

【父母学堂】

## 心之殇

□尤怡莎

一个朋友的孩子自杀了,事发在高考之前。前段时间听朋友说过,孩子想报考艺术类院校,她不同意,觉得将来工作不好找,为此还跟孩子发生了激烈的争吵。

上世纪80年代,我的邻居两口子都是高级知识分子,家里有个上中学的男孩子,高高的个子,阳光帅气,学习成绩很好,父母也以他为骄傲。突然有一天男孩割腕自杀了,后来听说是因为和学校里一个非常优秀的女同学谈恋爱,老师把家长叫到学校,说学校不允许学生早恋,要求家长严加管教。家长回来后强行要男孩与女同学断绝来往,男孩子不听,家长就不让他去学校上学。家长孩子互不让步,男孩子割腕抗议,邻居下班发现倒在血泊中的孩子,急忙送往医院,最终没能抢救

救过来。再见到邻居两口子是一个月以后,四十出头的人已有了许多白发,见了熟人也不说话,看着让人揪心。

90年代末,我所在部队的一名农村籍小战士聪明勤奋、助人为乐,在部队还入了党,3年服役期满,准备复员回家时,部队老领导的女儿喜欢上了他,他也对女孩子有好感,两人决定让小战士先在当地打工,等发展好了再谈婚论嫁。但是他们的交往遭到了女孩家长的坚决反对,嫌小战士家在农村负担重,最后以断绝父女关系相要挟。那时我已转业到地方工作,小战士找我商量,我建议他别着急慢慢来,用真情感化亲情,没有哪个父母会不要自己的孩子。可是没想到没过多久,女孩子在上班的路上遇到车祸,当场身亡。

据肇事司机说是女孩子骑自行车心不在焉,不看信号闯红灯,自己撞上汽车的。小战士哭着对我说:“早知道是这样,我就会放弃这段感情,起码能让自己喜欢的女孩不必在我和父母之间左右为难,也许女孩就不会精神恍惚出车祸。”亲情似水,无水生命不能生存,生命中不可承受之痛,就在于人生没有重来的机会啊。

天下没有不疼爱孩子的父母,孩子刚出生的时候,父母的要求很简单,希望孩子健康就好。随着孩子逐渐长大,父母的付出越来越多,要求也越来越高,望子成龙望女成凤,辛苦奔忙一切都是为了孩子,所作所为也都是为了孩子能幸福快乐,但是由于方式方法不当,导致好的出发点不一定都会有好的结果。父母有丰富的社会经

验,应该多主动与孩子沟通交流,相互支持理解,不能一味地武断强制,打着爱的旗号做出错误的行为。现在是信息时代,许多孩子比家长了解的知识还要多,思维方式多元化,有道是“条条大路通罗马”,只要孩子有理想有主见,不做违法乱纪、道德败坏的事,将来能够自强自立,像孩童时那样幸福快乐就好,家长最好帮忙不添乱。

有句话说得好,“只有父母好好学习,孩子才能天天向上”,父母是孩子的第一任老师,其能力水平的高低,直接影响到孩子的前途命运。人生苦短,在有限的能做家长的时间里,家长们应该做孩子们生活上的好帮手、感情上的好朋友。培养教育孩子是每个家长的必修课和不可推卸的责任,为人父母不易,需要且行且努力。

### 家事

【生活提示】

## 玉米啃不干净,丢掉营养精华

□李再贵



眼下又到玉米丰收上市的季节了,煮玉米、烤玉米是很多人喜爱的美食。不少人啃玉米的时候都是特别大口,但细心的人应该会发现,总会在玉米棒上留下许多淡黄色的颗粒,它们的营养价值如何呢?

