

# 在劳动中懂得 “一粥一饭来之不易”

□作者：王阿丽



亲子

儿子很小就会背诵“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”但吃饭时常常不是剩饭粒，就是把不喜欢的菜从碗里挑出去丢掉。尽管我总会反复要求他“把碗里的饭吃干净”“不可以浪费食物”，但儿子始终没有彻底改掉剩饭剩菜的习惯。

我反复思考其原因，觉得一方面是我总以命令、说教的方式来要求儿子爱惜食物，容易让孩子产生抵触情绪；另一方面，如今的孩子大多从未下田劳动过，更没有缺吃少喝的经验，所以对食物来之不易的认知往往只停留在诗句上，并没有深刻的理解，自然就缺乏节约意识。

去年暑假，我带着儿子回乡下的娘家，家里还有自留地，种着些瓜果蔬菜。盛夏的傍晚，太阳的炙热尚未消退，我带着儿子给地里的紫茄浇水。他跟着我穿梭在田垄间，用小瓢从水桶中舀水浇灌，不一会儿，汗水就浸湿了他的T恤，带着毛刺的紫茄茎划过他的胳膊，痛得儿子直喊，我虽然心疼，却觉得必须趁让他懂得，这就叫劳动的艰辛。

“你看啊，这汗流的，这胳膊划的，累吧，疼吧？农民们一年到头在田里劳动，就像我们现在这样，甚至比我们更加辛苦，我们吃的粮食、蔬菜、水果，都是靠他们的辛勤劳动换来的，浪费食物就是浪费农民们的心血啊！”儿子听了若有所思，一脸认真地继续浇起水来。果然，当天吃晚饭时，儿子不但没有挑三拣四，更将碗中的饭吃得一粒不剩。

过了几天，回到家中，我便在院子里开辟出一小块菜地，带着儿子一起种起菜来，挖土、播种、浇水、施肥、掐苗等等，所有的环节儿子都参与了。其间，他稚嫩的小手因挖土而磨出了泡，腿脚因长时间蹲着除草而酸麻难耐，但看着自己的辛勤劳动换来了菜园的勃勃生机，沉醉于成就感里的儿子丝毫没有叫苦叫累。

开学后，儿子放学回家，有时书包还来不及放下，就会钻进菜园里忙活起来。当他摘下自己亲手种的鲜嫩的蔬菜时，别提有多高兴了。他有滋有味地品尝着自己的劳动果实，把碗里的饭菜吃得干干净净。

这天，儿子放学回家跟我说，他们班同学在学校吃午饭时将饭粒撒得满桌都是，还有同学倒了好多剩饭剩菜，这些行为都受到了老师的批评。我向儿子提议：“要不，周末你请几个同学到家里来玩，咱们可以一起给菜园松松土、浇浇水。”那个周末，我们家的院子成了孩子们的“开心农场”，儿子带着同学们浇水、松土，采摘蔬菜瓜果，我们又一起动手做了午餐。劳动过后，孩子们都吃得很香，我还设计了一个“光盘小达人”的评选环节，对“光盘”的孩子予以鼓励，借此引导他们养成爱惜粮食、勤俭节约的美德。前几天，儿子骄傲地告诉我，他们班被评为“节约示范班”，他还成了班里的“就餐监督员”。

带着孩子种菜，不失为引导孩子养成从小爱劳动的好方法。在收获的喜悦中给孩子带来成就感，在潜移默化中让“光盘”照进孩子的心中，更让孩子懂得了“一粥一饭，当思来之不易”的真正内涵，培养孩子爱惜粮食、践行勤俭节约的美德，这样做远比空洞的说教更有效。

## 恰好

□作者：耿艳菊

黄昏，微风，一缕人家的小小院子里石榴花朵朵明艳。院子里扯着晾衣绳，几件衣裳在微风里调皮地柔和地荡着秋千。一个老妇人坐在院子里的石桌前，有时慢悠悠地摘着一把青菜，有时什么都不做，静静地看着荡秋千的衣裳，静静地看着她的石榴花，一脸安详。

我每天下班一进小区大门口，映入眼帘的就是这一幕静好的风景。石榴花的明艳葳蕤，老妇人的祥和静谧，相搭起来，十分熨帖相宜，各有各的美。盛放的花朵没有凌人的盛气，暮年的老妇人没有黯淡的暮气。

这一幕风景定格在我的心里，我一点点描摹着，把它画成心里的一幅画。我想为这幅画取一个美丽的名字，却一直没想到满意的。

几天好想，一天中午无意中看到一个词语：恰好。又惊又喜，就是你了，来做这幅画的名字。看着这两个字，我不由自主笑出声来，它们似乎也微微含笑，像是特意等我。真是恰好。

还有一幕平常的风景，对我的触动很大。用“恰好”定义它再恰好不过。

那是一个清朗的早晨，我背着包匆匆去上班，路过一家简陋的小院，而一院子的月季花开得十分好看，浅粉、深红、明黄、奶白，它们是热闹的，又是安静的。着淡蓝中式衣裳的中年女子立在花丛里，时而弯腰为月季花清除杂草，面容恬静。有邻人路过，微笑着打招呼，声

