

Вики Робин и Джо Домингес
при участии Моник Тилфорд

КОШЕЛЕК ИЛИ ЖИЗНЬ?



Вы контролируете деньги или деньги
контролируют вас

Vicki Robin and Joe Dominguez
with Monique Tilford

**YOUR MONEY
OR YOUR LIFE:
9 STEPS TO TRANSFORMING
YOUR RELATIONSHIP WITH
MONEY AND ACHIEVING
FINANCIAL INDEPENDENCE**

PENGUIN BOOKS

Вики Робин и Джо Домингес
при участии Моник Тилфорд

**КОШЕЛЕК
ИЛИ ЖИЗНЬ?
ВЫ КОНТРОЛИРУЕТЕ
ДЕНЬГИ ИЛИ ДЕНЬГИ
КОНТРОЛИРУЮТ ВАС**

Перевод с английского Эльвиры Кондуновой

Москва
«Манн, Иванов и Фербер»
2016

УДК 330.322.12

ББК 65.263.22

P58

Научный редактор Надежда Решетник

Издано с разрешения Viking, a member of Penguin Group (USA) LLC, a Penguin Random House Company и литературного агентства Andrew Nurnberg (Россия)

На русском языке публикуется впервые

Робин, Вики

P58 Кошелек или жизнь? Вы контролируете деньги или деньги контролируют вас / Вики Робин, Джо Домингес, Моник Тилфорд ; пер. с англ. Э. Кондуковой ; [науч. ред. Н. Решетник]. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2016. — 368 с.

ISBN 978-5-00057-737-0

Обретение финансовой независимости — мечта многих людей. Для этого нужно научиться осознанно использовать и контролировать деньги, а не жить ради них. Изменив свое отношение к деньгам в результате следования рекомендациям, описанным в этой книге, вы достигнете нового уровня осознания всех финансовых вопросов, а также приобретете более высокие компетенции и почувствуете себя гораздо комфортнее.

Книга будет полезной для всех, кто хочет контролировать свои финансы, а не жить ради денег.

УДК 330.322.12

ББК 65.263.22

Все права защищены. Никакая часть настоящего издания ни в каких целях не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, будь то электронные или механические, включая фотокопирование и запись на магнитный носитель, если на это нет письменного разрешения издателя. Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс».

VEGAS LEX

ISBN 978-5-00057-737-0

© Vicki Robin and Joe Dominguez, 1992

© Vicki Robin, 2008

© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	7
Пролог	19
Управление жизнью как единым целым	19
Глава 1. Власть денег: где спрятано сокровище?	33
Глава 2. Деньги — совсем не то, чем их считают. И никогда этим не были	73
Глава 3. Что будет дальше?	112
Глава 4. Критерий достаточности. Природа удовлетворенности	144
Глава 5. Как оценить успешность выполнения программы	180
Глава 6. Американская мечта — жить бережливо	202
Глава 7. Из любви или ради денег: ценность жизненной энергии против работы и дохода .	245
Глава 8. Точка безопасности: горшочек с золотом на настенном графике	289
Глава 9. Ты достиг цели: что делать дальше?	319
Эпилог. Девять магических шагов по созданию новой дорожной карты.	352
Благодарности	361
Об авторах	363

Глава 1

ВЛАСТЬ ДЕНЕГ: ГДЕ СПРЯТАНО СОКРОВИЩЕ?

Деньги: золотая клетка

«Кошелек или жизнь».

Как бы вы поступили, если бы кто-нибудь ткнул вам под ребро пистолет и произнес эту фразу? Думаю, что большинство предпочли бы расстаться с бумажником. Угроза действенная, поскольку мы ценим нашу жизнь выше, чем деньги. Или нет?

Пенни У. работала по 70 часов в неделю и считалась успешным торговым агентом, но все это было не то. Она рассказывает: «Почитав книги вроде *The Poverty of Affluence* («Нищета изобилия») Пола Вахтеля, я поняла, что не одинока в ощущении, будто “что-то проходит мимо меня”. Я начала разговаривать с людьми, и оказалось, что многие чувствуют то же самое. Купив комфортабельный дом, набитый всевозможной бытовой техникой, я часто думала: “И это все?” Неужели мне предстоит только работать и работать — до изнеможения, а потом оказаться выброшенной на пенсию — пускать на ветер накопленные сбережения и впустую тратить оставшуюся жизнь?»

