

# 写自己的生活 唱家乡的故事

■唐旭昱

“一放暑假就去外婆家胡闹 金鹁鸪、银鹁鸪,混世魔王来报道 从出生到7岁我都住在外婆家 无论到哪带上我,我是她的小尾巴……”

上周,一首欢快的《外婆谣》在网易云及QQ音乐上线,简单的旋律,质朴的歌词,欢快的声音,勾起无数人对外婆的回忆。这首歌的词曲作者及演唱者均为“1清道人”。“1清道人”真名黄宇豪,1991年出生,永康市古山镇前金村人,是一名热爱音乐的主持人。

“不同的城市有不同的故事,每首歌都能勾起大家内心深处关于这座城市的特殊记忆。”黄宇豪说,他钟情于家乡,期待能深入人心。

## 说唱男孩的亲情和爱情

外婆是黄宇豪生命中很重要的存在。春节在家,他陪着外婆,躺在摇椅上不自觉哼唱出一段旋律,随后花了两个小时写出《外婆谣》:那时夏天很热,外婆家也没空调,大家睡在小院里,外婆把那蒲扇摇,她说天上星星是祖先的眼睛,早点睡小东(我的乳名),唱山歌给你听……

黄宇豪所有的创作灵感都来自个人经历,歌词透露出浓浓的生



活气息,他说:“以前想成明星,现在只想做喜欢的音乐。要让别人觉得平易近人,很接地气,想做出一些自己觉得还不错的作品,引起大家共鸣。”

截至目前,黄宇豪共创作12首关于自己和家乡的歌曲。有关于童年的,有美食,有家乡永康,还有小情歌。这些天,他想把这些歌集合,出一张个人歌曲集锦,送亲朋好友,也是给自己的生日礼物。

在所有歌曲中,最早创作也最

候》。其中,《永康小时候》有20多万人的收听量,歌曲唱道:妈妈说,鸡爪吃吃,写字都写歪歪,厅前明堂一天到晚打弹珠和追大嫂,外公杀猪熬粥说我是个馋嘴猫;跳山羊、套铁箍,捉迷藏,玩皮弹簪;泡泡糖、青草笑、劳花根……

这是一首嘻哈说唱,还用上了永康方言。黄宇豪把小时候的回忆写成歌词,再用说唱形式演绎,纯正的乡音,儿时的回忆,一下子就引起了巨大的共鸣。

听完黄宇豪发布在音乐平台的歌曲,可以感受到他是个非常

快乐的人。唯一写的一首穿插着些许苦涩的情歌,叫《西津桥爱情故事》,这也是他写了两个版本,耗时最长的一首创作。黄宇豪介绍,西津桥是永康的地标点,有着上百年历史,夏天纳凉、冬天晒太阳的人很多,也是很多男女约会的必经地,“想给你一点问候,问你是否最近还好。想起你的背影,在西津哪处拐角。分开以后不像以前那样吵吵闹闹,更多时候变得安静,想早点把你忘掉。”

## 写生活 唱梦想

黄宇豪喜欢嘻哈文化,始于中学时代。“那时留着爆炸头,喜欢跳舞,但家里人反对。”黄宇豪只能偷偷看一些节目,自己跟着比划。上了大学,黄宇豪看到有同学玩乐队,开始痴迷beatbox(通俗的理解为节奏口技)。“虽然专业是国际贸易,但不影响我玩音乐。”那时候,黄宇豪只有一部诺基亚,找不到学习视频。他就在网上找英语版本,一句一句翻译,然后跟着念。后来,中国出现了桂晶。“他出了9集的教学视频,我记得手机像素很低,但我反复看了几十遍。”黄宇豪笑笑说,那时每天除了吃饭睡觉,就是练习。“一开始在大学寝室里念,室友们都说不好听,后来我就戴着MP4一个人到学校没什么人的地方练。”黄宇豪在大学里最

