

# 自主钱

在你的钱财完全摧毁你的人生以前，  
如何有效地管理它！

KANYIN  
PUBLICATIONS

# 目录

序  
简介

## 单元一 你，金钱与你的人生

第一章	金钱的力量	11
第二章	你的财务故事	19
第三章	你的人生使命	41

## 单元二 你与你的思想

第四章	你的脑袋是你最珍贵的财产	65
第五章	改进你的财富思想	79
第六章	评估你的理财技巧	89
第七章	无法预计的个人财务状况	99

## 单元三 你与你的财务行为

第八章	管理你过度挥霍的行为	107
第九章	了解“需要和想要”	123
第十章	控制你过度挥霍行为的程序（CYOB）	139

## 单元四 你与你的遗赠

第十一章	金钱与爱情，以及一段幸福的婚姻	169
第十二章	建立你家族的财产遗赠	179
第十三章	你的退休精髓	199
第十四章	我如何帮助企业者解开他们财务上的困惑	211

# 序

我要恭喜叶凯蓉女士 (Ms Carol Yip) 大胆地尝试将心理学概念应用在钱财管理的领域上。这绝对是合时及中肯的。

在世界各地，人们逐渐地意识到很多钱财问题其实起源于我们的思想，而非我们的口袋。问题的关键，往往超越了我们赚钱的能力或消费的态度。这一切多源自于我们如何看待自己的金钱与人生。除此之外，这亦关连着我们希望在人生里得到些什么以及我们如何解读快乐、满足和价值观。

因此，心理学在理财领域里提供了实用的概念，让我们对金钱产生不同的思考方式，以便可以更有意义及更负责地管理我们的财务。

Dr Goh Chee Leong  
Dean, Faculty of Behavioural Science  
HELP University College

# 简介

“我如何可以赚更多的钱?”这是人们常问我的问题。而我一贯的答案是：“在赚更多的钱或控制你消费的态度之间，哪个比较容易?”

这是你的选择：赚更多的钱或控制你消费的态度。这不是一本教你如何赚取更多金钱的书。在生活里，你可以看到有好多讲座会与工作坊，教导你如何通过投资和生意机会赚取上百万元的收入。

这本书旨意于帮助你了解你消费的方式。它将讨论个人的消费态度，并帮助你更了解你自己，以及你如何利用你的金钱来发展你的人际关系。这本书将让你洞察到人们对于金钱的态度，从而帮助你达到情绪上的快乐，提供你更好的安全意识，更有效地掌控你的未来财富。

将对人性心理的了解应用在钱财上，我结合了人性行为的心理和财务艺术 - 并命名为财务品行 (Behavioural Finance)，帮助你了解与学习主导你行为的个人态度，更好地管理你的财务。

## 生活在消费的年代

是否还记得还未有掌上型电玩 (Game Boy)、世嘉Genesis

游戏 (Sega Genesis)、Play Station 或 Xbox 的日子？  
曾几何时，身为少年的我们，是如何从百万富翁(Monopoly)、排字游戏(Scrabble)和蛇梯棋(Snakes and Ladders)里获得无穷的乐趣。

我们正生活在一个很不一样的年代。我们都生活在一个属于消费的世界，人们通过物质的拥有来获取个人的满足感，也因此往往购买了超出自己基本需求的商品与服务。

在这充斥着消费的年代，每个人，不分风俗习惯、种族或年龄，都下意识地寻求一种可以取代原有的、简单乏味的生活方式，那种他们的父母和祖父母所奉行的生活。

无可否认的，我们都被大众媒体和娱乐管道如电影、音乐、杂志、电视节目和互联网里过量的广告与宣传手法给深深地影响着。这一切，给我们带来了无穷的引诱和欲望。职业父母，因着无法常常陪伴儿女的内疚感，结果就用各种物质来弥补被忽略的孩子，这里边，包括了苹果数码播放机 (iPod)，最先进的手机到汽车与名牌衣物不等。

金钱，原本是维持生活的基本介质，但这一点却往往被漠视了。反之，在今时今日，金钱常被解读成用来换取关系、友谊、幸福、快乐、权利和地位的介体。有鉴于此，很多人都成了金钱里的“受害者”。

