

【生活感悟】

看见了真实的自己

□田一洁

养了一条狗,它大多数时候挺乖的,只是时不时地闹腾,把家具这里咬一下那里咬一下,这些我都能接受。不过自从它来了,地一天拖好几遍依然觉得脏兮兮的,最难处理的是它不期而至的这里一堆那里一堆的“地雷”,训练了好多天好多次,它还是傻傻的,分不清哪里是可以上厕所的地方。

那天,正打扫它的战场呢,只一转身工夫,它又在我明确规定不准排泄的地方拉了一堆,一瞬间,我狠狠踢了它一脚。

下一秒我就后悔了,后悔的不是因为买了这条狗,而是一瞬间就发现了自己不是那么有耐心,有爱心。那么毫不犹豫、不假思索、电光火石的一脚,力道十足的,就这一秒,看清了自己是什么样的人。一直以为为自己看到小动物就爱心爆棚,看到有人对小动物不好就恨不得冲上去扒

了人家的皮,几乎可以确定自己很善良、很有爱了,但这毫不犹豫的一脚能把狗踹一跟头,就证明了自己没有那么宽容慈悲。

这狗有什么错?它有了屎就要拉,就算没拉对地方,也是没拉到你觉得对的地方,它的天性就是想拉就拉,闻啊闻啊选了它觉得上厕所的正确位置,没按你的意思来它就不是一条好狗了吗?它又没哭着喊着要你家里,吃你的,喝你的,拉在你家客厅或阳台上,是你觉得自己有一腔爱心要给予,是你觉得它们太萌了,是你觉得有时候孤独需要陪伴,从头到尾都是你有需要,你说你有什么理由狠狠地踹它一脚?

再说一个朋友的事。她有一次说起经常跟婆婆置气,我们都劝她,你是一个高级白领,至于为了个西瓜俩枣的事弄得一肚子气吗?她说我知道,正因为知道才懊恼呢。

她说,她妈妈很早就过世了,爸爸脾气古怪又刻薄,忙着挣钱,跟她相处的时间也不多,在一起的时候要么不说话,要么就是醉醺醺的。她一度想着结婚真好,他的爸爸妈妈把自己当半个女儿,自己也孝顺顺的,你看多好哇!

事实却不是这样的,刚见面那会儿就发觉他爸妈没有那么和气,疼爱就不指望了,好脸色都没有。结婚后婆婆更是成天对她挑三拣四,认为能赶上他们的儿子好像是她捡了便宜似的。最气人的是,她的家庭的不完整,也成了他们挑剔的理由,他们觉得单亲家庭出来的孩子就是有问题。

她一再告诉自己,他们怎么样是他们的事,自己依然可以做一个孝顺的孩子,毕竟自己的素质在那里。

但真的做不到,她以为自己

可以通过各种忍让付出让他们觉得自己是个好孩子,值得他们的儿子拥有,值得他们疼爱。事实上呢,她没有那么忍辱负重,没那么圆融乖巧。刻意做这做那讨好他们了,他们还是拉长着脸的时候,她便心想,我从小没吃你家一粒米,没喝你家一口水,上一天班累得什么似的还看你们的脸色生活,你们以为你们是谁?所以她的脸拉得不比他们短。

她说,要换别人是我这种情况,我也会劝她,他们就是那样的人,不要和他们计较,把自己做好,起码自己先做好,双方关系才不会进入一个恶性循环。可结果呢,到我自己头上,我没做到,恰恰是把自己放在跟他们一样的层面上,计较着,闹心着。

所以,当发现真实的自己没自己想的那么好,觉得自己可以做到的事真的做不到,才是一件很恼火的事情。

【家有长辈】

母亲给我的感动

□何红雨

这个冬,再去探望母亲,发现她明显瘦了许多。

以前的圆脸已经变得干瘪塌陷,几乎瘦到快没有脸蛋的模样,眼睛也显得更大更深。

但是,母亲的精神状态还不错。每每见到我,她总是会紧紧地握着我的手,拉我坐在她的床边,和她说说话。所说之话,也无非是问问孩子的情况,公公婆婆的身体状况,或者我们的工作和生活。

