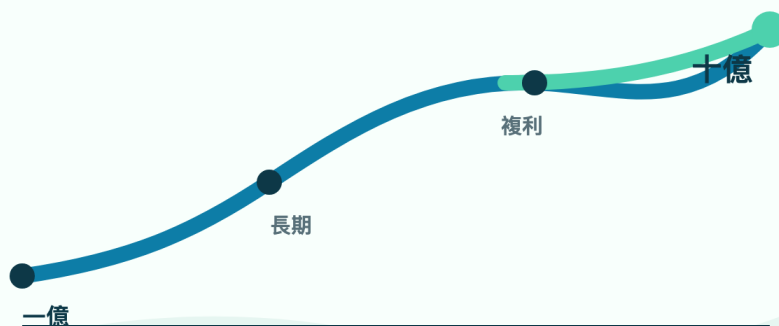


CLEC

投資理財頻道

理財聖經

CLEC 版
價值十億元的投資講座



富有是天賦，快樂是人權

只投資指數基金 · 任何時間買都對 · 永遠不賣

納斯達克 100 · 紀律配置 · 長期傳承

CLEC James

2026 年電子化排版 · v3.4.1 修訂

理財聖經

CLEC 版 · 價值十億元的投資講座

富有是天賦，快樂是人權

Table of Contents

理財聖經	7
CLEC 版：價值十億元的投資講座（v3.4.1）	7
序言	8
金科玉律篇	13
1. 富有是天賦	13
2. 快樂是人權	17
3. 跳出老鼠籠	20
理財鐵律一：只投資指數基金	28
4. 200 年的鐵證	28
5. 為什麼是納斯達克 100	31
6. 我們不是巴菲特	36
理財鐵律二：任何時間買都對，任何時間賣都錯	38
7. 隨時買，不要等	38
8. 不賣才是師傅	40
9. 任何高點未來都是低點	41
理財鐵律三：崩盤是你最好的朋友	43
10. 年輕人應該祈禱崩盤	43
11. 模擬最壞情況	44
12. 6 尺高的人與 2 尺深的水	48
理財鐵律四：善用質押，遠離保證金	50
13. 質押：永遠不賣也能花錢	50
14. 保證金交易是毒藥	55
15. 永遠不繳資本利得稅	57
理財鐵律五：遠離噪音與詐騙	59
16. 不要聽專家的	59
17. 不要買的東西	63
18. 警惕詐騙	68
理財鐵律六：物質與精神的平衡	69
19. 物質能量與精神能量	69

20. 賺錢是為了什麼	74
理財鐵律七：複利與時間的魔法	75
21. 每月 283 美元的億萬之路.....	75
22. 退休需要多少錢	78
23. 愈早開始愈好.....	82
理財鐵律八：順勢而為	84
24. 轉型利益：財富來自趨勢	84
25. 與人類科技共存亡.....	85
26. 433/442/613 資產配置.....	86
理財終極篇：傳承與使命	89
27. 免費賺最多	89
28. 教育下一代	90
29. 即刻行動.....	92
附錄一：複利計算參考表	94
附錄二：退休規劃藍圖	94
附錄三：全球納斯達克 100 指數基金一覽.....	95
附錄四：CLEC 投資哲學速查卡.....	96

理財聖經

CLEC 版：價值十億元的投資講座（v3.4.1）

作者：CLEC James

源講座：《2026 年投資第一堂課·價值十億元的投資講座》（CLEC 投資理財頻道）

- 第一章 影片 00694 · 2026/5/5 · YouTube: <https://youtu.be/UQJhULjHzR4>
- 第二章 影片 00695 · 2026/5/6 · YouTube: <https://youtu.be/XpPkNPiA2dA>
- 第三章 影片 00696 · 2026/5/7 · YouTube: <https://youtu.be/kdOpZUir48l>

延伸來源：2023/12/29 線上四小時講座（舊名“價值一億元的投資講座”）

電子化排版：2026 年（v3.4.1 修訂）

過去十多年裡 CLEC 的“價值一億元投資講座”已經培養出一批資產超過一億元的學員，再用“一億”作標題已經偏保守。2026 年起正式更名為“價值十億元的投資講座”。希望幾年之後可以再升級為“價值百億元”乃至“價值萬億元”。**核心宣言不會變：富有是天賦，快樂是人權。**

免責宣告：此份檔案僅供學術研究與投資教育探討，嚴禁其他商用行為。投資有風險，入市需謹慎。市場可能下跌 70% 以上，請在投資之前做好最壞情況的模擬與準備。本書不構成任何投資建議，所有投資決策請讀者自行負責。

序言



圖1：從“價值一億元”到“價值十億元”——同一條複利曲線，更高的視窗而已。

一億到十億：這本書的入場券

這本《理財聖經 CLEC 版》（v3.4.1）脫胎於 2026 年起開播的《2026 年投資第一堂課·價值十億元的投資講座》——它的前身，是過去十多年裡我們每年一度的“價值一億元的投資講座”。

為什麼要從“一億”改成“十億”？跟隨 CLEC 一路走過來的學員，資產已經超過一億元的人數並不少見，再用“一億”作標題反而顯得過時與保守。十億不是為了譁眾取寵，而是為了更誠實地反映這本書所能帶你抵達的高度。複利從來不是線性的——同樣的方法，時間放足，結果就是從億級變百億級、從百億級變萬億級。希望幾年之後，可以再升級為“價值百億元”乃至“價值萬億元”——**等大家都已經有十幾億了，我就開“價值 100 億元”的下一本書**。覺得我們是瘋子的人，不必勉強留下；可是哪天你某個角落突然想清楚，你心裡會知道——瘋的不是我們，是被勞工教育馴化了一輩子、卻始終捨不得伸手去拿那個本來屬於自己的“富有天賦”的人。但**核心宣言不會變化，也永遠不會變化**：

富有是天賦，快樂是人權。

入場券：如果你不認同自己值得擁有十億元以上的資產，請你現在就關掉這本書——因為你自己都認為你不可能富有，那你就不能富有。富有是天賦，但**只有認為自己可以富有的人才會真的富有**。這句話不是文字遊戲，它是這本書所有方法、紀律、配置、傳承背後唯一的前提。如果你過了這一關，那麼我們就可以正式開始。

作者自我介紹

讓我先做一下自我介紹。我是 James，CLEC 投資理財頻道的創辦人。科技業出身，大半個職業生涯在宏碁度過，最後從宏碁美國的多媒體事業群主管位置上退休。今天你電腦裡所有多媒體子系統、Microsoft Multimedia One 的標準，最早就是我設計的；今天你的手機和電腦可以“立即開機、APP 還在原狀”，這背後那項 Hibernate（休眠/即時喚醒）的專利也是我的。**我四十二歲退休**，免費教投資到現在已經二十二、二十三個年頭。這二十多年裡我什麼事情都不用做——單單是退休前已經投資好的那些指數基金，每天的複利就比我所有的勞動收入加在一起還要多。**我退休越久，資產越多**。所以今天，我想我有資格站在這裡跟你聊投資的底層邏輯。

99.999% 的人都是勞工

這本書要講的事情其實只有一句話：**這世界上，99.999% 的人都是勞工**。

不要覺得我在唱衰你。勞工不是一個貶義詞——勞工只是一種處境。這種處境的特徵是：你必須用勞力和時間去換錢，你的現金流來自於僱主，你不工作就沒有收入。在這個定義下，律師、會計師、醫師、工程師、總經理，只要還得為五斗米折腰，就都還在勞工的範疇裡。哪怕你做到臺積電的資深副總，只要你不曾投資，你的財富就停在你的薪水上——而薪水永遠只是真正富有者總資產裡的一個零頭。我自己也是這樣：我這一輩子從工作上賺到的所有薪水加起來，跟我從投資上賺到的錢比起來，連零頭都算不上。這跟巴菲特的

故事是一樣的——他 50 歲以前的資產只佔他今天總資產的 1%；99% 都是 50 歲之後由資本本身賺來的。

資本主義這個制度，本身已經把通往富有的路設計好了。它就擺在每個人眼前，公平、公正、公開。可是幾乎沒有人懂得拿走它給你的禮物——因為整個學校教育、家庭教育、社會教育，從一開始就是為了把你訓練成一個合格的勞工，而不是一個合格的資本家。資本家不需要被訓練，只需要被**告知**。這本書所做的事情，就是告知。

AI 正規化轉移：未來只剩兩種人

我必須把一件事講在最前面——它太嚴重了，嚴重到不能像普通章節那樣平淡地介紹。

人類歷史上經歷過幾次產品級的正規化轉移：智慧手機取代了有線電話、平板取代了 CRT 螢幕、數位相機取代了底片、CD 取代了黑膠。這幾次轉移雖然讓一整批公司歸零（柯達、愛迪生留聲機、CRT 廠、有線電話機廠），但它們都有一個共同特徵——**產品消失了，人還在**。做底片的工人轉去做數位攝影后期、做 CRT 的工程師轉去做 LCD 模組——人本身不會被消滅，只是換一行飯碗。

但我們 2026 年正面對的這一次正規化轉移不一樣。**人工智慧這一次的正規化轉移，是把整個人類的工種都取代掉**。不是某個產品消失，是從事這個產品對應的“那個人”本身被取代。客服、初級程式設計師、初級律師、放射科醫生、設計師、文案、初級會計、卡車司機——這些在過去會被認為“AI 替代不了”的位置，正在以肉眼可見的速度一個接一個被攻陷。

這意味著，往後世界上只會剩下兩種人：

- **極端富有的那一群（CLEC 這條道路上的 0.001%）**：財富不靠勞動，靠的是手上一直沒賣、且有充足時間視窗的納指 100 指數基金所代表的——那個替全人類做 AI 這件事的科技公司池子。AI 越發達，他們的資產增值速度越快——因為他們持有的就是 AI 本身。
- **極端貧窮的那一群（剩下的 99.999%）**：勞動不再值錢，因為 AI 比他們便宜、比他們快、比他們準。這一群人只會越來越多——最終很多國家可能要靠政府發“無條件基本收入”過日子，而那筆錢本身也是從前面那 0.001% 的資本利得稅裡出的。

沒有中間。這就是為什麼這本書每一章都在反覆勸你儘早開始、絕不分散到 SPY/VT、絕不賣出。這不是危言聳聽——這是 2026 年正在發生的事實，也是我把這門課從“價值一億”升級到“價值十億”、再準備升級到“價值百億”的真正原因：**未來財富分佈的尾巴會拉得比你想象的還長**。你今天在尾巴的哪一端，決定了你和下一代將來過的是哪一種生活。

黃培源《理財聖經》的精神傳承

1996 年，黃培源先生出版了他的《理財聖經》。那是一個臺灣經濟蓬勃發展、民間資金充沛的年代——人們形容那個時期是“臺灣錢淹腳目”。在那樣的背景下，黃培源先生提出

了幾個在當時堪稱石破天驚的觀念：投資理財可以致富，儲蓄等於浪費資源，股票要“隨便買、隨時買、不要賣”。這些論斷在當年引發了巨大的討論和爭議，但近三十年過去了，時間證明了他的遠見。

我之所以選擇以《理財聖經》的體例來重新整理 CLEC 的投資哲學，是因為兩者之間存在著深刻的精神傳承。黃培源先生所揭示的核心真理——長期、紀律、複利——與我們 CLEC 二十多年來所堅持的理念高度一致。所不同的是，我們在這個基礎上做了三個關鍵的聚焦：

第一，我們把“隨便買”聚焦到了一個標的——納斯達克 100 指數基金。它代表著人類最頂尖的一百家科技企業，是整個科技文明的縮影。

第二，我們把“不要賣”從一個建議升格為一條鐵律。“永遠不賣”不是一個建議，而是一個不可動搖的原則。我們把納斯達克 100 指數基金視為不動產，像地主對待土地一樣——世世代代，絕不轉手。

第三，我們把“理財可以致富”從一種可能變成了一種信仰。這不是盲目的信仰，而是建立在兩百年股市資料、嚴密的數學推導和親身實踐之上的理性信仰。當你看到美國股市兩百年增長了兩千七百七十四萬倍、任何一個二十年的持有周期都沒有出現過虧損，你會意識到長期投資不是一種賭博，而是一種確定性。

CLEC 是一個非營利投資教育組織。我們不收學費，不推薦產品，不從任何金融機構獲取佣金。我們唯一的目的，是幫助更多人覺醒——覺醒到一個被資本主義體系刻意遮蔽的事實：**每一個人都有權利富有，而且致富的方法遠比想象中簡單。**

CLEC 投資哲學的三大核心

整本書的體系建立在三條核心原則上，所有 30 節的內容都是這三條的展開：

一、只投資納斯達克 100 指數基金——專注在代表人類最頂尖科技的指數上，不追逐個股與短期熱點。在美國是 QQQ，在臺灣是 00662，在全球各主要市場都有對應的投資工具。選擇最好的，然後心無旁騖。

二、紀律與配置——透過 433、442、613 等資產配置方式，根據個人的年齡、收入和風險承受能力，合理分配核心投資倉位與現金安全墊。配置的目的不是追求更高回報，而是確保你在任何市場環境中都有足夠的安全緩衝，能夠安然度過最極端的下跌週期、不會被迫在低點賣出。

三、長期與傳承——堅持長期投資、永遠不賣，把投資從一種短期行為轉化為一種代際傳承的家族資產與人生哲學。讓複利的力量為你的子女、孫輩乃至更遠的後代持續創造價值。

這三條簡單到任何一本被動投資的入門書都講過類似的話。它們的難，從來不在“知道”，而在“相信”——相信到市場跌去 70% 你也能安然入睡，相信到身邊所有人都在恐慌拋售

時你依然巍然不動，相信到你願意把這一輩子的財富全部押在這一句話上：“富有是天賦，快樂是人權”。

這本書不回答的問題

有一句話非常硬，但你必須把它刻在腦子裡：“投資不是懂越多越好。”在 CLEC 的體系裡，有些問題是被故意排除在外的——因為你問這些問題本身就是在錯路上越跑越遠：

1. 個股 / 我沒提過的標的可以買嗎？
2. 現在該買嗎 / 現在該賣嗎？
3. 什麼時候會跌 / 什麼時候會漲？
4. 還會跌多少 / 還會漲多少？

不要問。這些問題沒有答案，找答案的過程本身就是在浪費你的複利。**有錢就買，打死不賣——是這本書唯一回答的策略。**

關於本書的成書過程

本書的 **v2** 源自 **2023 年 12 月 29 日** 那場跨越太平洋、講了近四個小時的《價值一億元的投資講座》線上討論。當時上百位來自世界各地的朋友聚在 Clubhouse 的線上房間裡，把那一晚的逐字稿整理成書，就是 v2。

現在你手上的這一版，基於 **2026 年起開播的《2026 年投資第一堂課·價值十億元的投資講座》** 三次講座的內容做了重大更新——把“價值一億元”升級為“價值十億元”，把 AI 正規化轉移、火車頭比喻、萬億人生表、不要任何債、退休提領率分級配置、現金是空氣、QQQI 高股息等新論點系統性地織入主體，並把 v2 裡聽眾互動 / 學員姓名等講座現場痕跡改寫為統一的書面敘述。每一次新的講座釋出，本書都會做增量更新；從 v3.1 到 v3.4.1 是這個增量過程的前五步。

關於工具：這一版的成書過程採用了一套全新的“AI 協同寫作”工作流——

- **文字與影片處理：**使用最新的 **Claude Code** 完成講座影片的下載、自動轉錄、稿件清理、章節重寫、跨章節去重、版本差異審計等所有文本編輯工作。
- **插圖處理：**使用最新的 **OpenAI Codex** 生成本書全部 16 張概念插圖（佃農與地主、老鼠籠、火車頭供應鏈、QQQ 26 年走勢、Apple Card 退傭迴圈、金錢 ↔ 精神能量迴圈、現金即氧氣、辣椒醬配置等）。
- **結果：**讓一本兩千多行的書在兩位作者（人類 + AI）的協作下，能在每一次新的講座釋出後**幾小時內**完成系統性的吸收與重寫——這件事在過去的出版工作流裡是不可想象的。這本身也是 AI 正規化轉移的一個具體註腳：**AI 不是來替代作者，是讓作者能做過去做不到的事。**

v3.4 增量（2026/5/7）以《資產配置：現金是空氣》（影片 00696）為主源，重點擴充套件第 22 節（退休需要多少錢）：把 33× 法則升級為完整的退休提領率分級配置（2% 不

質押 / 3% 不質押 / 2–3% 質押 / >3% QQQI 高股息)；介紹 QQQI 高股息 ETF；§17 現金部位加入中國境內 161115（易方達歲豐添利債券）；§7 新增“單筆 vs 分批”小節；§16 “不要問 list” 增加“辣椒加多少”段；§26 頭部加 cross-reference，說明 433/442/613 是積累期工具、退休期看 §22。

v3.4.1 增量（2026/5/26）做兩處小調整：補入兩張配套插圖——圖 15「現金即氧氣」（落在 §22 “現金是空氣”小節）、圖 16「辣椒醬配置」（落在 §16 “不要問的清單”）；並把 §15 裡的“Buy-Borrow-Die”給出正式中文譯名「買借傳」（首次出現保留英文括註以便對應）。

願每一位翻開這本書的人，都能被告知那個改變命運的事實——

富有，是天賦。

現在，讓我們開始。

CLEC James 2026 年 5 月（v3.4.1 修訂）

金科玉律篇

● 富有是天賦 ● 快樂是人權 ● 跳出老鼠籠

你若入於貧窮，不是你的錯，是整個社會資本主義圈養的結果。覺醒吧——富有是天賦，快樂是人權，跳出老鼠籠，方能活出真正屬於自己的人生。

1. 富有是天賦

有錢是正常的。你若入於貧窮，不是你的錯，是整個社會資本主義圈養的結果。

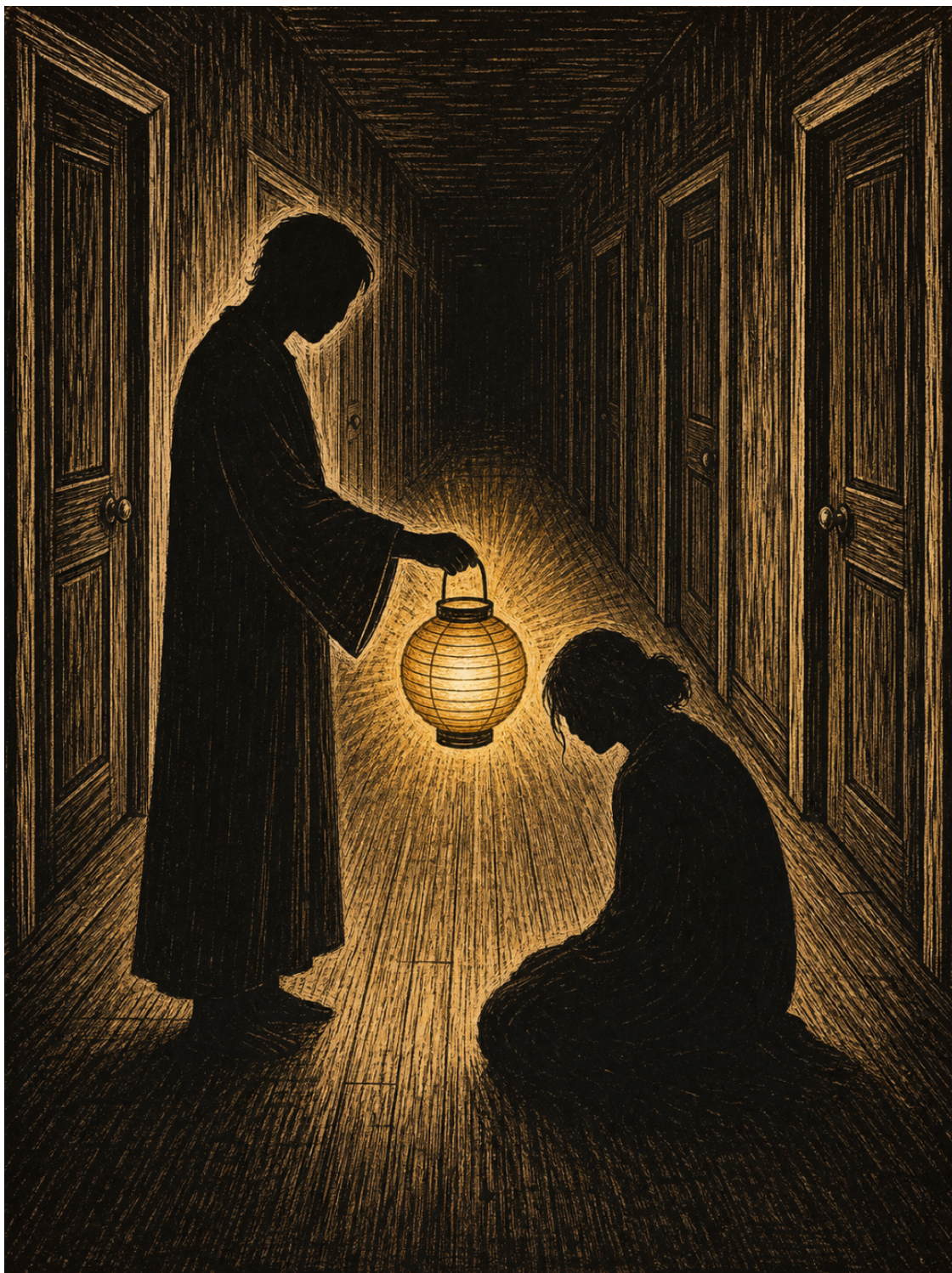


圖13：告知——女性投票權如此，黑人投票權如此，財富的覺醒也如此。

我從小就認為自己會很有錢。這不是盲目的自信，而是一種近乎直覺的認知。七歲那年，父親做互助會，常帶著我去收會錢。一個小孩子，手裡捧著厚厚一疊鈔票，走在回家的路

上，心裡滿是興奮。可父親每次都淡淡地說一句：“這錢都不是我們的。”那句話像一盆冷水，卻也在我幼小的心裡種下了一顆種子——為什麼別人有錢，我們家沒有？

那個年代，我家住在臺北中華路一帶。路邊有家鍋貼店，每天清早就飄出麵皮煎得焦脆的香氣，混著熱豆漿的白霧，在晨光中瀰漫開來。我常常站在店門外，看著玻璃窗裡面的人悠閒地吃鍋貼、喝豆漿、咬水餃，心裡總是納悶：裡面坐的是什麼人？我們一家人在那裡吃一頓，恐怕父親一個月的薪水就沒了，怎麼會有人天天坐在裡面吃？後來我才慢慢理解，那不是吃不吃得起一頓鍋貼的問題，那是階級。我們是勞工，人家是資本家。從那時候起，我在心裡暗暗立下一個志向：我一定會有錢的。

可是，“一定會有錢”這個念頭，從何而來？從小到大，學校沒有教過我們任何關於財富的知識。數學課教加減乘除，社會課教歷史地理，唯獨“錢”這件事，沒有人教。這不是偶然的疏忽，而是一個被精心設計的制度性沉默。

要理解這一點，我們需要回到兩百多年前的工業革命。十八世紀末，蒸汽機的轟鳴聲在英國各地響起，工廠如雨後春筍般拔地而起。資本家們突然面臨一個前所未有的問題：誰來操作這些機器？他們需要大量聽話、守時、服從指令的勞動力。於是，現代學校制度應運而生——不是在英國，而是在普魯士，也就是後來的德國。普魯士率先建立了強制性的公共教育體系，其設計目標並非培養獨立思考的公民，而是訓練合格的產業工人。那時甚至有人專門寫書研究“如何馴化勞工”，認真討論是否應該把工人全部關在工廠裡以提高效率，不讓他們回家。資本家對勞工的定位，從一開始就是“可馴化的生產工具”。

這套制度被迅速複製到全世界。學校教你準時上課、服從紀律、完成指定任務、透過標準化考試——這些品質恰恰是一個合格勞工所需要的全部素養。學校從不教你如何創造財富、理解資本運作、或者建立被動收入。因為如果每個人都懂得這些，工廠裡就找不到人了。資本家需要你窮，你窮才會乖乖工作；金融業需要你無知，你無知才會把血汗錢交給他們去“管理”。這不是什麼陰謀論，而是資本主義體系在數百年運轉中自然形成的結構性壓迫——資本家們也許並非有意為之，但他們的潛意識和利益驅動了這套系統的延續。

所以，幾千年來，勞工的命運幾乎沒有改變。古時候的佃農，天還沒亮就被父親從床上拽起來，兩腳踩在冰冷的稻田裡學耕種，父親說的是：“你不好好學，以後沒有地主願意給你田耕。”如今的父母說的是：“你不好好唸書，以後找不到好工作。”話術換了，本質沒變——都是在訓練下一代的勞工。甚至那些千里迢迢到美國留學的精英，拿了博士學位，進了大公司，本質上仍然是打工。留學回來的和沒留學的，穿的衣服不同，做的事情不同，但身份相同——都是勞工。

這種狀況之所以延續至今，根本原因在於一個詞：告知。或者更準確地說，是“未被告知”。

讓我用一個歷史類比來說明。在人類歷史的漫長歲月中，女性沒有投票權。這不是因為女性天生不配擁有政治權利，而是因為整個社會都在灌輸一種觀念：女人不可以投票。所有人——包括大多數女性自己——都認為這是天經地義的。直到有一天，有人站出來說：女性應該有投票權。這就是“告知”。被告知之後，女性開始覺醒，開始爭取，最終獲得了投

票權。到了今天，你如果說女人不能投票，反而是一件奇怪的事。從“天經地義的剝奪”到“不可思議的荒謬”，中間只隔了一個動作——被告知。

美國黑人的故事也是一樣。在很長一段歷史裡，黑人沒有投票權。如果當時沒有人站出來喚醒黑人的自覺，那一代又一代的黑人就會“以為”自己天生就不該投票，世世代代心安理得地接受這個剝奪。這不是黑人沒能力爭取權利，而是從來沒有人告訴他們：你本來就有這個權利。一旦“告知”這個動作發生，整個秩序才有可能改變。

財富的邏輯完全一樣。從小到大，沒有人告訴你“富有是天賦”。所有人告訴你的都是：好好唸書，好好工作，找個好公司，安穩度日。這些話本身沒有錯，但它遺漏了最關鍵的一件事——你天生就有富有的權利和潛力。這不是一種需要學習的技巧，不是一種需要培訓的技能，而是一種需要被喚醒的天賦。就像投票權不是被“賜予”的，而是本來就屬於每個人的——財富的權利也是如此。你不需要先證明自己“配得上”有錢，你只需要知道自己本來就可以有錢。

更進一步——資本主義這個制度，本身已經把通往富有的路設計好了。它就擺在每個人眼前，公平、公正、公開。每一個人都可以伸手去拿。你不需要去發明什麼、不需要顛覆什麼，你只需要被告知“這條路本來就是你的”，然後照著走就行了。問題是，整套學校教育、家庭教育、社會教育，都不會主動告訴你這件事。所以這本書做的事情，歸根結底就是把“告知”這個動作，從社會忘記做的位置上拿起來，親手交到你手上。

這就是我要做的第一件事：告知你。

你有富有的天賦。你有權利過富足的生活。你沒有錢，不是因為你不夠努力，不是因為你不夠聰明，而是因為你從來沒有被告知你可以有錢。你被圈養在一個精心設計的系統裡，這個系統讓你相信貧窮是正常的、是自己能力不足的結果。但事實恰恰相反——貧窮是社會階級不公的產物，而你從這一刻起，已經被告知了真相。

覺知，就是一切的起點。市面上大多數理財書籍教的是技巧——這樣買、那樣賣、何時進場、何時出場——卻沒有一本書敢保證你一定會賺錢。因為它們從根本上就搞錯了方向。富有不需要技巧，就像人人平等不需要技巧一樣。你只需要覺知——知道自己有這個權利，然後去行使它。這就是天賦的含義：它不從天上掉下來，但它本來就屬於你，只等你伸手去拿。

