

財務自由不再是遙不可及的夢

吳淡如揭示如何透過良好生活習慣 逐步邁向此目標

整理／洪詩茵 資料來源／摘自時報出版《人生實用商學院：富有是一種選擇》



不再為生計奔波，也不再為賬單而煩惱，因為你已經擁有了穩定且源源不斷的被動收入。你可以按照自己的意願，選擇今天去海邊，或者去喜歡的咖啡店，或者乾脆在家中慵懶地度過。這一刻，你感受到的不僅僅是財務上的自由，更是生活質量的提升和內心的滿足。這便是作家吳淡如在《人生實用商學院：富有是一種選擇》一書中所描述的富有的境界。吳淡如強調，富有不是一個固定的金額，而是一種能力，一種可以培養的能力。它不完全取決於你的起跑點，而是取決於你的選擇和努力。大多數人渴望的富裕，並不是想成為暴發戶，而是追求那種即使不工作，也能有足夠的資源來支持日常生活的「財務自由」。這種自由不能用一個具體的金額來衡量，因為每個人的需求和時代的變化都會影響這個標準。想要達到這種境界，不僅要有物質上的積累，更要有精神層面的豐富和多元的生活經歷。接下來，吳淡如會分享一些在他看來，想要變

富有應具備的生活特質：

一、養成良好的生活習慣

有好的生活習慣，代表你在健康方面比較不需要讓人擔心，像是運動就是一個好習慣。維持健康，就能省下醫療花費，這是最好的節省行為。

二、定義你自己的夢想，並且提高行動力

夢想不需宏偉，它是生活的動力和意義。我的夢想簡單：活得更好，並隨年齡探索新的樂趣和學習。我們不必像 SpaceX 創辦人馬斯克那般立大志，但應努力實現小願望。任何年紀，自我提升都是必要的，否則原地踏步會讓生活變得不舒適。

三、規律性固定學習充實知識

科技進步開放了豐富的學習管道如線上課程、電子書、Podcast，使得知識充實僅需一部手機。具固定學習習慣者通常能更有效管理時間，生活更有規律。每日的自我成長與學習投資能產生複利效果。我堅信「追求夢想會孳生利息」，財富自由不僅透過財務「複利」達成。在資訊爆炸時代，區分資訊與知識及避免被無用訊息淹沒至關重要，系統化學習或尋求專業指導可助於理清思路與邏輯。

四、和正向的人做朋友

隨著年紀的增長，我明白不可能與所有人成為朋友。要活得愉快，需與正向的人交友，避免那些帶來負能量的人，以保溝通的愉快。即便是親人，若

交往讓你感到不舒服，保持一些距離也是必要的，這樣能讓人更寬闊，減少不必要的煩惱。

五、存下收入的 2 成

為避免未來坐吃山空的困境，從年輕時就應養成儲蓄的習慣。我常勸無儲蓄的人至少存下收入的 10%，雖然我覺得這比例偏低。隨著收入的增加，儲蓄比例也應相應提高，而不應隨收入增加而盲目提高消費。例如月入 3 萬時能存 3,000 元，但月入 6 萬時應存 3 萬元。避免成為隨收入增加而無節制花費的「暴發戶」，重要的是培養「先存錢再消費」的良好習慣。

六、做你自己喜歡的工作

每個人興趣各異，但從事喜愛的事業即使在忙碌中也會感到充實，因為這源於追求個人目標而非滿足他人期望。然而，有些人未有自我期許，只在他人期待中努力，忙碌而無成就感。例如，父母期望我成公務員以得退休金，但關鍵是能否在工作中找到樂趣？雖有同學長年在公務員職位上，但未必全然滿足。當你能在工作中感受到成就和喜悅，那就是「你喜歡的工作」。選擇一份讓你心動、不計工時的工作，才能使人生充實且有意義。

七、培養消除負面情緒的能力

許多小事能激怒我們，如網路負評或路上的喇叭

聲，雖影響不大卻能快速引發負面情緒。如果持續被這些情緒糾纏，它們會成為人生的沉沒成本。不斷累積這些沉沒成本，會將我們轉變成一台「昨日垃圾處理機」，消耗我們追求目標的能量。

八、如果你賠得起，就勇於冒險

任何聲稱無財務風險致富之路皆屬詐騙。風險無處不在，無論投資 ETF 或台積電等，無人能保證必獲利。老話說，「投資必有風險」。但切勿毫無準備便冒險，如無降落傘，跳崖只會自毀。冒險前須評估：你能承受失敗嗎？許多年輕人勇於創業，認為「原本就一無所有」。這是個好理由，如果你非得確定無風險才願意行動，那你會錯過很多的機會。

九、習慣超越自己

很多人都因為比較心態而苦，不自主地會與他人比較。其實不必找那些假想敵。為什麼你不跟自己比較呢？計較自己有沒有比昨天多成長一些，要比你忙著去打聽同學的薪水行情還有朋友住什麼房、開什麼車？對自己的致富體質更有幫助。

只要我和你一樣，相信「往對的方向努力就會有成果」。那麼，我們就可以盡其所能地過著充實人生。儘管真實人生的奮鬥過程常常是痛並快樂著，但你會為努力過的一切佩服自己。請相信真正的富人都是努力過的，而不是銜著金湯匙出身的。🔥



Profile 《人生實用商學院：富有是一種選擇》

你的理財計劃讓你心安嗎？相信你可以比自己想像中更富裕！一本以「行動」為核心的理財書！什麼才是行動成功的關鍵？是知識、機運還是資本？這些要素雖然有幫助，但不一定是我們可選擇與掌握的；唯有堅持，是你可以選擇，可以靠自己掌握，同時也是理財行動的成敗關鍵。

作者：吳淡如

右腦是文青構思故事，左腦是商人分析經濟局勢，同時也是一位實戰派。經營餐廳、民宿、房地產租賃公司與電商平台。人生至今秉持一件事情，持續學習，就連 2020 年年底才成立的吳淡如人生實用商學院 (Podcast) 至今堅持每日更新，不只讓聽眾成長，更重要的是讓自己成長。如今已經成為台灣排行榜前五名的 Podcast 節目，在台灣下載量超過 2 億。