



书人书事

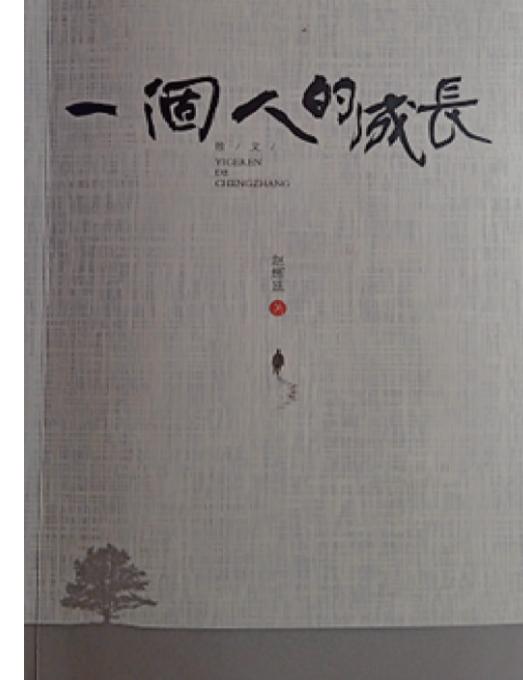
成长是一辈子的事情

读赵辉廷散文集《一个人的成长》

□张建湘

赵辉廷先生是书法家，他的书法作品曾收入《神舟七号》飞船遨游太空；赵辉廷先生是张家界市建市以来最早一批从事旅游开发的建设者，早在1991年就担任武陵源申遗文本《世界遗产·中国武陵源》一书的写作组长、主编、主撰稿人。他曾经还教过书，担任过旅游管理干部，在市文联、市文化局等多个部门担任过领导职务。一句话，无论从事什么工作，务实的或者务实的，他都干得那么投入、那么认真，把每一件事，都当成人生中的重要事情来干。当我读到他的散文集《一个人的成长》时，明白了为什么他每干一件事都如此严谨认真，他是将一个人的成长贯穿于自己的整个一生，每一天都让自己处于成长的过程中，他的人生才会显得如此丰满与充实。

早在赵辉廷先生担任市文联主席职务之时，市作协组织采风活动，邀请了省作协名誉主席散文大家李元洛先生。当时，听李元洛先生对赵辉廷所写的一篇散文《枝儿湾素描》赞赏不已，心想，能让这位享誉文坛的散文大家赞赏的散文，会是怎么一种境界呢？今天，在《一个人的成长》这本散文集里，我终于读到了当年让李元洛先生大加赞赏那篇散文《枝儿湾素描》：此文写得玲珑精致、水气氤氲，而又浑然天成：觉得这湾像一根清秀而又碧透的树枝，只要轻轻一抖，似乎那枝头上就有许多精致的东西滴落下来，叫人目不暇接。说实话，我真的被这样的句子诱惑了。这样的句子真的有魔力，它让你在文字之外，还能感受到那么多美丽的、芬芳闪烁的东西，那就是作者走进大自然、与自然对话的美好情怀。源头的水源虽小，却是它第一个收养了山泉，让屡经挣扎、想有所作为的山泉终



于有了一个自己的家，一个可以憩息、积蓄力量的家。寄情山水，与自然对话，其实也是一个人认识自己、与自己对话的过程。从《枝儿湾素描》等里，我们就可以见证赵辉廷先生对家乡这片热土的热爱与亲近。

