

30年后，你拿什么养活自己？

作者：高得诚

30年后，你拿什么养活自己？

（韩）高得诚 郑成镇 崔秉熙 著

广西科学技术出版社

著作权合同登记号桂图登字：20-2008-238

Thirty Golden Years without Financial Worries

Copyright 2006 by Go,Deuk-Seong(高得诚), Jung Sung-Jin(郑成镇), Choi,Byung-Hee(崔秉熙)

All rights reserved

Original Korean edition was published by Dasan Books Co., Ltd.

Simplified Chinese language edition 2010 by Guangxi Science & Technology Publishing House

Simplified Chinese language edition is published by arrangement with Dasan Books Co.,Ltd.

Through Shinwon Agency Co.

图书在版编目（CIP）数据

30年后，你拿什么养活自己？ /（韩）高得诚，郑成镇，崔秉熙著；唐建军译.—南宁：广西科学技术出版社，2010.4

ISBN 978-7-80763-436-2

I. 3… II. ①高…②郑…③崔…④唐… III. 财务管理-通俗读物 IV.TS976.15-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2009）第223686号

30 NIAN HOU, NI NA SHEN ME YANG HUO ZI JI?

30年后，你拿什么养活自己？

作 者：[韩]高得诚 郑成镇 崔秉熙 译 者：唐建军

责任编辑：钱 俊 李 佳 译 审：金 钟

责任校对：曾高兴 田 芳 封面设计：设计工作室

责任审读：张桂宜 版式设计：卜翠红

责任印制：韦文印

出 版 人：何 醒 出版发行：广西科学技术出版社

社 址：广西南宁市东葛路66号 邮政编码：530022

电 话：010—85893724（北京） 0771—5845660（南宁）

传 真：010—85894367（北京） 0771—5878485（南宁）

网 址：<http://www.gxkjs.com> 在线阅读：<http://www.gxkjs.com>

经 销：全国各地新华书店

印 制：中国农业出版社印刷厂

地 址：北京市通州区北苑南路16号 邮政编码：101149

开 本：880mm×1040mm 1/32

字 数：150千字

印 张：8

版 次：2010年4月第1版

印 次：2010年4月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-80763-436-2/F•15

定 价：28.00元

版权所有 侵权必究

质量服务承诺：如发现缺页、错页、倒装等印装质量问题，可直接向本社调换。

服务电话：010—85893724 团购电话：010—85808860—801/802

目 录

[刘彦斌推荐序 理财是为明天的生活存储今天的财富](#)

[编者序 今日的准备，决定未来的30年](#)

[前言 这就是你所需要的](#)

[Chapter1 30年后，遇见快乐富足的自己](#)

[未来30年你将面临什么](#)

[你将以何种姿态面对未来](#)

[30年后，你拿什么养活自己](#)

[机会只留给准备好“治富”的人](#)

[留足过冬的粮食比什么都重要](#)

[理财规划就是生涯规划](#)

[邂逅财富精灵](#)

[理财就是理人生](#)

[现在的60万等于30年后的1000万](#)

[投资自己——最稳当的赚钱方法](#)

[用对方法，开启人生崭新旅程](#)

[Chapter2 如何投资比做多少投资重要](#)

[制定富足一生的计划](#)

[绘制一张希望的地图——目标资金的准备](#)

[不要过于依赖国民年金](#)

[需要多少钱才能住进老人之家？](#)

[理财规划越早越好](#)

[实现无忧人生5步骤](#)

[检视你拥有的资产](#)

[量入为出——致富的不二法门](#)

[快使用家庭账簿](#)

[别想滴水不漏地记账](#)

[不要为家庭账簿而烦恼](#)

[不一定非得天天记账](#)

[家庭账簿应用软件的效果要好于纸质家庭账簿](#)

[事先做好预算](#)

[标记出选择性支出](#)

[全家人一起来记账](#)

[用家庭账簿找出支出中存在的问题](#)

[真正对子女负责的教育投资](#)

[薪水族最佳理财方法大揭秘](#)

[潜能开发致富——副业与创业](#)

[Chapter3 向专家学习致富之道——尽早精通理财方法](#)

[找到诀窍，理财就是这么简单](#)

[复利的威力胜过原子弹](#)

[复利，时间就是金钱](#)

[理财规划，一寸光阴一寸金](#)

[物价上涨，财富增长最危险的敌人](#)

[思维模式的转换——从储蓄的时代到投资的时代](#)

[风险是获得收益不可或缺的工具](#)

[管理基金，管理人生](#)

