



食在的好滋味

◆高雄 慧綺

身為老師，我對孩子的教養有一份堅持和理想。從懷孕開始我就決心餵母乳，擠奶擠到手發炎也不動搖。斷奶後持續吃有機、少化學添加物的健康食品，對別人送過來的東西也很嚴格檢查成分……

有一天，大嫂送給讀幼稚園的兒子一包零食，兒子高興的跑來要我幫他打開。

「點心麵？」我翻到包裝袋背面的成分給他看：「色素、人工甘味、香精添加劑，對你的健康不好，我們不要吃。」

孩子問我：「這包怎麼辦？」
「還給伯母。」兒子聽話的轉身交還大嫂。

大嫂一臉詫異，但是我不為所動。

對比大伯的孩子們長得又高又壯，兒子的身材，讓夫家擔心他營養不良，我因此備感壓力。每次一回夫家，我就覺得全部的人都在打量孩子的身材。

我堅持，但我不開心。
但是孩子懂嗎？

一天，我們一家三口在一個大熱天到有機農場參訪、體驗。回家路上，孩子拜託我買思樂冰給他喝，先生體恤孩子勞動一天也幫忙求情，我勉強同意買小杯的給他。不過，晚上他就因為犯錯被我罰跪。

他一把鼻涕、一把眼淚的跪在地上。我說：「知道媽媽教你是為你好嗎？」他給我一個似懂非懂的表情。我說：「知道媽媽愛你嗎？」他說：「是，媽媽是愛我的。」

「你怎麼知道媽媽愛你？」哭得紅通通的臉遲疑了一下說：「因為媽媽買思樂冰給我。」一個青天霹靂打得我暈頭轉向，原來我忙了半天，他認為的好竟是我非常不想給的思樂冰。

父母、師長的引導，孩子如果沒有歡喜心接受，將影響日後的學習。我再一味堅持，只會讓自己變得像刺蝟罷了。

我決定改變。
有一回兒子看別人吃洋芋片也想吃，他說：

「只吃一點點好不好？」

一長串嘀咕在內心中浮現：兒子，你不是學過了嗎，還做過實驗，洋芋片好多油喔……不過，這次我沒有馬上否決。

站在孩子的立場想，他是因看到別人吃才想吃，才會明知我不喜歡他吃還敢提起勇氣問。我說：「對身體不好的東西，即使一點點我也不忍心給你，如果你真的很想吃我們就買一點點，好不好？」他說：「媽媽，那我們不要吃好了。」

好像脫下盔甲，心與心就流動起來了。
不久前我買克林姆、奶酥麵包滿他的願，他也願意嘗試地瓜和豆腐。禁忌食物變少，取而代之的是更多的關懷來導正孩子對食物的觀念。

有一次掃墓之後，又看到大嫂發餅乾給每個孩子，她邊發邊問孩子們有沒有餓過頭，公公就坐在一旁笑咪咪的看孩子們吃。以前，覺得這是大嫂在挑戰我的教育方式；現在，我看到大嫂自然流露著對孩子的關懷和對公公的孝心……