

# 千古一人海昏侯

何光亮

千古一人不是随便可以说的,但是西汉的刘贺却名副其实。刘贺是汉武帝之孙,虽然一生只活了33岁,却做过皇帝、王、平民,最后以侯的身份去世。一生能有四个如此不同的身份,堪称千古一人。

史书有关汉废帝刘贺的记载,只有寥寥数语。然而刘贺墓的发现,才真正让我们了解什么是千古一人。进入21世纪才被发现和挖掘的海昏侯刘贺之墓,是中国在新世纪最重大的考古发现之一。这座距今两千年的西汉古墓,向今人展示了这位短命皇族富可敌国的财富和极尽奢华的墓葬。富可敌国,极尽奢华,在我国历史上并非罕见,但是历经两千年还能保存完好的古墓就非常难得了,是千古一人的又一佐证。

传》载刘贺“受玺以来二十七日,使者旁午,持节诏诸官署征发,凡干一百二十七事。”平均一天做40件坏事!其实是一批老臣为了废刘贺而罗织的罪名。刘贺回到封地昌邑(今山东昌邑),削去王号,食邑二千户。公元前63年,刘贺再被贬到今江西省永修县一带,封“海昏侯”,4年后去世。

刘贺墓留下了数量和质量惊人的文物,完整的西汉海昏侯刘贺墓墓园、主墓及三座附葬墓、车马坑以及祠堂、寝殿等遗迹,出土各类珍贵文物1万多件(套)。

其实一直有盗墓贼觊觎这座汉墓,他们大概也猜到其中有很多珍宝,十几年前盗墓贼甚至已经打开了墓门,被附近村民发现,不得不落荒而逃,也就引起了考古部门的注意,于是有了后来的考古挖掘和发现,南方最大的汉墓于是重见天日。

专家告诉我们:“汉代人讲究‘事死如生’,墓室中的功能分区象征着不同的地上建筑空间,内藏椁就映衬了侯爷‘东寝西堂’的日常起居生活。”藏椁的东面和西面分别代表了卧室和会客室,在复原展示时分别放置了刘贺主棺以及孔子衣镜、博山炉的仿制品。现场运用裸眼3D技术动态演绎介绍各分区及其藏品的基本情况,人们可沉浸式地与考古遗迹面对面,感受文化遗产的本真魅力。

作为南昌汉代海昏侯国遗址博物馆的基本陈列,“金色海昏——汉



家在万里彩云外 (国画) 王文甫

代海昏侯国历史与“文化展”展区总面积约4800平方米,展出精品文物1200余件套,以汉代君国制度下的君、国、侯为序,根据从历史到文化再到思想的逻辑思路,缓缓讲述汉代鼎盛时期的恢宏历史。

博物馆根据汉代历史资料的记载和考古挖掘发现,用人物蜡像和沙盘模型代替文字描述,更直观地展现出海昏侯墓建造的不易。同时,博物馆充分运用新型数字技术,打破时空阻隔,全方位展示文物及其背后的文化故事。每个展品下方,均设有二维码以便收听自动语音讲解,即使足不出户,游客亦可通过博物馆官方网站参观VR虚拟展览。

这是个“黄金大墓”,刘贺墓园共出土金器、青铜器、铁器等珍贵文物1万余件(套),其中出土金器重量超过120公斤,令人觉得不可思议。刘贺在这里生活了4年,看来废帝还是帝。黄金倒还不足为奇,墓中出土的孔子像,却是迄今为止最早的。今年是龙年,龙的形象在海昏侯墓中多处可见,更可贵的是墓中出现的四字短语:尽备大福,也是古文中首次出现。龙年,尽备大福!

