◇屐痕处处

游古墓博物馆有感

□ 农学院 刘 飞

洛阳是一座历史悠久的城市,沉淀了十三朝的兴衰荣辱,映照着千年的辉煌与沧桑。有诗云:“北邙山头少闲土,尽是洛阳人旧墓”。邙山环山而建、毗邻江水,自古以来便是帝王将相、达官显贵的安息之地,坐落于邙山上的古墓博物馆便理所当然地成为了浩瀚历史的孤独守望者。

“遍地是棺材,游玩像下墓”说的就是古墓博物馆。博物馆于1987年建成开放,依托邙山陵墓群,以搬迁和复原原始墓葬的方式,集中展示了西汉至宋金时期具有代表性的墓葬实物和结构,是全球第一个专门展示古墓葬的主题博物馆。几年前,我有幸来这里参观,当时游客寥寥无几,偌大的地下墓室只有几个人参观。进入墓道后,周围绿色、红色和白色的灯光交织在一起,在黑暗中发出微弱而冷清的光芒,仿佛是一群小精灵在讲述着过往的故事。一阵风略过,掺杂着陈年泥土、草木、砖瓦的气息,似乎可以穿透漫长的时空,将这片土地上无数的生离死别、成败荣辱、喜悦哀伤都带到身边。我依次走进各个幽暗墓穴,各式各样的棺材陈列在内,有的雕刻精美,有的朴素无华,但都散发着一种神秘而凝重的气息,似乎在找人倾诉它们的故事。最刺激的感受莫过于灯光突然熄灭,猝不及防的黑暗让本就安静的环境更添神秘与不安,不由地让人肾上腺素飙升,警惕观望着周围变化,生怕有不知名生物向我扑来。以上就是我当时对古墓博物馆的初始印象。自此之后,这里就像一颗深埋在心里的种子,静待时间的催发。

近年来,洛阳的文博热潮像一阵旋风,席卷了这座古老的城市,让它焕发出前所未有的活力!趁着周末间隙,我带着家人驱车来到邙山,再次游览古墓博物馆。一行人轻松穿过安检门,信步踏入太虚殿,穿行于玄堂之间,绕过曲折的展厅,一幅名为“彼岸世界”的画卷在眼前巧妙地铺展开来。经过两年的提升改造,这里不再有以往荒凉、阴森的感觉,展品被精心划分为三大主题板块:“葬制大观——洛阳历代古墓集萃”,“洛阳北魏帝王陵”,“砖画青史——馆藏宋金雕砖展”。在这三大板块中,尤以“葬制大观”中的墓葬壁画《地府千秋——河南古墓壁画大观》最为引人注目。

这些壁画跨越了两汉、魏晋南北朝、唐宋金元、明清等多个历史时期,以独特的视角、细腻的线条、丰富的内容清晰记录了不同时代的社会风貌和精神状态,为我们窥视前人的日常生活提供了直观画面。比如,两汉时期的壁画多以神话传说、历史故事和人物山水为主,展现了古人对于宇宙和生命的探索,以及对于理想境界的追求,而浅井头西汉墓的“天界图”更是以其精湛的技艺和深邃的内涵,成为了研究汉代宗教和哲学的重要资料。再如,唐代的壁画呈现出一种开放和包容的大国风范。这个时期的壁画多以文武官员、外贸商队、侍女乐队为主,充分展现了当时社会繁荣的情形。特别是唐代安国相王孺人墓中的“胡人牵驼载丝”壁画,生动地勾勒出了“无数铃声遥过碛,应驮白练到安西”的壮丽景象,是唐代开放交流的重要历史见证。历时十余年修复的唐代赵逸公墓中的“侍女壁画”,以其细腻的线条、洒脱的画风展现了盛唐时期的审美趣味和艺术成就,堪称艺术佳品。当历史的车轮行进至明清时期,艺术风格则更加偏向世俗化,主题内容多以日常生活生活情景为主,虽然在观赏性上略逊于前代,但为我们了解古代社会的微观面貌提供了珍贵的视角。总的来说,这些跨越多个历史时期的墓葬壁画不仅是艺术的宝库,更是历史的镜子。它们让我们得以一窥 古人的生活,感受到历史的厚重,同时也启发我们对未来的思考。

参观结束后,我们一行走出古墓博物馆。我沿着步道缓缓前行,四周的草木随风摇曳,总感觉有声音在耳边萦绕,好像是诗人在月光下的吟诵声,也像是异域胡人走进神都的驼铃声,恍惚间又像王府侍女筹备夜宴的喧闹声……它们互相交织在一起,随着夕阳余晖而逐渐消失。我内心突然浮现出一句话:“历史是最好的教科书。”这次参观不仅仅是一次简单的游览,更是一次心灵的触动和思想的洗礼。在这片充满神韵的土地上,每一块石碑、每一尊雕塑、每一幅壁画如同磐石般坚定如一、默然不语,以无言的方式告诉我们那些逝去的辉煌与荣耀、走过的痛苦与挣扎、希冀的梦想与执着。它们就像历史的见证者、文化的承载者,用自己的方式默默地守护着中国的优秀传统文化。

