

## 特别视点

## 民间游戏能否唤回当代孩子日常乐趣

1月13日晚,在广州举行的第十三届中国民间文艺山花奖颁奖盛典现场,涵盖2000多种民间游戏产生背景、历史沿革、规则玩法、文化内涵等内容的《中国民间游戏总汇》丛书获得肯定,被评为“优秀民间文艺学术著作”。

这是否是一个契机,让更多的人想起,儿时还玩过滚铁环、跳房子、老鹰捉小鸡、捉迷藏、丢手绢这些游戏?

## 民间游戏有着丰富的“味道”

大约四年前,中央民族大学教授林继富到江苏省泰州市姜堰区溱潼古镇进行学术考察。不经意间,他看见有两位白须老者,坐在一棵古樟树下,下着石子棋,“我看了特别感动,两位老人仿佛处在无人之境。这是一幅美丽的乡村娱乐活动画卷,让我想起了魏晋时期王质进山砍柴,观看两位白须老者下棋的‘烂柯山’故事,瞬间有了‘山中方七日,世上已千年’的真切感受”。

这些民间游戏,在给人以快乐之外,蕴藏着丰富的文化价值。

“每个人在游戏过程中体悟生活,学会动手,学会思考,学会彼此协调,学会在谦让中竞争,学会跟人打交道,学会建立良好的社会关系,培育荣誉感和自豪感,培养道德情操和审美观念。”林继富说。

## 当民间游戏遭遇电子游戏

电子游戏,大致可分为主机游戏、掌机游戏、电脑游戏、街机游戏和手机游戏五个类型。特别是手机游戏,成了不少人的生活“必需品”。民间游戏这个传统的“老古董”,一旦遭遇时尚的风潮,立马显得措手不及。而生活环境的变迁,也让民间游戏渐渐失去了生存的土壤。

“在娱乐效果和快捷方便上,民间游戏完全处于劣势。”北京大学中文系教授陈连山表示,以往孩子们玩游戏,风筝是自己糊的,沙包是自己缝的,华美程度自然比不上电子游戏。竞争性强烈的民间游戏,限于人体的天然局限,自然玩不出电子游戏中上天入地、打打杀杀的打打场面。而且,民间游戏需要场地和

伙伴,持续时间受到所有同伴的共同限制。而一部智能手机在手,随时随地都能玩起来。

不过,在陈连山看来,这也是电子游戏的重大缺陷所在,“由于没有限制,人们很容易沉迷电子游戏。加上无良商家肆意操纵,长期玩电子游戏要花费大量金钱。而民间游戏受限于环境条件和身体条件,不可能长时间进行,从而避免了使人沉迷”。

## 民间游戏的“好”,又是不可替代的。

林继富也认为,民间游戏的乐趣不仅来源于游戏过程,也来源于游戏玩具的制作。过去受经济发展水平的制约,儿童在游戏中所使用的玩具很多都是就地取材,如石头、木头、竹子、泥巴、纸、鸡毛、麻绳、铁丝、棉线等,都可以成为儿童们手中的玩具。制作玩具的过程本身也是一种游戏,往往其乐融融。

## 且看民间游戏“老树发新枝”

“霓虹闪烁,把一切都掩盖。陌生的背影,让我盼望光彩。谁能



民间游戏《丢手绢》

够唱起那首古老歌谣,伴着我,给我心中留下最后的洁白。丢啊丢丢手绢,轻轻地放在小朋友的后面,大家不要告诉他……”

流行歌曲《丢手绢》,将“丢手绢”这一民间游戏进行了一次新的普及。在电子游戏时代,民间游戏也有属于自己的“春天”。

“民间游戏的现代化是必然趋势。”北京师范大学文学院教授万建中认为,游戏除了娱乐之外,还表现为竞争意识,能够满足表

现和宣泄的欲望,尤其对年轻人来说很有吸引力。商家正是抓住这一点,开发出各种游戏软件。而当大家突然发现传统游戏远离自己时,对儿时游戏的情景就会充满眷恋,因为那时几乎所有的游戏样式都是有益于身心健康的。于是又产生了新的愿望,不想让传统游戏任意地远离我们的生活尤其是儿童的日常生活世界。

王国平 陈漫清  
资料来源:光明日报

## 生活常识

## 雪天出行鞋子很重要

大雪天外出,鞋子很重要。雪地摔跤一方面是因为路滑,另一方面是因为穿的鞋子不合适。专业人事介绍,冰雪天气步行尽量不要穿硬底鞋和光滑底的鞋,要穿防滑的鞋子,有的人还琢磨出了防滑的好办法,比如在鞋子外面再套一双旧袜子,或者在鞋子上绑上几道布带或麻绳,这样大大提高了鞋子与雪地的摩擦力,不容易滑到。

