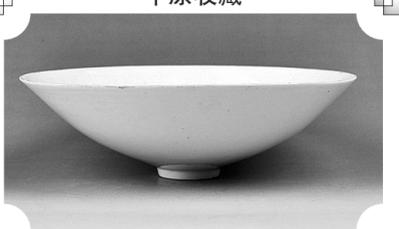


中原收藏



定窑

定窑在河北省曲阳县涧磁村,由古邢窑影响发展起来。定窑在唐代晚期受邢窑影响开始烧制白瓷,制瓷生产经过五代、北宋的发展,遂成为我国北方最著名的白瓷窑系,直至元末停烧。当时定窑除烧造白瓷外还兼烧黑釉、酱釉、绿釉、白釉黑花、紫酱或黑釉描金等诸品种,其中又以白瓷著称于世。北宋前期,定窑白瓷和南方的越州青瓷都是宫中的主要用瓷。北宋中期至政和之前,一直都是宫中主要用瓷供应者。可以这样说,虽然没有文献记载,但有出土和传世证据证明,定窑是“不是官窑的官窑”。

胎骨细腻洁白又轻盈秀美,是定窑白瓷的重要特点。定窑白瓷的白釉是一种含钙的白色,这种带有暖色调的白色与东方女性的肤色有相似之处,被国外称之为女性美的颜色。

定窑的装饰,在宋代瓷器中也是最为精彩的。宋早期的定窑白瓷采用刻花的方法,后来又出现了刻花和划花相结合的装饰。到北宋后期,更开始采用印花装饰,纹饰多在碗盘的里面,以牡丹、莲花、菊花等花纹最多,另有动物、禽鸟、游鱼、龙纹等。

河南中原收藏文化研究院供稿

笔

一地清凉

任崇喜

酷热难耐,在电脑前静不下心来写东西,便信手拿起一本书翻读起来。没想到翻到的竟是读过多次的鲁迅的《呐喊·自序》,看到了这样的句子:“夏夜,蚊子多了,便摇着蒲扇坐在槐树下,从密叶缝里看那一点一点的青天,晚出的槐香又每每冰冷地落在头颈上。”鲁迅先生的书是不适宜在这样热烈的季节读的,但在这样的季节看到这样的句子,心如在宣纸上洒染开来,一点点凉起来。

鲁迅先生指的槐树应该是国槐吧。古书里的槐,就是国槐,叶类似豆叶,枝干青绿,无刺。有刺的洋槐进入中国不足百年。在不少写老北京的文字里,论起旧时风貌,总忘不了“古槐、紫藤、四合院”。或许,在北方的古城,都有“古槐、紫藤、四合院”的特点。曾记得,就在这座城市,不少街巷的两边都种植着碗口粗的长势旺盛的国槐,树干是黑色的,鲜有扭扭的媚态,浑身长满了树瘤。到了盛夏,槐树撑起遮阳的绿伞,泼洒一地清凉,给在烈日炙烤下的人们一丝清爽、一分惬意。孩子们爱在槐树下玩耍,老人们也爱在槐荫里打牌、下棋。晚饭后,家家户在门前槐树下支起饭桌,纳凉消暑,有吃有说,好生热闹。秋日风起,从槐树的叶缝里望去,天蓝而高远,槐叶随萧萧的秋风悄

然飘下,黄灿灿的叶子满地都是,街头巷尾,朝暮之间,重现了古城人记忆里最美的画面。

七八月是国槐花开的季节。国槐花单朵细看是黄白色,但是它成簇成簇地缀在枝头上,却呈现出一种淡绿色,深绿的叶子浅绿的花相间相映,看上去十分赏心悦目。花开的时节,一排排浅黄带着浅绿的槐花掩映在浓密的绿叶中间,风过,不时有槐花扑簌簌地落下来,纷落如雨。有人称之为槐花雨。当然不是指槐花雨,而是形容槐花雨落时,花絮阵阵如雨。国槐花开的时候也是未雨。下雨天,花落满地,在树旁的浅坑里积满了雨水,水面上密密地铺着一层落花。雨骤急,花落得繁密,看上去一地清凉。走在行人稀少的灰砖道上,在雨中看花飞花落,凄迷之至。抬头看,湿漉漉的国槐树干上面还粘着几朵小小的落花,显得格外醒目。

