

## 如何控制我的「消費」

### 「消費」是一種習慣

如果你的花錢的情況尤如火燒銀紙一樣迅速，那到底你是如何管理你的消費，使你既能在這刻買自己需要的東西，又能為將來的所需用的有所積存呢？

要改變我們的消費習慣，我們必須先理解習慣是如何被塑造出來，再認識能夠改變消費行為的方法。但首要的，是我們需要確認一個事實：消費所帶來那一迅間的滿足感並不能幫助我們達到財政目標；反之，一個理想的消費習慣或許不能帶給我們多少即時的暢快，卻能助我們達到財政上的目標。

### 如何改變我們的習慣？

*路加福音 16:11 倘若你們在不義的錢財上不忠心，誰還把那真實的錢財託付你們呢？*我們必須學習如何管理神所交托我們的各樣微小的事情—就如金錢。我深信若願意實行以下指引，將能改變我們的消費習慣。

1. **落實自我約束，將一切消費讓神來掌管。**當我們如此行的時候，我們只是神庫房的管理者，而我們將會從是否能討神喜悅這點來考慮各項的消費決定。在神的嚮導下，我們就能廢棄一些消費壞習慣。我們需要學習認清那些驅使我們身處消費處境中的誘因，才能避免常常落入消費的圈套。我們可以給自己一個限定的時間購物，寫下購物的計劃，在購物前先準備購物清單並且忠實地依據清單辦事。減少行街購物的次數，禁止自己在肚餓或情緒低落的情況下購物。
2. 一個人消費的程度往往視乎他對物質的渴求，正因這緣故，**我們必須在神的指引下，好好地管理金錢**，而非轉過來被金錢限制我們所做的事情。要掌管我們的消費，必須衡量好每月在不範圍所需用的金錢，作出一個能付諸實行的預算。正因預算背後的價值是讓我們能為未來已知和不可知的各樣開支有所準備，故此，我們必須委身於那個預算中。對於一些在收入與支出上難以

平衡的人，我相信他們必須減少某些支出，從實際角度來審視每項支出項目，找出可以再作調整的地方。預算就是金錢計劃。有了它，我們就能組織和管理我們的經濟來源，建立並實踐目標，為家庭的最大益處預早作出金錢上的準備。所以每項消費應在預算的大前提下考慮和決定。盡量避免任何不在預算中的消費意慾，尤其是那些需要以信用咭來繳付的消費就更應小心提防。

3. **我們需要在特定的時段中為著我們所作的消費向別的個體負責。** *傳道書 4:9-10 兩個人總比一個人好，因為二人勞碌同得美好的果效。若是跌倒，這人可以扶起他的同伴；若是孤身跌倒，沒有別人扶起他來，這人就冇禍了。* 在責任制底下，人的消費習慣往往會變得更為謹慎，傾向「先看看，遲點才買」的一種態度。因此，在購買前，先仔細選購，並學習拒絕。保留一切支出紀錄，並與你所負責任的一方分享和商量。
4. **建立一個購物清單。** 當你想買一樣不在預算中的物品時，就把它加在這清單上，等待七天，同時在同類型產品中多找兩個價格作比較，以確定若購買時也能用更好的價錢購得，最後當一星期已過去，我們亦為此項消費好好考慮過，而且也幾乎確定能以最好的價錢買得，我們還要忍耐一點，只許自己在清單上選擇一項，若在同一星期內有許多想買的東西就在當中選擇一樣好了。

減輕債務的最佳方法就是「建立一個有紀律的消費習慣」。這包括減去一切緊急應變的債源：信用咭、各式各樣的借貸途徑。願意立志並委身於不再負債。許多人在債務的事情上重蹈覆轍，我通常建議人將所撤銷所有信用咭，不作任何現金提款或家庭借貸。如此，他們就能建構一個穩定而能控制消費的財務預算。

#### 參考書目：

1. Larry Burkett, Counselor Self-Study Course, vol. 2, Christian Financial

- Concepts, 1999, p. A-4.
2. Larry Burkett, Counselor Self-Study Course, vol. 2, Christian Financial Concepts, 1999, p. A-5.
  3. [www.nccc.org/Business/devel.spend.plan.html](http://www.nccc.org/Business/devel.spend.plan.html)
  4. [www.tuliptreepress.com/why.htm](http://www.tuliptreepress.com/why.htm)
  5. [www.tuliptreespress.com/why.htm](http://www.tuliptreespress.com/why.htm)
  6. Larry Burkett, The Complete Guide to Managing Your Money, Inspirational Press, 1996, p. 113

註：本文譯自 <http://www.brooklandbaptist.org/howtocontrolspending.htm>