從今天起，請記住這三句話：有錢是正常的；貧窮不是你的錯；富有是你的天賦。

本節要點

一、學校制度誕生於工業革命之後，其根本目的是為資本家訓練合格的勞工，而非培養獨立思考、懂得創造財富的個體。這套延續了兩百多年的體系，至今仍在無聲地塑造著大多數人的命運。

二、“告知”是覺醒的前提。正如女性投票權的爭取始於“被告知自己有這個權利”，財富的覺醒也始於一個簡單的認知：你天生就有富有的權利和潛力，貧窮不是你的宿命，而是社會結構性不公的產物。

三、富有是天賦，不是技巧。大多數理財書籍執著於教授買賣技術，卻沒有觸及最根本的問題——你是否知道自己有權利富有。覺知即起點，從你知道的這一刻開始，改變就已經發生了。

2. 快樂是人權

消費是一種道德，是一種付出。你花得起的錢要花，不花是不道德的。



圖7：睡到自然醒，慢慢喝一杯咖啡，跟家裡的人坐在一起說話。

有一件事我很早就想通了，但教給別人的時候，卻發現異常困難。教人有錢比較容易，教人快樂比較難，而教人懂得花錢——那是最難的。這三件事看似是遞進的關係，實際上它們缺一不可，共同構成了一個完整的人生。光有錢而不快樂，那是守財奴的悲劇；快樂卻沒有物質基礎，那是短暫且脆弱的幻覺；有錢又快樂卻不懂得花錢，那是一種對自己和他人的辜負。

我先描述一下我自己——一個退休二十多年的資本家——的一天，是什麼樣子。

早上沒有鬧鐘。睡到自然醒，幾點醒就是幾點。起床之後慢慢衝一杯咖啡，找一份健康的早餐，跟配偶坐在陽臺或客廳裡聊聊天。一天裡如果有兩件事要做，我就跟自己說：“那今天就辦一件好了，剩下那件明天再辦。”很多時候我特別享受沒事可做的那段時光——可以喝喝咖啡、陪陪父母聊他們過去的歷史、問問子女最近的夢想是什麼、帶家人出去旅遊、什麼時候想吃什麼就吃什麼。一天可以只做一件事，一週可以只做幾件事。從 2004 年退休至今，我就是這樣過來的，“數錢數到手抽筋”是開玩笑，但真正想要的是這種自在。

請注意，這種生活方式不是因為我比別人懶，也不是因為我不思進取。恰恰相反，這二十多年裡我每天都在工作——免費教投資、回郵件、錄影片、研究市場——但這些工作不是為錢工作，是為服務工作，是為我自己想做的事情工作。這兩種工作是兩種完全不同的能量。一種像是在替別人推磨，一種像是替自己寫詩。資本家的“工作”，是後者。

有人問過我一個問題：“你有煩惱嗎？”我認真想了一下，發現自己真的沒有煩惱。這不是逞強，也不是裝出來的灑脫。道理很簡單：能解決的事情，我去解決它；不能解決的事情，我就放下它。當你把人生的問題做了這樣的分類處理，就沒有什麼東西需要背在身上了。煩惱的本質是什麼？是你把不該背的東西硬往肩上扛，又把該處理的事情往後拖。一旦你想通了這個邏輯，煩惱就消失了。而想通這個邏輯的前提，是你擁有足夠的從容——而從容，往往需要財務自由作為基礎。

快樂是人權，還包括一條很重要的推論：**任何讓你不快樂的人、事、物、關係，你都有權利拒絕。**我們一輩子活在世上，最終都要靠“是否感覺到快樂”來決定一件事值不值得繼續。你的工作讓你不快樂，長期看不到希望、看不到意義，那就是一種錯配；你的人際關係讓你不快樂，長期消耗你而不是滋養你，那也是一種錯配。資本家有底氣拒絕錯配——因為他不缺錢，所以他不需要為了錢去忍受任何關係。我希望讀這本書的人，最後都能擁有這種“拒絕的能力”。這種能力，比任何被動收入都更接近自由的本質。

我想講一個親身經歷的故事。有一次，我帶父母去醫院做心臟導管治療。這是一個不算小的手術，需要在心臟血管裡放入支架，費用不菲。我和家人跟醫生溝通的時候，態度很明確：只要是自費的專案，用最好的材料，不需要考慮價格。這不是炫耀，而是一種身為子女最基本的心安——當你有能力讓父母接受最好的治療，那種踏實感是任何東西都換不來的。

手術結束後，我搭電梯準備離開醫院。電梯門開了，裡面站著一位老伯伯，花白的頭髮，微微駝著背，手裡攥著一部老式手機，正在打電話。電梯空間不大，他的聲音清清楚楚地傳進我耳朵裡。他對電話那頭的兒子說：“這個導管要幾十萬啊……算了，不要做了，不要做了，沒錢，我們就不要做了。”他的語氣裡沒有悲痛，只有一種平靜的認命，好像在討論要不要買一件可有可無的東西，而不是一個可能攸關性命的手術。電梯門關上，緩緩下降，那幾秒鐘的沉默比任何言語都沉重。

我不知道那位老伯伯後來怎麼樣了。但那個畫面在我腦海中烙下了極深的印記。錢可以救命，這不是一句空話。當你的父母躺在病床上，醫生告訴你有更好的治療方案但需要自費數十萬的時候，你有沒有能力毫不猶豫地說“用最好的”——這就是財富最現實、最赤裸的

意義。它不是名牌包，不是豪車，不是朋友圈裡的炫耀資本，它是在關鍵時刻能讓你所愛的人多一個選擇。

所以，當我們談論“快樂是人權”的時候，我們不是在談一種虛無縹緲的精神追求。我們談的是一種非常具體的生存權利：有能力照顧家人的快樂，有餘裕追尋夢想的快樂，有底氣面對意外的快樂。快樂不是在滿足基本生存之後的奢侈品，它是每一個人來到這個世界上就應該擁有的權利。我們不是來吃苦的，我們是來享受人生的。

那麼，你的人生目標是什麼？

這個問題聽起來很大，卻是理財中最核心的問題。你賺錢要做什麼？如果你沒有一個目標，那給你錢做什麼？很多人從小立志當醫生、當工程師、當老師，長大後拼命工作、拼命賺錢，卻早已忘記了自己當初想成為什麼樣的人、想過什麼樣的生活。錢在銀行賬戶裡不斷增長，人生卻在日復一日的重複中不斷萎縮。這不是理財，這是本末倒置。

錢是工具，是用來幫你完成人生使命的工具。一個成功的資本家從不為錢所困，因為他深知錢只是達成目標的手段。你不會被一把錘子困住，你也不應該被金錢困住。可是大多數人的現狀恰恰相反——他們為錢工作，被錢驅使，圍著錢打轉，最終活成了金錢的奴隸，而不是金錢的主人。

我要你認真思考這個問題：如果你有一億美金，你的人生目標會不會不一樣？你的生活會不會不一樣？也許你現在的目標是“退休後到處旅遊”，這當然很好，但實現這個目標也許只需要一百萬美金，用不著一億。那麼當你擁有一億的時候，你是否會產生新的目標？你是否會想到，自己還可以做些更大的事？這不是貪心，這是視野。財富改變的不只是你的銀行存款，它改變的是你看世界的角度，是你對自身潛力的認知邊界。

說到花錢，這裡面有一層許多人沒有想通的道德意義。消費不是自私的行為，消費是一種服務。你今天出去吃一頓飯，花了兩百美金，那家餐廳的營業額就多了兩百美金。廚師、服務員、洗碗工、食材供應商——整個鏈條上的人都因為你的消費而受益。你花錢，讓自己快樂，同時也讓店家快樂，讓店家的員工快樂，讓整個經濟迴圈運轉起來。消費是一種道德，是一種對社會的付出。你花得起的錢就應該花，不花才是不道德的——因為你把本該流動的資源囤積起來，讓整個經濟體系因你的吝嗇而減速。

當然，這裡說的是“花得起的錢”。我並不是鼓勵盲目消費或超出能力範圍的揮霍。我說的是，當你有能力讓自己和家人享受生活的時候，不要因為從小被灌輸的“節儉美德”而剋扣自己。節儉本身沒有錯，但過度節儉到影響生活品質和家人幸福，那就變成了另一種形式的貧窮——精神上的貧窮。很多亞洲人的思維方式是拼命工作、拼命存錢、什麼都捨不得花，一天打三份工，把自己和家人逼得喘不過氣來。這種思維模式本身就是一種被圈養的產物，是資本主義最希望你擁有的心態——因為你越節儉、越拼命，你產出的剩餘價值就越多，資本家的利潤就越豐厚。

我們要的人生不是這樣的。我們要的是：過去沒有遺憾，現在非常快樂，未來充滿希望。要達到這個境界，第一步是認知——知道快樂是你的權利，而不是奢侈品；第二步是行動

——用正確的方式讓錢為你工作，而不是你為錢工作；第三步是享受——懂得花錢、懂得快樂、懂得用財富去完成你真正的人生使命。

本節要點

一、快樂不是滿足生存需求之後的奢侈品，而是每一個人與生俱來的權利。錢在關鍵時刻可以救命，可以讓你所愛的人多一個選擇，這就是財富最現實、最不可替代的意義。

二、錢是完成人生使命的工具，而不是人生的目的。你必須先想清楚自己的人生目標是什麼，然後用財富去實現它。沒有目標的理財，只會讓你變成金錢的奴隸而非主人。

三、消費是一種道德和社會服務。你的每一筆消費都在推動經濟迴圈、惠及他人。花得起的錢就應該花，過度節儉不但是精神上的貧窮，更是被資本主義馴化思維的產物。

3. 跳出老鼠籠

你只要方向對了，成功是早晚的事。方向錯了，你再努力也沒用。



圖2：佃農踩著冰冷的水田，地主在陽臺慢慢喝咖啡——同樣的清晨，兩種人生。

在這個世界上，有兩種人：地主和佃農。

地主是什麼樣子？睡到自然醒，出門收租，順便買些好吃的、好玩的回家。一天下來，輕輕鬆鬆，口袋裡還多了錢。佃農是什麼樣子？天還沒亮、半夜三四點就得爬起來，趕去那幾畝田裡巡水、巡秧、風吹日曬。一年到頭收成的大半要交給地主，留給自己的只夠溫飽。這兩種人之間的差距，不在於誰比誰勤勞——佃農遠比地主勤勞——而在於他們站在經濟

結構中的不同位置。佃農教自己孩子的方式是：“你跟我去田裡學種田，以後才有地主願意請你。”地主教自己孩子的方式是：“你想學什麼就學什麼，錢不是問題，重點是服務社會。”這兩套教育，相隔的不是幾代人，而是整個階級。

幾千年過去了，地主和佃農的稱呼變了，本質沒有變。今天的“地主”叫資本家，今天的“佃農”叫上班族。今天的父母對孩子說的“你不好好唸書以後找不到好工作”，跟兩千年前佃農父親對孩子說的“你不好好學耕田以後沒地主肯請你”，本質上是同一句話——都是在訓練下一代的勞工。資本家每天像星期天，想做什麼就做什麼；上班族每天鬧鐘響，困得要死也得爬起來趕去打卡。有錢人教小孩子說：“你想學什麼就學什麼，喜歡什麼就做什麼，我們家不缺錢，你做什麼都能成功。”窮人教小孩說的是：“畫畫能當飯吃嗎？吹笛子能當飯吃嗎？好好唸書，考個好學校，找個好工作。”教育理念的不同，不是因為有錢人更開明，而是因為他們有底氣。沒有底氣的人，只能把孩子推向下一代勞工的軌道。

我要在這裡把一句最容易被誤解的話說清楚：**這世界上 99.999% 的人都是勞工**。律師、會計師、醫師、工程師、各種“師”，只要你還得為五斗米折腰，你就是勞工。哪怕你做到臺積電的總經理、做到某個大集團的資深副總，只要你不曾投資、你的財富仍然停留在你的薪水上，你就是勞工。這不是貶義。**真正的資本家不是不工作的人，是不為五斗米折腰的人**——你工作不為錢、為服務、為興趣、為人類全體之生活，你就是資本家。你工作只為錢，你就是勞工，哪怕你的薪水多到讓人羨慕。請不要混淆“高薪勞工”和“資本家”——這兩者的差距，比勞工和失業者之間的差距還要大。

那麼，一個普通勞工的人生是怎麼運轉的？讓我來拆解這個“老鼠籠”的運作機制。



圖3：賺錢—繳稅—還貸—消費—再賺錢。一個永遠到不了終點的滾輪。

第一步：賣命工作。你每天把最寶貴的時間和精力賣給老闆，換取一份薪水。你創造的價值中，大部分——也許百分之七十、也許更多——被資本家拿走了。留給你的，只是讓你能活下去、繼續明天來上班的那一小部分。這一份薪水還得支撐你一輩子的房貸、車貸、孩子的學費、父母的醫藥費——壓力大到你幾乎不敢生病、不敢辭職、不敢說一句“不”。所謂的“護國神山”——那些被輿論吹捧成“令人羨慕”的頂級科技公司——其實在內部員工眼中常常更像一座**集中營**：早上鬧鐘響，痛苦地爬起床，老闆兇惡的眼神在腦海裡浮現；進了無塵室就是十幾個小時；下班回到家，孩子已經在補習班，配偶累得不想說話。你看上去賺得不少，但你的身體、你的家庭、你的精神，全都被壓在那座山下。



圖4：山的內部對不工作的人發光、對每天加班的人是無塵的牢籠。

第二步：繳稅給國家。你的薪水還沒焐熱，政府先拿走一塊。這是義務，無可厚非，但你要知道，你繳的稅和資本家繳的稅，在比例和方式上有著天壤之別。勞工的稅是從薪水裡直接扣掉的，無處可逃；資本家有一百種合法的方式來最佳化稅務，實際稅率遠低於你。

第三步：還貸給銀行。房貸、車貸、信用卡分期——現代社會的金融體系精心設計了無數種讓你借錢消費的方式。你買了房子，背上二三十年的房貸，從此被牢牢綁在工作崗位上。你不敢辭職，不敢創業，不敢對老闆說不，因為下個月的房貸還在等著你。房子是一個坑，一個讓你心甘情願跳進去、然後再也爬不出來的坑。你以為你買了資產，其實你買了一副枷鎖。因為你買了房子才會拼命工作，你不買房子就不會那麼擔心有沒有工作，你就敢對不合理的事情說不——而這恰恰是資本家不希望看到的。**所以我要對所有年輕人說一句最具體的忠告：寧願養孩子，也不要養房子。**等你哪天錢多到買房子像買拖鞋一樣輕鬆的時候，你想住什麼樣的豪宅都行；不要把人生最寶貴的二三十年，提前抵押給一棟會漏水會老化的水泥盒子。

第四步：消費剩餘。交完稅、還完貸，你手裡剩下的錢本就不多，再加上日常生活開支，每個月基本所剩無幾。於是你更加賣力工作，希望能多賺一點、存一點。可是每到加薪的時候，你的慾望也跟著升級——換更好的手機、更大的房子、更新的車子——消費隨收入水漲船高，永遠追不上你的慾望。

然後呢？然後你回到第一步，繼續賣命工作。賺錢——繳稅——還貸——消費——再賺錢。日復一日，年復一年，像一隻被關在滾輪裡的老鼠，拼命地跑，以為跑得更快就能到達終點，卻不知道這個滾輪根本沒有終點。你跑得越快，輪子轉得越快；你越努力，陷得越深。這就是“老鼠籠”——一個被精心設計的、讓你永遠無法脫身的迴圈。



圖5：水牛還有寒暑假，勞工沒有。

我有時候會半開玩笑地說：勞工連水牛都不如。水牛雖然每天耕田，但休耕的時候一年至少有兩三個月不用上班；它一輩子吃的草是免費的、住的牛棚是主人提供的、不用繳所得稅、不用還房貸、不用養孩子上補習班。可是勞工呢？三四十年裡，每週七天，每天十幾

個小時，沒有寒暑假、沒有休耕、沒有“主人替我兜底”。所以你認真比一比——你跟一頭牛真的沒什麼兩樣嗎？很可能你比那頭牛還累、還焦慮、還沒自由。這不是看不起人，這是要把整件事情的荒謬講清楚：勞工的處境，不是天經地義的，是被設計出來的。

要理解這種“被設計”，你只需要回頭看看學校制度的源頭。十八世紀末蒸汽機轟鳴之後，資本家面臨一個新問題——誰來操作這些機器？他們需要一群聽話、守時、服從指令的人。於是，“現代學校”在普魯士被髮明出來——它的真正目標不是培養獨立思考的公民，而是把每一個人都訓練成“準時進廠、準時下班、準時吃飯、加班不抱怨”的合格勞工。這套制度被複制到全世界，再隔幾代人之後，它就變成了你、我、和我們的孩子都“不會去質疑”的常識。整個資本主義社會，本質上是一座**楚門的世界**——你以為你在自由地生活、自由地選擇，其實從你出生的那一刻起，劇本就已經寫好了：好好唸書、找份好工作、買房買車、結婚生子、繳稅繳貸款、退休前幾年身體垮掉、退休後沒幾年人就走了。這就是劇本。這就是楚門世界。



圖6：你以為你在自由地選擇，其實劇本已經寫好了。

只要你沒有“被告知”這件事是一個劇本——你就會一輩子認為這就是真實的人生。所以“跳出老鼠籠”的第一步，從來不是技術，是覺知。是認出腳下這條路本來就是一個圓圈，是看見那扇被畫在牆上的“門”。看見了，才有走出去的可能。

讓我給你算一筆帳。一個普通上班族，每年薪水多少？每年加薪多少？存一存，攢一攢，一輩子能攢下多少錢？答案是，如果你完全不投資，只靠勞動收入，你這輩子大概存不到五百萬。五百萬聽起來不少，可是在今天的物價水平下，這筆錢能幹什麼？付一套房的首付都勉強。所以你用勞力賺來的錢，根本不足以支撐你想要的生活。你用時間和生命換來的，只是剛好夠你活著繼續工作的資源——這恰恰印證了老鼠籠的本質。

再來看一個更宏觀的例子。臺積電是全世界最重要的半導體公司之一，它的技術、它的工程師、它的產能，支撐著全球科技產業的運轉。可是臺積電是誰的？表面上，臺積電是一家臺灣公司，在臺灣設廠，僱用臺灣工程師。但如果你仔細看它的股權結構，看它的客戶是誰、利潤流向哪裡，你會發現：臺積電的真正受益者是歐美的資本家。臺灣的工程師們唸了十幾年的書，拿了碩士、博士學位，每天在無塵室裡穿著防護衣工作十幾個小時，創造了巨大的價值——但這些價值的大部分，流向了大洋彼岸的資本持有者手中。臺灣人只是在做勞工，雖然人在臺灣，本質上仍然是在幫歐美打工。這不只是一個人的老鼠籠，這是一整個國家的老鼠籠。當一個國家拼命蓋工廠、拼命培養工程師，卻沒有掌握資本的主導權，那這個國家就是在做全球經濟體系中的佃農。

那麼，怎麼跳出這個老鼠籠？

答案其實很簡單——讓錢去工作，而不是你去工作。這不是說你不需要工作，而是說工作的目的應該改變。你工作不是為了賺取那點薪水，而是為了服務、為了成長、為了實現人生的使命。真正讓你富有的，不是你的勞動，而是你的資本。你每個月哪怕只拿出三百塊來投資，長期下來也可能變成三百萬的退休金。如果你投入一千塊呢？那就是一千萬。而一千萬很快就會成長為一億——這不是天方夜譚，這是複利的力量，是資本主義給你的最佳禮物。

我在 2004 年退休，那一年我四十二歲。但退休之後我沒有停過一天工作。每天早上起來就開始回郵件、幫學生算報表、錄製影片、研究市場。我工作得非常充實，非常快樂——但這些工作沒有讓我賺到一毛錢。我連 YouTube 的營利功能都沒有開通，反而還要花錢買各種工具和服務。可我花得很快樂，因為我的工作不是為了錢，而是為了服務。當你的財務基礎穩固之後，工作就從一種被迫的謀生手段，變成了一種主動的人生選擇。你可以做自己真正想做的事，幫助自己真正想幫助的人，過自己真正想過的生活。

這就是地主和佃農的根本區別。佃農用身體換錢，地主讓錢生錢。佃農被綁在土地上，地主可以自由地行走在天地之間。你要成為哪一種人，取決於你今天做出的選擇。只要方向對了，成功是早晚的事；方向錯了，你再努力也沒用。而正確的方向只有一個：停止用生命換錢，開始讓錢為你工作。

只要你理解了資本主義的運作規則，將你的錢拿去工作，讓錢努力工作、你不需要太努力，你為了服務和生活的目的去工作——那你就已經跳出了老鼠籠，從佃農變成了地主，從勞工變成了資本家。這不需要你有什麼特殊的背景或能力，這隻需要你做出一個決定：我不要再當老鼠了。

本節要點

一、老鼠籠是一個被精心設計的迴圈：賺錢、繳稅、還貸、消費，然後再賺錢。在這個迴圈中，勞工創造的價值大部分被資本家、政府和銀行拿走，留給自己的只夠維持生存並繼

續工作。房貸是最關鍵的枷鎖，它讓你心甘情願地被綁在工作崗位上，不敢反抗、不敢改變。

二、即便是像臺積電這樣的頂尖企業，其本質仍是全球資本結構中的“佃農”——臺灣工程師創造的巨大價值，大部分利潤流向了歐美資本持有者。個人如此，國家亦如此，不掌握資本主導權，就永遠是在幫別人打工。

三、跳出老鼠籠的唯一方法是讓錢替你工作。每個月哪怕只有一小筆投資，透過複利的力量也能成長為可觀的財富。當你不再依賴勞動收入、而是依靠資本收入生活時，你就完成了從佃農到地主的轉變——工作變成了選擇而非被迫，人生從此自由。

理財鐵律一：只投資指數基金

● 200 年的鐵證 ● 為什麼是納斯達克 100 ● 我們不是巴菲特

我們跟美國與人類科技共存亡。

4. 200 年的鐵證

200 年四資產對比

在所有關於投資的爭論中，有一組資料可以終結絕大多數的分歧。這組資料不是某個基金經理的短期戰績，也不是某一年的市場表現，而是整整兩百年的歷史回報。從 1802 年到 2021 年，把同樣的 1 美元投入四種不同資產，結果是：

資產	200 年後的 1 美元	年化報酬
美國股票指數	約 \$27,750,000 （兩千七百七十四萬倍）	8.941%
長期債券	約 \$34,000（三萬四千倍）	5.36%
黃金	約 \$103（僅勉強打過通膨）	2.124%
現金	約 \$0.05 （剩五分錢）	負數（被通膨吃掉 20 倍）

這張表把“投資 vs 不投資”的差距講到極端：

- 1 美元變 2,775 萬 vs 1 美元變 5 分錢——**兩端差了 5 億倍**。
- 把這四條年化曲線拉到 200 年，差距不是百分比的問題，是數量級的問題。
- 如果說股票是天堂、債券是地面、黃金是勉強浮在水面、那現金就是地底十八層——它不只是沒增值，它在持續地、安靜地、被通膨蠶食。

這就是為什麼 CLEC 反覆說“現金是慢性自殺”——你以為放在銀行最安全，但 200 年後只剩下 5%。真正安全的不是“不動”，是“放在對的資產裡不動”。

1950–2023 的近代鐵證

有人可能會說，1802 年離我們太遙遠了，那個年代的市場跟今天完全不同，這樣的比較沒有意義。好，那我們換一個更近的時間視窗。

1950 年到 2023 年的 73 年：S&P 500 從 21.8 點漲到 4754.63 點——**218.1 倍**。 - 價格年化：**7.65%** - 加上股息再投資約 **2%** - 綜合年化：**9.65%**

這個資料排除了 1929 年大崩盤的極端歷史，時間跨度也更貼近現代人的投資生涯，但結論是一樣的：**跨度變了，年化沒變**。這告訴你兩件事：第一，長期年化 9–10% 不是偶然，是 70–200 年都成立的穩態；第二，你不需要賭某一年的高點低點——只需要“待在場上夠久”。

1941–2021 的 80 年座標

再換一個起點：**1941 年 SP500 僅 9.2 點，到 2021 年底是 4766 點——80 年漲 518 倍**。 - 價格年化：約 8.12% - 加股息約 **10.12%**

無論從 1802、1950 還是 1941 開始算，結論高度一致——長期年化在 9–10% 這個區間裡。這個區間不是某個學者的預測，是 200 年市場用真金白銀打出來的實證。

持股 vs 國庫券：時間視窗下的“最高 / 最低”對照

這一節我要把“什麼叫長期安全”用一張表徹底講清楚。下面是 1950–2002 年這 53 年裡、任意起點開始持有 N 年所能實現的最高 / 最低年化報酬：

持有年數	持股最高 / 最低（年化）	國庫券最高 / 最低（年化）
1 年	+52% / -26%	+35% / -22%
5 年	+23.92% / -2.36% （仍可能虧損）	+20.25% / -15%
10 年	+19.35% / +1.24% （已不虧損）	仍可能為負
15 年	+18.83% / +4.31%	仍可能為負
20 年	+17.87% / +6.53%	30 年都仍可能虧損

請你慢慢看完這張表，再把它讀一遍。它告訴你的是：

- 持有股票超過 **15 年**，沒有任何起始點是虧損的——最差的 15 年也有 4.31% 年化。
- 持有國庫券（被傳統觀念視為“無風險”）超過 **30 年**，仍然可能虧損——因為通膨吃掉了它的實際購買力。

那些理財專員口中“風險承受度低就應該買債券”的建議，在這張表面前根本站不住腳。**真正的風險不是市場短期波動，是你長期低回報到資產被通膨追上。國庫券、債券基金、儲蓄險——這些被包裝成“安全”的工具，其實是在用穩定換走你的購買力。而股票指數，只要你給它 15 年，它就還你正回報；給它 30 年，它會還你數倍；給它 60 年，它會還你一百倍。**

讓我們用一個具體的例子來感受複利的威力。假設你今天投資一萬美元到美國股票市場，年化報酬率取歷史均值 9%。十年後，你的一萬美元變成兩萬三千六百七十四美元——翻了一倍多。這聽起來還不錯，但也不至於令人興奮。然而複利的魔力恰恰在於它的非線性增長。二十年後，同樣的一萬美元變成了五萬六千零四十四美元。三十年後，是十三萬二千六百七十七美元。四十年後呢？三十一萬四千零九十四美元。五十年後，七十四萬三千五百七十五美元。而在第六十年——一個人的完整投資生涯——你的一萬美元變成了一百七十六萬美元。僅僅一萬美元，不追加任何本金，六十年的時間，複利將它變成了一百七十六倍。

這就是愛因斯坦所說的“複利是世界第八大奇蹟”的真正含義。複利之所以威力驚人，是因為它是指數增長而非線性增長。在前十年，你的資產增加了一萬三千多美元；但在最後十年（第五十年到第六十年），你的資產增加了超過一百萬美元。同樣是十年，最後十年創造的財富是前十年的將近八十倍。這意味著投資這件事，時間越長，回報越驚人。你的財富增長不是勻速的直線，而是一條陡峭上揚的曲線——前半段看似乎緩無力，後半段卻如火箭升空般不可阻擋。

還有一個數據值得關注。根據歷史統計，S&P 500 指數每次觸底之後，第一年的平均反彈幅度是 46%。這意味著如果你在 2022 年的底部保持了倉位沒有賣出，2023 年的強勁反彈你就完整地吃到了。事實上，2023 年納斯達克 100 指數基金 QQQ 的全年漲幅達到了 54.85%，遠超 S&P 500 的 24%。但如果你在 2022 年恐慌中賣出了持倉，等到 2023 年再進場——假設你還有勇氣進場的話——你就永遠失去了這段最肥美的漲幅。這就是為什麼離開市場的風險遠大於留在市場的風險。

