



童年的歌谣

□ 韩晓民

童年的歌谣，深埋心底，难以忘怀。

有儿歌的童年，是幸福快乐的，是值得回忆的。到了青壮年，到了中老年，在心情愉悦的时候，在四下无人的时候，也许会情不自禁地哼几句童年的歌谣，哼完，摇摇头，会心一笑，很惬意。

儿时，中原地区大多数人家里没有摇篮，所以提起摇篮歌或摇篮曲，总觉得太洋气。摇篮歌古称“抚儿歌”，比较贴切，是妈妈、奶奶、外婆等女性长辈哄孩子睡觉时唱的歌谣。哄孩子睡的时候，或把孩子搂抱在怀里，或把孩子平放在床上，轻轻地拍打着孩子的后背，语调舒缓，声音轻柔：“哦，哦，拍拍睡，拍拍睡，娘做活，拍拍睡，娘也睡。”反复低吟，声音越来越小，越来越细，孩子迷迷糊糊就进入了梦乡。

如果哄了半天，小孩儿仍不睡意，不是瞪着眼，便是哭闹，接下来的摇篮曲就有点狠，但是挺管用：“日头落，狼下坡，逮住大人当蒸馍，逮住小孩儿当汤喝。赤肚孩儿，跑不脱。有娘的，娘扯着。没娘的，狼拉着。快快跑，回家摸。省得娘，挂心窝。”其实，中原地区没有狼。但是，歌谣里有狼，很多人的

童年记忆里便有了狼。听大人煞有介事地一吓唬，孩子便不敢哭了，也不敢闹了，闭了眼，也会迷迷糊糊地入睡，只是有时半夜里会冷不丁地一激灵，估计是梦见狼了。

当然，也有很多小孩儿爱听的摇篮曲，比如“小小子儿，坐门墩儿，哭着喊着娶媳妇儿。娶媳妇儿做啥？点灯说话，吹灯不怕。小小子儿，坐门墩儿，哭着喊着娶媳妇儿。娶媳妇儿做啥？点灯做伴儿，吹灯摸妈儿。”这首歌谣显然是成年人思考的路子，直白，没啥艺术性，甚至有些低俗。但是，换个角度考虑，孩子睡觉前有人说话、有人做伴儿，还有摸妈儿的诱惑，都是温馨而安全的信号，这样的摇篮曲，也许能让孩子在梦里笑出声来。

孩子渐渐长大，能听懂大人说话了，父母闲暇的时候，逗孩子玩儿是人生一大乐趣。大人和幼儿之间的语言交流，还有一定的障碍，因为孩子的思维能力和语言表达能力毕竟欠缺。但是，用儿歌交流，情况就大不一样。比如，喂孩子吃饭，饭刚盛碗里时很热，怕烫了孩子，而孩子看见饭食急不可耐，这时就可以用儿歌去安抚：“热热冷冷，小狗等等。冷冷热热，小狗歇歇。”

当然，和孩子逗趣更是一种打发

时光的好方式，大人吟唱，孩子在怀里安静地听着，甚至很配合地格格发笑，似乎听懂了。但是，他们听懂了什么？是听懂了母亲的喜悦，还是听懂了母亲的疼爱？“筛箩筛，打转转，舅舅来了吃啥饭？烙油馍，煎鸡蛋，杀小鸡，吃捞面。不吃不吃两大碗，你说舅舅饿不饿？”

很多童谣虽然没有刻意让孩子学会记住，可无数遍地哼唱，早已印在了孩子的脑海里，由感知到模仿，很多孩子不久就能跟唱：“小枣树，弯弯枝儿，树上坐个小闺女。小闺女，七八岁，跟着姥娘去赶集。想吃桃，桃有毛；想吃杏，杏老酸；想吃果子面且且，想吃樱桃下河南。河南闺女好打扮，梳油头，搽粉面，扑拉腿儿小金莲。”

等孩子有了一定的语言表达能力和思维能力时，再唱那些浅显的童谣给他们听，就吸引不住他们了。好在几千年的民间智慧是无穷的，童谣在千百年的传承中不断丰富完善，经过自觉或不自觉的润色加工，早已形成了诸多风格和体系。比如，有些童谣不但内容丰富而且贴近生活，明显是在培养孩子的认知能力：“喜鹊叫，喳喳喳，俺爹领客到俺家。做好菜，摆酒席，俺妈要去杀只鸡。那鸡说，我咯咯