这是一种在都市里久违的感受。

国槐又名紫槐、家槐、豆槐、白槐等等。旧时,最常见的黄花槐是染料树,民间多有种植。趁花未开时将花枝剪下,晒干炒过,可以用作染黄的颜色。据说,抗日战争时期,八路军的军服就是用黄花槐染成。紫槐又叫守宫槐,它的叶子昼合夜舒,古人认为它有纯阴之气,古书上所说“虚星之精”的槐,就是指紫槐。槐树容易遭受蚜虫危害,蚜虫分泌物落到地面也会把地面染成黑色,槐荫下因此常常呈黑色。因此,人们又喜欢把国槐叫做黑槐树。

鲁迅先生是1912年5月5日抵达当时的北平的,任职于宣武门内教育部街的教育部,居住在宣武门外南半截胡同的山会会馆(绍兴会馆)。山会会馆里有三间屋,相传是往昔曾在院子里的槐树上缢死过一个女人的,没有一人住。此时的他,“这寂寞又一天一天地大起来,如大海蛇,缠住了我的灵魂了。”夏天的晚上,他常一个人坐在院子里。上面提到的槐香,是生长在槐树上的尺蠖,有一个俗名:吊死鬼。不知学过医学的先生是否曾畏惧过。那时的他,到底在想些什么?他想要做些什么?无从考究。我所知道的是,他在这个院子里写出了《狂人日记》。如今,我们这座城市的树种多了起来,国槐的身量少了,只怕是也少了鲁迅先生那样的人,静坐在槐树下夜的清凉里,在星光的凝视中,酝酿着心底的呐喊。不过,在浮躁的时代和季节,能感受到先生文字里的清凉,也是很惬意的。那清凉,恰如槐的一地清凉,有着缤纷如花的韵味。

改善睡眠状况的关键还在于生活习惯,核心就在于脾胃。所以《黄帝内经》中对于失眠的论述是“胃不和则卧不安”。脾胃不和,清阳无法上升,湿浊无法下降,气机不畅,营卫不和,阴阳无法相交,就会导致失眠。所以平时饮食要注意少油少糖少盐,少吃辛辣,多吃清淡,不要过量。

人应顺从自然,颐养心神。所以中医自古就有“人不得于午觉不能长寿”之说。夜晚阳气入于阴,得到养护,当早上的第一缕阳光照射到人体时,阳气精神百倍地从阴气的怀抱中跳出,我们自然地睁开眼睛,神采焕发,精力充沛,迎接新的一天,这就是一个阴阳的轮回。

养护脾胃三茶

苏轼《游诸佛舍》诗中有两句非常著名:“何须魏帝一丸药,且进卢仝七碗茶。”这句话什么意思呢?意思是您想要身体健康,学魏文帝那样炼丹,吃炒药,还不如学卢仝多喝几碗茶。喝茶是一种非常实用的养生手段,至于怎么喝,也是大有学问。我们主张每人应结合自己的体质、生活情况选用不同品种茶叶饮用,我的喝茶方法就是每天必喝三杯,而且早中晚喝不同的茶,其中蕴含的就是调理脾胃的养生理念。

上午喝绿茶,益气升阳,心神俱旺

“一天之计在于晨”,阳气经过一个晚上的濡养,到了上午重新焕发活力,充实四肢百骸,让身体和大脑做好了开始新一天学习和工作的准备。绿茶是一种不发酵茶,色润香清,令人心旷神怡,属于茶中之阳。绿茶的特性,较多地保留了茶叶内的天然物质,维生素损失也较少,因此能帮助脾胃运化水谷精微输布于周身,使主神明的元神与元神之府的脑,得到滋养,进而从五脏的功能活动中具体体现出来,人才能保持上午的精力旺盛。

