گفت که شاید زندگی خوب ما روی کرده زمین ناشی از قرن ها صرفه جویی نیاکان ما در استفاده از منابع بوده است.

اما صرفه جویی به چه معناست:

در فرهنگ معین در تعریف صرفه جویی آمده است: اندازه نگاه داشتن، از حد خارج نشدن

آیا اندازه نگاه داشتن فعل بدی است؟

هر چه که به اندازه باشد قطعاً موجب لذت بردن ما از آن خواهد شد. آیا همه شما تجربه یک پرخوری زیاده از حد و مشکلات گوارشی پس از آن را ندارید؟

آیا اگر در خوردن اندازه نگاه دارید، چه حین خوردن و چه پس از آن لذت بیشتری نمی برید؟ لذت بردن از داشته ها، معنای دیگر صرفه جویی است. ممکن است شما ده دست شلوار داشته و همیشه به دنبال خریدن نوع دیگری باشید و از آنچه دارید لذت نبرید، اما ممکن است همان ده دست را داشته و مدت ها از پوشیدن آن ها لذت ببرید.

پس بهتر است معیار صرفه جو بودن را با لذت بردن از داشته ها و اندازه نگاه داشتن بسنجیم نه با خساست و زندگی سطح پایین که نسبت های عامیانه برای صرفه جویی است. اگر شما به ازای هر کدام از دارایی های مادی، به اندازه یک واحد لذت می برید، صرفه جو هستید.

بیشتر بهتر است و هیچ چیز کافی نیست، تئوری های شکست خورده ای هستند، نه به خاطر حرص و آز بیشتر داشتن بلکه به دلیل آنکه اجازه لذت بردن را به ما نمی دهند.

در این فصل و در ادامه مسیر برای رسیدن به استقلال مالی به یاد داشته باشید که این کار برای پایین بردن سطح زندگی نیست، بلکه روشی خلاقانه و هوشمندانه برای بردن بیشترین لذت از آنچه داریم و آنچه می خریم است.

گام ششم: بالا بردن ارزش انرژی زندگی با کاهش مخارج

شاید در این دوره و زمانه بتوان به اینترنت و انواع فروشگاه‌های آنلاین به عنوان یک تیغ دو لبه اشاره کرد. از یک سو امکان مقایسه انواع قیمت‌ها و به دست آوردن بهترین آن‌ها به وجود آمده و از سوی دیگر سهولت خرید به وسیله کارت‌های بانکی و تعداد زیاد فروشگاه‌ها می‌تواند ما را به سمت خرید چیزهایی که نیاز نداریم، سوق دهد.

اما پیش از آنکه وارد جزییات روش‌های پس انداز پول شویم اجازه دهید روی یک راه اساسی و مطمئن تأکید کنم:

از تلاش برای تحت تأثیر قرار دادن دیگران دست بردار

در این زمینه توصیه می‌کنم [کتاب کوچک رضایت](#) را مطالعه کنید.

اما در ادامه به ده روش برای صرفه جویی در زندگی پیشنهاد می‌شود:

۱- خرید نروید.

نه این توصیه احمقانه نیست. قطعاً در صورت نیاز شما باید برای خرید اجناسی به فروشگاه بروید اما بدون دلیل و برای تفریح و وقت گذرانی وارد فروشگاه‌ها نشوید. این نوع تفریح بیشترین هزینه را روی دست شما گذاشته و کمترین لذت و رضایت را نصیبتان می‌کند.

پرسش‌های کلیدی سه‌گانه را که به خاطر دارید؟ باور کنید که کارکرد آن‌ها معجزه‌آسا است. هنگام هر خرید آن‌ها را در ذهن داشته باشید.

۲- آگاهانه زندگی کنید.

شاید این موضوع از مد افتاده و یا بسیاری معنای آن را ندانند و یا بسیار کلیشه‌ای به نظر برسد اما زندگی آگاهانه یعنی اینکه زمانی خرید کنید که توانایی پرداخت آن را داشته باشید. خودتان را مجبور به قرض کردن نکرده و هوای حساب اضطراری خود را هم داشته باشید.

خریدن خارج از توانایی پرداخت دو رو دارد، روی خوب آن داشتن هر چیزی در هر زمان است و روی بد آن پرداخت با انرژی زندگی و بدهی مادام‌العمر است. آگاهی یعنی اینکه برای خرید صبر کنید تا توانایی آن به دست آید.

۳- از آنچه دارید مراقبت کنید.

آیا از جسم خود دارایی مهم‌تری دارید؟ کافی است سلامتی قسمت کوچکی از جسم خود را حتی برای زمانی کوتاه از دست داده تا متوجه بزرگی این دارایی شوید.

روزانه پنج دقیقه مسواک زدن و نخ دندان، به راحتی می‌تواند از هزینه‌های میلیونی در آینده جلوگیری کند.

مراقبت‌های دوره‌ای از خودرو، هزینه‌های آینده را به شدت کاهش می‌دهد. نصب محافظ برای لوازم الکتریکی، خیال شما را بابت بسیاری از هزینه‌ها راحت می‌کند.

