

สารบัญ

บทนำ

ทุกอย่างจะเปลี่ยนไปเมื่อใช้ชีวิตแบบมินิมอล — 13

การเปลี่ยนนิสัยวันละนิดจะนำมาซึ่งทรัพย์สินกองโต — 16

คิดเรื่อง “เงิน” อย่างจริงจัง — 19

Chapter 1

“ใช้ชีวิตโดยไม่ถูกเงินครอบงำ”

ที่เรียนรู้จากความล้มเหลว

และความผิดพลาด

การทิ้งสิ่งของช่วยให้ได้เปิดมุมมองใหม่ ๆ — 25

ยิ่งอยากได้เงิน ยิ่งหนีหาย — 29

หลุดพ้นจาก “การครอบงำของเงิน
กับสิ่งของ” ด้วยการไม่ซื้อของ — 33

ทรัพย์สินที่มีค่าที่สุดคือ “เวลา” กับ “สุขภาพ” — 37

วิธีทำงานโดยไม่ถูกเงินครอบงำ — 41

คอลัมน์ คุณอินอุอะ มิกิ — 51

การใช้เงินจะเปลี่ยนไป เมื่อใช้ชีวิตแบบมินิมอล

เราจะเห็น “ตัวเองในอุดมคติ” เมื่อยึดหลักลบออก — 59

เปลี่ยนศูนย์กลางของชีวิตจากเงินเป็น “สิ่งที่ชอบ” — 64

ทำไมแค่จัดบ้านก็มีเงินเพิ่มขึ้นได้ — 66

จุดร่วม 5 ข้อของ “บ้านที่ทำให้เงินงอกเงย” — 76

“คำถาม 10 ข้อ” ที่ผมใช้ถามตัวเองก่อนจะซื้อของ — 85

ให้ความสำคัญกับการประหยัด

และการเพิ่มรายได้เพื่อเพิ่ม “อัตราการออม” — 97

คอลัมน์ คุณ K — 104

“คุณค่าของเงิน” ที่เพิ่งเข้าใจ ตอนเป็นชาวนิมนิรมอลลิสต์

- “อารมณ์เซ็งลบที่เกิดจากเงิน”
ซึ่งทำให้เราโดนเงินครอบงำ — 113
- กระแสการเงินที่คุณควรเรียนรู้ไว้ — 123
- “ทักษะ 4 อย่าง” ที่ทำให้เงินงอกเงย — 129
- การวางแผนการเงินระยะยาวด้วยการลงทุน
ในกองทุนรวมดัชนี — 132
- กระจายความเสี่ยงด้วยการลงทุน
ในหุ้นทั่วโลก — 138
- “กลยุทธ์การออกจากการลงทุน
ในกองทุนรวมดัชนี” ที่ควรคิด
เตรียมไว้ล่วงหน้า — 147
- เมื่อหาเงินเก่งแล้วอย่าทำตัวหยิ่งโง่ — 155
- คอลัมน์** คุณโทโยนาเกะ อัดสึชิ — 161

วิธีปรับจิตใจ

ให้ไม่ถูกเงินครอบงำ

ถอยห่างจาก “การหาเงินมากขึ้น” สักก้าวหนึ่ง — 172

ลองออกจากสังคมการแข่งขันชั่วคราว — 174

ใช้ชีวิตแบบสโลว์ไลฟ์

เพื่อจัดระเบียบ “จิตใจของตัวเอง” — 177

การเสียสละความสุขไม่ได้ช่วยให้อะไรดีขึ้นมา — 180

ฟังเสียงหัวใจในพื้นที่โล่ง ๆ — 183

สร้างวงจรแห่งความสุขด้วยการขอบคุณ — 185

สร้าง “ประสบการณ์ที่มีความสุข”

ก่อนจะถึงช่วงเวลาสุดท้ายของชีวิต — 188

คอลัมน์ คุณโดกิและคุณริซาโกะ คู่สามีภรรยา — 193

“วิธีใช้เงิน” ที่ทำให้เงิน งอกเงยในอนาคต

- ใช้เงินอย่างกระตือรือร้น
กับสิ่งที่สร้างความประทับใจ — 203
- ลงทุนกับการพัฒนาตัวเอง
ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม — 208
- การจะคว้าโอกาสไว้ได้ต้องอาศัย
“ความเร็วในการลงมือทำ” — 211
- สร้างเครือข่ายที่ดีด้วย “ความน่าเชื่อถือ”
และ “ความไว้วางใจ” — 215
- ทำงานในสิ่งที่ชอบหรือสิ่งที่ถนัด — 220
- ลองเปลี่ยนแปลงที่อยู่อาศัย
ความสัมพันธ์ หรืองาน — 224
- มาเพิ่ม “ทรัพย์สินยุคใหม่” กันเถอะ — 228
- ใช้เงินในการท้าทาย — 233
- คอลัมน์ คุณ yuha — 243

