

# 陪伴是最好的爱

杨肖坤

## 生活物语

坐在不足半米高的小塑料凳子上，看着讲台听课，我仿佛顷刻回到了童年时代。台上，新会实验幼儿园李园长正在为中班全体教师家长分享教育心得，传播已累积了35年的肺腑良言。

对于教师、学生和家，李园长都强调“对他人好”，特别是家长，更要做到真正的“陪伴”。当听到她谈起“陪伴不只是陪同，而是要从孩子的视角出发，真正参与其活动之中”时，我的心瞬间泛起了涟漪，一圈接着一圈，久久不能平息。这是一股共鸣，是发自内心的深深理解与认同。在当代高速社会里，作为上有老下有小的家庭支

柱，我们难免把更多时间和精力投入到工作中，而在陪伴孩子上做“减法”。有时候坐在一起了，又总会被周围的事情，或者一旁的手机伺机抢占思绪，无法做到百分百投入。是的，“陪同”充其量只算物理上的“在一起”，而“陪伴”才是属于精神层面的，是彼此心与心之间的温暖交流。此刻，乖乖坐在台下的我，似乎真的变回了一名孩子，听着老师循循善诱，去走向那个明明已经熟知，却又始终值得不断探索的领域。

这是我第一次参加家长会，记得当我走进幼儿园大门时，便看见女儿班主任林老师一脸惊喜。“姝涵爸爸，没想到会是你来，快里面请。”林老师微笑着招呼我进去。由于工作缘故，平时女儿上下学，基本都是太太送，然后旁

烦父母接。偶尔遇到恶劣天气，或者刚好休假之类，我才会“亲自出马”。女儿对此也分明已成习惯，每当看见来接她放学的是我这副“陌生面孔”，总是一脸意外。有一回，我接上女儿，驱车前往一家小餐厅吃西多士，她别提有多高兴了。西多士是我无法忘怀的童年味道，是联结我和父亲的重要纽带，如今我希望给到女儿的，也是这样一份滋味，它通过舌尖贯穿了三代人，指向那个核心——陪伴。

分班交流环节中，林老师分享启超家风，又特意跟我谈起女儿在班里的表现。固执，是女儿需要我们加以引导的难题。“我们特意录制一个打分视频，一到十分，不知各位家长在孩子心中是多少分呢？”林老师跟家长们说，接着把麦

克风递到我跟前，“姝涵爸爸，你觉得女儿会给你打多少分呢？”“6分。”我略带惭愧。“孩子们有的是给爸爸打分，有的是给妈妈打分。”林老师说。女儿应该会给她妈妈打吧，我心想。视频开动，不久就看见女儿在屏幕中出现。“我给爸爸打9分”，她边说边竖起食指形成钩状，“因为平时我叫我吃饭他不来，所以扣1分。”我哭笑不得，却深感亏欠。平时下班回家已经较晚，可家人总会等我一起，再揭开锅盖，看着热气腾腾而起。那一声稚嫩的呼喊，我缺乏在意，女儿却清楚地记在心里，成了打分的“佐证材料”。

当晚开会之前，太太特意叮嘱我到场要带一张照片发给各位家长看，爸爸已经准时到达——女儿生怕她的爸爸

会忘记了这场“盛会”。“爸爸，您记得今晚去我幼儿园参加家长会，是7点半。”女儿忍不住，又隔着电话给我发出“提醒函”。是啊，有些事情，在我们看来是平凡的，但在孩子心里，却是那么重要。两代人的矛盾和分歧，往往就是源于我们没能以孩子的视角来看问题，容易把自己的价值观加之于其身上。

回到家里，女儿对家长会问这问那，沉浸在一派兴奋之中。我拿出她送我的绘画，交谈画中奥秘，两双单眼皮小眼睛彼此呼应。我感到，这就是一场陪伴，而陪伴正是最好的爱，可以超越物质，通达心灵。在成长这条路上，我和太太、女儿都在彼此陪伴，且无论风雨阻隔，都不离不弃，并肩前行。

## 岁月无声 片片丝绸叶 浓浓家乡味

麦健荣

双合镇泗合村曾经是鹤山市最大的自然村，距离鹤山市城区大约60公里的云宿山脚下，依山傍水，四水环绕，山水之间赋予土地灵气，滋养着万物，蕴藏着丰富的用以制作美食的大自然原始材料，丝绸叶便是其中一种。丝绸叶原名“白鹤藤”，生长于疏林下，或路边灌丛、河边，因为叶面紧贴丝光毛，触之柔软如丝绸，故村人把它叫作“丝绸叶”。据说它有和胃润肠、消积通便、解毒解暑的药用功效，村人就把它摘来做成糕糍。

从小我就喜欢吃祖母制作的丝绸叶糕糍。小时候，每年农历五月初，丝绸叶长得特别茂盛，叶厚，正是用来制作丝绸叶糕糍的最佳时候。那时还小，不懂事，不在意祖母是如何去炮制糕点，只关注什么时候可以吃！心急的时候也会帮帮忙，往灶膛里添些柴火，眼睛却一直盯着蒸锅。感觉蒸了很久很久，直到锅里冒热气，终于闻到一股浓浓的香草味。

