

征稿：<海韻>文藝副刊歡迎惠稿，舉凡短篇小說，散文，現代詩歌，古典詩詞，曲藝雜談，文學及詩歌評論與鑒賞，均所歡迎。因篇幅關係，文長勿超過五千字，詩（每首）以五十行之內為宜。

投稿郵箱：shangbaohaiyun@sina.com shangbaohaiyun@sina.cn fax:63-2-2411549敬請投稿者寫明真實姓名以及詳細地址，聯絡電話。

人間煙火蘊溫柔

賀愛明

樓下新開了一家早餐鋪，專賣豆漿油條。店主是一對中年夫婦，男人炸油條，女人盛豆漿。早晨上班時分，鋪子前總是排著不長不短的隊。

我去的次數多了，漸漸看出些門道來。女人盛豆漿時，總是先舀一勺，側頭看看碗裡的份量，再添一點，才遞出去。那動作極自然，彷彿是一種本能。

而男人炸油條時，會把炸得最金黃的那幾根悄悄撥到一邊，留給隨後而來的老主顧。他們之間很少說話，偶爾眼神交匯，也只是淡淡一笑。

有一天，一個女人抱著孩子來買豆漿。孩子哭鬧不止，女人手忙腳亂地掏錢。老闆娘見狀，先把豆漿遞過去，說：「不急，先哄孩子。」

等女人抱著孩子走了，她才想起剛才沒收錢，也只是搖搖頭，笑了笑。

這些細小的溫柔，藏在煙火裡，不動聲色。

想起小時候住在老巷子裡，隔壁的陳婆婆每天傍晚都會在門口生煤爐。濃煙滾滾中，她佝僂著身子，用蒲扇一下一下地扇。路過的鄰居總要喊一聲：「陳婆婆，當心眼睛！」她便抬起頭，露出缺了牙的笑，應一聲：「曉得勒！」

那時候，整個巷子都瀰漫著煤爐的味道，混著各家各戶炒菜的香氣。誰家做了好吃的，總要端一碗給鄰居嘗嘗。母親做紅燒肉時，總會多放幾塊，讓我送到陳婆婆家。陳婆婆則會回贈一小碟她自己醃的鹹菜，脆生生的，帶著花椒的香。

這些味道，這些聲音，這些來來往往的溫情，都藏在煙火裡，藏在最尋常的日子裡。

後來搬家，住進了高樓。電梯裡鄰居見面，客氣地點點頭，各自低頭看手機。樓道裡安靜得像圖書館，偶爾有飯菜香從門縫裡飄出來，卻不知道是哪一家。有時候想，那些藏在煙火裡的溫柔，是不是也被電梯關在了門外？

直到有一年冬天，我加班到很晚，拖著疲憊的身子回家。出了電梯，看見門口掛著一個袋子，裡面是幾個熱騰騰的包子，還有一張紙條：「剛蒸的，趁熱吃。——對門」

那一刻，站在樓道裡，手裡捧著溫熱的包子，忽然覺得整棟樓都亮了起來。原來溫柔一直都在，只是換了一種方式。

去年，樓下新搬來一對年輕夫妻。妻子懷孕，行動不便。丈夫每天早晨都會扶著她下樓散步，走得很慢很慢。遇到台階，他會先走下去，然後伸出手，穩穩地扶住她。他們不說話，陽光灑在他們身上，影子拉得很長。

有一天，我看見丈夫在樓下快遞櫃前折騰了半天，取出一大箱東西。我幫他搭了把手，他不好意思地笑笑：「給寶寶準備的東西。」上樓時，他走得很慢，箱子很沉，但他的步子很穩。

兩個月後，樓道裡響起了嬰兒的啼哭聲。那聲音清脆響亮，像是春天的第一聲雷鳴。鄰居們紛紛開門張望，有人笑著道喜，有人送來了紅雞蛋。整個樓道忽然熱鬧起來，像是回到了小時候的巷子。

我想，溫柔從來不是驚天動地的大事。它是一碗豆漿的滿溢，是幾根油條的偏愛，是蒲扇下的煙火，是門把手上溫熱的包子。它藏在市井的嘈雜裡，藏在樓道的寂靜裡，藏在每一個平凡的日子裡。

車輪上的春天

汪文義

人間四月，風軟雲閒。擇一個晴好的清晨，我以單車為馬，獨自奔赴彭澤，去春天裡坐一坐。

車輪碾過晨光，風從耳畔掠過。出城入鄉，喧囂漸遠，天地間只剩下清脆的車鈴與萬物生長的寂靜。道旁綠樹早已褪去新嫩，化作濃郁的蒼翠，層層疊疊，與高遠的藍天、流動的白雲相映，綠得彷彿打翻了調色盤。

