

家有男厨,减肥太难

■张军霞

前几天,小妹买了套休闲运动服,非要拉着我也去买一套,她说:“这衣服的面料太舒服了,轻柔到你可以忽略它的存在……”听她这么一说,我心动就跟着去了。不料,同样的衣服穿到我身上,无论怎么折腾都显胖。可能是怕我心情失落,小妹对售货员说:“我姐以前可瘦了,比我都瘦好多!现在变胖了,是因为她家里有男厨,每天变着花样做好吃的……”

唉,她这样一说,我可就更不好意思了,只好跟着开玩笑:“是啊,伙食太好,没办法。”售货员笑着说:“有人为你下厨做饭多幸福,胖点算什么?”

这话听着好耳熟,貌似不久前,跟办公室几位瘦瘦的美女聊天,我哀叹了一口气:“从去年到现在,我的体重足足增加了5公斤啊,以前的衣服都快不能穿了!真是太羡慕你们的小蛮腰啦!”当时,其中一位小美女,也是这样安慰我:“姐啊,别难过了,我发现一条重要规律:凡是总说减肥太难的女人,背后都有一位源源不断提供美食的男人,这样的幸福也是可遇而不可求的啊。相比之下,不知有多少人羡慕你呢!”

话说,不知有多少次了,我郑重其事

地在家里宣布:“我要减肥了啊,从今天开始一定要管住嘴,迈开腿!”男主人听了这话,总是心不在焉地应付一句:“想减你就减呗。”我对他的态度很不满意:“不相信我的毅力,咱们走着瞧!”

第二天早晨,我的餐盘里只放了一根香蕉、一杯牛奶。他看了看,不满意地说:“一天之计在于晨,早餐吃这么少,能有精力好好做事吗?谁都知道减肥不能从早晨开始……”他边说边动手,鸡蛋、面包,全给我加上了。想想这人说得有一定道理,我就把它们全消灭光了,心里想:“好吧,我就投降一次,中午绝不会多吃了!”

不料,我出去办事,快到中午时,小妹打来电话:“你家的水煎包真不错啊,看着就好吃!”“我不知道,什么水煎包啊?”我有点莫名其妙。她笑了:“你不在家吧?姐夫刚在朋友圈里晒了他做的水煎包呢!”

要说我家这男人,还真是有一手绝活儿,也不知跟谁学来的手艺,做水煎包的水平堪称顶呱呱,每次能都煎出包子底部金黄的锅巴,咬一口又香又脆,对我这样的锅巴控来说,简直没有一点抵抗力。明知道本人在减肥,偏要做这等美食

人生百味

来诱惑,我一定不会多吃!

我暗暗下着决心,推开家门,餐桌上摆着刚出锅的水煎包,香气扑鼻啊。我吃了两个,就宣布不再吃了,人家立刻振振有词地说:“在外面忙了这一上午,你能不饿?中午这顿饭可是一天当中的重中之重,会影响你下午的精神状态,还是多吃一点吧。再说,咱们家也不是天天做水煎包……”他话音未落,我已经又消灭了3个包子,这真的不是减肥的节奏啊。

早餐和午餐,男人总是诱导我多吃,你们以为晚餐我能幸免吗?“快来吃啊,我做了你喜欢的芝麻酱拌豆角!”“减肥不是一两天的事情,你再吃块排骨,吃完下去散散步就消化掉了……”听吧,这男人永远有我无法拒绝的理由,让我一次次徘徊在减肥的决心和美食诱惑之间!

虽然体重没有下降的趋势,但有个喜欢为我下厨的男人,我的幸福指数貌似也不比别人低。好吧,家有男厨,减肥太难,既然少吃饭的决心难实现,我还是想办法用健身来挽回一点“损失”吧。不过,我会拽着不爱活动的他一起去,也就是说家庭内部的斗智斗勇剧将持续上演,谁能赢还真说不定呢!

生活手记

给花开一些时间

■李易农

前天去好友家闲聊,当看到他家院子里的石榴树时,我诧异了:我们俩一起买的石榴树,大小都一样,想不到他家的都开花了,可我家的,今年还是没有要开花的迹象。”

“总得给花开一些时间,并不是所有的花儿都是在一个时间内开放……”

好友的一句话,让我豁然开朗。可不是么,给花开一些时间,不就是在尽力呵护栽培的同时,耐心等待它的花儿开放那一刻吗?急于求成的心理,自然可以理解,但花开必须要有个过程。

可生活里,又有谁愿意给花开一些时间,能耐得住寂寞,只问耕耘不问收获呢?

邻居家有个小孩,因为生产时缺氧,造成了孩子语言障碍。医生说通过训练,孩子是可以改变现状的,但究竟需要多少时日,这就难以说清楚了。邻居两口子从此开始了夜以继日呕心沥血的训练之路,从发音,到牙齿嘴唇的咬合力……两口子几乎倾尽了所有。可是数年过去了,孩子说话还是不清楚,看来希望渺茫。有许多人都劝他们放弃,可他们总说,不想放弃。

孩子的妈妈含着泪说:“既然医生说有希望,那就要坚持。不能看到效果,说明是坚持不够或者方法有问题……”

就这样,他们辗转各大医院,咨询无数专家,中医、西医、单方、偏方……又是两年过去。这天,孩子的妈妈在为孩子洗衣服时晕倒了,在挣扎着要爬起来的时候,这个不能完整清晰发音的孩子,竟然跑过来,努力去搀扶他的妈妈,连声问:“妈妈,你疼不疼?”

