

中學組（普通話/粵語）

初中（中學 1-2 年級）

獨誦（任選一首）

1. 草原主人

向壘

綠色的草海
蔚藍的天空
那是駿馬馳騁的疆場
蒙古族小伙放牧牛羊
生活優越日日新
放飛心中的理想
牧場科學化
實現祖祖輩輩美好的夙願

綠色的草海
蔚藍的天空
那是雄鷹翱翔的領空
蒙古族姑娘歡樂擠奶
家鄉變化月月新
放飛夢中的希望
乳業現代化
架起子子孫孫騰飛的宏願
2010.9.8.

2. 馬奶酒

向壘

喝一碗馬奶酒
清醇酒香沁心脾
騎在馬鞍上
母親的搖籃
多少故事在回想
多少牧歌在迴蕩

喝一碗馬奶酒
濃郁理想抒壯志
跨在馬背上
父親的肩膀
多少抱負在拓展
多少夢想在實現

馬奶酒，清清淡淡
如銀白的月光
似草原的柔情
走進關愛的懷抱
感恩祖先的祥光
舒展雄鷹的翅膀
2010.8.21

3. 故鄉

香港 向壘

故鄉啊，故鄉，
那麼親切，那麼遙遠……

故鄉的山哪疊几重，
故鄉的水呀清又彎，
故鄉的人哪真又純，
故鄉的天空藍又廣。

那裡有媽媽的叮嚀，
那裡有爸爸的身影，
那裡有兒時的腳印，
那裡有親人的期盼。

一座座連綿的山峰，
托舉起青春的志向；
一條條蜿蜒的河川，
迴盪著鄉親的呼喚。

故鄉啊，親愛的故鄉，
我的熱土，我的搖籃。
那噴湧的清泉，
朝夕流淌我心田；
那奮進的壯歌，
日夜敲響我心房。

4.黃河浪

向壘

我飲過黃河水
剪過黃河浪
揮舞過黃河的雄風
滾滾奔騰的黃沙浪
擁著我的木船起又落
推著我的木船左右搖哇
巨浪強壯著我的骨幹
黃河兒女大河豪情在心中

我跨過黃河水
穿過黃河浪
披戴過黃河的驕陽
滔滔洶湧的黃沙浪
裹著黃色鮫龍潛水遊哇
載著紅色風帆奔大海
大浪澎湃著我的胸膛
華夏子民氣壯山河震東方
2008.2.28.

5.雄鷹自白

向壘

告別了草原，
我是展翅的雄鷹。
草原賦予我精神的食糧，
草原賜予我奮進的力量。

不畏懼閃電，
無所謂風雨。
放牧心志，直上雲天。
萬水千山，我依然是草原的雄鷹！

遠離了大漠，
我是奮飛的雄鷹。
峻嶺塑造我堅毅的理想，
大海拓展我求索的視線。
笑傲於響雷，
信步於狂風。
搏擊海浪，翱翔長空。
海角天涯，我仍然是草原的雄鷹！

6.心底的故鄉

向壘

我的故鄉，我的草原，
分別時那麼堅強；
草原的兒子捨得下馬鞍，
毅然闖進大都市。
相隔越是遙遠，
思念把你拉近；
種在我心中，
刻在我心坎。
跨過坎坎坷坷，
夢裡騎著駿馬馳騁草原。

我的故鄉，我的草原，

告別時那麼瀟灑；
草原的兒子放得下馬鞭，
興致走過海內外。
離別越是久長，
眷戀把你鮮明；
收在我心房，
埋在我心田。
歷經風風雨雨，
夢裡懷抱氈包進入甜甜……

對誦/合誦（任選一首）

7.駝鈴

向壘

空曠的大漠
駝鈴鏗鏘，悠悠灑落
彎彎曲曲的蹄窩
延綿在烈日下的沙包上
沙漠之舟，沙海沉沉浮浮
駱駝昂首著信念
高瞻遠矚，風沙不迷眼
綠洲的清香，已在胸中
吮吸朝露，送走夕陽
搖響一串串馱負的使命

沉睡的大漠
駝鈴叮噠，飄飄散落
深深淺淺的蹄印

蜿蜒在風雪中的沙丘上
沙漠之舟，沙浪高高低低
駝峰堅實著體魄
認定目標，狂風不退步
忠誠的天性，在堅韌中
頭頂烈日，笑迎寒霜
高奏一段段凱旋的交響
2010.9.9.

