

世界理财
顶级版

一本会改变中国人未来生活的最新理财宝典

摆脱债务是通向富裕生活的桥梁——

据新浪网最新调查，我国一些大城市居民已经悄然成为高负债一族，

上海家庭的家庭债务比例高达155%，北京家庭也高达122%，而美国家庭债务比例是115%。

人民币利率上调，贷款买车、买房还是存款，哪个更合适？

管好 你家的钱

The Credit Diet

约翰·伏尔曼 著
刘娟 译

100
名美国富人的
15大理财奇招

- 你不理财，财不理你
- 让你的钱为你赚更多的钱
- 让你比其他95%的人提前接近富裕
- 理财不是富人的专利，你也可以做得到



现代出版社

一本

最新理财

摆脱债务是通向富裕生活的桥梁

据新浪网最新调查，我国一些大城市居民已经悄然成为高负债一族，

上海家庭的家庭债务比例高达156%，北京家庭也高达122%，而美国家庭债务比例是115%，

人民币利率上调，贷款买车、买房还是存款，哪个更合适？

管好 你家的钱



The Credit Diet

约翰·伏尔曼 著
刘娟 译

100
名美国富人的
15大理财奇招

- 你不理财，财不理你
- 让你的钱为你赚更多的钱
- 让你比其他95%的人提前接近富裕
- 理财不是富人的专利，你也可以做得到



现代出版社

北京市版权局著作权登记号：图字：01-2004-6763

图书在版编目 (CIP) 数据

管好你家的钱/ (美) 伏尔曼著; 刘娟译. —北京: 现代出版社, 2004

书名原文: The Credit Diet

ISBN 7-80188-479-5

I. 管... II. ①伏... ②刘... III. 家庭管理: 财务管理 IV. TS976.15

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 131363 号

THE CREDIT DIET

By John Fuhrman

Copyright: © 2003 by John Fuhrman

This edition arranged with LOWENSTEIN-YOST ASSOCIATES INC. through BIG APPLE TUTTLE-MORI AGENCY, LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright:

2004 by MODERN PRESS

All Rights Reserved.

责任编辑: 涂卫东

出版发行: 现代出版社

地 址: 北京市安定门外安华里 504 号

邮政编码: 100011

电 话: 010-64267325 010-64240483 (传真)

电子邮箱: xiandai@cnptc.com.cn

印 刷: 北京东光印刷厂

开 本: 880×1230 1/32

印 张: 9

版 次: 2005 年 1 月第 1 版

2005 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80188-479-5

定 价: 20.00 元

编者序

有了财富，便有了自主权

据新浪网最新调查，随着个人消费信贷规模的急剧扩大，我国一些大城市居民已经悄然成为高负债一族，上海家庭债务比例高达155%，北京家庭的家庭债务比例高达122%，已经超过了2003年美国的家庭债务比例115%。青岛、杭州、深圳、宁波等城市家庭债务比例分别达到122%、95%、91%、85%、79%，天津最低为44%。

人民币利率上调，对那些因买房、买车而借了银行钱的人或因过多消费而使信用卡透支的人，90%以上的都急切地想把欠款还掉，以免利率提高而让自己的负债增加。

面对这些真实的数据和严酷的现象，你该怎么办？是继续维持现状，尽情享受银行借贷

给你的生活所带来的“表面”的丰富精彩？还是认清形势，理智消费，摆脱负债，迈向财务自由……负债还是摆脱负债，这一切都由你决定！

摆脱负债是通向富裕生活的桥梁。书中的观点和方法会让你从容应对债务问题的方方面面。我要由衷地说一句，看到这本书的你有福了，恭喜你，你比其他 95% 的人早一步接近财务自由，拥抱富裕！

