



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

婆婆总爱来我家拿东西

你好。今天是周末,婆婆、公公、离异的小姑子带着孩子浩浩荡荡又来我家了。说又来,是因为他们每月至少来两次,吃了,喝了,临走再带着。说真的,他们来玩玩我不反对,烧饭虽然忙点累点,但也没什么。让我心烦的是,他们每次来都会犀利地视察一番,然后要这要那。比如,这个周末他们看到我有一箱苹果和一捆大葱,便拿走了大半。理由永远是:你们吃不了坏了可惜。拿点吃的倒也算了,问题是穿的用的他们也会要。上次来时,小姑子看中了我新买的包,我没给她,她还老大不高兴。唉,你说我该如何应对他们呢?

——小梦

你好。因为版面关系,我只能把你的信进行缩写。你在信中说,你们住的房子很大,经济条件也很好,这基本归功于先生的事业有成。别的且不说,单看公公给你提供了一个如此优秀的先生的分上,该释然便释然吧。

不难看出,你是一个知书达理、贤惠温柔的女子,公婆在你这里很舒服很快乐,否则,老人家是不会来的。也许在老人家看来,儿子的家就是自己的家,从儿子家拿东西没有任何不妥。我相信老人家的理由也是真心话,他们真的是心疼东西坏掉,当然,也不排除两位老人有点小财迷,呵呵。

至于小姑子看中的包包并开口向你,我觉得这样的事情并不会常常发生的,毕竟,她已经是成年人了,不会像小孩子那样幼稚的。她愿意跟随父母来你家,说明她是喜欢你、愿意亲近你的。她开口向你包包,也说明她没把你当外人,她再财迷、再幼稚,也不会向朋友同事开口要吧。我想,在心理层面上,她对你或许比你她要亲。

我想,如果你能从被动地付出,改为主动地分享,心情就会大不相同。我们总说分享是一种美德,付出是一种快乐,但真正能做到其实很难,哪怕是和家人分享,这需要觉悟和修炼。

在暂时做不到主动欢喜地和他们分享之前,我想你不妨对自己的采购习惯做点调整。吃的食物每次只买一点,这样既保证新鲜度,又节省了金钱。如果是单位分的朋友送的,抑或是团购的东西,不妨主动和公婆分享,公婆会很高兴,先生也会更高兴,这也不失为给亲密关系加分的一种巧妙方法。这种行为,比拉着先生的手撒娇说一百遍“我爱你”都有效。

小梦做妈妈很多年了,知道抚养孩子长大的艰辛。虽然,公婆对你没有养育之恩,但是,你和先生是一个整体,对公婆尽孝,让他们开心幸福是好妻子的本分。

事实上,你和婆家人的关系越好,你和先生的关系便会越好,这是真理。而且,你和婆家的人关系越铁,先生越不敢做对不起你的事,因为你有强大的同盟团啊,呵呵,且当玩笑听听。我真正想说的是,你的生活其实很幸福,如果再少一点计较,将会更幸福。

愿以下三句话和你共勉。“家是讲情不是讲理的地方。”“人生的幸福不在于得到太多,而在于计较太少。”“施比受更有福。”

祝福深深。

知尘



主持人:淑怡 邮箱:jishipindao@163.com
博客:http://huixinrexiang.blog.163.com



冬至,我家的饺子宴

玲玲求助:

玲玲来电说,今年国庆她做了幸福的新娘,所以即将到来的这个冬至是她和老公一起过的第一个冬至。她很想冬至这天让老公吃上一顿美味的饺子,所以特别请教下午茶的读友,想问问大家在冬至这天,都是包什么馅的水饺?

茶友分享:

我们家最爱吃的还是白菜猪肉馅的饺子。选上好的猪肉,带一点肥肉,在冰箱冻到有点硬但能切动时,用刀切成小碎丁,超市卖的用绞肉机绞碎的肉馅不香。肉馅用花椒水、料酒和老抽调好,放上半小时,味道会更好。多放点葱姜,而且葱姜不要剁得太碎。白菜不要攥得太干,以保持馅的松软鲜美。用香油拌馅后再放白菜。这样做出的饺子格外好吃。

