

百姓记事

书人书话

## 在春光中晨跑

李现桃

春天悄悄地走进人们的视野，举目眺望，春意盎然，一派生机。一束束鹅黄色的迎春花婀娜多姿随风舞动，甚是惹人喜爱，七彩祥云般的梅花千姿百态，羞羞答答幽香彻骨。河岸边杨柳依依优雅婆娑，坡堤上绿草茵茵葳蕤勃发。海棠、樱花蓄积了一冬的能量正呼之欲出。人们目不暇接，流连忘返，感受着春天的气息，沐浴着春日的暖阳，享受着春天的美好！

是春天了，人们纷纷脱去厚重的冬衣，换上轻盈缤纷的春装冲出家门奔向户外，拥抱春天，亲近自然，纵情释放压抑的心情，跑跳歌舞洒脱自如。公园里、广场上、操场旁、绿地边，随处可见跳舞的、做操的、跑步的、踢毽的、跳绳的、打球的……人人神采奕奕精神焕发，个个心花怒放乐在其中，尽情挥洒对生活的热爱，诠释着对生命的感悟。

人们从蹒跚学步到自然跑步是与生俱来的。学习、工作、生活的压力和繁忙，使得跑步离人们渐去渐远，日常生活很少参与。我印象中，跑步还停留在高中体育课100米短跑比赛。

记得5年前的一天早上，我在体育馆的跑道上走路，看到有人在锻炼身体，就产生了跑步的冲动，可没跑几步就气喘吁吁，跑跑走走，走走跑跑，只运动了几百米。接下来的日子里，一公里、两公里、三公里，逐渐可以一次跑完5公里。至今跑步5年有余，不知不觉把跑步变成了日常，如今跑5公里用时30分钟，跑步结束神清气爽，轻松自如，不由得心生欢喜，一天都充满了力量。

春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪。春夏秋冬，风霜雪雨。当晨曦微凉，太阳即将跃出地平线，我便飞奔在跑道上。从春跑到夏，从秋跑到冬，从省内跑到省外，从国内跑到国外。重渡沟、日照、重庆、新西兰，都留下了我跑步的足迹。风在耳畔低吟，雨在心底浅唱，那是大地的琴弦，那是天空的奏鸣曲。霜是浅淡的素描，雪是展开的画卷，好风景永远在路上，每一天都是新的。

跑步中结识了许多朋友，一块儿交流跑步技术，步幅、步频、跑姿、心率，跑前热身，跑后拉伸，减少损伤，节省体力，跑得更远，跑得持久……有人问：你天天跑步，有啥收获？我说妙不可言。跑步一年后身高1.65米的我，体重由跑前的63公斤降到55公斤，继续跑步又一年，体重降至52公斤。体重降了，腰围小了，血脂降了，一切都朝好的方向发展。胆固醇、低密度脂蛋白都变为正常。跑步愉悦心情、增强体质、让感冒远离，跑步让机体适应性增强，冬天不觉得冷，夏天不觉得热。冬天的羽绒大衣、保暖裤实实在在了压箱底。

花儿点头笑，鸟儿在歌唱。用跑步开启每一天，用脚步丈量每一寸土地。跑步是一种经济、简单的运动，刺激机体分泌内啡肽、多巴胺快乐因子，使人们情绪愉悦变得快乐。全民健身计划的实施，公共体育健身器材星罗棋布，游园、公园、跑道遍布多处。不要犹豫，只要有一双合脚的运动鞋，随时随地都可以开跑。科学家施一公谈跑步时说：跑步是全方位的美好！跑步增强心肺功能，会让大脑更好一些，提高工作效率。跑步心跳加速，改善身体的各种机能，减少患病的几率。

