

چگونه خرج کنیم
تا
همیشه پول داشته باشیم

www.ketab.ir

سرشناسه	: باقری، وحید، ۱۳۶۰
عنوان و نام پدیدآور	: چگونه خرج کنیم تا همیشه پول داشته باشیم
مشخصات نشر	: تهران، عقیل، ۱۳۹۰
مشخصات ظاهری	: ۲۰۳ ص
شابک	: 978-600-163-052-1
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: امور مالی شخصی
رده بندی کنگره	: hg ۱۷۹/ب ۲ ج ۸ - ۱۳۹۰
رده بندی دیویی	: ۰۳۴۰۲/۳۲۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۴۲۳۴۵۷



انتشارات عقیل

تهران خیابان انقلاب - خیابان فخر رازی - خ شهدای ژاندارمری -
پلاک ۸۰ تلفن: ۶۶۴۱۶۲۹۶ - ۶۶۴۹۷۷۸۷

نام کتاب	: چگونه خرج کنیم تا همیشه پول داشته باشیم
مؤلف	: وحید باقری
حروف چینی و صفحه‌آرایی	: عقیل
نوبت چاپ	: اول ۱۳۹۰
تیراژ	: ۲۰۰۰ نسخه
شابک	: 978-600-163-052-1
قیمت	: ۴۲۰۰۰ ریال

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به مؤلف است.

فهرست مطالب

<u>عنوان</u>	<u>صفحه</u>
پیشگفتار.....	۹
مقدمه.....	۱۱
۱- بخش‌هایی از نیایش حضرت امام سجاد(ع) در مورد مسائل مالی.....	۱۴
۲- آیا با پول می‌توان به خوشبختی و شادی رسید؟.....	۱۴
۳- پول برای چه اموری در خانواده مصرف می‌شود؟.....	۱۶
۴- چگونه در آغاز ورود به زندگی مشترک مسائل مالی و اقتصادی را مدیریت کنیم؟.....	۱۶
۵- ولخرجی و دلایل آن چیست؟.....	۲۶
۶- هزینه‌های خرید شب عید.....	۳۳
۷- به چه نکاتی در مورد خرید کالاها باید توجه کرد؟.....	۳۷
۸- قبل از خرید، برنامه خرید خود را طراحی و مدیریت کنید.....	۳۷
۹- از فروشگاه‌های زنجیره‌ای خرید کنید.....	۳۹
۱۰- زمان مناسبی را برای خرید کردن انتخاب کنید.....	۴۰
۱۱- خریدهای خود را اولویت بندی کنید.....	۴۱
۱۲- نیاز واقعی‌تان را برای خرید بشناسید.....	۴۲
۱۳- از خریدهای یکبار مصرف خودداری کنید.....	۴۳
۱۴- در یک ماه چند خرید بزرگ را انجام ندهید.....	۴۴
۱۵- گول ظاهر کالاها را نخورید.....	۴۴
۱۶- کالای بی کیفیت خریداری نکنید.....	۴۵
۱۷- پول بیش از نیازتان حمل نکنید.....	۴۶
۱۸- کالاهای خود را در مراکز اصلی خریداری کنید.....	۴۷
۱۹- وسایل و لوازم خانه را به‌موقع سرویس کنید.....	۴۸
۲۰- مراقبت و استفاده صحیح از وسایل خانه.....	۴۸
۲۱- اطلاع کامل از قوانین مصرفی و خدماتی کشور.....	۵۰
۲۲- عضویت در مراکز تفریحی، فرهنگی، ورزشی، اقتصادی.....	۵۰
۲۳- پول درشت کمتر حمل کنید.....	۵۱
۲۴- مدیریت اقتصادی زنان، موفقیت یا شکست، خوشبختی یا گرفتاری، سقوط یا صعود و...؟.....	۵۱
۲۵- یادگیری هنرهای مختلف در خانه.....	۵۶

