

۶ تکنیک عملی و فوری برای رهایی از بدهی

**6 immediate practical techniques
for getting out of debt**

اثری از آیدین احمدنژاد



از تو دوست عزیزم

صمیمانه سپاسگزارم!

سپاسگزارم که این کتاب الکترونیک را دانلود کرده اید.

این کتاب، به عنوان هدیه تقدیم شما شده است.

اگر تمایل داری میتونی این کتاب ارزشمند رو حداقل برای ۳ نفر از دوستانت که فکر می کنی این کتاب می

تونه تحولی بزرگ رو در اونها ایجاد کنه، ارسال کنی.

با آرزوی روزهای بدون بدهی و جیب های پر پول برای شما دوست عزیز،

آیدین احمدنژاد

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۴.....	مقدمه
۵.....	قدم اول: چه چیزی که باعث شده به بدهی روی بیاری؟
۵.....	بدهی های الزامی
۷.....	بدهی های غیر الزامی
۹.....	قدم دوم : انکار نکن
۱۱.....	قدم سوم: یه برنامه تهیه کنی
۱۳.....	قدم چهارم: اون مبلغی رو که واقعاً می تونی، پرداز. نه بیشتر نه کمتر
۱۴.....	قدم پنجم: بدهی جدیدی به بدهی هات اضافه نکن
۱۶.....	قدم ششم: بودجه بندی کن
۱۸.....	نتیجه گیری

مقدمه

بیا باهاتش مواجه شو، گاهی بدهی می تونه برات فلج کننده باشه. به عنوان بخشی از زندگی روزمره تبدیل شده.

از خواب بیدار می شی و ایمیلتو چک می کنی و می بینی که نامه ای درباره ی پرداختی های عقب افتاده اومده ، تلفنی از یه فرد ناشناس جواب می دی و اون شخص، کارگزار وصول طلبه. مانده ی اعتبار کارت رو اینترنتی چک می کنی تا فقط بفهمی که چقدر تو این چاله ای که افتادی، فرو رفتی.

این موضوع تبدیل شده به یه امر پذیرفته شده ی زندگی توی فرهنگمون، اما نکته ی جالب اینجاست که نباید اینجوری باشه. تو می تونی بدون داشتن بدهی، زندگی کنی، اما بیشتر ما نمیدونیم چجوری و یا نمیدونیم اصلا گزینه ی زندگی بدون بدهی، وجود داره.

همین حالا بهت می گم که مطمئن باشی می تونی بدون بدهی زندگی کنی و این گزارش به بهت نشون میده که چجوری میشه این کارو کرد.

حالا تصور کن که دیگه مدام از زنگ زدن و پیگیری کردن و اذیت کردن کارگزاران وصول طلب نگران نیستی و نمیترسی. تصور کن که هر روز ایمیلتو چک می کنی و فقط نامه هایی از عزیزانتو می خونی. تصور کن که به جای ترس، با لبخند به کارت اعتباریت نگاه می کنی.

تمام اینها واقعیه و میشه که اتفاق بیفته. تو فقط باید بدهی هاتو کنترل کنی. اگرچه این کار ممکنه مدتی طول بکشه که بخوای بدهی هاتو پرداخت کنی، اما حتی کنترل بدهیت باعث می شه که احساس آرامش داشته باشی و کمک می کنه که بتونی اعتبارتو نبالا ببری.

می دونم که شاید اینها دست نیافتی به نظر بیان، اما به من اعتماد کن، بعد از شنیدن این گزارش یاد میگیری که برای اینکه دوباره بتونی زندگیتو کنترل کنی، باید چه کاری انجام بدی.

از شنیدن این گزارش لذت ببری و یادت باشه که اگه از چیزی که شنیدی، خوشتر اومد،

[حتما به این لینک سر بزن و توی خبرنامه ما عضو شو و مطالب مرتبط بیشتری در این زمینه](#)

[دریافت کن.](#)

قدم اول: چه چیزی که باعث شده به بدهی روی بیاری؟

این می‌تونه برای خیلی از افراد، قدم سختی باشه. سخته که با تصمیمی که قبلاً گرفتی کنار بیایی، به ویژه حالا که اون تصمیمات، تو رو تو وضعیت ناخوشایندی قرار دادن.

