

## 谢氏活法

黄亚洲



早上去餐厅,同桌相遇谢冕老师,依旧见他端着不少,于是笑问您早餐还吃那么多吗?  
想起半年前在我们浙江浦江的一个诗歌会议上,也是早餐,一个年轻诗人指着旁边的谢冕老师大惊小怪地说,啊呀谢冕老师大能吃啦,早餐吃得比我还多,我算是会吃了,比我多吃几盘,老师都八十五的人啦!  
接着,就听年轻诗人对邻座一盘盘食物具体介绍,我也听得吃惊。我本人是一天吃早晚两顿的,早餐略微放开一点还说得过去,可是谢冕老师那是照常的一日三餐,早餐还那么狠,就不能不叫人讶异了,毕竟八十五啦。  
而这一刻,谢冕老师见我,便抬头看了我一会儿,点点头,若有所思地说,现在节制一点了。  
旁边却又听这次活动的东道主王琪诗人说,什么呀,今天他比我还吃得更多。  
看来,谢冕老师的所谓“节制”,是有限的。  
记得也是上回,我还问谢冕老师血压正常不正常。他瞪圆眼睛说什么血压呀,我是从来量血压

买降压片,像许多朋友那样变成一个每天雷打不动的服药者。  
但是谢冕老师的这种活法,倒是给我指出了另外的一个方向。  
谢冕老师一边大口吃早餐,一边具体给我解释他对健康的看法。他说人老了,身上各种器官肯定都磨损了,指标都不达标。要说病,都有病,所以不要大在意。你如果要一样一样地去治,企图恢复年轻时的指标,那你就是自己找病。  
他说,关键是自己感觉,自己感觉正常,那就没事。所以想吃什么就吃什么,什么味道好、有食欲,筷子就伸到那里去。  
谢冕老师冲冷水澡,这把年纪了,还一年四季冷水往身上浇。我问他脑袋冲不冲,他说也冲,没事。这也增强了我的信心。我冲冷水澡也已二十多年,自从前年血压不稳定以来,也在琢磨着是不是大冬天的一定要浇脑袋,怕脑袋里哪根血管受不了冻忽然爆了怎么办,但一看谢冕老师的这股劲儿,心想,我怕也是杞人忧天吧。  
说真的,谢冕老师这些年全国也没少跑,好山好水的都去采风,并且敢把筷子伸进各种美食里,从不讲究。这次来威海,也好几次感叹说威海的无花果好吃,又说威海的无花果

酒很好喝,那天还对我说,你为什么不多喝白酒只喝无花果酒?我这杯白酒喝完,跟你一起喝无花果酒。我们干杯!  
谢冕老师的幽默,是大家熟知的。年岁愈增,愈是幽默。这次在威海参加诗歌活动,也是一路讲他的幽默故事,而且多是拿自己开涮,譬如某某小帅哥接近他其实是为了他身边的女学生,到了某地后就找个借口,带着女学生跑了,说“谢老师您就自己回宾馆吧”。  
也因此,谢冕老师对自己的身体也玩起了幽默,不去体检、不查血压、血脂、血糖,好在他的身体也不气恼,很配合这位中国当代诗歌泰斗的想法。  
在提起羊毫给威海题字的那一刻,谢冕老师也顺便给我题了一幅“亚洲兄:思无界,行无疆”。我当然又吃了一惊,八十五岁的谢冕老师称我为“兄”,我这辈子该活几岁呢?  
至少,冷水澡是要坚持冲下去的,相信脑袋里的血管不会轻易爆炸。另外,带脂肪的肉也要恢复吃,因为好吃。  
一个人,就做自己喜欢做的事,不必顾虑太多。我想,这大概就是谢氏活法。  
哪怕不照着做,起码,也是重要参考,甚至有点石破天惊。