۲۶-	نگهداری درست از لباسها در فصل‌های مختلف سال.....	۵۷
۲۷-	همه چیز را منظم در جای خود قرار دهید.....	۵۸
۲۸-	کارهای ساده خانه را یاد بگیرید.....	۵۹
۲۹-	ظواهر بیشتر، هزینه‌های بیشتر.....	۶۰
۳۰-	گاهی اوقات لوازم دست دوم خریداری کنید.....	۶۱
۳۱-	خرید وسیله‌های تزئینی برای خانه.....	۶۲
۳۲-	خرید وسیله‌های تزئینی برای ماشین.....	۶۴
۳۳-	استفاده مناسب و بموقع از مواد غذایی.....	۶۵
۳۴-	هزینه مهمانی دادن ها.....	۶۶
۳۵-	از ظروف مناسب برای پذیرایی از مهمان‌های خود استفاده کنید.....	۶۹
۳۶-	نکته مهم برای تهیه غذای مهمان.....	۷۰
۳۷-	کمتر از مواد غذایی آماده استفاده کنیم.....	۷۱
۳۸-	هزینه غذای بیرون از خانه.....	۷۲
۳۹-	چگونه میوه و سبزیجات خریداری کنیم.....	۷۴
۴۰-	کاهش مصرف چند کالای اساسی خوراکی.....	۷۵
۴۱-	چگونه از ضایعات نان جلوگیری کنیم.....	۷۷
۴۲-	فهرست غذایی خانه‌تان را تغییر دهید.....	۷۸
۴۳-	اصول مدیریت خانه داری را یاد بگیرید.....	۸۱
۴۴-	یک تعاونی کوچک خانوادگی تشکیل دهید.....	۸۵
۴۵-	هزینه لوازم آرایش خانم ها.....	۸۷
۴۶-	هدایای بی دلیل و بدون مناسبت برای دیگران خریداری نکنند.....	۸۹
۴۷-	هدیه خریدن برای دیگران.....	۹۰
۴۸-	چگونه در مصرف آب صرفه جویی کنیم؟.....	۹۲
۴۹-	چگونه در مصرف برق صرفه جویی کنیم؟.....	۹۶
۵۰-	کاهش هزینه مصرف انرژی در خانه.....	۹۹
۵۱-	استفاده از فن آوری روز برای کاهش هزینه ها:.....	۱۰۳
۵۲-	چگونه هزینه موبایل و تلفن خود را کاهش دهیم؟.....	۱۰۴
۵۳-	تفاوت دیدگاه زنان و مردان به مسائل مالی:.....	۱۰۶
۵۴-	چگونه می‌توان به راحتی، بدون تردید و با نظر خود خرید کرد؟.....	۱۱۰
۵۵-	خرجی دادن به همسران.....	۱۱۳
۵۶-	فرزند کمتر زندگی بهتر.....	۱۱۶
۵۷-	آموزش به کودکان و نوجوانان در مورد مسائل مالی.....	۱۱۷

- ۵۸- چگونه هزینه‌های تحصیلی فرزندان مان را کاهش دهیم..... ۱۲۱
- ۵۹- چگونه برای کودکان خود اسباب بازی مناسب خریداری کنیم؟..... ۱۲۳
- ۶۰- بیمه، حمایت و پس‌اندازی ماندگار..... ۱۲۶
- ۶۱- نقش حمایت و پشتیبان برای پس‌انداز در زندگی..... ۱۲۸
- ۶۲- مصرف گرا، تجمل گرا و تنوع گرا نباشیم..... ۱۳۰
- ۶۳- هزینه مد روز..... ۱۳۲
- ۶۴- قناعت و صرفه جویی بهترین پس‌انداز..... ۱۳۵
- ۶۵- رفتار خانواده‌های ثروتمند را الگو قرار ندهیم..... ۱۳۷
- ۶۶- الگوی خوب برای زندگی بهتر..... ۱۳۷
- ۶۷- کاهش هزینه‌های درمانی..... ۱۴۰
- ۶۸- به‌تفصیل مناسب و بهداشت فردی در خانواده اهمیت دهید..... ۱۴۳
- ۶۹- از اوقات فراغت به‌درستی استفاده کنیم..... ۱۴۵
- ۷۰- توسعه اهداف مشترک مالی..... ۱۴۶
- ۷۱- مدیریت پول مشترک..... ۱۴۹
- ۷۲- رقابت بین چند زوج جوان..... ۱۵۱
- ۷۳- مهار خریدهای گران در ابتدا..... ۱۵۳
- ۷۴- قیمت‌ها را بررسی و مقایسه کنید..... ۱۵۶
- ۷۵- چانه‌بازی و تخفیف بگیرید..... ۱۵۷
- ۷۶- جمع مبلغ خریدتان را پیشاپیش تخمین بزنید..... ۱۵۹
- ۷۷- بقیه پولتان را حتما دریافت کنید..... ۱۶۱
- ۷۸- ورزش بهترین پس‌انداز برای افراد..... ۱۶۲
- ۷۹- با استفاده از جدول طلایی مدیریت هزینه‌ها، عادت‌های بدمان را ترک، و با کاهش دهیم..... ۱۶۶
- ۸۰- پس‌انداز کنید، حتی روزی ۱۰ ریال..... ۱۶۸
- ۸۱- مدیریت هزینه‌های غیرمنتظره..... ۱۷۰
- ۸۲- مدیریت زمان راهی برای کاهش هزینه‌ها..... ۱۷۱
- ۸۳- جابجایی و مهاجرت منطقه‌ای یا درون شهری..... ۱۷۳
- ۸۴- خانه‌ستاجری..... ۱۷۵
- ۸۵- چگونه اثاث کثی کنیم..... ۱۷۸
- ۸۶- به شهرهای کوچک‌تر نقل مکان کنید..... ۱۷۹
- ۸۷- چگونه مسافرت کنیم تا هزینه سفرمان کمتر شود..... ۱۸۱
- ۸۸- کاهش هزینه‌های حمل و نقل..... ۱۸۳
- ۸۹- چگونه مصرف سوخت اتومبیل خود را کاهش دهیم..... ۱۸۵

