

پول شاد

هنر ژاپنی

آشتی کردن با پول و ثروت

کن هوندا

مترجم:

روزبه ملک زاده – غزال پارسا

فصل اول

به نظرتان مفهوم پول چیست؟

حل معمای پول

پیش از اینکه مفهوم پول را توضیح دهم، بهتر است این فصل را با این سوال آغاز کنیم که: «پول برای شما چه معنا و مفهومی دارد؟»

مطمئناً پاسخ به این سوال بسته به فردی که این سوال را مطرح می‌کند متفاوت خواهد بود. به عنوان مثال اگر کودکی نه ساله از شما بپرسد: «پول چیست؟» ممکن است به او پاسخ دهید: «دو نوع پول وجود دارد: اسکناس کاغذی و سکه! پول چیزی است که می‌توانید با آن برای خود وسیله یا چیزهای دیگر بخرید.»

اما اگر فردی بزرگسال در مورد پول از شما سوال کند، احتمالاً این طور پاسخ می‌دهید: «پول وسیله‌ای برای مبادله کالا و خدمات است.»

در حالی که هر دو پاسخ صحیح هستند، همه می‌دانیم پول چیزی بیشتر از «وسیله‌ای برای مبادله کالا و خدمات» یا «چیزی است که به سادگی برای خریدن دیگر چیزها از آن استفاده می‌کنید». ما هر روز پول در می‌آوریم و خرجش می‌کنیم، اما نمی‌توانیم به این سوال ساده پاسخ دهیم.

«پول برایتان چه معنا و مفهومی دارد؟» این سوالی است که سال‌ها از دیگران پرسیده‌ام. و همیشه از پاسخ‌هایی که دریافت می‌کنم شگفت زده می‌شوم. اما با اینکه این سوال را از هزاران نفر از افراد مختلف در سراسر جهان پرسیده‌ام، هرگز پاسخ‌های مشابهی دریافت نکرده‌ام. پول برای هر فرد معنا و مفهوم خاص و متفاوتی دارد. یکی پول را الهه بهشتی

و دیگری آن را شیطان می‌دانست. یکی پول را وسیله‌ای برای ابراز عشق و دیگری آن را مایه به بردگی گرفتن دیگران می‌دانست. تنوع پاسخ‌هایی که به این سوال داده می‌شد، نشان دهنده متفاوت بودن معنا و مفهوم پول برای هر فرد بود.

شاید پول از نظر فیزیکی و ظاهری تنها یک قطعه کاغذ یا فلز ساده باشد. خواه پول به صورت سکه باشد و چه به صورت اسکناس با نقش‌هایی مشابه بر روی آن، باور نکردنی است که چقدر معنا و مفهومش برای هر فرد خاص و متفاوت است. برخی با نگاه کردن به پول احساس خشم و برخی دیگر احساس شادی می‌کنند. اما نکته جالب واکنش عاطفی متفاوت افراد در مقابل پول است، حتی پول غیر واقعی که در بازی کودکان از آن استفاده می‌شود! البته شاید به جز بازی مونوپولی (Monopoly). و اما چرا؟ چون واکنش‌های احساسی ما نسبت به پول حتی در بازی، بیشتر مواقع با احساسات واقعی‌مان در مورد پول مطابقت دارد. از آنجایی که ما اغلب این بازی را برای برنده شدن انجام می‌دهیم، با همان انرژی و دلبستگی به پول نزدیک می‌شویم که در زندگی واقعی این کار را انجام می‌دهیم. چون کسی نیست که طالب برنده شدن نباشد، و در برابر کسب درآمد بیشتر، داشتن خانه و املاک بیشتر، نپرداختن مالیات، و زندان نرفتن مقاومت کند. چه کسی است که از گرفتن مازاد پول نقد غافل گیر کننده، یا پرداخت شدن سود سهامش خوشحال نشود؟ چه کسی است که وقتی کارت شانس یا چیزی مانند برنده شدن در بازی پول یا در زندگی واقعی نصیبش می‌شود خوشحال نشود؟ به عبارت دیگر هر احساسی که نسبت به پول در زندگی واقعی داشته باشیم، همان احساس را در بازی مونوپولی نسبت به پول داریم. در مورد داشتن ملک چه احساسی دارید؟ در مورد پرداخت کردن مالیات و اجاره بها چه احساسی دارید؟ آیا در خرید کردن محافظه کار هستید یا هر چه را که دوست دارید برای خود می‌خرید؟ خودتان بازی کنید، در حین بازی نظاره‌گر

خود و دیگران باشید و ببینید هر بار که تاس می‌اندازید چه احساساتی در خودتان و دیگران ایجاد می‌شود؟ اگر می‌خواهید ببینید در زندگی واقعی نسبت به پول‌های کاغذی و سکه‌ای چه احساسی دارید، احساساتتان را حین بازی منوپولی پایش کنید. مطابق تجربه افرادی که بیشترین لذت را از این بازی می‌برند، اعتماد به نفس بیشتری هم دارند، زیرا درک می‌کنند این تنها یک بازی است و در نتیجه همیشه جسورانه جلو می‌روند.

شاید این افراد پس انداز زیادی نداشته باشند، اما به نتیجه نهایی و برنده شدن در بازی وابسته نیستند، آن‌ها از فرایند بخشیدن و گرفتن لذت می‌برند. آن‌ها به جای برنده شدن بر روی احساس برنده شدن تمرکز دارند.

در بازی پول و ثروت می‌خواهید چطور بازی کنید؟

اگر به شما بگوییم پول یک بازی است، چه واکنشی خواهید داشت؟ چقدر در این بازی خوب بازی می‌کنید؟ آیا خود را در این بازی برنده می‌دانید؟ بار دیگر یادآوری می‌کنم برنده شدن در بازی پول به این معنا نیست که از نظر مالی چقدر خوب عمل می‌کنید، بلکه به این معنا است که چقدر از بازی کردن لذت برده و احساس خوبی می‌گیرید. بر خلاف بازی مونوپولی که در آن به شیوه‌ای ثابت در اطراف تخته حرکت می‌کنید و روند بازی تقریباً قابل پیش‌بینی است، در دنیای واقعی بازی مالی قابل پیش‌بینی نیست. در دنیای واقعی این‌گونه نیست که ۵ یا ۱۲ حرکت را در جهت عقربه‌های ساعت انجام دهید و نتیجه بگیرید. اغلب ما در دنیای واقعی و در بازی مالی، احساس گم‌گشتگی می‌کنیم. نمی‌دانیم کدام ملک و املاک بیشترین سود و بازدهی را دارد. نمی‌دانیم کدام خانه با کپک آلوده می‌شود، یا اینکه ممکن است درختی روی آن بیوفتد.

نمی‌دانیم ممکن است یکی از اعضای خانواده به سرطان مبتلا شود، متحمل هزینه‌های هنگفت پزشکی شود، و توانایی کمک کردن به خانواده را برای چندین سال در حالی که با بیماری مبارزه می‌کند از دست دهد. نمی‌دانیم شاید شرکتی که برایش کار می‌کنیم تصمیمات مالی بدی اتخاذ کرده و یا روزی ما را اخراج کند. نمی‌دانیم شاید صنعتی که عمری برایش کار کرده‌ایم منسوخ شود، صنعت مخربی دیگری آن را تصاحب کرده و جایش را بگیرد. حقیقت ماجرا این است که بازی پول در زندگی حقیقی یک بازی پرتلاطم است. مطمئناً تغییرات اقتصادی، مسائل خانوادگی، و بلایای طبیعی ما را سردرگم می‌کنند.

در واقع بسیاری از ما پیش از این که تاس را بیاندازیم، حس می‌کنیم بازی را باختیم. همواره به ما گفته‌اند: «اگر سخت‌کوش باشیم و هوشمندانه کار کنیم، ممکن است همه چیز تغییر کند.» بنابراین ما کارهای دشوار را انجام می‌دهیم. برایتان آشنا نیست؟ مسلماً پیش‌تر این قوانین به شما گفته شده است. قوانینی نظیر اینکه: «اگر سخت‌کار کنید، پول به دست می‌آورد.» می‌خواهم مطلبی را با شما در میان بگذارم که احتمالاً به صورت غریزی از آن آگاهید: «افرادی که نسبت به شما پول‌دارترند، یا پول‌دارتر به نظر می‌رسند، الزاماً نه از شما باهوش‌ترند و نه از شما بیشتر کار می‌کنند.» افراد زیادی تا سرحد مرگ کار می‌کنند و همچنان هشتشان گرو نهشان است. مطلبی را با صراحت بیان می‌کنم: «سخت‌کوشی تنها راه حل نیست.» افراد باهوش و پرتلاش زیادی را می‌شناسم که به هیچ وجه احساس نمی‌کنند به اندازه کافی پول دارند یا در بازی مالی برنده هستند. در مقابل افراد زیادی را هم می‌شناسم که احساس می‌کنند به اندازه کافی دارا هستند و هیچ نگرانی مالی هم ندارند. نکته جالب این است که بسیاری از این افراد نسبت به دوستان به ظاهر ثروتمند من هم متمکن‌تر نیستند.

پازی پول و ثروت یک بازی پر فریب است، چون قوانینش مدام در حال تغییرند بازی پول و ثروت بازی جالبی است. «واهی تاکدا» گفت: «بازی پول و ثروت پایانی ندارد.» درست مانند بازی بیسبال است. حتی اگر در انتهای دوره نهم برنده شوید، این برد پیروزیتان را تضمین نمی‌کند. یک بازیکن استثنایی می‌تواند تنها با یک بار ضربه زدن به چوب بیسبال حریفانش را شکست دهد. بازی پول و ثروت هم دقیقاً همین طور است. حتی اگر تا سن سی یا چهل سالگی ثروتمند باشید، بدان معنا نیست که امکان ندارد اتفاق فاجعه باری رخ داده و در سن شصت سالگی تهیدستان کند. همه ما در مورد افراد ثروتمندی که دارایی‌شان را به یک باره از دست داده‌اند زیاد شنیده‌ایم. افراد زیادی پس از یک عمر دولتمند بودن ورشکسته می‌شوند. افراد مشهور و ثروتمند زیادی وجود دارند که به یک باره همه چیزشان را از دست داده‌اند. آن‌ها با بدهی فراوان با این دنیا وداع کردند.

