

【家事直播】

谁的妈妈不唠叨

□焉凤玲

为了应对周末那场考试,周五匆匆将儿子送到哥哥家,拜托老妈帮着照顾一下。慌里慌张出门,也没注意到儿子是穿着前一天玩脏了的衣裤。一见面,母亲就数落开了:“你看看,你看看,孩子脏成什么样了,这个样就穿出门……这头发也该理了,看看都成什么样了!”

急着去考试,再瞅瞅母亲花白的头发,我强忍着没回嘴。当这头发还乌黑浓密的时候,她唠叨得比这还狠,如果不是因为打小吃尽了这唠叨的苦头,大学毕业我也不会执意远离家乡,选择漂泊在外。当初亦是因为怕了这份管束,面对N多结婚对象,我一意孤行,顶着全家人的反对,嫁给了一无所有但什么都由着我的老公。

什么都由着你,是因为他天性散漫。不强求你,也不管你;不光不管你,家里家外的事也由着你一人去折腾,属于油瓶子倒了也不知道扶起来的甩手掌柜。卧

室里的灯泡坏了没人修,两个星期摸黑上床;住了八年的房子,物业上门查水表,人家作为一家之主竟然不知道水表身居何处。刚有孩子的时候,这边你手忙脚乱,人家却自顾自地在沙发上看电视。你埋怨,人家还好奇怪:你非得现在忙?这个活不干有什么要紧?今天干不了,明天干行不行?房间脏,那就脏点呗;洗完手卫生间地上一片水……卫生间不就应该有水?唠叨什么!于是就烦了,烦了也就吵。最后只能狠狠给他总结一句:都是从小没养成好习惯!

深受其累,一时又无法改变人家多年养成的习惯。每念及此,就暗自警醒:自己的孩子将来可不能这个样,改造不了旧世界就创造一个新世界。于是一言一行、一举一动给儿子立规矩:物归原处,下次好找;进门换衣服,衣服挂起来,别扔沙发上;上下楼梯小点声,关门轻点儿;进门先洗手,

洗手,记得洗手……

转眼儿子已是十岁的少年,他爹有时候会由衷地承认:习惯方面儿子的确比我强。老倔低头,老赖觉悟,实属不易。可是这小小少年却渐渐露出不满的小苗头。常常我兀自在说,他一迭声地回:“好好好,知道了知道了,行了行了,别唠叨了。”想想自己当年的心情,便强咽下马上出口的训话,默念:“三缄,三缄。”可有时候情急之下嘴巴哪里由得自己,车轱辘话出了口就收不住。人近不惑,也算深刻理解了体会了自己妈妈唠叨里的担忧。

儿子住校,周日晚上要返校,因此周日上午考完试就一路车赶去接孩子。临走母亲一边给我们打包蒸好的馒头、煮好的饺子,一边嘱咐:“回家把它们分袋冻起来,饺子分成小袋,别冻成一大团,自己一个人不愿做饭就拿出一袋来热热……一定热透了……看你过日子过得,一个

人就不做饭了?”这边她越说越来气,那边我突然发现儿子竟然灰头土脸没洗澡,于是大喝一声:“你都干什么了?没人催你就不知道洗澡了?玩疯了!”急火火抓过他来,一把塞进浴室。

回到家,家里一片狼藉,碗堆成了山,脏衣服一筐,沙发上皱成一团,剩菜在餐桌上发酵,脏袜子床头一只床尾一只。忽然想起婆婆前几天来家看新房子,千叮咛万嘱咐:“新房子,两个人一定好好过。儿子倔,你顺着他。你公公当初常年在外面,啥也不管,俺一个人拉扯他兄弟四个,哪一个也不省心。尤其这个老四,当年最惹我生气,不让人说,一说就给你犟。忍得一世辛苦,到老了,和我似的,才能修成福气。看吧,如今四个几个顶个孝顺我。”好吧,一忍再忍,忍着疲乏一一归置。

唉,天下的妈妈都是一样一样的,唠叨也都是是一样的。谁的妈妈不唠叨?

