

著书人说

# 写作，像呼吸一样自然

## ——作家张晓风甬城分享《不知有花》

记者 陈青 通讯员 胡燕

“树在。山在。大地在。岁月在。我在。你还要怎样更好的世界？”10月底，著名散文家张晓风携《不知有花》现身宁波书城、镇海蛟川书院等地，与甬城读者面对面。这位年近八旬的女作家谈起阅读和写作神采奕奕，“写作像呼吸一样自然”。

毕业于台湾东吴大学的张晓风，曾教授国学及文学创作50余年，2009年获中国作家协会散文创作荣誉文艺奖章，为享誉华人世界的古典文学学者、散文家、戏剧家和评论家；曾获台湾中山文艺奖、吴三连文学奖、时报文学奖等多个奖项；主要作品有散文集《地毯的那一端》《你还没有爱过》《一杯咖啡的温度刚好》《星星都已经到齐了》《送你一个字》《玉想》以及戏剧《武陵人》《和氏璧》等。

张晓风是空灵、精致的象征，谈她的文字，就像置身于一场唯美的音乐会，能感受到温暖而美好的情绪。余光中曾撰文《亦秀亦豪的健笔》来赞扬张晓风的文学成就。蒋勋也写过关于张晓风的文章，“这些近30年前读过的文字，在春茶的新新的香气得意的滋味里，一一在沸水中复活了。”

“17岁开始发表作品，一甲子过去了，也没有去算到底写了几部。”在张晓风的观念里，10本戏剧做成一本集子是一部，如果作品翻译成英文等其他语言的只算原来的一部。这样算来，她说自己差不多有30部书。



张晓风在宁波书城谈文学与生活（周建平 摄）

此次甬城之行，张晓风带来的是散文精选集《不知有花》，收录了《初心》《不知有花》《遇见》《常常，我想起那座山》等文学价值极高的文章，还特别挑选了《行道树》《我喜欢》等人选语文教材的佳作。从儿女情长到山川河流，从季节轮回到人生曲折，她用温暖而有力的文字，阐述了生命的丰盈与饱满。

在书中，她传达了一种思想——学会寻找生活中那些微小的美好，懂得从生活的各个角落感悟意义的存在。她写道：“每一种生物都尊贵地活着，巨大悠久如神木，神奇尊贵如灵芝，微小如阴暗岩石上恰似芝麻点大的菌子，美如凤尾蝶，丑如小蜥蜴，古怪如金狗毛，卑弱如匍匐结根的蔓草，以及种种不知名的万类万品，生命是如此仁慈公平……”读来既有柔软的细腻感，又充满了情怀和力量。

关于散文创作，张晓风说：“作者写散文，重点是想要表达诗意。比如苏东坡的《赤壁赋》，我们是把它当散文看待的，其实苏东坡是想要表达他的诗意。”她认为2000年来中国人的传统就是在散体的文章里体现浓浓的诗意。然而随着实用性的距离远了，她想做的是把中国传统的诗意找回来。

她说，造就一个真正的散文家需要各方面的条件和滋养。“要有一些西方文学的知识，如果英文、意大利文不好的话，至少要读翻译的作品。此外，要吸收文言文的典雅和纯粹。也不要忽略民间的语言，民间的语言有时候非常动人。”

第一次来宁波的张晓风，请陪同的工作人员用宁波话说“闲话一句”，并和上海话的“闲话一句”做了比较。“两种方言是差不多的。我觉

得这句话非常美啊！你看，我跟你生意场上来往，不要打契约，不要见证人，我们就是闲话一句，明天你给我送多少货来，哪天我给你钱，就是一句话！这是多么大的文化力量在背后支撑。可能50年前、100年前说这句话的人不识字，但是他能说出这样的话来，就是民间语言的强大之处。”

在张晓风的散文中，能看到中国传统文化的滋养和她对生活的细腻观察。她一边工作一边写作：“我比一般女性辛苦很多，尤其是年轻的时候，睡觉时间很少，因为前说这句话的人不识字，但是他能说出这样的话来，就是民间语言的强大之处。”

面对是不是还在坚持写作这一问题，张晓风笑着说：“写作是一件自然的事，就像呼吸一样。我不会坚持呼吸，但我会一直呼吸。”她至今保持每天阅读的习惯，“这次为《不知有花》举行签售，要出来9天，对写作是一个打扰，但也有收获，可以借此了解各地的风土人情。”

