

把通货膨胀彻底说清楚

『物价涨得像胡子一样快，工资涨得像眉毛一样慢。』
兜里钱包越过越瘪，但我们一定要HOLD住，
不再给投机客、资本家当『炮灰』！

物价天天涨，我们怎么办

孙玉梅 陈兴建◎著

草根P民看懂通货膨胀
捍卫钱袋子的第一书



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

把通货膨胀 彻底说清楚

物价天天涨 我们怎么办

孙玉梅 陈兴建 著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(CIP)数据

把通货膨胀彻底说清楚 / 孙玉梅, 陈兴建著. —北京: 新世界出版社, 2012.1

ISBN 978-7-5104-2491-5

I. ①把… II. ①孙… ②陈… III. ①通货膨胀—通俗读物 IV. ①F820.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第279275号

把通货膨胀彻底说清楚

作 者: 孙玉梅 陈兴建

责任编辑: 余守斌 邓东文

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街24号 (100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版 权 部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 北京中振源印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16

字 数: 200千字 印 张: 14

版 次: 2012年3月第1版 2012年3月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-2491-5

定 价: 29.80元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

前言

物价上涨，你的生活HOLD住了吗？

“从明天起，关心粮食和蔬菜”，这是已故诗人海子的一首脍炙人口的诗，曾经在诗歌爱好者及一些文学青年中广为流传，但不知何时起，它却成了众多上班族的QQ或MSN签名。

为什么一向关心时尚与八卦、紧盯品牌与流行趋势的白领们，会把关注的焦点聚集在粮食和蔬菜上呢？当然是由于时下愈演愈烈的涨价潮。

近年来，我国物价不断上涨，消费者物价指数（Consumer Price Index, CPI）一路攀升，先是“蒜你狠”（大蒜价格疯涨超过100倍，甚至比肉、鸡蛋还贵）、“棉花掌”（棉花等纺织原料的价格大涨）等粉墨登场，之后“豆你玩”之土豆，也开始亮相于物价上涨的舞台。于是，“涨价”成了2011年的流行语。成品油涨了、食用油涨了、白酒涨了、猪肉涨了……

涨、涨、涨，除了存折上的钱以及每个月的工资不涨，什么都在涨。不经意间，很多人进入了“被涨价”的通胀时代。

物价上涨的原因是复杂的，给人们生活带来的影响也是巨大的。高物价下可以说众生百相，有人叹息，有人抱怨。据相关部门的某项调查显示，有68.2%的人认为当前物价水平“高，难以接受”。这当中表现



最为突出的就是：日常饮食开支像滚雪球一样越滚越大，人们明显地感觉到了生活压力的加重。

在这个“除了涨价，什么都是浮云”的时代，你最深的感受是什么？你最大的愿望是什么？想必是物价下降，或工资上涨吧！可工资啥时能涨呢？也许涨了工资，但其涨幅根本跑不赢CPI呢！至于物价何时能下降，一要看政府的调控政策，二要看市场的运行情况。

为调控居高不下的物价与房价，政府相关部门也出台了一系列的举措。比如，推行稳健的货币政策、发布楼市限购令和限价令、约谈预期涨价的企业、上调工人最低工资标准等，来遏制一路高歌的物价，保障老百姓的“菜篮子”，减轻老百姓的生活压力，提高老百姓的幸福指数。

盼望着，盼望着，到2011年8月份时，CPI终于小幅度回落至6.2%。尽管回落幅度很小，但至少是回落了。这意味着CPI这匹脱缰的野马，终于收住了上涨的步伐。需要注意的是，即使上涨的趋势被遏制住了，但高涨的物价一年半载甚至长时间内，也无法回落到原先的低价位。因此，在期待政府宏观调控的同时，我们自身也需转变消费理念，注重节流或设法进行投资创收，做好对抗通胀的准备。

可是，如何节流或投资创收？又需要注意哪些事项呢？相信一些平时习惯花钱大手大脚、没有什么投资经验的80后年轻人，肯定是一脸的茫然和不知所措。基于此，我们策划了这本《物价天天涨，我们怎么办》。

本书从通货膨胀产生的原因以及对人们生活的影响入手，层层深入地盘点了2011年上半年一些商品的上涨趋势，用生动的案例和简单易懂的语言，一一阐述了每种物品上涨的最根本原因，并综合了80后白领一族及邻家大妈、大婶的省钱或投资理财经验，“对症下药”地向广大读者提供了一些对抗通胀的策略、技巧。

