

都市下午茶



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

# 中秋连国庆长假如何过

小李来电说,今年中秋和国庆节连在一起,他非常兴奋,想和下午茶的朋友交流一下,长假该如何度过呢?大家有好的度假计划希望能分享一下。

## 茶友支招:

难得这样的长假,我们准备带四位老人一起去台湾旅游。双方老人的经济条件都还不错,能够支付旅游的费用。我和先生计划趁老人们身体还算硬朗,每年带他们出去玩玩,一来可以增加家庭成员的感情,二来也给孩子做个榜样,让她明白,孝顺老人,要趁老人健在时。

——林女士

这个版面出版时,我应该已经在通往西藏的路上了。八天长假加上十四天的公休假,我将经历此生在路上最长的一次旅行。因为妻子有高原反应,所以这次我是独自上路。从济南到成都到拉萨再到尼泊尔,此刻想想都觉得兴奋难捺。

——火星

过节到处人挤人的,我怕吵。放假就想宅在家里,好好补补觉,看几部电影。订阅的杂志平日太忙也没时间好好看,假期正好翻一翻,喜欢的文章留下来,不喜欢的处理掉,给书橱腾腾空间。再就是整理一下衣橱,天冷了,把夏天的衣裳洗净收起,找出秋冬的衣

裳,省得天骤冷时翻箱倒柜手忙脚乱。

——寒云

放假有时间了,我想在网上搜搜美食博客,学做几样拿手菜,争取让老公的喜爱更上一层楼,呵呵。还有就是想请个家政工把家里彻底打扫一下,尤其是擦擦玻璃。还想去美容院做个皮肤护理,和要好的朋友一起逛逛街,总之,要开开心心地过这个黄金长假。

——晓花

我自己开了小店,平日走不开。国庆节,我不敢也放八天假,毕竟,一天不开门,就只出不进了。但我还是想和男友一起开车带着家里的两只狗狗去海边玩玩。另外,我还想让男友看一天店,我去流浪狗救助中心做一天义工。

——哲哲

我想猫在家里做几本影集,把这些年的旅游照片和孩子十一年的成长记录整理一下。这是一件费时费神的活,估计做完,假期

也差不多了。当然,我还要去电影院看看《白鹿原》,这影片炒得如此火,我也得去凑凑热闹。再就是带孩子去吃顿大餐,我们全家都喜欢吃韩国烤肉。

——李浩

我要回家去。已经半年多没有回家了,妈妈想我想得直哭。虽然假期要值班,但单位的老师很照顾我们这些实习学生,尽量让我们都有机会回家去。我用省下的生活费给爸妈都买了礼物。回家后,除了吃妈妈煮的饭,还要陪妈妈逛逛街,帮妈妈做点家务。

——小董

我想去山里住几天。平日太忙碌和浮躁了,需要静静心,关掉手机,带几本书,好好地给心灵做做按摩。我打算去章丘的锦屏山,山里有客房,也有饭店,待上三五天,应该是很惬意的。

——梳子

国庆节我要做新娘子了,然后去巴厘岛旅游,祝福我吧。

——妮妮

## 淑怡小结:

国庆长假,最好的过法就是按照自己喜欢的方式来度过。或旅游,或宅着,或吃喝玩乐,或读书做家务,或呼朋唤友,或独处一室,只要自己喜欢开心就是最好的庆祝长假的方式。淑怡自己准备在近郊玩玩,在家里宅宅,再去健身房跑跑步。祝大家中秋国庆平安喜乐。

## 下期话题

时令南瓜  
花样吃法

张女士来电说,现在是下南瓜的季节,老家的亲戚送了许多大南瓜给她。她想咨询下午茶的朋友,南瓜都有哪些吃法?



## 心 箱

慧心:心理咨询师

信箱:huixinrexian@163.com

每周一下午 2:30 — 4:30

## 算命先生说

### 我有三次婚姻

慧心老师:

你好,我有过一段不如意的婚姻。离婚后,父母找了算命先生。他说我结婚太早了,命中注定不该27岁结婚,更不该找比我小3岁的女人。走出离婚的阴影后,我认识了她,我们情投意合,准备近期结婚。父母接受上次教训,提前去找了算命先生。奇怪的是,新找的这个算命先生也说我第一次婚姻早了,注定以后都不顺,也说要结三次婚。而且说如果我非和她结婚,她很可能四五年后会死去。父母很纠结,我也很纠结,该怎么办?希望收到你的回信。

一位求助者

这位读者:

你好。很显然,你和你的父母都完全听信了算命先生的话,沉浸其中无法自拔。

人在走投无路或彷徨不定时,往往会向占卜术求助,以期得到一个支持、解释或指点。占卜术以各种形式出现在世界各地,占星、易经、塔罗牌、生辰八字、生肖、测字等等,占卜术的存在反映了人类内在的需要,那就是面对无法预知的未来,面对无法掌控的现实,面对混沌、杂乱、突变的人生与命运时,人类需要借助某种神秘的力量来增加生存的自信和勇气。