在山穷水尽面前,我只能表现出无可奈何,这种无可奈何在我人生的很多阶段出现,这样的时期让我愁眉苦展,我好像一只迷失了方向的小鸟不知所措。我也多次向自己的内心寻找原因,想看看能否拓展自己的智慧,以更快地摆脱这样难熬的局面,可总也看不到光明的一面。

看看身边各行各业的精英自己更是不服气,然而在实力面前不由得你,你所做的只能是伏下身来,努力努力,积累积累。不放弃任何一个小小的机会。有句广告词:心有多大,舞台就有多大。这话听起来唯心,但道理很深。一心想在地里种田的人怎么会指挥千军万马呢?有时我想人生这个过程,如果一下子就知道了心想事成或者心想事成不

丰子恺先生不仅是优秀的漫画家、翻译家与音乐教育家,而且是风格独具的作家。近日读他的散文选集,便被他那内涵丰富、隽永生动的文字所打动,比如其中的一篇《湖畔夜饮》就写得意趣盎然。抗战胜利后,丰子恺居住在杭州西湖畔,某晚,作家郑振铎来访,这是他们历经浩劫、阔别十年之后的首次相聚。两人自然一番畅饮,主客尽欢。酒酣耳热之际,“话声都变了呼号叫啸,把睡在隔壁房里的人都惊醒”。也让作者想起了二十余年前的往事。

当时,郑振铎在上海宝山路商务印书馆当编辑,丰子恺在江湾的立达学院教课。丰子恺以他的三个孩子阿宝、软软和瞻瞻作为主角画的那些漫画——《花生米不满足》《瞻瞻新官人,软软新娘子,室姐做媒人》《阿宝两只脚,凳子四只脚》,都是郑振铎从他家的墙壁上揭下,制成铅版在《文学周报》上发表,进而享誉全国的。有一次,郑振铎拉他去西餐馆吃午饭,餐毕发现自己没带钱,于是丰子恺掏出五元钞票付了账。过了一天,郑振铎来江湾看丰子恺,掏出十元钱要还给他。丰子恺感到又惊奇又好笑,账付过就算了,干吗还要加倍还他?一个定要把十元钱塞进他的西装口袋,一个执意不肯。这时,丰子恺的立达同事刘熏宇(解放后任人民教育出版社副总编辑)过来抢过钞票,说:“不要客气,拿到新江湾小店里去吃酒吧。”大家一致叫好。包括夏丐尊先生在内的七八个人浩浩荡荡开到附近的小酒店,“吃完这张十元钞票时,大家都已烂醉了”。

《湖畔夜饮》中的叙述及回忆,从日常生活的角度,得五四之后一代文人的率性纯真表现得淋漓尽致。率真自然,又何尝不是自古以来文人士大夫的一种生活态度乃至人生境界呢?李白的《下终南山过斛斯山人宿置酒》,就可以让我们从中一窥堂奥。“暮从碧山下,山月随人归。却顾所来径,苍苍横翠微。相携至田家,童稚开荆扉。绿竹入幽径,青萝拂行衣。欢言无所怍,美酒聊共挥。长歌吟松风,曲尽河星稀。我醉君复乐,陶然共忘机。”这首诗大约写于

