

家有儿女·

## 孩子,我们都慢慢来

□王瑛

有人说孩子五岁以前,对他要多疼爱,学会用欣赏的眼光,让他在爱与鼓励声中健康成长;五岁以后,要严管,因为那时他已经略懂事理,有时却故意蛮不讲理。

和朋友聊起孩子,她亦有同感。她说有一天,处于青春叛逆期的儿子惹怒了她,她刚伸出手准备打儿子时,儿子却一把拧住她的胳膊,眼睛瞪得溜圆,振振有词地说:“你想干什么!”那一刻,她感觉到孩子已经长大,不再依赖她,反倒会强劲地推开她,公然和妈妈作对。

的确,男孩子生性顽皮,当妈的总不可能天天和颜悦色地对他,总有hold不住自己情绪的时候,

所以,和孩子相处,要学会淡定,不要把所有的情绪都落到巴掌上。我时常利用吃饭或玩耍的时间,和儿子聊一些生活琐事。一天,我问儿子:“假如你做错了事,是希望妈妈心平气和地跟你讲道理,还是暴打一顿?”儿子小脸一扬,说:“当然是讲道理啊!”我说:“可是有时道理讲不通啊,尤其是在外面,我也得给你留点面子啊!”其实儿子当然知道我是很少打他的,他故作自责地说有时候自己控制不住自己,我便说如果我也控制不住情绪打你的话,一是让你失了颜面,二是万一失手把你打坏了怎么办?儿子若有所思地说:“那我们都学会控制自己的情绪吧!”看着儿子,我会心地笑了,这时,儿子忽然放下筷子,伸出小手摸着我的脸怔怔地说,“妈妈,保持住!你就是这样‘招牌式’的微笑,激励着成长。”

我的确是微笑多过皱眉,因为我总认

为对待一个八九岁的孩子,鼓励比批评来得效果更好些。比如,看到孩子写作业把头放得很低时,如果你反复提醒他不要把头放这么低,孩子可能会条件反射地调整一下坐姿,不久后又垂下脑袋。但是如果我们换一种口气说:“宝贝儿,如果你能把头再抬高一点,腰再挺直点,就再好不过了。”孩子听了这样的话,会立竿见影,把头抬高,保持的时间更长久。

儿子所谓的“招牌式”的微笑,就是言不由衷地爱,是一种肯定,一种关爱。陪伴孩子的过程本身其实也是我们自身修炼的过程,如果不能做到尽善尽美,那就和孩子一起都慢慢来吧!

流光碎影·

## 一只烘篮与山里的冬天

□詹丽

那是一只烘篮,竹编,形如倒覆没有提把的圆竹篮,比竹篮深一点。在我们豫南山区,一般用来罩在火盆上,烘烤婴儿尿布用的。从前,女儿的陪嫁里,除了其他嫁妆,还有火盆和烘篮。冬天,我在学前班上课,天天看着它罩着矮小方桌一样的炭火盆,通红的炭火在它稀疏的花纹里面,一点点明灭、变白、成灰、空塌。一个冬天若被它罩着,就会感觉冬天很小,可以抓住,很温暖,一点也不可怕。当烘篮拿开的时候,就放进了春天。

下课了,我怕孩子们玩火,就用烘篮把炭火盆罩起来,这样走后才安心。那年我分有学前班的课,今年我又分了。我们山区小学,冬天取暖,就靠炭火。烤炭火,一怕中炭毒,二怕学生玩火烫着,特别是学前班的小家伙们。我给张海洋买了一摞田字格本,请他爸爸给编一只烘篮。过两天,张海洋带了新烘篮,传统的样式,结实耐用。如今张海洋已经二十五六岁,我教的那一届学前班的学生今年已上高中了,可这只烘篮,一直放在学前班里,被历届老师使用保存,如今依然天天被我拿来拿去。每次拿起,就会想起,一年一年,那些在我记忆里没长大的孩子,那些笑脸,歌声和笑声,那些从烘篮网眼里伸进去烤火的小手,在烘篮陈旧发黄的空格里闪现。烘篮捉住一个个冬天,可烘篮捉不住一个个孩子,他们是属于春天的。

学前班的桌椅,已经老到成为古董。教学前班55岁的丁老师,说她小时候就坐的这套桌椅,只是那时他们坐在院子前面平房里的老教室。桌椅和烘篮从一间教室搬到另一间教室,一茬又一茬学生走出大山,有的学生只比我小三岁,如今我老了,他们也老了。可三十年,在那些桌椅和烘篮上,并没有留下太多的痕迹。冬天,落光了树叶,如果不下雪,山,静止不动,日子也闲逸得静止不动,除了烤火,吃饭,闲聊,睡觉,时光,都不知去哪儿了,也许都从烘篮那些空隙中漏掉,烘篮,只网住温暖的感觉,只网住山里不老的冬天。

