



你的“胃口”是否也被各种各样的物质塞得满满的？如果答案是肯定的，那么你也可以尝试一下“不持有”，给生活留点空间。(设计对白)

放手也是一种幸福

买与租的微妙心态

24岁的李雪10月底就要成为美丽的新娘，在婚纱和礼服的问题上，她很是发愁。嫂子建议她还是租用的好，毕竟只穿一次，之后便只能束之高阁了，可好友们却坚决对“买”力挺。

“结婚是一辈子最重要的事情，怎么能穿租来的婚纱呢？太不重视了，一定要买属于自己的婚纱，哪怕只穿一次，留着也是一种纪念。”这是李雪听到最多的话。

李雪的未婚夫27岁，两个人都是工作不久没有太多积蓄的年轻人。虽然父母支援了一部分钱给他们当结婚基金，但装修房子买家具用品支出很大，再加上婚礼的其他项目，手头确实不怎么宽裕。在这样的情况下，李雪最终还是在好友们的七嘴八舌中，买回了婚纱和敬酒服。

就在李雪为买不买婚纱而苦恼的时候，小琳正在进行回家前的衣物整理。在郑州上学并工作了两年时间的小琳，此次是决定回家乡与男友结婚的。在郑州6年，小琳发现自己最多的就是衣服。而且有不少衣服都是穿一两就不再穿的，但当时又觉得很有买的必要。

“我在学校是学生会的，偶尔会做做主持人，可能是比较追求完美吧，有些重要的活动，我就会去根据活动需要买适合的服装。但下一次类似的活动又不想穿同样的，于是就又去买新的。”小琳的家庭条件不错，但工作后父母为了培养她的自立能力，不再给她经济支援，于是爱美的小琳的日子过得紧巴巴的。“好在单位搞活动，服装都是可以报销的，于是，两年来也积攒了不少套，这些服装有的偶尔能派上用场，有的就只能压箱底。”

为什么不租？小琳说她觉得租用其他东西比如照相机、汽车什么的她都能接受，但就是接受不了衣服鞋子之类的个人用品。“这些私人用品，如果是租来的，总觉得心里怪怪的，用着不舒服。”

对于那些经常租用衣物的人，她们是怎么看待这个问题的呢？

“租用服装对我们这些人来说是很平常的事情。”不久前参加河南电视台“魅力才女”比赛的宋小姐如是说，“如果只是偶尔参加一次活动，买也就买了。但如果经常要参加各种类型的活动，哪有可能买那么多将来很少再穿的衣服呢？而且，服装款式面料变化那么快，也就两年时间就会大变样了。”

宋小姐说她这次参加比赛，特意租了几套不同风格的服装，每一次参赛，每一场比赛，风格都是不一样的，租服装可以更好地贴近主题需要。对于她们来说，租服装是必须的。

请继续阅读C02版

“很累”已经成为越来越多都市人的标签。

生，容易；活，容易；生活，不容易。这是活得很累的都市人的感慨。

为什么有的人每天朝气蓬勃，充满了青春活力，生活得有滋有味；有的人则整天无精打采，干啥都提不起精神来，感到生活枯燥乏味，不堪重负。

感觉活得很累，其实是因为心理、情感、态度、价值观等存在问题。

反思自己平时的生活，其实很多东西都是不必要的，因为一时的妄念，拼命抓进自己的生活，然后得到又不珍惜，丢在一边反而成了烦恼，让生活越来越沉重。

拥有不过度持有的心态，才能为生活减负，轻松前行，才会快乐。

南睿/文



详见C07版

伸出手 我们是伙伴

拓展训练有这么神奇吗？在一般人眼中，它不就是一次军训，或者说就是一场游戏吗？带着这些疑惑，我们走近了“核桃”，一位从事拓展训练教练工作5年多的“过来人”，让他来为我们解答。



详见C05版

平淡中的幸福

今天，我们将镜头聚焦在了一对普通而平凡的老人身上，说其普通是因为他们是来自于我们身边的普通人，但难得的是，这两位老人特殊的经历，见证了祖国60年的沧桑巨变。曲福顺和闫秀英老人一起度过了60年的婚姻生活，如今安享晚年的两位老人依旧心念着祖国……

寻找“钻石婚”

今年是新中国成立60周年，60这个数字在今年是极其特殊的，它见证了历史变迁、社会发展，同时也为未来留下了最宝贵的记忆。而60年的钻石婚，是人生中特别罕见宝贵的，也是夫妻间最隆重的庆典。本报从即日起寻找结婚60周年“钻石婚”的老夫妇，我们将为这些老人共同庆祝60年钻石婚，见证60年的风雨真情，讲述一段难忘的过去……

联系电话：13838146051

“四好男孩”的快乐生活



这就是陈诗哲，一个9岁的阳光男孩，一个有着很多优点但也有一些诸如“有点小调皮、有点小固执、有点小贪玩和有点小任性”的男孩。瑕不掩瑜，学习好、人缘好、身体好、心眼好——让我们一起走进“四好男孩”陈诗哲真实而快乐的生活。

详见C08版