高兴的事情之一,是有一次他在僻静处表演beatbox,隔壁的人竟然敲着隔板说“同学你唱的什么歌,真好听”。

2016年至2018年,黄宇豪成为一名独立音乐人,曾因《Hello永康》和《永康小时候》在永康火了一阵,也曾为音乐花掉所有积蓄。“后来我发现,得赚钱养活自己和梦想。”黄宇豪转行成了一名主持人。平日里一身休闲打扮的嘻哈男孩穿上西装、打了领带,梳起发亮的油头。不过,选择做主持人,是黄宇豪的小心思,这样他还是待在舞台上,也有闲暇时间留给音乐。

“写我生活,唱我梦想”或许是对三十而立的黄宇豪最贴切的描述。非科班出身,自学乐理、钢琴、编曲、制作等,这是黄宇豪对音乐的热情。一年多前,黄宇豪重新开始创作音乐。有了更多人生经历的他,进入创作黄金期。“给自己的目标是每个月写一首,每两年出一张个人歌曲集锦。”每天下午,黄宇豪会花上三四个小时写歌。

如今,面对音乐的心态和目的都已发生改变,黄宇豪把自己的生活写成歌曲,这是音乐人的一种能力。他想把家乡的美好告诉不在这个城市的其他人,“创作一首歌,有很多情感,虽然它只是有可能在大家手机里播放了一下,但是对我来说,这就是生命力。”

# 不求多卖 只求卖“光”

早餐店光盘进行时

■王晋焱

“来来来,吃橘子喽!”湖州长兴县夹浦镇太平桥村一家早餐店内,店主李锦芳正在为顾客奖励水果。

走进这家早餐店,“文明用餐、光盘行动”“拒绝浪费,珍惜粮食”等字样很是显眼。每张餐桌上都摆放着倡导文明用餐的提示牌,墙上还张贴着“文明餐桌行动”倡议书和倡导节约用餐的海报。“从点餐开始,老板娘就在提醒顾客不要多点,餐后要‘光盘’。”正在就餐的张先生告诉笔者,这家店的就餐氛围很好,大家都提倡“光盘”节俭。

“一碗干挑面、一个荷包蛋,吃下去刚刚好。”杨大爷笑着说,自己从来不多点,吃多少点多少,正好吃完。“以前,经常看到顾客剩菜剩饭,‘光盘行动’以后大家都吃得很干净。”

## 触景生情

# 暖暖春风暖暖情

■骏捷

关于春风,最经典的句子恐怕莫过于“吹面不寒杨柳风”,不错的,像母亲的手抚摸着你”这句话了,“吹面不寒”是外表的感觉,“母亲的手”是内心的感受。有了内心的感受,哪怕是母亲七老八十,指手糙,她的抚摸也如春风。春风,终究是一个美好的词。

春风拂面是春天来临的标志。节气过了立春,也不知道哪一天,你在路上走着,不论大街小巷,还是阡陌林间,没有丝毫征兆,就有一股风柔柔弱弱地、舒缓缓缓地吹来,带着温暖和娇羞,像是二八少女轻歌曼舞时的微喘,像是小家碧玉深夜久坐时的哈欠,是风不似风,你只能感到一阵暖流从脸旁耳鬓滑过,温度略高于你的脸温,暖暖的,还带着一丝清香,你不由自主地深吸一口,那种暖香就从你的鼻腔到喉咙、到肺腑,再沁入身体的每一个细胞,于是,你就觉得这是一种久违的体味,让你瞬间感到浑身轻松、通体安泰,甚至有些如醉如痴、飘飘欲仙了。

四季有风,夏风的暴烈撼天动地,秋风的冷劲摧枝折叶,冬风的凛冽刺骨铭心,只有春风的柔情可亲可近。春风来了,看似没有夏秋冬的威风严厉和盛气凌人,但她就是在你不经意间,以四两拨千斤的巧劲儿,以暖暖不息的韧劲

