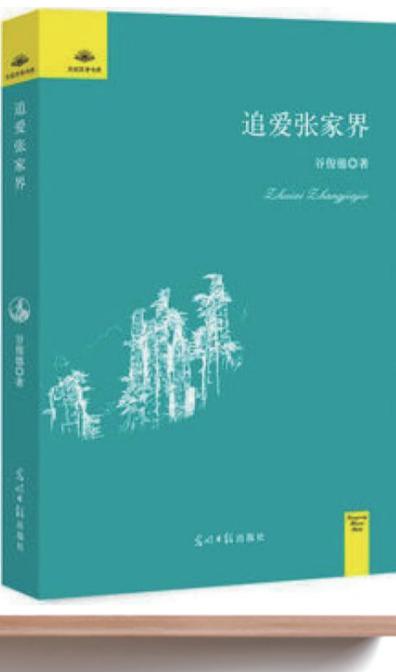


## 书香闲情

## 一位白族作家的文化守望与文学表达

——读谷俊德《追爱张家界》



■屈泽清

捧读谷俊德的第四本文学作品集《追爱张家界》，就像跟着一位土生土长的向导，踏入了一片被岁月珍藏的土地。那里的山水、风俗、传说与民情，在书页间徐徐展开，每一个文字都跳动着谷俊德对张家界炽热的爱，每一个故事都诉说着他对民族文化传承的执着与坚守，让我们看到了一个不一样的、立体的张家界。

## 从乡村医生到文化记录者

谷俊德，是一位从张家界桑植走出的白族作家。他当过农民、医生，做过秘书、特约记者、文学编辑，经历了从乡里调到县里，再从县里调到市里，一路闯进媒体圈、文学圈，一生与这片土地紧密相连。他以记者敏锐的视角、作家细腻的情怀和灵动柔美的笔力，将张家界的魅力毫无保留地呈现给读者。在他的笔下，张家界不再只是一个简单的地理概念，而是一个充满生命力、饱含民族精神的文化符号。

医生要学会“望闻问切”，写文章要观察入微，这两样本事在谷俊德身上得到了完美结合。吉首大学医学院的求学经历赋予谷俊德解剖学般的观察力，而作为党报记者和编辑的工作历练，则培养了他记录现实的敏锐度。这种双重训练让他获得独特的观察视角：既能像医生一样精准剖析文化肌理，又能用作家的笔触为传统文化注入新的活力。

在《追爱张家界》的后记中，谷俊德坦言：“我的父亲是老中医，两个姑姑一个‘显山显水唱民歌’，一个‘天崩地裂跳仗鼓’”。这样的家庭熏陶，让谷俊德天然具备文化传承者的双重基因——既有医者的理性严谨，又有艺人的感性张扬。这种特质在《白族仗鼓舞传统招数的传说》中体现得尤为明显，他将“野猫戏虾”“兔儿望月”“野马分鬃”等“二十一招数”分解为动作要领、必杀技、密码破解等，让人真实感受到仗鼓舞的原始性、粗犷性、灵活性等特点，极具艺术张力，美感十足。又用“仗鼓，仗鼓，一舞舞到北京昆明湖，一跳跳跨我的大裆裤”这样的民谣典故为其注入了诙谐生命力。

## 一座用文字搭建的民俗博物馆

谷俊德把文学作品集《追爱张家界》分为“传说张家界”“大美张家界”“追爱张家界”“风俗张家界”“绝美张家界”五个章节，就像带着读者逛一座他精心布置的民俗博物馆。

在“传说张家界”章节，张家界普光禅寺的传说、李自成归隐张家界的传说、将军岩的传说、鱼儿岩的传说、王再都智斗土王的传说等篇目，谷俊德不仅如实记录张家界地区的传说、民谣，更附有对传说、民谣中蕴藏道理的解读，读起来既有趣又有深度。

在“大美张家界”章节，谷俊德用《高花灯的韵致》来“开篇”，解读高花灯有“四高”，即灯具把儿高，起舞时灯具举得高，艺术价值高，站在高处看。高花灯被艺人编成舞蹈，这种舞蹈靠跑动组成不同的队形，变幻莫测，整个队伍像高山盛开的山花，看得人眼花缭乱，故名“高花灯”。用《栗山小，年猪大》来“压轴”，解读当地古今流传的“穷不丢猪，富也喂猪”“要发财，猪牵来”“杀个年猪当横财”“养儿不读书，就同养个猪”“人不发奋，猪拱一嘴”等习俗。