家事

【家有长辈】

生日礼物

□潘姝苗

《归来》公演当天恰巧是我生日,不知是出于什么想法,姐姐约我陪爸妈一起去看电影。

这是好久都没有过的体验,恍若一下子回到了小时候。那时去影院是件稀罕事,进入人头攒动的影院时,我们尾巴一样跟在父母身后,眼睛死盯着他们的背影,边挤边紧挨着走,生怕自己走丢了。现在反倒是父母跟在我们后面,一边称赞着走廊这么宽,一边感慨着包厢这么多。

入场时按票对号,跟在姐后面,我与母亲、父亲依序而坐。一落座,姐隔着我招手:“爸,您来,到这边来。”我忍不住笑她:“真想做老爸的情人啊,上赶着亲热。”姐不理睬我,边将包里的酸奶递给父亲,边在灯熄灭前送了我一个骄傲的眼神。联想到她这些年为父母费的心思,我不得不佩服她。厂里棚户区改造,父母住的老屋拆迁在即,姐在她儿子就读的学区租了房,一面请二老搬去,一面给了钱让他们照应外孙子的饮食起居。因为能帮上忙,父母乐颠颠地顺从了。其实我知道,姐是“醉翁之意不在酒”,儿子她自己就能照顾好,倒是父母这几年热衷炒股,心思完全用在电脑上,每天对着大盘的“绿肥红瘦”,生活全然无序。只有男生出点事情,转移视线,才能使他们从这“苦海”中脱离。

黑暗里,包厢内的观众仿佛都隐身了,整个时空恍若一只吸附在荧幕上的蝙蝠,一切外物已不复存在,只有银幕上发出的声音和光亮,与我们的灵魂不时触碰。故事里描述着文化大革命的情景,戴领袖章、拿小红本、跳“忠字舞”,我忍不住问道:“妈,你们那时候真是这样吗?你会跳这样的舞吗?”母亲在身边吱唔道:“嗯,那会儿乱着呢,正在上学,哪有心思读书。唉,全荒废了……”我想象着,母亲已化作电影里丹丹的模样,浑身散发青春的气息,随着时光旋转舞蹈,美丽而美好。母亲一直是要强的人,做什么事都想做到最好。可能因为时运不佳,总要把一句“心强命不强”挂在嘴边。

父母在,不矫情。本来是足够“煽”的剧情,也的确好几次心里起了涟漪,却只是逞着强,没有一次动容。那地上残存足够抹一把脸的雨水,桥上命运与爱恨较量的一番追逐与挣扎;那经时光摧残、岁月变迁之后,面对面相见不相识的困惑与麻木;那镌刻了温情与记忆的信笺与琴键,终被阅读、弹奏成陌生的隔阂与冷落,让人想诉说,却又不知说什么是好。

熟悉的站台,大雪落了满地,人海空茫散尽……世间种种情爱,也许只不过是一场擦肩的缘分,没有早一步,没有晚走一步;聚也不狂喜,散也无凄凉,只是如是相守,便算作归来。

之后,姐姐告诉我此行缘由:生日最好的礼物,即要令父母称心。人生如斯繁复,且行且记得,心简单,路也简单。是我观影之感。

【家有儿女】

别把孩子毁了

□朱云

好友十二岁的女儿,到现在还不会自己泡方便面。用她的话说,孩子是用来培养的,不是用来做事的。从小到大,孩子便生活在蜜罐里,凡事不让她动手,当然,好友也是有要求的,那就是学习成绩一定要排在班上的前十名。

同事的儿子,也同样如此。在家里几乎是饭来张口衣来伸手,同事也一脸的满意,她说:“为什么要让小孩子做这些事情?他们现在的任务就是学习,做家务岂不耽误了学习。”在她口中,孩子的学习是最为重要的,其他事情可以一概不管。只是这样培养出来的孩子,就真的很优秀吗?

这不由得让我想起自己小的时候,那时,母亲虽然也对我讲学习的重要性,可是对于家务活,却没少让我参与。当时,很是不理解母亲的做法:我还那么小,为什么非得要我学会做饭、洗衣这些大人做的事情?