儿,在大地上吹过、吹过……

慢慢地,河流里的坚冰熬不住了,以融化流动的方式承认了失败;田野里的麦苗忍不住了,以油亮疯长的姿态预言着丰收;山坡上的花草憋不住了,以发芽开花的面容飘散着清香;大树上的枯枝包不住了,以绿叶绽放的爆裂喷薄着希望。此时的春风,悄悄地在它们的耳边经过,一句话也不说,只是在心里发笑。

在暖暖的春风里,动物们似乎并不着急着醒来。它们仿佛习惯了以前生活的方式,好像对春风的召唤置若罔闻。你看,连最先知道春江水暖的鸭子也要等到“竹外桃花三两枝”“萎蒿满地芦芽短”的时候,更别说冬眠的动物,蜇伏的昆虫了,不过,春风是很有耐性的,她不急不躁,隔三差五地吹那么几下,让小草加快生长的速度,让大树越发更多的绿叶,让空气里温暖的气息更浓烈。春风像一位善解人意的妈妈一样,她始终坚信,唤醒和吵醒是两种境界,对待窝里的动物要像对待懒床的孩子一样,只要给动物们营建好它们活动的乐园,还怕它们不开始幸福的生活吗?

有人说春风是有颜色的,吹绿了叶,吹红了花;有人说春风是有味道的,青草的甜,泥土的香。不识字的姥姥说,你说的我不懂,我就知道天气暖和了,刮刮风,树呀、麦苗呀,摇晃着才长得快!

# 用心生活 美丽人生



日前,省三建建设集团职工活动中心迎来了一群美丽女性。她们在烘焙老师的指导下,开启了烘焙初体验。只见她们在蛋糕坯上抹奶油、摆水果、添装饰,或手忙脚乱或游刃有余,在欢声笑语中完成了手中的甜品。生活中俯拾皆是美,祝愿这群认真生活的女性,越来越美丽。通讯员马敏 摄

杭州西湖区:

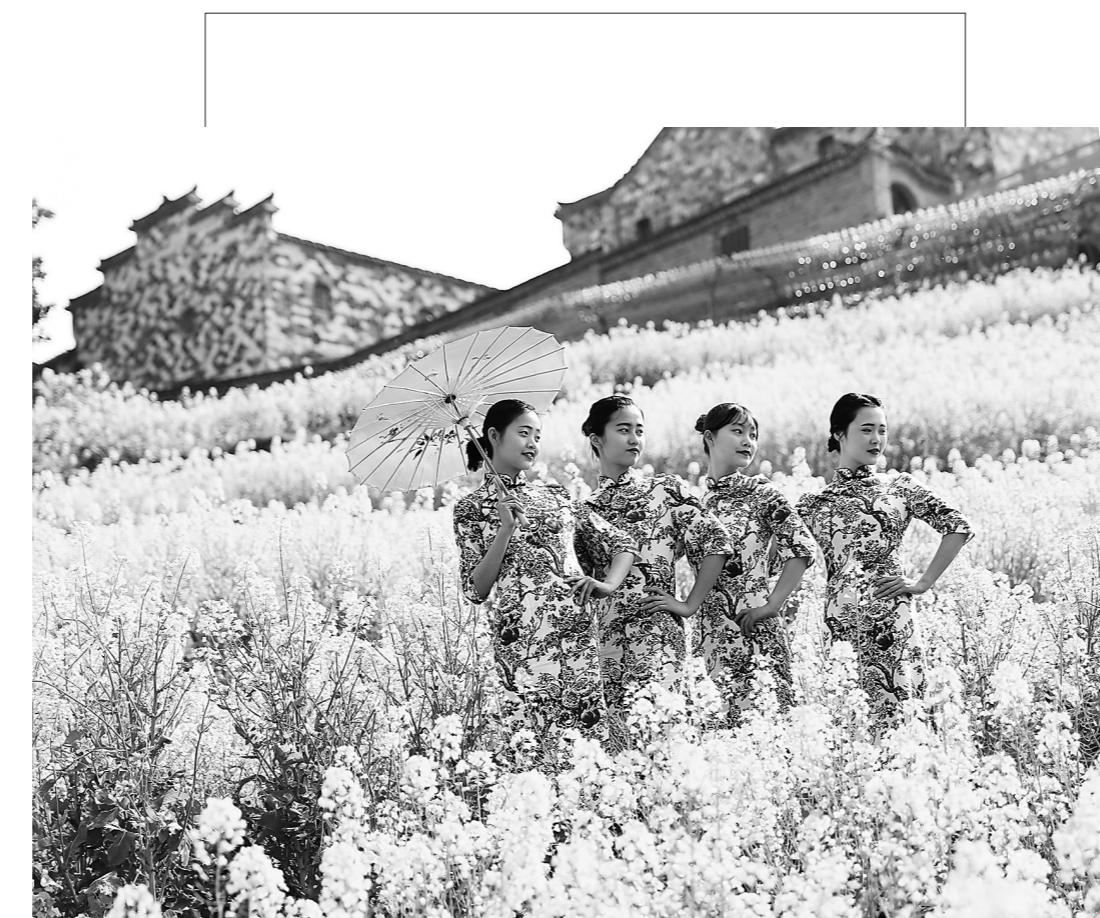
## 把“虚拟养老院”搬进居民家中

■周玥 袁芳

“嘟嘟,嘟嘟……”视频电话接通后,家住杭州市西湖区三墩镇华乐社区的赵奶奶,向“虚拟养老院”查房人员反映老伴李爷爷身体有点出汗。工作人员立刻指导赵奶奶帮助李爷爷测量体温,并协助进行简单的降温处理,其间还多次通过视频电话询问情况,直至情况稳定。

今年88岁的李爷爷,患有老年痴呆、帕金森病和糖尿病。李爷爷先前因中风住院,出院后自理能力及身体状况大不如前。为此,李爷爷爱人赵奶奶向社区倾诉自己的难处。社区工作人员了解情况后向老两口推荐“虚拟养老院——家庭养老服务床位”,在征得老人同意后帮助申请安装健康监测设备。就这样,李爷爷和赵奶奶开启了家庭智能养老服务。

每天早晚,服务机构工作人员通过视频电话与老人见面,询问身体情况,提醒按时服药;通过智能床垫等辅助设备24小时监测老两口活动、睡眠等情况;为老两口建立健康



春之韵

严常春 摄

## 时尚搭配

# 如何把衬衫、裙子穿得更美?

■忻怡

这两天杭州的天气着实让人结结实实地体验了一把什么是杭城的“倒春寒”!不仅阴雨绵绵,最低气温也是跌破10摄氏度,那些迫不及待把冬装洗掉了的朋友,想必是要懊恼了。

不过好在这周末气温又会回升,露肤的季节也即将到来。对于爱美的女生来说,学会正确露肤还挺重要,不仅能显瘦显时髦,还衬得整个人更有精神。

其实穿衣服怎么露肤更好看也是有讲究的,不同身材穿衣露的位置和露多少不太一样。

有些部位是通用的,比如露出脖子、手腕、脚踝,很容易增加时髦感,也不怎么挑身材。很多好看时髦的图,都会露这些位置,尤其是穿衬衫的时候。哪怕把衬衫领子都扣好,露手腕和脚踝,整体也够清爽。就算是微胖型人,觉得自己肉肉多不好意思露出来,这几个地方的露肤都好驾驭。

长期以来,西湖区大力构建养老服务体系建设,深入推进居家养老服务工作,通过建设家庭养老服务床位,打造“虚拟养老院”,让养老服务更精准、更贴心。

但有几种体型,比如苹果型身材,一般腿细、腰腹肉较多的人,天气冷还没办法露腿的时候,可以多尝试衬衫+紧身裤的组合。

普通衬衫扣子多解开几颗,形成V领,让视觉重心集中在这一块。等到露腿季,就大胆地穿各种裙子吧。如果大腿不是特别细的话,可以选到膝盖位置的裙子。因为腰腹肉多,裙子要选腰线高一点的。不过腰线也不是越高越好,如果是腰比较短,穿普通的中腰

