

老人的一日三餐 子女的一道难题

当你忙于工作,整日在外的时候,你知道父母的一日三餐吃什么;当你打开电冰箱,发现里面全是用保鲜袋封存好的剩饭剩菜准备扔掉时,你的父母有没有阻止你?

当下的老年人,随着年岁的渐长,把“食”当成了小事,对于一日三餐的要求也越来越低。本周,乐活记者走访城市四区的一些老年人集中的社区,看看老人们的餐桌,也和他们的子女们聊聊,如何改善父母的吃饭问题。

1

不想让父母吃剩饭点外卖 可父母还是将外卖吃剩的菜放进冰箱

讲述人:陈洁 年龄:32岁

父母年龄:父亲62岁 母亲60岁

今年32岁的陈洁,家住天元区韶溪社区,1年多前生下儿子后,父母便加入到带孙大军中来。由于从事的是教育工作,休完产假的她,与朋友一起开家培训班,从事幼儿英语教学的工作。“平日里工作还好,但到了周末和暑假,根本就没有休息时间。”陈洁说,再加上老公在国企上班,工作也忙碌,在两老带孙之余,甚少关心他们一日三餐如何吃的问题。

“有一次,我中午休息时间回家拿教案资料,才发现他们吃的竟是前一天晚上的剩菜。”陈洁记得,当时她和父母交涉了这个问题,并让他们做新鲜的饭菜。“我说我自己去菜场给他们买菜回家,却被父亲一句‘我们主要是带孙,饭菜随便解决就行’怼了回来,似乎还比较生气。”

陈洁无奈,只能另外想法子,和老公商量后,决定每到饭点,为两老在APP上点外卖,“爸妈吃了几次后,要我们少点一些,说自己可以做,但每次我都会说已经点好了。”陈洁每次都会想着不同的法子,也经常换换口味,为的就是让两老接受外卖,也解决了两老吃隔夜饭菜的问题。

直到有一天,她回父母家,再次在冰箱里找到了隔夜饭菜,这次,两老将她前一天点的饺子、炒菜用打包装盒好,按品种放置在冰箱里。“他们和我说,点的饭菜吃不完,又舍不得扔,更不想阻止我的一片好意,就都收起来了。”陈洁说到这里,满眼愧疚,她仍然记得当时父亲说话时的表情,是带着期盼的。“他和我说,只有我们回来吃饭了,一日三餐才有意义。”

至此之后,即使再忙,每天上下班,陈洁和丈夫,都会回家陪父母吃饭,并实行了光盘行动。

2

远在外地,母亲一人在家 请社区志愿者来帮忙送菜做饭

讲述人:欧阳茜 年龄:41岁

母亲年龄:70岁

今年41岁的欧阳茜,20年前去了成都并在那里定居。一年前,她的父亲去世以后,便想着把母亲接到成都一起居住,却被老人家回绝了。

于是,母亲的一日三餐成了她头疼的问题。“父亲在时,都是他做饭,现在母亲一个人了,都不知道她习不习惯自己的饭菜。”欧阳茜坦言。今年夏天,母亲生了一场病,做饭的问题,便更加艰难了。“不肯我请保姆,也坚决不肯在外面吃饭。”

刚好,欧阳茜母亲居住的芦淞区沿河社区,有一个老年互助志愿者团队,团队里的志愿者都是50—60岁的老年人,他们这群人,会去帮助70岁以上的独居、孤寡老人的生活起居问题。“我向社区打电话反映情况后,社区主任马上就联系到了我妈妈,并由专门的志愿者对接。”

在这半年的时间里,老年互助志愿者团队的志愿者,都会在早上到欧阳茜母亲的家里,陪她聊聊天,并定时做好一日三餐。“他们也成为很好的朋友,母亲的情绪也好了很多。”而欧阳茜自己,也想着将母亲接到自己身边,亲自为她的一日三餐奔忙。

3

为让父母过来吃饭 各种善意的谎言都用了

讲述人:张兴宁 年龄:32岁

父母年龄:60岁

今年32岁的张兴宁,老家在株洲县,两年前,他的父母从老家搬到市区,在天元区泰山西路上买了一套房子,从此,他和父母家的距离近了。

“虽然说距离近了不少,但是要他们过来吃饭,却是一件很头疼的事情。”张兴宁说,在开始的时候,因为他和妻子的工作都忙,经常是父母过来吃饭,到了去年,父母便不怎么爱过来了。“每次打电话邀请他们来吃饭,总推脱说太麻烦,家里有事之类的。”张兴宁说。

张兴宁也知道父母在家吃得很简单,经常是早上白粥配包子,然后中午做多一些饭,然后晚上热了再吃。去年冬天,他的母亲因为胆结石住院手术,那段时间里,张兴宁和妻子天天给两老送饭,再加上平日常工作事务多,一天的时间过得非常紧凑。