这些内容不仅丰富了作品的内涵，更让读者在阅读的过程中感受到了张家界民族文化的深厚底蕴和独特魅力。

## 让文化活在字里行间

谷俊德的文字特别有画面感。写“糊仓”仪式那段，他写到：看，第一把泥，糊主人，主人耕田犁地好辛苦。第二把泥，糊督官，他清早起床祭土地。第三把泥，糊秧手，他们脸朝黄土背朝天，有苦也有甜。第四把泥，糊老农，使牛打耙不喊痛。第五把泥，糊村干部，他们为农民谋幸福。第六把泥，糊乡长，他打着赤脚下田坎。第七把泥，糊妇女主任，她栽秧手脚快，经常给秧手留凼。第八把泥，糊锣鼓手，他们打锣敲鼓站岸边，不栽秧，不下田，还对着秧手瞪眼睛。第九把泥，糊自己，自己糊满泥才有勇气糊别人！糊仓，糊出一个新天地；糊出一个新时代；更糊出了新时代农民生产粮食的情怀！

而在《龙凤梯田记》中，谷俊德又用绵延的长句勾勒出龙凤梯田的模样：大大小小的稻田加起来有一万多个，由于整个梯田成扇形分布，沿山跑，沿水跑，沿路跑，它的轮廓清楚，线条清晰，是大自然排列组合美的最佳图画。特别是到了春天，万物复苏，溪水奔流，成片成片的梯田灌满了水，风一吹，一荡一荡，阳光照在上面，泛出粼粼波光。到了栽秧季节，层层叠叠的青苗铺满了梯田，稻秧与青山和大地连成一片，放眼望去，都是满山满山的绿。青绿、芭蕉绿、淡绿、甘蔗绿，还有草绿、橄榄绿……绿得不成样子。这样的描写既准确又充满诗意，比照片还传神。

“文，贵在创新”，作品集也一样。在每篇文章的开头，谷俊德都录入被采访人的生平事迹和采访手记，说明每一篇文章不是空穴来风，更不是胡编滥造，而是接地气，与群众坐在同一条板凳上的。这不仅体现他严谨的写作态度，更展现他对那些传承民族文化的普通人的敬意。这是作家的写作态度，更是散文集的一种“创意”。

《追爱张家界》最动人的是字里行间流露出的文化深情。谷俊德用文字为张家界搭建了一座永久的民俗博物馆，让这些珍贵的文化记忆得以传承。这样的书，读一遍是不够的，值得一读再读，细细品味。

■牛艺璇

读马伯庸《长安的荔枝》的时候，茶几上正好放置着爱人网购的水果“妃子笑”，发达的现代物流，先进的冷链技术，使距离对荔枝的影响变得微乎其微。只是每当我听到“妃子笑”这三个字的时候，总会产生一些复杂的情绪，比如同情、憎恨，还有悲哀。

《长安的荔枝》是马伯庸历史短小说“见微”系列的代表作，他将目光和笔触停留在安史之乱前夕，以全新的视角讲述了一件淹没在历史尘烟中微不足道的小事——荔枝转运。杜牧在《过华清宫绝句》里写了“一骑红尘妃子笑，无人知是荔枝来”，到底有没有人知道呢？春宵苦短的唐玄宗不知，集三千宠爱在一身的杨贵妃不知。可是，上林署监事、荔枝使李善德知道，石门山下种植荔枝的峒女阿僮知道，转运途中快马加鞭的骑手们知道，他们拼尽全力，甚至赔上身家性命，不过是为了满足长安城内贵妃娘娘心血来潮的口腹之欲。

为了舒缓紧张的故事情节，马伯庸有意识地通过语言来调解和把控故事的节奏，因此时有轻松诙谐之语。因折柳习俗致使灞桥周边的柳条“早被剪秃了”，于是他说“后来之客，无枝可折，只好三枚铜钱一枝从当地孩童手里买。一番铜臭交易之后，心

中那点‘昔我往矣’的淡淡离愁，也便没了踪影，倒省了很多苦情文字”。后来当李善德到了岭南，他又想起了灞桥的柳条，于是写道：“随处可见树灌藤萝，这些浓郁的绿植层层叠叠，填塞几乎每一处角落，生机勃然如浪潮扑击。灞桥柳若生在此地，必无薅之虞”，着实让人忍俊不禁。