- ۹۰- از انباشت هزینه‌ها جلوگیری کنید..... ۱۸۸
- ۹۱- پرداخت اقساط و قروض..... ۱۸۹
- ۹۲- دفترچه پادداشت جیبی..... ۱۹۱
- ۹۳- چگونه از جدول طلای مدیریت هزینه‌ها برای کاهش و مدیریت صحیح هزینه‌ها استفاده کنیم..... ۱۹۲
- ۹۴- چگونه از روش پاکتی برای مدیریت هزینه‌ها استفاده کنیم..... ۱۹۸
- ۹۵- اهداف و نتایج کلی اجرای مدیریت صحیح اقتصادی در خانواده..... ۱۹۹
- ۹۶- مدیریت اقتصادی به روایت شعر..... ۲۰۰
- ۹۷- منابع..... ۲۰۱

پیش گفتار،

(سال جهاد اقتصادی گرامی باد)

چو ایران نباشد، تن من مباد

پس از اینکه ۳ سال قبل، مقام معظم رهبری، سال ۱۳۸۸ را سال اصلاح الگوی مصرف نام‌گذاری کردند این فکر در ذهن من ایجاد شد تا در راستای فرمایشات ایشان و همچنین اعتلای سطح اقتصادی مردم کشور عزیزم گام بلندی را بردارم. بنابراین تصمیم گرفتم تا کتابی بسیار ساده و روان که بتواند گره‌گشا و هدایت‌گر خانواده‌ها در جهت مدیریت صحیح اقتصادی خانواده‌ها باشد را تهیه و تالیف کنم، خوشبختانه آماده شدن این کتاب پس از حدود ۳ سال تلاش مصادف شد با نام‌گذاری سال ۱۳۹۰ با عنوان سال جهاد اقتصادی، که این تقارن را به فال نیک گرفتم و تصمیم گرفتم تا در این سال کتاب خود را به چاپ برسانم، تا خدمت کوچکی به تمام خانواده‌های ایرانی کرده باشم، هر چند ادعای کامل بودن و بی‌نقص بودن را در این کتاب ندارم اما ایمان دارم با بکار بستن مطالب و نکات این کتاب بصورت درست و کامل می‌توان اوضاع اقتصادی هر خانواده‌ای را سر و سامان داد.

و این وظیفه جهادی من و توست که با مدیریت صحیح اقتصادی در خانواده خود بکار می‌گیریم فرهنگ صحیح مصرف، فرهنگ قناعت و صرفه‌جویی، فرهنگ درست خرج کردن، فرهنگ پس‌انداز و... را در خانواده و کشور گسترش دهیم و اگر تک تک افراد جامعه بدرستی این وظیفه را انجام دهند، دیگر شاهد هیچ مشکل اقتصادی در کشور عزیزمان نخواهیم بود.

امام خمینی (ره) می‌فرمایند: آن چیزی که ملتها را می‌سازد فرهنگ صحیح است.

دست در دست هم دهیم به مهر، میهن خویش را کنیم آباد.

این کتاب را تقدیم می‌کنم به تمام خانواده‌های ایرانی که لایق بهترین‌ها هستند.

