



“电报体”唠叨



孙女跟我抱怨：“我妈太唠叨了，一件事追着我讲无数遍，现在她一说话我就心烦，耳朵都对她开启屏蔽模式了。”我忙劝孙女：“你妈说你，也是为你好，多说几遍，是给你加深印象。”孙女表示不认可：“唠叨的主次全无，废话连篇，把精华都给遮盖了，我正准备考研，哪有听废话的时间呀？”

我答应孙女，抽空跟儿媳谈谈，让她有话直奔主题，言简意赅。老伴嘱咐我：“谈前先打一下腹稿，你不知道你的‘叨’功有多厉害，能甩儿媳好几条街，你若唠叨个没完，肯定影响说教效果，不利于儿媳消化吸收。”

我唠叨吗？我没感觉到呀！孙女在这件事上跟老伴站了一个立场，祖孙俩一起出了鉴定结果：唠叨，而且非常唠叨。

生活把我逼成了一个爱唠叨的老太太，习惯真是不知不觉中养成的，一朝要改，谈何容易。老伴说：“平时闲聊天没事，就是提意见和建议时不要唠叨就行，只要一个人智力正常，听力

正常，有些话说一遍，就能起到效果，如果对方不认可你的观点，说一百遍也没用，只会徒增对方反感。”

老伴这是“经验之谈”，看来他深受我“叨”功迫害，嫌我唠叨，我还懒得说呢，直接用笔代嘴，有啥需要提醒和建议的写纸上，重要的事情在后面加几个感叹号，加强他的注意。

我有事出门，老伴自己在家，往常都是提醒他数遍：饭在哪里，菜在哪里，做饭时不要离开炉灶，这里注意，那里留心。临出门时再交代一次，加强巩固一番。现在好了，只写一遍，贴冰箱上，让他自己看去。

对老伴有什么不满，我也写下来，为了防止字多他不看，我每次写时，都修改再修改，能用一句话说明的绝对不用两句话，能用一个字表述清楚的，绝不用两个字，偌大一张纸，只简简单单写三五句话，老伴只需一瞥就能知晓全文。后来，我发现字数越少，效果越好，因为惜字如金，很多带情绪的言语都省略了，明明是揭对方缺点，却因少了这

些情绪的表达，给对方留足了面子。

那天，我感冒了，咳嗽得厉害，老伴的老同学来访，两人在客厅抽烟，弄得家里乌烟瘴气，呛得我咳嗽加重。夜里咳了大半宿，老伴竟然沉睡不知。早上醒来，我越想越气，拿起笔在纸上写了一句话：烟味大，咳嗽加重，一夜未睡，去医院拿药了。

老伴醒来看到床头纸条，忙追到医院，自我检讨，他睡觉沉，我若夜里感觉身体不舒服，记得喊醒他。此后他抽烟便跑到室外，来了抽烟的朋友，他直接领外面饭店招待，还计划要戒烟。

“纸”上唠叨，效果良好。此法推广到子女身上，还是走惜字如金的行文风格，有时给子女留纸条，有时微信发消息。女儿说，收到我的消息，有种上学时收到家里电报的感觉，心里就想着两个字：速看。

能引起子女重视就好，最关键的是我这种“电报体”的唠叨方式已经被儿媳效仿，我也算曲线帮孙女松了紧箍咒。

李秀芹

帮老妈战胜“玻璃心”



老妈从诊所回来后，忧心忡忡地对我说：“你帮我看下这个检查结果，今天医生虽然说没事，但我觉得他说话吞吞吐吐，好像有什么不方便说似的。”

我看了看老妈的检查结果，说：“你的身体好着呢，没事，检查结果挺好的。”老妈疑惑地说：“是吗？可我还是觉得有点不舒服。”

最近老妈特别“玻璃心”，尤其是身体方面的问题。每当身体有一点点不舒服，她就变得敏感多疑，惶恐无比。这种情况是有原因的。半年前，老妈的一个老姐妹突发疾病去世，之前没有一点征兆，上午几个老姐妹还在一起说说笑笑，到晚上突然人就不行了。这件事来得太突然，对老妈的打击非常大，她经常感慨人生无常。

