



知尘:心理咨询师
信箱: zhichenql@163.com
博客:
http://huixinrexian.blog.163.com

丈夫的吝啬 抠门让我烦

知尘:

我和丈夫是大学同学,我是城市姑娘,他是农村小伙。刚结婚时,日子穷,我们之间的矛盾没有显露。随着生活水平逐渐提高,我们开始经常为花钱而争吵。我的观念是,在经济条件允许的情况下,尽量买高品质的东西,而他则认为能省就省。刚刚过去的这个圣诞,我为自己添了一件近两千元的羊绒衫,为女儿买了一件千元左右的羽绒服。为此,我们有了剧烈争吵。他责备我浪费可耻,我讽刺他吝啬抠门。这样的争吵,在我们之间时有发生,真是闹心烦心。

——晓 霞

晓霞读者:

你好。物质原本是给生活带来享受和快乐的,可在你们这里却成了争吵的缘由。我想,被你买回来的羊绒衫和羽绒服也会因此不开心吧,呵呵。

其实,你和丈夫之间的矛盾,并不是两个人之间的矛盾,而是两种价值观的矛盾。城乡差异即使在今天依然是非常显著的,更何况在二十世纪的六七十年代。成长背景的不同,决定了你们不同的生活价值观,这些不同并不会因为你们进了同一所大学,念了同一个专业而趋于同化。甚至,当你们共同在一个城市生活了十几年后,这些不同依然存在,因为人的价值观一旦形成便会相对稳定。

如果你和他一样自小从乡下长大,也许就不会责备他吝啬抠门,反而会为他的节俭朴素而欣喜。现代婚姻已重新重视门当户对,事实证明,门当户对绝对是保障婚姻长久久且和和美美的基石。夫妻双方相似的成长背景,相似的生活价值观,更能在认识上达成共识,从而在情感上得到共鸣。我个人觉得,更值得你花心力来思考的是,如何在女儿日后的婚姻上给予理性的引导。高攀和下嫁都很难拥有一个长久而幸福的婚姻,因为彼此的价值观相差太大。

而你,既然当初选择了他,那么就要多体谅他一些。你的父母兄弟姐妹都生活在城市,也许都有能力享受高品质的生活,而他的亲人们大多在家乡务农,穿着你们淘汰不要的旧衣裳。你身上的一件大衣,也许就是他父母一年的生活费。

晓霞,你渴望过高品质生活的想法没有错,事实上,高品质的物品能够在无形中提升一个人的气质和审美情趣,但是,一定要心平气和地把自己的想法陈述给丈夫,同时不要求他来认可和接纳。一个家庭中,两种不同的生活观念、生活方式是可以共存的。就像餐桌上可以有一素一荤,一咸一淡,一甜一辣,各取所需就好。

我的一位女友特别喜欢名牌,她遵循的原则是,宁缺毋滥。她衣橱里的衣裳很少,但每一件的款式和质量都堪称上乘。虽然她的衣裳买起来很贵,但因为经常穿用,折合到每一天来算,就不贵了。相反,我的另一位女友,衣橱里充斥着大量随性买回的便宜衣裳,这些衣裳虽然很便宜,但因为穿的机会少,折合到每天来计算,反而很贵。我这样啰嗦也不知道能不能讲清楚,我的意思是说,品质好的衣物,只要使用价值大,就不是浪费。你丈夫责备你浪费可耻,是不是因为你的衣橱里有太多不穿的衣裳?

我不知道,你是否也会给丈夫添置高品质的物品呢?很多东西的好都是在使用中慢慢体会到的。如果他发现,一条好的腰带,可以用上几年不走样,而一条劣质的腰带很快就变形环掉,那么,计算一下使用成本,他也许就会逐渐认可你的消费观的。更何况,男人都是好面子的,如果他穿上体面的衣裳,得到大家的表扬,他心里面肯定美美的。

另外,你也不妨和丈夫聊一聊,问问他攒着钱准备做什么。也许他想攒着钱等退休后和你周游世界呢。如果你花钱太大手,那他的这个心愿就无法满足了,对吧?

