

Ксения Зверева

Я могу себе ПОЗВОЛИТЬ

Почему мы
награждаем себя
покупками и как
экономить,
не превращая
жизнь в наказание

Счастье
тоже в планах
♡

На
Большее
♡

ВЫБИРАТЬ | ТРАТИТЬ | КОПИТЬ | ЖИТЬ



Ксения Зверева

Я могу себе позволить

«Автор»

2026

Зверева К.

Я могу себе позволить / К. Зверева — «Автор», 2026

Вы снова обещали себе экономить — и снова купили что-то «в награду» за тяжёлый день? Эта книга не станет отбирать у вас кофе, доставку и маленькие радости. Она поможет разобраться, что мы порой покупаем вместе с вещью: отдых, утешение, ощущение свободы, новую версию себя. И как оставить в жизни удовольствие, не превращая каждое «я это заслужил» в очередное списание с карты. Чтобы «я могу себе позволить» означало не оправдание, а выбор.

© Зверева К., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Предисловие	5
Глава 1. Награда за обычный вторник	7
Глава 2. Вещь плюс кое-что ещё	10
Глава 3. Премия самому себе	13
Глава 4. Плохой день, хорошая корзина	16
Глава 5. Почему экономия начинает казаться наказанием	18
Глава 6. У каждой тысячи своя биография	21
Глава 7. Это же не из зарплаты	23
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Ксения Зверева

Я могу себе позволить

Предисловие

Иногда путь к покупке начинается задолго до того, как мы оказываемся перед полками магазина. Этот путь начинается в тот момент, когда стрелки часов показывают половину седьмого вечера, и мы закрываем крышку ноутбука после напряжённого рабочего дня, в течение которого всем вокруг что-то от нас было нужно: начальнику — срочная отчётность, коллеге — минутка внимания, ребёнку — картон для школьного проекта, который, разумеется, вспомнился в тот самый момент, когда магазины уже готовятся закрываться. Дома заканчивается шампунь, в холодильнике одиноко лежит огурец, а мы сами к этому часу напоминаем телефон с двумя процентами заряда, отчаянно нуждающийся в подзарядке.

И вот мы открываем приложение маркетплейса, изначально намереваясь купить всего лишь шампунь. Но через десять минут в нашей виртуальной корзине уже лежат домашний костюм, крем, свеча с ароматом «белый чай и бергамот» и невероятно удобная коробка для хранения проводов. Последняя особенно загадочна, ведь до сегодняшнего вечера судьба проводов нас совершенно не волновала.

Палец висит над кнопкой оплаты, и тут появляется мысль, против которой трудно возразить: «Ну хоть что-то приятное я могу себе позволить?» Конечно, можем. И именно поэтому разговор о таких покупках гораздо сложнее обычного призыва «перестаньте тратить деньги на ерунду».

Большинство из нас прекрасно знает, что такое бюджет. Мы слышали о списках расходов, накоплениях, финансовых целях и необходимости отличать желания от потребностей. Иногда даже заводили таблицы, особенно в начале года, месяца или того знаменательного понедельника, когда решили наконец стать человеком, у которого деньги почему-то остаются до следующей зарплаты.

Но потом наступает обычная среда, и выясняется, что деньги существуют не только в таблицах. Они активно участвуют в нашей жизни. За них мы покупаем не просто кофе, но и пятнадцать минут тишины перед работой. Заказываем доставку и получаем вечер, в который не нужно готовить и мыть посуду. Новая рубашка иногда обещает, что завтра мы войдём в переговорную немного другим человеком, а билет на поезд начинает радовать задолго до отправления, просто потому, что впереди появилось что-то кроме февраля.

Хотя, конечно, иногда кофе — это просто кофе, рубашка — хорошая рубашка, а билет нужен, чтобы доехать из одного города в другой. И это тоже часть истории. Было бы странно писать целую книгу с целью доказать, что красивые туфли, хороший нож или удобное кресло никого по-настоящему не радуют. Радуют. Иногда годами. А иногда ровно до момента, когда коробка оказывается дома и выясняется, что вместе с новой соковыжималкой почему-то не доставили новую жизнь, в которой мы каждое утро бодро выжимаем сельдерей.

Поэтому интереснее спросить: что именно мы покупаем вместе с вещью? Награду за тяжёлую неделю? Передышку? Удобство? Маленький праздник? Ощущение свободы? Надежду наконец стать более собранным, красивым, спортивным человеком? Или нам действительно нужна именно эта вещь?

Ответ на этот вопрос вовсе не обязан приводить к отказу. Иногда после него вы всё равно нажмёте «Оплатить» — и будете довольны своим решением. Эта книга не собирается учить вас ничего не хотеть и превращать экономию в соревнование по аскезе. Здесь не будет охоты на кофе навынос и попыток объяснить финансовые трудности недостатком дисциплины. Если

дохода не хватает на необходимое, это реальная материальная проблема, которую невозможно исправить правильным отношением к покупкам.

Нас интересует другая ситуация: когда у человека есть некоторое пространство для выбора, но деньги всё равно оказываются втянуты в разговор, гораздо более сложный, чем «нужно — не нужно». И прежде чем разбираться в этом разговоре, полезно убрать из него стыд. Вопрос «Почему я опять оказался таким безвольным?» обычно приводит к одному и тому же решению: надо стать строже. Некоторое время это даже работает. А потом снова случается жизнь — с усталостью, друзьями, праздниками, плохими днями, красивыми вещами, рекламой, удобными кнопками и пятницами, в которые особенно хочется почувствовать, что неделя была прожита не зря.

Есть вопрос интереснее: «Что произошло между моим намерением сохранить деньги и этой покупкой?» С него и начнём. Не для того, чтобы отобрать у себя удовольствие. Скорее чтобы однажды фраза «я могу себе позволить» означала не только наличие нужной суммы на карте.

Глава 1. Награда за обычный вторник

Во вторник вечером Лена собиралась только купить шампунь. День получился из тех, которые вроде бы не дают права жаловаться. Никто не уволил, машина не сломалась, родственники не звонили с плохими новостями. Просто с девяти утра кто-то чего-то хотел. Начальник — таблицу, коллега — «буквально пять минут», курьер — чтобы она спустилась, потому что шлагбаум, сын — картон для технологии, а организм примерно с четырёх часов хотел лечь лицом на стол и больше не участвовать.

Домой Лена пришла в половине восьмого, поставила пакет с продуктами на пол и минуту стояла в прихожей в пальто. Потом всё-таки разделась, разогрела ужин, проверила электронный дневник, нашла тот самый картон, который, конечно же, лежал дома, хотя днём сын уверял, что «вообще никакого нет», и только ближе к десяти вспомнила про шампунь. Она открыла приложение магазина.

