



# VietFI

FI = Financial Freedom (Tự Do Tài Chính)

## Sổ Tay Tự Do Tài Chính

Từ con số 0 đến tự do tài chính — ngân sách, mục tiêu,  
và từng bước đi trên hành trình đó.

Ngân sách

Quỹ khẩn cấp

7 Cấp Độ

Mục tiêu

---

Dành cho người Việt tại Việt Nam đang xây dựng tự do tài chính.

[vietfi.us](https://vietfi.us)

## Trước khi bắt đầu

---

Mình bắt đầu VietFI không phải vì mình giỏi về tiền bạc — mà vì suốt nhiều năm, mình không hề biết cách quản lý tiền của chính mình. Không ai dạy. Mình đoán rất nhiều người trong cộng đồng mình cũng vậy.

Cuốn sổ tay này không phải lý thuyết. Đây là những công cụ thật mình đã và đang dùng: bảng ngân sách để biết tiền đi đâu, quỹ khẩn cấp để không còn phải vay mỗi khi có chuyện bất ngờ, và một bản đồ 7 cấp độ để biết mình đang ở đâu trên hành trình Tự Do Tài Chính.

Bạn không cần làm đúng hết ngay từ đầu. Mình cũng không. Chỉ cần bắt đầu từ điểm 0 của chính mình, và đi từng bước một.

### ♥ VietFI

- ★ **Nếu chỉ nhớ một điều:** bạn không cần làm đúng hết ngay từ đầu — chỉ cần bắt đầu từ điểm 0 của chính mình.

# VietFI đang xây dựng điều gì

VietFI là nơi mình chia sẻ hành trình tài chính cá nhân của chính mình — cho cộng đồng người Việt tại Việt Nam. Mục tiêu không phải là làm giàu nhanh, mà là giúp mọi người có đủ kiến thức và công cụ để tự đưa ra quyết định tài chính của riêng mình, thay vì đoán mò như mình đã từng.

Cuốn sổ tay này là bản tóm tắt thực hành của những gì VietFI viết: biến kiến thức thành công cụ bạn có thể cầm, viết tay, và theo dõi mỗi tháng. Ba trang tiếp theo là 8 khái niệm nền tảng về tài chính cá nhân — bạn sẽ gặp lại chúng xuyên suốt cuốn sổ.

## TRONG CUỐN SỔ TAY NÀY

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| 8 khái niệm nền tảng về tài chính cá nhân | 4  |
| Sức mạnh của lãi kép (minh họa trực quan) | 7  |
| Bước 0 — Tài sản ròng của bạn hôm nay     | 8  |
| Bước 1 — Mô hình ngân sách 50-30-20       | 9  |
| Bảng thu chi hàng tháng                   | 10 |
| Bước 2 — Theo dõi quỹ khẩn cấp (24 tháng) | 11 |
| Bước 3 — 7 Cấp Độ Tự Do Tài Chính         | 12 |
| Bước 4 — Mục tiêu & mốc thời gian của bạn | 13 |
| Công cụ hỗ trợ trên VietFI                | 14 |
| Theo dõi hàng tháng (mẫu in lại)          | 15 |
| Chứng nhận hoàn thành                     | 16 |

## 8 khái niệm bạn sẽ gặp xuyên suốt

### 1. Quy tắc 50-30-20

Chia thu nhập thành 3 phần: 50% nhu cầu thiết yếu, 30% mong muốn, 20% tiết kiệm & trả nợ. Điểm bắt đầu đơn giản nhất để biết tiền của mình đang đi đâu.

### 2. Quy tắc 72

Lấy **72 chia cho lãi suất hàng năm (%)** để biết bao nhiêu năm tiền của bạn sẽ tăng gấp đôi.