تعمیرکار لوازم خود را با حساسیت انتخاب کنید. عدم توجه به این نکته و سپردن اتومبیل به یکی از اقوام تعمیرکار که مشخص بود آشنایی چندانی با خودرو من نداشت، بالغ بر نیم میلیون تومان هزینه و تجربه بد یک مسافرت ده ساعت همراه با نگرانی را برای من در پی داشت.

۴- پیش از تعویض، از لوازم خود بیشتر استفاده کن

هر وقت که تصمیم به تعویض یکی از لوازم خود می‌گیرید، کارکرد آن را برای مدتی دیگر بررسی کنید.

آیا این یخچال دو سال دیگر کار نمی‌کند؟
آیا هنوز می‌توان از این موبایل استفاده کرد؟
آیا لپ‌تاپ، کفش، ماشین لباسشویی، اتومبیل را می‌توان برای مدتی دیگر استفاده کرد؟

البته باید توجه کرد که اگر نگه‌داشتن چیزی، منجر به افزایش هزینه‌های نگهداری یا دغدغه فکری ما خواهد شد، نگهداری آن کار عاقلانه‌ای نیست.

۵- خودت انجامش بده

این نکته خیلی مهمی است. سرگرم شدن به کار روزمره و تعداد زیاد افراد و شرکت‌هایی که کارها را برای ما انجام می‌دهند، باعث شده که هیچ مهارتی نداشته باشیم. مثلاً در اسباب‌کشی اخیر، من مجبور به انتقال دستگاه تصفیه آب بودم که نصب مجدد آن ۴۰ هزار تومان برای من هزینه داشت اما با کمی تحقیق و پرسش، دستگاه را به آسانی در آپارتمان جدید خود نصب کردم. کارهایی ساده‌ای مثل برق‌کشی‌های ساده، تعمیرات تأسیساتی و مواردی از این قبیل را می‌توان به راحتی و با کمک راهنماهای بی‌شمار آنلاین و آفلاین انجام داد.

اما اگر در زمینه‌ای هیچ مهارتی ندارید، دست به کار نشده چون احتمالاً هزینه‌های بیشتری به خود تحمیل خواهید کرد.

۶- نیازهای خود را از قبل پیش‌بینی کنید

بسیاری از مردم خریدهای خود را به‌صورت هفتگی و از فروشگاه‌های بزرگ انجام می‌دهند. این فروشگاه‌ها علاوه بر تنوع بالای کالا و تازگی مواد، تخفیف‌های خوبی هم ارائه می‌کنند. با پیش‌بینی مواد موردنیاز و خریدهای کلی علاوه بر صرفه‌جویی، خرید از فروشگاه‌های محلی، کوچک و گران‌تر را به حداقل برسانید. البته هنگام خرید از فروشگاه‌های بزرگ، مراقب تبلیغات بوده و سه پرسش اساسی را فراموش نکنید.

خرید از سوپرمارکت‌های اینترنتی هم به‌عنوان گزینه دیگری در دسترس است که بایستی در این زمینه میزان تخفیف و کیفیت کالا و خدمات را هم مدنظر قرار دهید.

۷- هنگام خرید علاوه بر قیمت، به کیفیت، دوام، سابقه، قابلیت انجام چند کار هم‌زمان را مدنظر قرار دهید.

قضاوت اجناس بر اساس قیمت کار اشتباهی است. از هیچ طرف پشت‌بام پایین نیافتید. همان‌طور که قیمت پایین دلیل بر بی‌کیفیتی نیست، قیمت بالا هم دلیل بر کیفیت نمی‌شود. خریدهای بزرگ خود را با وسواس انتخاب کنید.

۸- خریدهای خود را باقیمت کمتری انجام دهید

هر قیمتی قابل گرفتن تخفیف را دارد. خجالت نکشید و چانه‌بزنید. در خریدهای بزرگ، تمام ابعاد را بررسی کرده و اجناس دست‌دوم را هم وارد سبد مقایسه‌ای خود کنید. امروزه می‌توان با استفاده از بازارهای دست‌دوم اینترنتی و روزنامه‌ای، گزینه‌های دست‌دوم شخصی بسیار خوبی را تهیه کرد.

۹- با نیازهای خود متفاوت برخورد کنید

روش برخورد با نیازها و استراتژی آن متفاوت است. اگر شما به استراحت نیاز دارید می‌توانید آن را به ارزانی تمام کنید.

فکر کردن این‌گونه و به دنبال جایگزین‌های متفاوت بودن به معنای کم‌ارزش کردن نیازها نیست. به معنی پایین آوردن سطح انتظارات نیست بلکه به معنای دیدن چیزها از یک زاویه دیگر است. فکر کردن به راه‌های جایگزین است.

۱۰- نه گام گفته‌شده در این کتاب را دنبال کنید

اجرای برنامه و گام‌های گفته‌شده در این کتاب، به‌صورت بنیادی روی رفتار شما با پول تأثیر می‌گذارد. آن‌ها را مطالعه و اجرا کنید.

