

【家事直播】

母亲帮我带孩子

□聂勇军

母亲的年纪越来越大，负担也越来越重，含饴弄孙的辛劳常将她折腾得不行。

前几年，母亲被大哥接到城里带孩子。大哥是个老实人，又下岗在家，呆在家里没少受媳妇奚落，他一怒之下一个人到海南打拼去了。这可苦了老母，不但要受儿媳妇各种冤枉气，而且儿媳妇以各种理由对她实行经济封锁，母亲饿时忍不住吃了孙子的一点零食，结果被儿媳妇骂了个狗血淋头。纵是如此，母亲却忍了，并且以顽强的毅力挺了过来，一直到两年后大哥挣了一笔钱回家为止。

回家没能歇息一阵，二哥的孩子又呱呱坠地。在我们兄弟当中，二哥是最聪明的一个。可因为二哥岳父是一个单位的小干部，二哥竟选择倒插门当上门女婿。二哥忙里忙外、忙前忙后，为岳父家勤勤恳恳地做事，可还是走不进岳父心里，一家人总拿他当外人看。二哥的家庭地位如此尴尬，母亲夹在其中自然也好不到哪儿去。但

母亲总是往好处想，她说，不管怎样，这孩子最终还是随咱家的姓，我喜欢孩子，在家也没事，为咱家孩子受再大的苦，我也值呀。母亲又为二哥带了三年孩子，直至把孩子送进了幼儿园。

母亲回家后曾在床上躺了好长一段时间，她的老胃病又犯了。可我们都不在母亲身边，无法尽孝，母亲也不愿告诉我们，怕影响我们的工作和生活，凡事自己一个人扛着。

母亲的病还没完全好，很快，我的孩子又来到了人间。本想请个保姆，母亲坚决制止。母亲说，我还动得了，何苦花那个冤枉钱？别人带孙子，我还不放心呢。

也许是带出了经验，母亲带孩子很有一套，与孩子相处得非常好。别人家的孩子大病小病不断，可我们家孩子一直长得白白胖胖，几乎没怎么病过，而且很早就开口说话，学会了走路。不仅如此，我发现母亲带孩子总有使不完的劲，孩子

晚上要是有点哭闹，只要我们房间灯一亮，警觉的母亲马上就醒了，提醒我们孩子是饿了渴了还是发烧。我们手足无措时，母亲就推门进来，摸摸孩子的头，说孩子尿布湿了。一打开，果然满是“黄金”，母亲这时就会抱着孩子到她的房间去，说你们要上班，睡吧，让我来。年少的我们那时睡意正浓，一倒下又是酣然入梦，留下在卫生间忙碌的母亲。母亲很疼爱孩子，是农村那种典型的溺爱，为此常与我妻子闹别扭。妻子不是唠叨母亲那一口乡音会影响孩子今后语言发育，就是指责母亲喂养方式不卫生会传染疾病，可母亲年岁大了，记忆力也大不如从前，想改，有那么容易吗？而我是单位领导秘书，从来没有准点下班过，又经常出差，白天难得与母亲打照面，母亲有泪时也只能往肚里流。

转眼间，孩子大了，又要上幼儿园了。我发现母亲并没有如我们那样有一种如释重负的喜悦，而是一天天地沉默着，对

孩子更是一天天地疼爱和珍惜，有时不自觉地流泪。母亲说，孩子大了，我也该走了，今后想看着你、见见孙子，哪怕在你家吃顿热饭，也越来越难了。我安慰母亲，你有空就可以经常过来坐坐，看看孙子。母亲笑，就你那白眼媳妇，能看着我坐在家里白吃白喝？尽管我口头说哪会呢，心里却一阵阵难过，想想在这连身都转不过来的简易房（母亲睡的是沙发），还有妻子对母亲的不屑目光，三天两头向我诉说母亲的不是，有人说婆媳难缠，久住不得，我只能长叹。

父亲很早就离开了我们，母亲将我们兄弟三人拉扯大，其中辛苦滋味外人难知。母亲常对邻居们说终于苦尽甘来，可以到城里天天吃热饭，享享三个儿子的福了，可成人后的我们三兄弟却一次次地让母亲失望。要用母亲时我们急切接母亲进城，一旦母亲用不上了，我们或直接或间接地逼走母亲，她会是多么的伤心和无助呀。