各种财务机构不断推出的简易金钱管道如信用卡、贷款计划和流动现金（通过流动电话所做的赊欠交易），不但无法让人们更明智地运用他们的钱财，反而让他们觉得这类形同“免费”的金钱得来实在太易。一旦这种付款方式变得越来越普遍，金钱就会显得越来越“无形”。仿佛，现在的我们已很少真正触摸纸钞与银币！这是很危险的，尤其是那些无法好好控制本身花费习惯的人。

有些父母常会给孩子无限量地使用附属信用卡，这在无形中加剧了原本的问题。试想想，当一个还未学懂如何赚钱的年轻人可以无限制地去购物或宴请朋友们，那么他们将论证一种怎么样的消费习惯？你认为他们将会明智地消费，抑或滥用金钱？他们会否懂得如何为自己的将来而储蓄？

如果我们有能力控制本身的情绪和对生活的知觉力，那么我们是否真的需要在物质上作出无谓的消费？

就好比减肥一样；过量的运动未必会带来帮助，对于某些人来说，就算瘦身计划也未必有效。最有效的方法之一，是适当的饮食习惯。有鉴于此，生活在这充斥着消费的时代，我们是否能在不拥有太多的物质享受或超额的消费下，也能活得充满意义和富足常乐呢？我们又要如何避免不良的消费习惯，以便可以过着中庸的生活呢？

写这本书时，我抱着一个帮助读者的希望，尤其是亚洲读者，来达到以上的目的。我为何要把焦点放在亚洲人身上呢？这是因为亚洲曾经是；就算在过去的十年里也仍然是，享有着持续的商业增长。这一个因素，让我们看到很多亚洲人累积了不少财富，也造就了更高的亚洲人消费水平。

身为亚洲人，我跟大家一样，都经历着消费的效应，我相信我的亚洲同胞们都在挣扎着该如何在这充满消费诱惑的生活里过得更舒适些。

## **这本书可如何帮到你？**

在你的家庭里，金钱是不是一个很普遍的讨论话题？也许并不。在学校里、学院里或大学里，我们很少会被教导关于个人理财的课题；在公司里，上司很少会指导你，就算在家里，你的伴侣也未必会帮助你。

在缺乏正确的理财观念下，每当遇上个人财务问题时，很多人往往都会觉得很茫然。很多时候，这个问题还会影响了家庭与婚姻。

有鉴于害怕问题被揭露后所带来的羞耻感，有很多人情愿自己扛起个人的钱财问题。因此，他们总在默默地承受着无形的痛苦。当那天抵达了“沸腾点”，在无路可退的情况下，他们唯有申请破产。有些想不开的，则选择以自杀来结束自己的生命。

通过洞察人性行为的分享，我相信我可以提供你一些减轻财务负担的方法与秘密，那么你便再也不用默默地承受痛苦了！这本书将帮助你如何与你的金钱建立起亲密的关系，并成为它的主人。

我的上一本著作，是写给年轻人看的《精明的消费者》(Smart Money-User)。《**自主“钱”：在你的钱财完全摧毁你的人生以前，如何有效地管理它！**》是它的续集。因为我总觉得由一个年轻人成长至一个成年人，你我都必须经历无数的影响与挑战。也因此，你我就必须学习如何好好管理自己的钱财，以便可以过着更有意义的人生。

这本书的特别之处在于它提供实用的知识与技巧。金钱这课题尽量被简单化，并伴随着明确的说明与练习。我将“软性的”与“硬性的”理财技巧综合起来，以让你更有效地处理你的钱财。

针对你的人生及个人对金钱的看法，你将发现我会问些有建设性的问题；也许你会觉得它们很具挑战性，但它们却是帮助你更了解你本身对于钱财的态度，从而改变你的行为。

《**自主“钱”：在你的钱财完全摧毁你的人生以前，如何有效地管理它！**》呈现了许多我多年来所启发的理财技巧与习题。这一切的经验都是根据我举办讲座会或公开演说时所遇见的人，又或者是我曾经提供过钱财管理服务的人

那里累积而成的。

在书中，你将学习到“调停金钱思维的三步曲” (3-Sequence Intervention of Money Thought (3-SIMT) ) 的步骤，这当中包含了“揭开你真正的需求”，“需要与欲望”，“你的选择脚本”，以及“想法的停止”。这一些程序将帮助你认清自己的强项、实力以及潜在力量，从而“卸下”或摆脱任何影响你管理钱财的负面行为、思想与情绪。