گاهی مردم پولشان را به این دلیل از دست می‌دهند که بسیار فراتر از حد توانشان خرج کرده‌اند، اما گاهی اوقات دلیل این ضرر و زیان، تغییر کردن مداوم قوانین مالی است. نمونه آن حباب املاک و مستغلات در سال ۲۰۰۸ است. از سال‌ها قبل به خرید مسکن و سرمایه‌گذاری در این حوزه تاکید شده بود. همین طور هم بود، مسکن روز به روز با ارزش‌تر می‌شد و وام‌ها قابل پرداخت‌تر بودند. اما چندی نگذشت که قوانین دستخوش تغییر شدند. گویی بازار مسکن یک شبه سقوط کرد. خانه‌های امن و مطمئن مردم که قیمتشان دو برابر شده بود، دیگر تقریباً هیچ ارزشی نداشتند.

مردم به سمت بازار طلا رفتند. هنگام وجود آشفتگی در سایر بازارها، کارشناسان مالی طلا را طلایی ناب می‌دانند. اما وقتی اوضاع اقتصادی روبه راه باشد، طلا چیزی جز یک فلز زرد کم طرفدار نیست.

به زمان جالبی نزدیک می‌شویم که همه بخش‌های اقتصاد جهانی بیش از هر زمان دیگری به هم متصل هستند. اما همان طور که می‌دانیم سیستم پیشین در حال فروپاشی است. سیستم‌های جدید هر روز ظهور می‌کنند و حتی نحوه تفکر ما در مورد پول و تجربه‌ای که از پول و ثروت داریم نیز در حال تغییر کردن است. به عنوان مثال این روزها در همه محافل مالی صحبت از ارز دیجیتال است. این آینده سیستم مالی و همچنین قابل اعتمادترین نوع این سیستم است. و با وجود صحبت‌هایی در مورد قابلیت هک کردن این سیستم، به نظر می‌رسد حتی قابل اطمینان‌ترین سیستم‌ها نیز قابل اعتماد نیستند.

بسیاری از کارشناسان و متخصصان مالی ادعا می‌کنند می‌دانند بهترین مورد برای سرمایه‌گذاری پولتان کجاست یا اینکه چگونه می‌توانید پول بیشتری بدست بیاورید. اما بسیاری از این متبحران اقتصادی راست نمی‌گویند. پس باید به چه کسی اعتماد کرد؟

وقتی صحبت از مباحث مالی به میان می‌آید، این پرسش مطرح می‌شود که: «چه چیزی در کنترلتان است؟» به جرات می‌توانم بگویم احساسات ما در مورد پول چیزی است که می‌توانیم کنترلش کنیم. موضوع اصلی احساسات ما در مورد ثروتمند بودن است، و نه میزان دارایی، املاک و مستغلات، سهام، طلا، یا ارزهای دیجیتالمان.

و اما مفهوم حقیقی پول

زمانی پول شکلی ساده داشت. تا همین صد و پنجاه سال پیش وقتی مردم قصد خرید داشتند از پول نقد استفاده می‌کردند. در آن زمان پول تنها به صورت اسکناس و سکه وجود داشت. اما ما امروز چک، حساب‌های بانکی، کارت‌های اعتباری، پی پال (Paypal)، ونمو (Venmo)، و ارز دیجیتال داریم. امروزه پولی که در فروشگاه مواد غذایی برای

خرید از آن استفاده می‌کنیم و پولی که به صورت الکترونیکی در وال استریت در گردش است با ارز رایج قرون گذشته بسیار متفاوت است.

در زمان نه چندان دور، مردم پول‌هایشان را زیر تشک یا در گاو صندوق خانه‌هایشان پنهان می‌کردند. آن‌ها باید مرتباً پولشان را جلوی چشمشان می‌گذاشتند، آن را می‌دیدند و لمسش می‌کردند تا مطمئن می‌شدند پولشان آن‌جا و در اختیارشان است. با این حال وقتی به پول فکر کنید، تنها یک نماد در ذهنتان نقش می‌بندد. امروزه به ندرت مرتباً پول‌هایمان را چک کرده و یا لمسشان می‌کنیم. تنها با کلیک کردن روی تلفن‌های همراهمان می‌توانیم صورت حساب بانکی خود را ببینیم و از میزان دارایی‌مان مطلع شویم. ما پول را از طریق حساب بانکی خود دریافت کرده، و از طریق کارت اعتباری خرجش می‌کنیم. پس با این شرایط به هیچ عنوان غیر معمول نیست که روزها، هفته‌ها، یا ماه‌ها را بدون نیاز به دیدن یا لمس کردن پولمان می‌گذرانیم. در بیشتر نقاط آسیا به ویژه در ژاپن، مردم به ندرت با خود کیف پول حمل می‌کنند، زیرا هر تراکنش به راحتی توسط گوشی‌های هوشمند انجام می‌شود.

به طور هم زمان میلیاردها دلار، یورو، مارک، و ین، در سرتاسر جهان معامله می‌شود. ما نمی‌توانیم درک کنیم پولی که هر روز از آن استفاده می‌کنیم و پولی که در دنیای الکترونیک در گردش است با هم یکسان هستند. امروزه یک مدیر صندوق تامین مالی می‌تواند تنها در عرض چند دقیقه معادل درآمد سالانه یک نفر را به دست آورد. این موارد گیج کننده است. اصلاً چطور این چیزها ممکن است؟

خوب! پولتان کجاست؟

وقتی به مفهوم پول فکر می‌کنید، متوجه می‌شوید کاملاً مبهم است. در واقع پولی که می‌پندارید در حساب بانکیتان وجود دارد، واقعاً وجود ندارد. زمانی که پولتان را در بانک

سپرده گذاری می کنید، بانک آن را به شخص دیگری وام می دهد. بنابراین از نظر فیزیکی شما پول ندارید. تنها چیزی که باقی می ماند همان اعداد و ارقامی است که هنگام بررسی حساب بانکی روی تلفن هوشمندتان نقش می بندد.

بیایید به این موضوع به عنوان یک آزمایش ذهنی نگاه کنیم. شاید فکر کنید پول دارید، اما اگر این فکر صرفاً یک توهم و خیال باشد چه؟ شاید این ایده ترسناک به نظر برسد، اما فرض کنید یک روز حساب بانکی تان را بررسی می کنید و متوجه می شوید خالی است. شما خرجش نکرده اید و اکنون نیز از دستتان رفته است. با بانک تماس می گیرید و می گوئید: «پولم کجاست؟» متصدی بانک می گوید: «پولی در حسابتان ندارید.» چگونه می توانید خلاف این موضوع را ثابت کنید؟ آیا سوابقی از سپرده های انجام شده دارید؟ مطمئناً بله! آیا سابقه تراکنش های تان را دارید؟ البته! اما اگر بانک ادعا کند هیچ یک از این سوابق را ندارید چه؟ چگونه میزان سپرده خود، بهره ای را که به دست آوردید، و ساعاتی را که پولتان در بانک بوده است ثابت می کنید؟

تصور کنید اگر همه چیز ناپدید شود چه احساسی خواهید داشت؟ حال به جای پس انداز، به بدهی های تان فکر کنید: به وام دانشگاه، وام مسکن، بدهی کارت اعتباری و مجدداً همان طور که تصور می کردید پولی که در حساب بانکی دارید ناپدید شده است و یک توهم است، تصور کنید که وام ها و بدهی های تان نیز توهم هستند. اگر آن ها ناپدید شوند چه احساسی خواهید داشت؟ مسلماً ما در مورد ناپدید شدن این نوع توهمات مربوط به وام ها و بدهی های خود همان اضطرابی را نداریم که وقتی پس انداز و سپرده هایمان ناپدید شدند به ما دست می دهد.

با این حال اغلب به سیستمی که در آن کار می کنیم اعتماد داریم. اطمینان داریم زمانی که پول خود را از بانک مطالبه کنیم آن را به ما پس می دهد. و اطمینان داریم باید مبالغ

وام و بدهی‌هایمان را پرداخت کنیم. از اینکه پولمان در بانک است احساس امنیت کرده، و از اینکه وام‌هایی داریم که باید پرداختشان کنیم احساس استرس و نگرانی داریم. اکنون که به نظر می‌رسد می‌دانیم پولمان کجاست، باید از خود بپرسیم: «واقعاً هدف چیست؟» و تمامی این پول به کجا می‌رود؟

تمام پولتان کجا می‌رود؟

ما تمام عمر درس می‌خوانیم، سخت کار می‌کنیم، و مالیات می‌پردازیم. اما پس از پرداخت تمامی قبوض، اغلب در پایان ماه اندک پولی برایمان باقی می‌ماند. ما وام‌های متعددی مانند وام دانشگاه، وام خودرو، بدهی کارت اعتباری، یا وام مسکن داریم. همه وام‌ها مانند بارهایی سنگین بر روی دوشمان هستند که گویا قرار نیست از دستشان رها شویم. و پس از آن در مقایسه با درآمدی که داریم هرگز نمی‌توانیم به اندازه‌ای که باید و لازم است خرج کنیم. و در کنار آن هر لحظه با تبلیغات پر زرق و برق بمباران می‌شویم. ما باید جدیدترین مدل ماشین لوکس را داشته باشیم. SUV قدیمی دیگر برایمان کار نمی‌کند. باید گوشی‌هایمان را به نسخه‌های جدیدتر ارتقا دهیم. دوستانی داریم که هر سال به مکان‌های عجیب و غریب سفر می‌کنند، یا به دیزنی لند می‌روند. احساس می‌کنیم اگر ما هم این کارها را انجام ندهیم، از قافله عقب می‌افتیم. این نوع ترس یا فوبیا به نام فومو (FOMO) و به معنی ترس از دست دادن است. این روزها همه ما ترس از دست دادن داریم.

چه کرم آرایشی باشد، چه یک لباس، یا یک دست کت و شلوار که ما را خوش‌تیپ‌تر، زیباتر یا ثروتمندتر می‌کند، تنها باید آن را بخریم و گرنه از دستش می‌دهیم. این لیست بی پایان است: خانه‌های جدیدتر، وسایل جدیدتر، کفش‌های جدیدتر، و تجربیات جدیدتر.