音亲切舒缓。

我立即想起一首诗，米沃什的《美好的一天》：“多美好的一天啊！花园里干活儿，晨雾已消散，蜂鸟飞上忍冬的花瓣，世界上没有任何东西我想占为己有，也没有任何人值得我深深地怨。那身受的种种不幸我早已忘却，依然故我的思想也纵使我难堪，不再考虑身上的创痛，我挺起身来，前面是蓝色的大海，点点白帆。”

穿着淡蓝衣裳的中年女子当如这诗人的心思一样简单清吧，放下了尘世中的我执，懂得在生活里如何才能收获幸福。

《美好的一天》又叫《礼物》，这两个题目都很好，因为每一天的太阳都会重新升起，每一天都是新的、美好的，每一天都恰好的等量，连续成我们的生活，这是世界送给每个人的礼物。

恰好，还是人生最好的一种状态。好状态是什么样子的呢？当然不是世俗意义上的成功、平步青云、花团锦簇、春风得意……得意里有虚荣、骄傲，看不清自己。有得意就有失意，到底是意难平。

佛家言：“日日是好日。”是的，每一个日子都有它的闪光点。“春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪，若无闲事挂心头，便是人间好时节。”心无挂碍，便会觉得周围的世界处处都是恰好好的喜悦。

人生最好的状态是恰好好的平静，平静是平心静气，心平了，气顺了，才容易感受到生活的美好。

## 有些爱情是用来过日子的

家议

□作者：钱国宏

早晨去公园晨练，经过一处早市。早市上有买有卖，生意居然很是兴隆——晨练归来，谁都想顺手给家里捎些青菜什么。看久了，我发现早市有一个特点：买卖双方几乎都是老年人，而且从他们的谈话中，你能听到赶早市的深层次原因。

“老张，买菜呀？”  
“哟，老李呀！退休也有一年多了吧？身体还好吧？今儿顺便给老伴买几把茴香，她最爱吃茴香炒豌豆啦！你买点啥菜呀？”

“我买点鸡蛋，老伴最近身子骨老出毛病，我给你补一补。”

望着两位白发苍苍老者离去的背影，我一时竟忘了来公园的任务——晨练。

也许在别人看来，两位老者上述一番对话不过是老友间的闲聊、寒暄，但我却听出了其中另一层含义：感情，老年夫妻的爱情。

在很多年轻人看来，老年夫妻似乎缺乏爱情的浪漫色彩：在绝大多数场合下，见不到老年夫妇恩恩爱爱、卿卿我我的镜头。就连我也一直怀疑我的父母不懂爱情。也许是岁月苍老了彼此的感情，也许是时间麻木了彼此爱的神经。总之，在生活中，我看不到年过八旬的父母有过任何亲昵的举动，甚至连一句火辣辣的情话都没有。

但事实证明，老年夫妇依然有爱，依然有火热、厚重的爱！他们已将爱情细化或融化在生活

的具体细节中，那种隐藏极深、表现极为平淡的生活情节中。就像早市上的那两位老者，他们与老伴的爱情肯定谈不到“花前月下”“海誓山盟”；但那种深沉的爱已融入到了彼此的血液中——是故，他熟悉她的爱好，她了解他的禀性，他晓得她最想吃点什么，她清楚他最想乐什么。就像我的父母，一对年过八旬的老人，平时根本不说一句亲热的话，但彼此之间却是心有灵犀：临近中午，母亲准会打开收音机，收听单田芳的评书——父亲最爱听评书；吃过午饭，母亲会扔到炕头一个枕头——父亲有饭后眯一觉的习惯；母亲刷碗时，父亲会倒些淘米水，因为淘米水既不伤手，去污效果还好；吃饭时，父亲会剥两头蒜放在桌上，因为母亲吃饭有吃蒜的习惯……

这些看似鸡毛蒜皮的生活细节在很多年轻人看来，与爱情根本不沾边；他们眼中，只有生日送花，当众跪地求婚，见面拥抱，分别亲吻……才算得上是爱情。也许这就是坊间所说的“代沟”之一种吧！但这种闪恋、闪婚的爱情，却常常因缺乏必要的感情积淀而致“闪离”。

老妈说得好：日子是用来过的，不是用来炫耀的。是的，老年人的爱情就像是松树皮，虽然看上去有些斑驳、苍老，但皮下包裹的树干却是一顶一的砥柱！而那种“闪系”的爱情，却如一场牡丹花事，看似轰轰烈烈，美轮美奂，但却无法抗拒一场大风的摧折！