在练习这一些方法的过程中，你将学习到如何相信与掌控自己的能力，增强你的个人价值与信念，并以正面的态度去面对和解决你所面对的任何财务难题。

在了解到很多人都对他们入不敷出的弱点妥协，我也在书里加入了一个由我所创，为期四星期的程序，名为“控制你过度挥霍行为的程序” (Controlling Your Overspending Behaviour (CYOB) programme)。

要让自己更明智与熟练地掌管你的钱财，你应该经常在生活里应用书中所教导的理财技巧，尤其是当你的人生正面临变化之际，就好比结婚、宝宝的诞生、或在预期之外失去了你的工作。与你的伴侣、孩子、父母、兄弟姐妹或朋友们一起应用这些技巧。当你们一起练习里边的习题时，你将发现那是一件充满乐趣的事；它将让你看到每个人对于钱财的态度与知觉力，并让你们互相帮助增强彼此的理

财知识与技巧。更何况，一起练习也可以有效地帮助修复因钱财瓜葛而受影响的关系。

说到这里，我相信你已做好准备来展开旅程，深入探讨你与金钱的关系，所以就让我们先从了解“金钱的力量”来开始吧 ...



# 单元一

你、金钱与你的人生



# 第一章

# 金钱的力量

《金钱是力量、是自由、是一个垫子、  
是万恶之源、是福气的总和。》

- Carl Sandburg

金钱是我们生活里举足轻重的必需品，皆因它帮助我们达成很多事情。了解金钱的重要性将给予你成功理财的能力。尽早学习良好的理财习惯以及如何避免错误的理财观念，你已经向富足的未来迈出了第一步。

获取个人理财的知识与学习理财的技巧就像到学校里接受教育一样的重要，这是因为财务管理的知识将引领你对自己的钱财作出好的决策。而这也在无形中确保一个成功的未来财富！

创造一个成功的未来财富其实和建立你梦想中的房子没有什么分别。首先，你必须清楚未来的自己需要些什么样的财富，就如你知道自己梦想中的房子该是什么样子。你梦想之屋的概念是源出于你的，不是吗？在你的潜意识里，你幻想着你想要的房子。

要将梦想兑换成现实，首先你必须将房子的初步设计给画在纸上，然后再将它转化成建筑图。在建房以前，你肯定会从专家那里获取你所需的意见与忠告，他们包括了建筑师、工程师、建筑工人和室内设计师等等。接着，你必须估计出建造房子的费用。最重要的一点，你会确保这将是一间你会住得开心与舒适的房子，因为你不想在房子建好后，才发觉有遗憾的地方。

有时，你梦想中的房子住起来，未必会是实用型的。举个例子，你的梦想之屋或许有过多的梯级或过大的窗户；如果将来你组织了家庭，有了小孩，这可能是很危险的。又或许它们也不适合你年长的父母亲，因为他们会觉得要爬很多的梯级才能够抵达睡房，是一件困难的事。

在房子施工期间，你会面对很多的挑战。人们或许给了你错误的忠告，或更好的意见与建议；又或者你为了更好和更昂贵的建筑材料而超支花费。建筑的费用，也会因通货膨胀而上升，你或许会因此而无法还清帐单。更甚的是，天晓得你会不会被哪个狡猾的承包商给骗了。

就跟建房子一样，在建立未来财富的过程中，你也将面对无数的挑战。如果不懂得自己的人生需求和未来想要累积的财富，你也许就会作出偏差的决定，或浪费了不少的时间与金钱。某些有企图的人会把你的钱给骗了，又或许你会受身边的人所影响，花了超出你能力范围以内的钱财。你会因不好的意见而作出错误的投资，或不明智地消费，

纯粹因为你没有好好地教育自己关于个人理财的课题。

有鉴于此，学习正确的个人理财技巧就显得很重要，它将帮助你更有效地管理你的钱财；而这本书所要呈现的，正是这一点。

## 金钱的力量

很多人往往低估了金钱的力量，更因缺少它而陷入困境。也正因为如此，他们成了金钱的受害者。我们千万不可轻视金钱的力量，它可以被运用在许多美好的事物上 - 比如购买很棒的东西和经验，好像一间舒适的房子、美味的佳肴、回味无穷的假期；换取最好的教育与医疗；成为帮助别人的善款等等。在这同时，缺少、或滥用金钱，则会带来悲剧。