下午喝乌龙茶,健脾消食,保持消化

午后阳气渐弱,阴气渐升,脾胃功能较上午有所减弱。中国的饮食文化是“早吃好,午吃饱,晚吃少”,因此中午的膳食中会有很多油腻的食物,容易滋腻碍胃,进而造成脾胃功能减弱。饮茶去肥消滞的功效自古就受人推崇,古人认为茶叶能够消解脂肪,长期喝茶能让人变瘦。下午时喝乌龙茶,能够帮助脾胃消化,保持腐熟和运化功能的高效运转。而脾胃健运是防病治病、养生长寿的必要条件。

晚上喝普洱茶,护胃养胃,安定心神

晚上阳气收敛,入于阴中。在一天的劳作之后,人体的气机下降,需

要颐养脾胃,安养心神,为第二天的劳作养精蓄锐。中医认为“胃不和则卧不安”,脾胃调和,心神才能安定。普洱茶(熟普)是经过人工加速发酵后再加工而成的,黏稠、甘滑、醇厚,进入肠胃后,能在胃的表层形成一层保护膜,对胃产生有益的保护作用。长期饮用普洱茶可以起到护胃、养胃的作用。在适宜的浓度下,饮用平和的普洱茶对肠胃不会产生刺激作用。熟普中的咖啡碱经多年陈放发酵,作用减弱,所以喝后不会兴奋,使人能够安然入睡。而普洱茶又有补气固精的作用,热饮肠胃舒适,还可治疗尿频。

天有五气,人有五脏,茶也分五色。了解了茶性,就能根据天时、地域、人的体质来选择适合自己的茶。例如脾胃虚的人着了凉,就可以喝点姜茶;女性脾气比较急躁的,也可以喝点玫瑰花茶或者佛手花茶;有热的话,也可以喝点菊花茶。

茶味苦而回味甘,性淡而香醇,正是一种人生境界的反映。而茶叶对人体健康的益处,也并非只是补充人体所需的营养物质。喝茶时,要保持心胸开阔,缓缓享受品茗的乐趣,既品出醇厚之味,又能使人入神静心,开胃进食,茶的色、香、味、形都是对人的身体和心灵产生双重滋养。

脾胃调养要顺应四季冷热

春天是阳气开始复苏,万物生机勃勃之际,所谓养生就要顺其性而养人体生发之阳气,既要养“生”气;夏天是长,万物繁茂,所以要养“长”气;而秋天是气降而收,所以要养“收”气;冬天万物内潜深藏,所以要养“藏”气。

春季万物生发,疏肝解郁,兼养脾胃

春天是一个生发的季节,阳气逐渐增加,这个时候人体脏腑的活动也开始活跃,人的衣食住行以及精神情志在这个季节也要以“生发”为准则。我们应穿得宽松一点,适当增加运动量,活动肢体,以顺应阳气的生长。

春天阳气从冬寒的怀抱中偷偷露出触角,尚为柔弱,气温冷热交替,很不稳定,三寒四逆,变化剧烈。随着气温的回升,细菌、病毒也开始繁殖,加之风卷尘埃,所以极易感冒,是温病邪的高发时节。婴幼儿及正在长身体的儿童还很脆弱,尤其需要小心呵护。