Шампунь нашёлся сразу. Рядом предлагали маску для волос. Маска была со скидкой, а скидка заканчивалась сегодня — интернет вообще удивительное место: там почти каждый вечер что-нибудь заканчивается навсегда, чтобы завтра начаться снова. Лена положила маску в корзину. Потом увидела домашний костюм. Мягкий, серо-голубой, с брюками нормальной длины. В отзывах женщины фотографировались перед зеркалами и писали, что ткань «очень приятная к телу». Лена посмотрела на свои старые домашние штаны с маленьким пятном от краски на колене. Краска появилась три года назад, когда они перекрашивали детскую, и с тех пор штаны почему-то приобрели статус почти семейной реликвии.

Костюм стоил не каких-то безумных денег. И вот здесь, где-то между фотографией серо-голубого рукава и кнопкой «Добавить», возникла мысль, настолько привычная, что Лена даже не заметила её как отдельную мысль: «Я сегодня так устала. Ну хоть это-то можно». Можно. Конечно, можно. Она работала. Получала зарплату. Коммуналка оплачена. Кредит вовремя. Ребёнок накормлен и, что особенно важно, обеспечен картоном. Никто не имел права ворваться на кухню, выхватить у неё телефон и объявить, что гражданке Соколовой домашний костюм в этом месяце не положен.

Неделю назад, правда, Лена решила экономить.

Решение было принято утром в воскресенье, когда она открыла банковское приложение и обнаружила, что за предыдущий месяц потратила заметно больше, чем собиралась. Никакой одной страшной покупки там не было. Сумма сложилась по кусочкам: доставка, косметика, пара вещей для дома, книги, кофе по дороге, какой-то органайзер, назначение которого теперь было трудно вспомнить. На кухне стояли две одинаковые банки хорошего чая, потому что вторую она заказала по акции и забыла про первую.

Лена тогда даже завела отдельный накопительный счёт и назвала его «Отпуск». Перевела туда деньги. Посмотрела на цифру. Почувствовала себя человеком, который наконец взял жизнь в руки. Прошло два дня. Сейчас отпуск был где-то далеко — с самолётом, чемоданом, ценами на билеты и необходимостью сначала дожить до него. А мягкий костюм находился здесь. Точнее, мог находиться здесь послезавтра.

Она добавила его в корзину. Потом, уже почти машинально, серьги. Небольшие. Ничего вызывающего. Такие можно носить каждый день. И свечу с запахом инжира, потому что до бесплатной доставки не хватало четырёхсот рублей, а платить триста за доставку казалось совершенно нелепым. Экономика этого решения была спорной, но в десять двадцать семь вечера она выглядела безупречно.

Итого получилось 4 860 рублей. Лена посмотрела на сумму. Вот тут впервые за вечер появилось лёгкое неудобство. Не ужас, не чувство, что она совершает финансовое преступление. Скорее маленькая заминка. Шампунь стоил 690. Она убрала серьги. Вернула. Снова

убрала. Телефон лежал на ладони, чай остывал рядом. Из комнаты сын спросил, можно ли завтра не брать физкультуру, потому что «они всё равно, скорее всего, будут играть в шахматы». Лена крикнула, что физкультуру взять надо, и снова посмотрела на корзину.

Если бы её сейчас спросили: «Тебе нужен этот костюм?» — вопрос показался бы каким-то неправильным. Что значит нужен? Без него она не замёрзнет. Старые штаны ещё вполне живы, особенно если не смотреть на колено. Но костюм был красивый. И удобный. И Лена действительно давно хотела нормальную домашнюю одежду. Только дело было не совсем в одежде. Если бы этот же костюм встретился ей в субботу утром, когда она выспалась, позавтракала и собиралась гулять, возможно, она спокойно положила бы его в избранное. Или купила бы — тоже возможно. Но сейчас он обещал не только хлопок с эластаном.

Он обещал маленькое завершение этого дня. Вот ты всем ответила. Всё сделала. Никого не подвела. Нашла картон. Даже шампунь не забыла. Теперь что-нибудь тебе. В этой внутренней бухгалтерии не было графы с таким названием, но расчёт получался удивительно убедительным. День был неприятным — значит, в конце ему полагалась небольшая компенсация. Будто вторник выдавал Лене невидимый купон: предъявителю положено что-нибудь хорошее.

Она нажала «Оплатить». Экран поздравил её с заказом, и несколько секунд действительно было приятно. Не восторг — просто тихое, почти детское предвкушение. Послезавтра она заберёт пакет, дома примерит костюм, снимет наконец старые штаны с пятном. Свечу поставит на кухне. Может быть, вечером зажжёт. А потом Лена закрыла приложение и увидела на главном экране банковское уведомление о списании.

4 860 #. Чуть ниже висел виджет накопительного счёта «Отпуск». Она не стала ничего отменять. И ругать себя тоже не стала — сил на полноценное чувство вины уже не осталось. Просто допила холодный чай, собрала со стола чашки и подумала, что экономия у неё почему-то всегда прекрасно получается в те моменты, когда ей ничего не хочется. Это наблюдение было точнее, чем казалось.

Мы часто представляем экономию как задачу по арифметике. Вот доход. Вот обязательные расходы. Вот сумма, которую хочется сохранить. Всё остальное надо разумно распределить. На бумаге схема выглядит настолько прилично, что хочется немедленно стать тем человеком, который ей следует. Но покупка происходит не на бумаге. Она случается во вторник в десять вечера. После разговора с начальником. После хорошей новости. В первый день отпуска. После месяца, когда вы держались. После премии. Иногда просто потому, что за окном ноябрь, темнеет в четыре, а в приложении неожиданно нашлась зелёная лампа, рядом с которой ваша будущая жизнь выглядит чуть уютнее нынешней.

И тогда цена вещи перестаёт быть единственной ценой вопроса. Отказаться от неё иногда означает отказаться не от костюма, свечи или ужина из доставки. Внутри это может звучать совсем иначе: «Опять нельзя». «Для чего я вообще работаю?» «Все себе что-то позволяют». «Я и так весь месяц старалась». «Ну должна же быть хоть какая-то радость». Не каждая покупка устроена так. И искать тайную психологическую травму за каждой новой парой кроссовок — занятие не только утомительное, но и довольно неблагодарное. Иногда кроссовки — это кроссовки. Иногда старые промокают.

Но есть траты, у которых к товару словно прикреплён невидимый довесок. Мы покупаем вещь, а вместе с ней — маленькое «молодец», передышку, праздник, утешение, ощущение, что сегодня было не зря. И если этого не замечать, экономия быстро превращается в странную войну. С одной стороны — вы, который хочет накопить. С другой — тоже вы, только уставший, обрадованный, разочарованный, получивший зарплату или переживший особенно длинный вторник.

Обычно победителя в такой войне нет. Есть только банковское приложение, которое аккуратно ведёт счёт. Поэтому пока не будем ничего запрещать. Гораздо интереснее начать с другого вопроса. Когда в следующий раз захочется купить себе «что-нибудь приятное», можно

на секунду задержаться не перед ценником, а чуть раньше — возле самого слова «приятное». Что именно вы собираетесь получить вместе с покупкой?

