

【邻里之间】

# 邻里感情是“借”出来的

□吴永亮

要相互挪借家什。家里来了客人，更少不了到东家借点油，西家借个鸡蛋。要是逢上个红白喜事，还需要全村总动员，桌子、板凳和碗筷都要借。借了自然要还，还的时候少不了感谢的话语，外加一块喜糖、半碗剩菜、两三个红枣。借来借去，来往就会多，这种来往只会增进感情。感情深了，即便日常有点小小摩擦，也会因此而冲淡不少。

上世纪八十年代初，我进了城，后来在城里安了家，于是水泥、钢筋组成的单元房将我们分隔在各自狭小的空间里。住的距离越来越近，但相互间的心灵距离似乎越来越远。

单位分房时代，一个单位的同事通常住在一起。由于平日抬头不见低头见，相互间还能打个招呼拉个呱。再后来，人们的腰包鼓得快撑开了线，纷纷奔向起着时髦名字的小区。五湖四海拼凑在一起，更是为邻里之间老死不相往来、躲进小楼成一统创造了条件。

对照母亲的话，仔细想想，邻里缺少交流，真有点要怪相互间的不借东西了。城里人家庭虽小，但几乎一应俱全，大到彩电、冰箱、洗衣机，小到柴米油盐酱醋茶。外加少有亲朋好友来走动，即便来，也是坐上几分钟就走。另外城里人心理封闭，而且怕给别人添麻烦。于是乎，两耳不闻窗外事，大门一关朝天过。

前年，我搬到二环南路一家新开发的小区。小区内，小桥流水人家，草绿花香鸟鸣。这么好的环境，要是邻里之间常走动那该是一件多么美的事情。我想到母亲的话，于是试探着去做。

有一天中午，爱人正在厨房炒醋溜土豆丝，突然摇晃着醋瓶子向我下达指令：快去超市买瓶醋。于是我急忙推门而出，恰巧邻居一家打外面回来，我灵机一动，红着脸问道：你们家有醋吗？对方被问得先是一愣，继而狠狠地点点头：有、有、有。当我端着半碗醋出现在爱人面前，爱人诧异地看着我，愣住了……

下午，我从超市买了一桶醋，准备完成还醋这一艰巨而伟大的任务。耳朵竖了一下午，两次听到动静后急忙出门，却发现是清洁工在打扫卫生。好歹挨到下午五点半，总算把邻居给盼回来了。于是，我端着满满一碗醋，带着谢意送到邻居家。从那以后，缺啥东西，我首先想到的是到邻居家借。邻居家也渐渐适应了，偶尔少个蒜缺根葱，敲门就取。慢慢的，我知道邻居家男士姓刘，女士姓马，小宝宝叫泽泽。渐渐地，泽泽就成了我们家常客，“爷爷”、“奶奶”喊得那个甜，叫得那个响，令楼下邻居们醋意大发，甚至有人羡慕嫉妒恨。这不，去年七夕节，我们两家人坐在饭店一起美食一顿，分享着邻里间那份友好的情意。

为了邻里和谐，该借的时候大方地开口向邻居借，不需要借的时候创造条件也要去借。借会借出邻里情，还会还来和谐新天地。

春节就要到了，让我们开始“借”的行动吧。



【生活提示】

## 围巾戴不对，脖子要受累

□王凌云

数九寒冬，冷风一吹，即使穿了羽绒服、保暖衣，还是有风不停地往脖子里钻，这时一条温暖的大围巾就成了“救星”。颈部是人体要塞，充满了血管，还有很多重要的穴位，围巾可以有效保护颈部，避免寒邪侵袭诱发颈椎病、心脑血管疾病等。但如果佩戴不当，反而会带来健康隐患。

如果围巾系得过紧，不仅影响呼吸，对已有颈椎病的人来说，还可能因压迫颈椎而加重病情；围巾也不能松松垮垮地“挂”在脖子上，这样会导致脖子着凉，造成落枕、颈椎病等；长时间围太厚的围巾不利于血液循环；如果围巾材质不好，还可能造成皮肤干燥、过敏等。需要注意的是，冬天有不少人喜欢把围巾围在嘴上当口罩，阻止冷空气进入呼吸道。口唇部位的围巾经常处于潮湿状态，会使致病的微生物、细菌和尘埃等有害物质积聚，这些病菌很容易进入呼吸道，导致呼吸系统疾病。