算命先生的解释,也许会让你有所释然,原来,不是我不好,也不是她不好,而是我们两人的八字不合。这样的解释,积极面是可以帮助你从离婚的阴影中走出来,既然离婚是天定的,又有什么理由沉浸其中?消极面是,把婚姻的失败完全归于命中注定,而失去了探索和反思婚姻失败的原因,难以从失败的婚姻中获得必要的教训。

对于这段失败的婚姻,在算命先生的解释下,你最终选择了放下,并开始了新的情感生活。有的心理专家的咨询思路是,不求对,只求有效。只要有效,就是好的咨询。人寻求占卜,是为了避祸求福,认为只要占卜能帮助我们解开心结,就是有意义的。但人的命运不在算命先生的手里,而是掌管在上帝的手中。

其实,任何占卜术给出的信息都是模糊的,是适合大部分人的情境的。生肖也罢,星座也罢,在给出的信息中,不同的人会捕捉到不同的内容,而人类的本性是主动去捕捉自己需要的那部分信息。同样一段话,一百个人听了都会捕捉到符合自己情况的那几句,从而感觉说得很难。

处理信息的能力是一个人的能否形成自信、满足和幸福根本。算命先生给出的信息其实并不重要,重要的是你如何去看待。消极的想法会让你从此放弃婚姻,选择单身;积极的想法会让你以更饱满的热情投入对妻子的疼爱和照顾中,把相处的每一天都当成生命的最后一天来珍惜,怎么会不幸福?

最后,我想对你说,算命先生是人不是神,如果他真的能未卜先知,又怎会仅仅成为一个算命先生?祝福深深,希望能输注一些正能量给你。

慧心



家庭相册

## 快乐宝贝机灵果

1岁半的果果的确是我们家的开心果。她活泼可爱,充满活力,听到音乐她会翩翩起舞,看到小动物她欣喜若狂,她会用胖胖的小手去抓鱼缸里的小鱼,还会跟在小狗后面汪汪学狗叫,抑或伸开双臂模仿鸽子飞翔……

鬼马的果果,有时还会捉弄人,会装着很可怜的样子以达到自己的目的;有时很温柔地趴在你的肩膀上,就在你

不经意的时候咬你一口,当你疼得龇牙咧嘴的时候,她会坏坏地笑个不停……现在的果果可以说一些简单的词语,虽然发音不准,但很认真可爱。

小人儿也有小人儿的烦恼,长牙是最痛苦的。出牙的那几天,总是闷闷不乐,也没胃口。但等不难受了,她马上又精神起来。

看着果果一天天长,作为父母

的我们多么想留住这些美好的记忆,从果果出生到现在每个月,我们都在童话庄园拍下她纯真童年的写真,记录下她成长的点点滴滴。童话庄园里,绿草茵茵,鲜花盛开,小桥流水,鱼儿嬉戏,秋千翩翩……置身其中仿佛真的沉浸在童话世界里。愿我们的宝贝果果健康快乐、无忧无虑,拥有一个快乐的童年。

的时间越来越多,他们又变得相亲相爱无话不说了,家成了他最舒心的地方,而妻子也感到一种从未有过的安全和踏实。

这样的转折好像有一点戏剧化,但如果每一对夫妇都谨记那句古老的俗语“一日夫妻百日恩,百日夫妻似海深”,知道男女之间,一旦结为夫妻,就有经久不衰的深厚恩情,那么,我们身边恐怕就不会有那么多的离婚悲剧了。美国杂志上有一篇文章,题目叫《为什

么婚姻会有毛病》,里面有许多值得回答的提问,比如问丈夫“妻子替你做了许多琐碎的事,你是否心存感激?”等等。

如果你愿意,不妨尝试着,感谢妻子,感谢父母,感谢老师,感谢所有帮助过你的人。或者,学学英国大政治家狄斯瑞利,即使面对全世界,他也会毫不避讳地承认:“我太太给了我很多帮助,我非常感激她!”一句话,一个表情,一个动作,都足以表达你的谢意和爱意!

婚恋秘笈

## 感谢有您

大杨是一个非常自信的人,事业有成,朋友多,他又酷爱运动,身体状况也一直很好,快50岁的人了还喜欢和一帮年轻人打排球。要说他的烦恼,主要是来自家庭,儿子上大学后,他和妻子基本就无话可说。妻子人也很好,但她似乎总也跟不上大杨的生活节奏,大杨在排球场上和年轻人生龙活虎地打排球,她顶多就坐在家看看央视的健康之路,等大杨回到家里想舒舒服服看场球赛,她又在耳边

絮絮叨叨,让大杨怀疑妻子是不是有了“更年期综合征”?

可万万没想到的是,有一天凌晨四点,大杨突发心肌梗塞,差点出了意外,多亏了妻子及时拨打120救了他。现在,大杨逢人就夸妻子是自己的救命恩人。因为感激,大杨看妻子的眼光不再是挑剔,而是充满了爱意,这让他意外地发现,他和妻子的感情好像一下子又回到年轻的时候,他们一起去超市挑选有机蔬菜,一起做有氧运动。他们在一起