پ.ن. در این کتاب به مثال‌های مرتبط با جامعه آمریکا پرداخته‌شده و برای قابل فهم شدن ترجمه، از مثال‌های ایرانی یا تجربه‌های شخصی استفاده کرده‌ام.

فصل هفتم

علاقه یا پول؟ ارزش انرژی زندگی در ارتباط با کار و درآمد

فصل پیش در مورد خرج کردن آگاهانه پول بود اما این فصل در مورد خرج کردن آگاهانه وقت است. این بار ارزش‌ترین ماده دنیا که محدود و غیرقابل‌بازایی است. در اینجا باید سؤال ظاهراً بدیهی دیگری پرسیده شود:

شغل چیست؟

همان‌طور که می‌دانید قسمت عمده زمان بیداری توسط شغل مصرف می‌شود. از سوی دیگر هم تحقیقات نشان داده و هم با صحبت با افراد مختلف مشخص است که وضعیت رضایت شغلی در جوامع امروزی رضایت‌بخش نیست و اغلب افراد با طیف‌های درآمدی مختلف، رضایت شغلی ندارند.

چرا بهترین زمان‌های عمرمان را صرف شغل می‌کنیم؟

پیش از آنکه سریع به این سؤال پاسخ بدهید اجازه دهید سؤال دیگری را مطرح کنیم:

حداقل زمان برای کار روزانه چقدر است؟

در تحقیقاتی در این زمینه مشخص شده که نیاکان ما در دوران قدیم حدود ۳ روز در هفته را صرف شکار می‌کرده و مابقی روزها کاری نداشته‌اند. این موضوع در مورد زنان خانواده هم صدق می‌کرده است. این روند تا آغاز انقلاب صنعتی و در همه ادوار وجود داشته به این ترتیب که تمام افراد بین دو تا سه ساعت در روز را کار می‌کرده‌اند.

پس از انقلاب صنعتی و ایجاد کارخانه‌ها و نیاز به افزایش تولید، تعریف شیفت‌های کاری و منظم کردن سیستم‌های کارگری، میزان کار روزانه افزایش یافت و در ابتدای انقلاب صنعتی تا بیش از ۱۲ ساعت کار در هفته را شامل می‌شد. بعدها و پس از اعتراضات کارگری نسبت به زمان زیاد کار، کارفرماها مجبور به کاهش زمان کار به ۴۰ ساعت در هفته شدند؛ اما کماکان بسیاری از محققین عقیده دارند که با دو تا سه ساعت کار در روز، می‌توان گلیم خود را از آب کشید.

هدف از کار کردن چیست؟

اجازه دهید برای روشن شدن موضوع سؤالات دیگری را مطرح کنیم:

چرا برای کسب درآمد مشغول به این کار هستی؟
انگیزه شما برای خارج شدن از رختخواب و رفتن به سرکار چیست؟
هدف شما از در استخدام بودن چیست؟

الآن به لیست زیر که می‌تواند اهداف کار کردن باشد توجه کنید و ببینید که کدام یک در مورد شما صدق می‌کند:

- کسب درآمد، برای تأمین مخارج ضروری، رفاه، داشتن دارایی و قلمرو و خرید لوازم لوکس.
- امنیت که نیازها مرتفع می‌شوند و به‌عنوان انسان باارزشی شناخته می‌شوید.
- سنت، برای ادامه یک سنت خانوادگی یا برای آنکه در ارتباط با گذشته شماست.
- لذت، در تماس با انسان‌های خوب، داشتن سرگرمی و لذت و تفریح در محل کار.
- وظیفه، برای انجام وظیفه و تعهد خود در برابر جامعه.
- خدمت، برای ارائه خدمت به هم‌وطنان و دیگران.
- یادگیری، برای دستیابی به مهارت‌های جدید.
- پرستیژ، برای یافتن پرستیژ و تحسین از طرف دیگران.
- قدرت، داشتن قدرت و تأثیر روی دیگران.

آیا تا به حال به این فکر کرده‌اید که هر شغل دو عملکرد دارد، یکی عملکرد مالی و دیگری عملکرد شخصی. در بیشتر مواردی که ذکر شد به عملکرد شخصی شغل پرداخته‌شده و نشان از اهمیت آن دارد.

اما نکته جالب توجه اینکه به‌جز کسب درآمد، تمام موارد دیگر را می‌توان به‌صورت رایگان به دست آورد.

از سوی دیگر پس از عبور از نقطه عطف منحنی کامیابی، پول دیگر برای ما شادی نمی‌آورد؛ بنابراین می‌توان به تعریف دوباره‌ای از شغل پرداخت.

