

别把爱强加给父母

■ 马亚伟

同事小严抱怨说：“现在的父母，跟小孩一样难伺候！就说我老爸老妈吧，我满心热情要表孝心，老人家却觉得我没事找事，根本不领情！”

原来，小严看了“新24孝”的标准，觉得很有道理，而且很多都是可行的。于是，她想通过一些具体的做法表达自己对父母的爱。孝心不是说出来的，而是做出来的，小严积极准备着一系列的孝心大行动。

周末时，小严要带父母去看电影。可父母都摇头说：“没兴趣，还不如在家看电视！”小严动之以情，晓之以理：“这么多年你们都没进过电影院，去看看现在的电影院成了啥样多好。关键不是看哪部电影，一家人一起在电影院度过一个愉快的周末，多么温馨！”父母终于被小严说动了，一家人去看了一场电影。结果呢，小严母亲看了没多久就在电影院睡着了。父亲走出电影院，也一脸迷惑地说：“没看懂！”听小严说一张电影票一百多，两位老人生气了，

批评小严：“真不会过日子，白花冤枉钱！”

不久后，小严张罗着给母亲过生日，想好好为老人家做一顿丰盛的生日宴，还要把亲戚们请来。小严母亲知道后，赶紧阻止她。母亲说：“生日有啥过头？咱小老百姓，平平淡淡过日子就行了，弄得大张旗鼓的有啥用？你也知道，我不爱热闹，现在老了更爱清静，人一多就头疼。这么多年，我的生日没过，不照样平平安安吗？”小严无语，这些年母亲的生日的确是经常被遗忘，母亲已经习惯了，也觉得这样很好。

小严讲完这些，办公室里的人都感到有共鸣。谁没有过这样的体验？那次我要带父母出门旅游，他们却说：“出门就是游山玩水，老家那么多山山水水，看着挺好的，干嘛还大老远跑去别的地方玩？”经过我一再要求，父母才同意了。结果呢，我们奔波了两天，母亲的脚磨破了，父亲身体不好，长途劳累后

很难受，真是得不偿失。还有一位同事，给母亲买了昂贵的衣服，母亲心疼得几天睡不着觉。

我们总以为，父母成了老小孩，不好伺候，自己热腾腾的孝心，经常被他们泼一盆冷水。其实仔细想想，是我们做儿女的太一意孤行了，总想把自己的爱强加给父母，也不管他们是不是愿意接受。我们很少站在父母的角度思考问题，很少考虑他们的喜好和习惯，所以我们给的爱是盲目的、粗糙的，让他们不能愉快地接受。

做儿女的，不要把自己的爱强加给父母。有时候我们以为的爱，对他们反而是一种折磨。老人有自己的生活习惯，儿女要尊重他们，多替他们着想。有时候，他们更愿意儿女坐下来陪他们聊聊天，或者一家人在一起吃一顿家常饭。“百孝顺为先”，让我们的爱再细致一些，顺着父母的心思，给他们最简单最真挚的爱，才是真正的孝！

家有儿女

孩子撒谎巧应对

■ 蔡源霞

一天，我正在家里看书，忽然接到嫂子电话，说前天我儿子在她家玩，家庭作文本不小心落在她家的事。当时儿子说了这件事后，我也颇为无奈，我们两家离得比较远，只好下周再抽时间过去拿，儿子的作文便要停写一周了。可嫂子却说，侄女悄悄告诉她，其实是我儿子故意落在她家，为的就是不想写作文。

我听了愣了，儿子在我心目中一直是很诚实的小孩，他居然会撒谎，这让我怒火中烧，恨不得马上就把在小区里玩的他叫回来揍一顿。但想到自己是在火头上，太冲动了或许会做出不合适的行为，于是给老公打电话，将这件事情告诉了他，问他该怎么处理。

电话那头，老公或许也没想到，因此沉默了许久才回复我，说的却是：“其实孩子撒谎，也是正常的行为。”我一听更怒了，这话是怎么说的？不过好在没等我开口，老公又道：“虽然正常，但却不正确，不过我们不能过于粗暴直接。”于是电话里，我们很是商量了一番。

我刚挂断电话，儿子便回家了，张了几次嘴，最后还是准备等老公下班回家再说。直到晚饭后，老公才对儿子说：“我们一起去小舅家把你作文本拿回来吧。”儿子听了一愣，半晌才回：“我们家离小舅家这么远……”老公立即说没关系，反正第二天是周末，我们可以晚一点回，儿子只好默默地点头。

一路上，平时叽叽喳喳的儿子竟没怎么说话。我忍不住问儿子：“你不想去小舅家吗？”儿子支支吾吾：“没有啊！”直到快到了，儿子才说：“妈妈，其实是我故意把作文本落在这里的。”说完，他都快要哭了。我问儿子为什么要这么做，儿子说觉得写作文很累，不想写。“那你这两天在家里玩得开心吗？”我问儿子，他却摇摇头。

“你主动说出来，表示你知道错了，爸爸妈妈知道写作文不是件轻松的事，但却是你应该做的事，就像是努力工作是我们应该做的事一样，只有我们把应该做的事做好了，才能够愉快地去玩要，是不是？”老公牵着儿子的手温柔地说。

我们都没有提“撒谎”这件事，因为儿子已经从这两天的生活和我们连夜赶来拿作文本的行为，明白“撒谎”并没有他想象中那么愉快。孩子也有尊严，我们不能因为他们错了，就让他们尊严扫地，如同老公所说，“撒谎”虽然不正确但却正常，我们也应该用正常的态度来处理。