## 天山之外

程华

尽管与新疆有着不同的交集,可一直未轻易触摸这片遥远与神秘的土地。直到踏上神奇的独库公路,天山牧场、伊犁河谷,牛羊成群;戈壁绿洲、高山雪峰,戍边营垒。在踏访古丝绸之路遗迹间,叩问新疆沧桑海田的变化,感受浓郁的民族风情,脑海中浮现出一幅历史画卷——东西方商贸云集,驼铃阵阵,各界名流灿若繁星。  
未进新疆,感受不到祖国的辽阔,踏上这片土地,方知人的渺小。大自然的沧桑变化丰富了这里的地表,也孕育了无数的瑰宝。来到这里,你可以看到宽阔的草原、干旱的沙漠、冷峻的戈壁、皑皑的雪山、硬朗的冰川、湍急的河流,你也可以感受到村庄的寂静庄严、城市的喧嚣繁华。新疆是神圣的,不仅因其横跨地域之辽阔,也不仅因其关系国家安危之地位,更因其有着东西方兼容、多民族共生的灿烂文化。  
无限新疆,无尽想象。出行前选择交通工具,感觉如乘飞机,好像在地图上,从一个地方跳到另一个地方,会辜负这片广袤神奇的土地。为有一个具体而真实的感受,我毅然选择

随汽车穿梭。一路上有哪些民族、哪些风土人情、哪些植被作物、哪些饮食习惯……和车轮一起触摸和丈量,让思绪在西北风的飞扬中,与古今先贤聚首。  
难忘新疆之最。这里有全国最大的沙漠——塔克拉玛干沙漠,最低的地势——亚丁湖,最长的内陆河——塔里木河,最大的草原——那拉提草原,最多的民族,最高的气温,最大的县……戴着这些桂冠,新疆无比自豪。乘车在新疆境内穿梭,无论戈壁滩涂还是草原绿洲,都有让人彻底放空的感觉,又真真切切感受到脚下绵延不绝的不仅仅是土地。  
难忘午后的那拉提草原。都说歌声和马是哈萨克人的一对翅膀。哈萨克姑娘小伙子暑假放假后,牧场是神圣的,不仅因其横跨地域之辽阔,也不仅因其关系国家安危之地位,更因其有着东西方兼容、多民族共生的灿烂文化。  
无限新疆,无尽想象。出行前选择交通工具,感觉如乘飞机,好像在地图上,从一个地方跳到另一个地方,会辜负这片广袤神奇的土地。为有一个具体而真实的感受,我毅然选择

悠悠大穹庐。生活在这里的是英雄儿女,在这片土地上留下了深深的印迹,更成为西域与内地关系密切的注脚。张骞、班超、李白、林则徐、左宗棠、冼星海、茅盾、王洛宾,一个个令人耳熟能详的名字,至今仍为新疆人引以为自豪,也由此孕育了新疆得天独厚的文化,那份神秘与遥远,仿佛天上的云朵。  
作家说,新疆是内在于我们生命的“吾土吾民”。摄影说,新疆能满足对本色、质朴、奇特大自然的所有想象。不管你来自何方,只要深情地凝视这广袤大地上的土地和人民,你会发现这里是离云朵最近的地方,在“一带一路”的路途中,这里已重新出发。从北疆到南疆到东疆,我仿佛触摸到那片海,广袤、无垠、深邃……



### 名家新作

## 时光里,那不变的凝望

牛典

时光匆匆,任凭指间的阳光闪闪入眼,任凭夜间的烛火微微跳动,任凭矮小的树林层层生长……它,依然逝去。而在这运转的时光里,总有一抹凝望静候,不曾改变。  
我的折纸时代,是天真而稚嫩的,犹如初绽的桃花,粉嫩而清香。那是最好的时代,但因为她的凝望,总是让我有些束缚,她便是母亲。夕阳渐落,余晖洒满,与好友踏歌而归,本是自由的,而她却在那六年中一直凝望着,凝望着。那双眸,充满着她的担忧——因我总不愿太早回家;那双眸,充满着她的欣喜——因我总在一天天长进。那双眸,清澈细腻,可那时的我却总感觉被过分“保护”着。  
我不喜欢。那年,我八岁。  
我们的青葱时代,是青春而懵懂的,犹如试飞的幼鹰,忐忑而激动的。那是多彩的时代,但因为她的凝望,总是有些沉静。母亲喜欢凝望着我的一举一动,并非监视,而是出自母亲的本能。然而,我仍是无法理解得