穷人的孩子早当家,母亲总是用这话来教育我。她说:“做点家务累不死人,学习固然重要,但是劳动也很重要,从小要学会平衡这两者的关系,长大后你才能够独立。”

如今的我,虽然谈不上优秀,但却很独立,不像我的有些同学,三十多岁了,凡事还要依靠父母,就连做饭持家这种简单的事情,都需要父母帮忙。常常看见她们年迈的父母,不仅帮着她们带孩子,还要帮着打理家里的家务。

有多少孩子,被所谓的学习给废掉了。他们变成了学习的机器,除了书本上的东西,几乎什么都不会。读书读到了这份儿上,也真是让人揪心。其实,孩子适当地做点事情,适当地为父母分担些家务,不仅不会影响学习,还让他们更早地得到锻炼。

不要凡事都替孩子包办,父母也有老的那一天,一旦老了,无法帮孩子做事了,到那个时候,又该如何是好呢?

别让孩子毁在分数上,不要大过于关注所谓的成绩,让孩子全面发展,才是每一个家长所要关注的事情。只有让孩子全面发展,只有不纠结于所谓的分数,我们的孩子才能够拥有更为绚丽的人生。



【生活提示】

天热,怎么做饭不受罪

□范志红

炎炎夏日,下厨人想摆脱油烟缭绕热气熏人的厨房,用餐人希望吃点不油腻的爽口食品,但营养供应不能凑合,真的能够兼顾这三方面要求吗?要想做到这些,需要在烹调方法上多想办法。

办法一:改变锅具

现代厨房电器,给我们提供了很多无需动火的烹调选择。比如说,电压力锅和电炖锅不仅能用来煮八宝粥,同样可以用来制作鱼块、肉块、排骨、猪蹄甚至整鸡。只需加很少一点水,混入各种调料,清炖也好,红焖也好,它都能搞定,只是调料不同而已。只需二十多分钟的时间,鸡鸭鱼肉都能变成美味的炖菜。夏天人们消化液分泌比较少,消化能力有所下降,而压力锅炖的肉质地柔软,吃起来也特别容易消化。又比如说,电蒸锅不仅能蒸馒头蒸蛋羹,还可以蒸鱼蒸肉蒸鸡、蒸红薯南瓜、蒸土豆茄子豆角。各

种蔬菜拿出来之后,稍微拌一点调味汁,就足够美味了。豆浆机也不仅限于做豆浆,它还可以做杂粮糊糊、蔬菜汤、水果羹等。

办法二:改变烹调方法

要充分利用这些厨房电器,就要改变以炒菜、红烧、煎炸为主的烹调方法。在一餐当中,虽然食材与其他季节一样丰富,但烹调方法就要清爽许多。把红烧改成清炖,或者把红烧改成蒸熟之后蘸调料汁食用,味道一样非常好,在灶台前的时间却可以减少为零。把爆炒改成蒸菜、炖菜,就无需闻油烟了。把炒蔬菜改成凉拌菜,不仅吃起来凉爽许多,还能减少营养损失。比如说,除了黄瓜和番茄之外,茼蒿、鸡毛菜、生菜、甜椒、圆白菜等很多脆嫩蔬菜都适合凉拌;茄子、土豆、豆角之类蒸熟之后也可以凉拌。加点坚果花生碎,加点香油和蒜醋汁,吃起来爽口又开胃。这些烹调方式的变

化,还能减少食材受高热的机会,减少各种致癌物质的产生,可以说是一举两得。

办法三:改变食材比例

在食材方面,减少油脂和肉类,增加多种颜色的蔬菜,增加杂粮薯类,是夏日烹调的原则。这样的食材配合会提供更多的钾、镁、膳食纤维和抗氧化物质。不过,也要注意另一方面的问题:由于主食和肉类的减少,蛋白质和B族维生素的摄入量严重下降,人们更容易感觉疲劳无力、食欲不振,抵抗力下降,并且因为缺乏钙供应,在盛夏也特别容易出现腿脚抽筋、情绪烦躁的情况。而奶类正好就擅长供应这几类营养素,它含优质的蛋白质、丰富的钙,还有除维C之外的12种维生素。而且,与肉类、鱼类相比,奶类食用起来更为便捷。最推荐的是酸奶,因为它不仅营养价值高,口感凉爽食用方便,而且其中的乳酸和乳酸菌都有利于减少胃肠道感染的风险。

插图/巴巴熊