行至田野，最是動人。油菜花開得滿不在乎，不看你，不躲你，就那麼鋪天蓋地地站著，金得有些蠻不講理。風過處，彩蝶翩跹于花間，忽高忽低，為這寧靜的田園再添幾分野趣。騎行其間，恍若穿行在金色的夢境，身心皆被這無邊的春色溫柔包裹。

然而春色並非一味慷慨。騎至一處上坡，雙腿漸沉，額上沁出薄汗。正午的陽光不再溫柔，直直地曬在後頸，有些灼燙。我索性下車推行。那一刻，耳邊沒了風聲，只剩自己粗重的呼吸與車輪碾過砂石的沙沙聲。忽然覺得，這或許才是騎行的真相——那些美到窒息的風景，往往要你先付出一點狼狽。

鄉間小路蜿蜒，連接著村落與炊煙。偶遇淳樸鄉人，或耕作，或閒談，見我騎過，皆報以憨厚一笑，揮手致意。那笑容，瞬間消融了旅途的陌生。

午後行至江邊，風從水面吹來，帶著濕潤的涼意。遠望江心，一座孤峰兀立，那便是小孤山。對岸有石磯隱約，人稱彭郎磯。早聽過「小姑嫁彭郎」的傳說——說有情人化作山水，隔江相望，一望千年。蘇軾曾題：「舟中賈客莫漫狂，小姑前年嫁彭郎。」可眼前這兩座山，哪裡是「嫁」了？分明是被江水生生隔開，守著永遠無法抵達的守望。

我坐在江邊的石階上喝水，不想看表，也不想走。忽然想起，一千六百年前，陶淵明正是在這裡做縣令。八十餘日後，他辭官歸去，寫下《歸去來兮辭》。「悟已往之不諫，知來者之可追。」此刻坐於他曾凝望的水邊，我忽然覺得，自己這一日騎行，未嘗不是一種「歸去來」。陶公走了，是求一個內心的圓滿。小姑與彭郎沒走，也走不了，便隔著江水相望千年。我坐在他們之間，喝完一瓶水，竟不知自己屬於哪一種。

岔路口，一位老人坐在門檻上曬太陽。腳邊臥著黃狗，見我停下，懶懶搖了搖尾巴。我問路，老人答了幾句，忽而沉默，只靜靜望著遠方的田野，像在數著什麼。我沒追問，只陪他坐了一會兒。時間，慢得像要停下。後來重新上路，騎出很遠回頭，他仍坐在那裡。我不知道他的名字，但會記得這個下午——有一個人，讓我看見了春天裡，另一種「慢」。

夕陽西下，餘暉漫染歸途。霞光披在肩頭，溫暖而厚重。

路不是因為平坦才值得走

葉正尹

我家老屋後面有一條土路，通向村外的河灘。晴天它揚塵，雨天它和泥，坑坑窪窪彷彿乾涸的河床。小時候走那條路去上學，總要低頭看腳下，跳過水坑，繞過碎石。

大人們抱怨它難走，我卻在那些跟蹤裡學會了另一件事。每走一步，都要想好下一步落在哪裡。後來柏油路修到了村口，平坦得猶如鏡面，可我再也沒在路上摔過跤，也再沒認真看過腳下的土地。



文藝副刊

海韻

平坦的路有一種溫柔的欺騙性。它讓你放鬆警惕，讓你誤以為走路不過是抬腳落腳的重複，甚至可以在上面閉著眼睛走。可正是這種舒適，悄悄偷走了你對路的感知，讓你忘了每一步其實都值得認真對待。我見過一些喜歡徒步的人，他們有時會特意選擇那條亂石嶙峋的小路，而不是平整的石階，因為前者讓人時刻保持清醒，每一塊石頭都在提醒你，路需要用心走。

坎坷的路給了我三樣東西。第一是重量，那些深一脚淺一脚的日子，我記得每一個泥坑的位置，每一塊石頭的角度，它們讓記憶生根。第二是風景，只有在爬坡累得喘氣時，我才会停下來，抬頭看見頭頂那棵歪脖子樹，樹杈間漏下的光斑比任何畫都好看。

這樣的風景，只有爬坡的人才看得到。第三是同行者，順境時身邊簇擁著許多人，逆境時還願意陪你走泥路的人，才是值得用一生去珍惜的人。

但我不想美化坎坷。有些路太陡，摔下去就是一身傷；有些泥太深，拔不出腳，只能慢慢挪。不是說所有苦難都有意義，也不是說我們要主動去找苦吃。比起路上的那些坑坑窪窪，你走過之後手裡多

了什麼，那才值得走。如果你被壓垮了，這條路就不值得。如果你挺過來了，並且因此更清楚自己是誰，那它的可貴，是因為你的勇敢，不是因為它的泥濘。我們要感謝的不是坎坷，而是那個沒有放棄的自己。