เงินจะเพิ่มขึ้นเมื่อเปลี่ยนวิธีใช้เวลา

“การมีเวลา” จะนำไปสู่ “การมีเงิน” — 251

ทำไมการตื่นเช้าถึงช่วยในการเพิ่มรายได้ — 255

วิธีใช้เวลาตอนเช้าอย่างมีประสิทธิภาพ — 261

กำจัดความฟุ้งซ่านเพื่อเพิ่มสมาธิ — 268

วิธีเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน

ให้มากขึ้นเป็น 2 เท่า — 273

วิธีเฟรชสมองเพื่อฟื้นฟูสมาธิ

และประสิทธิภาพในการทำงาน — 281

คอลัมน์ ประสาน TOKUNO — 293

วิธีคิดแบบชาวมีนิมอลิสต์ ที่ช่วยเปลี่ยนชีวิตคุณ

“เปลี่ยนแปลงวิธีทำงาน” ของตัวเอง — 303

เงินจะออกเงยขึ้นเมื่อปราศณา
ให้ใครสักคนมีความสุข — 307

“ความต่อเนื่อง” คือบ่อเกิดของความมั่งคั่ง — 310

“กฎ WILL / CAN / MUST”
ที่เปลี่ยนชีวิตคุณได้ — 317

การเป็นคนที่ตั้งใจดูความมั่งคั่ง — 322

มีความฝันและบอกเล่าความฝันนั้นให้คนอื่นฟัง — 327

คอลัมน์ ประณามคาโต — 334

บทส่งท้าย — 343

กิตติกรรมประกาศ — 349

ประวัติผู้เขียน — 351

บทนำ

ทุกอย่างจะเปลี่ยนไปเมื่อใช้ชีวิตแบบมินิมอล

เมื่อได้ยินคำว่า “มินิมอล” คุณจะนึกถึงการใช้ชีวิตแบบไหนครับ

คนส่วนใหญ่น่าจะนึกถึงการใช้ชีวิตแบบที่มีของน้อยชิ้น หรือบางทีก็คิดว่าการใช้ชีวิตแบบมินิมอลดูน่าเบื่อและอึดอัดขัดสน

แต่ในความเป็นจริง **คนที่ใช้ชีวิตแบบมินิมอลส่วนใหญ่คือคนที่ได้ใช้ชีวิตอย่างสนุกสนานในแบบของตัวเอง แถมยังมีเงินและเวลาเพิ่มมากขึ้น เรียกได้ว่าพวกเขามีชีวิตแบบที่ใครหลายคนใฝ่ฝัน**

ผมเองก็เป็นหนึ่งในนั้นเช่นกัน

สวัสดีครับ ผมเป็นชาวมินิมอลลิสต์หรือก็คือคนที่ใช้ชีวิตแบบมินิมอล คุณจะเรียกผมว่ามินิมอลลิสต์ ทาเครุ ก็ได้

ปัจจุบันผมคอยเผยแพร่เสน่ห์ของการใช้ชีวิตแบบมินิมอลผ่านทางโซเชียลมีเดียและงานเขียนอยู่เสมอ ซึ่งจุดเริ่มต้นที่ทำให้ผมตั้งใจว่าจะใช้ชีวิตแบบมินิมอลมาจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในปี 2015 ตอนนั้นผมป่วยเป็นโรคกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบเรื้อรัง อาการของผมแย่ลงจนต้องออกจากงาน ทำให้ขาดรายได้ แถมยังต้องเลิกกับแฟนด้วย การพักรักษาตัวที่บ้านตลอดหนึ่งปีทำให้เงินเก็บของผมหมดเกลี้ยง ในระหว่างนั้นผมสัญญากับตัวเองว่าจะต้องปีนขึ้นมาจากจุดต่ำสุดของชีวิตให้ได้ แล้วผมก็ได้พบกับหนังสือเรื่อง “The More of Less: Finding the Life You Want Under Everything You Own” ของชาวมินิมอลลิสต์ที่ชื่อโจชัว เบคเกอร์ เข้าพอดี

ตอนแรกผมยังนึกกังขาอยู่บ้างว่า “แค่ทิ้งสิ่งของจะทำให้ชีวิตเปลี่ยนไปได้จริงเหรอ” แต่พอเริ่มจัดห้อง ผมก็เครียดเรื่องงานบ้านน้อยลง สุขภาพกายและใจค่อย ๆ ดีขึ้น แถมยังมีเวลาและเงินเพิ่มขึ้นทีละนิด จนในที่สุดก็สามารถนำมาสานฝันหลายอย่างให้กลายเป็นจริง ไม่ว่าจะเป็นการได้เผยแพร่ข้อมูลลงในโซเชียลมีเดียเป็นอาชีพหลัก การได้เขียนหนังสือออกมาถึง 3 เล่มหรือการได้จัดอีเวนต์นำเสนอเสน่ห์ของการใช้ชีวิตแบบมินิมอลอยู่เสมอ

