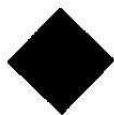
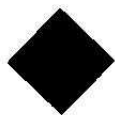


# چگونه کمتر نگران پول باشیم

جان آرمسترانگ

زدا شادنظر

www.ketab.ir



سرشناسه:

آرمسترانگ، جان

Armstrong, John

عنوان و نام پدیدآور: چگونه کمتر نگران پول باشیم / جان آرمسترانگ؛ ندا شادنظر.

مشخصات نشر: تهران: نشر هنوز، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهری: ۱۷۶ ص.

شابک: 978 - 600 - 6047 - 15 - 7

عنوان سلی: How to worry less about money., [2013]

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

فروست: مدرسه زندگی

موضوع: پول - جنبه‌های روان‌شناسی - امور مالی شخصی

شناسه افزوده: شادنظر، ندا، مترجم

رده‌بندی کنگره: HG ۱۳۹۲ ج ۶ (۲۱/۱)

رده‌بندی دیویی: ۳۲/۴

شماره کتابشناسی ملی: ۳۲۶۶۰۵

چگونه کمتر نگران پول باشیم

نویسنده: جان آرمسترانگ

مترجم: ندا شادنظر

ویراستار: فاطمه زمانی

چاپ هفتم، زمستان ۱۳۹۷ (چاپ اول، ۱۳۹۲)

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۲۲۰۰۰ تومان

طراحی جلد براساس نسخه انگلیسی. طراحی کتاب: استودیوکارگاه - محیا کتابچی

اجرا: طرح فنونش

ناظر فنی چاپ: مصطفی شریفی

تمامی حقوق برای ناشر محفوظ است. هرگونه استفاده از متن این کتاب منوط به اجازه کتبی ناشر است.

نشر هنوز، تهران، صندوق پستی ۱۴۸۶-۱۹۳۹۵ ••• [www.hanooz.pub](http://www.hanooz.pub), [info@hanoozpub.com](mailto:info@hanoozpub.com)

۱۱ ..... ۱. پیشگفتار

### ۲. فکر کردن درباره‌ی پول

۱۷ ..... ۱. چه نگرش‌هایی درباره‌ی پول داریم؟

۲۵ ..... ۲. رایج‌های خوب با پول

### ۳. مفهوم اسرار آیر پول

۳۳ ..... ۱. وقتی پول، پول نیست

۴۵ ..... ۲. چطور نگرش‌تان را نسبت به پول اصلاح کنید؟

۵۷ ..... ۳. پول چیست؟

### ۴. پول و زندگی خوب

۶۳ ..... ۱. پول به عنوان جزئی از زندگی

۷۱ ..... ۲. نظریه‌ی ازدواج جین آستن

### ۵. ایجاد نظم

۸۵ ..... ۱. نیاز در مقابل خواسته

۹۷ ..... ۲. من چقدر پول نیاز دارم؟

۱۰۳ ..... ۳. قیمت در مقابل ارزش

۱۰۹ ..... ۴. اشتیاق و ترس

۶. چطور می‌توان پول به دست آورد و در عین حال، آدم خوبی بود؟

۱۱۷ ..... ۱. داشته‌ها و کارها

۱۲۵ ..... ۲. اشتباهی که رکس مرتکب شد و درس‌های دیگر

۷. جایگاه من در این عرصه‌ی بزرگ

۱۴۱ ..... ۱. مشکلات ثروتمندان

۱۵۲ ..... ۲. محاسن فقر

۱۵۷ ..... ۳. رابطه‌ی صمیمانه با پول

۱۶۳ ..... تمرین

## ۱. پیشگفتار

این کتاب، درباره‌ی نگرانی‌هاست، نه مشکلات مالی. این دو مقوله کاملاً باهم فرق دارند.

