

ZHONG GUO GE HAI CI CONG



中国歌海词丛(第25辑)  
曾宪瑞 主编

# 与心灵对话

胡虹 著



中国文化出版社

# 与心灵对话



中国文化出版社



中国文化出版社

### 图书在版编目 (CIP) 数据

与心灵对话 / 胡虹 著. — 中国文化出版社, 2012. 05

(中国歌海词丛 / 曾宪瑞 主编)

ISBN 978-988-77908-5-3/ W. 1156

I. 与… II. 胡… III. 文学, 歌词集—中国—当代 IV. 2230

中国文化出版社CIP数据核字 (2012) 第20120087号

---

## 与心灵对话

作 者: 胡 虹

出版发行: 中国文化出版社

网 址: <http://www.zgwh.cn>

地 址: 北京市丰台区太平桥中路威尔夏大道3C

责任编辑: 雨 涵

装帧设计: 丁 川

责任校对: 胡光武

印 刷: 中国文化出版社印刷厂

开 本: 890×1240mm1 / 32

字 数: 125千字

印 张: 5

版 次: 2012年5月第1版 第1次印刷

书 号: ISBN 978-988-77908-5-3/ W. 1156

定 价: 25.00元

---

版权所有·侵权必究



胡虹近照

## 作者简介

胡虹，女，山东青岛胶南人，籍贯山东菏泽。毕业于青岛大学音乐学院，进修于中央音乐学院声歌系、作曲系、音乐学系，现任山东青岛胶南市文化馆馆长、胶南市音乐家协会主席、副研究馆员。中国音乐文学学会会员、山东省音乐家协会会员、青岛市音乐家协会理事、青岛市美术家协会和摄影家协会会员、胶南市政协委员、山东某陆军预备役高炮团政治处预任宣传干事，获“青岛市优秀群众文化工作者”、“胶南市十大杰出青年”、“胶南市专业技术拔尖人才”、“胶南市十佳女专业带头人”等荣誉称号。

胡虹1992年开始歌曲创作，1996年开始歌词创作，至今创作词曲作品五百余首。其中，百余首（次）在中央电视台、中央人民广播电台、北京音乐台、《歌曲》等国家、省、市电视台、电台、报刊播出、发表，获国家、省、市级奖励六十余首（次）。出版有胡虹作曲歌曲集盒带专辑《虹之梦》、胡虹歌词集《用心歌唱》、胡虹作曲歌曲集CD专辑《相约》、胡虹作曲歌曲集《岁月如虹》一书，是一位集词曲创作、歌曲演唱、节目主持、文艺活动策划与组织、艺术人才培养与指导、MIDI与电脑音乐制作、美术摄影作品创作于一身的出色的群众文化工作者。2003年个人传记被收入《世界名人录》。

## 《中国歌海词丛》序言

乔羽

继《中国当代百家歌词选》之后，曾宪瑞同志又有编辑出版《中国歌海词丛》的壮举。全国歌词界的朋友们都应该感谢他，我们的这位好词友不仅以其隽永的篇章支持着我们的词坛，而且用更大的精力为众多的词友編集行世。谁如果了解当前出书的诸多窘况，谁就会为他竖起大拇指，高呼一声：“壮哉，宪瑞！”

我一向不把歌词看作是锦衣美食、高堂华屋。它是寻常人家一日不可或缺的家常饭、粗布衣，或者是虽不宽敞却也温馨的小院落。惟其如此，它便拥有了极大的需求量，而且总是供不应求，生意红火得很。这也像目前许多五星级大饭店经常客不常满，而遍布街头的饭摊却熙熙攘攘、应接不暇一样。凡是大多数人迫切需要的东西，它便发展得快，而且必然会有大量的从业者投身其中，一试身手。我以为这便是近年大量歌词作者得以脱颖而出的一个最根本的原因。

当然，快速成长的东西容易粗糙，因此吃主对某些饭摊也有意见。这也正如读者对我们的歌词也有意见一样。山珍海味烹制成名菜佳肴须要极高的技艺，那么小吃是否也能成为精品呢？答案是不言而喻的：当然能。问题只在于制作者技艺的高低。在我看来，制作龙肝凤胆的高手与制作龙抄手、赖汤圆的名家相比较，只是技艺的不同，不是技艺的高下。专就歌词而论，我多次说过这样一句话：歌词最容易写，歌词最不容易写好。这句话便包含着这层意思。