这些策略、技巧不仅简单易操作，实用性强，可以现学现卖，而且比较时尚，比较“潮”。掌握了这些策略、技巧，你就可以迅速变身

为“账客族”、“囤囤族”等十大省钱族群的一员，轻轻松松对抗通货膨胀的威胁。当然，在变着法子省钱过日子的同时，丝毫不会降低生活质量。

总而言之，在物价飞涨的时代，如果你不关心物价上涨趋势和物价上涨原因，你就OUT了；如果你不看本书，不做“账客族”、“囤囤族”，你更OUT了。



CONTENTS >>>>

目 录

第一章 >>> 通货膨胀，“涨”的就是物价

何为“通货膨胀”？	002
别说你不懂CPI	006
通货膨胀杀伤力知多少	009
2011，通胀时代俨然来临	014
谁是通胀的罪魁祸首？（1）	018
谁是通胀的罪魁祸首？（2）	021
谁是通胀的罪魁祸首？（3）	024
谁是通胀的罪魁祸首？（4）	026

第二章 >>> 2011，“涨”声这样响起来

“豆你玩”之土豆：2011物价上涨的先行者	030
食用油“限价令”，能坚守多久？	033
楼市“限购令”、“限价令”，为何成了涨价令？	036
成品油价格，为何涨快跌慢？	039

高端白酒，是不是涨疯了？	043
天价猪肉不是天方夜谭	047
京城鱼贵，老百姓还吃得起鱼吗？	051
史上最牛油饼价格的背后	055
多款消费品“瘦身”为哪般？	058
猪肉刚淡定，鸡蛋为何又疯涨？	062

第三章 >>> 四面“涨”歌，劫持了谁的幸福感？

通胀时代，你“被涨价”了吗？	068
现在的100元还能买什么？	072
菜价涨了，你的工资涨了吗？	076
高物价，劫持了你的幸福感吗？	080
快餐涨价，白领的午餐如何吃？	084
学费涨价，孩子的幼儿园如何上？	089
“车费”涨价，我们该如何买车？	092
品牌大肉包涨价，我们是少吃还是不吃？	096
四面“涨”歌，衣服为何也跟着凑热闹？	099

第四章 >>> 物价上涨，政府如何打响调控战？

物价上涨，刺痛了谁的心？	106
四面“涨”歌，政府用何“魔法”降伏CPI？	109

控制流动性，消除房价上涨的货币基础	113
稳健的货币政策，何以能遏制物价上涨?	117
多省工资上调，能控制CPI的高涨吗?	121
物价上涨，如何保障老百姓的“菜篮子”?	125
挑战CPI，如何打赢预期战?	129

第五章 >>> 物价蹭蹭涨，我们如何捂紧钱袋子?

“涨”声响起来，期待不如转变	134
物价蹭蹭涨，做“抠抠族”不丢人	138
农产品涨价，精明主妇如何管好“菜篮子”?	141
通胀来临，“月光族”变身“账客族”	146
物价涨了涨，你要做“囤囤族”吗?	150
通胀时代，不懂团购你就OUT了	153
“涨”声响起来，看邻居大妈如何精打细算?	157

第六章 >>> 物价上涨，“潮人”如何聪明过日子?

百物上涨，白领如何精明购物?	162
物价上涨，“潮人”如何聪明过日子?	166
一线化妆品涨价，“爱美族”怎么办?	170
油价飞涨，“有车族”如何养车更省钱?	174
家装费用走高，我们如何扮靓新房?	178



旅游费用飞涨，“穷游”也快乐	181
房租上涨，租房客变身“二房东”更省钱	185

第七章 >>> “亢奋”CPI下，我们如何投资、理财？

“亢奋”CPI下，百姓如何念好“理财经”？	190
通胀来袭，我们如何保障资产不缩水？	193
加息之下，“房奴”如何防缩薪？	196
投资黄金抗通胀，不是传说	200
通胀时代，如何才能坐收“酒利”？	203
股票、基金，哪种理财方式能跑赢CPI？	206
CPI居高不下，钱存银行不如买保险	209

附录 >>> 物价上涨，对工薪族的生活影响有多大？ / 212

第一章 通货膨胀，“涨”的就是物价

通货膨胀不能简单理解成物价上涨，只有整体物价水平在某一时期内连续性地以相当的幅度上涨，才预示着一个通胀时代的来临。

通胀不仅意味着我们的钱毛了、钱不值钱了，人们的购买力下降了，人们的生活水平下降了，更意味着大批人员失业。因而，如果你不关心物价上涨趋势以及物价上涨原因，你就真正OUT了。