بر احوال آنکس ببايد گريست که دخلش بود نوزده خرجش بيست

حتماً این شعر را خوانده‌اید، به نظر شما این شعر چه پیامی می‌خواهد به ما بدهد؟ مسلماً همه شما خوانندگان عزیز خیلی خوب معنی و مفهوم این شعر را متوجه می‌شوید، اما نکته مهم اینجاست که همه متوجه می‌شوند که منظور این شعر چیست اما در زندگی آن را بکار نمی‌بندند. کسی که در زندگی مدیریت درست اقتصادی ندارد به سال این شعر است که همیشه از نداری می‌نالند، از قسط‌های عقب افتاده خود می‌نالند، از بدهی‌های خود می‌نالند، از عقب افتادن کرایه خانه خود می‌نالند، از نداشتن آرامش در زندگی می‌نالند، از چند شیفت کار کردن خود می‌نالند، از نرفتن یک مسافرت چند سال یکبار می‌نالند و حتی از نداشتن یک خواب درست و حسابی می‌نالند. اینگونه افراد برای تأمین معاش زندگی خود و خانواده‌شان یکسره کار می‌کنند و هیچ لذتی از زندگی خود نمی‌برند. به نظر شما مشکل کجاست؟ کمی دستمزد، بالا بودن هزینه‌های زندگی، بالا بودن کرایه خانه، بالا بودن... البته موارد فوق می‌تواند دلالی برای افزایش فشارهای مالی باشد ولی دلیل اصلی را باید در جای دیگر جستجو کرد. چه بسیار خانواده‌هایی را سراغ دارم که حتی با درآمدهای عالی هم، در وسط ماه کفگیرشان به ته دیگ خورده و آخر ماه کاسه چه کنم چه کنم به دست می‌گیرند؟ مشکل این افراد بخاطر چیست؟ دلیل اصلی این مشکل فقط، نداشتن مدیریت اقتصادی صحیح در خانواده است، که متأسفانه به جرات می‌توان گفت اکثر خانواده‌های ایرانی، این مدیریت را در امور مالی و اقتصادی زندگی خود ندارند و دچار مشکلات عدیده‌ای می‌شوند.

در این کتاب قصد ندارم از واژه‌ها و کلمات سنگین اقتصادی صحبت کنم و تا حد ممکن سعی کرده‌ام از کلمات و جملات روان و متن‌های مختصر و مفید استفاده کنم تا شما خوانندگان عزیز بتوانید راحت‌تر با کتاب ارتباط برقرار کنید و استفاده بهتری از کتاب ببرید. در این کتاب قرار است از درست خرج کردن، صرفه

جویی کردن، پس انداز کردن و موارد بسیاری که برای مدیریت یک زندگی به لحاظ اقتصادی می‌تواند به ما کمک کند، صحبت شود. در عصری که ما در آن زندگی می‌کنیم بنظر می‌رسد بیشتر خانواده‌های ایرانی بدلیل نداشتن مدیریت صحیح اقتصادی و یا عدم اطلاع از مدیریت درست در امور دخل و خرج با مشکل جدی مواجه هستند. مدیریت در امور هزینه و دخل و خرج اهمیت بسیار بالایی دارد که نه تنها ارتباط مستقیمی با مسائل مالی خانواده دارد بلکه بر دیگر عوامل مهم تحکیم یک خانواده تاثیر بسزایی می‌گذارد. همان طور که در خانواده، والدین باید مدیریت عاطفی، تربیتی، فرهنگی، روانی و اجتماعی را برای ایجاد رابطه دوستانه و رسیدن به تکامل اعضای خانواده را بر عهده گیرند، در بحث هزینه کردن و ایجاد تعادل بین دخل و خرج نیز نیاز به مدیریت است. اهمیت مدیریت اقتصادی در خانواده تا آنجاست که مدیریت درست و صحیح در این بخش می‌تواند منجر به تحکیم بنیان خانواده و کاهش تنش‌ها و مشکلات خانوادگی شود. در سالیان اخیر بسیاری از خانواده‌ها بدلیل نداشتن مدیریت درست اقتصادی و ایجاد کمبودها در خانواده و تامین نبودن همسر و فرزندان تا آنجا پیش رفته‌اند که مسئله طلاق را بوجود آورده‌اند. امام علی(ع) می‌فرماید: تنظیم برنامه‌های صحیح اقتصادی، نیمی از حوائج زندگی را تشکیل می‌دهد.

بسیاری از خانواده‌ها تصور می‌کنند مدیریت اقتصادی خانواده و لزوم بکارگیری آن فقط مخصوص خانواده‌هایی با سطح درآمد پائین و متوسط جامعه است. این در حالی است که بسیاری از خانواده‌هایی که حتی درآمد بالایی دارند بدلیل نداشتن یک روش درست در کنترل و مدیریت در امور دخل و خرج خود دچار بحران مالی و اقتصادی می‌شوند و گاهی اوقات حتی با توجه به حقوق و درآمد بالایی که در ماه دارند در آخر ماه با بی پولی مواجه می‌شوند. اما در عین حال خانواده‌هایی را می‌بینیم که دارای پائین‌ترین درآمد ماهیانه در جامعه هستند اما می‌توانند به تمام جنبه‌های زندگی خود مثل خوراک، پوشاک، بهداشت، تفریح و ... برسند و حتی می‌توانند در آخر ماه مقداری از درآمد خود را پس انداز کنند و زندگی‌شان دارای سطح کیفی مناسب و قابل قبولی است. بنظر شما دلیل این موفقیت

چگونه خرج کنیم تا... / ۱۳

اینگونه خانواده‌ها چیست؟ دلش را می‌توان داشتن یک مدیریت صحیح اقتصادی دانست.