[基金投资的成功原则](#)

[不同时期，不同投资战略](#)

[幸福家庭大计](#)

[财富人生由此启动](#)

[Chapter4 重新设定“财富调节器”](#)

[现在开始，向贫穷说再见](#)

[8道关卡，开启财富自由之门](#)

[第1阶段 建立退休生活计划——计算出退休生活费用](#)

[第2阶段 建立晚年计划——公共年金的预计收入](#)

[第3阶段 审视目前的资金状况——检查资产和负债情况](#)

[第4阶段 审视目前的财务状况——总收入及总支出](#)

[掌握收入情况](#)

[掌握支出情况](#)

第5阶段 审视目前的财务状况——储蓄能力

第6阶段 算出能够准备的退休生活资金

第7阶段 为退休生活制定可行性计划

第8阶段 执行和周期性再调整

20多岁，投资自己，培养“治富”能力

·认识到钱的可爱与可怕！

·记住资金大树也是由一分一厘的种子生长而成

·关注自己的潜能开发，为今后事业的成功做铺垫

·面临人生重大抉择时要多听取他人意见

·筹集租房资金和结婚费用是20多岁这个阶段的财务焦点

·供20多岁年轻人选择的金融产品

30多岁，贷款投资要慎思

·要想实施财务计划，从掌握财务状况开始

·不要过分追求资产的规模，经常检查净资产情况

·30岁，贷款投资要慎思

·为了自己和家人，做好风险保障工作

·供30多岁人选择的金融产品

40多岁，资产结构调整需重视

·开始对家庭资产结构进行调整吧！

·保证退休生活资金

·尽量增加退休生活资金

·家庭资产结构调整要从整理债务开始

·资产实施结构调整

·开源节流

·珍惜手头上的积蓄

·身边要有一位能为自己和家庭提供帮助的专业理财顾问

·供40多岁人选择的金融产品

50多岁，投资方向转移是重点

·细致准备退休生活

·投资高风险产品时要格外小心

·调整房地产在资产结构中的比例

·为退休后的生活做好准备

·供50多岁人选择的金融产品

Chapter5 薪水族晋级富豪十大必学要诀

要诀1 在自己的工作上获得成功

要诀2 笑到最后的人才是最终胜利者

要诀3 打败吃钱怪兽——物价上涨

要诀4 拖得越久，负担越大

要诀5 子女教育资金与养老资金的均衡

要诀6 安全的投资产品不等于安全的未来

要诀7 加强对闲置资金的管理

要诀8 视“变化”为常态，时刻做好准备

要诀9 每年制作一次财务状况表

要诀10 保持健康，享受人生

刘彦斌推荐序 理财是为明天的生活存储今天的财富

理财是一个人为了实现自己的生活目标而管理自己财务资源的过程。而养老是一个人最重要的生活目标，我经常讲：一个人晚年幸福才是真正的幸福。要实现晚年的幸福生活就必须在年轻的时候积累足够的钱。这本《30年后，你拿什么养活自己？》也是我常常提及的话题，也是每个人都应该关心的问题，因为它关系到每个人的生活幸福。流畅的形文，精实的内容，中肯的建议是好书应有的三大特点，这本书全包括了。因此我希望大家都来看看这本书，相信你一定能满载而归。

一个人到60岁以后，就基本上不能通过工作来赚钱了，晚年的生活费用主要来自年轻时的积累。“养儿防老”这句老话现在已经过时了，如果儿子不“啃老”就已经是你的造化。因此，你要想晚年生活无忧，就必须提早做好准备。我认为一个人应该在35岁开始为自己存储养老金，35岁之前的财富积累主要用于结婚、生子、买房和买车。一个人在35岁之后，随着事业的稳定发展，收入逐步增加，用于积累的财富也随之增长，积累的目的主要是为了自己养老，次要目的是为了子女的教育费用。一个人到60岁的时候，应该存储好未来20年的生活费用。那么怎样储备养老金呢？我认为主要有以下几种方法：

第一，储蓄。银行是财富最好的住所，因为存在银行的钱不会损失本金，还能带来收益。存储养老金最好用长期储蓄的方法。我提出一种阶梯储蓄法供大家参考。如果你有5万元，想进行长期储蓄，但又担心有急用，你可以这样做：用1万元开设1张1年期存单，用1万元开设1张2年期存单，用1万元开设1张3年期存单，用1万元开设1张4年期存单（3年加1年），用1万元开设1张5年期存单。1年后，用到期的1万元开设1张5年期的存单，以后每年如此，这样4年后你手中的存单全部为5年期的，每张存单到期年限相差1年。这样做既可以保持储蓄的流动性，又可以获得5年期储蓄的高利息。

