

สารบัญ

พทที่ 1 : รายรับ - รายจ่าย	1
1. 3 เหตุผลที่ทำให้คุณเป็น "ผู้ถูกเลือกให้ผิดหวังทางการเงิน"	2
2. ทำไม่ได้เงินมากขึ้น แต่รายจ่ายก็มากขึ้นเป็นเงาตามตัว	9
3. การวางแผนการเงินไม่ใช่แค่เรื่องของคนรวย คนไม่มียังต้องทำ!	14
4. ของแพง เงินตึงมือ สูตรเก็บเงิน 50/30/20 ทำไม่ไหว ลองสูตรใหม่ 60/30/10	17
5. Kakeibo วิธีจัดการเงินแบบญี่ปุ่น ทางสายกลางเรื่องเงินแบบมีสติและอยู่กับปัจจุบันขณะ	22
6. "พีชคณิตแห่งความมั่งคั่ง" สูตรการเงินที่เรียนครั้งเดียว และใช้ได้ไปทั้งชีวิต	29
พทที่ 2 : เงินกับความสุขและอารมณ์	35
1. ใครบอกเงินซื้อ "ความสุข" ไม่ได้ ที่บอกว่าซื้อไม่ได้เพราะซื้อไม่ถูกวิธีต่างหาก	36
2. เหตุที่เรายังใช้เงินเดือนชนเดือน เพราะเราไม่เข้าใจว่าเงินคือเรื่องของอารมณ์	41

3. ผิดไหมที่รู้สึกน้อยใจตัวเองเมื่อแฟนเงินเดือนมากกว่า	49
4. ฉลาดกว่าไม่ได้ทำให้รวยกว่า	53
5. อย่าให้สังคมกำหนดว่าเรา "ต้องมีอะไร" ถึงจะมีความสุข รถหรู บ้านหลังใหญ่ วิถีชีวิตอู้ฟู อาจจะไม่ใช่ชีวิตที่ "ร่ำรวย" ของเรา	57
6. ชีวิตก็ไม่ได้แย่ แต่ทำไมเรายังมีทัศนคติ "หญ้าข้างบ้านเขียวกว่าเสมอ" อยู่ดี	63

พาร์ท 3 : การจัดการความเสี่ยง **69**

1. รู้จักประกันชีวิต ทางเลือกคุ้มครองความเสี่ยง พร้อมลดหย่อนภาษี ทำแบบไหนคุ้ม	70
2. ประกันสุขภาพ "ซื้อเร็วไป 3 ปี" ยังดีกว่า "ซื้อช้าไปแค่ 1 วินาที"	76
3. "พ.ร.บ.รถยนต์" ประกันภาคบังคับที่คนมีรถต้องรู้	81
4. พินัยกรรมสำคัญไฉน	87
5. "คนค้ำประกัน" คือ "ว่าที่คนใช้นี้แทน" คิดทบทวนให้ดีก่อนตัดสินใจ "ค้ำประกัน" ให้คนสนิท	93
6. 7 สัญญาณกลโกงออนไลน์จากมิจฉาชีพ ถ้าไม่อยากตกเป็นเหยื่อ เจอแบบนี้ต้องระวัง!	95

พาร์ท 4 : การบริหารจัดการหนี้สิน **101**

1. "จรรยาบรรณหนี้บัตรเครดิต" ถ้าไม่รู้ว่ามีวิธีไหน ที่จะทำเงินให้คุณได้สูงกว่าดอกเบี้ยที่ต้องจ่าย	102
--	-----

2. 5 วิธีแก้ปัญหา “ผ่อนรถไม่ไหว” ทำอย่างไรดี	105
3. ถ้าพ่อแม่มีหนี้ เมื่อเสียชีวิต ลูกยังต้องใช้หนี้ต่อไหม	111
4. สูตรแก้หนี้แบบหิมะกลิ้งลงเขา VS หิมะถล่ม	114
5. รีไฟแนนซ์ VS รีเทิร์น อยากลดดอกเบี้ยบ้าน เลือกแบบไหนดี	121
6. 4 วิธีการใช้บัตรเครดิตที่ดีกว่า (เพราะบัตรเครดิตไม่ใช่ผู้ร้าย)	124

กัฟวิงหลั : วาแพนก่อนเกชียณ 127

1. เงินมีใช้ไม่ขาดมือ เริ่มต้นด้วย “การวางแผนเกษียณ”	128
2. แหกกฎ “6 กรอบความเชื่อของสังคม” เพื่อไปให้ถึงเป้าหมายอิสรภาพทางการเงิน	136
3. เปิดแนวคิดกลุ่ม FIRE สู้ตายเพื่อเงิน	142
4. ลองใช้เงินเหมือน “วัยเกษียณ” ทั้งที่ยังอยู่ใน “วัยทำงาน” วิธีการเงินที่หนุ่มสาวควรทำ	145
5. “สูตรหยุดทำงานแบบเร่งด่วน” อยากเกษียณใน 10 ปีข้างหน้า ต้องวางแผนอย่างไร	149
6. ชีวิตหลังเกษียณที่ไม่มีเงิน น่ากลัวกว่าชีวิตหลังความตาย	154

กัฟักเวน : ลกุนให้เวนเตบไต 159

1. “ลงทุน” กับ “เก็งกำไร” แตกต่างกันอย่างไร เข้าใจง่าย ๆ โดยให้ลองคิดถึง “เปิดหนึ่งตัว”	160
2. “ไม่ขาย ไม่ขาดทุน” หนึ่งในแนวคิดที่แย่ที่สุดของตลาดหุ้น	164

3. 6 เหตุผลที่มีมือใหม่ควรลงทุนในความรู้ ก่อนเริ่มลงทุนในตลาดหุ้น	167
4. การลงทุนแบบไหนที่ให้ผลตอบแทนคุ้มค่ามากที่สุด	171
5. เช่าอยู่ไม่ใช่การจ่ายเงินทิ้ง	174
6. “อคติแห่งการมองย้อนกลับ” ตัวการสำคัญที่ทำให้ลงทุนแบบผิดๆ	178

เบาะนั่ง : กรณีศึกษาปัญหาการเงิน (Case Studies) 183

1. ถ้าครอบครัวมีรายได้เดือนละ 27,352 บาท สมัยนี้จะอยู่กันได้อย่างไร	184
2. คาดว่าจะได้เงินโบนัสสิ้นปี จะจัดการหนี้ที่มีอย่างไร	189
3. แฟนไม่ยอมเงิน ขยันสร้างหนี้บัตรเครดิต ชอบใช้เงินเกินตัว จัดการอย่างไรดี	192
4. อายุ 30 ปี แต่กังวลว่า “เงินเก็บเพื่อการเกษียณ” ที่สะสมมา อาจต้องถูกดึงไปใช้กับอย่างอื่นจนหมด	196
5. มีเงินเก็บ 1 ล้านบาท ทำอย่างไรให้เงินออกเงยได้บ้าง	199
6. เงินเดือน 25,000 บาท บริหารจัดการอย่างไรให้มีบ้านหลังแรก	203

บรรณานุกรม 206

เกี่ยวกับผู้เขียน 214