

家事

【异域人生】

有一种爱,叫分离

□武宝生

我在美国诺沃克居住时,玛希尔夫妇是我们的好邻居。我们两家的别墅相距不远。

那天,玛希尔对我说,他和夫人决定到旧金山去。

我以为他们是去西部旅游,便说:“祝你们旅途愉快!”

没料想,对方却在与我告别,说:“我们把这里的别墅都卖掉了!这次走了就不回来居住了,要在旧金山度过余生!”

我有点吃惊。诺沃克在美国的东海岸,旧金山位居美国西海岸,相距5000多公里。从养老的角度考虑,无论生活环境还是邻里亲情,在诺沃克生活,要比旧金山好许多。诺沃克距纽约仅一小时车程,森林和草坪面积占全市总面积的95%以上,是康涅狄格州有名的富人区,也是全美最适宜居住之地。另外,玛希尔夫

妇的两个儿子,一个大学刚毕业,还未找到适合的工作;一个正在纽约上大学。正在孩子们需要他们帮助的当儿,他们却要远去西部,这是让人难以理解的。

然而,玛希尔却对我说:“这正是我们要急于离开他们的根本原因。”

我说:“难道孩子们有什么令你们不愉快的地方吗?”

“NO!NO!”

“莫非你们不想帮助他们吗?”

“如果他们主动提出帮助的要求时,可以考虑。可是……”

“比如,”我插嘴说,“比如您的大儿子要找工作,小儿子还在上学;将来,他们要买别墅,要结婚,要生孩子,孩子长大了要上幼儿园,上学,等等,都需要你们的帮助啊!”

玛希尔淡淡地笑了笑,接着说:“如果那样的话,做父母的见了上帝都难获得自由啊!请你相信,我们真的很放心,也很自信,因为他们都已经长大成人了!未来需要他们去创造!我们相信他们一定会成功!”

说到这里,玛希尔微笑着向我点点头,继续说:“我尊重你们中国老人的传统和习惯。在你们那儿,老人要为后代负责和服务终身。但是,羽翼下的幼鸟是难以飞向蓝天的!你们提倡多世同堂、合家团圆、子孙绕膝,这无疑是一种幸福;然而,世界上还有一种爱,那就是分离!父母的爱,就是让孩子尽早作为一个独立的个体,从父母的生命中分离出去。这种分离,越早越快就越成功!”

我被玛希尔的这一段话,深

深深地打动了。

第二天,玛希尔夫妇与两个孩子一起举办了家庭分别晚宴,并邀请我与老伴参加。

在分别晚宴上,玛希尔告诉两个儿子,父母手头共有189万美元,这笔钱足够他们老两口到旧金山养老所用。一家4口人,两位老人已经有了生活保障,两个儿子的未来要自己去创造。父母相信,玛希尔家族一代更比一代强。

接着,两个儿子相继向父母表达了独立自主的信心。

玛希尔夫妇离开诺沃克之前的那天上午,阳光灿烂。我和老伴及他们的儿子一起,赶到机场去欢送他们。我望着两位老人远去的背影,心里不禁有几分惆怅与空落,而老人的两个儿子却显得十分平静……

【健康提示】

秋天多穿红黄色

□那莉

常言道,“春捂秋冻”,但秋天穿衣不仅是“少穿”那么简单。从材质到款式,从颜色到穿法,都有许多讲究。穿对了,不仅可以使你成为秋季里一道美丽风景,还能改善身体的各种不适。

颜色要鲜艳。秋天,人容易因倦没精神,而颜色艳丽的衣服可以有效改善疲惫,起到醒脑提神的作用,建议穿红色、橙色和黄色。红色能刺激身体兴奋、产生温暖感,增加心率、脑电波的活动及呼吸频率;橙色能增加食欲、缓解疲劳,对乏力、过敏和便秘有一定改善作用;黄色是最有助于记忆的颜色,这种颜色也能改善心情。

少穿化纤衣。秋天干燥、风大,尽量别贴身穿羊毛或化纤类衣服,以免刺激皮肤引起瘙痒。秋天也最容易起静电,因此应该穿纯棉面料,不要因为耐脏和洗涤方便而穿化纤面料的衣物。