哒会哒哒，杀我不如杀那雁。那雁说，我天南地北报气候，杀我不如杀那猴。那猴说，我能打鼓能敲锣，杀我不如杀那鹅。那鹅说，我的脖子长又长，杀我不如杀那羊。那羊说，我四只银蹄往前走，杀我不如杀那狗。那狗说，我看家叫得喉咙哑，杀我不如杀那马。那马说，我背上鞍子下陈州，杀我不如杀那牛。那牛说，我会耕田又耙地，杀我不如杀那驴。那驴说，我会拉磨呼噜噜，杀我不如杀那猪。肥猪哭啼啼，光会吃不做事，吃吃睡睡没出息，你不杀我杀谁哩？”

绕口令是我国民间流传甚广的一种语言游戏，将声母、韵母或声调极易混同的字，组成反复、重叠、拗口的句子，要求一口气急速念出，节奏感强，妙趣横生。绕口令虽然拗口，可对锻炼孩子的语言表达能力很有好处，还能提高孩子的反应能力。很多家长文化水平不是很高，尤其是爷爷奶奶带孙子孙女时，没有那么大的本领训练孩子，就拿出早已烂熟于心的绕口令说事：“棚儿上挂油瓶儿，风吹瓶儿动，棚儿碰瓶儿，瓶儿碰棚儿，不知是棚儿碰瓶儿还是瓶儿碰棚儿。”口齿伶俐、思维敏捷的孩子，很快就学会了，并经常拿出来炫耀。而那些笨口拙舌的孩子，说错了

还好些，如果结巴半天、脸憋得通红还说不囫圇，便成了小伙伴们取笑的对象。

有趣的童谣很多，其中最受孩子青睐的是颠倒话童谣，内容荒诞，却浅显明白，一听就知道是在故意搞笑：“我说话话颠倒，石榴树上结花椒。东西大路南北走，出门碰见人咬狗。拿起狗来砸砖头，砖头砸得鲜血流。”

其实，童谣很多时候是唱着玩儿的，可经过教育家一点评拔高，其教育意义和重要价值就显现出来了。比如“小老鼠上灯台，偷油喝下不来”，是教育孩子不许偷东西；“花喜鹊尾巴长，娶了媳妇忘了娘”，是告诫孩子长大后要孝敬父母。若以此类推，“一二三四五，上山打老虎”，莫非是鼓励孩子向武松学习、做一个除暴安良的好少年？这都哪儿跟哪儿呀！

有些地区的少儿游戏常伴以童谣，边唱边游戏，童趣十足。我们这里却很少，不知道为什么。还有一点儿我搞不清楚，代代相传的童谣怎么现在忽然听不到了，是因为过时了吗？相反，“读书苦，读书累，读书还要交学费，不如参加黑社会，有钱有势有地位，还有美女陪你睡”之类的“黑色童谣”，竟然在网上或校园里流传，这太可怕了！



总第二三二二期

站在杏树下

□ 李易农

岁月的尘土，掩盖不了一棵杏树的生长。昨天，我又回乡下看你。

故乡，拿出如有的记忆来迎接我，山峦、田野、小河、小桥、房屋，牛羊的叫声里，有一群衣着朴素的孩子。我不认识他们，他们也不认识我。但是，小小的黄杏啊，我还认得它的味道和颜色，它也知道我的喜乐和胃口。

小小的黄杏高高地挂在遒劲的枝丫上，闪烁着光芒，恍若城市里的霓虹、星光，或者是太阳……它们从绿色的叶子间，抬出头来，对我笑，对我扮着鬼脸，对我指指点点……我顿时羞愧起来。哦，杏树，我的乳娘，这么多年来，我还是有着爱流泪的脆弱。

我一直都知道，捧着杏，就是捧着整个故乡。站在杏树下，就是站在母亲的身旁。

初夏

□ 纪福申

院子里有棵百年银杏，树上几只喜鹊天刚亮就把我叫醒了。六点钟，同往常一样，我迎着晨曦，从容出发。

初夏时节，麦子熟了，原野上散发着香气里透不来的那种泥土的醇香。眼下，在风中荡漾的麦浪已经悄然变得金黄。麦子从寒冬走来，来得艰辛，也变得成熟，丰满的穗头孕育着丰收的喜悦和苍生的底气……

