因为爱好音乐，李斌的耳朵格外灵敏——特别是对口琴声。后来，他直奔北京电影学院“偷艺”，在音乐的国度里一直前行。

情寄琴音 无言也暖

本报记者 康 宁 摄影 赵华堂

童年的黄昏，放学晚归，独自徜徉于细碎的树影间，从衣袋中掏出心爱的口琴，边走边吹……

口琴声响起，60岁的李斌就仿佛回到儿时。那或急或缓的旋律穿越时光，唤起动人心弦的记忆。

怀着这份难以割舍的情感，李斌退休后，重返校园，义务教授学生口琴演奏。走过多少学校、教过多少学生，他已记不清，仅捐赠的口琴，就有100多把。

多年来，李斌寄情音乐，一直在路上。

李斌和他心爱的口琴。

情寄口琴

因为爱好音乐，李斌的耳朵格外灵敏——特别是对口琴声。

受家庭影响，李斌自小喜欢吹奏口琴。夏日的月光下，坐在院里纳凉，吹上一段《山楂树》，夜风伴着琴音环绕，那感觉，李斌至今难以忘怀。

后来由于工作、学习忙碌，李斌的爱好一度搁浅。一次，多年未见的朋友来家里做客，聊到兴致浓时，李斌翻出尘封多年的口琴，准备吹奏一曲。可试吹了几个音符，都不对。这令他很沮丧。朋友走后，李斌把自己关在屋里，一遍遍吹奏，几天后，才慢慢找到感觉，嘴唇却磨掉了一层皮，但他心里高兴。

自此，一发而不可收。练口琴成了李斌的日常。清晨5时，小区旁边的树林，成了李斌的练功场。气息不够、舌头不够灵活，就反复练习，舌头上常常新泡叠旧泡。

功夫不负有心人，短短两个月，李斌的吹口琴水平快速提升。他听说北京电影学院附近有个口琴、口哨、口技基地，有相关才艺的能人经常到那里展示表演。于是，李斌直奔北京电影学院“偷艺”。

看着大家在舞台上尽情展示才艺，李斌也按捺不住。趁大家表演间隙，他走上舞台，先是吹了一段口哨，然后拿出口琴，开始吹起来。右嘴角控制主旋律，左嘴角吹伴奏，不借助其他乐器伴奏，李斌只用口琴就完整地吹出整首乐曲。这种复音吹法在当时很少见，一曲吹罢，吸引了不少口琴爱好者主动过来与李斌讨论。

4天的学习切磋，李斌收获满满，渐渐地，他掌握了复音口琴的18种吹奏方法，并根据乐曲风格进行改进和创新。

义务教授

李斌家书房一隅，密密麻麻排列着大小不一的口琴。有塑料的、钢制的、纯银的，最小的如糖果般大，最长的有80厘米，需要两人协助才能吹奏。

每隔一段时间，李斌便为这些宝贝“体检”一番，逐个托在手心检查，脏了的擦擦灰，零件不灵的赶快修补好。

而如何将吹奏口琴的技法传承下去，更是李斌不断思索的问题。为此，他一直在努力。他经常到小学、大学义务教授口琴演奏，并被沧州师范学院和沧州开放大学聘为客座教授。

到农村学校教学，李斌有时一走就是几个小时，他吹奏着快乐的旋律，让乡村的留守儿童不再孤单。有的学校地点偏远，他就留宿在那里。遇到条件有限的学校，李斌还捐赠口琴。每每看到孩子们认真学习口琴的样子，李斌觉得自己所有付出都值得。

2020年，机缘巧合，李斌被邀请到西藏林芝培训当地音乐老师。十几天的培训，李斌和当地很多老师成为朋友。培训结束的答谢会上，大家一起载歌载舞，李斌身披哈达，吹奏起《北京的金山上》……此时，音乐环绕中，一片欢声笑语。

风筝与草原

音乐感染灵魂，而他另一大爱好，则是放风筝。用他自己的话说，身体和灵魂，总有一个在路上。

李斌放的风筝可不简单，夜光风筝、运动风筝……最长的足有50米，高高飘扬在空中，蔚为壮观。

风筝好看，可放起来却充满风险。收线时，李斌常常被拉伤。遇到风稍大的天气，风筝线还容易被挂断。有一次，李斌和朋友们为了追断了线的风筝，开车跑出十多公里。

吹口琴、放风筝，看似风马牛不相及的两个爱好，却被李斌玩得“文艺范儿”十足。

茫茫草原，一望无际。一有时间，李斌便和朋友们，自驾到草原放风筝，当然，每次外出，定会带上口琴。一路上，天苍苍，李斌兴致盎然，拿出口琴，吹奏起《天堂》，美妙的旋律草原响起，令人陶醉。