——小静

我们家冬至会吃韭菜虾仁的饺子。韭菜切碎,虾仁是用大虾自己剥的,切成段,鸡蛋用油炒熟后剁碎,木耳泡发好后剁碎,拌均匀后放点香油调味,加点盐就可以,味道十分鲜美。韭菜记得提前用淡盐水浸泡一会儿,因为现在的韭菜农药太多。

——何华

茴香素馅和肉馅的。老公喜欢吃肉馅的,茴香养胃,适合冬天吃。女儿和我喜欢吃素馅的,茴香、鸡蛋、粉丝就非常好吃。茴香本身的香味很浓郁,除了放点香油和盐外,不再加任何调料。茴香馅的饺子越简单越好吃。

——张之然

说到水饺,没有比胡萝卜羊肉馅的再好吃的啦,当然,这只是我的一家之言。胡萝卜用高压锅蒸熟,用刀剁碎,然后拌上羊肉,多放点葱姜,一半花生油,一半香油调一调,味道那叫一个好。

——韩笑

冬至我想包菠菜芝麻绿水饺。生菠菜剁碎,挤出来的水和面,面便是绿色的,非常好看,而且更加有营

养。菠菜、木耳、鸡蛋、海米或虾皮,葱姜剁碎,花生油拌一拌,放点盐和炒熟的白芝麻就行了。

——鑫霞

冬天吃莲藕特别好,冬至妈妈喜欢包莲藕猪肉的水饺给我们吃。莲藕切片,在开水里过一下后剁碎,猪肉提前用老抽调好,放上葱姜末,用香油调一调,这个水饺有着莲藕的清香,好吃极了。

——嫣然是我

我爱吃油菜香菇馅的。香菇是菇类之王,干香菇提前用温水泡发,然后放点盐清洗干净,不要剁,要用刀切成碎末,油菜也切成末,放点炒熟的鸡蛋,就非常好吃。

——甜甜

细山芹清洗干净,用刀背拍一拍,然后切碎,放点盐稍稍腌一下,可以方便把水挤出。无论是放海米鸡蛋做素馅,还是拌上猪肉做肉馅,都非常好吃。

——木白

可以试一试香菜水饺。香菜不能和猪肉一起吃,所以我都是做素馅的。香菜、鸡蛋、木耳这三种食材就可以了。不要放葱姜,吃的就是香菜的那个香味。

——流星雨

茭白猪肉馅、胡萝卜猪肉馅、白菜猪肉馅、芹菜猪肉馅、茄子猪肉馅、芸豆猪肉馅、西葫芦猪肉馅等等,我们全家都是饺子爱好者,而且都是食肉动物,呵呵,所以我的饺子全是肉馅的。

——亮晶晶

淑怡小结:冬至吃饺子是传统的过节方式,虽然饺子天天都可以吃,但冬至这天家人、朋友聚在一起包顿热腾腾、香喷喷的饺子格外温馨。吃饺子,更多是享受那种亲朋好友围着餐桌热热闹闹话家常的气氛。淑怡认为,冬至吃白菜猪肉馅的水饺最好,因为大白菜是冬季的时令菜,而且营养丰富。

链接>>>

冬至吃饺子的来历

每年农历冬至这天,不论贫富,饺子是必不可少的节日饭。谚语云:“十月一,冬至到,户户吃水饺。”这种习俗,是因纪念“医圣”张仲景冬至舍药留下的。

张仲景是南阳粮东人,他著《伤寒杂病论》,集医家之大成,被历代医家奉为经典。张仲景有名言:“进则救世,退则救民;不能为良相,亦当为良医。”东汉时他曾任长沙太守,访病施药,大堂行医,后毅然辞官回乡,为乡邻治病。其返乡之时,正是冬季,他看到白河两岸乡亲面黄肌瘦,饥寒交迫,不少人的耳朵都冻烂了,便让其弟子在

南阳东关搭起医棚,支起大锅,在冬至那天舍“祛寒娇耳汤”医治冻疮。他把羊肉、辣椒和一些驱寒药材放在锅里熬煮,然后将羊肉、药物捞出来切碎,用面包成耳朵样的“娇耳”,煮熟后,分给来求药的人每人两只“娇耳”、一大碗肉汤。人们吃了“娇耳”,喝了“祛寒汤”,浑身暖和,两耳发热,冻伤的耳朵都治好了。后人学着“娇耳”的样子,包成食物,也叫“饺子”或“扁食”。