征稿 启事

生活中处处皆是学问和乐趣，有舍
得弄弄的快慰，有生活中发现的小窍门，
有自家萌宠的可爱照片。如果您想与我
们分享，可投稿至电子邮箱：120267128
@qq.com。



柿柿如意 李陶/摄

生活百科

虾不要挑太大的

买虾最主要的指标就是新鲜，另外也要关注一下它的大小。野生虾所处的水环境可能受到污染，这种虾最好少吃。我国河水的污染程度普遍比海水要高，从这方面来看，海虾(对虾、基围虾)相对河虾(青虾为主)受到的污染较小。对于人工养殖的虾，如果个头太大，口感就没那么嫩了，营养也会受影响。

两面黑的木耳别买

黑木耳正面应是黑褐色，背面灰白色。若购买时发现木耳两面都呈黑褐色，可能是硫酸镁浸泡过的。黑木耳的味道很自然，有股清香味，而掺假木耳有墨汁的臭味。此外，真木耳嚼起来清香可口，而经过硫酸镁浸泡过的木耳又苦又涩。

泡香菇水营养多

很多人在泡发完干香菇后，会将水倒掉，这样做其实很可惜。干香菇在浸泡过程中，有些营养成分会溶于水，如水溶性的B族维生素、多糖类物质(可增强免疫力和抗肿瘤)等。只要在浸泡前清洗干净泥沙和尘土，然后再浸泡，这样泡香菇的水完全可以再利用。比如用它炖出的汤汁会更香浓，营养价值也更高。

健康顾问

停电后 冰箱食物还能吃吗

停电后，冰箱里的东西扔了可惜，吃的话又担心安全问题，该如何选择？近日，美国《医药快报》刊发了美国疾控中心的权威建议：如果停电在4小时以内，冰箱内的食物完全可以食用。不过前提是，停电期间冰箱门一定要关严。如果超过4小时，冷冻层处于很满的状态，食物可安全保鲜48小时，半满状态只能保鲜24小时。

吃对食物 会让你的头发亮泽

选择营养丰富的食物可以调理头发的粗细、光泽以及减慢头发变白的速度。

菠菜 菠菜含有丰富的铁元素以及皮脂，皮脂是对头发有益的天然护发素。菠菜同时含有丰富的ω-3脂肪酸、镁、钾和钙，这些物质都能帮助头发变得柔顺而有光泽。

鸡蛋 鸡蛋含有丰富的维B，可帮助头发生长，强韧发梢。富含维B丰富的食物还包括杏仁、三文鱼。

柑橘 柑橘里富含的维B12成分可以有效帮助头发生长，防止脱发，同时减慢头发变灰变白的速度。

彩票开奖合

全国联网电脑体育彩票“排列3”开奖公告 第16261期中奖号码:9+9+4			
奖级	全国中奖注数	每注奖金(元)	本省中奖注数
直选	/	1040	58
组选3	/	346	191
组选6	0	173	0
排列三本省投注总额:363758元			
全国联网电脑体育彩票“排列5”开奖公告 第16261期中奖号码:9+9+4+1+3			
奖级	全国中奖注数	本省中奖注数	每注奖金(元)
直选	22	/	100000
排列五全国投注总额:8372352元			

中国福利彩票“乐透型15选5”玩法第2016261期 中奖号码:03-04-07-10-14			
奖等	六省中注注数(注)	强中注注数	每注金额(元)
特别奖	0	0	0
一等奖	270	57	540
二等奖	6821	1401	10
六省市投注总额:498186元,安徽投注总额:92122元 奖池奖金:268942元			
中国福利彩票3D玩法 第2016261期中奖号码:0-4-9			
奖级	中注注数	每注金额(元)	
单选	142	1040	
组选三	0	346	
组选六	704	173	
本期投注总额:975910元,奖池奖金:1649451元			

中国福利彩票“东方6+1”玩法 第2016112期 中奖号码:基本号码6-7-4-6-2-2生肖码:鸡			
奖级	华东中注注数	安徽中注注数	每注金额(元)
一等奖	0	0	0
二等奖	0	0	0
三等奖	16	0	10000
四等奖	79	2	500
五等奖	1055	93	50
六等奖	21291	2059	5
六省市投注总额:841616元,安徽投注总额:76240元 奖池奖金:51380267元			

全国联网电脑体育彩票“超级大乐透” 第16112期 中奖号码:07+22+23+31+32 04+05			
奖等	全国中奖注数	每注奖金(元)	本省中奖注数
一等奖	1	10000000	/
二等奖	(追加)0	0	/
三等奖	64	130955	/
四等奖	(追加)31	78573	/
五等奖	432	8114	/
六等奖	(追加)144	4868	/
七等奖	23795	200	/
八等奖	(追加)8898	100	/
九等奖	506403	10	/
十等奖	(追加)180354	5	/
十一等奖	5194650	5	/
全国投注总额:199351193元 下期奖池:3502750201.33元			

“安徽风采”电脑福利彩票25选5玩法开奖公告 第2016261期 中奖号码:04-07-08-18-25			
奖级	中注注数	每注奖金(元)	各等奖奖金总额(元)
一等奖	0	0	0
二等奖	48	100	4800
三等奖	876	10	8760
本期投注总额:27710元,奖池奖金:13502元			