همیشه همه چیز باید جدید، جدید، جدید باشد. تبلیغات، برنامه‌های تلویزیونی، و حتی دوستانمان مدام می‌گویند: «آنچه داریم دیگر به اندازه کافی خوب نیست!» در حقیقت اگر هیچ یک از این چیزها را نداشته باشیم، نمی‌میریم، اما بچه‌هایمان ممکن است اینطور نباشند. کدام پدر و مادری است که این جمله را نشنیده باشد: «اگر چیزی را که دوستم دارد، نداشته باشم، می‌میرم»؟ یا: «همه به جز من (آخرین مدل یا ترند خاص را دارند) و اگر من نداشته باشمش درست مثل یک بازنده به نظر می‌رسد! لطفاً برایم تهیه‌اش کنید!» و اما بچه‌ها تنها کسانی نیستند که این کار را انجام می‌دهند. همه ما کسی را می‌شناسیم که همیشه در دوره‌های دوباره آخرین خریدشان لاف می‌زند، سپس به خانه‌هایمان برمی‌گردیم و با خود فکر می‌کنیم: «خوب!، این تلویزیون - که تا یک ساعت پیش دوست داشتم - دیگر ارزان و قدیمی است. باید مدل جدیدش را تهیه کنم.»

و وقتی نمی‌توانیم بهای چیزهایی را که دوستانمان دارند، پردازیم، گیج و ناراحت می‌شویم. ما افراد ممتاز را می‌بینیم که بدون انجام کاری، از زندگی لذت می‌برند، عصبانی می‌شویم و به خودمان می‌گوییم: «من هم به همان اندازه و شاید سخت‌تر کار می‌کنم، من هم باید چیزهای خوب داشته باشم!» و اینگونه ناله و شکایت می‌کنیم. به خود می‌گوییم: «همه چیز را درست انجام می‌دهم - اما هنوز به اندازه کافی ندارم! هرگز کافی نیست. همیشه کسی چیزی بهتر دارد. یک نفر همیشه بیشتر کار می‌کند. یک چیزی این وسط درست نیست.» می‌گوییم: «این عادلانه نیست!»

وقتی دخترم کوچک بود، با خانواده به مدت یک سال برای تحصیل دخترم به بوستون نقل مکان کردیم. او در آن زمان زیاد انگلیسی صحبت نمی‌کرد. یک روز به خانه آمد و از من در مورد عبارتی که در طول روز بارها شنیده بود، سوال کرد. او گفت: «پدر!

همکلاسی‌ها این یک جمله را خیلی تکرار می‌کنند، می‌خواهم بدانم معنی‌اش چیست؟»
 از او پرسیدم: «کدام جمله؟» سپس به من گفت: «جمله‌ای که بچه‌ها در تمام روز از آن
 استفاده می‌کردند این بود: «عادلانه نیست!!!» نتوانستم جلوی خنده‌ام را بگیرم!

بله! وقتی پای پول و زندگی به میان می‌آید، در سرتاسر دنیا احساس می‌کنیم و می‌شنویم
 که «عادلانه نیست!» کودکان می‌شنوند پدر و مادرشان در خانه می‌گویند. «این منصفانه
 نیست که فلانی از من بیشتر کسب درآمد کند! این عادلانه نیست که چقدر سخت کار
 می‌کنم و چه اندک برای این همه تلاش دستمزد می‌گیرم!»

سپس بچه‌هایمان در مدرسه همسالانشان را می‌بینند که با عروسکی که می‌خواهند بازی
 می‌کند و می‌گویند: «عادلانه نیست که او آن عروسک را داشته باشد و من نه!» یا اینکه
 «منصفانه نیست که او تمام مدت در تعطیلات باشد و من نه!» ممکن است معلم بچه‌ها
 را راهنمایی کند که: «زمان کافی برای سوار شدن بر روی تاب وجود دارد. فقط منتظر
 نوبت باش!» یا اینکه «اسباب بازی‌های زیادی وجود دارد. با هم می‌رویم و برایت یکی
 پیدا می‌کنیم!» معلم درست می‌گوید. زمان کافی، تاب، عروسک، اسباب بازی و غیره به
 اندازه کافی وجود دارند، اما کودکان نمی‌توانند آن‌ها را ببینند. آن‌ها تنها چیزهایی را
 می‌بینند که ندارند، کارهایی را می‌بینند که انجام نمی‌دهند - همان طور که والدینشان
 فقط آنچه را که ندارند و انجام نمی‌دهند می‌بینند. این همان چیزی است که ما آن را
 «افسانه کمبود» می‌نامیم.

افسانه کمبود (محدود بودن پول و ثروت)

مردم در سراسر جهان احساس می‌کنند که با آن‌ها منصفانه رفتار نمی‌شود. بسیاری از ما
 معتقدیم بازی مالی یک بازی با حاصل جمع صفر است. اگر شخص دیگری چیزی دارد،

پس ما نمی‌توانیم آن را داشته باشیم. ما معتقدیم پول زیاد دیگران، ما را از داشتن پول محروم می‌کند. چنین طرز تفکری در مورد پول، احساسات منفی بسیاری را به آن گره می‌زند. فرد با ذهنیت مبتنی بر کمبود، به محدود بودن منابع موجود در جهان باور دارد و می‌پندارد چنانچه به خواسته خود نرسد، دیگران به آن خواهند رسید. چنانچه به زودی به آن دست پیدا نکنیم، از آن محروم می‌شویم. و چنانچه تمام شود، باید هر کاری که در توان داریم انجام دهیم تا مطمئن شویم پیش از هر کس دیگری آن را داریم. این طرز تفکر، رفتار مالی منفی را در ما تقویت می‌کند. عملکرد ما تابعی از ترس، حسادت و طمع می‌شود. ما هر زمان هر آنچه را که بخواهیم به دست می‌آوریم، و لازم نیست به تاثیر دستاوردهایمان بر روی دیگران یا برعکس فکر کنیم. چنین طرز تفکری برای طولانی مدت در خدمت‌مان نخواهد بود، زیرا در این تفکر هیچ دستاوردی کافی نیست. همیشه چیزی بزرگتر، بهتر و مطلوب‌تر وجود دارد و اگر آن را نداشته باشیم، از دستش خواهیم داد. این یک چرخه بی پایان است که ما را در یک فرآیند بی پایان انباشتن، خرج کردن و سپس خواستن بیشتر به دام می‌اندازد. یکی از بزرگ‌ترین کتاب‌ها در مورد ذهنیت کمبود و پیامدهای ویرانگر آن، «روح پول^۱: دگرگونی ارتباطات با پول و زندگی» است که توسط دوستم «لین توئیست»^۲، فعال جهانی و بنیانگذار اتحاد پاجاماما^۳، به رشته تحریر درآمد. لین به دلیل بینش و دستاوردهایش در کمک به کاهش گرسنگی جهانی، تضمین حقوق زنان، و الهام بخشیدن به مردم برای زندگی با صداقت، سخاوت روحی و فراوانی در سراسر جهان شناخته شده است. او چنین می‌نویسد: «حس درونی و ذهنیت

^۱ The Soul of Money: Transforming Your Relationship with Money and Life

^۲ Lynne Twist

^۳ Pachamama Alliance

کمبود، در قلب حسادت‌های ما، حرص و آز ما، تعصب ما، و بحث‌های ما با زندگی جا دارد.»

هر بحثی، هر تعصبی، هر اختلاف نظر جزئی که به این ایده منتهی شود: «کسی چیزی را دریافت می‌کند که من ندارم»، نشان دهنده ذهنیتی است که باور به کمبود منابع دارد. بنابراین، برای غلبه کردن بر حسادت، ترس، حرص و تعصب، باید ایده و ذهنیت کمبود و محدودیت را حذف کنیم - این ایده که همه چیز فقط «عادلانه» نیست.

دلیل اینکه دخترم تمام روز عبارت «عادلانه نیست» را می‌شنید این بود که همکلاسی‌هایش به جای اینکه داشته‌هایشان را ببینند، متوجه نداشته‌هایشان بودند. تصور می‌کنم کودکی که عروسک را می‌خواست، بالاخره عروسک را صاحب شد. و من شک ندارم زمانی که آن کودک با عروسک بازی می‌کرد، کودک دیگری نه تنها یک عروسک، بلکه یک کالسکه هم برای عروسکش داشت! خوب، به نظر کودک دیگر، این عادلانه نیست!

و همین امر هم در مورد ما بزرگسالان نیز صدق می‌کند. ما خانه داریم. خودرو داریم. پوشاک داریم. اما شاید همسایه‌هایمان لباس‌هایی گران‌تر که از برندهای معروف و معتبر هستند، به تن داشته باشند، شاید خانه‌های بزرگ‌تر و ماشین‌های گران‌تر و لوکس‌تر دارند. احتمالاً آن‌ها از ما ثروتمند هستند، و بیشتر دارند. و اگر آن‌ها بیشتر داشته باشند، پس من هیچ شانسی برای دریافت کردن آن موارد ندارم. آن‌ها سهم من را تصاحب کرده‌اند. آیا واقعا اینطور است؟ بیایید کمی عمیق‌تر به این موضوع نگاه کنیم.

از دست رفتن آرامش خاطر برای پول

چند رؤیا و ازدواج به خاطر پول از هم پاشیده شده‌اند؟

چقدر آرامش خاطرمان را به خاطر پول از دست داده‌ایم؟ چقدر بیشتر از آنچه که لازم بود برای پول نگران بودیم؟

وقتی در سالنی که افراد زیادی در آن حضور داشتند در مورد تجربیات استرس زای دوران کودکی در ارتباط با پول سؤال می‌پرسیدم، پاسخ‌های مشابهی به این صورت می‌شنیدم: «می‌خواستم در کلاس‌های باله شرکت کنم، اما مادرم می‌گفت توانایی پرداخت هزینه‌هایش را نداریم!» می‌توانیم باله را با بیسبال، ژیمناستیک، اسکی روی یخ، یا هر سرگرمی دیگری که در دوران کودکی آرزویش را داشتید جاگزین کنیم، و به جرات می‌توان گفت که همه ما داستان‌های مشابهی شنیده‌ایم.