**Ví dụ:** lãi suất 8%/năm  $\rightarrow 72 \div 8 = 9$  năm để tiền đầu tư tăng gấp đôi.

### 3. Tỷ lệ tiết kiệm khuyến nghị theo độ tuổi

| Độ tuổi         | Tỷ lệ tiết kiệm |
|-----------------|-----------------|
| 20-29 tuổi      | 10-15% thu nhập |
| 30-39 tuổi      | 15-20% thu nhập |
| 40-49 tuổi      | 20-25% thu nhập |
| 50 tuổi trở lên | 25%+ thu nhập   |

**Ví dụ:** bạn 32 tuổi, thu nhập 20 triệu/tháng  $\rightarrow$  nên tiết kiệm khoảng **3-4 triệu/tháng** (15-20%).

### 4. Nên tích lũy được bao nhiêu theo độ tuổi

| Độ tuổi            | Tài sản tích lũy nên có |
|--------------------|-------------------------|
| 30 tuổi            | 1x thu nhập năm         |
| 40 tuổi            | 3x thu nhập năm         |
| 50 tuổi            | 6x thu nhập năm         |
| 60 tuổi            | 8x thu nhập năm         |
| 67 tuổi (nghỉ hưu) | 10x thu nhập năm        |

Mức tham khảo chung theo các mô hình lập kế hoạch hưu trí phổ biến — không phải con số bắt buộc cho mọi người.

**Ví dụ:** bạn 40 tuổi, thu nhập 300 triệu/năm  $\rightarrow$  nên có khoảng **900 triệu đồng** (3x) tài sản tích lũy.

## 8 khái niệm bạn sẽ gặp xuyên suốt (tiếp theo)

### 5. Quỹ khẩn cấp

Khoản tiền để riêng, đủ trang trải 3-6 tháng chi phí thiết yếu — dùng khi mất việc hoặc có chuyện bất ngờ. Giữ ở nơi dễ rút, không đầu tư vào cổ phiếu.

**Ví dụ:** chi phí thiết yếu 10 triệu/tháng → quỹ khẩn cấp mục tiêu khoảng **30-60 triệu đồng** (3-6 tháng).

### 6. Ưu tiên trả nợ lãi suất cao trước

Khi có nhiều khoản nợ, trả tối thiểu tất cả, dồn phần dư để trả khoản có lãi suất cao nhất trước (thẻ tín dụng, vay tiêu dùng). Lãi suất nợ thường cao hơn lợi nhuận đầu tư kỳ vọng.

### 7. Điểm Giao Cắt & Quy tắc rút 4%

**Điểm Giao Cắt** là lúc lợi nhuận đầu tư đủ trang trải chi phí sống. **Quy tắc rút 4%** ước tính số tiền cần có  $\approx 25$  lần chi tiêu hàng năm — đây là "số FIRE" nhiều người dùng làm mục tiêu.

**Ví dụ:** chi tiêu 15 triệu/tháng → 180 triệu/năm → cần khoảng **4.5 tỷ đồng** đầu tư (25x) để đạt Điểm Giao Cắt.

## 8 khái niệm bạn sẽ gặp xuyên suốt (tiếp theo)

### 7b. Điều chỉnh quy tắc rút cho VNĐ

**Lưu ý cho VNĐ:** quy tắc rút 4% được tính từ dữ liệu lịch sử thị trường Mỹ, dựa trên lợi nhuận thực (đã trừ lạm phát) tương đối ổn định và có thể dự đoán qua nhiều thập kỷ. Vì lạm phát VNĐ thường cao hơn, biến động hơn, và VNĐ có xu hướng mất giá theo thời gian so với USD, lợi nhuận thực của tài sản VNĐ khó dự đoán hơn — nên cần một biên độ an toàn lớn hơn. Vì vậy, nhiều người chọn quy tắc rút **thấp hơn** — 2-3% thay vì 4% — nghĩa là cần tích lũy **nhiều hơn** để bù cho rủi ro và sự bất định cao hơn. Đây chỉ là ước tính tham khảo để định hướng, không phải lời khuyên đầu tư cá nhân hóa — mức phù hợp còn tùy khẩu vị rủi ro và tình hình thực tế của mỗi người.

