

通胀来了，活

我们该怎么

通胀被人们戏称为
最大的小偷，
不知不觉中
偷走我们的财富，
本书的内容，尽显
百姓与通胀
做斗争的生存智慧。

呼志强◎编著



通胀来了， 我们该怎么活

呼志强◎编著



图书在版编目 (CIP) 数据

通胀来了, 我们该怎么活/ 呼志强编著. —北京: 企业管理出版社, 2011. 10
ISBN 978-7-80255-908-0

I. ①通… II. ①呼… III. ①通货膨胀—影响—消费生活—通俗读物
IV. ①C913.3-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 200416 号

书 名: 通胀来了, 我们该怎么活

作 者: 呼志强

责任编辑: 丁锋

书 号: ISBN 978-7-80255-908-0

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编: 100048

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 总编室 (010) 68420309 发行部 (010) 68701638
编辑部 (010) 68701074

电子信箱: emph003@sina.cn

印 刷: 三河市南阳印刷有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 170 毫米×240 毫米 16 开本 15 印张 200 千字

版 次: 2011 年 12 月第 1 版 2011 年 12 月第 1 次印刷

定 价: 29.80 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换

在经历了近 30 年的通缩之后，全球经济不得不迎来通货膨胀（简称：通胀）时代，这是经济全球化到了一定阶段之后的结果，再加上全球各国低息大环境，未来全球经济的通胀趋势，可能比我们想象的要更复杂。

2010 年，我们的周围“涨”声一片。食用油的价格像是坐上了上行的过山车，大豆油原料每吨破万，食糖价格飙升，即使“懒惰”一把，吃个方便面也没能逃出被涨价的命运。“蒜你狠”、“豆你玩”、“姜你军”、“糖高宗”、“油你涨”、“玉米疯”、“苹什么”、“辣翻天”、“药你苦”、“棉里藏针”、“煤飞色（有色）舞”……诸多的商品价格犹如一副被推倒的多米诺骨牌，相互波及、相互影响；更像一个正在恶化的肿瘤、溃疡在自我恶化、不断蔓延……

涨！涨！涨！恐慌在复制恐慌！在超市中，食用油、生肉、米面制品销售柜台前拥挤着担心物价上涨加速的人们，人们的恐慌行为又在强化新一轮的通胀预期。

双手紧握这钱袋，
听到“涨”声响起来，
我的心中有无限悲哀！
多少钱财不再，
多少计划要更改，
我还养活妻和孩。
就像今天去买菜，
菜贩不按老价卖，
我的眼泪忍不住掉下来，

不说柴米油盐，
不说四老健在，
孩子读书钱哪来。
“涨”声响起来，
我心中明白，
工资涨幅没物价快！
“涨”声响起来，
我心更明白，
节衣缩食日子难挨！
.....

这首改编自《掌声响起来》的《“涨”声响起来》虽然有些搞笑，有些苦涩，却形象地道出了通胀给人们带来的负面影响。

通胀被称为人生最大的小偷。小偷会偷我们的钱财，但只要我们小心就可避免小偷的侵扰；但是通胀就不同，无论我们多么小心，这个小偷会让我们辛辛苦苦积攒的财富在不知不觉中贬值。

当通货膨胀从一个经济名词，演变成街谈巷议的公众话题的时候，它早已降临在我们身边，并不知不觉地蒸发了人们的财富，炼好通胀时代的心态经已成为当务之急。生，容易；活，容易；生活不容易。生活本来就是一个人生过程。生活有五味：酸甜苦辣咸，别说你的最苦最辣，总有比你过得更苦的。笑看人生，那样才能活得潇洒。

让百姓真正了解通胀，正确认识通胀，从而应对通胀，是本书的写作初衷，本书不是经济学高论，也不是应对通胀的《圣经》，但作者努力把 它作为解疑答惑的《生活心经》，让读者能从中读到方法，读到对策，读到超脱淡然，读到心平气和。