一年之中最忙碌的季节来了。流淌着阳光的麦田边，孩子、风儿、鸟儿追逐欢笑，为大地平添了灵气和丰收的喜悦。眺望湛蓝的天际，一个无与伦比的季节，一个收获的季节来了。画家、作家都该拿起笔，走进这亦橙黄绿青蓝紫的世界，拥抱这灵感喷涌、风情万种的季节。

这是一年中最怡人的季节！我们该做些什么？

桑葚

□ 严巍

桑葚熟在初夏，麦黄时节。这种弹指可破的好东西，经不起蹉跎，稍一耽误，就看不到它的影子了。

桑葚的甜，有一点点神秘。就像它的颜色，紫郁郁的，有很深很深的意味，好像是用山谷清风、山河流水的清甜做底子的。没熟透的桑葚，有那么一点酸，顽皮地蹦出来，像小孩子吃的跳跳糖，跳跃在舌尖。它给你的感觉，清爽宁静，天然清甜，韵味灵动，简约丰满。

最初的桑葚，青绿若翡翠。渐渐地，成为簇生的琥珀，琥珀被阳光涂抹变红，最后，桑葚熟透，色紫近黑，油光水润，像晶莹的黑玛瑙。桑葚的变脸不会叫人惊讶，只会催生向往。这种愉悦的向往，在青枝绿叶的桑树上，被阳光和初夏的风，联手变成现实。

吃桑葚，一定要吃熟透的，晶莹剔透，乌紫发亮。入口，爆浆的果汁迅速把味蕾浸透，甜美的味道一路蔓延，在唇舌肺腑之间，缠缠绵绵。说不清道不明的那种馨香，让你品咂赞叹，暮春的依恋在心间轻柔萦绕。

仰望蓝天

□ 钱永广

生活常常是一地鸡毛，每当烦恼纷至沓来时，我喜欢走到一个空旷的地方，仰望蓝天。久而久之，我发现，纵使有万千烦恼，只要仰望蓝天，烦闷就会立马消散大半。

也许我发现了仰望蓝天的好处，因此特别喜欢海子的一句诗——天空一无所有，为何给我安慰？

我不知道海子的烦恼，可他的诗我是喜欢的。在生活中，每当遇到烦心事的时候，我就抬头仰望蓝天，从中寻找安慰。记得第一次高考失利，

我没有考进理想的大学，带着万种复杂的情绪回到家里。见我脸上愁云密布，父亲把一张长藤椅拖到老家的打谷场上，让我自己坐一会儿。当我瘫坐在长藤椅上，抬头静静地仰望蓝天，不知怎的，心里的烦闷顿时少了许多。

那时我发现，仰望蓝天，可以对人的情绪产生积极的影响。美国心理学家之父威廉·詹姆斯说过：“如果你不开心，那么，能叫你变得开心的一个很好的办法是，保持45度角仰望天空。”原来，当我们45度角仰望天空的时候，鼻尖是略高的，呼吸会比

较顺畅，而深呼吸正是情绪管理的好方法。所以，当你抬头挺胸时，会觉得比较能够应付烦恼，当然也就容易产生这没什么大不了的乐观情绪。此外，远眺和仰望时，颈部的肌肉是放松的，四肢自在，呼吸顺畅，心情自然会变好些。

仰望蓝天的另一个好处就是，天空的蓝是很好的镇静剂。其实，天空也不是一无所有，至少是有颜色的。当然，得是那种没有雾霾的蓝蓝的天空，这对治愈人特别有用。天空的蓝色，是公认的使人镇静的色彩。来自瑞典隆德大学和英国剑桥大学的

两组研究人员，曾经让相同的实验参与者在红色和蓝色的房间里分别停留两个半小时，并要求他们记录下在不同房间里的的情绪、联想到的故事，同时检测他们的脑电波情况。结果显示，在红色房间时，他们写下的故事更长。脑电波检测显示，他们在蓝色房间里明显要比在红色房间里更平静。随着参与者在房间里逗留时间的延长，这种差异持续加大。心跳速度则是在蓝色房间里更慢。通过将蓝色与其他颜色进行类似的比较，研究人员发现蓝色的镇静效果最为明显。