回家苗青摄

## 在阳台种花观鸟

家事

□作者：李云贵

我患有类风湿性关节炎多年，早在6年前我的手指就出现了疼痛、肿胀和僵硬，感觉疲劳乏力。看了不少医生，也吃了不少的药，效果都不佳。我感到非常苦恼，心情也特别不好。

为了摆脱类风湿性关节炎给自己带来的痛苦和烦恼，我就学着在阳台上种养花草。因为我家的阳台是开放式的没有封闭，这有利于我家种植花草。我家的阳台上放有花盆、肥料，备有各式剪刀、铲子、钳子、有枝剪、长柄剪和小剪刀等，工具十分齐全。

近年来，我们家阳台上种养有月季花、桂花、海棠花、金钱桔、杜鹃花、茶花，还有葡萄等。这些花草树木都像我的宝贝，给它们阳光、土壤、水分及更多的关爱，让它们健康茁壮地成长。这也跟父母养育孩子一样，就是希望孩子快乐成长。在我的精心培养和护理下，葡萄熟了，引来了各种小鸟，鲜花盛开了，吸引来了很多蝴蝶、蜜蜂等。我家阳台成了鸟儿们的乐园。

2015年夏天的一个早晨，我走到阳台，发现阳台的桂花树上，有两只斑鸠“叽叽咕咕”地叫着，我探头一看，发现两只斑鸠正在做窝，一只斑鸠不停地从远处衔来细软的树枝，另一只斑鸠用一双巧嘴在精心编织着。我非常喜欢斑鸠，欢迎它们来到我家阳台上安家落户。看到它们的窝快做成功了，我乐不可支地在阳台上放上一大盘水，还特地从米店买回几斤小米撒些在阳台上，让这对斑鸠夫妻吃。

这几年这对斑鸠在我家阳台生活得很好，我们看着它们从下蛋到孵化儿女，看见它们的儿女“长大成人”，看见它们展翅飞翔别提多高兴了。的确，这对斑鸠也讲情话，每当我给它们喂小米时，一些麻雀、八哥等小鸟也飞来争抢食吃，而这对斑鸠和它们的儿女们不与麻雀、八哥等小鸟抢食，而是先让它们吃了，自己再去吃。每天我们一走到阳台，这对斑鸠看见我们就会飞到我们面前，高兴地“咕咕……咕”叫几声，友好地和我们打招呼。

据有关资料记载，斑鸠为传统吉祥鸟，象征着情谊深厚、真诚永恒；寓意着天赋吉运、富贵长久，民间常用“鹊笑鸠舞”作喜庆祝辞，动物对于风水的敏感程度远远高于人类，斑鸠愿在我家阳台上安家落户，说明我家居住的这个环境是很好的。

为了使阳台栽种的花草生长得好，我经常走上阳台为花草施肥和浇水，每次来回地走动，既活动了筋骨，同时也锻炼了自己的身体。阳台的花草不仅净化了空气，美化了环境，而且更重要的是增添

了我的生活情趣，陶冶了情操。阳台上花儿的芬芳和美丽的风景，也为我们全家增添了不少的乐趣，让我们一家人时刻都能欣赏到花的美丽，种养花草给我们全家带来了许多欢乐。我每天清晨一睁开眼，绿色就从窗户映入眼帘，闻到的是花草清香，听到的是鸟儿欢快的歌唱。天天心情感到十分舒畅。如今，我的关节疼痛减少了，肿胀和僵硬的情况没有了，类风湿性关节炎疾病明显好转了。

我家阳台上美丽的鲜花盛开时，整个阳台非常漂亮。来往有不少的人都会在花前驻足观赏，并纷纷点头称赞！我家的左右邻居看到后，也十分羡慕，他们有的还跑到我家阳台上观看鲜花，并且要求我为他们介绍种养花草的一些经验。我也非常乐意为他们提供服务和帮助。有一位叫孙少明的邻居特别喜欢月季花，于是，我就免费送给了他两盆月季花，并热情耐心地教他种养月季花的一些方法。在我的指导下，孙少明细心呵护着那两盆月季花，给它按时浇水、科学施肥。月季长势喜人，在他家的阳台上开得娇艳无比。

我所居住的小区，喜欢养花的邻居多，邻居遇上养花难题都会找到我，我也乐意为他们种养花草当“顾问”。与此同时，近几年来，我先后免费赠送邻居们各种花草共30多盆，邻居们种养的花草也都生长得很好。通过种养花草，邻居之间都互相尊重、团结友爱、和睦相处。我们和邻居们一起分享着养花的快乐。

如今，我家的阳台真可谓是鸟语花香，也算得上是一个小花园了。



岁月静好 肖明/摄