通胀来了，不是狼来了，不管如何，太阳依旧从东方升起，我们的日子还得继续，为了美好未来，让我们一起努力吧！

绪 言► / 1

通胀来了 / 1

美国是通胀的发源地 / 2

通胀让“不差钱”变成“不值钱” / 3

通胀对我们的影响 / 5

Chapter1 通胀来了，会花钱比会赚钱更重要► / 8

学会赚钱之前先学会花钱 / 9

物有所值，才值得你购买 / 16

从经济实惠的原则出发安排生活 / 21

“贵”和“好”是划不上等号的 / 26

大超市的东西就一定便宜吗 / 32

浑身名牌并不是身份的象征 / 37

有再多的财富，也会被奢侈品消耗掉 / 41

节日消费，对个人财力的严重考验 / 46

Chapter2 通胀之下，擦亮眼睛防范陷阱► / 52

广告是个合法掏你钱包的“小偷” / 52

识破商家的用意，逃过折扣圈套 / 58

天下真的有“免费的午餐”吗 / 67

信用卡就是最没信用的卡 / 73

保险是卖出去的，不是买去的 / 78

小心价格里面的“猫腻” / 86



高收益率就是“黄粱一梦” / 91

Chapter3 越是通胀就越需要合理化投资► / 96

通胀来了，越是没钱的人越需要投资理财 / 97

让钱也去上班，钱追钱要比人追钱快得多 / 103

用智慧投资是永远的赢家 / 110

千万别接最后一棒 / 116

投资不是赌博，不要做押宝的事情 / 123

走好投资路，将自己的收益最大化 / 130

投资股票，做股市中的聪明小猪 / 136

黄金投资，保值增值非它莫属 / 142

Chapter4 通胀来了，省下的就是赚下的► / 146

节俭才会让你收入大于支出 / 147

学着省钱是一种生活态度 / 152

持家要找到更多的省钱之道 / 160

购物时几种有效的省钱措施 / 166

网络时代的省钱真经 / 174

Chapter5 开源出击，跑赢通胀► / 181

生命有限，人生苦短，活着就要赚钱 / 182

找到点金术，不怕钱贬值 / 189

用才创财，才是真才实学 / 197

处处留心，到处都是致富机会 / 204

研究市场，在别人看不到钱的地方看到钱 / 211

市场上的空白点，是最好的市场缝隙 / 217

寻求暴富的观念要不得 / 225

绪 言

通胀来了

先来看一则故事：

有一位农民养猪能手，1989年初，他把一头500斤的猪卖掉，每斤卖1元钱，这位农民就能获得500元的收入，500元在那时是一笔不小的收入。假设这位农民既没把钱存进银行，也没把钱再用于养猪，而是把这笔钱藏在家里某个秘密的地方，留作日后养老之用。

一晃20年过去了，到2009年底，他把20年前藏在家里的这笔钱拿出来，这时候他发现，自己辛辛苦苦养猪攒下的500元钱，现在却只能够买到33斤猪肉（假如按15元/斤计算）。

这位农民纳闷了，百思不得其解：“为什么当初500斤的猪，现在只剩33斤肉了呢？”

事实上，不是别的原因，正是由于通货膨胀的存在，让这位农民手中的钱变得不如原来值钱了。

通货膨胀，就是货币相对贬值的意思。通俗点说，就是在短期内，钱不值钱了，一定数额的钱已经不能买到同样的东西了。假如半年前，8元钱能买1斤猪肉，可是现在却需要10元才能买1斤猪肉。

据中国生猪预警网最新数据：2011年8月23日全国出栏肉猪均价为



19.26 元/公斤，猪肉均价为 30.5 元/公斤。而且这种物价上涨、货币贬值的现象比较普遍。也就是说，不光是猪肉涨价了，环顾四周，绝大部分商品的价格都上涨了，由此可以断定通货膨胀确实发生了。人们通常都不喜欢通货膨胀，因为辛辛苦苦赚来的钱变得不值钱了。

