

行走

甲茶瀑布

田万里

仿佛成群的鸟儿飞来又飞去，在空中盘旋着，鸣叫着，久久地不肯离去。仿佛千军万马奔腾而来，那嗒嗒的马蹄声铺天盖地，震耳欲聋。沿着河岸，成排的竹子，就像鸟儿展翅欲飞。有时候，就像雁群一样排成了两行，领头的就是湍急的河水。这样的情景展现在眼前，多么壮阔的一幕啊！

奔腾的河水欢快地流动着，流动着……大山，岩石，竹子与我和睦相处，相互激励着，令人感动万分。近距离观望瀑布，偶尔几滴水珠飞溅到身上，就像鸟儿鸣叫着，转瞬即逝。瀑布的性格就是这样，只要是看准了的事情，哪怕前面是断崖绝壁，粉身碎骨也要勇往直前。当然，也有被草儿缠住的水流，因贪恋平静的生活，渐渐失去了奔腾的勇气，直至最后疲惫而衰老，而消失。

此刻，我周身的血液似乎也要冲出脉络，融入激流之中。感觉就像鸟儿时而掠过心上，时而灌满双耳；时而从笔下飞进了山林，时而发现就在眼前。看不见的惊涛骇浪扑面而来，我偶尔看见水中的鱼儿，在阳光下闪

烁。漫天的水汽溅湿了发丝，水珠儿流动在脸颊上的时候，似乎也展开了飞翔的姿势。又似乎鲜红的果实等待采摘。这样的情景到处都是，这样的感觉遍布周身上下。可我突然发现，山上山下似乎都有瀑布的影子，甚至连绝壁陡崖、岩石及草儿，也都有了奔腾的模样。成群的鸟儿停留在我的发丝上，就像昨天的我，今天的我，明天的我，从来不知疲倦地在飞翔，在翱翔。

不要以为自己的感觉就能一下捕捉到，奔腾的激流之中，未必都是按照自己的意志去飞翔的。这些水分子们，它们奔腾的目的在何方？它们奔腾过后的归宿又在哪里？这始终是纠结在我心头的一个问题，就连那些湍急的河流，也无从诠释。

这些水分子们，它们为什么要奔腾而去？呼啸远方，为什么奔腾的速度直接牵引着我的心呢？平庸只会让它的光明失去色彩。于是，青春的力量，宁愿在奔腾中逝去，也不会平庸中度过。尽管它们的奋力一跃是在短暂中结束的，但它们的青春和生命

的速度却是无限的、永恒的。那些所谓失去的，只是人类的一种感觉反应。对它们这些水分子来说，并没有产生什么影响。它们的速度，就像是鲜花一样尽情地绽放。尽管是昙花一现，匆忙之中，依然展开了翅膀，飞向蓝天。

它们从未想到过自己损失了什么。这样盲目一跳，会不会让它们的生命结束？从此以后，会不会让自己消失？但它们的翅膀依然拍打着蓝天，以冲击的姿态飞向高空。

这里的每一棵树都看到了它们振翅的身影，在翱翔蓝天。这里的每一泓清澈的泉水，都拍下来了它们冲击蓝天的青春姿态和速度。叮叮咚咚的掌声经久不息，欢快地在为它们歌唱。鸟儿们不顾一切冲上前去，似乎想要接住它们，挽留住它们的生命。但它们奔腾的速度太剧烈了，依鸟儿们的力量，它们转眼就会倒下，这只是徒劳的举动。但对于奔腾之中的速度来说，鸟儿在它们中间嬉戏，玩耍，这里也是鸟儿们栖息的好地方。尽管它们相见时的时间是短暂的，但在这些生物的记忆里却是永恒存在的。地球上的一切都是这样的缘分，这一天的消失，就意味着明天太阳的日出就要到来了。

我疲惫的身子依偎在它们的身

边，恍惚之中，双臂就像展开的翅膀，随便拍了几下。似乎养足了精神，于是，在倾听流水的声音时，感觉它们同时给我也指点出了要飞行的方向。

呼啸而来的激流冲击着我，不断地奔腾向我，就好像它们中的一个水分子，从上到下，瞬间就看透了世上的一切荣华富贵，看透了一切生物的生生死死，看透了一切植物的生长与荣枯。故而，我也看到了我要寻找的方向。