และแล้วในปี 2021 ผมก็มีอิสรภาพทางการเงิน (สภาพที่ไม่จำเป็นต้องทำงาน เพราะมีรายได้จากทรัพย์สินเพียงพอกับค่าใช้จ่าย) ไม่น่าเชื่อใช่ไหมครับว่า คนหนุ่มที่ไม่ได้มีตำแหน่งใหญ่โตและผลงานโดดเด่นอะไรจะสามารถเปลี่ยนชีวิตตัวเองได้ถึงขนาดนี้ในเวลาแค่ 7 ปี

หลายคนคงสงสัยว่าเมื่อเราใช้ชีวิตแบบมินิมอลด้วยการลดจำนวนสิ่งของลงแล้วจะเป็นอย่างไร **การลดสิ่งของไม่เพียงเปลี่ยนวิถีจัดการสิ่งของเท่านั้น แต่ยังเปลี่ยนวิถีจัดการเงินและเวลาด้วย** ซึ่งเมื่อพฤติกรรมของเราเปลี่ยนไป นิสัยเองก็จะเปลี่ยนตาม ที่ผมมีรายได้และทรัพย์สินเพิ่มขึ้นอย่างมากตลอด 7 ปีมานี้ก็เพราะนิสัยที่เปลี่ยนแปลงไปนี้แหละครับ

ทั้งหมดนี้เกิดขึ้นจากการค่อย ๆ เปลี่ยนแปลงนิสัยอย่างต่อเนื่อง ซึ่งคุณจะได้เห็นว่าคนที่มั่งคั่งมากขึ้นกับคนที่มั่งคั่งน้อยลงนั้นมียุทธวิธีคิดและพฤติกรรมที่แตกต่างกันโดยสิ้นเชิง

ในหนังสือเล่มนี้ผมจะขอเล่าถึงการเปลี่ยนแปลงของผมและสิ่งที่ผมลงมือทำมาตลอด 7 ปีอย่างหมดเปลือก บอกตามตรงนะครับ ใจหนึ่งผมลังเลอยู่เหมือนกันว่าจะเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาดีไหม แต่อีกใจหนึ่งผมก็อยากเขียนหนังสือเพื่อระลึกถึงตัวเองที่เคยสิ้นหวังและอยู่ในจุดตกต่ำของชีวิตด้วย ดังนั้นหนังสือเล่มนี้จึงไม่ได้เป็นเพียงหนังสือที่ให้ลดสิ่งของตามหลักการใช้ชีวิตแบบมินิมอล แต่ยังเป็นหนังสือที่บอกเล่าเรื่องราวของคนที่เคยยากจน ซึ่งพอใช้ชีวิตแบบมินิมอลแล้วก็ตระหนักถึง **“สิ่งสำคัญในชีวิต”** และสามารถใช้ชีวิตอย่างสบายใจและมีอิสระได้ เมื่ออ่านหนังสือเล่มนี้จบแล้ว มุมมองของคุณที่มีต่อเงินและเวลา วิถีเผชิญหน้ากับผู้คนและงาน ค่านิยมเรื่องการให้ความสำคัญกับสภาพแวดล้อมและนิสัย รวมถึงวิถีคิดจะเปลี่ยนไปอย่างแน่นอน

การเปลี่ยนนิสัยวันละนิดจะนำมาซึ่ง ทรัพย์สิ้นกองโต

ตอนนี้คุณมีปัญหากังวลใจอยู่หรือเปล่าครับ การที่คุณหยิบหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาอ่านก็แสดงว่าคุณน่าจะกำลังกังวลเรื่องเงินหรือการใช้ชีวิต เช่น

