

民族文化探数

近代

巍山乡土诗人毛健

李成生

毛健 13岁应童子试,名列榜首。后因父亲毛裕如去世,在家守孝,足不出户,意志消沉。经嫡母字氏和生母陈氏开导:“学无止境,尔尚年青,前程远大,勿以内顾为忧。”仍让其投师受教。毛健从此刻苦攻读,潜心钻研,好学不厌,诗赋文章超群出众。1903年废除科举,又入省立师范,毕业返乡任教十余载,造就大批人才。...

难得的才子,派人请毛健进城,予以重用。但毛健不愿为名利所束,仍乐于在家中设馆授徒。光绪三十年(1904),知府朱占科赴顺宁上任,久闻毛健是顺宁名士,便顺道延请造访毛健,宾主寒暄后,对坐饮茶,并出门观赏四周风景,见山岭上孤松挺立,迎风而舞,出上联云:峻岭孤松,东西南北风债主。毛健思索片刻,对曰:漾江独石,前后左右水冤家。朱占科赞叹不已。没有对故乡的了解和挚爱,断难对出如此佳句。毛健教过的学生众多,其中有一个叫任干材的在外地做官,有次回乡探亲,专程到毛宅拜访,坐着四人抬的轿子一直进去,但进到二门就被卡住,进退两难。毛健即兴写诗道:“一出街亭见好山,外门虽设不常关。灰墙对直难通过,得转弯时要转弯。”至今蟠瓊者附近的入还时常引用毛健的诗句:得转弯时要转弯,言一个明白的人,要知进退。...

毛健在当时的云南诗坛上占有一席之地,诗作朴素自然,清新隽永,无食古不化的腐味,更兼为时局而吟的特色,山川风物、国家兴亡、民间疾苦,皆入诗囊,浪漫与写实相衬,舒怀与感悟交融,或宏大壮阔,或溪流涓涓,佳篇佳句迭出,为时人欣赏赞颂。民国《顺宁县志》、新编《巍山县志》有载生平,并在《艺文志》录存其佳作,也算“名垂青史”的人物,其诗对乡土文学创作具有一定影响,学习评论文章散见报刊。从现遗诗歌对联中可以看出,毛健学养深厚,乡土先贤对其影响极深。其故居正房抱柱联云:居家无如三个苟;反身有此四条诸。苟,姓氏,此指梁、三个苟,犹“三块菜地”。“四条”即王阳明先生的《训士四条》:“一曰立志,二曰勤学,三曰改过,四曰良善。”可见其自幼苦读经史,打下良好的国学基础。...

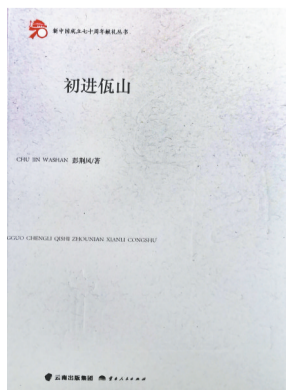
毛健的诗充满爱国爱乡情怀。他为故乡牛街学堂题联:牛角挂书牧童勤学;街头舞剑壮士出关。勉勵学子勤学读书,学有所成,出几个像顺宁三贤那样的才子,之所以辞职回乡办私塾,膝前孝敬父母是一个理由,造就故土贤才亦一心愿也。民国元年(1912),湖南张汉皋奉蔡鄂之命任顺宁知府,从昆明出发,途经青龙桥,见桥造艺精巧,地势雄伟壮观,实为茶马古道险关要隘,为考察民情社情,特命人取文房四宝,为青龙桥题上联“笔扫千军,题桥早已盖司马”,交守桥人说:过往之人能对下联者,速回城西交本府。很长一段时间均没有人能对出下联。毛健闻之对下联:图开八阵,排石还当法卧龙。守桥人立即将下联送到府衙。张汉皋极力称赞其得工整,不落俗套。认为毛健乃顺宁