当你发现自己拿不出足够的金钱来购买杂货、付租金、打汽油、付医药费，那会是一个多可悲的经验。偶尔，这类问题的发生，是因为滥用金钱的后果；你的钱财都被浪费在你不需要的药物上、酒精上，又或者赌博上。缺钱还很可能导致不必要的争执、家庭破裂和各种非法的行为，如偷窃、谋杀、卖淫、贩毒等。

除非你真正的了解到拥有金钱的意义，以及它可以为你做些什么，否则你将无法珍惜它那种可以创造你理想人生的能力。除此以外，如果你不小心，金钱还可以将你的人生搞得一团糟！

在人生里边，有两样东西是金钱所无法买下的 - 你的时间与你的生命。你无法利用金钱来购买你所失去或虚度的光阴；你也无法利用金钱来购回你所流失的生命。因此，善用你所拥有的时间，好好学习理财的技巧，创造累积财富的机会，将是你生命中的首要任务。

## 金钱是如何增长的

将你的钱财保存得如宝藏般 - 这是有效管理金钱的第一条法则。储蓄越多的金钱，对于累积财富就会显得更好。不为什么，只因为倘若你懂得如何储蓄并善于投资，钱财就会不断增长；我们称之为钱财增长的复数效应。

让我举个例，你每天储蓄\$3.35（这相等于咖啡店里的碗面条或一碟鸡饭）；每天持续，将变成每月\$100，每年\$1,200。试看看，如果你把金钱存入支付利息的储蓄户口里，属于你的钱财将如何随着时间增值（参考图表1.1）。



图表1.1：复数的力量

年数	5	10	15	20	25	30	35	40
年利率	\$	\$	\$	\$	\$	\$	\$	\$
2%	6,315	13,294	21,006	29,529	38,947	49,355	60,856	73,566
3%	6,481	14,009	22,754	32,912	44,712	58,419	74,342	92,837
4%	6,652	14,774	24,691	36,800	51,584	69,636	91,678	118,590
5%	6,829	15,593	26,840	41,275	59,799	83,573	114,083	153,238
6%	7,012	16,470	29,227	49,435	69,646	100,954	143,183	200,145
7%	7,201	17,409	31,881	52,397	81,480	122,709	181,156	264,012
8%	7,387	18,417	34,835	59,295	95,737	150,030	230,918	351,428
9%	7,599	19,497	38,124	67,290	112,953	184,447	296,385	471,643
10%	7,808	20,655	41,792	76,570	133,789	227,933	382,828	637,678

试想像：18岁的你每月都将\$100存入一个每年支付2%利息的户口。五年后，当你满23岁时，你的户口里便会存有\$6,315（请参考上面的图表），你可将这笔钱用作你第一辆车的首期。当然，我们都知道你的第一辆汽车对你来说，是何其的重要，皆因它将负起接载你上班下班，以赚取更多金钱的使命！

如果你决定在五年内都不动用这笔钱，并在接下来的15年内每个月继续存入\$100，那么当你33岁时，你的户口里将存有\$21,006（请参考上面的图表）。那时，你便可以将这笔金钱用作投资第一个价值\$250,000的房地产的首期。

当你这么做时，你就已经将你\$21,006的存款转化成一价值\$250,000的投资，在你未来的人生，这投资很可能给你带来租金的收入，并增加你的财富。

因此，越早建立属于你的储蓄基金、储存越多的钱，赚取你人生的第一个一百万也就变得越快！现在，你看到了金钱如何增长的力量，你是否迫不及待地想要开始储蓄与投资了呢？每个月要储蓄\$100，看起来好象并不容易，或许因为你必须转换自己的消费方式，就好比减少逛街购物、吃得节省一些、尽量少去度假、放弃一些你所喜爱的嗜好，或减少流连咖啡馆和俱乐部的时间。

你已做好准备了吗？如果你还未有心理准备改变你的一些消费习惯，以便可以每个月省下\$100，那么你还可以从哪获得\$100？金钱是从哪里来的呢？

## 金钱的来源

俗语说得好：“钱不会从天而降”，以及“钱不会从树上长出来”。

那么，钱是从哪里来呢？你和我都必须为它打拼。无可否认，我们每个人都很努力地为金钱而奋斗不息。除非你很幸运地收到金钱为礼物、获得遗产、或者赢得奖券（赌博除外！），否则你就必须脚踏实地，找份工作或投资生意以换取金钱。你必须利用你的时间和精力，努力地赚取金钱。有鉴于此，善用你的血汗钱来达到你的人生目标，不让自己活在可悲的债务中，是理所当然的事。