就像一把刀，磨刀石從來不是平坦的。那些粗糙的摩擦，那些被削去的鐵屑，才是刀刃變得鋒利的原因。路也一樣。平坦的路把你送到原地，坎坷的路把你送到一個更新的自己。我見過許多老人，他們回憶一生，最津津樂道的從來不是那些順風順水的日子，而是年輕時如何翻過一座山、蹚過一條河、熬過一個別人都以為過不去的坎。那些坎，後來都成了身上最硬的繭。

如果有人問我，那麼多條路該選哪一條，我會告訴他：別選最好走的。選那條走完之後，讓你覺得真正活過一遍的路。坦途誰都走得過去，唯有那些讓你跌倒又爬起來、讓你落淚又擦乾淚的路，才配得上你這一生的份量。回頭看，那個泥濘的轉彎處才最值得感謝，平路走完也就走完了。你在那裡學會了怎麼走接下來的所有路。路的終點不在平坦上，在走過泥濘之後的你身上。

太極拳如何打動尼泊爾？

——專訪尼泊爾太極拳聯合會主席馬查·拉特納·馬哈爾詹

中新社加德滿都4月27日電 中國與尼泊爾山水相依，人文相親，交往歷史悠久。作為中華傳統文化的重要符號之一，太極拳近年來在尼泊爾逐漸走出小眾圈層，進入更多人的日常生活。

從強身健體到調和身心，從公園晨練到文化交流，太極何以在尼泊爾被越來越多人接受？它又如何在中尼民間交往中，成為連接兩國人民的一座橋樑？近日，尼泊爾太極拳聯合會主席馬查·拉特納·馬哈爾詹在加德滿都接受中新社「東西問」專訪，分享他對太極在尼泊爾傳播、扎根及其文化意義的觀察。

現將訪談實錄摘要如下：

中新社記者：您最初是如何接觸太極的？從一名習練者到尼泊爾太極拳聯合會主席，舞得一手好太極劍，太極對您個人最大的改變是什麼？

馬查·拉特納·馬哈爾詹：1989年，我開始正式接觸太極，並很快被它柔中有力、靜中見勁的特點所吸引。在老師指導下，我逐漸認識到，太極不僅是一門武術，更是一條不斷修煉自我、完善身心的道路。

為備戰1996年亞洲武術錦標賽，我決心學習太極劍。當時尼泊爾還沒有中國老師授課，我祇能靠卡帶機和電視反覆觀看、揣摩動作，自學摸索。這段經歷讓我更加堅定：即使條件有限，也要把太極堅持下去。

這些年來，我從習練者成長為聯合會負

責人，一直在推動太極在尼泊爾的發展。對我而言，太極帶來的最大改變，不祇是強健身體，更改變了我的思維和生活方式。它讓我學會耐心與平靜，也讓我更加深刻地理解身、心、靈的統一。太極早已不祇是一項練習，而是我的人生修行道路。

中新社記者：很多人初看太極，會覺得它動作舒緩、節奏安靜。而太極講究陰陽平衡、剛柔並濟，也有「兩儀四象、化生萬物」的東方哲思。您認為，太極真正最能打動人的地方是什麼？

馬查·拉特納·馬哈爾詹：我認為，太極最打動人的地方，在於它能以一種並不劇烈卻十分有效的方式，使人的身、心、靈逐漸趨於統一。

在尼泊爾，許多人面對現實生活壓力時，也會尋求精神層面的安寧與平衡。太極恰恰提供了一種難得的和諧狀態：它不需要昂貴器材，不強調激烈對抗，男女老少都可以參與。通過舒緩、連貫的動作，人們能夠安定情緒、調節呼吸、溫和強身，並逐漸獲得內在安穩。

所以，太極的魅力不僅在於健身，更在於它把身體健康、內心平和與精神覺知連接起來。

中新社記者：您認為，太極為什麼能夠在尼泊爾的社會土壤中被理解、被接受，甚至打動不少當地人？

馬查·拉特納·馬哈爾詹：這首先與尼泊爾的社會文化環境有關。尼泊爾是一個多民族、多宗教、多文化交匯的國家，人們對不同傳統和實踐方式普遍較為開放包容，因此太極並不會被視為一種難以接近的外來事物。

更重要的是，太極所強調的平衡、和諧與內心安寧，與尼泊爾人熟悉的精神文化觀念有天然契合之處。對身心合一、專注覺察和內在平靜的重視，在尼泊爾本土文化中也能找到許多相通之處。再加上尼中兩國長期保持密切文化交流，太極在這裡被理解、被接受，也就有了更自然的土壤。