天宝元年(742年)李白42岁时第二次入长安之后。相比于开元十八年(731年)第一次进京的郁郁不得志,“诗仙”的二人长安可谓春风得意。他获得了唐玄宗的赏识,被委以翰林待诏之职,为皇帝起草诏书,给玄宗及杨贵妃写宫中行乐词。“云想衣裳花想容,春风拂槛露华浓”“一枝红艳露凝香,云雨巫山枉断肠”,就是诗人以丽词艳句恭维杨贵妃的产物。不过说白了,他的角色只是一个以文学辞章以备顾问的宫廷侍从,一个供皇帝取乐的高级清客而已。天性豪放、风流不羁的李白又岂能甘心沦为达官贵人的附庸。于是,性情适性、醉心于大自然的诗人常常在山水之间流连忘返。某日傍晚,暮色苍茫,山月朗照,在长安附近的终南山游玩了一天的李白遇到老友、复姓斛斯的隐士,蒙其盛情相邀,两人来到山村中的斛斯家。绿竹中的一条幽径把他引入山人(隐士)屋内,青树的枝蔓轻轻拂动客人衣衫以示欢迎。款待有“酒中仙”之称的李白怎么能少了美酒呢?于是,诗人与斛斯频频举杯,开怀畅饮。借着酒兴,两人引吭高歌,歌声与山间的松涛声融为一体。曲已尽,星也稀,真是酒逢知己,且醉且歌,人间欢娱,不过如此。当时的李白虽是玄宗的座上宾,却遭到奸佞小人的暗箭中伤,官场上的蝇营狗苟,勾心斗角,让满怀抱负和理想的李白非常别扭。天宝三年,李白被玄宗“赐金还山”,客客气气地赶出长安后,在洛阳结识了杜甫。杜甫在给他的一首诗中写道:“二年客东都,所历厌机巧。”意思是在洛阳呆了两年,对那些争名逐利的勾当烦透了。可见,两位大诗人在远离尘嚣、拒绝奸诈、胸怀坦荡方面,相似何其乃尔!

正因如此,李白异常享受摆脱尘俗、悠游山水间的心灵放飞,珍惜与友人痛饮美酒、长歌松风的快乐,发自内心地诉说:我醉了,你也开心得不得了,我们都把世俗的奸诈与虚伪抛到了九霄云外,其乐陶陶。

苍山明月、绿竹青萝见证了李白的率真与奔放,也见证了人间纯朴的友谊。

## 陶然共忘机

刘蔚

## 心有多大,舞台就有多大

潘政

成就就没有什么意思了。人生的乐趣就在于不断的挖掘与探索中。多年以前我就有了走不动的感觉,这种感觉的细微萌动甚至可以追溯到很多年以前,但无奈的是始终找不到解决这种“迷茫”的办法和出路,其实,再想想,你不走,怎么动?

任何一条道路都可以走得很深,同一条道路也有各自不同的走法,但不在那个位置上难以体会。在这种“迷茫”和“焦虑”中自己已经走了几十年,走得很辛苦以至于总是信心不足,不知何时是个尽头。记得某次听一位在某个领域里名声如雷贯耳的某位大师的讲座,

他无意中透露了一句:在遇到天花板时,有时我也怀疑过自己是否是搞这个行业材料?原来大师也有过不自信。和我一样。其实有很多人学什么东西都比较慢,需要一遍一遍地重复和巩固。恺撒在自己三十岁的时候想到自己还一事无成,不禁潸然泪下,这种感觉早已与我心有戚戚焉。曾几何时,我好像混混,没有目标,浮躁得不得了。当然,随着年龄的增长,自己也一步步地走向成熟。其实,任何一次突破就如同凤凰涅槃,这都是客观规律。

如何在困惑中积攒资本以图改变和超越自我是每个人必须面对的课题,关键是你要有这个心,还是那句话:心有多大,舞台就有多大。

## 小镰刀

曲令敏

小镰刀当然不是割麦割豆碾芝麻用的长把儿镰,小镰刀是小孩儿们割草用的那种弯弯的月牙儿一样的镰刀,是在大人们手里磨得窄窄的旧镰,安上一尺来长的小木把儿,使起来又快又轻快,咋叫称手?一是钢口好,磨利了耐使不卷刃,割一响草也不钝。二是镰把儿不轻也不沉,该挺肚儿的地方挺肚儿,该凹腰的地方凹腰,赶弯儿凑斜儿的,拿在手里妥帖又抓地。割田里的草,能掏庄稼根儿不伤庄稼,割路埂上的草,密实的地方打扑拉,一扫一大片,草稀的地方又能一棵不留地“剃光葫芦头”。啧啧,这才是好镰刀!