| Quy tắc rút          | Bội số chi tiêu năm | Cần tích lũy (chi tiêu 180tr/năm) |
|----------------------|---------------------|-----------------------------------|
| 4% (chuẩn Mỹ)        | 25x                 | 4.5 tỷ đồng                       |
| 3% (an toàn hơn)     | ~33.3x              | ~6 tỷ đồng                        |
| 2% (thận trọng nhất) | 50x                 | 9 tỷ đồng                         |

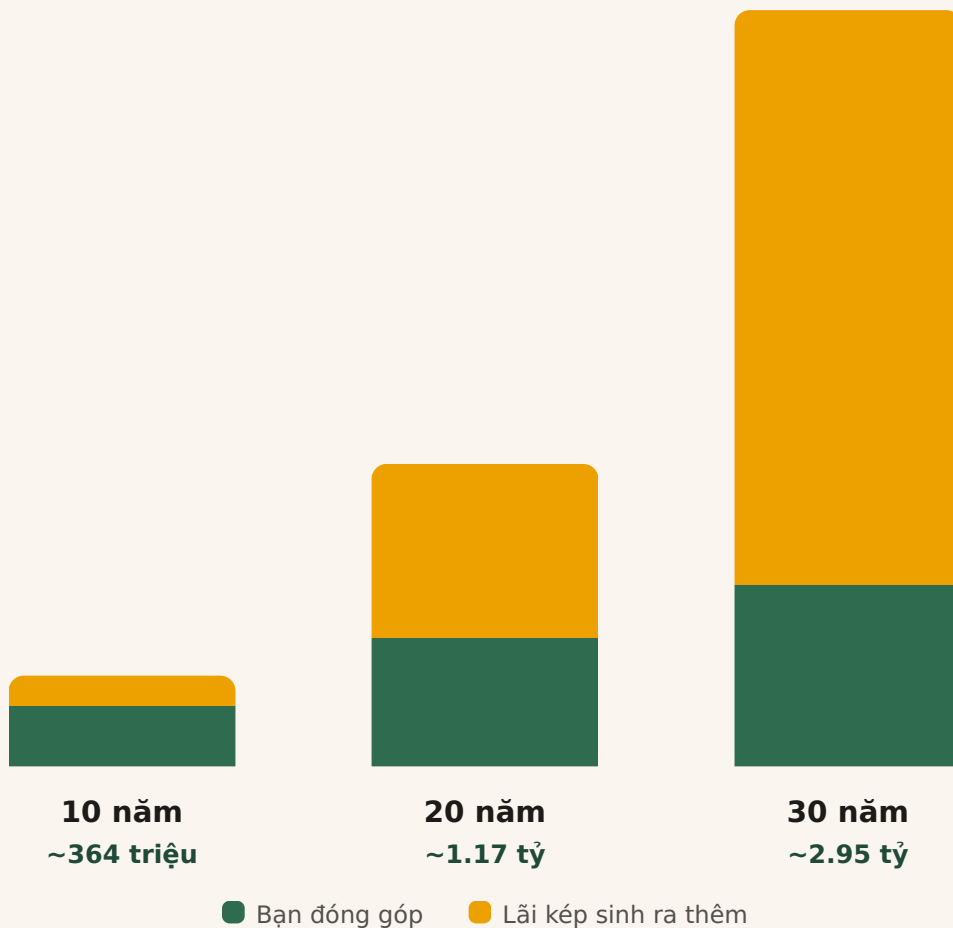
### 8. Lạm phát và sức mua theo thời gian

Lạm phát làm giảm giá trị thực của tiền theo thời gian. Để tiền "nằm im" ở nơi lãi thấp cũng là một rủi ro, không chỉ đầu tư mới có rủi ro.

**Ví dụ:** với lạm phát ~4%/năm, **100 triệu hôm nay** chỉ còn sức mua tương đương **~68 triệu** sau 10 năm.

## Nếu bạn góp 2 triệu đồng mỗi tháng...

Cùng một số tiền, cùng lãi suất — chỉ khác thời gian. Đây là lý do “bắt đầu sớm” quan trọng hơn “bắt đầu nhiều”.