Карл М. всегда любил музыку, но его жизнь протекала в основном на работе, связанной с обработкой баз данных. У него все было хорошо, вот только исчезла надежда, что музыка займет главное место в его жизни. Он не был уверен, что знает, что значит быть мужчиной, а потому старательно обзаводился всеми атрибутами, которые могли, по его мнению, помочь стать таковым, и ждал, что они сами по себе придадут смысл его жизни.

Карл окончил колледж, женился, стал хорошим специалистом, устроился на хорошую работу, купил машину, взял в ипотеку дом и регулярно стриг свой газон. Он не чувствовал себя взрослым мужчиной — напротив, его не покидало ощущение, что он попал в ловушку.

Диана Дж. тихо ненавидела свою работу программиста. Она выполняла свои обязанности по минимуму — настолько, чтобы ее было не за что уволить. У нее были все атрибуты успешного человека — спортивная машина, дом в пригороде, но они не компенсировали скуки, одолевавшей ее на работе. Диана увлеклась путешествиями, записалась в несколько клубов по интересам, но ничто не могло развеять депрессию, преследовавшую ее в течение рабочей недели. В конце концов она пришла к выводу, что вряд ли можно рассчитывать на что-то лучшее, пока работа лишает ее жизнь смысла.

Многие из нас любят свою работу, однако далеко не все могут честно сказать, что полностью ею удовлетворены. Идеальная трудовая жизнь бросает вызов, создает непреходящий интерес. В ней достаточно легкости, чтобы оставить место для удовольствия. Достаточно дружеских отношений, чтобы стимулировать обмен идеями. Достаточно возможностей, чтобы сосредоточиться и обеспечить высокую производительность. Достаточно рабочего времени, чтобы успеть все сделать. Достаточно свободного времени, чтобы почувствовать себя отдохнувшим. Достаточно внимания, чтобы ощутить себя нужным. Достаточно шуток, чтобы повеселиться. Достаточно денег, чтобы оплатить счета... и после этого останется еще немного. Но даже в лучшей работе есть недостатки. Жизнь подходит к экватору, и вы внезапно обнаруживаете, что живете в соответствии с желаниями родителей. Или еще хуже — 20 лет пломбируете пациентам зубы потому, что один 17-летний парень (господи, неужели это были вы?) когда-то решил, что быть дантистом — лучшее в мире занятие. Мы привыкаем жить в «реальном мире» — мире компромисса. Несмотря на все разговоры о борьбе за лидерство, к концу рабочего дня мы так устаем, что мечтаем лишь добраться до дивана.

Тем не менее большинство из нас считают, что есть способ прожить более осмысленную и наполненную жизнь. Люди, о которых пойдет речь в этой книге, обнаружили, что такой способ действительно существует. Можно вести продуктивную, осмысленную, подходящую нам жизнь — и при этом пользоваться всеми материальными благами. Имеется способ сбалансировать внешнюю и внутреннюю жизнь, привести трудовую жизнь в соответствие с потребностями семьи и внутренними потребностями. У задачи

сделать вашу жизнь такой, чтобы вы чувствовали себя более живым, есть решение. Можно организовать ее так, чтобы на вопрос «Кошелек или жизнь?» вы могли ответить: «Благодарю, я беру и то и другое».

Мы не живем — мы медленно двигаемся к смерти

Тем не менее у очень многих работающих людей — как искренне любящих свою работу, так и тех, кто ее с трудом терпит, — нет реального выбора между деньгами и жизнью. Почти все их время, за исключением отведенного на сон, подчинено задаче зарабатывания денег, а на жизнь остаются лишь немногие свободные часы.