春光正好，跑步吧！

诗路放歌

## 春辞录

高旭旺

### 桃花辞

桃花的野心，润红，殷亮  
大瓣大瓣的盛开。是心事  
是精灵。赢得春的独爱

如果，不是梨花放白  
骑在树枝上的青鸟，怎么  
能与春相遇

在桃花与梨花深处，不停地呼唤  
晒纳，过冬留下的吉言

只有鸟顶着倒春寒，磕着长头  
虔诚地，跪拜在  
光的脚下

### 人，不如草

春，干净，晶亮  
绿绿地把人堆在一起  
是草与花生长繁殖的地方

草，一年一年被清风喂养  
知白守黑。光  
一年一年返青，拔节，为爱疯长

花，一朵一朵败落，枯萎  
深入季节。又一次  
一次地吐蕊，绽放

风，是雨的头。起风了  
满天丢星(小雨)。这时  
花从雨中走来，湿漉漉地  
对草说，人啊！还不如草



春回大地(国画) 袁士珍

荐书架

## 《小虫子》：庞余亮新作致敬法布尔

杜丽

春雷动，百虫生。惊蛰时分破土而出的《小虫子》，是鲁迅文学奖获奖作家庞余亮的散文新作，也是庞余亮“小先生三部曲”的第二部。作家庞余亮从“三味书屋”返回到“百草园”，叙述了童年时代和各种小虫子为敌、为友、为食的故事。今年也是《昆虫记》作者法布尔诞辰200周年的特别之年。庞余亮用《小虫子》完成了向200岁的法布尔的致敬。《小虫子》是一本中国式的《昆虫记》，并非研究的、非科普的，而是生活的、有关生趣的人与身边自然共生互照之书。写的是对生活的态度，展现的是趣味，是欢喜，是爱与怕的共情。

回想起虫子的世界，每个人都有记忆。《小虫子》是丰富的，它是田野中采来的一个植物，上面有种子，中间挂着虫卵，底下还有泥

春寒料峭，沐着细雨，我习惯性地再一次来到小镇的关帝庙。不上香，亦不寻道，只为看一眼已存在298年的雨中的瓦当。

静静地伫立在这座古老的，也是小镇完整仅存的建筑物旁，默默地注视着它长满了瓦松、苔藓的灰色的屋瓦和瓦当。我迈了一步，脚下嘎啷一声，一片已经破碎的瓦当被我再次踩成碎片，我知道我踩碎的不仅仅是一片瓦当，更是一段时光。

骨子里尤喜古老的建筑，特别是这些形状神态各异的瓦当。总觉得它们是时光的留声机，上面镌刻着岁月的印痕，是一个地方的活着的历史标本。风雨中的关帝庙是沧桑而落寞的，只有一株298年的古柏树，还有几棵几十年的塔松环绕依偎着它。没有一个香客，亦没有一声的鸟鸣，只有高大屋檐上形态各异的兽面瓦当与我四目相对。有的面容冷峻，有的面容温柔，有的怒目圆睁，有的面露笑容，有的似有哀状，有的眼睛半睁半闭，有的龇牙咧嘴，有的若闭目沉思。

瓦当上面，灰色的包裹里似乎承托着岁月的悠远，它们一字排开，横卧在那里，也有的已经碎落在屋檐下的泥土里，只剩下一个像被咬了一口齿痕。

雨，顺着瓦当，滴答滴答。一声声，一阵阵，我似乎听到了时光流逝的声音。一个人站在那

闻，新闻追随时代越紧越好，有它的实效性，而文学不是对时代的追随，而是与时代的共情。很多作家写不出好的作品，就是过于追随新闻，而没有去和当下的民风、人性去交融、去感受。而《鹅羽》这部作品，就是一部典型地描写现实主义的作品，尤其是从独特的女性视角。

关于女主人公秦卫花这位独特的女性是堕落，还是成长？

作家青青说：作者邱皖郑虽然不是专职作家，但她却在二三十天的时间内就完成《鹅羽》的创作，应该是源于她丰富的人生阅历和对人性的深刻洞察。衡量一部长篇小说成功与否，要看作者塑造的人物是否真实鲜活，是否能让读者产生情绪，这情绪可以是羡慕，可以是怜悯，亦可以是憎恶。

“我对‘秦卫花’的情绪就是厌恶，但恰恰是这种情绪，带动我对其‘黑化’的思考。《鹅羽》和最近很火的热播剧《狂飙》的主人公的命运历程有很多相似之处，因此，我相信这部作品也会像这部热播剧一样，受到读者朋友的喜爱。”青青言语犀利，却也切中肯綮。

针对青青的“言外之意”，邱皖郑直言：《鹅羽》是女性成长的作品，而不是堕落。在中原图书大厦新书分享现场，从《鹅羽》的书名说起，作者邱皖郑显得有些激动，她维护她笔下的主人公，就像维护天鹅羽毛的洁白那般不容置疑。