最後讓我用一個對比來結束這一節。臺灣全年的財政支出大約是 3.6 萬億臺幣，摺合約一千億美元。而蘋果公司在 2023 年底的市值大約是三萬億美元。這意味著什麼？臺灣需要整整三十年的全部財政支出——不吃不喝、不建設、不發薪水、不做任何開銷——才能買下一個蘋果公司。而且這還是按照蘋果目前的市值計算，三十年後蘋果的市值肯定遠不止三萬億美元。這個對比讓我們深刻認識到資本市場的力量有多麼巨大。我們作為個人投資者，不需要創辦一家蘋果公司，只需要透過指數基金，搭上這輛由人類最優秀企業驅動的列車，就能分享整個科技文明進步所帶來的財富增長。方向對了，時間會幫你完成一切；方向錯了，再怎麼努力也是徒勞。

本節要點：

一、美國股市兩百年回報兩千七百七十四萬倍、年化 8.94%，遠超債券的三萬四千倍和黃金的微薄回報。持有股票超過二十年從未虧損，而債券即使持有三十年仍有虧損可能，這徹底顛覆了“債券比股票安全”的傳統認知。

二、複利的本質是指數增長而非線性增長。一萬美元在年化 9% 的條件下，六十年後變為一百七十六萬美元。投資生涯的後半段所創造的財富，遠遠超過前半段的積累，因此越早開始、越長期持有，複利的威力越驚人。

三、每次市場觸底後第一年的平均反彈幅度高達 46%。離開市場的最大風險不是下跌本身，而是錯過觸底反彈的黃金時期。臺灣三十年財政支出才夠買一個蘋果公司的對比，則說明搭上資本市場這輛列車是普通人分享人類文明進步紅利的唯一途徑。

5. 為什麼是納斯達克 100

錯誤的方向，永遠無法抵達目的。

選對標的 + 選對市場 = 投資的兩個變數

讓我把這件事講到極簡：投資就是兩個變數。

- **選對標的：**廣基型、市值加權、被動型——指數基金。
- **選對市場：**你買的是哪一國的指數。

99% 的散戶輸在第二點。他們聽了“買指數基金”四個字就跑去買 VT、買“全球新興市場基金”、買“越南基金”、買“歐洲基金”——以為分散到全球就是分散風險。**不是**。分散到錯誤的市場，等於把回報往下拖。這一節先講第二點：“為什麼必須是美國的納斯達克 100”，不是“美國之外某個廣基型基金也行”。

選對市場：火車頭與車廂的比喻



圖 14：美國是火車頭，臺韓中是中段車廂，第三世界是車尾。車尾不可能長期跑得比車頭還快——否則火車翻車。

把整個全球經濟想象成一列火車。

- **車頭 = 美國**：負責品牌、設計、產品創新、生態平臺。這是附加價值最高、毛利率淨利率最豐厚的環節。
- **第一節車廂 = 臺灣、韓國**：負責製造與外銷，沾著車頭的光跑——出賣國人的勞力、消耗自家的環境、把成品賣給美國。
- **第二節車廂 = 中國**：製造為主，部分自給自主，但仍然依附美國設定的需求與標準。
- **車尾 = 第三世界（巴西、南非、澳洲、加拿大、紐西蘭）**：負責提供原物料、礦產、能源——附加價值最低的一段。
- **歐洲**：曾經也是車頭之一，但 2020 年代之後已經基本退出 AI 主鏈，正逐漸掉到第三世界的軌道上。

這列火車的物理常識是：**車尾不可能長期跑得比車頭還快——一旦車尾速度超過車頭，整列火車一定翻車。**同樣的，全球經濟裡，臺韓中的製造鏈速度不可能長期超過美國的品牌創新速度；第三世界的原料價格也不可能長期超過美國的服務價格。這是結構決定的，不是週期決定的。

所以**投資就是要押注火車頭**，不是車廂、更不是車尾。這是 CLEC 反對買 VT、SPY 之外其他所有“全球分散”產品的根本原因——把錢從車頭分散到車廂車尾，名義上叫“分散風險”，實質上是在稀釋你未來的財富。

選對標的：廣基型、市值加權、被動型

確定了“市場=美國”，下一步是“標的=納斯達克 100”。它追蹤的是在納斯達克交易所上市的市值最大的一百家非金融公司——蘋果、微軟、谷歌、亞馬遜、輝達、特斯拉、Meta……這些名字幾乎就是當代科技文明的同義詞。當你買入納斯達克 100 指數基金的時候，你買入的不是某一家公司的命運，而是**人類科技進步的總趨勢**。

更重要的是，指數有一個極其關鍵的特性：**自動汰弱留強**。這一百家公司不是永遠固定不變的。每當一家公司因為競爭力下降、市值縮水而跌出前一百名，它就會被自動移出指數，由另一家更強勁的新星替代。二十年前的納斯達克 100 成分股和今天的大不相同——雅虎、太陽微系統、朗訊科技這些曾經的巨頭早已被淘汰，取而代之的是輝達、Broadcom 這樣的新興力量。你不需要自己去判斷哪家公司有前途、哪家會衰落，指數的編制規則會自動幫你做這個選擇。這就像一支永遠由最強球員組成的全明星隊——有人老了、狀態下滑了，立刻被年輕力壯的新人頂替。你只需要持有這支全明星隊的“股份”，它就會永遠保持最強的競爭力。

QQQ vs SPY vs VT：差距以“倍”計

讓我把三隻代表性 ETF 直接拍上 iPad 行情軟體做對比，結論是這樣的：

ETF	追蹤	近期 / 長期年化	漲幅倍數（同一視窗）
QQQ	美國納斯達克 100	近 10 年年化約 21%	10 倍
SPY	美國標普 500	長期年化約 9.4%	5 倍
VT	全球（含美國和其他所有市場）	長期年化更低	2.5 倍

讀這張表的方式是這樣的：

- **SPY 只有 QQQ 一半的回報**。同樣的錢、同樣的時間，QQQ 滾出 10 倍，SPY 只滾出 5 倍——你少賺一半。
- **VT 只有美國市場（SPY）四分之一的回報**。把全球都放進來“分散”，最終的代價就是這條曲線被拉下來——你把車廂和車尾的低速度，混進了車頭的高速度，平均下來就是這個樣子。
- 一句話：**投 SPY 會讓你少富一半，投 VT 會讓你直接變窮**。

巴菲特推 SPY 那句話不能照搬給你

你可能聽過巴菲特公開說過：“如果你不懂投資，就買 S&P 500 指數基金、長期持有就好。”這句話經常被搬出來當作“為什麼不應該執著於 QQQ”的論據。我必須把這件事講清楚——

巴菲特講那句話的語境，是給完全不懂金融、又想要一個最低門檻的穩健配置的普通美國家庭。他自己已經九十幾歲了，從他剩下的時間維度來看，SPY的回報夠他用，也夠他遺產規劃用。

但你跟他不一樣。你還有30年、50年、可能60年。在你這種時間視窗下，SPY比QQQ少一半的年化、長期就是幾十倍的財富差距。巴菲特變窮與否關不關你的事——可你不能跟著他變窮，因為你輸不起這個時間維度。50年後才發現SPY不夠，那時候你已經沒有時間從頭來過。

不要把投資偶像的建議直接搬到自己身上。問一下你自己：我的時間維度是多長？如果答案是“超過20年”，那麼SPY不該是你的核心倉位，QQQ才是。

2026年QQQ前10大持倉：全是AI鏈

把QQQ拆開看，它的市值前10大成分（截至2026年5月）是這樣的：

排名	公司	業務定位
1	NVIDIA	AI 晶片
2	Apple	平臺 + 終端硬體
3	Microsoft	OpenAI / 雲端 / 軟體
4	Google (Alphabet)	搜尋 + Gemini + 雲
5	Amazon	電商 + AWS 雲
6	Broadcom	AI 晶片 + 網路
7	Tesla	自動駕駛 + 機器人
8	Meta	Llama / 社群 + AI 算力建設
9	Micron	AI 記憶體
10	Walmart（已經不是AI鏈）	零售

前10大就佔了QQQ總市值約46%。而前9大幾乎清一色是AI鏈上的核心玩家——你買一隻QQQ，等於直接持有“全世界做AI這件事”的所有頂級公司。這一點在前面“AI正規化轉移”的語境下意義重大：你買的不是某個行業、某個公司、某個國家——你買的是AI這件事本身。

很多人會問：“那我直接買Mega7（M7）或‘某個’7加ETF，是不是更集中、更高回報？”不行。原因有兩個：

- **波動太大**：成分越少，單一公司負面訊息對你帳戶的殺傷力越大。100加變7加，意味著波動直接放大數倍。
- **你不知道哪一家會被踢出去**：今天的前7大，五年後未必還是前7大。Costco幾年前還在QQQ前十，現在已經掉出來；Walmart本來不在AI鏈裡卻仍在QQQ前

十——靠的是它本身規模而不是賽道。指數會自動汰弱留強，你手工挑出的”7 加”組合不會。

要選就選 100 加（QQQ / 00662），讓指數本身做汰弱留強這件事。

截至 2026 年 5 月的 QQQ 26 年回報

讓我直接開啟 iPad 上的行情軟體，把資料拍給你看。

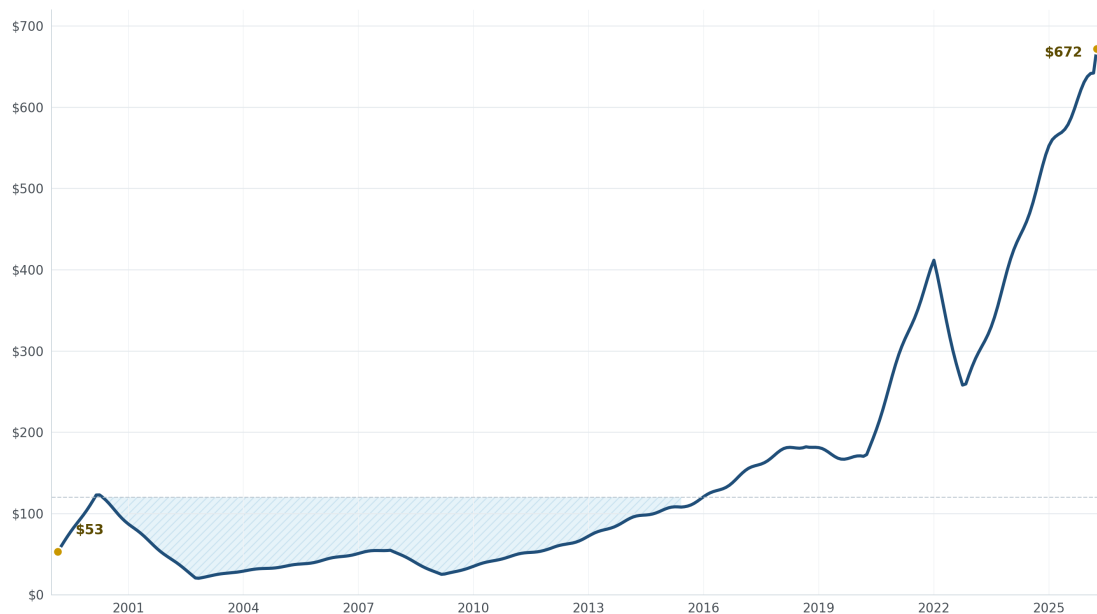


圖 11：1999/3/1 ≈ \$53 → 2026/5 ≈ \$672；中間 2000–2015 長達 15 年的水下區。

QQQ 在 1999 年 3 月 1 日上市，發行價大約 \$50–53 一股。到 2026 年 5 月，QQQ 大約報 \$672。從 53 到 672，**26 年漲了大約 12 倍**——12 開 26 次方，年化大約 **10%**。這是一個極其”標準”的回報率：跟歷史上股票市場的長期年化基本一致，跟我們前面用 200 年鐵證算出來的幾何平均也一致。

但請你**特別注意 2000 到 2015 年那一段**——QQQ 在 2000 年網際網路泡沫時見到一個高點，之後崩盤約 85%；2008 年全球金融危機又跌一次。如果你恰好在 2000 年的那個最高點投入了一大筆錢，你需要等到大約**2015 年**才能看到自己的賬面終於回本——**整整 15 年**處於虧損狀態。這不是危言聳聽，這就是歷史曲線上寫好的事實。下一節《模擬最壞情況》會專門講這件事——這裡先把這條尾巴留著。

關於 0050 的少量例外

本版第一次明確把”少量 0050”寫入推薦清單，理由要講清楚：

- 臺灣 0050 不是納斯達克 100 的等價物——它是臺灣本土科技 + 金融 + 傳統的混合。本來不屬於”火車頭”標的。

- 但 2024–2026 年這一波 AI 供應鏈景氣下，臺灣剛好踩在最關鍵的硬體環節（臺積電、廣達、鴻海等），成了車頭的“第一節車廂”。短期內 0050 的績效可以跟得上。
- 所以**少量配置**（不超過你核心倉位的輔助比例）是可以接受的——前提是它**絕不能取代你的核心 QQQ / 00662**。
- AI 週期一旦轉彎（這一波 AI 資本支出大約還有 10–20 年的視窗，但具體什麼時候轉彎沒有人能預測），0050 會回到臺灣本土混合指數的本來速度——不是火車頭，而是中段車廂。

如果你已經持有 0050、想問“該不該轉 00662”——視你的時間維度和當前持倉比例。如果你年輕、時間足夠長，轉一部分到 00662 / QQQ 把核心倉位建立起來，剩下小比例的 0050 留著搭 AI 的便車，是一個合理的過渡方案。

閉幕：資本主義致富的鑰匙

我們選擇納斯達克 100，不是因為它過去漲得最多，而是因為它代表著人類發展的方向。科技是驅動文明進步的核心引擎，過去兩百年如此，未來兩百年只會更加如此。

整套哲學可以用一句話總結：

資本主義致富的鑰匙——長期投資美國納斯達克 100 指數基金。有錢就買，長期投資，打死不賣。和地主永遠不賣地，是同一個道理。

這 100 家公司的員工和總經理都是幫你這個資本家打工的——Elon Musk、Tim Cook、黃仁勳——他們替你研發、替你製造、替你賺錢。你這個地主只需要做一件事：**永遠不賣地**。

本節要點：

一、投資兩個變數：**選對標的**（廣基型、市值加權、被動型指數基金）+ **選對市場**（美國，因為美國是全球供應鏈的火車頭）。99% 的散戶輸在第二點，被各種“全球分散”、“新興市場”包裝拖累回報。

二、QQQ 長期年化 ~10%（近 10 年達 21%），SPY 只有約 9.4%、VT 更低——QQQ 漲 10 倍時 SPY 漲 5 倍、VT 只漲 2.5 倍。**SPY 讓你少富一半，VT 讓你直接變窮**。巴菲特推 SPY 是給他自己那個時間維度的人講的，不能照搬到你身上。

三、2026 年 QQQ 前 10 大佔指數 46%，全是 AI 鏈上的核心公司——買 QQQ = 買“AI 這件事本身”。不要買 Mega7、不要買 7 加 / 50 加，要選就選 100 加。少量 0050 因為臺灣踩在 AI 供應鏈上可以作為輔助配置，但絕不能取代核心 QQQ / 00662。

6. 我們不是巴菲特

我們受巴菲特啟發，但我們不是巴菲特。

CLEC 的學員經常問：“巴菲特也會賣股票，你們為什麼說永遠不賣？”這個問題誤以為 CLEC 是巴菲特價值投資的簡化版——**不是。我們受巴菲特啟發，但走的是一條完全不同的路。**

巴菲特 vs CLEC 的本質區別：巴菲特是長線價值投資者。“長線”和“價值”這兩個詞缺一不可。他會在股價低於內在價值時買進一家公司，長期持有；但當公司的**商業模式**發生根本性改變（不是股價太高），他會賣出。可口可樂股價偏離價值多年他從未賣；中國石油因為商業環境改變他賣了；航空股因為疫情根本性改變運營前景他賣了。每一次賣出都是基於對企業基本面的重新評估。

CLEC 不一樣：我們只有“長線”，沒有“價值”。我們買的不是個股、不是某個行業，而是**整個人類科技的總和**。我們不分析財報、不計算內在價值、不評估行業前景——因為我們買的就是“美國與人類科技”這件事本身。**唯一會讓賣出成為合理的情境，是人類文明走向滅亡——而那時候你持有什麼資產都沒意義。**所以在 CLEC 的邏輯裡，賣出根本不存在。

承認“我們不是巴菲特”不是軟弱，是清醒。巴菲特每天閱讀企業年報、行業研究、經濟資料——他是全球最富有的“股市勞工”，用時間和智力為資本增值。他做得比絕大多數人好，那是天賦。我們沒有他那種商業分析的天才能力，也不享受研究財報的過程；即使我們花同樣多的時間，也達不到他的水平——這就像業餘籃球愛好者再訓練一輩子也打不過 LeBron。差距不是努力可以彌補的。

真正危險的是模仿巴菲特最後走到了相反方向：聽他說“在別人恐懼時貪婪”就開始判斷市場高低點；聽他說“只投資你能理解的公司”就重倉某隻個股；聽他說“商業模式改變時賣出”就把股價下跌等同於商業模式改變，一跌就慌忙賣。結果是把“價值投資”變成了短線藉口——頻繁買賣的代價就是跑輸大盤。

CLEC 繼承的，是巴菲特“買入好資產、長期持有”的精神核心；但在執行層面我們做了根本簡化：**他選個股、我們選指數；他會因商業模式賣出、我們永遠不賣；他需要深厚的商業分析能力，我們什麼都不需要分析。**我們的投資是“放棄一切策略的策略”——把自己從“股市勞工”的角色中徹底解放出來，成為純粹的資本家：讓錢努力工作，自己好好生活。

本節要點：

一、巴菲特是長線價值投資者，會因公司商業模式改變而賣出，但從不因股價過高賣出。CLEC 則完全沒有“賣出”這個選項——我們買的是人類與美國科技的總趨勢，只有人類滅亡才構成賣出的理由。

二、巴菲特是天賦型選手，一般人模仿他往往最終走向頻繁操作的反面。承認“我們不是巴菲特”不是軟弱，是清醒——我們沒有他的天賦，所以我們用一套更簡單、更不需要判斷的方法。

三、CLEC 繼承的是巴菲特“買入好資產長期持有”的精神，但在執行上徹底簡化：不選股、不擇時、不分析、不操作。這需要的不是技巧，而是對人類文明持續進步的**信仰**。

理財鐵律二：任何時間買都對，任何時間賣都錯

● 隨時買，不要等 ● 不賣才是師傅 ● 任何高點未來都是低點

任何高點未來都是低點。

7. 隨時買，不要等

任何時間買都對，任何時間賣都錯。

“有錢就買，長期投資，打死不賣。” CLEC 投資哲學最核心的一句話——但大多數人都倒在第一步“有錢就買”。他們總覺得現在的價格太高了，想等到更低的價格再進場。等待的結果只有兩個：要麼你永遠在等到市場漲到更高；要麼你在下跌時進場後市場繼續跌，開始懷疑自己又做錯了。

紅點 vs 綠點

CLEC 講座裡有一張“紅點 vs 綠點”對比圖：

- **紅點投資者**——“有錢就買”型：每當有可投資資金時，無論市場在哪個位置都立即買入。
- **綠點投資者**——“等待低點”型：每次都精準買在市場回撥低點。

憑直覺你會以為綠點表現更好——**但事實相反**。長期下來，紅點的累積回報通常優於綠點。

原因很簡單：股市約 **70% 的時間處於上漲趨勢**，只有 30% 在調整或下跌。當你“等待低點”時，你的資金是閒置的，沒參與市場上漲。在一輪長達數年的多頭裡，紅點的資金從第一天就在市場裡複利增長；綠點的資金躺在銀行帳戶等回撥。即使回撥最終來了，綠點買入的價格往往也已經高於紅點在多頭初期買入的價格。**等待的代價，遠超過你以為能省下來的那點差價。**

2023 年的實證

從 2023 年 1 月到 6 月 QQQ 一路上漲，幾乎每月創新高。很多人在等回撥——結果連續三四個月沒有一天收盤比前一天低。10 月市場終於出現修正，不少人興奮地認為“低點終於來了”。然而對比下來：**10 月修正後的買入價，比 1-6 月隨便哪一天買入的價格都要高。**那些“覺得太高、等一等”的人，白白錯過半年漲幅，最後買到的價格反而比“閉眼買”的人還貴。

學術界對此早有共識：尤金·法瑪的有效市場假說、約翰·博格爾的實證研究都得出同一個結論——**擇時不僅無效，而且有害**。投資者因為擇時損失的回報，遠超過因為擇時獲得的回報。

漲也不買，跌也不買

更深的心理機制是：市場漲的時候人們覺得“太高了”等待；市場跌的時候人們覺得“會繼續跌”也等待。漲也不買、跌也不買、高也不買、低也不買——結果就是**永遠不買**。在投資這件事上，人性往往是你最大的敵人。

解決方案極其簡單：**不判斷高低、有錢就買、立即執行**。三十年後回頭看，315點買的和350點買的差別微乎其微；但315點買了 vs 350點猶豫不決沒買，這兩種人之間三十年後的財富差距是巨大的。

單筆還是分批？一鍵市價買進

學員問得最多的另一個問題是：“老師，我應該一次性把錢投進去，還是分批買？”

答案在 CLEC 的體系裡非常簡單：**做好你的資產配置之後（參看 §22 和 §26），一鍵市價買進**。不要再分批。

理由跟上面“紅點 vs 綠點”完全一樣——分批等於把一部分資金留在場外等待，而你等待的“完美時機”在統計上根本不存在。多頭市場佔了大約 70% 的時間，等待的代價遠超過你以為能省下的差價。

唯一的例外是：如果你還沒想清楚資產配置的比例（QQQ 佔多少、現金部位佔多少），那先停下來想清楚，不要急著買。但一旦比例定了——**一次性、市價、買完**。剩下的事情交給時間。

本節要點：

一、“紅點 vs 綠點”統計對比：長期下來“有錢就買”的累積回報優於“等待低點”。原因是股市約 70% 時間在上漲，等待期間的資金閒置成本遠超擇時可能節省的價差。

二、所有嚴謹的學術研究都證實：沒有任何可靠的方法能持續準確預測市場短期走勢。**擇時不僅無效，而且有害**。2023 年例項：年初“覺得太高”等待的人，最終買入的價格反而高於年初任何時候隨機買入的價格。

三、“漲跌都不買”的根源是人性，不是理性判斷。**不判斷、立即買**——三十年後買入價的些微差異會被複利完全抹平，真正的損失是你因為猶豫而錯過的複利增長時間。

四、單筆 vs 分批：**做好資產配置就一鍵市價買進，不要再分批**。分批等於把資金閒置場外，多頭市場 70% 時間下分批的代價比擇時差價大得多。

8. 不賣才是師傅

會買的是徒弟，不賣才是師傅。

中國傳統投資智慧裡有一句話：“會買的是徒弟，會賣的才是師傅。”——暗示成功的關鍵是找到正確的賣出時機：低買高賣，最高點獲利了結，等下一個低點再買回來。CLEC 旗幟鮮明地推翻這句話——我們的版本是“**不賣，才是師傅。**”

賣出的真實代價

為什麼不賣才是師傅？因為**每一次賣出都在切斷複利的生命線**。複利的威力前提是本金必須持續在市場裡滾動。一旦你獲利了結、拿走本金和收益，這筆錢從退出市場的那一刻起就停止增長。表面“落袋為安”，實際失去的是這筆錢在未來幾十年裡應該繼續增長的全部潛力。

具體數字：30 歲投入 \$10,000 到納指 100，按年化 10% 計算——

持有策略	60 歲時	70 歲時
永遠不賣	\$174,494	\$452,593
40 歲賣出後存銀行	\$25,937	\$25,937

一次賣出，代價是 \$148,557——而且這個差距隨時間繼續放大。

複利的殘酷真相是：它的大部分威力集中在後半段。前十年賺到的 \$15,000，和後二十年可以賺到的 \$140,000+ 相比微不足道。賣出 = 主動放棄後半段那段最陡峭、最豐厚的增長曲線。

富達“死人賬戶”研究

金融研究領域有一個廣為流傳的發現：富達（Fidelity）的內部研究顯示，**表現最好的客戶賬戶有兩種——**

1. **死人賬戶**：持有人已去世、繼承人尚未發現這個賬戶。
2. **遺忘賬戶**：持有人忘了自己還有這個投資賬戶。

這兩種賬戶的共同特徵：**零操作**。沒人登入進去買賣、調倉、止損、獲利了結。資金就這樣安靜地躺在市場裡，經歷所有牛熊，完整享受長期複利的全部威力。

這印證了一個扎心的事實：**很多投資者最大的敵人不是市場，是自己一直想“做點什麼”的那雙手**。市場暴跌時恐懼驅使你“止損”；市場暴漲時貪婪驅使你“落袋為安”。無論漲跌，人性都在推動你做同一件事——操作。而每一次操作都是在破壞複利的連續性。

怎麼賣才正確？答案：不

如果有人問我“什麼時候應該賣出 QQQ？”，我的回答只有一個字：不。回顧 QQQ 的整個歷史，找出任何一天、任何一個價位告訴我那個時點賣出是正確的——你找不到。無論你在哪一天賣出，繼續持有到今天的回報都會更高。過去如此，未來也將如此。

本節要點：

一、每一次賣出都在切斷複利的生命線。\$10,000、年化 10%，持有 30 年變成 \$174,494；第 10 年賣出落袋為安，永遠停在 \$25,937。一次賣出所損失的不是當下利潤，是未來數十年的複利增長潛力。

二、富達“死人賬戶”研究：表現最好的賬戶都是零操作的——因為沒人在那雙手上犯錯。很多投資者最大的敵人是自己一直想“做點什麼”的那雙手。

三、QQQ 的整個歷史裡找不到任何“正確的賣出時點”——繼續持有到今天的回報永遠更高。買進方式（一次性、分批、定投）的差別在 30 年維度下會被抹平；但賣與不賣的差別，30 年後是天壤之別。

9. 任何高點未來都是低點

任何高點，未來都是低點。但有人會在市場破產——因為短期下跌會讓你跌入無底深淵。

這一節的核心論點可以壓縮成一句最硬的話：“**任何高點，未來都是低點。但是還是有人會在市場破產。**”這看起來像兩句矛盾的話，其實是同一件事的兩面：長期上市場永遠漲不停，可短期上市場跌起來是無底深淵。兩件事都成立，並且要同時記住。

這一節先講長期那一面（“高點未來都是低點”），下一節《模擬最壞情況》和《6 尺 2 尺》會講短期那一面（“破產是怎麼發生的”）。兩面合起來，才是完整的市場觀。

“老師，現在是不是太高了？”這是 CLEC 學員提問頻率最高的一句話。從 2018 年開始，年年有人這樣問；2019 年問，2020 年問，2021 年問，每一年都有人覺得“已經漲了這麼多了，現在買入是不是太貴了”。然而回頭看看，2018 年的“高點”跟 2023 年底的價格比起來，簡直是白菜價。當年讓人覺得“高不可攀”的 408 點（QQQ 在那段時間的一個標誌性高位），到了 2023 年底早已成為遙不可及的低點。那些在 408 點猶豫不決沒有買入的人，如果他們知道兩年後 QQQ 就會衝到遠超這個數字的新高，他們一定會後悔得捶胸頓足。