Представим себе типичного наемного работника почти в любом индустриальном городе. Будильник звонит в 6:45 утра, наш герой поднимается и включается в дневную гонку. Принять душ. Надеть профессиональную униформу — для кого-то это костюм или платье, для кого-то комбинезон, для медиков — белый халат, для строителей — джинсы и фланелевая рубашка. Позавтракать, если остается время. Не забыть проездной и портфель (или коробку с завтраком). Сесть в машину и отправиться навстречу ежедневному наказанию под названием «час пик» или втиснуться в битком набитую электричку или автобус. Отбыть рабочее время с девяти до пяти. Общаться с боссом, с коллегой, присланным в отдел самим дьяволом, чтобы сбить вас с правильного пути, с поставщиками. Разговаривать с клиентами/покупателями/пациентами. Казаться постоянно занятым. Скрывать свои ошибки. Улыбаться, получая задания с совершенно нереальными сроками. Вздыхать с облегчением, когда геморрой под названием «реорганизация» или «сокращение штатов» — а попросту увольнение персонала — достается кому-то другому. Подставлять плечо, когда возрастает объем работы. Следить за временем. Спорить со своей совестью, но с улыбкой соглашаться с боссом. Пять часов вечера. Скорее снова в машину и на хайвей или в электричку (автобус) по льготному тарифу. Наконец-то дома. Поговорить с супругой, детьми или соседями по комнате. Поужинать. Посмотреть телевизор. Лечь спать. Восемь часов благословенного забытья.

И вот это называется жизнью? Подумайте об этом. Часто ли вам приходилось встречать людей, которые в конце рабочего дня более полны энергии, чем в начале? Действительно ли мы приходим домой после главного занятия своей жизни более воодушевленными? Влетаем ли мы в дверь, освеженные и гиперактивные, готовые провести отличный вечер с семьей? Куда девается вся та энергия, которая теоретически должна переполнять нас? Может быть, определение «медленное умирание» ближе к действительности? Не получается ли, что мы просто убиваем сами себя — свое здоровье, отношения с людьми, способность радоваться и удивляться жизни — ради

работы? Мы жертвуем своей жизнью в угоду деньгам, но это незаметно, потому что происходит очень медленно. Побелевшие виски и раздавшаяся талия служат такими же вехами времени, как удобный офис, личный секретарь или постоянный контракт. В итоге мы можем получить комфорт и даже роскошь, о которых всегда мечтали, но душевная инертность будет удерживать нас в заданных рамках «с девяти до пяти». В конце концов, если не работать, то на что тратить время? Мечты наполнить жизнь смыслом и совершенством при помощи работы столкнулись с реальностью, в которой царят профессиональное политиканство, скука, постоянная усталость и ожесточенная конкуренция.

Даже те, кто любит свою работу и считает, что делает достойный вклад в развитие общества, все равно признают, что возможна более счастливая и полноценная жизнь за пределами «с девяти до пяти». Ведь человек может заниматься любимым делом без всяких ограничений и временных пределов — и при этом не испытывать страха быть уволенным и пополнить ряды безработных. Сколько раз мы думали или говорили: «Я бы сделал это иначе, если бы мог, но члены совета директоров / Ассоциации Зеро хотели делать это именно так». От скольких надежд нам придется отказаться ради сохранения работы и возможности приобретений?

Мы считаем, что мы — это наша работа

Даже если бы с финансовой точки зрения мы могли отказаться от работы, не приносящей радости и противоречащей нашим ценностям, то с психологической точки зрения стать свободными гораздо сложнее. Следует воспринимать собственную личность и самооценку отдельно от работы.

Работа стала главным источником любви, преданности и местом для самовыражения, вытеснив семью, соседей, общественные отношения, церковь и даже друзей. Подумайте, так ли это в вашем конкретном случае. Вспомните, как вы себя чувствуете, когда на вопрос босса «Чем вы заняты?» отвечаете что-то вроде «Делаю то-то и то-то». Наполняет ли это вас гордостью? Или вы испытываете стыд? Не хочется ли вам ответить: «Я всего лишь _____», если вы не оправдываете собственных ожиданий? Чувствуете ли вы свое превосходство? Или, наоборот, ощущаете подчиненное положение? Уходите ли в глухую оборону? Говорите ли правду? Пытаетесь ли придумать какие-либо экзотические определения для «вторжения в мозг», чтобы повысить собственный статус?