歌词最容易写，是由于它简短，因此从业者众，因此也便易

于应付社会的迫切需要。歌词最不容易写好，也是由于它简短，不足百字却要创造出一个完整的世界。现在歌词界的情况是懂得上半句话的人多，懂得下半句话的人少，于是广种薄收的现象发生了。不事耕耘，但求收获，自然是得不到多少好粮食的。数量有了，质量却不能尽如人意。这样说话会使许多词友们觉得不太好听，有什么办法呢，虽然不好听也还是要说，因此就我的经历而言，我以为还是厚积薄发为好。一个人练就了千斤之力去弄百斤之重的刀枪，自然是举重若轻，得心应手。反之，说句俗话，那就叫玩不转了。我愿与我的词友们共勉，大家互相督促，努力做一个知天时、懂地利、经营得法的农夫，把我们这片小小的歌词园地耕得更深一些，种得更细一些，一籽落地，万颗归仓，那才叫做真正的丰收。

这是就作者而言的。

就社会而言，为了把歌词事业发展起来，我们还要把作者团结起来，组织起来，提供各种有利于创作的服务。为此我们建立了歌词作者的学会，创办了刊物。我一直设想，我们的学会应该编辑出版一套“中国音乐文学丛书”，有计划地出版各家词集和学术理论专著。设想多年，迄未实现，现在宪瑞同志走在了前头，我应该代表学会向他致敬，并向支持《词丛》出版的出版社致谢。

## 诗心如虹

——《与心灵对话》序

宋青松

也许是长期从事群众文化工作的缘故，我常常在想：什么样的人可以称得上是一个合格的群文工作者、一个优秀的文化干部？我们常见的说法是：一专多能！可一专应该有多专？多能究竟有多能？却没有人可以回答。

最近，山东省青岛市胶南文化馆馆长胡虹让我为她将要出版的歌词集《与心灵对话》作序，从她的简历和作品中我似乎找到了答案。最先了解胡虹是在一次朋友聚会上，一位词友送我一个光盘，其中有这位词友作词、胡虹作曲并演唱的一首歌曲，后来胡虹也为我的词作谱过曲。虽然偶然也看到她有自己作词作曲并演唱的歌曲，但是，我还是把她当成曲作者或歌手来看，当她一下子拿出一百多首作品并说要出词集的时候，我不禁吃了一惊：原来这位美女馆长还是一个词家！再看她的简历和获奖情况，才发现这位毕业于青岛大学音乐学院，进修于中央音乐学院声歌系、作曲系、音乐学系的文化馆馆长还是中国音乐文学学会等多个学会的会员，其中包括音乐家协会、美术家协会和摄影家协会，在中央电视台、中央人民广播电台、《歌曲》等媒体、报刊播出发表作品百余首，获国家、省、市级奖励六十余次，已出版个人著作和专辑四部。胶南市政协委员、山东某陆军预备役高炮团政治处预任宣传干事、“青岛市优秀群众文化工作者”、“胶南市十大杰出青年”、“胶南市专业技术拔尖人才”、“胶南市



十佳女专业带头人”……是一位集词曲创作、歌曲演唱、节目主持、文艺活动策划与组织、艺术人才培养与指导、MIDI与电脑音乐制作、美术摄影作品创作于一身的出色的群众文化工作者，一专多能可以算得上名符其实了！

当然她的专业不是作词，而她却在努力尝试着，说明她有广泛的文化追求，而且这种追求孜孜不倦，歌词成为表达她美好情怀和向往的一种方式。在她的词中少了些技巧，多了些真情。她用词来展示自我美丽的人生：每个人都有自己的梦，每颗心都渴望被感动，每次成功都伴着泪水，每声呐喊都充满激情。人生的道路崎岖不平，命运掌握在自己手中，坚持到底决不能放松，相信雨后能见到彩虹……岁月如虹，把心灵感动，让你我的人生异彩纷呈；岁月如虹，放飞灿烂心情，真诚付出会拥有美丽人生。我之所以将这首词复制下来，因为我觉得这首《岁月如虹》可以说是她对自己人生和追求的写照。她做着美丽的梦，也咽着无奈的泪，但她始终把命运掌握在自己手中，相信雨后能见到彩虹，相信真诚付出会让自己拥有如虹的美丽人生。习惯了忙碌的生活，也习惯了心灵的寂寞，在快节奏的步伐里，我在把意志打磨（《人生思索》）。做为一个拥有多项专长的文化馆长，她的生活肯定是忙碌的，但正如她词中所表达的：在忙碌当中心却依然寂寞。正是这种寂寞给了她思索，让她表达出“幸福就在身边，工作即是快乐”的感悟。