家事

【生活提示】

夏天防寒比防暑更重要

□周继朴

夏日炎炎，人人都想着法儿地防暑降温，却容易忽略寒邪的侵袭。殊不知，这夏日的寒邪比冬天更伤人。

外界的寒凉之气，都属于风寒邪气。明代医家张景岳说：“天之大宝，只此一丸红日；人之大宝，只此一息真阳。”说明阳气对人体的重要性就好比太阳。人体的阳气随着四季气温的变化而变化。冬天气温低，万物凋敝，阳气活动迟缓，内收封藏。此时，天气虽冷，但人们更加注重防寒保暖，不爱贪凉，阳气反而不易为寒邪所伤。夏至以后，人体阳气在一年中逐渐达到顶峰，血管处于扩张状态，腠理开泄，一旦着凉，寒邪更容易趁机入侵。人们在夏季多喜食冷饮，爱吹空调，这些过度贪凉的行为都可能让身体在无形中被寒邪伤害。

此外，夏季寒邪还是慢慢累积病根的过程。中医讲“形寒饮冷则伤肺”，很多在夏天反复发作的慢性咳嗽、过敏性鼻炎、感冒、发烧，大多是由进食寒凉而导致阳气受损，或过于贪凉致外邪入侵所致。不仅如此，寒邪还可能累积在身体中，由表入里，慢慢侵犯到经络、关节，导致风湿病、关节炎等，也可能让慢性哮喘到冬天更加严重。因此，千万不要小看夏天的寒邪，此时防寒甚至比防暑还重要。

夏季寒邪主要来自两方面：一是受凉，如洗冷水澡、蹚凉水、吹空调等；二是从饮食中来，主要是进食冰凉的食物，如冷饮、冰镇水果等。寒邪入侵最典型的信号是少汗、怕冷、头疼，轻则出现手足麻木、关节疼痛，重则可能导致风湿性关节炎、颈椎病等问题。门诊有这样一个病例，一位三十多岁的女性，夏季一天要吃5根冰棍，每天都要吹空调和风扇，两年以后，她得了硬皮病，全身皮肤变硬变黑，并出现内脏损害，这就是寒邪由表入里的严重后果。

夏天防寒的措施有哪些呢？首先，避免冷风直吹。无论是开空调、吹电扇还是窗边纳凉，都要避免长时间直吹。夜晚睡觉时，门窗别开小缝儿，以防虚邪贼风。此外，空调房内的温度不宜设得过低，最好控制在24℃至26℃，睡觉时应关闭空调或将其实设置为“睡眠模式”。

其次，护好两个部位。咽喉和后心是人体最薄弱的地方，很容易受到风寒的侵犯。护好这两个部位，有助于帮助身体缓冲低温的寒气。老人更怕着凉，建议出门时带件长袖上衣或坎肩，进入空调房间或较凉的地方时，立即穿上。

最后，饮食注意少寒凉。要少吃冷饮，尤其是孩子。小孩阳气正在成长中，过食冷饮，会比成年人受到的损伤更大，易出现鼻炎、咽炎等呼吸系统以及反复的扁桃体发炎、发烧、脾胃不和等问题。

寒邪初起时，喝姜枣汤有助于缓解症状。取生姜3片，红枣5颗，加水煎煮3—5分钟，饮用即可。也可以吃点葱白、姜茶甚至喝热水，将体表的寒邪驱除。

【父母学堂】

不肯长大

□朱凌

楼下的那个男人正在楼道里和他的母亲发生争执。他说：“我不就是打个游戏吗，值得你一天到晚挂在嘴边？”老妇人说：“你那哪是打游戏，你完全把它当成自己的工作了。”两个人你一句我一句地吵着，整个楼道里都是他们的声音，吵到最后，男人愤愤而去。

每隔一段时间，这样的争吵便会上演一次。男人大学毕业后，便呆在家里不肯外出工作。他的理由很简单，那就是辛苦考上大学，却找不到一份好工作，与其这样，倒不如在家呆着。这一呆，便是七八年，他的父母也养了他七八年。原以为，随着年龄的增长，他会变得懂事，可是如今看来，他却愈演愈烈。