- ☒ มีเงินไม่พอใช้หรือไม่มีเงินเก็บ
- ☒ อยากรายได้เพิ่มหรืออยากมีเงินเก็บมากขึ้น
- ☒ อยากมีอาชีพเสริมหรือลองทำอาชีพเสริมแล้วแต่ไม่เวิร์ก
- ☒ อยากเริ่มลงทุนแต่ไม่กล้าเสี่ยง
- ☒ กังวลเรื่องอนาคตหรือชีวิตหลังเกษียณ
- ☒ อยากรู้วิธีเพิ่มเงินที่สามารถใช้ได้แม้ในยามที่ล้มป่วยจนทำงานไม่ไหว
- ☒ อยากรายได้มากกว่า 1 ล้านบาทต่อปีเพราะเก็บเงินไม่อยู่เลย
- ☒ อยากมีเงินมากพอที่จะแต่งงานและเลี้ยงดูลูกได้
- ☒ อยากทำงานที่ชอบหรืออยากทำงานอย่างสนุกสนาน
- ☒ ถ้าเป็นไปได้ก็ไม่อยากทำงาน หรืออยากใช้ชีวิตอย่างอิสระ
- ☒ อยากมีอิสรภาพทางการเงินหรือไม่อยากคิดเรื่องเงิน
- ☒ มีเงินเพิ่มขึ้น แต่ยังไม่สบายใจหรือรู้สึกเหมือนจิตใจยังไม่ได้รับการเติมเต็ม

☑️ อยากมีเงินเพื่อใช้ในการทำหลายสิ่งต่าง ๆ หรือเพื่อทำให้
ความฝันเป็นจริง

☑️ อยากสัมผัสถึงความสุขหรือความมั่งคั่งที่แท้จริง

เรื่องเหล่านี้ล้วนแต่เป็นปัญหาที่ผมเคยกังวลมาก่อน ซึ่งคุณ
เองก็น่าจะเคยประสบมาบ้างเช่นกัน หากคุณกังวลด้วยเรื่องเหล่านี้
หลายข้อละก็ ผมแนะนำให้อ่านหนังสือเล่มนี้ต่อไป แล้วคุณจะได้
ค้นพบคำตอบในการแก้ปัญหาของตัวเองอย่างแน่นอน

ผมขอเล่าเรื่องในอดีตสักนิดนะครับ ในปี 2015 ผมจมจ่อม
อยู่กับความสิ้นหวัง เพราะได้รู้ซึ่งถึงความเข้มงวดของสังคม
อีกทั้งความฝันที่เคยวาดไว้ก็พังทลายลง นั่นเป็นจุดเริ่มต้นที่ทำให้
ผมใช้ชีวิตแบบมินิมอลมาจนถึงปัจจุบัน แต่ชีวิตของผมไม่ได้
เปลี่ยนไปในชั่วพริบตาหรอกนะครับ ผมหลงทางอยู่หลายปี
สุขภาพย่ำแย่ ท้อแท้หลายต่อหลายครั้ง และรายได้ต่อปีเหลือแค่
1.38 ล้านบาท ในขณะที่หนี้พอกพูนถึง 3.4 ล้านบาท แถมเงินเก็บ
ยังหมดเกลี้ยงอีกต่างหาก

ภายใต้สถานการณ์ที่ยากลำบากเช่นนั้นเชื่อว่าผมจะไม่ลงมือ
ทำอะไรเลย ผมลดจำนวนสิ่งของที่มีอยู่ ทำบัญชีรายรับรายจ่าย
ประหยัดเงิน และพยายามหารายได้เพิ่ม หลังจากผ่านประสบการณ์
ความล้มเหลวต่าง ๆ และได้ศึกษาหาความรู้เยอะ ๆ ผมก็เริ่มทำ
ช่องยูทูบในเดือนธันวาคมปี 2017 หลังจากนั้นไม่นานผมก็ได้
ทำงานหลากหลายอย่าง ซึ่งไม่ว่าจะหาเงินได้มากแค่ไหน ผมก็
ยังคงใช้ชีวิตแบบเรียบง่ายพลางลงทุนอย่างมุ่งมั่น เรียกได้ว่าผม

สะสมรายได้และทรัพย์สินอย่างมั่นคง จนกระทั่งในปี 2021 ผมก็มีรายได้จากการลงทุนมากพอสำหรับค่าใช้จ่าย ทำให้ไม่จำเป็นต้องทำงานก็ได้

อะไรที่เปลี่ยนแปลงผม

และผมเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง

คุณคิดว่าทำไมคนที่มียาได้ต่อปีแค่ 1.38 ล้านเยนและไม่มีเงินเก็บสามารถเปลี่ยนชีวิตตัวเองไปได้ถึงขนาดนี้ภายในเวลาไม่กี่ปี

ตลอดระยะเวลา 7 ปีมานี้ผมพยายามอย่างเต็มที่ ผมเตรียมใจในเรื่องต่าง ๆ และใช้ชีวิตอย่างมุ่งมั่นมาโดยตลอด จริงอยู่ที่หากมีใครสักคนมาบอกว่า “ตั้งแต่วันนี้ไปจนถึง 7 ปีข้างหน้า จงพยายามให้เต็มที่” คุณก็คงรู้สึกว่าเป็นเรื่องที่ยากลำบาก เพราะ “7 ปี” เป็นระยะเวลาที่ฟังดูยาวนาน แต่เส้นทางสู่ความมั่งคั่งทางการเงินไม่มีทางลัดหรอกครับ

