

## СОДЕРЖАНИЕ

Вечный вопрос .....	7
От табу к осознанию .....	11
В зеркале денег .....	19
Можно ли изменить способ думать о деньгах? .....	29
<b>КАК ЗАРАБАТЫВАТЬ ДЕНЬГИ</b> .....	<b>39</b>
В поте лица .....	43
Выиграть время .....	55
Жизненный минимализм .....	63
Круг влияния .....	73
Деньги как бумеранг .....	81
Дополнение .....	89
Три правила зарабатывания денег .....	95
<b>КАК ЭКОНОМИТЬ ДЕНЬГИ</b> .....	<b>97</b>
Пересмотрите свои финансы .....	101
Расходы-термиты .....	121

Как уничтожить термитов .....	129
Детокс для ваших финансов .....	139
Без денег тоже можно повеселиться .....	153
Дополнение .....	161
Три правила экономии денег .....	165
<b>КАК ПРИУМНОЖАТЬ ДЕНЬГИ .....</b>	<b>167</b>
Откройте в себе инвестора .....	171
Какова ваша стратегия? .....	179
Заставьте ваши деньги работать .....	189
Диверсифицируй и властвуй .....	197
Инвестируйте в себя .....	205
Дополнение .....	211
Три правила приумножения денег .....	215
Заключение .....	217
Благодарности .....	219
Ссылки .....	221

Моим бабушке и маме,  
настоящим предшественницам  
*финансовой осознанности*

## ВЕЧНЫЙ ВОПРОС

В последнее время много говорят о способности сосредоточить внимание на собственном теле и уме посредством *осознанности* — современной версии медитации, основанной Буддой две с половиной тысячи лет назад.

Во время медитации концентрация на дыхании помогает нам почувствовать полноту жизни и преодолеть хаос. То же самое можно сказать об осознании состояния наших финансов.

На протяжении всей моей карьеры мне часто задавали вопрос: «Приносят ли деньги счастье?» Этот вопрос часто идет в паре с другим, дополняющим первый: «Можно ли вообще быть счастливым в жизни?» Мой ответ на оба звучит так: это зависит от того, на что вы потратите свои деньги и свою жизнь.

Может показаться шокирующим, однако большинство людей не знают, как они относятся к деньгам, и это создает множество проблем, препятствующих достижению счастья. Поэтому классическая дилемма подводит нас к следующему выводу:

Деньги не должны приносить счастье, но неправильное отношение к деньгам гарантирует его отсутствие.

Финансовая осознанность (которую я с этого момента буду называть аббревиатурой **ФО**) — это способ не отравлять свою жизнь чем-то, что было создано для ее облегчения.

Понимание сути денег и ответственность за них помогают контролировать собственную жизнь. Это заставит нас чувствовать себя свободными, неважно, богаты мы или бедны. Потому что для **ФО** важно не количество денег, а способность уделять им внимание, как во время медитации мы концентрируемся на воздухе, проходящем через нашу

носовую полость. Только так мы научимся зарабатывать, экономить и приумножать деньги — с помощью девяти принципов, которые я изложу на страницах этой книги.

## Коротко обо мне

Поскольку мы проведем некоторое время вместе, полагаю, мне следует представиться, прежде чем мы вместе углубимся в секреты ФО.

Я родилась в семидесятых годах в многодетной семье и была младшей из восьмерых братьев и сестер. Я выросла без излишеств, но в атмосфере любви.

В моей семье на протяжении поколений царил матриархат. Помимо работы в аптеке при больнице мама несла на себе бремя домашних обязанностей и воспитания детей при огромной поддержке со стороны бабушек и тетушек, которые жили в одном доме. Папа много работал на консервной фабрике, раньше принадлежавшей моему деду.

Нам постоянно казалось, что денег не хватает, и всё же мы как-то сводили концы с концами.

На протяжении многих лет это было для меня загадкой. Могу поклясться, что мама каждое утро совершала чудо умножения хлебов и рыб. Со временем я поняла, что все выглядело гораздо проще. Она тщательно планировала расходы, пользуясь только тетрадью и карандашом, сознательно тратила каждую песету, знала цены на продукты и прежде всего анализировала их полезность и то удовольствие, которое они нам приносили.

Она научила нас, что нельзя жить не по средствам, но главное — принимать в качестве ценного подарка все, что выходит за рамки рутины, и ничего не принимать как данность свыше. Она была мастером в «растягивании» денег, поэтому я включила в эту книгу некоторые из ее трюков.

Я сама тратила еженедельные карманные деньги на удовольствия, характерные для девушек того времени. Покупала семечки и билеты в кино, а остальное откладывала.