60年，她就是怀着这样的心态写作，理解文学的其中一个作用就是重温生命里的某些经验，就像免费吃到第二球冰激凌那么愉悦：“我们需要一个形象来画给自己看，需要一则神话来说给自己听；千年不移的真挚深情，阅尽风霜的泰然庄矜，接受一个伤痕便另拓一片苍翠的无限生机，人不知而不觉的怡然自得。”

# 文以载道 寓教于乐

## ——读《葛仙翁的传说》



时中

民间传说通过民众口头创作和传播来反映特定历史人物或历史事件，解释地方风物或习俗传奇，给人以精神享受，有着独特的魅力。同时，由于传说中寄寓着民众的世界观、道德观和社会理想等，因此对当今人们的生活仍有重大的教育意义。由北仑区文广新闻出版局组织编辑、宁波出版社出版的《葛仙翁的传说》，就是在民间传说这块沃土上开出的一朵鲜花。

东晋著名道教学者、炼丹家和医药学家葛洪曾经在北仑灵峰炼丹传道，为民众治病，由此被当地人亲切地尊称为“葛仙翁”，并留下

了许多脍炙人口的传说。《葛仙翁的传说》一书由北仑区民间文化工作者和爱好者在搜集和整理资料的基础上汇编而成。全书分《善行义举传说》《行医施药传说》《民间敬仰传说》和附录四个部分，共收录了50则故事和4篇相关文章，是对葛仙翁传说的一次集成，能够让广大读者对葛仙翁这个人物有更加深入的了解，并从他的故事中获得感悟和启发。

如《背母逃生》《望洋岗的由来》《草鞋赠乡亲》《桃芽济贫困》等故事，刻画了葛洪孝敬长辈、关爱邻里的感人形象，传递了中华传统美德。书中还用较大篇幅记载了葛洪妙手造福百姓的诸多故事。每年农历七月初七，北仑很多地方的女子有采摘槿树叶洗头的习惯，而这个风俗的源头就在葛洪。《巧用槿树叶》中讲到，当初葛洪与母亲在瓶壶山居住，边上有一种灌木，采下叶子揉几下就会散发清香，用它洗手后双手光泽清凉。于是，葛洪就揉捣出许多汁水，用

盆吊在屋檐下。葛洪母亲不小心撞到，满盆的叶汁泼在头上。葛洪唯恐伤及母亲，急忙为她洗去头上的叶汁。不料这一洗，居然发现母亲的头发变得光亮柔软、乌黑清香。从此，用槿树叶洗头就成了此地风俗。这样的民间故事，读来自有一股温情。

在《千年灵峰葛仙翁》一文中，提到了葛仙翁的传说对后世的深远影响。宁波籍的中国中医科学院研究员屠呦呦提取了青蒿素，对国际上的各型疟疾，特别是对抗性疟疾具有特效，她因此获得了诺贝尔奖。而屠呦呦自幼耳闻目睹葛仙翁文化的兴盛和传播，了解中医中药治病的奇妙，并从葛洪《肘后备急方》中的“医治疟疾偏方”中受到启发，最终提炼出了青蒿素。这可以说是对葛洪医学文化传承的最生动实例。此外，《捣药抗疟疾》《萃草治疟疾》《野草疗腹泻》等文章，讲述了葛洪当时用各种草药治病救人的故事。

民间文艺家乐炳成、王重光在他们合写的《葛洪遗迹与民间信仰



文化》一文中，对传统文化的传承进行了深入思考：葛洪采药炼丹、遍游天下，毕生著述达600卷，对化学、医学有卓越贡献。他被列入影响中国的100个重要人物。葛洪留下足迹的灵峰，承载着葛洪信仰，蕴含着丰富、深刻的民间传统文化。相对精英文化和典籍文化，民间传统文化是大众用心灵和双手自发创造的一种生活文化，是世代相传的文化财富。

《葛仙翁的传说》通过生动的故事，进一步弘扬了葛洪所代表的中医药文化。

# 一个剑桥女生舌尖上的中国

## ——《鱼翅与花椒》读后有感

崔海波

《鱼翅与花椒》的作者扶霞·邓洛普是英国人，毕业于剑桥大学，她的中文名叫“扶霞”。1992年，扶霞获得英国文化协会的奖学金补助，到四川大学留学一年。这期间她对中国美食产生了浓厚的兴趣，访遍成都大小餐馆，又游历大江南北，边走边吃边记录。

