

个人意见

乔迪·艾伦:

## 将“抠门”做成事业

“节俭”“抠门”，对于这样的字眼，谁都不愿意用在自己身上。但是在澳大利亚昆士兰州有个39岁的妈妈乔迪·艾伦，不仅以此为傲，还将节俭发展成了事业，教别人如何省钱。

四年前，意外失业让艾伦不得不开始精打细算。“我在一家公司工作了15年，生完第一个孩子后，紧接着我又怀孕了，当我申请产假时，得到的却是辞退书。”“当时我很受打击，但是现在再来看，这未尝不是一件好事。”就这样，艾伦开启了她的省钱之路。

“我从零开始学做饭，像祖母一样去市场买菜，现在的我能用6美元自制够用一年的洗涤剂，能用一斤肉末做六斤意粉，我们一家每月的生活费只需要50美元，只是之前的三分之一。”

除此之外，她还总结了《30天学会30条省钱方法》：甩干衣物的时候加一条干毛巾进去可以减少洗衣机工作时间；把不需要的礼物送给其他朋友；提前把冷冻的食物拿出来，避免使用微波炉；一次做两份菜，避免重复开关煤气等等。

艾伦这样“抠门”除了因为省钱，也是出于对孩子的关心。“我总是担心孩子们小时候接触的东西不健康，不想让他们接触漂白剂和其他化学制品，自己制作生活用品不仅省钱，还给了我们一个安全洁净的家。”

艾伦把自己的经验上传到网上，吸引了大批网友，于是她建立了“家庭主妇”网站，还即将出版一本名为《省钱过生活》的书。“一开始我把省钱小贴士放到网上，后来粉丝越来越多，她们对避孕和烹饪很有兴趣，我还会刊登一些家庭主妇可以做的工作，现在已经有4万多帖子了。”现在的她有40多名职员，50万脸书粉丝和两栋房子。

“大多数夫妻都会为钱争吵，他们将贷款的压力施加到彼此的日常生活中，这成了罪恶的来源。”艾伦说。现在她和丈夫布伦丹的婚姻一如既往的坚固，38岁的他现在为妻子打工。“虽然有的时候，他也觉得我有些疯狂。”

据《每日邮报》



本报记者 唐园园  
实习生 王晓莹  
实习生 李佳融  
编译

莱昂·伯仁茨特恩:

## 为残疾女儿拍照

近日，摄影师莱昂·伯仁茨特恩公开了一组特殊的家庭照片，他以自身专业的摄影技术，记录了30岁残疾女儿莎伦的生活；用简洁美丽的影像，展现了那些单亲父亲与残疾女儿相依为命的日子。

伯仁茨特恩现年68岁，来自波兰，已经在美国加利福尼亚州的旧金山湾区生活了40年。他的女儿莎伦在童年时期就被诊断为法定失明、肌肉群活动不发达和肌无力。如今莎伦已经30岁了，依然患有自闭症，还存在癫痫、语音延迟等疾病。莎伦15岁那年，伯仁茨特恩的妻子因毒瘾严重，被法院剥夺了照顾女儿的权利。从那时起，伯仁茨特恩就成了一名单亲父亲，独自照料女儿的生活起居。

伯仁茨特恩选择性地公布了一些私人照片。它们直戳痛点，捕捉了过去三十年他家庭生活中最私人的部分，记录了他与命运的抗争细节，让读者更加关注残疾人的生活，并体会到身为一名单亲父亲所面临的挑战。

伯仁茨特恩坦言，在拍摄照片时，他一直在思考：“我既是一名纪实摄影师，又是一个深爱女儿的父亲。兼具两个身份的我，该如何描绘自己的女儿？”“我是应该尽量展示女儿的美丽呢，还是将镜头对准她的残疾？我该如何精细地拍摄出一个来自单亲家庭、身负多重残疾的孩子所面临的困难与挑战？”

除了呈现生活，他还希望为读者展示更深层次的一些社会问题。“我想为读者展现很多重要的问题，例如，残疾人的生活状态、单亲家庭所面临的困境，以及作为一名残疾女性的父亲该如何帮助她等。”

“除了艺术层面，我还从多方面对残疾人的生活进行了敏锐观察。虽然她身心都有残疾，但她依然拥有对生活的渴望。”

