

嘉陵江边的小路

□李喜林

在凤县嘉陵江边，有一条小路，从迷雾中伸出，又隐匿在迷雾之中……

七十年前，这条小路是昏黄色的，它曾经是妈妈的逃亡之路，妈妈不愿再忍受做侍女的命运，毅然寻求一条崭新的生活之路。这条路曾经载着妈妈的无限惆怅，驮着妈妈孱弱的身躯。妈妈告诉我，她的命运曾经如同小路般渺茫，而且伴着嘉陵江烦闷的聒噪和江风的狂器……

小路从此就诞生在我的脑际。我多少次想象着它，就仿佛想象一部古老而神秘的历史。

三十年前，妈妈悄然离去了，带走了小路留给她的辛酸。

谁也没有想到，我今天会踏上这条小路。小路的神秘吸引着我这个北方的儿子；小路的庄严，抹去了好多年积郁在我心头

的阴影——

清晨，旭日沐浴着这自豪又庄严的小路。路旁的大山、树木、以及在林子里飞来飞去的鸟儿都如同在梦幻中。阳光的金线在空中交织成一个个光圈将小路装扮得充满想象力。那些在江边生活的山民踏着小路去开始一天的生活，挺直的腰杆透出自信和自得；那些文质彬彬的后生们戴着琇琅眼镜在小路上散步，仿佛走在一幅秀美的山水画里。猛然间，一声长鸣，啊，一列火车拖着绿色的长尾巴，带来了南国清新的气息……

这天夜里，我坐在小路边的一块青石上，看着满山遍野的如同星光灯光。远处，凤县的县城流光溢彩，音乐喷泉照彻天空，让我有一种海市蜃楼的恍惚感。不知过了有多长时间，来自县城的音乐声，人们的

欢呼声渐渐沉浸在宁静安详中，大山仿佛沉入梦境。爱人早已经在我的怀里睡去了，发出甜甜的梦呓。我恍惚觉得这梦呓是小路的，迷离中我听到了轻轻地、轻轻脚步声。哪，多么熟悉的脚步声，是妈妈的！妈妈，你的魂灵还留在这里吧？！

望着月光下白灿灿的小路，我想，也许我还要中着这条路继续走下去，也许这条路上还有数不清的坎坷，但我坚信，我永远再不会听到妈妈辛酸的怨艾，永远再不会看到压抑心胸的昏黄色。呈现在我眼前的将是明丽的清新和迷离的魅力，而且我将永远地走下去……

后半夜时分，爱人醒来了。她望望我，又望望小路，惊奇地说：

“真奇怪，我在你眼睛里看到小路！”
“岂止是眼睛里，它还在我的心里。”
我们傍着走，银亮的圆月也跟着我们走，世界也跟着我们走……

（作者系中国西部儿童文学研究会理事，陕西省作家协会会员）

红花风情艳

□严晓霞

秋天是思念的季节，而寄托思念最美不过深秋红叶。

曾经无数次收到过身处不同地域的朋友寄来的红叶，叶脉间流淌着无尽的牵挂、祝福与思念；曾经不止一次追随那位优雅的诗人寻觅枫林晚的意境，在深秋的丛林里捡起红透了的叶片，珍藏在自己喜欢的书本里，记录我读过的岁月和我在岁月深处的思考，籍此让每一行文字染上季节绚丽的色彩。

壬辰年九九重阳之日，朋友从北京那座盛产红叶的山脚下发来短信：“香山红叶寄相思，一片秋红万般情”。眼前即刻浮现灼灼炫目的香山红叶，然而香山作为观赏红叶的鼻祖之地远不可及，属于京辅之地京腔京韵的首都人，我们总是千里迢迢一片痴情却不是去的太早就是太晚，时常会错过她最亮丽的风景。

抬眼望，近在眼前的秦岭早已是层林尽染。于是驱车离开纷扰的市区，寻找“春色能娇物，秋霜更媚人”的盛景。沿 212 省道向南，路边的红叶渐渐多起来了，仿佛秋色慢慢浓起来。车行凤县红花铺境内的“秦岭河谷”，忍不住和同行的朋友沿小径冲着漫山红叶攀援而上。路边时时闪现支着画板、留着长须、身着布衣凝眸创作的画师。回首才知，省内外知名书画家正云集于此，举办“水墨凤县，烟雨嘉陵”为主题的书画展，他们用手中的画笔描摹秋色，挽留一年之中最具醉人气息的季节。在他们的书画里，红叶成为七彩凤县最为亮丽的色彩，点染着水韵江南之小城灵动的韵律。文人骚客把红叶的静美渲染到极致，让红叶对大山眷恋的情怀长留人间。山下，凤县县委县政府领导正带领干部职工在“秦岭河谷”植下新绿，待明年山花灿漫之后定是红花风情艳。

