



我所不知道的家乡

你也未必知道

邓敏敏

五一这趟差突如其来,接到消息时,正在山西晋城出差,只知道是回家乡,但是去哪儿并不知道,很神秘的感觉。后来,联系人周老师发来一篇相关文章,顺手将链接转给了邵阳的高中同学,就此,打开了一个全新的朋友圈——

世界如此大,又如此小。

我认识的,你也认识,她也认识。

你见过的,我没见过,她也没有。

4月29日,对我来说是个特别的日子。这一天,我们一行三人从北京前往邵阳北,路上遇到了很少遇到的高铁晚点,延误了一个多小时。

到达传说中的邵阳北站时,夕阳正要落山,在此下车的人并不多,因其冷静反显得美,群山环抱,绿意盎然,连广场上奔跑的黄狗尾巴都翘得特别有力。

比预计的时间虽然只晚了一个多小时,但是整个行程变得格外紧凑,吃饭的时候,散落在朋友圈里的朋友的朋友开始相认,半夜还开了个高效的座谈会。会上,得知连当地领导都不甚了解此行我们要去看的景点,心里才平静一些,路上一直觉得作为邵阳人,却对周老师笔下的家乡如此陌生。

考虑到我爬山无力,家乡人我设计的路线是去大坨村看民间流传的郭公三郎、莲塘村观看刘铁松梅山师公巫术表演庆娘娘、迎光村的周方故居和养蛙基地、黄岩村的斋公坳和罗星亭。因为自己贪恋十重大界山的名头以及周老师无休止对于漫山遍野高山杜鹃的描述,强烈申请至少让我看一眼十重大界山,才稍微改动了下行程,让我随心所欲逛十重大界山。

十重大界在新邵县西部边陲的迎光

乡之北,海拔超千米,有一大片鲜为人知的杜鹃花海。我们是从迎光乡的大坨村开始登山,此山应该是十重大界的高凤山,坡陡路滑。看惯了开发得极其完备的景区的我,对于这充满野趣的大山倒是觉得处处新鲜,鸟叫声此起彼伏,四面八方有如立体声环绕。

转了几个弯道后,我和大部队一起到了高凤山庵堂,听说这是一座历史久远的庵堂,在当地民间很有名气,庵堂背后高耸着巨大的九龙壁,还随意地摆放着一块据说清朝年间的石碑。如果没人介绍,我断然看不出这是一座小有名气的庵堂,像极了平常人家的住户。

至此,两路人马决定兵分两路。周老师一骑绝尘,头也不回地跟着柴刀开路的家乡人上山找寻杜鹃花海,我犹犹豫豫地探头张望了片刻,最终还是放弃了。

我因为没有爬上山,只能靠想像以及周老师的文图,听说十重大界的高山杜鹃主要分布在海拔1100米到1200米的山脊,尤其是海拔1200米的三界界碑处更是杜鹃花的王国,其中尤以新邵和隆回的界山山脊、郭公岩、犀牛寨上的杜鹃花最为密集。如果没有看到周老师的杜鹃花海,我还很有底气地劝大家周末来十重大界,不爬山也很美哦,看到图以后,我只能满怀遗憾地建议各位,如果要来,请一定爬上去,慢慢爬也要爬上去看这个季节属于我们家乡的最美的杜鹃花海。

有失必有得。

正是因为没有看到杜鹃花海,我反而有时间去看另一处景致——斋公坳施茶田亭。这座始建于乾隆五年(1740)的古茶亭坐落在黄岩村一组的后山之巔,双石拱,石



碑上有清楚的修建记载。两边有麻石板路与茶亭相连,有“上通云贵,下通两广”之说的盐茶古道,茶亭下方还有两条抗日战争遗址,各长千余米,与抗日主阵地峰岭村牛栏斋隔河相望,互成犄角之势。