据《每日邮报》



本报记者 张文 编译

## 打败750多个竞争者

旅程从纽约开始，在里约热内卢跳莎莎舞，飞往罗马吃晚餐，行程中还有“浪漫之都”巴黎，以及充满北欧慵懒风情的瑞典斯德哥尔摩。而且，这趟为期六周的旅行住宿以及交通费用全免，其他活动也有赞助——听上去就很诱人。但实际上，这是一份工作。

23岁的英国姑娘莱拉·斯万无意中在推特上看到一份招聘启事，在击败超过750名竞争对手后，她成为全球最大的婚恋网站之一Match.com的“约会研究员”。

作为研究员，她会和当地的恋爱专家以及单身人士会面。斯万需要观察法国人是不是像传说中的那么浪漫，意大利人有没有听上去的那么老练。斯万说：“法国人是浪漫的代表，所以我想知道他在对你说话时是否会身体倾斜，凝视你的眼睛，还有巴西人会不会整晚都想跳莎莎舞。”

在研究各地的约会文化时，斯万将记录旅行中不同国家的行事宜忌，看看当地男性是怎么约会的，以及情况变糟时，他们怎么

23岁的英国姑娘莱拉·斯万获得了一份听上去很有意思的工作：一家婚恋网站的约会研究员。她需要飞往3个大洲的5座城市，研究当地的约会文化，以此来帮助英国人成为更好的约会对象。问题是，这对于普通人的约会真的会有帮助吗？

# 23岁英国姑娘莱拉·斯万： 做个约会研究员



莱拉·斯万

错上加错。

通过这些，斯万将总结出全球最佳约会建议。

## 帮英国人更好地约会

这趟旅行的目的，是为了帮助英国人成为更好的约会对象。Match.com之所以推出这份工作，是因为他们发现英国单身人士在约会方面缺乏技巧。一项调查显示，只有26%的英国人认为自己和外国人比是更好的约会对象。该网站在2012年作出的另一项调查还显示，英国单身男女每年为约会支出34亿英镑，主要用在购买新衣服和去餐馆用餐上，这为英国经济带来巨大利益。

该网站的约会专家凯特·泰勒说：“如今，从饮食到休闲，我们生活的方方面面都受到了其他国家的巨大影响。斯万的发现，对于我们今后怎么约会非常重要。”

斯万也对这次研究充满期待。“我喜欢去陌生的地方探寻，遇见新朋友，我认为在别国文化里，我也能获得很多启发。遇见来自不同文化背景的陌生人，找他们的特别之处，我认为这将很有趣。我迫不及待地想带回研究成果。”

她肯定，结束这趟行程后自己也将变得不一样。

然而，有一些网友对斯万的研究有没有用有所疑问。一名网友略显文艺地写道：“你没法去寻找爱，爱会主动找你的。我妈总是对我说，‘注定是你的，就不会离开你’。”另一名网友表示不确定她的技巧对于约会的

人真的有用。还有人说，这个项目很“无聊”，引不起人的兴趣。

## 工作生活分得开

其实，去国外旅行对于斯万来说并不陌生。作为一个职业博客写手，她几乎一个月要出国两次。最近，她刚从毛里求斯返程，次日就要去泰国。

一开始，斯万只是将写博客作为兴趣，后来在朋友们的鼓励下，她开始涉足时尚、健康、化妆等一系列女孩子关心的话题。后来博客越来越受欢迎，去年8月，斯万成为专职博客写手。在旅行的每一站，她都会分享自己的照片和经历，并帮赞助商的品牌进行宣传。

斯万也是社交媒体上的红人。在微博推特上，她拥有超过27万粉丝。在图片分享应用Instagram上，有76000人关注她。她的YouTube频道，获得了超过200万人次观看。

虽然她现在还是单身，但是这并不会影响她“约会达人”的权威性。斯万表示，自己是工作和生活分得很开的人，不会因为自己是约会研究员，就在这份工作中寻找自己的另一半。

斯万经常在如何约一个人出去这类问题上提供建议，并告诉大家如何为约会做准备，如何让行程更愉快。她说：“在约会的过程中，你需要放轻松，看看事态会如何发展，不要把焦点都放在如何遇见真命天子上。”

“如果你遇到那些你可以慢慢了解的人，不要着急行动。我特别相信，时间会告诉你一切。”