除了以工作换取金钱以外，不管是在你的职业生涯或生意上，你都可以从银行或朋友那里借款。不过你必须了解，

这些借来的金钱并不属于你，你是需要将它偿还给银行或朋友的，这里边当然还包括了利息（除非你那善良的朋友可以无条件地将金钱以零利息借贷给你！）。

也许你会问，为什么我必须将金钱偿还给银行或朋友呢？问得好。试想想，你利用他们给你的金钱来达到你想要的东西，而他们则从中赚取一些盈利；唯有这样，才会显得公平与合理化。

在这个理论上，你就必须确保你善用所借来的金钱，以增添更多的金钱，而非将它用在一些会贬值的事物上。我们常听人说：“天下没有白吃的午餐”，这常意味着天下没有不劳而获的东西；要么你必须付出劳力或时间（因为你为某人做了某些事情），又或者对于那个肯请你吃午饭的人来说，你是个不可多得的大好人，再不就是他想以免费的午餐来换取你的帮忙，又或许你曾经请他吃过午餐。

金钱也一样，是绝对没有“免费”的。“免费”得来的金钱，常伴随着某些个人的牺牲。举个例，如果你没有能力偿还高利贷，你本身或你家人的性命就会陷入危险中。又或者你必须违背良心，做出一些毁誉的事；好像被迫偷窃、卖淫、贩卖毒品或贼赃等。就算让你幸运地赢得奖券或博采，你也必须承担花钱买采券兼输钱的风险；一旦染上赌瘾，你更会不惜一切、倾家荡产地沦陷下去。

那么，金钱又是什么呢？

简单来说，金钱就是一种被印刷成纸钞或硬币的货币，它被用来换取你想要的东西。是的，就这么简单。既然如此，那为何金钱却显得那么重要呢？当你看见自己的人生是如何的被金钱所影响着，并开始省思时，你就会领悟到金钱的重要性。现在，让我与你分享该如何把你的财务故事给写下来。这么一来，你才可以重新生活、重新塑造、重新建立你与金钱的关系。对你的财务故事进行省思，有助于反省你对金钱的信念、假设以及价值观，这一切将间接地影响着你面对金钱时所作出的决定与行动。

让我们开始吧 ...

## 第二章

# 你的财务故事

《一个聪明的人该在脑袋里拥有金钱，  
而非心中。》 - Jonathan Swift

在金钱的领域上，你目前的人生是否过得很有意义？我希望你可以省思你自童年至今，对金钱抱取着怎么样的态度。

身为母亲或父亲、丈夫或妻子、儿子或女儿、女婿或媳妇、姐妹或兄弟、伯父或伯母、侄女或侄儿，又或者身为朋友、上司或员工，你所扮演的角色究竟背负着什么样的责任？对你人生中所扮演的角色进行省思将有助于反省你对金钱的信念、假设和价值观，而这一切将间接影响着你面对金钱时，所采取的选择与行动。

在进一步计划你的未来财富以前，你必须领会到你所扮演的角色是如何的冲击着你财务上的行动。普遍来说，你所扮演的各种角色往往让你花了能力范围以外的金钱。这么一来，等到你退休时，你便没有足够的钱财留给自己。

举个例子，身为儿子或女儿，又或者父亲或母亲，你就必须负起照顾父母或孩子的责任。我们都知道，责任通常都伴随着经济能力。要把父母或孩子给照顾好，你就务必要拥有充足的金钱，以便可以承担起他们的生活开销。

现在，让我来问你：你是否知道你所扮演的角色与责任感，到底给你目前的经济状况起着怎么样的冲击？

当我们谈到一个人和他的钱财时，普罗大众都会说：“只有死亡才可以将我们分开。”那么，你的人生目标到底是什么？是赚更多的钱，抑或是可以和身边的人保持良好的关系，共同编织美好的回忆？在他们的生活里，你是一个对他们有特别角色的角色，不是吗？回头望望你的人生道路，你将发现生命里的每一个际遇，背后都隐藏着一个财务故事 - 那是属于你人生里头，关于经济责任的故事！

