

白水仙山赋

□ 齐兰贵

你从南岭的褶皱里站起，脊梁骨是千万年地壳的硬骨，每一块岩石，都刻着寒武纪的闪电——当风掠过你的肩，便撞响湘南大地的铜铃。

那些散落在山腰的雾，是你披在肩上的白氅；连大阳都要绕着你的轮廓，画一圈金边——你不是山，是天地倒悬时，撑住苍穹的那根肋骨。

曾见女娲炼石补苍天：五色石屑落你肩窝成泉，她遗下的补天裙裾化雾，缠你腰际成云的褶皱。当她以你为砧磨补天针，火星溅落处便生出第一丛水仙；伏羲曾坐你峰巅画八卦，以你脊骨为规测天地方圆。他与女娲在你膝头系红绳，把人间姻缘缠成山洞藤萝；那些未干的卦刻钻进岩隙，至今仍在雷雨夜闪着星芒。

你把溪流当成琴弦拨弄，从悬崖摔下去的水，撞碎成千万颗银珠——每一颗都喊着你的名字：“白水仙——白水仙”连草木都在回声里弯腰。

那些千年的古松，把根须扎进你的骨缝，像一群不肯低头的汉子，

举着利剑斜劈天空；而山脚下的稻田，正把你的影子缝进稻浪，每一粒谷子都揣着——你给的阳光和月光。

你见过黄巢的马队踏过晨霜，见过徐霞客的草鞋叩响山门；见过红军的篝火在山坳里明灭；但你只是沉默地站着，让云在你的头顶写密信，让乌在你的肋骨间筑巢，让那些远道而来的人，在你面前突然矮下去——原来山不是用来攀登的，是用来让我们看清：自己有多少渺小，又有多少热爱，这粗粝而滚烫的人间。

当暮色漫过你的脚踝，你便把影子投进春陵江，像一条巨龙卧在水面；连月亮都要趴在你的背上，教你身上的星星。

而那些住在山里的人，正把你的故事酿成米酒，喝一口，便醉倒在——你用石头垒起的岁月里。

“白水仙啊白水仙”你不是山，是桂阳人心里，永远拔不掉的根；是每一次抬头，都能看见的——故乡的高度。

秋染金钩

□ 黄国锋

风过浅冬，秋意未阑。郴州城区的街景还浸着几分秋未余温，我们循着风的踪迹，奔赴一场与山野秋光的邀约。目的地是苏仙区坳上镇天子地村金钩组，地处五盖山脉西麓，从城区驱车沿乡道蜿蜒而行，46公里路程，46分钟车程，便足以挣脱市井喧嚣，一头扎进群山环抱的清宁里。

出发时天刚放晴，晨雾轻笼林木，如朦胧纱幔。盘山乡道不宽却平整，车轮碾过落叶的轻响，与风拂枝叶的簌簌声交织，成了旅途最动听的序曲。窗外景致随山路起伏铺展，褪去盛夏浓绿，染上秋的斑斓：枫叶燃作绯红，樟树坚守深绿，银杏与杂树缀满金黄，叶片随风轻颤，偶尔飘落车窗旁，似秋姑娘递来的温柔信笺。漫山落叶铺遍山坡小径，宛如铺展至天际的华贵绒毯，金黄掺着浅棕，泛着柔和光泽。风卷落叶翩跹，阳光透过枝叶洒落斑驳光影，一动一静皆是诗意。摇下车窗，草木清香与落叶湿润扑面而来，沁人肺腑，驱散疲惫，只余满心澄澈，沉醉间，车子已停在村口，金钩组的身影猝不及防撞入眼帘。

金钩组藏在五盖山脉的褶皱里，被连绵群山温柔环抱。站在村口远眺，青山如黛、峰峦叠嶂，虽无五岳巍峨，却有江南山野的清秀温婉，云雾在山间缓缓流淌，为群山添了几分缥缈。山脚下，青瓦白墙的民居散落在绿树翠竹间，袅袅炊烟与云雾相融，牵开一幅宁静祥和的田园画卷。