这些留在玉米棒上的颗粒名为玉米胚芽,可以说这是玉米的精华。与玉米籽粒比较,玉米胚芽的营养更为丰富。玉米籽粒主要是淀粉,还有部分膳食纤维,而玉米胚芽含有大量的蛋白质、脂肪及维生素等营养物质,其中蛋白质含量在15%左右,脂肪在45%左右(其中85%是以油酸和亚油酸为主的不饱和脂肪酸),还有8%左右的膳食纤维。另外,玉米胚芽也是维生素E、植物甾醇的宝库,其含量均远高于玉米籽粒,而这两种物质都是非常好的抗氧化剂,有延缓衰老、预防心脑血管疾病、降低胆固醇等功效。

所以大家在啃玉米时应小口慢啃,最好不要吃得过快,要尽可能啃干净。另外,玉米嚼不碎也不利于消化,会引起肠胃不适。

【欢乐家庭】

## 形容

□甘霖

和儿子看电视,主持人正在采访一个跳芭蕾舞的外国小姑娘。那个小姑娘仿佛童话世界里走出来的小天使,尤其是那双大眼睛,又长又翘的睫毛,蓝宝石一样的眼珠,漂亮极了。

我不禁感叹道:“这个小姑娘太漂亮啦!那双大眼睛忽闪忽闪的,简直会说话呀!”儿子毫不客气地批评道:“妈妈,你这形容也太老套了吧。”我连忙改口道:“她的大眼睛忽闪忽闪的,好像会唱歌啊!”儿子继续吐槽:“唉,毫无新意啊。”

我绞尽脑汁:“这个小姑娘的大眼睛忽闪忽闪的,简直会打快板儿啊!”

儿子彻底无语。



插图/巴巴熊

【家有长辈】

## 担心的原因

□刘文亮

女儿放暑假后,我准备带她到海边去玩。考虑到女儿年龄小,短时间内适应不了当地的饮食,我便让老公到超市给女儿去买些零食带着。老公平时最关心女儿,听我说完便下楼了。

“老婆,你看这些东西行吗?”时间不长,老公提着一大包东西回来了,“我还给你买了一顶遮阳帽。”老公从没主动给我买过东西,我心想这次给我买遮阳帽肯定是担心我到海边晒黑了,于是我假装嗔怪道:“这帽子便宜吧?你是不是担心我晒黑了?”老公白了我一眼,叹口气说:“我不是担心你晒黑了!我是担心你晒黑了,回来又要买高级美白化妆品……”

## 教育谁

□张金初

晚上,我和女儿一起看电视。电视里有个小女孩不听话,被她的妈妈朝屁股上打了一巴掌,小女孩哭得一塌糊涂。

这是教育女儿的好机会,我连忙说:“女儿你看,这就是不听话的下场。”

女儿愤愤不平地说:“妈妈你看,这个当妈妈的好没素质啊,就会打孩子。”

## 给父亲的手机充值

□潘彩霞

父母和小弟住在乡下。前不久,小弟结婚了,因为新房钥匙还没有拿到手,只好先住在父母的房子里。尽管弟媳一再强调很乐意和公婆住在一起,但父母亲还是不愿意打扰小两口的二人世界,回到空了许久的老院子,收拾出两间旧屋,父亲和母亲就这样搬了过去。

两个院子隔着五十米远,固定电话没有移过来,一来,小弟的电脑还连着网线,二来,母亲说,城里的新房半年后交钥匙,等小弟一搬走就回来了,麻烦它干啥。母亲又说,你爸不是还有手机嘛,往后,我们俩就用手机,也新鲜新鲜。

父亲有一部老年手机,半年前刚买的,但用的机会极少,家里座机是包月的,手机只是备着出门急用,平常倒像个摆设一般。何况这几年我们早已习惯通过小弟的电脑和母亲视频聊天,那桌面上热乎乎的饭菜,这头外孙子的插科打诨,虽是百里之外,却犹在身边。

刚搬到老屋时,没有儿女的陪伴,突然清静下来的母亲一时难以适应,隔三岔五便想和我说话,唠唠嗑,娘俩的话匣子一打开,就像拧开的水龙头,关也关不住,经常一通电话就是半小时四

十分钟的。起先,我总是先挂断,然后再回拨过去,第一次,母亲听到“您拨打的电话正在通话中”时,不明就里,明明接通了,怎么就没了呢,白白担心了一回,弄明白后,她对我说:“你只管接,手机费还花得起!”

