



我，
50歲

翻身

曾建明(Mike) / 著

作者簡介



曾建明 (Mike)

1971年出生於台灣台南，輔大統計系畢，曾任補教業，券商分公司主管，上市金控公司財富管理部協理，50歲財務自由退休成為FIRE族，對健走、烹飪、電影欣賞感興趣，著有《我那23天的徒步環島 台灣朝聖之路》。



作者序

我，50歲翻身。

為了不想只是成為所謂的「一本作家」（一輩子只出了唯一的一本書），打算著手嘗試寫第二本書，書名就叫做《我，50歲翻身》。

嬰孩在七坐八爬學走路之前，至少得先學會翻身，我的2個小孩都是Z世代（1997-2012），其中一個還是Iphone問世（2007年）後，Z世代的最大特色就是充滿著無力感，不關心國家大事，只在乎今晚吃什麼，以前階級翻轉可以靠教育，讓出身貧苦的小孩有機會翻身，但現在的數據顯示頂大學生（如台大）富人的小孩是窮人的6倍，在貧富差距加劇、一切用金錢堆砌之下，還可以靠什麼翻身，我想來想去，除了有一個富爸爸之外，只能靠儘早的學會正確的投資理財了，偏偏我的小孩又沒有富爸爸，不為別的，至少寫書為了我自己的小孩，但只盼別像我的上一本書，兩屁孩只翻了幾頁便束諸高閣了。

前些時日，瑞銀集團（UBS）公布了《2025全球財富報告》中指出，台灣每個成年人在2024的平均財富約為

31.2萬美元（約900萬台幣），全球排在第15位，但中位數僅約台幣330萬，而百萬美元富豪近76萬人，亦為全球第15強，是新加坡的兩倍多，由此可見，確實如上一段所言，貧富差距正不斷加劇並非空穴來風，然，如再細看這些數字背後所代表的意義，群體的增長主要受房地產價格上漲和匯率的推動，所以這財富數字理應包含不動產的價格，假設如我一般的4口之家（台灣的住宅自有率84.5%），兩名成年人父母在平均約1800萬的財富裡，以我家25年的自有不動產市價保守的粗估1600萬好了，扣除之後只剩200萬的可支配所得，再加上台灣國人的平均房貸金額突破1000萬，30年期每月尚需繳近4萬元的本息，所以，其實這樣的財富數字是中看不中用的，如無法進一步的開源節流下，果真會像蝸牛一樣，得要一輩子揹著重重的殼啊！那倒不如剩下的15.5%的寄居蟹來的好，以中位數以上來說至少還有600萬～1800萬的可支配所得，還可以隨著家戶人口的需求搬家換屋（小孩多時要換大屋，長大離巢時再換小屋），雖然每月需要繳交房租，但至少免除了自有房的持有成本（房屋稅、地價稅、火險及管理費、裝修等成本）。

然物價的節節高漲，想要節流自是不易，也只能想辦法開源了，但要開源又談何容易，於是，在看似困難重重下，我又是如何得以在50歲的年紀，翻身成功，仔細



想來，確實有些東西值得爬梳整理、書寫出來，同時在成功翻身成為自己的主人之後，又該如何快意自在的自處，才不至於虛度韶華，反倒變成好像在提前等死的感覺，我覺得，這些都是可以事先準備與預習的，所以，我將首度以自傳體小說的方式來嘗試自剖，透過一些自我人生經歷的小故事，不一定是成功的案例，也許是失敗的教訓，來闡述正確的理財觀念從「小」做起，也比較不會顯得枯燥乏味，然既是小說，為了增加故事的可看性，又難免有虛構杜撰的情節在內，交錯鋪陳，於是我將其分成幾個篇章，無論是在觀念的思考建立、透過時間的辨證，或是在行動的實踐上，與懂得適時的休止，希望都能成功地藉由本書的著作分享，提供一帖良方，讓大家也能早日地朝向做自己的路上前進，這便是我最大的希冀了。

| 目錄 |



作者簡介	002
作者序	003
輯壹・思考篇	009
謝謝你！我現在過得很好	010
孩子！股票是你翻身的唯一機會	014
我的爺爺	018
慎選偶像	022
我的爸爸	025
聰明選股	030
引狼入室	034
投資要趁早	037
教訓	040
別高興得太早	043
我在精神病院的日子	046
世紀之賭	050
神奇的數字魔法	053
股票的持有成本最低	056
最好的投資是自己	059
我退休後的交友圈	063
請讓多一點的良善在這個世界泛起漣漪	067