8.駿馬勝利

向壘
金黃色的馬，馬勺上烙著名字
兩歲的小馬，我一手馴服它
一次次高呼勝利
從馬群奔騰歸來
餵上一塊鹽巴，遞進一塊糖果
馬頭倚偎我肩膀左右上下親磨娑

黃彩鍛的馬，馬勺上刻著勝利
四年的時光，與我朝夕相處
一聲聲輕輕呼喚
四蹄飛濺起泥沙
翻越高高山崗，穿過層層沙包
送醫送藥伴我把健康送進蒙古包

我的好夥伴，勝利的草原勇士
惡犬的圍攻，前咬後踢顯英豪
風雪寒夜識歸途

草海龍舟送家門
駿馬勝利馳草原，無名功績譜千秋
蒙漢民族邊塞情，威武雄姿刻心骨
2010.8.21.

9.魂牽夢縈的草原

向壘
嚮往草原，追尋你
踏足牧場，喜歡你
離別牧群，思念你
遠離故鄉，夢見你
碧綠草原，我心底熱愛的家園

嗅到花草的芳香，
眼前浮現起綠原
聽見駿馬的長鳴，
想起當年的馳騁
碧海藍天，我思絮飄飛的草原

回想我和你的故事
回憶你懷抱的溫暖
回盪你牧歌的旋韻
重溫我對你的眷戀
遼闊草原，我與你血脈緊相連

啊，草原，
我的根早扎在你土壤
我的心寫滿你的名字

你是我魂牽夢縈的故鄉
2010.9.8.

10.響亮的名字

向壘
有個名字叫中國，
呼喚着五千年，
方塊字刻印着黃土地的血汗。
多少霜風苦雨，
無數前赴後繼。
浩翰的疆域，
富庶的人民頂天立地。
輝煌史冊的新中國，
世人景仰的新中華！

有個名字叫中華，
震撼着四大洋，
普通話傳揚着長城謠的文明。
多少欺壓蹂躪，
無數英勇抗擊。
自由的天地，
昂揚的國威前所未有。
輝煌史冊的新中國，
世人敬仰的新中華！

11.請到內蒙古來做客

向 壘

民族風情迎賓客。
從北到南延到西，
森林草原大戈壁。
沙漠綠洲駝鈴響，
黃河蜿蜒湖水清；
河套麥浪鄉謠濃，
瓜果雜糧堆滿倉。
興安嶺滑雪笑開顏，
歡聲笑語連城鄉。
風光無限長調悠揚。

牧歌哈達獻美酒。
航空鐵路高速道，
陰山腳下礦產多。
白銀黃金撒滿坡，
草海牛羊駿馬奔；
山珍海味酒茶醇，
四海八方遊客笑。
滿洲里邊境商貿繁，
各族人民喜洋洋。
內蒙山水鋪滿錦繡。

2010.9.12

獨誦（任選一首）

12. 奶 茶 香

香港 向 壘

奶茶香,飄香奶茶……
一碗熱奶茶,驅除寒冷,
一碗熱奶茶,溫飽一天。
奶茶香,襯出潔白蒙古包,
奶茶香,印出阿媽慈祥笑容……

奶茶香,情誼飄香……
長調悠揚飄送,
馬頭琴聲纏綿,
呼麥神奇傳誦……

奶茶香,生活飄香……
遍野游走牛羊,
馬群嘶叫奔騰,
牧民笑聲傳揚……

奶茶香,人生飄香……
滋養著祖先根脈,
牽連著神州海外。
奶茶飄香,飄香歲月,
飄香的奶茶,飄香的夢……
奶茶香,奶茶飄香……

2021.9.30.於香港

13. 春 風

向 壘

春風舒展長袖
徐徐地飄舞
溫柔的手
撫摸肌膚
滋潤一層酥軟
滑嫩一片綠霧

春風吹拂清香
輕輕地散播
輕盈的腳
親吻大地
喚醒一派嫩芽
吹奏一支交響

絲絲醉人的清新
縷縷飄彩的腰帶
纏繞著翠綠的歡歌
旋轉著悠揚的圓舞曲

2008.2.6.