夜晚，微风轻拂，三五人放飞夜光风筝，如繁星闪烁，点点浮动。一曲响起，那怀旧风味荡漾在草原，让人如痴如醉。

新闻主角

一朵花开

曹 杰

像往常一样给花儿浇水，竟意外发现，球兰长出花骨朵——那一团淡淡的粉，埋藏在枝繁叶茂的绿叶间，并不易让人察觉。但它还是这样无声无息地到来了，在这个初夏，带给我一点小惊喜。

这株球兰，已经养了有四五年时间。在阳台一角，向上向旁，顺着墙壁，爬满了墙。枝叶翠绿饱满，郁郁葱葱，只是——不开花。

虽不是养花的好手，但曾经养的球兰，也是花开满枝，满屋生香。搬了新家后，把球兰重新插了枝，悉心照料，看着它一点点长大、繁茂，也盼着像老房子里的球兰一样，有一天能花团锦簇。

但是，一年，两年……球兰的叶片日渐硕大肥厚，颜色翠绿欲滴，还是——不开花。

心想，是光照的原因吧。球兰喜阳，这边的光照的确不是很好。心想，随它去吧，不开就不开，这满眼的翠绿一样养眼。

浇水、剪枝，一如既往。

没想到，初夏的那个普通清晨，它来了——带着希望、带着清新、带着美好的一朵花。

等花开。等它一点点绽放。又细细寻觅，希望可以再发现几朵，但是，只这一朵。也很好啊！谁知道之后、或者明年不会开得多一点呢！

好好照顾它就是了。

想起多年前，在老房子给球兰分盆时，一盆长势良好，一盆却打了焉。打焉的那盆，过了两年也重新开花繁茂起来。

心若释然，向阳而生。有时不那么在意的结果，就不知不觉地到来了。

想起前段时间读的一本书《等一朵花开》，作者小林老师说：“等一朵花开，需要很多耐心和很多微笑。”

是的，即使是一朵花。给予它耐心，给予它时间，或许某一天，它就会给你的生活带来希望，带来意想不到的欣喜。

边走边悟

楼西村 有群“帮大嫂”

本报记者 张智超
本报通讯员 高箐 李冠达

黄骅市黄骅镇楼西村，一个普普通通的农家小院里，欢笑声从屋里传到屋外。

这里是七旬老人贾兆民和夏冬梅的家，“我们老两口身体都不好，长年吃药，行动不便。这几年，多亏她们常来帮忙，真是打心眼里感谢她们。”

贾兆民夫妇所感谢的，是楼西村的巾帼志愿者服务队成员，楼西村党支部书记杨芙蓉是这支服务队的发起人。

5年前，杨芙蓉当选为楼西村党支部书记。彼时，村里有几户困难老人，有的独居，有的家庭困难，有的长年患病……需要有人照顾。

一上任，杨芙蓉就萌生了组织本村妇女成立志愿者服务队的想法。“大家利用闲暇时间，一起做志愿服务、献爱心，帮助困难群众。”杨芙蓉把想法一说，便得到了村民的积极响应。

从那天起，村里人总会看见这样一群忙碌奔波的“帮大嫂”：她们打扫村街村巷，慰问困难群众；冲在疫情防控一线，为村民守住安全大门；调解邻里纠纷，倡导移风易俗，弘扬时代新风……

踏踏实实做好每一件小事，是巾帼志愿者服务队的宗旨。贾兆民夫妇对此最有感触。

每逢周末，杨芙蓉都会带领着巾帼志愿者们前往老人家中，搞卫生、做暖心饭、陪老人聊天……为老人送去温暖与关爱。“每天都盼着她们过来，她们就像家人一样，让我们心里暖和和的。” 贾兆民夫妇笑着说。

如今，楼西村巾帼志愿者服务队成员已经从最初的五六个人发展到了几十人，被村民们亲切地称作“帮大嫂”，也吸引着越来越多的村民参与志愿服务活动。

“除了日常打扫卫生，我们还经常入户宣传，宣讲党和政府的好政策，讲身边的好人故事，从思想上影响村民。”杨芙蓉说。

在巾帼志愿者服务队的影响下，村民们在思想和行动上都有了很大变化，不文明现象越来越少，村庄环境越变越好，巾帼志愿者服务队成为楼西村的一张“文明名片”。

“今后，我们会继续发挥巾帼力量，奉献爱心、传递温暖、助力乡村振兴，巾帼志愿者一直在路上。”杨芙蓉说。

社区365

电子产品成哄娃“神器”