هرچند هم که این امر خلاف واقع به نظر می‌رسد، کسانی که والدین‌شان در کودکی بارها به آن‌ها گفته‌اند: «ما فقیریم و توانایی پرداخت هزینه‌ها را نداریم!»، افرادی خوش‌شانس هستند. شاید این افراد حالا نسبت به پول احساس بدی داشته باشند، اما حداقل در مورد مشکلات مالی والدین‌شان خود را سرزنش نمی‌کنند. برخی کودکان بی‌دلیل رنج می‌برند و حس می‌کنند آن‌ها مقصر مشکلات مالی والدین‌شان هستند. والدین دائماً از تامین هزینه فرزندانشان شکایت دارند و حتی گاهی کار به جایی می‌رسد که به فرزندانشان می‌گویند: «اگر شماها نبودید من پولدار می‌شدم.» در این میان والدینی هم هستند که به شیوه‌ای منفعلانه، تهاجمی‌تر، و آسیب‌رسان‌تر عمل می‌کنند. گاهی والدین به دلیل خجالت کشیدن از وضعیت مالی خود، یا ناراحت بودن از آن به فرزندانشان می‌گویند: «دلیل اینکه نمی‌توانند در کلاس‌های شرکت کنند این است که هرگز نخواسته‌اند چیزی را به طور جدی دنبال کنند.» یا بدتر از آن به فرزندانشان می‌گویند: «تو استعداد

کافی برای این کار را نداری و شرکت کردن در کلاس هاکی تنها هزینه ما را به هدر می‌دهد.» اما وقتی کودک چنین حرفی را بشنود با خود چه فکری می‌کند؟ او با خود می‌گوید آیا من پول هدر می‌دهم؟ این تحریف دردناک حقیقت به احتمال زیاد نتیجه ناخواسته مسائل روانی والدین است تا تلاش برای دست‌کاری، اما نتیجه نهایی یکسان است: فرزندان این والدین میان پول، درد و رنج ارتباط برقرار می‌کنند و آن قدر این ارتباطات را درونی می‌کنند تا به باورشان نسبت به پول این می‌شود که پول عامل اصلی نگرانی، درد و رنج است. و اما اجازه دهید در مورد «بار عاطفی پول» صحبت کنیم.

ریشه یابی احساسی منفی نگری در مورد پول

آیا پول حلال تمام مشکلات است؟ یا مانعی است که همواره بر سر راهتان قرار دارد؟ آیا به خاطر مشکلات مالی نتوانسته‌اید پروژه رؤیایی‌تان را شروع کنید یا از شغلی که به آن علاقه ندارید استعفا دهید؟ آیا به پول علاقه دارید؟ آیا پول به شما علاقه دارد؟ در مورد پول چه داستان‌هایی برای خود تعریف می‌کنید؟ آیا شما هم همان چیزی را که والدین‌تان در مورد پول می‌گویند با خود تکرار می‌کنید (چیزهایی مثل اینکه: هرگز به اندازه کافی پول ندارم! ای کاش بیشتر داشتم! من بسیار سخت کار می‌کنم و هنوز هم به اندازه کافی پول ندارم!) همان طور که پیش‌تر گفتیم پول در انواع و اقسام مختلفی وجود دارد، اما همواره در ساده‌ترین حالت خود است. با این حال، اما احساسات بسیاری را به پول فرافکنی می‌کنیم. در واقع من برای پول ناراحتم، زیرا هدف آسانی برای کینه ورزی و حسادت است و همیشه به خاطر تمام کارهای نادرست بشر مورد سرزنش قرار می‌گیرد. اما مشکل پول نیست مشکل ما هستیم. پول برای عده‌ای مفهوم امنیت را دارد. دیگران پول را هیولایی می‌دانند که هر لحظه می‌تواند آن‌ها را بدرد. پول برای عده‌ای نماد آزادی

و برای عده‌ای دیگر نشان دهنده کنترلی است که از سوی رئیس، والدین، یا خانواده بر آن‌ها اعمال می‌شود. با بررسی هر احساسی که به پول فرافکنی می‌کنید، می‌توانید «بار عاطفی» پول را تشخیص دهید. اگر بتوانید چنین کاری را انجام دهید می‌توانید پول را به وضوح ببینید. اما احتمالاً این کار بسیار دشوار است، چون رسیدن به آن نیاز به درک بالا و درون‌نگری بسیار دارد. این کار به معنای کند و کاو عمیق و پی‌بردن به باورهای اصیل و ریشه‌دارتان در مورد پول است. اینکه درک کنید این باورها چگونه در شما ایجاد شده‌اند، تا درنهایت بتوانید مفهوم واقعی پول را برای خود توضیح دهید.

سه عملکرد پول

سردرگمی در مورد اینکه پول چیست و چه معنایی برای ما دارد اغلب به یک احساس گره خورده است. ممکن است احساس کنیم مورد استفاده کسی قرار گرفته‌ایم، نادیده گرفته شده‌ایم، طرد شده‌ایم، یا به خاطر پول از ما سوء استفاده شده است. ممکن است احساس کنیم زندگی عادلانه نیست. حس کنیم بی‌لیاقتیم و ارزشمان روز به روز کمتر می‌شود. ممکن است احساس کنیم دیگران بیشتر از ما دارند. بسیاری از این احساسات ناشی از «عملکرد پول» است پول ۳ عملکرد دارد که در ادامه به آن‌ها می‌پردازیم:

عملکرد مبادله

اغلب مردم می‌توانند با موضوع «مبادله کردن» ارتباط برقرار کنند. ما از پول برای مبادله کالا استفاده می‌کنیم. این مبادله می‌تواند یک وعده غذایی، یک بلیت قطار و یا یک ساعت ماساژ درمانی باشد. مبادله به پول قدرت می‌دهد؛ زیرا وقتی پولی به دست می‌آوریم، حس می‌کنیم می‌توانیم آن را با هر چیز دیگر مبادله کنیم. این تقریباً فرایندی

خودکار یا میلی ذاتی است. از آنجایی که برای بقا به مواردی مانند خوراک، پوشاک، سرپناه، و غیره نیاز داریم، برای به دست آوردن تمام این موارد به وسیله‌ای به نام پول نیاز است. وقتی پول کافی برای تامین این موارد نداریم، دچار وحشت و هراس می‌شویم. حس می‌کنیم زندگی خود یا خانواده‌مان در خطر است و این باعث می‌شود هر چیزی که به پول مربوط شود مانند کسب درآمد و خرج کردن پول برایمان به فرآیندهایی پر استرس تبدیل شوند.

عملکرد پس انداز

دلیل دیگری که مردم تمایل دارند پولشان را نگه دارند، حفظ ارزش پول و در نتیجه ارزش خودشان است. به عنوان مثال در عصر حجر انسان‌ها ماموت‌های غول پیکر را شکار می‌کردند. و اگر آن‌ها بلافاصله این ماموت کامل را نمی‌خوردند، یا راهی برای ذخیره کردن یا استفاده کردن از آن برای بعدها پیدا نمی‌کردند، تمام زحماتشان برای تعقیب و شکار کردن ماموت به هدر می‌رفت. برای حفظ ارزش کار و تلاششان مجبور بودند گوشت را ذخیره کرده، آن را استفاده کنند، یا آن را معامله کنند. در مورد ما هم همین طور است. ما نمی‌خواهیم کارمان بیهوده باشد و تلاش‌هایمان به هدر رود. می‌خواهیم ارزش خود و کارمان را حفظ کنیم. می‌خواهیم پس از یک هفته کاری سخت پولمان را در بانک ببینیم. می‌خواهیم بعد از سال‌ها خدمت، شاهد افزایش پس‌اندازمان باشیم. به عبارت دیگر می‌خواهیم چیزی داشته باشیم که نماد کار و تلاشمان در زندگی باشد. ما چیزی پر معنی می‌خواهیم. زمانی که هفته به هفته و سال به سال کار می‌کنیم و چیزی برای نشان دادن نداریم، افسرده و افسرده‌تر می‌شویم و این حس به ما القا می‌شود که زندگی‌مان پوچ و بی‌معنا است. ما ارزش زندگی یک نفر را معادل ارزش دارایی خالص او می‌دانیم.

عملکرد رشد

این سرمایه‌داری است. اگر پولتان را سپرده‌گذاری کنید در افزایش سود می‌گیرید. با سرمایه‌گذاری پولتان مانند یک موجود زنده رشد می‌کند. افرادی که پول بیشتری دارند، سود بیشتری هم دریافت می‌کنند. به همین دلیل است که ثروتمندان روز به روز ثروتمندتر می‌شوند. بسیاری از ما با این مفهوم گیج شده‌ایم؛ زیرا به این معنی است که سخت کوشی و تلاش ارتباط چندانی با موفقیت فرد ندارند و این باعث احساس سرخوردگی و طرد شدن می‌شود. اگر در پایان هر ماه بعد از پرداخت صورت حساب‌ها پولی برای سرمایه‌گذاری باقی نماند، چگونه می‌توانیم پولمان را برای ثروتمندتر شدن جمع کنیم؟ به راحتی می‌توان فهمید چرا عملکرد پول می‌تواند باعث شود احساس ناکافی بودن کنیم. اما حتی اگر این موضوع درست باشد، ما را از تلاش کردن برای کسب درآمد بیشتر یا خواستن آن باز نمی‌دارد.

اما چرا با وجود اینکه پول چنین مشکلاتی ایجاد می‌کند، همچنان پول بیشتر می‌خواهیم؟؟

افراد به شش دلیل خواهان پول هستند

همه افراد پول بیشتری می‌خواهند. وقتی به طور تصادفی از کسی بپرسید: «بیشتر از همه در زندگی خواهان چه چیزی است؟» اغلب پاسخ می‌دهد: «پول». آن‌ها معمولاً می‌توانند دقیقاً تصمیم بگیرند که چگونه از این پول استفاده کنند. اما چرا تا این حد پول می‌خواهیم؟ انگیزه‌های اساسی که باعث می‌شوند دائماً به پول نیاز داشته باشیم چه هستند؟ زمانی که بتوانید دلایل عاطفی تمایل داشتن به پول را در نظر بگیرید، احساس می‌کنید بیشتر به نیازهایتان متصل هستید و استرس کمتری در مورد پول دارید. به این

ترتیب می‌توانید خود را از تحت کنترل پول بودن خارج کنید. در طول سال‌ها دلایل بسیاری را بررسی کردم که مردم به آن خاطر خواهان پول بیشتر هستند. در این میان برخی از الگوهای متمایز را تشخیص دادم که می‌خواهم آن‌ها را به عنوان شش دلیلی که مردم خواهان پول هستند توصیف کنم. همیشه یک انگیزه احساسی پشت طالب پول بودن وجود دارد. اما اگر از احساسات زیربنایی جدا شویم، می‌توانیم در چرخه تلاش کردن گیر کنیم بدون اینکه بفهمیم واقعاً به چه چیزی نیاز داریم.