美国是通胀的发源地

人类的历史，充满了通胀的祸害。而这祸害的进程，自从有了可以脱离商品本位发行的纸币之后，就变得愈加离奇。这真是应了欧文·费雪教授 1911 年说的那句话：“不可兑现的纸币几乎总是成为使用它的那个国家的一个祸根。”

“通货膨胀”这一词语，据说起源于美国南北战争时期。当时，联邦政府总共发行了 4.5 亿美元“绿背”，占战争费用融资的 13%，使价格水平上涨到战前的 180%。大量发行钞票，使得绿背币值迅速下跌，物价上涨，好像空气吹入布袋似地膨胀起来，于是被称为通货膨胀。

在同一时期，南方政府制造了更大的通货膨胀，因为南方拥有的融资手段远远少于北方政府，它被迫发行纸币以支付超过一半的战争费用，这使南方的经济完全失去控制，导致恶性通货膨胀，到战争结束的时候，南方的通胀率达到战前的 9000%。

美国当代的故事同样惊人。1945 年 12 月签订《布雷顿森林体系》时，政府还在向人们承诺以 35 美元一盎司的价格兑付黄金，可是仅仅过了 20 多年，黑市上的黄金价格就已经涨到 60 美元一盎司左右，以致尼克松总统不得不在 1971 年宣布退出《布雷顿森林体系》，因为美元发行得已经太多了，美国政府根本没有能力按 35 美元一盎司的价格向人们兑付黄金。

彻底脱离黄金本位之后，美元的发行更是一发不可收拾，其膨胀程度完全可以用“疯狂”两字形容：2011 年 8 月，黄金的价格已经高达 1 800



多美元一盎司了。

再来看看中国大陆自 1952 年以来货币增发的几组数字：

据北京大学赵留彦、王一鸣两位教授的考证，中国大陆货币存量（M2）在 1952 年为 101.3 亿元，在历经五次较大规模的通货膨胀后，货币存量在 2001 年达到了 152 888 亿元，在不到 50 年的时间里，货币增发了 1 500 倍左右。

2003 年后，中国进入了新一轮通货膨胀。据中国人民银行公布的数据，2009 年 4 月末，人民币广义货币供应量（M2）余额已经高达 54 万亿元。这个数据是 2001 年的 3 倍以上，是 1952 年的 5 000 多倍。

从物价上，我们也能看到明显的变化。30 年前，人们还可以以 8 分钱的价格买到一碗面，现在的 8 分钱，恐怕连一杯水也买不到了。而近几年的房价变化，人们更是有目共睹，不必赘言。

通胀让 “不差钱” 变成 “不值钱”

目前人们对通胀的定义还没有具体地确定下来，但是通胀基本上具有两个方面的特征：

第一，流通中的货币超出了市场的实际购买力，这个时候会出现货币贬值的现象，从而引发通货膨胀。

第二，普通商品（尤其是生活必需品）和劳务价格的大范围持续上涨。这种物价上涨的现象由于其具有普遍性和持续性，所以不能认为是普通的价格上涨，而是通货膨胀的现象。

那么，为什么流动性过剩就会产生通货膨胀呢？这涉及到了一个很复杂的经济学概念。举个简单的例子来究其缘由。

以前有个小岛，已经发展到了有政府有银行。突然某人发现了一个石



头价值 100 万，然后这个人把它以 200 万卖给另外一个人。但另外一个人没那么多钱，只有 100 万。于是就是向银行借了 100 万，银行也没那么多钱，于是只有印钱了。突然这个石头不见了，那多出来的 100 万怎么办？这个人的 100 万只好在周围买东西，周围的东西缺乏了，就只能涨价了！

让自己兜里的钱越来越多是每个人的希望，但是如果国家的货币发行得越来越多就要出问题了。过多的货币并不能增加人们的财富和产品的价值，而只能导致物价的飞快上涨，就是说：当国家发行了过多货币时，物价就会上涨。

