



我为书法代言

重庆市丰都县第一小学校 彭耀涵
指导教师 夏莲蓉

在这个快节奏的时代，电子设备占据了生活的主导地位，键盘输入逐渐取代了手写，许多人渐渐遗忘了书写的魅力。然而，我却深深痴迷于书法这一古老而优雅的艺术形式。今天，我要为书法代言。

我与书法的初次相遇，是在爷爷的书房。满墙的书法作品——刚劲有力的楷书、飘逸灵动的行书、古朴典雅的篆书，瞬间吸引了我。从那一刻起，我便踏上了书法之路。

我学习书法至今已有四年多的时间。回想起第一次走进书法教室的场景，几盆兰花和绿萝点缀其间，教室四周贴满了同学们的书法作品。一张普通的讲台上，摆满了各式各样的教具，五颜六色的笔、笔芯和橡皮格外显眼。教室里弥漫着淡淡的花香，让人神清气爽。

我随意找了一张桌子坐下，桌上只有两张 A4 纸和一支铅笔。老师走到我身边，微笑着说：“请写下自己的名字。”我握着笔，吃力而认真地写下自己的名字，字迹大小不一、歪歪斜斜的。时间飞逝，一节课转眼结束，在老师的指导下，我的字迹有了不小的进步，但我并不满足。后来，我开始临摹一首五言诗，先观察，再抬笔，在全身紧张、手臂酸软中完成了这首诗。

学习书法的过程并非一帆风顺。起初，我连笔都握不稳，写出的线条歪歪扭扭，毫无美感。但我没有放弃，每天坚持练习基本笔画。一横一竖、一撇一捺，看似简单，却需要全神贯注、用心体会。随着时间的推移，我的书法水平逐渐提高，从最初的稚嫩到如今能够写出像样的作品。

书法还让我领略到了中国传统文化的博大精深。每一个汉字都有其独特的演变历程和内涵。通过书写，我仿佛穿越时空，与古人对话。书法不仅是一种艺术形式，更是中华文化的瑰宝，承载着中华民族的智慧和精神。

我为书法代言，因为它让我变得更加自信、从容；我为书法代言，因为它让我感受到传统文化的魅力；我为书法代言，因为它是我一生的热爱。让我们一起拿起毛笔，书写属于我们的精彩人生！

狮之舞

重庆市丰都县第一小学校 何语彤
指导教师 何晓楠



国庆节的第一天，我和爸妈起了个大早，直奔老家龙河镇。因为今天镇上有我们丰都非物质文化遗产之一的表演——著名的龙河高台狮舞！

“咚咚锵，咚咚锵……”还没赶到镇政府广场，远远地，我们就已经听到锣鼓喧天、瞧见人头攒动。我一溜小跑，挤到了人群的最前面。广场上，一金一银两头狮子已经开始了表演。它们张着血盆大口，圆鼓鼓的大眼睛一眨一眨，时而张牙舞爪，时而扬起后腿，时而飞身猛扑。“嘞！嘞嘞！”一阵鞭炮声突然响起，两头狮子立即纵身一跃，跳上了一米多高的台子。高台上，一根竹竿高高扬起，上面挂着一个晃晃悠悠的大红篮。听旁边的老爷爷说，篮子里装着生菜，谐音“生财”，谁先抢到，谁家就财源滚滚。老爷爷还叮嘱道：“取谐音的好彩头是老祖宗传下来的，你们年轻人可要记住呀！”

“咚咚锵，咚咚锵”，鼓点渐密，两头狮子昂起身子，斗志昂扬。金狮恃强，昂首后腿一蹬，试图去衔生菜，不料银狮一扑，篮子剧烈晃动起来。金狮恼了，甩甩尾巴，对准银狮一口咬去。好银狮！只见它身姿矫健，侧身向右一摆，躲过了致命一击。不等金狮回神，银狮腾空而起，准确无误地衔住了生菜。“好！”掌声雷动，观众不禁大声喝彩，我也忙不迭地拍手叫好。

这时，向人群作揖的银狮口一松，生菜骨碌碌地滚到了我的脚边。哇！我成了全场的幸运观众，得到了去后台和演员互动的宝贵机会。我刚一进入后台，金银双狮猛地窜了进来，吓了我一大跳。两头狮子站起身来，领头的是一位健壮的伯伯。他自我介绍道：“我是龙河高台狮舞传承人何玉豪。”何伯伯热情地请我坐下，给我讲起了高台狮舞的历史。相传明朝女将秦良玉抗击清军时，驻扎于龙河镇一带。当地居民向士兵学习武艺，并将武艺融入了狮舞中。时光荏苒，出生于 1903 年的龙河居民秦之宝将狮舞发扬光大，创造了狮子探头、狮子上跨、狮子踩斗等一系列动作。如今，何伯伯的舞狮班已经成为各地大舞台的常客，学艺之人慕名而来，连中国香港与东南亚等地都有他的徒弟呢！