饮食方面,可以吃点春笋、豆芽、香椿、春韭、苏叶、葱、生姜、胡萝卜、菠菜、芹菜等有助于阳气生发的食品。



现代诗坛

诗三首

张卓

北风

春风来时
雪飘然而逝
但名字不会被吹起
因为它已融入泥土
还有那思绪
以及记忆

秋叶

此刻的我
枯黄 斑驳
不再有年轻的容颜

油菜花

当我见到你的时候

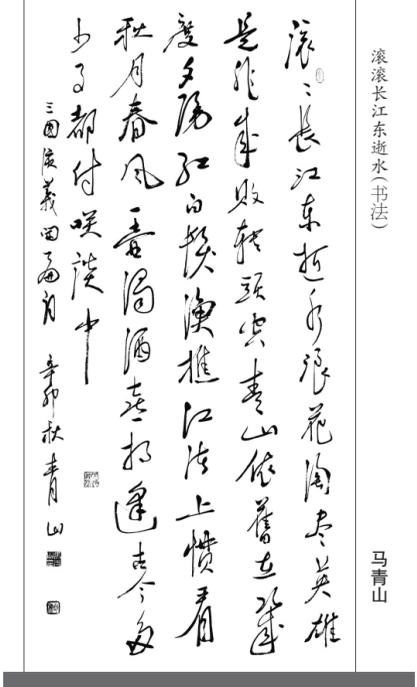
你已近在眼前了
不忍触摸
任无边的绿蔓延

黄 似盘起的发髻
在微风中摇曳
清香荡漾
又似满天星斗
散落凡尘
装扮三月田园

恍惚间
我已身在花丛
成为一点
头顶水洗的蓝
对着白云
把灿烂绽放



(国画)向亚平



滚滚长江东逝水(书法)

马青山

古语新感

王云奎

“好谈己长,只是浅。”这是清时申居郿《西岩赘语》里边的话,是说凡是喜欢夸耀自己的长处,喜欢吹嘘自己的本领的人,恰恰说明这个人浅薄的,是不学无术的。

肤浅的人还能进步,得到重用而受人欢迎吗?我觉得这句古语,和现代名言“虚心使人进步,骄傲使人落后”有一些相近的意思。在过去我们的生活中,这是颠扑不破的真理,也为各阶层人所推崇。许许多多的人藏愚守拙,总感到自己的书没读够,没读懂,没读通,学问没做好,仍然勤勤恳恳,孜孜不倦,毕其一生,至死方休。这样的人是大智慧,是当时道德的典范,特别受到社会的尊重。现在有一些浮躁的人,不学无术,整日夸夸其谈,还被冠以种种虚头巴脑的头衔。待到真正的有识之士戳穿其西洋镜,便又出尽了洋相,许多人大呼上当。可是,当又一个学术“大师”飘飘欲来的时候,我们会不会又成为其铁杆粉丝呢?

这到底是谁的“浅”呢?

新书录

《相依相生》

余向丽

这样洗练低婉的文字,出自一位90后女孩的笔下。小说《相依相生》以异国之恋为题材,主人公陈晚19岁听从祖父安排,入波士顿一家大学学习法语文学。返回美国的途中认识了韩斌,两个人的关系以韩斌赴约赴巴黎而凋萎。祖父突然与世长辞,陈晚失去了经济资助。被迫面对生活与世俗的陈晚,也对她所生长的环境和自己的女性身份有了新的认知。这时候,她与骆威走到了一起。但是骆威游走在两个女人之间,这令陈晚痛不欲生。从巴黎回到波士顿,陈晚忍痛离开骆威,才发现自己已经怀上了骆威的孩子。回到大陆,一切都已今非昔比。陈晚在台北的音乐节上分娩生下女儿,不料周岁生日时发现女儿身患绝症……陈晚的一生以爱为信仰却与爱擦肩而过,如同她看了三次的《玫瑰人生》里的皮雅美,感受痛苦,承受破碎,最终死于失去爱,死于孤独,但皮雅美能唱出一切美妙的痛苦的声音,陈晚却只换来骆威面无表情地说,没有谁与谁,非要相依相生。

小说

享受

谢大立

苇鸿要找儿时的玩伴乐星。他来到罗场这个地方搞旅游开发,很大程度是能为经常见到这些儿时的玩伴。

这是苇鸿年内第二次来找乐星了。第一次来,是到这里考察,他在湖里找着了采莲蓬的乐星。乐星离他百十米远,站在用两个木盆扎成的船上,他看到他时,他的木盆里已经有半盆子莲蓬了。

对于乐星,他虽然有近20年没见了,情况还是了解的。乐星有两个儿子,都在城里打工,儿媳和孙女们也进城了,过日子就他和他的老伴。采莲蓬准是为了卖钱。苇鸿站在坡上,远远看着在卖多少钱一个?乐星说,不知道,没卖过。苇鸿说,不卖,你采这么多干啥?乐星说,忘啦,我们小时候晚上看电影看戏,哪次不是白天来湖里采很多莲蓬。

