广告
中国移动 China Mobile
感恩20年 见证美好改变
查网龄 领勋章
5G畅玩 宽带畅享 亲情畅聊 全球通畅享 权益畅享
5月17日起 短信发送"2020"至10086 享五大权益

□责编:朱丽丽
□电子信箱:czrbjiating@163.com
滁州日報
2020年9月8日 星期二

舐犊

我的脚步为你而停留

□作者:张文娟

因老家发大水,父亲来城里小住。

吃过晚饭,我领着父亲和小宝出去散步。走在小区的通道上,小宝一路疾走,走在最前面。父亲脚步沉重,走在最后面,迟迟跟不上来。默默比照一下,我迈开了三步,他才挪动一步。

小宝意识到脱单,在不远处停下来,急躁地看着我。我懂小宝的意思——跟上来,快跟上来,用往常的速度!她是个标准的急性子,我一向小跑着才能跟上她的脚步。

今天不行,我停了下来,等候着父亲。他真的老了,消瘦得如风中的叶子,似乎随时被风吹倒。宽大的西服外套下,两条细如竹竿的腿,失去了往日的矫健。哧——哧——,能听到鞋底在地上摩擦的声音,那是鞋贴着地面拖,一下连着又一下。

不急不急,我们慢慢来。聊点什么吧,我搜罗着话题。父亲越来越不爱说话,通常电话里说着说着,总是突然没了声,好半天才应我一下。昨天打电话,询问到哪里接他,小宝说就听到我在拼命地吼——"爸,你说话啊,你说话啊!"水涨到哪里了,田里还有蔬菜吗,村上的人为啥不走,说起熟悉的话题,父亲轻松不少,脸上浮现了笑意。

一路慢慢走,一路慢慢聊,急得小宝的眉毛拧成了疙瘩。"他是你外公,我们要体谅一下!"我小声警告,小宝不再埋怨,忍住心中的急躁。孩子毕竟是孩子,三步两步,又跳到前面,时不时停下等着。

去卖场转转,选一双鞋换着穿。要不要,再买一双?父亲越过柜台,看了眼价格——那就拿一双试试。往前看看,买一件T恤。要不要,再买一件?父亲越过柜台,看了眼价格——还是不要了,买多也是浪费!你套上试试再说,父亲在镜前看得认真,没有再拒绝。年轻时,多讲究的一个人,头发梳得锃亮锃亮,衣服穿得笔挺笔挺。现在学会了看价格,讲究的心思藏了又藏。

回去的路上,木讷的父亲说起了打算——"天热了,就能穿T恤""回去的时候,我可以穿那双凉鞋"……可以呀,一切全凭你做主!到家后,我把鞋子、衣服放进他房间,像是满足一个孩子的心愿。时光一定在某个节点,让我们与父母互换了身份,不再是他们满足我们的愿望,而是我们学会满足他们的需求。

没有时间学习了,暂时缓一缓,我要买菜做饭;没有时间研究了,暂时缓一缓,我要买各种零食,教他如何放电视;没有时间写论文了,暂时缓一缓,安排他散步、喝水、洗漱、睡觉……一天下来,满满当当,忙忙碌碌,一直到天黑。事业是重要,但家人更重要;爱好是乐趣,但照顾家人是责任。那个正在拼命奔跑的你,不能一味地冲向前方,适时停下匆忙的脚步,因为身后的父母已然垂垂老矣。

这些年来,我的眼里一直是孩子,父母是我倚仗的后盾。小宝十七个月,才学会独立走路。在乡下场院里,老公蹲在一头,我蹲在另一头。"宝宝,走过来!"小宝晃悠悠扑进我的怀抱。"宝宝,快过来!"小宝又晃悠悠扑进老公的怀抱。我们欢呼雀跃,不急不躁,哪怕小宝慢得像蜗牛,也欣喜于一小步的挪移。那时候的我们,脚步为孩子而停留,心甘情愿而又幸福甜蜜。

后来的某一天,赫然发现父母老了,成为脆弱无助的孩子。哪怕他们慢得像蜗牛,也要耐心等待一小步的挪移。这时候的我们,脚步为父母而停留,感念过去而又陪伴未来!再后来的某一天,那个在前面奔跑的小宝,脚步是否会为我而停留?

半生已过,生日快乐

家信

□作者:淑 荷

今天是我的生日,我不想打扰任何人,也不想被任何人打扰。只想趁这浅秋静好,看花听雨。

让舒适的微风吹拂我的裙裾,听雨滴沥沥是在对谁轻言细语,看一池雨荷在风中摇曳,水光滟滟皱起圈圈涟漪,清新的绿草留下了雨的印记,送来一缕缕清香,沁人心脾。

人,总要有些日子只属于自己。就像此时的自己,偷来半日清闲,静享一个人的清欢,然后为自己写几行字,记录一下此时的心情。

亲爱的自己,你来到这美丽的世界,整整半个世纪了。人生百年,五十已是一半,何况百年只是梦而已。

亲爱的自己,半生已过,生日快乐!