新书架

彭荆风《初进佤山》出版

彭荆风长篇纪实散文《初进佤山》日前由云南人民出版社出版(2019年12月版)。这部共和国成立70年来云南佤山从原始社会末期跨越走进社会主义时代天翻地覆的改变。书中记录和描写中国人民解放军初进佤山、佤山建起的第一所小学、有了佤山的第一个商店……等等,以佤山一隅的变化,见证了新中国成立以来中国民族的进步史。《初进佤山》是一部具有地域特色、民族特色和历史性的纪实散文作品,是著名作家彭荆风历经10余年创作、打磨后奉献给读者的力作。

郑千山



看《黄帝内经》里谈养生抗疫

张雪飞

中国古代文学史上,有一段惨痛往事,那就是建安七子中,据说徐干、陈琳、应玚、刘桢、王粲五人皆死于公元217年(建安二十二年)爆发的瘟疫。

曹植在《说疫气》一文中对这次重大疫情有详尽描述:“建安二十二年,疠气流行,家家有僵尸之痛,室室有号泣之哀。或阖门而殁,或覆族而丧。”当时由于医学技术落后,瘟疫过处,哀鸿遍野,建安七子中,除早死的孔融、阮瑀外,徐干等五人无一幸免。由此可见瘟疫对人类的生存构成何等严重的危害!

曾有专家统计过,从公元前243年到公元1911年,在2154年时间里,中国共发生重大疫情352次。从某种意义上说,一部人类的生存发展史,就是一部同瘟疫作斗争的历史。现存最早的中医学典籍《黄帝内经》,就对瘟疫有明确记载。如《素问·刺法论》指出:“五疫之至,皆向染易,无问大小,病状相似……”书中明确指出瘟疫具有流行性、传染性、临床表现相似等特点。

我多年前就购得一部《黄帝内经》,但一直未能通读,每次都是拿起来看几页就放下了。面对来势汹汹的新冠肺炎疫情,怀着从中医源头探究清楚一些问题的想法,我翻开书,看看里面是如何讲养生“抗疫”的?

《黄帝内经》是我国现存最早的医学典籍,书中最早提出较为系统的养生理论。书名冠以“黄帝”,其实并非黄帝所作,但托名中华民族的人文始祖“黄帝”,意在彰显这部书的神圣性、权威性、重要性。据考证,该书的主要部分形成于战国时期,又经两汉时代或更晚一些时期的

学者进行修订、补充。全书包括《素问》和《灵枢》两部分,各有81篇文章,主要研究人的生理学、病理学、诊断学、治疗原则等,在理论上构建了中医学上的“阴阳五行学说”“脉象学说”“藏象学说”“病机学说”等学说。这是一部问答式、对话体的著作,书中大部分篇章都是黄帝发问、岐伯作答。

《黄帝内经》中《灵枢·师传篇》说:“人之情,莫不恶死而乐生。”古往今来,人类一直在孜孜以求长寿之道。而在书的开篇,黄帝便发了一问:我听说上古时代的人,都能活到一百岁,却不显出衰弱的迹象;现在的人,年龄刚到半百,动作就显得衰弱无力。这是时代变迁导致的,还是人们自身的过失?岐伯回答说:上古时代的人,懂得养生之道,饮食有节制,起居有规律,劳动不过累,所以能使形体和精神协调平衡而活到很老,直到一百多岁才去世。岐伯进一步解释说:现在的人因为好酒贪杯,醉酒行房,起居颠倒,以致精气耗竭,不善于调摄精神,只图一时快乐,违背了养生之道,因而年过半百就衰老了。

总体来看,相较于书中黄帝其他的发问,这一问题的提出和答对尤其深刻,它探讨的是人类生存发展的本源问题,体现了古代先贤对人类生老病死问题的终极思考,强调了天人合一和人体内外统一的整体观念。书中提出这样一些朴素而管用的养生之道——

饮食方面,主张饮食多样化,反对偏食,强调以“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充,气味合而服之,以补益精气”,同时强调适量饮食,反对暴饮暴食,