乐星的话让他一下子就想起了儿时,话匣子也打开了。那时候我们俩可是光着屁股下水摘,每次都是让高杆上的刺把身上划出许多血口子……乐星说,还记得那回吗,蚂蟥把我俩的鸡窝钻住了……苇鸿说,咋不记得呢,那次是县里的花鼓剧团要来演大戏,我们都想多摘几个莲蓬,在水里的时间呆得长了,让蚂蟥钻了空子……

苇鸿突然像想起了什么似的说,你采莲蓬,不是为了晚上看戏时吃吧?乐星说,对头,晚上演皮影戏,清水田唱皮影戏的杨双林还记得吗,他儿子杨小林还和我

钱了,就来找我……

哈哈……哈哈……两个人笑得都很开心。笑罢他说,今天的鱼我要了,你不用提到彭市街上去卖了,我让他们按最好的价给你钱,在最好的价上我再让他们给你翻一番,让他们加工了,晚上我们一起吃鱼喝酒,把团圆、火字他们都叫上,在罗场开发旅游的事你大概也听说了,你知道我为什么要操这个心,费这个劲吗,很大程度是为了老了能和你们一起玩,让你和兄弟们也跟着一起享几天福……

他说着想,乐星一定会很高兴,可是乐星一点儿兴奋的表情也没有,只淡淡地说,我这鱼不能卖给你,你给我好价我不能接受,我的好价应该是和我鱼行的人争来的,凭我的色色争来的,一会儿,我的鱼起来后,我要用网兜把它们沉到塘底,明天早晨再起来,我喜欢听它们出水的声音儿把水闹得轰轰的响,喜欢看它们的活蹦乱跳,喜欢贩鱼的那些人说我的鱼好,心甘情愿地用最好的价买下我的鱼……

嗨!苇鸿叹一声说,真是江山易改,本性难移,老了,也该学会享受了,能还是小时候那个德行……乐星一笑说,看怎么理解了,我吃着莲蓬看皮影戏,你能说那不是享受?我自己捉的鱼换钱,用那钱买我需要的东西,还打个牌,能说我不是享受?也许我的这种日子在一些人的眼里是凄凉,甚至是受苦,可我却是在乐在其中,有乐的东西你能说不是享受?苇鸿一笑,真还接不上来乐星的话。乐星也一笑说,晚上到我家吃饭如何,我把团圆、火字他们叫来,菜就是小鱼,油炸小鱼,葱椒小鱼,味道一定比你吃的那些大餐好不少。

连载

有一个男孩儿,我对他印象十分深刻。他叫亚当·沙夫曼(Adam Scharfman),是东亚语言文学系中文专业的学生,犹太人,非常热爱中国文化,潜心学习中文。他常来听我的课,在我组织的活动中表现积极,我也十分热情友好。他曾经请我去纽约长岛的家中做客,开车途经一所小房子,指着那里告诉我:“看,菲茨杰拉德的家!你喜欢的《了不起的盖茨比》大概就是在那里完成的。”

他想起自己起一个中文名字,姓沙,我告诉他这个字在中文里不太好听,应该姓邱。我给他起的中文名叫做邱逸青。

我们常在一起练习书法。他告诉我,上大一时,他有一个来自上海的同学擅长书法,每天在宿舍里挥毫泼墨,耳濡目染之下,他也对中国文化产生了浓厚的兴趣,特别是中国古典文学。他能将《前赤壁赋》《归去来辞》倒背如流。最令人叫绝的是,他有一个练习普通话的独家秘籍——他会拉大提琴,在琴弦上调出最接近汉语四声的音调,来校正自己的发音。

就在我们认识前不久,他的弟弟因病去世了。他和弟弟曾经在一起学习中文,希望有一天能用中文交流属于两兄弟的秘密而不被父母听到,因为弟弟的名字发音和“松”相近,他弟弟起了一个中文名叫做邱逸松。“松”代表君子,象征着坚持。”