现在由于交通条件的改善,已经很少有人再走这条路。即便如此,草深林密中依稀有小路蜿蜒往前,因其植被异常丰盛,走起来倒也是别致得很。家乡人告诉我,我们脚下走的就是保存完好的茶马古道,有一部分被掩埋在泥土里,只要刨开就是完好的古石板。林则徐的日记里也曾记载过,当年去看望魏源时就是走的这条路。

也就走半个小时左右,就能看到古茶亭了,双石拱形成了洞中看洞的景色,看残存的两道石拱,以及地上的几个石槽,有点像当年的古驿站,石槽上插上竹竿,再撑一顶帘子就成了可休息可喝茶的地方。

岁月在这里凝固成深深浅浅的绿,除了我们一行人的声音,剩下就只有不知名的鸟啼声,以及清风徐来卷起的历史的低吼。绿意葱葱,人迹罕至的密林间仍能看到弯曲道路的形状,望住着这小径,一直走就能走回到历史的深处。

除此以外,迎光乡还有提出过“三化,四自,五子”教育口号的中国平民教育家周方的故居,以及雉文化等民俗。“五一”三天小长假,一天在路上,一天仍然在路上,还有一天依然在回京的路上。此行带给我的感触颇多,既有感动也有迷惑,感动的是迎光乡人自发的热情,迷惑的是为什么这样的美景会藏在深山久未识,甚至需要一位从家乡走出去又从北京走回来的人的带路。

为了走路而走路

胡紫薇

我所说的走路,是指健走,就是那种专门为了走路而走路,而不是为了抵达某处的手段。

利用健走来锻炼身体,对我是再合适不过了。因为,第一,我有天赋,属于能走的那类人。不管多长时间没动过,只要迈起腿来,两个半小时走下来,也不特别累,而且越走越快。第二,我笨,除了走路,其他运动一概不灵。要么学不来,要么坚持不下来。像瑜伽啊,舍宾啊,都花冤枉钱上过培训班,最终半途而废。而游泳,压根没学过,因为想想就学不会。所以,就走路吧。不是有这么一句话吗,什么是最合适你的锻炼方式?就是最后能坚持下来的那一种。

哄着自己养成锻炼的习惯,这也许是你给自己这一辈子所做的最有价值的投资。

40岁停止工作以后,真正下决心干的第一件事,就是开始培养运动习惯。当然,我是因为身体已经深度透支,一再报警,所以,两年前做了异乎寻常的决定,暂时停止一切工作,专心致志把身体调养好。

我家附近就是一处公园。最近两个月,刚修好了一条五公里长的乐跑健步道,可以说,客观条件是相当优越的。但是一想到一个人去公园,就觉得是很凄凉的一件事。这个固执的念头,就让我思想斗争了两个月。

有天下午,睡饱了午觉,突然觉得可以了。于是,开始了第一次征程。结果,很顺利,一点没有凄凉的感觉,反倒越走越开心。

我现在的习惯是,早上九时,健走五公里,十一时到家。

开始任何一项运动,身体都需要有个适应的过程,走路也不例外。我的个人经验是:第一天走下来完全没反应;第二天走下来,稍微酸痛;第三天,酸疼得厉害,主要是大腿,突然就知道臀大肌长在哪儿了;第四天,酸疼得更厉害,影响到平时走路,需要咬牙坚持一天;第五天的早晨,爬起来,走出去,需要一点毅力,比较容易放弃的一天;第六天,酸疼得像前一天一样厉害,但是很奇怪,有一种疼痛到了末端的感觉,潜意识里觉得它已经不会再严重了,于是心里有了一种看你猖狂到几时的昂扬的对抗状态出来;第七天,神奇的一幕发生了,浑身上下几乎不疼了,“欸”地一下疼痛跑了,或者说完全不会影响到走路的进程了。从此,你开始享受走路带来的种种乐趣。