زمانی که برای اولین بار متوجه وضعیت وخیم بدهیم شدم، یادمه و آخرین کاری که می‌خواستم انجام بدم، این بود که دلیلشو پیدا کنم.

اولش می‌خواستم فقط سَرَمو زیر یه پوشش پنهان کنم و الکی امیدوار باشم که بدهیم به صورت سحرآمیز و معجزه آسایی از بین میره، و آخرین چیزی که به ذهنم خطور کرد، این سوال بود که چرا من بدهکار شدم و چه چیزی منو به اینجا کشوند.

در واقع دو نوع بدهی وجود داره که عمدتاً افراد گرفتارش میشن: بدهی‌های الزامی و بدهی‌های غیر الزامی. خوب اینا چه فرقی با هم دارن؟ بیا به هر دوی اونا یه نگاهی بندازیم.

بدهی‌های الزامی

بعضی از بدهی‌ها هستن که لازمن و هیچ کاریش نمیشه کرد. البته این یه مسئله‌ی شخصیه. اما من شخصاً اعتقاد دارم که بعضی از بدهی‌ها هستن که برای رسیدن به جایگاهی که توی زندگی می‌خوای، باید اونا رو قبول کنی.

همچنین بعضی از بدهی‌ها هستن که به هیچ وجه نمی‌تونن حذفشون کنی. حالا بیا ببینیم از کدوم‌ها می‌شه اجتناب کرد و از کدوم‌ها نمی‌شه.

یه مثال از همیشه حذفش کنی، بدهی درمانیه. اگه بیمه داری، پس خیلی عالیه. شما بیمه شدی و این می‌تونه به کاهش این بدهی کمک کنه. اگه هم بیمه نداری، پس قبض‌های درمانیت نسبتاً سریع انباشته میشن، مخصوصاً اگه وضعیت وخیمی داشته باشی.

مثلاً فرض کنیم توی تصادف ماشین، پات می‌شکنه. نرفتن به بخش اورژانس اصلاً امکان نداره. باید بری تا درمان بشی. در واقع راه دیگه‌ای وجود نداره.

اگه قبلاً فکرتو کرده بودی و خودتو بیمه می کردی، عالی می شد و حالا مبلغ قبضت کم تر بود. از حرف من اشتباه برداشت نکن، در اون صورت هم یه قبض داری و ممکنه که رو زیر بارِ قرض بیره، اما می تونی با داشتن بیمه، بدهیتو کمتر کنی و اینجوری می تونی سریعتر پرداختش کنی. اگه بیمه نداشته باشی، می تونه برات پر دردسرتتر باشه. میبینی که یه چیز ساده می تونه تو رو از پرداخت هزاران تومان نجات بده، هزاران تومانی که اصلاً نمیشه و نمی تونی پرداختش نکنی. فقط به خاطر اینکه وضعیتی اورژانسی داشتی.

یه راه آسون برای کاهش این نوع از بدهی وجود داره و اون بیمه کردن خودته. اما با این حال پرداخت ماهیانه ی حق بیمه، برای بعضی از ما می تونه سخت و دشوار باشه.

اگه بدون هیچ بدهی درمانی زندگی می کنی، آفرین! شما جزو اقلیت خیلی کوچکی هستی. برای اکثر افراد، بدهی درمانی، جزئی از زندگیه و یه مثال ساده برای اون بخش از بدهی هاست که همیشه ازشون اجتناب کرد.

حالا بیا یه نگاهی به نوع دیگه ای از بدهی های الزامی بندازیم که این نوع از بدهی ها، اختیاریه. می دونم که الزامی و اختیاری با هم تناقض دارن، پس بذار توضیح بدم. وقتی می گم الزامی منظورم اینه که برای مواقع اورژانسی و یا برای رسیدن به موقعیتی که توی زندگی می خوای، حتما باید پرداختش کنی.

می تونی بدون تلاش در جهت اهداف، هم زندگی کنی. اما اینجوری خوشحال نیستی و استاندارد کلی زندگیت به شدت لطمه می بینه. می تونی انتخاب کنی که اینطوری زندگی کنی، اما این زندگی اونی نیست که می خوای و خوشحالت نمیکنه.