تعریف دوباره شغل

زمانی که شغل از فعالیت درآمد زا جدا می‌شود، نتایج مهمی حاصل می‌شود.
آیا مبحث انرژی زندگی را به یاد دارید. اگر در هر سن و سالی باشید، مدت محدودی را برای زندگی روی این کره خاکی در اختیار دارید و بی‌شک این بزرگ‌ترین دارایی شماست. توجه به این سرمایه برگشت‌ناپذیر می‌تواند روی نگرش و رفتار ما در تمام زمینه‌های زندگی اثر بگذارد یا نگذارد.

(این چند سال حتماً همه شما از کمبود منابع آبی و بحران خشک‌سالی شنیده‌اید اما چه کسی آن را جدی گرفته است؟ شاید کمتر از یک درصد مردم.)

این منبع با ارزش دیگر تجدید نخواهد شد و ما به بدترین وضع ممکن با آن برخورد می‌کنیم. یکی از دلایل انفعال، امید داشتن به نیروی بیرونی است، بالاخره دولت کاری خواهد کرد، دنیا همین‌طور نمی‌ماند، طبیعت خود را ترمیم می‌کند.

دقیقاً این موضوع در مورد منبع با ارزش زمان هم صدق می‌کند؛ یعنی این همه کارمند اشتباه می‌کنند، این همه که از مدیریت پول و زمان نمی‌دانند چطور زندگی را سر می‌کنند؟

گام هفتم ارزش‌گذاری انرژی زندگی - افزایش درآمد

گام هفتم در مورد افزایش درآمد با ارزشمند دانستن انرژی زندگی در شغل و معاوضه آن با بیشترین درآمد ممکن است.

زمانی که حقوق می‌گیرید آیا احساس یک معامله منصفانه در برابر صرف عمر خود را دارید؟ کلید رسیدن به آزادی از مردگانی، ارزش‌گذاری انرژی زندگی است.

نکته مهمی که وجود دارد و در گام‌های قبلی به آن اشاره شده است درک میزان کافی برای زندگی و دست کشیدن از بیشتر می‌خواهم است. کافی نقطه‌ای کلیدی است و البته اشتباه نکنید، کافی حداقل پول برای زنده ماندن نیست. کافی میزان پولی است که با آن در بالای نقطه کمیابی قرار دارید.

احتمالاً با درک نقطه کافی به این نتیجه برسید که باروزی دو تا سه ساعت کار کردن، تمامی نیازهای شما مرتفع شود. اکنون که این را می‌دانید برنامه‌ریزی برای دیگر قسمت‌های زندگی ساده‌تر می‌شود. ممکن است کار بیشتر شما برای پرداخت بدهی‌ها باشد، ممکن است برای تحقق سفر به دور دنیا باشد، ممکن است هدف رسیدن به استقلال مالی و بازنشستگی زودهنگام باشد. ولی نکته اینجاست که هدفی برای صرف عمر خود داشته و صرفاً معتاد به کار نیستید.

گزینه‌های جدید افزایش درآمد برای حقوق‌بگیرها

۱- افزایش حقوق با تغییر نگرش

شاید بتوان گفت مهم‌ترین عاملی که باعث عدم افزایش حقوق شما می‌شود، نگرش شماست. بسیاری در شغل خود منفعل رفتار کرده و امید دارند که در اثر اتفاق غیرمنتظره‌ای شغل آن‌ها افزایش یابد اما هرگز به خود اجازه نمی‌دهند که برای افزایش حقوق اقدام کنند. چون خود را دست‌کم گرفته و شایسته ارتقا نمی‌دانند.

برای این کار باید از ذهنیت قربانی فاصله گرفت. شاید این ذهنیت برای شما نقطه امنی باشد. تقصیر را به گردن آن‌ها بیاندازید که مایل به پیشرفت شما نیستند اما تنها راه این است که خود را دست‌کم نگرفته و مسئولیت زندگی شغلی خود را بپذیرید.

۲- شغل پاره‌وقت

بسیاری از افراد با توجه به نیاز و هدف خود، کارهای پاره‌وقت را انتخاب کرده‌اند هرچند که این کارها مزایای یک شغل تمام‌وقت را ندارد اما می‌تواند از سوی دیگر وقت برای بسیاری از فعالیت‌های مهم زندگی را پیدا کرد. شما هم می‌توانید در کنار شغل خود از کارهای پاره‌وقت و آزادکاری استفاده کنید که انرژی زیادی را از شما می‌گیرد و انجام آن برای طولانی‌مدت درست نیست.

یا اینکه اگر متخصص هستید از شغل اصلی خود خارج‌شده و به‌صورت پاره‌وقت در شرکت‌ها و پروژه‌های مختلف کار کنید.

این کتاب، راهنمایی در مورد یافتن شغل و یا دستورالعمل کسب درآمد بیشتر نیست. هدف از این فصل هم بیشتر روشن کردن موضوع شغل در ذهن شما و پذیرش آن است؛ اما با توجه به تجربه هزاران نفری که در سمینارهای ما شرکت کرده‌اند، با ارزش انرژی زندگی و قصد برای افزایش درآمد، به‌مرور راه‌های کسب درآمد را کشف کرده و نمودار درآمد شما روزبه‌روز بیشتر می‌شود.