就相当于高腰了,过于高的腰线包裹住小腹,反倒有种圆鼓鼓的感觉……

梨型身材的上身较瘦,通常臀部和大腿肉比较多,衣柜里可以多些裙装,少些裤装。下摆宽大的伞裙和A字裙遮肉效果都很好,长度最好是过膝盖,露出相对细一些的小腿更显瘦。想多露腿也不是不可以,选下摆开衩的设计就好,隐约露肤,既可以拉长腿部线条,还带点小性感。

夏天到了,肩颈好看的小

伙伴,可以把各种露肩装、吊带装穿起来,立刻增加时髦度。对小个子来说,穿露肩装、抹胸装,视觉中心往上一点,还有显高效果。

不过常见的露背装、吊带装对上半身要求比较高,斜方肌比较明显的小伙伴,露出来整体更清爽。但肩膀那里圆润的话,就不太适合了,可以用头发稍微遮一遮。

总的来说,不同身材露的部位虽然不一样,但想要露得好看都有一个共同点:皮肤质感好。

■江东旭

从我们小区门口往里走,ABCDEFG,一共有7栋楼。每栋楼下都有一个公共垃圾桶。每天,会有一个60多岁的老人推着一辆人力翻斗车,从我家住的G楼下的垃圾桶开始,一直清理到A楼,再将满满一车垃圾拉出去。

一天,我和母亲出门时,母亲随手拎起一袋垃圾下楼,直到快走出小区时,才将那袋垃圾扔在A楼的垃圾桶里。我以为是她一时疏忽,忘记把垃圾扔在我们楼下的垃圾桶。后来,当我第三次看见母亲

说实话,如果不是母亲解释,我可能永远想不到这一点。这个不过是拎着一袋垃圾多走几步的举动,看似微不足道,但如果不是像母亲这样善良慈和、心细如发的人,谁又能否认其中蕴藏的打动人心的善良和温暖呢?

无论是在影视剧还是现实里,心怀天下、扶危济困作为一种大爱、大善,向来是人们大力推崇和传扬的。不过,在我们的日常生活里,更多的,却是这种多走几步的善良。

母亲说:“你有没有看到那个

人觉得可敬、可爱、可亲。这方面,母亲给我的教益同样很多。记得爸爸担任我们村小学的校长时,有一年夏天,爸爸请来几个粉刷匠粉刷校舍。粉刷匠们白天吃住在学校,夜晚就在一间空教室里铺席子和衣而睡。母亲得知后,担心他们夜里着凉,从家里抱了两床薄被送去,还邀请他们来家里吃饭。几个粉刷匠被素昧平生的母亲的举动感动得不得了。后来,其中一个与母亲同姓的粉刷匠一定要认她做“干姐姐”,每年都来给她拜年。母亲的善举很小,也并不图回报,没想到却因此结下了一段善缘。

古云:“善人者,人亦善之。”诚哉斯言。生活中,我们都是普通人,那些惊天动地的大事、善事,或许离我们很远,但像这种多走几步的善举,却是人人可做、人人能做的。这些善举很小很简单,但对于感受到这份情义的人来说却可能温暖如春。小善其实不小,增进感情需要它,排忧解难需要它,提高修养需要它,和谐生活更离不开它。正所谓“赠人玫瑰,手留余香”“积善之家必有余庆”,让我们心怀善良,从一个个小小的善举做起吧!

# 多走几步的善良

这样的举动时,不禁问:

“您是不是又忘记把垃圾扔在我们楼下的桶里啦?”

“不是,我是特意拎到这儿来的。”

“为什么?”我十分惊讶:“我们楼下的垃圾桶不是摆在那儿,何必拎着垃圾走这一段路呢?”

母亲说:“你有没有看到那个清洁工?他每天从我们楼下的桶开始,一直清理到小区门口,垃圾车装得满满的,拉着很吃力。我将垃圾扔在这里,他一路清理出来的时候不就轻松一点吗?”我这才恍然大悟。

一个拥有善良美德的人,总让