Глава 2. Вещь плюс кое-что ещё

Есть покупки, про которые почти нечего рассказывать. Закончилась зубная паста — купили зубную пасту. У ребёнка выросла нога — пошли за кроссовками. Чайник однажды утром решил, что семь лет честной службы вполне достаточно, щёлкнул в последний раз и перестал подавать признаки жизни. Новый чайник в такой ситуации редко становится символом внутренней свободы. Он просто кипятит воду.

Но рядом с этими понятными тратами живут другие. В чеке они выглядят совершенно обычно: платье, ужин в ресторане, книга, новый телефон, букет, билет на концерт. Только вместе с вещью или услугой человек иногда покупает ещё что-то, чего касса не умеет печатать отдельной строкой. Представим, например, Сергея. В пятницу ему наконец подписали проект, над которым он возился почти четыре месяца. Последние две недели он уходил из офиса позже всех, дома отвечал на сообщения и однажды обнаружил себя в половине первого ночи на кухне с ноутбуком и вилкой в банке маринованных огурцов. Не лучший портрет карьерного успеха, но жизнь вообще редко заботится о композиции.

Когда всё закончилось, коллеги поздравили его в общем чате, начальник написал: «Отличная работа», а Сергей по дороге домой зашёл в магазин электроники. Новые наушники он присматривал давно. Старые работали. Один амбушюр слегка потрескался, но музыка звучала, звонки принимались, человечество вполне могло прожить с ними ещё год. Сергей минут десять покрутил коробку в руках, послушал консультанта и купил новые.

— Подарок себе, — сказал он жене вечером, вытаскивая коробку из пакета. — Я этот проект всё-таки дожил. Жена засмеялась и спросила, не полагается ли теперь подарок ей за то, что она дождала его проект вместе с ним. В этой покупке были наушники. Хорошие, удобные, дорогие. Но были не только они. Коробка отмечала конец длинного отрезка. Она говорила: получилось. Я выдержал. Можно перестать быть человеком, который всё время «ещё чуть-чуть доделает», и хотя бы один вечер побыть человеком с новыми наушниками.

Исследователи потребительского поведения давно заметили, что люди иногда делают подарки самим себе. В научной литературе для этого существует довольно буквальное название — *self-gifts*, «подарки себе». В одной из классических работ Дэвид Мик и Мишель ДеМосс изучали такие покупки в разных жизненных обстоятельствах, в том числе как награду и как способ поддержать себя в неприятный период. Авторы описывали их не как случайный каприз, а как контекстно зависимые приобретения, которым человек может придавать личный символический смысл.

Это важная оговорка: речь не о тайном механизме, который сидит внутри каждого чека. Наука не даёт нам права посмотреть на чужую сумку и уверенно объявить: «Ага, компенсация». Человек мог купить сумку, потому что старая порвалась. Потому что новая понравилась. Потому что получил повышение. Потому что давно откладывал деньги именно на неё. Или потому что всё это совпало в одном субботнем дне.

Функция покупки не написана на товаре. Один и тот же букет можно купить маме на день рождения, поставить дома просто потому, что нравятся тюльпаны, принести после ссоры или вручить самому себе после первой зарплаты на новой работе. Цветы те же. Смысл — разный.

Именно поэтому привычное деление расходов на «нужные» и «ненужные» иногда оказывается слишком грубым. Оно удобно для таблицы, но плохо справляется с живой жизнью. В таблице ресторан может попасть в категорию «развлечения». В реальности один ужин окажется случайной доставкой, потому что лень готовить, другой — встречей с другом, которого вы не видели три года, третий — способом отметить важную дату, а четвёртый вы забудете уже к утру, кроме суммы в банковском приложении.

У покупки есть предметная сторона: что именно мы получаем. И бывает ещё функция: что эта трата делает для нас в конкретный момент.

Иногда она экономит время. Такси вместо автобуса может быть не роскошью, а купленными сорока минутами перед сложным днём. Иногда даёт удобство: человек платит за доставку продуктов не потому, что разучился ходить в магазин, а потому, что субботнее утро ему дороже стоимости доставки. Иногда покупка помогает обозначить событие. Мы не просто едим торт — мы празднуем. Не просто надеваем новое платье — собираемся на вечер, который хочется запомнить.

Иногда вещь становится способом сказать что-то самому себе. «Я смог». «Теперь у меня начинается новый этап». «Мне можно хорошее». «Я больше не студент, который покупает самый дешёвый вариант». «Я всё-таки поехала». Эти фразы не обязательно произносятся вслух. Чаще они вообще не оформляются словами. Человек просто стоит у зеркала в новом пальто и чувствует, что оно почему-то значит чуть больше, чем ткань, подкладка и удачно сидящие плечи.

Проблема начинается не там, где у вещей появляется смысл. Было бы странно требовать от человека относиться к своим деньгам исключительно как бухгалтерская программа. Мы отмечаем события, дарим подарки, украшаем дом, покупаем вещи, которые радуют глаз, и иногда совершенно сознательно тратим деньги ради удовольствия. Это часть обычной жизни, а не ошибка финансовой системы.

Сложнее становится тогда, когда мы видим только предмет и не замечаем работу, которую поручили ему выполнить.

Допустим, вы хотите купить дорогую сумку. Вопрос «Она мне нужна?» немедленно загоняет разговор в тупик. Если дома уже есть сумка, строгий внутренний бухгалтер отвечает: «Нет». А другая часть вас мгновенно начинает собирать доказательства: у старой неудобная застёжка, цвет не ко всему подходит, вообще-то вы работаете и имеете право. Через пять минут в голове идёт судебный процесс, где обвинитель требует экономить, защита демонстрирует потёртый ремешок, а судья давно устал и хочет кофе.

Можно спросить иначе: «Что ещё, кроме сумки, я надеюсь получить?» Ответ иногда окажется очень простым: красивую сумку. И на этом расследование можно закончить. А иногда появится продолжение: хочется почувствовать себя успешнее на новой должности. Хочется отметить повышение. Хочется перестать выглядеть в собственных глазах человеком, который всегда покупает себе последнее. Хочется радости после тяжёлого месяца. Хочется войти в понедельник чуть более собранной версией себя.

Ни один из этих ответов сам по себе не делает покупку плохой. Зато теперь видно, что обсуждать нужно не только цену и наличие похожей вещи в шкафу. Если сумка должна одновременно носить ноутбук, отмечать повышение, возвращать ощущение собственной ценности и примирять вас с тяжёлым месяцем, у неё довольно серьёзная должностная инструкция. И тут появляется пространство для выбора.

Возможно, вы всё равно её купите — и будете рады много лет. Возможно, решите, что повышение действительно хочется отметить, но другим способом. Возможно, поймёте, что покупка нужна, просто сейчас вы пытаетесь заставить её решить задачу, которую она вряд ли решит надолго. А возможно, обнаружите, что никакого глубокого смысла нет: сумка отличная, деньги на неё есть, хватит устраивать психоанализ кожгалантерее.