何为“通货膨胀”？

对于很多人来说，物价上涨是一个非常熟悉的词，是一个零距离影响我们生活的词，而提及通货膨胀，相信很多人会感觉到有些陌生或有些距离感。

何为通货膨胀呢？从经济学角度来看，通货膨胀（Inflation）就是指一个经济体在一段时间内货币数量增速大于实物数量增速，物价水平普遍上涨，于是，单位货币的购买力下降。换言之，通货膨胀就是指整体物价水平持续性上升，但人们的购买力下降了。

美国经济学家莱得勒和帕金认为，通货膨胀是一个价格持续上升的过程，换言之，就是一个货币价值持续贬值的过程。用寻常百姓的大白话来说，通货膨胀就是“什么都涨价了”，物价一个劲儿地上涨，居高不下。在理论上，物价上涨的确是通货膨胀的一个重要标志。

物价上涨对老百姓来说，就意味着钱毛了、钱不值钱了。举个最简单的例子。在2000年年初的时候，我们用10元钱可以买20个，甚至更多的苹果，但到了2011年的时候，我们用10元钱就只能买10个苹果了。

如果你还是不太明白，我们再来看一个实例。很多人喜欢早晨买油饼当早点，并且对此是乐此不疲。从2000年年初到现在，油饼的价格可

以说发生了天翻地覆的变化，常吃油饼的人应该对此深有体会吧！

2000年年初的时候，小摊上油饼的价格是5毛钱一个，10元钱能买20个油饼。可现在呢？油饼是2元钱一个，如果你拿10元钱去买，只能买5个。算一算，这差距有多大？怕是地球人都会吓一大跳吧：现在的物价可真高！

为何物价这么高呢？又为何总是居高不下呢？当然是通货膨胀在作怪、在搞鬼！

通常，很多老百姓认为，通货膨胀现象是金融理论研究的一个重要课题，是银行宏观金融管理的一大现实问题，是国家要调控的对象，似乎离我们有些远。如果你也这样认为，你就OUT了。因为在发展中国家，通货膨胀是时常发生的事，说它关系到我们老百姓的民生问题，一点也没有夸大其词。或许是因为此吧，越来越多的人开始关心通货膨胀了。

通货膨胀到底是一种什么样的经济现象，物价上涨就是通货膨胀吗？

对于通货膨胀，经济学家们众说纷纭，不同的专家有不同的定义与观点。按照国际惯例，当CPI大于3%的增幅时，就是通货膨胀。我们可以从以下几方面来理解：

1. 通货膨胀的一个重要标志就是物价上涨。简单地说，通货膨胀指在纸币流通条件下，因货币供应量大于货币实际需求量，导致货币本身价值下降，因而，购买同一件商品（比如买猪肉）时，你需要付出更多的钱（货币）。

2. 通货膨胀意味着物价上涨，但这种上涨不是指个别商品价格的上涨，而是指整体物价水平的上涨。不仅包括我们日常吃的、用的、穿的等商品价格的上涨，还包括劳务价格（确切地说是工人工资）的上涨。

3. 通货膨胀是指在一段时间内物价持续而普遍上涨的经济现象。因而，通货膨胀不是指一次性或短期的价格上升，而是指长时间的价格上升。



举个例子。某一年因天气的原因大白菜歉收，导致大白菜的价格从每斤5角涨到1元，这并不叫通货膨胀。但是，如果包括大白菜在内的一揽子商品价格，像芹菜、豆角、猪肉、米等农产品价格，乃至酱油、醋等副食品价格全面上涨，并且在两三年内持续上涨，就可以称得上是通货膨胀现象了。

进入21世纪以来，我国物价已经历了三次大的波动，而且持续时间都比较长。

第一次从2003年1月CPI由负转正后到2004年开始加快上涨，2004年7月最高涨幅达到5.3%；第一轮价格上升持续了18个月。

第二次从2006年3月到2008年4月，CPI由最低0.8%持续上涨至8.4%，涨幅较大；在2007年1月至9月期间，CPI逐月上升，并连续超出中国人民银行（以下简称央行或人行）设定的3%这一通货膨胀警戒线；到2008年1月时，CPI较去年同期上涨7.1%，4月达到8.4%，创11年新高；第二轮价格上升持续了25个月。