反对饮食过量或不足,《素问·痹论》说:“饮食自倍,肠胃乃伤。”

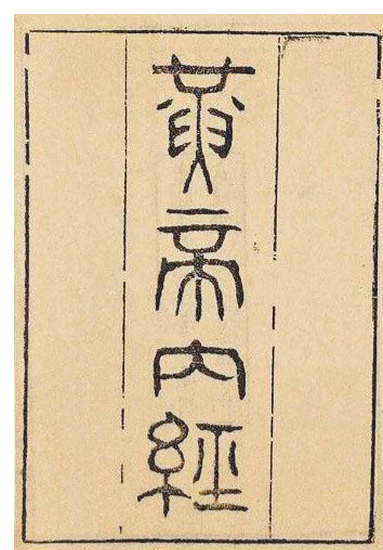
起居方面,主张根据人体的生命节律安排作息时间。《素问·生气通天论》提出:“阳气者,一日而主外;平旦人气生,日中而阳气隆,日西而阳气已虚,气门乃闭。”强调人体中的阳气与自然界的阳气在一日之中是“同频共振”的,要按一日之中的阴阳消长规律进行作息,否则人就会感到困倦、虚弱。此外,还强调要按四时生长、收藏的规律进行作息。

劳作方面,主张要劳逸结合,既不过劳,也不过逸。劳累过度会引发疾病,书中将“劳倦内伤”作为一个重要的病因,但亦强调劳逸同样会对人体健康产生不利影响。如《素问·宣明五气》指出:“久卧伤气,久坐伤肉。”

情志方面,强调心理因素。七情五志对人体健康有着重要影响。“心者,五脏六腑之主也。”强调要保持内心的清静恬淡,少思寡欲,排除杂念,控制情绪,特别要防止情绪剧烈波动,否则对身体产生伤害。如“怒伤肝,喜伤心,悲伤肺,忧思伤脾,惊恐伤肾,百病皆生于气”。

进行对比之后就会发现,书中倡导的这些养生理念,其实非常符合我国卫生部推行的健康生活方式,比如合理膳食、规律起居、保证睡眠、劳逸结合、适量运动、心理平衡等。而一个人要是能在工作和生活自觉这样做,将能有效地提高自身免疫力,从而对新冠肺炎构筑起一道天然的“防火墙”。

书中,黄帝还问岐伯:我听说五疫发,可相互感染,大人小孩症状都一样,



怎样才能做到不相互感染呢?岐伯答道:要想不被感染,首先要做到正气存内,增加抵抗力;其次切断传播途径,避免接触感染源,其中鼻子是最重要的地方,许多传染病都是通过呼吸传入的。这从中华医学典籍中再一次得到印证,此次应对新冠肺炎疫情所采取的严格的隔离措施和外出戴口罩是非常必要的。

新冠肺炎疫情发生后,社会上加强野生动物保护和监管的呼声非常强烈。让人称道的是,书中对这个问题也有论述。《黄帝内经》引《上经·尚时》曰:“瘴之至也,非江海鳞甲之类而不生。疫之至也,非虫兽毛羽而不存。”这说明古人早就发现人类嗜食肉食的饮食结构存在健康隐患,而食用野生动物就有更大风险。这也启发人类,要多些对生命的敬畏,树立与野生动物和谐相处的理念,不猎捕、不买卖、不食用野生动物,在社会上形成保护野生动物的良好风尚。

阅读笔记

热爱生命 敬畏自然

——简评《极度恐慌》

段映竹



《极度恐慌》剧照

影片《极度恐慌》上映于1995年,以令人闻风丧胆的埃博拉病毒为创作原型,讲述了一次几乎完全由人类咎由自取的恐怖瘟疫。

故事发生在20世纪90年代的美国,一个从事动物走私的年轻人从非洲带回一只白脸小猴,却没想到,这只猴子身上携带着未知的可怕病毒。最初的感染者仅限于接触过猴子的走私犯与宠物店老板,以及走私犯的女友,尽管病毒造成的死状骇人,但并没有引起重视。