赵辉廷先生出生在慈利一个叫赵坪的山村，童年时代的生活给了他特别的成长环境，他就像一棵长在阳光并不充足的山垭间的小树，迎着

风，迎着雨，寒一载，暑一载，也就长大了。在他成长的岁月里，总有那些让他感动的、并将铭记一生的人物。在《一个人的成长》里，他除了书写身边对他一生都散发着浓郁亲情的热土，还记载了那么多陪伴自己成长的亲人们，比如在他记忆里那位强势而又温暖的母亲；在他人生关键时候给予援手的玉清舅舅、王晋元校长；对他有着养育之恩的勤劳本份的赵祥生伯伯；还有那位充满传奇色彩的雕匠舅爹。特别是那位为他一针一线缝制棉衣棉裤，并拐着一双小脚艰难跋涉三十多里山路送到他手里的婆婆。至爱亲情，让他一生都在感叹。谁言寸草心，报得三春晖。正是这些魂牵梦萦的亲人与故土，构成了他成长的重要部分，这既是融进他身体里的养分，也是注入他灵魂里的温情，支撑着他早年所走过的每一步路。这些乡土上的亲情，就像脚下的大地一样，给了他这棵生长在山村贫瘠的山垭上的树苗能顺利成长的资粮。当他回首往事的时候，对那些人，那些事，充满感恩之……这也是一个作家总结自己人生时，与往事的温馨重逢。

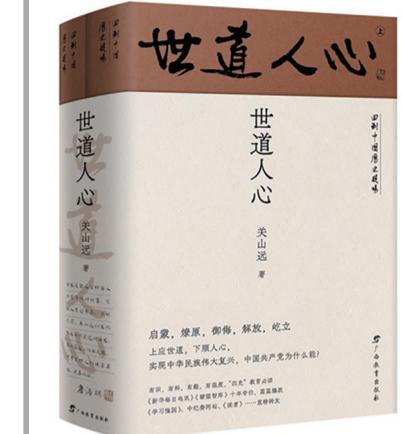
成长真的是一个人一辈子的事情。传统意义上所说的三十而立、四十不惑、五十知天命，同样是一种成长模式。而作为一个想要有所作为、不断进取的人，更是会将每一天都当成自己成长的过程。也许是与生俱来的因缘，赵辉廷年少时便爱好书法，在那个特定的时代以及特定的环境里，他没有可以请教的老师，没有可参照的学习资料，只能利用自己有限的资源来练习，比如说是照着报头上的大字练习。成年以后，特别是来武陵源工作以后，有机会接触到国内书法艺术界的名流大家，他觉得这是迎来了自己学习书法艺术的春天，他不放过每一次能学习到真功夫的机会，比如对自己因工作之便接待过的吴丈蜀、虞

逸夫、汪曾祺、羊春秋等名家，他不仅从这些人身上学艺，而且同时学习这些人身上的那种谦逊、和雅的品质，以及对艺术严谨、敬畏的态度。正如他自己在文中所说：与他们相遇，我的人生焕然生色。他们有如缕缕清风，温润我，沁人心脾；或如涓涓响泉，滋润我，努力向前。这些人高妙的艺术造诣，或者充满魅力的人格，都成了他学习的榜样。他心里似乎有一个不断渴望充实的黑洞，源源不断地努力吸收着带着阳光鲜亮的正能量。那棵曾经生长在贫瘠山垭间的小树苗，已成长为绿叶纷华的大树。

《一个人的成长》，在述事上讲叙了作者的成长历程，这种成长包括年龄与心智上的双重成长，使读者看到了作者从童年到少年、青年，以及中年以后的岁月，历经岁月历练后的云淡风轻的生活态度和对艺术孜孜不倦的追求，给人以正确的人生价值取向的导向作用。而在散文艺术上，《一个人的成长》也有着别具一格的艺术魅力，写景的篇章，文字简洁立体而空荡，语言充满个性化，大有徐霞客游记的味道；写人写事的篇章，生动活泼，语言风趣形象，生活意趣浓郁，接地气。特别值得一提的是，赵辉廷先生退休之后，不仅仍然努力追求书法艺术的更高境界，创作了大量的书法艺术精品与散文作品，而且一直致力于乡村贫困学生的助学活动。他物质生活节俭清贫，却尽己之力去资助乡村的贫困孩子读书，到目前为止，已资助了多名孩子完成了小学、中学的学业，多名孩子在他的资助下考上了大学。他的人格魅力无形中也影响了身边的一些朋友，参与公益，热心助学。《一个人的成长》虽然记录的是他一个的成长过程与心路历程，而我们在阅读这本散文集的时候，我相信也会让读者在阅读中感受到自己心灵成长的喜乐。