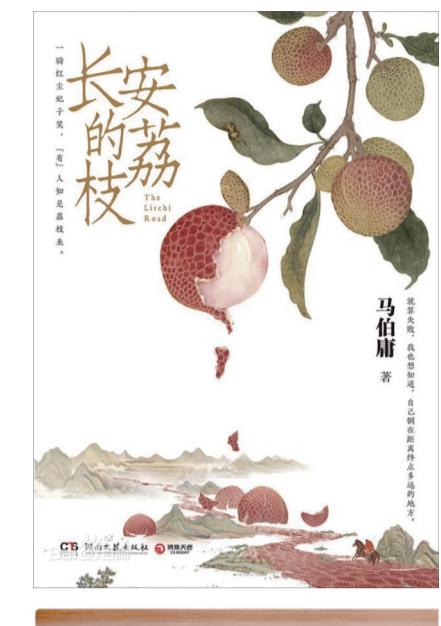
当然，《长安的荔枝》一书中语言的精妙之处，更在于马伯庸对人性、权利和规则的熟络了解，随处可见的神来之笔，便是最好的佐证：“就算失败，我也想知道，自己倒在距离终点多远的地方”“千古艰难唯做事，一事功成万头秃”“流程那种东西，是弱者才要遵循的规矩”“做官之道，其实就三句话：和光同尘，雨露均沾，花花轿子众人抬”。仔细品读便不难发现，每一句话都是对现实的深刻总结，每一句话都透露着底层人的无奈与辛酸。

《长安的荔枝》虽然仅仅十余万字，但在故事情节的起承转合上，在典型人物的形象塑造上，都显得十分妥帖自然。就故事性而言，情节完整、逻辑严谨，人物冲突和悬念设置都在不停地推动着荔枝转运事件的发展。从形象塑造方面而言，主人公李善德从被迫接到任务时的唯唯诺诺，到中途私欲逐渐显现，再到最后坚守初心、仗义执言，可以说，他的性格转变是随着荔枝转运过程中的所见所闻，一步一步完成的，人物形象合

理且丰满。对于林邑奴的刻画更是深入人心，他虽是赵辛民安排在李善德跟前的耳目，但同时也受了李善德的杯酒之恩，因此在得知赵辛民追杀李善德后，他不顾生死以示警，最终舍生取义。从他佝偻半生的脊背上，泪眼婆娑的读者看到了耀眼夺目的忠义之光。

在该书的文后说明部分，马伯庸提到写作《长安的荔枝》一书的缘起，只不过是看到了一个叫周德文的人的经历。换言之，作者在写作之初便明确了以小见大，以底层人笔写国运国势的思路。在这个故事中，上林署的小吏李善德成了我们窥探帝国的眼睛，荔枝转运从来都不是惊天动地的大事，但是以此展现在读者眼前的，却是一个王朝伤痕累累的病症——勾心斗角的政治博弈、沉重繁多的苛捐杂税、民不聊生的社会现实、拜高踩低的人情冷暖等，就像密密麻麻的虱子，爬满了大唐华丽雍容的外衣。可以说，荔枝转运既是一个基层小人物价值重塑的过程，更是一个千疮百孔的王朝走向没落的缩影。

《长安的荔枝》之所以畅销，应归因于题材的“出其不意”，谁能想到，“一骑红尘妃子笑，无人知是荔枝来”，短短十四四个字，竟然在马伯庸的笔下，演化成了一场古代历史上最为惊心动魄，也最让人唏嘘感慨的转运事件和政治博弈。而那些滴着血的荔枝，也终究腐烂在了公元755年的冬天。



书里书外



荷芬芳书更香梅方明摄

文化掠影

## 与文物进行一场深度对话

——评强雯《访古记：一个人周末博物志》

■文明

常年在故宫博物院工作，我接触到的考古文物类图书可谓浩如烟海，强雯的随笔集《访古记：一个人周末博物志》（广西师范大学出版社）却让我眼前一亮。

相较我日常接触的8开本或16开本的精装考古报告和展览图录，32开本的平装《访古记》在我的书桌上显得如此娇小精致。封面的蓝色背景中，伏羲女娲交尾图和绿松石铜牌饰两个剪影，将“访古记”三个烫金字映衬得熠熠生辉。书皮背面更是内藏乾坤，一条弯弯曲曲的小径，两侧标注出强雯近几年涉足过的几十家博物馆，以川渝地区为主，又延展到远至东南亚的新加坡乃至大洋彼岸的美利坚。书中的30篇文章分成6个单元，既自成体系，又相互关联，既各自独立，又前后呼应，好比农家小院里藤蔓上的一串串葡萄，又如故宫珍宝馆内朝珠上的一颗颗东珠。