就在鸟儿们栖息的这个地方，我在奔腾的激流之中，看到了我的身影，一个疲惫的身影。想必鸟儿们也看到了我，它们似乎在倾听我的絮语和心跳。人类作为这个时代的代言人，早已不复存在了，奔腾的水和鸟儿们才是。不过，鱼儿想随处都能游动也是不尽然的，因为这些生物飞翔，只能限制在岩石、水草和芦苇之间。

就像人类在这个世界上，只能在一个国家的法律游戏的规则之间飞翔，但不能超越规则，或游离于法律游戏规则之外。否则，就会被这些条条框框抛弃，直至灭亡。可别小看这些飞翔的生物，鸟儿们是深谙这个道理的。

仿佛我是激流中的一滴，所有的水分子们在坠下的一刹那，就像一群

鸟儿在腾飞。它们的心灵是清澈的，它们的信念在阳光下腾空而起，似乎这一切又是它们正常的生活，不断扩散的、强大的声音遮天蔽日，瞬间就淹没了。透过水汽，突然发现一条鱼儿正游向我的灵魂深处，我似乎又找到了本能的自己。

此刻，那强大的激流可是我奔腾的血脉；一旦回想起自己所走过的坎坷的人生之路，激流就会冲出眼眶，多少次在奔波的途中迷失了方向。每当这个时候，命运的泉水就会涌向我，让我前进的方向渐渐清澈起来。

我时常扪心自问，我对待生命，对待生活，对待人生，对待未来的态度是清澈的吗？当然，深感内疚的往事里，也有许多让我学会了沉默。我业余时间，从事写作是完全出于内心的，我想我的这种生存本能也是诚实的，毫无矫揉造作的成分。我祈祷的生活是谦虚的，是朴素的，是低调的，是舍弃，也是清高。

心灵的激情在奔腾，生命的血液也在进行断崖绝壁式的思考。只有放弃一些自我，才会看清一些真实。毋庸置疑，放弃需要挑战自我，需要极大的勇气。否则，困难就会找上门来。我想奔腾的瀑布正源于此，在激流中谆谆教诲。人类、生命或生活的美，就是在激流中不停地奔腾。

我思

灵魂的种子

李文秀

小时候，一首《烛光里的妈妈》让我爱上音乐，爱上世界万物。一颗梦的种子也生根发芽了。

这个梦成为现实已经十多年了。小学音乐老师，是一个培育灵魂的职业。让孩子们积聚灵感、催发情感、激活想象，发育成一个完美的灵魂。

种子发芽要有适当的温度、湿度与氛围。灵魂的种子，也需要这些。我成为一名小学音乐老师后，不再局限于老师唱一句，学生跟唱一句的乏味教学。我根据孩子们天性活泼、好玩好动、想象力丰富的特点，开展开放式教学模式。把音乐教学与游戏、舞蹈有机结合起来；把抽象的音乐概念、复杂的音乐知识以及枯燥的技能训练，转化成生动有趣的游戏、舞蹈，使之形象化、具体化，让他们动口、动手、动脚，也要动脑，蹦蹦跳跳地进入音乐世界。

《让我们荡起双桨》这首歌曲的旋律，孩子们非常熟悉，但少有湖中划船的经历，对于歌词大意和歌曲的创作意境不是很了解，演唱歌曲时感情表达得不够，我就给孩子们观看有关多媒体图片，刺激学生们的感官系统，带入歌曲的意境。

音乐的欣赏过程就是感情体验的过程。或活泼或婉转或庄严或凄凉，使人受到情感陶冶。我以自己的情感去拨动学生的情感之弦。童年时，老师一句句教会我《烛光里的妈妈》。当时，虽知道歌唱的妈妈，但并不真正理解曲境。教唱前，老师讲了一段感人的母爱故事，学生们被故事的情节感动后，老师用带唱的方式教我学会了这首歌，方式简单枯燥，但那颗感恩的心，把我带到了爱的暖窝。于是，老师深情的带唱声，让我对这首歌有了更深的体会。老师眼中打转的泪花，让我知道了母爱的伟大。