برای خارج شدن از این نوع زندگی، باید بعضی از بدهی های الزامی و مشخص رو بپذیری، مثل وام تحصیلی و یا وام شغلی. این بدهی ها حتی اگه با ریسک بالایی هم همراه باشن، سرانجام به بهت کمک می کنه تا توی زندگی پیشرفت کنی.

اونا برای اینکه تو به جلو پیش بری، لازمن و بدون گرفتن این بدهی ها، در حقیقت نمی تونی طوری که می خوای زندگی کنی.

مطمئناً این بدهی‌ها رو میشه کنار گذاشت، چون به اندازه‌ی بدهی‌های اورژانسی الزام‌آور نیستن، اما هنوز هم مسئله‌ای هستن که اکثر مردم توی برنامه‌ی زندگیشون قرارشون می‌دن.

برای مثال رفتن به دانشگاه، جزء جدایی‌ناپذیر زندگی اکثر مردم و برای رشد فکریشون و پیدا کردن شغل، کاملاً الزامیه.

با ثبت نام توی دانشگاه، بدهی‌های بزرگی به وجود میاد که بعضی از اونا غیر قابل پرداخت به نظر می‌رسن که بعداً بیشتر بهش می‌پردازیم. اما هنوز هم افراد می‌دونن که برای پیشرفت توی زندگیشون باید این بدهی‌ها رو قبول کنن، پس اونا این بدهی‌ها رو به امید اینکه سرانجام زندگی بهتری رو براشون به وجود بیاره، انتخاب می‌کنن.

بنابراین بدهی‌هایی که به بدست آوردن سلامتیت و پیشرفت عمومی زندگیت کمک می‌کنن، بدهی‌های الزامی به حساب میان، و این بدهی‌ها معمولاً اجتناب‌ناپذیرن. پذیرفتن این بدهی‌ها اشتباه نیست، اما مثل هر بدهی‌ی برای پرداخت کردنشون نیاز به زمان و برنامه‌ریزی داری.

بدهی‌های غیر الزامی

بدهی‌های غیرالزامی، اون دسته از بدهی‌های بیهوده‌ای هستن که خیلی از افراد به دامشون می‌افتن. بدهی کارت اعتباری و حتی به رهن گذاشتن، در زمان خودشون شاید به نظر لازم و ضروری بیان، اما معمولاً با برنامه‌ریزی صحیح، یا شه ازشون اجتناب کرد و یا به درستی مدیریتشون کرد.

بیا به نگاهی به هر دوی اونا بیاندازیم.

اول از همه، داشتن کارت اعتباری به شرط اونکه ازش عاقلانه استفاده بشه، اصلاً کار اشتباهی نیست. کارت‌های اعتباری باید برای مواقع اورژانسی باشن، نه برای خریدهای غیرالزامی. اونا حتماً می‌تونن به اعتبار مالی بیشتر تو کمک کنن، اما اگه هر ماه، قسط اونا رو پرداخت نکنی، نه فقط به اعتبارت لطمه می‌زنن، بلکه باعث می‌شن بدهی‌ها افزایش پیدا کنه. بدهی کارت اعتباری نسبت به بدهی‌های دیگه، اجتناب پذیرتره و بدهی است که خیلی از افراد گرفتارش میشن. قرار گرفتن توی وضعیتی که به آدم بگن هر چی می‌خواین، می‌تونین همین الان به جا دریافت

کنین، می تونه خیلی وسوسه‌انگیز باشه و سخت میشه ازش گذشت، اما این در نهایت فقط و فقط یه تله‌ست.

وقتی که شما قسط‌های کارت اعتباریتو به موقع پرداخت می‌کنی، شرکت‌های کارت‌های اعتباری، سود زیادی بدست نمیارن. اونا منتظرن تا اشتباه کنی تا بتونن از اشتباهاتت به نفع خودشون استفاده کنن و این معامله رو به معامله‌ی پر سودی برای خودشون تبدیل کنن.