Последний вариант тоже заслуживает уважения. Мы будем возвращаться к этому различию на протяжении всей книги, потому что оно меняет сам разговор об экономии. Пока любая трата рассматривается только как сумма, остаётся два рычага: купить или запретить себе купить. Но если увидеть функцию, вариантов становится больше. И для начала не нужно менять ни бюджет, ни банковские карты, ни привычный маршрут домой. Достаточно иногда смотреть на покупку как на чек из двух строк.

В первой написано, что вы приобрели. А во второй — чего вы от этого ждёте. Удивительно, насколько часто самая дорогая часть покупки оказывается именно во второй строке.

Глава 3. Премия самому себе

В конце марта Олег купил часы. Не те часы, о которых мечтают коллекционеры и потом обсуждают механизм с таким выражением лица, будто лично участвовали в его сборке. Обычные хорошие часы — заметно дороже тех, что он носил последние пять лет, но всё ещё из категории вещей, после покупки которых не приходится продавать автомобиль. Повод у Олега был. Полгода назад он взялся за сложный проект, который сначала обещал закончиться к Новому году, потом к февралю, а затем, как это часто бывает с рабочими проектами, начал жить собственной жизнью и требовать кормления таблицами по выходным. В марте всё наконец сдали. Клиент принял работу. Руководитель поблагодарил команду, а вместе с зарплатой пришла премия.

Олег увидел сумму утром, по дороге на работу. В вагоне метро было тесно, кто-то рядом смотрел ролики без наушников, на станции в двери не с первого раза влез мужчина с огромным рюкзаком. Обстановка мало располагала к торжеству, но Олег всё равно улыбнулся. «Часы», — подумал он. Не «надо подумать, куда разумно распределить премию». Не «возможно, стоит увеличить накопления». Часы возникли в голове сразу, словно последние полгода терпеливо сидели в приёмной и ждали, когда их вызовут.

Он присматривал их давно, но каждый раз закрывал страницу магазина. Старые показывали время безукоризненно, а это, если придирается, всё-таки основная профессиональная обязанность часов. Новые были нужны примерно так же, как человеку, у которого дома есть четыре кружки, нужна пятая красивая кружка. То есть вопрос спорный. Но теперь спор будто закончился. Премия изменила не свойства часов. Она изменила историю, которую Олег рассказывал себе о покупке.

Если бы он купил их в январе, посреди проекта, это выглядело бы как дорогая прихоть. В конце марта те же самые часы стали наградой. Не просто «хочу», а «заслужил». В этой маленькой перестановке слов есть важная вещь. Награды помогают нам обозначать границы между усилием и завершением. Сдал экзамен — пошёл праздновать. Закончил ремонт — купил тот самый стол, на который жалел денег. Пережил тяжёлый квартал — заказал выходные в хорошем отеле. Иногда предмет или событие становится материальной точкой в конце длинного предложения: всё, эта история закончилась, можно выдохнуть.

Исследования подарков самому себе показывают, что такой мотив действительно существует. Люди могут связывать покупки с достижением цели, успехом, окончанием трудного периода или желанием себя вознаградить. Но полезно удерживать здесь здравый масштаб: это не универсальный закон и не объяснение любой покупки после зарплаты. У человека может быть десяток причин купить одну и ту же вещь, а иногда причина до смешного проста — вещь понравилась.

Олегу часы нравились. И всё же без законченного проекта он, скорее всего, ещё несколько месяцев оставлял бы их в закладках. Вечером он показал покупку другу. — Красиво, — сказал тот, покрутив Олегову руку. — За что медаль? — За полгода без выходных. — Тогда тебе ещё санаторий должны. Олег рассмеялся. Часы он не вернул.

Есть что-то очень человеческое в желании сделать усилие видимым. Работа часто исчезает сразу после того, как выполнена. Письма отправлены, отчёт принят, кухня после ремонта постепенно становится просто кухней, ребёнок вырос из периода, когда вы три месяца почти не спали, и никто не выдаёт красивый сертификат: «Поздравляем, вы это пережили». Даже большие личные усилия иногда заканчиваются довольно буднично — закрыли ноутбук, вынесли мусор, поставили будильник на завтра.

Покупка умеет превращать невидимое в предмет. Вот часы. Вот кольцо. Вот кресло, на которое вы наконец решились после защиты диплома. Вот ужин, где заказали десерт, хотя

обычно не заказываете. Вещь или событие становятся доказательством: этот кусок жизни был, я его прошёл, и мне хочется это отметить. Само по себе в этом нет финансовой проблемы. Более того, если убрать из жизни все символические траты только потому, что без них физически можно выжить, получится довольно унылая система. День рождения можно отметить гречкой, повышение — взглядом на банковский баланс, окончание ремонта — торжественным мытьём ведра. Технически возможно. Вряд ли именно к такой зрелости большинство из нас стремится.

Сложность появляется в другом месте — когда между усилием и покупкой образуется слишком короткая дорожка. «Тяжёлая неделя — надо себя порадовать». «Закрыл проект — надо что-нибудь купить». «Получила премию — можно потратить». «Месяц сэкономила — заслужила». Награда постепенно перестаёт быть выбором и становится почти обязательным продолжением события. Тогда происходит любопытная подмена. Сначала мы покупаем вещь, чтобы отметить достижение. Через некоторое время само достижение начинает казаться незавершённым без покупки.

Можно представить это на совсем бытовом уровне. Допустим, вы договорились с собой месяц не заказывать еду и готовили дома. В конце месяца сэкономленная сумма радует. Но рядом возникает мысль: «Я же молодец. Надо себя наградить». И вот часть сэкономленного отправляется на новую вещь. Возможно, это совершенно осознанное решение, которое вас устраивает. А возможно, через несколько месяцев обнаруживается странный круг: экономия каждый раз требует денежной премии за экономию.

Здесь очень легко скатиться в издевательский тон: мол, человек сам себе устроил финансовый аттракцион и теперь удивляется. Но смех быстро проходит, если вспомнить, насколько естественна сама потребность в завершении и признании усилий. Проблема не в желании сказать себе «молодец». Скорее стоит присмотреться к тому, почему это «молодец» так часто нуждается в терминале оплаты.

Особенно если награда назначается не после редкого большого события, а после каждого трудного дня. Большой проект закончился — часы. Это понятная отдельная история. Но если обычная рабочая неделя регулярно требует пятничной покупки, тяжёлый разговор — доставки, скучный день — новой мелочи для дома, а успешно пережитый понедельник уже тянет на что-нибудь «чисто символическое», награда незаметно превращается в часть повседневных расходов.

И тогда экономить становится труднее не потому, что человек ничего не понимает про деньги. Он может прекрасно знать свои доходы, вести таблицу и даже любить таблицу — есть люди и с такими особенностями. Просто сокращение трат начинает восприниматься как сокращение признания собственных усилий. «То есть я весь месяц работал — и даже ничего себе не куплю?» Вопрос звучит так, будто накопленные деньги куда-то исчезли и будущий отпуск, финансовый запас или закрытый долг вообще не имеют отношения к тому человеку, который работал весь месяц. Будущая польза оказывается слишком тихой. Она не приезжает в красивой коробке и не присылает уведомление: «Ваше чувство безопасности доставлено в пункт выдачи».