فصل هشتم

نقطه گذار، معدن طلا در انتهای راه

اگر شما تا اینجای کار را طبق دستورالعمل انجام داده باشید می‌دانید که چقدر پول خرج می‌کنید، چقدر توانایی درآمد دارید، عادت‌های خرید شما چگونه است و برای هر خرید چقدر از انرژی خود را صرف می‌کنید و البته نقاط به من نگاه کن (Gazing Us Pins) و تخفیف‌ها در فروشگاه‌ها دیگر دل از شما نمی‌ربایند.

با به کار بستن گام‌های قبلی مخارج شما رو به کاهش گذاشته، شاید برخی یا تمام بدهی‌ها محوشده، درآمد و پس‌انداز شما افزایش پیدا کرده است.

روزی روزگاری شما به استقلال مالی خواهید رسید، اگر در آن زمان هنوز زنده باشید به آن بازنشستگی می‌گویند ولی احتمال اینکه نگرانی‌های مالی شما از بین رفته و یا نیاز به کار کردن نداشته باشید وابستگی مستقیم به رفتار گذشته شما دارد.

هدف شما رسیدن به بازنشستگی در چه سنی است؟ تعداد سالهای باقیمانده که باید بیمه پرداخت کرده تا به سی سال برسد؟

پس‌انداز یا سرمایه

بی‌شک، شما یاد گرفته‌اید که مرتب پس‌انداز کنید، پولی که کنار گذاشته و خرج نمی‌شود تا هدف مشخصی را تأمین کند، این هدف می‌تواند پر کردن حساب اضطراری و یا جمع کردن پول برای رفتن به تعطیلات باشد؛ اما جنس سرمایه فرق می‌کند. شما از سرمایه انتظار خلق درآمد دارید. این سرمایه می‌تواند پول شما در بانک باشد که سود مشخص و ماهیانه‌ای را برای شما تولید کرده یا مبلغی که برای خرید یک ملک یا سهام خرج می‌کنید.

سرمایه‌ها را می‌توان به دو نوع تقسیم کرد، نوع اولی که در چند سال گذشته در ایران نمود زیادی داشت مانند خرید سکه و ارز و یا صندوق‌های مشترک سرمایه‌گذاری (غیرقابل معامله) و یا خرید زمین و ملک است که به امید افزایش قیمت در آینده خریداری می‌شوند و نوع دوم که ماهیانه مبلغی را به‌عنوان سود به ما برمی‌گردانند مانند سپرده‌گذاری در بانک، سود سهام و یا خرید ملکی که اجاره داده می‌شود.

این درآمدهای شیرین مرتبط با شغل شما نبوده و درآمد منفعل نامیده می‌شوند. روی نمودار دیواری بر اساس میزان سود حاصل از سرمایه‌گذاری خط سومی رسم کنید.

گام هشتم: سرمایه و نقطه تقاطع

نقطه‌ای که روی نمودار رسم می‌شود بر اساس سود خالص ماهیانه‌ای است که به حساب شما واریز می‌شود. مثلاً اگر ۵۰ میلیون تومان در حساب یک‌ساله‌ای با سود ۲۰ درصد دارید، بایستی ۱۰ میلیون تومان سود سالانه را تقسیم‌بر دوازده ماه کرده و مبلغ ۸۳۳۳۳۳ تومان را یادداشت کنید. این مبلغ را با مبالغ اجاره، سود سهام و هر نوع سرمایه‌گذاری دیگر جمع کرده و روی نمودار رسم کنید.

در آغاز از میزان کم و یا عدم رشد آن افسردگی نگیرید، پس از چند ماه شاهد رشد خطی خواهید بود که مانند مار خزیده و خود را بالا می‌کشد. البته همان‌طور که رشد فرزند شما به میزان تغذیه و رسیدگی و مراقبت بستگی دارد، رشد این خط نیز در ارتباط مستقیم با توانایی شما در کاهش هزینه، انضباط مالی و افزایش درآمد است و این فرزند رشد کرده تا جایی که با خط هزینه‌ها برخورد می‌کند. پیش‌بینی نقطه برخورد

البته نکته شگفت‌انگیز این است که زمان تقاطع خطوط سرمایه‌گذاری و هزینه، قابل پیش‌بینی است. پس از چندی، روند نمودار هزینه‌ها و سرمایه‌گذاری شما مشخص شده و می‌توانید پیش‌بینی کنید که با همین شرایط چه زمانی تقاطع حاصل می‌شود.

استقلال مالی؟

بله پس‌ازاین برخورد لذت‌بخش، سود حاصل از سرمایه‌گذاری از مخارج شما بیشتر شده و جریانی مداوم و مطمئن ایجادشده که فارغ از شغل می‌تواند تا ابد ادامه داشته باشد.

پس‌ازاین نقطه و با حضور اعتمادبه‌نفسی که پیدا کرده‌اید، وابستگی درآمدی شما به شغل از بین رفته و می‌توانید اعلام بازنشستگی کنید یا اینکه اگر شغل خود را دوست دارید، فارغ از هرگونه نگرانی مالی، باانگیزه بالاتر و به بهترین وجه ممکن کار خود را انجام دهید.

