



李汝骥

陈燕炳

# 悠然的避暑生活

## 孝顺的孙女

以前我们居住在上世纪80年代初单位分配的楼房,我家是四楼顶层,盛夏来临,经过白天日晒,屋里如蒸桑拿一般。前几年,我们搬进了儿子给我们老两口买的高层住宅,打开窗户,空气清新,凉风习习,惬意极了。

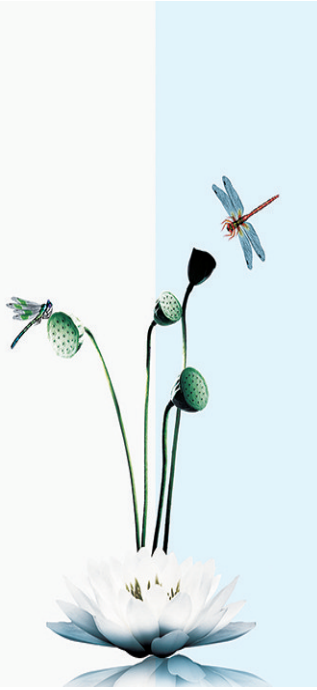
进入三伏天,我们便用上了防暑用品——盖上了夏被,铺上了凉席,枕上了茶枕,上铺玉石镶嵌的枕巾,用上了有名字画折扇。酷暑来临,我们就一人一把折扇摇了起来,既锻炼了手臂筋骨,又送来柔和的自然风。折扇使用方便,吃饭或睡觉时摇上一会儿,汗就落下去了。

说到夏天的消暑美食,首推“芝麻酱凉面”。我学会了手擀面,不但和面时做到盆面“三光”,而且擀的面条又细又匀,煮开来不易断,吃起来很筋道。还要做“菜码”:主菜是黄瓜丝,再配以煮黄豆、土豆丝、白菜丝、豆角丝、全是水煮菜,颜色搭配得赏心悦目,很能激发食欲,再配上大蒜瓣儿。把手擀面条煮好后,先放在凉白开水里过凉,然后捞好面,中间浇上用凉开水调

好加上适量盐的芝麻酱,再放上各种“菜码”调拌好。这种凉面既爽口又清香,真是消暑佳肴。晚饭一般是熬上一锅有绿豆、红豆、黑豆的“三豆粥”,配上一盘黄绿相间、健脾开胃的苦瓜炒鸡蛋。

炎热夏日的午睡是必不可少的,一般不超过一个小时。午睡后再泡上一壶清茶,一边饮茶,一边吟诗唱歌。当心理学家的女儿曾教给我们“心理暗示法”:我们朗读毛主席的《沁园春·雪》——“北国风光,千里冰封,万里雪飘……”;唱起英国作曲家爱德华·埃尔加根据他的妻子爱丽丝·埃尔加创作的一首诗谱写的世界名曲《雪花》;朗读诗人徐志摩的《雪花的快乐》——“假若我是一朵雪花,翩翩的在半空里潇洒……”当我们全身心投入到雪花飞舞的冬天意境里,自然体味到“心静自然凉”的奇效和乐趣。

必要而实用的物质条件,规律而科学的饮食起居,美好而平静的心理状态,是我们老两口三伏天避暑生活的三大法宝。



## 带点儿孩子气

刘琪瑞

老同学大安退下来之后进入带孙时代,大宝还没有长大,二宝来了,大宝二宝一起带。大安本就是“老顽童”,这下好了,和孙子一起耍一起乐,看蚂蚁上树,观小燕垒巢,要么和泥巴捏泥人,要么捡树叶做叶笛。

大安常带着孙儿到郊外,去田野转转,到山里走走,和花鸟虫鱼说说话。大宝说,树上小鸟会说话,大安就唧唧唧学鸟语;二宝说,河里鱼儿会唱歌,大安就咿呀呀唱鱼歌……时间久了,大安自己也会去野外,他和我说:“心情不好时,摸摸大树,抚抚小草,嗅嗅野花,跟它们说说话,一切就会好的……”

