



LIVING BETTER FOR LESS

花得更少
活得更好

中国铁道出版社



中国铁道出版社

北京市版权局著作权合同登记 图字:01-2000-7855

图书在版编目(CIP)数据

花得更少 活得更好/(英)马斯托(Mustoe,J.),
(英)马斯托(Mustoe,I.)著;俞水根译. —北京:
中国铁道出版社,2011.1
ISBN 978-7-113-12087-0

I. ①花… II. ①马… ②马… ③俞… III. ①生活—
知识②财务管理 IV. ①TS976.3 ②F275

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 206715 号

Copyright © 2008 by John Mustoe and Irma Mustoe
Copyright licensed by Souvenir Press
arranged with Andrew Nurnberg Associates International Limited

书 名: 花得更少 活得更好
作 者: [英] 约翰·马斯托 (John Mustoe) 厄玛·马斯托 (Irma Mustoe) 著
译 者: 俞水根 译

责任编辑: 郑媛媛 电话: 010-51873179
封面设计: 大象设计室
责任校对: 张玉华
责任印制: 李 佳

出版发行: 中国铁道出版社 (100054, 北京市宣武区右安门西街 8 号)
网 址: <http://www.tdpress.com>
印 刷: 三河市华丰印刷厂
版 次: 2011 年 1 月第 1 版 2011 年 1 月第 1 次印刷
开 本: 700 mm×1 000 mm 1/16 印张: 9.5 字数: 111 千
书 号: ISBN 978-7-113-12087-0
定 价: 19.80 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书,如有缺页、倒页、脱页者,请与本社读者服务部调换。

简介

Jian jie

在本书中，你会看到几百个花更少的钱却可以生活得更好的方法。有些方法能让你节省不少的钱，有些方法相当有趣，有些实践起来则挺费劲。你可以通读全书，也可以只阅读与你的生活相关的部分。

在我们所介绍的大量好的方法之下包含着一个伟大的理念，那就是如何让生活更加令人满意。

本书源自我们的生活经历，它是《吝啬鬼之报》出版 6 年时间的结晶。书中有很多关于如何省钱的好办法，而且没有一个是革命性的。你会发现，书里没有提到燕麦粥和花生酱这样简单的食品，没有谈及如何自己缝制衣服，也没有投资或参与竞争方面的建议。

如果你要找一些能使你更加吝啬、贪婪的方法，那么现在就把这本书放下吧。

本书是介绍如何更好地生活的，而不是教你如何聚敛财物的。它的前提是，如果我们用赚钱时的那种勤劳来理财，我们就会有更好、更充实的生活。如果你能做到的话，克服金钱困扰的一个方法就是赚得更多。如果和大多数人一样，你不能够赚更多的钱，那么更合理地花钱就是答案。

我们总是说“锱铢必较”（一定还有更好的词）是一种生活方式，这种生活方式包括我们对周围世界的担忧，为我们自己做的和修补的东西感到自豪，以及想要保留和传承传统工艺的想法。无论钱该不该

花,我们总是一心一意地算计着,虽然显得小气吝啬,但事实并非如此,我们只是为了不花钱。

结婚后,在很长的一段时间里,我们一起努力工作,赚着不菲的工资,却一起过着艰苦的生活。我们负担不起对孩子来说意义深远的假期;我们为抵押贷款担心得要死;我们会收到银行的来信,信的开头是这样的,“你的信用卡已透支……”,我们当然不希望如此。

还有些年,我们的收入非常低。有些年我们的小公司一直亏本经营。虽然那段时间并不如意,但是我们的生活状况并不比赚大钱的时候差很多。

看看周围的人,我们的经历似乎很普通。一些低收入的人很幸福,一些高收入的人则处于绝望之中。一些赚钱少的人陷入了痛苦的深渊,一些富有的人快乐得不得了。

也许我们赚多少钱并不重要,重要的是我们花了多少赚来的钱。米考伯先生是狄更斯的小说《大卫·科波菲尔》中的一个人物,他发现如果支出超过收入,哪怕只是一点点,也会导致痛苦。他不是第一个这么想的人,也绝不是最后一个。这就是我们出版的《吝啬鬼之报》反响一直热烈的原因。