這就是我反覆強調的一條鐵律：任何高點，在未來都將成為低點。這不是一句空洞的口號，而是由兩百年的股市資料所驗證的歷史規律。每一次市場創新高的時候，你都會覺得“這次真的太高了”。但如果你把時間拉長到五年、十年、二十年，你會發現每一個曾經讓你望而卻步的“歷史新高”，最終都變成了圖表上一個微不足道的小山丘。2000 年的網際網

路泡沫高點，在 2023 年看來不過是山腳下的一塊小石頭。2007 年金融危機前的高點，同樣如此。市場永遠在波動，但長期趨勢永遠向上。

但我知道，光靠資料和邏輯是不夠的。投資從來不是一個純粹理性的行為——當你的真金白銀隨著市場暴跌而快速縮水的時候，再多的資料也難以平息你內心的恐慌。

讓我們用 2020–2023 這一段把“覺得自己做錯了”的常態講清楚。這段時間裡堅持長期持有的投資者經歷了：

- **2020 年三月**：美股三次熔断，道指單日跌兩千點，新聞全是“世界末日”。在這種恐慌裡下手買入的人，按完買入鍵之後市場繼續跌——“我是不是做錯了”的念頭馬上冒出來。
- **2022 年初**：俄烏戰爭爆發，地緣政治陰影籠罩。再次出手買入——繼續跌。
- **2022 年下半年**：中美半導體禁令疊加聯儲升息，納指全年回撤約 30%+。又一次“再買”——又一次“再跌”。

如果只看那段時間，每一次買入都“做錯”了。但所有堅持到 2023 年底沒賣的人，賬面回到了 +20% 以上——之前在黑暗中買入的每一筆資金，都在反彈時獲得了豐厚回報。**那些“心中的魔鬼”告訴你這條路是錯的瞬間，恰恰是黎明到來前的黑暗。**

這揭示了一個深刻的投資真相：**從決定買入到最終獲利之間，幾乎必然會經歷一段“覺得自己做錯了”的痛苦時期。**這不是偶然，而是常態。因為短期市場的走勢是隨機的，你不可能每次都精準地買在最低點。買完繼續跌、買完反彈一點又跌回去、買完盤整很久毫無起色——這些都是可以預期的。真正決定最終結果的，不是你買入後短期內的盈虧，而是你能不能在這些短期波動中保持定力，堅持不賣、繼續持有，甚至繼續加倉。

這就是“泰山崩於前而面不改色”的修煉。這種能力不是天生的，也不是看幾本書就能獲得的——它需要真實的市場經歷來錘鍊。你必須親身經歷過一次暴跌，親眼看著自己的賬戶縮水 30%、50% 甚至更多，然後依然保持冷靜、不做任何操作，才能真正建立起內心的韌性。每扛過一場暴風雨，你的承受力就增長一分。**市場的波動永遠不會消失，但你對波動的恐懼可以逐漸減少。**

本節要點：

一、從 2018 年到 2023 年，每一年都有人說“太高了”，但每一個當時的高點在事後看來都成了低點。這是由兩百年的股市歷史所驗證的規律——市場短期波動不斷，但長期趨勢永遠向上。任何今天你覺得貴的价格，五年後都會顯得便宜。

二、長期持有者的真實經驗：2020 三次熔断、2022 俄烏戰爭、半導體禁令這一連串事件中，每一次買入之後都還在繼續跌——“我是不是做錯了”是常態，不是例外。但堅持到 2023 年底，總盈利超過 20%。**黎明前的黑暗，是每個投資者必須穿越的。**

三、“泰山崩於前而面不改色”的能力不是天生的，需要真實的市場經歷來錘鍊。每扛過一次暴跌，承受力增長一分。波動永遠不會消失，但你對波動的恐懼可以逐漸減少——時間和經歷是最好的老師。

理財鐵律三：崩盤是你最好的朋友

● 年輕人應該祈禱崩盤 ● 模擬最壞情況 ● 6 尺高的人與 2 尺深的水

一個 6 尺高的人，會淹死在平均 2 尺深的水裡。

10. 年輕人應該祈禱崩盤

崩盤是你最好的朋友。

讓我問你一個簡單的問題：如果明天房價跌了 90%，你高興嗎？如果你是一個尚未買房的年輕人——答案當然是高興：房價暴跌意味著你終於有機會用便宜的價格買到第一套房子。那如果明天股價跌了 90% 呢？如果你還年輕、還在工作、每個月還有工資可以投入市場，答案應該完全一樣——高興。但絕大多數人的反應卻截然相反：房價跌歡呼，股價跌恐慌。這種自相矛盾的反應，暴露出大多數人對投資的根本誤解。

房價和股價沒有本質區別——都是資產價格，都是你未來要持續買入的標的。價格越低，同樣的金額能買到的越多。如果你計劃在未來三十年裡持續買入納斯達克 100，那市場大跌對你而言就是一場盛大的打折促銷：原來 \$1,000 只能買 2 股 QQQ，現在 \$1,000 可以買 5 股甚至 10 股。同樣的錢積累了更多的股份，等市場恢復之後，這些多出來的股份會創造成倍的額外收益。

對於還在積累階段的年輕人來說，崩盤不是災難，崩盤是禮物。

歷史每一次大崩盤事後都是黃金坑

- **2000–2002 網際網路泡沫**：S&P 500 累計跌約 50%。當時幾乎所有人都覺得股市完了。但堅持定期買入的人，在隨後的牛市裡獲得了驚人的回報。
- **2008 金融海嘯**：標普從高點跌 57%。從 2009 年 3 月 666 點的底部開始，啟動了一輪持續 11 年、漲幅超 400% 的超級牛市。S&P 500 觸底後第一年平均反彈約 46%，2009 年實際反彈甚至更高。
- **2020 疫情熔断 + 2022 加息暴跌**：每一次故事都一樣——人人覺得“這次不一樣、這次真要完了”；但市場每一次都回來了，速度還往往超出預期。

這不是運氣——是因為人類經濟發展有根本性驅動力：科技進步、效率提升、需求擴大。這些長期的結構性力量不會因為一次危機就消失。

退休者怎麼辦？

退休者沒有工資可以逢低買入。大跌對他們來說不就是損失了嗎？答案：**用股票質押應對**。我們永遠不賣股票——退休後的日常開銷透過質押借款支付。市場下跌時你的股票市值縮水，但你沒賣出、沒有實現虧損；你繼續持有、繼續質押、繼續過日子；等市場反彈（它一定會），你的股票市值就回來了。**唯一的紀律是質押比例 $\leq 20\%$** ——即使市場短期跌 70%，你的維持率仍然安全。詳見 §11、§13、§22。

誰該害怕崩盤？

不是有準備的投資者。真正該害怕的是這四種人：

- 沒有緊急備用金的人；
- 質押比例過高的人；
- 借了不該借的錢去投資（融資）的人；
- 用短期內要用的錢去投資的人。

崩盤本身不是敵人，缺乏準備才是。

本節要點：

一、房價跌 90% 年輕人歡呼、股價跌 90% 年輕人恐慌——這是認知矛盾。對還在積累階段的年輕人，崩盤是打折促銷，同樣的資金可以買到更多份額。

二、2000–2002、2008、2020、2022 每一次崩盤事後都是黃金坑。**S&P 500 觸底後第一年平均反彈約 46%**。離開市場、錯過反彈的風險遠大於留在市場承受下跌。

三、退休者透過質押（ $\leq 20\%$ ）應對下跌、不在低點賣出。真正該害怕崩盤的是缺乏準備的人。**崩盤本身不是敵人，缺乏準備才是。**

11. 模擬最壞情況

投資活著，比回報率更重要。

誰不應該進市場

在講“該不該投資”之前必須先有一道前置篩選——答錯了的人連下面的“防空演習”都不用學，直接退出市場就好：

- **你無法承受市場短期跌 70–80% 的人**——請離開市場，不要進入股票市場。市場一跌你就緊張、緊張到吃不下睡不著——那你遲早會在低點割肉，那就是真正的破產。
- **你短期（一年內）需要用的錢**——不可以投資。這筆錢投進去之後市場跌了，你就被迫低點賣出，提前鎖死虧損。

- **你根本不懂這套系統就投進去**——那不是投資，那是“你被動地參與了一場你看不懂的賭局”，跟被詐騙的差別只在你自願。

如果以上任何一條命中你，請把錢放定存、放短期國債、放貨幣市場基金——避開所有股票市場、避開所有“理財產品”、避開所有保險投資型保單。**這不是勸退，是 CLEC 二十多年來對學員最負責的一句話。**巴菲特也說過同一件事：“會擔心下跌的人不可以投資。”這句話不是看不起擔心下跌的人——是承認每個人風險承受度不同，錯配的代價是慘痛的。

投資活著，比回報率更重要

在所有的投資準則之前，有一條更基礎的原則要講在最前面：**投資活著，比回報率更重要。**

意思是——你可以少賺一點，但不能讓自己被強制下場。你可以每年比“最優策略”少 2%，但你不能因為一次極端波動就歸零。指數基金長期一定會回來——前提是你還在場上。一旦你被融資斷頭、被強制平倉、被恐懼逼著賣在低點，你就退出了遊戲。退出的人不會有反彈這件事——市場漲多少都跟你沒關係。

所以下面這三個“投資前要回答的問題”，你要把它們當成入場考試，不是建議。

投資前必須回答三個問題

在你投入任何一分錢到股票市場之前，我需要你先回答三個問題。不是隨便想想就過去的那種回答，而是認認真真地、像面對一份考試卷子一樣，給出你深思熟慮之後的答案。

第一個問題：如果你投入的資金明天跌掉 70%，你還能正常生活嗎？不是說你願不願意接受這種損失，而是說你的日常生活——吃飯、付房租、繳水電費、支付孩子的學費——會不會因此受到影響。如果答案是“會”，那說明你投入了太多不應該投入的錢。

第二個問題：如果市場連續下跌三年不反彈，你能否在這三年裡完全不碰你的投資、不賣出任何一股？注意，這不是一個假設性的極端情境——2000 年到 2003 年，美國股市確確實實連續下跌了三年。如果你的日常開銷需要靠賣出股票來維持，那你一定會在這三年的某個時刻因為現金告急而被迫賣出，從而永遠失去了後續反彈的機會。

第三個問題：如果你的投資組合腰斬，然後從腰斬後的價位再腰斬——也就是說跌掉了 75%——你還能保持冷靜不做任何操作嗎？這個問題考驗的不僅是財務上的承受能力，更是心理上的承受能力。看著自己辛辛苦苦積累的一百萬變成二十五萬，那種絕望感是旁人無法體會的。你需要在投資之前就認清這種可能性，並且確信自己能夠承受。

如果這三個問題中有任何一個你的答案是“不確定”或者“做不到”，那你現在還不具備投資的條件。這不是說你永遠不能投資，而是說你需要先做好準備工作，然後再進場。準備工作最核心的一項就是：建立足夠的緊急備用金。

對於還在上班的人，我們建議預留半年的生活費作為緊急備用金。這筆錢不能投資，要放在隨時可以取用的地方——銀行活期存款、貨幣基金都可以。它的作用是確保即使你突然

失業，也有半年的緩衝期來尋找新的收入來源，不需要因為短期的現金需求而被迫賣出你的投資倉位。

對於已經退休的人，標準更高：預留三年的生活費。為什麼是三年？因為歷史上最長的連續下跌週期大約是三年（2000-2003 年）。如果你有三年的現金儲備，即使遇上最糟糕的情況——市場從你退休的那一刻開始連續暴跌三年——你也有足夠的資金維持日常生活，完全不需要碰你的投資。等到市場反彈的時候，你的投資倉位完整無缺，複利的引擎可以重新全速運轉。

我曾經用登山來做類比。一個有經驗的登山者在出發之前，一定會預估最壞的天氣狀況：如果途中遭遇暴風雪怎麼辦？被困在山腰上三天下不來怎麼辦？他會準備足夠的食物、水、保暖衣物和急救裝置，確保即使在最惡劣的條件下也能撐到救援到來。他不是因為“覺得一定會遇到暴風雪”才做這些準備——他知道大機率不會遇上——但他也知道，山上的天氣變幻莫測，如果毫無準備地遭遇極端天氣，代價可能是生命。投資也是一樣。你不是因為覺得明天市場一定會崩盤才留緊急備用金，而是因為市場遲早會崩盤，只是你不知道什麼時候、以什麼方式、跌多少。有準備的人安然度過，沒準備的人滅頂之災。

在 CLEC 的投資體系中，我們有一個概念叫做“防空演習”。意思是你要定期模擬最壞的情況，檢視自己當前的倉位配置是否能夠經受住極端考驗。具體怎麼做呢？拿出你當前的投資組合，假設明天市場跌去 70%，然後用筆算一算：你的質押維持率是多少？你的緊急備用金還夠撐多久？你有沒有需要在短期內支付的大額開銷（比如房貸、學費）？如果跌 70% 之後你的質押維持率低於銀行要求的安全線，那說明你的質押比例太高了，需要降低。如果跌 70% 之後你的緊急備用金不夠撐過接下來三年的生活，那說明你投入的資金太多了，需要調整。

這種演習不需要每天做，但至少每半年做一次。就像消防演習一樣，平時覺得多此一舉，但一旦真的著火了，那些經歷過演習的人會比沒有演習過的人更冷靜、更有條理、更不容易犯致命錯誤。投資中的“著火”就是市場暴跌。當市場一天跌 10%、一週跌 20%、一個月跌 40% 的時候，你的情緒一定會受到劇烈衝擊。如果你事先從未想象過這種場景，那你在慌亂中做出錯誤決策（比如恐慌賣出）的機率就非常高。但如果你已經在防空演習中模擬過這種場景，知道自己的安全墊有多厚、知道自己不需要做任何操作、知道市場歷史上每一次這樣的暴跌最終都完全恢復了——你就會比普通人多一份定力，少一份慌張。

當然，即使做了防空演習，當暴跌真的來臨的時候你仍然會害怕。CLEC 的創辦人自己也坦言，即使投資了三四十年，每次大跌的時候他仍然需要“催眠自己”、堅定信念。不要以為有了知識和經驗就可以完全免疫於恐懼——恐懼是人類的本能，無法消除，只能管理。防空演習的目的不是讓你在暴跌中毫無感覺，而是讓你在感到恐懼的同時依然能夠做出正確的決策——也就是什麼都不做。

如果你完全無法承受投資虧損帶來的心理壓力，那也沒有關係。誠實地面對自己的風險承受能力，不要勉強。你可以把錢放在定期存款裡安安穩穩地生活，這沒有什麼丟人的。投

資不是人生的必修課，也不是每個人都必須參與的遊戲。但如果你決定參與，就必須做好最壞的準備。沒有準備好就衝進市場的人，才是真正的賭徒。

15 年水下：退休者真正要擔心的風險

最後我要專門給已經退休、或者即將退休的朋友講一段話。**對你們來說，最壞情況不是“跌 70%”——是“跌完之後，要等 15 年才回本”。**

我們在《為什麼是納斯達克 100》一節裡給過 QQQ 1999 年到 2026 年的真實曲線：從約 \$53 漲到 \$672，年化大約 10%。但如果你不幸在 **2000 年網際網路泡沫的最高點退休、並把全部資產一次性投入指數基金**，那麼：

- 2000 → 2002 年：QQQ 從高點跌掉約 85%，你的賬面縮水到不到原來的兩成。
- 2003 → 2007 年：緩慢爬升，但還沒回到 2000 年的高點。
- 2008 年：再來一次全球金融危機，又跌掉 50%。
- 2009 → 2015 年：連續上漲——直到 2015 年前後，你才終於追回當年那個起點。

整整 15 年，你的賬面一直處在虧損狀態。如果你這 15 年裡靠的是從這筆投資裡“賣股票變現”過日子，那你大機率會在中間某一年因為現金流斷裂而被迫低點賣出，永遠失去後面那段反彈。在高點退休、又沒有持續買入現金流的人，遇到這種 15 年水下的行情，是真正會被市場“清場”的一群人。

這就是為什麼 CLEC 給退休者的紀律比上班族嚴格得多：

1. **三年生活費現金墊**——任何時候，賬戶裡都要躺著夠你過三年的錢，不動。三年是 2000–2002 那段最長連續熊市的實證長度。
2. **質押比例不超過 20%**——市場即使跌 70%，你的剩餘淨值仍然遠高於負債，不會被強制平倉。
3. **永遠不賣**——15 年水下的關鍵不是“賬面”，是“行為”。賬面虧損只要你不賣出，它就還在等你回本；一旦你賣了，它就變成了真虧損。

請把這一節讀三遍。退休的人不能像年輕人一樣“輸得起再來一次”——你的時間視窗短，你需要的是結構性的安全，而不是更高的潛在收益。三年生活費 + 20% 質押上限 + 永遠不賣，是這本書給退休者的三道防線。

本節要點：

- 一、投資前必須回答三個問題：跌 70% 能否正常生活？連跌三年能否不賣出？腰斬再腰斬（跌 75%）能否保持冷靜不操作？任何一個問題答不上來，就說明你還沒準備好進場。
- 二、緊急備用金是投資者最基本的安全墊。上班族預留半年生活費，退休者預留三年生活費。這筆錢不用於投資，確保即使遭遇最極端的市場下跌和個人狀況變化，也不需要被迫賣出投資倉位。

三、“防空演習”的習慣至少每半年執行一次：模擬市場跌 70% 的場景，檢視質押維持率、備用金餘額和短期支出需求。演習的目的不是消除恐懼——恐懼是人的本能——而是讓你在恐懼中仍能做出正確的決策：什麼都不做。

12.6 尺高的人與 2 尺深的水

任何高點未來都是低點。但是還是有人會在市場破產，因為短期下跌的幅度無法想象——尤其是你做了融資。融資斷頭那一下，看不到明天的太陽。

這一節的核心可以講到最赤裸的版本：長期來看市場永遠漲不停，6 尺高的人長期來看不該淹死在平均 2 尺深的水裡——**但如果你做了融資（margin），市場短期跌下去，證券商把你強制斷頭，你就出局了。出局的人看不到明天的反彈，也看不到明天的太陽。**

所以這一節的論點不只是“小心倉位”——是 CLEC 反對一切形式的“融資交易”（margin trading）的結構性原因。質押（pledge）和融資（margin）是兩件不同的事——質押用資產做抵押，平倉機制相對寬鬆、利率低；融資是直接借券商的錢買股票，平倉機制毫不留情，一旦觸發維持率不足就強制賣出。**這本書永遠反對融資。**

“年化報酬率 9%”——當你第一次聽到這個數字的時候，可能會覺得平淡無奇、毫無驚喜。9%，比定期存款好一些，但也不算上暴利。每年賺 9%，似乎是一件波瀾不驚的事情。但這個認知隱藏著一個致命的陷阱。年化報酬率 9% 不是說市場每年穩穩地上漲 9%。它的真實含義是：有些年份市場上漲 40%、50% 甚至更多，有些年份市場下跌 30%、40%、甚至 80%，把所有年份的收益平均下來，年化是 9%。

這就是那個“6 尺高的人淹死在平均 2 尺深的水裡”的比喻的核心含義。一個身高 181 公分（約 6 英尺）的人，站在一條平均水深 60 公分（約 2 英尺）的河裡，按理說應該安全得很——水還不到他膝蓋。但這條河的水深不是均勻分佈的。有些地方只有一尺深，淺到你_{可以看見河底的石頭}；但有些地方深達十尺，足以將你完全淹沒。平均水深 2 尺，只是一個統計數字，它掩蓋了極端值的存在。你不會淹死在平均水深裡，你會淹死在最深的那個坑裡。

投資也是同樣的道理。年化 9% 的報酬率掩蓋了極端年份的劇烈波動。讓我列舉一些真實的年度收益資料：2008 年 S&P 500 下跌了 37%，2020 年 3 月單月下跌超過 30%（雖然年底收正），2022 年納斯達克 100 下跌了超過 30%。而在上漲的年份，2009 年 S&P 500 上漲了 26%，2019 年上漲了 29%，2023 年 QQQ 上漲了 54.85%。把這些巨幅波動的年份全部平均在一起，你得到的是一個看起來溫和無害的“年化 9%”。但如果你只看到這個平均數就認為投資是一件低風險的事情，那你就是那個站在“平均 2 尺深”的河裡、對腳下可能存在的深坑毫無覺察的人。

問題的關鍵在於：你的財務狀況能不能承受那個“最深的坑”。如果你的全部資產都投入了市場，沒有留任何備用金，那一次 40% 的下跌就足以摧毀你的生活。如果你在質押的基礎上又借了過多的錢，那一次大跌就可能觸發強制平倉，讓你血本無歸。年化 9% 的平均回報並不能保護你免受單一年份暴跌的衝擊。保護你的是倉位管理和風險控制。

讓我用一個**假設案例**來說明倉位管理失控的風險。假設有一位 29 歲的年輕人，把銀行貸來的 200 萬臺幣加上自己的積蓄全部買入 00662，然後又把這些 00662 質押了六成，借出來的錢再次買入 00662。這意味著他的實際槓桿率非常高——股票下跌的損失會被槓桿放大，而且如果跌幅超過一定程度，銀行就會強制賣出他的股票來彌補貸款。如果他恰好踏在市場上升的階段，賬面回報會很漂亮。但這並不意味著他做對了。

風險其實只有一句話：“假設你是在 2022 年初這種高位做這個操作，市場隨後跌了 40%，你可能就破產了。”六成質押意味著銀行借給你的錢相當於你股票市值的 60%。如果股票跌 40%，你的剩餘股票價值已經不足以覆蓋銀行的貸款加利息，銀行就會發出追加保證金的通知。如果你拿不出額外的現金來補倉，銀行就會在低點強制賣出你的股票——這就是所謂的“爆倉”。一旦爆倉，你不僅失去了所有的股票，還可能倒欠銀行一筆錢。

這就像俄羅斯輪盤賭。左輪手槍有六個彈倉，其中一個裝了子彈。你對準自己的腦袋扣扳機，五次中會有四次沒事——生還機率高達 83%。但只要有一次中彈，遊戲就永遠結束了。六成質押就是在玩這個遊戲。大部分時候市場不會跌到讓他爆倉的程度，所以大部分時候他會沒事。但只要有一次——僅僅一次——市場跌幅超過了他的承受極限，他的全部財富就會在一夜之間歸零。而在幾十年的投資生涯中，遇上一次極端行情的機率不是小機率事件，而是接近必然的。

讓我用具體數字來演示不同質押比例在極端行情下的結果。假設你持有價值 1000 萬臺幣的 00662，年化回報率 10%。

場景一：質押 20%，借出 200 萬。市場下跌 70%後，你的股票市值變為 300 萬，貸款餘額 200 萬。淨資產仍有 100 萬，質押維持率為 $300 \text{ 萬} / 200 \text{ 萬} = 150\%$ ，遠高於銀行通常要求的 130%安全線。你不會被追加保證金，不會被強制平倉，可以安全地等待市場反彈。

場景二：質押 40%，借出 400 萬。市場下跌 70%後，股票市值 300 萬，貸款餘額 400 萬。你的淨資產變成了負的 100 萬——你已經資不抵債了。維持率 $300 \text{ 萬} / 400 \text{ 萬} = 75\%$ ，遠低於安全線。銀行會強制賣出你的股票，你失去一切。

場景三：質押 60%（高槓桿操作），借出 600 萬。市場只需要下跌 50%，你的股票市值就變成 500 萬，貸款餘額 600 萬，淨資產負 100 萬，直接爆倉。甚至不需要跌 70%——跌 50%就夠了。而納斯達克 100 指數在 2000 年到 2002 年期間跌幅超過 80%，在 2008 年跌幅超過 50%。這些不是假設，是已經發生過的歷史事實。

這就是 CLEC 鐵律中“質押不超過 20%”這條規則的由來。不是拍腦袋定的數字，而是經過極端情境測試後得出的安全邊際。20%的質押比例意味著即使市場跌去 70%——這是一個在美國股市兩百年歷史中最極端的情境——你的維持率仍然保持在安全線以上。你不會被強制平倉，你的股票不會被賣出，你可以完整地保留倉位等待市場恢復。

再回到 6 尺高的人與 2 尺深的水。年化 9%的回報就是那個“平均 2 尺深”。它告訴你長期來看水很淺，你不會有生命危險。但那些年份中偶爾出現的暴跌——一年跌 40%、跌 50% 甚至跌 80%——就是那個隱藏在水面下的深坑。如果你沒有做好倉位管理，沒有控制好

質押比例，沒有留足緊急備用金，那你就是那個不知道水下有深坑的六尺高男人。他看著“平均 2 尺深”的資料，自信滿滿地走進河裡，然後在毫無防備的情況下一腳踏進了十尺深的坑——再也沒有浮上來。

投資理財的核心不是追求回報的最大化，而是確保你在追求回報的過程中不被任何一次極端事件消滅。你必須先活下來，才有資格享受複利的果實。控制風險不是膽小怕事，而是對自己和家人負責任的表現。CLEC 的所有鐵律——永遠不賣、有錢就買、崩盤時不恐慌——都建立在一個前提之上：你已經做好了充分的風險準備。沒有這個前提，所有的投資策略都是空中樓閣。

本節要點：

一、“年化 9%”掩蓋了極端年份的劇烈波動——有些年份漲 50%、有些年份跌 40%以上，平均才是 9%。6 尺高的人淹死在平均 2 尺深的水裡，因為有些地方深達十尺。投資者被消滅，不是因為平均回報不夠高，而是因為沒有做好應對極端年份的準備。

二、以 1000 萬臺幣持倉為例：質押 20%在市場跌 70%後仍安全（維持率 150%）；質押 40%在跌 70%後資不抵債；質押 60%只需市場跌 50%即爆倉。“質押不超過 20%”這條鐵律不是保守，而是經過歷史極端情境測試後的安全底線。

三、投資理財的核心不是回報最大化，而是確保不被任何一次極端事件消滅。你必須先活下來，才有資格享受複利的果實。CLEC 所有鐵律——永遠不賣、有錢就買、崩盤不恐慌——都以充分的風險準備為前提。沒有這個前提，一切策略都是空中樓閣。

理財鐵律四：善用質押，遠離保證金

● 質押：永遠不賣也能花錢 ● 保證金交易是毒藥 ● 永遠不繳資本利得稅

銀行不是存錢的地方，是借錢的地方。

13. 質押：永遠不賣也能花錢

財商有多高，你的財富才有多高。

資本家的第一件事：學會借錢

在講質押之前，我要先講資本家學會的第一件事——借錢。

如果你是剛入社會的年輕人，臺灣、新加坡這類金融體系成熟的市場都有一項極好的工具：**信用貸款**（信貸）。只要你有薪資收入，第一份薪水拿到手就可以去銀行辦信貸。利率低、期限長（七年到十年），不需要任何抵押。這筆錢一次性到賬，立刻投入指數基金。

很多人會說：“我何必借錢？我用每月的結餘慢慢分批買進，是不是一樣？”——其實很不一樣。

舉個簡單的算式：你借 100 萬、利率 2%、期限十年的信貸，一次性投入指數基金。按長期年化 10% 算，**5 到 7 年**這 100 萬就翻倍變 200 萬。你這 100 萬一從第一天起就在“完整的本金上”複利，時間是它的朋友。反過來，如果你不借錢、用每月的結餘分批買，那麼七年裡最後那一筆錢才剛投進去、還沒複利多久；前面早期那幾筆即使複利滿 7 年，金額也很小。最後你存了 7 年的錢很可能離 200 萬還遠。

請注意我這個對比的前提：你借的是**長期低息信貸**，投入的是**廣義指數基金、永遠不賣**。如果你借錢之後去炒個股、做槓桿 ETF、被市場一波動就割肉——那就跟我說的根本不是同一件事。這條路徑建立在兩個前提上：低息長期借款 + 廣義指數 + 永遠不賣。三者缺一不可。