多年后，同样的一幕在我的课堂上发生了。一首《小船》蕴含了爸爸、妈妈和家人带来的爱和温暖。我先把这些爱和温暖的故事，讲给孩子们听。同时我让自告奋勇的学生，讲述他们的故事，引起学生们的共鸣。课堂格外安静，孩子们的情感完全被牵引了，连平时爱在课堂上捣蛋的学生也一个劲地深情地望着。父母与家庭的爱是最能延伸的爱。

《十二生肖歌》生活气息浓郁。模仿小老鼠走路时，有一个孩子立起脚，脚尖点地，双手还放在下巴上。这一举动，让全班同学笑得眼泪都流出来了。在学习马羊走路时，孩子们根据在视觉上看到的，联想它们的走路方式。就这样，把12个动物都模仿了一遍。这时，我及时让他们了解到这些小动物的行走方式、生活习惯和一些小常识，并且讲述了十二生肖的由来和人类的关系。动作基本协调时，我让孩子离开座位，自由表演。孩子们很兴奋，争着表演不同角色，还创编了许多自己喜欢的动作及表情，甚至有些同学还创作对白，设计动作造型。神态那么认真，动作那么优美，节奏那么整齐。

在这种自编、自导、自演的实践活动中，音乐不再是抽象的、虚幻的知识，而是充满魅力和灵性的造物，与生活息息相关。在音乐课堂上，把生活经验音乐化，音乐问题生活化，在音乐与生活之间架起一座兴趣桥梁，既激发了学生对音乐浓厚的兴趣，树立了自信心，身心也得到了发展，天真活泼的个性也得到了释放。他们完全沐浴在优美的情境中，充分感受音乐的趣、音乐的美，激化和深化学生心中的艺术美。

(作者系东光县第四实验小学音乐教师)



读城

沧州大饼

李晓楠

小城晚高峰堵车，窗外暑气未消。妻子打电话，买些大饼回家。车流如龙，再着急的事，也插翅难飞。好不容易将车停靠到路边，醒目的“沧州大饼”就在眼前。

“大哥，今天下班晚了。大饼卖完了。”刘姐头戴白帽，手上沾着面粉，大褂干净整洁，带着歉意满脸堆笑。我搓着双手，“一小块儿也没有了？”小区这一片儿就这一家卖大饼的。“没有了。我下次给您留出来。”刘姐的门市朝着西北，太阳光射进屋里，再加上电饼铛，屋内温度高，刘姐涨红着脸，汗水津津的，大头儿的风扇玩命地摆着头，吹出来的都是热风。和刘姐认识三年了，人实诚，卖货足斤足秤，总是笑呵呵的，好像天生就没有烦心的事。

与刘姐初识，是在一个寒冷的冬夜。处理完手头的工作已经是午夜，寒冷的风摇曳着干枯的树枝，钻进车里往家赶，忽然饥肠辘辘，想来还没有吃晚饭。关键是妻子有个怪癖，东西要吃新鲜的，隔夜的东西统统倒掉。方便面之类的东西又不允许吃，我判断，家里入嘴的东西不会有。不吃吧，肚子又在抗议。

我就满大街地寻找，到所住的

小区，发现一家门店亮着灯，“沧州大饼”的红色大字醒目。一个中年妇女在用和面机器揉面，响声很大。我迫不及待地：“大姐，还有大饼吗？”一双带着吃惊眼神的大眼睛好像在说：“这都半夜了，哪还有大饼。”我探着头往里搜索，案板上和簸箕里空空荡荡。

“你要干什么？”她警惕地大声呵斥。我倒退了两步，吸口凉气。我简单说明情况，她仍存疑虑。瞪着大眼，死死地盯着我，好像生怕我抢了她的钱。我走也不是，不走也不是。不得已掏出了身份证，她迅速地扫了一眼，面容才平和下来。

我突然看见机器旁有一块干瘪的大饼。“那里不是有一块大饼吗？”我已经饥不择食了。大姐毫无表情地说：“那是前一天剩的，干巴巴，太硬了。”大姐看出我的失望，马上说：“这样吧，我给你切成饼丝，用电饼铛给你煎一下，也不要钱了。”我不住地点头，外面的风往里面灌，掀起大姐的大褂衣角。“我今天要不和面，早就关门了。”大姐还是比较善解人意。这个时候点，连烧烤店都打烊了。