نوع دیگه‌ای از بدهی که می‌خوام در موردش صحبت کنم، بدهی رهنیه. مطمئناً، خیلی از ما دلمون می‌خواد وقتی داریم ازدواج می‌کنیم، یه خونه از خودمون داشته باشیم. اما این یادت باشه تا زمانی که هنوز از نظر مالی کاملاً آماده نیستی، باید این خواسته رو فراموش کنی.

بله، خرید خونه می‌تونه خیلی خوب و فوق‌العاده باشه، اما اگه شما از نظر مالی آماده نباشی، چیزی جز غم و درد و نگرانی برات به ارمغان نمیاره.

شاید اگه درآمدت افزایش پیدا کنه، بتونی از عهده‌ی رهن کردن خونه بر بیایی، اما اگه هنوز این اتفاق نیفتاده، اجاره کردن یه آپارتمان می‌تونه راه بهتری باشه. همیشه برای خرید خونه وقت هست، فقط باید مطمئن بشی که داری به موقع و توی یه زمان مناسب این کارو انجام میدی.

قدم دوم : انکار نکن

حالا که با انواع بدهی آشنا شدیم، باید یاد بگیری که چطوری می‌تونی تمام این بدهی‌ها رو مدیریت کنی.

ظاهراً آسون‌ترین راه اینه که مثل یه لاکپشت عمل کنی و به درون لاکِ خودت بری. می‌تونی این کارها رو انجام بدی: دور ریختن نامه‌ها، جواب ندادن به تلفن‌ها، نگاه نکردن به مانده حسابت و صحبت نکردن در مورد بدهیت. البته ممکنه که این راهکارها اون اول به نظر مفید بیان، اما مطمئن باش این ضرب‌المثل که "از دل برود هر آنکه از دیده برفت" در مورد قبض‌های پرداختی و بدهی‌ها اصلاً کارساز نیست.

انکار کردن قبض‌ها در اکثر مواقع، اوضاع را برای شما وخیم‌تر میکنه. اگه قبض‌ها و بدهی‌هاتونو نادیده بگیرین، باید با دسته‌ی دیگه از مشکلات دست و پنجه نرم کنین. مشکلاتی که بیشترشون حتی بدتر از نادیده گرفتن قبض‌هاتون هستن.

اول از همه، اگه قبض‌هاتو انکار کنی، اعتبارت از بین میره و دیگه باید با تمام چیزایی که دوستشون داشتی، مثل خرید یه ماشین خوب، اجاره‌ی یه آپارتمان دلخواه یا درخواست یه کارت اعتباری خداحافظی کنی.

زندگی ما شدیداً وابسته به میزان اعتبارمونه و یه نمره‌ی اعتباری پایین می‌تونه موقعیت‌های خوب زیادی رو از ما بگیره.

ممکنه نادیده گرفتن قبض‌ها باعث بشه مشکلات دیگه‌ای برات به وجود بیاد و توی جایگاه بدی قرار بگیری. اگه تلفن‌های آزار دهنده در تمام ساعات روز رو دوست داری، خوب، پس قبض‌هاتو انکار کن. و در غیر این صورت، چاره‌ی دیگه‌ای نداری و باید به قبض‌ها توجه کنی. در نهایت هم به خاطر علاقه‌ای که ممکنه به پرداخت یه قبض مشخص داشته باشی، انکار قبض‌ها می‌تونه میزان بدهیت رو بالاتر ببره.

شاید پرداخت کمترین هزینه از بین بدهی‌ها به نظر کار خوبی بیاد، اما ممکنه برات هزاران و یا حتی میلیونها تومان آب بخوره.

تو یه فرد بالغ هستی و روبرو شدن با مشکلات هم بخشی از بلوغه. این ماجرا ممکنه مثل روبرو شدن با یه شیر وحشی باشه، اما مطمئن باش فرار تو، آسیب‌های بیشتری بهت میزنه.

بهترین کاری که می‌تونی بکنی اینه که دندوناتو به هم بسائی، یه نفس عمیق بکشی و قبضت رو باز کنی. کی می‌دونه؟ ممکنه به اون بدی هم که فکر می‌کنی، نباشه. تنها راه همینه. تو باید از مبلغ بدهیت باخبر باشی تا اون وقت بتونی برای پرداختش برنامه‌ریزی کنی. تو که نمیتونی فقط براساس حدس و گمان، دست به کار بشی.