具体而言，除了《地球上的“租客”》是介绍属于古生物范畴的恐龙，其余每篇文章都是介

绍某一类文物，既有可移动文物，也包括不可移动文物。从高贵的“尊”，到省油的“灯”，从把谎言坐实的“摇钱树”，到黄粱一梦的见证者“瓷枕”，从深藏水底的白鹤梁石刻，到雨台山上那一通残碑……书中的文物年代上起三代先秦，下迄明清民国，材质涵盖金铜、陶瓷、砖石等。这些在博物馆和古迹遗址中的常见文物也许并非名动天下，但在强雯笔下却仿佛被赋予了新的生命，再次活了起来。

最令我佩服的是，《访古记》中的每一篇文章皆是旁征博引、深入浅出，在田野考古、历史传记、神话故事、传说秘闻中跳转往复，天马行空却又收放自如。故事娓娓道来，典故信手拈来，感悟源源而来，一口气读下来，毫无顿挫停滞之感，不时出现的金句妙言令人耳目一新、拍案叫绝。比如第一篇“尊贵的尊”，从四羊方尊入笔，以妇好鸮尊结尾，作者将湖南、重庆、山西、四川、河南等地出土的各类尊有机串联在一起，叙述水到渠成，清新洒脱，毫无违和之感。

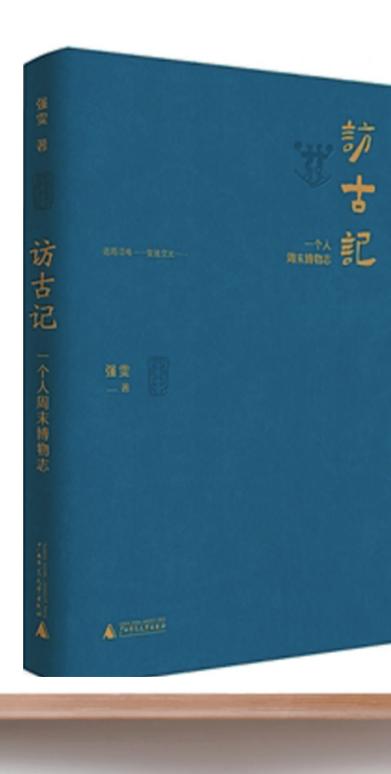
巧合的是，我的本科毕业论文写的就是东汉时期四川地区的摇钱树，所以“摇钱树：把谎言坐实”自然而然便成为我重点关注的一篇文章。也许强雯收集的摇钱树材料没有我的齐备，但她却另辟蹊径，将摇钱树实物与明清笔记小说结合在一起论述，从东汉到清代，近2000年的时代跨度，就这么轻松又写意地建立起了联系。

北碚是重庆的后花园，作为土生土长的北碚人，我却不知道自己的家乡竟然有塔坪这么重要的文物遗存，实在汗颜。一铁质，一石质，两两相望，内外对峙，通过强雯的描述，我对塔坪有了深刻的印象，回老家探亲之时，一定要去现场勘探一番。

公众考古之趣在何处？强雯的这本《访古记》为我们作出了一个良好的示范。作者以一种私人诗学的方式，与收藏在禁宫里的文物、陈列在广阔大地上的遗产、书写在古籍里的文字进行一场触及心灵的深度对话，并用自己的视角去理解、去关联、去阐释、去创造。“访古”的背后，实际就是公众与中华优秀传统文化的一种双向奔赴，一面是过去真实存在过的物证，一面是在时空穿梭中的思绪，博物馆和遗产地则提供了连接真实与畅想的物质空间，成为连接过去、现在和未来的桥梁。