吝啬鬼想要做的第一件事就是稍微减少开支,这样收入就大于支出了。这时钱就不再是压在我们头顶上的乌云,而是我们用来提高生活品质的事物。

钱是必需的,但不是最主要的。一些细微处的节约,加上周密的计划,就可以控制住钱。现在,花钱的方式可以让我们有更大的满足感。

花钱应该是与赚钱一样重要的技能。使用自己动手制作的東西应该比使用工厂生产的東西更能带来满足感。我们希望本书中的方法能激发你的灵感,对你的人生之旅有所帮助。

本书不会解决所有的环境问题,但是这里所有的方法都会对你有所帮助。你想到的每个理财的方法也会减轻你对资源的需求。

继续读。学习制作和修补,避免浪费,这样你才能将注意力放在你需要的东西上。有了省下来的钱,你就会充满机会。如果你能负担得起,就到海边买幢小屋,学习外语,带孩子到野外露营,创建一支环保小组,或者把钱存起来。这些都是很好的选择,就看你自己怎么选了。

祝你和钱相处得愉快!

目录

Contents



简介



第一章

让我们开始用更少的钱过上更好的生活吧\01

第二章

新技术能为你做什么\23

第三章

聪明购物\31

第四章

DIY——你真的可以做到\41

第五章

循环使用可以省钱，也许还能拯救地球\65



第十一章 好形象——化妆品和美容 137

第十章 物美价廉的衣服 125

第九章 好食物——健康的基础 111

第八章 设备——购买、使用和修理 101

第七章 驾车出行 91

第六章 园艺和健康饮食 79

第一章

让我们开始用更少的钱过上更好的生活吧



对一些人来说,有限的收入根本不是问题。事实上,这有时候还有助于摆脱生活中的困境……缺乏创新才是真正的致命伤。

——沙奇

不得已时,我们总是饶有兴致地自己动手做些什么,不论是衣服、食物、家具,还是诸如蜡烛、小地毯以及机器上的零部件这样的“手工艺品”。

制作的東西越多,我们就越发意识到我们因没有买过多的东西而省下一大笔钱,有时候我们的银行经理也赞同这是一个聪明的做法。

从刚结婚时起,我们就决定尽可能少地使用化学药品,包括杀虫剂、除草剂和一些药物,如阿司匹林和镇定剂。

这样你就建立了一个由自立、节约、关爱环境构成的三角体系。这三个方面相互依赖,无论你先对哪方面感兴趣,你对其他两个方面的兴趣都会随之增长。

一面关心地球环境,一面又浪费钱财,不懂得自己动手做些东西的人是不常见的,就像那些对艺术和手工制品感兴趣的人总能在自己周围找到各种艺术品创作材料,比如树叶、树皮、金属、布片等。节俭的人通常能够自立——而且几乎是自给自足——爱护环境就是他们的第二天性。

我们相信这些力量有助于形成持久的生活方式,这不仅是为了我们自己,也是为了我们的社区以及整个世界。不是每个人都可以在这三个方面获得平衡,但是我们已经注意到,长此以往,这三个方面的确会相互促进,你在任何一个方面做的任何事情都会对其他两方面产生影响。

我们《吝啬鬼之报》中最受欢迎的一个栏目是“30种用途”系列,里面列出了30种废品回收利用的方法。当中不是告诉我们怎么去做,而是给出了如何对物品进行翻新、如何“看到不存在的东西”、如何利用已有的东西的例子。以下是旧鞋子的30种用处。

