



## 实实在在

赵宾,女,1970年生,网名“凿冰煮雪”。通川区中医院内科医生,曾经的文青一枚。从医20余年,感悟颇多,常思述之与人,言之不尽泄于笔端。把自己所想所思所悟用文字表达出来,和朋友们分享快乐,分担忧伤。

## 从香菱学诗谈儿童教育

大观园的小姐们,貌美才高,以薛林为代表,诸如探春、湘云、宝琴等,个个冰雪聪慧、文采不凡,写诗联句制灯谜,常让须眉浊物的宝玉自叹不如。

这一干的公子小姐们,服侍的丫鬟不少,何以独香菱一心想着学习做诗?

那黛玉的鹦鹉听多了,都会学着长叹一声,念:“依今葬花人笑痴,他年葬依知是谁?”却没能让紫鹃对诗心生向往;史湘云是话痨,给她的丫鬟翠缕解说“阴阳”,小姑娘居然得出“姑娘是阳,我就是阴”的结论;至于宝钗的莺儿,宝玉的袭人、晴雯,探春的侍书,在浓郁的文学氛围中,怎么都没熏陶出学诗的意愿?

如此得从香菱幼年说起。香菱原名英莲,父甄士隐秉性恬淡,不以功名念,每日观花修竹、酌酒吟诗;母封氏,性情贤淑,深明礼仪。父母只此一女,视如珍宝,生得粉妆玉琢,常揽于怀内看书吟诗。

想那英莲自小浸氤于诗词之美,虽5岁被拐,但对远方诗意的神驰向往,从未被多舛的命运磨灭,有机会接近便抓住不放,又有黛玉湘云两位高手指点,终在梦里得到让众人点赞的诗句:“精华欲掩料应难,影自娟娟魄自寒”。

现代教育强调,儿童期教育在一个人一生中起着重要作用,“不要输在起跑线上”的这句口号,激励了无数家庭对早教的大力投入。除开遗传条件,环境和教育对儿童心理发育起着重要作用。

出生后的环境影响,来自家庭、幼儿园、学校和社会。在儿童期,家庭是孩子接触最密切的环境,对孩子的影响力最大。父母作为家庭核心成员,是孩子成长过程中学习的导师和榜样,我们的行为习惯、思维方式、处世原则早已潜移默化地影响了孩子。

儿子6岁时,有天玩得疯,晚上睡得死

沉,早上发现尿了床,小子坚决不认账:“是汗水,热很了出的汗”;前段时间说学校早餐不好,要求自带部分粮食,我说你不要这么讲究嘛,小伙子侃侃给我上了堂课:“这不是我一个人的问题,是我们这一代人的问题。都是独生子女长大的,家庭条件好了,是该讲究哦,不然社会发展进步干啥子?”

我也算能说会道的,在和儿子的一次较量中,发现随着年龄的增长,很多时候居然辩他不过。看我败北,老公常常幸灾乐祸:“都跟你学的,鸭子死了嘴壳硬。”

想来我是该负责任。从小牙尖嘴利,得理不饶人,好在我这人心善,朋友们都理解;结了婚,老公性格温和,好男不跟女斗,越发逗得我口齿伶俐;有了儿子,咱的好口才才有了用武之地,凡事都能给他说出个理来。

瞧,在这种环境下长大的儿子,耳熏目染中自然就青出于蓝了。

再说说赵医生自己。当医生20多年,何以近耳顺之年喜欢上写作?当然也是家庭熏染的作用。赵爸爸年轻时笔杆子一枝,中年时不时发表点文章,零星稿费不多,但足以让家人骄傲。上海一次文章抽奖,赵妈妈运气极好,在90年代初抽到1千元美食城代金券,我和姐姐到上海时,很阔气地嗨吃了几顿。

现在知道为什么偌大的荣宁二府,大丫头小丫头一大推,只有香菱如痴入魔地学诗,那是幼年时父母在她心中撒下的种子。

所以,不要输在起跑线上,不是让父母把希望寄托在早教机构,而是要让自己优秀,带动孩子优秀。孩子们身上的特点有我们的特质,也许变化、整合了其他因素,显得有些变形、不易分辨,但它们就存在于孩子性格中,影响着孩子一生的发