有天晚上,我和母亲正聊得热火朝天,无非东家长西家短,或者是些陈年旧事,甚至是母亲已经复述过N遍的老故事,但我们俩,说者不倦,听者不厌。不能常母亲在身边尽孝,陪她说说话,对我来说也是一种安慰。然而,就在挂电话的当儿,我听到手机里传来父亲埋怨的声音:“说个没完没了,这手机费怪贵的……”

父母一生勤俭,我能猜到他们面对几十元上百元的话费账单时该是怎样心疼,但是,倘或连这样一点想说就说机会都没有的话,住在老屋里的他们该是何等落寞。但以母亲要强性格,连平常一点孝敬钱都不肯要,只说有吃有穿要那么多钱做什么,我如果提出承担手机话费,只会让她更加不安。

后来,我便常常主动打电话回去,只是时间拿捏不准,有时他们正看着喜爱的戏剧,唠唠嗑,反倒打扰了他们,少说几句吧,母亲又觉得

过意不去,就这样,她一边和我说话一边惦记着戏里的事,反倒两头都不能尽兴。

那天上淘宝闲逛,看到页面上的手机充值时,突然想到,对啊,我可以悄悄给父亲的手机充值。短信提醒是不必担心的,父亲说过,他们根本不会看,而且,日渐老去的父母早已OUT了,异地交费这事儿恐怕听都没听过。

为了不让他们起疑心,我决定每月只充30元。过了一个月后,在一次电话里,我试探性地问母亲:“我爸的手机话费一个月得多少钱?”母亲呵呵一笑,说:“上个月还不到40块,被你爸说的,我还以为得多贵呢。”看来他们并没有发觉,我稍稍松了一口气。

父母都是那种生怕拖累儿女的人,他们常说,趁着自己能动,要多攒几个养老钱,就连过年过节时我们姐弟硬塞过去的孝敬钱,事后,他们也总要变着法子再还回来,否则便觉得欠了儿女多大情似的。这区区几十元钱,能够当作爱回报给他们,是让我内心感到慰藉的一件事。

挂机的时候,我特意叮嘱母亲:“别忘了给我打电话啊!”

“记着呢记着呢!”母亲连声答应。我在心里偷偷地乐了。

## 斑点少的皮蛋更安全

□何丽

炎炎夏日,皮蛋是很好的佐餐小菜。但什么样的皮蛋吃着放心呢?建议大家首先要注意看蛋壳外部,有大黑点的皮蛋不要选,壳上的斑点应越少越好。

蛋壳表面有黑色斑点,说明皮蛋铅、铜含量较高,这样的蛋剥壳后也可能看到蛋白部分颜色偏黑绿或有黑点,这是蛋白质分解产生的硫元素和金属离子(如铜离子)反应的结果。传统皮蛋是用鲜鸭蛋加上食用碱、食用盐、生石灰等原料腌制而成,腌制时间为两个多月。然而,一些不法生产商为了缩短生产周期,降低成本,使用了工业硫酸铜腌制。这样的皮蛋会增加肝肾的负担,长期大量食用容易引起重金属中毒。

需要提醒的是,购买皮蛋,要选择包装完整并带有QS标志的。另外,还要做到以下四点。一看。挑选皮色灰白、无黑斑、无裂纹、蛋壳完整的。二掂。将皮蛋放在手心轻轻掂一下,颤动大的质量好。三摇。把皮蛋放在耳朵边摇动,好的皮蛋没有声音。四照。用灯光透视,蛋内大部分呈黑色或深褐色,小部分呈黄色或浅红色者为优质蛋。