- ① 将皮鞋的皮垫子剪下来。
- ② 用旧鞋子的鞋带,尤其是长的,来缝制用旧牛仔裤做成的工具箱。
- ③ 鞋舌可以绑在支架上作为小轿车的门把手。
- ④ 整只鞋子,尤其是训练鞋和网球鞋,可以作为鸭舍门的合页。
- ⑤ 软鞋舌可以做成玩偶屋的桌面——用金色的圆珠笔作为“烫金工具”。
- ⑥ 用帆布鞋来修补帆布包、小地毯等。
- ⑦ 将别致的鞋子直接放入收纳箱,通常在 11 年之后它会重新变得时尚。
- ⑧ 把布料剪成圆的(或者方的,等等),再将其固定或用胶水粘在墙上或家具隆起的地方。
- ⑨ 可以将柔软的套头鞋拆开,使其成为更加舒适的鞋子或拖鞋的样式。
- ⑩ 作为花园里的专用旧鞋。
- ⑪ 透气的长筒雨靴可以做成修补材料用胶水粘在厕所里或用于修补地毯,防滑鞋底可以放在地毯的角落下面。
- ⑫ 使用四轮溜冰鞋来移动沉重的餐具柜(滑板是移动冰箱的理想工具)。
- ⑬ 两条鞋舌可以缝在一起做成育儿袋或包。
- ⑭ 用来淘汰过时的模具。
- ⑮ 用作射击练习时所需的手臂及手指保护套。
- ⑯ 为孩子裁剪成徽章,并用结实的线将安全别针固定好。
- ⑰ 搬动家具时,用皮鞋的皮革来保护家具的表面使其不受磨损。
- ⑱ 用作发饰来扎好马尾辫等,用木杆子在适当的位置固定好头发,发饰可以附加装饰物,木杆上可以雕有纹样。
- ⑲ 用皮革条做书签。
- ⑳ 给自行车气筒做个封条。
- ㉑ 制作灯或装饰品的拉条。

22 制作小的饮料托盘。

23 制作用针缝制饰品材料或用皮革缝补旧鞋子时用的掌上衬垫。

24 修补汽车座位上的皮垫：修补里面的洞、缝，必要时可染色以消除色差。

25 修理家具时，用来包住虎钳口，以免在家具光滑的表面留下印记。

26 用大头钉将皮革钉在门框上以消除“嘎嘎”的声音。

27 在扫帚头上贴上小块皮革以保护墙面和家具。

28 做园艺或其他事情时可以跪在旧的网球鞋上。

29 如果你愿意的话，可以把旧鞋子镀成青铜色——用作门档或装饰品。

30 和锡罐等一起系在新婚夫妇汽车的车尾。

接着，让我们从最容易的事情开始，不只是少花钱，而是用更少的钱过更好的生活。自立就意味着靠你自己，在出去买东西之前，先自己做、自己修理或将物品循环利用。

“没有浪费，没有需求”是一种环境友好型的生活方式。

保留有用的东西和囤积物品之间有条分界线。

买得越少，用得越少，浪费得越少。

从图书馆借一本书并及时归还。只要所借图书没有超期，图书馆的服务就是免费的。

自立就意味着靠你自己，在出去买东西之前，先自己做、自己修理或将物品循环利用。

不管你是否愿意,你已经通过税务机关向公共图书馆付钱了,所以你应该更好地将它利用起来。当你不确定是否要投资时,图书馆就为你提供了一个模仿相关书籍作者的机会。图书馆里有列车和汽车的时刻表,并且有许多DIY爱好者所需的涉及各种工艺和技巧的书,把它们利用起来。

当孩子们问你想得到什么生日礼物时,你可以诚实地回答说,你什么都不需要。当然你可以想到一些东西让他们去买,但是当他们真正买回来给你时,你也许不会有更好的感觉。如果你买了一些自己不是很满意的东西,一定要投诉,否则就是在浪费你辛辛苦苦赚来的钱。

如果你对一项产品或服务有怨言,那么把意见写下来,保留副本并寄出去,因为打电话很贵,而且某些公司非常善于将你从一个部门踢到另一个部门。

最省钱的一个方法是:看管好你已经拥有的。保管很重要。

在使用尼龙抹布、除尘布、海绵等之前,先将它们一分为二——这样它们就变成两份了。

旧的T恤衫是很好的清洁布。

爱护你的地毯

学会清除地毯上的污点和污渍——地毯是你家里最贵的东西之一。购买地毯时,一定要买防污渍的,并且永远不要让任何东西,比如洗涤剂,碰到它们!除垢剂会留下黏黏的残渣,从而粘上更多灰尘,而且很可能会使用过的地方变色。一卷纸巾就可以除去洒在白地毯上的一杯葡萄酒,而且成本不高。

用真空吸尘器除去地毯上的灰尘。因为人会在地毯上行走,所以灰尘会破坏地毯纤维。干净的地毯会让钱花得更值。

回家时在门外脱鞋——在让鞋子更耐穿的同时也防止把更多的灰尘带到地毯上。

地板不需要紧贴墙壁。磨砂和密封的木质地板看上去更美观,而且便宜很多——如果一开始就使用木地板的话。

大部分墙绘都是我们自己制作的,它也许不是很漂亮,但却是我们唯一能负担得起的原创艺术作品。

房子中花费较多的部位可能是看不见的。学会如何明智地进行投资——钱不能花在干花或保护砌砖的漂亮窗帘上,但是可以用在显露不出来的密封层上。

不要在意食物本身——看看包装!