پس با آگاهی به قدم بعدی بری و آماده‌ی انجام تغییراتی باشی که لازم و ضرورین تا بتونی زندگیتو به حالت عادی برگردونی.

اگه تمام تلاشتو بکنی، اما قدم اولو درست برنداری، تمام قدمهای بعدیت بی‌فایده‌ست و نمیتونی کارتو پیش ببری. پس قدم اولو هیچ وقت فراموش نکن. باید کاملاً از همه چیز با تمام جزئیات آگاهی و شناخت داشته باشی، در غیر اینصورت شکست می‌خوری، چون انگار داری با یه سایه مبارزه می‌کنی.

قدم سوم: یه برنامه عملی تهیه کن

وقتی که از میزان بدهی هات باخبر میشی، اولش جووری خودتو می بازی که انگار دنیا به آخر رسیده. به مبلغ کل نگاه می کنی و این برات خیلی ترسناکه. برای اینکه از دست بدهی ها خلاص بشی، باید کوچکشون کنی و برای این کار نیازه که یه برنامه ی عملی داشته باشی.

همونطور که قبلاً گفتم، نشستن و منتظر موندن هیچ کمکی بهت نمی کنه و به جای اون تو باید گزینه های انتخابیتو بررسی کنی.

برای اینکه برنامه ی عملی داشته باشی، باید به سه نکته توجه کنی:

۱- کلاً چقدر بدهی داری

۲- چقدرشو الان می تونی پرداخت کنی

۳- چه زمانی طول می کشه تا بتونی مقداریشو کم کنی.

اینکه چقدر بدهکار هستی، بخش آسونیه. برای فهمیدنشم فقط نیازه که یه جدول از تمام قبضهات درست کنی. بهترین کار اینه که اون قبضه هایی که مدت زمان زیادی از تاریخ سررسیدشون گذشته رو انتخاب کنی و هرچه سریع تر برای پرداختشون برنامه ریزی و اقدام کنی. بعد یه جدول دیگه از بقیه ی بدهی های بزرگت درست کنی.

حالا باید ببینی که چه مبلغی از این بدهی ها رو همین الان می تونی پرداخت کنی. این کار درست و هوشمندانه ایه.... واضحه که باید همه ی قبضه اتو پرداخت کنی.... اما مهمتر از اون، اینه که، همین حالا چقدر می تونی برای کم کردن بدهی هات پرداخت کنی.

برای این کار بهتره با طلبکارانت تماس بگیری تا بتونی یه برنامه ای برای پرداختت درست کنی تا به تو اجازه بده میزانی که می تونی، بپردازی و اینکه بفهمی چه مدت زمانی طول می کشه تا بازپرداختش کنی.

با این کار، مبلغی رو که هر ماه باید برای پرداختِ بدهیت کنار بذاری، مشخص میکنی. و اینطوری چون از قبل همه چیز روشن و واضحه، دیگه مبلغ قسط ماهیانه و یا مدت زمان پرداخت بدهی، واست عجیب و غریب نیست.

وقتی از قبل از همه چیز باخبری و براش برنامه‌ریزی می‌کنی، اضطرابت کاهش پیدا می‌کنه و با آرامش بیشتری با بدهی‌هات مواجه میشی.

این برنامه با توجه به میزان بدهیت، نیاز به گذشت زمان و تلاش زیاد داره.

باید وقت بذاری تا بفهمی که چه کاری باید انجام بدی و بدهی‌هات واقعاً چقدرن.

میزان اهمیت هر کدام از بدهی‌ها و همینطور تاریخ سررسید شونو باید بدونی. بعضی از بدهی‌ها ضروری‌تر از بقیه هستن، پس مطمئن باش که اونا رو براساس اولویتِ پرداخت، مرتب کردی.

به محض اینکه برای پرداختت برنامه‌ریزی کردی، دست به کار شو. با طلبکارا تماس بگیر و همه‌ی نکاتی که تک تک اونا می‌گن رو یادداشت کن.