而在《缘》一词中她说：缘是那看不见的红丝线，缘是你说什么话我都爱听，缘是我怎么看你怎么都顺眼，缘是一日不见心里就挂牵，缘是心底升腾的那团爱的火焰……这显然是情人眼里出西施的当代解读，而我更愿意把她看做是一种人情的缘、事业的缘，正是这种缘让她爱上了她的事业，而且取得了骄人的成就。

胡虹无疑是一个事业型的女人，但这并不妨碍她有丰富的内

心世界和真挚的情感。在她并不算太多的爱情词中，我们无时不感受到那种真情。在《我愿》中她说：我愿做一缕秋风，在你的耳边歌唱，让那夏日的热浪，悄悄地悄悄地躲藏。我愿做一只手电，把你的前方照亮，直到最后一丝光芒，也要握在你的手上……这种爱的相互温暖让她的爱变得更纯真美好。

和所有词作者一样，她的作品中不乏歌颂祖国、歌唱时代的歌词，而且其中也不乏在各种晚会上演唱并获奖的作品，而我更爱看的是她为一些普通百姓所写的作品，我相信：那位《远方的大姐》、那个《爱唱歌的女孩》肯定曾是她的朋友，她们会像普通的女人一样见了面就有唠不完的家常，说不够的亲切。而：风雨中你站在前方，我看到了你湿透的衣裳，那一刻我的泪水涌出眼眶……（《我的民警兄弟》），我也相信她真的会为自己看到的民警感动才会写出这样具体的词句。还有她写母亲、女儿、亲情、友情的词极为写实，让我们感觉就是写的这一个……

最后我还想用她的一首词做为结束，因为在这首词里她回答了什么是一个优秀的群文工作者，什么是一专多能。《群文工作者之歌》：我们是自豪的群文工作者，为百姓的快乐日夜忙活，社区农村留下我们的身影，机关学校我们把阵地开拓。吹拉弹唱一点都不含糊，能写会画一个赛过一个，无私奉献累并快乐着，甘当人梯同唱幸福歌。我们是自豪的群文工作者，为和谐社会呕心沥血，海岛军营有我们的歌声，街道企业我们把队伍建设。大爷大妈说我们太辛苦，大哥大姐夸我们了不得，小弟小妹赞我们是伯乐，都说我们是爱的使者。啊，我们热情，我们洒脱，我们酿造幸福播撒快乐；啊，我们幸运，我们光荣，我们是自豪的群文工作者。她就像词中所写的那样：累并快乐着！

胡虹的歌词也许不是最完美的，从专业的眼光看还有一些不足之处，但是她对人生、对家庭、对朋友、对群文工作的热爱跃然纸上。也许，当你走进青岛，不经意间听到一首歌曲，看到一

幅画、一个摄影作品，这个演唱者、这个作者、这个指挥者就是胡虹——一名优秀的群众文化工作者。她用自己多方面的才能描绘了如虹的绚烂人生。

2011年9月于北京

# 目 录

- 《中国歌海词丛》序言·····乔 羽 ( 1 )  
诗心如虹  
——《与心灵对话》序·····宋青松 ( 3 )

## 第一卷 人生思索

- 人生思索····· ( 3 )  
秋 叶····· ( 4 )  
缘····· ( 5 )  
岁月如虹····· ( 6 )  
有梦就好····· ( 7 )  
与心灵对话····· ( 8 )  
拥抱二〇〇三····· ( 9 )  
握紧青春的手····· ( 10 )  
相聚二〇一〇····· ( 11 )  
——为2010胶南一中八〇届高中同学三十年大型聚会而作  
梦想的翅膀····· ( 13 )  
爱的天使····· ( 14 )  
异乡的月亮····· ( 15 )  
爱做梦的女人····· ( 16 )  
海水浴场····· ( 17 )  
三八节的康乃馨····· ( 18 )  
天地·人生····· ( 19 )