衣服稍肥点。秋季干燥,紧身衣裤不但妨碍关节和肢体活动,还会摩擦皮肤,压迫皮下组织,有碍血液循环。秋天衣着应以宽松为主,衣料以柔软下垂为宜,还可以有效预防过敏。

穿薄不穿厚。秋季里适度的凉爽刺激能促进身体的物质代谢,增加产热,有助于提高人体对低温的适应力。不过,秋季早晚温差大,所以最好的办法是穿薄而多层的套装,这样比穿厚而单层的衣服保暖性能更好,光线充足时还可以随时脱掉外套。此外,秋季要少穿露肩装,以免颈背肌肉因寒气侵入诱发颈椎病;少穿露脐装,以免腹部受凉;女性不要赤脚穿鞋,以免受寒着凉,导致子宫、下腹部血液循环不畅。外出时可随身携带一条长围巾,以备气温突变时保暖。

秋天适合搬新家

□宋广生

春秋季节是装修旺季,不少人急于搬进新家,又担心家具建材释放出的甲醛等有害物质影响健康。到底装修完什么时候搬新家最安全呢?

一般来讲,春季装修,夏季通风,秋天搬家最安全。夏季室温高、湿度大,室内装修所用建材和家具释放的甲醛、氨、苯等有害气体释放速度加快、量增大。另外,夏季大气气压较低,导致室内空气流动缓慢,相对来说,室内的空气污染比其他季节更严重。所以,装修后第一个夏季不要入住。而经过一个夏季的充分释放,加上开窗通风,在秋季温度和湿度都降低的时候搬家,则较为安全。

有研究表明,气温高的时候,人体的血管扩张,血液黏稠度增加,老人、病人、孕妇、儿童和体质差的人,本身自身抵抗力和耐热能力较差,再加上室内空气中的各种化学污染物的侵害,更易对人体健康造成影响。如果是秋冬季节装修的新家,装修完之后还是应该采取开窗通风的办法,让新释放出的有害气体充分排出。

秋冬季装修后,有人试图通过在新房内通上暖气,加快有害物质释放,这样的做法并不可靠。室内通暖气后,理论上可以达到较高温度,但墙体等仍无法达到夏季的温度及湿度,墙上的装修材料中如果含有害物质,无法有效扩散。如果秋冬季装修,家里环保状况较好,可以较短时间入住,否则建议最好通风半年后再入住。特别提醒的是,居室进行装饰装修时必须选择正规合格的材料和产品,才可减少装修后造成的室内空气污染。

建材家具中的有害气体释放是不间断的,所以入住后要持续开窗通风,还可以使用空气净化器,或者选择一些绿植、盆栽,起到辅助作用。

家事版投稿邮箱:jwqp@163.com

【家事直播】

母亲的味道

□晓敏

女儿三个月大的时候,我因感冒发烧住进了医院。人们都说病人的乳汁里有毒素,所以那几天,尽管乳房胀得难受,溢出的奶水如涓涓细流,面对饿得哇哇大哭的女儿,我还是把奶水挤出倒掉,不敢让她吃。

适逢邻居家的媳妇也生了孩子,那女人身体健壮,奶水充盈。母亲提议把孩子抱过去吃几天奶,等我病好了,再吃我的奶。就这样,三个月大的女儿被邻家媳妇抱进温暖的怀抱。当她把乳头放在女儿嘴边时,女儿竟抿嘴拒绝,任怎样哄逗弄,女儿就是不张嘴。不仅如此,女儿的小脑袋还倔强地扭到一边,看样子

想极力挣脱邻家媳妇的怀抱。实在喂不成了,旁边站着的大人哈哈大笑:这小妮子长大肯定精,这么小就能闻出是不是自己的妈妈了。

侄女七岁那年,嫂嫂嫌哥哥没本事,挣的钱不够养家糊口,听从娘家人的挑唆,狠心地抛下女儿,住进娘家与哥哥冷战。

嫂子生气出走,母亲怕我的侄女孤单,就想跟她一起睡。哪知侄女坚决不从,仍然睡在嫂嫂搂她睡的被窝里,天天抱着嫂嫂在她过生日时给她买的大玩具熊坐在大门口,不言也不语,眼神里满是渴望,看了让人心