مشکلات مالی همیشه وجود دارد و برای رفع آن باید مستقیماً دست به کار شویم؛ برای مثال، نمی‌دانم چه‌طور می‌توانم صورت حساب بیمه‌ی اتومبیل‌م را پرداخت کنم. هرگز بدهی کارت اعتباری‌ام را نقد پرداخت نکرده‌ام و همیشه بار سنگین آن را روی شانه‌هایم احساس می‌کنم. واقعاً دلم می‌خواست پسر چهارده‌ساله‌ام را به مدرسه‌ی خصوصی بفرستم، زیرا او آن‌جا می‌تواند موفق شود؛ اما نمی‌توانم چنین امکانی را برای او فراهم کنم.

مشکلات مالی از این دست را فقط به دو روش می‌توان رفع کرد. یا باید کاری کنید که بتوانید پول بیش‌تری پس‌انداز کنید، مثلاً با توجه به مقدار

بدهی‌تان، درآمدهای شما را افزایش دهید یا مخارج‌تان را کم‌تر کنید؛ یا بدون این‌که کار خاصی انجام دهید، به این وضع ادامه دهید. برعکس، نگرانی‌ها، در مقایسه با بقیه‌ی مسائل دنیا، حرف‌های نگران‌کننده‌تری برای گفتن دارند.

خرانه‌ها نه تنها به وضعیت حساب بانکی‌تان، بلکه به افکاری که از ذهن‌تان می‌گذرد، نیز مربوط می‌شود. دامنه‌ی این نگرانی‌ها وسیع است و شامل اتفاقی که می‌گذرد و آینده می‌شود؛ برای مثال، من نگران هستم که پانزده سال پیش تصمیم مالی بدی گرفته باشم. نگران هستم که وقتی فرزندانم بزرگ می‌شوند، با قدرتی که پول نداشته باشند، نگرانی نه تنها با افکار و احساسات، بلکه با آنچه کنونی اتفاق افتاده است نیز ارتباط دارد. بنابراین، روش رفع نگرانی‌های مالی کاملاً با مشکلات مالی متفاوت است. ما برای رفع نگرانی‌های مالی باید به الگوی تفکر (ایدئولوژی) و ارزش‌هایمان (فرهنگ) توجه کنیم، چرا که آن‌ها در تجربیات فردی و شخصی ما نقش مهمی دارد.

سوالی که معمولاً برای رفع مشکلات مالی مطرح می‌شود، این است: چه طور می‌توانم پول بیش‌تری به دست آورم؟ پاسخ این سوال شامل پیشنهادات و راهنمایی‌هایی برای افزایش ثروت می‌شود؛ مثلاً باید نگرانی‌ها را از ذهن‌تان حذف کنید، شغل پردرآمدتری پیدا کنید، یا با فرد پولداری ازدواج کنید. البته این سوال، با این فرض مطرح می‌شود که ما می‌دانیم چقدر پول لازم داریم (هرچه بیش‌تر، بهتر!) و چرا این قدر پول می‌خواهیم. (شوخی می‌کنی؟) بنابراین، سوال «چه طور می‌توانم پول بیش‌تری به دست بیاورم؟»

را باید بعد از طرح سوال‌های «چقدر پول لازم دارم و چرا این قدر پول می‌خواهم؟» پرسید.

سوال دیگری که در زمینه‌ی مسائل مالی مطرح می‌شود، این است: چه طور می‌توان با شکست مالی کم‌تری زندگی کرد؟ راه‌های بسیاری برای پس‌انداز کردن پول وجود دارد؛ برای مثال، کارت اعتباری‌تان را بشکنید، خودتان را مجبور به نوشتن تمام هزینه‌های‌تان کنید، شوفاژ را خاموش کنید و در خانه لباس‌های بی‌بهره‌تری بپوشید، یا بن‌هایی با تخفیف ویژه جمع‌آوری کنید. این راهکارها ظاهر مفید به نظر می‌رسند. البته با فرض این‌که از قبل، اهداف درستی را انتخاب کرده باشید. بخواهید هزینه‌های‌تان را کاهش دهید؛ اما این راهکارها پاسخ مناسبی به این سوال مهم نیستند: من پول را برای چه می‌خواهم؟ یا این سوال را می‌توان به شکل دیگری نیز مطرح کرد: رابطه‌ی میان پول و زندگی خوب، چیست!