همین امروز تصور کنید که در سال ۱۴۰۰ بازنشسته می‌شوید، آیا این تصور موجب افزایش انرژی شما در کار نمی‌شود؟ آیا عملکرد شما چند برابر نمی‌شود؟ آیا به شغل دوم، به آنچه همیشه به آن فکر می‌کرده‌اید، به عشق و علاقه‌تان بیشتر نمی‌اندیشید؟

کافی و مقداری بیشتر

در این نقطه علاوه بر اینکه برای کسب پول مجبور به کار کردن نیستید، ذهنیتی را کسب کرده‌اید که بیشتر، به معنای افزایش لذت و تمامیت در زندگی نیست. کماکان و در هنگام تمام مخارج، آن پرسش‌های مهم را پرسیده و می‌دانید که چه مخارجی حال شمارا بد می‌کند.

شما به میزان کافی از همه چیز دارید و در اوج منحنی کامیابی هستید اما آیا ارتفاع این قله کامیابی هم قابل رشد است؟

بله شما می‌توانید حس بسیار بهتری را پیدا کنید و کلید آن بخشش است. بسیاری از ما چه در زمینه‌های مادی و چه غیرمادی انسان‌های ذاتاً بخشنده‌ای هستیم ولی آن را به یک روش کلی زندگی بدل نکرده‌ایم.

اگر می‌خواهید در عین استقلال مالی، به اوج لذت کامیابی برسید، ببخشید. بدون فکر و بی محابا و هر روز و بی قید و شرط ببخشید.

فصل نهم مدیر مالی خودتان شوید.

این گام به شما کمک می‌کند تا به انسانی متخصص تبدیل‌شده و سرمایه‌گذاری‌های بلندمدت و مدیریت مالی خود را عهده‌دار شوید تا جریان درآمدی پایدار برای پوشش مخارج خود ایجاد کنید.

تبریک برای اینکه به گام نهم رسیدید. بسیاری ممکن است گام‌های قبلی را رها کرده و این مطلب را بخوانند تا کشف کنند که آخر این برنامه چیست؛ اما این فصل برای آن‌ها نیست. این فصل برای شمایی است که نقطه‌گذار را رد کرده‌اید و اکنون این پرسش را مطرح کنید که «پس‌ازاین چه باید کرد؟»

استراتژی جو دومینگوئز که سال‌ها پیش او را به استقلال مالی رساند، سرمایه‌گذاری در صندوق‌های مشترک با سود و ریسک پایین بود. در آن زمان نرخ سود این صندوق‌ها و نرخ تورم متفاوت از اکنون بود. هرچند که آن روش، هنوز هم روشی مطمئن برای سرمایه‌گذاری بلندمدت است و می‌توان با آن تورم را شکست داد اما شاید لازم است که با نگاهی دیگر به این استراتژی نگرسته شود.

هدف از این فصل، معرفی روشی قطعی برای سرمایه‌گذاری با سود بالا و بدون ریسک نیست بلکه اصول و پیشنهادهایی را مطرح می‌کند تا بتوانید این گام نهایی را نیز با موفقیت به سرانجام برسانید.

یکی از مأموریت‌های اصلی این کتاب نیرومندتر کردن شما در مواجهه با پول بوده است. تابه‌حال شما باید یاد گرفته باشید که با پول آشتی کرده و روابطی جدید برای خود تعریف کرده باشید.

به‌جز املاک که سرمایه اولیه بالایی می‌خواهد و بازار طلا و ارز که توصیه نمی‌شوند، بسیاری پس از شنیدن واژه سرمایه‌گذاری به یاد بازار سهام می‌افتند.

اما سرمایه‌گذاری تنها خرید سهام در بورس نیست بلکه خرید اوراق مشارکت یا خرید بلوک‌های صندوق‌های سرمایه‌گذاری و حتی حساب‌های بلندمدت بانک‌ها و طرح‌های بیمه عمر هم سرمایه‌گذاری است.

مهم این است که در طول این کتاب باید یاد گرفته باشید که چقدر برای شما کافی است و بیشتر، همیشه بهتر نیست. شما قرار است با سرمایه‌گذاری به یک درآمد پایدار برسید که تمام نیازهای شما و کمی بیشتر را پوشش می‌دهد.

اما زمان سرمایه‌گذاری که فرا برسد، تمام تصمیم‌گیری‌ها بر اساس دو اصل کلی است:

حرص و ترس

این دو عامل آن قدر مهم هستند که سی‌ان‌ان شاخصی برای آن‌ها تعریف کرده که می‌توان آن را در این [لینک](#) ببینید.

اگر گام‌های پیشین را به‌درستی انجام داده باشید، توانایی خوبی برای کنترل حرص کسب کرده‌اید و قادر به کنترل ذهنیت «بیشتر بهتر است» هستید.

