

【生活感悟】

放手也是爱

□徐桂兰

几年前迁新居时,朋友送我两棵发财树。刚来到我家时,这两棵小树外形美观,叶子青翠厚实,充满着生命的活力,我很喜欢。

我虽不懂花木,但也极尽所能,精心养育着。尽管如此,两年后,那发财树还是变得很不景气,葱郁渐渐逝去,直至今年四月,又不幸生了蜜虫,稀疏的叶子眼见也要焦枯。看它们每况愈下,我心疼至极,请教懂花木的朋友,说是因为发财树常年围于阳台,缺少阳光雨露。无奈之下,我终于狠下心来,请人帮忙把它们移到楼下绿化带空隙里,等待转机的希望。

果然,一个月后,蜜虫消失了,枯枝间又冒出新芽,新芽又渐渐舒展成新叶,这发财树居然慢慢有了生机。见此情景,我无比欣喜,庆幸自己做了一个

个正确的决定!

闲暇时欣赏着复活的发财树,又想起离家三年的儿子。儿子一出生就成了全家的宝贝疙瘩,除了我们做父母的关爱,另有爷爷奶奶百般娇宠,叔叔姑姑万般呵护……致使他生活自理能力较差,不善交际不善言谈。三年前,儿子高中毕业后,我们做了一个大胆的决定,让他远渡重洋赴美读书。三年后的今天,我去美国看儿子,他的变化让我欣慰,他俨然成了一个顶天立地的男子汉,不但变得富有主见,自立自强,而且各种交际应对自如,生活上反而对我倍加呵护。我因此也感激异国的阳光与风雨。

又联想起不久前的一次经历。我因感冒咳嗽实在不能给学生讲课,无奈之下,我做了一个大胆的尝试,我全权委托语

文课代表替我给学生们上节课。我把将要学习的新课文与相关的备课资料都交给他,他准备好以后,我与学生一起听课。没想到,他仿照我上课的模式,一节课上得有板有眼。看着10岁的课代表稚嫩却成熟的表现,我有些忍俊不禁,但我从内心感叹,孩子竟有如此的潜力!我从此对学生改变了原来的看法,调整了原来的教学思路,把更多的机会让学生,尽量给每个学生提供各种锻炼的机会和平台。结果,学生的各种能力都快速提高了。我也庆幸自己做了一个明智的决定。

作为教师,我在反思,我家发财树的复活,孩子的成长,学生能力的提高,都是因为我的放开。培植花木、哺育孩子、教育学生,我都曾付出好多心血,加倍地关爱他们,但过分的爱

有时却变成了害。不是吗?我家的发财树如果继续困在阳台上,不久就会焦枯成柴;孩子如果继续依附父母和家人,可能很难自立自强;学生如果只是被动地接受老师的教诲,不给他们展示自己的机会和平台,他们学习的主动性和自信心就很难形成。

英国有句格言:强者能在命运之风暴中奋斗。在命运之风暴中奋斗,也能让人变得坚强。所以现在,我不再忍心把花木养在小小的温室,不再一味想念离家的孩子,也不再面面俱到地教育学生、约束学生,而是放大自己的心量,相信他们,给他们充分的空间与时间,让他们尽情地享受阳光,让他们坚强地迎战风暴,自己注视着他们茁壮成长!

放手何尝不是爱?



【家有长辈】

感受母爱的幸福

□刘慧云

有一种爱,无怨无悔;有一份情,永生牵挂;有一颗心,相伴永远。

这就是人世间最伟大、最圣洁的母爱。它不必用华丽的辞藻形容,也不必拥有惊奇与浪漫,仅是生活中的点点滴滴,便足以让人回味无穷。

我的母亲,没有文化,认不了几个字,甚至连我家门外脚垫上的“出入平安”都念成“出人平安”,但在我的心目中,她却是这个世界上最勤劳、最贤惠、最善良、最伟大的母亲。

母亲不到两岁就没了父母,跟着她的姑娘改嫁他乡。母亲结婚后,担任村支书的父亲一心扑在工作上,抚养子女的重担全落在了母亲身上。母亲靠她的勤劳、节俭,让一家人度过了那些艰难困苦的日子,把我们姐弟五个培养成人。