Неужели мы дошли до того, чтобы судить о ценности собственной личности по сумме в зарплатной ведомости? По каким критериям мы втайне оцениваем успех бывших одноклассников, обмениваясь рассказами на встречах выпускников? Мы интересуемся, живут ли они полной жизнью, верны

ли своим жизненным ценностям? Или предпочитаем задавать вопросы о том, где они работают, какую должность занимают, в каком районе живут, на какой машине ездят и в какой колледж посылают своих детей? Ведь все перечисленное — общепринятые символы успеха.

Наряду с расизмом и сексизмом для нашего общества характерна кастовая система, основанная на способе зарабатывания денег. Мы называем это «джобизм»*, и он пронизывает наши взаимоотношения на работе, вне работы и даже дома. Иначе отчего бы нам считать жен-домохозяйек людьми второго сорта? Или преподавателей людьми с более низким социальным статусом, чем врачи, хотя они куда лучше относятся к вечно бунтующим студентам, чем врачи — к больным и умирающим пациентам?

Высокая цена земной юдоли

Психотерапевт Дуглас Лабыер описал эту «социальную болезнь» в своей книге *Modern Madness*. Текущий через его офис устойчивый поток истощенных душой и телом «успешных» профессионалов побудил Лабыера обратиться к исследованию ментальных и физических рисков нашей приверженности материальным ценностям. Он обнаружил, что концентрация на деньгах/должностях/успехе в ущерб полноте и смыслу жизни привела к тому, что 60% из его выборки в несколько сотен пациентов страдали от депрессии, тревожности и прочих связанных с трудовой деятельностью расстройств, включая всеобъемлющий «стресс»**.

Несмотря на то что уже полвека продолжительность рабочей недели официально ограничивается 40 часами, многие профессионалы считают необходимым работать сверхурочно и по выходным, ради того чтобы оставаться на уровне современных требований. Проведенный в 2003 году Национальный опрос *The Center for a New American Dream**** показал, что трое из пяти американцев ощущают чрезвычайно сильный прессинг, в результате чего им приходится работать слишком много****. В добавление к этому, исследование 2005 года некоммерческой исследовательской организации *Conference Board* свидетельствует, что американцы испытывают все большее разочарование в своей работе. Оказалось, что удовлетворение работой повсеместно снижается, причем это характерно для всех сотрудников, не-

* От англ. слова *job* — работа. *Прим. пер.*

** Douglas LaBier, *Modern Madness* (Reading, MA: Addison-Wesley Publishing Co., 1986), в изложении Cindy Skrzycki, "Is There Life After Success?" *Washington Post Weekly*, July 31–August 6, 1989.

*** The Center for a New American Dream (Центр новой американской мечты) — некоммерческая организация, призванная помочь американцам улучшить качество жизни и содействовать охране окружающей среды. *Прим. ред.*

**** The Center for a New American Dream, *Americans Eager to Take Back Their Time*, <http://www.newdream.org/about/polls/timepoll.php>.

зависимо от возраста и уровня дохода*. Мы работаем все больше, но при этом получаем все меньше удовольствия от жизни (и вероятно, все меньше времени ею наслаждаемся). Сформировалась национальная болезнь недостаточной успешности в зарабатывании денег.

Чем мы за это платим?

Раз уж нам не удастся стать счастливее, можно было бы ожидать по крайней мере, что на нашем банковском счету накапливается приличная сумма денег — традиционный символ успеха. Но и это не так. По сути дела, норма сбережений даже снижается.

В соответствии с данными Министерства торговли США, норма личных сбережений в последние три года в основном колебалась между 0 и 1%** . Для сравнения: более четверти века назад, в 1981 году, американцы сберегали в среднем 10,9% своих доходов***.

Мы не только сберегаем меньше, но и наращиваем долги — постоянно наращиваем. В конце 2007 года задолженность потребителей достигла 2,5 триллиона долларов, что в три раза превышало значение этого показателя на конец 1990 года. Это означает, что на каждого потребителя в США — мужчину, женщину и ребенка — приходилось около 8 тысяч долларов долга****. Каждые восемь секунд в стране появляется на свет ребенок — и его встречает радостное приветствие: «Эй, привет, а ты должен нам 8 тысяч долларов!», причем эта сумма еще не включает его части *национального* долга. Вы бы тоже закричали!

