

带着跑鞋去旅行

廖培江

奔跑在美丽的山城,既锻

炼了身体,又愉悦了心情

今年春天,我终于下决心参加了重庆马拉松。那一天是阴天,无风无雨雷电,气温宜人,一改过去雨天路面湿滑、晴天晒得头皮发麻、大风吹得身体打战、雷电吓得脑门冒汗,这仿佛是上苍为来自世界各地近500个城市的跑步爱好者开的绿灯。

3万人参加的大型运动赛事,另加裁判员、督导员、安保员、领跑员、救护员、志愿者、公安干警等数万人组成的服务队,还有赛道两边加油助威的10多万群众,近20万人在长江边集结,这样规模宏大的场面就是在历史的长河里也不多见。

人们穿着五颜六色的服装把赛道装扮得像长江边上一条流动的彩虹。数万人的激情在马拉松宝贝带领的赛前热身中点燃,在大家一起高唱国歌声中昂扬,在发令枪响时沸腾。七点三十分,发令枪一响,人流像水闸开闸一样奔流而去,远观似星河爆裂,近看如万马奔腾,那气势磅礴、排山倒海的场面着实蔚为壮观,一下将欢乐的海洋变成了奔腾咆哮、勇往直前的另一个长江。

当第一滴汗珠从脊背滚落,生命的烈火像遇到油一样迅速燃烧,直到把身体的每一个细胞点燃。

赛道上无论是男的还是女的,他们由于长期锻炼,身材都很标准,身上除了肌肉,没一点赘肉。赛道上,男士们没有娘炮,没有啤酒肚,没有叫苦的懦夫,女士们没有香水味、没有浓妆艳抹,没有高跟鞋。有的就是素颜朝天、健康快乐,挑战自己、超越他人,不断突破自己的跑步极限来记录生命各个时期的峰值。



(图片来自网络)

美丽的山城重庆,城市建设得高低起伏、错落有致,有长江与嘉陵江蜿蜒环绕,还有南山与歌乐山连绵相依,人奔跑于其中仿佛一次踏着山水的旅行。赛道两边会看到不同的美景和现代化建筑,南滨公园那厚重的历史文化和巴渝文化扑面而来;守望长江的商业区正怀想当年注视未来;带给你耳目一新全方位体验的龙门浩老街、长江和嘉陵江两江的交汇处朝天门码头;菜园坝大桥、东水门大桥、鹅岩大桥像无数长虹飞越两江……

奔跑中,你可以跟你相同配速的人结伴而行,这样你才不感觉太累。也可以与你稍微慢的人一起跑,你带着他人,既不累还有成就感。前面的人你不要轻易去超越,虽然近在咫尺,路还很长,贵在坚持。你不要有性别歧视,也不要年龄上的优越感,你身边说不定就隐藏着是一位跑神,他们可能是女性也可能是老者,还可能是少年,只是他们不愿过早地暴露自己的实力。奔跑时一定要注意前方的路,前方看似一马平川,毫无阻挡,可难免有坑凹或绊脚石,还要注意左右两侧横穿而行的路人。

马拉松是一场虐身、虐心的比赛,拼的是毅力,磨练的是斗志,数以万计的人一起奔跑,很有感染力,那种群情激昂、斗志奋发、心灵亢奋、热血沸腾、试比天高的英雄气概油然而生。对我来说,跑马拉松既像是在炼狱滚一趟,又像是在百草园里蒸一回,让人感觉累并快乐着,跑完后那种征服感、成就感如涅槃重生。

也许你在火柴盒大的办公室里“囚禁”了很久,需要找个宽敞的地方撒野;也许你被生命的不公压制了数年,需要找一种方式发泄;也许你的肉体正被疾病摧残,需要一块健康的骨头;也许你正为情所困、为生机发愁、为梦想无处加油、为人生之路坎坷不平而烦恼……跑完马拉松你的所有抱怨、惆怅、烦恼、压抑、彷徨都会得到释放。

现在,“带着跑鞋去旅行”被越来越多人认可,它既锻炼了身体,又愉悦了心情。为了吸引选手,马拉松赛事的主办方也把繁华、文化底蕴浓厚的地方作为赛场,重庆就是这样:美食、美景、帅哥、美女齐上阵,带给你的不单是一场体育健身的盛宴,更有多重的生活体验,让奔跑更有乐趣。

(心月)

书与城的交融

瞿长福

读书改变命运,读书塑造城市。在界首,书的气质、城的格局,书

的芬芳、城的神韵,因书香而浑然一体,在如歌的岁月中,纵情奔放

界首在安徽众多发展新星中,拥有了“南有宁国,北有界首”的地位。

或许,曾经的界首是这样的。随着改革开放的不断发力,20世纪八九十年代,一批界首品牌声名远扬。以沙河酒厂为代表的酒香界首、以“奇安特”为代表的制造“小巨人”、以“芬格欣”为代表的保健品业,以及机电、塑料、时装等工业明星,撑起了界首经济的

长何逢阳用了一句形象的比喻。

事非经历不知难。界首人审视自己,发现干部中普遍存在不读书、少读书、浅读书问题,不读书无以广心胸、长见识、开视野,导致无论社区管理还是经商办企业,难以走出一亩三分地的局限,小富即安、不思进取,难以长成市场“常青树”。

由是,一场始于灵魂深处的风暴在界首展开。鼓励干部队伍走出去学习考察、开阔眼界,机制创新、广泛引进人才,励精图治,倡导钉钉子精神。功夫不负有心人,在痛苦的反思之后,界首没有英雄老去,而是浴火重生。至2018年,界首市经济增速已连续3年位于安徽省县域首位,高新企业中建设了8家院士工作站和9家博士后工作站。一时间,皖北小城多“院士”成为佳话。