بعضی اوقات طلبکارا ممکنه دچار اشتباه بشن و فراموش کنن که رسیدِ پرداختی تو رو برات بفرستن یا از مبلغِ بدهیت کم کنن، اما شما که نمی‌خوای که به خاطر اشتباهِ اونا تو دردسر بیفتی، پس با دقت تک تک بدهی‌هاتو یادداشت کن و مراقب باش که بین مبلغی که بستانکارانت می‌گن و مبلغی که در صورت‌های مالی توست، هیچ تناقض و مغایرتی وجود نداشته باشه.

این برنامه‌ریزی به تو کمک می‌کنه تا ذهنت آزاد بشه. همچنین، پرداخت کردنِ بدهی‌هات باعث میشه که احساس مفید بودن داشته باشی.

قدم چهارم: اون مبلغی رو که واقعاً می تونی، پرداز. نه بیشتر نه کمتر

اینکه فقط برنامه ریزی کنی، کافی نیست. تو باید شروع کنی به پرداخت بدهی هات.

این خیلی خوبه که تصمیم گرفتی بدهی هاتو کاهش بدی، اما اگه بیشتر از اون چیزی که باید پرداخت بشه، پرداخت کنی، به زودی در پایان ماه کم میاری و به مشکل برمی خوری. این موضوع باعث می شه که به دلیل برنامه ریزی ضعیف و مدیریت هزینه ی نادرست، بدهی جدیدی به بدهی هات اضافه بشه.

به بستن کارانت درست و دقیق بگو که چقدر توان پرداخت داری تا اونا بتونن یه برنامه ی پرداختی متناسب با درآمدت ایجاد کنن.

به این حرف اعتماد کن، اونا می خوان که پولشون هر چه سریع تر بهشون برگرده و اگه تو ورشکست بشی، دیگه اصلاً نمی تونی هیچ پولی بهشون پرداز. پس یه کم پول بهتر از هیچیه.

به اونا عدد و رقم اشتباه نگو. تلاش کن تا هر مبلغی رو که واقعاً می تونی، پرداز. اینکه یه کم پول اضافی داشته باشی، به نظر خوب میاد. اما باور کن که تو فقط داری با این کارت، امری غیر قابل اجتناب و ترسناک رو به تأخیر میندازی، ممکنه با این مبلغ پولی که از طلبکارانت پنهانش کردی، بتونی چیزای خوبی به دست بیاری، اما یادت باشه که این به معنی بدهی های بیشتره.

پس کمترین مقدار برای پرداخت کافی نیست. مطمئن باش که، میزانی که واقعاً می تونی پرداخت می کنی نه میزانی که می خوای.

بله. خیلی خوب می شه اگه هیچ پولی رو پرداخت نمیکردی، اما شما وام گرفتی و در واقع این مبلغ رو بدهکاری. پس عادلانه ست که اونو پس بدی.

بنابراین باید محدودیت هاتو بشناسی و مطمئن بشی که برنامه ی پرداختت براساس همون محدودیت ها تنظیم شده.

قدم پنجم: بدهی جدیدی به بدهی هات اضافه نکن

یکی از بهترین کارهایی که می تونی در زمان غرق شدن کشتیت انجام بدی، اینه که دیگه آب بیشتری به کشتی در حال غرق شدن اضافه نکنی. می دونم که ممکنه به پول وابسته شده باشی، مخصوصاً وقتی که داری برای کم کردن بدهی هات تلاش می کنی، اما راه حلش این نیست که خودتو بیشتر توی چاه فرو ببری.

به وجود آوردن بدهی جدید، بدترین کار ممکنیه که تو زمان بدهکاری می تونی انجام بدی، پس تا می تونی از این کار دوری کن.

ممکنه که باز پرداخت بدهی هات از طریق قرض گرفتن و خرید اعتباری، به نظر فکر خوبی بیاد، اما با این کارت فقط و فقط داری پول جا به جا می کنی. و این کار هیچ تاثیری توی کم کردن بدهی هات نداره.

بدهی با پرداخت کردنش از طریق یه اعتبار یا بدهی جدید از بین نمیره.