بدلیل مشکلاتی که در اکثر خانواده‌ها مشاهده کردم تصمیم بر آن گرفتم تا برای کمک کردن هم به اقتصاد خانواده‌ها و هم به اقتصاد کشور عزیزم مطالبی را که هم بصورت مطالعه و هم بیشتر بصورت عملی، از دوران دانشجویی‌ام تا به حال در زندگی شخصی‌ام بکار بسته‌ام و موفق بوده‌ام را برای شما عزیزان بازگو کنم.

در این کتاب سعی کرده‌ام مطالب، راهکارها و روشهایی را که باعث کاهش هزینه‌های خانواده و ایجاد یک مدیریت صحیح اقتصادی در خانواده می‌شود را برای شما خوانندگان عزیز بیان کنم، تا بتوانید با بکار بستن آنها زندگی بهتری را برای خود و خانواده‌تان فراهم کنید و همه خانواده‌ها بتوانیم با کاهش هزینه‌های خانواده خود، برای اعتلای کشور عزیزمان گامی بلند و موثر در جهت رشد و پیشرفت برداریم.

انشاءالله

۱- بخش‌هایی از نیایش حضرت امام سجاده (ع) در مورد مسائل مالی:

پناه می‌برم به تو از اندوه و اندیشه بدهکاری و دل نگران بودن و بی‌خوابی کشیدن برای آن. پس بر محمد و خاندانش درود فرست و مرا از رنج وام در پناه درآور. پروردگارا، در برابر ذلت و امداری در زندگی و پیامدهای آن پس از مردن، امید من به پشتیبانی توست. پس بر محمد و خاندانش درود فرست و مرا مالی سرشار، یا مالی به اندازه و پیوسته، یاری فرما. خدایا، بر محمد و خاندانش درود فرست و مرا از اسراف و زیاده روی به دور دار، و با بخشش و میانه روی راه اعتدال بنمای. چنان کن که در کار خود اندازه نگه دارم و به لطف تو مال خود بیهوده خرج نکنم. روزی‌ام را پیوسته از راه‌های حلال بر من روان گردان، و اتفاق مرا در راه کارهای نیک اندازه و مالی را که برای من خود بزرگ بینی آورد یا به ستم منجر شود و یا به سرکشی انجامد، از من بستان. خدایا، چنان کن که همشینی با فقیران خوشایند من باشد، و مرا در هم صحبتی با آنان سینه‌ای گشاده و خیالی آسوده عنایت کن. آنچه از مال و ثروت این جهان زودگذر را که از من گرفته‌ای، در گنجینه‌های باقی خود ذخیره نما. و آن بهره بی مقدار دنیوی را که به من ارزانی داشته‌ای و در این جهان عطا فرموده‌ای، دستاویزی برای رسیدن به رحمت و پیوستن به مقام قرب و داخل شدن به بهشت خود قرار ده، که تو احسان بزرگ داری، و تو بخشنده بزرگواری.

۲- آیا با پول می‌توان به خوشبختی و شادی رسید؟

شادی برای هر کسی می‌تواند معنی و مفهوم خاصی داشته باشد. مثلاً برخی از افراد لذت را شادی می‌دانند، برخی دیگر خندیدن را معادل شاد بودن تعریف می‌کنند، افراد موفق شادی را مساوی با عملکرد خوب می‌دانند. نویسنده می‌شادی را معادل با برآورده شدن آرزوها تعریف می‌کند. دکتر آیزنگ: معتقد است شادی مساوی است با رضایت به علاوه سطح لذت. حال سوال اینجاست در این تعاریف برای شادی جای پول کجاست؟ آیا پول به تنهایی می‌تواند شادی و خوشبختی برای ما به همراه بیاورد؟ برخی از کارشناسان معتقدند که پول مثل داروی ضد افسردگی است. آنها شما را شادتر نمی‌کنند، اما هم پول و هم داروی ضد افسردگی از بروز غم و نگرانی در زندگی جلوگیری می‌کنند. دیوید کیتس می‌گوید: پول هیچ وقت کافی