一袋烟工夫，饼丝煎好。她顺手递给我一个咸鸭蛋。“回去，喝点开水，就合着吃吧。”我接过来，

忙在兜里找钱，偏偏兜里一个钢镱都没有。我窘迫地说：“我忘记带钱了，手机微信里也没钱了。”大姐看着我，我不好意思低下了头，她扑哧一声，笑出了声，爽朗的笑声被呼呼的寒风裹挟着飘出老远。“看着你不像坏人，我说了，不要钱。”我频频鞠躬，千恩万谢。回过头，那盏灯还亮着。我提醒自己明天一定把钱还上。

一来二去，知道她姓刘，就叫她刘姐。也知道她家是沧州的。沧州大饼外脆里嫩，脆而不焦，嫩而香甜，带着小麦的味道。那次欠下的饼钱总是忘记还上，每次买饼回到家，就又想起来。老婆数落我，钱不多，也要还，不能不讲诚信。每次我都努力记着，每次又都忘了。刘姐从没有提起过。

“啥事情这样忙？”刘姐打断我的回忆。

“疫情防控组织大筛，明天早晨的方案刚整理完成。”忽然，我想起一件事情，认真望着和面的刘姐：“每天早晨各社区给工作人员提供早点，我给你联系联系，大饼直接送到社区，省得每天守摊。”刘姐开心地说：“那可好，我多做些大饼。也能多挣些钱。”其实，我得到反馈，好多人提过，要是早晨能吃上热乎乎的大饼多好呀。

刘姐的沧州大饼每天能准时送到社区，大筛的工作人员吃上热乎乎的大饼，刘姐看着开心。后来，我不经意间才知道刘姐送去的大饼，没收一分钱。她说，大家都不容易，就当是支援了。小本经营，

挣辛苦钱的刘姐竟有如此的觉悟，让人佩服。

忽然有一天，我发现刘姐的沧州大饼店关门了，问了很多人都不知道啥原因。爱好吃大饼的我断了口福。

一天，按照工作安排，我下沉到隔离点，早晨吃饭的时候，竟然端上来一盘子大饼，闻着味道，我十分惊讶，这不是沧州大饼的味道吗？我急忙赶到厨房，远远看见刘姐抹着大汗，在大个的电饼铛前翻动着大饼。那是熟悉的背影。原来刘姐给社区送大饼时，看到大家辛苦了，毅然关掉大饼店，主动申请到隔离点帮厨做饭，让大家吃上刚出锅的大饼。后来在电视上看到了臃肿的刘姐，她朴实的话语让很多人感动：我是外乡人，来小城多年，我就是小城市人了，我爱这座小城，能为小城做点事，自己心里踏实，我希望这座小城越来越好。

后来疫情稳定了，所有的工作人员都撤离了隔离点，可刘姐的沧州大饼店依然关着门。我好奇地给她打电话询问缘由。她告诉我，她回沧州了。原来，她的母亲在疫情期间去世了，她遵守疫情期间的规定要求，选择留下，不给大家添麻烦。这次回去她是给母亲过“七七”了。问她还回来吗？她风趣地说，你们想吃沧州大饼，我也喜欢小城。

放下电话，心情久久不能平静。心想，淳朴善良的沧州人也许遍布全国，他们的出现必定是那里一道亮丽的风景。

温故

那些文字墙

吴相艳

房子装修，别的都不讲究，唯一挑剔的是，至少一面墙要是书柜，住进去心里才觉得踏实。倒不是多么嗜读不倦，大概源于读“文字墙”的执念。

小时候尽管没有多少书可读，但家里的报纸墙，却是奢侈的存在，让我们真正生活在“文字屋”里。

临近年关，最快乐的一件事就是跟妈妈去找亲戚朋友要报纸。墙上、屋顶上的报纸经过一年的时光发醇，已经发黄发旧，丝毫引不起我们的兴趣。新年来临，墙们需要新的衣裳，让整个家看起来更亮堂，也让我们有新的文字可读。于是，买报纸糊墙，便是年前的一项重大工程。