สิ่งที่ผมอยากบอกตรงนี้ก็คือ คุณควรพยายามในแบบของตัวเองตั้งแต่วันนี้ไปจนถึง 5 ปี 10 ปี หรือ 20 ปีข้างหน้า **ขอให้เริ่มเปลี่ยนพฤติกรรมตั้งแต่วันนี้เพื่อชีวิตที่ดีขึ้นในอนาคต** เพียงแค่ปรับนิสัยเล็ก ๆ น้อย ๆ โชคชะตาของคุณก็จะเปลี่ยนไปเอง

คิดเรื่อง “เงิน” อย่างจริงจัง

เงินคืออะไรสำหรับคุณครับ

แม้คนส่วนใหญ่จะคิดว่า “อยากมีเงินมากกว่านี้” แต่กลับมีคนเพียงหยิบมือเดียวที่ตอบได้อย่างมั่นใจว่าเงินคืออะไร

บางคนอาจตอบว่าเงินคือ “เงินตรา” “ค่าตอบแทนจากการทำงาน” หรือ “สิ่งจำเป็นในการใช้ชีวิต”

แต่สำหรับผม เงินคือ “การขอบคุณหรือการสนับสนุนแบบหนึ่ง” “เครื่องมือที่ช่วยทำให้ความฝันเป็นจริง” หรือ “ความไว้วางใจและความน่าเชื่อถือ” ซึ่งพอผมบอกภรรยาไปแบบนี้ เธอก็พูดย้อนกลับมาว่า “นั่นเป็นความคิดของคนที่ประสบความสำเร็จแล้วไงล่ะ”

แน่นอนครับ ผมไม่ได้คิดแบบนี้มาตั้งแต่แรกหรอก แต่หลังจากได้ลองเปลี่ยนมุมมองที่มีต่อเงิน ผมก็สามารถบุกเบิกเส้นทางให้กับชีวิตของตัวเองได้

สิ่งที่ผมอยากถ่ายทอดในหนังสือเล่มนี้ก็คือมุมมองที่มีต่องเงิน นอกจากเรื่องจำนวนเงินแล้ว ผมยังอยากให้คุณคิดพิจารณาทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเงิน ไม่ว่าจะเป็นความรู้สึก ความคิด ความสัมพันธ์กับคนอื่น งาน สภาพแวดล้อม หรือกระแสสังคม

การประหยัดเงิน การหาเงิน การเก็บเงิน การดูแลเงิน การทำให้เงินงอกเงย และการใช้เงิน สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่มีความรู้สึก ความคิด ความสัมพันธ์กับคนอื่น งาน สภาพแวดล้อม

และกระแสสังคมเข้ามาเกี่ยวข้องทั้งสิ้น หากคุณคิดเรื่องเงินโดยที่เข้าใจว่ามีอะไรมาเกี่ยวข้องบ้าง คุณก็จะมีเงินเพิ่มขึ้นทีละนิด **จริงอยู่ว่าเงินเป็นสิ่งที่น่ากลัวหากใช้ไม่ถูกวิธี แต่ในทางกลับกันเงินก็เป็นสิ่งที่ช่วยเพิ่มโอกาสและสร้างความสุขให้กับเราได้ด้วย** ผมจึงอยากให้คุณเรียนรู้เรื่องการใช้เงินเอาไว้

ทั้งนี้ผมได้เขียนอธิบายเรื่องเงินในหลากหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นความรู้สึก ความคิด ความสัมพันธ์กับคนอื่น งาน สภาพแวดล้อม กระแสสังคม หรือนิสัย เพื่อให้ผู้อ่านทุกคนได้มีชีวิตที่มั่นคงตามความต้องการ โดยคุณจะเริ่มอ่านจากบทที่สนใจหรือบทที่น่าจะมีวิธีแก้ปัญหาของคุณก่อนก็ได้

ผมได้แนะนำพฤติกรรมที่อยากให้คุณทำเป็นนิสัยเอาไว้ในคอลัมน์ “WORK” ตรงส่วนท้ายของแต่ละหัวข้อ เมื่อได้สัมผัสกับมุมมองต่าง ๆ แล้วปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ชีวิตของคุณก็จะเปลี่ยนไปอย่างแน่นอน

ผมหวังเป็นอย่างยิ่งว่า คุณจะได้ใช้เวลาไปกับสิ่งที่ชอบจริง ๆ มากขึ้น และหาเงินเพิ่มขึ้นได้ด้วยความสบายใจ