为了让父母愿意过来吃饭,张兴宁不断想“招”。为此,他想到了“饭煮多了”、“菜买多了”、“今天买了特别好的菜”等诸多理由,“骗”父母过来。“他们节俭惯了,听说会浪费,就过来了。”张兴宁说,这些善意的谎言,也让父母那段时期的伙食好了许多。

今年春天,张兴宁有了女儿,升级成为父亲,他的父母心疼孙女,天天早上来看孩子,晚上再回去。“现在都不需要理由了,只要说孙女想他们,就会很高兴的过来了。”张兴宁笑说,现在,父母也非常喜欢一家子热热闹闹的感觉。

声音

汪明:小时候父母为我们的一日三餐奔忙,等我们长大成人了,他们吃的却越来越简单,或许,他们想要的是一种陪伴,而我们也需要为他们下厨。

陈琳:我和老公都不会做饭,经常去父母家蹭饭吃,他们也不嫌弃我们,每次回家吃饭,餐桌上都很丰盛,最近,我也在尝试着做菜,希望给他们做一顿好吃的,让他们不再为三餐忙碌。

(夏天)

乐评 为父母下厨 就像当年他们为我们一样

夏天

夜眠不过六尺,日食不过三餐。时下的年轻人,一日三餐的选择变得多元,而逐渐老去的父母,他们对于三餐的选择,却越发简单。

这些,都是父母对于子女最深沉的爱,他们怕打扰儿女的生活,怕给子女添负担,所以,他们宁愿让生活简单再简单,也不要为生活奔忙的儿女操心。

或许,内心深处,他们想要的是一种陪伴,而我们,不妨为他们下厨,就如同当年,他们为我们的一日三餐忙碌一样。

猜谜园地答案

1:“盐(楹)”、“蒜(算)”、“姜(鲟)”、“酱(将)”四样调味料。
2:巾。3:花

找不同答案



组字画答案

1、百战百胜
2、目光如炬
3、评头品足和哑口无言

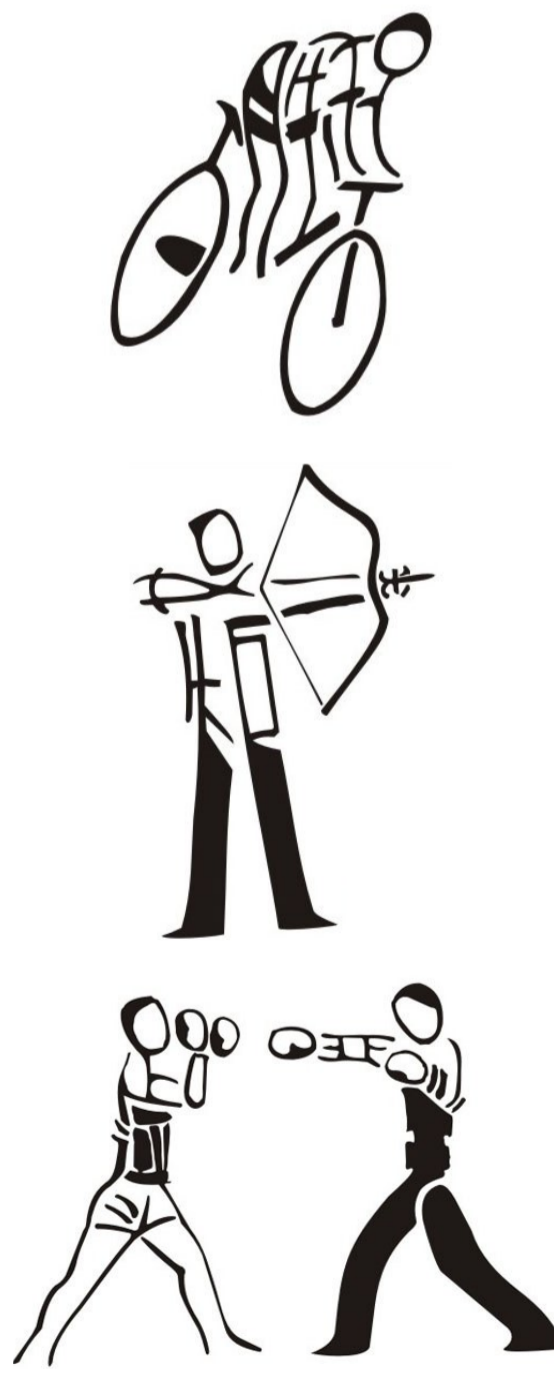
荐书

《航向亚马孙》
作者:(美)乔·凯恩
译者:冯克芸
版本:广西师范大学出版社
2018年9月

1985年8月,在旧金山的报社里工作的乔·凯恩加入了一次艰难的探险:挑战全程漂流亚马孙河。

组字画

下面这三幅图里有四个成语,擦亮眼睛找找看。



(答案可在本期内找)