入村漫步，满眼翠色与绯红撞入眼帘。道路两旁、屋前屋后，挺拔的翠竹层层叠叠，在风中轻摇作响，透着勃勃生机；路旁红叶树枝丫低垂，绯红叶片饱满鲜亮，似向远客颔首致意。翠竹、红叶、白墙、黛瓦交织相映，每一步前行，都像走进了笔墨丹青。村中的水塘静卧在民居旁，池水清澈见底，映着蓝天、白云与林木，如澄澈明镜。塘中麻鸭悠闲嬉戏，或潜水觅食，或梳理羽毛，或结伴游弋，激起细碎涟漪，搅和一塘清浅。水塘旁小坡上，公鸡昂首阔步，时而啄食时而高歌，清脆鸡鸣划破宁静，更显乡野灵动。猫狗在路边慵懒踱步，见了生人也不怯生，慢悠悠挪向暖阳处，这般闲适让人满心熨帖。

村庄前方空地上，矗立着一块巨石。历经岁月风雨，石身布满深浅纹路，却依旧挺拔稳固，形似威严巨神，守望村庄朝暮，护佑一方平安。

循着潺潺水声前行，便寻到村中的清泉。泉眼不大却常年不涸，涓涓细流沿山石蜿蜒而下，汇聚成浅潭。泉水澄澈透亮，可见水底卵石细沙。阳光映照之下，水面泛着细碎银光。俯身掬一捧入口，甘冽清甜瞬间蔓延舌尖，沁人心脾，燥热疲惫尽数消散。

这汪清泉是金钩的生命之源，百年来默默流淌，滋润土地、滋养乡民，哺育出一代代勤劳淳朴的金钩儿女。更动人的是，它还承载着红色记忆——当年湘南游击队的李司令曾在此栖息，清泉涤荡过英雄的征尘，见证过烽火岁月的艰辛与赤诚。如今泉水依旧，英雄故事代代相传，成为最珍贵的精神财富。村民说，此水清甜回甘，还能化食润肺，村中老人多康健矍铄，清泉滋养着村民，泉边石板上的岁月痕迹，藏着说不尽的故事。

金钩的秋，既有醉人的景致，更有醇厚的烟火。田间地头，金黄的稻穗沉甸甸地弯着腰，村民挥舞镰刀收割希望，欢声笑语在风中回荡；屋前晒场上，稻谷、花生、辣椒晾晒成明艳色块，透着丰收的喜悦。路过村民家门口，柴火灶煮出的家常菜香气扑鼻，热情的村民会递上刚摘的橘子、板栗，酸甜粉糯间满是自然馈赠与乡村热忱。

乡亲们说，金钩的盛夏同样迷人。彼时群山叠翠、林木繁茂，清风徐来凉爽宜人，高含量负氧离子让人心旷神怡。清泉愈发清凉，水塘边、大树下是村民纳凉闲谈的好去处，摇扇纳凉、听蝉鸣鸟叫，惬意自在。村中长寿老人颇多，想来便是得益于这青山绿水与闲适恬淡的日子滋养。

午后阳光愈发柔和，我们沿村中小径缓缓前行，走过青石板路，穿过翠绿竹林，看嬉戏鸭群，品甘冽清泉，每一处景致都让人沉醉。山间清风轻拂，带着秋的温柔与山野清宁，让人忘却尘世烦恼，只想沉浸在这田园秋景中，感受岁月静好。

夕阳西下，余晖洒遍群山与村庄，给万物镀上温暖金光。远山如黛，近树含情，炊烟袅袅，鸡鸣犬吠，金钩的黄昏静谧而温柔。站在村口回望，满目秋景皆是秋的馈赠。这份清宁与美好，早已深深镌刻在心底，成为难忘的念想。

《等你在沙洲》：“半条被子”的青春回响

□ 王琼华



当原创青春红色音乐剧《等你在沙洲》的旋律在沙洲瑶家古村上空响起，光影流转间，历史与现实便完成了一场深情的对话。许是见证了《等你在沙洲》的创作与排练过程，又与主创人员有过多次交流，触动良多，所以观戏这一刻，我心中的激动，早已漫过了眼眶。

一部红军长征史，就是一部反映军民鱼水情深的历史。在汝城沙洲村，3名女红军借宿徐解秀家中，临走时，把仅有的一床被子剪下一半给她留下了。老人说，什么是共产党？共产党就是自己有一条被子，也要剪下半条给老百姓的人。