冬至吃饺子,是不忘“医圣”张仲景“祛寒娇耳汤”之恩。至今南阳仍有“冬至不端饺子碗,冻掉耳朵没人管”的民谣。(淑怡稿)

教子有方



帮儿子早起

□谢汝平

冬天早晨醒来,听着窗外呼呼的北风声,实在不想离开温暖的被窝。在这样的季节里,连我们大人都是如此,更不要说八九岁的孩子。从七点开始喊儿子起床,直到喊了第三遍,他才懒洋洋地从被窝里钻出来,不情愿地穿衣服。为了上学不至于迟到,我让儿子把准备好的早餐带着,坐在我的车上吃,这样才勉强赶上时间。一连三天都是如此,我感到很忧虑,这样每天慌慌张张的,肯定影响儿子健康,从而影响到学习,我决定想办法改变这一切。

第二天下班的时候,我故意满脸愁容地回到家里,正等着我吃饭的妻子和儿子都问我怎么啦。开始我唉声叹气地不回答,后来看到儿子流露出非常担心的神情,我才告诉他,早上上班迟到,被领导批评了,因此心里很不好受。听说是这样,妻子和儿子才放下心,接下来我向他们求助,怎么样才能够坚持早起不迟到。妻子说晚上一定要早睡,这样才能保证早起,我点了点头。儿子说,应该换一个声音大一点的闹钟,这样才可以起到提醒的作用。我谢了儿子,可是又表示出担心,假如万一睡熟了,听不到闹钟,不就又迟到要被批评了。这方法虽然不错,但不是万无一失的方法。再说,有时早上醒来不想起床,还会在床上赖一会儿,这坏习惯一时半会儿又改不了,真的好为难。此时,妻子已经听出我的用意,于是说,那么咱们全家一起早起,尤其是儿子,一定要督促爸爸不能再迟到,儿子很认真地点了点头。

第二天,儿子果然起得很早,他过来喊我,我故意装着还没有睡醒的样子,翻了个身又要继续睡。儿子可不管我这一套,跑过来掀开我的被窝,然后看着我乖乖地起床穿衣,这才放心地笑起来。接下来几天,儿子都起得很早,然后过来喊醒我,真是难得他小小年纪,能够坚持这么做。我对儿子表示感谢,说幸亏他改变了我赖床的坏毛病,儿子对我说,他也要感谢我,正因为我有这个坏毛病,才让他也能够早起,再不用慌慌张张去上学。

◆小贴士◆

●这样做,饺子不易破

和面时放个鸡蛋清,面筋道且不易破,吃起来格外清爽。煮水饺时水里放点盐,饺子不容易破。

●让饺子馅不流汤的方法

1. 蔬菜剁好后,加食用油搅拌均匀,然后再加放了盐的肉馅。
2. 把肉馅调好,放好盐,然后剁菜,把剁好的菜一点点地拌进肉馅里,边加边搅拌均匀。
3. 把拌好的馅冷冻一下,再包饺子,就不易流汤。

●吃饺子的注意事项

蔬菜不要切得太碎,否则维生素流失很大。挤出的菜汁可以拌进肉馅里,也可以用来和面,以保证营养成分不浪费。

糖尿病人吃饺子要限量,因为饺子容易导致血糖升高。

拌馅时尽量少放油,如果肥肉多,更应减少放油量。不要放味精,味精对身体健康有害。

饺子不易消化,不要贪多。吃饺子时,蘸点醋,能帮助消化。

吃完肉馅饺子,可喝杯普洱茶,既帮助解腻消食,又不影响睡眠。

●下期话题

圣诞节送自己一份心仪的礼物

善小姐写来邮件说,快到圣诞节了,以往这个节日,她都是送家人朋友礼物,今年圣诞节,她很想为自己挑选一件心仪之物,作为对自己辛苦工作一年的奖励。她觉得每个人都应学会宠爱自己、善待自己。她想为自己挑选的圣诞礼物是迪奥的真我香水,因为贵一直不舍得买,但那种香氛让她神往已久。她很想知道,如果大家也像她一样送自己圣诞礼物,会选择什么呢?希望能彼此分享一下快乐的心。

欢迎读者热心支招,也欢迎提供下午茶的话题。邮箱:jishipindao@163.com 博客:http://huixinrexiang.blog.163.com