小镰刀放在箩头里,那是女娃们的做派,男孩子通常把箩头扣在肩膀上,将刚刚蘸着水在磨石上磨得锋利的镰刀别在腰里,一路口哨吹到地里去。下过雨,小镰刀还有一个用场,就是割菜地里的草。新菜苗儿小得捏不住,三指宽的剝铲也经不起,只能用小镰刀尖儿剃去混在菜苗里的草芽子。这活儿有点儿像小鸡吃食儿,尖尖的喙啄起一粒一粒的米。人们给大田里的新苗锄草的时候,也说“叨草”,斜着挖镰儿用刃尖儿轻巧地剔除芝麻粒儿一样的假根草。

## 喜迎甲辰新年

卢元

欢送兔儿归月窟,喜迎木土祥龙。老来朝夕守书丛。古今兴废事,悉数记胸中。弹指鹤龄登九九,春怀故国情浓。管它齿豁并头童。豪情依旧在,高唱《满江红》。

人生活于天地之间,人的活动也必定会受到天地的制约、环境的影响。传说逐人氏发明了钻木取火,严冬可以御寒。近代人更发明了空调,可以让室内冬暖夏凉。但冰天雪地之中、寒风凛冽之下,从事冰雪运动的、坚持冬泳的到底只是少数的人。原本缺少运动习惯之人,除工作之外,就更多的是在家中围炉小酌或是开足空调用手机聊天了。结果是一个冬天下来体重增了4斤、血脂又高了一成……

如今春回大地,万物复苏。“一年之计在于春”,人们在计划着一年的生产和生活,不过无论男女老幼,健康一事也必须在计划之中。

健康来自科学的生活方

式:合理饮食、戒烟限酒、适当运动、心理平衡。此外单说运动一事:原始时代,人需逃避洪水猛兽,自然选择的结果是能生存下的必定是能上树、能快跑的了。到了农耕时代,生产发展,开始食有余粮,使一部分人分化出来,不再从事生产劳动甚至做官当老爷了。结果却发现,人不动还不行,完全不动会生病。于是华佗创了五禽戏,教人模仿着5种禽兽之动作以强身。还有太极拳、八段锦之类,脚踏马步、双手云天皆是为全身运动之意。

到了近代生产机械化、自动化了,甚至生活也电气化了,出行有汽车、登楼有电梯,电饭

锅、洗衣机使劳力大减。省力自是好事,只是缺少体力活动的结果,却又给人带来疾病,如今人们之肥胖、“三高”、“四高”无不与之有关。于是运动家大声疾呼:运动防病!有利

于强身健体的运动是全身运动,特别是有利于增强心肺功能的有氧运动。

所谓“有氧运动”是指在运动过程中能使身体获得更多的氧、促进新陈代谢的运动,亦即中等强度的运动。这种运动需要有一定的持续时间并且也要有一定的强度。有个简易的、

尚适合于一般群众的称为“三、五、七”的运动处方可供参考,即每次运动30分钟,每周至少5次,运动后能使心率加快至每分钟170减去年龄之数(即40岁者130次、60岁者110次等)。至于作何种运动则可以因人而异,一般而言拳操、球类、游泳、跑步之类均皆相宜。

近年多有关老年运动的专家,提到走路亦是适合老人之运动,不过若非高龄老人,可能需要昂首挺胸、大步流星地快走才较有效。还有提到为预防老人之肌肉萎缩,还需做些(抵)抗阻(力)之运动,如抬腿、举哑铃之类。当然若已患有慢性疾病者应在医师指导下进行。

运动一事在于强身健体,一年四季皆应坚持。故许多体育场馆、健身房皆有室内设施,可供随时使用。不过,春季来临、阳光和煦,给一般民众增加了户外活动的机会。需在户外进行体育锻炼更能获得阳光的恩惠,阳光下的活动容易使人愉悦,阳光中的紫外线还能使人体自行合成维生素D,此物有利于钙质之吸收,大有强筋健骨之功。

时下春光明媚,到户外去运动吧。

“路跑”是一项很有个性的运动,不经意间跑了十多年,累计八千余公里。

## 十日谈

春天宜动

责编:沈琦华