阅读的境界

樊发稼

谁都会说“艺无止境”,但似乎并非每个从艺者真正懂得通过不间断的认真阅读,来提升自己创作的艺术水准。

——我是说阅读经典。

有些经典要反复读,小时候读和长大后读,初读和第二遍、第三遍读,对经典的感受很不一样,甚至完全不同。这就叫常读常新。

经典要反复读、认真读,要精读。上世纪50年代刘绍棠就说过他将托尔斯泰的长篇皇皇巨著《静静的顿河》,当作文学教科书那样翻来覆去读。

精读的方式很多:边读边写心得笔记、出声朗读、有的精彩段落甚至抄录、背诵下来……读书千遍,其义自见。

阅读其实是苦差事。认真地阅读,要有不屈不挠的劲头。

为什么说阅读是“充电”?因为“充电”就是不断添加提高自己的动力。阅读就是学习。学到老,读到老。假如你是叙事文学作者,你就要学(借鉴)经典作家怎样将生活的真实转化为艺术的真实,怎样构思,怎样写景,怎样写人的对话,怎样通过细节描画人物形象……

我这里讲的“阅读”,是指以图书即纸质读物为文本的经典阅读。

有人认为,随着网络的普遍兴起和网络阅读的蓬勃发展,人类的纸质阅读活动即将走向终结。我完全不这么认为。我以为网络阅读的优点是便利和快捷,但它无书香、无温度,基本属于一种一次性的“浅阅读”。它绝对不可能、也永远不可能替代书本阅读即纸质图书的阅读!



采茶忙

陆波岸 摄

瑶家“熬茶”香四方

“世上茗茶万万千,哪有瑶家熬茶香;端起茶杯筛满茶,喝上一口甜三天……”伴着瑶家阿妹嘹亮的茶歌,游客一边品尝浓香的熬茶,一边追思幽远的熬茶文化。5月1日,来自长沙的游客在莽溪瑶族乡宝瑶村“古道客栈”跟着瑶家阿妹体验了一把亲手熬制熬茶的快乐,古老的“熬茶”也随着乡村旅游的发展香飘四方。

“熬茶”

文化源远流长

钢水浇铸的“武阳缸子”,乌黑发亮的托盘,两平米见方的灶堂,熊熊燃烧的柴火,精心熬制的瑶乡“咖啡”飘满农家小屋,“熬茶”已经成为瑶乡群众招待贵宾的最高礼节。据悉,莽溪“熬茶”已经跻身省级非物质文化遗产,正在申报国家级非物质文化遗产。

“采摘当地山上的野茶,以清明到谷雨为宜。炒三次,揉三次,揉劲力道是关键。经过发汗,文火熏干;不见太阳慢火熏,存放一年以上是上品。”说起熬茶,宝瑶村原村主

任陈双庚打开了话匣子。原本当过教师又干了多年村主任的陈双庚多年来一直致力于研究当地独具特色的“熬茶文化”。“湘黔古道上接洪江、芷江,下通宝庆、衡阳、长沙,莽溪宝瑶是重要驿站,旧时贩卖货物的客商在这里歇脚,喝了‘熬茶’解乏补充体力,古老的习俗流传至今。”

过去,湘黔古道上的过往商客都要在瑶乡客栈打尖或住店,以便歇脚解困。瑶乡人利用高山云雾茶的优势,慢慢地摸索“熬茶”经验,精制成味道可口,解困提神的“熬茶”。后来,喝“熬茶”渐渐成为莽溪上五里(旧崇阳坪团、宗溪团、白椒宝瑶团)村民招待贵宾的第一礼节。”陈双庚介绍,在宝瑶附近的几个古老的村寨,一整套制做“熬茶”的工具一直是瑶乡姑娘们出嫁时最风光的嫁妆。

“熬茶”

一杯忆乡愁

“一杯熬茶我不吃,留给父母恩人吃;二杯熬茶我不吃,留给兄弟姐妹吃……”83岁