資本家從第一天就懂得用別人的錢讓自己的資產先長大；勞工只懂得“等我攢夠了再投資”。兩種思維拉開十年，財富差距就開始指數級分化。

用質押替代賣出

前面的章節反覆強調了一個核心信條：永遠不賣。買進納斯達克 100 指數基金之後，無論漲跌、無論牛熊，絕不賣出。這是一切財富增長的基石。可是當你聽到這句話的時候，心裡一定會冒出一個非常現實的問題——如果永遠不賣，那我需要用錢的時候怎麼辦？退休之後沒有薪水了，難道喝西北風嗎？

這個問題的答案就是兩個字：質押。

所謂股票質押，機制其實非常簡單。你把手上持有的股票作為抵押品，向銀行或券商借出一筆現金。這筆借款有利息，但利率極低。以臺灣為例，目前用元大臺灣 50 (0050) 或富邦 NASDAQ (00662) 做質押，利率大約只有百分之二點三到二點三五。在美國，透過大型券商進行股票質押借款 (Securities-Based Lending)，利率也相當有競爭力，遠低於信用卡或個人信貸的利率。你拿到了現金，可以用來生活開銷、旅行、買車、照顧家人——而你的股票一股都沒有賣掉，它們仍然靜靜地待在你的賬戶裡，繼續參與市場的上漲，繼續為你累積財富。

這就是質押和賣出之間最本質的區別。賣出是永久性地放棄了資產的未來增長權。你今天賣掉價值一百萬的股票換了一百萬現金，這一百萬現金花完就沒了；可是那一百萬的股票如果不賣，十年後可能變成三百萬，三十年後可能變成數千萬。質押則不同——你只是暫時借用了一筆流動性，你的資產所有權完整保留，增長從未中斷。用一個比喻來說，賣出就像把下金蛋的鵝殺掉吃了一頓，質押則是讓鵝繼續下蛋，你只是跟鄰居借了一盤菜先吃著。

讓我講一個真實的案例。有一位學生寫了封郵件來，興奮地告訴我：他用 00662 做質押，以百分之二點三五的利率借了一筆錢，買了一臺特斯拉。不僅如此，他把自己的舊車賣掉

之後，拿到的錢又全部投入 00662，繼續買進。他在郵件裡寫了一句讓我印象深刻的話：“老師，我完全沒有花到自己一毛錢。我的資產全部都還在，而且還越來越多。我的薪水照樣拿去買進，我還多了一臺特斯拉可以開。”

你仔細想想這個操作的精妙之處。他沒有賣出任何一股股票，所以資產的增長權完整保留。他借的錢利率只有百分之二點三五，而他的投資長期年化報酬率在百分之十以上——中間有將近八個百分點的利差，等於銀行在替他賺錢。他把舊車賣掉的錢重新投入市場，等於把一個貶值資產（汽車）轉化成了一個增值資產（指數基金）。最終的結果是：他擁有了一臺新車，資產不減反增，每個月的薪水繼續投入市場，財富的雪球越滾越大。而他的那些沒有學過這套方法的朋友們呢？有的貸款買車，每月還車貸壓得喘不過氣；有的省吃儉用攢了幾年才買得起一臺車，花完了積蓄，賬戶裡空空如也。同樣的起點，不同的財商，命運從此分岔。

財商有多高，你的財富才有多高。這句話不是空談。同樣一筆錢，財商低的人直接花掉，花完就沒了；財商中等的人存起來放定存，賺一點微薄的利息；財商高的人用這筆錢去投資，讓它持續增長，需要花錢的時候用質押借出來，本金和增長一分都不損失。三種做法，三種命運，差距會隨著時間的推移越拉越大，最終形成天壤之別。

現在讓我來解釋一個很多人覺得不可思議的事情：為什麼銀行不希望你還錢？

這聽起來像是一句反話，但如果你理解銀行的商業模式，就會發現這是再合理不過的邏輯。銀行的“庫存”是什麼？是錢。銀行最怕的事情是什麼？是錢堆在自己手裡借不出去。對銀行來說，你來借錢，它最開心——因為你借走了它的庫存，它可以收利息。你有借有還，信用越來越好，它就越想借更多的錢給你。你一開始借六十萬，按時付息，過一陣子它會主動來問你：“要不要再多借一百萬？”它不是在做慈善，它是在做生意——你借得越多，它賺的利息越多，它的庫存週轉效率就越高。所以銀行天然地希望優質客戶多借少還、長期持有債務。

那為什麼房貸一定要你還？為什麼房貸有三十年的期限，到期必須還清？原因在於抵押品的性質。房子是會折舊的資產——它會越住越舊，管線會老化，結構會損耗，屋頂會漏水。三十年後，一棟房子的殘值可能已經所剩無幾。如果銀行讓你無限期借下去，萬一你到第四十年不還了，把那棟破房子扔給銀行，銀行就虧大了，因為那棟房子已經不值什麼錢了。更極端的情況是，房子可能一夜之間被天災毀掉——地震、火災、颶風，一場災難就能讓抵押品化為烏有。所以銀行必須設定還款期限，在房子還有價值的時候把錢收回來。

可是股票完全不同。納斯達克 100 指數基金不會“變舊”，不會“折舊”，不會被火燒掉，不會被地震震塌。它代表的是全球最優秀的一百家科技公司的集體成長，只要人類文明在進步、科技在發展，它的價值就在持續增長。所以用股票做質押，銀行根本不需要你還本金——你的抵押品非但不會貶值，還在年復一年地增值。對銀行來說，這是最理想的客戶：抵押品越來越值錢，利息穩穩地收，風險比房貸還低。

理解了這一層，你就明白了質押的本質：這不是一種投機取巧的技巧，而是一種建立在資產持續增長基礎上的、銀行和借款人雙贏的金融安排。你不需要賣掉資產就能獲得現金流，銀行不需要擔心抵押品貶值就能穩收利息。這就是為什麼“永遠不賣也能花錢”不是一句口號，而是一種切實可行的生活方式。

讓我用具體的數字做一個利差分析。假設你的投資組合價值一千萬，長期年化報酬率為百分之十。你質押借出兩百萬（百分之二十），利率百分之二點三五。一年下來，你的利息支出是四萬七千元。但你的投資組合在同一年增長了百分之十，也就是一百萬元。扣掉利息，你淨賺九十五萬三千元——而且你還額外多了兩百萬現金可以使用。這就是質押的威力：你付出的成本微乎其微，而保留下來的增長空間則是巨大的。如果你把那兩百萬賣掉套現呢？你拿到了兩百萬現金，但從此失去了這兩百萬在未來數十年的複利增長。十年後，這兩百萬可能已經變成了五百萬、六百萬。你為了今天的兩百萬，放棄了未來的數百萬——這就是賣出的代價。

Apple Card 退傭再投資：閉環的極致

最後我要把“借錢-投資-退傭再投資”這個閉環講到最極致——這是我自己每天在過的日子。



圖10：消費→退傭→退傭再投資→投資增長→覆蓋借款利息→永遠不賣。

我現在的生活方式是這樣的：所有的開銷——繳稅、生活費、旅遊費、餐費、出行——**全部用信用卡刷**。月底賬單到了，我**借錢去繳卡費**，自己的資產一毛錢都不動用。這聽起來很不合常理，但仔細看：

- 我用 Apple Card 刷出去的每一筆，都會拿到 1%–3% 的**退傭**（cashback）。
- 退傭每個月幾百美金，我**全部拿去再買指數基金**——這是一筆我“憑空”多出來的投資本金。
- 月底卡費由我事先安排好的低息信貸或質押來付，自己的指數基金一股都不賣。
- 時間拉到幾十年後，那筆本金 + 複利的總值，遠超我當初為了“湊卡費”而借出去的所有利息加總。

把數學拍出來：假設我刷 100 塊、拿到 2 塊退傭。我借 100 多塊去繳卡費，過幾十年之後，借款利息加起來可能讓我「賬面上」欠銀行 1500 塊；但那 2 塊退傭再投資 40 年、按 10% 年化複利，可能漲到 2,000–3,000 塊。等於我花的這 100 塊，最後淨支出趨近於 0，甚至是負的——我等於不花錢在過日子。

這條路的關鍵不是 Apple Card（你用任何高退傭的信用卡都行），是那個閉環：消費 → 退傭 → 退傭再投資 → 投資增長 → 增長去覆蓋借款利息 → 永遠不賣原本資產。這是資本家最終極的金融生活方式。它需要三個前提：你的信用足夠好、你的資產規模足夠大、你的紀律足夠強。這三件事任一缺位，你都不能這麼玩。這一節給出來不是讓你今天就照做，是讓你明白：等你資產越過某個臨界點之後，你的「花錢」和「賺錢」是同一件事。

本節要點

一、質押是以持有的股票為抵押向銀行借款的機制，利率極低（臺灣約百分之二點三至二點三五），借款人無需賣出任何一股股票即可獲得現金流。資產的所有權和增長權完整保留，這與賣出後永久喪失未來增長截然不同。

二、銀行的庫存是錢，借不出去才是銀行的問題。優質客戶多借少還、長期持有債務，對銀行而言是最理想的狀態。股票不會折舊、不會被天災毀壞，作為抵押品比房產更安全，因此銀行樂見股票質押客戶長期續借。

三、質押借款利率與資產增長率之間存在巨大的利差空間。以百分之二點三五的成本借用流動性，保留百分之十以上的年化增長，這種利差會隨時間產生驚人的財富累積效果。賣出的代價不是今天失去的那筆錢，而是這筆錢在未來數十年的複利增長。

14. 保證金交易是毒藥

六發子彈的左輪手槍，六格中有一格是實彈。你往自己腦袋開一槍，大部分情況不會被打到——可一旦打到，你就完了。

§13 談了質押的好處，這一節談它的「邪惡雙胞胎」——**保證金交易（Margin Trading）**。兩者表面相似（都用股票抵押借錢），本質截然不同——這個區別足以決定你是財務自由還是一夜破產。

質押 vs 保證金：核心區別

- **質押借款（Securities-Based Lending）**：拿股票做抵押，借出現金用於生活開支。借出的錢和投資賬戶是分開的，你不會因市場下跌而被強制賣出股票（前提是質押比例控制在安全範圍內）。
- **保證金交易（Margin Trading）**：用借來的錢去買更多的股票——放大槓桿。賬戶淨值跌到某個臨界點以下，券商會發出 Margin Call 要求你追加資金；無法補足就強制賣出你的股票。

強制平倉機制是保證金交易最致命的毒性。它意味著——在市場最恐慌、股價最低迷、最
不應該賣出的時候，你被迫賣出。所有長期投資的智慧都告訴你在恐慌底部要加碼買進；
保證金交易逼著你做完全相反的事：在最低點賣出，鎖定虧損，永久喪失回本的機會。你
不是被市場打敗的，是被自己的槓桿打敗的。

CLEC 的鐵律：只用質押，永不碰保證金；質押比例 $\leq 20\%$ 。

不同質押比例的極端壓力測試

假設原始資產 1,000 萬，市場跌 70%（極端情境）：

質押比例	借款	跌後市值	淨值	維持率	狀態
10%	100 萬	300 萬	200 萬	300%	非常安全
20%	200 萬	300 萬	100 萬	150%	安全（鐵律線）
30%	300 萬	300 萬	0	100%	懸崖邊緣
50%	500 萬	300 萬	-200 萬	60%	已破產
60%	600 萬	市場只需跌 40% 就資不抵債	—	—	直接破產

40% 的跌幅在納斯達克歷史上並不罕見——2000、2008、2022 年都發生過。這就是為什
麼 20% 是鐵律，不是建議。超過這條線，你就從投資者變成了賭徒。

俄羅斯輪盤的比喻

六成質押就是俄羅斯輪盤——大部分時候你不會被打到，可只要中一次就永遠歸零。在
30-40 年的投資生涯裡，極端崩盤幾乎是必然會發生的事。你用過高槓杆賭的不是“會不
會出事”，是“什麼時候出事”。

一輩子你只要碰上一次極端行情加過高槓杆，你就從負數重新開始——因為你還欠銀行的
錢。這就是保證金思維和過度質押的終極風險：它讓你在所有好日子裡多賺一點，卻在一
個壞日子裡輸掉一切。

只用質押，永不碰保證金；質押 $\leq 20\%$ 。這不是保守，這是生存。

本節要點：

一、質押借款 vs 保證金交易：質押是借錢生活、不會被強制平倉；保證金是借錢加碼、
市場下跌時會被強制在最低點賣出，將暫時賬面虧損變成永久實際損失。

二、質押比例的安全上限是 20%，這是鐵律。市場跌 70%，20% 質押的維持率仍有 150%；
30% 是懸崖邊緣；50% 已破產；60% 只需市場跌 40% 就破產。

三、過度質押如同俄羅斯輪盤——大部分時候不出事，但只要中一次就永遠歸零。投資生
涯越長，極端崩盤越不是偶而是必然事件。控制槓桿、保住本金、讓複利有時間——這
才是終極策略。

本節要點

一、質押借款和保證金交易雖然形式相似，本質截然不同。質押是借錢生活，不會因市場波動觸發強制平倉；保證金是借錢加碼投資，市場下跌時會被強制在最低點賣出，將暫時的賬面虧損變成永久的實際損失。

二、質押比例的安全上限是百分之二十，這是一條鐵律而非建議。在一千萬的資產中質押兩百萬，即使市場暴跌百分之七十，維持率仍有百分之一百五十，不會觸發追繳。超過百分之三十的質押比例，在極端行情下就有破產風險。

三、過度質押如同俄羅斯輪盤：大部分時候你不會出事，但你只需要出一次事就永遠沒有翻身的機會。在長達數十年的投資生涯中，極端崩盤是必然事件而非偶然事件。控制槓桿、保住本金、讓複利有時間發揮作用——這才是投資的終極策略。

15. 永遠不繳資本利得稅

Income tax 有 income 才要稅。我都搞到沒 income 還負債了，哪還有什麼稅？

稅，是財富的隱形殺手。每一次你賣出股票獲利，政府就來分一杯羹——美國短期資本利得按普通所得稅率最高 37%；長期資本利得（持有 > 1 年）也要 15–20%；高收入者還要加 3.8% NIIT。在臺灣雖然目前沒有資本利得稅，但海外所得超過一定金額也要納入最低稅負計算。稅都是無法迴避的現實——除非你根本就不產生應稅收入。

CLEC 的策略恰恰做到這一點：不賣 → 沒有已實現收益 → 沒有應稅所得 → 不用繳稅。這不是避稅、不是逃稅，是完全合法的零稅率策略——全世界所有稅法下都成立的基本原則。

買借傳（Buy-Borrow-Die）：完整的零稅務閉環

把“永遠不賣”配上質押 + 傳承，是一個完整的合法零資本利得稅閉環：

1. **買入**：用閒錢買入納指 100 指數基金。買入不產生任何稅務事件。
2. **持有 + 增值**：賬面增值是“未實現收益”，不論漲 10% 還是漲 100 倍都不構成應稅所得。
3. **質押借款**：需要用錢時不賣出，用股票質押向銀行借款。借來的錢是負債，不是收入——不產生稅務義務。利息支出在某些稅務轄區下還可能有抵扣效果。
4. **生活消費**：用借出來的錢生活、享受人生，資產繼續在指數基金裡以遠高於借款利率的速度增長。
5. **傳承（美國）**：資產和債務一起傳承給後代。美國稅法的“成本基礎提升”（Step-up in Basis）讓繼承人的成本基礎重置為繼承時的市場價。如果你原始成本 100 萬、傳承時市值 1 億，那 9,900 萬的增值一分錢稅都不用繳——前提是你從未賣出。

把五步串起來：買入→持有增值→質押→生活→傳承——全程零資本利得稅。不需要聘請高薪稅務律師，不需要在海外設立信託或殼公司——你只需要做一件最簡單的事：不賣。

真正的富人在稅表上往往最窮

這就是財富世界最弔詭的一幕：擁有數億資產的人，因為從不賣出所以沒有所得；因為用質押借款過日子所以賬面上是負債狀態。稅務局開啟報稅表一看：沒賣出任何股票、沒有實現資本利得，還有借款利息可以申報——這個人在法律意義上是一個“窮人”。合法合規，無懈可擊。

反過來，每天追漲殺跌、頻繁交易的人呢？每一次賣出都在為政府貢獻稅收，每一次獲利了結都在削減自己的複利基數。到頭來頻繁交易者繳的稅，可能比他們賺的錢還多。

年金的隱形稅務陷阱

特別提醒一種容易被忽略的陷阱：**年金（Annuity）**。表面上年金提供穩定退休現金流——但年金收入是**應稅所得**。更糟糕的是，如果你同時持有 Traditional IRA 並計劃轉 Roth IRA，年金收入會大幅推高當年應稅所得，導致 Traditional → Roth 的轉換要繳遠高的稅。**那些買了年金的人，幾乎無法在退休後有效完成 Traditional → Roth 轉換**——因為光是年金收入就把稅率檔位推得很高了。年金不僅回報率低、流動性差，還會在稅務層面對整體財務規劃造成連鎖傷害。

最好的稅務策略，就是最簡單的投資策略：買入，持有，永遠不賣。

本節要點：

一、不賣出→沒有已實現收益→沒有應稅所得→不用繳資本利得稅。這是全世界稅法下都成立的基本原則，完全合法合規。

二、買借傳閉環：買入持有增值不繳稅；用錢時質押借款（借款 = 負債，不是收入）；傳承時美國稅法 Step-up in Basis 把成本基礎重置為繼承時市價——全程零資本利得稅。

三、年金（Annuity）是被忽略的稅務陷阱：年金收入是應稅所得，會大幅干擾 Traditional → Roth IRA 的轉換規劃。**永遠不賣 + 質押借款** 是無懈可擊的合法稅務策略。

本節要點

一、不賣出就沒有已實現收益，沒有已實現收益就沒有應稅所得，沒有應稅所得就不用繳資本利得稅。這是全世界稅法下都成立的基本原則，完全合法合規，也是最強大的稅務策略。

二、質押借款所得的現金不是收入、不是利得，而是負債，不產生任何稅務義務。真正的富人在稅務報表上往往看起來最窮——因為他們從不賣出，所以沒有所得，只有不斷增長的資產和合理的負債。

三、年金收入會推高應稅所得，嚴重干擾 Traditional IRA 轉 Roth IRA 的規劃，是一個常被忽略但殺傷力巨大的稅務陷阱。而“永遠不賣”加“質押借款”的組合，可以讓你的資產和債務一起傳承給後代，在美國還能享受成本基礎提升的稅務優惠，實現全程零稅負。

理財鐵律五：遠離噪音與詐騙

● 不要聽專家的 ● 不要買的東西 ● 警惕詐騙

夏蟲不可語冰。

16. 不要聽專家的

聽到、知道、瞭解、相信、執行、堅信、忍耐、信仰——你到了哪一層？

投資不是懂越多越好。學得越少越好——只要學會“有錢就買，打死不賣”。

金融業是一個龐大的產業，它僱用了數以百萬計的從業人員，建造了無數的高樓大廈，執行著複雜精密的交易系統。可是你有沒有想過一個最根本的問題：金融業靠什麼賺錢？

答案很簡單：靠你的交易賺錢。每一次你買進或賣出，都要支付手續費、佣金、價差。你交易的次數越多，金融業賺的錢就越多。所以金融業天然地、結構性地希望你多交易。它不希望你的買了之後放著不動三十年——因為這樣它只賺一次手續費。它希望你今天買明天賣、這周進那周出、追漲殺跌、不斷輪動——因為每一次操作都是它收割你的機會。

這就是為什麼銀行的理財專員總是在推薦新產品，為什麼證券公司的分析師總是在給出買賣建議，為什麼財經媒體總是在製造恐慌或狂熱。他們不是在幫你賺錢，他們是在幫自己賺錢。你認為你在獲取專業的投資建議？不，你獲取的是精心包裝的銷售話術。那個坐在你對面、衣著光鮮、談吐專業的理財專員，他推薦給你的每一個產品背後都有佣金。他推薦你做資產配置——股票配一些、債券配一些、基金配一些、保險配一些——看起來分散風險非常專業，實際上是讓你在更多的品類上繳納手續費和管理費。你配置得越複雜，他賺的越多。

有人問我：“老師，那教科書上說的資產配置不對嗎？不是應該股債平衡、分散投資嗎？”我的回答是：教科書的講法是金融業的牢籠。教科書是誰寫的？大部分是金融學教授，他們和金融業有著千絲萬縷的利益關聯。金融業需要一套理論來合法化它的商業模式，於是“現代投資組合理論”應運而生。這套理論告訴你，分散投資可以降低風險——這句話本身

不算錯，但它隱含的操作建議是：你需要同時持有多種資產類別，定期再平衡，不斷調整配置。每一次調整，都是一次交易。每一次交易，金融業都收一筆費用。而更深層的問題在於——從兩百年的歷史資料來看，債券的長期回報率遠遠低於股票。你把一部分錢從高回報的股票轉移到低回報的債券，表面上是降低了波動性，實際上是犧牲了長期的財富增長。你不需要資產配置，你不需要債券。你需要的只有一樣東西——納斯達克 100 指數基金。

金融業的利益衝突是結構性的，不是個別從業者的道德問題。一個銀行理財專員可能真心想幫助客戶，但他的考核指標是銷售額、是佣金收入、是產品轉化率。他不幫你買東西，他就沒有薪水、沒有獎金、沒有業績。在這樣的制度下，即使是最有良知的從業者，也很難给出真正對你有利的建議。因為對你最有利的建議是“買入納斯達克 100 指數基金，然後忘掉它三十年”——可是這個建議對金融業的營收貢獻為零。沒有人會因為給你這樣的建議而升職加薪。

所以你不需要理財專員，不需要基金經理，不需要分析師，不需要任何“專家”。你需要的是自己的獨立思考和判斷。這說起來容易，做起來其實非常難——因為你每天都被鋪天蓋地的金融噪音包圍著。財經新聞告訴你今天市場為什麼漲、明天為什麼會跌；分析師給出的評級從“強烈買入”變成“持有”又變成“賣出”；朋友在聚會上分享他買了什麼賺了多少；社交媒體上各種“老師”在炫耀他們的交易戰績。這些資訊像潮水一樣湧來，讓你焦慮、讓你動搖、讓你忍不住去操作——而每一次操作，可能都在損害你的長期利益。

怎麼才能抵禦這些噪音？答案在於信念的層次。從“聽到”一個投資理念開始，到最終讓它變成你的信仰，中間要經過八個層次：聽到、知道、瞭解、相信、執行、堅信、忍耐、信仰。

你今天聽到我說“只買納斯達克 100 指數基金，永遠不賣”——這是第一層，“聽到”。你上網查了一下，看了一些資料，覺得好像有道理——這是第二層，“知道”。你深入研究，理解了背後的邏輯：為什麼指數長期上漲、為什麼分散到個股不如集中於指數、為什麼頻繁交易會損害收益——這是第三層，“瞭解”。你被說服了，認為這確實是正確的方法——這是第四層，“相信”。可是請注意，前面這四個層次都只停留在“知”的層面。你知道了、你相信了，但你還沒有行動。很多人在這四層之間兜兜轉轉好幾年，相信了卻不買，瞭解了卻不執行，知道了卻還在短線操作——這樣的“知道”毫無價值。

第五層是“執行”——你真的去開戶了，真的把錢投進去了，真的買了納斯達克 100 指數基金。這是火車開動的一刻，是從想法到行動的跨越。但真正的考驗在後面。第六層是“堅信”——當 2022 年市場大跌百分之三十、四十的時候，你還相信這個策略是對的，你不賣。第七層是“忍耐”——市場持續低迷一年、兩年、三年，你的賬戶不斷縮水，周圍的人都在說你做錯了，你咬牙忍住，不動如山。第八層是“信仰”——到了這個層次，市場的漲跌已經無法動搖你分毫。你不需要忍耐，因為你根本不覺得有什麼需要忍耐的。你不是在抵抗恐懼，你是根本沒有恐懼。市場跌了？太好了，更便宜了。市場漲了？很好，繼續漲。市場橫盤了？沒關係，時間在我這邊。到了信仰的層次，外部的一切噪音都與你無關，因為你內心的篤定比任何外部資訊都更強大。

大部分人終其一生也到不了信仰的層次。能到“執行”就已經不錯了。但至少你要知道這八個層次的存在，知道自己在哪裡，知道還有多遠要走。不要以為自己“相信”了就萬事大吉——“相信”和“堅信”之間隔著一次真正的市場崩盤，那是區分投資者和投機者的終極試金石。

不要問的清單

CLEC 十幾年下來從學員身上反覆出現一組同樣的問題。這本書把它們一併列出來——**這些都是明確說“不要問”的問題**——不是不願意答，而是這些問題本身就把你引到錯的路上：

1. **個股可以買嗎？我沒在頻道里講過的標的可以買嗎？**——不要問。我們從來不推薦個股，因為個股是賭博。我沒講過的標的不在 CLEC 的體系裡，問也沒用。
2. **現在該買進嗎？現在該賣出嗎？**——不要問。“現在”這兩個字本身就違反了 CLEC 的紀律。我們的策略是“有錢就買，打死不賣”——所以“現在該買”的答案是“是”，“現在該賣”的答案是“不是”。永遠是這個答案。
3. **什麼時候會下跌？什麼時候會上漲？**——不要問。沒人能預測，連巴菲特都不能。預測是金融業賣給你的幻覺，不是投資策略。
4. **還會跌多少？會跌到哪裡？**——不要問。這種問題問出來的時候，你已經在心裡算“要不要先賣出避一下”——這就是恐慌。CLEC 的回答永遠只有一句話：跌多少都不賣。
5. **還會漲多少？會漲到哪裡？**——不要問。漲多少跟你無關——只要你還持有，漲多少都是你的；只要你賣出，漲多少都不是你的。



圖 16：吃麵要加多少辣椒，每個人的胃口不同——資產配置也是。問別人沒用。

還有一類問題雖然沒列在上面 5 條裡，但同樣不要問——

6. 我應該用什麼資產配置比例？

資產配置就像吃麵要加多少辣椒——每個人的胃口不同、辣度不同、口味不同。不會有人問我：“James，你幫我吃麵，請告訴我要加多少辣椒？”——荒謬。資產配置也一樣：你的年齡、家庭負擔、心理承受力、所在國家的稅制，都決定了你應該選哪一檔配置比例。這本書會給你兩套推薦檔位（§26 的 433/442/613 給上班積累期、§22 的 2%/3%/>3% 給退休提領期），但**最終選哪一檔，是你自己的事**。問別人沒用——他不在你的處境裡，他不知道你的辣度。

請你把這六條貼在螢幕邊、貼在你看盤的位置上。每次腦袋裡跳出來這些問題裡的任何一個，請回到這一句金句：

投資不是懂越多越好。學得越少越好。你只要學會一件事——“有錢就買，打死不賣。買什麼？買納斯達克 100 指數基金。”其他不用學也沒關係。

這本書 30 章裡所有的內容，都只是為了讓你在心裡把這一句話扎得越來越深。能把這一句話執行下來的人，就已經超過了市面上 99% 自稱“懂投資”的人。

本節要點

一、金融業的商業模式建立在你的交易之上——你交易得越頻繁，它賺得越多。理財專員推薦的產品背後都有佣金，“資產配置”的教科書理論本質上是金融業合法化其收費模式的工具。你不需要資產配置，不需要債券，你需要的只有納斯達克 100 指數基金。

二、金融業的利益衝突是結構性的：對你最有利的建議（買入並持有三十年）對金融業的營收貢獻為零。因此，你從任何金融從業者那裡獲得的建議，都天然帶有讓你多交易、多付費的傾向，需要保持獨立判斷。