دلیل شماره ۱: به منظور حفظ استانداردهای اساسی زندگی

همه ما به خوراک، پوشاک، و سرپناه نیاز داریم. در گذشته مردم امرار معاش خود را مدیون زمین‌های کشاورزی و جنگل‌های پر ثمر می‌دانستند. اما امروزه این پول است که نیازهایمان را برطرف می‌کند. وقتی از اغلب مردم پرسیده می‌شود: «چرا کار می‌کنید؟» چنین پاسخ می‌دهند: «برای تهیه غذا!» مهم است که تفاوت بین آنچه را که «حداقل» می‌دانیم و آن چیزی را که «تجمل» می‌نامیم درک کنیم. با افراد زیادی ملاقات کرده‌ام که درآمد بالایی داشتند، اما دائماً احساس می‌کردند به اندازه کافی ندارند تا غذای مناسب روی میز شامشان داشته باشند و مسکن مطلوب‌تری برای خود تامین کنند. وقتی نحوه خرج کردن پول آن‌ها را زیر نظر گرفتم متوجه شدم خانه‌ای خریدند که بسیار بالاتر از حد توانشان است و اتومبیلی با اجاره‌بهای بسیار گزاف داشته‌اند. به علاوه درصد زیادی از درآمد ماهانه‌شان را صرف تامین کردن غذا و پرداختن به سرگرمی و تفریح می‌کردند. خانه آن‌ها اغلب پر از وسایلی بود که عمدتاً از آن‌ها استفاده نمی‌کردند. مشکل این است که مردم پول را مستقیماً به بقای خود متصل می‌کنند. بنابراین هر زمان که احساس می‌کنند نیاز دارند، گزینه‌شان حکم می‌کند که به پول روی آورده و چیزی بخرند.

دلیل شماره ۲: برای به دست آوردن قدرت

معمولاً از این زاویه به پول نگاه می‌شود که قدرت کنترل کردن افراد و وادار کردنشان به انجام کارهای مختلف را دارد. بنابراین جای تعجب نیست که ما افراد ثروتمند را قدرتمند می‌دانیم. اما قدرتمند بودن الزاماً به این معنا نیست که شما کنترل همه چیز را در دست دارید و یا قدرتمند بودن به معنای خوشبخت بودن نیست. زمانی که پول و قدرت را به این شکل با هم اشتباه می‌گیریم، هرگز نیازمان را برای کنترل کردن زندگی برآورده نمی‌کنیم و همچنان به دنبال کسب قدرت بیشتر و در نتیجه پول بیشتر هستیم. و همان طور که همیشه افراد ثروتمندتری از ما وجود دارند، پس افرادی قدرتمندتر از ما هم وجود دارند. این نیروی مخرب و اعتیاد آور انواع احساسات منفی را با خود به همراه دارد که شادی واقعی را از زندگی ما سلب می‌کند. گاهی اوقات جوانان جاه طلب بسیاری را ملاقات کردم که در مورد ساختن امپراتوری‌های تجاری خود صحبت کرده‌اند و هدفشان این بوده که به یکی از ثروتمندترین افراد جهان تبدیل شوند. اما نکته‌ای که درک نمی‌کنند این است: «حتی اگر ثروت با خود مقداری قدرت به ارمغان آورد، پول هیچ‌گاه جایگزین چیزهایی مانند صداقت، اعتماد، و عشق واقعی نیست. شما نمی‌توانید صرفاً با پول دل مردم را به دست آورید.» با افراد زیادی برخورد کرده‌ام که در تجارت افرادی قدرتمند هستند، اما در روابط نزدیک خود احساس ناتوانی کرده و وضعیت روحی مطلوبی ندارند.

دلیل شماره ۳: برای بخشیدن به دیگران

همه افراد اعم از ثروتمند یا فقیر گاهی اوقات حس می‌کنند مورد سوء استفاده دیگران قرار می‌گیرند. اگر فقیر باشند حس می‌کنند به خاطر فقرشان از برخی امتیازات محروم هستند و اگر ثروتمند باشند حس می‌کنند از طرف همسالانشان مورد بی‌احترامی یا

طرد شدن قرار می‌گیرند. در این صورت افرادی که به هر نحوی احساس می‌کنند در جامعه تحقیر شده‌اند، وسوسه می‌شوند پول را راهی برای انتقام جویی از افرادی ببینند که آن‌ها را عقب نگه داشته یا آن‌ها را رنج می‌دهند. اما این افراد قلدری که مدام رنجشان می‌دهند ساخته و پرورده ذهن خودشان هستند. کسانی که واقعاً آن‌ها را قضاوت می‌کند خودشان هستند. با این حال چیزهایی برای خود تهیه می‌کنند تا در ذهنشان با دیگران رقابت کنند، غافل از اینکه در حقیقت کسی با آن‌ها رقابت نمی‌کند. حتی افرادی که توانایی خرید چیزهای گران قیمت را ندارند، در مقیاس کوچک‌تر از اقلام مادی استفاده می‌کنند تا خود را برتر از دیگران نشان دهند. برخی از میلیونرهای خود ساخته سعی می‌کنند ثروتشان را عنوان راهی برای جبران سایر نا امنی‌هایشان به نمایش بگذارند. اما مهم نیست چقدر پول خرج کنند، در هر صورت عزت نفسشان هرگز بهبود پیدا نمی‌کند. آن‌ها دائماً احساس می‌کنند دیگران از بالا به آن‌ها نگاه می‌کنند یا در موردشان صحبت می‌کنند.

دلیل شماره ۴: برای یافتن استقلال و آزادی

برخی فکر می‌کنند آزادی را نمی‌توان با پول خرید. وقتی به آزادی فکر می‌کنیم معمولاً زندگی بدون کار، توانایی رفتن به هر کجای دنیا که بخواهیم، و انجام دادن هر کاری که دوست داریم به ذهنمان خطور می‌کند. می‌پنداریم برای آزادانه زندگی کردن باید پول زیادی داشته باشیم. اما آزادی چیزی نیست که بتوان آن را با پول خرید. حتی اگر تمام پول و ثروت دنیا را داشته باشید، در صورتی که ذهنتان آزاد نباشد، از این همه ثروت بهره نخواهید برد. تا زمانی که نتوانید آزادی را در لحظه حال پیدا کنید، حتی بعد از برنده شدن در لاتاری، یا به دست آوردن ارثیه زیاد، همیشه به همان حالت عاطفی پیش باز خواهید گشت. با پول می‌توان چیزهایی بخرید که موقتاً با آن‌ها حس خوشبختی

کنید، اما در صورتی که درونتان به درستی ساخته نشده باشد آزادی واقعی را تجربه نمی‌کنید. حقیقت این است که بسیاری از ما آزادی و گزینه‌های بیشتری نسبت به آنچه که حتی تصورش را بکنیم داریم. با این حال اگر گیر کنیم و باور کنیم حساب بانکی ما به معنای آزادی اندکی است، مطمئناً پتانسیل واقعی خود را برای خوشبختی از دست می‌دهیم. داشتن شغلی پر درآمد، یا منعقد کردن قرارداد بزرگ، و حتی برنده شدن در لاتاری راهی به سوی آزادی نیست. چون در این صورت احتمالاً باز هم برای آزادی و رهایی به پول بیشتری نیاز دارید.

دلیل شماره ۵: برای به دست آوردن عشق و توجه

پول می‌تواند عشق و توجه را با خود بیاورد اما روابطی که این گونه بنا می‌شوند در بهترین حالت شکننده و سطحی هستند. در این روابط به محض آن که پول به انتها برسد عشق، احترام، و دوستی هم با آن تمام می‌شود. شاید پول بتواند عشق و محبت را جذب کند، اما تاثیر معکوسی هم بر روی روابط دارد. افرادی که مدام پولشان را به رخ دیگران می‌کشند، یا در قبال تمکن مالی که دارند انتظار رفتار خاصی از جانب دیگران دارند معمولاً توسط سایرین دفع می‌شوند. دلیل این امر آن است که پول تمام چیزی نیست که افراد به آن نیاز دارند و الزاماً وسیله فراهم آوردن یک زندگی شاد و پر نشاط نیست. ما در روابطمان به چیزهایی عمیق‌تر از پول نیازمندیم. وقتی سعی می‌کنید با پول عشق بخرید، تمام ارزشتان را براساس مقدار پولی که دارید استوار می‌کنید. شاید در وهله اول پول بتواند افراد زیادی را تحت تاثیر قرار دهد، اما وقتی صحبت از روابط می‌شود مردم بیشتر به دنبال دوست خوب هستند تا تمکن مالی. بنابراین وقتی دارایی‌هایتان نتواند روابط عمیق و پایدار ایجاد کند، این ارزش شماست که آسیب می‌بیند و با هیچ پولی هم

قابل جبران نیست. افرادی که در این موقعیت قرار می‌گیرند، احساسی شبیه پارانوئید دارند، آن‌ها فکر می‌کند دیگران تنها به خاطر مال و اموالشان خواستار دوستی و برقراری ارتباط با آن‌ها هستند. اما در واقع پول چیزی است که این افراد در وهله اول برای جلب توجه دیگران از آن استفاده می‌کردند.

دلیل شماره ۶: برای ابراز عشق و قدردانی

پول چیزی جز یک انرژی خنثی نیست. می‌توان پول را با عشق و مراقبت پرورش داد، یا اینکه با خشم و عصبانیت از آن به عنوان سلاح استفاده کرد. پول وسیله‌ای برای ابراز احساسات و نگرش‌های ما است. ما به پول نیاز داریم تا بتوانیم به کمک آن احساس عشق و قدردانی را که در زندگی به دیگران داریم ابراز کنیم. شاید این دلیلی برای جمع‌آوری پول باشد، اما در این میان چیزی وجود دارد که باید مراقبش باشیم. نباید تنها به این دلیل که پول زیادی ندارید فکر کنید نمی‌توانید عشق و قدردانی خود را نسبت به دیگران ابراز کنید. شاید هدایای بزرگ و گران‌بها هیجان‌انگیز باشند، اما مهم احساس و نیت موجود در پس هدایا است. عشق، نیت، و قدردانی را نمی‌توان با پول سنجید. ما همواره به یاد ارتباطات عاطفی، اعتقاد عمیق خود به دیگران، و خاطراتی که با آن‌ها داریم می‌افتیم. انرژی موجود در یک رابطه مثبت، پول معمولی را به پول شاد تبدیل می‌کند. بنابراین وقتی می‌توانید در یک رابطه عاشقانه از پول استفاده کنید، مطمئن باشید پولتان را به خوبی سرمایه‌گذاری کرده‌اید. آن هم یک پول شاد با نرخ بهره بالا. کسی هم که از این پول استفاده می‌کنند از مزایای آن بهره می‌گیرد و در نهایت مزایای بیشتری به خودتان باز می‌گردد. مهم این است که چگونه پول الهام بخش عمل کردن می‌شود.

