SERIES: Survival Guide for Uncertainty

Survival Guide for Uncertainty

เตรียมพร้อม | รับมือ | เอาตัวรอด | ฟื้นตัว

คู่มือเอาตัวรอดทางการเงิน

สร้างเบาะชีวิตการเงิน

มีเงินฉุกเฉิน • ตัดรายจ่ายอย่างชาญฉลาด
ปลดหนี้และปกป้องความมั่งคั่งในยุคเงินเฟ้อ



หนังสือเล่มที่ 4 ในซีรีส์ Transformation

MePanyaK

คู่มือเอาตัวรอดในโลกที่ไม่แน่นอน

SURVIVAL GUIDE FOR EVERYONE

เล่ม 4

เอาตัวรอดทางการเงิน

Financial Survival

สร้างพื้นที่ที่ยังต่อลมหายใจทางการเงินให้เราได้
ก่อนที่วิกฤตจะบังคับให้เราตัดสินใจ

สารบัญ

บทนำ

บทที่ 1

มองความจริงของเงิน ก่อนเงินบังคับให้เรามอง

เห็นภาพรวมทางการเงิน

เข้าใจรายจ่าย หนี้ และภาระที่ซ่อนอยู่

สัญญาณเตือนที่ไม่ควรรอ

Reflection Exercise: แผนที่การเงินหนึ่งหน้า

บทที่ 2

สร้างพื้นที่หายใจด้วยเงินสำรองฉุกเฉิน

รู้จัก Survival Number

วางเป้าหมายเงินสำรอง

เตรียมแผนรับมือเมื่อรายได้สะดุด

Reflection Exercise: แผนสร้างพื้นที่หายใจ

สารบัญ (ต่อ)

บทที่ 3

ออกแบบรายจ่ายให้ชีวิตเบาลง ไม่ใช่เล็กลง

มองรายจ่ายโดยไม่กล่าวโทษตัวเอง

อุดรอยรั่วที่มีผลจริง

สร้างงบประมาณที่ทำต่อได้

Reflection Exercise: รายจ่ายที่สะท้อนชีวิตของฉัน

บทที่ 4

หยุดวงจรหนี้ และสร้างแผนกลับมายืนได้อีกครั้ง

เห็นภาพรวมหนี้ทั้งหมด

เลือกแผนชำระที่เหมาะกับชีวิต

ป้องกันการกลับเข้าสู่วงจรเดิม

Reflection Exercise: แผนกลับมายืนได้อีกครั้ง

สารบัญ (ต่อ)

บทที่ 5

ปกป้องเงินก่อนทำให้เงินเติบโต

แยกเงินตามหน้าที่และปิดช่องโหว่ทางการเงิน

เติบโตโดยไม่ทำลายฐานชีวิต

Reflection Exercise: ปกป้องก่อนเติบโต

บทที่ 6

สร้างระบบการเงินที่อยู่รอดได้ แม้ชีวิตไม่เป็นไปตามแผน

รวมทุกบทให้เป็นระบบเดียว

ทบทวนและปรับแผนเมื่อชีวิตเปลี่ยน

สร้างความมั่นคงในแบบของตัวเอง

Reflection Exercise: ระบบการเงินที่ฉันอยากรักษาไว้

บทส่งท้าย

สร้างพื้นที่ให้ชีวิต ก่อนวันที่ความไม่แน่นอนมาถึง

ก่อนเริ่มอ่าน

หนังสือเล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อช่วยให้ผู้อ่านมองเห็นภาพรวมทางการเงินของ

ตนเอง วางแผนรับเหตุไม่คาดคิด และเริ่มลงมือจากสิ่งที่ทำได้จริง
เนื้อหาเป็นความรู้ทั่วไป ไม่ใช่คำแนะนำการลงทุน กฎหมาย ภาษี

หรือคำปรึกษาทางการเงินเฉพาะบุคคล

หลักสำคัญของเล่ม

เป้าหมายไม่ใช่ทำให้ทุกคนรวยเร็ว
แต่คือทำให้ชีวิตมีทางเลือกมากขึ้นเมื่อรายได้สะดุด รายจ่ายพุ่ง หนี้กดดัน
หรือเหตุฉุกเฉินเดินเข้ามาโดยไม่ได้นัดหมาย

บทนำ

วันที่รายได้ยังเข้า แต่ความมั่นคงเริ่มหายไป

การเงินที่มั่นคง ไม่ได้เริ่มจากการมีเงินมาก
แต่เริ่มจากการรู้ว่าเงินของเรากำลังทำหน้าที่อะไร