或许,在以前,我听到母亲老说这些话题,会感觉厌烦。可是,现在,却不会了。

我会耐心地和她说,说每个人都很好,也都在惦记着她呢。也告诉她,她身体健康,精神愉悦了,一切也就都会好起来的。

母亲很开心,笑呵呵地听着。

由于母亲腿脚不方便,所以,我只能在节假日或者天气晴朗的周末带她出去转转,也了解一下长期憋闷在家的老人的心情。但每每在我提及没有更多时间陪伴和照顾她的时候,她却总是微笑着说,没什么,我很好,你们照顾好自己和家里就好了。

为了生计而忙碌奔波的我们,有时会问母亲想吃什么或者想要些什么,以为她会说出许多,要这也要那。可是,母亲却总是笑着说,我什么都不需要,吃的穿的我都有啦。你们都别乱花钱,把钱都攒起来,将来给孩子用。

父母离婚后我几乎不敢再翻看家中早年的那些照片,并将那些影集藏起来,生怕母亲看到后伤心,以为痴情的母亲永远不会原谅父亲。可是,一次女儿不小心将这几本旧影集翻了出来。恰巧被母亲看到,以为她会对父亲的照片发火、抱怨,谁知,她却对我说,去拿块干净的抹布,将这影集上的灰尘擦干净。我注意到,母亲在看到父亲的照片时,一只手指非常疼惜地抚摸着照片。而她的神情亦满是激动和幸福,我并没有听到她的抱怨。

或许,是时间磨平了母亲心头原有的伤痕,母亲不再如以前那样尖锐了,她能够原谅父亲了。

也因此,在一个节日里,我提前在酒店里预订了一桌饭菜,并将父亲也接了过来。当我小心翼翼地告诉母亲,饭桌上将会看到父亲时,母亲的眼中泛起一层温暖的笑意。

看到母亲的微笑,我终于放下了那颗忐忑不安的心,离异多年的父母,终于不再互相抱怨和憎恨。

或许,是我们这些做儿女的思想过于狭隘,总以为父母因为曾经的伤害会彼此记恨一辈子。而事实却证明,他们都会互相宽容对方的。那些属于过去的伤害和疼痛,都已经远去。

年迈的母亲带给我的感动还有许多。我想,在以后的日子里,我会一点点记录下这些感动,也让这些感动一直温暖我的心房,更警示我要做一个胸怀坦荡的快乐幸福的女人。

【我家有子】

讲原则的女儿

□杨福成

女儿是个动漫迷,一位朋友在我家门口举办动漫展,这可方便了。

动漫展的第二天,一个同学想让我女儿带进去,她同意了。

可等她们见了面,女儿看到那个同学又带了一个同学,想一块儿进去看,女儿不乐意了,说:“不行,让她回去。”

“咱一个班的,她都来到了,你就给你爸爸的朋友打个招呼,让她进去吧。”那个事先说好的同学讲情。

“不行,你之前没有给我说她要来。”女儿说。

看我女儿如此坚持,她那个事先没有打招呼的同学只好回去了。

展览的第三天中午,我家来了一个小客人,她也喜欢动漫,吃饭的时候我就给女儿说:“下午你带着小客人去看动漫展吧。”

“不行。”女儿干脆地说。

“怎么不行了?”我很纳闷。

“我已经答应大爷(也就是我的朋友)不再带人进去了。”女儿说。

“就再带一次还不行?”我跟女儿商量。

“不行,我已经答应了。”

女儿的回答没有商量余地。

上次,一个班的同学去了都不带进去,我就想教育一下她,这次又不近人情地“讲原则”拒绝,就感觉她太幼稚了,心想非得严厉地教育一下她不行:要开化,要学会变通,要八面玲珑,要利用机会多交朋友,要学会利用资源……否则你就没有人缘,否则你就没有气场,否则你就会遭人挤兑,否则你在这个社会上就很难吃得开……一套套的词儿到了嘴边,但我却没有说得出口,总觉得这事儿女儿做得也对也不对。