اما ترس

بزرگ‌ترین ترس ما از ناشناخته‌هاست، بزرگ‌ترین ناشناخته، آینده است و در این خصوص بزرگ‌ترین ترس این‌گونه تعریف می‌شود:

آیا برای فردا به اندازه کافی پول دارم؟

راه کاهش این ترس چیست؟

- با اعمال معیارهایی برای سرمایه‌گذاری که پیشنهاد خواهد شد.
- با داشتن ذخایری که ارائه خواهد شد
- با مهار ترس غیرمنطقی از تورم

آیا ترس ما از تورم هم متورم شده است؟

به نظر می‌رسد بله

همان‌طور که می‌دانید شاخص تورم، میانگین قیمت حدود شش صد کالا در دوازده ماه منتهی به ماه جاری نسبت به دوازده ماه پیش از آن است.

بسیاری از این کالاها ممکن است در سبد خرید شما نباشند مثل دخانیات، ممکن است در شش ماه گذشته نبوده‌اند، مانند لوازم خانگی، ممکن است یک ماه کمتر شیر بخورید و هزار اماواگر دیگر.

برای فهمیدن میزان واقعی اثر تورم می‌تواند به جداول ماهیانه که در ماه‌های گذشته تهیه کرده‌اید مراجعه کرد و ببینید که هزینه‌های شما چقدر رشد کرده‌اند هرچند دانستن آن زیاد مهم نیست.

مهم‌تر از آن نگاه به نمودار دیواری است که تهیه کرده و سعی می‌کنید هزینه‌های خود را کاهش دهید.

مثلاً امسال در میوه‌فروشی نزدیک ما، هر کیلو گیلان ۱۲۰۰۰ تومان بود و همزمان همان گیلان باکیفیت کمی پایین‌تر، ۶۵۰۰ تومان. با کدام یک می‌توان تورم را حساب کرد؟

اهمیت تورم

منظور از نوشته‌های بالا انکار اثر تورم به‌ویژه در ایران نیست بلکه برخورد واقع‌گرایانه با آن و ربط ندادن همه‌چیز به تورم است. مسئولیت‌پذیری در قبال زندگی مالی یکی از مهم‌ترین توانمندی‌هایی است که با به کار بستن راهکارهای این کتاب یاد گرفته‌اید.

بازگشت سرمایه و تورم

بازگشت نهایی هر سرمایه‌گذاری بلندمدت با چهار عامل اصلی مشخص می‌شود:

- ۱- نرخ سالانه بازگشت
- ۲- هزینه‌ها
- ۳- مالیات
- ۴- اثر تورم

نرخ تورم روی سرمایه‌گذاری‌های اثر می‌گذارد. اگر نرخ تورم بالا باشد و انتظار درآمد بیشتری را داشته باشید لازم است تا مقداری ریسک کنید. ممکن است میانه خوبی با ریسک روی اندوخته خود نداشته باشید ولی شکست خوردن از تورم هم اندوخته شما را در معرض خطر کاهش ارزش قرار می‌دهد. چطور پول خود را مدیریت می‌کنید تا اثر خطرات ناشی از تورم را کاهش دهید؟

ریسک‌پذیری شما چقدر است؟

تمام حرفه‌ای‌ها توصیه می‌کنند که پیش از هر سرمایه‌گذاری باید میزان ریسک‌پذیری خود را مشخص کنید. اگر کمی با زبان انگلیسی آشنا هستید، می‌توانید از طریق این [لینک](#) میزان ریسک‌پذیری خود را بسنجید.

اما به‌صورت کلی، میانه‌روی بهترین کار است. نه پول‌های خود را زیر بالش گذاشته تا تورم آن را به تحلیل ببرد و نه تمام سرمایه خود را در بورس سرمایه‌گذاری کنید.

سه ستون اصلی استقلال مالی

هر برنامه سرمایه‌گذاری برای رسیدن به استقلال مالی بر روی سه ستون استوار است:

- ۱- **سرمایه**، مقداری که سرمایه‌گذاری می‌شود که نهایتاً درآمد بالاتر از نقطه‌گذار گام هشتم است.
 - ۲- **ذخیره**، پول نقدی که هزینه‌های شما را برای شش ماه پوشش دهد. هدف پوشش هزینه‌های اضطراری است.
 - ۳- **پول نقد**، پس از پر کردن حساب اضطراری، همراه مقداری پول بیش از هزینه‌های شما، ذخیره‌شده که آن‌ها را در حسابی بانکی با بهترین شرایط گذاشته تا به زمان مناسب سرمایه‌گذاری برسند.
- جو دومینگوئز معیاری را برای سرمایه‌گذاری به کار بسته بود که لزوماً تمامی موارد آن با شرایط امروز شما به‌عنوان یک فرد ایرانی کاربرد ندارد اما می‌تواند برای داشتن دید بلندمدت، یک راهنما باشد.