《等你在沙洲》，便是一台演绎这段温馨往事的原创青春红色音乐剧。

这部扎根红色土地的艺术作品，以青春为调、以时代为弦、以匠心为曲，将“半条被子”的动人故事化作可感可知的舞台华章，也为厚重的历史掀开一角温柔又温馨的序幕。在剧中，我看到了属于青春的赤诚与热烈，不掺半分矫饰，三位女红军的肩头，还落着长征路上的风尘，眼底却盛着对百姓的滚烫善意，她们送出的不只是半条御寒的被子，更是年轻战士对“为人民”三个字最直白的践行；在剧中，我也看到了属于青春的坦荡与纯粹，从“这被子你们留着”的执拗，到“你们行军更辛苦”的推让，没有居高临下的施舍，只有同龄人的共情与体恤，是青春与青春的对话，是赤诚与赤诚的相拥。三位女红军执意要把被子留给贫苦的村民，徐解秀又含泪推拒，最后剪刀裁开布帛的“咔嚓”声，让“共产党就是自己有一条被子，也要剪下半条给老百姓的人”的践诺，凝成了触手可及的时代印记。

我豁然明白了，弹指而过的九十年光阴里，藏着从来不是冰冷的史料，而是一群青年滚烫的心跳。

于是在这台音乐剧中，我听到了青春回响。它是与当下年轻人同频共振的情感脉搏，是理想与热血穿越山海、跨越时空的和鸣。舞台上的女红军，在寒夜中把唯一的被子轻轻盖在徐解秀及其婴孩身上，继而在离开沙洲时，对徐解秀叮嘱：“北风啸，冰雪扬，不能让家人受寒霜。被一床，请收下，就当我们在身旁。”看戏的年轻观众骤然懂得，原来九十年前的青春，和今天的自己并无二致，皆有对家的眷恋，对温暖的渴望，对信念的执着，这份共通共享的情感，便是红色精神得以代代相传的密码。

这份青春回响，响在鲜活与生动的叙事智慧里。剧中聚焦沙洲村寻常院落里的烟火日常。有战士接过老乡肩头的竹扁担，挑着箩筐走向晒谷场；又有战士抡起柴刀，劈出了一堆堆柴块，火塘里的火苗随之跳得更欢。起初还带着几分拘谨的村民，渐渐被这股热乎乎儿融化了心。徐解秀小心翼翼端着一碗鱼汤，送到三位女红军面前。这时，粗犷又温柔的歌声在院落里漾开：“战士唇苍白，风寒侵骨伤，风寒热气暖，炭火煨鱼汤……”紧跟着，村民们那“红军帮我挑粮食”“谁要是说红军不好，我第一个不答应”的直白夸赞，带着汝城瑶家人火辣辣的热肠，也让革命叙事有了可触可感的温度。

当《出路在哪里》的宣传单贴上村口墙头，这份叙事智慧更显精妙。它没有让革命真理以生硬说教的方式灌输给观众，借秋雁、红棉、小鱼儿三位女红军的兴奋解读，借百姓围拢倾听的热切神情，让“菜刀劈开间王贼”“锄头砸碎铁锁链”的誓言，化作点亮人心的星火。青春的呐喊与百姓的期盼在此共鸣，红色精神便在这鲜活的叙事中代代回荡。

这份青春回响，藏在灵动鲜活的艺术创意里。“小棉花”的创意设计，是将抽象的情感与厚重的历史凝练成具象的艺术符号。它跳出了传统舞台角色的编排框架，以棉絮的天然特质为锚点，织就了三重艺术意蕴：它是物质载体的隐喻，白色纱裙与轻盈舞姿，复刻了沙洲村漫山棉田风起时的蓬松质感，又暗合了红军军服上的棉絮肌理，让“半条被子”的温暖意象有了可视化的表达；它是叙事视角的独特选择，“小棉花”并非故事的参与者，却是时空的穿行者，既能化作漫天飞絮串联起女红军与徐解秀的温情瞬间，也能伫立成静默的见证者，凝视着岁月流转里的等待与坚守，成为连接历史与当下的情感纽带；它是精神内核的象征，棉花的柔软与坚韧，恰如革命年代里青年群体的特质，她们怀揣着朴实的理想，如棉絮般轻盈地扎根在乡土间，用单薄的肩膀扛起家国大义，柔软的表象下，是永不凋零的信念。