其实，在商品流通过程中，纸币发行的多少并不是随意决定的，流通中所需要的货币量是其必须要遵循的标准。那么钞票印多少才算是合理呢？这其中需要遵守一个货币需求量的公式，具体如下：

货币的需求量 = 商品价格水平 × 商品总量 ÷ 货币流通速度 = 商品价格总额 ÷ 货币流通速度

这个公式表明，流通中所需要的货币量与商品总量和商品价格水平成正比，即社会中的商品总量越大，商品价格越高，所需要的货币量也就越大。而所需货币量又与货币流通速度成反比，货币周转次数越多，流通速度也就越快。而如果所发行的纸币超过了实际流通过程中所需要的货币量，就会引起通货膨胀。

通货膨胀，是指因为货币发行量超过商品流通中实际所需要的数量，从而引起的物价上涨和货币贬值的现象。纸币作为货币的一种，是由国家发行的强制使用的货币符号。其流通规律表明，纸币的发行量不能超过现实经济运行所需数量，否则，纸币就会贬值，物价就要上涨。

举例来说：假设市场上有价值 2 亿元的商品，货币周转速度为 2 次，那么发行 1 亿元的纸币，便可以使 1 元纸币具有 1 元购买力。但如果发行了 2 亿元的纸币，那么这 2 亿元纸币仍然只具有原来 1 亿元货币的购买力，1 元纸币就只有 0.5 元货币的购买力了，也就只能买到 0.5 元的商品。因



此，原来1元价值的商品就需要2元的纸币才能买到，这样纸币就会贬值，物价也会随之上涨。我们中国古代有句话说得好：物极必反，讲的也是这个道理。本来市场上钱越多证明市场越繁荣，但是，如果钱多到不理性的地步，那么同样会对经济产生灾难性的危害。几乎所有的经济危机，都是由于钱的流动性过剩造成的。

现在人们了解到：纸币发行过多既不会增加社会的财富，也不能增加商品的价值，反而会使购买力下降。当政府印制了越来越多的纸币时，就意味着人们手中的钱从“不差钱”变成“不值钱”了。

通胀对我们的影响

通货膨胀非常可怕。如果物价一直上涨，到了一定程度，一旦失控进入恶性通胀，这时钱没有了购买力，像废纸一样。什么是一个国家发行纸币的基础？基础是一定的货物，要有东西。没有实物不能发纸币，没货印纸币发纸币就等于制造通胀。

通胀的直接结果是，原本可以用来买半套住房的存款，最后发现只够用来买一个阳台，原本可以去欧洲旅游的钱，结果只能去一次丽江了。老百姓被高昂的住房按揭和其他高昂的日常消费所困扰，额外的消费能力锐减，消费热情低迷。

对于严重的通胀，一般的老百姓将会产生被掠夺的感觉，而有着巨额资产的阶层则会坐享通胀的益处，他们将不平等地坐享社会财富收益，这种不对称的财富增长实际上剥夺了大多数人的消费权力，贫富差距将会进一步加大。

(1) 影响房产购买力

房产购买力到底由什么决定？是财产，也就是存量资产。房地产消费能力由财产决定，而不是未来收入。财产由外部注入或以前储蓄累计。对



于家庭来说，房产购买能力直接跟家庭财产有关。只有外部的货币资产注入，才能提高整个市场的购买能力。财产的来源有几个：

外部注入就是遗产继承、受赠、中奖等所得，对于社会来讲，比如热钱涌入、其他行业资源涌入等。自身积累就是和过去的收入，也就是储蓄有关。储蓄越多，房地产购买力越高。

由于通货膨胀的影响，同样数量的货币所能购到的商品数量可能已远不如通胀之前，无形之中，购买力水平下降。购买力水平的降低，就会影响到我们对房地产的消费水平。这样，即使房地产本身能保值，但由于降低了消费水平，也会导致房地产投资者遭受一定的损失。