有一次,我们几家到周边的景区游玩,那座古村落里有一眼古井,大安趴在井口上侧耳倾听,说能听到惊涛骇浪,听到大海的声音,他还念出了两句古诗:“疾风驾海生春潮,岩根石井澹不摇。”“试敲拄杖看,恐触蛟龙起。”还煞有其事说,这古井通着大海,连着龙宫。我们受了感染,一个个趴在古井上听,古井里静悄悄的,什么也没有听到。我常说大安:“你呀,返老还童了,是不是有点孩子气啊?”大安振振有词地说:“人呀,偶尔带点儿孩子气还是不错的,起码有三点好处。”

我问哪三点,说来听听。大安眨巴眨巴眼,扳着指头说道:“第一,是年轻态。用孩子的眼光看世界,世界就是单纯的;用孩子的头脑想事情,啥事儿都变得简简单单……这样一来,人就变得年轻了,心态好!”

第二,是接地气。孩子的眼睛最清亮,孩子的心灵最纯洁,孩子说出的话最直接最真挚,看见什么说什么,想到什么说什么……向孩子学习这些优点,做什么都能接地气!

第三,是好人缘。带点儿孩子气与人交往,人家会觉得你单纯,心无城府,他心里有事儿,嘴上有话儿,爱和你絮叨絮叨。那个已故老作家木心说得,“爱孩子,尤爱孩子气的成人!”带点儿孩子气,挺好的!”仔细咂摸,大安一番话不无道理。生活中带点儿孩子气,悦己也悦人,这世界就会变得像童话般美好。



## 牵着母亲的手

王慰

前几天休假回家,心血来潮陪母亲逛街,大街上车水马龙,人来人往。已近古稀之年的母亲想到马路对面一家新开的老北京布鞋店去看看,我呢,则对眼前一家音响专卖店感兴趣,目标不同,于是各自走开。我的脚还没踏进店门,忽然听到身后人群中一阵骚动,转身一看,不远处有辆摩托车像喝醉酒似地左晃右摆直奔而来。

“妈!”眼看着母亲不待绿灯亮起便自顾自地走在斑马线上,不容多想,

我紧追几步冲过去一把拽住母亲的手,用力把她往身边一拉,“呜!”摩托车擦着我们的衣角一闪而过。“好险!”有人为我们松了口气,而我此时的心还在加速跳动。

“妈,我不该让你一个人过马路的,刚才这用力一拉,你胳膊疼不疼?”我一脸紧张又愧疚地问母亲。“没事,不疼,你妈这身子骨还硬朗着呢,多亏你反应快。”说着,母亲抡了几圈胳膊,示意没有问题。

“妈,绿灯亮了,才能过马路,走在斑马线上也要左右看看,注意安全啊……”我故意板着脸“教训”母亲。

“妈知道了,人老了,眼神不好,没看清红绿灯,我以后少出门……”母亲像做错事的孩子一样解释着。

“妈,我牵着你过马路吧!”我心里一酸,准备牵起母亲的手,这时,我才注意到母亲那双手——暗淡无光、枯瘦如柴,手背上布满星星点点的老年斑,都是岁月留下的无情印记。

我有多久没有留意母亲的手了?在我的记忆中,母亲的手是这样子的:那是一双勤劳的手,操持家务,忙忙碌碌,照顾着我们的生活起居;那是一双灵巧的手,会打毛衣、会做布鞋,还会做可口的饭菜;那还是一双美丽的手,它留给我最初的印记是母亲牵着孩子,大手牵着小手的温暖……

儿时,母亲就是我的保护伞,为我遮挡风雨,排除万难,母亲在,心里就是踏实的、温暖的。当母亲牵着我的

手,一种被当成手心里的宝的幸福感和安全感便涌遍全身。儿时的我,总爱找出种种理由让母亲牵着手,那是一个孩子的依恋,更是一位母亲的骄傲!