Giả định: góp đều **2.000.000đ/tháng**, lãi suất trung bình **8%/năm** — chỉ mang tính minh họa, không phải cam kết lợi nhuận thực tế.



### Tính với số tiền của riêng bạn

Quét mã hoặc vào công cụ "So sánh lãi kép" tại [vietfi.us](https://vietfi.us)

★ **Nếu chỉ nhớ một điều:** bắt đầu sớm quan trọng hơn bắt đầu nhiều — thời gian mới là yếu tố mạnh nhất của lãi kép.

# Tài sản ròng của bạn hôm nay

Trước khi lập ngân sách hay đặt mục tiêu, hãy biết chính xác bạn đang đứng ở đâu. Không có con số nào là "xấu" — chỉ là điểm bắt đầu của bạn.

## Tài sản

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| Tiền mặt & tài khoản tiết kiệm    |  |
| Đầu tư (cổ phiếu, quỹ, crypto...) |  |
| Bất động sản (giá trị thị trường) |  |
| Khác (vàng, tài sản giá trị...)   |  |
| <b>Tổng tài sản (A)</b>           |  |

## Nợ

|                          |  |
|--------------------------|--|
| Nợ thẻ tín dụng          |  |
| Vay tiêu dùng / vay khác |  |
| Vay mua nhà / mua xe     |  |
| <b>Tổng nợ (B)</b>       |  |

**Tài sản ròng của bạn (A – B)**

## Bạn đã đi được bao xa đến Điểm Giao Cắt?

|                                                                |   |
|----------------------------------------------------------------|---|
| <b>Chi tiêu hàng năm của bạn</b>                               |   |
| <b>× 25 (hoặc × 33 nếu dùng tỷ lệ rút an toàn hơn cho VNĐ)</b> |   |
| <b>Bạn đã đạt (Tài sản ròng ÷ số trên × 100)</b>               | % |

Xem lại trang “Điểm Giao Cắt & Quy tắc rút 4%” ở phần khái niệm nền tảng nếu bạn cần ôn lại công thức này.

→ Muốn chia sẻ? Đăng tài sản ròng của bạn (hoặc chỉ % đạt được) trong nhóm Facebook “Tiền Bạc Rõ Ràng - VietFI” — ấn danh nếu muốn.

# Mô hình ngân sách 50-30-20

Đây là cách chia thu nhập hàng tháng đơn giản nhất để bắt đầu — không cần app, không cần công thức phức tạp.

50%  
Nhu cầu thiết yếu  
(nhà ở, ăn uống, đi lại)

30%  
Mong muốn  
(giải trí, mua sắm)

20%  
Tiết kiệm & trả nợ

### Thu nhập hàng tháng của bạn

|                          |  |
|--------------------------|--|
| Tổng thu nhập / tháng    |  |
| 50% — Nhu cầu thiết yếu  |  |
| 30% — Mong muốn          |  |
| 20% — Tiết kiệm & trả nợ |  |

Không cần chính xác tuyệt đối 50-30-20 — đây là điểm bắt đầu. Quan trọng là bạn biết con số thật của mình.

★ **Nếu chỉ nhớ một điều:** không cần chính xác 50-30-20 tuyệt đối — quan trọng là bạn biết con số thật của mình.

# Bảng thu chi hàng tháng

Ghi lại từng khoản — đây chính là bước đầu tiên thật sự, quan trọng hơn bất kỳ công thức tiết kiệm nào.

| Khoản mục                      | Ngân sách | Thực tế | Chênh lệch |
|--------------------------------|-----------|---------|------------|
| Nhà ở (thuê / trả góp)         |           |         |            |
| Ăn uống                        |           |         |            |
| Đi lại / xăng xe               |           |         |            |
| Hóa đơn (điện, nước, internet) |           |         |            |
| Bảo hiểm                       |           |         |            |
| Giải trí                       |           |         |            |
| Mua sắm                        |           |         |            |
| Trả nợ                         |           |         |            |
| Tiết kiệm / Đầu tư             |           |         |            |
| Khác                           |           |         |            |
| Tổng                           |           |         |            |

Công cụ online: **Mẫu ngân sách 20-30-50** và **Cân đối thu chi cả năm** tại vietfi.us để làm nhanh hơn.