展。

只是多年前,我怎么没从红楼梦中看懂这个道理,相信机构夸大的功效,把孩子送去各种培训班,乐得自己轻松;把生命中一些不重要的内容看得紧要,不珍惜时光,放纵自己安于现状,让孩子缺少了奋进的榜样。

没有二胎让我重来,现在醒悟晚不晚?都说人生是长跑,但愿赵医生的岁月不枉虚掷,警醒着我赶紧修补羊圈,把剩下的羊儿管理好。如果你的孩子还在过六一,请珍惜你的榜样机会。



## 食物本色

□李小米

有天老丁给我打来电话,邀请我去他家吃饭。我嘴里正淡出个鸟来,兴冲冲赶去,以为可以饱餐一顿大鱼大肉的美食。没想到,一桌子菜,全是素餐啊:水煮山药、土豆片、素炒萝卜丝、菠菜豆腐汤……老丁说,难道不好么,全都保持了食物的原味,就如我们交往了这么多年,不伪装,不敷衍,完全本色。

老丁这个著名的胖子,自从去年清淡饮食以来,人瘦了一圈儿,昔日走路气喘如牛而今变得神清气爽。老丁说,像我这样年纪的男人,好比一辆车,跑了万水千山,该停下来做做保养了。

觉得老丁说的话也对头,人到中年,也该停下来,好好检查一下车胎、刹车、离合器等零件。一个人的衰老,就是器官的衰老。平时,甚至忽略了一些器官的存在,等到真出

了问题,才发现一个也不能少。而食物,是对器官最好的保养。

所有的食物都有它自然的生命,对食物的烹调,让它的生命达到最后的完美,是一种赞扬,也是一种尊重。而这种尊重,到了中年,就是最大限度保留食物的原汁原味。

人到中年的老徐,在乡下建了一个庭院,种了蔬菜瓜果,藤藤蔓蔓顺着根须爬满了庭院外墙,也爬到园子里。老徐就那样凝望着植物,有时一望就是一半天。老徐起初去乡下那年,头上已有了星星点点的白发,在乡下生活三年,白发居然没了,想来是被乡间山水浸润以后,重新蓬勃的生命力把白发挤走了。

我去老徐家吃过几次饭,他把青菜在烧开的泉水里煮,汤是青翠的,连盐也不放点。老徐说,一些食物加了像味精、香油这些调

料,就好比人的甜言蜜语,很容易迷惑人的心。烹制食物,有时和做人差不多,这天地万物,一旦你活得坦然,都可以相通。

我想起老徐,这样一个曾经流连在饭局上的社交狂人,在那些夜夜笙歌的日子,一晚上常常要连续喝上几场酒。那时我想见他,要提前好几天预约。偶然碰上,也是喝了几杯抬腿就走。我有时总迷糊,有那么多人值得老徐去见?有那么多话值得去诉说吗?老徐,在你的生活里,有多少主角和配角?老徐只对我说过,江湖是一锅浓汤,很多事情让他身不由己。等到那年去医院检查出高血压血糖血脂三高后,身体一些指标亮起了红灯,老徐才真正停下来问自己,江湖这锅浓汤实则寡淡,让自己恋恋不已的,其实是害怕这个世界忽略了他。

明白这个道理,老徐开始了自己新的生活,删繁就简。

中年以后的老徐,淡出人流,他把对食物的喜爱,开始带着自己的感悟来烹调了。

最好吃的食物,都是用心烹调出来的,它带着大地的气息,也带着人世的味道。你吃食物前,不一定像宗教徒那样祷告,但你要对养育你的食物怀着感激,不要狼吞虎咽,要细嚼慢咽,才能够消化吸收,能够承受食物带给你的某种暗示。这是人到中年以后,我对食物的一点感悟。

以前,我是一个典型的肉食动物,总喜欢找油腻的东西下口。等我拥有了老丁、老徐这些中年男人朋友,拥有一颗中年的心后,开始突然关注起日常的食物来,很少去菜市的,我也爱去乡间大地凝眸一株带露水的青菜,看望那些养育我的食物,它们好比被我平时忽视的亲人,用不了添油加醋的话,用眼神就足够了。

而今我对那些从大地泥土里辗转而来的食物,总喜欢保留其原味,清淡为主。

在享用这些清淡美食时,我感觉中年后的人生,反倒天高云淡,似乎看到万物的本性。