จุดประสงค์ที่ผมเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาไม่ใช่การทำให้คุณมีความมั่งคั่งทางการเงินโดยเร็วที่สุด แต่เป็นการใช้ชีวิตอย่าง **พิถีพิถันด้วยกลยุทธ์ระยะยาว เพื่อให้มีอิสระทั้งด้านจิตใจ เวลา และการเงิน**

ยิ่งรีบก็ยิ่งร้อนรนจนทำให้จิตใจห่อเหี่ยว ซึ่งคนส่วนใหญ่มักหลงอยู่ในวังวนนี้ การมีเงินเยอะขึ้นไม่ได้หมายความว่าจะมี

ความสุขเสมอไป ต่อให้มีรายได้ 10 ล้านบาทต่อปีหรือมีทรัพย์สิน
หลายสิบล้านเยน แต่บางคนก็ยังรู้สึกห่อเหี่ยวอยู่ดี

**ความสุขที่แท้จริงไม่ได้อยู่ที่ “ตัวเงิน” แต่อยู่กับสิ่ง
รอบตัวคุณ คนที่ร่ำล้อมคุณ คนที่คอยสนับสนุนคุณ และ
ตัวคุณเอง** การจะตระหนักถึงความสุขที่แท้จริงได้นั้น คุณแค่ใช้
ชีวิตอย่างอิสระและผ่อนคลายก็พอ นี่แหละคือวิธีทำให้เงินงอกเงย
ในแบบชาวมินิมอลลิสต์ที่มีของน้อยชิ้น

เอาละ จากนั้นไปผมจะขอแนะนำเส้นทางที่ผมก้าวเดินมา
จนถึงตอนนี้นะครับ

หากคุณอ่านแล้วรู้สึกอยากทำตามคำแนะนำในหนังสือเล่มนี้
ก็ขอให้ลงมือทำทันที ผมรับรองว่าวันคืนที่สนุกสนานกว่าตอนนี้จะ
รอคุณอยู่อย่างแน่นอน

มินิมอลลิสต์ ทาเครุ

SAMPLE



“วิธีใช้ชีวิตโดยไม่ถูกเงิน
ครอบงำ” ที่เรียนรู้จาก
ความล้มเหลวและ
ความผิดพลาด

SAMPLE

ในบทที่ 1 ผมจะขอเล่าเกี่ยวกับความล้มเหลวและความผิดพลาดเรื่องเงินที่ผมเคยประสบ และสิ่งที่ผมได้เรียนรู้จากมันในช่วงระยะเวลา 7 ปีตั้งแต่เริ่มทำงานตอนอายุ 23 ปีจนกระทั่งมีอิสรภาพทางการเงินตอนอายุ 30 ปี เพราะผมเชื่อว่าหลาย ๆ คนเองก็น่าจะเจอปัญหาแบบเดียวกับผมเช่นกัน

ผมเขียนบทนี้ขึ้นมาโดยสมมติเอาว่าถ้าอยู่ในเหตุการณ์เดียวกัน ตัวผมในปัจจุบันจะคิดและให้คำแนะนำกับตัวผมในอดีตอย่างไร หากคุณอยู่ใน “สถานการณ์ที่คล้าย ๆ กัน” ก็ลองนำไปปรับใช้ดูนะครับ

การทิ้งสิ่งของช่วยให้ได้เปิดมุมมองใหม่ ๆ

ในช่วงวัย 20 ต้น ๆ ผมเคยทำงานบริษัทมาด้วยกันทั้งหมด 3 แห่ง โดยงานหลัก ๆ จะเป็นงานฝ่ายขายของโรงเรียนกวดวิชา ทั่วๆไป บางครั้งก็ต้องไปสอนเด็กประถมกับเด็กมัธยมต้นด้วย ผมได้เงินเดือนประมาณ 200,000 บาท ซึ่งคิดเป็นปีละประมาณ 2.5 ล้านบาท ด้วยความที่อยากเปิดบริษัทเป็นของตัวเองในสักวัน สมัยนั้นผมเลยมีความตั้งใจที่จะทำงานหาเงินอย่างเต็มที่

สำหรับงานขายแล้วยอดขายคือสิ่งสำคัญ ผมต้องทำงานอย่างหนักเพื่อทำยอดขายได้ตามเป้า เล่นเอาารู้สึกเหนื่อยจนหมดแรงอยู่ทุกวัน ยิ่งถูกลูกค้าปฏิเสธบ่อยๆ เข้า จิตใจของผมก็ยิ่งอ่อนล้า และเพราะมีโรคประจำตัวอยู่เป็นทุนเดิม พออยู่ในสถานการณ์

แบบนั้น ร่างกายของผมจึงทรุดหนักจนต้องไปโรงพยาบาล
อย่างน้อยเดือนละครั้งเพื่อตรวจรักษาและให้น้ำเกลือ

