

那是一种很美妙的体验,身体完全放松,心灵洁净如初,人又回到孩子般简单赤诚的状态。原来,儿歌真的可以安放心灵啊!

## 唱起熟悉的儿歌

□马亚伟

给三岁的儿子买了一本儿歌集,每晚我都要为他唱一会儿。

那天,我正在专注地唱《小燕子》,丈夫看着我,忽然说:“出走半生,归来仍是少年!一唱儿歌,感觉你整个人就像返老还童一样,很有童真童趣,跟平日里差别很大。”我被他逗笑了,说:“我唱儿歌的时候,就是在童年时光里走了一遭呢!”

真的有这种感觉!每每唱起熟悉的儿歌,我的耳边都会回响起岁月深处的袅袅音乐。那时候,我单纯天真,就像一棵朴素的小草。

少年时,我在母亲身边唱:“小燕子,穿花衣,年年春天来这里。我问燕子你为啥来?燕子说,这里的春天最美丽。”春风送暖,梁上燕子飞进飞出,母亲忙着做烙饼炒鸡蛋,我坐在门槛上。好香啊,那种饭香只有在老屋用柴火才能烧出来。燕子“叽叽喳喳”叫着,空气中弥漫着春天

酥酥软软的气息。

我慵懒地伸了伸胳膊,问母亲:“妈,小燕子穿的是黑衣,歌里为什么说是穿花衣?”母亲轻声细语地说:“它们肚子不是白色的嘛,脖子是黄色的,这不是花衣嘛。再说了,花就是好看的意思,歌里说燕子穿着好看的衣服!它们觉得咱们这儿春天最美丽,年年都飞回来!”

我当时对母亲说的话深信不疑。多年后,才恍然觉得母亲的解释那么诗意。

恍惚之间,我在儿歌声中长大了。

最近一段时间,我有明显的感觉,每晚为儿子唱一会儿儿歌再睡觉,觉得身心愉悦,连梦都是轻盈的。那是一种很美妙的体验,身体完全放松,心灵洁净如初,人又回到孩子般简单赤诚的状态。原来,儿歌真的可以安放心灵啊!

在记忆的角落里,在陈年的故事里,翻出几首儿歌,随着熟悉的旋律,唱起来吧。唱一唱,把心灵安放好!

## “甜蜜蜜”的味道

□王慧

女儿爱吃棒棒糖,平时,我们管得严,每隔十天半个月才能满足她的小愿望。眼瞅着“六一”儿童节日益临近,女儿的眼里充满了期待,时不时地缠着我,央求我给她买一盒。

在女儿的软磨硬泡下,我给她买了一盒棒棒糖。接过棒棒糖的包装盒,女儿喜笑颜开。哪知儿童节还没到呢,一盒棒棒糖就被女儿“清仓”了,然后,女儿又嬉皮笑脸地找上我。我突然发奇想:自己动手,其乐无穷……

我把想法同妻子说了,妻子瞪着眼睛问我:“你会做吗?别浪费钱!”我不慌不忙地应对:“女儿喜欢吃棒棒糖,今年咱们就送她特别的儿童节礼物——‘合家欢’牌棒棒糖。”

儿童节的晚上,我和妻子早早下班回家陪女儿过节。我带着女儿直奔超市,购买了雪梨、冰糖、麦芽糖,还有一套漂亮的棒棒糖模具等材料。回到家,我们分工合作:女儿清洗棒棒糖模具,准备糖纸和纸棒。我将雪梨去皮,切成小块,倒入榨汁机,搅打成梨汁。接下来就轮到妻子出手了,她用筛网将梨汁重新过滤了一遍,口感会更加细腻,然后倒入锅中,加入冰糖和麦芽糖,用小火煮至融化。在熬制过程中,妻子手拿勺子搅动锅底,避免粘锅。当熬至糖稀变成金黄色时,妻子用筷子挑起糖稀放入凉水中,糖稀立刻成型坚硬,妻子说:“熬成这个样子,凉了就可以吃了。”

我向妻子竖起大拇指,“果然贤妻良母,美食行家,出手不凡!”“老爸少拍马屁了,干活啦!”女儿拿着棒棒糖模具,一脸“鄙视”的表情包。妻子将锅里的糖稀倒进碗里,我和女儿把纸棒放入棒棒糖模具内,分别用小勺子小心翼翼地舀起糖稀倒进模具里。这个动作要快,慢了,糖稀会迅速凝固,粘在小勺子上。待模具里的糖稀完全凝固变硬后,就可以取出来了。我和女儿一连做好了10支棒棒糖,用糖纸包好7根放入冰箱。然后,我们一人一根,并排坐在沙发上,一边看电视,一边品尝美食。

“嗯,口感清甜,不含添加剂,甜甜甜蜜蜜,腻在一起!”我望着妻子和女儿,又忍不住调侃。“老爸说得对,下次,再做点巧克力、草莓味的就更完美了。”女儿笑呵呵地附和,“老妈,你说呢?”“我说不可以,可以吗?”妻子也幽默了一回。“不可以!”我和女儿互相使个眼色,异口同声,关键时刻,咱父女俩还是有默契的。

女儿悄悄告诉我,我买给她的棒棒糖,她并没有贪吃,而是与同学分享了。比起买来的棒棒糖,一家人亲手做的更能吃出“甜蜜蜜”的味道。看来,“甜蜜蜜”的家庭都是用心去经营的。谁说儿童节是儿童的专属节日,大人拥有童心和爱心,全家一样能过“甜蜜蜜”的儿童节!