Поэтому спор с собой редко выигрывается фразой «будь рациональнее». Если покупка стала знаком награды, отказ от неё может переживаться как отмена самой награды. Внутренний бухгалтер говорит: «Сохраним пять тысяч». А уставший человек слышит: «Ничего тебе не полагается». Это разные разговоры. Чтобы их не путать, полезно иногда разделять два решения. Первое: хочу ли я отметить то, что произошло? Второе: хочу ли я отметить это именно покупкой?

Ответ вполне может быть «да» на оба вопроса. Закончился тяжёлый проект, вы давно хотели часы, деньги на них предусмотрены — прекрасно. Книга не собирается стоять рядом с кассой и кашлять осуждающе. Но иногда между этими двумя вопросами обнаруживается про-

странство, которого раньше не было. Хочется отметить — безусловно. А вот форма награды ещё не выбрана. И это пространство важнее любого списка «бесплатных удовольствий». До альтернатив мы доберёмся гораздо позже. Пока достаточно заметить сам автоматизм: какое событие внутри вас почти автоматически получает ценник?

Повышение? Конец тяжёлой недели? Зарплата? Выполненное обещание самому себе? Месяц без лишних расходов? У каждого свои поводы. И чем чаще после слов «я заслужил» рука сама тянется открыть магазин, тем полезнее услышать первую половину фразы отдельно. Я заслужил. Возможно, именно она здесь главная.

Глава 4. Плохой день, хорошая корзина

В четверг у Марины был день, который хотелось вернуть производителю.

С утра она опоздала на встречу, хотя вышла заранее: на её ветке метро что-то случилось, и поезд минут десять стоял в тоннеле. Потом клиент прислал письмо, начинавшееся словами «мы немного пересобрали концепцию», а такие письма Марина давно научилась читать как «пожалуйста, переделайте половину работы, желательно вчера». В обед она уронила вилку на белую рубашку. Ближе к вечеру начальник попросил зайти «буквально на минутку», и минутка растянулась до сорока пяти.

Ничего ужасного. Просто день методично откусывал от неё по маленькому кусочку. Домой Марина ехала молча, хотя обычно созванивалась с сестрой. На остановке моросило. Автобус ушёл перед носом. Следующий обещали через девятнадцать минут, и приложение сообщало об этом с той бодрой точностью, которая в плохом настроении воспринимается почти как личное издевательство.

Марина зашла в торговый центр — погреться. План был простой: кофе, туалет, следующий автобус. Через двадцать минут она стояла у зеркала в примерочной в зелёной рубашке. Рубашка ей шла. Это обстоятельство сильно осложняло ситуацию. — Вам очень цвет подходит, — сказала продавец, поправляя вешалки у входа. В другой день Марина, возможно, ответила бы «спасибо», сфотографировала себя и отправила сестре с вопросом, брать или нет. Сегодня ей не хотелось ни советоваться, ни сравнивать, ни думать. Хотелось принять хотя бы одно решение, которое никто не попросит пересобрать.

Она взяла рубашку. На кассе рядом лежали серьги. Марина посмотрела на них, потом на очередь, потом снова на серьги и неожиданно рассмеялась про себя: ещё немного — и она выйдет отсюда человеком, которого собрали заново прямо в торговом центре. Серьги оставила. С рубашкой под мышкой она купила кофе и успела на следующий автобус. Настроение действительно стало лучше.

Вот здесь разговор о покупках обычно сворачивает в одну из двух удобных крайностей. Первая звучит строго: «Шопинг не решает проблем». Вторая — весело: «Иногда нужно просто порадовать себя». Обе фразы достаточно правдоподобны, чтобы ими заканчивать картинки в социальных сетях, и обе слишком коротки для реальной жизни. Покупка не исправилась Марины день. Клиент не написал вслед: «Мы всё обдумали, старая концепция была прекрасна». Белая рубашка не отстиралась сама. Начальник не вернул сорок пять минут жизни красивым сертификатом.

Но Марине стало немного легче. И это не обязательно самообман.

Исследования того, что в популярной речи называют retail therapy, дают основания относиться к этому явлению осторожнее, чем позволяет привычная насмешка над «лечением шопингом». В экспериментах исследователи обнаруживали, что покупательский выбор при некоторых условиях действительно может уменьшать сохраняющуюся грусть. Одно из предложенных объяснений связано с чувством контроля: когда человек переживает состояние, в котором многое будто происходит помимо его воли, сама возможность выбрать — это, это, это — может временно вернуть ощущение, что хотя бы здесь решение принадлежит ему.

Ключевые слова здесь — «при некоторых условиях». Наука не говорит, что плохое настроение неизбежно отправляет человека за покупками. Не говорит она и того, что любой поход по магазинам улучшит состояние. Эмоции различаются, люди различаются, ситуации тоже. Даже в исследованиях эффекты зависят от того, какое именно состояние переживает человек и что происходит в момент выбора.

Поэтому фраза «я покупаю, когда мне плохо» может быть точным наблюдением одного человека и совершенно чужой историей для другого. У Марины, например, был не просто пло-

хой день. В нём особенно много решали за неё. Метро остановилось. Клиент поменял требования. Начальник задержал. Автобус уехал. Даже пятно на рубашке возникло без согласования. А в примерочной она выбирала сама: зелёную или синюю, брать или не брать, свой размер или соседний.

Это не превращает рубашку в психотерапию. Но помогает понять, почему банальное «не покупай на эмоциях» иногда звучит для человека как совет «перестань делать то, после чего тебе хотя бы ненадолго легче». Если действие действительно приносит короткое облегчение, одного знания о его финансовых последствиях может быть недостаточно. Представьте другую сцену. Вы поссорились с близким человеком и вечером заказываете любимую еду. Или после неприятного разговора заходите в книжный и выходите с романом, хотя дома непрочитанных книг уже столько, что они начинают выглядеть как отдельная образовательная программа. Или после провального рабочего дня покупаете цветы себе домой.

Что именно произошло? Можно ответить: «лишняя трата». Иногда так и есть. Но это описание только банковской стороны события. С человеческой стороны могло произойти другое: вы попытались сделать вечер мягче, вернуть себе ощущение нормальности, переключиться, получить маленький кусок предсказуемого удовольствия. В этом месте особенно важно не устраивать расследование с лампой в лицо.

Не всякое удовольствие скрывает проблему. Не каждый букет после ссоры означает, что человек «заедает эмоции, только цветами». Иногда цветы просто нравятся. Иногда книга нужна именно как книга. А иногда покупка действительно становится способом пережить неприятное состояние. Разница обнаруживается не в категории товара. Один человек заказывает пиццу, потому что поздно пришёл и не хочет готовить. Другой — потому что отмечает хорошую новость. Третий — потому что весь день чувствовал себя ужасно и хочет, чтобы вечером случилось хоть что-нибудь приятное. Снаружи одна и та же коробка. Внутри — три разных события.