Я начала работать довольно рано, сначала на каникулах, а затем и по несколько часов в неделю в течение учебного года. Так я оплатила свои первые поездки. Я также тратила деньги на одежду, которую всегда любила покупать. Интересно, что я до сих пор помню наряды, которые купила себе в тот период, хотя прошло уже более двадцати пяти лет. Всё потому, что благодаря примеру, который давала нам мама, я осознавала ценность каждой песеты.

Я начала изучать экономику вдали от родного города. С самого начала я была очарована этой наукой, которая, согласно определению, анализирует, как удовлетворить человеческие потребности с помощью ограниченных средств. На занятиях по микроэкономике мы изучали, как поведение потребителей и предпринимателей влияет на предложение и спрос на товары и услуги, которые, в свою очередь, определяют цены... На макроэкономике мы обсуждали инфляцию, процентные ставки, курсы валют, долг, дефицит...

Я начала работать полный рабочий день в АВ Asesores. В девятые годы это была одна из ведущих инвестиционных компаний, которую позже выкупила корпорация Morgan Stanley. Несколько лет я служила в ней личным финансовым консультантом. Я предоставляла своим клиентам информацию и советы по инвестициям, чтобы максимизировать их рентабельность как в финансовом, так и в фискальном плане.

Я целыми днями говорила о деньгах. Инвестируя чужой капитал, я узнала много полезных вещей, которыми поделюсь в этой книге. Одна из них заключается в том, что наш подход к деньгам является отражением того, как мы воспринимаем себя.

Поскольку работа финансового консультанта оказалась очень стрессовой, я решила участвовать в конкурсе на должность чиновника и начала работать в органах власти моего региона сначала в аудите, потом в казначействе.

Когда нам с мужем показалось, что мы достигли того, к чему стремились, мы решили полностью изменить свою жизнь и переехали

в Лондон — город, где все вращается вокруг денег и где о них без стеснения говорят.

Новое приключение, новое начало. Я оттачивала язык, работая в магазине на Нью-Бонд-стрит, одной из самых роскошных улиц в мире. Через платежный терминал проходили прозрачные, черные, зеленые, золотые и платиновые карты. Хотя счета были на астрономические суммы, однако дилеммы, дискуссии и волнения моих клиентов были такими же, как и у остальных смертных.

Очевидно, что деньги являются проблемой для всех. Тот, у кого их много, ломает голову над тем, как их инвестировать и приумножить; он задается вопросом, находятся ли окружающие его люди рядом с ним только из-за его богатства... Тот, у кого их мало, чувствует себя неудачником, изолирует себя или чрезмерно погрязает в долгах, чтобы жить жизнью, которую он не может себе позволить.

Именно тогда в моей голове начала прорасти идея написать эту книгу. Если мы поймем, как работают деньги — в том числе и в нашем сознании, — мы без проблем установим с ними приятные, свободные от стресса отношения.

ФО позволит вам взять под контроль свою собственную жизнь; решать будете вы, а не ваше финансовое положение.

Если вы прочтете эту книгу и будете следовать изложенным в ней правилам, потраченные на нее деньги станут для вас главной инвестицией в жизни.

*Кристина Бенито*

## ОТ ТАБУ К ОСОЗНАНИЮ

### Почему нам так сложно говорить о деньгах?

Если мы о чем-то не говорим, то этого как будто и не существует. Вот одна из причин, по которой многие люди имеют не очень четкое представление о деньгах или не имеют никакого. Как будто они боятся называть имя Бога — или дьявола — всуе. Они предпочитают не поднимать тему денег из страха или потому, что они действительно не знают, как функционирует это платежное средство, обмениваемое на товары и услуги. И когда они говорят о них, то либо для того, чтобы взять кредит, либо когда поняли (слишком поздно!), что так плохо управляют своими ресурсами, что у них практически ничего не осталось.

А ведь деньги существуют. И я расскажу о них в этой книге, чтобы вы могли понять, как обращаетесь с тем, что может быть источником счастья или страданий, спокойствия или тревог, отравляющих вашу жизнь.

### Эмоциональная сторона денег

В средиземноморской культуре есть острые темы, которые мы стараемся не затрагивать, чтобы они не превратились в поле битвы, особенно если нас окружают люди с разной чувствительностью. К таким темам относятся религия, политика и иногда футбол, если вы болеете за разные команды.

А что с деньгами? Они не фигурируют в этом списке, потому что никому даже в голову не придет затронуть эту тему. Редко кто говорит о деньгах. Это табу столь же абсурдное, как и табу на тему секса,



а может быть, и более. То, о чем мы не хотим говорить, а иногда даже думать, становится одной из наших главных забот, если не самой большой.