母亲的贤惠、善良,在街坊四邻、亲朋好友中是出了名的。记得父亲任村支书时,将要到村里检查的上级领导领到我们家,母亲总是拿出家里最好的东西做给客人吃,常常不惜杀掉正在下蛋的母鸡。对周围乡亲的帮助,我更是记忆犹新。小时候同住一个四合院的邻居家有五个儿子、两个女儿,老两口经常为吃了上顿没下顿的日子打得不可开交,几个孩子常常三天两头饿肚子。母亲看了总是叹息,也只能在我们家也不宽裕的情况下,隔三岔五地从我们的口中挤出一点稍微帮衬一下。直到今天,邻居家早已长大成人的三儿子、五儿子,每年春节后都会携家人去看望我的母亲,不忘当年的滴水恩情。

母亲虽然不识字,但我从她那里汲取了很多知识,而且这些知识都是影响我一生的财富。比如“勤能补拙”、“笨鸟先飞”,就是母亲对我从小教导。她常说,人一定要勤快,人勤快无论走到哪里都受欢迎;学知识、学本领不要嫌烦,别人一遍学会的,你可以学两遍、三遍,知道自己学得慢,多学几遍就行了,就是俗语“天道酬勤、工学相长”的道理。再如,“吃亏是福”、“滴水之恩当以涌泉相报”等一些为人处世的道理,母亲常拿来教育我们。她说,与人相处不能光想着占人家便宜,对人要真诚,用真心才能换来真心,有时吃点亏是福,吃亏能让人长记性、长经验,就是俗语“吃一堑,长一智”的道理。母亲总说,任何时候都不要忘了曾经给予过你帮助的人,要时刻牢记并力所能及地给予回报。

母亲的教诲在我走向工作岗位20多年的职业生涯中,一直是我前进道路上的一盏指路明灯。她教会了我如何以顽强的毅力,克服困难,做一个对社会有用的人;她教会了我如何以一颗感恩之心真诚待人、诚信做事。

我们做儿女的,无论走多远,都走不出父母牵挂的视线。也许,在追逐梦想的道路上,我们的目光只盯向远方而忽略了母亲在背后默默注视的目光。但那割不断的血脉,却注定了她时时刻刻用心来感应我们脉搏的跳动,用最敏感的神神经想着我们出门在外的种种心情和遭遇,母亲的心情无时不与我们同乐和痛苦相连。

我由衷地感叹:这人世间最无怨无悔、最全心全意付出的,就是母爱!我也深切地感受到:母爱细致入微、愈久弥深!

家事版投稿邮箱:jwq@163.com

【生活提示】

不用吃药也能败冬火

□张湖德

与干燥的秋季一样,寒冷的冬季里人们也极易上火。原因主要有两点:一是本就干燥的冬季再加上供暖,可谓“干上加干”,导致阴阳失衡而上火;二是天冷人们爱吃火锅或烧烤等暖身食物,本就温热的牛羊肉,搭配葱、姜、蒜、辣椒等辛辣配料,人就容易因积热而上火。当上火症状较轻,无需服药时,不妨通过改善生活方式,灭掉体内的“火苗”。

多喝白开水。喝水能加快新陈代谢,冷却体内燥热,缓解烦躁的情绪,建议每日至少饮水1200毫升。

屋里放盆水。冬季上火多因“燥”,除了给身体补水,还应给干燥的空气加湿,有利于机体抵御病菌的威胁。可使用加湿器、放一盆水、常开窗通风等,保证湿度在30%—60%之间。

早睡晚起。熬夜会损耗阴气,肝脏得不到充分休息,引起头晕、眼干、易怒、两眼发红等肝火旺盛症状。冬季应适当延长睡眠时间,建议晚上10点前睡觉,早上6点后起床。

常揉肚子。面对上火引起的便秘,可尝试轻揉肚子,增加胃肠蠕动,通便后火气往往会消散。方法是:单手以肚脐为中心顺时针向外画圈,坚持5分钟以上,直到腹部微微发热。晨起和睡前按摩效果较好。

适量运动。散步、慢跑、打太极拳等运动可排解烦闷,浇灭心火,增强体质。但要注意两点:早上锻炼最好等到太阳出来后;运动以微微出汗为宜。

按摩降火穴。常按三个穴位有降火功效:1.照海穴,位于足内侧,内踝尖下方凹陷处;2.涌泉穴,位于脚掌前部1/3、脚缘两侧连线处;3.合谷穴,即虎口。按揉时间不宜太长,也不宜用力过猛,以5—10分钟感到微微酸胀为宜。



插图 巴巴熊

【成长在英国之十一】

这些年过的圣诞节

□戴群

每年圣诞前两三个月,商场里就开始卖一种专为圣诞准备的月历了,英文叫“Advent Calendar”。这种月历只有12月的前25天。每一天做成一个小巧的门,打开小门会发现一块巧克力或一个小玩具。从12月1日起,每天早上打开一扇小门,等打开24扇门,圣诞节就到了!