好书推荐

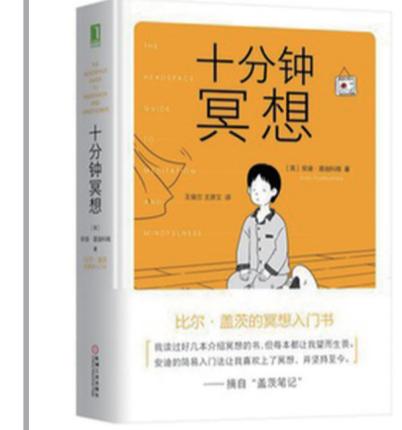


世道人心（全两册）

关山远著

广西教育出版社

作者用丰富的历史细节、激荡人心的文字，带领我们走进中国近现代史现场，领悟世道人心：上应历史规律，中国共产党的伟大事业永远在路上，为人民谋幸福，为民族谋复兴，为世界谋大同，是为世道；下则不忘初心，执政为民，代表最广大人民根本利益，是为人心。

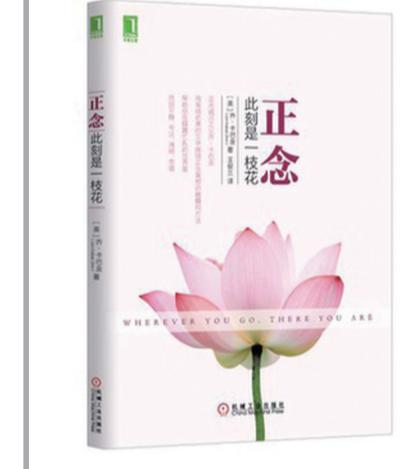


《十分钟冥想》

[英]安迪·普迪科姆著

王俊兰 王彦又译

本书作者安迪·普迪科姆擅长运用精妙比喻帮助你理解冥想的精髓，带领你学习一些简单易学且非常有效的冥想方法，将其融入你的生活、工作和内心。每天给自己十分钟，就能给生活带来巨大变化。从《十分钟冥想》开始，爱上冥想，拥抱清醒、平和与快乐。

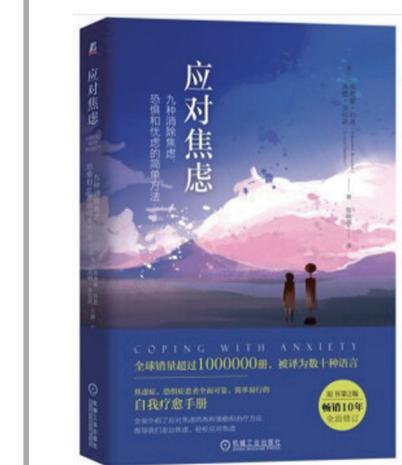


《正念：此刻是一枝花》

[美]乔·卡巴-金著

王俊兰译

本书作者、正念减压创始人乔·卡巴金博士告诉你：这样如梦游一般的生活方式，与你为之努力的目标——健康、幸福、满足都背道而驰。如果你没有全身心参与当下，那么不仅会错失生命中最宝贵的东西，而且会意识不到自身成长和蜕变中的丰富性和深邃性。



《应对焦虑》

[美]埃德蒙·伯恩著

张轶蓓译

本书是根据新研究成果全面修订而成，为你提供经验证证的方法，帮助你逐步应对因焦虑而产生的身体症状、心理症状和情绪症状。书中的这些练习可以在你感到焦虑的任何时候在任何地方进行，可以帮你恐惧，开始生活并享受生活，不要让焦虑扰乱生活，将向你展示如何应对当下的忧虑和恐慌、彻底控制自己的焦虑情绪。