要想围巾戴得既保暖又美观，可将宽围巾对折后再围到脖子上，这样能使围巾有一定的厚度，并能充分贴紧脖子。松紧以围好后脖子后面能伸进两根手指为宜。

冬天建议买针织面料或者羊毛材质的围巾，颜色以纯色为宜。化纤、混纺的材质相对来说安全性、保暖性比较差，容易造成湿疹。

【美味厨房】

## 如何熬鸡汤

□张政

对于很多人来说，鸡汤是冬季必不可少的养生食物。如何熬出一锅味道鲜美的鸡汤呢？

**选用母鸡。**熬鸡汤最好选用母鸡，因为母鸡脂肪含量较高，肉中的鲜味物质容易溶于汤中，炖出来的鸡汤味道鲜美。

**除掉附件。**去掉鸡身上的一些“附件”，可令鸡汤更美味，否则易让鸡汤有股异味。影响汤味道的“附件”包括：鸡的内脏，鸡爪上的趾甲，鸡鼻(位于鸡嘴的上半部分和眼睛之间)。

**冷冻一下。**新鲜的鸡肉买回家之后，应该先将其放进冰箱冷冻室冻2—4个小时，目的是让鸡肉“排酸”，这样熬出来的鸡汤没有腥味，味道更好。

**烫洗三遍。**熬汤前，先把鸡用热水烫洗三遍，这样能让鸡皮不容易破，还能使汤色美观。

**使用砂锅。**熬鸡汤最好用砂锅，而不是铁锅，因为铁锅会把铁锈的味道带进鸡汤中，而砂锅能够“聚拢”鲜味，让汤更鲜美。

**加足水。**熬鸡汤时不要中途往汤中加水，否则会影响鸡汤的鲜美。如果非要加水，应该首选开水。

**少用调料。**熬鸡汤最常用的调料是姜和葱，最好不要加过多味道浓烈的调味料(如八角、桂皮)，以免破坏鸡肉本来的香味。如果要加大枣或者桂圆之类的“调料”，应该在肉六七成熟时放入。

**最后加盐。**放盐不可太早，否则不但影响汤的鲜味，肉也容易炖不烂，一定要在汤快炖好时放。

家事版投稿邮箱：jwqp@163.com

【家事直播】

## 逆向过年

□李莉琴

春节将至，母亲已经给我准备好了老家的特色小吃。可那天，老公下班回来，一边换鞋一边迫不及待地说：“我爸今天打电话问我车票买了没有。待会儿我们上网看看，早买早踏实。”

我一听，急了，追问道：“谁说今年回你家过年啊？”

“带媳妇回去过年，不是天经地义的事嘛！”老公理直气壮地说。

我不甘示弱地说：“哪条法律规定一定要回婆家过年？”

那天，我和老公就这个问题大吵一架，最后闹得不欢而散，冷战了半个月。婚前恋爱五年，我们可从来没出现过这么久的冷战。即便偶尔意见不一致，也能相互谦让。这是我俩婚后的第一个春节，谁也不肯让步。

眼看春节越来越近，我一筹莫展。闺蜜知道后，一脸鄙视地说，你俩难道就没想过换个方法解决问题？现在流行逆向过年，让父母到子女的城市过年。你想啊，这样不仅能避开春运高峰，还能让父母体验一下新的过年方式。当然，最主要的是，回哪个家过年的这个棘手问题，也就迎刃而解。

听她说完，我豁然开朗。之前两人一直相互怄气，压根就没往折中的方向想。回家和老公一说，他也觉得主意不错。意见达成一致后，我们立马各自给父母打电话。起初两家父母都觉得这样给我们添麻烦，不过经过我们轮番说服，总算答应下来。

挂掉电话后，我和老公有种说不出的激动。这么多年，一直是父母忙忙碌碌为我们准备这、准备那，这次，终于轮到他们给两家老人准备一顿年夜饭。

从两家老人在饭菜口味上的偏好、年货的分工准备，到住宿的安排，乃至春节期间的游玩计划，我们全都事无巨细地罗列出来。过程很繁琐，却也乐在其中。在这之前，我俩可从来不知道，一顿年夜饭需要花费这么多心思，也因此更加理解了父母的不易。

对于到底回哪个家过年的问题，也许永远都没有标准答案。尤其对于“双独”夫妻来说，更要学会相互包容。过年图的是亲人团聚、合家欢乐，为这个闹得不开心，多不划算。实际上，平常多回家看看，更胜过过年才回家。



插图  
巴巴熊

【成长在英国之十八】

## 带孩子走进大自然

□戴群

现今社会，孩子没有电脑、没有手机、没有网络，就好像是缺失了最基本的人权。可我们是否想过，一个孩子失去了和大自然的联系，他们缺失的就不仅仅是人权，而是人性了。

接近自然，感受天人合一和身心愉悦是一种习惯，如果不是从小就有这种习惯，把孩子从电子游戏上引开就需要一个过程。最初一定会遇到他们的不合作，但我们要坚信，孩子的天性是追求快乐的，一旦享受到自然给予他们的快乐和放松，他们会走进自然，走进自己的本真。

带孩子出行，先问问自己的目的是什么。是感受体验寻找归属，还是拍张照片传到QQ上宣扬一番？若是后者，就不用往下读了。感受和体验须全心全意，所以先把工作、作业、家务全部卸掉，只有父母轻松启程，孩子才有机会感受。

计划行程，最好和孩子商议，从一开始就让孩子参与。当然，一上来就问孩子“想去哪里玩”，这不成，父母要先做一个简单规划，给孩子几个选择，然后听听孩子的想法。

孩子们小的时候，每次出行，我都会和他们签一个旅行合同。签合同的目的是为了让大家都玩得愉快，为了旅行安全，为了让孩子们感受到他们

受到了大人的尊重。孩子们参与与制订旅行计划，就能对自己说过的话负责，能对各种社会契约、商业契约有一点点初级的认识。合同条款商议决定，最终目的就是能有一个愉悦的旅行，所以为了达到这个目的，双方都要遵守。我的孩子从第一次出行就开始签合同，当时儿子是按手印。以后的出行在计划阶段他们都会主动想到合同，因为合同让他们有一种参与决策的责任感和公平感。当然，孩子们也会不经意地违约，这时只要拿出合同一提醒就成。有时我们违约了，孩子也会提醒我们。我们所签的安全条款都是孩子们自己想出来的，这对他们将来独自出行的安全意识有很大帮助。

出行会遇到种种问题，塞车、排长队、误车误机、受骗上当等等，但是很少会把我们的旅行彻底毁了。只要我们大家一心一意找乐，就没有找不到乐的时候，至少可以看成是一种体验。有一次回英国，误了飞机，堵在荷兰，居然度过了一个轻松浪漫的夜晚。我们是出来找乐的，决不允许任何事情坏了我们的心情，心情由我们自己掌握。

既然是亲近自然，走进本真，就要尽量避免多余的教育目的，避免给孩子讲解和教