ผมไม่เพียงแต่ต้องจ่ายค่ารักษาพยาบาล ทว่ายังต้องจ่าย
ค่าอาหารในราคาแพงด้วยเพราะไม่ได้ทำอาหารกินเอง ด้วยความที่
อยากนอนพักผ่อนให้มากขึ้น ผมจึงซื้อข้าวในซูเปอร์มาร์เกต
หรือข้าวกล่องของร้านสะดวกซื้อมากิน และบางทีก็ออกไปกินข้าว
นอกบ้านเพื่อประหยัดเวลา ถ้าเงินจะร่อยหรอลงในพริบตาก็ไม่ใช่
เรื่องแปลกเลยครับ

สำหรับตัวผมในตอนนั้น การมีสุขภาพดีไปพร้อมกับการมี
เงินเก็บก็เหมือนกับความฝันลม ๆ แล้ง ๆ ผมทำงานหนักติดต่อกัน
หลายชั่วโมงทุกวัน กินแต่อาหารจานด่วน กลับบ้านไปก็นอน
พอตื่นเช้ามาก็รีบออกไปทำงานทันที ไม่มีเวลาวางแผนการใช้เงิน
หรือคิดเรื่องประหยัดอะไรทั้งนั้น ความต้องการที่จะหาเงินทำให้
ผมเอาแต่ทำงานจนไม่สนใจเรื่องอื่น ๆ เรียกได้ว่าความโหดร้าย
ของสังคมและความลำบากในการทำงานล้วนแตกต่างจากสมัยเรียน
ลิบลับ ผมอดคิดไม่ได้เลยว่าทำไมการหาเงินและการเก็บเงินถึง
เป็นเรื่องยากขนาดนี้

กระทั่งวันหนึ่งผมนึกขึ้นได้ว่า ในเมื่ออยู่ที่ไหนก็ต้องทำงาน
หนัก ถ้าอย่างนั้นเลือกย้ายไปทำงานที่ที่ได้เงินเดือนเยอะขึ้นดีกว่า
ผมจึงพยายามเปลี่ยนงานถึง 2 ครั้ง แต่ไม่ว่าจะเป็นงานไหนผมก็
ลาออกตั้งแต่วางทำงานได้ไม่ถึงครึ่งปี เป็นเหตุให้ต้องควักเงินเก็บ
ออกมาใช้จนหมดเกลี้ยง และต้องเอาแต่คิดเรื่องเงินอยู่ตลอดเวลา
นี่แหละครับชีวิตในช่วงวัย 20 ของผม

สิ่งที่ผมได้เรียนรู้จากประสบการณ์นี้คือ **นอกจากความสามารถในการทำงานแล้ว เรายังต้องเพิ่มความรู้และทักษะเรื่องเงินด้วย** ไม่อย่างนั้นก็จะผิดพลาดแบบเดิมซ้ำแล้วซ้ำเล่า การทำทุกอย่างเหมือนเดิมทุกวันหรือการลาออกไม่ได้ช่วยให้เงินงอกเงยขึ้นมาหรอก มีแต่จะทำให้ชีวิตถูกงานและเงินครอบงำเท่านั้น

ตอนที่ไม่มีเงินและร่างกายอ่อนล้า ผมไม่สามารถตื่นเช้าขึ้นมาอย่างสดใสได้เลย ทั้งรู้สึกซึมเศร้าและหมดไฟในการทำงาน บางวันผมถึงขั้นแกล้งป่วยเพื่ออู้งานเลยทีเดียว

ด้วยเหตุนี้ ผมจึงหันมาอ่านหนังสือแนวพัฒนาตนเองหรือแนวธุรกิจ เพราะคิดว่าจะช่วยปลุกใจตัวเองได้บ้าง แต่ไม่ว่าจะเป็นประโยชน์ให้กำลังใจที่บอกว่า “จงทำเรื่องที่คุณรักที่ชอบจากใจจริง” “จงใช้ชีวิตแบบไม่ต้องพยายามมากเกินไป” หรือประโยคที่สร้างความฮึกเหิมอย่าง “จงพยายามอย่างสุดชีวิต” ก็ไม่สามารถช่วยปลุกใจผมในตอนนั้นได้

แม้ผมจะอยากทำเรื่องที่ชอบ แต่การใช้ชีวิตให้อยู่รอดเป็นเรื่องที่ต้องมาก่อน หากไม่พยายามเงินก็จะหมด แล้วชีวิตคงยิ่งลำบากกว่าเดิม ตอนนั้นผมทำได้เพียงพยายามเท่าที่ตัวเองไหว