五十岁的女人,常会被贴上各种恶意的标签,不修边幅,身材走样,家里家外,唠唠叨叨,人生再无理想可言,正式步入更年期大妈行列。

可我想对自己说,愿你的人生从五十岁开始,做个自己喜欢的人。人生有四季,现在的自己,已经走过了蓬勃的春,热情的夏,走到了成熟静美的秋。四时俱可喜,最美是秋日。

亲爱的自己,从现在开始认真地活着,认真地老去,认真做个幸福的人。该珍惜的珍惜,该放弃的放弃。世界那么大,我们这么渺小,但要活得像自己。

在这嘈杂的世界,能够活得像自己也不容易吧,人的一生多像一部电影,我们都是演员,有的人本色出演,活成了自己;有的人取悦观众,人云亦云,不知不觉活成了别人的附属品,复制粘贴别人说的话,跟风穿别人喜欢的服装,甚至把自己的面容,也不惜重金打造成时尚的网红脸。

亲爱的自己,这些热闹是别人的,与你无关。安安静静做自己就好:穿自己喜欢的衣服,说自己该说的话,写自己走心的文字。年龄越长,越要返璞归真活得简单,做事遵循内心,不用太在意别人的眼光,也没有必要把太多人请进生命里。要时时给自己做减法,减少没有必要的人际关系,把时间留给值得的人和事情上。半世父母恩,一世兄妹情,血脉一家亲,知交三五人。极简生活,轻松愉悦。忙时认真工作,闲时与山水相亲。努力做个精神和身体都健康的人,按时体检,要知道,前半生人找病,后半生病找人,健康是一切的基础,没了健康一切归零。

亲爱的自己,半生已过,接受自己的平凡,但依旧努力做个不平庸的人,不为自己从事的工作是否卑微而羞怯,要感到由衷地喜悦,一切从事美的工作都值得赞美。接受自己的不完美,接受生活太多的无可奈何,并与生活化干戈为玉帛,温柔地对待生活。常记那副对联:"人生哪能多如意,万事只求半称心。"接受女儿有她自己的世界,自己不再是她生命中的主角,那就做最爱她的观众,静静地站在她身后,为她的每一步成长鼓掌,为她的每一次胆怯加油鼓气,在她难过的时候,给她温暖的拥抱,放手她品味自己的人生,也重新找回自己的定位。

亲爱的自己,半生已过,剩下的岁月,要做个感恩知足的人。多与书相伴,努力实现自己年轻时念念不忘的理想,有些理想不能放弃,万一实现了呢。有人说真正的衰老是从放弃开始,正如塞缪尔·厄而曼在《年轻》中写到:"没有人仅仅因为时光的流逝而变得衰老,只是随着理想的毁灭,人类才出现了老人。"所以,亲爱的自己,时时告诉自己,我还很年轻,我还有远方还有梦。

亲爱的自己就到这里吧!五十岁生日快乐!

荷池写生 周文静/摄

小憩 汤 青/摄

"抠"出好家风

家风

□作者:李东花

母亲年轻时,在老家小村"抠"名远扬!街坊四邻提起来,都会竖起大拇指:"老李家娶了好媳妇,精打细算,真会过日子!"

这些年,儿女都成家立业,家里的日子越来越好过了,可母亲的"抠"习惯一点没变!

年逾八十的母亲,在自家的小院里,开出了一片菜地。种上蒜苗,香菜,菠菜。母亲把每天洗菜洗碗的水用盆接着,攒满一桶拎出去,小心地给她的那些菜苗苗们浇水。我们都劝她:"妈,甩根管子到窗台外边,浇菜多方便啊,费这劲干啥啊,咱又不是交不起水费。"

母亲回应:"这洗碗水里有油水,倒了可惜了,浇菜不是正好吗?再说水又涨价了,快三块钱一吨了。"

邻家扔了过期的面粉、油,母亲瞧见,一溜烟小跑过去,那样子像是抢金疙瘩,晚一会工夫宝贝就被抢走了。母亲把油和面倒在一起发酵了,埋进菜地里,果真是上好肥料,菜天天见长,绿油油的一片,煞是喜人!

母亲看着她的小菜园,常和父亲念叨:"我种一点菜自个吃,既新鲜又放心,一年省不少钱呢!"

父亲看母亲认真的样子,微笑地竖起大拇指!

母亲这代人,年幼时挨过饿,种了一辈子庄稼,深知每一粒粮食都来之不易。平时聚餐,母亲总是主张在家吃,在厨房里煎、炸、烹、炒,给我们张罗一桌热腾腾的饭菜。小时候总是抢着盘子里的肉,菜端上去,几双筷子等着夹,母亲常笑我们是馋猫。现在大家都是挑菜吃,最后盘里的肉都剩了下来。母亲收拾碗筷时,轻叹一声:"现在孩子太'作'了,这肉都不吃了,真浪费!"