你的生活衣食无忧且家人都身体健康,这是多么让人羡慕的幸福啊,一定要惜福才是。要记得,家是讲情不是讲理的地方,面对丈夫的责备,娇媚一笑就好,何必非争个是非曲直呢?也许,你的温情会换来丈夫的宽容大度呢。祝福深深。

知 尘



主持人:淑怡 邮箱 jiashipindao@163.com
博客: http://huixinrexian.blog.163.com



抵挡寒流从衣食住行做起

彭小姐求助:

彭小姐来说,又一场寒流来到了,虽然已为自己添置了一件新的羽绒服抵挡寒冷,但还是感到手脚冰冷,总也暖和不过来。她想请教下午茶的朋友,大家都有哪些妙招来抵挡风寒呢?

茶友支招:

不知彭小姐在保暖性好的羽绒服里是如何穿着的?我看到许多爱美的女孩,穿着领口开得很大的短毛衫和低腰的短靴裤,这副短打很容易让颈部、腰部和膝盖受寒。所以,要想暖和,只穿厚厚的外套还不行,外套里面的衣裳也必须做到保暖。

——孟女士

冬天保暖,我有四件宝,帽子、围巾、手套、保暖靴。我的体会是,只要头、颈、手和脚暖和了,身上就会暖和。在这四件宝里,围巾的保暖效果为最好,所以今年我又为自己添置了一条柔软漂亮的纯羊毛围巾。

——绫 子

冬天穿衣,不要太紧,太紧的衣裳会阻碍血液循环。许多女孩子因为爱美,喜欢穿紧身衣,这样既不利于身体健康,也降低了保暖度,冬天还是选择羊毛(绒)等柔软的衣物更为保暖。

——心 仪

冬天多吃一点热性活血的食物会增加抵挡严寒的能力。寒冷的季节,每周我都会喝一碗热腾腾的羊肉汤,平日则会煮点红糖姜水来喝。朋友告诉我,多吃菠菜等含铁量高的食物能增加抵挡严寒的能力,我准备以后煮羊汤时放点菠菜,彭小姐也可试试看。

——小 缙

冬天多吃胡萝卜、生姜、马铃薯、山药、莲藕、芋头等根茎类蔬菜,可以增强御寒能力。

力。如果与羊肉、牛肉等炖着吃,御寒效果则更好。

——任 洁

以前我也很怕冷,冬天手脚都是冰冷的。后来我听从医生的建议,每晚坚持热水泡脚,水里放几片生姜片。我是从去年冬天开始坚持的,一年下来,很有成效,今年我明显地感到不那么怕冷了。

——露 露

我的方法是快步走。快步走是一位兄长介绍给我的,我已经坚持了两年,效果非常好。不仅体重减轻了,而且夏天耐热、冬天耐寒的能力都有了提高。

——张 朝

我家离单位很远,平日都是骑电动车。冬天天冷,我改为坐公交车,从家到车站以及从单位到车站都有一段路要走,走一走活动一下,身上就暖和了。我看到许多人冬天依然以电动车或摩托车代步,这样无论穿再厚的羽绒服也会冷的,因为冬天的风太刺骨了。

——小 庞

怕冷可以贴暖宝宝啊,我从去年冬天就爱上了这个小精灵,太好用了。我在背部和膝盖贴上暖宝宝,一天都温热热的,虽然穿得并不厚,但一点都不冷。彭小姐也可以试试暖宝宝,真的很暖和。

——田 田

我也特别怕冷,冬天总会备一个小暖水袋,平日上课时把暖水袋放在膝盖上,既可用来暖手,又可温暖膝盖,晚上还能暖和被窝,方便经济,很适合我们这样的穷学生。

——冰 冰

淑怡小结:

健康的机体是夏耐热冬耐寒,所以,提高身体素质是抵挡严寒最好的方法。我个人的经验是,加件羊毛或羽绒坎肩可有效

地保暖。暖宝宝不建议长时间使用,容易破坏人体自身的调节机制。饮食上可适当吃些热性的食物,但要注意度,因为热性的食物容易上火。另外,寒冷会加速体内维生素的代谢,维生素A能增强人体耐寒能力,维生素C可提高人体对寒冷的适应能力,应注意补充。再就是,尽量多晒太阳,尤其是晒晒后背,能有效激发人体的阳气,增强抗寒的能力。祝愿大家平安快乐地度过这个冬天。

●下期话题

不打针不吃药—— 感冒可以这样好

小哲来说,前些日子他感冒,去医院化验输液花了几百元不说,还要每天请假,耽误了不少工作。网上的一篇文章说,美国人感冒都是大量喝水不吃药的。他想请教下午茶读友,大家可有非药物预防和治疗感冒的好方法吗?

欢迎读者热心支招,也欢迎提供下午茶的话题。

邮箱: jiashipindao@163.com
博 客 : h t t p : / / huixinrexian.blog.163.com



□张荷珍

俗话说:精打细算、细水长流,才能使日子过得舒心地踏实。面对日益上涨的物价,我和所有的当家主妇一样感到了压力。但我在平时生活中,购物货比三家,精打细算,确保了家庭生活的和谐幸福。

在我们的家庭生活中,每月生活需用的米、油、盐、酱、醋是一笔比较固定的开支,而买菜就是一笔开销较大但可多可少的开支了。我在买菜时,经常会货比三家,有时超市的青菜、土豆、萝卜等会比我家附近的菜场便宜角钱,猪肉、鸡肉也比菜场的新鲜并且价钱还便宜。我常常看超市的购物信息,早上骑自行车去我家附近的家乐福等超市买菜,有时也会在我家附近的小区买菜农卖的蔬菜,总之,货比三家,看哪里菜好、菜价便宜我就去买。有时一次在超市买上好几天的菜能省掉十多元,这样一月下来也能在买菜的钱上节省一两百元。

买东西要 货比三家

另外,节约水、电、煤气,也是家庭生活中精打细算的一部分。我们一家住三室一厅,在用电方面,晚上没人的房间不开灯,厨房里洗刷完毕后随手关灯,卫生间也是用完后随手关灯。夏天开空调后大家在一个房间休息看电视,这样天长日久也能节省不少电费。在家里用水,每次洗菜的最后一遍水留着用来拖地、擦桌子,抽水马桶也由原来大的水箱换成了较小的水箱。这样一月下来可以节省一些水费。在用煤气烧菜、烧水时,煤气按需调节不随便浪费,还加上防风圈,如此使用煤气,长时间下来也可节省不少费用。

无论购物还是生活的点点滴滴,在精打细算中,我家的日子过得宽绰有余、舒舒服服。

面对上涨的物价,面对包包里有限的钞票,如何少花钱多办事,让日子过得更踏实,您有何省钱之道,请写成小文与大家分享。邮箱: z3170@sohu.com



消除静电的好方法

■保管衣物时,在衣物之间夹进报纸。报纸不仅能防止衣物摩擦产生静电,还具有防虫作用。如果担心油墨会印到衣物上,可将纯棉衣物夹放在编织的衣物之间。

■把有静电的毛衣挂在洗完澡之后充满蒸汽的浴室中,可以让湿气渗入衣物,防止由于干燥产生的静电。

■将纤维柔顺剂稀释在水中,喷洒在衣物上,可以使纤维变得柔软,减少因摩擦产生的静电。

精油的三大妙用

提神醒脑 佛手柑之类的柑类精油有振奋精神、减轻忧郁的作用。因此,把精油滴在棉球上,放在空调的出风口,清新的味道既能避免睡意,又能起到杀菌的功效。

治疗痘痘 茶树精油最大的作用就是抗菌和平衡油脂。因此,把茶树精油点在痘痘生长的地方,能帮助其愈合。

缓解胃痛 甜橙精油是胃病患者的福音。滴两滴在手心,用手搓热后,按摩胃部,不仅能减轻痛苦,而且还有健胃的功效。