輯貳・辨證篇	071
當退休變得不再遙不可及	072
給兒子二十四歲生日前夕的一封信	074
送給自己五十歲最好的禮物	076
購屋置產千萬要三思而後行，否則小心成為一輩子的屋奴！	078
謝天	080
退休一年有感	082
站上萬六近一年新高的台股後勢將不可小覷	084
《去有風的地方》影集評論	086
台股近月漲幅11%全球股市居次，巴菲特看好的日股以14%掄元	088
《百年孤獨》書評	090
最新上線韓劇《今生也請多指教》～大推	093



退休兩年，我重新定義了「老」	095
茶道，茶道，喝茶悟道！	098
寫給女兒十五歲生日的一封信	099
擔任採訪報導的處女秀	101
婚姻之道	104
《紅樓夢》觀後有感	106

輯參・實踐篇

109

我的退休日記	110
--------	-----

輯肆・休止篇

207

無字天書	208
------	-----

寫在最後	212
------	-----



輯壹・思考篇



謝謝你！我現在過得很好

下午一時半刻，氣溫逼近35度，本周末就是夏至了，我依然不理會外頭的酷暑，堅持按表操課，騎著我的小藍（已經陪伴我12年的腳踏車），在前往八里的路上，這一段路，來回剛好20公里，沿途會先經過大都會公園的微風運河和陽光運河，在大部分的季節裡，天氣是所謂的陽光正好，微風不燥，再過去一點的八里左岸自行車道，兩旁路樹成蔭，緊接著映入眼簾的是，時而平靜如鏡時而暗潮洶湧的淡水河，以及河的彼岸矗立巍峨的大屯山和七星山，正當汗水淋漓、通體舒暢之際，再來一瓶冰鎮酷涼的台灣啤酒，搭配一根肉汁狂滴的碳烤香腸，噢！那美妙的滋味可是連神仙都望塵莫及啊！

這就是我的退休生活日常之一，攤開我的課表，我每天起床後要健行10公里，約莫2小時，一周七天，沒有休息日，再加上每周三的固定登山活動至少4小時起跳，以及像今天的騎單車2小時，每周單單運動的時間便花掉我20個小時，竟達到法定每週工時的一半，所以友人稱呼我為運動實踐家。常常有人會問我說：退休後都在幹



嘛，不會很無聊嗎？一開始我都直接了當的回說：就無所事事啊！還記得你學齡前的時候都在幹嘛嗎？那我現在就是在幹嘛，後來為了禮貌起見，現在我都會回說：忙得很，登山健行騎單車，閒時閱讀泡茶看電影，現在的我每天都會自己泡茶來喝，利用七泡茶的時間，一邊品茗一邊修身養性，試著讓自己的心完全沉澱下來，完全不碰手機，你知道的，現代人動不動就要滑一下手機，查看一下有無按讚留言，或訊息回覆，簡直得了社群焦慮，也因此喪失了專注力，至於其他閒暇時間，便是閱讀的時光，好讓自己完全沉浸在書本的情節之中，話說我退休之後看的書範圍更廣泛了，不論是古典東方的《紅樓夢》、《金瓶梅》，西方的《安娜·卡列尼娜》、《包法利夫人》，現代的《享受吧！一個人的旅行》、《一個人的朝聖》等散文小說，抑或是文學、哲學或科學（最新的量子力學、平行世界），都能多所涉略，而且善用地方圖書館的平台借閱書籍，亦省下了不少購書經費，然禮尚往來，我的第一本創作，最後賣剩的餘書也捐作圖書館的館藏，另外我也喜歡看電影追劇，以前上班公休時常會一整天泡在電影院，一部兩部甚至三部的一直看下去，樂此不疲，我自認是共感性很強的人，因此每每陷入書中或劇中的情節而不可自拔，彷彿自己就是那書中影中人，況且人生的目的不就是要增加體驗嗎？自從退休後老婆幫我訂閱了Netflix