（2）银行存款贬值

如今的经济环境瞬息万变，放在银行里的钱随时都有可能因为通胀而贬值。老一辈人 15 年前存在银行里的 5 万块钱在当时可以买套不错的商品房，现在却连交首付都不够了。

1988 年，我国的通货膨胀率高达 18.5%，而当时银行存款的利率远低于物价上涨率，所以，1988 年的前三个季度，银行的储蓄不仅没给存款者带来收入，就连本金的实际购买力也在日益下降。老百姓的反应就是到银行排队取款，然后抢购，以保护自己的财产，因此就发生了 1988 年夏天银行挤兑和抢购之风，银行存款急剧减少。1988 年 9 月 10 日，国家开始实行保值贴补政策，这段时间内的总名义利率为 21.5%，而这段时间内的通货膨胀率，如按 1989 年的全国商品零售物价上涨率来计算的话，仅为 17.8%，实际利率为 3.7%。实际利率的上升使存款的利益得到了保护，人们又开始把钱存入银行，银行存款下滑的局面很快得到了扭转。

（3）过日子要多花钱

消费品价格涨跌，涉及千家万户利益，与百姓生活息息相关。此番价格上涨，除食品外，教育消费、医疗保险、住房价格、汽油价格等也同样上涨。特别是房产价格等资产价格涨势居高不下，必然蕴藏巨大风险。目前，各方对 CPI 的走势等预测不一。物价上涨、通货膨胀，会引起人心惶



惶、民怨沸腾，进而引发一系列的社会稳定问题。从表面上看，随着肉价、粮价的上涨，靠卖猪卖粮为生的农民的收入短时期内会有较大幅度、较快速度的增长（同时，种植、养殖业成本也在高涨）。但从深层次看，肉价、粮价的上涨会引发连锁反应，从肉、粮产品快速转移到其他农副产品、食品加工业及餐饮业等部门去，继而引起相关工业品价格及其上游产品价格的上涨。这样，农民必须花更多的钱去购买日用消费品、生产资料产品等，最终靠猪肉涨价所得到的收入可能还不够抵补因购买其他产品而花费的开支。

（4）通货膨胀影响百姓生计

通货膨胀是一头野兽，践踏百姓有限的资产。物价是市场最为敏感的“神经”，关系着千家万户的民生冷暖。百姓的生活与富人的生活简直就是冰火两重天，物价上涨会造成低收入家庭的生活质量和生活水平更加恶化。1920年，英国经济学家凯恩斯说得明白：“连续的通货膨胀……在使多数人贫穷的过程中，却使少数人暴富。”通货膨胀使大部分百姓每天为了柴米油盐生计而辛苦奔波。

Chapter1

通胀来了， 会花钱比会赚钱更重要



很多人常会感慨地说为何自己赚2 000块的时候是月光族，赚4 000块的时候还是月光族。同样是每月3 000块，别人的小日子可以过得相当滋润，为什么自己却是经常入不敷出。这时候，不要抱怨自己的收入太低，也不要时刻想着500万的头彩能够砸中自己，更不要满身心地期待股票能够让自己瞬间发大财，这时候你要学会的是——花钱。

会赚钱真的很重要吗？是的，确实重要，但是，它却远远没有会花钱来得重要。这世上真正能够赚大钱的人，永远都只是寥寥无几的少数人群。所以，与其每天挖空心思地想着怎样赚大钱，还不如实际一点，想着如何打理好手头可以供自己支配的钱。

不会赚钱的人是“气球”，只会赚钱的人是“机器”；不会花钱的人是“守财奴”，只会花钱的人是“败家子”。会赚钱又会花钱的人，能“玩转”钱；不会赚钱也不会花钱的人，只能被钱“转”。只有能将钱“玩转”在手掌中的人，才能充分享受金钱带来的幸福，真正做金钱的主人，而不是奴隶。