14.你在我心中

向 壘

天上有個北斗星
彎彎七星鉤我心
明星垂掛蒙古包
夜深畜靜聽我述戀情
你在我心中……

天上有輪圓明月
地上有對相戀人
鴻雁飛傳送思念
悠揚牧歌表我衷心願
你在我心中……

微笑的太陽馱在馬背上
嫵媚的月亮映照你笑影
百靈鳥合唱著你我心聲
朝夕與你相會，
日夜把我陪伴……

2010.9.9.

15.我的歌聲

向 壘

我的歌聲印紅故鄉的桃園，
浮現樹下的小徑。
鋪滿香飄飄的花瓣，
回旋桃花般的笑聲，
瀰漫青春的浪漫。

我的歌聲撥動民族的心弦，
淡忘苦澀的昨天。
駛向金燦燦的彼岸，
展望新世界的憧憬，
實現夢寐的明天。

我的歌聲染綠北方的山川，
送走衰敗的枯黃。
告別白皚皚的雪山，
喚醒暖洋洋的東風，
共鳴報春的喜訊。

我的歌聲嘹亮星光的燦爛，
迎來噴薄的朝陽。
放眼粼閃閃的波瀾，
歡呼新一天的駕臨，
演唱世紀的詩篇！

對誦/合誦（任選一首）

16.奶茶飄香

向 壘

捧起熱騰騰的奶茶
想起阿媽的款待
姑娘的歌舞融進茶香
驅散刺骨的寒風雪
一杯杯濃情的奶茶

一段段草原的傳說
蒙古包傳唱著一代代的情歌

端起香噴噴的奶茶
望見阿爸的笑臉
小夥的腰刀對付豺狼
唱起嘎達梅林之歌
一曲曲英雄的壯歌
一股股沸騰的熱血
馬背上跳動著一腔腔的肝膽
呼喚遊子，回歸故園。

2010.8.21.

17.風的歌聲

向 壘

那裡流傳一首古老的歌
風聲徐徐伴著駝鈴
響沙的鼓點，播送風的琴聲
春風送走白雪
桃花開滿枝梢
星星與蒙古包訴說心事
嫩綠的胡楊進駐了騰格里
蘆葦婆娑，風韻悠悠
風采告別了遙遠悲涼
風笛聲聲搖醒著大漠的沉靜

那裡唱響一首時代的歌
風聲絮絮伴著鳥鳴
駱駝的足印，小草搖響風鈴

夕陽親吻湖水
羊群水足草飽
月亮與鈷油塔幻想未來
科學的勇士長駐在大戈壁
書聲朗朗，歌聲頻頻
風琴播放著歡快旋律
風樂頌唱迎接著大漠的朝陽
2010.9.9.

18.感謝恩典

向壘
碧綠的草原
天藍的圓頂蓬
那是蒙古帝王的皇陵
八百年來不滅的神燈
日夜照耀牧人的心空
啊，成吉思汗，洪恩浩蕩
蒙古民族的真神
草原永遠懷念您

遼闊的草原
傳奇的鐵弓箭
那是護陵衛軍的威風
低垂箭頭照射著地層
指示祖先遺留的寶藏
啊，美麗草原，福澤瀰漫
草原人民的大汗

牧人永遠敬拜您
天然資源見天日
載歌載舞獻哈達
草原生活日月新
世代感謝大汗的恩典

高中（中學 5-6 年級）

獨誦（任選一首）

19.阿媽的奶茶

向壘
阿媽的奶茶
永遠那麼濃香
撲鼻的熱氣
噴香的奶味
放一把炒米
加一塊奶豆腐
辛勞一天不覺餓
嘴邊掛著奶茶香
夢裡浮現阿媽的笑
香噴噴的奶茶
永遠洋溢著阿媽的慈祥
阿媽的奶茶
永遠那麼溫馨

滑潤的滋味
濃郁的磚茶
加一把奶酪
放一塊手把肉
放牧一天不覺凍
嘴上哼著悠長調
風雪輝映著阿媽的愛
香醇醇的奶茶
永遠瀰漫著阿媽的祝願
2010.9.9.

