

亲爱的儿子，自你去年上大学以来，我们母子间的促膝谈心就变成了微信交流，昨晚你发给我一个有趣的视频：一个两三岁的小男孩最后一次吮吸安抚奶嘴后，张开嘴，让系在奶嘴另一头的氢气球带走了它，还挥着手告别：“小奶嘴，再见，我长大啦！”看完视频我也很感慨：人的成长确实需要一些美好的仪式，好好地告别，然后充满喜悦地迎接新生活。

今晨晨跑时，看到路边的蔷薇花开得正盛，不禁回想起五年前，也是在这样一个明媚的夏日，你经历了一场人生花季的盛会——学校为你们全体初二学生隆重举办“十四岁集体生日庆典”，并请家长为自己的孩子写一封信。你和大多数孩子一样为之期盼、雀跃。而我早早就开始思索，在这样一个具有里程碑意义的时刻，该对你说些什么呢。

首先我要祝贺你，从此告别金色童年，走进蓓蕾初绽的青春花季。但是，我必须开宗明义地告诉你：“十四岁，是一个具有标志性意义的年龄，不仅仅是又长大了一岁这么简单。你必须清楚，哪些事情绝对不能去做；你需要思考，为人处事的原则和底线在哪里；你应该去探索，找到你人生的意义与使命。”

从依依求抱的孩童，到朝气蓬勃的少年，好像就在一瞬间。时间都去哪了？五岁那年，在跟妈妈外出与跟小伙伴玩耍之间，你第一次选择了后者；十岁那年，我带你去张家界旅游，登山时你第一次站在了保护妈妈的位置上……太多太多的第一次，让你成为了今天独一无二的你。

“从去年暑假开始，眼看着你的个头超过了我，那真是一段令人激动的日子。回首十四年的过往，我越来越清楚地看见了你，我也越来越深地意识到，你是多么宝贵！我最想对你说的是：孩子，成为你自己，我就爱你本来的样子。”

我不是一个完美的母亲，曾对你有过不切实际的幻想和过分严厉的苛责，对你的努力和进步显得有些漫不经心。谢谢你在我冲你发脾气之后依然爱我，谢谢你在我感到失望、伤心的时候为我拭去泪水，叫我别担心，你会做一个好孩子。

“你曾经问：‘妈妈，你什么时候会为我感到骄傲？’这个问题的答案是——每一天。”

后来，你告诉我，当你突然看见妈妈作为家长代表读信的视频出现在礼堂的大屏幕上时，又惊讶又激动，眼泪一下就涌出来了。为了不在同学面前掉泪，你拼命咬舌头，把舌头都咬出血了。你把学校分的一小块蛋糕带回家和我一起分享。你久久地拥抱着我，我知道从此你会走得更远、飞得更高。

“十四岁的你，不独属于我，而是属于整个世界。但是，请允许我陪伴你，和你一起欢笑、一起成长。感谢你做了我的孩子，让我的生命变得如此丰盈。”

回首往事，泪眼朦胧。我仿佛看见幼年的你、童年的你、少年的你依次朝我跑来，时光的影像不断重叠，最终成为如今的你，一个英姿勃勃、前途无量的青年大学生。你没有辜负我的期望，你说你始终铭记十四岁那年妈妈的深情寄语，从那天起，你真的长大了，懂得了责任与感恩。

多么珍贵、美好的十四岁青春礼！那些爱和陪伴，那些嘱托和守护，就像这充盈着花香的清风般无处不在，从来不需要想起，永远也不会忘记。



将凉面从另外一只木桶里，依次给我们捞到碗里，小菜和调料汁都摆在桌子上，自己想吃吃什么就加什么。

酱油爷爷家的小菜也没什么特别的，不过是胡萝卜丝、咸菜丝、黄瓜丝、葱丝、辣椒丝、香椿芽等寻常菜，但拌在面里却格外爽口。酱油爷爷说，他家的凉面不是一般的面，是井水面。这里面所有的食材，包括酱油、醋等调味品都在井里“拔”了一天，吸足了井水的凉气，当然好吃了。

普通人家面条煮熟后，过的是凉开水，酱油爷爷家的面，是放入盛凉开水的木桶里，再将木桶悬吊在井内，所有的配菜、配料也都悬吊在井内，过水面升级成了井水面。

酱油爷爷是村厨，他爱跟我们讲菜，我们一边吃面，一边听他讲他做的流水席：小酥肉、豆腐箱、春卷、卷尖、糖醋鲤鱼……酱油爷爷讲得色香味俱全，馋得我们口水都快流出来了，赶紧吃一口面，将馋虫冲下去。

“莫急，日子肯定越过越好，等你们长大后，肯定天天能吃上大肉。”酱油爷爷说这话时，我们谁都不相信，可现在回头再看，果然被他猜中了。

酱油爷爷晚年没有子孙承欢膝下，但他热爱生活，即便在物质不丰富的年月，也认真对待每一餐，热情对待每一个人。

一碗夏至面，吃出了酱油爷爷独有的流派，清爽、富足和对美好生活的向往，现在回想起来，还有余味在心头。

三岁多的女儿从幼儿园回来，嘟着嘴说：“妈妈，中午吃饭我又是最后一名。”最近，幼儿园的老师也跟我说过女儿吃饭太慢的问题，我告诉过孩子吃饭不要磨蹭，看来并没有奏效。

这天晚上，给女儿念完绘本后，我想跟她好好聊聊吃饭慢这个话题。我想起老师说过，女儿喜欢先看别的小朋友吃饭，别人都快吃完了她才开始吃，所以经常最后吃完或者吃不完。我便打算从“看别的小朋友”这点入手。