然而,由于检验患者血液的医生工作疏忽,被带病血液感染,病毒在传播过程中发生变异,具有了空气传播的能力,几个小时后,发病的医生在电影院里成为了超级传播者,不到一天时间,整个小镇全面沦陷。

军医萨姆及妻子卢比和团队迅速赶到,萨姆怀疑这种病毒与不久前他在一个非洲村落发现的未知病毒是同一种,随即,一个隐藏了多年的秘密开始浮出水面。多年前被军方通过轰炸临三阳,鼓荡生肌遍八荒”。还说自己:“我本山中入,好说山中话。五月卖松风,人间恐无价。”他欣赏“秋景影影三经白,寒冬雪映腊梅香”。在自己设定的生活轨迹中,放纵而不失风度,激情而深潜进退,疯癫而不失纯真,逃离绝不避世,入俗却不驱炎,他具备诗人的一切品质,我无法望其项背。

影片节奏紧凑,情节铺排环环相扣,尽管就类型片来说并不出彩,但其中着重表现的军人天职与道德底线之间的挣扎,使整部影片增色不少。同时,片中对于病毒传播的表现也十分值得关注。

最初的莫塔巴病毒仅仅通过体液传播,在动物传染人的过程中,变异出了空气传播的能力,这正是大多数传染病的棘手之处。一直以来,理论上都认为烈性病毒不具备广泛传染性,但埃博拉的出现,让人类意识到,病毒的能力也许超乎我们想象。正如《极度恐慌》开头引用的诺贝尔奖得主乔什瓦·李德博格的预言:“人类统治地球最大的障碍就是病毒。”

2003年,SARS病毒让中国人经历了一次巨大的恐慌。事后,作为中间宿主的果子狸一度绝迹于人群。然而,10余年过去,灾难的记忆褪去,人类再次因为一只野味而引来了潜伏的恶魔。新

冠肺炎席卷全国的这段日子,每个人都或多或少通过互联网了解了自我防护的种种措施,痛斥吃野味的发言更是随处可见。但再过10年呢?这一次的教训是否会再次被遗忘?

一如影片中那样,每一种病毒的传播,都是一个天灾加上无数人祸的结果。首当其冲的,便是对于野生动物毫无必要的索取,吃野味,养宠物,甚至只是无知的亲近,都有可能成为一次噩梦的开始。每当人类通过征服千奇百怪的动物来显示自己地球领主的力量,病毒就如同一位审判者,带着冰冷铁锤悄然降临。它收割的生命,是人类肆意妄为的债款。

在影片开头,萨姆到达被莫塔巴屠戮殆尽的非洲部落时,当地仅剩下一位居住在山洞中的巫医没有被感染。接待萨姆的巫医说,那巫医认为,这是人类砍伐了太多树木遭到的惩罚。直到萨姆一行离开部落,那位巫医都在山顶虔诚地作法祷告。他有些浑沌的眼里蓄满悲愤,凝视着直升机离开的方向,不知在想什么。也许,这正是影片想要讲述的更深层次的东西,一种抵抗一切病毒的物种——敬畏。

人类应有敬畏。对于自然,我们不断在拓宽了解的边界,但也仅仅是了解,我们从来没有征服过他。人类不过是自然界的一环,世界上太多的未知,如同潘多拉的魔盒,不能够随意打开。

可面对这些,人类似乎总是喜欢盲目自信。当下快速发展的科技让人类把自己武装得十分强大,其他物种在我们的刀枪下毫无还手之力。这种强大维持了太久,以至于有人似乎忘记了,人本身是多么脆弱的生物。于是一次又一次,我们被看不见的东西打得措手不及。不知道还要多少次,人才能真正学会怀着敬畏之心与自然的一切生灵和谐共处。