扶霞对中国美食是痴迷的，她



爱刨根问底，有时为了解某一食材的原产地，舟车劳顿到偏远地区考察。比如跟着四川大学的一个博士生到他的老家甘肃农村体验年俗文化；到扬州古城吃一顿炒饭；十月份到江苏阳澄湖一日游，只为品尝大闸蟹；在北京待上几个星期，与故宫的管理员喝茶聊天。为的是研究皇家烹饪；在福建的路边餐馆，她想感受最地道的蛇肉吃法，就请老板杀了一条蛇。老板把蛇血和蛇胆分别放进两杯烈酒里，她也喝下去了；川菜里有一种香料叫花椒，最正宗的花椒产自四川省西南山区汉源县清溪镇，扶霞长途跋涉而去，在田间地头听当地农民介绍花椒的种植与采收，还买了半公斤带到英国去。此外，她翻阅中文资料，从《诗经》中得知花椒的象征意义是“多子”，从其他史书中了解到汉朝皇妃们的寝宫之所以叫“椒房”，是希望能“子孙绵延”。也许，很多中国人对花椒的了解还没她透彻。

《鱼翅与花椒》的每一章节后面附有一道中国名菜的详细做法，比如回锅肉、鱼香茄子、毛氏红烧肉、木扒炖鸡等。扶霞还出过两本英文版的中国菜谱，分别是《四川

烹饪》和《湘菜谱》。在《鱼翅与花椒》中，作者详细介绍了自己为写作这两本菜谱深入四川、湖南农村采风的经历。

扶霞同样执着于学做中国菜。她说自己“对川菜火一般燃烧的热情，鞭策着我不断调动自己的耳朵和舌头，迅速地学习着方言”。作为剑桥大学英国文学专业的高才生，扶霞在语言学习上有着独特的优势，当然，她学四川话是为了研究川菜，学得厨艺。在四川大学一年的留学期满后，她申请延长在中国的逗留时间，到成都的一所烹饪学校自费学习三个月。烹饪学校里通常是10人一组操作，扶霞这一组的另外9人是小伙子，他们对一个外国女生学习川菜很不以为然，一个小错误就能引起他们欢天喜地的嘲笑。但扶霞是认真的，比如她可以娴熟自如地使用菜刀：“菜刀不仅是用来切菜的，较钝的刀背可以用来捶肉，捶得松的好做成肉丸子。木把柄的头可以作为槌杵，把花椒放在小盅里研磨成粉。刀的两面 and 菜板配合，可以用来拍姜，让姜汁渗出。刀面可以当铲子，菜板上有什么东西，都可以

铲起来丢到锅里……”返回英国前，她还特意到成都的一个菜市场买了把菜刀带回家乡。

烹饪学校一周上六天课，扶霞仍然不满足，空闲的时候，她到处探寻馆子和小吃店，请求老板让她到后厨偷师。征得同意后，她就站在炒锅旁边飞速地记录着。一些小饭店不愿意让人参观后厨，她就软磨硬泡。有家豆腐主题餐馆的老板说，你进去先给我们做个菜吧。她二话没说，走进厨房，做了一盆麻辣豆腐。现场的几个厨师品尝后，一致认为做得还可以，于是老板答应她“想在厨房待多久就待多久”。烹饪学校的课程结束后，扶霞回到英国，在伦敦大学攻读中国文学的硕士，她撰写的毕业论文是关于川菜的。

之后几年，为了研究中国美食，也为了写作《鱼翅与花椒》，扶霞又多次来到中国。记录菜谱以及见闻心得的笔记用掉了130多本，这些笔记叠起来应该比人还高。我想，无论是谁，无论学什么，如果学习笔记积累130本的话，肯定是某一领域的行家里手了。如今，很多老外把《鱼翅与花椒》看作是一本旅游指南，来中国时会带上它。

荐书

### 《树梢上的中国》



作者	梁 衡
出版	商务印书馆
日期	2018年8月

科书。记录历史的形式多种多样，通常会想到语言文字、历史文物，《树梢上的中国》却从另一个角度观察古树，认为树木是语言文字、历史文物之后的第三部人类史书。作者在《百年震柳》中感慨：“地震掀断了它的根，却拔不尽它的须；撕裂了它的躯干，却扯不断它的连理枝。”

学者梁衡先生长期从事新闻工作，业余时间热爱写作，出版了多部作品集，并有九卷本《梁衡文集》行世。当年他的《数理化通俗演义》面世之后，可谓洛阳纸贵，近年来，梁衡先生跋山涉水，参照典籍，寻访、记录中国古树的前世今生，赋予其丰富的人文内涵，创作了这部具有通达视野的《树梢上的中国》，值得一读。