به بیانی دیگر، فرهنگ ما به‌گونه‌ای است که به مشکلات مالی کم‌تر از نگرانی‌های مالی می‌اندیشیم. دلیلش این است که در زندگی ما، پول، معضلی عمیق و فراگیر است. هرکسی در طول زندگی‌اش با پول در ارتباط است؛ این پول است که به هویت هر فرد رنگ می‌بخشد. رفتار او را با دیگران شکل می‌دهد و باعث ارتباط میان نسل‌ها می‌شود؛ پس به‌عبارت دیگر، است که در آن حرص و بخشندگی نقش مهمی ایفا می‌کند و عقل و درایت کاملاً روی آن تأثیر دارد. آزادی، آرزو، قدرت، مقام، شغل، دارایی و تمام مسائل مهمی که در زندگی نقش دارند، با پول به تحقق می‌رسند.

در فلسفه‌ی تدریس، وجه تمایز بزرگی میان تربیت و آموزش وجود دارد.

تربیت به شخص می‌آموزد که چگونه کار خاصی را مؤثرتر و مطمئن‌تر انجام دهد. از طرف دیگر، آموزش، ذهن فرد را باز و پربار می‌کند. برای آن‌که فردی را تربیت کنید، لازم نیست همه چیز را درباره‌ی این‌که او کیست، چه چیزهایی را دوست دارد و چرا آن‌ها را دوست دارد، بدانید. آموزش، شامل تمام ابعاد وجودی فرد می‌شود. ما در طول تاریخ، پول را وسیله‌ای برای تربیت در نظر گرفته‌ایم، نه ابزاری برای آموزش توأم با احترام.

پول را می‌توان در چارچوب ایده‌های گسترده و صریح تعریف کرد؛ ایده‌هایی درباره‌ی برابری، برابری در کیفیت انسان، مفهوم زندگی، دنیا و هستی. به این معنا که رابطه‌ی میان انسان و پول، با این مفاهیم مرتبط است.

برای مثال، کارل مارکس بر این باور بود که پول، بخشی از سیستمی غیرمنصفانه است و هم به موفق و هم به فردی که زندگی سختی دارد، آسیب می‌زند. شاید بتوان به‌توجهی از این وضعیت گریخت، اما تنها با نپذیرفتن این سیستم. در این چارچوب، پول، همچون عاملی بیگانه، خود را بر دنیا تحمیل می‌کند.

از طرف دیگر، طرفداران بازار آزاد مکتب شیکاگو بر این باور بودند که پول، اساساً واسطه‌ای بی‌طرف است، که مردم توسط آن با هم ارتباط متقابل برقرار می‌کنند تا به بالاترین سود برسند. از این دیدگاه، پول بی‌طرف است و هرگونه شکستی که به نظر می‌رسد ناشی از مشکلات مالی است، در واقع، حاصل شکست عقلانیت است.

.....  
 ۱. Karl Marx: متفکر انقلابی، فیلسوف، جامعه‌شناس، تاریخ‌دان، اقتصاددان آلمانی و از تأثیرگذارترین اندیشمندان تمام اعصار است. م.



در این زمینه، مفاهیم و مکتب‌های فکری بزرگی وجود دارد و مطمئناً بعضی از افراد درباره‌ی پول، چنین چارچوب دقیق و موشکافانه‌ای در ذهن دارند؛ اما ما معمولاً فقط به بعضی از این چارچوب‌های فکری اکتفا می‌کنیم؛ چارچوب‌هایی که مبهم‌تر، خیالی‌تر و تکراری‌تر است. ما بر اساس ارتباطی که با پول داریم، به زندگی و دنیا نگاه می‌کنیم. نظریه‌پردازان بازار آزاد یا کارل رگس با این دیدگاه موافق یا مخالف نیستند. در عوض، دیدگاه‌های آن‌ها بیانگر غیبه‌ای سردی‌تر است: این که واقعاً چه طور می‌توانیم رابطه‌ای متعادل با پول داشته باشیم. پاسخ این سوال، موضوع اصلی این کتاب است و به ما کمک می‌کند تا دیدگاهی مهم درباره‌ی پول و نقش آن در زندگی دست یابیم.

www.ketaboo.com