现实生活中，我们难免会遇到烦

恼，烦恼的时候，如果我们学会仰望蓝天，把情绪从泥潭里解救出来，这比去找心理专家更实用。也许，有人会说，在仰望蓝天的时候，虽然一时能解除精神上的枷锁，清理一下情绪垃圾，却不能从根本上解决现实中的问题。不过，我觉得这样确实可以调节情绪。有了情绪上的调节，你就会发现，尘世中的许多烦恼，过了心理承受期限后，所有的问题都变得不再重要。

烦恼的时候，不妨抬起头仰望蓝天，它可以帮助我们渡过心理上的难关，到达明天。

麦浪金黄

□ 陈世杰

豫中平原，小麦地。又是一年丰收季，流动的金黄无边无际，微风一吹，麦波荡漾，麦香沁人。远远望去，层层叠叠的麦浪里忙忙碌碌的男女如同海里晃悠悠的船，载满了收获的喜悦。

光着膀子的爹拉着架子车，娘坐在车上。村路坎坷，架子车一颠一颠，可爹步履欢快。那时神采飞扬的爹和娘均20多岁，感情诚挚，两人当有说有笑离家二里远的地里割麦。老家村子不大却规矩不少，一路上，爹娘不厌其烦地与来来往往的村人打着千篇一律的招呼：“吃过了吗？也准备割呢！先割西地还是北地……”

有时，与爹年纪相仿的好友会开爹娘的玩笑：“哟哟哟，看看瘦子，怪享福哩，黑儿里折腾俺白儿里还欺负，也不怕俺哥累着？”爹咧着嘴笑，娘羞

答答地喂骂几句，那人便叫着“瘦子饶命”，兔子一样逃了。同时回头朝爹喊：“哥，忙过这两天俺找你喝酒去，还想吃瘦子调的芝麻叶！”爽快的爹脱口而出：“中！”

欢欢喜喜地到了地头，爹宠娘，娘要自己下车，爹不让，偏一把抱她下来。附近的人看见了，都戏谑性地放声大笑，娘的脸上立即布满了快乐的红霞。她会赶紧从爹的怀里挣脱出来，用花手绢束住又黑又长的头发，匆忙戴上“麦帽儿”，奔向一片金黄。地里的小麦随风摇摆，好像也在偷笑爹和娘。

开始割麦了。那时还没有联合收割机，只有镰刀。爹说男人有力气割得快，只让娘割两垄，自己却割四垄，这样他就可以和娘保持基本一样的进度。爹娘并排前行，时不时地抬头对视浅笑。太阳忌妒爹和娘眉目传情，使劲儿晒，爹娘挥汗如雨。

每次割麦后，爹和娘的手和胳膊上都会出现一些红道道，那是心怀不轨的麦芒划过他们皮肤留下的印记，被汗水浸润后，会有点痒，还会有点疼，可这丝毫不影响他们愉悦的心情。

割一段时间，爹和娘会返回地头，蹲在地头的大树下休息一会儿。这时，娘会拿起搭在肩上的毛巾，跑到爹面前给他一点儿一点儿地擦汗，从脸到背，小心翼翼。尽管她也浑身湿透了，却顾不上给自己擦擦。然后，娘会取下架子车车把儿上挂着的大水壶，拧开盖子，让爹喝几口水。爹也执意让娘喝，喝完水，两人又一起返回地里继续干活儿，直到麦子割完。

该拔麦了。爹和娘用光溜溜的桑木叉把割倒的麦子拢成一堆，散落的麦穗，娘会捡起来放到一起。其间，喜欢豫剧的娘会情不自禁地哼唱两

句，有时是《朝阳沟》，有时是《穆桂英挂帅》。娘虽瘦小，声腔却极好，常引得附近割麦的人停镰聆听。同样喜欢豫剧的刘婶儿，偶尔也会唱和几句。看娘兴致勃勃，爹会装模作样地打拍子，或者微闭双眼故作陶醉，逗得娘不时跑调，他们的笑容和麦粒一样开心饱满。

拢完麦堆，爹把架子车推到地里，和娘一起装车。装满满满一车麦后，爹赤着上半身，佝偻着身子，将车往麦场拉。虽然汗流浹背，爹却步履扎实，个子矮小的娘将双手支在架子车后的木挡板上，用尽全力推车。就这样一天又一天，一亩地又一亩地，一车又一车，爹和娘把自家种的小麦割完、拉完。

割麦、拉麦很累，可爹和娘的笑容如同熟透的麦黄杏，很美很甜。醇香的麦粒呀，你凝聚了多少像爹和娘一样的农民的心血和汗水啊！