## 让孩子快乐

□姜海霞

对父母来说,给孩子最好的礼物莫过于让他感受到快乐。这“快乐”可不是给他买个好吃的、买个玩具那么简单。

真正的快乐可以滋养孩子的心灵,让他对周围变化繁复的世界有良好的理解能力。快乐的孩子大致有以下特点:开朗、乐观、好学,有自制力,而且非常自信。

让孩子快乐,给他一些发呆和闲逛的时间,不要用各种各样的活动把孩子的时间填得太满。在大人们都高喊减压的年代,小孩子也同样需要没有压力的空间,在各种训练班和课程之间得以喘息。给他们一些望着天空的云发呆的时间,这种你看来是无聊的活动,其实是孩子的想象力充分活动的时间。让他们可以不受约束地去抓小昆虫,堆个样子奇怪的雪人或者是看蜘蛛结网。这些活动都将给你的孩子一个自己去探索世界和追求快乐的机会。

让孩子快乐,教会他帮助周围的人。快乐的一个重要原则就是让孩子感觉到自己在家庭中,在周围的大环境中都是一个有价值的成员,自己的行为是非常有意义的,可以影响到其他人的生活。要让孩子产生这种感觉,你就需要多为他制造一些给予别人帮助的机会。比如,和孩子一起整理那些他已经不再需要的玩具,捐给福利院,或者其他有需要的孩子。

让孩子快乐,让他有更多的身体运动。俗话说,生命在于运动,身体运动不仅能增加孩子的体能、灵敏度和柔韧性,更大的好处是让他能够保持活力,在大汗淋漓中开心大笑,无疑是最惬意的放松。让孩子用一种健康的方式去生活、学习、呼吸,开发潜能。身心健康的孩子对自己的形象会有一种更加积极的理解方式:他们为自己所能完成的事情而骄傲,而不是因为自己长得什么样而焦虑。如果你能鼓励你的孩子去参与一种他喜爱的活动,实际上也就是又多给了他一直寻找快乐的方式。

让孩子快乐,要善于和孩子交流,帮助他认识自己的内心世界。一家人在一起的时候,聊聊天,做些有趣的游戏,甚至是开点小玩笑,都有助于情感的交流,养成一种良性的表达途径,也有助于孩子形成宽容、洒脱的性格。

让孩子快乐,除了要懂得赞美孩子,还得注意克服对完美的固执。总而言之,成长是一项长跑,是一件奇妙的事情。不要太在乎孩子一时的得失,计较是不是“输在起跑线上”,要让孩子跑得远,跑得轻松,就要先陪着他一起跑,教会他调整呼吸,掌握节奏,在奔跑的过程中感受力量的燃烧,以轻捷的步伐,迎接他冉冉的未来。

## 12岁的儿童节

□王奕君

那天是儿童节。不知道父亲为什么这么高兴,说带我去兜风,我正乐着,他接着说,顺便给我买本书。接下去,所有的伤心和委屈,都源于他的决定。

出了门,我牵着父亲的手,沿着街边,欢快地走着。风拂面而过,空气中带着青草味。

远远的前方,头顶上,飘着一些五彩缤纷的气球,而且做成了娃娃、兔子之类的造型,甚是好看!再往前,就看见了源头——卖气球的小摊。

我想延续“跟别的孩子一样”的幸福,就说:“爸,给我一块钱,我想买个气球。”话一出口,我心里竟沉了一下。

果然,父亲的脸也沉了下来:“不要!你都多大啦。”说着,他没停脚,一直往前走。

我12岁呀!关键是,我这12年都没玩过气球。

父亲走几步,回头,见我不动。他又走了几步,再回头,我还不动。他就停下脚步,看似等我,不如说是彼此的较量。我的潜台词是“我要”,父亲的潜台词是“不买”。结果,就像天底下所有孩子跟大人的较

量,无不以孩子的失败告终一样,我败下阵来。

我哭了,站在原地,抹着眼泪。直到我“想通了”。然后,我急急地向前走去,我不看父亲,也不看路边的风景,我只想回家。父亲追赶上我,好像还说了几句话,反正是跟气球无关的话,后来,他见我不理他,知道我是真生气了,也就不说话了。

12岁的儿童节,就这么过去了。

后来,我一直在想,一直不明白,父亲爱我,可就那一块钱,他为什么舍不得花?或者,这就不是钱的问题,真正的理由是:父亲从来没有想过要尊重我的哪怕一点点愿望!

后来,我长大了,逃离了父亲的掌控。

后来,父亲老了。他多年来用心栽培的我,终究只是个凡人。

于是,父亲学会了与“平庸的日子”讲和,他对我的愿望一退再退,到最后只是:高兴就好。健康就好。

中年的我,已完全能够心平气和地接受“父爱的欠缺”了。

