



## 婆婆的小菜园

□陈晖

回老家，重新粉饰了一下，家里变得清爽明亮。最重要的是，有了我憧憬已久的小花圃。

我种上绿的树、红的花，再撒上太阳花的种子，期待能够点缀小花圃，一切弄妥当，我心满意足。

谁知，过了些日子，我再回老家，婆婆却在小花圃里种上五花八门的蔬菜。苗壮成长的葱，一团一团地沿着花圃边肆意伸展；圆鼓鼓的西兰花一颗一颗地冒着头；愣头愣脑的小青菜更是笑作一团，时不时去骚扰墙边的蔷薇……这还是我的小花圃吗？

我想去质问婆婆，可看着弯腰打扫院子的婆婆，我强压住随时都会“腾腾”上升的火苗，故作轻描淡写地问，为何花圃里长满蔬菜？婆婆笑得很开心，她看着花圃里空着好多地方，总是长杂草，拔了又长，就琢磨着多长点蔬菜，这样，我们回来不仅能吃到新鲜的蔬菜，还能少长杂草。

婆婆已经76岁了，有腰椎间盘突出，那身子一年比一年弯得厉害，自从公公过世，婆婆便住在城里。少了泥土的气息，婆婆总是郁郁寡欢，总觉得闲得没事干。一会儿惦记家中的小汪狗没人喂养，托付给邻居总是不放心；一会儿又想着房间里我们摆放的花花草草，没人照顾会不会死掉……反正，闻不到泥土味她就不踏实，到城里住不了几天，便嚷着要回老家。

说来也是，家门前的地被统一收回后栽了树，婆婆仍惦记着要给我们种点蔬菜。她在树与树的行距间还是开辟出一小块地，种上了几行豆苗，只是因为我们爱吃。婆婆总说，自家种的菜吃了放心，不像你们城里，一根小葱还要花钱买。

我庆幸，没有直接质问婆婆，到头来，她想的还是孩子们。

再次看着郁郁葱葱的花圃，我似乎不觉得有那么乱糟糟了，甚至还觉得挺有特色。看婆婆翻土，我便试着用小铲子将土打碎耙平整。翻好土，我就跟在婆婆后面撒蔬菜种子，有辣椒、番茄、豆角……我期待着它们快快成长，这一切，对于我这个城里人真是一场新奇又新鲜的体验。

在这里，一年四季都可以吃上新鲜的时令蔬菜。婆婆总是把小花圃打理得井井有条，每天总是锄草、施肥、浇水，忙得不亦乐乎，就为我们能够吃到新鲜又环保的绿色蔬菜。

春天，一场春雨，小苗们都乐开了花，一个个冒着嫩绿的小芽，调皮地仰着小脸，似乎在跟我们打招呼。此时，婆婆整天都乐呵呵的，指着这个、说着那个，我也跟着学会辨认好多种蔬菜。

夏天，小菜园里最是热闹。此时，黄瓜已经爬藤，舒展着妙曼身姿。几场雷雨过后，那些五颜六色的小花相继开放，满园彩蝶飞舞、蜜蜂欢唱。想起那句田园诗“阴阳径底忽抽叶，莫莫篱边豆结花”，整个菜园好一副朝气蓬勃的样子。

秋天，就是收获的季节。一时，绿的黄瓜、黄的南瓜、紫色的茄子、红的番茄……全都争先恐后地被装到篓子里，婆婆忙着将各种蔬菜分类，周整、好看的一定是让我们带回城里。

每次回城，我们的后备厢都塞得满满，全是新鲜蔬菜。我们不仅咀嚼着美好的美食，更多是在品味婆婆浓浓的爱意。



留住春光  
李斌

## 老妈听话多了

□黄正平

老妈听话多了，这是与之前比。

服药，不是一件好事，她总是想少服、不服，春节期间更不想与药片打交道。所以，近一段时间状态明显不如过去，腰痛、尿频，手和脚迟缓，记忆和反应也大不如过去。

正在此时，大姐从海南度假回来了，一比较，明显感觉母亲与三、四月前后不太一样。姐弟俩商量，到底是为什么？大姐向老妈问这询那，又上网查糖尿病的并发症，再仔细看看老妈平时的运动、饮食，终于找到了原因。

老妈有糖尿病、房颤，按医嘱，每天服50毫克一片的阿卡波糖，再服一片10毫克利伐沙班。她自作主张，改服降血糖的缓释片，而且是服半片，缓释的效果就没了，三顿饭后分别降糖变成了早餐后降糖，中、晚饭后血糖就有点“肆无忌惮”了。医生问询后，告知道理，回来后又没遵守。这样症状就一点点表现出来、明显出来。反应迟钝了，运动就更少了，不想动、懒得动，这样，就形成了恶性循环。

大姐叮嘱，吃第一口饭后服阿卡波

糖，利伐沙班片也要按时按量服，老妈终于听进去了，气色明显好了些。

糖尿病的病理改变是渐进式的，短时间不一定察觉，但过了一阵就会“显露”出来。糖尿病管理是一个科学的过程，来不得半点的马虎。管理越严，就越能大大延缓身体素质下降的速度。老妈终于知道要准时服药、服适合的药才行。当下老年糖尿病多发高发，服药、运动、饮食是三件法宝。正确掌握对策，才能使晚年生活质量不受大的影响。