“在我眼中，几乎每个少女都有一个天鹅梦，希望自己像天鹅一样高贵、纯洁、自由，而天鹅的翅膀可以让她们自由飞翔，在冬季选择离开寒冷的西伯利亚，到温暖的南方去生活；春暖花开了，再南雁北归。但现实生活中，很多女孩子终其一生，也只不过是一根鹅羽，在生命中的某个高光时刻，附着在天鹅身上，成为天鹅的一部分，享受着属于天鹅的高贵，而羽毛一旦脱落，就丧失了自我选择的能力，一阵风就可能将它裹上天，也可能将它带入泥潭。”正如作者所言，脱离了母体的羽毛，她还有生命的给养吗？她还是活生生的个体吗？她的自由还能有所附丽吗？

单拿“成长”或“堕落”来定义秦卫花，似乎是偏颇的，情绪化的，就像二元对立地来定论一个人的“好”或“坏”。秦卫花只是中国当下一个再普通不过的女子，或者说她就是“你、我、他”。她有着所有女人的共性，柔弱、善良、勤劳等品质，想学一门手艺养家糊口，想找一个爱她的男人结婚过日子，但她又不同于她的大姐二姐，不同于秦小云和“女律师”，她只是秦卫花，独一无二。

任何共性都取代不了个性，任何一个女人都取代不了秦卫花。作者笔下的秦卫花只是在她的土壤上，在她的阳光、空气和水的生存条件下，身不由己地成熟，瓜熟而蒂落。她的

成熟，或者是一枚甜果，或者是一枚苦果，都不改变她的成熟，她只是以她可以的方式成熟。正是她的独特，才更为真实，成就生态社会的蓬杂而生。

或如加缪所说，只有独一无二的人才是真实的。秦卫花是独一无二的，没有人可以越俎代庖，决定她的成长、堕落，甚至是成熟。

洁白的“鹅羽”，贯穿了《鹅羽》。秦卫花眼中的圣洁，在现实世界里，却与美丽无关，与生命无关，只关乎钱和物欲。这种价值观的分野，似乎预示了她的命运与归宿。鹅羽见证着她的伤痕。

作品结尾，秦卫花在湿地公园附近看见一只受伤的天鹅，她走过去帮它，但泥地塌陷……为救一只天鹅而丧命，这似乎是她性格的最好诠释，也是她生命的最好归宿了吧？毕竟，本质洁来还洁去，她骨子里的纯洁或不见容于这个光怪陆离的社会，即便她已经同其光而和其尘，甚至是同流合污。

通透《鹅羽》，会发现良心止于众多的女性，而不仅止于秦卫花。比如那个与丈夫开店的老板娘，“我不能欠你的，欠着你的，我心不安”。比如秦小云的母亲，“她姐，我们不能再拿你的钱了，这样我会过意不去，日夜不安的”……这都是作者笔下女性的人性之光，贯穿在《鹅羽》里，佐证秦卫花的“我本善良”。

人与自然

## 春的色彩

殷雪林

要问春的颜色，很多人一定会说是绿色的，诚然绿色是春天的主色调，但那些春风浩荡里漫山的桃花红、杏花粉、梨花的飘飘似雪，以及水塘边柳梢的鹅黄与园林中迎春的明黄、海棠的胭脂红，还有天地间紫云英的紫和遍地油菜花的金黄等，如果没有这些五颜六色的点缀搭配，那春色也太单调和枯燥了，它们就像是一首曲子的和声与伴奏，与绿色的主旋律一起来奏响春之丰富多彩交响乐。宋代诗人朱熹诗句：“等闲识得东风面，万紫千红总是春。”

春之色彩是绿色为主导，其他多种色彩的荟萃集合，它们或配合得天衣无缝协调自然，或造化天工，把大自然装扮得绚烂多姿美不胜收。从早春、仲春到晚春，春天就像是打开了五光十色的颜料盒，赤橙黄绿青蓝紫都有，单独独或混合，它将这颜色泼洒酒洒，撒向人间撒向大地。于是山川、河流、平原、田野、村庄，这些地方的花草树木全都染上了色彩，大地一下子变得五彩斑斓绚丽多彩起来。

自初春开始，当春风吹起第一声号角，世界就有了新的变化，天空变得湛蓝，阳光也格外明媚，如絮的云朵飘来飘去，偶尔黑色的鸽群也展翅翱翔，再不像整个冬天的长久阴沉灰暗了无生气了。地上呢？“野火烧不尽，春风吹又生。”在和煦的春风召唤下，生命力顽强的小草经过一冬的蛰伏和酝酿，醒来了，偷偷从泥土里露出了头，一棵两棵，它们好像都是接到了命令一样，争先恐后，遍地冒出了绿芽芽。如果恰好一场急时的春雨滋润，那此刻就如一首唐诗描述的那样：“天街小雨润如酥，草色遥看近却无。”不知不觉小草窜出了地面，颜色也由嫩绿变成了浅绿，一阵阵春风就把大地、山川吹得翠绿。

