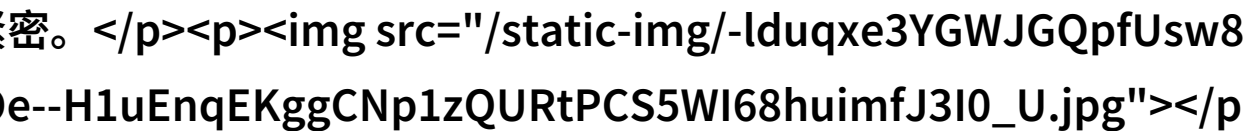


疫情中的母子共度时光温馨回忆与共同成长

在新冠疫情的影响下，我们被迫远离了繁忙的都市生活，回到了一段充满记忆与爱的时光——和老妈一起度过的日子。疫情期间和老妈做了很多事情，这些经历不仅丰富了我们的生活，也让我们之间的情感更加紧密。



首先是学习新的烹饪技巧。在家中，没有外出就餐的选择，我们不得不自己动手来准备每一顿饭。老妈带着我去超市选购食材，她教我如何挑选新鲜蔬菜、肉类以及海鲜。我学到了许多基础烹饪知识，比如炒菜、煲汤，还有如何将不同的食材搭配起来制作出美味佳肴。通过这些实践，我对食物有了更深入的了解，同时也学会了如何照顾到自己的饮食健康。

其次，是一起进行家庭装修。在家里闲暇时间较多，老妈决定重新布局卧室和客厅。她让我参与到设计过程中，我负责研究最新趋势和风格，并帮助她规划空间布局。这是一次非常宝贵的体验，不仅锻炼了我的审美能力，也让我对家庭装修有一定的了解。如果未来要自己买房，我相信这次经历会成为宝贵经验。



再者，是进行心理健康护理。在封锁期间，有的人可能因为隔离而感到焦虑或抑郁。我跟随老妈练习冥想，参加线上瑜伽课程，以及阅读心灵鸡汤书籍。这不仅帮助我们减轻压力，更重要的是，它们增强了我们之间的情感联系，让我们的关系变得更加亲密。

此外，我们还开始了一项自发的小项目——养花种植。一束鲜花能够提升整个房间的心境，而种植植物则能让人感觉更接近自然。我们选择了一些简单易养的小植物，如菊花、盆栽草坪等，并在阳台上设置一个小园丁区。不仅如此，我们还定期清理废水并利用厨余肥料，为植物提供营养。此举不仅增加了户外活动量，也为我们的精神世界注入了一抹绿意化彩。



1uEnqEKggCNp1zQVGp6c8oU8mh_zRa3fFiuwOgZfXJFWzvaGhl1WDX3OCiA.jpg"></p><p>还有就是文化艺术方面的一些探索。在这个特殊时期，线上的音乐会、戏剧表演以及展览成了我们的娱乐来源。我跟随着老妈观看各种艺术节目，这些作品触动着她的心弦，她分享给我她的感受，使得我也能从不同角度理解艺术之美。而且，由于疫情限制旅行，所以网上课程成了学习语言或者历史知识的一个好机会，这样可以保持脑细胞活跃，同时也能够扩展视野。</p><p>最后，便是记录下这些特别时光。当所有的事情都结束后，当一切归于平静，那份珍贵记忆仍然存在，只要打开相册，就能重温那段难忘岁月。那时候，即便是在困难面前，我们依然团结一致，用爱心守护彼此，用行动证明生命之美不可磨灭。</p><p></p><p>下载本文pdf文件</p>