

目錄

前言	擺脫財務壓力的盼望與幫助	01
第一部分	基本而重要的認識	
	01 習得真正財富知足的契機	14
	02 審視金錢真正意義的契機	24
	03 更新金錢價值觀的契機	32
第二部分	能夠改變生命的實用策略	
	04 培養明智的用錢習慣	42
	05 第一步：評估你的財務狀況	48
	06 第二步：計劃你的開支	54
	07 第三步：使用銀行帳戶管控花用	68
	附註	76
	附錄	79
	更新關懷輔導系列	81