串流平台後，不但費用比電影院更親民，掐指一算，我竟也看了高達兩三千部電影，就連100年前製作的電影也不放過，不但物超所值，人生體驗也更加豐富精采了。

剛剛上述的這些，都是屬於自己獨處時的樂子，退休後很重要的一點，就是你會多了很多和自己相處的時間，尤其如果你又是提早退休的話，同儕很多都仍在職場上，以我來說，甚至連另一半和子女，也都還在上班上學，家裡常常是只有自己一人，形單影隻，於是後來的我也開始學著自己做菜，自行料理食物裹腹，哇嗚！柴米油鹽醬醋茶一旦加進來，那事情可就更多了，哪會無所事事，是吧！特別是偶爾幫家人準備一道豐盛的晚餐，有時反倒增添些許的成就感，然整日關在家沒人可以說話交流，久而久之也會悶出病來，幸好我生性還算活潑，畢竟大半輩子都在業務圈打滾，懂得社交手腕結識新的朋友圈，因緣際會下加入了一個登山社團群組——耆老週三派，固定每周出團一次，登高望遠郊遊踏青，投入大自然母親的懷抱，好不快活呀！團員們也都非常好相處，可說是臥虎藏龍各懷本領，讓原本不擅長也不熱愛爬山的我，竟意外開啟了已經維持了超過兩年之久的圈子，甚至每周三滿心期待它的到來，所以我非常珍惜這個社團。

在退休即將屆滿四年之際，我好像已經慢慢的摸索出，屬於自己未來30年的生活之道了！每天生活在當



下，縱使隨時死去，亦無憾無懼，如果有許久未見的朋友問起，我會回答：謝謝你！我現在過得很好。

孩子！股票是你翻身的唯一機會

昨天打開信箱，意外發現一張小小張的房仲業的廣告，才得知原來我們社區的房子有人要賣，權狀24.31坪，2房2廳1衛竟開價高達1628萬，我這才確定一件事：年輕人啊，這個國家真的對不起你們！

時間往前推回25年，當年我因為住得不安心，忍痛認賠賣掉因921地震受損嚴重的第一間房（小賠100萬的裝潢費，權狀19坪挑高四米7的樓中樓），轉而買下這間稍大一點的房子（權狀33.3坪，3房兩廳兩衛），含一個車位也才花不到500萬啊，沒想到，竟在這短短的25年間，漲了近4倍，親愛的孩子，這就是通膨怪獸啊，還記得嘉義阿公家巷口的那家魚羹麵攤嗎？我很小的時候從一碗6塊錢就開始吃起，不到50年，現在一碗是50圓了，過一陣子如果又漲價的話，就足足漲了快10倍，也就是說，因為科技進步經濟起飛，萬物會齊漲，食衣住行育樂均無一倖免，然坐困愁城是沒有用的，怨東怨西更是雪上加霜，唯一的解決之道，就是你得要懂得一樣神奇的東西，那就是股票，因為股票也是萬物齊漲的其中之一，而且它飛漲的速度無人能與之匹敵。