Поэтому нам мало делить расходы на «разумные» и «эмоциональные». Слово «эмоциональный» вообще легко превращается в маленькое обвинение, будто разумный человек покупает холодильник, а неразумный — помаду. На деле эмоции присутствуют во множестве решений, включая вполне удачные. Мы радуемся скидке, гордимся качественной вещью, боимся ошибиться, раздражаемся из-за цены, испытываем облегчение, когда наконец заменили то, что давно ломалось. Сам факт эмоции ещё ничего не говорит о качестве решения.

Гораздо полезнее замечать повторяющуюся связку. Если после определённых состояний — грусти, бессилия, скуки, ощущения, что день вам не принадлежал, — особенно часто появляется желание что-нибудь купить, это уже информация. Не приговор и не диагноз. Просто кусочек собственной инструкции по эксплуатации. Марина обнаружила свою связку не в тот вечер. Тогда она приехала домой, повесила зелёную рубашку на дверцу шкафа и показала мужу.

— Хорошая, — сказал он. — Праздник какой-то? — Четверг закончился. Он посмотрел на неё внимательнее. — Настолько плохой был? — Он старался. Через пару недель Марина снова зашла в тот же торговый центр после неприятного разговора на работе. И только уже на эскалаторе вдруг поймала себя на мысли: интересно, я опять сюда погреться? Она всё равно поднялась на второй этаж.

Но теперь у неё появился вопрос. Не «имею ли я право что-нибудь купить?» — право у неё, конечно, было. И не «нужно ли срочно запретить себе магазины?» — тоже нет. Вопрос был проще: что именно я сейчас хочу изменить — гардероб или сегодняшний вечер? Иногда ответ будет: гардероб. Иногда — вечер. А иногда и то и другое. Для экономии эта разница важна не потому, что один ответ хороший, а другой плохой. Она важна потому, что только заметив задачу, которую мы поручили покупке, можно однажды решить, хотим ли мы и дальше платить именно этим способом.

Глава 5. Почему экономия начинает казаться наказанием

В начале января Ирина устроила себе финансовый понедельник. Праздники закончились, холодильник всё ещё хранил последствия декабрьского оптимизма, а банковское приложение показывало сумму, на которую лучше было смотреть сидя. Ирина села за кухонный стол, открыла заметки и написала: «В этом месяце — никаких лишних трат». Формулировка ей понравилась. Строгая, взрослая, почти бухгалтерская.

Под «лишними» подразумевалось всё, без чего можно обойтись: кофе по дороге на работу, доставка еды, косметика не взамен закончившейся, книги до тех пор, пока не прочитаны купленные, такси без крайней необходимости, одежда, свечи, цветы, всякие мелочи для дома и «просто посмотреть» на маркетплейсах. Через минуту список выглядел настолько разумно, что Ирина почувствовала прилив уважения к себе будущей.

Первые четыре дня прошли отлично. В пятницу коллеги после работы пошли в маленькое кафе рядом с офисом. Ирина отказалась. — Ты же любишь их чизкейк, — удивилась Настя. — Я экономлю. Сказано это было с достоинством человека, который только что отказался от сомнительной сделки с недвижимостью, а не от кофе с чизкейком. Ирина поехала домой. По дороге купила продукты строго по списку. Вечером посмотрела сериал, заварила чай и была вполне довольна.

В субботу она встретилась с подругой. Та предложила зайти в книжный. — Я туда не пойду. — Почему? — У меня книжный пост. — Религиозный? — Финансовый. Они посмеялись и пошли гулять дальше. К середине второй недели экономия начала занимать в Ириной голове подозрительно много места. Она замечала кофейни, мимо которых раньше проходила автоматически. Разглядывала витрины. Открывала приложение доставки «просто посмотреть меню» и закрывала. Несколько раз ловила себя на мысленном подсчёте: вот здесь сэкономила триста, там семьсот, ещё тысячу не потратила на свитер.

Денег действительно уходило меньше. Но одновременно появилось ощущение, будто месяц поставили на паузу. Ничего страшного с Ириной не происходило. Она не страдала от отсутствия свечи с древесным ароматом и не просыпалась ночью в холодном поту из-за непрочитанного романа. Просто почти каждое маленькое «хочу» теперь встречалось одним и тем же ответом: потом. После зарплаты.

В следующем месяце. Когда накоплю. Когда перестану тратить ерунду. Постепенно слово «экономия», которое в первый день означало «я хочу оставить себе больше денег», стало означать что-то другое: «сейчас не время жить приятно». Вот здесь и возникает одна из самых неприятных ловушек строгих финансовых решений. На уровне цифр человек сокращает необязательные расходы. На уровне повседневного опыта он может незаметно сокращать всё, что сам привык считать маленькой наградой.

Мы уже видели, что покупка иногда выполняет больше одной работы. Она может быть вещью и одновременно знаком «я молодец». Может немного смягчить неприятный вечер. Может обозначить окончание тяжёлой недели. Может быть просто удовольствием — без тайной причины и психологического второго дна. Если собрать все эти расходы в одну папку с названием «лишнее» и торжественно запретить, исчезают не только траты.

Исчезают привычные способы отмечать хорошее, облегчать плохое и делать обычный день чуть приятнее. Это ещё не значит, что без покупок человек останется без радости. Конечно нет. Но если годами пятничным кофе означал «рабочая неделя закончилась», заказ еды — «сегодня я отдыхаю от кухни», а новая книга — «у меня впереди хороший вечер», то

бюджет одним росчерком пера отменяет не только кофе, доставку и книгу. Он вмешивается в систему маленьких ритуалов.

А ритуалы редко сдаются без сопротивления. На семнадцатый день Ирина возвращалась с работы после особенно неприятного совещания. На улице было мокро, ветер выворачивал зонт, дома ждали пустой холодильник и пакет мусора, который утром она забыла вынести. Возле метро она зашла в торговый центр. Не за покупками. В аптеку. Из аптеки вышла с кремом для рук. Потом увидела магазин одежды.

Через сорок минут Ирина купила свитер, который раньше уже рассматривала в интернете, набор носков, тушь, хотя старая ещё не закончилась, и большую банку крема для тела. На выходе она взяла кофе. С чизкейком. Всё вместе стоило больше, чем она сэкономила за несколько предыдущих дней. Самое неприятное случилось дома. Ирина разложила покупки на кровати и вдруг обнаружила, что не особенно рада ни одной из них. Свитер был хороший. Тушь пригодится. Носки вообще сложно обвинить в финансовом разврате. Но вместо удовольствия появилось чувство, будто она сорвала какую-то важную договорённость.

«Ну вот, — подумала Ирина. — Не могу я нормально экономить». Эта мысль кажется очевидной, но она не единственная возможная. Можно посмотреть на последние две недели иначе. Ирина выбрала стратегию, в которой экономия означала почти непрерывное «нет». Она не оставила себе заранее разрешённых расходов на удовольствие и не пыталась понять, какие траты для неё действительно важны, а какие совершаются по инерции. Всё необязательное оказалось в одной корзине — от случайной косметики до встречи с подругой в любимом кафе.