我看得出来，老妈的心理受到了影响。如今她的身体有一点点不舒服，就怀疑自己是不是得了绝症。那天她的胳膊有点疼，很忧虑地对我说：“我那个老姐妹去世前也说过胳膊

疼。”我安慰老妈说，这都哪儿跟哪儿啊，没事，别瞎担心。还有一次老妈说头有点晕，她用手扶着头，看上去都快晕倒的样子，说：“快给我量一下血压，是不是血压高了？”我赶紧给她量了一下，结果显示血压完全正常。她放下心来，头立即就不晕了。

我把这种情况跟一位当医生的朋友说了，问她是不是让老妈去看一下心理医生。朋友说：“我觉得你老妈现在就是有点玻璃心，还没严重到看心理医生的程度。你如果带她看心理医生，她的玻璃心恐怕更难接受。不如淡化处理，最主要的是告诉她人上了年纪，身体难免会有不舒服的感觉，不要动不动就觉得自己生了大病。”我依言，先带老妈做个全面体检，让她对自己的身体情况有个了解，省得总是疑神疑鬼。然后让做医生的朋友给她讲解道理，老妈最听医生的话，让我的医生朋友给她个“定心丸”就行了。

一番全面体检下来，老妈的身体

果然没什么大问题。我对老妈说：“妈，你每天都说这疼那疼，瞧见没有，你身体好着呢，没啥大问题，不用太担心。”老妈看着体检本，终于舒了一口气。她说：“我就是怕突然生个大病拖累你们。现在好了，没啥事我可得好好的活着。”老妈脸上终于露出了笑容。

我带老妈去见了医生朋友，朋友心领神会，跟老妈说了很多开导她的话。老妈听完笑呵呵地说：“这么长时间了，今儿我心里总算是想通了。人老了都这样，有个头疼脑热的不算事，不能自己吓自己。”朋友笑着说：“对，阿姨，放下包袱，好好生活！”

我们回来的路上，老妈很开心。公交车上，她邻座是位老年人，也是去市里体检的。那位老太太说：“人老了，身体不做主了，毛病越来越多。”如果是以前，这样的话肯定会触动老妈的玻璃心，让她伤感一番。如今老妈不仅没有玻璃心，反而劝解起别人：“老了没啥大毛病，就是咱的福气！”王国梁

不要随便打扰父母的生活

我跟舅妈聊天时无意中得知，表弟前阵子带着一家老小回了趟老家，住了将近半个月，他这一回来，舅舅舅妈原本打算利用农闲时间走走远方亲戚的计划又泡汤了。“我都说好了的，到时候几个老姐妹好好唠唠，然后去附近的景点走一走，全被他给打乱了。计划打乱也就算了，现在天气这么热，带着一大家子回来，我每天跑上跑下买菜做饭，可把我累得够呛。”听得出来，舅妈对表弟的“突然袭击”很不满意。

想起前不久，我打算回家看母亲，给母亲打电话，我以为她会很开心，哪知道她却说：“又回来，回来干嘛呀？”我跟她说：“回来看看你啊。”“我有啥好看的。我好着呢，不用回来。”母亲嗔怪。而我只是以为，母亲可能觉得我上班比较忙，让我在家休息，所以，我并没有放在心上。

我带着家人兴冲冲地跑回了家，好几天，母亲都换着花样给我们做好吃的。返程时，她又忙着去菜园给我采摘新鲜的蔬菜，又从坛子里挖了些腌菜，从冰箱里找到一些腊鱼腊肉，使劲地往我袋子里塞。“妈，塞这么多干嘛，我等半个月就会回来的。先放着吧。”我说。而母亲却一脸认真地回我：“不用跑那么勤，我很好，不用老回来。”事后我听母亲说，我去的那几天，她没有工夫管理庄稼和菜园，我一走，菜园里的草要锄，庄稼也要收，忙得不可开交。

我们打电话回去，很多时候父母都婉拒我们回家，大部分原因可能是怕我们累或花钱，也有少部分原因，可能是他们有自己的事情要做，怕被打扰。我们要听懂他们“不用回来”的言外之意，他们如我们一样，有自己的安排，许是和老同学聚聚，或是和老朋友出门走走，或是安排了其它的活动，我们在回家之前，不妨打听一下他们有什么安排，不要让“突然袭击”慌了他们的阵脚。

绝大多数老人都喜欢安静、自在的生活，喜欢自己掌控时间，我们如若真心想回，那提前和他们约好。趁父母不忙的时候，趁父母需要帮助的时候，趁父母想你的时候，向他们飞奔过去，这时候回家看看，才是真正的孝顺和体贴。

让我们每一次的回家，都能成为父母最美的期盼。 刘德凤