心香一瓣·

□马亚伟

## 七分饱是一种智慧



闲暇时,我喜欢养鱼养花。经验告诉我,鱼不能每天喂食,一周喂一次就行,不然它们会吃得过饱而死掉;很多花不要浇水太勤,当叶子稍稍有些打蔫的时候再浇水更好。换一个拟人的说法就是,不能让动物和花草吃得太饱,应该让它们适度饥饿。

人也是这样,应该保持适度饥饿。民间有句育儿谚语:“若要小儿身常康,腹中常有三分饥,身上常有三分寒。”给孩子过多的温饱,对健康是不利的。成人也是一样,人在饥饿状态时,脑垂体会减少死亡激素的分泌,而且保持适度饥饿对肠胃也有好处。相反,吃得过饱,消化系统负担加重,大脑供血减少,人的身体不仅容易肥胖,还容易出现各种各样的状况。

我们的人生也是一样,不管是人与人之间的交往,还是对事业、名利的追求等,都应该保持适度饥饿,这是一种人生智慧,凡事都应该有“七分饱”的分寸。

有些人交朋友,总喜欢完全融入对方的生活中,他自己毫无保留,也要求别人毫无保留。两个人都没了属于自己的空间,就像吃得过饱没有一点余地一样,这样的友情只会让人感到压抑窒息。“距离产生美”,当两个人亲密到没有丝毫距离的时候,也是友情破裂的开始。给彼此留下适当的空间和距离,“七分饱”友情是最舒服的状态。

同样的道理,爱人之间也应该“亲密有间”。相爱的两个人,总喜欢整天在一起,全方位侵入并掌控对方的生活,24小时全程监控对方,两个人爱到没有一点空隙,也像饭吃得太饱一样。过饱状态的爱情,就像甜得发腻的点心,容易厌烦。很欣赏有的夫妻之间的做法,亲密却彼此尊重,给对方留下三分的私人空间,爱到七分最相宜。为了达到这样的效果,有的夫妻还制造两个人分离的机会,以此体验爱情的“饥饿感”,温习相思的味道。这样的爱情,才是最佳状态。

我们的人生追求也一样。有的人总在马不停蹄地追逐成功,以为凭借自己的努力,一定可以登上人生顶峰。为了这个目的,人们殚精竭虑,甚至不择手段。殊不知,人生根本没有顶峰,世界最高峰喜马拉雅山的上面还有无垠的天空。人只要向上走,站在什么样的高度不重要,追逐要适可而止。总让自己处在追逐的亢奋状态,与每天暴饮暴食没什么两样,适当停下脚步,体验一下饥饿的感觉,才有力量走好后面的路。稍稍饥饿一点,再吃东西会觉得格外香甜。走走停停,是一种人生智慧。适度饥饿,才能保持人生的健康与舒适。

无论什么时候,当你感觉到过饱的时候,体验一下饥饿感吧,七分饱是一种人生智慧。

每日闲情·

## 男人要“适用”不要“实用”

□郭华悦

“经济适用男”说得多了,这里要说的是“经济实用男”。“实”与“适”,一字之差,失之千里,“适用男”可嫁,“实用男”需防。

对于“实用男”来说,“得到”是一切行为的目的。所以,“实用男”的目标,是经济或者背景远远优于自己的女人。从对方的身上,能有所获,不管是钱财、身份还是户口等,这就是“实用男”“爱”上一个女人的原因。

一切都以“实用”为目的,所以“实用男”往往能屈能伸,特别殷勤。需要自己弯下腰的时候,绝不犹豫;哪天,对方毫无价值了,该是甩开的时候,也绝不含糊。给他一个支点,他就能撬开爱的大门,这就是“实用男”的本事。

所以,在“实用男”看来,利益第一,至于爱,那是可忽略不计的。碰上这样的男人,女人当然倒楣透顶。可是,要识破“实用男”的真面目,不是件容易事儿。要想达到目的,就得善于伪装。每个成功的“实用男”,都有着可以假乱真的面具,足以令女人云里雾里,以为碰到了“适用男”。结果,不过是差了一字,却截然不同。

“适用男”与“实用男”,看着有点类似,实则大不相同。“适”这个字,有善于把握分寸的意思。“适用男”虽不是高富帅,却是过日子的人,疼老婆,会持家,踏实本分。而只差一字的“实用男”,却和这些优点完全不沾边。

利益至上,这是“实用男”的座右铭。极尽能事,无所不用其极,只为了达到自己不可告人的目的。等到哪天,身边的女人没价值了,“实用男”会主动撕下虚假的面具,女人幡然醒悟,却为时已晚。

所以,女人们可得睁大眼睛。挑选另一半,要“适”而不是“实”。