小朋友们都相信圣诞老人会在圣诞前夜坐着由驯鹿拉着的大雪橇从天上飞过,雪橇上放着给小朋友的圣诞礼物,每到一个小朋友家,圣诞老人会从烟囱偷偷进入家里,把圣诞礼物或是放在大袜子里,或是放在圣诞树下。不过,只有在这一年里表现好的孩子才会得到圣诞老人的礼物。

在英国,放圣诞假之前,小学生会由老师组织起来给圣诞老人写信,有专门的组织负责处理信件写回信,也会给每个写信的小朋友寄一个小礼物,礼物不在大小,是圣诞老人送的就好。孩子们还会在风清月明的夜晚对天许愿,一定要做个好孩子,请圣诞老人给他们礼物。

圣诞老人是这个世界上最美丽最奇妙的谎言,每个家长都会想尽一切办法让孩子生活中的这点神奇的存在时间尽量延长。给孩子们事先买好的礼物,家长都会好好地藏起来,在圣诞前夜趁孩子们睡熟了再拿出来,好让他们一早就看到礼物。家长也会在壁炉

上放一杯奶和几块饼干,说是给从烟囱进来的圣诞老人准备的,然后家长把奶和饼干偷偷吃掉一些,假装是圣诞老人吃的;如果家里有花园,还会在花园的草地上放些胡萝卜和燕麦,给拉雪橇的驯鹿吃。

孩子们许愿的时候,我会在旁偷听,听到他们许愿想要的礼物,就会到大街小巷去买。有一年,女儿想要一个有灰姑娘的水晶球,我跑了整整两个城市才买到,那年圣诞凌晨五点,我被女儿的小手和颤抖的声音弄醒了,她的瞳孔发亮,满脸通红,激动得语不成句:“妈妈,妈妈!你看!我是好孩子!”她的一双小手颤颤巍巍地捧着那个水晶球。时隔十多年了,圣诞老人的神话早就过去了,那个水晶球还摆在女儿的写字台上。

过圣诞一定要吃圣诞大餐。欧洲各国的习俗不同,英国人的圣诞大餐是在圣诞节那天中午吃,北欧国家是在圣诞前夜吃。英国人吃火鸡,挪威人吃烤猪肉,西班牙人吃海鲜……

很多年来,我们都是在那威朋友家一同享受圣诞大餐。他们家的花园很有曲径通幽的感觉,那时孩子们都小,都对圣诞老人深信不疑,所以朋友会请邻居家的先生扮成圣诞老人,晚饭过后七点整,朋友就给邻居电话通知,然后将客厅的灯熄了,大家都在通向后花园的大落地玻璃门前一齐喊:“Santa! Santa!”喊着喊

着,就会看到一个小油灯忽闪忽闪地越来越远,然后穿大红袍子的圣诞老人就出现了,左手提着个小油灯,右肩背着礼物袋,深一脚浅一脚地从远处慢慢走来。那一刻再看三个小朋友,都没声音了,一脸神奇,常常由于过分激动而泪花乱闪。圣诞老人终于走进家里时,孩子们会被强大的幸福打晕,以致仰头望着圣诞老人说不出话来。那时圣诞老人会问:“你们都是好孩子吗?”三个小脑袋就不停地点啊点啊,圣诞老人于是打开那个神奇的大袋子,从里边拿出礼物,一个又一个,常常每个人都收好几个。

其实,到底给了什么礼物,孩子们大抵都忘记了,留在他们记忆里的是那种期待、那种神奇、那种强大的幸福感,还有那种被圣诞老人称为好孩子的得意。

圣诞老人的神话终有破灭的一天。当孩子长大了,明白了圣诞大袜子里的礼物原来不是圣诞老人送的,但那些年的圣诞节早已成他们一生都难以忘怀的记忆。

现在长大了的儿子和女儿一想起圣诞前夜爸爸妈妈偷喝他们在壁炉上给圣诞老人准备的牛奶,偷吃掉饼干,还要把白天他们在花园里草地上给驯鹿准备的胡萝卜和燕麦一点点地捡起来,他们就会止不住地乐,想必将来他们也会给他们的孩子创造一个神奇美好的童年吧。