属于你的故事，会有圆满的结局吗？又或许你将因为种种的经济危机而必须活在无法预测的人生里？

在这一章，我融入了好几个关于财务的真人真事。不过，在你还未开始阅读以前，我倒想知道，你自己本身的财务故事又是如何的呢？有句话这么说：“没钱，就没有人生。”不管你认同与否，我们的人生，都注定与金钱纠缠不清。

没有金钱，你和我都活不下去。我们需要金钱来存活。对我们来说，它就像空气和水一样重要，不是吗？有些人活得很好；有些人则不。有些人出身清寒，有些人则来自小康之家；而有些幸运的，则含着金锁匙诞生。不管怎样，我们每个人还是得面对现实的人生。当你逐渐成长，在人生的每一个阶段，你将会遇上各式各样的经济挑战。这当中包括了你所扮演的角色跟你所背负的责任。

举个例，身为一个单身者，你很可能必须负起照顾年长父母的责任。当那么一天，你决定结婚，组织自己的家庭、生小孩，你肩上的责任就变得更重了；你必须对你的伴侣和小孩负起额外的经济责任。

万一，你的婚姻并不顺利，那怎么办？如果你决定离婚并争取孩子们的抚养权，那么你的经济负担更是百上加斤。又或者，你家里有一个需要特别照顾的特殊儿童，你的财务故事又会是如何的呢？很大的可能性，当这个特殊小孩长大成人后，因为无法照顾自己，你仍然必须背负起继续照顾他的经济责任。这一个责任与负担，甚至是在你离世后，也无可避免。

现在，让我来与你分享几个关于财务的真人真事。他们都是我在生活里所遇见的人（为了保护他们的私隐权，以下的人物名字皆为匿名）：

### 财务故事（一）：阿伦 (Alan)

阿伦是一个六十开外的生意人，他育有两个年龄分别为二十及三十左右的孩子。他在情绪上，正承受着极大的苦恼。阿伦结过两次婚，目前的他刚和第二任太太离婚，她向阿伦索取一笔为数不小的赡养费。与此同时，阿伦的生意发展得并不顺利，他的债主们为了赊帐而将他告上法庭。他的两个孩子都没有接管他生意的意愿，在面对是否该结束，抑或继续经营之间，阿伦陷入了两难。试想想到了阿伦这种退休年龄，本该与家人共享天伦之乐，可他却必须承受着人生与生意上，巨大的情绪困扰。我可以很肯定的说，在他年轻时，一定不曾想过老年后，会面对这样的经济困境。

### 财务故事（二）：彼得与珍 (Peter and Jane)

彼得与珍是一对育有两个可爱小孩的年轻夫妇。某一天，珍发觉自己得了恶性癌症。她花了一大笔医药费，寻求各种医疗方法，以治好自己的病。在丈夫与家人的支持与鼓励下，珍抱着乐观的态度踏上康复之路。很不幸的，在六个月里边，珍迎来了第二波的癌症侵袭。这一次，她到海外去进行治疗。当她和彼得去治病的当儿，一件悲惨的事情发生了；他们的大女儿从窗户失足堕楼，不治身亡。你可以想象，面对这样的悲剧，彼得和珍是何等的痛心疾首。

在发生这所有事情的过程中，彼得一直都是坚强的支柱。为了陪珍治病，他不仅辞去工作，给予她精神上的支持，并抱着一个珍会康复的希望。只可惜，就在他们的女儿逝世不久，珍也撒手人间。如今，彼得是一个鳏夫、一个单亲爸爸，他是否可以从极大的悲痛中复原过来，赋予自己和女儿一个全新的生活？

当你读毕以上的财务故事后，我相信你一定会回想起一些你所听说过，又或者亲身经历过的财务悲剧。或许你会问，为何我偏要挑这些悲戚的故事来说呢？

说穿了，悲戚的财务故事就如当头一棒，提醒我们必需珍惜我们自己、身边的人，还有我们的钱财。它让我们知道，人和金钱这两样东西，是如何给我们的情绪与经济上带来很大的困扰。如果你和我祈望在人生里头活得有意义，那么我们就得好好地管理本身的情绪与钱财。我们常旨意做到最好，但要达到这个目的，我们就必需停下来，让本身的财务故事成为自己生活里的一部分。

## 写出你的财务故事

刚才，你已经读过了一些财务的真人真事，故事里的主角都是我在工作岗位上所遇到的人。现在，该轮到你把你的财务故事给写出来了。

为了引导你写出本身的财务故事，我会问你一些富挑战性的问题，以供参考：