Такой режим легко превратить в проверку характера: выдержала — молодец, купила — слабая. Но это слишком бедное описание происходящего. Когда человек говорит «я больше ничего лишнего не покупаю», слово «лишнее» кажется объективным, словно на каждом товаре где-то мелким шрифтом напечатано: НУЖНОЕ или ЛИШНЕЕ. На самом деле граница проходит не так аккуратно.

Очки могут быть необходимостью. Вторая оправа — удовольствием. Но если человек носит её каждый день и радуется ей два года, была ли она лишней? Доставка может быть дорогой привычкой, а может оказаться способом не готовить вечером после двенадцатичасовой смены. Кофе может быть автоматической тратой, которую человек даже не замечает, а может быть двадцатью минутами разговора с другом.

Одной категории «необязательное» недостаточно, чтобы понять ценность расхода. Именно поэтому жёсткая экономия иногда оказывается удивительно нечувствительной к жизни. Она хорошо видит сумму и плохо различает смысл. Есть и ещё одна причина, по которой режим тотального запрета может ощущаться несправедливым. Будущая цель почти всегда абстрактнее сегодняшнего удовольствия.

Накопить двести тысяч — правильно. Но эти двести тысяч существуют пока в виде цифры. А пятничный ужин существует в виде запаха горячей еды, разговора, ощущения, что рабочая неделя закончилась. Отпуск через восемь месяцев — фотография в голове. Тёплый шарф сегодня — уже на шее. Это не доказательство того, что настоящее всегда должно побеждать будущее. Скорее объяснение, почему состязание изначально устроено неравно.

Если будущее представлено только запретом, оно быстро начинает выглядеть как строгий родственник, который приходит в гости и первым делом выключает музыку: «Веселиться будете потом». Хорошая финансовая система должна уметь жить в одном доме и с будущим, и с сегодняшним человеком. До конкретных способов мы ещё дойдём. Сейчас важнее заметить ошибку, которую легко принять за добродетель: экономия не обязана измеряться количеством удовольствий, от которых вы отказались.

После своего похода по магазинам Ирина не стала устраивать второй, ещё более строгий месяц. Она сделала вещь гораздо менее героическую. Открыла список «никаких лишних трат» и перечитала его. Потом удалила. Не потому, что решила тратить всё подряд. Ей просто впер-

вые пришло в голову, что список отвечал не на тот вопрос. Он спрашивал: «Без чего я могу обойтись?»

А это опасно удобный вопрос. Человек вообще может обойтись без огромного количества вещей, которые делают его жизнь приятнее, легче или просто его собственной. Вместо нового списка Ирина несколько дней ничего не меняла. Только замечала моменты, когда появлялось знакомое желание: купить кофе, заказать ужин, зайти в книжный, посмотреть одежду. И рядом мысленно ставила маленькую пометку: «Чего мне сейчас хочется кроме самой вещи?»

Иногда ответ был смешным: «Не работать ещё двадцать минут». Иногда очень простым: «Вкусного». Иногда — «отметить, что неделя закончилась». А пару раз никакого второго ответа не нашлось. «Хочу книгу». Тоже годится. На этом этапе не нужно ничего исправлять. Не нужно срочно придумывать бесплатную замену каждому удовольствию и превращать вечер в квест «как получить радость, не потратив ни рубля». Мы ещё даже не разобрались, что именно происходит.

Для начала достаточно недели наблюдения. Не вести идеальную таблицу. Не фотографировать чеки. Не ставить себе оценку за каждую покупку. Просто замечать те моменты, когда внутри звучит что-то похожее на «хочу себя порадовать», «я заслужил», «мне сейчас это нужно», «ну хоть что-нибудь приятное». Можно купить. Можно не купить. Пока нас интересует не итог у кассы.

Нас интересует, сколько разных вещей в вашей жизни называется одним и тем же словом — «порадовать». Потому что экономия становится гораздо менее обидной в тот момент, когда перестаёт быть искусством отнимать у себя хорошее.

Глава 6. У каждой тысячи своя биография

В субботу утром Андрей обнаружил на карте восемь тысяч рублей, которых там не ждал. Банк вернул деньги за отменённое бронирование гостиницы. Поездка сорвалась ещё месяц назад, Андрей успел расстроиться, смириться и даже забыть, что возврат должен когда-нибудь прийти. Поэтому сообщение о зачислении выглядело почти как подарок. — О, — сказал он вслух. Жена выглянула из комнаты.

— Что «о»? — Мне восемь тысяч вернули. — Тебе? — Ну... нам. Последнее слово прозвучало уже менее празднично. Если бы Андрей увидел эти восемь тысяч внутри обычной зарплаты, никакого события не случилось бы. Деньги просто растворились бы среди коммуналки, продуктов, бензина, секции дочери и перевода на накопительный счёт. Но сейчас сумма пришла отдельно, в субботу, с собственным уведомлением и маленькой историей: вот деньги, которых вчера как будто не было.

Через час Андрей уже смотрел беспроводные наушники. Старые работали. Один наушник иногда терял связь, если телефон лежал в левом кармане куртки, но за несколько лет Андрей выработал сложную систему отношений с этой особенностью и просто носил телефон справа. Новые стоили 7 490. — Я, наверное, наушники возьму, — сказал он. Жена подняла глаза от ноутбука. — Ты же говорил, пока эти не сломаются.

— Так это на возврат. Она помолчала. — А возврат — это не деньги? Вопрос был неприятно хорош. Конечно, деньги. На банковском счёте восемь тысяч ничем не отличались от любых других восьми тысяч. Ими можно было оплатить электричество, купить продукты, отложить их, потратить на наушники или совершенно бездарно потерять на комиссии. У каждой купюры не было маленького паспорта с записью: «происхождение — отменённая гостиница, разрешённое назначение — техника для Андрея».

Но в голове паспорт почему-то имелся.

Экономист Ричард Талер предложил для таких мысленных разделений понятие *mental accounting* — его обычно переводят как «ментальный» или «мысленный учёт». Смысл не в том, что человек буквально ведёт в голове бухгалтерскую книгу. Скорее мы склонны группировать деньги и расходы по отдельным внутренним счетам: на жильё, отпуск, развлечения, подарки; зарплата может ощущаться одним типом денег, премия — другим, неожиданная находка — третьим.

Эта идея важна не потому, что люди «не понимают математику». Математику Андрей понимал превосходно. Восемь тысяч плюс восемь тысяч в его исполнении неизменно давали шестнадцать. Просто деньги для нас существуют не только как числа. У них бывает происхождение. Назначение. Иногда даже характер. Пять тысяч, отложенные на ремонт, могут казаться почти неприкасаемыми, хотя технически лежат на той же карте, с которой можно заказать ужин. Пять тысяч премии — наоборот, легко превращаются в повод позволить себе больше обычного. Деньги, подаренные родителями на день рождения, один человек спокойно отправит на оплату страховки, а другому будет жалко: «Мне же их подарили, надо купить что-нибудь себе».