چقدر از وضعیت مالی کنونی‌تان راضی هستید؟

آیا از وضعیت مالی خود راضی هستید؟ آیا وقتی به پول فکر می‌کنید در مورد زندگی مالی‌تان احساس انرژی مثبت و برکت می‌کنید؟ یا اینکه با فکر کردن به پول حس ناامیدی در شما شکل می‌گیرد؟ آیا فکر می‌کنید دلیلی که در بخش پیش انتخاب کردید ربطی به رابطه فعلی یا احساساتان نسبت به پول دارد؟ می‌خواهم موضوعی را با شما درمیان بگذارم: «مهم نیست چه مقدار، پس‌انداز، یا درآمد دارید. این احساساتان در مورد پول است که تعیین‌کننده ثروت شما است.» در صورتی که نگرشی سالم نسبت به پول ندارید و در مورد پول حس منفی دارید، هیچ مقدار پولی در بانک نمی‌تواند رابطه‌تان را با پول تغییر دهد.

چه چیزی در کیف پولتان است؟

اگر واقعاً پول شاد و پول غمگین وجود دارد، پول شما از کدام نوع است؟ درست همان‌طور که آن خانم کیف پول من را بررسی کرد، شما هم کیف پولتان را بررسی کنید. شاید به وضوح نتوانید ببینید پولتان لبخند می‌زند یا نه، اما تقریباً می‌توانید حدس بزنید که پولتان لبخند می‌زند یا خیر. اگر از کار و زندگی‌تان راضی هستید، احتمالاً پول موجود در کیف پولتان لبخند می‌زند و خندان است. و اگر از شغل‌تان ناراضی هستید و همیشه از زندگی شکایت دارید، احتمالاً پول موجود در کیف پولتان هم گریه می‌کند یا عصبانی است. همه ما می‌خواهیم پولمان خندان باشد. اگر این‌طور نیست باید از خود بپرسید: «زندگی من چه مشکلی دارد؟» ممکن است از میزان درآمدهای ناراضی باشید. ممکن است حس کنید شریک زندگی‌تان قدرتان زحماتان نیست و از پول اندک‌تان شکایت دارد.

اگر پول یک شخص بود، آن را چگونه می‌دیدید؟

اگر پول شخص بود می‌توانست چندین شخصیت مختلف داشته باشد. شخصیت پولتان چگونه است؟ آیا پولتان ملایم و مهربان است یا با شما صمیمی نیست؟ تجربیات گذشته مالیتان را به یاد بیاورید. برای برخی افراد پول نیروی ظالمانه‌ای است که آن‌ها را از بسیاری فرصت‌ها محروم می‌سازد. ممکن است پول به عده‌ای همه چیزهایی را که تا به حال می‌خواستند و نداشته‌اند داده باشد. شاید پول در گذشته برایتان شگفتی ایجاد کرده باشد. شاید پدر بزرگ یا مادر بزرگتان به عنوان هدیه هزینه یک بورسیه تحصیلی به شما داده باشند، یا اینکه پس از سه ماه کار سخت، پاداشی بزرگ به دست آورده باشید. اگر پول همواره نسبت به شما مهربان بوده است، پس از اینکه بدانید همیشه در کنارتان است احساس امنیت و آرامش می‌کنید. اگر در مورد پول تجربیات خوبی داشته باشید - مثل اینکه همیشه می‌توانید روی پول حساب کنید و بدانید در آینده هم وجود خواهد داشت - به احتمال زیاد زندگی خوبی خواهید داشت. شاید ثروتمند نباشید، اما احساس می‌کنید همواره فراوانی و برکت در زندگی‌تان وجود دارد. و به نظر می‌رسد همه چیز خوب پیش می‌رود. این گونه دیدن آینده کاری دشوار نیست. اما عمیقاً برای کسانی که تجربه خوبی با پول نداشته‌اند ناراحت‌کننده است. شاید زندگی برایشان نا عادلانه بوده است. متأسفم که در گذشته کارها آسان نبوده است. اما چنین گذشته‌ای به این معنا نیست که آینده‌تان هم به همان صورت است، یا نمی‌تواند تغییر کند، یا اینکه احساسات نسبت به پول مانند گذشته باقی می‌ماند. شاید پول بد باشد، اما در عین حال می‌تواند خوب و حتی عالی هم باشد. شاید تعجب کنید که پول برای افراد مختلف تا این حد متفاوت است. ممکن است تعجب کنید که چرا برخی افراد والدینی دارند که به آن‌ها کمک می‌کند هزینه‌های تحصیلشان را پرداخت کنند و این طور به نظر می‌رسد که همواره دستی نیازهایشان را برطرف می‌کند،

در حالی که دیگران برای تهیه و تدارک یک وعده غذا تقلا می‌کنند. به باور من پول بر اساس مکان و اینکه در دست چه کسی است، شخصیتش را تغییر می‌دهد. زمانی که می‌ترسید، ترستان را به پول القاء می‌کنید و دیگر پول دوستتان نیست. اگر خوشحال هستید، پول به احتمال زیاد برایتان نیرویی شادی بخش است و همیشه در کنارتان است. شاید برای نسل‌ها پول به باورها و اعتقادات منفی مانند باورهای کمبود و محدودیت گره خورده باشد. در این صورت مطمئن باشید هرگز پول کافی نخواهید داشت مگر اینکه انرژی اطراف پولی را به دست می‌آورید، دریافت می‌کنید، و خرج می‌کنید تغییر دهید.

هر یک از ما در یک دو راهی منحصر به فرد مالی گیر کرده‌ایم

من دوستانی از همه اقشار دارم. دوستانی دارم که در مکان‌های دور افتاده و روستایی زندگی می‌کنند و تا حد امکان از پول به دور هستند. آن‌ها غذایشان را به دست خود پرورش می‌دهند و سالانه تنها ۱۰۰۰ دلار خرج می‌کنند. آن‌ها تقریباً تمام کارهایشان را بدون استفاده از پول انجام می‌دهند و از پول تنها برای خرید تجهیزات پزشکی و مواد دیگری که نمی‌توانند بی‌پروانند یا بسازند استفاده می‌کنند. در کنار آن دوستان دیگری هم دارم که بسیار متمکن و ثروتمند هستند و از اینکه ۱۰۰۰ دلار برای شراب یا ناهار معمولی خرج کنند باکی ندارند. دوستانی دارم که در زمینه‌های تخصصی خود نخبه هستند _ افراری مانند پزشکان، وکلا، و صاحبان مشاغل موفق که هر کدام چندین شرکت دولتی را اداره می‌کنند. دوستانی هم دارم که در داروخانه‌ها یا فروشگاه‌های کوچک مشغول به کار هستند، راننده کامیون هستند یا اینکه کار فیزیکی انجام می‌دهند. صرف نظر از اینکه افراد مختلف در طبقات مختلفی از اجتماع کار می‌کنند، وقتی با آن‌ها صحبت می‌کنم همیشه از زندگی شکایت دارند و از من راهنمایی می‌خواهند. بدون استثنا

هم فقرا و هم افراد متمکن نگرانی‌های مالی مشابهی دارند و همیشه به دلایل مختلف درگیر پول هستند. افراد ابر ثروتمند در حال حاضر نگرانی خاصی در مورد پول ندارند، اما همواره در مورد آینده‌شان نگرانند. آن‌ها هراس دارند که مبادا این موفقیت برای همیشه دوام نیاورد. آن‌ها به چشم خود افراد بسیاری را دیده‌اند که در راه رسیدن به قله موفقیت شکست خورده‌اند، همه چیزشان را از دست داده‌اند، یا در وضعیت بد و دشواری قرار گرفته‌اند. آن‌ها از فرزندانشان که با دقت و با احتیاط با پول برخورد نمی‌کنند شکایت دارند. حتی اگر تمام پول‌های دنیا را به افراد بدهید، همچنان در مورد پول نگرانند.

افراد طبقه متوسط هم در مورد پول نگرانند، اما تمایل دارند نگرانی خود را به شیوه دیگری مطرح کنند. نگرانی آن‌ها این است که اغلب مخارج شان بیشتر از درآمدشان است. آن‌ها خود را زیر بار هزینه‌ها حس می‌کنند و فکر می‌کنند با بچه‌دار شدن این فشار هم افزایش پیدا می‌کند. و در صورتی که صاحب فرزند شوند، در نبرد دائمی با فرزندانشان در مورد کمک هزینه‌ها و نحوه خرج کردن پول هستند. به علاوه آن‌ها برای تحصیل فرزندانشان نیازمند پس‌انداز کردن هستند و همچنین در مورد بازنشستگی راحت یا پر دردرشان نیز دغدغه‌هایی دارند. به علاوه، آن‌ها در مورد زمان هم تحت فشار هستند. آن‌ها تا جایی که بتوانند کار می‌کنند و از اینکه چگونه میان درآمد و مخارجشان تعادل برقرار کنند نگرانند. افرادی که در طبقه متوسط رو به پایین قرار دارند، اغلب احساس می‌کنند از آن‌ها سوء استفاده می‌شود و کسی همیشه سعی می‌کند بیشتر از آنچه که باید از آن‌ها دریافت کند. آن‌ها حس می‌کنند در محیط کار به حاشیه رانده شده و به آن‌ها به اندازه‌ای که باید بها داده نمی‌شود. آن‌ها نمی‌دانند افراد متمکنی که آن‌ها را استخدام کرده‌اند شاهد فداکاری‌هایشان هستند و می‌پندارند تنها از ثمره کار این افراد لذت می‌برند.