如今今天一天回暖,春暖花开的日子相信不久就会到来。我们尚未面临如同莫塔巴一样可怕的病毒,我们万众一心,众志成城,对最终战胜当下的疫情树立了责任和信心。待尘埃落定,我们再次摘下口罩走出家门的时候,希望每个人心中都能记住这段日子,热爱生命,敬畏自然。

书香云南

光阴剪裁手

——读李维丽《流淌的时光》

吴安臣

李维丽的散文集《流淌的时光》(云南人民出版社2019年7月第一版)笔触是细腻的,柔美的。因心情静美,所以文字有泉水般的清澈之美。她写诗,顺溪、潜洞古镇、宝丰、表村、云龙的古道……似乎她走过的每一处都有文字的记录与留存。

她还善于写那些生活在小镇里的人物,手里攥着一把刻刀一样,从衣着外貌方面入笔,立体呈现,也善于用心去体察,捕捉人物的心理。于是,她笔下的每一个人都有烟火气,而且每一个人身上都透着一股难以言说的美:无论是劳动的美,还是手艺的美,还是心灵深处流淌出的美。炸爆米花的老人与孩子最美的记忆纠缠在一起,吃着甜香的爆米花,总会怀念那段时光;炸洋芋和卖油粉的,色泽鲜艳的美食,总能勾动人的味蕾;小裁缝铺里,生活不可割裂的,都裹着浓浓的乡愁;帮卖臭豆腐的哑巴烘烤玉米的小伙、邮递员……小镇里人情亲善,纯净、透明,人与人之间的相处犹如邻里关系,让读者有如沐春风之感,仿佛时光里流淌的是毫无杂质的琼浆玉液,荡漾的都是醉人的笑。

整部文集里,写人时,印象最深的还有各种“笑”,无论微笑、大笑还是其他的笑,让你禁不住想到这世间的美好全让她碰到了,那块净土的原乡福地和生活在其间的人们在她笔下是如此令人向往。她也写美食,但那些重在描述美食的色泽香味俱全不同的,她在用美食来传递乡愁。在《味蕾上的云龙》里,她则调动所有感官参与到文章中,让你看到火腿的诱人色泽,“让你品味到诺邓火腿正如央视展示的美食之美那样,绝非虚传,“古老的院落是储藏情感的,那份浓浓的火腿味道是寄托乡愁的。”然后自然而然的讲述火腿的故事;描绘那光阴之盐——云龙的民风民俗。在民间淳朴的小镇上,这道美食是人们对土地的情感传递,是传承,是信仰,更是一种文化。有时候你会无由地羡慕她,她的文字里有湿润的气息,有水墨画般的山川,“远处田野里,稻谷绿油油的,山间白色的雾气在飘动。雨后的山间有与它平日里相近的气息,诗意,温暖,大地是丰润的,生活是诗意的。”“含蕊红三叶,临风绝一城”,植物的美和小城在一起就成了不一样的景,“密密匝匝的花簇簇拥在小城里,花朵什么样,小城就什么样。”“潜洞的冬天的早晨美得耐人寻味”“有大时间、岁月会把人的棱角磨平,然而大自然中的物种,却以自己的方式磨平一些棱角”“山脚下的村庄在云雾中若隐若现,高高翘起的屋檐,雨滴顺着瓦沟,滴落凡尘,就这样,一滴一滴,滴出小镇潜洞的模样来。”“我是带着凡心来到,带着杂念来的,于心何忍去打搅这样一份净土,就允许我到这做个静心之人吧。”“在一座山上安静地坐一座山”……地理山川,花草树木,在她眼里洋溢着暖人的情怀。

李维丽的这本散文集,是一本让人读之安静的书,雨露阳光,山川风物,世间百态……无论行迹记录,生活感悟、心灵絮语,她都用心打磨。美中不足的是,有些文字还略显稚嫩,有口语化的色彩;题材上有些重复;有些语言过于平淡;写作手法单一。不过,每一个写作者都会在写作的过程中慢慢走向成熟,我很期待她的下一本散文集。