舞文弄墨

宜春

古代民俗。南朝梁宗懔《荆楚岁时记》：立春日，悉剪彩为燕戴之，贴宜春二字。辛丑立春，书此以为印记。

文/图 董儿健



说文解字

年节祭灶话趣

□安芳 阿林

时值腊月二十三，土家开始过小年；家家户户祭灶神，求个清吉保平安。（武陵土家诗人田泰斗《祭灶》诗）

祭灶，在我国民间是一项影响很大、流传极广的习俗。文革前，差不多家家户户都设有灶王爷神位。人们称这尊神为司命菩萨或灶君司命。传说他是玉皇大帝封的

九天东厨司命灶王府君，负责管理各家的灶火，被作为一家的保护神而受到崇拜。灶王龛大都设在灶房的北面或东面，中间供上

灶王爷的神像。灶王爷像上大都还印有这

一年的日历，上书东厨司命主、人间监察神、一家之主等文字，以表明灶神的地位。两旁

贴上上天言好事；下界保平安的对联，以保佑全家老小的平安福祉。

腊月二十三的送灶多在黄昏入夜之时举

行。一家人先到灶房，摆上桌子，向设在灶

壁神龛中的灶王爷敬香，并供上用饴糖和面

做成的糖瓜等。用饴糖供奉灶王爷，是让他

老人家甜甜嘴。有的地方，还将糖涂在灶王爷嘴的四周，边涂边说：好话多说，不好的话别说。

人们用糖涂完灶王爷的嘴后，便将神像揭下。有的地方则是晚上在院子里堆上芝麻秸和松树枝，再将供了一年的灶君像请出神龛，连同纸马和草料点火焚烧。院子被火照得通明，此时一家人围着火坑头，边烧边祷告：

今年又到二十三，敬送灶君上西天。有壮马，有草料，一路顺风平安到。

供的糖瓜甜又甜，请对玉皇进好言。

腊月二十三的祭灶与过年有着密切关系。

因为在周后的除夕前天晚上，灶王爷便带着一家人应该得到的吉凶祸福，与其他诸神一同来到人间。

灶王爷被认为是天

上诸神引路的。其他诸神在过完年后再度升天，只有灶王爷会长久地留在人家的厨房内。

迎接诸神的仪式称为接神，对灶王爷来说叫接灶。接灶一般在除夕；仪式要简单得多，到时只要换上新灶灯，在灶龛前燃香就算完事。

在民间诸神中，灶神的资格算是老的。

早在夏代，他已经是民间所尊奉一位大神了。据古籍《礼记·礼器》孔颖达疏：

颛顼氏有子曰黎，为祝融，祀以为灶神。

《抱朴子·微旨》中又记载：

月晦之夜，灶神亦上天白人罪状。

这些记载，大概是祭灶神的来源吧。

过小年又是老鼠嫁女之日，土家人称

老鼠为高客（即梁上客）这天家家将猫儿关着，以免它坏事，同时贴上早已剪好的窗花

（即高客嫁女图）故有古诗曰：

高客嫁女成佳话，窗户上面贴剪花。

一张高客嫁女图，相安无事平安家。

这一土家奇俗至今在澧澧地区仍然留存。

由于各地风俗不同，民间还有跳灶王

和打灶的活动。跳灶王是民间由古代驱鬼发展而来的一种活动形式，主要是乞丐们的活动，由腊月初一至二十三是一跳灶王的日子。进入腊月后，乞丐们三五成群，扮作灶王爷婆娘竹竿闹门乞钱，谓之跳灶王，也含有驱邪之意。澧澧地区至今还流传着跳灶王的民谣：

跳灶王，喜洋洋，驱邪又避灾，财喜两兴旺。