糕糍出锅后，待热气过了，就用小刀划分成一小块一小块，便可享用了。刚蒸出来的丝绸叶糕糍，散发着特有的山野气息，咬一口，绵软中带点韧性，甜中带点甘香。

每当奶奶做丝绸叶糕糍的时候，就是我家最热闹的日子。奶奶会提前通知在省城定居的姑妈一家和在江门居住的伯父一家回来。记得那时候，姑父和伯父的工作都很忙，但每次奶奶叫他们回来吃丝绸叶糕糍的时候，他们都会赶回来。他们说，在城里吃什么都比不上奶奶做的丝绸叶糕糍味道好。家里人还会邀请一些上了年纪的亲戚一起品尝糕糍。我们一家人虽然忙个不停，但每个人都沉浸在欢乐的团圆时光中。

后来，奶奶走了，母亲接替，她把丝绸叶糕糍做出了奶奶的水平。这时，家里邀请的亲人又增加了两个远嫁的妹妹两家人。

岁月如流，波澜不惊，如今，母亲已接近80岁了，她自己也很少做糕糍了，但我惊讶于母亲在平凡的日子里用无声的语言教会了她的儿媳——我的爱人，这门手艺。

周末，我回乡下喝喜酒时，特意去村口河边的疏林中摘丝绸叶回来。

爱人开始制作丝绸叶糕糍了。她首先把丝绸叶叶柄剪掉，用清水把叶子冲洗干净，分批放进搅拌机搅碎；接着就是开粉，把糯米粉、粘米粉、白砂糖和搅碎的丝绸叶按一定比例倒入大盘里，加入适量温开水，搅拌均匀；最后将搅拌好的半成品倒入铜盘中，表面刮平，洒上花生碎粒、腌制好的肥猪肉粒，把铜盘放入已经烧开的锅里隔水蒸。

20分钟后，一阵腾腾热气冲上来，香味扑鼻而来，整个厨房都弥漫着浓浓的香甜味道，让人垂涎欲滴。丝绸叶糕糍的表面呈现一层油光光的微绿色，晶莹剔透的肥猪肉粒点缀其中，金黄色花生粒星星点点散布其间。我迫不及待地夹一块放入口中，松软绵糯，浓浓的草香润喉，细细咀嚼，偶尔咬中猪肉粒和花生粒，咸香脆口。这时候，门铃突然响起，原来是几个同村兄弟到来，他们说我是从微信圈里知道我今天制作丝绸叶糕糍，想重温儿时的味道。有个兄弟还捎上一瓶白酒过来。几个人难得一聚，品着丝绸叶糕糍，喝着小酒，当“酒微醺，人微醉，此意最阑珊”之时，庸常的生活、工作的艰辛，此刻一一忘却。

那片薄薄的丝绸叶，竟氤氲着浓浓的家乡味。



《飞》乐仔摄影

## 诗歌

### 小小

黎匹匹

我一直往前走  
丛林幽深  
河流冰凉

我一想到你也在找寻我  
我便在一个个  
被失落覆盖的夜里  
挣脱。

我要在无边的草上种花  
我要在荫谷的每一个出口  
为你点一盏灯  
你听到虫鸣了吗？  
那是我托它们  
把情歌唱给你

树叶动了，  
寒风吹皱了衣裳  
是你吗？  
我把衣服裹紧  
把你接入怀里  
世界如此纤小  
思念却如此漫长



《白沙》版投稿邮箱(仅限本地作者):  
kf3502669@126.com  
请注明作者姓名、电话、地址,并附上  
银行信息及账号。字数控制在1500  
字内。

## 以现代音乐的形貌演绎梁赞咏春拳的刚柔凌厉

——评凌品权、李高泽的歌曲《咏春雄风》

## 文艺谈

麦秀芳

咏春拳是南拳中的一种，它“源于严咏春，衍于梁赞”。出生于鹤山古劳镇的梁赞是咏春拳的一代宗师。梁赞于光绪初年在佛山边行医边收徒授拳，将咏春发扬光大。梁赞晚年回到家乡古劳传授咏春，对自己在佛山所传授的咏春进行提炼升华，创立了鹤山偏身咏春拳。梁赞的一生，培养了不少咏春拳才俊。但得到他的真传者，除长子梁二、二子梁枝外，还有陈华顺等。叶问师从陈华顺，李小龙则又师从叶问以及梁赞。随着《叶问》《李小龙》等影视作品的广泛传播，特别是近期由中国歌剧舞剧院创作的音乐剧《侠影·咏春》的演出，咏春文化对大湾区文学艺术的

创作产生了重要的影响。出自凌品权作词、李高泽作曲，由亚运歌手、音乐制作人张辉演唱的《咏春雄风》，以现代音乐的形貌演绎了梁赞咏春拳的刚柔凌厉，以别样的方式活化和应用了咏春文化。