泱泱中华，历史何其悠久，文明何其博大。传承弘扬中华优秀传统文化，离不开公众参与。将解释权开放给公众，是让文物鲜活起来的一种有益尝试与突破。

（来源《人民日报海外版》）



## 在生活的褶皱里，寻找松弛的缝隙

——读《松弛力》有感

■孙志昌

深夜，台灯下翻开《松弛力》，晚晴用十年写作积淀的文字，如一双温柔的手，轻轻拨开了我紧绷的神经。这位百万畅销书作家，曾以《做一个刚刚好的女子》抚慰无数都市女性的焦虑，如今带着《松弛力》归来，依然保持着那份直击人心的温柔力量。她说：“松弛是放过自己的宽容能力。”这话让我不禁想起上周地铁中那位崩溃的女孩，她紧握着满满是褶皱的简历，泪水滴落在“985毕业”的标签上，宛如无数在生活洪流中奋力挣扎的我们。

晚晴描写职场压力时，笔触细腻得仿佛能看见毛细血管里的震颤。有个女孩总在凌晨三点修改PPT，直到发现领导夸奖的是初稿里的创意火花，第三十七版修改不过是“精致的平庸”。这不禁让我想起了自己为了给方案增添信心，不断添加“必胜”表情包的情景，而同事的一句“你原本的创意与灵气呢？”却让我猛然惊醒。书中引用的心理学实验更扎心：持续高压会让决策力下降40%，每天20分钟的“放空时间”能让效率提升25%。这些数据并非冷冰冰的统计，而是晚晴在咨询室里见证过无数次的人生转折。

关于亲密关系的章节，宛如一杯温热的桂花茶。晚晴写自己因丈夫忘记纪念日而大吵，后来却看见保温杯里的银耳羹、雨天提前热好的车。这些“未被说出口的爱”，比任何礼物都更滋养婚姻。她建议读者把“他应该……”换成“他其实已经……”，这一转变不禁让我想起上周与丈夫的一次小争执——我因他不按我的方式晾衣而生气，却忽略了他默默承担起家中所有琐碎事务的辛劳。书中说：“期待是风筝线，握得太紧会断，放得太松会飞走。”这或许就是经营婚姻的智慧。

最让我震撼的是“允许自己不完美”的部分。晚晴写直播首秀时把“晚晴”说成“晚安”，观众却夸她“好可爱”。这个意外让她顿悟：当我们不再执着于完美人设，生命反而会绽放意想不到的光彩。书中有个细节特别动人：有位读者在信里说，她开始记录丈夫默默做的暖心事，发现沉默时有人整理裙摆、手指无意识敲击桌面，这些比任何情话都更真实。

晚晴对“时间焦虑”的剖析，如同一把手术刀精准切开病灶。她写自己不再用番茄钟切割生活，而是允许发呆、留出“空白时间”。这种改变不是懈怠，而是“给生命留出呼吸的缝隙”。她引用日本茶道“侘寂”美学，解释残缺与留白中的圆满。这使我猛然意识到，自己在不停地追逐时间脚步的同时，却忽略了晨跑途中那路边绽放的蔷薇，以及孩子第一次独立系上鞋带时那份纯粹的喜悦。书中有个实验：让两组人同时拼图，一组追求完美，一组允许瑕疵。结果后者不仅更快完成，还享受了过程。

合上书页时，窗外的月光正流淌在书桌上。晚晴在后记里写道：“松弛不是躺平，而是像树一样生长——向下扎根，向上舒展。”这句话让我想起办公室窗台那盆被我遗忘的绿萝，在无人问津的角落，它依然抽出了新芽。或许我们不该像照顾植物那样对待自己：不必苛责每片叶子的形状，只要给予阳光雨露，生命自会找到绽放的方式。

这本书最珍贵之处，在于它没有把松弛力变成新的枷锁。晚晴反复强调：“这不是又一项需要打卡的任务，而是对生命的温柔觉醒。”她建议读者从最微小处开始：今天允许自己多睡十分钟，明天试着对镜子里的自己微笑。这些看似微不足道的改变，或许就是打破紧绷循环的开始。

在当前中国社会，超过2.25亿人正经历着紧张与焦虑，而《松弛力》如同一盏温柔的灯，为人们提供了一种缓解焦虑的方式。它不承诺速效解药，却用无数真实故事告诉我们：生命本该是流动的河，而非绷紧的弦。当我们学会与自己的不完美共处，那些曾让我们窒息的“必须”，终将在爱与宽容中化作滋养心灵的甘露。正如晚晴在书里写的：“当你懂得爱自己，万物皆将流淌过你的爱。”这或许就是松弛力最动人的模样——在生活的褶皱里，依然能找到让灵魂舒展的缝隙。

读有所得