透彻。我写作业时,向来不喜幽静,总愿打开手机,听上一曲《梅花三弄》,品上一曲《阳春白雪》,在乐动中将作业完成。母亲却喜静。每到此时,她便站在门口凝望着我。那双眸,已变得并无几分情感,而是疑惑与无奈。她似乎不懂我,我似乎也不懂她。那双眸,倾吐着她的心声,长达几年之久。时光在变,但那双眸未变,那种凝望未变。她的神情,恐喻作惊涛拍岸也不够形象,喻作地动山摇也不足深意。可她依旧凝望着,但我从未被打扰——几年之久。某天,一个月明月清、晚风习习的夜,她在门口,轻轻合上双眸,侧过身去,仿佛要走去,似乎有什么放不下,又转回来,看见埋头苦写的我,轻轻地伸出手抚摸着我的头。手从头顶到颈处,如同把几年缺少的抚摸都补了回来。她苦笑了一下,似乎宽慰了些许——毕竟音乐并未打扰我。她顿了顿,转身离开并带上了门。我轻轻关掉那动人心弦的《广陵散》,放下笔……夜,原来那么

静、那么安宁,几年来母亲无声的凝望都浮现在我的眼前。我沉浸在诗境中,努力回想着面对书桌上的那根香蕉、那袋牛奶、那几块饼干的凝望……  
我懂她了。那年,我十二岁。  
时至今日,母亲凝望的神情仍不时浮现在我眼前,萦绕在我脑海、铭刻在我心间。她凝望着,凝望着我的笑声,凝望着我的心事,凝望着我的成长……  
时光不停地从身边溜走,可又不知它去了哪里!  
在母亲凝望的视线里,我天真的折纸时代,青涩的青葱年代,随年轮一圈圈运转逝去。而在这变动中,那一抹凝望——母亲的凝望,未变。  
时光像一圈圈水波在扩散着,我真将心事全部封存。那最清晰、宁静而又使人感到真诚、温暖的母爱年轮,是母亲不变的凝望。凝望的双眸在时光隧道里闪烁着,我懂得了是那坚不可摧的爱在锻造着我的灵魂,罗曼·罗兰说过:“母爱是一种巨大的火焰。”

生命之悟

## 在乌镇 黑夜把心情越磨越亮

刘福申

一滴水珠  
抵得过千军  
切开水珠  
车溪的月亮  
是一枚  
方形酒具  
  
小船轻摇  
驶向挂满纱灯的门帘

心情  
把黑夜越磨越亮  
  
听风诵经  
望月读史  
水中的云朵  
以及我的影子  
都是缩小和放大的  
惬意的姿势

乌镇  
水滤过的  
柔媚  
如婴儿的面庞

乌镇  
火淬过的  
风雅  
如留白的隶书

千年时光  
不老  
我把自己还原成  
不老的杏花树下  
那匹不老的

## 再不会听到她温柔清脆的回应了

悼庞瑞琳先生

汪彤

很长一段时间,我都保存着庞瑞琳先生送我的《沈从文小说选》,这是一本用铅印的报纸裹着的、发黄的书。报纸上当天的新闻有两个大字“后果”,那些报纸的空白处,留着她的笔记。她用端庄的笔迹,写了书的名字。那些字迹不是女儿家的娟秀,而是男儿的洒脱和宽阔。在她的字迹里,看不到一个女子存在于文字世界里的纤细柔弱,而她永远是骑在马背上,带着弓、拿着剑,驰骋在文字风风雨雨中的花木兰。

她应是一个文字的天才。自幼酷爱文学艺术,从上天水女子中学开始,她的才华便是小有名气,崭露头角。我心里一直存着这样一幅场景,她与同学们在墙壁上画了一只只大白猪,和一些金色的向日葵。她曾告诉我:“文革”时,她和同学们曾在围墙上画宣传画,那时她就喜欢画画。而她的文字也是从一九七二年便开始发表,有短篇小说、儿童文学、散文、报告文学、评论、纪实等文学作品七十余篇(部),作品曾获得国家、省、市级奖励十一次,且她头上永远戴着一个桂冠,她不是甘肃省的知名女作家,而且她是生活在水的“五朵金花”之一,她把根始终牢牢地扎在生养她的土地上,并且持之以恒地为这片土地上的文化事业做一些开天辟地的事情。

每次想到庞瑞琳先生在文学创作中跋涉的步履,我都会始终想起夹边沟的戈壁滩,想起杜甫携妻带子艰难蹒跚的荒山野岭。或许一个作家,每一次伟大作品的创作和完成,都要经历身体的磨砺和心灵的矛盾、纠结直至痛苦。