در نهایت افراد فقیر با مشکلات مالی دست و پنجه نرم می‌کنند، برای زنده ماندن تلاش می‌کنند، و حتی نمی‌توانند دنیا را آن طور که هست ببینند. پول_ صرف نظر از اینکه چقدر داشتن بیش از حد آن می‌تواند با خود نگرانی و مشکل به دنبال داشته باشند برای آن‌ها همیشه به صورت یک راز باقی می‌ماند. این جمله را بسیار شنیده‌ایم: «ای کاش من هم پول داشتم و مشکلات ثروتمندان را داشتم!» برای فرد فقیر که محتاج نان شب خود است، مشکلات افراد ثروتمند وحشتناک به نظر نمی‌رسند. صرف نظر از موقعیت و وضعیت مالی که داریم، همه ما به نوعی تحت تاثیر پول هستیم و نحوه واکنش ما به موقعیت فعلی خود می‌تواند ما را خوشحال و یا ناراحت کند.

خوب! آیا پول خوشبختی می‌آورد؟

«با پول نمی‌توان شادی و خوشبختی خرید!» این عبارتی است که به کرات آن را شنیده‌ایم. اگر این عبارت درست است، پس چرا تمام افراد برای کسب درآمد بیشتر تقلا می‌کنند؟ آیا آن‌ها دوست دارند غمگین و ناراحت باشند؟ چرا اغلب مردم به شدت دنبال پول هستند؟ چرا برخی حتی برای بدست آوردن پول بیشتر مرتکب جنایت می‌شوند؟ نیازی به گفتن نیست که پول داشتن مزایای فراوانی دارد. اگر از کودک پنج ساله بپرسید چه می‌خواهد؟ معمولاً پاسخ می‌دهد: «آب نبات یا اسباب بازی می‌خواهم!» اما اگر از کودکان ده ساله بپرسید چه می‌خواهند؟ می‌گویند: «پول می‌خواهم و خودم تصمیم می‌گیرم با پولم چه چیزی بخرم!» بنابراین به نظر می‌رسد حتی کودکان هم در مرحله مشخصی متوجه می‌شوند پول عصایی جادویی است که می‌تواند برایشان معجزه کند و به هر چیزی که بخواهند تبدیل می‌شود. در عین حال می‌دانیم نمی‌شود با پول شاد و خوشبختی خرید. شاید این جمله‌ای باشد که وقتی پول کافی نداریم با خود می‌گوییم تا

خود را بدین وسیله تسکین دهیم. با این حال وقتی می‌شنویم برخی از دوستانمان در لاتاری برنده شده‌اند یا از اقوام دورشان پول کلانی به ارث برده‌اند ناخودآگاه حسادت می‌کنیم. پیش از شنیدن این خبر اینگونه نبودیم، اما به محض اینکه از این وقایع مطلع شدیم ناگهان گفتیم: «خب! شرایط آن قدرها هم خوب به نظر نمی‌رسد!» پس شاید ظاهراً با خود بگویید پول خوشبختی نمی‌آورد، اما در عمل متوجه می‌شوید اعتقاد چندانی به این عبارت ندارید.

اتخاذ رویکردِ ذن به خوشبختی و پول

رویکردِ ذن به خوشبختی ما را دعوت می‌کند تا در مورد خودمان نه بر اساس کارهایی انجام می‌دهیم، ارزش‌هایمان، و یا داشته‌هایمان بلکه بر اساس آنچه هستیم فکر کنیم. ما چه هستیم؟ ما انسانیم. هدف ما به عنوان یک انسان «بودن» است. اما «بودن» به چه معناست؟ بودن یعنی حضور داشتن در لحظه. بودن در لحظه به این معناست که کاملاً سپاس‌گزار باشیم و با هر زمان یا در هر مکانی که جسم و ذهنمان در آنجا قرار دارد هماهنگ باشیم. چنانچه در حال حاضر زندگی کنید، دیگر به گذشته، به اشتباهاتتان، به مسائل و آسیب‌هایی که به شما وارد شده و غیره فکر نکرده و به خاطرشان عصبانی و ناراحت نمی‌شوید. اگر در لحظه اکنون زندگی کنید، دیگر به آینده و رویدادهای غیر منتظره آن فکر نمی‌کنید. اگر به آینده فکر نمی‌کنید پس مضطرب نیستید، نمی‌ترسید، و استرس ندارید. بسیاری از استرس‌هایی که در حوزه مالی به ما وارد می‌شود ناشی از فکر کردن به اشتباهات مالی گذشته یا آسیب‌های مالی است که به ما وارد شده و همچنین عدم اطمینان از آینده مالی در ما نگرانی ایجاد می‌کند. چه افکار مربوط به گذشته و چه مربوط به آینده باشند، در هر صورت خوشبختی حال حاضر را از ما سلب

می‌کنند. پس خوشبختی واقعاً از درون می‌آید. پس می‌توانیم با هم بر سر این مسئله توافق کنیم که نمی‌توان با پول خوشبختی خرید. با این حال، باور دارم در صورتی که پول چنان نیروی طاقت فرسایی در زندگی فرد نباشد، حضور در لحظه حال بدون ناراحتی و عصبانیت در مورد آسیب‌های گذشته و نگرانی در مورد آینده بسیار آسان‌تر است. من برای تهیه کتاب‌هایم با افراد بسیاری مصاحبه کردم. لزوماً همه این افراد وضعیت مالی ایده‌آلی نداشتند. با این حال پس از مصاحبه کردن با همه آن‌ها به این نتیجه رسیدم که شاید پول نتواند برای ما خوشبختی ببرد، اما مطمئناً می‌تواند مقادیری از ناراحتی‌های زندگی‌مان را کاهش دهد. به عبارت دیگر هر چه اضطراب و استرس کمتری داشته باشیم، بهتر و بیشتر می‌توانیم در زندگی و در لحظه حال حضور پیدا کنیم.

اگر به اندازه کافی پول داشته باشید لازم نیست همیشه نگران پرداخت صورت حساب‌هایتان در پایان ماه باشید. اگر به اندازه کافی پول داشته باشید می‌توانید از دوستانتان به خوبی پذیرایی کنید، می‌توانید به شریکتان هدیه مناسب دهید. اگرچه پول در بسیاری از موارد کمک کننده است، اما برای خوشبخت بودن ضروری نیست. مطالعات متعددی پیرامون ارتباط میزان درآمد و شادی افراد انجام شده است. تمام مطالعات نشان می‌دهند سطح شادی افراد با افزایش درآمد بالا می‌رود، اما این افزایش تنها تا سقف هفتاد و پنج هزار دلار صادق است. در مقادیر بیشتر از آن، سطح شادی فرد دیگر با افزایش درآمد بالا نمی‌رود؛ زیرا استرس مرتبط با پول در مقایسه با لذتی که پول بیشتر به زندگی می‌آورد افزون‌تر خواهد شد. زمانی که در نیویورک و توکیو در مورد این موضوع صحبت می‌کنم، همان پاسخ‌ها را دریافت می‌کنم. همه برای نکته اتفاق نظر دارند که هیچ راهی وجود ندارد تا بتوانید با این پول اندک زندگی شادی داشته باشید. و این ممکن است درست باشد. بسته به محلی که در آن زندگی می‌کنید هزینه‌ها متفاوت است. اما نکته

مهمی که باید بدانید این است که کسب درآمد بیشتر الزاماً تضمین کننده خوشبختی بیشتر نیست. شاید این موضوع باعث شود در مورد افرادی که کمتر از هفتاد و پنج هزار دلار در سال درآمد دارند تعجب کنید. من با افرادی آشنا شدم که با وجود اینکه به سختی می‌توانند زندگی‌شان را تأمین کند اما خوشحال و خوشبخت هستند. اما چگونه این کار را انجام می‌دهند؟ دلیلش ارتباط خوب آن‌ها با پول است: پول تعیین کننده شخصیتشان نیست! آن‌ها برای اینکه پا به پای افراد خاصی پیش بروند، به پول نیاز ندارند. به علاوه در مورد آینده یا چیزهایی که تحت کنترلشان نیست، استرس ندارند. در کنار این‌ها به افسانه‌ای کمبود هم باور ندارند. آن‌ها می‌دانند همیشه به اندازه کافی هر چیزی که نیاز داشته باشند در دسترسشان خواهد بود. آن‌ها با این حقیقت که کجا هستند و چه کسی هستند مشکلی ندارند. آن‌ها به این فکر نمی‌کنند که با داشتن یک خانه بزرگ‌تر یا ماشینی پر زرق و برق‌تر زندگی‌شان به نحو جادویی متحول می‌شود و مشکلاتشان از بین می‌رود. خوشبختی آن‌ها تنها به خودشان وابسته است. پول روی آن‌ها هیچ‌گونه کنترلی ندارد و به آن‌ها قدرت نمی‌بخشد، بلکه آن‌ها بر پول تسلط و کنترل دارند. مهم‌تر از همه این‌که آن‌ها از پول نمی‌ترسند. آیا شما از پول می‌ترسید؟ چه کسی از پول می‌ترسد؟ بیشتر به مردم بیش از آنکه تصور کنید از پول هراس دارند.

عشق یا ترس: رابطه با پول

مدتی پیش کتاب پرفروش دکتر «جرالد جامپلسکی» را با عنوان «معنای عشق رها کردن ترس است» ترجمه کردم. دکتر جرالد در پایان کتاب باور دارد که دو نوع ارتباط وجود دارد: ارتباط بر مبنای عشق و ارتباط بر مبنای ترس. من هم باور دارم وقتی صحبت از پول می‌شود دو رویکرد برای آن وجود دارد: رویکرد به پول بر مبنای عشق و رویکرد به

پول بر مبنای ترس. به این فکر کنید وقتی پول را به دست می‌آورید و یا خرجش می‌کنید این کار را با عشق انجام می‌دهید یا با ترس و هراس؟ برای مثال ما همواره از پول هراس داریم. می‌ترسیم مقدار پولمان برای روز مبادا کافی نباشد. می‌ترسیم پولمان را از دست بدهیم. می‌ترسیم دیگران بیشتر از ما پول داشته باشند. یا این که اگر درآمد سایرین بیشتر از ما باشد یا بیشتر از ما به دست آورند برای ما پول کمتری باقی بماند. می‌ترسیم شغلمان را از دست بدهیم و اگر چنین اتفاقی بیفتد نگران پرداخت صورت حساب‌هایمان می‌شویم. ما حتی هنگام خرج کردن پول هم هراس داریم. با خود می‌گوییم چنانچه پولم را به صورت هوشمندانه خرج نکنم حتماً متحمل ضرر و زیان می‌شوم.