三、從“聽到”到“信仰”有八個層次。前四層（聽到、知道、瞭解、相信）只是“知”的層面，不會讓你富有。真正的考驗從“執行”開始，經歷“堅信”和“忍耐”，最終達到“信仰”——市場的漲跌再也無法動搖你，因為內心的篤定比一切外部噪音都更強大。

17. 不要買的東西

真正好的投資只有一個：納斯達克 100 指數基金。其他的，都比不上。

在這個資訊爆炸的時代，你每天都會被各種投資“機會”轟炸。保險業務員告訴你儲蓄險是最穩妥的理財方式；房產中介說買房是最保值的投資；銀行專員推薦你買債券基金來“平衡風險”；朋友群裡有人在分享某隻個股又漲了百分之五十。每一個人都說得頭頭是道，每一種產品都看似充滿誘惑。可是當你把資料攤開來看，冷靜地做一個長期比較，你會發現：這些所謂的“投資”，沒有一個能和納斯達克 100 指數基金相提並論。

先說保險。我把這件事的結論一字一句重複四遍，因為它太重要：**不要買保險。不要買保險。不要買保險。不要買保險。**任何險都不要——儲蓄險、年金、癌症險、長照險、投資型保單、增額終身壽險——什麼險都不要。你有錢，本身就是最大的保險。

我這一輩子見過非常多家庭。我只見過買一堆保險的窮人，從來沒見過靠買一堆保險變富有的人。這是一句基於二十多年觀察的結論，沒有反例。儲蓄險和年金險是保險公司最熱衷推銷的產品，因為它們給保險公司帶來的利潤最豐厚。保險公司用你的保費去投資，賺取市場回報，然後給你一個遠低於市場回報的“保證利率”——中間的差額就是保險公司的利潤。一份儲蓄險的內部報酬率通常只有百分之二到三，在扣除通貨膨脹之後，實際回報率幾乎為零甚至為負。你以為你在“儲蓄”，實際上你在讓保險公司用你的錢去賺錢，然後分給你一點殘羹冷炙。而且儲蓄險的流動性極差——一旦投入，中途解約要面臨高額的解約金損失。你把本該投入市場、享受百分之十以上年化報酬的錢，鎖在了一個百分之二到三回報的產品裡，這不是理財，這是自縛手腳。

再說房子。這一段我要專門講給所有的年輕人聽：**不要買房子。**我知道這跟你父母從小教你的“成家立業先買房”完全相反，但請你冷靜讀完下面這段再下結論。

房子是一個風險極高的資產。今天你看到很多三、四十歲的中產，因為科技業、金融業的裁員潮，賬上每個月仍然要付十幾萬的房貸卻失去了固定收入——這群人正在經歷的緊張和恐懼，是你應該看清楚的“房貸反作用力”。**我鄭重地講一句話：寧願養孩子，也不要養房子。**孩子會反過來給你愛、給你陪伴、給你下一代；房子只會反過來給你水管漏水、

屋頂老化、牆皮剝落。等你哪天錢多到買房子像買拖鞋一樣輕鬆的時候，你想住什麼樣的豪宅都可以租得到、買得到——而且不必動用你自己的本金，資本家是用銀行的錢去住豪宅的。不要在二三十歲就把整个人生抵押給一棟三十年後只剩破殼的水泥盒子，到那時候你也已經五六十歲、人生最該自由的年紀都被壓死了。

在整個華人世界裡，“買房保值”幾乎是一條不可動搖的信條。父母會說、親戚會說、朋友會說、銀行會說——所有人都告訴你，要買房。可是讓我給你算一筆賬。三十五年前，有人在臺北花一千萬買了一棟別墅。三十五年後的今天，這棟別墅大概值三千萬。看起來漲了兩倍，似乎不錯。可是如果同樣的一千萬在三十五年前投入了納斯達克 100 指數基金呢？以年化百分之十二的報酬率計算，一千萬會變成多少？答案是超過五十億。你沒有看錯——不是五千萬，不是五億，是超過五十億。

即使我們用更保守的年化百分之十來計算，一千萬在三十五年後也會變成將近三億。無論你用哪個數字，結論都一樣：拿來買房子的那一千萬，和拿去投資指數基金的一千萬，三十五年後的差距是數百倍。你買了一棟三千萬的房子，而你本來可以擁有三十億以上的金融資產。這個機會成本，大到令人窒息。

而且，房子是有持有成本的。你要交房產稅、物業管理費、維修費用。屋頂漏水要修，水管老化要換，外牆褪色要翻新。三十五年下來，這些維護費用加起來可能是房價的百分之二十到三十。再加上你為了買房背上的三十年房貸，利息支出又是一筆巨大的成本。把這些成本全部算進去，你的房子的真實回報率遠比表面上看起來的低。更關鍵的是，房子綁住了你的現金流和你的人生。你為了還房貸不敢辭職、不敢創業、不敢對不合理的老闆說不——房子不是資產，房子是一副鍍金的手銬。

不要投資任何債

再說債券——這一節我把話講到不留餘地：**不要投資長期債券。不要投資公司債。不要投資任何債。**

任何形式的債——長期國債、公司債、地方債、可轉債、債券基金、垃圾債、結構債——一律不在 CLEC 的推薦清單裡。理財專員介紹給你的、名字越長越好聽的（什麼“全球高收益債”、“新興市場債”、“美國 BBB 公司債”、“投資級浮息債”），越不要碰。**只要聽到“債”這個字，你就把頭轉開。**

兩百年的資料告訴我們，一美元投入股票，兩百年後變成兩千七百萬美元；同樣一美元投入長期國債，兩百年後只變成三萬四千美元。差距是將近八百倍。債券被包裝成“安全資產”，但從長期來看，債券的回報率甚至很難跑贏通貨膨脹。你以為你在“保本”，實際上你在緩慢地虧損購買力。

真實案例：TLT 在 2020-2026 年跌掉 50%

如果你覺得“長期國債 = 安全”是常識，請看下面這個真實案例。

TLT 是美國最知名的 20 年期國債 ETF，被傳統觀念視為“避險資產”。它從 2020 年的高點約 **\$164** 跌到 2026 年初約 **\$85**——**7 年跌掉一半**。期間它每年付出大約 4% 的股息，但相對於本金 50% 的損失，這點股息根本不值一提。如果你 2020 年高點買入 TLT，到 2026 年的年化報酬大約是 **-5%**——你不但沒有“避險”，你淨虧 5% 一年。

更可怕的是 TLT 的下跌持續了 **5 到 7 年都還沒止住**。這就是利率上升週期裡“長期債券”的真實形態——它不是“短期波動”，是結構性的、慢慢的、看不到底的下行。

這就是債券作為“安全資產”的真相——它不安全，它只是慢慢、安靜地讓你變窮。真正的安全是“長期回報跑贏通膨”——以這個標準來看，債券（包括所謂的“國債”）從來都不是安全資產。

最後說個股。買個股就是在賭你能預測某一家公司的未來——你必須正確判斷這家公司的管理層是否稱職、產品是否有競爭力、行業前景是否光明、財務報表是否真實。你可能判斷對了三次、五次，可只要錯一次，一隻個股歸零或腰斬就能把你前面所有的收益抹平。而指數基金幫你解決了這個問題——納斯達克 100 指數自動篩選出全球最優秀的一百家科技公司，表現差的會被剔除，表現好的會被納入。你不需要做任何判斷，你只需要搭上這輛永遠在自我最佳化的列車。

讓我把這幾種“投資”做一個直觀的長期比較。假設你在三十年前各投入一百萬：

儲蓄險（年化百分之二點五）：三十年後約兩百一十萬。扣除通脹後購買力幾乎不變，等於白忙一場。

房產（年化百分之三至四）：三十年後約二百五十萬到三百二十萬。還沒算維護成本、稅費和房貸利息。算進去之後，真實回報更低。

長期國債（年化百分之四至五）：三十年後約三百二十萬到四百三十萬。聽起來還行，但和股票一比就黯然失色。

標普 500 指數基金（年化百分之十）：三十年後約一千七百萬。

納斯達克 100 指數基金（年化百分之十二至十四）：三十年後約三千萬到五千萬，甚至更多。

同樣的一百萬起點，三十年後的結果從兩百萬到五千萬不等。差距是二十五倍。這不是因為其中某一種產品特別差，而是因為複利效應在不同的回報率下產生了天壤之別的結果。百分之二點五和百分之十二之間，表面上只差了不到十個百分點，三十年後的差距卻是數十倍。這就是為什麼選擇什麼投資工具，是理財中最重要的決策——沒有之一。

現金部位停放在哪裡

如果你需要把“短期不投股票”的那部分現金放在某處，下面是具體清單：

美國： - **BOXX** (Alpha Architect 1-3 Month Box ETF) —— 短期國債 ETF，透過 box-spread 結構使分配按資本利得而非利息徵稅；一句話總結就是“不賣沒有稅”。 - **SGOV** (iShares 0-3 Month Treasury Bond ETF) - **BIL** (SPDR Bloomberg 1-3 Month T-Bill ETF) - 貨幣市場基金 (VMFXX、SPRXX 之類)

臺灣： - **00865B** (中信美元短期票券)

中國大陸： - **161115** (易方達歲豐添利債券) —— 可以作為短期債 + 現金部位的替代工具。

不要把這部分錢放進任何長期債券產品 (即使被包裝成“債券基金”)，也不要碰公司債。這部分錢的角色是“流動性停車場”——它的目標是不虧損、保留購買力、隨時可取，不是賺回報。所以放短期國債 (久期 < 1 年) + 貨基就夠了。

不要把現金當股票炒：很多人會問“老師，我現金部位可不可以買高股息？”——不可以。現金就是現金，作用是“短期不虧損、隨時可取”。把現金部位換成高股息 (比如下面 \$22 會講的 QQQI)，等於把“流動性停車場”換成“波動型增收工具”——一旦市場短期下跌它也跟著跌，你緊急用錢時反而拿不到原本的錢。**現金的位置只放短期國債 + 貨基**。如果你要 QQQI 提供現金流，請按 \$22 退休提領率 > 3% 那一檔的方案單獨配置，跟現金部位分開。

為什麼不能把現金停放在長期債券 (如 TLT) 裡？上面那個 TLT 跌 50% 的案例已經回答了——20 年期國債 ETF 不是現金等價物。它的久期長，對利率變化極其敏感。真正的現金等價物，是久期 < 1 年的工具——上面這個名單。

不要選 Mega7、不要選 50 加、不要選 7 加

很多讀者聽完 \$5 的“QQQ 前 10 大佔指數 46%”會跳到一個錯的位置：“既然前 10 大佔 46%，那我直接買 Mega7 (M7)、Magnificent Seven 不就更集中、更高回報嗎？”

不行。原因有兩個： - **波動太大**：成分越少，單一公司的負面訊息對你帳戶的殺傷力越大。100 加變成 7 加，意味著你的波動直接放大數倍。 - **你不知道哪一家會被踢出去**：今天的前七大，五年後未必還是前七大。Costco 幾年前還在 QQQ 前十，現在已經不見了。指數會自動汰弱留強，但你手工挑出的“7 加”組合不會。

不要去碰 Mega7、不要碰“50 加 ETF”、不要碰“7 加 ETF”、不要碰臺灣 00757——成分越少，風險越大。**要選就選 100 加 (QQQ / 00662)**，讓指數本身做汰弱留強這件事。

關於 0050 的少量例外

\$5 裡討論過：臺灣 0050 不是納斯達克 100 的等價物——它是臺灣本土科技 + 金融 + 傳統的混合。但 2024-2026 年這一波 AI 供應鏈景氣下，臺灣踩在最關鍵的硬體環節，**少量配置 0050 是可以接受的**——前提是它絕不能取代你的核心倉位 (QQQ / 00662)。AI 週期一旦轉彎，0050 會回到臺灣本土混合指數的本來速度——不是火車頭，是中段車廂。

簡而言之：**核心倉位永遠是 QQQ / 00662；0050 最多是輔助性的小比例配置，且僅限於這一波 AI 週期。**不要把 0050 作為長期持有的核心。

不要亂買基金：買錯“指數”就是買錯命運

最後我必須特別警告一類常見的錯誤——**亂買基金。**

很多讀者從這本書裡學到“指數基金最好”，第二天就跑去券商買“全球指數基金”——比如美國的 VT、各種全球股票 ETF、臺灣的“全球科技基金”——以為買的是同一類東西。**不是。**VT 和“世界基金”是把全球市場（包括歐洲、日本、新興市場、傳統行業）按市值加權混在一起。

把數字直接拍出來：**QQQ 漲 10 倍的同期，SPY 只漲 5 倍，VT 只漲 2.5 倍。**

ETF	長期年化	同一時間視窗漲幅
QQQ	≈ 10–21%（近 10 年）	10 倍
SPY	≈ 9.4%	5 倍
VT	更低	2.5 倍

它的長期年化報酬，通常比納斯達克 100 低 3 到 5 個百分點。三十年下來，那 3–5 個百分點的差距會讓你的最終資產少一個數量級。買 VT 不是“分散風險”，是“分散你的回報、稀釋你未來的財富”。

我把話講到這個程度——**你買世界基金，會讓你變窮。**這不是說世界基金本身是騙局，而是說，當別人家的孩子用納斯達克 100 三十年滾出十億、二十億，你只用世界基金滾到不到五千萬，那你**相對地**就是窮人。富有從來不是絕對值，是相對值。資本主義的本質就是分化——你選錯了那一條複利曲線，三十年後就是一個數量級的差距。

所以這句話請你寫在心裡：**不是任何 ETF 買進去都會讓你富有；不是任何“指數基金”都是同一種東西。**我們專注的標的只有一個——納斯達克 100 指數基金。在美國是 QQQ，在臺灣是 00662，在中國境內可買的是 513100/159941 等，在香港是 3086/9086、2834/9834，在英國是 CNDX，在歐洲是 EQQQ。這些是同一類標的的不同地區版本——選離你最近的那一個就好，**不要在“全球基金”和“價值基金”和“成長基金”之間猶豫，那些都是把你從最優解上拉走的誘餌。**

總結：唯一推薦的配置

所以，唯一推薦的配置就是：納斯達克 100 指數基金加上你的現金部位。現金部位可以放在定存、儲蓄賬戶、活期存款或者貨幣基金裡，這些錢不是用來投資獲利的，而是用來滿足短期流動性需求的——它是一個停車場，把暫時用不上但近期可能需要的錢安全地停放在那裡。除此之外，不需要任何其他投資品種。不要保險，不要房子，不要債券，不要個股，**不要全球基金、世界基金或任何“分散到全球”的混合 ETF。**這不是偏執，這是兩百年資料給出的最理性的結論。

本節要點

一、儲蓄險內部報酬率僅百分之二到三，扣除通脹後實際回報近乎為零，流動性極差。保險公司用你的保費在市場中賺取高回報，只分給你微薄的保證利率——你是在用自己的錢幫保險公司賺錢。

二、房產的長期回報率遠遠不及指數基金。三十五年前一千萬買的別墅今天值三千萬，同樣的一千萬投入納斯達克 100 指數基金則可能超過數十億。房子還有持有成本、房貸利息和流動性限制，真實回報率比表面數字更低。房子不是資產，是綁住你現金流和人生選擇的枷鎖。

三、唯一推薦的投資配置是納斯達克 100 指數基金加上現金部位（定存或貨幣基金）。不需要資產配置，不需要債券，不需要個股。兩百年的資料證明，在所有資產類別中，股票指數的長期回報率碾壓一切——選擇正確的投資工具，是理財中最重要決策。

18. 警惕詐騙

免費的賺最多。

S16、S17 講的是如何避免被金融業合法“割韭菜”。這一節要講一個更險惡的敵人——詐騙。金融業至少還在法律框架內，詐騙則完全不講規矩；它能一夜之間把你的畢生積蓄清零、把退休計劃化為泡影、甚至把你逼到生死邊緣。

真實案例：退休金被騙一空

我至今難以釋懷一個故事——一位臺灣朋友的親戚，退休後所有的退休金被詐騙集團騙得一乾二淨。一輩子辛苦工作、省吃儉用攢下來的養老錢全部沒了，差一點走上絕路。最後是這位在美國的朋友出面幫忙分擔生活費用。

這個故事的殘酷之處在於：**被騙走的錢幾乎不可能追回來**。你可以報警、上法院，但詐騙集團早已把錢轉移到無法追蹤的地方。

法院不是討債公司

美國的麥道夫（Madoff）龐氏騙局被揭穿後，他被判 150 年監禁。很多受害者在法庭上要求法官讓麥道夫賠償他們的損失，法官的回應大意是：“**我們法院是執行正義的地方，不是討債公司**。我們懲治犯罪者，但沒有能力幫你們把錢追回來。”——法律可以懲罰壞人，但無法讓你的錢失而復得。**被騙了就是被騙了，代價由你自己承擔。**

事前預防的兩條鐵律

防範詐騙的唯一方法是事前預防，不是事後追討：

第一條：不加任何投資群組。 不管它自稱什麼——學習群、交流群、分享群、讀書群——只要和投資相關的陌生群組，一律不加。群裡龍蛇雜處，你不知道誰是真投資者、誰是詐騙集團的托兒。他們的手法很成熟：先分享看似有價值的知識贏得信任，然後引導你到“內部平臺”操作，或推薦“群裡獨家”的投資品種。**一旦把錢打進去就再也拿不回來。**即使是善意人士發起的投資群組，版主也無法控制群內的私信行為——詐騙者可以以群友身份在私下接近你。**完全不參與是最安全的做法。**

第二條：收費的投資教育不要上。 如果一個人真的那麼會投資，為什麼還要靠收學費賺錢？年化 10% 以上的投資者，手裡幾百萬、幾千萬的資產，每年投資收益就遠超學費收入——他沒有理由花時間開班收費。只有市場上賺不到錢的人，才需要靠教學賺錢。歷史上最著名的例子就是 2000 年前後那一批“股市名師”——他們出書、開課、上電視看起來光鮮亮麗，可他們自己的投資賬戶往往是虧損的。他們真正的收入來源是賣書和學費。你交的學費，本來可以投入市場賺取遠比學費高得多的回報。

免費的，賺最多——這句話的延伸論述見 §27。

本節要點：

一、防範詐騙的第一鐵律是**不加任何投資群組**。法院可以懲治犯罪但不是討債公司——被騙的錢幾乎不可能追回，事前預防是唯一的保護。

二、**收費的投資教育不值得上**——真正的投資高手賺到的遠比學費多，沒有理由靠教學賺錢。歷史上的“股市名師”自己往往在虧錢。

三、詐騙利用的恰恰是金融業的“灰色地帶”邊緣——他們偽裝成“投資教育”、“內部群組”、“獨家平臺”。任何脫離公開市場標的（QQQ / 00662 等）的“獨家機會”，幾乎都是詐騙。

理財鐵律六：物質與精神的平衡

● 物質能量與精神能量 ● 賺錢是為了什麼

過去沒有遺憾，現在非常快樂，未來充滿希望。

19. 物質能量與精神能量

物質的東西最後都會變成垃圾，只有精神層面的花費不會消失。

這本書到目前為止，絕大部分的篇幅都在談“錢”——怎麼投資、怎麼增長、怎麼避稅、怎麼避險。這些都很重要，但如果一本理財書只談錢，那它就只是一本技術手冊，而不是一部真正能改變你人生的作品。因為錢只是故事的一半。另一半，是你的心。

簡約生活，不是節儉

很多人一聽“簡約生活”四個字，第一反應是“省錢”——少吃一頓、少穿一件、少買一個。這是對簡約生活最大的誤讀。

我先講個判別標準，是我自己用了二十多年的：**你要買一樣東西之前，問自己一個問題——半年之後，這東西還會被我用嗎？**然後再去翻一翻你過去幾年買回家的那些“很需要”的東西，看看它們今天大多躺在哪裡。多數人會發現：一半以上躺在倉庫角落、抽屜深處、儲物間最裡層。它們當初是“需要”，今天是“垃圾”。



圖8：當初“很需要”的東西，後來都躺在倉庫的灰塵裡。

我自己也犯過這種錯。我買過一臺 **Espresso 咖啡機**，不算貴，能用，剛開始還挺興奮。後來我學會手衝咖啡，發現手衝更適合我，那臺 Espresso 機就被 recycle 處理掉了。我也買過一臺 **榨汁機 (Juicer)**，喝了三個月，後來才發現榨果汁讓血糖波動比直接吃水果厲害得多——那臺機器現在還擺在那裡，佔空間。我在臺灣的時候還看過一陣子大家很流行 **自動麵包機**——朋友一開始還會做麵包送給親戚鄰居，半年之後沒人再做了，機器到底是放在倉庫還是直接丟掉，連主人自己都說不清楚。

這些不是個案。我估計一個普通家庭裡，買回來的東西大概有一半以上、最後都沒有再用過。錢花了，空間佔了，每次搬家還要付搬運費——它們沒有讓你富有，反而在持續地消耗你。

那“簡約生活”的真正定義是什麼？**不是省錢，是想清楚再花。**想清楚——半年後我還會用它嗎？一年後呢？三年後呢？答案裡只要有一個“不太確定”，就是不要買。

物質會變成垃圾，精神不會

把這件事再推一層——你會發現一件事：

所有“物質消費”，最終都會折舊、過氣、變成垃圾。咖啡機會壞，榨汁機會落灰，跑步機會變成你家裡最貴的衣架，傢俱會褪色，電子產品會被淘汰。它們當下讓你興奮，但興奮是有保質期的。

所有“精神消費”，反而幾乎不會消失。你跟家人去吃一頓好飯，錢花了、菜也吃完了——但十年之後你回想起那一晚的對話、那一桌的笑聲，它仍然在。你帶父母去一次旅行，機票飛機已經退役、酒店已經翻修、紀念品早就丟了——但十年之後你父母念起那次旅行時眼睛裡的光，它仍然在。**一頓好飯、一次旅行、一段陪伴，是不會變成垃圾的。**



圖9：一頓好飯、一次旅行、一段陪伴——這些不會變成垃圾。

所以等你財富過了某個臨界點之後，請把花錢的方向**主動從物質轉向精神**：

- 全家人一起吃頓飯——花兩百美金都不浪費，因為它會變成回憶，不會變成垃圾。
- 帶父母、帶孩子去一次像樣的旅行——他們的人生剩下能跟你一起走的時間不多了。
- 給自己留一段什麼都不做、只是看書或散步的時間——這是你給自己買的“思考力”，複利極高。

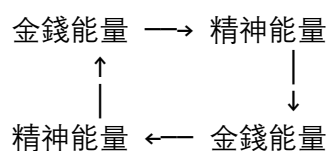
用錢去換會留下記憶的東西，不要用錢去換會變成垃圾的東西。這是判斷一筆花費是否值得的最簡單標準。

金錢能量 ↔ 精神能量迴圈

把整件事變成一張圖——這是這本書最重要的一張圖：



圖 12：金錢能量增長依賴精神能量增長，反之亦然——兩邊互為放大器。



邏輯是這樣的：你必須先有足夠的精神能量，才能持有大的金錢能量；你又必須先有足夠的金錢能量，才能去提升精神能量。兩邊互為前提，互為放大器。

這就是為什麼——

- **中樂透的人最後通常會貧窮。**美國國家經濟研究局的研究顯示，約 70% 的大額彩票中獎者會在五年內花光所有獎金，甚至陷入比中獎前更嚴重的財務困境。不是錢不夠多，是他們的精神能量沒有跟上一夜暴富的物質能量。
- **薪水很高的律師、會計師、綜藝主持人、各種”師”，最後照樣可能百病叢生、窮困潦倒。**高薪本身解決不了精神能量不足的問題。如果你的內在容器小，再多的錢倒進去都會滿出來。

精神能量是怎麼來的？**多看書**。我做這個頻道二十多年，每天講出來的內容聽起來好像是我在原創，但其實它們都是我大量閱讀後”湧現”出來的——就像 AI 在喂入海量知識之後會湧現出全新的思維一樣，人也是這樣的。你輸入的內容，決定了你輸出的高度。

精神能量還來自——**心情平和、不被市場干擾**。一個內心篤定、不被恐懼和貪婪牽著鼻子走的人，才能長期持有。這種”長期持有的能力”，本身就是精神能量的最高表現形式之一。

錢是垃圾，精神能量才是值得累積的

講到這裡我可以說一句聽起來很反直覺的話：**錢本身是垃圾**。

為什麼？因為錢只是數字。它躺在你帳戶裡時不會讓你變快樂、不會讓你變健康、不會讓你跟家人更親近、不會讓你死後多帶走任何東西。**錢只在被轉化為某種”非錢”的東西的瞬間，才有意義**。它轉化成健康、轉化成親情、轉化成一段美好的時光、轉化成你幫助別人的力量——它才”活”過來。一直囤積著不動的錢，跟倉庫裡那臺再也沒用過的榨汁機，本質是一樣的。

我現在花錢的邏輯很簡單：**只要這一筆花費可以轉化成精神能量，就值得**。健康可以買的就買，親情可以陪的就陪，時間可以省的就省。我們這一輩子能享受的視窗很短——平均壽命八十歲、能自由行動的健康歲月可能只有六十歲。如果到老了你還有幾億的現金躺在賬上，那其實是一種**沒有被充分使用的失敗**。最理想的狀態是——

人在天堂，債在銀行。

這是 CLEC 二十多年來一句老話。你這輩子用的錢大部分是”借來”的（信貸、質押），最後留下的資產傳給下一代，賬面上的債權債務在你過世的時候做最後一次清算。你這一生應該是把”資產→精神能量”這條轉化通道開啟到最大——而不是把資產堆在那裡”以防萬一”，結果一輩子都沒真的去花。

錢不需要再賺了，自然就來

最後一句話送給讀到這裡的人：**當你已經懂得了這本書前面所有的內容——指數、複利、不賣、質押、不要養房、不要買保險、不要亂買基金、做資本家不做勞工——你這一輩子其實不用再”賺錢”了。錢會自己來。**

你需要做的只是：把生命剩下的時間，好好用來過一個值得的人生。**精神跟物質要互相匹配**。不要在精神能量還不夠的時候去貪求物質能量，也不要再在物質能量已經足夠的時候繼續貪求物質能量。看清楚邊界，往值得的方向走。這就是這本書寫到這裡，最想交給你的的一件事。

本節要點

一、金錢是物質能量，思考和智慧是精神能量，兩者必須匹配。中彩票的人經常破產，是因為精神能量不足以駕馭突如其來的物質能量。真正的財務自由不僅僅是銀行帳戶裡有足夠的數字，更是你有足夠的認知和心性來駕馭這些數字。

二、精神能量足夠的人不為市場所動、不被詐騙所惑、在下跌時冷靜加碼而非恐慌拋售。沒有精神能量的人則跟著市場情緒起舞，完美地做到高買低賣，用自己的虧損補貼了有耐心的長期投資者。

三、物質能量與精神能量之間存在良性的轉化迴圈：用錢買時間，用時間換思考，用思考生智慧，用智慧守護財富。投資本身就是一場修行——它考驗的不是智力而是心性，每一次面對市場波動的從容應對，都是精神能量的一次提升。

20. 賺錢是為了什麼

人走了錢在銀行是**悲哀**，人沒走錢沒了是**悲慘**。

§2 談了“快樂是人權”，§19 談了“物質能量與精神能量”——這一節把它們收束到最後一句話上：**你賺錢到底是為了什麼？**

錢是工具，不是目的。一個成功的資本家不為錢所困——你來到這個世界上不是為了積累數字，而是為了**完成某些事情**：照顧家人、教育下一代、幫助弱勢群體、推動社會進步，或者簡單地過一個無憂無慮、有意義的人生。無論你的使命是什麼，錢都是幫你實現它的工具。

理財有兩種最壞的結局：

- **悲哀**：人走了，錢還在銀行。一輩子積累的能量沒有被釋放出來、沒有創造過任何價值、沒有照亮過任何人的生命。剩下的只是一串沒有溫度的數字。
- **悲慘**：人還在，錢已經沒了。還有二三十年要活但積蓄已經花光，沒有收入、沒有投資組合、連基本生活都成問題。