在通胀的大环境下，赚钱无疑很重要，但是，只会赚钱而不会花钱只能成为一个赚钱的机器。既会赚钱，又会花钱，才能真正做好家庭理财。



能赚钱是标，会花钱才是本。会花钱，比会赚钱更重要。

学会赚钱之前先学会花钱

俗话说：“吃不穷，穿不穷，算计不到就受穷。”挣钱要运筹帷幄，花钱也得精打细算，挣钱不多，花钱自然不能随心所欲。花钱得计划着，细水长流，方能解除后顾之忧。

张小姐是一个普通的上班族，她工作后首要梦想就是买一台自己的电脑。可她毕业后上班几年来，在经济状况上没有发生好转。

后来，工资总算涨了不少，怎么也算是一般的白领阶层了。张小姐心想，这回总该能攒下钱买台电脑了吧。可经常到了月底一看，账户上又是空空如也。她想不通，钱都到哪里去了呢？她平时吃喝都很省，衣服也没买过贵的，更没添置什么大件呀？她的一个朋友帮她分析了一下：她一个月最少要去四次超市，两次服装市场，请三次客，去超市每次都差不多得花一百多元，买的零食倒是不多，也不贵，但其他都是正在促销虽便宜却又用不上的东西；去服装市场买的虽然都是一些样式、质地都很普通的衣服和鞋，但是总是穿一下就不喜欢或是穿几次就坏了，所以，她得经常去买衣服和鞋；为了省钱，她手头紧的时候经常去朋友家吃饭，但结果是，在她手上有钱的时候，花比自己吃饭更多的钱来招待朋友。听朋友这么一分析，张小姐恍然大悟，懊悔不已。

像张小姐这样的人是典型的省了小钱，花了大钱，这都是她没有生活计划，只看眼前成本，不看长远成本的结果。

英国思想家培根曾专门谈到了花钱的学问，他的观点见于《论消费》一文，文中有些观点可供年轻人在养成节约习惯时参考：



“财富是供消费的，而消费的目的，则是为了获得荣誉和善举。因而，非同寻常的消费，必须取决于其理由的价值。须知为了自己的国家，就像为了进入天国一样，是可以自愿把财富毁掉的。但一般的消费，则应取决于一个人的财产。管理得当，使消费在他的财力之内。应安排得效果最好。实付之款可以低于外人的估计。如果一个人想只不过是保持不盈不亏的话，那么他的日常的花费就应该是他的收入的一半。而如果想变得富有的话，那么花费就应该只不过是收入的 $\frac{1}{3}$ 。”

“一个人如果在某一项消费上花费多，那么也就需要在某个另一项消费上节约。例如，如果在饮食上花费多，那么在衣着上就应该节约；如果在住房上花费多，那么在马厩上就应该节约，以及诸如此类。因为凡是在所有的消费上都花费多的人，都难免衰败。”

“对于我们来说，懂得什么时候应该花钱，与懂得什么时候应该节约同等重要。”

通胀情况下，在省钱的同时，还要注意消费的满意程度，注意产品的性价比。例如，同事花了 3 000 元买了件风衣，但是又要保养，又怕弄脏，时间久了也就不怎么穿了。这并不是理性消费，3 000 元的风衣并没有得到最大的使用价值。只是为了省钱，买一堆用不上的物品，也不是理性消费。比如，你也买了一件风衣，花了 100 元，但是由于感觉质量不上档次，没穿过几次。而另一位同事花 500 元买的风衣，质量很好，经常穿，三者哪一个效果更好自不必说。你可能还会因为 100 元的档次低，而再买一件更好的。若还没有那件 500 元的好，你又被比了下去，那早晚你要买件 500 元的。而花了 3 000 元的那位同事也可能会回过头来觉得 500 元的好，也再买一件。核算起来，这两个人付出的远远要超出 500 元。

“只买对的，不买贵的。”这是理性消费的真正含义。既不能只图节俭而不讲质量，也不能只为奢华不考虑实际。

● 你花钱是为了消费还是投资

在如何赚钱的思路，富人和穷人有巨大差异；在金钱的支出和使用