گاهی اوقات از خرج کردن پول احساس فشار می‌کنیم. می‌ترسیم مورد سوء استفاده قرار بگیریم، می‌ترسیم از ما کلاه برداری شود، یا حتی می‌ترسیم بیشتر از حد هزینه کنیم، یا می‌ترسیم چیزی را که می‌خریم دوست نداشته باشیم. می‌ترسیم اگر چیزی بخریم برای خرید چیزهای دیگر به اندازه کافی پول نداشته باشیم. بسیاری از ما بدون آنکه متوجه آن باشیم اجازه می‌دهیم ترس در تصمیماتمان رخنه کند. مسلماً بسیاری از ترس‌ها در پس خود دلایلی دارند. ترس با بقای ما گره خورده است. اگر پولی نداشته باشیم، جایی برای زندگی کردن، غذایی برای خوردن و لباسی برای پوشیدن نخواهیم داشت. برخی افراد با ترس قوی‌تری نسبت به پول به دنیا می‌آیند، یا اینکه در خانه توسط والدین و اقوام دچار ترس می‌شوند زیرا این افراد روابطی منفی یا مبتنی بر ترس با پول دارند. در حالی که دیگر افراد اصلاً در مورد پول ترس و هراسی ندارند. آن‌ها ترس و هراسی از تمام شدن پول ندارند. وقتی کوچک بودیم مرتب به ما گفته می‌شده که مراقب باشیم پولمان را کجا خرج می‌کنیم و با آن چه کاری انجام می‌دهیم. شاید والدین ما حتی معنی درست این عبارت را نمی‌دانستند اما مدام آن‌ها را در گوشمان زمزمه کردند.

آن‌ها مدام ما را در مورد پول سرزنش می‌کردند. در مورد اینکه پولمان را برای چه چیزی صرف می‌کنیم؟ چگونه آن را از دست دادیم؟ و چقدر نسبت به پول بی‌توجه بوده‌ایم. و ما بدون این‌که متوجه باشیم این ترس را تا بزرگسالی با خود حمل کرده‌ایم. متأسفانه سیستم مالی کنونی ما هم مبتنی بر ترس است. جامعه ما، سیستم آموزشی ما، جو محل کارمان، و احتمالاً زندگی ما نیز مبتنی بر ترس است. اما همواره از انجام دادن کارهای اشتباه و مجازات شدن هراس داریم. از این می‌ترسیم دیگران چیزی داشته باشند که ما نداریم. و در نتیجه به افرادی حریص تبدیل می‌شویم. ما می‌ترسیم منابع محدود یا کمیاب باشند، بنابراین بیشتر از چیزی که باید مصرف می‌کنیم و بیشتر از چیزی که باید اسراف می‌کنیم. می‌ترسیم دیگران از ما جلو بزنند و چیزهای بیشتری داشته باشند. می‌ترسیم بچه‌هایمان با بد رفتاری ما را شرمنده کنند، به همین دلیل آن‌ها را سرزنش کرده و کنترلشان می‌کنیم. شاید نیازی به گفتن نباشد، اما ترسیدن راه مؤثری برای رسیدن به خواسته‌ها نیست. هراس اغلب مخرب است و آسیب دائمی در ما ایجاد می‌کند. جای تعجب نیست که بسیاری از ما پول هراسی داریم و این یک پاسخ و واکنش خودکار است. اگر دقت چندانی نداشته باشید شاید متوجه نشوید که ترس همان چیزی است که به اعمالتان انگیزه می‌دهد، چه در خانه، چه در محل کار، چه در جامعه، و چه در نحوه رفتارتان با پول.

داشتن یک رابطه عاشقانه و فراوان با پول به چه معنا است؟

نقطه مقابل ترس عشق است. عشق به این معنا است که از این‌که چیزی به شما آسیب برساند یا رهایتان کند هراسی نداشته باشید. این اعتقاد و باورتان است که تعیین می‌کند به هر چیزی که نیاز داشته باشید همیشه آن‌جا خواهد بود. این جمله زیاد به ما گفته

می‌شود: «اغلب والدین فرزندان‌شان را دوست دارند اما شیوه‌های محبت کردنشان ممکن است بیشتر شبیه ترس بیان شده باشد تا عشق.» در واقع اضطراب و نگرانی والدین همواره ما را از امتحان کردن چیزهای جدید و پا گذاشتن در راه‌های جدید باز می‌داشت. شاید نگرانی آن‌ها در مورد پول مانع از آن می‌شد تا به ما اجازه دهند در شغل و یا روابط خود به فرصت‌های مختلف دست پیدا کنیم. به نظر می‌رسد ترسیدن نوعی کنترل کردن است. اما عشق نقطه مقابل ترس است. عشق پذیرفتن بی قید و شرط است. عشق باور به این است که همه چیز در نهایت روبراه خواهد شد. عشق و رها کردن است. عشق شبیه بودن در لحظه اکنون است – بدون ذره‌ای عصبانیت در مورد گذشته، و نگرانی در مورد آینده. عشق یعنی از اینکه در این لحظه اینجا باشید خوشحالیید. عشق یعنی قدردان و سپاس‌گزارید. عشق یعنی به شدت بابت تمام داشته‌هایتان سپاس‌گزارید و بابت تمامی آنها شاکرید. عشق یعنی وجود شادی، شور، و اشتیاق. عشق یعنی خوشحالی.

زندگی با وجود داشتن یک رابطه عاشقانه با پول چگونه است؟

تصور داشتن یک رابطه بدون استرس و نگرانی با پول برای بسیاری از ما دشوار است. اما اجازه دهید چنین رابطه‌ای را تصور کنیم. می‌خواهم تصور کنید می‌توان زندگی مسالمت آمیزی با پول داشت. افرادی که عاشقانه با پول زندگی می‌کنند، هر کاری را که دوست دارند انجام می‌دهند و همیشه هم به اندازه کافی پول درمی‌آورند. آن‌ها اغلب می‌گویند: «من به اندازه کافی پول دارم یا می‌توانم هر چیزی را که به آن نیاز دارم تهیه کنم.» شاید آن‌ها به معنای واقعی ثروتمند نباشند، اما هر چیزی را که به آن نیاز داشته باشند دارند. آن‌ها خواسته‌ها و علایقشان را محور زندگی خود قرار می‌دهند. آن‌ها از نظر مالی آسوده هستند، بنابراین در زندگی روزمره نگرانی مالی ندارند. زمانی که به فروشگاه یا رستوران

می‌روند، نه براساس قیمت‌ها و منوها بلکه براساس علاقه و ترجیح خود خرید می‌کنند یا سفارش می‌دهند. اما این به آن معنی نیست که آن‌ها تنها روی چیزهای گران دست می‌گذارند، بلکه به این معناست که همیشه به خود حق انتخاب می‌دهند. از آنجایی که دقیقاً می‌دانند چه می‌خواهند، نیازی به خرید موارد و آیتم‌های متعدد ندارند. به علاوه آن‌ها نیازی نمی‌بینند چیزهای گران‌قیمت و برند تهیه کنند؛ زیرا نیازی به تایید شدن از سوی دیگران ندارند. آن‌ها در هر حال از خود، از هر آنچه هستند و از هر آنچه می‌خواهند باشند و رضایت دارند، بنابراین روابطشان اعتبار دارد. آن‌ها با افرادی که دوست دارند رفت و آمد می‌کنند، و نیازی نمی‌بینند با افرادی که تاییدشان می‌کنند یا می‌خواهند به واسطه آن‌ها اعتبار داشته باشند مراوده کنند. آن‌ها رابطه خوبی با خانواده خود دارند و می‌توانند زمان کافی و باکیفیتی را با آن‌ها سپری کنند؛ زیرا نیازی نمی‌بینند برای به دست آوردن چند دلار اضافه به سختی کار کنند. شاید گاهی اوقات این افراد استرس مالی را احساس کنند، اما همواره به خود می‌گویند: «گاهی اوقات چنین اتفاقاتی پیش می‌آید و همیشه می‌توانم به خوبی آن‌ها را پشت سر بگذارم.» آن‌ها می‌دانند چگونه خود را از استرس و تنش این اتفاقات رها کنند و به دلیل ترس از مرتکب شدن اشتباه همه چیز را تحت کنترل درنیاورند. آن‌ها می‌توانند با توجه به ترس‌های مالی خود، موارد واقعی و غیر واقعی را از هم جدا کنند. در نهایت این افراد نحوه برخوردشان با پول و مسائل مالی را انتخاب می‌کنند و واکنشی آگاهانه به آن دارند. در واقع این افراد ذن هستند. همه ما می‌توانیم رویکردمان را به پول و مسائل مالی انتخاب کنیم. اما چگونه؟ به باور من همه چیز با قدردانی و سپاس‌گزاری شروع می‌شود. به جای اینکه همواره با خود بگویید: «هیچ وقت به اندازه کافی نداشتم!»، اینگونه بگویید: «من هر چه را که نیاز دارم تهیه می‌کنم و دارم. من بابت تمام داشته‌هایم قدردان و سپاس‌گزارم. من به خاطر

کارهایی که انجام می‌دهم، غذایی که می‌خورم، ماشینی که دارم و تمام پولی به دست می‌آورم سپاس‌گزار و قدردانم.» هر گاه پول به سمتتان می‌آید بابت آن قدردانی کنید و این چیزی است که در فرهنگ ژاپنی به «آریگاتو» معروف است. حتی زمانی که پول خرج می‌کنید هم آریگاتو بگویید، و بابت خدمتی که پول به شما کرده یا چیزی برایتان به ارمغان می‌آورد سپاس‌گزار باشید. به عبارتی بابت هر اتفاقی قدردان و سپاس‌گزار باشید. قدردانی کردن یا گفتن عبارت ممنونم یا آریگاتو کمک می‌کند رابطه‌تان را با پول تغییر دهید. هر چه بیشتر این کار را انجام دهید، استرس کمتری خواهید داشت و شادی بیشتری در زندگی و در پولتان جریان پیدا می‌کند. متوجه می‌شوید بدون هیچ تلاشی، پول غمگین در کیفتان تبدیل به پول شاد شده و به رویتان لبخند می‌زند.