خیلی مهمه که در زمانی که بدهکار هستی، بدهی دیگه ای رو به بدهی هات اضافه نکنی. خیلی از افراد مرتکب این اشتباه میشن. از یه کارت اعتباری تا انتها استفاده می کنن و راه حلشون گرفتن یه کارت اعتباری جدیده.

تموم شدن اعتبار کارت فقط و فقط نشونه ی اینه که شما بیشتر از درآمدت خرج می کنی. مخصوصاً وقتی که در حال خرید لباس های جدید، تنقلات و چیزهایی هستی که لازمشون نداری.

البته شاید فکر کنی چیزایی که داری می خری، خیلی مهمن. اما واقعاً باید در مورد اینکه دقیقاً به چه چیزی احتیاج داری و چقدر میتونی خرج کنی، فکر کن. داشتن هزینه هایی بیشتر از درآمدت، در قدم اول تو رو توی دردسر میندازه و باعث میشه کم کم زیر بار سنگین هزینه ها کمر خم کنی.

از گرفتن کارت‌های جدید اعتباری دست بردار و به بدهی‌هایی که الان داری، فکر کن. اگه زمانی تونستی تمام بدهی‌ها تو پرداخت کنی، اونوقت می‌تونی در مورد دریافت کارت اعتباری جدید فکر کنی و تصمیم بگیری.

بهترین کار اینه که به قدم سوم برگردی و روی برنامه‌ی بهتری کار کنی و بدهی‌ها تو پرداخت کنی تا اینکه بتونی اعتبار بیشتری به دست بیاری.

همچنین باید مطمئن بشی از اینکه آیا روشهای جدید با بودجه‌ی شما سازگار هستن یا نه. این مورد رو در قدم بعدی بررسی می‌کنیم.

مسئله‌ی مهمی که باید در نظر داشته باشی اینه که چه بدهکار باشی چه نباشی، بهتره که از به وجود اومدن بدهی‌های جدید جلوگیری کنی.

البته بعضی از بدهی‌ها مثل وام تحصیلی، همونطور که قبلاً گفتی، ممکنه برای پیشرفت شما لازم باشه. اما انواع دیگه‌ی بدهی مثل بدهی کارت اعتباری، نه تنها باعث پیشرفت نمیشه، بلکه تو را به جایی که بودی، برمیگردونه.

پس باید قبل از اینکه به بدهی‌ها اضافه کنی، کاملاً در جریان میزان بدهکاریت باشی و اینکه اگه واقعاً نیاز داری که به بدهی اضافه کنی، مطمئن بشی که فقط و فقط برای یه موقعیت اورژانسی داری این کارو می‌کنی.

نه برای یه کار غیرضروری مثل خرید کالای لوکسی که ممکنه خیلی هم بهش نیاز نداشته باشی.

قدم ششم: بودجه بندی کن

آخرین قدم برای کمک به تو برای خلاص شدن از دست بدهی‌ها، بودجه بندیه.

بودجه‌بندی می‌تونه به تو هم برای از نو شروع کردن و هم برای مطمئن شدن از اینکه بعداً توی همون تله نیفتی، کمک کنه.

با داشتن یه بودجه بندی درست، دقیقاً می‌دونی چقدر درآمد داری، چقدر هزینه. این موضوع هم به تو برای غلبه بر بدهی‌ها کمک می‌کنه و هم به بی‌نیاز شدن تو برای ایجاد بدهی جدید در آینده.

هزینه‌هایی هستن که می‌خوای براشون بودجه تعیین کنی. مثل: قبض‌ها، خرید مواد غذایی، بازپرداخت بدهی و مواقع اورژانسی. باید مطمئن باشی از اینکه بودجه‌بندیت دقیق تنظیم شده و همه جانبه‌ست تا بتونی براساس اون عمل کنی.

اگه متاهل هستی، بودجه‌بندیت یه کمی پیچیده‌تر میشه. ممکنه بخوای همون طور که برای کل خانواده ذخیره مالی داری، برای نیازهای تک‌تک اعضا هم مبلغی رو پس‌انداز کنی. ممکنه با توجه به این مسائل نیاز باشه که بیشتر کار کنی. اما این مقطعیه. زمانی که بدهی‌هاتو پرداخت کنی، دیگه خیالت راحت میشه.