**Lập ngân sách nhanh hơn**

Quét mã để mở "Mẫu ngân sách 20-30-50" tại vietfi.us

# Theo dõi quỹ khẩn cấp — 24 tháng

Không cần bắt đầu với 6 tháng chi tiêu. Bắt đầu từ đâu cũng được — dù chỉ 2.5 triệu đồng mỗi tháng. Tô đậm mỗi ô sau khi bạn đóng góp tháng đó.

|                                      |                                      |                                      |                                      |                                      |                                      |
|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| Tháng 1<br><input type="checkbox"/>  | Tháng 2<br><input type="checkbox"/>  | Tháng 3<br><input type="checkbox"/>  | Tháng 4<br><input type="checkbox"/>  | Tháng 5<br><input type="checkbox"/>  | Tháng 6<br><input type="checkbox"/>  |
| Tháng 7<br><input type="checkbox"/>  | Tháng 8<br><input type="checkbox"/>  | Tháng 9<br><input type="checkbox"/>  | Tháng 10<br><input type="checkbox"/> | Tháng 11<br><input type="checkbox"/> | Tháng 12<br><input type="checkbox"/> |
| Tháng 13<br><input type="checkbox"/> | Tháng 14<br><input type="checkbox"/> | Tháng 15<br><input type="checkbox"/> | Tháng 16<br><input type="checkbox"/> | Tháng 17<br><input type="checkbox"/> | Tháng 18<br><input type="checkbox"/> |
| Tháng 19<br><input type="checkbox"/> | Tháng 20<br><input type="checkbox"/> | Tháng 21<br><input type="checkbox"/> | Tháng 22<br><input type="checkbox"/> | Tháng 23<br><input type="checkbox"/> | Tháng 24<br><input type="checkbox"/> |

## Mục tiêu quỹ khẩn cấp của bạn

|                               |                      |
|-------------------------------|----------------------|
| Chi tiêu thiết yếu / tháng    | <input type="text"/> |
| Mục tiêu (3-6 tháng chi tiêu) | <input type="text"/> |
| Đóng góp mỗi tháng            | <input type="text"/> |



**Không chắc mình đang ở giai đoạn nào?**  
Quét mã làm trắc nghiệm "Quỹ Khẩn Cấp Của Bạn Vững Đến Đâu?" tại [vietfi.us](https://vietfi.us)

## 7 Cấp Độ Tự Do Tài Chính

Dựa theo khung của Grant Sabatier. Đánh dấu cấp độ bạn đang ở, và cấp độ tiếp theo bạn hướng đến.

- 1 Rõ Ràng** ☐  
Biết chính xác thu nhập, chi tiêu, và nợ của mình — không né tránh nhìn vào con số thật.
- 2 Tự Chủ** ☐  
Có một khoản đệm nhỏ, không còn sống hoàn toàn phụ thuộc vào lương kỳ tới.
- 3 Khoảng Thở** ☐  
Quỹ khẩn cấp đủ 3-6 tháng chi tiêu — không còn hoảng loạn khi có chuyện bất ngờ.
- 4 Ổn Định** ☐  
Hết nợ lãi suất cao, bắt đầu đầu tư đều đặn mỗi tháng.
- 5 Linh Hoạt** ☐  
Tài sản đủ lớn để có lựa chọn thật sự — đổi việc, nghỉ ngơi — mà không hoảng loạn về tiền.
- 6 Tự Do Tài Chính** ☐  
Điểm Giao Cắt — lợi nhuận đầu tư đủ để chi trả chi phí sống của bạn.
- 7 Giàu Có Dư Dả** ☐  
Tài sản vượt xa nhu cầu — có thể cho đi, để lại, và sống theo cách mình muốn.