20.心在何方？

向壘
星光璀璨，銀河寬寬
天涯海角，清涼無聲
孤寂的心，
浮萍漂泊無依賴
開放的世界，
封閉的我心
沒有喜悅陪伴浮遊冷星空
我在何方，
家鄉在何方？

不想對話，不願出聲
鄉音飄飛，韻調悠揚
蘇醒我心，
遊子依偎父母懷
熱情的旋律，
親切的語言

回歸家鄉歡欣活躍湧心空
心在草原，
身在蒙古包。
2010.9.9.

21.不能放歌

向壘
我的心潮澎湃
我的歌聲嘹亮
我的筆墨飛灑
我的歌詞朦朧

我心中有無數的歌
我心中有無盡的愛
我心中有深切的怨
我的歌聲不敢放亮

我只想唱給我的親人
我只想唱給我的知音
我只想唱給永遠理解我的父輩
我只想唱給永遠牽掛我的故鄉
2007.12.10.

22.鴻雁

向壘
鴻雁向南飛，
飛到遙遠我家鄉，

飛回生我養我的地方。
溫暖的土地，
豐潤的水草，
清新安樂的家園，
我成長的搖籃。
秋季的風，
燦爛的霞，
朝夕與我緊相伴。
迎著風雨，
飛越萬水千山，
一年一度回家鄉。

鴻雁向北飛，
飛到遙遠我故鄉，
飛回教我育我的地方。
廣闊的大地，
蔚藍的天空，
美麗綠色的草原，
我翱翔的天堂。
春天的風，
潔白的雲，
天天與我同相伴。
迎著風雨，
飛越萬水千山，
一年一度回故鄉。
2013.8.8.

對誦/合誦（任選一首）

23. 重溫知青

香港 向壘

我是知青，
一個不卑不亢的名字！
我是不朽的傳奇，
遍體隱秘著沉香的金貴。
我是不屈的草種，
根須洋溢著黃土的氣味。
我是席捲的赤風，
蹣縮著历史風蝕的殘痕。
我是崑崙的砂石，
殘留著壁畫筆墨的風骨。
我是再教育的對象，
時代最屈辱的社會底層。

我是知青，
令我永遠自豪名號！
我是知情，
世界文明罕有的族群；
我是知性，
當代獵奇的瀕臨文物；
我就是我！
中華民族的一個人物！
華夏民歌大合唱的小插曲，
餘音裊裊的一個微弱音符.....

2021.9.14. 2023.12.30.修改

24.大漠深處

向壘

大漠駝鈴悠遠

那裡有條幽深的道路

通往胡楊的家鄉

繁茂的金葉

粗壯的樹幹

挺拔著沙漠鐵漢的氣概

感受大漠蒼蒼

放眼戈壁茫茫

保衛疆土的精神千代不朽

胡楊下是我綠色的家園

戈壁歌聲悠揚

那裡有條神秘的鐵路

通往神舟的基地

風塵熱敷面

乾渴常相伴

蒸騰著科研戰士的壯志

俯瞰華夏千年

笑傲風沙萬載

捍衛民族的尊嚴世代屹立

神舟旁是我自豪的故園

2010.9.9

25.讀懂人生

向壘

沒有遭受過歧視，

不懂得彼此的尊重；

沒有經歷過分裂，

不懂得團結的力量；

沒有陷落進孤寂，

就不懂得關愛的溫暖；

沒有失去過親友，

就不懂得生命的代價。

沒有嘗試過病痛，

哪懂得安康的舒暢？

沒有體驗過窮困，

哪懂得擁有的香甜？

沒有經歷過勞苦，

怎懂得成功的艱辛？

沒有嚐試過磨難，

怎懂得幸福的內涵？

電閃雷擊，

煥發起拼搏的衝動；

歷雨經風，

建造出壯麗的人生。

完