皖北小城“院士”多,流露的是界首对知识的渴望与尊重。知识增长才干,明知需要读书,就在这样的氛围中,2018年4月,界首市委市政府发起成立了界首读书会,力图打造“让读书成为一种习惯,让读书深入人心,让读书改变界首”的更高境界。

仅仅一年时间,读书会如春风吹拂下的涟漪,荡漾在界首乡村城街。以界首市图书馆为总馆,各乡镇街道文化站图书室为分馆,2个“城市自助书吧”、19个图书馆基层服务点、160个农家书屋、32个“惠民书架”、200余个覆盖机关事业单位村企院校的读书分会、97家“耕读之家”为支点的阅读服务网络,加上已建成使用的“数字图书馆”网站和移动客户端、23个“小微电子图书馆”和56个镇、村级公共

耀眼天空。

或许,曾经的界首是这样的。21世纪初,命运似乎给界首开了个玩笑,界首人引以为荣的几大品牌相继陷入困境,“芬格欣不新、奇安特不特、沙河王不王”,10多家骨干企业大多不能正常生产,财政包袱沉重,债务深深。

这是界首么?是的,但又不是,这是曾经的界首。过去的荣耀与失落,代表的只是一段起伏的历史。审视与反思、站立与奋斗,却延续到今天。在挫折中崛起,在跌落后进,才是界首的不二选择。

为什么已有的成绩不能一直保持,为什么曾经的辉煌黯然消失?界首人陷入沉思。条分缕析,原因很多,但万千探寻,归于内在,站位不高、目光不远、格局不大,“是非只因读书少”,年轻的界首市市

城记

书和城本来是不搭界的。或者说,我们通常不会首先把书和城放在一起去联想、混搭,或是比较。

因为,一本书有一本书的气质,一座城有一座城的格局。

但是,当“一处书香地,满城读书人”这样的画面场景、这样的诗意镜头,猛然进入眼帘的时候,眼睛还是会为之一亮,大脑不由自主地被击中。喔,书和城,原来可以毫无间隙地融为一体。就像花是草原的盛装,草原是花的衬托一



样,在书与城的交融里,书已然是城市的装扮,城已然是书的背景,我们感受到的,是满城书香中的气质与格局。

是的,这个叫界首的皖北小城,向我们打开的第一页,就像春色浸染的大地一样,浸润着满城书香。尽管4月23日世界读书日已悄然过去一段时间了,但以“一处书香地,满城读书人”为主题的界首读书会活动,依然优雅而深刻地让人牢记了她的名字、标志了她的形象。

这就是界首,以书示人,但并不止于此。

或许,曾经的界首是这样的。她是抗战时期的“小上海”,商贾云集。新中国成立后,百废待兴,商人经商、工厂开工,界首在阜阳地区第一个拥有了发电厂。至20世纪八九十年代,持续的工业兴市使



① 《牧场写生》



②



③

亦中亦西与极古极新

北京画院的专业画家杨刚,将全部身心奉献给了艺术事业。在北京画院25年的艺术创作生涯中,始终怀着对绘画事业的热爱与执着,坚持水墨、油画以及其他艺术形式的创作,不断进行“极古极新”和“亦中亦西”的艺术探索。

杨刚艺术造诣深厚。他兼收中西、并蓄古今,于中国画、油画、速写、版画、连环画、书法都有很深造诣,工笔能惟妙惟肖、写意则美在精微;他注重笔墨语言和形式创新,简笔勾勒出所绘对象的典型特征;他的创作题材广泛,笔墨奔放、粗犷,画面始终表现出理性与感性交融的思考状态;他强调中西格义,创作出融通中西的写意油画《望春归》《毛毛雨》《白毛风》等作品。

杨刚1946年9月出生于河南淮阳,1963年考入中央美术学院附中,1969年到内蒙古乌珠

穆沁草原放牧,1973年进入内蒙古锡林浩特文化馆工作。1978年考入中央美术学院首届研究生班,师从刘凌沧、叶浅予、蒋兆和、李可染、卢沉、周思聪等先生,系统地学习了中西绘画技艺和绘画史论,为之后的专业创作打下了坚实的基础。1981年,调入北京画院,后成为国家一级美术师。

草原是杨刚绘画的主要题材,青年时期的草原生活及在内蒙古的工作经历,开启了他探究自然、生命和艺术的通道,画路变得更加宽广,那里的蓝天、白云、草地、牛羊、骏马、毡房一直定格在他的记忆里,成为他创作取之不尽的源泉。他从生活的细节出发,多维度地刻画大草原的天地大美、风土人情、时代变迁,创作了一大批草原风情作品。这些鲜活生动而独具风格的作品,在当代画坛显得尤为耀眼。他还擅

于表现音乐、舞蹈、体育等题材,以简洁有韵味的线条展现人体律动的姿态。

1980年他在央美研究生班的毕业创作、工笔重彩长卷《迎亲图》获得“叶浅予奖金”二等奖;1984年重彩画《摔跤手之歌》荣获建国三十五周年全国美展北京地区甲等奖;水墨画《风雨牧人》荣获2001国际艺术博览会一等奖。此外,他的作品先后在美国、瑞士、西班牙、德国等国家展出,并被国内外博物馆、美术馆等专业艺术机构收藏。出版有《杨刚速写》《走进画家——杨刚》《名家逸品·杨刚专辑》《中国当代美术家——杨刚画传》《极古极新——杨刚画集》《自由长旅——杨刚画集》《中国画名家画库——杨刚精品卷》和《当代速写精粹——杨刚专辑》等多部画集。

(心月)