ผมถามตัวเองทุกวันว่า “จะเอาอย่างไรกับชีวิตต่อไปดี!” แต่ก็ยังไม่มีคำตอบ นั่นเลยทำให้ชีวิตของผมต้องลำบากอยู่พักใหญ่ ทว่าแม้ผมจะไม่เลิกงาน ใช้ชีวิตแบบอึดคั๊ด และทำงานหนักแทบตาย แต่ผลที่ได้กลับเป็นการไม่ยอมทำงาน การไม่มีเงินเก็บ

และการไม่มีแรงใจที่จะเปลี่ยนแปลงอะไรสักอย่าง บางทีชีวิต
คนเรานั้นก็โหดร้ายแบบนี้แหละครับ

**ไม่ว่าจะคิดอย่างไรก็หาคำตอบของเรื่องที่ยากรู้ไม่ได้
สักที และทำอะไรไม่ได้เลยสักอย่าง คุณกำลังกลุ้มใจแบบ
เดียวกับตัวผมในอดีตอยู่หรือเปล่าครับ**

ถ้าให้ผมแนะนำตัวเองในตอนนั้นสักอย่าง ผมคงบอกว่า
“ก่อนจะเริ่มทำอะไร ให้นึกถึง ‘การทิ้ง’ หรือ ‘การลด’
เอาไว้”

สาเหตุหนึ่งที่ทำให้คนส่วนใหญ่รู้สึกหมดหนทางเป็นเพราะ
แบกทุกอย่างเอาไว้มากเกินไป คุณชอบมองหาเรื่องใหม่ ๆ ทำเพิ่ม
หรือเปล่า หากคุณทำหลายอย่างไปพร้อม ๆ กัน มันจะเกิน
ขีดความสามารถของตัวเอง สุดท้ายคุณก็จะทำอะไรไม่ได้เลย
สักอย่าง ถ้าไม่ทิ้งบางอย่างไปหรือลดอะไรสักอย่างลงบ้าง คุณจะ
ไม่มีแรงกายแรงใจหลงเหลือมากพอที่จะใช้ความคิดสร้างสรรค์หรือ
ทำงานให้สำเร็จ ลองทิ้งหรือลดบางอย่างดูแล้วคุณจะรู้สึกโล่งขึ้น
ครับ

**ต่อให้ไม่มีเงินมากมายอะไร แต่ถ้ามีเวลาและแรงใจ
มากพอ ไม่ว่าใครก็สามารถเริ่มเปลี่ยนแปลงบางสิ่งได้ อาจ
กล่าวได้ว่า คนที่สามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตได้ก็คือคนที่ทำให้
ตัวเองมีเวลาและแรงใจเหลือเพื่อยุ่สมอนั่นเอง ซึ่งการจะทำ
แบบนั้นได้ คุณจำเป็นต้องทิ้งหรือลดบางสิ่ง ไม่ว่าสิ่งนั้นจะเป็น
งาน งานบ้าน ความสัมพันธ์กับคนอื่น ความฟุ้งเฟ้อ สิ่งของ**

หรือนิสัยก็ตาม จำไว้ให้ตึนะครับว่า ก่อนจะเริ่มทำอะไร ให้นึกถึง “การทิ้ง” หรือ “การลด” เอาไว้เป็นอันดับแรก

WORK



- ▶ ใช้เวลา 5 นาทีสำรวจดูว่าในบรรดาสิ่งรอบตัวหรือสิ่งที่คุณกำลังแบกอยู่ตอนนี้ มีอะไรที่สามารถทิ้งหรือลดลงได้บ้าง ถ้ามีก็ให้ลองโยนทิ้งหรือลดลงดู

ยิ่งอยากได้เงิน เงินยิ่งหนีหาย

หลังเข้าทำงานในบริษัทที่ 2 ได้ไม่นาน ผมก็พยายามเสาะหาวิธีเพิ่มรายรับจนได้พบกับงานแอฟฟิเลต ซึ่งเป็นงานแนะนำสินค้าหรือบริการผ่านช่องทางออนไลน์ โดยเราจะได้รับค่าตอบแทนก็ต่อเมื่อมีคนกดซื้อสินค้าหรือสมัครใช้บริการผ่านลิงก์ที่เราแนะนำไว้

ผมมุ่งมั่นว่า “จะหาเงินจากงานแอฟฟิเลตให้ได้” จึงยอมจ่ายเงินเพื่อลงเรียนเกี่ยวกับเทคนิคการขายไปประมาณ 300,000 เยน ผมลองทำงานนี้เป็นเวลา 3 เดือน โดยใช้เวลาที่อยู่นอกเหนือจากตอนทำงานหลัก ผลลัพธ์คือทำเงินไม่ได้เลยสักเยนเดียว แต่ถึงอย่างนั้นผมก็ยังไม่เะใจ เพราะคิดว่าถ้ามันหาเงินได้ง่ายขนาดนั้น