耶鲁和中国大学之间有一些学术交流项目,他很想通过这个机会到中国来,但是因为舍不得弟弟,一直未能成行。他说,弟弟离开的时候,眼神好像告诉他:“哥哥,放心地去中国吧,我会和你在一起。”他后来去了北京,登上长城,看到长城边上一棵棵松树在风中微微摇摆,他想,那一定是弟弟在对他说吧。我被两兄弟的故事深深地感动了。生命的轮回和期许,没有国界之分。

胡主席访美,最特别的一天

2006年4月21日,在我的耶鲁记忆中是极不平凡的一天。胡锦涛主席来到耶鲁进行了公开演讲。这是中国最高领导人第一次访问耶鲁,也是胡主席与美国公共社会最直接的又一次接触,我有幸在现场见证了那历史性的一幕。我向系主任校长郑重推荐了邱逸青,作为四名耶鲁学生代表之一,与胡主席握手,并接受中国赠予耶鲁的1300本图书。

之前那几天,邱逸青总来找我,和我一起吃饭、聊天。我陪他演练和胡主席见面、握手的情景,教他“胡主席,您好”的标准发音。他反复问我:“我要跟胡主席说什么,他才能记住我呢?”我告诉他:“说诚实是最好的。”

“成钢,我昨天梦见过世的奶奶了。她跟我一起看中文书,还说,我们的祖先来自中国四川。”

“那你就跟胡主席这样说吧,我觉得这样说很好。”我高兴地鼓励他。

“嗯……”他想了想问:“胡主席是哪国人?”

“安徽人。”

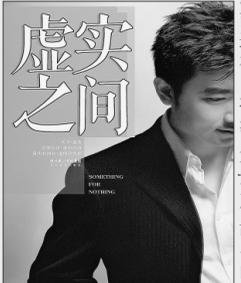
“那,我要不要说梦见奶奶告诉我,我们的祖先是安徽人?”

我笑了,摇头对他说:“不,就说四川人,这很真实。”

4月19日晚,胡主席抵达华盛顿,第二天一早将在白宫南草坪出席盛大的欢迎仪式。当时,我通过朋友拿到了几张最好的票,请了姐姐、姐夫和几位亲友擅长书法,每天在宿舍里挥毫泼墨,耳濡目染之下,他也对中国文化产生了浓厚的兴趣,特别是中国古典文学。他能将《前赤壁赋》《归去来辞》倒背如流。最令人叫绝的是,他有一个练习普通话的独家秘籍——他会拉大提琴,在琴弦上调出最接近汉语四声的音调,来校正自己的发音。

就在我们认识前不久,他的弟弟因病去世了。他和弟弟曾经在一起学习中文,希望有一天能用中文交流属于两兄弟的秘密而不被父母听到,因为弟弟的名字发音和“松”相近,他弟弟起了一个中文名叫做邱逸松。“松”代表君子,象征着坚持。”

耶鲁和中国大学之间有一些学术交流项目,他很想通过这个机会到中国来,但是因为舍不得弟弟,一直未能成行。他说,弟弟离开的时候,眼神好像告诉他:“哥哥,放心地去中国吧,我会和你在一起。”他后来去了北京,登上长城,看到长城边上一棵棵松树在风中微微摇摆,他想,那一定是弟弟在对他说吧。我被两兄弟的故事深深地感动了。生命的轮回和期许,没有国界之分。



美国男孩中国梦

邱逸青那天凌晨6点就起床了。他穿了一件黑色西装,打红色领带,这并非他平时习惯的装束,但他认为这样才能庄重。他从宿舍走到校长办公室等待胡主席,因为很多道路限行,平时两分钟的路程,他走了45分钟。在那里又等了两个小时,他终于见到了胡主席。胡主席向他和其他几名学生代表介绍中国赠送的这些书籍,有“百科全书”、“词典”和“四书五经”。邱逸青给胡主席讲了她的梦,还鼓起勇气说:“我今天特别高兴,因为我是个超级中国迷。”胡主席也很高兴,又对他握了一次手,还拍了拍他的肩膀。这些细节,后来久久地留在他记忆中。