后来仔细想想看过的历史故事和所经历的事儿,发现,一个人之所以变坏,一个社会之所以变乱,都是因为不讲原则所致。

这样再看我女儿的“讲原则”,不是也对也不对,而是十分对。

讲原则,永远是对的。

小光结婚之后,和妻子隔

三岔五就要上演一场全武行。家里常常是噼里啪啦的,不是摔盘子,就是砸碗。

这不,今天,小光又和妻子吵嘴了。小光买了三四斤梨,回家发现坏了几个。妻子唠叨了几句,小光也不服气,两个人就又扭打在一起。电视砸了,手机也砸了,家里就像遭到了抢劫一样。妻子打电话向婆婆诉苦,小光找岳父母告状。一场夫妻之间的争吵演变成了两个大家庭的矛盾。两头的老人劝了这个说那个,忧心忡忡的,也没有了平和和安静。

我们都是成人了,遇到问题应该尽量用自己的方法去解决。不想着解决问题而是去找第三方来解决,这其实是一种心理不成熟的表现。我们始终说做人要自立自强,但是遇到问题还去找父母,这无论从什么角度而言都是不合适的。我们和父母之间本来就存在代沟,思考问题的角度、处理问题的方法都不一样,他们能够给我们什么解决问题的办法呢?同时,父母在处理这样的问题上,往往存在着偏袒,这样也不利于问题的解决。一个成熟的人不但不会把自己打架这样的事向外张扬,还会尽量用自己的方式去达成妥协。

遇到矛盾心里烦躁郁闷,找一个倾诉的对象这没有错,但是有必要找父母倒苦水吗?没有必要。如果我们找朋友发泄,可以让我们的心理负担减轻,还能找到解决的办法。但是父母和我们血脉相连,在他们眼里我们始终是孩子。一旦我

【围城故事】

不向父母诉苦也是孝顺

□章中林



们把苦楚向他们倾诉,他们往往会陷入一种不安定的痛苦之中。正是基于这一点,我们遇到矛盾冲突的时候,如果不是什么大是大非的问题,就没有必要把战火引向双方的父母。犯错的是我们自己,我们有什么必要把压力推向父母呢?

生活是个大课堂。每个人都应该在其中锤炼、磨合、相容,并学会与他人和谐相处。不向父母诉苦,这不仅是一种生活的智慧,也是一种孝顺父母的修养。

【健康提示】

香蕉油煎 甘蔗煲汤

水果热着吃也有营养

□于仁文

全国各地大降温,冷冰冰的水果开始受到胃的抗议了。于是,很多人干脆放弃了它们。其实,水果未必都要冷着吃,很多适合热着吃。特别是老人、孩子、正处在生理期的女性以及怕冷和容易腹泻的人不妨试一试。

香蕉、苹果煎着吃。先将苹果切成1厘米厚的圆片,香蕉切成两半,煎前在平底锅中倒入少许橄榄油,然后将切好的苹果或香蕉放入,用小火煎五六分钟,直至苹果香气浓

郁,香蕉质地变软。香蕉和苹果中的维生素C含量较少,其中的钾、镁等矿物质和膳食纤维等营养素并不会受加热的影响而损失。其中的多酚类抗氧化物质,在加热条件下,大部分也能保留下来。

梨、甘蔗煲汤。梨是性质偏寒凉的水果,冬天最好热吃,比如冰糖雪梨汤,而甘蔗也可以跟百合和枸杞一起煲汤。做法也很简单,将水果切丁,加入配料煮半小时左右就好了,最后还可加点蜂蜜调

味。梨和甘蔗中的维生素C含量同样不高,因此热着吃不会降低其营养价值。

橘子烤着吃。先将橘子表皮用针扎几下,再放入微波炉内烤,时间大约为半分钟到一分钟。橘子的维生素C含量较高,但其中含有丰富的果酸,会对维生素C有一定的保护作用。但是不适合切开烘烤,以免汁液流失。

冬季吃水果要记住这个原则,那就是热着吃总比不吃要好。

家事版投稿邮箱
jwqp@163.com