Мой случай может показаться парадоксальным: я стала экономистом, хотя дома мне внушали, что не стоит говорить о деньгах. Позже меня пытались убедить, что это скучная тема. Со временем я пришла к выводу, что это были лишь предлоги, чтобы скрыть правду: разговоры о деньгах пропитаны эмоциями, от которых трудно освободиться.

Большинство людей без колебаний спросят, почему у вас нет детей, хотя это вопрос личного характера, который имеют право задавать только самые близкие люди. Но редко кто-то пересекает эту границу в отношении денег, потому что, не дай Бог, ему самому придется что-то рассказать.

## **Последствия «неслушания денег» прекрасно известны и при этом болезненны**

Эту фразу мне повторяла бабушка, но, будучи взрослой женщиной, я интерпретирую ее менее буквально: то, о чем мы предпочитаем не говорить и за что не хотим брать на себя ответственность, в конце концов начинает сторониться нас, как мы увидим в конце этой главы.

Приведу в пример своего приятеля, который однажды удрученно признался: «Мне сорок пять лет, я двадцать лет работаю по сорок пять часов в неделю и не сэкономил ни евро».

У него нет детей, он заботится только о себе. Куда у него уходят деньги? Различные типы «утечек» — одна из проблем, которые я рассмотрю в этой книге, мы часто не осознаем их, и достаточно их назвать, чтобы остановить «кровотечение».

Повторю: разговор о деньгах, особенно с самим собой, — это первый шаг к улучшению отношений, которые нас с ними связывают.

Для этого нужно избавиться от распространенного суеверия, что деньги — это что-то грязное, и наверстать упущенное в области финансовой культуры, если нам не привили ее родители.

### **То, чем вы пренебрегаете, оборачивается против вас**

Один издатель и успешный человек рассказал мне, что в решающий момент его жизни от разорения его спасла старая еврейская мудрость.

Он принадлежал к многочисленному кругу людей, предпочитавших не задумываться о мамоне, как пренебрежительно называют деньги. Он пассивно наблюдал, как они кружат, не задерживаясь в кармане. Раздавал долги, которые ему не возвращали, инвестировал в неприбыльные проекты, покупал дорого и продавал дешево, так что в конце концов оказался на пороге банкротства. Он пришел в себя благодаря еврейской поговорке: «То, чем вы пренебрегаете, оборачивается против вас».

Пес, с которым плохо обращались, может напасть на своего хозяина, а женщина, которую игнорировал партнер, в конечном итоге найдет себе любовника. Если мы не осознаем ценность денег и не будем заботиться о них, они станут проблемой, которая испортит нам жизнь.

Игнорирование денег и молчание о них — постоянный источник проблем. Сознательное или бессознательное табу заставляет многих людей не подсчитывать свои расходы и даже не спрашивать о цене товаров.

Многие из нас оказывались в такой ситуации: мы сидим в ресторане, и официант предлагает нам рыбу тюрбо, которой нет в меню; мы заказываем ее, не спросив о цене, а потом хватаемся за голову, увидев счет. За такие деньги мы могли, в конце концов, выбрать другое блюдо, которое нам хотелось, но мы не решались спросить о цене из-за застенчивости или из-за стыда — а вдруг кто-то подумает, что мы жмемся. По той же причине многие люди редко проверяют счет. Мы прячем его

в футляр и бросаем сверху карту, как будто говорим: чем быстрее это закончится, тем лучше!

Последствия «неслушания денег» прекрасно известны и при этом болезненны.

## История о бедняке и богаче

В коллективном бессознательном существует убеждение, что деньги — это что-то грязное, полученное незаконно или нечестно, за счет других, ценой отказа от этики и ценностей.

Возьмем хотя бы послание из Евангелия от Матфея: «Удобнее верблюду пройти сквозь игольные уши, нежели богатому войти в Царство Божие» [1].

Эта точка зрения укоренилась даже в менталитете тех, кто не был воспитан в духе христианства. Во многих сказках, которые нам читали, богач был жесток и скуп, а бедняк — добр и щедр до такой степени, что делился с другими своими скромными пожитками.

Сколько правды в этом убеждении, превращенном в суеверие?

Ноль. Если посмотреть объективно, богатство не имеет никакого отношения к доброте и щедрости. Бывают миллионеры, которые отдают на благотворительность девяносто процентов своего имущества, и бедняки, склонные грабить людей, живущих в еще большей нищете.

Деньги как таковые не плохие и не хорошие, это просто платежное средство. Щедрый, заботящийся об обществе предприниматель, который в пять раз увеличит свое состояние, будет иметь в пять раз больше возможностей для улучшения мира.

### Второй Христофор Колумб: конкиста утопии

История кооператива La Fageda, третьего производителя йогурта в Каталонии, звучит невероятно — в том числе из-за имени его основателя — однако она правдивая.