

美妞们，上午好。

断舍离，是一种能够带来幸福感的生活方式。又开始了新一年的奋斗，跟着“断舍离”操作手册，一起来开启幸福有品质的生活。

如何通过断舍离攒更多的钱，过上更有品质的生活

by她理财财蜜@快乐的果果

断舍离其实非常简单，只需要以自己而不是物品为主角，去思考什么东西最适合现在的自己，并致力于将身边所有“不需要、不适合、不舒服”的东西替换为“需要、适合、舒服”的东西，完全符合你的“买买买”和“卖卖卖”的观念。

要懂得“我不是买不起，是有能力消费而不盲目消费”，在不影响生活品质的状况下花费尽量少的钱获取尽量多的愉悦，既是很好的理财方式，也为快节奏城市生活带来的心理压力减了负担。

接下来进入重点：

其一，断舍离中的省钱之道

1) 建立物尽其用的意识

如果真的物尽其用了，支撑我们生活到底需要多少物品？如果20%的物品就能带给我们80%的生活，为何要占用自己80%甚至更多的空间和金钱呢？

2) 冲动消费会花掉多少钱？

买不买先不买，卖不卖早点卖。这句话是我买基金单笔时候思考的：凡是让你犹豫和纠结的事情就尽量不要入手。冲动消费下买的东西常常带有一种激情，这种激情被商家巧妙应用，比如旅游纪念品，商场大促销，让你不买你就亏大了，于是冲动消费就开始了。

3) 极简生活究竟离我们还有多远？

我理解的极简生活是这样的：不追逐别人的消费热点，专注地过好自己的一天，把有限的时间、精力和金钱投入到一个自己深思熟虑觉得正确的、有意义的，或者是实现了梦想的事情上。

放下浮躁和轻率，把我们的精力从逛街、淘宝、微信等地方转到提升自己上，让我们真正戒掉对物品的嗜好和依赖。我们的网购瘾好像愈加严重，如果无法赚到更多的钱，于是就在淘宝上获得省钱的慰藉，比价、比价、再比价，下单！但最后又创造了多少根本就不需要的花费呢？

4) 扔掉的过程，才能真正的省钱

扔掉的过程就是直面自己消费错误的过程。很多人不愿意扔掉，就是不愿意承认自己买错的事实罢了。但是越是没有这样“扔掉”的痛苦和反思，我们就还无法认识到自己购物的杂乱性和盲目性，也就依然还会买很多不实用的东西回来，闲置下去，变本加厉。每次断舍离，都会发现，什么是没用的，下次不要买。

这就像是一种总结或者反馈，从使用频率和使用寿命长的物品里发现我们消费的成功，从闲置或者短命的物品里，也能清晰的看到我们在消费上的失误、冲动和非理性。

其二，断舍离中的精打细算

1) 建立理财档案

建立一个小账本，将每天的消费支出都记下来，每月进行比较总结，看看哪些钱该花哪些钱不该花，在下个月的消费中就会注意，从而节省开支。

2) 学会理财

即使你的专业不是财会专业的，如果不行，从网上下载理财软件，它会帮助你的钱每天、每周、每月流向哪里，并列出具体的预算与支出。

3) 消费不赶时髦

因需要而购买，不要总是因为时髦而购买。坚持家电消费“滞后15个月”的原则，即与最新型号的技术商品保持15个月距离，这时新产品的技术成熟了，质量提高了一倍，而价格则降

低了。

4) 只做不买

每月购衣款的分配:1/3经典名牌, 1/3当季流行, 1/3摊边小货, 这样既能出得高档场所, 亦能体现自己的风格。工资并不高, 仿照心仪的名牌款式定做衣服鞋子可以节省大部分金钱。

5) 爱拼才能省

拼衣、拼鞋、拼车、拼房、拼机票, 甚至拼婚礼, 只有你想不到, 没有你"拼"不到。热门的虚拟社区类网站上, 团购、拼盘帖子随处可见, 网站还专门开设了团购信息区和拼盘区以供网民们分享。

最后, 看一些财蜜们的如何践行断舍离的案例:

财蜜: @舟舟

衣服&包包, 断舍离

买质感好些的包包, 因为出入职场, 如果有一个有些质感的包包衬托, 整个人的level会高很多。另外买包, 能不买小包尽量不买小包, 因为大包不但可以上班用(乱七八糟的化妆品、雨伞、书记都可以一并纳入), 出行各方面都可以拎, 使用率高。总之, 买质感好, 使用率高, 耐用的包包, 才是聪明的女孩的选择。

服饰, 学生时代是特别喜欢到小街小巷买衣服的, 但是后来发现, 几十块的小店衣服, 穿不了几次就脱线, 缩水, 掉色, 各种难为情。推荐常买的几个牌子: HM (绝对的优惠)、UR、zara, 这几个牌子, 经常有特价, 折扣, 很多件楼主买下来, 低至五十多, 最高的也就是一百多, 每件基本都可以穿三年以上, 事实上不比街边店铺的贵, 但是款式大方, 特别适合不太会搭配的妹纸。重点是, 像HM等, 只要你不解开吊牌, 你可以在1个月内退换, 也就是, 当你不确定要不要这件衣服的时候, 你可以先买回去, 过几天你后悔了, 拿去退掉就是了。能节省很多因为冲动而支出的钱钱, 因为太多买来以后束之高阁的例子了。

财蜜@极限民

“衣食用行” 断舍离

我想说，我并不是省，只是够用而已。

“衣”：上班穿正装，下班穿私服，没有买很贵的衣服，但都很实穿的经典款，一条裙子，两件上衣，两条裤子，搭配一双平底鞋，简简单单。一个月有26天都是穿正装上班，只有4天休息日穿自己私服，买太多了几个月都没穿一次，够穿就好。

“食”：公司包吃，实行饭堂自助餐，吃不完可以打包带走。平时出去聚餐，实行aa制，或者各点各的。

“用”：生活用品、护肤品、化妆品一般去朋友那里拿货，按成本价，有时网上团购搞优惠也去参加，但每样只买一件，太多了只会囤货，够用就好。

“行”：平常做运动，健身，就在家做仰卧起坐，练瑜伽，白天晚上出去跑步，周末爬爬山或者跟朋友拼车去玩，够玩就好。

我也没有很省，该买的我还是会买，我只是拥有的足够了，“足够”之外的东西只是在消耗自己的生活。

财蜜：@爱睡觉的小狮子

日用品断舍离

1、从整理衣柜开始，挑出已经不合身的，保存不当发黄的，或是网购了之后不喜欢/不合身闲置的，或是已经不再“心动”又不舍得扔掉躺在衣柜至少两年以上的。处理方式：捐给公益机构，放在闲置网上卖出，或者废物再利用。

2、整理护肤/化妆品。整理的过程中也开始审视和了解自己的需求。首先肯定是把已经过期的先整理出来，主要是一些罐装的面膜，用了一半的防晒霜，硬掉的眼线膏，还有的是小赠品。整理后才发现，其实，我并不是很需要这些东西。面膜，买够用的就好，往往这些物品都会经常推陈出新，会有更加功能强大的迭代品出现，到时会觉得旧的扔也不是，用也不是。网购时，里面提到的赠品，我会先看一下具体是些什么东西，实不实用，如果是赠送一些不知名（或是自己觉得不靠谱）的东西，我会选择告诉商家不要发给我。最后一点是买护肤品或是化妆品都不要盲目地跟风，选择跟年纪和肤质匹配的，多在网上查查别人的用后感，再决定下手。不怕买贵，就怕买错了浪费。

3、整理书籍。手了一台KINDLE，决定将电纸书进行到底。

个人认为要节流，与其花小钱买很多不合适的东西，不如买性价比高的精品。在淘宝上看到想买的东西，先放入购物车，等一时的冲动过去后，明天再看看，是否真的是需要的，再下手。**不要因为“反正它很便宜”就买了，一点点不经意花出去的小钱积累多了都是大钱。**

今天的分享就到这里了。关注她理财微信，每天get一个理财新技能。微信后台回复：“12”，即可获取12存单法。按照此法打理工资，即使月入三千，也能年攒两万。



怎样通过断舍离攒更多的钱，过上更有品质的生活？