البته بهتره بعد از پرداخت تمام بدهی‌هات، مبلغی رو به عنوان پس‌انداز، توی بودجه‌بندیت مشخص کنی. پس‌انداز در آینده می‌تونه در زمانی که توی بحران هستی یا به جای بدهی برای خریدهای بزرگ مورد استفاده قرار بگیره.

به جای اینکه به کارت اعتباریت اضافه کنی و بعداً پرداختش کنی، می‌تونی پس‌انداز کنی و هر وسیله‌ای رو نقد بخری. این موضوع باعث می‌شه تا برای چیزایی که دوست داری پول پرداخت کنی و برای پیشرفت، مبارزه کنی.

پس‌انداز می‌تونه در مواقع اضطراری بهت کمک کنه. همیشه باید پول کافی برای پرداخت قبض-هات حداقل برای چند ماه (۶ ماه) کنار بذاری، البته فقط برای مواردی که، ضروری می‌شه. قبل از اینکه برای خرید تلویزیون جدید یا جت اسکی پول کنار بذاری، به این فکر کن که به قول قدیمیا به اندازی کافی پول کنار گذاشتی یا نه.

به محض اینکه به اندازه کافی برای مایحتاج و مواقع ضروری پس انداز کردی، می‌تونی در مورد سرمایه‌گذاری فکر کنی.

همونطوریکه قبلاً گفتم می‌تونی برای پس انداز هم بودجه‌بندی کنی و به جای اینکه پولتو توی یه حساب بانکی واریز کنی، می‌تونی حساب‌هایی با مبالغ کمتر باز کنی و برای موارد مشخص پس انداز کنی.

اگه شما شغل آزاد داری، یکی از این بخش‌ها که همیشه برات حساب بانکی باز کنی، می‌تونه مالیات یا موارد اورژانسی باشه. این بهت کمک میکنه تا از مقدار پولی که برای هر بخش از هزینه‌ها در اختیار داری، با خبر باشی.

پس وقت بذار و بودجه‌بندی کن و همه چیزو از قبل برنامه‌ریزی کن، این بهت برای شروعی دوباره و دور موندن از ایجاد بدهی در آینده کمک می‌کنه.

نتیجه گیری

بدهکاری، مثل بودن توی شنزاره. به نظر میرسه هر چقدر بیشتر تقلا می کنی، بیشتر فرو میری. خوشبختانه با پیروی از این شش قدم عالی، تو می تونی خودتو خیلی زودتر از چیزی که فکر می کنی، از چاه بدهی ها بیرون بکشی.

مطمئن باش از اینکه، می دونی چه چیزی تو رو در قدم اول نگه داشته، و نمیداره حرکت کنی، پس بدهیتو انکار نکن، یه برنامه ی عملی درست کن، هر چقدر می تونی بپرداز، بدهی جدید ایجاد نکن و بودجه بندی کن. اگه این کارها رو مو به مو انجام بده، می تونی دوباره بلند شی، می تونی خودتو ثابت کنی و می تونی برای تمام چیزهایی که می خوای بخری، پس انداز کنی. متشکرم از اینکه با من همراه بودی.

صرفاً دونستن این مطالب کافی نیست و باید در این مسیر اقدام کنی تا انتظار پیشرفت هم داشته باشی.

اولین قدمت رو با مطالعه این کتاب برداشتی، حالا برای برداشتن گام دومت کافیه که به این تکنیک ها عمل کنی و سعی کنی خودتو از بدهی، بیرون بکشی. بعد از این کار نوبت به گام سومه. حالا که برای خروج از بدهی هات برنامه داری، نوبت به این می رسه که برای کسب درآمد برنامه ریزی کنی تا بتونی هر چه بیشتر از زندگی خودت لذت ببری. برای اینکار بهت پیشنهاد می کنم کتاب "[فرمول جادویی کسب ثروت در خانه](#)" رو مطالعه کنی و در این مسیر یک گام دیگر جلوتر ببری.

[جهت دریافت رایگان این کتاب، می تونی اینجا کلیک کنی.](#)