- 月光·大海····· ( 20 )  
希望就在前方····· ( 22 )  
感 秋····· ( 23 )  
不要说····· ( 24 )  
人 呐····· ( 25 )  
孤 独····· ( 26 )  
嗨 朋友····· ( 27 )  
终于登上这舞台····· ( 28 )

## 第二卷 赞美祖国

- 赞美祖国····· ( 31 )  
中国步步高····· ( 32 )  
老祖先····· ( 33 )  
我的民警兄弟····· ( 34 )  
——献给人民警察的歌  
人大代表····· ( 36 )  
——为人大代表而作  
岛城先锋之歌····· ( 37 )  
难忘的二〇一一····· ( 38 )  
——为青岛胶州湾海底隧道建成通车而作  
飞架彩虹····· ( 39 )  
——为青岛胶州湾跨海大桥建成通车而作  
梦想起飞的摇篮····· ( 40 )  
——青岛经济技术开发区珠江路小学校歌  
你是英雄····· ( 42 )  
——献给牺牲在“抗击非典”一线的英雄民警刘永和  
杜鹃花又开····· ( 44 )  
大马情缘····· ( 46 )  
——DV电影《藏马山传奇》主题歌

- 穿上新军装····· ( 48 )
- 预备役军官之歌····· ( 49 )
- 群文工作者之歌····· ( 50 )
- 斋塘寻梦····· ( 51 )
- 胶南 可爱的家园····· ( 52 )
- 胶南市六和社区之歌····· ( 53 )
- 重游趵突泉····· ( 54 )
- 中国胶南····· ( 55 )
- 和美胶南····· ( 57 )
- 胶南人····· ( 59 )
- 相约琅琊 相约未来····· ( 60 )
- 啊 胶南····· ( 62 )
- 爱的雨露····· ( 63 )
- 青岛胶南市人民路小学校歌
- 喊一声我的故乡····· ( 64 )
- 我们是光荣的气象人····· ( 65 )
- 胶南气象之歌
- 四季胶南····· ( 67 )
- 美丽的孙家滩····· ( 68 )
- 为青岛胶南市经济技术开发区孙家滩村而作
- 乒乓之歌····· ( 69 )
- 青岛胶南市人民路小学乒乓之歌
- 哀思·敬意····· ( 70 )
- 真情汇成海····· ( 72 )
- 交运之歌
- 军港建设者····· ( 73 )

### 第三卷 爱之感悟

- 爱之感悟····· ( 77 )

我 愿	( 78 )
我是真心对你好	( 80 )
你是我今生最疼爱的人	( 81 )
因为有你	( 82 )
谁为我喝彩	( 83 )
能不能告诉我	( 84 )
不要轻易说爱我	( 85 )
苦苦守候	( 86 )
爱的纵火者	( 87 )
今夜我又想起你	( 88 )
我不知道今生还会爱上谁	( 89 )
我的世界	( 90 )
你	( 91 )
失 眠	( 92 )
痛 楚	( 94 )
其实我很在乎你	( 95 )
明智的选择	( 96 )
告诉我	( 97 )
我的白马王子	( 98 )

#### 第四卷 珍惜情感

珍惜情感	( 101 )
远方的大姐	( 102 )
老朋友	( 103 )
爱唱歌的女孩	( 104 )
与你同行	( 105 )
感谢父母	( 106 )
我的母亲	( 107 )
妈妈 您辛苦了	( 109 )

- 情人节的玫瑰····· (111)
- 你的DVD····· (112)
- 女 儿····· (113)
- 爱哭的女孩····· (114)
- 宝贝 有我····· (115)
- 我的梦中情人····· (116)
- 爱的平行线····· (117)
- 你的坏笑····· (118)
- 小狗皮皮····· (119)
- 雨 烟····· (120)
- 牵肠挂肚····· (121)
- 相信我····· (122)
- 时隔多年····· (123)
- 相信有一天····· (124)
- 亲 情····· (125)
- 请到这里来····· (126)
- 
- 人生因歌而美丽 (后记) ·····胡 虹 (127)
- 
- 《中国歌海词丛》跋 ·····曾宪瑞 (129)



## 第一卷

# 人生思索

岁月如虹 把心灵感动  
让你我的人生异彩纷呈  
岁月如虹 放飞灿烂心情  
真诚付出会拥有美丽人生

——选自《岁月如虹》