

# 八月你好

黄雪敏

七月再见,八月你好。2023年在忙忙碌碌中已经走到了八月,熬过了忙得脚不沾地的六月,告别了仪式感满满的七月,在岁月的催促下,夏日的炽热初现峥嵘。

眼看着2023已经走到了下半年,在无数个疲惫的瞬间觉得自己也走到了人生的下半场,没有动力,也没有期待。对于我而言,生活是顺遂的,但我又是贪心的,总觉得生活可以更好,于是就开始不停地试探、寻找,但却没有目标!

我认真地沉浸在自己的世界里,不留心身边的变化,无所谓人情的冷暖,看到了别人的故事,却不愿去共情他们的感受。我微笑着看着这个我熟悉的环境,心凉如水。万事不走心,原来就是这样的平静。

我只在乎这一秒,我只在乎现在,这一秒花

开,这一秒云散,这一秒叶落,这一秒雁归。现在你在我眼前,现在我可以感受你的体温,现在我们自在如风、无畏去爱,现在我构建着我想要的现在。每一天对我而言都不可替代,但每一天也仅供我缅怀。每一滴水落下,都是它自己选择的归宿,每一次停留,也应该是心之所动。把时间留给自己,把其他留给时间,把烦恼留给昨天,把期待留给明天,把幸福留在今天。

过去的日子不管你过得怎样,都已成为过去,若是美好叫做精彩,若是糟糕叫做经历。崭新的八月一切都将重新书写,只想在这平凡却又安然的时候道一句:“八月,你好!”

八月,愿你做一个幸福的人,珍惜时光,心怀希望,活在当下,岁月生香。

作者单位 曙光煤矿

一年一度的中、高考录取正在进行中,每到这个时候,真是几家欢喜几家愁!其实,每个孩子都是一朵花,每朵花都有花期,家长需要耐心等待,等待绽放有时。

中、高考是所有学生人生中的重要时间节点,如果没考好,可能会带来失落、挫败和不安等不良情绪。在这个时候,家长一定要调整好自己的心态,给予孩子更多的关心和理解。

首先,要坐下来倾听孩子的想法。等孩子心情逐渐平静后,一家人坐下来共同探讨下一步的想法。要引导孩子把所思所想充分地说出来,孩子无论说什么都不要打断孩子的表达。因为孩子一旦说出来,痛苦就减轻了一大半,孩子心理的安全感就会增加。要让孩子感受到老爸老妈没有嫌弃他,没有责怪他,而是始终和他在一起,共同面对一切,共同迎接新的选择、新的生活。

其次,要与孩子一起接受现实。家长此时要做的就是从自己的内心接受这个你不喜欢的现实,保持情绪的稳

定,万不可大发雷霆。因为结果已经无法改变。你目前唯一能做的就是拥抱孩子,把你的坚强传达给孩子,陪伴孩子度过痛苦的时刻。允许孩子哭,允许孩子发泄自己的情绪,全然接受他的悲伤。

还要注意观察孩子的情绪。由于期望值和现实落差实在太大,孩子心理压力可想而知。大多数孩子经过一段时间的调整,能够选择重新开始。但极个别的孩子有可能出现极度悲伤、过度自责甚至悲观厌世的情绪。这时候,家长要予以高度重视,帮助孩子调整心态,确定新的目标,表达内心情感,建立自信,必要时寻求老师或者心理咨询的帮助。

竞争是一种推动力,家长应该告诉孩子,竞争只是一种手段,不是目的,最重要的是自己的进步和成长。要让孩子明白,与他人比较只是一个参照,最终对手是自己。鼓励孩子面对困难和挑战,让孩子感受到家庭是支持他和关爱他的港湾。同时家长也要深信,不远的将来,一定能等到自己孩子的如期花开。

作者单位 瑞泰公司

## 我喜欢

郭秉立

我喜欢夜  
并不喜欢黑  
是夜的宁静  
让心  
有了澎湃的涛音  
我是喜欢阳光的  
更喜欢你的笑颜  
能如花般绽放

我喜欢看你  
欢快奔跑的样子  
喜欢听你的述说  
生活多美  
我喜欢静静的夜  
是喜欢  
用明亮的眼睛  
去寻找  
去采撷  
点点的星光  
让它  
能给晦涩的日子  
添些光的影子

作者单位 中盛煤业

## 花开有期

郭素琴

## 探 望

张丽丽

近几日听闻我的高中同学、也是我的邻居小杜的母亲瘫痪在家了,于是在一日下了班后,敲开她家的门,探望一下老母亲。

虽然我们同住在一栋楼,我家在三单元,她家是五单元,但自从高中毕业后,她嫁到了陕西,我留在了矿上,相隔二十多年都没有再走进过她家。一进门,她家还是从前的样子,生锈的铁门,水磨石的地板,里面的门是刷着黄漆的木门。我跟随她走进其中的一间卧室,床边摆着一个轮椅,一个康复训练的架子,她的母亲面朝天躺在床上,眼神略有一些呆滞,眼睛一直看向天花板。我走近她的身边,和她说话。我说:“阿姨,我是二红,还记得吗?”她头轻轻歪向我,看了几秒,说不认识。我知道,她应该是认识我的。问老同学小杜才得知,她的母亲一不小心摔倒、瘫痪卧床不起后,脑子也一天不如一天,慢慢变得不认识人了,也开始胡言乱语,可能是老年痴呆吧。我坐在床边,仔细听小杜给我讲她母亲的情况,老太太先后共摔倒过三次,腿上有一道二十厘米的手术疤痕。她说一定要让老人们补钙,她的母亲就是由于缺钙,骨质疏松,一摔倒就受伤。小杜的母亲虽然瘫痪在床,但在她的悉心照顾下身体被擦得很干净,状态也很好,家里也是干干净净的。她说她特别烦躁的时候,也会数落母亲几

句,也幸好母亲糊涂了,听不懂,有时还把她当成佣人。其实我觉得这样也挺好的。每个老人都希望自己身体健康,不想给孩子们增添负担和麻烦,更不想因为要照顾自己,影响孩子们的正常工作和生活。如果小杜的母亲脑子清醒,又是那么要强的人,她肯定会因为身体不舒服、行动不便拖累儿女而感到难过愧疚。有时想想,人糊涂一点,可以忘记所有的痛苦和不开心,就这样傻傻地活着也挺好。

小杜和我说,她的两个哥哥都有各自的工作和家庭,照顾母亲的事就落在了她一个人身上。他们也曾商量过要请保姆,但就是花上四五千也找不到合适的保姆愿意照顾瘫痪在床的老人。临走时,我硬塞给小杜几百元,让她给母亲买点吃的用的。小杜和我拉扯了半天硬是不要,她说有她一口吃的,就有母亲的一口,这句话我很感动。

从小杜家出来,我想了很多,我把她母亲的情况告诉了我的母亲,母亲也深表同情和难过。我想我们每个人都会遇到这样的情况,照顾老人是我们为人子女应尽的义务,而我们每个人都会有老去的一天,也会有生病的时候。人生就像一个轮回,都在走一个大致相同的路,祝福小杜的母亲和天下所有的父母都能身体健康,老有所依。

作者单位 水峪煤业



韩煜 摄



赵军 摄



田裕国 摄



史进 摄



高年生 摄



郭斌 摄