中新社記者：太極在尼泊爾的發展經歷了怎樣的過程？在您看來，它如今是否已經開始「生根發芽」？

馬查·拉特納·馬哈爾詹：太極在尼泊爾的發展，是一個從小範圍傳播到逐步被更多人認識和接受的過程。早些年，習練者不多，教學資源和專業指導也有限，因此主要依靠少數人的堅持、自學和推廣積累基礎。

這些年，隨著培訓、展示、比賽和國際

交流活動增多，太極在尼泊爾的社會能見度不斷提高，越來越多人開始接觸並瞭解它。很多本地組織在培養教練、組織活動、吸引公眾參與等方面，也發揮了重要作用。

所以在我看來，太極在尼泊爾已經開始真正「生根發芽」了。雖然還沒有達到全面普及的程度，但基礎已經建立起來，社會認知和不同年齡層的興趣都在不斷上升。

中新社記者：太極起源於中國，您如何理解它作為一座橋樑，在中尼人文交流乃至不同文明之間所發揮的作用？

馬查·拉特納·馬哈爾詹：太極本身就是一座很有生命力的文化橋樑。其所蘊含的理念，也具有很強的跨文化溝通能力。尼泊爾人學習太極，不祇是學動作、練身體，也是通過親身體驗接觸中國文化。這種接觸是具體的、日常的，能夠在民間層面增進彼此理解與尊重。同時，太極易於上手，開放、包容，不帶競爭性或宗教排他性，因此能為不同文化和信仰背景的人提供共同交流的平台。它說明傳統文化可以通過實踐走進現實生活。

許連助丁祖母憂

菲律賓中國洪門致公黨總部訊：本總部許文教主任連助先生令祖母，許府施裁老老祖母，不幸於二〇二六年四月二十三日（星期四）上午五時三十分，壽終內寢，享壽積閱九十有九高齡，寶婺星沉，軫悼同深。現停柩設靈於晉江市深滬鎮科任村許氏祖宅，擇訂於四月二十九日（星期三）上午舉行告別儀式，同時移柩至晉江市青陽殯儀館火化。

本總部聞耗，經函電慰唁其家屬，勉其節哀順變。並致勉花圈，以表哀思，而盡洪誼。

許連助丁祖母憂

旅菲華僑工商聯總會訊：本總會青合組主任許連助先生令祖母，許府施裁老老孺人，慟於2026年4月23日（農曆三月初七）星期四清晨五時三十分辭世，享壽九十有九高齡。寶婺星沉，軫悼同深。現停柩設靈於晉江市深滬鎮科任村許氏祖宅，擇訂4月29日（農曆三月十三日）星期三上午舉行告別儀式，隨後移柩火化於晉江市青陽殯儀館。本總會聞耗，全體同仁深表哀悼，經致

電專函慰唁連助先生，勉其節哀順變，並委託專員虔獻花圈於靈前，以示哀悼，而盡會誼。

曾宗敏遺孀逝世

和記訊：故僑商曾宗敏令德配，亦即曾程偉、程揚、文慧、文安、文婷、凱楓、竹吟賢昆玉令先慈，曾府劉太夫人諡秀玲（原籍晉江安海內坑）不幸於二〇二六年四月二十五日凌晨四時零五分，壽終崇基醫院，享壽八十有六高齡。現設靈於計順市亞蘭禮查大街聖國殯儀館 sanctuarium 302 - CATTLEYA 靈堂。擇訂五月三日（星期日）上午八時出殯火化於聖國聖樂堂。

洪文博遺孀逝世

和記訊：故僑商洪文博令德配，亦即洪振鑫、盈盈賢昆玉令先慈，洪府蔡太夫人諡阮菁（原籍晉江龍湖園邊西頭-英園）不幸於二〇二六年四月二十六日下午七時零九分，壽終於UST醫院，享壽七十有八高齡。現設靈於計順市亞蘭禮查大街聖國殯儀館 sanctuarium 201 - gladiolus 靈堂。擇訂五月三日（星期日）上午十一時出殯火化於聖國聖樂堂。

訃告

顏受城

（晉江鈔坑鄉）

逝世於四月廿二日
靈堂設於故里祠堂
出殯於四月廿九日上午九時

林炳銘

（晉江柳山）

逝世於四月廿五日
現停柩設靈於家鄉本宅
出殯於五月二日上午九時

曾劉秀玲

（晉江安海內坑）

逝世於四月廿五日
現設靈於計順市亞蘭禮查大街聖國殯儀館 sanctuarium 302 - CATTLEYA 靈堂
出殯於五月三日上午八時

洪蔡阮菁

（晉江龍湖園邊西頭-英園）

現設靈於計順市亞蘭禮查大街聖國殯儀館 sanctuarium 201 - gladiolus 靈堂
出殯於五月三日上午十一時