我问女儿：“宝宝，你中午在幼儿园吃饭，是直接吃饭还是先看周围的小朋友啊？”她马上答，先看周围的小朋友。我问道：“你为什么要看别人啊？是觉得看他们吃饭很有趣吗？”女儿的声调提高了一点，开心地说：“是啊，妈妈，他们都好有趣啊！”我心想，看来女儿喜欢观察身边的人和事，跟我小时候有点像。我先夸奖了女儿，毕竟爱观察是个好习惯，不过……我竖起一个手指说：“一次只能做一件事，就是吃饭的时候只吃饭，不能看别的小朋友，如果你光顾着去看别人，就会影响吃饭。”女儿想了想，点了点头说：“妈妈，我知道了。”

看到女儿听懂了，我便趁热打铁说：“我们制定一个‘吃饭不是倒数第一名’的计划吧！”女儿听后，顿时来了劲头。我建议她给计划起个名字，从1到10，喜欢哪个数字，就起名几号计划。女儿思考片刻，选了10。我跟女儿击掌说：“好！这就是我们的‘10号计划’：第一，吃饭的时候只看自己的小碗，不看别人；第二，小手不停，小嘴不停；第三，把食物嚼得软绵绵的再咽下去。”交代第三点是担心她为了吃快而囫圇吞枣。我让女儿把这三点复述一遍，她站了起来，十分认真地重复了一遍，表情甚至有点郑重。我想，这个计划应该是让她联想到了动画片里的各种执行任务，内心多了一份履行计划的责任感。

第二天一早，我送女儿到幼儿园门口，问她：“宝宝，你还记得我们的‘10号计划’吗？”女儿兴奋地说：“当然记得。”我怕她没记清，又重复了一遍那三点。女儿听后朝我点点头，跟我击了掌，高兴地进了幼儿园。

晚上回到家，女儿站在沙发上，向我们宣布：“我今天中午吃饭不是倒数第一名啦！”我问她有没有用“10号计划”里的方法，她开心地说：“妈妈，我用了！”

一连几天，女儿回来都会给我们说，她吃饭不是倒数第一名，还挺靠前呢！

一天晚上，我搂着女儿问：“宝宝，我们的‘10号计划’有用吗？”女儿答有用。我便又对她说：“孩子，以后不管你遇到什么困难都要告诉妈妈，好不好？因为不管什么样的困难，妈妈总会有办法，‘10号计划’就是例子啊。”说着轻轻点了一下她的鼻子，女儿开心地说：“我记住了，妈妈！”

这时，我心里十分踏实，这就是我一直以来的期望啊——女儿遇到解决不了问题，都会主动告诉我。

我的育儿理念是孩子遇到困难时，不要一味指责，要多站在他们的角度去思考，协助他们解决难题，他们就会越来越信任家长。通过这种方法不仅能让让孩子感受到父母的爱和理解，还能逐步培养他们解决问题的能力。理解、支持，还帮孩子消灭“小烦恼”的家长，可能就是他们心中最好的朋友吧！

夏至这天，我们这里要吃凉面，也叫过水面。面条煮好后，泡在凉开水里，待面条凉透后，捞入碗中，放入已经切好的胡萝卜丝、咸菜丝、黄瓜丝、香椿芽和蒜末，再用酱油、醋和麻汁调成汁，浇在面条上，一碗凉面就搞定了。

根据各自的口味，每家的凉面配料略有不同，有的人不喜欢酱油，凉面里就不放酱油，有的人喜欢吃辣，凉面里就会放一点辣椒丝。

印象里，小时候吃过最好吃的凉面，当属酱油爷爷家的。每年夏至，酱油爷爷都招呼我们这一带的小孩到他家吃凉面。

酱油爷爷住独院，他家后院有井，虽然他家没有小孩，但他爱招呼我们这些小孩去玩，所以给井设置了安全墙，井台四周围着篱笆，不打水时篱笆门锁着。我们这群孩子，都不知道酱油爷爷家的井长啥模样，但都吃过他家的井水面。

夏至这天，酱油奶奶早为我们将井水晒热，每个小孩子进门先洗脸、冲脚，脖子、胳膊和腿也得清洗一下，身上不能有汗臭味，然后才能进入后院吃面。

酱油爷爷用井水洒湿后院的地面，把桌子搬到井台一侧，桌子旁放了好几只桶，里面装满了井水，碗筷都浸泡在木桶的井水里。大家都到齐后，各人从木桶里捞一副碗筷，酱油奶奶

## 我和女儿的『10号计划』

周斐

## 井边夏至

可海霞

15

## 生活札记

有阴晴圆缺  
有悲欢离合  
记生活百味  
看人间烟火

欢迎您的来稿

投稿邮箱：  
wanbaofukan  
@163.com

请在主题中标注“生活札记”。



潍坊晚报

2024年6月19日 星期三

值班主任：陈晨

编辑：石风华

美编：王蓓

校对：王明才