理財的**終極目的**既不是死後留下鉅額遺產，也不是活著時窮困潦倒——而是**讓你在活著的時候擁有足夠的資源去完成你的使命**。詳細的“花錢才讓錢變有意義”、“用錢換精神能量”、“用錢買時間陪家人”等延伸論述請回看 §2 和 §19——這一節不再展開。

那個最重要的問題，請你認真問自己：**你的人生目標是什麼？**不是“賺更多錢”——那是手段不是目標；不是“退休後旅遊”——那太小了，配不上你未來幾億的資產。**如果你有一億、十億、一百億，你會做什麼不同的事？你會幫助誰？你會創造什麼？你會留下什麼？**

回答了這個問題，§22 的“33 倍法則”才有意義；回答不了，再大的資產對你都只是數字。

本節要點：

一、錢是工具，不是目的。一個成功的資本家不為錢所困，他的財富是幫他完成使命的工具。

二、理財的兩種最壞結局：**悲哀**（人走了、錢還在銀行，一輩子積累的能量沒有被釋放）和**悲慘**（人還在、錢已經沒了）。終極目的是讓你在有生之年擁有足夠資源去完成使命。

三、回答“你的人生目標是什麼”比賺錢本身更重要。如果你有一億、十億、百億，你會做什麼不同的事？回答不了這個問題，再大的資產對你都只是數字。

理財鐵律七：複利與時間的魔法

● 每月 283 美元的億萬之路 ● 退休需要多少錢 ● 愈早開始愈好

方向對了，成功是早晚的事；方向錯了，再努力也沒用。

21. 每月 283 美元的億萬之路

萬億人生：越早投資，越富有。

一億人生不是夢，一億隻是基本款。

複利是人類文明中最被低估的力量之一。愛因斯坦據說曾稱複利為“世界第八大奇蹟”，雖然這句話的出處眾說紛紜，但它所揭示的道理卻經得起任何驗證。複利的本質很簡單：你的收益會產生新的收益，而新的收益又會產生更新的收益，如此迴圈往復，直到時間把一顆微不足道的種子催生成參天大樹。關鍵在於，這棵樹的高度不取決於你每次澆多少水，而取決於你澆了多久。

萬億人生：達到 100 萬美金退休金所需的每月投資額

這件事可以用一張表全部講完——你只要會讀這張表，就能立刻算出自己的“開始時間 × 投資標的回報率 → 每月需要投多少”。**目標：60–65 歲退休時帳戶裡有 100 萬美金（約 3,000 萬臺幣）。**

退休前剩餘 年數	假設 6% (VT/世界基金 這種)	假設 10% (SPY 標普 500)	假設 12% (QQQ 納指 100)
10 年後退休	\$6,071 / 月	\$4,841 / 月	\$4,300 / 月
20 年後退休	\$2,153 / 月	\$1,306 / 月	\$1,000 / 月
30 年後退休	\$990 / 月	\$438 / 月	\$283 / 月
40 年後退休	\$499 / 月	\$156 / 月	\$85 / 月

這張表就是這一節名字“每月 283 美元的億萬之路”的來源。在年化 **12%**、四十年的設定下，**每月只要 \$85**——一杯像樣的咖啡 + 一頓便餐的錢——就能滾到 100 萬美金。在三十年的設定下，**每月 \$283** 就夠了。

請你慢慢看完這張表，然後做三件事：

1. **看橫向**：同一個開始時間下，年化 12% vs 年化 6%，每月需要投的錢差幾倍？以 30 年為例，QQQ 只需 \$283，VT 要 \$990——**差 3.5 倍**。這就是為什麼 \$5 那麼堅決地反對 VT/SPY/VOO——選錯了標的，每月你要多投 3 倍以上的錢才能達到同一個終點。
2. **看縱向**：同一個標的下，從 40 年開始 vs 從 10 年開始，每月需要投的錢差多少？以 QQQ 為例，40 年只需 \$85，10 年要 \$4,300——**差了 50 倍**。這就是為什麼“愈早開始愈好”是 CLEC 反覆說的話——晚 10 年，你每月要付出的代價是 5 倍；晚 30 年，代價是 50 倍。
3. **看自己**：把你今天的年齡、退休目標、當前每月可投入的金額代進去，找到那一格，問自己——這個數字現實嗎？現實——開始；不現實——把月供降低、把退休目標推後，但**今天就開始**。

100 倍：從一億到一百億

另一張圖把“價值十億元 → 價值百億元”的複利路徑畫得最直白：

如果你已經有了一億元（資產，不是收入），按年化 10% 算：

- **24 年後：約十億元（10 倍）**
- **48 年後：約一百億元（100 倍）**

這就是“價值十億元的投資講座”在 2026 年改成新名字的真正算式。“一億”在 **CLEC 學員** 裡早已是基本款；用複利的語言來說，“一億”和“一百億”之間，只隔著 **48 年**和“打死不賣”這兩件事。而 48 年——只要你 30 歲開始、能活到 78 歲——就是一個普通人的剩餘生命長度。

你看明白了嗎？百億不是天方夜譚——是數學事實加時間。唯一的前提是你不能在中間任何一年因為恐懼、貪婪或愚蠢的“分散配置”打斷這條複利曲線。

為什麼前十年看起來“沒什麼動靜”

許多人在投資的前十年會陷入一種“慢得不像話”的懷疑——賬戶裡的錢在漲，但漲得不像傳銷廣告裡說的那麼誇張，看起來甚至跟儲蓄差不多。這是因為複利不是加法，是乘法。

舉個例子：每月投入 \$283、年化 12%——

- 前 10 年：賬戶裡大約 \$66,000（投入 \$33,960，複利貢獻約 \$32,000）
- 前 20 年：賬戶裡大約 \$283,000（投入 \$67,920，複利貢獻約 \$215,000）
- 前 30 年：賬戶裡大約 **\$1,000,000**（投入 \$101,880，複利貢獻約 \$898,000）

最後 10 年貢獻的錢（約 \$717,000），比前 20 年合計還多。這就是為什麼“愈早開始”是不可替代的資源——你不能借時間，不能學會時間，不能調整策略買回時間。每延遲一年起步，你就把一段最肥美的複利曲線尾巴永久砍掉。

方向 vs 努力

最後一段，我要把這一節的核心論點說到最赤裸：**方向比努力重要 100 倍。**

你把同樣的 \$283 每月——

- 放在銀行定存裡（年化 1%）：30 年後大約 **\$120,000**
- 放在 VT 全球基金（年化 6%）：30 年後大約 **\$285,000**
- 放在 SPY 標普 500（年化 10%）：30 年後大約 **\$640,000**
- 放在 QQQ 納斯達克 100（年化 12%）：30 年後大約 **\$1,000,000**

同樣的本金、同樣的時間、同樣的紀律——**最後差了將近 9 倍。**這不是因為某些產品特別差——是因為複利在不同回報率上呈現的指數差距。10% vs 1% 看起來只差 9 個百分點，30 年後是 9 倍的財富差距。

所以“投資最重要的事是什麼”——答案只有兩個字：**開始。**不是選哪支基金（如果你讀了 §5，你已經知道答案是 QQQ），不是判斷進場時機（如果你讀了 §16，你已經知道這種問題不該問），而是——開始。開始之後，時間和複利會替你完成剩下的一切。

本節要點

一、“萬億人生”表把“開始時間 × 標的回報率 → 每月需要投多少（達到 \$1M）”全部填好。**40 年 + QQQ 12% 只需每月 \$85；30 年 + QQQ 12% 需 \$283。**同樣的退休目標，QQQ 比 VT 讓你每月只需要付出三分之一到四分之一的現金流。

二、**100 倍的複利路徑：**1 億元按 10% 年化，24 年變 10 億元，48 年變 100 億元。“價值十億”和“價值百億”之間，只隔著 48 年和“打死不賣”兩件事——這是數學事實，不是營銷口號。

三、複利的威力集中在後半段，前 10 年看起來“沒什麼動靜”是正常的。**最後 10 年創造的財富，可能超過前 20 年合計。**因此愈早開始愈好——晚 10 年每月要多投 5 倍，晚 30 年要多投 50 倍。方向（標的回報率）比努力（每月投入金額）重要——10% vs 1% 看起來只差 9 個點，30 年後是 9 倍的財富差距。

22. 退休需要多少錢

現金是空氣，資產配置是活著。



圖 15：現金是空氣——市場水下時，氧氣瓶裡那疊鈔票就是你浮回水面的本錢。

現金是空氣

討論退休資產配置之前，必須先把“現金”這個概念搞清楚。**現金是空氣——你不靠它發財，但你沒它就活不下去。**資產配置這件事的核心目的不是讓你多賺 1% 或 2%，是讓你在**最壞的市場情境下還能活著**——哪怕全市場跌 70%、家裡出現一場意外，你也不必被迫在最低點賣出。

舉個最近的真實情境：有學員的父親昨天突然腦中風、醫生說大動脈要裝支架，自費臺幣 100 萬。如果你賬上沒有現金、市場又恰好在跌——你怎麼辦？這種“市場下跌 + 家庭意外”兩件事可能在同一周發生，**你不知道意外跟明天哪個會先到。**所以——

- 還在上班的人：留半年到一年的生活費在現金部位，其餘 100% 投入 QQQ (00662 / 513100)。這部分錢是你失業 + 市場暴跌同時發生時的氧氣。
- 已經退休的人：現金部位要到 **20%~30%**——具體多少看你的提領率，下一節展開。

很多人會說：“留現金沒效率啊。”沒錯，但你是想要**平穩地度過**，還是要**加速前進**、同時冒著可能出車禍或整艘船沉下去的風險？退休的人尤其要選前者。資產配置是點綴，留足現金才是重中之重。

退休需要多少錢：33× 法則

回到那個最常問的問題：退休到底需要多少錢？答案出乎意料地簡潔——你每年的生活費乘以 33。

假設你住在美國，退休後每年需要十萬美金，那你需要 330 萬美金。假設你住在臺灣，每個月需要十萬臺幣的生活費，一年就是 120 萬臺幣，乘以 33 倍，大約需要 4,000 萬臺幣。這個“33 倍法則”對應**每月提領率 $\approx 0.25\%$** ——它落在下面“檔位一（2%）”和“檔位二（3%）”之間。

為什麼是 33？因為當你擁有 33 倍年生活費的資產時，你可以用質押借款（年利率約 3%）覆蓋一年的開銷，而本金一分錢都不動——它仍然在指數基金裡以年化 10–12% 的速度增長。資產增長的速度永遠快於你提取的速度，你永遠花不完這筆錢。

但 33× 只是一個簡化版本。如果你已經在退休點附近，下面給你完整的退休提領率分級配置——按你的提領率查表，比 33× 更精確。

退休提領率分級配置

退休時需要從資產裡提取多少？這是決定你應該選哪一檔配置的關鍵變數。第三章給出了四檔具體方案：

檔位一：每月提領 2%（年提領約 2.4%）——不質押

適合資產規模 $\approx$ 年開銷 $\times$ 50 倍（甚至更高）的退休者：

- **80% QQQ (00662 / 513100) + 20% 短期債 / 貨基**
- 現金部位工具：BOXX / SGOV / BIL / 00865B / 161115（易方達歲豐添利債券）

例：你一年開銷 10 萬美金、資產 500 萬美金 $\rightarrow$ 每月提領 $2\% \times 500$ 萬 = 1 萬美金，剛好支付月開銷。

檔位二：每月提領 3%（年提領約 3.6%）——不質押

適合資產規模 $\approx$ 年開銷 $\times$ 33 倍的退休者（也就是 33× 法則的標準檔位）：

- **70% QQQ + 30% 短期債 / 貨基**

- 比檔位一多 10% 的安全墊，應對 3% 提領率下市場年份不利的情況

例：你一年開銷 15 萬美金、資產 500 萬美金 → 每月提領 $3\% \times 500 \text{ 萬} = 1.5 \text{ 萬美金}$ 。

⚠️ **不要把現金比例再拔高**：如果你的提領率超過 3% 就想用 65/35 或 50/50 來“更安全”——其實反而效率太低、資產增長跟不上通膨。提領率 > 3% 的人請直接看檔位四，用 QQQI 高股息組合，不要在 QQQ 比例上反覆糾結。

檔位三：提領率 2%~3% — 質押借款版本

如果你不賣股票、改用質押借款過日子，配置可以稍微調整：

提領率	QQQ	短期債 / 貨基	操作
2%	80%	20%	每年再平衡，質押借款 2% 過生活
3%	65%	35%	每年再平衡，質押借款 3% 過生活

注意 3% 質押版的 QQQ 比例（65%）反而比不質押版（70%）低——因為質押本身已經在製造槓桿，所以股票倉位要適當讓一些給安全墊。再平衡是**無腦再平衡**就好（每年把比例調回原始數字），不需要“聰明再平衡”。

如果你想借 4%——可以選 50/50 配置，但效率明顯下降；想借 5%——30/70，資產幾乎不增長，**沒有必要**。提領率超過 3% 請直接走檔位四（QQQI 路線）。

檔位四：提領率 > 3% — QQQI 高股息組合

如果你的年開銷 / 資產 > 3.6%（也就是資產規模不到年開銷的 33 倍就要退休），那純 QQQ + 短債的配置不夠穩——市場連續下跌時你的現金墊頂不住。這時候要引入 **QQQI 高股息 ETF**：

1. 先算出每年的年開銷，再算每月所需的現金流
2. 把資產中的 $100 \times \text{月開銷}$ 投入 **QQQI**（高股息 ETF），它會以約 1%/月 的速度持續給你現金流
3. 其餘的資產：**70% QQQ + 30% 短期債 / 貨基**

例：你每月需要 5 萬臺幣現金流——

- $100 \times 5 \text{ 萬} = 500 \text{ 萬臺幣}$ 投入 **QQQI** → 每月 $1\% \times 500 \text{ 萬} = 5 \text{ 萬臺幣}$ 股息流
- 剩餘資產按 70/30 配置 QQQ + 短債

⚠️ **關於 QQQI**：它是高股息 ETF，月分紅來自股息 + covered-call 策略。優點是穩定的現金流；缺點是長期回報率低於純 QQQ（因為放棄了部分上行）。**只有在你的提領率 > 3% 時才需要它**——否則純 QQQ + 短債的組合長期複利更高。

⚠ 檔位四的另一個特點：**QQQI 已經提供了你的生活現金流，所以剩下那 70/30 不必再平衡**——它的角色是“資產增值的加速器”，大部分會留作遺產；除非你出現 100 萬、200 萬這種緊急用錢的需求，才從這 70/30 裡取。

三層防線：退休那年市場跌怎麼辦？

很多人會問一個看似合理、實則暴露思維錯位的問題：“萬一退休那年股價剛好大跌怎麼辦？”提問者仍停留在傳統的“退休那天要把所有股票賣掉換成現金”思維裡。

但在 **CLEC** 的體系裡，你退休那天什麼都不用賣。資產繼續留在指數基金裡增長；你的生活費來自三層防線——

1. **第一層（前 3 年）**：三年現金墊（BOXX / SGOV / BIL / 00865B / 161115 / 貨基）。市場跌得再兇，你都不用動這層之外的任何東西。
2. **第二層（第 3-10 年）**：質押借款（不超過資產的 20%）。即使三年現金用完了、市場仍未回本，你可以繼續用質押借款維生——20% 是市場跌 70% 仍不會被強制平倉的安全線。
3. **第三層**：等市場回來。它一定會回來——歷史上沒有一次沒回來過，最長的水下也就 15 年（參看 §11）。這 15 年裡你有前兩層在撐著，根本不需要“賣”。

按這三層防線組裝好之後，“退休那年股價大跌”對你來說不是問題，是機會：年輕的同事看到的是“賬面縮水 50%”的恐慌，你看到的是“質押借出來的錢可以在低點繼續買入”——這是退休者也能享受的“崩盤是朋友”。

真正會被“退休那年市場跌”打垮的，是這三種人：

- 沒有預留三年現金墊的人——市場一跌就被迫低點賣出。
- 質押比例過高（超過 20%）的人——市場跌 70% 時被券商強制平倉，全盤歸零。
- 配置錯誤（持有大量長期債券或全球基金 VT/SPY）的人——賬戶跌得比 QQQ 還多、回本比 QQQ 還慢，三年備用金根本兜不住。

退休前請把這三件事都做對——三年現金墊 + 質押 ≤ 20% + 核心倉位 QQQ/00662 永遠不賣。做對這三件事，“退休那年市場跌”對你來說真的不是問題。

退休規劃三步法

總結一下完整框架——

1. **算出年生活費目標**：根據你想要的退休生活品質決定，不委屈自己也不好高騖遠。
2. **乘 33 得到資產門檻**（或按上面四檔查表更精確）。
3. **倒推每月需投入多少 + 多少年**：上一節（§21 萬億人生表）已經給了具體數字。

把這三步串起來，你就有了一條清晰的路徑——從今天出發，一步一步走向財務自由的終點。而到達終點之後，你會發現那不是終點，是另一段更精彩旅程的起點。

本節要點：

一、**現金是空氣**——上班族留 6–12 個月生活費，退休者留 20–30%。資產配置不是為了多賺 1–2%，是讓你在市場下跌 + 家庭意外同時發生時還能活著。資產配置是點綴，留足現金才是重中之重。

二、**退休提領率四檔配置**：2% 不質押 → 80/20；3% 不質押 → 70/30；2–3% 質押借款 → 80/20 或 65/35 + 每年再平衡；> 3% → 100× 月開銷投 QQQI 高股息 + 70/30。33× 法則是 ≈ 2.5% 提領率的簡化版，落在檔位一和二之間。

三、**三層防線**：3 年現金墊 + ≤ 20% 質押 + 核心 QQQ 永遠不賣。做對這三件事，“退休那年市場跌”對你不是問題，是機會——年輕同事看到的是恐慌，你看到的是低點繼續買入。

退休不是停止增長的終點，是財富自動運轉的起點。資產增長的速度永遠快於你提取的速度，你永遠花不完這筆錢。這筆資產可以傳給下一代，成為家族財富的基石——你不只是為自己退休做準備，你是在為整個家族的永續富裕奠基。

23. 愈早開始愈好

我三四十年的功夫濃縮灌頂也要五年，不急。

時間，是這本書所有內容中**唯一不可逆**的那一項。本金可以借、認知可以學、策略可以調，但已經過去的那些年，沒有人能買回來。所以這一節，我要把“愈早開始”這件事講得越具體越好。

複利對開始時間的極端敏感

讓我用一組數字來說明“愈早開始”的威力。假設**年化報酬率為 12%、每月投入一萬臺幣**：

開始年齡	持有年數	60–65 歲時的終值
25 歲	40 年	約 1 億臺幣
35 歲	30 年	約 3,000 萬臺幣
45 歲	20 年	約 1,000 萬臺幣

同樣的月投入金額，**早十年開始 vs 晚十年開始，結果差了 3 倍；早二十年 vs 晚二十年，差了 10 倍**。這十年、二十年的差距，**不是靠後來多投一點錢就能彌補的**——因為你永遠無法買回失去的時間。

把同樣的邏輯換算成臺幣、換算成美金、換算成新臺幣、人民幣、港幣……數學是一樣的：複利曲線的後半段才是肉。你晚十年起步，等於把肉最厚的那一段切給別人吃。你早十年起步，等於把那段最厚的肉留給了自己。

為什麼開始這件事會被一再拖延？

我觀察了二十多年的學員，發現“無法早早開始”的人，通常不是輸在沒錢、也不是輸在沒時間，而是輸在兩種心態之一——

第一種：等“我懂了再開始”。這種人會把開始時間一推再推：“我先把這五百多部影片全部看完再投。”“我先讀完十本投資經典再說。”“我先觀察一年市場再決定。”——但等他真的覺得自己“懂了”的那一天，往往已經過了五年、十年。**我的經驗是：我三四十年的投資功夫濃縮灌頂下去，也要五年。**一個從零開始的人想真正“懂”，至少要五年。但五年裡你沒投資 **vs** 五年裡你邊學邊投，結果天差地遠。我建議大家：影片照看，但**今天就把第一筆錢投進去**。先投一筆小的、自己輸得起的，讓“開始”這個動作發生；然後邊持有邊學習，邊學習邊加碼。

第二種：等“懂得多的我”反而走得更慢。我見過太多金融業資深從業者來到 CLEC 之後，反而花了五年甚至更長才完成思維轉變。原因不是他們笨，是因為**他們腦袋裡裝滿了 20 年的“該買、該賣、該配置、該止損”**，要把這些根深蒂固的反射全部清空，比從零學一套新東西還難。已經知道太多的人，**需要先做減法，再做加法**。如果你屬於這一群——金融業、銀行業、保險業出身、讀過 CFA、做過基金經理——你要給自己更多耐心。看到自己腦袋裡跳出來的“我應該止損”、“我應該重新配置”，請先按住那隻手，回到這本書，回到 200 年的鐵證、回到那張 26 年 12 倍的 QQQ 長期曲線。

不論你屬於哪一種——**最好的開始時間是十年前，其次好的開始時間就是今天。**

給年輕人最直接的一句話

如果你現在不到 30 歲、剛開始有第一份穩定收入，請把這一節的核心總結成三句話，貼在你的冰箱上：

1. **不要等“懂了”再開始**——邊持有邊學，比“先學完再開始”快得多。
2. **第一份薪水就辦信貸**——一筆 100 萬的低息信貸一次性投入指數基金，長期跑贏慢慢攢錢分批買。
3. **不要養房子**——把人生最該自由的那 10-15 年留給指數基金，不要留給水泥盒子。

把這三句話執行到位，10 年後你回頭看，今天的自己就是當年那個“懂得太晚的人”心裡最羨慕的樣子。

本節要點

一、複利對開始時間極端敏感：每月一萬、年化 12%，從 25 歲開始（40 年）能滾到約 1 億臺幣；從 35 歲開始（30 年）只有約 3,000 萬；從 45 歲開始（20 年）只有約 1,000 萬。早 10 年差 3 倍，早 20 年差 10 倍——而這段差距沒有任何東西能補回來，因為時間是唯一不可再生的資源。

二、拖延"開始"的兩種心態：一是"等懂了再投"——但我三四十年的功夫濃縮灌頂也要 5 年，等你真的懂了，最肥美的複利視窗已經過去。二是金融業出身"懂得太多"——20 年的反射動作要先清空再重建，這種人需要先做減法。兩種人共同的解藥都是"今天就開始"。

三、給年輕人的三句話：不要等"懂了"再開始；第一份薪水就辦信貸一次性投入指數基金；不要在二三十歲把人生抵押給房子。把這三件事執行到位，十年後你就是同齡人裡跑最遠的那一個。

理財鐵律八：順勢而為

● 轉型利益：財富來自趨勢 ● 與人類科技共存亡 ● 433/442/613 資產配置

你的眼光有多遠，你的財富就有多高。

24. 轉型利益：財富來自趨勢

以前買房子對，現在買房子不對。不是以前對的，現在就對。

我經常和臺灣的中小企業經營者討論一個問題——為什麼他們的父輩那麼容易賺錢、他們這一代卻越做越累？答案不是"年輕人不能吃苦"，而是**時代的風口轉移了**。父輩賺錢不是因為更努力，是因為恰好站在臺灣經濟起飛的風口上：那個年代不管開工廠、跑貿易、做代工，只要肯幹錢就像水一樣流進來。**那不是個人能力，是時代的紅利。**

這就是"順勢而為"四個字背後真正的含義——所有的財富積累，歸根結底都是一種**轉型利益**：每當社會經濟結構發生重大轉變的時候，站在轉變方向上的人獲得巨大的財富，停留在舊結構裡的人逐漸被淘汰。臺灣經濟從農業→輕工業→製造業→高科技，每一次轉型都重新分配了社會財富。

每一次轉型都伴隨著一次殘酷的淘汰。**Walmart 出現的時候**美國無數街邊小店關門；**Amazon 崛起的時候** Walmart 自己都感受到威脅；**AI 出現的時候**——上一節《AI 正規化轉移》已經講過——它會替代的不只是產品，是整個工種。這就是資本主義的破壞式創造，也叫典範轉移。你如果站在被摧毀的那一邊，再勤勞也是衰敗；站在創造的那一邊，即使不是最聰明的也能分享時代紅利。

把這條邏輯應用到具體的資產選擇上，結論很直接：

- 三十五年前：買臺北一棟一千萬的別墅是對的。今天賣出大約三千萬。
- 三十五年前：同樣一千萬投入指數基金，按年化 10-12% 算，今天大約 三億到十億。
- 1,000 萬 → 3,000 萬 vs 1,000 萬 → 十億——這就是"順勢而為"和"逆勢而行"的差距。

即便在股票市場內部，轉型利益同樣存在：幾十年前投資道瓊斯是對的，後來 SPY 成為更好的標的，而現在——參看 §5 的火車頭比喻和 QQQ vs SPY vs VT 的差距資料——**納斯達克 100 才是站在科技浪潮最前端的選擇。**

不是以前對的現在就對。你的上一代告訴你的賺錢方法，在他們的時代是對的，但在你的時代未必對。你要做的不是複製他們的路徑，而是看清當下的風口在哪裡然後站上去。現在的風口是什麼？是 AI、是雲端、是人類科技文明的加速演進——而承載這一切的載體，就是納斯達克 100 指數。

本節要點：

一、所有的財富積累本質上都是轉型利益。每一次轉型（農業→工業→製造→AI）都重新分配社會財富——站在轉型方向上的人獲得巨大回報，停留在舊結構中的人逐漸被淘汰。

二、不是以前對的現在就對：父輩買房三十五年從一千萬到三千萬；同樣一千萬投入指數基金可以從一千萬到十億。差距就是“順勢”與“逆勢”的差距。

三、破壞式創造是資本主義的本質特徵——Walmart 取代街邊小店、Amazon 威脅 Walmart、AI 替代工種本身。看懂典範轉移，才能站在財富創造的正確一邊——而那一邊，今天就是納斯達克 100。

25. 與人類科技共存亡

如果投資者昨天認為人類會越來越好而買進，今天突然認為人類會滅亡而賣出，那不是很可笑嗎？

投資納斯達克 100 指數基金，本質上是在做一件事：**與人類科技文明共存亡**。你買的不是某家公司的股票、不是某個 CEO 的商業判斷、不是某款產品的市場前景——你買的是**人類科技進步這件事本身**。

§5 火車頭比喻和§1 AI 正規化轉移已經把“為什麼是美國 + 為什麼是科技”講透。這一節只回答最後一個底層問題：**如果納斯達克 100 真的歸零了，怎麼辦？**

答案：**那意味著蘋果、微軟、谷歌、亞馬遜、輝達、Meta、特斯拉這些公司全部倒閉了，整個科技產業崩潰了，人類文明回到了石器時代。**在那種情況下，你銀行賬戶裡的數字、藏在床底的黃金、房產證書——**所有形式的財富都會歸零**。擔心納斯達克歸零，本質上就是在擔心人類文明終結。如果你真的相信那一天會來，那你現在應該做的不是賣股票，而是去學習如何在荒野中求生。

但你不會去學荒野求生——因為你心裡很清楚，人類文明不會終結。**既然如此，就不要自相矛盾**。昨天認為人類會越來越好所以買進，今天因為新聞很嚇人就要賣出，這就是投資裡最常見的精神分裂。