也许你没有意识到，其实，债务早已存在于我们的周围，正悄悄地吞噬着我们的生活。你可以想一下，在你的身边有多少人拥有一张或一张以上的银行卡，有多少人住着让自己满意的房子，开着舒适的车子，却还不是真正拥有它？有多少人天天为生计奔波，小心谨慎地看老板的脸色过日子，生怕哪天工作没有了，下个月的银行贷款拿什么去缴？说到这儿，你也许会说：“管他呢，反正我现在享受了！”或许还会说：“我没有借银行的钱，用不着担心。”我想，在你阅读完本书后，你就不会理直气壮地这样说了。

我承认，你的回答也许是对的，但是我请你再好好想想，是认真地去想，你会看到一个不容否认的现象——家庭债务问题不容忽视。上述的新浪网调查的数据就是最有力的证明。虽然在我国，持卡族、有车族、有房族的总数合计起来，相对于发达国家来说，并不值得一提。可是这可是短短几年间，就发展如此神速，而且某些大城市的家庭负债比例远远超过了作为发达国家的美国，这是个多么惊人的速度！我们有理由认为，在不久的将来，不到两、三年的时间，你就会被各种债务包围，让你无法呼吸。到那时候，你再去找这本救命的书，可能就为时太晚了。

本书的作者约翰·伏尔曼是美国著名的演讲家，在美国各地巡回演讲数百场，传授着快乐偿债的理念和屡试不爽的摆脱负债的方法，教导着大半的美国人逐步走向财富自由之路。作者在书中一再提醒一个观点：你的未来是由让金钱为你工作，还是你为金钱工作来决定。作者为我们描绘了财务自由的蓝图，他用大量的数据论证了他的观点，目的就是要告诉我们这

管 好 你 家 的 钱

样一个事实：开设 6 个财务账户，并让它紧张工作，发挥作用到极致；执行 5 个 90 天债务瘦身计划，大到改变负债旧习惯，建立致富新思维，小到巧妙运用冰箱贴图片；每天 3 个赚钱点子，其中不仅有耀眼的点金术，还有被你忽视的小窍门。总之，就是帮助你如何更好地、如何快速地达到财务自由，拥有财富，充分掌握自主权，随之让梦想变成现实。

不妨来梦想一下，你心情愉快地陪着孩子一起去看场电影；和自己的家人去一家服务、环境、菜肴都是一流的酒店进餐；带着全家人去环球旅行、在海滩上享受阳光；用自己最方便的交通方式去参加世界各地的朋友聚会等等。去做任何你喜欢的事，做什么不重要，重要的是，在你做这些的时候，你不必担心你没有了收入，别忘了，你已经有了一个替你工作的员工，而且它根本不会休假。

请你相信，如果你照着书中的去做，这种生活不会离你太远，也许你触手可及。

前 言

摆脱负债,财务自由

几周前,我受邀演讲,回程时在机场候机厅等候,发现旅客只能看机场的电视打发时间,而且,只有一个频道,别无选择。我想,好吧,既然我是靠讲演趋势潮流与当今市场走势谋生的,关心一下时代的大预言家——广告,也是应该的,毕竟广告很能反映时代的脉搏。

看了一段时间后,我发现有一类广告特别抢眼,虽然这些广告由不同的公司宣传的、各式各样的产品帮助你解决不同的问题,这是广告的焦点——负债。整整 45 分钟当中,许多公司做广告就是为了提供咨询服务,以及提供不同办法以解决这些问题,包括债务整合 (consolidating)。

我想，如果有这么多公司花大笔钱做广告，那么显然负债已经是美国人极欲摆脱的重点。市面上，谈论负债之害的书多如牛毛，但是从如何有效摆脱负债的角度切入的书，却是少之又少。

我之所以负债的原因

我的第一份工作是在美国海军服役，接受基础训练后，我被派到第一个工作岗位。当我适应环境之后，开始想怎么解决交通问题。我第一个想到的是买部车，但没有钱，也不清楚一部像样的车要花多少钱。为了弄清楚，我来到基地外面的一个售车处。