返程路上，夕阳西下，金银双狮的身影在我脑海中挥之不去，何伯伯的话也依然萦绕在耳畔：“狮舞不仅是一场文艺表演，更是一次传承文化的爱国主义教育。”我暗下决心，要当好社区小小宣传员，为狮舞代言，让更多人了解我们精彩的龙河高台狮舞表演，让狮舞成为家乡一道亮丽的风景！

我为丰都话代言

重庆市丰都县第一小学校 张莺霓
指导教师 何晓楠

“么乖儿，快起来，妈妈给你扎搭刀儿！”我敢说，这句话是所有在丰都土生土长的妈妈们叫女儿起床时最常用的语言。

类似这样的语言，在我的生活中还有很多。“咦？这是哪里的语言呀？”你可能会这样问。没错，这种生动有趣、大方豪爽、朴实动听的话，就是我家乡的方言——丰都话。而我和丰都话的故事，要从我小时候开始讲起。

我的妈妈是一位记者，她常常带我去乡里采访。第一次和妈妈去社坛镇采访一位老爷爷时，我才 3 岁。那时我既兴奋又激动，总想让老爷爷跟我说话。可当老爷爷开口对妈妈说话时，我惊呆了！老爷爷说着一种“外语”，像是一种暗号，只有特定人群才听得懂。从小就学播音主持的我，似乎和丰都话距离那么远，在生活中却又离得那么近。采访结束后，我天真地问妈妈：“老爷爷说的是什么‘外语’啊？”妈妈笑着说：“是丰都话呀！”

后来，我开始在生活中寻找丰都话的踪影。我发现，它无处不在：在老巷子棋牌桌上的聊天里，在小区电梯里的闲聊中，在卖菜的吆喝声中……

有一次，外婆带我去重庆主城办事，丰都话好像突然消失了。我挠挠头：“外婆，这些人说话的调儿不对啊！”外婆哭笑不得地用丰都话回答我：“哈脑壳，只有我们丰都人才说丰都话，外头哩不啷个说。以后你也要说丰都话，嘞是我们嘞边哩专属，独一无二的。”

从那以后，妈妈就“逼”我学习丰都话。起初，我并不愿意，觉得丰都话太难听，甚至大声抱怨：“学丰都话又没得用！”可想起外婆的话，我又觉得这话说错了。妈妈常在我抗拒时说：“丰都话是只有我们才晓得的‘暗号’，你不会说的话，会不会觉得生活少了一些乐趣呢？”渐渐地，我不再排斥学习丰都话。那年，我 4 岁。

上小学后，每天放学，校门外接孩子的家长们用丰都话热情地打着招呼、聊着天。我也能听懂一些“暗号”了。校门口卖热糍粑的小车里的喇叭总是传出像唱歌一样的声音：“rá——糍粑，rá——糍粑！”我和同学们也一唱一和：“rá——糍粑！”随后便传来一阵阵愉快的笑声。那是我第一次觉得丰都话像唱歌般好听，第一次感受到说丰都话的快乐和满足，也第一次爱上了它。

现在，因为热爱，所以在说普通话之外的时间里，我依然坚持学习丰都话。慢慢地，我会说的丰都话越来越多。后来，我又跟妈妈一起外出采访，这次的受访者是位老奶奶。她说了很多我没听过的新词，比如“克猫儿”（青蛙）、“撑花儿”（雨伞）、“骼膝头儿”（膝盖）、“打阳尘”（打扫灰尘）。再后来，丰都发布推出了“丰言丰语”，以小剧场的形式推广丰都话，让更多人了解并喜欢我们的方言。妈妈也经常告诉我，丰都话是我们的非物质文化遗产，是独属于我们丰都人最宝贵的文化。虽然外地的朋友说丰都话很“土”，但我越了解它，就越爱它。我也开始自觉地向外地朋友宣传丰都话，告诉他们丰都话并不“土”，它是我们丰都人几千年来的传承，是经久不衰的潮流！

普通话可以让我们走得更远，但方言让我们知道家在何方。丰都话，是我心中最温暖的乡音，是我与家乡最深的纽带。