“小棉花”与“青春回响”的呼应，更藏在艺术表达的层层递进里。从表层看，舞者们灵动鲜活的舞步，本身就是青春姿态的生动呈现，她们的跳跃与旋转，是青年生命力的张扬，战火纷飞里不曾褪色的朝气；往深处探，棉絮的飘飞轨迹，恰似青春理想的传递路径。当年，女红军以青春之躯播撒下革命的火种，如今，“小棉花”的舞步，将那段青春岁月里的温暖与担当，化作跨越时空的呼应。更为动人的是，棉花的“生长”与“绽放”，暗喻着青春精神的延续；那些飘飞的棉絮，既是当年女红军的青春剪影，也是当下每一个心怀赤诚的青年的精神镜像，当舞台上的棉絮落在观众席的瞬间，历史的青春与当下的青春便完成了一场无声的对话，让“半条被子”的故事，在棉絮翩跹中，永远回荡着青春的赤诚与滚烫。

这份青春回响，荡在婉转悠扬的旋律里。剧中将湘南民歌的质朴韵味，与现代音乐剧的抒情风格完美

嫁接。主题曲《等你在沙洲》里，“水在流，鱼在游，等你吻在沙洲”的吟唱，体现出了湘南小调独有的婉转缠绵。那流水是沙洲村前不舍昼夜的小河，载着女红军远去的背影，也载着徐解秀朝朝暮暮的眺望；那游鱼是寻常岁月里的鲜活意象，衬着沙洲的静，也衬着一份等待的长。简单两句，便把徐解秀半世纪的翘首与牵挂，唱得催人泪下。《五十年等待》的深沉旋律里，“五十个秋雨打湿青石板，数不清多少回望穿山峦”的词句，则道尽了一句承诺的千钧重量。五十个秋雨，五十载寒来暑往的轮回，青石板巷上的湿痕，是岁月浸出的凉，也是盼归人眼里拭不净的泪；无数次回望，是目光越过层峦叠嶂的追寻，山的那头，是红军远去的方向，也是一份军民鱼水情的悠远绵长。

其中一段较长的唱段，特别让我感动。“一半染着沙洲烟火气/一半浸透征途星月光/这千丝万缕的暖啊/怎忍心分隔四海天涯/我多想展开千万尺啊/盖住沙洲的雨/拦住前方的浪/让每根棉线/都系紧念想/一端连向征途/一端绕着炊烟长/长是情走是念/哪怕只是半床被啊/也要驱走所有的寒……”这段唱词以棉絮、被子为情感载体，既道尽了三位女红军与徐解秀超越萍水相逢的军民鱼水情，更写透了彼此关爱的姐妹情、知己情，是对“半条被子”精神最细腻的诗意表达。从关系层面看，词中“一半染着沙洲烟火气，一半浸透征途星月光”，将女红军的行军生涯与徐解秀的沙洲烟火牢牢绑定，她们不再是“红军”与“百姓”的身份符号，而成为共享一床暖被的亲人——女红军念着沙洲的雨、沙洲的人，徐解秀记着征途的星、征途的情；一端连向征途，一端绕着炊烟长，继而把这份双向牵挂的联结写得具象而绵长。她们因一床被子相遇，却因彼此的真诚与善意，生出了超越时空的牵绊，更见本地人“护住对方”的青春担当。

这份青春回响，更是映照在不忘初心的时代担当中。徐解秀为一句“胜利就回来”的承诺，在沙洲村的古树下苦等了五十余年。她曾无数次踮脚望向红军远去的山路，曾无数次对着后辈念叨“天底下哪有比红军更好的人”。剧中这份跨越半个世纪的守望，在当代语境下被赋予了新的内涵：它既是军民鱼水情的生动写照，也表达了对初心使命的永恒坚守。观众也因此体会到了，原来青春的回响从不是声嘶力竭的呐喊，它是润物无声的真诚，人与人之间最纯粹的相待。

当舞台上的时光齿轮轻轻转动，沙洲古村的模样已然换新颜。是的，那份红军长征途中孕育的温暖从未走远。它已经化作了乡村振兴的嘹亮号角，唤醒了沉睡的沙洲山野；化作了年轻人返乡创业的坚实脚步，让青春在沙洲故土扎根；化作了沙洲大地上生生不息的希望，在沙洲淞水的碧波里荡漾，在南岭的翠色里生长。这“半条被子”的青春回响，是历史与现实的深情交融，其实就是精神与时代的同频共振，是跨越山海、历久弥新的信仰之光。