孩子沉迷 家长着急

本报记者 尹 超

边吃饭边看动画片、大人孩子一起刷手机、孩子一闹就用平板电脑哄……这是生活中的常见现象。一项调查显示，八成受访者喜欢用电子产品哄孩子，近半数家长引导小孩科学用眼的意识普遍较弱，不少儿童沉迷电子产品。

家长热衷用电子产品哄娃

“我儿子一周岁，看到大人玩手机，就表现出浓厚的兴趣，总想抢过来玩。孩子爸还经常抱着孩子刷手机，看娃娱乐两不误。经常说他，可是改不了。”市民张婉悦说，她表姐家孩子也这样，经常一边吃饭一边刷手机，把手机收起来孩子就闹，玩手机还能消停会儿。

现在，电子产品已成为许多家长用来哄孩子的“玩具”，不少家长表示，只有电子产品能哄住娃，不给玩不行。“我外甥两岁多了，因为不常见，跟我不太亲近，但只要拿手机一哄，可听话了，又亲又抱的。”市民李佳佳说，“我朋友的孩子3岁半了，每次大人谈事情，朋友就把平板电脑拿出来给孩子看节目。”

为了带娃轻松，给孩子玩平板电脑，平时电视开着当背景音，成为不少家长的日常。不仅在家里，在公共场所，孩子坐在家长旁边玩手机的场景也很常见。记者在一家饭店看到，两位家长带着3个孩子用餐，3个孩子几乎全程玩手机，家长边吃饭边聊天，偶尔催一下孩子吃饭，孩子根本不听。

一些家长或是因为工作忙碌，或是意识薄弱，喜欢把手机给小孩玩，因为孩子一玩起来就不哭不闹了。慢慢地，孩子玩电子产品上瘾。这也是导致小孩视力差的一个重要原因。

孩子迷上电子产品

市民刘女士的儿子出生7个月后就开始接触电子屏幕。2岁之前，孩子的兴趣在电视上。上幼儿园后，孩子转而迷上手机和平板电脑。“里面有一些早教启蒙动画片，本想给孩子学习的，没想到孩子却迷上了手机，现在刷短视频比大人还熟练。”刘女士说。

刘女士说，身边有好几个不到10岁就戴上眼镜的孩子。“侄子读六年级，之前他们班除了他外都戴眼镜，现在，他也戴上了。”刘女士说，侄子沉迷手机游戏，回老家就用爷爷的身份信息注册账号，不让玩就闹。

身处网络时代，电子产品已成为“刚需”。在采访中，问及大人是否会在孩子面前玩手机时，近九成受访者表示会。

培养孩子正确使用互联网，也是家长的重要功课之一。既要限制使用，又要有所接触。采访中，也有不少家长能合理安排孩子的时间。“我们在孩子面前很少玩手机，从小培养孩子读书的兴趣，现在孩子6岁了，对电子产品兴趣并不大。”市民张丽说，她家孩子不仅喜欢读书，还能写一手好字，她每天带孩子户外运动两小时，同时控制孩子每天看视频，累计不超过1小时。“有家长的陪伴，其实孩子能放下手机。”张丽说。

多陪伴培养更多爱好

0至6岁是孩子视觉发育的关键期，长时间高强度用眼，加上电子产品发出的各种射线，会严重刺激眼睛，容易造成干眼病，也是诱发近视的原因之一。

据国家卫健委2020年监测数据显示，全国各地6岁儿童近视率超过9%，最高的达到了19.1%。“这在门诊中也有体现，前来就诊的患者呈现低龄化趋势，越来越多的青少年出现近视问题。”沧州中西医结合医院眼科主任张沧霞说。

张沧霞介绍，青少年如果每天面对电子产品6小时以上，还可能会出现视频终端综合征，眼睛出现发红、充血、干涩、有异物感、分泌物多等症状。手机、平板电脑等电子设备因屏幕小，需要更近距离观看，对眼睛的刺激和伤害更大。2岁及以下儿童，不建议看各种屏幕。

“过多接触电子产品，带来的不只是视力的伤害。”心理咨询师季红说，沉迷电子产品，会影响孩子身心健康发展。有不少沉迷电子产品的孩子，社会适应与人际关系有所欠缺。且网上不良信息较多，会影响孩子价值观形成。

她建议，家长在孩子面前应少用电子产品。家长应该认识到，最好的教育是陪伴，应多抽时间与孩子游戏，带孩子去户外活动，与同伴一起玩耍。把电子产品交给孩子时，要提前做好时间及方式的约定，并坚持原则，不要轻易向孩子妥协。

此外，家长也可以考虑多培养孩子其他的兴趣爱好，减少他们对于电子产品的依赖，让孩子更全面、健康地成长。

身边