日子过得飞快,我长大了,母亲也老了,我不再需要被母亲牵着手走,甚至都不愿意和母亲一起上街了。母亲,除了一如既往地在我耳边念叨几句注意身体、天冷及时加衣,似乎不再有多少能令我兴致勃勃与她交流的话题。我们忙着工作,忙着孩子,忙着人际交往,却忽略了家中的老人。

当我牵着母亲的手,我的脑海里闪现出“反哺”这个词。父母给我们的爱像大海一样博大,而我们回报给他们的却像小溪一样微不足道,即便如此,父母却从来没有责怪我们的意思。我们常常忘记,小时候父母是如何疼惜地牵着我们走,我们长大后总是迫不及待的去牵自己另一半的手,却从来都吝嗇于把自己的手递给一天天衰老的父母,殊不知年迈的父母,也需要我们用有力的手去牵引。

这一天,我牵着母亲的手陪她逛街,母亲特别高兴,她的眼里漫溢出来的欣慰,却令我深深地羞愧和自责——从今后,我要常回家看看,用心陪陪父母。时光的长河啊,请慢一点流淌吧!父母在,人生尚有来处;父母去,人生只剩归途。人到中年,健康是福,平安是福,还有父母的手可以牵,这是多么难得的幸福啊!



叶子

## 七夕礼物

七夕这天,老爸神秘兮兮地拿着个礼盒对我说:“闺女,帮我把这个送给你妈,就说是你送的。”

我一脸的坏笑:“老爸你还挺浪漫嘛,你自己为啥不送?”

老爸扭扭捏捏了半天,倒不是因为不好意思,而是我妈还跟他生着气呢。

前几天,老妈在饺子馅里放了点肥肉。老爸用筷子剔了半天,没剔干净。当场给老妈甩脸子,老妈也怒怼了几句。接着他当场摔筷子走人,一顿饭吃得欢而散。我们都知道,老爸不爱吃肥肉,如果吃到肥肉,他都会吐出来。而老妈一辈子勤俭节约惯了,见不得老爸这么浪费,才出此下策把肥肉剁成肉渣放饺子馅里。

老爸的言外之意:谁送的礼物不重要,重要的是能让老妈开心。我勉为其难地答应了。看到老妈走过来,我故作镇定地说:“咱家的大美姐,七夕快乐哈!这是送你的礼物”。

老妈先是一愣,好半天才接过礼物。她嘴里不停地埋怨我浪费钱,脸上却幸福得像绽放出一朵花来。

她拆开礼盒一看,瞬间惊呆了。这不正是前几天在网上看的同款连衣裙吗?因为价格太昂贵,一直没舍得买。她嘴里不住地夸赞:“我闺女真有心,没白疼。”我瞬间红了脸。

老妈迫不及待地穿上了裙子。一袭墨绿色长裙,绿得像湖水,水面上开着几朵小莲花,莲花上落着几只小蝴蝶,又好像几朵飘落的小花瓣。

我一个劲儿地夸赞老妈。她一脸幸福地瞥了老爸一眼。老爸刚好也在瞧她,老妈就故意扯着嗓子说:“还是我闺女疼人啊,不像某些人铁公鸡,一毛不拔。”

我心虚地瞄了一眼老爸,他虽然嘴上没说话,但看那得意忘形的样子,正掩面偷乐呢。

6岁的女儿看完电视,跑过来直呼:“哇塞!姥姥,姥爷给你买的裙子可真漂亮啊!”

老妈顿时一头雾水,她疑惑地看着我,我尴尬地笑了笑。

女儿多嘴道:“姥爷不是前几天惹您生气了嘛,他说要买礼物给您,可又不知道您喜欢啥,我就告诉姥爷您喜欢裙子。”

听女儿这么一说,老妈疼爱地一把搂着女儿问道:“我的乖外孙女,姥姥的心肝,你是怎么知道姥姥喜欢这裙子的?”

“因为您最近老盯着这款裙子看啊,都不陪我玩了,姥姥是不是不爱姐姐了?”女儿撇着嘴说。

“姐姐是姥姥的宝贝,姥姥最爱的就是姐姐了。”老妈捧着女儿的脸,响亮地亲了一口。

女儿假装嫌弃地擦了擦脸,惹得大家开怀大笑。我看着他们陪女儿笑闹啊,才发觉:夫妻间所谓的争吵,只不过是平凡日子里,一剂生活的调味品而已。