Долг — самые тяжелые кандалы у нас на ногах. Именно уровень задолженности и недостаток сбережений приводят к неизбежности повседневной рутины «с девяти до пяти». Зажатые со всех сторон ипотекой, автокредитом и долгами по кредитной карте, мы не можем вырваться. Все больше американцев живут главным образом в своей машине или на улицах, и речь, заметьте, идет не о нищих или психически больных людях. Белые воротнички составляют самую быстрорастущую группу безработных.

* U.S. Job Satisfaction Keeps Falling, The Conference Board Reports Today, The Conference Board Press Release, February 28, 2005, http://www.conference-board.org/utilities/pressDetail.cfm?press_ID=2582.

** Savings at Lowest Rate Since Depression: Americans Spent Everything They Made Last Year — and Then Some, February 1, 2007, <http://www.allbusiness.com/labor-employment/worker-categories-older-workers/5842152-1.html>; also: <http://www.fool.com/personal-finance/retirement/2007/02/02/our-savings-rate-is-abysmal.aspx>.

*** Bureau of Economic Analysis, Department of Commerce, <http://www.gao.gov/cghome/2006/nasrevised12006/nasrevised12006.txt>.

**** Сумма в 8000 долларов на человека получена путем деления общей суммы задолженности в 2,5 миллиарда долларов на численность населения США (300 миллионов человек). Consumer Credit, Federal Reserve Statistical Release, September 8, 2008, <http://www.federalreserve.gov/releases/G19/Current/>.

Увольнения становятся все более частыми во всех отраслях экономики — начиная от автомобилестроения в Мичигане и заканчивая специалистами по IT в Кремниевой долине.

Мы медленно умираем на работе, значит, должны брать свое в выходные

Представим себе типичного потребителя, который тратит заработанные тяжелым трудом деньги. Суббота. Он отвозит одежду в химчистку, а машину — в автосервис, чтобы ему заменили шины и выяснили причины странного шума в салоне. Потом заходит в продуктовый магазин, закупает для семьи продукты на неделю и, увидев чек, ворчит, что еще помнит те времена, когда за четыре сумки продуктов платил не больше 75 долларов вместо нынешних 125. (Конечно, можно сэкономить, собирая купоны или посещая распродажи, — но у кого на это есть время?) Он отправляется в торговый центр — купить книгу, которой восхищаются все его друзья. Выходит оттуда с двумя книгами, костюмом (за полцены на распродаже) и туфлями в тон, а также кое-какой одеждой для детей. За все это платит кредитной картой. Придя домой, принимается за работу во дворе. Упс! — приходится ехать в питомник за садовыми ножницами. Возвращается домой с двумя кустами примул и несколькими новыми горшками с цветами. Ах да, и с садовыми ножницами. Возится с тостером, обугливающим любой ломоть хлеба даже при минимальной степени нагрева. Так и не находит гарантийный талон. Идет в магазин бытовых приборов за новым тостером. Возвращается с новыми полками для рабочего кабинета, образцами краски для кухни... И да, с тостером. Обедает в ресторане с женой, оставив детей с няней. Воскресное утро. Блинчики для всей семьи. Упс! Нет муки. Отправляется в продуктовый магазин за мукой. Домой приходит с замороженными ягодами к блинчикам, кленовым сиропом, кофе с Суматры... Ну и с мукой, конечно. Предлагает семье прокатиться за город. Покупает бензин, при этом вздрагивает при виде цены — но как еще вся семья и собака могут насладиться автомобильной прогулкой? Поездка продолжается около двух часов. Остановка возле крутого ресторана, оплата обеда кредитной картой. Вечер проходит за чтением журналов, реклама в которых пробуждает бурные фантазии о действительно шикарной жизни, которая стала бы реальностью, если бы только удалось купить «порше», или экзотический тур, или новый компьютер, или...

Из всего этого можно сделать вывод, что мы только думаем, что работаем ради возможности оплатить счета. На самом деле мы тратим больше, чем зарабатываем, а возможно, и больше, чем нам нужно. И поэтому вынуждены работать еще и еще, чтобы заработать деньги на оплату новых счетов, но...