曾因“秋红灵官峡，春碧嘉陵江”的诗句而心仪灵官峡的秋色已久，当置身于嘉陵江上第一道峡谷——灵官峡时，秋色正浓，漫山红叶正在热烈的燃烧着，每一片叶子都是秋风中狂热的舞者，展示着历经风雨之后纯粹而宿命的身影。

灵官峡用最浓艳的色彩描摹心头燃烧的秋意，而秋日的嘉陵江之水如丰韵绰约的少妇，水面宽阔了，心却沉重了，载得动落叶，却载不动寒秋的深愁，只能在漫山红叶和一切幸福的诱惑面前闭上忧伤的眼睛，而那没有落下的泪是留给远方长江的心语。

暮秋时分，再到灵官峡。山下一场秋雨一场寒，落叶纷纷，而灵官峡的红叶却是在一场接一场的秋雨中红透的，愈经薄霜愈加静美，更加绚丽。突然看见，岁月在此华丽的转身；突然想起那位同名的作家写下的诗句：绚丽的尽头便是凋零的开始；突然想起泰戈尔的诗句：死如秋叶之静美；突然看淡看透看远尘世间曾经的执迷不悟。

（作者系中国散文学会、陕西作家协会会员、宝鸡市作协副秘书长）

凤县记忆



凤县秋韵

韩晓 摄

秋天的热恋
穿过山道上的迷雾
从县找到州
从根茎找到天空
后土找到前尘
在歌舞奔腾的山寨
秋天的热恋
点燃火红的季节

红叶上的秋天
在秦岭深处
在岁月藏匿的丛林
经过风霜点染的时光
为你哗然缤纷

红叶上的秋天

□萧风

嫣红是生命的姿态
带着岁月迷人的风采
在你灵魂的彼岸，摇曳
一个即将终结的季节
凛冽的回声来自山谷与心灵

那一片红叶上的秋天
唯美的诱惑，金石的音乐
抗拒的傲骨，独自灿烂
历史的记忆遍布山野
所有尘嚣与浮华

都在这里沉寂
而红叶不是六合彩
沸腾的现实正伸向未来
请采一片深山红叶
戴在你的天灵盖
瞧，这秋天的收获多么丰饶
用它可以狙击浇薄
在这容易受伤的时代
为你承担悲哀
成为你的最高的尘埃
成为你的所爱
永不更改

（作者系宝鸡市文学
艺术界联合会副主席）

万山红遍（组诗）

□范宗科

十一月二十四日，凤县红叶节开幕，有幸应邀出席。满山红叶，甚是醒目，甚是壮观，遂做诗一组。

——题记

是秋风着落在了山岭上
是阳光着落在了秋风上
那悲壮的祭礼 被蓝天一一勾勒
而云朵 轻轻地
很诗意地在峰头飘逸
万山红遍 层林尽染
那是季节刻意地抒情
还是季节缱绻的留恋
在峰谷的阴影里
那些
沉默在岁月深处的血色
举着燃烧的欲望
流动着大片大片的诗歌
总有一些与死亡有关的元素
隐隐闪现

二

是不是每个民族都有 鲜亮的颜色
羌族的舞蹈正踏着土著的节拍
飘过涛声
穿过红叶的脉络
逐渐透明
或者以强悍进入诗人的心灵
而少女曼妙的舞姿
搅动阳光
使山岭开始起伏

这时候我沿着一条小径
走进美丽的黄杨
走进安静的村庄

在岩石裸露的地方
我看见伤痕
我感到季节的疼痛
生命的疼痛

三

金黄色的玉米
静静地躺在农舍的水泥院落里
屋檐下的辣椒红得耀眼
这是丰收的安详 幸福的安详
阳光有金子般的味道
有女人般的温暖

有一条小河从屋舍前流过
是那种随意地
不很喧哗地
充满柔情的
我的内心很温暖地感受着宁静的力量
文字与诗歌的力量
许多应该消散的块垒倏然垮塌
屏息聆听红叶的吻痕和纤细的呼吸
（作者系陕西省作协会员、省书协会员）

冬日生活小知识

注重食物保健当人体缺乏维生素A时，皮肤会变得干燥，有鳞屑出现，甚至使皮肤出现棘状丘疹，因而冬季宜多吃些富含维生素A的食物，如猪肝、禽蛋、鱼肝油等。还可常吃芝麻（麻油）、黄豆、花生等食物，它们含有不饱和脂肪酸，如亚油酸等。人体缺乏亚油酸，皮肤会变得干燥，鳞屑增厚。同时，有的食物，会使原本患有某种皮肤病的人病情加重，如化脓性皮肤病人宜少吃甜食、酒类等，辣椒、葱、蒜、酒、浓茶可使患瘙痒性神经功能障碍性皮肤病的人痒的症状加剧，海带、面食可使患疱疹性皮炎的人发生碘过敏。