看到这样的情形，不得不让我思考起来。按理说，三十而立，可是他却如同孩子一般。不仅没有成家立业，相反，凡事都需父母打理，自己则像个孩子似的心安理得地享受着这一切。用他的话说，我也没办法，谁让这工作难找、女朋友难谈，他将所有的责任都推给别人。

每当他说这话的时候，我都不知道该说些什么才好。如果照他的说法，那么他这辈子就守在家里，守着父母了。其实细想一下，生活在这个尘世上，这样的人不算少数。有太多的孩子，都不肯学着长大，不肯去担当一些事情。哪怕是自己成家立业了，一旦遇到些麻烦事情，还是会去找父母的麻烦。

他们希望一辈子都在父母的庇佑下生活，可是他们却没有想过，父母也有老去的一天，真的到了那一天，又该如何呢？或许他们没有想过这么长远的事情，过一天，算一天，以后的事，能不想则不想。

如今，他和父母的争吵，时不时地就会成为小区里的一道另类风景。有时会让我有一种听着想上前教训他的冲动，可我也知道，我没有资格这样做。当然，出现这样的局面，他的父母也有着无可推卸的责任，那不肯长大的孩子，不正是父母年少时娇纵的结果吗？



【围城风景】

你不说，我也懂

□杨莹

曾经，我很是不理解父亲在母亲面前的惜言如金。每次母亲买东西征求他的意见，他都是两个字：随便。我不懂，随便咋买？母亲却一笑，随便一买，父亲没有不乐意的。

后来，我遇到了他，从最初的你说我猜渐渐磨合到你不说我也懂，我终于明白父亲所说的“随便”里蕴含着的潜台词：只要是买的，我都喜欢。

热恋时，他埋怨过我不懂他，甚至不如他以前的女友。这话太伤人。哪有这样的男友，你病了，想着在他面前撒个娇卖个萌，他倒好，买回苦不堪言的药，还凶神恶煞般吼：快喝！委屈的泪水不争气地掉入药碗。他却一肚子苦水在倾泻，说他的初恋女友虽相交不深，却深深懂得，他是外凶内柔，不会甜言蜜语，只会用实际行动来表达。又说女孩子都有个坏毛病，生病了还不想喝水，嫌药苦，不苦的药能治病？我心里一急，恨不得捏着我的鼻子把药灌

下去，哪还顾得柔情似水？

习惯后，百炼成钢，我竟学会在他的冷眉黑脸中享受他那独特的呵护，他也渐渐明白在我那喋喋不休的埋怨声里，隐藏的都是对他的依赖和关爱。

出门应酬，我一句“晚上还要接儿子放学”，点到即止，不再啰唆。他会意，这是老婆大人关心他的身体，要他能不喝酒就不要端杯，实在推不过，少喝点。

晚上开车上路，对面的车开远光，晃得他眼睛看不清，他着急，也打开远光灯，看谁晃过谁。我在旁边笑：对面是个小年轻，不懂事，咱大人大量，不和他一般见识。他回笑，关了远光灯，放慢车速。聪明！听懂我的话中话：注意素质，安全第一。

身为家庭大厨的他有时发表感慨，唉，菜越炒越难吃了，不知道咋做好了，就跟你说找不到写作话题的感觉一样。我理解，做饭久了也会倦怠滴！赶忙赔个笑脸：你安心

玩一会儿游戏，今天看我的！他边吃边评：嗯，不错！典型的农家风味。我白他一眼，有进步，反话正说，曲线表达，我喜欢！最好的反攻方式是恭维他：跟你五星级大厨的水平比，相差何止十万八千里，偶尔换换品种嘛。他懂得。这是让他整理好心情，明天接着厨房里干活。

夫妻做久了，他这个急脾气和我这个慢性子，原本一个在东，一个在西，慢慢地相向而行，走着走着，竟然越来越接近了。现在，我们不再像当初那样在一起有说不完的话，但他心思，我懂，我的心思，他明白，再也不用猜来猜去，就像一棵树上的两片叶子，静静地相依，马虎点看，两片叶子还挺相似。

如今啊，我们常常是，一个在厨房，一个在书房，各行其是，兴致忽来，这边刚张口哼唱那首歌，就听那厢已出声：“如果没有遇见你，我将会是在哪里……”吼吼！这种感觉，真的挺好。