บางวิกฤตไม่ได้มาในรูปของพายุ แต่อาจมาในรูปของข้อความสั้น ๆ ว่า
“รายได้เดือนนี้อาจไม่เหมือนเดิม”

เย็นวันหนึ่ง ขณะกำลังเดินทางกลับบ้าน
โทรศัพท์ของคนทำงานคนหนึ่งสว่างขึ้นพร้อมข้อความจากบริษัทว่า
เดือนหน้าอาจมีการลดเวลาทำงานและงดค่าล่วงเวลา
ข่าวนี้ไม่ได้หมายความว่างานจะหายไปทันที
แต่เพียงพอที่จะทำให้รายการที่เคยดูเป็นเรื่องธรรมดาเริ่มหนักขึ้นในความคิด ทั้งค่างวดบ้าน ค่าเล่าเรียน ค่าดูแลพ่อแม่
และยอดบัตรเครดิตที่ตั้งใจว่าจะค่อย ๆ จ่าย

คืนนั้นไม่ได้มีใบแจ้งหนี้ใหม่ ไม่มีเหตุฉุกเฉิน
และเงินเดือนของเดือนนี้ยังอยู่ในบัญชี แต่ความรู้สึกมั่นคงได้เปลี่ยนไปแล้ว
เพราะคำถามหนึ่งชัดขึ้นเป็นครั้งแรกว่า
“ถ้าเงินเดือนก้อนถัดไปไม่เข้าตามปกติ ชีวิตจะยังเดินต่อได้อีกนานแค่ไหน?”

นี่คือความเปราะบางทางการเงินที่มักซ่อนอยู่ในวันที่ทุกอย่างยังดูปกติ
หลายคนมีงานประจำ เงินเดือนเข้าตรงเวลา มีบ้าน มีรถ
และมีวงเงินที่ช่วยให้ชีวิตดูคล่องตัว
แต่หากรายได้หยุดเพียงหนึ่งหรือสองเดือน ระบบทั้งหมดอาจเริ่มสั่นคลอน

ปัญหาไม่ได้แปลว่าเราหาเงินไม่เก่งเสมอไป
บางครั้งเราเพียงยังไม่มีระบบที่ช่วยให้เงินทำหน้าที่สำคัญที่สุด
นั่นคือสร้างเวลา สร้างทางเลือก
และลดความตื่นตระหนกเมื่อชีวิตไม่เป็นไปตามแผน

หนังสือเล่มนี้จึงไม่เริ่มจากคำถามว่า “ลงทุนอะไรให้ได้ผลตอบแทนสูงที่สุด”
แต่เริ่มจากคำถามพื้นฐานกว่า คือ หากพรุ่งนี้รายได้ลดลง

เราอยู่ต่อได้กี่เดือน รายจ่ายใดจำเป็นจริง หนี้ก้อนไหนกำลังกินอนาคต
และเรามีแผนป้องกันการตัดสินใจผิดในวันที่กำลังกังวลหรือไม่

แก่นของหนังสือเล่มนี้

การเอาตัวรอดทางการเงิน
คือความสามารถในการรักษาค่าใช้จ่ายจำเป็น จัดการหนี้ ปกป้องเงิน
อดทนต่อความผันผวน และค่อย ๆ สร้างอนาคต
โดยไม่ต้องพึ่งการตัดสินใจเสี่ยงเพราะความกลัว

เส้นทางของหนังสือ



เริ่มจากเห็นความจริง เงินเข้า เงินออก หนี้ และภาระที่มองไม่เห็น

สร้างพื้นที่หายใจ เงินสำรองฉุกเฉินและแผนรับรายได้สะดุด

จัดระเบียบรายจ่าย ลดสิ่งที่ไม่สำคัญโดยไม่ทำลายคุณภาพชีวิต

หยุดวงจรหนี้ เลือกแผนที่เหมาะกับสถานการณ์จริง

ปกป้องก่อนเติบโต เข้าใจความเสี่ยง ประกัน และกลโกง

สร้างระบบระยะยาว ออม ลงทุน และทบทวนแผนอย่างสม่ำเสมอ

คำถามก่อนเปิดเล่ม

หากรายได้หลักหายไปในวันพรุ่งนี้
เงินที่เข้าถึงได้ทันทีจะพาชีวิตเดินต่อได้นานเท่าไร
และสิ่งใดคือเรื่องแรกที่คุณอยากทำให้ชัดเจนขึ้น?

.....

.....

.....

.....

.....



ก้าวแรกไม่ใช่การรีบแก้ทุกอย่าง
แต่คือการมองเห็นสิ่งที่เกิดขึ้นจริงโดยไม่ตัดสินตัวเอง