每间屋子四面墙和屋顶是一定要贴满的。此后一整年，在零零碎碎的时光里，尤其下雨、下雪天，或者早晨、晚上，就是我们姐妹读字、找字的快乐时光。最惬意的莫过于窗外雪花纷飞，屋内炭火通红，烤熟的红薯、土豆散发出浓郁的香气。姐妹们围坐一处，一人先念一行字，或者几个字，另外的人就满墙满屋顶地找；实在找不到的，“出字人”再缩小范围，具体到某个位置，或者某行字下。先找到的，兴奋异常，大声念出，获得“出字权”，再找尽墙角昏昆念字，让别人费劲力气去找。这样的游戏，我们乐此不疲，一年下来，犄角旮旯的字多数能“指哪读哪”，不费吹灰之力。窗外白雪如银，一年辛苦，新年赶着雪花的脚步来了，我们准备了新衣服，也着急给墙面和屋顶换新装了。

说来真是有趣，用报纸糊墙是老家一个习俗。不止我家，几乎家家户户都如此，日子过得再紧巴，也舍得摸出不多的小钱买几斤报纸把屋子装饰一新。那些被看过的报纸想也想不到，它们被文化人读完看完后，在农村竟然还有这样的装修功能；更令办报人想不到的是，那些早已失去了墨香的或大或小的铅字，会在无数漫长的时光里，在几间小小的房屋里，给成长的心带来找字、读字的快乐。

姐妹中我最小，有时候找字找得辛苦，尤其高处，姐姐干脆就把我抱起来，用手指着那些字说：“不就在这吗？念出来！”更多时候是满炕上走，仰得脖子疼，也要找到屋顶上的字。

其实，那时我们仅仅是读字，与读书的概念相去甚远。所读大多是一些新闻，尤其新闻大大的标题，是第一轮被找到的。而这对知识的启蒙，对心灵的濡染，其启蒙意义岂是几斤报纸钱所能衡量的？对文字的热爱，也许就产生于那些不经意的找寻间。

真正把读墙当读书来看的，是墙上那些连环画。连环画可比报纸要贵得多，是万万舍不得满墙贴的，只在显眼、大面积的位置张贴。每一张贴连环画就是一个完整的经典故事，图文并茂，栩栩如生。往往是画刚贴上墙，就被我们看完了，此后百看不厌，能把故事背下来，且因图画生动，激发出无限想象。深墙上那幅《官渡之战》至今印象深刻。对曹操、袁绍这些名字的认知，不是来自读书，而是来自读画，也算是与读书的机缘。

当初母亲要报要画，弄这些文字墙的时候，初衷只是因为新年要有新气象，给日子带来一些亮堂，殊不知，恰恰是这些文字墙，给孩子们带来了不一样的世界，让幼小的心里“亮堂”起来，让目光顺着文字，投向远方。

在《格林童话》里，格林兄弟写了一个汉森和格雷特兄妹在森林里遇见糖果屋，并勇敢战胜魔女，回到爸爸身边的故事。美丽神奇的糖果屋引起了全世界多少孩子的遐想不得而知，在那个没有糖果的年代，感谢母亲给我们营造的文字屋，在那些漫长单调的成长岁月里，成为我们读书识字的一扇窗口。

今日看着富丽堂皇的装修，各式各样的壁纸墙面，总是怀念那些文字墙，怀念那些被文字浸润的岁月。

汉诗

诗七首

韩东胜

自喻

独自行跛脚虫，艰步绿林中。
孤翼徐徐动，三足缓缓行。
身遭凄雨沁，心觅紫云乘。
新盼槐安里，烟春化柳莺。

晨练感怀

身如秋叶未觉衰，吟唱蒹葭霞满怀。
体质复苏多阻滞，坚持不懈健康来。

铜钱草

铜钱小草始离离，似镜如萍微泛漪。
壮萎新萌旬内变，荣枯生死是天机。

仙人球

尖刺环身笋苔心，丰盈体态雪莲魂。
璞苞绒萼承朝露，金蕊琼花献绮云。

浇花偶得

土干花萎盼琼浆，水到虫出速窜亡。
蚁蛭植穴真领悟，你为甘露我糟糠。

忆祖父

出身田舍战青沧，水利兴修日夜忙。
不惑之年学数理，攻坚家训子孙彰。

观实验小学低年级期末乐考新闻有感

实验雏凤迎日立，技能美育润新莲。
自评互鉴长成路，细雨微风花更鲜。