河边或湖边的柳树也发芽了，像破壳的鸡娃用鹅黄的小嘴啄开树皮，满树的枝条都是刚露出的鹅黄小嘴似的新芽芽。“一树春风千万枝，嫩于金色软于丝。”春风摆弄着柔软的枝条，一树树晃动着嫩于金色的鹅黄倒映在清波潋潋的水面。

接着，桃花、杏花、梨花纷纷开放了。开

灯下漫笔

## 寂寞的瓦当

刘文方

静静地倾听，刹那间，我倒觉得这灰色的瓦当是这个活了298年老建筑的双眼。它们见证了小镇人们的繁衍生息，见证了小镇的前尘往事，见证了小镇历史变迁。几百年来，它们默默注视着小镇。如果你读懂了瓦当的眼神，那你就一定读懂了小镇的历史。

在它们的注视下，晋商来了，沪商也来了。是时，名不见经传的小镇成了闻名中外的丝绸集散地，拐河蓝边绸子享誉中外，小镇被沪商赞誉成“小上海”。是时，一街两行，商铺林立，逢年过节，六十四家商铺燃放鞭炮的硝烟和来关帝庙上香的烟雾，就连这瓦当也微闭双眼。传说中关帝庙前一二十米高的古建筑戏楼，三天两头唱大戏，也许只有它们知道得更确切。后来，土匪来了，小镇在大火中颤栗，瓦当也目眦欲裂；解放军来了，瓦当也似乎喜笑颜开。

屋檐上的瓦当也倾听过许多年的书声。从私立澧阳中学到方城十中、方城六中，瓦当见证

了一批批人才脱颖而出。后来，善男信女却抱着功德箱来了，老师们拎着课本无奈地走了，学生们背着书包去了。瓦当和它同龄的，那个花开时满街飘香的丹桂，还有《诸葛武侯躬耕歌》的晋代石碑，都笼罩在大殿前的香炉青烟中，就连那棵古柏树也贯上了千岁树的称谓。关帝庙前，新立上了许多并不古老的石碑，上面刻满了想不朽的名字，也想跟瓦当的古老比一比。大殿中，新立一尊手持长鬃的关羽像，微闭着双目斜视门前新雕的石狮。一到晚上，那个人倒出了功德箱里的钱，装进腰包，拍拍屁股走了。灯光下，屋檐下只留下半张怒目圆睁的半片瓦当。

数百年的瓦当，穿越时空，经过风吹雨打一步步走来，在沧桑岁月中历经一次次磨砺，接受着时光的淬炼。有一些已经破损，有一些碎落在地，散落成久远的故事，让那些后来到此的人，一不小心就会踩到一个故事，走进一段儿时光。

我总觉得，一座大青砖木质结构的古建筑，

这房顶上的一片片瓦和屋檐上的一排瓦当作用很大。一排瓦当，就像一个个行军中的先锋，它们是椽子和房梁子的保护神，在四季轮回中接受风霜雨雪的冲击。

当所有的繁华落幕，只有屋檐上的瓦当依旧。表面的包裹里，沉淀了更多的欢乐、忧伤或疼痛。春雨冷风中，我站了很久，这古老的瓦当或许也寂寞吧，那滴落的雨水，莫不是它们在流泪。

这是小镇上唯一的、留存基本完整的古建筑了。每片瓦当都是一段沉甸甸的历史和记忆，更浓缩着艺术的厚重精美。当所有的瓦当都跌落尘埃时，也许这座古建筑也就离跌落尘埃不远了。

寂寞的古老瓦当犹如历经沧桑一辈子的老人。风风雨雨一辈子，养活大了一群儿女，为子女遮风挡雨，支撑起了一个家，风雨飘摇中，他们颤颤巍巍，摇摇欲坠。他们也曾经风华正茂、风光无限，但时过境迁，临近黄昏时，他们也如瓦当一样，终将跌落进尘埃，然后破碎，化为尘埃。

一个人站在关帝庙的瓦当下面，任凭冷冽的雨水顺脸而下。双眼模糊中，我又仰起脸看向那一排瓦当，芸芸众生又何尝不像这神态各异喜怒哀乐瓦当呢。也许瓦当是寂寞的，岁月尽管会在脸上沉淀浓厚的包浆，然而瓦当在风雨中却独享着一份寂寞与回味。