第二，储蓄型的商业保险，其中年金保险是一种最主要的方法。年金保险是指在被保险人生存期间，保险人按照保险合同约定的金额、方式，在保险合同约定期限内，有规律地、定期向被保险人给付保险金的保险。年金保险实质上就是长期储蓄。年金保险多用于养老，所以又被称为养老金保险。

第三，社会养老保险。社会养老保险是政府推出的保险制度，人人都可以参与，人人都应该参与。社会养老保险是个人存储养老金的重要方式。

第四，股票和基金。股票和基金是最大众化的长期投资工具，也是投资增值最大的投资方式，非常适合储备个人养老金。中年人尤其应该加大投资股票和基金的力度，为了晚年的生活积累财富。

第五，房地产。房地产是抵御通货膨胀的良好手段，也是储备养老金的重要手段。但是，由于房地产投资需要的资金较大，因此房地产比较适合富裕人士。

我提出的储备养老金的方法和书中提及的方法基本上是一致的，不同之处在于不同国家的制度差异。希望大家能静下心来认真看看这本书，提早为自己30年后的生活做准备，让自己有一个幸福祥和的人生。

刘彦斌

编者序 今天的准备，决定未来的30年

小时候，大人告诉你“努力学习，取得好成绩，上个好大学，你就能找到薪水高、待遇好的工作”。现如今，你毕业了，工作了，每天朝九晚五，力争上游，假日和朋友出游，偶尔锻炼身体，不时约朋友小聚、看电影、Shopping，虽然累点，也算过得有滋有味。那30年后呢？你是否想过自己30年后的生活？牵着老伴的手在希腊爱琴海细数往日情怀？还是蜗居在小房子中，每天白粥配咸菜？每个人都会慢慢变老，但没有人希望今天的收入比昨天还要少；每个人都希望长寿，但是没有人愿意到老了还晚景凄凉。

你是否计算过未来30年，作为家长的你需要为子女准备多少教育资金、结婚资金？你是否计算过退休之后如果要维持现有的生活水平，你需要多少资金？

假设你现在30岁，计划在55岁退休，终老年龄80岁。目前城市基本生活费和医疗保险支出的最基本消费是1500元/月，暂考虑4%的通货膨胀率，25年后，要维持目前的生活水平，需要4000元/月。25年的退休生活至少需要4000元/月×12月×25年=120万元，如果加上旅游、休闲支出按月消费最基本的1000元计算，还将增加80万元，总共200万元。200万，这只是一个人的费用，夫妻双方费用需求总和保守估计也将超过400万元。

而且，如果你的身体还不错，活到85岁或者90岁都有可能。再加上老年人无法躲避的病痛，未来医疗开支几乎无法预估。这些都可能令我们需要的养老金需求变成五六百万元，甚至更高。

接下来，让我告诉你，你需要在多长的时间里赚够这笔钱，按照上面的假设，假如你是25岁开始工作，那你的工作时间是30年，退休生活时间25年，也就是说，在有工作的30年内，你必须准备好未来25年的生活基金——400万元，这其中，还不包括你买房买车以及子女的教育费用！

25年，400万！我相信这组数据已经足够让你阵脚大乱。其实，你大可不必这么慌张，因为亚洲顶级理财师已经为你想到好对策，助你成功跨越穷人与富人，落魄与殷实的水岭！

请跟我一起来看这个表格：

□

30岁的你，现在只需每个月投资1000元，30年后，也就是当你60岁时，就可以换来600万！600万，足够你和太太挽手乐享夕阳人生！

或许你会犯难：30岁，正值而立之年，你需要买房买车，筹备结婚等等，没有办法每个月攒下1000元，推迟10年，从40岁开始行不行？答案是，行，但是你将损失450万！

30岁开始每月1000元，投资30年，收益是600万，你知道40岁开始每月1000元，投资20年，收益是多少吗？1413721！只是推迟10年，你的收入相差至少450万！

时间，从来不等，如果你从看到这本书开始，跟随顶级理财师规划你的财富人生，我相信，不用30年，10年后，你就可以从容面对人生，笑傲退休！

前言 这就是你所需要的

如果你20几岁，请你一定要看这本书。如果你30来岁，那还不算晚，这本书更非看不可。如果你已40多岁或50岁出头，虽然晚了一些，不过还有机会，也许你能从书中找到捷径。万一你已55岁以上或60来岁，希望你一定要建议你的子女看这本书。