过几天,母亲打电话让我们回家吃丸子。母亲炸丸子有绝招,捏着刚出锅的丸子品尝,外焦里嫩,吃着总是停不下来。邻居小姑娘跟母亲学炸丸子,悄悄告诉我丸子的秘密:母亲从冰箱里拿出餐桌上撤下的肉,用热水焯过,剁碎了拌点面粉,麻利加上鸡蛋、面包糠、各种调料,一个小时后,焦酥鲜香的丸子就出锅了。小姑娘学着母亲语气道:"哼!孩子们再精,能精过我老太太!"

我听着哑然失笑:姜还老的辣,不服不行!我爱开玩笑,说母亲是老"抠"!父亲嗔怪道:"当年,你妈就是靠这'抠劲',在咱村第一个盖起五间青砖大瓦房;也靠这'抠'劲,为咱家供出了两个大学生!"

"一粥一饭,当思来之不易,半丝半缕,恒念物力维艰……"

父亲再次背起朱子治家格言!母亲听得乐开了花:"这好日子呀,是'抠'出来的。"

受母亲影响,我们兄妹几个学着在家蒸馍、擀面条,既省钱,又好吃,乐在其中!我女儿在外地工作,也开始每天上班带饭,经常晒美食照片,包饺子、做菜干得有模有样!

在母亲言传身教下,老李家热爱劳动,珍惜粮食,勤俭节约的优良家风,代代相传,生生不息!

"小盘小碗"的餐桌江湖

家事

□作者:李秀芹

老伴买了新餐具,小碗小盘各买了一摞。我嫌他,家里盘碗那么多,又买这些干嘛,想另起炉灶搞独立不成。老伴说,家里的盘碗从现在开始下岗了,以后就用这些新的餐具,小盘盛菜,小碗盛饭,大家吃七分饱就成。

唉,这老头子,这是又闹啥幺蛾子。老伴说:"你看看家里这些孩子,哪一个体重不超标,他们吃饭不是以吃饱了为原则,而是吃够了、吃得不想再吃了才停下筷子。而你怕孩子不够吃,做着做着就做多了,孩子不吃了,你还劝着吃。既浪费了食物又让孩子们长了肉,还得花钱去健身房减肥,造成双倍浪费。最关键营养过剩,还不利于身体健康,儿子血压偏高,女儿心率超过正常值,我看都是病从口入。"

老伴说得有道理,以前家里经济不行,孩子们别说吃肉了,顿顿有菜就不错了。通常我们一家五口人只做一个菜,清汤寡水的,一人分一小碗,大口吃几口就下肚了。后来家里生活渐渐好转,餐桌上也丰盛起来,孩子们想吃什么,我一定满足,为了做一手好菜,我还买来菜谱仔细研究,电视上的美食节目也是必看,有了智能手机后,更方便了,想做什么,网上一搜,依样画葫芦,也能做得色香味俱佳,孙女说,现在我的厨艺可以开饭馆。可能也是穷时在心里留下的烙印太深,就怕在吃上亏待了孩子。

现在孙女天天抱怨,说都是我拖了她减肥的后腿,因为我做饭太好吃,每天都想着少吃点儿,可看到饭菜就管不住嘴儿,非吃撑了不可。

我接受了老伴建议,开始给一日三餐瘦身,每日菜的数量不变,但改用小盘,分量减少。粥品也改用小碗,从饭菜源头上强制推行"七分饱"。

虽然这个建议得到了孩子们的支持,但我心里还是怕孩子们吃不饱,老伴说,不必担心,若不够吃,再做点儿便是。

改用小盘小碗三天,天天光盘、光碗,孩子们并无不适,个个都向我反映,其实吃这么多正好,这才是"饱了"的最佳界限,原来那都是吃十二分甚至十三四分饱了,属于吃撑的范畴,而且吃多了,人也变得懒惰不想动弹,越懒越馋,越馋越懒,恶性循环。

这几天,我和老伴又在研究食谱,把重点放在营养和健康方面,让孩子们吃好吃饱,吃出健康体魄。老伴负责购买食材,他买时就"克扣"了分量。孙女现在吃饭也细嚼慢咽了,一口饭菜咀嚼很多下,我见她没打下馋虫,起身准备去厨房再做一份给她,她一把拉住,哀求我:"好奶奶,可别再做了,您再做了,我肯定忍不住吃,嘴倒得意了,可卡路里伤不起呀。"

看来,我得做个"听话"的家厨,在饮食这块要配合孩子们。生活条件日渐改善,吃饭已经不单是为了填饱肚子,人们对饮食提出了更高的要求,吃饭不仅要计算营养成分,还要防止卡路里超标。老伴的小碗小盘上餐桌,只是一个防浪费的开始,量少到质变,家厨任重道远。

家庭

本报地址:滁州市会峰大厦(会峰西路)555号 邮政编码:239000
电话:总编办:2182812 新闻部:2182867 专刊副刊部:2182835 晨刊部:2182122 记者部:2182809、2182806 摄影部:2182833 网络部:2182129 群工发行部:2182820
法律顾问:马 小 广告中心:2175666 15755009999 办公室:3025757 校对出版部:2182138 新闻研究室:2182830 广告许可证:皖滁工商广字002号 马鞍山钢晨印务公司印刷