禁忌忌常舔嘴唇有人以为嘴唇干裂用舌头舔可以湿润一些，结果却适得其反。唾液是由唾液腺分泌的，里面含有淀粉酶等物质，比较黏稠，舔在嘴唇上以后，就好像抹上了一层浆糊。水分蒸发完了，嘴唇会更干燥。如果嘴唇干燥不舒服，涂上不含色素及香味的润唇膏即可。忌涂纯甘油人们平时使用的是含有20%水分的甘油，若用纯甘油，其吸水能力太强，会吸收皮肤里的水分，反而会使皮肤更干燥。忌穿衣过多如穿衣过多过厚，则由于热量大，会使皮肤血管扩张，流向皮肤的血流增多，从而增加了散热。这样，反而降低了机体对外界温度变化的适应能力。

上班族冬日在办公室中常穿高领羊毛衫，在电脑前坐久了，是不是比平时更加感到颈肩酸痛、呼吸不顺畅？这叫“高病”，冬季坐办公室的人要特别注意，再怕冷也不要穿太高太紧的高领内衣或毛衫，否则容易压迫颈动脉引起脑组织供血不足，昏头昏脑的你工作效率怎么会高？从暖气或空调充足的办公室出去更容易伤风，所以不要因为外头天寒地冻就整天门窗紧闭，要经常开窗，保持空气流通。上下班只要不耽误考勤就应该尽量多走几步路，在清冷的空气中锻炼耐寒力。你有一支上好的护手霜放在办公桌抽屉里吗？上班时经常摸键盘，与来访者握手，我想你应该比在家里更频繁地洗手，但我却常常看到女同事中午不洗手就匆匆来到食堂，说是怕洗手多了皮肤“皴”。很简单，一支护手霜就可以让你讲究卫生与保养玉手二者兼得。冬天从办公室窗口望出去，草木凋零，雨雪纷纷，触景容易使人抑郁不欢，心情压抑。但聪明的人会想办法保持心境平和，爽朗乐观，休息时听听音乐，回到家里做一些自己有兴趣的家务事，比如装点居室，不知什么时候你已经拥有了一份宁静的心绪。

本期主编 田俊雅

秋夏成

本期排版 程琪

秋红灵官峡

□文 / 郑会刚

熄灭。

目之所及，仿佛密布山体的红叶，在岩石上流淌。天空纯净碧蓝，云彩飞速飘移，正午的阳光和煦温暖，将这片绮丽山水渲染成一幅立体的秦岭律动图，让人恍如置身画中，如醉如痴。

几位驴友看到我们这些人惊讶的神态，笑道：“没见过这么壮美的景致吧，一会走近了才好看呢。”这些面容黝黑的背包客，经常徒步行走在秦岭山中，眼看着橡树叶子一天天变红，听他们说，每每到了秋天，从9月初开始，先是鹅黄、金黄，再是粉红、橘红，然后是紫红。“你们正好赶上趟了，现在是红叶色彩最浓的时候。”

“最是一年相思时，红叶飘丹又逢君。”

同行的朋友或用镜头记录着这些如霞似火、溢彩流丹的红叶，或在速写本

上飞快地勾勒着，或在采访本记录下脑海中闪动的火花，或用手机拍下红叶的情影发到微博上、发给外地的朋友。

终于，来到红叶跟前了。抚摸着红叶，脉络清晰，体态轻盈，有圆的、心形状的、针状的，每一片红叶都澄澈明净，传递着秋天的浪漫。一片红叶，会让人眼前一亮，而遍布灵官峡的漫山红叶，让我们感受到了“秦岭第一红”最本真的气息。月亮湾，熊熊的篝火燃起，健壮的小伙子敲打起神秘的羊皮鼓，美丽的羌族姑娘跳起热情的萨朗舞，热情的羌族歌手唱起凤县民歌，我的眼前，仿佛又掠过万山红遍、千岭铺霞的红叶……

回到下榻的自驾游基地——红花铺通天河客栈，热情的客栈主人早铺好了宣纸，朋友沉吟良久，笔走龙蛇，两句古诗落于纸面：

“红叶丽时应取醉，白云深处好寻诗。”

无须再饮，这红叶已让我们沉醉。（作者系宝鸡市作协副秘书长）