如果你买了包装好的谷类食品,你要把更有价值的包装袋利用起来,这样钱才花得值。装谷物的箱子可以用来装文件。你可以把顶部剪掉,从旁边剪出一个角,或者把它们倒过来装文件。

谷物箱子里面的袋子是储藏面包的好材料,也可以把它们放在冰箱里使用。用完后应把它们洗干净以便再次使用。除非装过禽类产品,否则它们可以反复使用。

即溶咖啡瓶是很好的储藏瓶。如果你觉得有必要的话,还可以稍加修饰。

把不想要的照片整理出来——但是要把它们当作明信片而不是扔掉。

如果和大多数人一样,你不能够赚更多的钱,那么更合理地花钱就是答案。

用旧的餐盘来整理线圈、拉链、纽扣和缝纫工具——冰块托盘可以用来放耳环及其他类似的精巧首饰。

把空香水瓶放到抽屉里以延续它们的生命。

用特殊的纸来垫抽屉是奢侈的行为，不是必需的。用多余的墙纸或买一卷贴墙用的“衬纸”就可以达到目的。

旧的连裤袜或长袜可以用作尼龙抹布。它们也可以轻易地进入吸尘器管道把东西取出来，而不会被吸进去。

扔掉橡胶手套之前，把手套上的手指完整地剪下来当护指套——你也可以把剩余部分裁成橡皮筋——它们真的很好用。

当然，每个人都会把旧牙刷留下来用于清洁盒子或鞋子……不是吗？

圣诞树下最漂亮的包装盒是用日历包裹的那一个。

宠物通常会选择铺着一条毛毯或你的旧毛衣的舒适的旧纸箱而不是用昂贵的柳条篮子做成的宠物床。宠物聪明着呢。

循环利用报纸

用报纸将圣诞装饰物包起来并收藏在纸箱当中。小的易坏品可以放在鸡蛋盒里。

孩子们不需要昂贵的手工艺材料——它们就在你眼前，孩子们可以在报纸上画画，把报纸撕掉，剪、粘、涂色、在上面找单词或用来做猜谜游戏。

你无须担心孩子们会弄得一团糟，你只需要到处垫上报纸就可以了——你只要在他们玩耍的桌子和高脚椅子下面，以及他们“帮忙”清洗时，在水池附近铺上报纸就可以了。

一张大报纸和一只巨大的蝴蝶结适合做大件礼物的包装纸。

报纸是很好的抽屉、架子和纸箱的衬纸。

破碎的报纸是最好的猫砂。

报纸是廉价的包装材料。搬家时可以用它来保护你的瓷器和玻璃。

自己种植蔬菜！一包种子大约和商店里的一棵同类蔬菜的价格差不多。一颗小小的种子能生产出大量蔬菜。

如果你的水壶里烧了太多的水，那就把它倒在你最讨厌的杂草上。首先你不会因为自己烧太多水而感到不舒服，其次它比农药好多了。

柑橘的种子通常会长成可爱的小植物，把即将扔掉的东西变成可以持续很久的东西，而且不花一分钱，多么让人开心啊。

如果你自己种植了一些迷迭香和薰衣草这样的花草，一定要用它们来插花，以此来使房间的空气变得清新。鼠尾草是为玫瑰准备的。

把丁香塞进橘子，做成香丸，放在衣柜里，既传统又持久。

冬天用电熨斗熨烫羊毛衣服可以杀死蛾卵。破坏衣物的是幼虫，而不是飞蛾。一些植物的果实就是很好的“樟脑丸”。

在旧货市场和慈善义卖现场，你也许不喜欢服装的样式，但是考虑下纽扣、拉链和装饰物，这些就值衣服的价钱了。

用口香糖或塑料橡皮清理绒面羊皮。

每天你都应该做一些耐用的东西。不要担心你没有米开朗基罗的艺术天分——你做的东西也许是不完美的，但是它会成为你的孩子和孙子的宝贝，因为那是你做的。

花钱应该是与赚钱一样重要的技能。