## 回不去的昨天

□张新宇

这两天在医院陪护母亲，煎熬、焦虑又郁闷。母亲的眼睛是突然间失明的，万般无奈下给我打了电话，家里这两天还在装修房子，父亲根本没有办法离开，所以母亲的一切就都交给了我。我带母亲来医院检查，办理手续，然后住院做进一步的检查，等待手术治疗。母亲一脸的愧疚与难过，她一遍遍地检讨自己：“真的丢人啊，怎么会住院呢？家里来了一屋子干活的人，中午还要我做饭的，我却……真的丢人啊。”

我不耐烦地打断她的话：“你别说话。得病的事情，是你能做主的吗？啥也不要说，配合医生治疗就好了。你话多得让人很烦。”由于疫情影响，来医院陪护的我也是做了必需的核酸检测的，而且陪护期间别人还不能替换。我认为母亲成天不是腰疼就是腿疼，现在眼睛又突然间失明，她的破事情就是多。这样的情绪就使得我说话时声音带上了火气。

学生的高考成绩出来后，辅导他们填报志愿就成了我这两天的大事，而病患中的母亲却需要安静。我只好来到电梯间，一边翻看有关资料，一边电话上和咨询的学生以及家长交流。不知不觉间一上午时间就过去了。赶回病房的时候，却不见母亲的身影，想着母亲也许被医生叫到了医生办公室，但是去看了看也没发现母亲。一向大大咧咧的我慌了起来，母亲一直吵着不住院要回家，该不是自己跑回了家吧。但是她的眼睛可是啥也看不见呀，我心里慌乱起来。正要往门外冲的时候，却听

见卫生间里有响动，赶紧推开卫生间的门，母亲正侧趴在马桶上哭，眼泪流满脸，看样子已经哭了很久了。

扶起母亲的时候，我忍不住埋怨：“妈，你都住院三天了，这卫生间也来过不下十次了，怎么上个厕所都能摔倒？”一边埋怨一边查看母亲是否摔伤，看看没有啥大碍后，我就扶她继续回床上躺着。母亲半天没和我说一句话。午饭后，母亲幽幽地说：“我老了，不中用了，老是给你添麻烦，真成你的拖累了。你该不会扔下我不管吧？”我很诧异：“说的啥话啊，我怎么会丢下你不管，你可是我妈啊。怎么会想起来说这话？”再三追问下，才知道上午隔壁病房的老太太过来串门，告诉她15床老头的事情，儿子送到医院交过相关费用后就再没来过，住院十几天了，儿子照面都不闪。幸好老头只是左眼失明，生活还能勉强自理。老太太的话触动了母亲，想着我这两天的怨气和焦虑，母亲再联系到我早上出去就再没进来，内心里是一片凄凉，她的女儿该不是不管她了吧，这个离她最近的孩子都嫌弃她、不管她，瞎眼的她还能依靠谁？心慌意乱的母亲在送走老太太，上厕所的时候脚下滑了一下，母亲摸索着想要爬起来，但是湿滑的地面没能让她如愿，想着自己不中用的眼睛，再想想自己已经不灵便的腿脚，以及自己孩子的埋怨和牢骚，她真真切切意识到自己是个废人了，家里还有一大堆要干的活，老头子的饭这两天有没有吃上？自己

的眼睛要是治不好，她可该咋办啊？焦虑、无助的母亲趴在湿漉漉的地上伤心地哭了……

我搂着母亲的双肩，告诉母亲，她的眼睛只是由于眼压太高而导致的暂时性失明，做过一个小手术后视力就会恢复正常，真的不用担心。母亲摸索着拉住我的手：“我就是不中用了，走个路都会跌倒，这两天上火牙疼，晚上也心慌气短睡不好……看来真的老了，真的不中用了。”我摇晃了一下母亲的手：“妈，人都会老的，你以为你还是年轻的时候啊，我上火了也会牙疼，晚上失眠了也是浑身不得劲的，你真的不用多想，做完手术，休息几天，你又和以往一样了，还能穿针引线的，我还想叫你再给我纳一双鞋垫啊。”母亲似乎心里舒展开了一些，咧开掉了两颗牙还没来得及补上的嘴巴笑了：“只要还能捉针，我会给你纳好几双鞋垫。”

帮母亲拢了拢有些凌乱的头发，端详她满脸皱纹的面庞，我的心还是那么明显的酸痛了，我的母亲，她已经老了，她需要我的呵护，她唯恐女儿嫌弃自己，她担心自己也会像15床的老头一样被儿女怨弃，她难过再也回不去的年轻健壮的岁月。但是，岁月无情，那过去的岁月，我们每一个人都回不去了。我和母亲那回不去的岁月里，满满的都是母亲对女儿无尽的疼爱与呵护。

那么，在今后的岁月里，就让我来呵护、疼爱母亲吧，我紧紧地搂住了母亲消瘦的肩膀。