第三次从2009年11月CPI由负转正后到2010年8月上涨了3.5%。第三轮仅持续上涨9个月，且涨幅明显低于前两次。

从影响这三次物价波动的原因来看，均是由于粮食等农产品价格大幅上涨所导致的，都属于结构性物价上涨。

不过，如果某些商品的价格今天涨了，没过多长时间又下跌了，就不能称之为通货膨胀，只是短期的物价不稳定而已。比如，2011年受日本地震影响而导致的食盐涨价事件。尽管食盐的价格涨得又快又高，但由于国家相关部门的调控，没过几天又恢复正常了。

综上所述，我们不难理解通货膨胀了吧！

其实，对于我们老百姓来说，通货膨胀很简单，那就是物价上涨了，而且是“持续、明显”地上涨。这可是通货膨胀的两个关键词哦！

由于物价总是蹭蹭地上涨，结果我们手头的钱就毛了、就不值钱

了。用经济学家的话来说，就是货币贬值了。

当钱不值钱后，我们的生活肯定会发生很多变化。比如，单位货币的购买力下降导致我们的生活质量与生活水平不断下降。这才是最让我们难以接受与面对的现实，也是让我们担心与纠结的症结所在。



别说你不懂CPI

如果你看通货膨胀的相关新闻或报道，经常会碰到这么一个词——CPI。CPI是个什么玩意儿？在通货膨胀中，它又有着什么样的功能与作用呢？

事实上，CPI是“消费者物价指数”的英文单词“Consumer Price Index”的缩写。不过，可不要小看CPI。因为它既是对一个固定的消费品篮子价格的衡量，主要反映消费者支付商品和劳务的价格变化情况，又是度量通货膨胀水平的一个工具与重要指标。

如何度量呢？很简单，用百分比变化来度量。当一个国家或地区的CPI大于3%的增幅时，就可称之为通货膨胀；而当CPI大于5%的增幅时，就称之为严重的通货膨胀。可见，CPI波动幅度越小，物价越稳定，就能远离通货膨胀的困扰。反之，就会深受通货膨胀之害，甚至像陷入泥潭一样难以自拔。

同时，CPI亦是衡量一个国家或地区经济目标的参考指标。很多国家都把CPI稳定、就业充分及GDP增长作为自己的理想经济目标。

CPI的构成往往与消费指数有关，尤其是与居民日常生活必需品的消费指数关系重大。目前，我国CPI构成和各部分比重具体如下：

1. 食品，其所占比例为31.79%；
2. 烟酒及用品，其所占比例为3.49%；
3. 居住，其所占比例为17.22%；
4. 交通通讯，其所占比例为9.95%；
5. 医疗保健个人用品，其所占比例为9.64%；
6. 衣着，其所占比例为8.52%；
7. 家庭设备及维修服务，其所占比例为5.64%；
8. 娱乐教育文化用品及服务，其所占比例为13.75%。

CPI的具体计算公式为：

$$\text{CPI} = (\text{一组固定商品按当期价格计算的价值} / \text{一组固定商品按基期价格计算的价值}) \times 100\%。$$

面对CPI的具体计算公式，也许你觉得难以理解，我们可以举例说明。比如，2003年你一个月的生活费为800元，而2009年你一个月的生活费为1000元，那么你所在国家2009年的消费者物价指数CPI（以2003年为基期） $= 1000 / 800 \times 100\% = 125\%$ 。由此可见，物价上涨了25%（ $125\% - 100\% = 25\%$ ）。

近几年来，欧美国家的GDP增长一直在2%左右波动，CPI也在0%~3%的范围内变化。但我国近些年的CPI涨幅可以说是越来越快。特别是2010年7月之后，CPI一路攀升，而且通胀的幅度比较大、范围比较广。从总体涨幅上来看，2010年全年CPI的涨幅大约为3.3%。

2011年，我国CPI依然呈上涨态势。其中，1月份，CPI同比上涨4.9%；2月份，CPI同比上涨4.9%，涨幅与1月份持平；3月份，CPI同比上涨5.4%；4月份，CPI同比上涨5.3%……而到了2011年7月份，据相关部门的统计数据显示，上半年全国CPI同比上涨5.4%，其中食品类价格上涨11.8%，居住类价格上涨6.3%。

其实，不用看相关部门的CPI数据报道，对于物价的上涨幅度，常买菜的邻家大妈们怕是体会最深了。家住北京宣武区的刘大妈，已经