Как насчет счастья?

Если бы ежедневная рутина делала нас счастливыми, то сопутствующие ей раздражение и неудобства можно было бы считать вполне приемлемой платой за это. Будь мы уверены в том, что наша работа делает мир лучшим местом для жизни, можно было бы пожертвовать сном и личной жизнью, при этом не чувствуя себя обокраденными. Если бы новая гора игрушек, которую мы покупаем детям ценой тяжелого труда, давала им нечто большее, чем мимолетное удовольствие и возможность похвастаться перед сверстниками, то мы с радостью трудились бы больше. Но постепенно становится понятно, что деньги обеспечивают нам минимальный уровень комфорта, а купить счастье — невозможно.

Участники наших семинаров, независимо от уровня доходов, всегда утверждали, что для счастья им «нужно больше». Мы включили в программу семинаров специальное упражнение. Участникам предлагалось оценить, насколько они счастливы, по пятибалльной шкале: от одного («несчастлив») до пяти («счастлив»). Тройка по этой шкале означала, что «жаловаться не приходится». Мы проанализировали корреляцию этих оценок с уровнем дохода участников. В выборке было около тысячи человек из США и Канады, а средний балл счастья составлял 2,6–2,8 (даже не достигая трех!), *хотя уровень дохода колебался от полутора до более шести тысяч долларов в месяц* (табл. 1.1).

Результаты нас поразили. Они свидетельствовали не только о том, что большинство людей хронически несчастливы, но и о том, что это их состояние никак не связано с уровнем дохода. Даже достаточно обеспеченные люди не обязательно чувствуют себя состоявшимися. В тех же самых анкетах мы просили участников эксперимента ответить на вопрос: «Сколько денег вам нужно для счастья?» Как думаете, что они ответили? Ответ у всех оказался одинаковым: «Больше, чем я имею сейчас, на 50–100%».

Эти результаты подтверждаются многими другими исследованиями, посвященными проблемам счастья. Так, Рой Каплан из Флоридского технологического института проследил судьбу тысячи выигравших в лотерею на протяжении десяти лет после этого события. Совсем немногие чувствовали себя счастливее или вообще представляли, что делать с деньгами. На удивление, через шесть месяцев после выигрыша они считали себя менее счастливыми, поскольку бросили приносящую удовлетворение работу и воспользовались деньгами, которых, по их мнению, не заслужили. Многие начали употреблять наркотики и страдали от одиночества*.

* Исследование Роя Каплана в изложении журнала Kathleen Brooks, Will a Million Let You Feel Like a Million? The Seattle Times, October 9, 1985.

Таблица 1.1. Оценка степени удовлетворенности жизнью

Выберите перечень определений, в наибольшей степени соответствующих вашей жизни в настоящее время.

1	2	3	4	5
Некомфортный	Неудовлетворенный	Содержательный	Счастливый	Радостный
Усталый	Ищущий	Успешно действующий	Растущий	Энтузиаст
Неполный	Недостаточно	Средний	Удовлетворенный	Состоявшийся
Разочарованный	Отношения могли бы быть лучше	Приемлемый	Продуктивный	Захлестывающий
Опасующийся	Справляющийся	Иногда счастливый, иногда нет	Расслабленный	Восторженный
Зачастую одинокий	Выздоровливающий	Стабильный	Не напряженный	Мощный
Сердитый	Не слишком продуктивный	Нормальный	Эффективный	Отличающийся от других
Нуждающийся в любви	Нуждающийся в ободрении	Не слишком рискованный	Располагающий временем	
Не чувствующий себя в безопасности		Соответствующий	Забавный	
			Безопасный	

Качество жизни во взаимосвязи с уровнем дохода

Доход в месяц, долл.	0–1500	1501–3000	3001–4500	4501–6000	Более 6000
Средний балл удовлетворенности жизнью для всех участников в данном диапазоне дохода	2,81	2,77	2,84	2,86	2,63

Это и есть наше общество — самое богатое из всех когда-либо существовавших на земле. Мы трудимся не покладая рук, наша жизнь превратилась в замкнутый круг «работа—дом», а наши сердца рвутся к чему-то прекрасному, скрытому за горизонтом.