想到这里,我深吸了一口气,看着远方的天空,心中充满了期待和希望。我相信,只要我们不忘初心,坚守文化根脉,我们的文化一定能够传承千年,绽放出更加璀璨的光芒。

◇诗路花雨

癸卯岁末洛阳张门赵堡太极拳①诗咏

□ 殷 武

洛阳赵堡太极拳研究会②欲举办2024迎新年会,为感念师友恩情,赋诗四首,以助雅兴。

其一 赵堡精神

世人鲜知赵堡拳,习者皆称有善缘。
问君奈何和光尘③?静中求柔④贵自然。

其二 名师风采

张师⑤门风无贵贱,秘授拳法明要点。
有问必答释玄妙,师母助教岂畏难?

其三 如切如磋

新老拳友皆虔谦,逢面就说太极拳。
洛浦风光⑥无限好,推心置腹话长短。

其四 大道无垠

太极妙道深似海,曲径通幽久徘徊。
师友引我到仙境,浅酌低吟听花开。

作者自注:

①赵堡太极拳。太极拳,是融汇了历代各家拳法,并结合古代的导引术和吐纳术,吸取了古典哲学和传统的中医理论而形成的一种内外兼练、柔和、缓慢、轻灵的拳术。太极拳源远流长,数百年来,逐渐形成赵堡、陈式、杨式、武式、孙式、吴式等六大流派。赵堡太极拳形成于河南温县赵堡镇,关于它的起源,主流说法是,由武当太极拳创始人张三丰所创,由武当太极拳外传,祖师王宗岳传蒋发。此拳法因为是在河南温县赵堡镇首先传开的,故人们称为“赵堡架”。

②洛阳赵堡太极拳研究会。该协会2005年由张文生与同门等人组织成立,张文生任会长。

③和光尘,语出《老子》第四章:“解其纷,和其光,同其尘,湛兮似或存。”这里是说赵堡太极拳作风内敛,不张扬。

④静中求柔,出自《老子》第十章:“专气致柔,能婴儿乎?”“和光同尘”是赵堡太极拳的境界,“自然”是其特质,“求柔”是其目的。减少消耗,积蓄能量,以期长生久视。抱朴守真,简单明了,直接将人带入修行之路。

⑤张师,指赵堡太极拳名师张文生,他是武当赵堡太极拳第十一代大师郑钧先生的入室弟子,主要传人,随郑钧先生习拳近三十年,在郑先生的言传身教、悉心指导下深谙本门拳法之精髓。1990年,开始在洛阳开班授徒,从而使赵堡太极拳开始在洛阳生根发芽,由于赵堡太极拳内外兼修,养生技击并重,从学者有工人、农民、学生、教师、公务员、研究员等等,遍及各行各业。张文生老师的教学风格温文尔雅、一视同仁,对所有学员都是一对一教学,要求学员不急躁、不功利、精益求精,因此,在学员中间具有很大的亲和力和凝聚力。尤其可贵的是,其妻耿老师一样热爱太极,并协助张老师教学,不厌其烦、勤勤恳恳,让新学员感觉到太极虽难,但并不可怕。

⑥洛浦风光,指张文生老师的授拳点,每周周日上午,新老拳友汇聚于此,跟从张老师习拳。除了众多的学员之外,还有很多的观摩者,形成了一道独特的风景线。

◇艺苑风景线

辛劳一辈子

□ 艺术与设计学院 蒋 鑫 教授

◇校园抒怀

不被定义的“她”

□ 人文学院 汉语言201班 刘梦甜

三八春风暖,万象展新颜。在这个生机勃勃的季节里,我们迎来了“三八”国际劳动妇女节。妇女节的全称为“联合国妇女权益和国际和平日”或“联合国女权和国际和平日”,在中国又被成为“国际妇女节”或“三八妇女节”。

近代以来,无数女性为争取她们平等的政治、教育、就业等权利和自由,团结奋斗、高声呼喊、反抗不公。她们让妇女的劳动价值被看到,让妇女的劳动得到应有的尊重和回报。国际妇女节的设立就是为了纪念和表彰女性在政治、经济、文化等领域作出的重要贡献和伟大成就。

