

## 婆媳之间

## 腊八节里思婆母

□邓育森

“小孩小孩你别馋，过了腊八就是年。”童年的记忆里，最难以忘怀的还是那饥寒岁月里醇厚香甜的腊八饭。对我而言，每年的腊八饭是必不可缺的，早先是吃母亲做的，后来是吃婆母做的，现在则是自己做。

晋南一带过腊八节，家家户户都吃煮有小米和各种豆类的面条，类似“和子饭”，当地叫“腊八饭”。而万荣的腊八饭，由八种豆类熬粥而成，豇豆的红，绿豆的绿，小米和黄豆的黄，把一锅饭染成酱红色，加上面条和豆腐及白菜、胡萝卜、粉条、肉炖成的臊子，可谓色香味俱佳。腊八饭有小米的米香，豆类的豆香，白菜和香菜的菜香，吃起来别有风味，是晋南人节日情有独钟的美食。

母亲常说，“穷年不穷节”，到啥节吃啥饭，没有稠的有稀的，没有好的有赖的，腊八一到，一顿腊八饭还是要吃的。于是，腊八前一天晚上，母亲便忙着泡米泡豆子，切菜切豆腐，取好粉条舀好面，然后才去睡觉。第二天当我放学回家后，香喷喷的腊八饭已经摆在餐桌上，至于后面的制作流程，在外求学的我却一概不知。

真正学会做腊八饭，还是出嫁后跟着婆母学的。腊八前一天晚上，婆母准备好所有的食材，第二天一大早梳洗打扫完毕，就挂着蓝色咔叽布围裙和好面，然后往锅里添足水，坐在暗红色的板凳上往灶膛里添柴生火，让我把淘好的豆子和米倒进水里，任它们在锅里翻滚。随着风箱“噹噹噹拉”的响声和锅里“咕嘟咕嘟”的冒泡声，豆粒在黏稠的液体中透着亮光，煞是好看。接着婆母开始擀面，不一会儿，面团就变成薄薄的、圆圆的、大锅盖似的面片了。再用擀面杖卷起来，一层一层折叠好，“咔咔”手起刀落，一根根如韭菜般柔细的面条，便像流水一样从刀口下涌出来，好极了。婆母把切好的面条抖落到锅里，盛出来，再浇上提前熬好的“腊八臊子”，一碗色香味形俱佳的腊八饭就上桌了。看一眼赏心悦目，闻一下满口生津，吃起来别有风味，醇香可



口又让人回味。寂寥的冬日，一家人围坐一堂，袅袅的热气里弥漫着甜丝丝、香喷喷的味道，屋外的寒气早被腊八饭的香味赶到九霄云外去了。

岁月是一把杀人刀，不经意间，婆母已两鬓花白，硬朗的身板也被生命的年轮压弯了，变得有些佝偻。那年煤气中毒以后，婆母彻底变了样，弯腰驼背，碎步移挪，不爱洗澡，和衣而睡，时而清醒，时而糊涂，常常把被子顶到头上当衣服穿，把里裤穿到外裤外边，原来的干练利落荡然无存。

第一次给婆母洗澡的情形恍若昨日。我说：“婆，给你洗个澡吧。”婆母不敢相信自己的耳朵，提高了嗓门问道：“什么，给我洗澡？不用，不用，我自己会洗。”

我说：“你站都站不稳还洗澡呢？别推辞了，我给你洗。”她非常难为情，被我扶到卫生间，坐在椅子上，背对着我，双手护胸，我好说歹说，婆母才松开双手。

望着婆母弯曲的脊梁，抚摸着婆母松弛的皮肤，我潸然泪下，忽然觉得婆母变得十分柔弱，她需要关怀，需要依靠，需要照顾，需要呵护。婆母从小丧父，公爹去世那年，她才四十五岁，又没有女儿，有病的儿子尚且需要我来照顾，哪有能力管她？母亲在世时经常嘱咐我要善待婆母，我一直牢记在心。此刻我深深感到肩上担子的沉重，心想，无论生活如何艰辛，

都不能让婆母受委屈，一定要让她老人家安享晚年。

我轻轻扒开洗发液泡沫下婆母稀疏的白发，用不太熟练的手法，小心地为她擦拭身子，没想到，她竟然逐渐放松，后来还抬起双臂配合我，让我轻轻地搓洗腋下。洗着洗着，我突然分辨不出亲情的方向，仿佛眼前衰老的婆母是我娇宠的婴儿，我的心里弥漫着温柔的爱。到后来，再给婆母洗澡洗发就顺理成章了。

我跟婆母同吃一锅饭，共睡一炕，给她洗澡、洗衣服、拆洗被褥、剪指甲，尽心尽力地照顾她。我们就像一对相依为命的母女，谁也离不开谁，不见我的影子，婆母就到处寻找，不停地喊着我的名字；我看不见婆母，心里也不踏实，生怕她有个闪失。我在你心中，你在我心上，走进了彼此的内心世界。

然而，这种温馨和谐的场面却中止于五年前的腊月初八。那天与我相依相伴了半个世纪，被我叫了五十年“婆”的九旬婆母，突然撒手人寰，悄无声息地离开了她牵肠挂肚的儿孙，离开了她心心念念的亲人。

从此，腊八节也成了婆母的忌日，每年这一天，我都会学着婆母的样子做腊八饭，不仅以这样的方式怀念婆母，也让我的孩子们在今后的阳光与风雨中，懂得珍惜、懂得满足、懂得付出与感恩。

