

## Как стать богатым и счастливым

Если имею столько, что могу делиться, значит — не являюсь таким уж безнадежным. М. Нортон

Как бы это ни выглядело парадоксальным, но и мудрецы древности, и современные психологи свидетельствуют, что деньги не делают человека счастливым. А вот щедрость — таки да, даже если человек не богат.

К таким выводам в результате новейших исследований пришла группа ученых во главе с профессором Гарвардского Университета Майклом Нортоном (Michael Norton). Они были представлены на конференции общества индивидуальной и социальной психологии (SPSP).

По мнению Нортона, денежные пожертвования являются не только поддерживаемым и приветствуемым обществом способом продемонстрировать свое финансовое благополучие. Ему с коллегами удалось показать, что поддерживая других, человек значительно укрепляет свое субъективное чувство благополучия и самооценки и вместе с тем ощущает себя счастливее, более довольным жизнью.

В своей работе ученые пользовались данными всемирных исследований группы Gallup World Poll. Добровольцы из разных стран, разных возрастов, разных жизненных взглядов и из разных социальных слоев отвечали на вопросы, как они используют случайно полученные деньги, какую их часть направляют на благотворительность и как сами оценивают свое финансовое положение.

Те из них, которые хотя бы часть денег тратили на благотворительность, действительно ощущали себя богаче и счастливее. Получается, что альтруистическое действие меняет не только оценку нас со стороны общества, но и наше субъективное самоощущение. Хотя сумма твоих денег уменьшается, ощущение личного благополучия — растёт.

Ученые смогли подсчитать, что 500\$ благотворительности укрепляют чувство личного благополучия так же, как и 100000\$ годового дохода.

Интересно, что выполнив эксперимент с добровольцами, жертвующими свое время и силы на уход за больными или участвующими в других видах благотворительности, группа Нортона получила аналогичные результаты.

Те, кто жертвовали время на благотворительные акции, чувствовали имеющими его больше, чем заботящиеся только о себе.

Проанализируем эти результаты с точки зрения психологии желаний.

Что дает энергию нашим действиям? Желание насладиться. От его «вместимости» зависит и размер ощущаемого наслаждения. Эгоистическое желание ограничено собой. Поэтому существует граница ощущаемого им наслаждения. Когда наше желание удовлетворяет желания других — граница эгоистического желания исчезает и, соответственно, возрастает величина ощущаемого наслаждения, величина ощущаемого наполнения жизни.

Однако и такое состояние нашего желания ограничено имеющимися у него возможностями. А вот намерение насладиться своими действиями других не ограничено вообще ничем.

Винцас Андрюшис

Перевод с литовского Даниэля Попеля

Единый мир Интернет-газета

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

*Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:*

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

*Связаться с редакцией Бабра:*

[newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

Автор текста: **Артур  
Скальский.**

#### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24\\_link\\_bot](#)

Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

#### КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [krasyar.babr@gmail.com](mailto:krasyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto:tomsk.babr@gmail.com)

[Прислать свою новость](#)

#### ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: [@babrobot\\_bot](#)

эл.почта: [equatoria@gmail.com](mailto:equatoria@gmail.com)

#### СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: [babrmarket@gmail.com](mailto:babrmarket@gmail.com)

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)