前几年的3月8日,各大平台、众多商家的海报宣传语上“女神节”、“女生节”或“女王节”等词语铺天盖地,而很少使用“妇女节”一词。随着近几年女性意识的觉醒,众多女性开始对此有不同的见解。在去年的3月8日,《中国妇女报》官方微博“三八妇女节不是什么女神节”的话题以近1亿的阅读量登上各平台热搜,引发网友热议。

针对这种现象,我采访到了汉语言201班的刘婷婷同学。“这不过是商家的促销手段。用了一个好听的名字,打着歌颂女性的旗号,实则将妇女节变成了一个购物节。它本身的意义却不被重视了。”提及称呼的变化,刘婷婷认为:“妇女就是妇女,女王、女神什么的更像是对妇女的标签和约束。这个节日属于所有的妇女,而非女生、女神、女王。劳动妇女不需要被神化,不需要被冠以任何头衔。”她说女性是多样的,是不被定义的。百年后的现代女性们,应该用更加严肃的目光去看待这个女性节日。保留这个节日最原本的名字,是对妇女最基本的尊重。

目前,有一些人对女性存在着偏见和刻板印象。例如女性不擅长逻辑思维、女性习惯感情用事等。这种现象,刘婷婷认为:“我承认男女在思维模式、身体力量方面有不同,但是这不应该成为‘人设’,女性已经在各个领域取得了杰出成就,给了我们奋斗的方向。”

我的另一位同学任安琦提出了另一种现象。她跟我说她的朋友22岁刚毕业居然被催婚了,她感到不可思议。任安琦说:“当今社会还有个别人认为女性不用有很大的理想抱负,到了年纪结婚生子安稳度过一生就好。现在很多女性意识到,事业和家庭同样重要。”就家务劳动这一问题,她认为:“如今仍然有许多女性承担着大部分家务劳动和抚育孩子的责任。夫妻双方共同承担家务劳动和教育孩子的责任有助于家庭的和谐与稳定。”

我们认同“妇女”这个称呼就是认同女性自己的力量。这些力量与价值不会因岁月侵蚀、容颜衰老、体态变化而改变。最后,我想祝愿所有的妇女:国际劳动妇女节快乐!

◇生活感悟

太和汤

□ 动物科技学院 动卓211班 宋吉哲

李时珍的《本草纲目》中有一味“太和汤”,其性甘平、无毒,可助阳气、行经络、促发汗,是一味不可多得的清热祛湿良药。

首都医科大学附属北京中医医院消化中心主任医师唐博祥说:“水火者,阴阳之征兆也。水用火烧,可水火交融,贯通全身。五为土之数,以五行中位于中央的土运转起来,可使南方火与北方水相互交融,水火既济,阴阳相合,是为太极,是为中和,所以叫太和汤。”

太和汤的做法很简单。先接一壶水,最好是矿泉水,放火上烧开,水沸五分钟后关火,然后稍一放凉,即可饮用。切记喝的时候一定要小口地、慢慢地喝。之所以要求小口地、缓慢地喝是因为口涎(唾液)也被称为“金津玉液”,小口、缓慢地咽,可以将口中的精华一并带入体内,滋润体内环境。不仅利于阳气的顺利续接,还对人体有好处。

太和汤的原料可以说是水又不是水,因为不同地区的水的品质和成分不同。有的地域自来水碱性较大,喝多了容易得结石,对结石患者很不利。因此,煮太和汤最好用矿泉水,矿泉水相对来说不论是酸碱度还是纯净度都比自来水要好。

有人说:“这不就是白开水吗?”此言差矣!太和汤从某种意义上讲确实是白开水,但是二者的作用不尽相同。平时我们喝水都很随意,想什么时候喝就什么时候喝,只是起到解渴的作用。而且凉白开存放时间越长,细菌滋生就越多。太和汤则完全没有细菌滋生这一因素存在。

饮用太和汤的时间也很有讲究,一是在晨起之时,二是在肾经活跃之时。唐博祥医生说:“晨起的那杯太和汤可调和阴阳,使气血相接续,脾升胃降,滋养五脏。肾经活跃的时候正是下午4点左右。此时肾水与心水同时旺盛,来点火气,可使水不至于过亢,火不至于过于外散,既可达到中和的境界,又有收敛于内的功效,也是太极的表现。肾经活跃之时,也是朝九晚五的上班族最为疲惫的时候,此时喝一杯太和汤,既可补充阳气、充填阴津,还可以益肾填精、补充精力,从而弥补一天的消耗。”

通过饮用太和汤,让我们体验古人智慧的结晶,感受中医养生的魅力。

本报地址:洛阳市开元大道263号行政楼313室 邮政编码:471023 多媒体校报网址:http://xiaobao.haust.edu.cn 洛阳市报业印刷有限责任公司承印 地址:洛阳市西工区定鼎南路22号 发行方式:赠阅、交流