- سرمایه شما باید تولید درآمد کند
 - سرمایه شما باید کاملاً ایمن باشد
 - سرمایه شما باید قابلیت نقدپذیری بالایی داشته باشد تا شما بتوانید در آن واحد آن را نقد کنید
 - سود و سرمایه شما نباید گرفتار کمیسیون، دستمزد و هزینه‌های زیاد شود
 - درآمد شما باید کاملاً امن باشد
 - درآمد شما نباید نوسان کند شما باید بدانید که درآمد شما ماه دیگر، سال دیگر و بیست سال دیگر چقدر است
 - درآمد باید به‌صورت نقدی در بازه‌های زمانی مشخص به شما پرداخت شود. افزایش سرمایه باید کاملاً در کنترل شما باشد
 - درآمد شما نباید شامل هزینه‌های مدیریت، کارمزد و شبیه آن شود.
 - نیاز به حضور شما برای تعمیر و نگهداری و مدیریت نداشته باشد.
- با معیارهای بالا تنها منبع برای سرمایه‌گذاری اوراق قرضه است که طبق قوانین ایران، نمی‌تواند عرضه شود و جایگزین آن اوراق مشارکت است.

جایگزین اوراق قرضه با اوراق مشترک

طبق بررسی‌هایی که من انجام داده‌ام، به‌جز سرمایه‌گذاری در بانک و اوراق مشارکت، چند نوع صندوق سرمایه‌گذاری در ایران وجود دارد.

صندوق‌هایی که واحدهای سرمایه‌گذاری را می‌فروشند، این واحدها بر اساس سرمایه‌گذاری‌های انجام‌شده در طی زمان ارزش بیشتری کسب می‌کنند و شما می‌توانید با ابطال آن‌ها، سرمایه خود را نقد کنید. این دسته از صندوق‌ها هم به دو نوع عادی و قابل معامله در بورس تقسیم می‌شوند.

نوع دیگری از صندوق‌ها با سرمایه‌گذاری در بازارهای کم ریسک، سود قطعی پرداخت کرده و در صورت سودآور بودن سرمایه‌گذاری ممکن است به شما سود بیشتری هم بدهند.

نوع سوم صندوق‌های سرمایه‌گذاری شاخصی است که ترکیب دارایی‌های آن‌ها طوری تنظیم شده که از شاخص کل یا شاخص صنعت یا هر شاخص دیگری تبعیت می‌کنند.

البته شما می‌توانید به صورت مستقیم وارد بورس شده و سهام شرکت‌های مختلف را خرید و فروش کنید که ریسک آن به صورت کلی و به ویژه در بازار ایران زیاد است. و البته بر اساس ضرب‌المثل مشهور «تمام تخم مرغ‌هایت را در یک سبد نگذار» می‌توانید پرتفولیو تشکیل دهید. پرتفولیو تقسیم سرمایه در بازارهای مختلف با سود و ریسک‌های متفاوت است که البته سرمایه‌گذاری در صندوق‌های مشترک، این نیاز را مرتفع می‌کند.

چک‌لیست مواردی که باید پیش از سرمایه‌گذاری در نظر داشته باشید:

- آیا این سرمایه‌گذاری با ارزش‌های من همخوان است؟
- وضع انواع مالیات روی این سرمایه‌گذاری چگونه است؟
- آیا می‌توان به آسانی کل یا قسمتی از این سرمایه را نقد کرد؟
- چه کارمزدها یا جریمه‌هایی برای ورود و خروج به این سرمایه‌گذاری باید بپردازم؟
- آیا این سرمایه‌گذاری می‌تواند درآمد فعلی/آینده موردنیاز من را تأمین کند؟
- آیا این سرمایه‌گذاری در راستای میزان ریسک‌پذیری من است؟

البته می‌توان در زمینه سرمایه‌گذاری به بازار طلا و ارز، املاک، راه‌اندازی کسب‌وکار، خرید و فروش و یا حتی اجاره یک مغازه هم فکر کرد اما این‌ها جزئی از برنامه ارائه شده در این کتاب نیستند.

امیدوارم مطالب ارائه شده در این کتاب برای شما مفید باشد. سعی کرده‌ام تا حد امکان به متن کتاب وفادار بوده و تا حدودی آن را برای یک ایرانی بهینه کنم که این کار در گام نهم نمود بیشتری پیدا کرده است.

آیا دست به کار شده و شروع به یادداشت مخارج خود، کرده‌اید؟

شاید بسیاری از شما تا اینجای کتاب را خوانده ولی دست به هیچ کاری نزده‌اید. واقعیت این است که کتاب انگیزه موضعی ایجاد کرده ولی برای رسیدن به استقلال مالی که فرایندی زمان‌بر است نیاز به حفظ انگیزه در طول مسیر وجود دارد.

من یک دوره عضویت ویژه در یک ریال درست کرده‌ام که همراه به یکی از مباحث مهم مالی شخصی می‌پردازد. شما می‌توانید با پیوستن به باشگاه یک ریال، شانس خود را برای رسیدن به استقلال مالی افزایش دهید. برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانید به صفحه زیر مراجعه نمایید.