鞋底太软太硬都不好,鞋底沟纹要多,沟纹深且多的防滑鞋可保证鞋底不存碎冰和雪,保证不打滑。

大雪天气,要注意远离广告牌、临时建筑物、车棚、大树、电线杆、高压线铁塔,一旦被雪压垮,那么后果很严重,不要站在屋檐下,因为从高处掉落的冰棱,其危险性和杀伤力不亚于刀剑,即使因为融雪掉下的雪块,也很危险,所以通过桥洞和屋檐时要小心观察,或者绕道而行。



## 雪天步行注意事项

1.冬季雪天外出行要避开有冰的路面,穿鞋底条纹深的防滑鞋。踏在雪上并不滑,只有踩到发亮的雪地和覆盖着薄雪的冰上才最容易滑倒。

2.要随时注意观察四周,不要只顾脚下,雪天车辆也是很难控制的,防止被车辆所伤。

3.下雪天摔倒时往往用手腕支撑,手腕很容易骨折。如果摔倒时手掌先着地,当随后出现手腕部肿胀,并有明显压痛感,不能用手握拳,且拉动拇指、食指引起患部疼痛时,就要怀疑手腕骨折了,应马上到医院拍摄腕部X线片明确诊断,进行治疗。

4.如果没有骨折,只是挫伤肿胀,刚开始也不要热敷,因为此时可能局部有些毛细血管出血,热敷将进一步加重出血,只有在5-7天后,进入恢复期再热敷,才能起到效果,至于冷敷,已经很冷了,就没有必要了,只要清理创口正确用药就可以了。资料来源:搜狐网

## 养生保健

## 改善亚健康

汗蒸能够有效改善身体的血液循环、气血运行,能够帮助缓解因为身体过度劳损出现的酸痛,并且能够帮助激活细胞,帮助改善身体亚健康状态。

## 提高身体免疫力

汗蒸中电气石释放出来的远红外线能够有效提高细胞的活跃度,这样就能够促进身体淋巴液的循环,对于残留在身体的重金属、毒素等等有害物质加快排出体外的速度,对于整个身体的免疫功能都能有效改善。

## 美容养颜

汗蒸通过滋普汗蒸所发出的启动波,使身体细胞产生共振现象,让皮肤细胞变得更加活跃,从而增强血液循环,也使皮肤变得更加光滑,气色更好。最显著的一点是改变皮肤肤质,增强皮肤弹性,延缓衰老。另外,汗蒸还可以促进身体排毒,排出积

## 汗蒸的好处



聚在体内的废物,从而更加有效美白亮洁皮肤。

## 减肥瘦身

汗蒸房通过红外线反射原理加温,使人流汗。所以,在不断汗蒸的过程中,人体体温会不断

升高,从而使体内新陈代谢加快,脂肪燃烧的速度自然也会越来越快。这是一种强调高热的物理治疗法。另外,在汗蒸的同时也需消耗体内大量的热量,从而帮助减肥瘦身。

## 哲理故事

## 艾伯林悖论

一个炎热的夏日,得克萨斯有对夫妇和妻子的父母在一起玩骨牌。这时候岳父说:“我们去艾伯林吃个饭吧。”妻子说:“听起来不错啊。”丈夫心里有些打鼓,天太热,为什么跑那么远去吃饭?可是他怕说出来显得不合群,于是说:“我没问题,看你妈妈愿意不愿意了。”他的岳母说:“我当然愿意了。”于是大家沿着尘土四起的土路,挥汗如雨地赶了过去。到了那个餐厅,发现食物极其难吃。

回到家,所有人都累坏了。岳父故作客气地说:“还不错啊,是不是?”这时,其他人终于爆发了。岳母说她其实想待在家里,可是看其余三人兴致这么高,就不想扫兴。丈夫也说他不想去,是为了取悦其他人才去的。妻子也说自己是违心答应的。这时候老岳父说,他哪里是真想去啊,是怕大家闷,随便提议一下的,没想到大家兴致都那么高,让他骑虎难下了。

就这样,四个人都觉得自己是为了别人,舍弃了自己的喜

好,结果却是个个都不开心。

人与人的交往中,我们可否问一下自己:我们是不是也陷入了艾伯林悖论?我们心里头可能觉得是为着某个群体或是某个人,自己委曲求全,处处退让,结果对方根本不是你想的那个样子。到最后,你觉得你牺牲了自己的喜好或是意愿,对方却不领情。

很多关系,就是从这里开始走下坡路的。

一个集体里需要达成一致,不如大家一开始都做“小人”,开诚布公,先陈述自己的真正所需。

资料来源:《南方都市报》