Ни один из этих способов сам по себе не доказывает финансовую неразумность. Мысленные конверты вообще могут быть полезны. Благодаря им легче не потратить деньги, предназначенные для квартплаты, заранее отделить сумму на отпуск или решить, сколько можно расходовать без долгих переговоров с собой. Если бы все деньги всегда ощущались как одна бесформенная лужа, бытовые финансы вряд ли стали бы проще.

Но у этой способности есть забавная обратная сторона: один и тот же рубль может получить разную свободу передвижения в зависимости от того, откуда он пришёл. Андрей не собирался покупать наушники на деньги из накоплений. На зарплату — тоже пока нет. На возврат

— почему бы и нет. Хотя после возврата общий семейный баланс увеличился ровно на те же восемь тысяч.

Похожая магия происходит с разными денежными событиями. Возврат налога. Кешбэк. Премия. Деньги за проданную старую вещь. Подарок в конверте. Сумма, которую случайно обнаружили на давно забытом счёте. Иногда даже экономия работает так же: собирались потратить десять тысяч, купили за семь — и оставшиеся три начинают ощущаться почти заработанными. «Я же их сэкономил».

Фраза звучит так, будто три тысячи только что вошли в дверь, сняли пальто и представились новым доходом. При этом в других обстоятельствах мы умеем быть удивительно строгими. Деньги на ипотеку — не трогать. На отпуск — жалко. На обучение ребёнка — вообще будто лежат под стеклом с сигнализацией. Цифры одинаковые, психологический режим доступа разный. Это одна из причин, почему простой совет «смотрите на общую сумму» бывает одновременно правильным и недостаточным. Да, для бюджета происхождение рубля не меняет его покупательной способности. Но для человека происхождение может менять смысл решения.

И если этот смысл не замечать, некоторые расходы выглядят почти бесплатными. «Это же кешбэк». «Это деньги с подарка». «Мне вернули». «Я продал старый телефон, так что новый обошёлся дешевле». В каждой из этих фраз может быть вполне разумный расчёт. Проблема начинается не с самой фразы, а с момента, когда ярлык заменяет вопрос: что я хочу сделать с этой суммой теперь, когда она действительно моя?

Андрей в итоге наушники в тот день не купил. Не потому, что жена победила в семейном финансовом суде. Они вообще не стали спорить. Он просто закрыл страницу магазина и пошёл ставить чайник. Через несколько минут жена спросила: — А гостиницу мы тогда из каких денег оплачивали? Андрей остановился. — Из зарплаты. — То есть месяц назад восемь тысяч ушли из зарплаты. А вернулись уже как отдельные праздничные восемь тысяч?

— Не придирайся к биографии денег. Они рассмеялись. Но фраза оказалась удачной. У денег действительно появляется биография — только пишем её мы. Вот эти пришли тяжёлым трудом. Эти подарили. Эти случайные. Эти на будущее. Эти можно трогать. Эти нельзя. Эти жалко. Эти как будто сами просятся потратиться. Полезно иногда увидеть эти подписи. Не для того, чтобы немедленно стереть их все. Мысленный учёт может помогать планировать и защищать важные цели. Гораздо интереснее заметить, где подпись начинает принимать решение вместо нас.

В следующий раз, когда появятся «необычные» деньги, можно не спрашивать себя, заслуживаете ли вы их потратить. Вопрос проще: если бы та же сумма была обычной частью моего счёта, я бы распорядился ею так же? Иногда ответ будет «да». И тогда всё в порядке. А иногда окажется, что у этой тысячи просто очень убедительная биография.

Глава 7. Это же не из зарплаты

В мае Свете вернули налоговый вычет за лечение зубов. Она ждала эти деньги несколько месяцев, проверяла статус заявления, один раз звонила в налоговую и успела пройти все стадии отношений с государственным сервисом — от надежды до философского принятия. Поэтому, когда на счёт пришли 32 600 рублей, Света испытала чувство, немного похожее на выигрыш. Хотя выигрышем это, конечно, не было.

Годом раньше она заплатила стоматологии гораздо больше. Деньги просто возвращались домой после долгого путешествия по документам. Но домой они вернулись другими. Вечером Света рассказала мужу: — Вычет пришёл. — Отлично. Давай часть на отпуск? — Можно. Я ещё думаю фен купить. — Тот дорогой? — Ну он теперь как будто не из зарплаты. Муж посмотрел на неё. — А из чего?

— Из налоговой. — Тогда бери. Государство, видимо, специально на фен прислало. Света засмеялась и бросила в него кухонным полотенцем. В предыдущей главе мы говорили о мысленных счетах: деньги получают в нашей голове происхождение и назначение. Но особенно хорошо эта система видна именно на суммах, которые приходят не привычным путём. Зарплата обычно приходит уже окружённая обязанностями. Её встречают квартплата, продукты, транспорт, платежи, накопления и десяток расходов, которые давно знают дату зачисления лучше нас.

А возврат, подарок, кешбэк или деньги за проданную старую вещь могут появиться будто без сопровождения. И тогда возникает странное ощущение свободных денег. Не обязательно у всех и не обязательно всегда. Один человек получит премию и сразу отправит её в накопления. Другой заранее знает, что подаренные на день рождения деньги пойдут на ремонт. Третий вообще не различает происхождение сумм и смотрит только на общий баланс.

Но если вы когда-нибудь произносили «это не считается», «это мне подарили» или «я же вернул эти деньги», вы уже знакомы с эффектом изнутри. Света, например, никогда не купила бы фен за 29 тысяч в обычный день сразу после зарплаты. Цена казалась ей чрезмерной. Она могла позволить себе покупку без кредита и долгов, но всякий раз думала: за фен? Серьёзно? После налогового вычета цифра не изменилась.

Изменилась компания, в которой она стояла. Теперь 29 тысяч сравнивались не со всей месячной жизнью — продуктами, коммуналкой, отпуском, накоплениями, — а с неожиданно пришедшими 32 600. На этом фоне фен почти помещался в отдельный денежный конверт. «Вычет пришёл — фен купила — ещё три с половиной тысячи осталось». Арифметически всё верно. Но существует и другая арифметика: после покупки общий семейный счёт будет меньше на 29 тысяч, независимо от того, какое уведомление предшествовало расходу.

Именно здесь мысленные ярлыки становятся особенно интересными. Они меняют не цену вещи, а точку отсчёта. Представьте, что вы продали старый телефон за двадцать тысяч и собираетесь купить новый за семьдесят. Можно сказать: «Новый стоит семьдесят». А можно: «Мне надо добавить всего пятьдесят». Обе фразы описывают одну сделку. Но ощущаются по-разному. Или кешбэк. На счёт пришли две тысячи рублей. Формально это часть денег, которые раньше были потрачены. Но в голове они легко превращаются в маленький бонус: можно заказать ужин, купить что-нибудь приятное, потому что «всё равно это кешбэк».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.