孩子的妈妈一霎时愣住了,她呆呆地看着满脸关切的儿子,然后抱着儿子大哭起来。

这不是电视中的故事情节,而是活生生的在身边发生的一幕。后来,孩子在爸爸妈妈的继续努力下,目前终于能够正常交流了,你若不留意,根本就不会发现他语言上有缺陷存在。

给花开一些时间。在等待花开的路上,我们总是负重前行,失败,劳累,心力交瘁,痛苦,悲伤,甚至有灰心丧气和失望,但只要再一次抬起头来,继续向前,就一定会有花开的那一日。

有时候,我们总会为自己的努力而感动和流泪,为自己的坚持而自豪。正因为我们努力了,坚持了,所以花儿开放的时候,我们的幸福难以言表。

开始的时候,我们总看不到花儿的开放,也总想把别人的满树花儿置换到眼前。倘若心急,不愿意坚持和付出,那又怎能看到花儿开放的那一天呢?毕竟花开需要时间,能给花开一些时间,不是佛语,而是生活里最妥帖的写生。

这也证明了那句话:凡事需要坚持。也许坚持不一定能够成功,但不坚持一定不能成功。

花开诗旅

我爱这校园的夜晚

■高书海

我爱这校园的夜晚,
皎洁的弯弯的月亮,
从两行垂柳之间,
悬挂在夜色静静的中天。

我爱这校园的夜晚,
夏天似火的骄阳,
纵然带来三十六摄氏度高温的熬煎,
却在美丽的夜晚,
任习习的微风,
轻揉地滑过滚烫的面颊。
就让我享受这大自然的慷慨赠予。
坐在高高的国旗杆下,
在这手机方寸荧屏间,
一字字一行行,
以手指代笔,
抒写着我过完麦收后的高兴与豪迈。

我爱这校园的夜晚,
享受着凉风带来的阵阵惬意,
听着国旗杆上鲜艳的红旗,
哗啦啦随风作响,
仿佛是义勇军进行曲。

啊!我爱这校园的夜晚,
更爱这鲜艳的国旗,
迎风招展一往无前!

视频电话

■谷颜卿

安静的医院病房里,药液一滴滴地注入奶奶的血管。“不要把我生病的事告诉你爸,他在地上班,别让他影响工作。”这样的话,躺在病床上的奶奶不知对我重复了多少遍。

“奶奶,您放心吧,我一定对爸爸报喜不报忧。”话虽如此,我心里的纠结还是挥之不去:“该不该把奶奶生病的事告诉父亲呢?”

正在这时,邻床一位大婶的手机响了,是微信视频的声音。

“大婶,您的手机响了。”我看大婶直愣愣地看着手机,却没有接电话的意思,忍不住提醒她。

“哦,知道,知道。”大婶勉强挤出一丝微笑,又冲我招招手,问可不可以添加我的微信。看大婶一脸真诚的样子,我答应了她的请求。

大婶高兴地给我道了声谢,和陪床的老伴嘀咕了几句,然后缓缓地下了床,坐在了一个方凳上。老伴也拿了一个方凳,和大婶并肩坐在了一起。哦,原来是让我帮他们拍照啊。

我拿出手机正准备拍照,手机突然响了起来,原来是大婶发来的视频请求。我一怔,疑惑地看了大婶一眼,接通了视频。

“能看出我们这是在医院

吗?”视频里,大婶迫不及待地问我。

我“噗嗤”一声笑了,指了指她身上的病号服。大婶恍然大悟,讪笑一下:“瞧我这记性,咋忘了换衣服?”大婶说着,在老伴的帮助下,脱下病号服,换上了平时的衣服。

“咋样?能看出我们是在医院吗?”我的手机再次响了起来,大婶一脸期待地问。我点点头,带有医院标志的床单、被罩和床头柜一览无余地呈现在视频里。

“怎么办呢?”大婶的脸上布满了焦急的神态。我环视一下病房里的布局,指着靠墙的一块地方,“大婶,你们坐在这里,啥都看不出来。”“嗯嗯,这位置好,和在家里一样。”大婶细细打量一番,喜形于色地说道。

我搬来了凳子,大婶抻了抻衣角,拢了拢头发,和老伴端坐在上面。大婶微笑着看了我一眼,点开了微信视频:“儿子,刚才我们在外面散步呢,我们身体好着呢,你要安心上班……”那一刻,大婶把手机往脸上凑得特别近,那只输过液贴着胶布的手,刻意地背在了身后。

我心头猛地一震,倏地明白了奶奶的良苦用意。一会儿,我要给奶奶好好打扮一下,然后和父亲通个视频电话。

百姓茶坊

微写作

“微写作”栏目短信平台号码为15630730721。倾听您的心声,期待您的短信留言。

【五味杂陈】

人生在世,像吃东西一样,酸甜苦辣咸、五味杂陈或许就是这个意思。酸的时候,是一种无奈;甜的时候,是一种快乐;苦的时候,是一种痛苦;辣的时候,是一种刺激;咸的时候,是一种踏实。

——139xxxx2934

【拥抱世界】

每个人都会遇到这样那样的烦恼,没关系,睡一觉,希望你醒来依旧热爱生活,愿意拥抱世界。

——187xxxx8217

【人生之路】

人生之路,一步有一步的风景,一程有一程的感悟,不论时光如何流转,有些东西不会改变,那就是对美好的追求,对真情的渴望。

——177xxxx2843