学一点

弄懂这些典故,帮你读懂古典诗词意中华。

东山高卧

东晋谢安辞官隐居东山。后指隐居。

东山高卧时起来,欲济苍生未应晚。

——唐·李白《梁园吟》

柳营

指军营,《史记》记载,汉文帝时,汉军分扎霸上、棘门、细柳以备匈奴,细柳营主将是周亚夫,他的细柳营纪律严明,军容整齐,连文帝及随从也得经周亚夫许可,方可入营。所以,后来便代称纪律严明的军营。

细柳连营石垒穿,平安狼火赤星高。

——唐鲍溶《赠李黯将军》

画眉

西汉张敞夫妻恩爱,张敞曾为其妻画眉。后以此形容夫妻相爱。

妆罢低声问夫婿,画眉深浅入时无?

——唐·朱庆馀《近试上张水部》

烂柯

任昉《述异记》讲述晋人王质上山砍柴,看见有几个小孩在下棋唱歌,过了一会,小孩催他回去,他发现斧头柄已全烂了。回到家,原来的人一个都不在了。后便以“烂柯”喻离家年久。

怀旧空吟闻笛赋,到乡翻似烂柯人。

——唐·刘禹锡《酬乐天扬州初逢席上见赠》

桑榆

传说太阳落在崦嵫,日影照在桑榆树上。以此比日暮,后比喻人的晚年。

东隅已逝,桑榆非晚。

——唐·王勃《滕王阁序》

东篱

语出东晋陶渊明“采菊东篱下,悠然见南山”。后多以“东篱”表现归隐之后的田园生活或悠闲的情致。

东篱把酒黄昏后,有暗香盈袖。

——宋·李清照《醉花阴》

寒食

节日名,清明节前一天或两天。传说晋国介子推隐居山中,晋文公用烧山之法逼他出来做官,介子推不出被烧死。晋文公为纪念他,在其死亡之日禁止举火,只吃冷食。该节由此而来。

春城无处不飞花,寒食东风御柳斜。

——唐·韩翃《寒食》

汗青

古时字写在竹简上,先用火烧竹筒,使其干燥,叫“杀青”;因烘时竹筒出水如汗,故又叫“汗青”。后指书稿、史书。

人生自古谁无死,留取丹心照汗青。

——宋·文天祥《过零丁洋》

猜谜园地

缺哪四样?

相传,有一次欧阳修到江边一家客店饮酒,要了两盘菜。店主嘴巧话甜,热情招待。

欧阳修吃完后,店主说道:“小店初开,酒薄菜差,如不合口味,请多指点,以便我们今后改进。”

欧阳修笑道:“酒尚可。这菜嘛……”说到这里,笑而不答,要店主拿来笔墨,并在墙上题写了四句打油诗:大雨哗哗飘湿墙,诸葛无计找张良。

关公跑了赤兔马,刘备抡刀上战场。

店主一看,大惑不解。苦思了一夜,才明白诗中之意。

第二天,当欧阳修再次来该店饮酒时,店主忙端来四样调料,说:“昨日菜中是不是少了这些?”

欧阳修一看,笑道:“对,就少这四样调味料。”

聪明的读者,你知道这菜中少哪四样调味料吗?

才子斗智

明朝著名才子唐伯虎和祝枝山是莫逆之交,常在一起吟诗作对,颇有情趣。

一年清明之前,唐伯虎去杭州拜访祝枝山。

一见面,唐伯虎就迫不及待地说:“祝兄,快拿‘草木之人’来。”才思敏捷的祝枝山一下子就知道他要什么。

第二天,唐伯虎向祝枝山要东西,说:“我要‘帝有臣无,帅有将无。’”祝枝山笑着说:“是不是‘市有集无,师有徒无?’”

说完就叫书童去取,结果书童取来的正是此物。

聪明的读者,你知道唐伯虎和祝枝山二人所说是何物吗?

神童曾巩

唐宋八大家之一的曾巩,幼时即被左邻右舍称为神童。一日,曾巩的老师带着他去春游,二人沿着蜿蜒曲折的桃花溪漫步在连绵起伏的桃花山。此情此景,老师兴之所至,捋须吟道:“头上草帽戴,帽下有人在。短刀握在手,但却人人爱。”

话间刚落,聪明的曾巩脱口而出一个字,老师笑着点了点头。

请问,老师指的是什么字?

找不同

以下两幅漫画共有5处不同,快来找找看吧!



(答案可在本期内找)