人们都有一个共同愿望，那就是希望自己衣食无忧，但现实生活中的我们却时常要为柴米油盐发愁，甚至会因为没钱而使生活陷入凄惨境地。假设人的一生必须经历一段经济拮据的时光，给你一个选择的机会，你愿意将这段时光放在哪个年龄段呢？我相信大部分人的答案是越年轻越好，年轻时多吃苦受累，年纪大时就能享受到平稳富足的生活。过去的辛苦是为了现在，现在的劳累是为了将来的安乐，“退休生活”是我们要面对的将来。在丧失经济来源的晚年如果身无分文，这样的退休生活是否会太过凄惨？因此，这就需要我们为过上不必为钱犯愁的退休生活及早做好准备。

那么，我们必须为之提前做好准备的退休生活到底有多长？书名中的“30年”可能会让人感觉稍长，根据我们周边人群的晚年时间（从退休后到死亡）来判断，大部分人会回答说晚年时间为15~20年。以韩国为例，男子上班族的平均晚年时间为17年，单就男性来看，15~20年这个数字比较准确，但考虑到妻子平均要比丈夫小3岁，寿命比丈夫要长7年的事实，因此以夫妻的标准来看，退休生活为时27年，这个时间段是以目前的人均寿命为基准而得出的，由于还存有超出平均寿命的可能性，所以额外地再增加了3~5岁。

这么看来，晚年时间大约为30年。而人一生的工作时间也是30年，也就是说晚年时间和工作时间是一样的，你是不是有些头皮发麻？简单来说，你需要将自己收入的一半用来储蓄，才能保证自己晚年的生活水准和目前相同，而且这还没有将住房、子女教育等费用计算在内，仅仅是单纯的退休生活所必需的费用。现在再重新面对曾被我们一再忽视的退休生活，是否有种惊慌失措的感觉？

即使面对这样一种现实，大部分人还是以40岁为起点，为自己的退休生活做打算，而报纸、新闻报道和各类书籍也都在重复着“退休生活规划=40岁”这样的论调，原因何在，没人能说清楚。退休生活规划的最重要原则是“越早越好”，反过来说就是“越迟越糟”，舆论对此视而不见，不断地重复错误的论调，或许是对读者的一种妥协，因为只有到了40岁的人才会对“退休”“晚年”这类词有所关注，但这难道不是对读者不负责任吗？

对于媒体的这种做法我不敢也不愿苟同，这本书就是为20~50岁出头的人所写的，希望20~30岁的读者在阅读时能意识到“为什么现在就要为退休生活做准备”这个严峻的问题，而年龄偏大的40~50岁出头的读者则可以将焦点放在还能采取何种方式来挽回已经被浪费的时间和金钱上。

一本书肯定无法给出所有问题的答案，而我们之所以要编纂这本书，千言万语，只为了提高你对于退休生活规划的警觉性和重视程度，为你的退休生活规划指明方向。当你遨游在人生海洋中时，愿此书能成为一座灯塔，为你的航行指引前程。

我还想再叮嘱读者朋友们一声：“没错，就是现在！”希望合拢书本的你能马上付诸行动，要知道当你一直说来不及却又不愿意开始的时候才真的来不及了，如果从现在开始，一切都还有补救的余地。这本书提供的不是深奥的道理或是泛泛的方法，而是为你展示了人生的前进方向，让你更好地看清未来，当你对书中的内容愕不已或深有感触时，请不要犹豫，请不要气馁，赶紧出发，朝着自己的目标扬帆起航吧。

该书的写作过程中，类似如何能让关于防老措施的枯燥论述更易被读者接受，如何能让有些遥不可及的晚年问题能够触碰到读者的心灵，何种方向真正能对读者有所帮助，帮助又有多大等问题始终萦绕在笔者的脑海中，为了解决以上的这些问题，我们三人用了近一年的时间完成了此书的写作工作，尽可能地将自身的专业理论知识和人生感悟都汇集在本书中，真诚地希望每位读者都能通过此书为自己规划出美满的退休生活。

最后要向那些为了这本书的出版给予很多帮助和鼓励的人们表示感谢。首先要感谢的是笔者所任职SC

欢迎访问：电子书学习和下载网站（<https://www.shgis.cn>）
文档名称：《30年后，你拿什么养活自己？》高得诚 著.epub
请登录 <https://shgis.cn/post/81.html> 下载完整文档。
手机端请扫码查看：