酸。以前爱说爱笑的女儿变成这般模样,哥哥着急了,于是提议:妞呀,走,把熊放下,爸爸带你去公园玩。若是往常,小侄女肯定会高兴得一蹦三尺高,但那天她怒目圆睁,拼命护住怀里的熊大声喊着:谁也别想抢走我的熊!那上面有妈妈的味道!哥哥一听,眼圈就红了。这话传到嫂子耳朵里,她很快就回家了,一进门,便流着泪把小侄女和那只熊抱进怀里。此后,无论碰到什么困难,嫂子再也没有说过与哥哥离婚的话。

朋友云的母亲去世了,此后云多了一个爱好,就是吃母亲在世时常烙的千层饼,即使上饭店

吃饭或去朋友家串门,也不改这一习惯。只是,云每次吃千层饼的时候,都会遗憾地感叹:没有我母亲烙的饼好吃。这话若是在饭店说,倒也无所谓,可在朋友家吃饭时也说,实在有点说不过去。云却全然不顾周围人的脸色,只是一个劲儿地夸她母亲在世时烙的千层饼如何如何好吃,陶醉在无穷的回味中。

又是云母亲的忌日,那天她给母亲扫墓归来,忍不住号啕大哭,她说自己终于明白为什么觉得千层饼不好吃了,因为那里缺少了母亲的味道……

母亲的味道是什么?大概每个人心中都有一个答案。

【成长故事】

“刺猬孩子”

□孙长乐

自从去年儿子上大学后,家里清静了许多,我也时常想起自己以往跟儿子在一起的那些时光。儿子带给我的既有欢乐和幸福,也有烦恼、困惑和忧愁。

儿子小的时候,长得虎头虎脑,很是讨人喜欢。他也很黏我,只要我在家中,就一直围着我转。我坐在沙发上,他就爬到我身上,抠我的耳朵,摸我的鼻子,或者乖乖地偎在我身边。有时跌了一下,划破了手或被小朋友欺负了,儿子就会向我哭诉,找我求助。在幼时的儿子眼里,我是一个顶天立地、无所不能的爸

爸。每当看到儿子以那种崇拜的眼神望着我,我心里满是甜蜜,也感到骄傲。

可是,上了初中以后,儿子就渐渐变得对家人冷漠了,似乎看什么都不顺眼,有事也不肯与我交流,总是有意无意地躲避着我。有一次,看到他坐在书桌前不停地揉着脑门儿,我上前抚摸着他的脑袋,问道:“怎么了,不舒服吗?”

“你走开,我没事。”他扭着身子,不耐烦地拨开我的手,投向我的目光也是冷漠的,就像我是他的仇人一样。

儿子的逆反心理,令我很伤脑筋,我也只能跟他拉开一些距离,默默地关注着他。

大概是从高二后,儿子看上去温顺了一些,性情也跟小时候有些相近,眼睛里也时常流露出温暖和爱意。有了什么事情,他也乐意跟我交流、沟通,认真地倾听我的意见和建议。那天,我在家里收拾屋子,不小心被绊了一个趔趄,儿子急忙上前扶住我,脸上满是关切:“爸,小心点啊。”

那一刻,我心里涌过一股暖流,差点掉下眼泪。

对家长而言,幼年时的孩子,就像是自己喂养的一只小狗,每时每刻都在尾随着自己,冲自己摇头摆尾,这样的“小狗”,无疑是让人感到幸福和快乐的。而处于逆反时期的青少年,就如同一只刺猬,他们在保护自己的时候,也会扎到别人。作为家长,这一时期对孩子也无需呵护备至,而应跟孩子拉开一定的距离,给予足够的空间,暗暗照料,避免自己和他人被扎伤。终究有一天,那“刺猬孩子”,又会成为一只忠于主人、眷恋家门的“小狗”。