## 家庭镜头

## 祖孙关系好 妈妈吃醋

“我辛苦帮她带孩子，反而带出仇来了！”65岁的谭女士最近一肚子怨气，因为外孙女只和她亲，女儿“每天阴阳怪气的”。因为祖孙关系好导致家庭出现摩擦的情况，不少老人都遇到过。

针对隔代争宠现象，部分父母表示，孩子只亲祖辈不亲自己，的确有点难受，不过“也能理解”。也有部分家长觉得，出现这样的情况是因为老人的带娃方式有问题。

“我工作忙，婆婆总对孩子说我‘不顾家’，弄得孩子跟我一点都不亲。”张女士说，虽然婆婆照顾孩子很用心，但说话让人很不舒服。与张女士不同，吴女士和老公常年在外工作，但她和儿子的感情非常好，“这完全是我婆婆教得好”“为让我和孩子没有距离感，婆婆每天提醒孩子和我视频……”

专家表示，孩子亲祖辈的现象很常见，作为父母没必要较真。孩子不亲父母不代表不爱父母，而是祖辈陪伴的时间更久，对他们的生活更了解，所以，他们对祖辈的依恋性更强。这种现象等到孩子15岁左右就会逐渐消失。

祖辈再疼孙辈也要掌握分寸，不要觉得孩子是自己带大的就该和自己最亲，尤其不要说“你爸妈不要你了”之类的话。当父母长期不在孩子身边，祖辈要告诉孩子，父母是最爱他的，帮忙建立亲子依恋关系。父母也要体谅老人带孩子的辛苦，同时创造条件增加陪伴孩子的时间。（《洛阳晚报》）



## 温馨提示

## 放手也是爱

孩子特别是儿子，上大学后跟父母的关系一下子变“疏远”，让很多父母不适应。尤其是赶上节日，父母渴望与孩子有情感交流，可是孩子却有自己的安排，家长“求而不得”，于是产生深深的孤独与失落。

既然是家长对现状感觉到“难受”，那么解决方案就应从家长入手。首先，建议家长不要贴标签。给孩子贴上“白眼狼”之类的标签，只会让亲子关系向更加疏离的方向发展。其次，要意识到，孩子跟父母的距离是变化的。在刚上大学这一阶段，很多孩子有一种强烈的想独立的念头，于是刻意跟父母拉开距离；过几年，随着心智成熟、责任感增强，他们会跟父母走得近一些。再次，父母要主动转移自己的情感关注点。自从有了孩子，父母尤其是母亲，往往把绝大部分注意力都放在了孩子身上。随着孩子离家上大学，母亲面临着自我调整，把关注点转到自己的生活上去。

换个角度想想，孩子的“疏离感”恰恰说明他能够独当一面，反映出父母对孩子的适应力等方面的培养是成功的。至于父母心里千丝万缕的不舍，该放手就放手吧！（《今晚报》）

## 围城物语

## 好的亲密关系：彼此“轮流做小孩，互相做父母”

精神病学家 Thomas Habib 认为，如何对待伴侣的“退行”，是亲密关系能否继续的关键。

经过多年的治疗实践，Habib 发现，最有益于亲密关系的退行模式是彼此交换做小孩。这是一种基于灵活角色和相互尊重的某种形式的伙伴关系。

这意味着你能够不贪恋婴儿般依赖他人的愿望，不迷失在对方给予的没有压力的、爱与信任的环境中。允许自己退行的同时，也守住作为成年爱人的身份和责任。

当你们都可以自由地、有意识地表现出孩子气时，这种关系就达到了 Habib 所认为的初恋。一切都可以表达，无论是快乐、需要，还是伤害和发脾气，只要它们在明确的范围内，并有一个充满爱的、负责任的成人角色的伴侣来照顾和见证。

尽情做一回小孩，是创伤修复的

开始。

心理咨询师张传利认为：“恋爱与婚姻这样的亲密关系，经常是一个结构性问题的‘照妖镜’。结构性的问题每个人都有，但程度会有所不同，往往隐藏在人格结构的很深处。”

在心理咨询中，也常有来访者发生“退行”。心理治疗师往往将治疗性退行视为创伤修复的契机。

一篇研究曾刊登了两个案例：一位是患有抑郁症的中年男性，从小被父母暗示有病，并一再被警告要远离自己思想的黑暗。另一位是年轻的已婚女性，成长于一个对情感疏离，禁止表达情绪的家庭。

随着治疗的深入，这两位来访者都把曾经在父母身上体验到的深刻感受带到了与治疗师的关系中，仿佛治疗师就是父母的翻版。但治疗师的言语、行为和态度，却传递着一种无条件的接纳，能够容许 Ta 的退行，

并稳稳地和 Ta 的儿童自我状态待在一起，不拒绝，也不会为了自己的情绪而利用 Ta。

来访者在治疗师的见证下，安全地做回小孩，通过治疗获得了全新的关系体验。其中一位来访者这样描述自己的体验：有你陪我走过我的疯狂，这让我感到安心和治愈，对我来说非常重要。

外界总是苛求我们快速成为一个脱离孩子气的人，一个凡事不麻烦别人的人，一个没有脆弱的强者。所以我们只好将内心的“小孩”关起来，蛰居在我们的潜意识中，等着遇到一个灵魂伴侣、亲密朋友、合适又专业的心理咨询师时，再跳出来，大声说出曾经未被满足的需求。

希望我们都能遇到一段治愈性的关系。没有尽情做过小孩的人，是没有办法成为大人的。

（《中国妇女报》）