沙洲暖韵长存，初心之歌不辍。

作为红色题材音乐剧本土化创新的标杆之作，《等你在沙洲》在戏剧史上已经写下了独具禀赋与意义的一笔，尤其是以“青春视角”解构红色经典，用拟人化“小棉花”叙事、多元音乐风格打破传统革命题材的严肃框架，为红色戏剧的现代表达提供了鲜活范本。其“实景创作+本土培育”的模式，实现了专业性与大众化的平衡，更开创了“文化+旅游”深度融合的戏剧传播新路径，成为红色基因艺术化传承的重要实践样本，取得了叫好又叫座的社会效果，为当代戏剧的题材拓展与形式创新注入了不可忽视的青春活力。

以“老己”之名，与自己温柔并肩

□ 陈华英

“老己”带来的不仅是称谓革新，更是一种温润的生活哲学，为应对焦虑抑郁、拥抱美好生活提供了良方。它教会我们的第一课，便是与情绪温柔和解。当代人常陷入“情绪羞耻”的误区，将焦虑、委屈等负面感受视作软弱，但“老己”的视角让我们明白：情绪本无对错，抗拒只会让内心耗愈愈烈。工作失误时，不必因自责彻夜难眠，不妨告诉自己“老己，失误是成长的养分，我们已知道下次怎么做了”；感到疲惫时，无需硬撑着“打鸡血”，坦然道一句“老己，歇会儿没关系”，便已迈出情绪调节的关键一步。

这种包容更能帮我们修正认知偏差。许多焦虑源于过度放大失败后果，将他人评价等同于自我价值。“老己”的视角却进行了换位思考：若朋友遭遇同样挫折，我们会如何安慰？将这份宽容投射到自己身上，便是最珍贵的自我关怀——不因于他人眼光，不苟于完美标准，进而懂得“存在本身就很值得被爱”。

“老己”现象的可贵之处，更在于把宏大的“爱自己”拆解为触手可及的小事。加班晚归时，买一杯热粥暖暖身子；压力爆棚时，练一组呼吸法平复情绪；迷茫低落时，轻声提醒自己“老己，你已经做得很好了”。这些微小的行动如同涓涓细流，汇聚成滋养心灵的绵长力量，让内耗在日常暖意中悄然消散。

在这个人人步履匆匆、心为外物所扰的时代，我

指尖轻划手机屏幕，“爱你老己，明天见”的暖心告白，猝不及防撞入眼帘。这句当下走红网络语言，以方言的亲昵感直抵人心。“老己”之称，恰似一颗清甜的糖，在焦虑蔓延的当下化开了人们紧绷的神经，也照见了当代人对自我关怀的深切渴求。

“老己”本是“自己”的昵称，却在一字之变间完成了一场奇妙的心理跃迁。它将抽象的“自我”具象为可倾诉的“老友”，以第三人称的温柔视角，消解了自我苛责的尖锐棱角。这份智慧藏在松弛与包容里——加班至深夜，不说“必须撑住”，而是轻声抚慰“老己，煮碗热汤面再继续力”；犯错受挫时，拒绝“我真没用”的自我否定，转而鼓励“老己，谁都有失手，下次稳些就好”。网友们分享的“给老己买份爱吃的外卖”“允许老己睡个饱觉”等日常片段，更让“爱自己”从空洞的口号，落实为满是烟火气的具体行动，温柔直抵人心最柔软处。

这一热梗的流行并非偶然，而是当代人心理困境的集体反映。职场竞争的白热化、经济压力的现实焦虑、城市化进程中的情感疏离，将年轻人裹挟进“向外求索认可，向内过度苛责”的内耗漩涡。“老己”的走红，恰恰标志着集体心态的觉醒——从被动承受压力到主动关怀自我，从执着于外界评价到建立内在支撑，人们已然学会在孤独时刻主动成为自己的“靠山”。



们其实都需要一个“老己”，成为心灵的温柔栖所。他（她）不必有具象模样，却能如老友般热忱、似知己般通透，在我们疲惫时送上安慰，迷茫时给予肯定，低落时注入滚烫的鼓励。

这种与自己相拥的生活方式，足以让我们在世事沉浮中保持内心的宁静，在风雨兼程里积攒奔赴远方的不竭力量。愿我们都能心怀一个“老己”，接纳自身的不完美，包容心底的所有情绪——在焦虑与挑战交织的日常里，温柔待己，从容前行。