当我在展示场随意看看时，有位友善的服务人员上前招呼我，问我是否需要帮助。我对他说，我还不准备买车，很抱歉占用他的时间。接着，我说我想知道一部像样的车要多少钱，这样我便可以开始存钱买车。他问我多大了，我告诉他 18 岁，他便对我说了一个小秘密：“没有一位成年人会等到存够钱才来买车的。”他还告诉我，他有一个朋友是退伍老兵，可以

帮我当天就拥有一部车子。

我兴奋极了，我们便一起前往那个人的办公室。途中他提到有个银行应该会贷款给我买车，因为我已经 18 岁，而且在海军服役。他告诉我，他那位朋友会借给我第一期款，我只要在未来两年间还清就行。我中意的那部车是 2400 美元，业务员告诉我，我得先付 25%，也就是 600 美元当第一期款。接着，他打电话给他的朋友问若要帮我的话，得准备多少钱借给我。

他们俩都愿意帮我的忙，当我们进入他朋友的办公室时，文件都已经打印好了，支票也准备好了，面额是 1000 美元。我说我只需要 600 美元，但这位“朋友”把我拉到一旁，提醒我钱肯定会不够。他说，我一定还需要钱上保险，那么就需要多 400 美元。为了完成这项所谓“交个朋友的交易”，他还告诉我，我应该还要配个像样的音响。没错，你可能猜到了，我还可以用这 400 美元去弄个音响。很奇怪，有些人就是想借给你更多的钱。而很多人，就像我，把这看成是慷慨行为呢。

我财务上的恶性循环从此开始了。我不但有买车的借款要还，还要支付两年车险的钱，但实际上只有一年的价值。总而言之，自从1976年退役时，我总共要付大约4000美元，就为了一部汽车，而这部汽车早已卖掉来换另一部汽车，第二部汽车又卖掉来换一部摩托车，摩托车后来也卖掉了。我拿出几乎一年的部队津贴去还钱，辛辛苦苦工作却什么都没得到，实在不值。换算成现在的币值，当时的4000美元，大约相当于现在的20000美元。

最不可思议的是，在往后20年，我经常回想没有欠账的那些时光。我的财务状况更糟了，问题出在我不断地借新债来还旧债。我总觉得身边必须有点“额外的钱”来用（这是代价非常高昂的错误），便不断地借钱，金额愈来愈大，旧债之上不断加上新债，导致债台高筑。我喜新厌旧，不断地换新车，使自己陷入愈来愈深的债务泥沼之中。

噩梦惊醒

我已经成为信贷消费的牺牲品。自从申请

管 好 你 家 的 钱

信贷消费，我花的钱越多，银行给我的就越多，甚至将支票寄到我家，告诉我只需把钱取出来就可以用了，到时间还款就行。我不断地借钱，欠债累累，而银行收益颇多。

于是你开始摸索如何才能摆脱债务，获得财务自由。钱，伸手即来，随后你会陷入债务危机。一旦，你意识到这一点并开始采取行动，那么我可以说你正在迈向通往幸福生活的大路。这本书将是你行动的指南。

导 论

往前一步，一切都将改变

本书的主题是教你如何摆脱债务，但要成为事实，是有前提的。也许你对于我在书中所教的方法觉得不适应，但是若不这样做，便没有成功的可能。

当你换新老板、新邻居时，会觉得不适应，但是若有机会，你还是可以适应的。没有改变，你的生活就不会有所不同。

本书许多地方谈的是你必须改变生活的各个方面。我要你改变对金钱与负债的想法，我要你改变对每一分钱的花费方式，我甚至要你思考一些你从未想过的做法，让你的钱为你做得更多。

管好你家的钱

对此，我有 3 件事要做。首先，我希望让你了解借债的隐藏成本，使你想去改变。其次，我会教你如何改变对金钱与理财的思维，这样有助于改变你的金钱行为。然后，我会让你看看实际产生的成效，使你更加有信心。