《树梢上的中国》收录了20余篇美文，从远古写到当代，相互勾连，前后贯通，以神州大地上的人文古树为线索，为我们描述了一段遥远飘逸的往事。一棵古树，在林业工作者眼中是一堆木材，在科学家眼中是一个气象数据库，在旅游者眼中是一幅风景画，而在梁衡先生眼中是一部历史教

### 《抵达内心的歌谣》



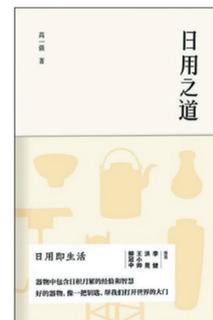
作者	李广平
出版	广西师范大学出版社
日期	2018年9月

全书分为四个部分。第一部分“聆听生命”是对音乐人的挖掘和对音乐能治愈伤痛的感动。第二部分“抵达内心”阐述音乐能与听众产生共鸣。总的来说，第一、二部分侧重于音乐创作、编曲旋律等内容。第三部分“心跳歌唱”侧重于声音，是关于歌手表演的分析，举了许多歌手的例子。第四部分“往事如歌”则是作者回忆自己年轻时的流行音乐，在每一首歌曲中能读出青春故事和往日心境。

《抵达内心的歌谣》是李广平先生跨越30年的流行音乐随笔。作为著名音乐评论家、音乐制作人、词作家，他从自己的经验和专业角度出发，全面剖析和描绘了中国新时期流行音乐的发生与成长、发展与成就。他以深厚的音乐素养和文化底蕴，深入浅出理解民族音乐的精、气、神以及流行音乐的特质。他用文字带领我们近距离感受每首歌曲的诞生、歌曲背后的故事以及每一位音乐人的成长历程，其中包括刘欢、王洛宾、梁弘志、罗大佑、周华健、汪峰、李春波等。

全书以第一人称视角展开，谈及“城市民谣”“摇滚”“民族音乐”“中国风的音乐”以及其他的一些流行乐，一步步让读者领略30年来中国流行乐的风云变幻。李广平先生把流行乐重新拉回到平凡人的生活中，道出喜怒哀乐，直击听者的内心。（推荐书友：王佳鑫）

### 《日用之道》



作者	高一强
出版	新星出版社
日期	2018年10月

过我们的青春”里的描述，让我们意识到，日用器物的美好价值取决于它在生活中是否真正被使用，并留下或温暖或懊恼的回忆。

作为设计师、策展人的高一强“深话浅说”，通过日用器物来思考中国人的生活哲学，当然更多的是传达了他的个人情怀。本书涵盖“以物抵心”“日用之器”“日用之道”“文化转徙”“看见设计”“日用之美”六个方面内容。

在作者看来，器物之中，藏着生命，藏着文化，也藏着变迁。而生活的美，藏在器物之中，更存在于我们和它们的各种纠葛中。他讲述《惺惺相惜暖水壶》的故事，从很多年前在她家见过的陶器暖水壶起笔：“午后，坐在窗下，阳光透进来……一团绒线，两根织针，线团随着织针的飞快穿梭滚动着，这或许是自然最美好的生活场景之一吧。”《织毛衣》能勾起一代人的集体记忆；“坐在后座上，双手紧握住车架，遇到颠簸的路段，父亲总会提醒，坐稳了，抓紧了……”作者在《自行车承载

“看见设计”这一章节中，融入了作者更多的专业性思考。他提出，今天当我们越来越依赖物品来感知现实世界、确定身份和位置的时候，其实只消费了一样东西：梦想中的我。所有的商品需求都带有一个基本属性：通过拥有来构建自我。也就是说，我们在选择器物的时候，真正的受众恰恰正是我们自己。器物对于我们，是自我价值和审美的投射，也是区分社会位置的符号。

日用器物的美，是随生活所需而产生的。例如一口铸铁锅，要经得起持续高温的考验，也要满足冷水的瞬间冲击，还要应对使用过程中各种不小心磕碰。“器完而不饰”，每个日用器物以简单的造型、朴素的材质，呈现着日用之美。作者感慨道：“无心之美，时日动人。”这种美不需要伪装，正如洪晃在序言中点评的：“《日用之道》对我们生活最有意义的就是回归到中国文化中去寻找时尚的感觉。”（推荐书友：矩形）

欢迎加入宁波日报书友QQ群：98906429