在想象中,庞瑞琳先生与同行陪伴的贾先生,深一脚、浅一脚地行走在巴丹吉林沙漠边缘,他们手里拿着路上拾来的两根木棍,这木棍与他们的双脚,时时刻刻感受着夹边沟村龙王庙原址上修建起来的一座劳改农场的悲凉历史。先前,去夹边沟之前,庞瑞琳先生已经走过天水所有从夹边沟那段苦难的煎熬中逃出来的老人们。她曾握着那些老人们的双手,深切地感受着他们痛苦内心的阴影,她与老人们一起流泪,天昏地暗地回忆过往。那些深刻的、绞心的痛,让她鼓起勇气,拿着笔,拄着木棍在“右派”们开垦的荒滩上,在古长城填埋的土地上,用心去感受和体验曾经发生在这里的沉痛历史。这样的感受之后,便有了一部与贾凡先生合著的五十万字的《苦太阳》,这部著作曾获得第四届敦煌文艺奖。并且这部著作曾成为天水文学青年爱好者的必读作品,我曾不止一次在自家楼下的古树下,为这本《苦太阳》的借问和归还,久久地矗立,我那时就把自己当做传递和驻守庞瑞琳先生作品的一个坚守的卫士。

《诗圣行歌——杜甫陇右踪迹探寻》也是庞瑞琳先生用脚步一寸一寸丈量了杜甫从秦州去四川的艰难路程后,创作的一部著作。那时先生已经六十多岁了,但她对自己的创作要求,却是每天一段文字,一年一部作品。《民国秦州商事》该是庞瑞琳先生挖掘天水民国历史、记录天水商业发展的一部具有收藏价值和参考价值的史学性著作。创作这部作品时,她已超过六十五岁了。而之前先生的小说《清明时节》《秋叶》《约法三章》《李子熟了》、报告文学《水,城市的血液》《风景这边独好》《美丽的天水》等优秀作品,已经让先生功成名就,甘肃省优秀女作家的名字里,庞瑞琳先生名列首位。

庞瑞琳先生在创作生涯中始终用敏锐和犀利的目光,去关照生活,去关照社会,这与她从少女到暮年,所读的一部部巨著分不开。先生喜欢沈从文的作品,也精读莎士比亚、川端康成,直到花甲之年还在读刘再复、朱光潜,读大量的美学与哲学的著作,以此来陶冶自我内心文学的芬芳天地。

庞瑞琳先生的书房,是有亲和力的文人书房。书柜占满了整整一面墙,旁边是一个美人榻。

午休后或者深夜里,先生时常就在美人榻上戴着眼镜,靠着厚实的垫子,手握心爱的书,凝神专心地阅读。阅读是她年少到暮年最惬意的享受。她写字的书桌很大气,可以练毛笔字,也可以画大幅的花鸟虫鱼,写累的时候,先生就在这张桌子上提起彩笔绘画。

用笔书写文化和对文化的关注,对庞瑞琳先生来说,就是无尽的欢喜和乐趣。二〇一二年十一月九日,身体患病却依旧关注文化事业的庞瑞琳先生,为挖掘、弘扬天水优秀的传统文化,成立了标志天水妇女文化研究的“苏蕙文化研究会”。作为天水市文联主办的杂志《花雨》(后更名为《天水文学》)曾经的副主编,先生不知发现了多少年轻人,又培养了多少年轻人,而她年老后依然老有所为,以“苏蕙文化研究会”为根据地,为天水的作者们又创办了一本女性文学刊物《织锦台》,并且为这位前秦时生活在水、创作不朽回文诗的女子到处奔波,为的就是使天水文化历史中闪光的一页,永远地在人们心上落地生根。

庞瑞琳先生与我住得很近,隔着东步行街一条短短的路,不用三分钟就到她家。庞瑞琳先生家在一楼,楼下路旁的花园里,有先生种的美人蕉、牡丹和各种草本。我曾不止一次,在先生家楼下的窗户旁大声喊:“庞老师……庞老师……”老人耳朵不好,经常不拿手机,也听不到电话,我就这样大声地喊,庞老师准能答应一声“哎……”然后楼道里的电子门“啪嗒”一声开了。而今天,无论我如何地大声喊“庞老师……”再也不会听到她温柔清脆的回应了。

天地茫茫,阴阳两隔,人生的过往剩下的就是深夜里一遍一遍的回忆,回忆那些温暖的和痛彻心扉的过往……

岁月如歌