因为钱使关系紧张

人与人之间关系紧张，钱经常被视为一大祸端。我倒认为，其实不是钱，而是入不敷出所累积的负债造成的缺钱，这才是主要原因。为了更好地生活而花明天的钱，只不过是使自己一时享受快感，但等收到账单时，要支付那些你可能无法再享受的东西时，压力会变得格外沉重。

当你决定要改变情况时，便会面对一种挑战，就是你必须放弃许多带给你一时享受的东西。所幸，我们创造了一种方法，使你可以运用极有创意的财务规划来维持一部分享乐。

大家都知道钱的问题有多大，而且大多数人都不同程度地经历过。但是，你可能不明白我所指的财务自由 (financial freedom) 是什么意思

思。

财务自由是指你处于哪种状态：是让你的钱为你工作，而不是你为钱工作。你有充足的剩余收入源源进来，你可以选择工作或不工作，你可以选择你真正想做的工作，而不必为了每个月的账单做你必须做的工作。

你可能会想：“为什么我要努力摆脱负债、获得财务自由呢？”除了让你得以自由支配时间、做想要做的事情这个明显的好处外，还有一个有力的动机，就是获得财务自由——是为了照顾自己、家人及其他与你有关的人。

财务困难的压力会使你及家人承受不必要的烦恼而心力交瘁，其他人可能也会感受到你的紧张压力而你还要极力遮掩。所以，你要照顾、爱护自己及其他人，就不要让钱的问题来困扰你们。

当你掌握了如何摆脱负债、获得时间与金钱的自由时，就可以向同样也深受其苦的人伸出援助之手，让他们也学会你的做法。许多有勇气的人需要有人鼓励他们，教他们怎么做，这样他们也可以摆脱债务、得到自由。说不定

你会因此喜欢帮助别人，而且愈做愈多。

对于如何脱离负债、建立财富以及我要跟你分享的原则与观念，都是经过时间考验过的。如果将它带进你的生活中，便可以帮你的忙。你可以摆脱债务，财务也会开始好转，继而增加财富。总之，这些观念可以帮助你实现梦想，过着幸福和快乐的生活。

金钱买不到快乐，但还是可以买到很多东西，做很多事情。然而，你满不满意你所拥有的，会大大影响你对幸福的看法。另外，金钱可以提供住的房屋、桌上的食物、身上的衣服，供你缴学费、建教堂、医院和图书馆等等。你可以满意于你现在所拥有的，不管是多还是少。但这并不表示你可以一直停在现在的水平，不用改变。当然，满足现状并不意识着停滞不停，而是选择一种积极的态度，面对当前财务状况，而不是负面、痛苦的态度，这是一个好的态度或习惯，但也只是如此而已。

当一个好人用钱有度，便可以做很多好事。但是，当一个好人用钱很随便，钱就会从他手中溜走，并且是钱在控制他。好人不见得会把

钱管理得很好。

未来可能出现的 5 种财务状况

正如很多人所认知的，对金钱要有所控制，而结果如何，可能就反映在他们未来的财务状况上。举例说，很多美国人在 65 岁退休或被迫退休，即使有一些人可能晚点退休，但他们在金钱上的问题也没有减少。根据美国社会福利局 (Social Security Administration) 的调查研究，在这个全球最富有的国家中，65 年前出生的人在财务上的结果如下：

- 36% 的人无力维持生活。

- 54% 的人破产负债。

- 5% 的人仍继续工作。

- 4% 的人没有钱的问题。

- 1% 的人很富有，而且他们帮助别人以同样的方式挣钱。

显然，只有 5% 的美国劳动人口十分重视他们的未来财务。换个角度看，有 90% 的 65 岁的美国人不是无力维持生活，就是破产负债。令人惊讶的是，这些统计数字跟他们一生赚多少