人類幾千年來從茹毛飲血到登月、探火星，每個世紀都比上一個進步得更快。兩百年前沒電燈、沒自來水、沒抗生素；一百年前人均壽命不到 40 歲；五十年前全球過半人口在極

端貧困中。今天我們活的物質生活水平遠超歷史上任何一位帝王。人類一直在進步，而且進步的速度在加快——這是歷史的事實，不是樂觀主義的幻想。

更重要的是，指數基金本身有一個**精妙的內建機制**：自動汰弱留強。它每年都把衰落的公司踢出去、新崛起的納入。20 年前 QQQ 裡有許多你現在想不起名字的公司，它們衰敗了被踢出去，被蘋果、微軟、輝達、亞馬遜取代。**你什麼都不用做，指數自己完成新陳代謝——你只需要相信人類整體會繼續進步。**

相比之下，投資個股就完全不同。各種妖魔鬼怪的訊息會不斷挑戰你對單一公司的信心：麥當勞要賣現煮咖啡——星巴克完蛋了；某家公司門店擴張飽和——XX 完蛋了。每一條新聞都讓你懷疑自己的判斷。而你持有指數，麥當勞和星巴克可能都在指數里——單家公司的興衰對指數毛重不到 1%。這種從容和安心，是投資個股的人永遠體會不到的。

相信人類，投資人類，與人類科技共存亡——這就是指數投資最樸素也最深刻的信仰。

本節要點：

一、投資指數基金的本質是與人類科技文明共存亡。擔心納指歸零等於擔心人類文明終結——而如果文明真的終結，任何形式的財富都毫無意義。

二、指數內建汰弱留強機制：你不需要判斷哪家公司會贏，指數自己完成新陳代謝。你只需要相信人類整體會繼續進步。

三、投資個股被無窮無盡的市場噪音折磨；投資指數則超越個別公司的興衰。從容和安心，是指數投資者最大的心理優勢。

26. 433/442/613 資產配置

世界上只有兩種人：窮人和富人。誰執政，QQQ 都會漲。

⚠ 本節的 433/442/613 配置體系是**資產積累期**的工具，回答的是“你還在上班、每月有錢投入”時該怎麼擺。如果你已經**進入退休提領期**——也就是開始從資產裡取錢過日子——請直接看 §22 的“退休提領率分級配置”，那裡有 2% / 3% / >3% 的四檔具體方案。

談完了投資的方向和信仰，最後要談一個更實際的問題：你的錢應該怎麼擺？

在 CLEC 的投資體系裡，有一套簡明的資產配置代號系統：433、442、613。這些數字代表的是你的資金在不同類別中的分配比例，針對不同人生階段和風險承受度而設計。雖然具體的數字會隨著個人狀況的不同而調整，但核心原則只有一個——納斯達克 100 指數基金永遠是你的主力倉位，其餘的配置都是圍繞這個核心展開的安全墊。

先說核心倉位。不管你用的是哪一種配置比例，你的資產中佔比最大的一塊永遠應該是納斯達克 100 指數基金——在美國就是 QQQ，在臺灣就是 00662。這一塊是你財富增長的

引擎，是你整個投資組合的主心骨。你可以把它理解為一棵大樹的樹幹：無論枝葉如何修剪、樹冠如何調整，樹幹必須健壯、必須挺直。沒有強壯的樹幹，再茂密的枝葉也撐不住。

那為什麼還需要配置其他的部分？答案不是為了追求更高的回報，而是為了管理你的波動承受力。納斯達克 100 指數基金的長期回報率是最高的，但它的波動也是最大的。在牛市中，它可以一年漲百分之五十；在熊市中，它也可以一年跌百分之四十甚至更多。如果你的全部身家都在這一個籃子裡，當市場暴跌百分之五十的時候，你的資產也跟著腰斬。從數學上說，只要你不賣，這不是問題——市場終究會回來。但從心理上說，看著自己的賬戶從一千萬變成五百萬，即使你知道不應該賣，那種煎熬也足以讓許多人在最錯誤的時機做出最錯誤的決定。

資產配置的目的，就是給你一個心理上的緩衝墊，讓你在市場最黑暗的時刻仍然能夠堅持住。它不是讓你賺更多錢的工具，而是讓你活著走到終點的保險繩。登山的人都知道，安全繩不會幫你爬得更快，但它能在你失足的時候救你一命。資產配置在投資中的角色也是一樣——它不會讓你的回報率更高，但它能在極端行情中防止你做出不可逆的錯誤決定。

以“433”、“442”、“613”為例來說明。它們表面上是三組數字，實際上是在回答同一個問題：如何圍繞納斯達克 100 建立核心倉位，同時把你“能不能扛住波動”這件事管理好。

這三種配置都用同一套工具來實現：

第一，QQQ 作為核心方向（納斯達克 100）。

第二，QLD 作為槓桿工具（兩倍做多納指 100，本質上是 2x 做多 QQQ），用來在不把全部本金都壓進股票的前提下，補足權益風險敞口。

第三，現金部分放在短期美元國債/現金類工具裡當安全墊，例如 BOXX 或 BIL，而不是躺在活期。

用這三者組合的直覺是：你可以用 QLD 在“權益倉位資金佔比”和“整體市場暴露（Beta）”之間做調節——需要更貼近市場（Beta 接近或高於 1.0）時就提高 QLD 比例；希望更保守（Beta 低於 1.0）時就降低 QLD、加厚短期國債安全墊。同時保留一部分資金在短久期國債裡，給自己留出足夠的“心理緩衝墊”和“行動彈藥”。不同配置之間真正的差別，不是方向（方向都指向納指 100），而是安全墊的厚度與權益暴露的進取程度。

配置	QQQ	QLD	BOXX/BIL	Beta	風格 / 適合人群
433	40%	30%	30%	≈1.0	稍穩健的平衡型：整體暴露接近 1.0，安全墊更厚；適合希望參與納指增長、但更在意回撤體驗的投資者。
442	40%	40%	20%	≈1.2	三者中最激進：整體暴露更高、安全墊更薄；更適合還在上班、更年輕、現金流穩定、能扛波動並長期持有的人。
613	60%	10%	30%	≈0.8	適合退休或保守的投資者：權益暴露低於 1.0、但安全墊更厚；更適合以“穩住淨值曲線”為優先的人。

注：Beta（貝塔）用來衡量“組合對市場波動的敏感度”。Beta 越大，通常代表淨值波動與回撤越大；相應地，在長期假設下，承擔更高的市場風險敞口往往也對應更高的期望回報，但過程更難熬、更考驗紀律。

這裡的 Beta 用“組合加權近似”來理解：把 QQQ 的 Beta 視為約 1，把 QLD 視為約 2，把短期美元國債/現金類（BOXX/BIL）視為約 0，那麼組合 $Beta \approx 1 \times QQQ \text{ 比例} + 2 \times QLD \text{ 比例} + 0 \times \text{國債比例}$ 。嚴格來說，實際 Beta 會隨時間與市場環境變化，這裡只是幫助你抓住整體市場暴露的直覺。

對應到個人畫像上：“442”更適合還在上班或更年輕、現金流穩定、願意承受更大波動來換取更高上漲彈性的投資者；“433”更適合想要更穩健的體驗、但仍希望整體市場暴露接近 1.0 的投資者；“613”則更適合已經退休或剛退休、把“降低波動與回撤體驗”放在更優先位置的人。

需要特別強調的是，這些配置比例不是教條，不是死板的公式。每個人的收入狀況、家庭負擔、年齡、心理承受力都不同，適合你的配置只有你自己能決定。但有幾個原則是不變的。第一，核心倉位永遠是納斯達克 100 指數基金，這一點沒有商量的餘地。第二，調整的只是安全墊的厚度，而不是核心倉位的方向。你可以根據自己的年齡和風險承受力，增加或減少安全墊的比例，但你永遠不應該把核心倉位換成其他東西。第三，配置的目的是管理波動，不是追求更高的回報。如果你把所有錢都放在 QQQ 裡，長期回報率確實最高，但你能不能承受中間的波動，那是另一個問題。配置是為了讓你在最壞的情況下仍然能堅持下去，活著走到終點。

最後用一句話收束這一節：世界上只有兩種人——窮人和富人。不管誰執政（川普還是拜登、國民黨還是民進黨、民主黨還是共和黨），QQQ 都會漲。政權更替是表象，科技進步和資本增值是底層邏輯。你的投資決策不應該被政治立場左右——蘋果、微軟、谷歌、輝達、亞馬遜不會因為總統換人就停止創新、停止賺錢。

配置好你的倉位，堅守你的原則，然後把剩下的交給時間。

現金是空氣，資產配置是活著——不論你在積累期還是提領期，配置的目的都不是追求更高回報，是讓你在最壞的市場情境下還能活著、不必被迫在低點賣出。
詳見 S22 退休提領期那一節的展開。

本節要點

一、CLEC 的資產配置體系（433/442/613）是**積累期**配置——回答“你還在上班、每月有錢投入”時該怎麼擺。**退休提領期**請看 S22 的 2%/3%/>3% 四檔具體方案。兩套體系互補，不衝突。

二、資產配置的目的不是追求更高的回報，而是管理波動承受力，讓你在市場最黑暗的時刻仍然能夠堅持住、不做出不可逆的錯誤決定。**現金是空氣，資產配置是活著**——配置是讓你活著走到終點的保險繩，不是讓你爬得更快的工具。

三、紀律比聰明更重要。世界上只有兩種人——窮人和富人——不管誰執政，QQQ 都會漲。配置好倉位、堅守原則、把剩下的交給時間，不被恐懼和貪婪左右，這就是從窮人變成富人的全部秘密。

理財終極篇：傳承與使命

● 免費賺最多 ● 教育下一代 ● 即刻行動

本欲度眾生，反被眾生度。

27. 免費賺最多

收費的投資教育不要去上。如果那個人那麼厲害，他為什麼還要收費？

CLEC 是一個非營利投資教育組織。我們不收學費、不賣課程、不推薦任何金融產品、不從任何金融機構獲取佣金。YouTube 上五百多部投資教育影片，連平臺的營利模式都沒有開通；我還自掏腰包買各種工具、資料軟體、錄製裝置。從純粹的財務角度看，CLEC 的教育事業是一個“虧本生意”。

但這恰恰是我做過的最賺錢的事。這句話聽起來矛盾，理解了“賺”的含義之後就不矛盾。

三種“免費賺最多”的回報

一、**知識的回饋**——如果收費，來的人就少了，問的問題就少了。我被迫思考的次數就少了。但因為免費，幾百位學員把各種問題拋過來：不同國家的稅務、不同人生階段的配置困惑、不同市場環境下的心理波動。每一個問題都逼著我研究、驗證、推敲。**這種成長是花錢買不到的——它來自真實人生情境，比任何教科書都生動。**二十多年下來，我能不斷精進投資哲學，最大功臣不是書本，是學員的提問。

二、**關係的純粹**——不收費意味著我不需要取悅任何人。學員想操作個股，我直接說不行。學員想買保險理財產品，我毫不猶豫阻止。如果我收了學費，我就成了服務業——客戶的情緒和偏好就成了我需要“管理”的物件，我可能為了留住客戶放軟措辭、為了避免衝突迴避真相。但因為免費，我可以做一個純粹的教育者，說該說的話，哪怕那些話不中聽。很多老學員說我以前很兇——確實很兇。**我之所以兇，是因為我覺得你值得我對你兇。**被我罵走的人，定力和決心還不夠；能留下來的，才會真正成功。

三、生態的良性迴圈——免費消除了經濟門檻。月薪三萬臺幣的年輕人和身家上億的退休企業家在 CLEC 面前獲得的是完全相同的資訊和指導。這種平等性催生了一個獨特的學習社群——不同背景的人相互交流、相互激勵。這種正向迴圈，是任何收費模式都複製不了的。

反過來：收費的投資教育不要上

我始終有一個樸素的疑問：如果授課者真的掌握了穩定獲利的方法，他在市場上的回報應該遠遠超過學費收入。一個年化 10% 以上的投資體系、管 1,000 萬美金，每年回報就是 100 萬美金以上——他為什麼還需要開班收費？唯一的解釋是：他的投資回報不足以支撐生活，所以需要賣課程補貼。這樣的人教你投資，不是誤人子弟是什麼？

更值得警惕的是那些透過製造焦慮推銷高價課程的人——先告訴你“投資很複雜、很危險”，然後說“但只要報名我的課程，你就能掌握訣竅”。這種套路與保險推銷員如出一轍：先製造恐懼，再出售“解決方案”。

而真相是：真正有效的投資方法簡單到不需要花一分錢就能學會——買納斯達克 100 指數基金，永遠不賣。這一句話，就是全部。

有學員留言說：“本欲度眾生，反被眾生度。”我以為我在教別人，但實際上是別人在教我。這就是免費的力量——當你放下對回報的計算，回報反而以你意想不到的方式湧來。

本節要點：

一、免費消除了利益衝突，使教育者能保持獨立與真誠——不依賴學費生活，就不需要迎合學員偏好，可以始終堅持說真話。

二、免費擴大了知識傳播的廣度和深度——沒有經濟門檻的教育，讓不同背景的人都能接觸正確的理財觀念。這些人的反饋反過來又豐富了教育者的認知。

三、真正有價值的投資知識極其簡潔——簡潔到不值得為之收費。如果一個投資方法需要花幾萬塊上課才能“學會”，那多半不是一個好方法。

28. 教育下一代

不要給答案，讓孩子自己去想。規劃自己的決定，承擔自己的責任。

在我二十多年的教學生涯裡，我接觸過太多被貧窮扭曲的家庭故事。最常見的不是“窮人沒錢”，而是窮到了極點之後，整個家的能量被向內擠壓、最終爆發在最弱小的成員身上——孩子身上、配偶身上、長輩身上。每當我在新聞中看到家庭暴力、父親帶著孩子一起自殺的報道，我都會被強烈的共情擊中——這些悲劇的根源，絕大多數是“長期赤字加焦慮加無路可走”的複合體。

這就是為什麼我一再說：理財教育不僅是一種生存技能，更是一種**對抗社會不公的武器**。一個從小就理解複利、資本和時間價值的孩子，長大後面對人生選擇時會擁有截然不同的視野。他不會因為短視而掉入消費主義的陷阱，不會因為無知而被金融業收割，更不會因為貧窮而喪失做人的尊嚴，也不會讓自己的孩子在貧窮的壓力下重複那些悲劇。

然而，學校不教理財。這不是哪一所學校的問題，而是整個教育體系的結構性缺陷。從幼兒園到大學，課程表上有語文、數學、物理、化學、歷史、地理——唯獨沒有“如何與金錢打交道”。前面我們已經分析過原因：現代學校制度誕生於工業革命，其設計目標是培養聽話、守時、服從指令的勞動力，而非獨立思考的資本家。勞工只需要知道怎麼工作，不需要知道怎麼致富。如果所有人都懂得理財，工廠裡就找不到人了。

既然學校不教，理財教育就只能由家庭來承擔。但這裡面有一個悖論：大多數父母自己就不懂理財——他們也是被同一個教育體系培訓出來的勞工。他們能教給孩子的，往往只是那套老舊的敘事：“好好唸書，考上好大學，找份好工作。”這套敘事本身沒有錯，但它遺漏了最關鍵的部分：工作只是賺錢的方式之一，而且是效率最低的一種。

那麼，我們究竟應該教孩子什麼？

第一，教他們理解複利。找一個計算器，和孩子一起算：如果每個月存一百塊，按照年化12%的回報率，四十年後會變成多少？當孩子看到那個令人驚訝的數字時，他會對“時間”產生一種全新的、發自內心的敬畏。這種敬畏會在未來無數次保護他——當他想要衝動消費時，當他想要追逐短期暴利時，他會想起：時間才是最值錢的東西。

第二，教他們理解資本。告訴他們：錢不僅可以用來買東西，還可以用來“生錢”。你不需要永遠用自己的勞動去換取收入——你可以讓你的錢替你工作。這個觀念越早植入孩子的心智，他就越早擺脫“佃農思維”——那種認為人生的全部可能性就是“上班賺薪水”的思維定式。

第三，也是最重要的——教他們獨立思考。我的女兒曾經抱怨說：“爸爸，你每次給我的問題都沒有答案。”我說：“對，為什麼我要給你答案？”在我的教育理念中，最有價值的不是答案本身，而是尋找答案的過程。規劃自己的決定，承擔自己的責任——這才是孩子真正需要學會的能力。

我經常和學員討論一個觀察：**我們都是時代的產物**。當今的教育體系是填鴨式的——大腦只是在接收資訊，並沒有在做自主思考。當所有人接收到的資訊都一樣、講的都一樣、認為正確的都一樣的時候，還有誰會停下來想：“這樣講到底有沒有道理？”所以我對孩子的教育反覆強調一點：**哪怕你思考的結論是錯的都沒關係，但你一定要自主思考**。不要認為 Google 搜出來的、教科書上寫的就一定是對的。

美國教育體系有一個值得借鑑的特點：它鼓勵試錯。錯了沒關係，自己承擔後果，從中學習。這種文化培養出了蘋果、谷歌、特斯拉這樣改變人類文明的企業。而東亞的填鴨式教育培養出的，大多是服從性極強的優秀勞工——他們聰明、勤奮、守紀律，但很少有人敢於挑戰既有的正規化，去創造真正的新事物。

你一個人改變不了整個教育制度，但你可以改變自己家庭的教育方式。從今天開始，和你的孩子談論金錢——不是教他們怎麼存零花錢，而是讓他們理解資本的運作邏輯。讓他們知道，“好好唸書找好工作”不是人生的唯一選項，甚至不是最優選項。讓他們從小就帶著“資本家思維”去觀察這個世界，而不是帶著“勞工思維”在既定的軌道上循規蹈矩地執行。

一個從小理解複利的孩子，長大後不會被短期的市場波動嚇倒。一個從小理解資本的孩子，長大後不會把全部人生押在一份薪水上。一個從小練習獨立思考的孩子，長大後不會輕易被金融業的話術和社會的慣性所裹挾。這就是教育的力量——它不僅改變一個人的命運，還能透過代際傳遞，改變一個家族的命運。

一、理財教育是家庭教育中最被忽視卻最重要的一課。學校不會教，因為教育體系的設計初衷就是培訓勞工而非資本家。父母必須承擔起這個責任。

二、教孩子三件事：複利（時間的價值）、資本（錢可以生錢）、獨立思考（不盲從權威和主流）。這三個觀念越早植入，孩子的人生選擇空間就越大。

三、打破“好好唸書找好工作”的單一敘事。這套話術培養的是服從性強的勞工，而非獨立自主的個體。你改變不了教育制度，但可以改變自己家庭的教育方式。

29. 即刻行動

聽到、知道、瞭解、相信、執行、堅信、忍耐、信仰。

在投資的道路上，知道正確答案的人多如牛毛，真正按照正確答案去做的人卻屈指可數。

為什麼？不是方法複雜——方法極其簡單。是因為人性。漲 10% 就想賣，是因為害怕利潤飛走；價格越來越高就不敢買，是因為潛意識裡覺得“貴了”；明知該換標的卻邁不出步，是因為改變現狀需要克服惰性和恐懼。這些心理障礙不是理性說服可以消除的——它們必須透過親身經歷，尤其是經歷一次完整的市場週期，才能被真正化解。

投資心路的八個階段

聽到 → 知道 → 瞭解 → 相信 → 執行 → 堅信 → 忍耐 → 信仰。

前四步都停留在認知層面。你讀完這本書，就完成了前四步——但這四步不會讓你變有錢。真正的轉折發生在第五步：

- **執行**——開啟券商賬戶，輸入 QQQ / 00662 / 納斯達克 100 的程式碼，按下“買入”鍵。這是火車啟動的那一刻。
- **堅信**——買入之後市場下跌 20%、賬面出現明顯虧損、身邊人開始質疑你“你看，跌了吧”。這時候你需要堅信自己是對的，哪怕表面證據都指向相反方向。
- **忍耐**——市場從高點回撤 40%、長達數月的陰跌、每天開啟手機看到更小的數字。這種煎熬不是沒經歷過的人能想象的——但只要你不賣，它最終會還你。

- **信仰**——經歷過一個完整週期（高點→低谷→新高）之後，“相信”會升華為近乎宗教性的“信仰”。達到這一層之後，市場的任何波動都不會再動搖你——你不是在忍受波動，是真正對波動無感。

§16 不要聽專家的，已經把這八階段作為“燈塔”提過一次。本書所有 30 章的全部內容，最終就是為了把你從“聽到”推到“信仰”那一端去。

走過路過不要錯過

很多人經歷了 2000 年網際網路泡沫、2008 年金融海嘯、2020 年三次熔断、2022 年大跌——走過了這些歷史時刻、路過了無數次低價買入的視窗，但最終還是錯過了。為什麼？**因為他們沒有從中學到任何東西。**一次無知、兩次愚蠢，第三次還犯同樣的錯誤就是不可救藥。每一次市場劇烈波動都是一堂免費的實戰課——學費你已經用恐懼、焦慮、失眠的代價交過了；連這個學費都白交了，才是真正的浪費。

我退休 20 多年的真實狀態

我 2004 年退休至今二十多年沒有上班了——沒有薪水收入，只靠資產增長和質押借款過日子。生活不僅沒有變差，反而越來越好、越來越自在。我不擔心股市漲跌，不關心利率升降，不在意誰當總統。每天做的事是讀書、思考、錄影片、免費回答學員的問題——這些事沒有給我帶來一分錢收入，但給我帶來了無窮的快樂和成就感。

這就是財務自由的真實面貌——**它不是一個數字，而是一種狀態。**當你不再需要為了錢而出賣時間的那一刻，你就自由了。通往這種自由的道路，已經在這本書的前 28 章裡完整呈現。

現在，唯一缺少的，是你的行動

不要等明天。不要等下個月。不要等市場回撥。不要等“完全搞懂”——那一天永遠不會到來。今天就開始，哪怕只是一百塊錢。**第一步永遠比完美更重要。**

這本書到此結束，但你的投資人生才剛剛開始。合上這本書，開啟券商賬戶。

今天就是你餘生中最年輕的一天。

本節要點：

一、理財致富最大的敵人不是市場風險，而是拖延。從“知道”到“做到”之間的距離，比從無知到知道的距離更遠。**知識不會讓你變富，行動才會。**

二、投資心路八階段：聽到→知道→瞭解→相信（認知層）→執行→堅信→忍耐→信仰（行為層）。前半程讀書可達，後半程必須用真實的市場週期來錘鍊。每一次大幅波動都是把你從一個階段推向下一個階段的催化劑。

三、今天就開始。從小額開始、邊學邊做，讓時間和複利替你完成剩下的工作——未來的你會感謝現在的你。

附錄一：複利計算參考表

假設年化回報率 12%（納斯達克 100 指數基金長期回報的樂觀估計）：

每月投入（美元）	20 年後	30 年後	40 年後
\$100	\$9.9 萬	\$35 萬	\$118 萬
\$283	\$28 萬	\$100 萬	\$335 萬
\$500	\$50 萬	\$176 萬	\$590 萬
\$1,000	\$99 萬	\$352 萬	\$1,181 萬
\$2,830	\$280 萬	\$1,000 萬	\$3,342 萬

假設年化回報率 10%（較為保守的估計）：

每月投入（美元）	20 年後	30 年後	40 年後
\$100	\$7.6 萬	\$23 萬	\$64 萬
\$283	\$21 萬	\$64 萬	\$180 萬
\$500	\$38 萬	\$113 萬	\$319 萬
\$1,000	\$76 萬	\$227 萬	\$637 萬
\$2,830	\$215 萬	\$642 萬	\$1,803 萬

注：以上資料基於年金終值公式計算，為近似值。實際結果受市場波動、匯率變動及稅務因素影響。

年金終值公式： $FV = PMT \times [(1+r)^n - 1] / r$

其中，FV 為終值，PMT 為每期投入金額，r 為每期回報率，n 為總期數。

附錄二：退休規劃藍圖

退休公式： 年度生活開支 × 33 = 所需投資組合規模

此公式的邏輯基礎：當你的投資組合達到年度生活費的 33 倍時，只需以約 3% 的利率進行股票質押借款，即可獲得等於年度生活費的現金流，而無需賣出任何資產。與此同時，你的資產以約 10% 的年化速率繼續增長，遠超 3% 的借款利率，淨值持續擴大。

月生活費	年生活費	所需投資組合
\$3,000 美元	\$36,000 美元	\$119 萬美元

月生活費	年生活費	所需投資組合
\$5,000 美元	\$60,000 美元	\$198 萬美元
\$8,333 美元	\$100,000 美元	\$330 萬美元
10 萬臺幣	120 萬臺幣	3,960 萬臺幣
5 萬臺幣	60 萬臺幣	1,980 萬臺幣

質押生活費的操作邏輯：

第一步，將你的投資組合（納斯達克 100 指數基金）質押給銀行或券商。

第二步，銀行以 2-3%的年利率，借出不超過你持倉市值 20%的現金。

第三步，用借出的現金支付日常生活費用。

第四步，你的資產繼續留在市場中，以約 10%的年化速度增長。

第五步，由於資產增長速度（約 10%）遠超借款利率（2-3%），你的淨資產每年都在擴大。

第六步，不賣出資產意味著不觸發資本利得稅。你在法律框架內實現了"永不繳稅"。

第七步，當你離世時，資產和債務一同作為遺產傳承給下一代。債務金額相對於資產規模微不足道，後代繼承的是一個持續增長的巨大資產組合。

附錄三：全球納斯達克 100 指數基金一覽

以下列出截至本書編寫時，全球主要市場可供投資的納斯達克 100 指數基金代號。各標的之管理費率、追蹤誤差及交易規則可能不同，請讀者根據自身所在市場自行查證最新資訊。

市場	代號/名稱	備註
美國	QQQ	Invesco QQQ Trust, 管理費 0.20%, 最主流標的
臺灣	00662	元大全球未來關鍵科技 ETF (追蹤納斯達克 100)
中國大陸	513100	國泰納斯達克 100ETF
香港	可直接買入 QQQ	透過港美股通道
日本	有對應 ETF	東京交易所上市
韓國	有對應 ETF	韓國交易所上市
加拿大	有對應 ETF	多倫多交易所上市
澳洲	有對應 ETF	澳洲證交所上市
英國	有對應 ETF	倫敦證交所上市

市場	代號/名稱	備註
巴西	有對應 ETF	聖保羅證交所上市
馬來西亞	有對應 ETF	吉隆坡交易所上市
新加坡	有對應 ETF	新加坡交易所上市
印度	有對應 ETF	印度國家證交所上市

無論你身在世界何處，幾乎都能找到投資納斯達克 100 指數的渠道。選擇你所在市場最便捷、費率最低的標的即可。

附錄四：CLEC 投資哲學速查卡

核心理念

富有是天賦，快樂是人權。我們跟美國與人類科技共存亡。

操作規則

一、只買納斯達克 100 指數基金（QQQ / 00662 / 513100 及各國對應標的）。二、有錢就買，市價買入，不擇時、不等待、不猶豫。三、永遠不賣。將指數基金視為永久不動產，世代代持有。四、需要花錢時用股票質押借款，不賣出資產。五、質押比例不超過持倉市值的 20%，這是不可觸碰的紀律紅線。

禁止事項

一、不操作、不做波段、不看 K 線、不研究技術分析。二、不買個股、不買債券、不買保險理財產品、不買房地產（作為投資）。三、不用保證金（margin），只用質押。四、不加入任何投資群組。五、不聽理財專員、銀行顧問、財經名嘴的建議。

風險管理

一、上班族預留至少六個月緊急備用金。二、退休者預留至少三年生活費。三、投入前模擬市場跌 70%（腰斬再腰斬）的情景，確認你仍能正常生活。四、無法承受虧損的資金絕對不要投入市場。虧不起的錢放定存。

退休公式

年度生活費 × 33 = 所需投資組合規模

八字箴言

任何時間買都對，任何時間賣都錯。

座右銘

任何高點未來都是低點。不賣才是師傅。操作是罪惡。免費賺最多。市場永遠漲不停。

全書完

富有是天賦，快樂是人權。

願每一位讀者都能搭上這班列車，永遠不要下車。