**100 triệu không phải là đích đến. Đó là cột mốc tiếp theo.**

Mỗi cấp độ là một cột mốc, không phải điểm dừng. Cứ đi tiếp.



**Bạn đang ở cấp độ nào?**

Quét mã làm trắc nghiệm nhanh tại [vietfi.us](https://vietfi.us) để biết chính xác

→ Bạn đang ở cấp độ mấy? Chia sẻ trong nhóm Facebook “Tiền Bạc Rõ Ràng - VietFI” để cùng động viên nhau đi tiếp.

## Mục tiêu & mốc thời gian của bạn

Viết ra mục tiêu cụ thể — con số càng rõ, hành trình càng dễ theo dõi.

| Mục tiêu | Số tiền cần | Hạn hoàn thành | Ghi chú |
|----------|-------------|----------------|---------|
|          |             |                |         |
|          |             |                |         |
|          |             |                |         |
|          |             |                |         |
|          |             |                |         |
|          |             |                |         |

### Ghi chú thêm

ĐI TIẾP

## Công cụ hỗ trợ trên VietFI

Khi bạn cần tính toán nhanh hơn bảng giấy, các công cụ này miễn phí tại vietfi.us:

### So sánh lãi kép

Xem tiết kiệm đều đặn theo thời gian phát triển ra sao.



### Mẫu ngân sách 20-30-50

Tính nhanh 3 nhóm ngân sách theo thu nhập thực tế.



### Cân đối thu chi cả năm

Nhìn toàn bộ bức tranh tài chính 12 tháng cùng lúc.



### Đếm ngược mục tiêu

Biết chính xác còn bao lâu để đạt một mục tiêu tiết kiệm.



### Đọc loạt bài "Điểm 0"

Hành trình đầy đủ — từ quỹ khẩn cấp, rút tiền hưu trí, xây lại từ 0, đến 7 cấp độ Tự Do Tài Chính.  
Tại vietfi.us.

★ **Nếu chỉ nhớ một điều:** bảng giấy giúp bạn hiểu — công cụ online giúp bạn nhanh hơn. Dùng cả hai.

## Theo Dõi Hàng Tháng

Trang này khác các trang trước — nó không dùng để điền một lần. In thêm hoặc tải lại trang này mỗi tháng tại vietfi.us để theo dõi lâu dài.

Tháng \_\_\_\_\_ / Năm \_\_\_\_\_

|                    |       |
|--------------------|-------|
| Tổng thu nhập      | _____ |
| Tổng chi tiêu      | _____ |
| Tiết kiệm được     | _____ |
| So với tháng trước | _____ |

### Cảm nhận tháng này

Khó khăn

☐

Tạm ổn

☐

Tốt

☐

Rất tốt

☐

### Ghi chú nhanh

Mẹo: chụp ảnh trang này mỗi tháng để so sánh theo thời gian.

★ CHỨNG NHẬN HOÀN THÀNH ★

# Bạn Đã Hoàn Thành Sổ Tay Tự Do Tài Chính

Đã đọc, đã viết, đã bắt đầu hành trình của riêng mình.

TÊN CỦA BẠN

---

NGÀY HOÀN THÀNH

---



7 Cấp Độ Tự Do Tài  
Chính

Tài chính cá nhân — trong tên của nó đã hàm ý "cá nhân".  
Đừng nhìn lên, cũng đừng nhìn xuống. Chỉ có bạn mới hiểu  
bạn đang ở đâu, cần gì.

Thu thập kiến thức là cần thiết, nhưng làm chủ tư duy và  
phán quyết của chính mình mới là điều quan trọng nhất trong  
mọi quyết định.

Chúc bạn vững bước trên hành trình Tự Do Tài Chính của  
mình. Bắt đầu từ đâu cũng được — chỉ cần bắt đầu.

♥ VietFI

vietfi.us · Facebook: Tiền Bạc Rõ Ràng - VietFI

Thích cuốn sổ tay này? Tặng cho một người bạn — quét mã  
bên dưới hoặc gửi link vietfi.us.



Quét mã để ghé vietfi.us