《咏春雄风》找准了传统武术精神与现代社会的“焊接点”。一首以本土优秀传统文化为基调的歌曲，它的地域性与民族性，更应体现在音乐语言风格与文化精神内核两者的和谐上。《咏春雄风》艺术地展现民族文化生命力，弘扬民族文化精神，从静态的歌词文本、曲谱文本到动态的演唱，都体现了艺术理想与价值追求。歌曲第一段开头4句“双手舞动，咏春风；风行草偃，豪气在胸；正偏结合，攻守互用；擒手对拆，八面威风”，把咏春拳的一招一式生动地演绎出来了，凸显了咏春拳“防守严密，刚柔并济”的特点。接着，以“咏春拳术风起云涌，稳如泰山腾

似飞龙。”两句写出了咏春拳强大的生命力。“风起云涌”“稳如泰山”“腾似飞龙”既写出了咏春拳术招招生风、“举步轻如鸿毛，落步稳如泰山”的轻盈稳健，雄健飘逸，又写出了新时代背景下咏春文化的热度风起云涌，如腾龙出海。紧接着，以“弘扬武术魂，圆我强身梦，世界荡起咏春风。”3句把传统武术的“德”“魂”与我们当下要“圆我强身梦”无缝“焊接”，并把这“武德比山重”的颇具地域性与民族性的咏春文化推向世界。第二段承接第一段写咏春的内涵特质，深化了“崇尚武德，弘扬武功”的主题，顺势地把歌曲推向高潮，出现了“光耀华夏，星满天空，翘楚叶问李小龙”，直至“掀起旋风威震群雄，五湖四海展雄风”的震撼“场景”。通过招式到气量、从平面到立体、从形式到内涵、从个体的翘楚到群雄涌现、从地域性到国际性弘扬等方

面进行全方位展现，不断延展、强化和升华主题，让传统武术的民族精神价值与现代社会的价值观实现“交融”。

《咏春雄风》是一首曲风大气磅礴，正气凛然的武侠风歌曲。全曲以引子、尾声构成二部曲式结构，采用六声羽调式，音域跨越十二度。引子借助悠扬的竹笛声引出，将听众带入岭南故乡的传统武术文化氛围之中。第一乐段的旋律以五声羽调式展现细腻之美，生动描绘了咏春拳的博大精深。咏春拳融合了“内外家拳法，刚柔并济，攻守兼备，短桥运用寸劲，擒桥擒打”的打法被生动刻画。第二段两个乐句相呼应，直接带人全曲的高潮。尤其在乐段尾声，通过使用变宫“7”的五拍长音，突显了“弘扬武术魂，圆我强身梦”的坚定信念。间奏部分更加潇洒飘逸，配以纯朴古雅的古筝乐声，为重复的第一乐段和歌颂鹤山梁赞、叶问、李

小龙等武学大师形象，展现了五湖四海的雄风，为整首曲子打下了完美的基调。整首曲子，无论旋律线条、节奏音型、调式、和声、速度、力度、音色、编配等方面都与歌词内容水乳交融。

加上知名音乐人张辉字正腔圆的演唱，把“声”完全融入音乐旋律和歌词中，他声若洪钟，响彻行云，声区之间过度流畅自然，犹如“游云之飞太空，上下无碍”，刚柔、强弱、松紧的变化恰到好处，充分展现了中国民族声乐演唱的“圆、润、水、宽、亮”和当代歌唱声音审美要求中的“开、通、透、畅”等特点。可以说，《咏春雄风》无论是旋律、歌词和演唱都朝着正能量的方向汇聚，因此能引起听众强烈的共鸣。

陶醉于《咏春雄风》那一大段的笛箫缥缈之中，我们宛如看到咏春人在木桩或拳手面前，双拳忽左忽右、时上时下、灵活快速地转身变换招式的情景……

# 《江门日报》2023年度暑假摄影班、航拍班 现正招生

**办学经验:** 江门日报摄影班创办于2009年，已积累14年办学经验。

**摄影培训:** 系统学习相机知识、摄影技巧，包括旅游摄影、人像摄影、风光摄影、夜景摄影、数码图像后期制作等。

**航拍培训:** 系统学习飞行技巧、飞行原理、控制原理，无人机的调试与维护、掌握航拍角度，真机实操训练等。

**培训方式:** 摄影班全程用图片讲授，直观易懂。中级班除摄影课外，还有初级PS课程，一人一台电脑进行学习。

**主讲老师:** 中国摄影家协会会员，原江门日报社摄影部主任、原江门市摄影家协会副主席何泽洪等多名资深摄影家。

---

**初级班:** 共45课时，每周一、三晚8-10点上课。周日上午安排外景实操课。

**中级班:** 共45课时，每周二、四晚8-10点上课。摄影课及初级PS课程。周日上午安排外景实操课。

**航拍班:** 共35课时，每周四晚8-10点上理论课，周日上午实操课。

**高级PS班:** 共45课时，每周一、三晚8-10点上课。配备一人一台电脑。

**开学时间:** 2023年7月17日至9月1日。

---

**学费:** 初级班1380元/人，中级班1380元/人，高级PS班1380元/人，航拍班1000元/人。不含外出实习费用，外出实习费用AA制。

**报名电话:** 何老师13924681230（微信同号），可用微信报名及交费。

**上课地点:** 江门日报经营大楼6楼，小车可停上报社停车场再上三层。