我們都知道，錢存在銀行時間再久，頂多翻倍而已，沒甚麼搞頭，如果投資在房地產呢，像剛剛說的，了不起就五六倍，投資黃金商品呢，這幾十年來，黃金價格從每盎司兩三百塊漲到現在的三千多塊美元，也僅僅是10多倍，投資土地則有可能達到百倍之譜，但想必你也沒那個本錢，可是你知道嗎？60年前，最早投資股神巴菲特的那群人，如果到現在都沒賣的話，資產整整膨脹了55000倍（巴菲特最早是以1股11.5美元的價格購入波克夏的股票，波克夏現在的股價是1股接近80萬美元了，還曾一度因股價實在是太高，超出當時美國交易所電腦報價的初始設定極限，因而導致全面更新系統設備），換個方式說，如果你當年交給巴菲特1萬塊好了，現在你是擁有五六個億的富豪了，當然，也許你會說，並不是人人都是股神，但就算是國內台積電的股票好了，如果你是最早的那批投資者（譬如政府的國發基金），現在報酬率也高達三五百倍了，也許你會頂一句回說：可不可以不要講那些盤古開天的案例，好吧！那就拿我曾經贈與過你10股的美國股票FB臉書當例子好了，2013年差不多人人都開始玩臉書時，當時的股價僅30塊美金，現在的臉書，已經上漲到每股700塊美金，才不過短短12年的期間，股價已上漲逾20倍，夠誘人吧！況且股票還用不著甚麼大本錢，人人都可以投資，只要聰明選股（股票裡最關鍵的問題，將嚴重影響整

體獲利率)，長期投資，小錢便能透過複利（七二法則，亦即公式：報酬翻倍所需時間 = $72 / \text{年化報酬率}$ ）的效果，漸漸地滾成大錢的，這就是股票的魅力所在。

好啦！你會問：那你告訴我，該怎麼聰明選股，又該怎麼拿捏時機呢？

你終於問到重點了，果然冰雪聰明，真不愧是我孩子，接下來我將陸續的在後面的章節中，利用一些小故事，逐一的為你指點迷津，然說一句老實話，你老爸我在退休之前，還真從沒在股市裡賺過半毛錢，反倒是賠了不少錢，真正開始賺錢的時候，是因為我開始真正的懂得去認真思考了，在經歷了無數次的失敗，繳了許多辛辛苦苦賺來的錢之後，我竟一反常態，終於掌握致勝之道，開始慢慢地獲利了。

既然你先前在股市都賠錢，那你是從哪借來的膽子，為何敢在50歲退休，因為我精算過了，我早已經沒有任何的負債（包括房貸車貸信貸），子女的教育基金也已事先提存準備，這些年下來，我從職場上賺來的本業勞務所得，在扣掉所有的開銷後，辛辛苦苦所攢下來的一分一毫（孩子，你賺的錢其實不是你的，你存下來才是），已經夠我到60歲請領年金（因提早了5年需打八折計算）之前的所有花用，尤其是真正退休之後，你才發現真實的花用還真的是不多，都是想要的居多，至於60歲



以後嘛，由於本人的物慾向來就不高（山珍海味是一餐，粗茶淡飯亦有味清歡），就靠政府年金（以我個人來說，勞退加勞保約可領取25000元，其中勞退新制為雇主按月提撥月平均薪資的6%累積金額，100萬約可月領4000，勞保年金的粗估概算為勞保年資*1.5%*月投保薪資最高的60個月平均）過活吧，縱使日後萬一年金改革，像軍公教一樣金額砍半，我想我15000元也能活得下去，這還得多虧年輕時，陰錯陽差投保的一張，像是天上掉下來的禮物一般的養老險（保單的預定利率7%），從50歲以後開始給付的終身年金（商業年金月領15000），單靠這張就可以讓我不至於餓死，真是天公疼憨人，可能是我這輩子一向抱持著「存好心、說好話、做好事」的心態處事，累積了不少陰德吧！

至於現在丟在股市裡的那幾百萬的本金，都是閒錢，未來很有可能老爸我一輩子也花用不到，就讓它去自動的錢滾錢吧，滾的好的話可能變幾千萬，那是你們三生有幸，滾的不好我也沒輒了，只能怪你們自己不長進，畢竟，我只能負責自己的人生，你們的要靠你們自己去負責了，萬一真的還有個甚麼意外的話，那就以房養老吧，反正生不帶來，死不帶去，更何況等到我正常老死的話，這房子屋齡可能也五、六十年了，想必你們也不會想要，棄之如敝屣，你說是吧！