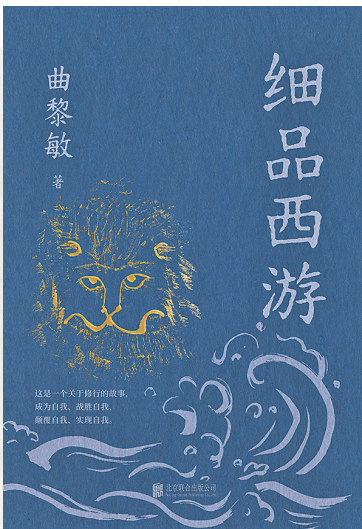




《细品西游1》书封。



《细品西游2》书封。

曲黎敏《细品西游》系列：

从生命之道来解读 文化传统

贵阳日报融媒体中心 郑文丰 文/图

曲黎敏因解读《黄帝内经》广为人知,但她并不喜欢别人称呼她为“养生专家”。

“我从小就梦想当文学家。”20世纪80年代,曲黎敏就读于北京师范大学中文系。在当时的“文学热”“文化热”浪潮中,她在学校图书馆广泛涉猎文学、哲学作品。1987年大学毕业后,她并未成为一名教师,而是转身中医领域,在北京中医药大学攻读医学硕士。此次转向,缘于她想更切近地理解生命:“文字是文化的载体,但医学才是直接关乎生命的学问。”曲黎敏想寻找的,是文化与生命的契合点。无怪乎其导师、著名医史专家钱超尘教授曾如是评价:“黎敏对中医的理解,不是从理论到理论,而是从生命体验出发。”

古语说“秀才学医,笼中抓鸡”,意思是有一定文化基础的人学习中医理论时相对容易理解和掌握,就像在笼子中捉鸡一样,只要打开笼子的门,就可以轻易捉到。基于生命体验和文化传统结合的视角,曲黎敏很快在中医文化传播领域声名大盛。其在电视上的养生讲座节目以及《黄帝内经·养生智慧》《从头到脚说健康》等书广受欢迎。

在“养身专家”的盛名下,曲黎敏出了一部《生命沉思录》。面对文化焦虑、社会变革,作者扬汤止沸,对衣食、男女、婚姻、人性、生死、灵魂、宗教等问题进行深入探讨,作者强烈的文化使命感跃然纸上。“地势坤,君子以厚德载物”的女性知识分子情怀令人动容。与此同时,全书弥漫着一位女性作家细腻的生命情感感知,行文流动隽永、诗情洋溢。

“医药只能部分解决人肉体层面的问题,更大的问题在于养心和养神。要想‘离苦得乐’,还要内心的觉悟。”《生命沉思录》一书,是曲黎敏从“养生”到“养心”的一次转身。她说,“文学是关乎人灵魂的”。

曲黎敏的再次转向,是创作《从字到人》《诗经:越古老,越美好》《曲黎敏解读伤寒论》《情到深处是中庸》四部经典解读类著作,四书分别是对传统文化经典《说文解字》《诗经》《伤寒论》《中庸》的解读。按她自己的说法,这四本书其实都是围绕《黄帝内经》展开讲“生命”;《从字到人》说文字是生命的拓展,《诗经:越古老,越美好》讲蕴藏在《诗经》里的人性关与美学,《曲黎敏解读伤寒论》则谈《伤寒论》是《黄帝内经》之用,《情到深处是中庸》聊生命的人世。

从中文专业到中医文化传播,再到经典解读,“看似跨界,实则都是对‘生命’的理解,对‘人’的探索,对‘道’的感知”。曲黎敏说,每个人都有自己的“道”,而解读经典,就是曲黎敏坚持的“道”。原来,“养生专家”是网络媒体和大众对她的一个狭义认知,她一直都在致力于挖掘中国传统经典的精华,只是这个经典不仅限于中医文化。其陆续推出的《细品西游》系列,也是“道”中的一环。

■用开智的方式读“西游”

曲黎敏是持续笔耕20年的高产作者,她的作品跨界诗词、中医、文学三个领域,出版了将近20本图书。《细品西游》系列是曲黎敏这两年完成的一部文学经典解读著作,该系列共三本,目前已出版两本,第一本于2024年12月出版,第二本于今年6月出版,均由“长江新世纪”出品。第三本预计在今年年底面世。据作者透露,《细品西游3》将深入探讨“唐僧是否

作家名片

曲黎敏,北京师范大学文学学士,北京中医药大学医学硕士,原北京中医药大学副教授、硕士生导师。著有畅销书《曲黎敏精讲<黄帝内经>》《从头到脚说健康》《黄帝内经·养生智慧》《从字到人》《中医与传统文化》《生命沉思录》《诗经:越古老,越美好》《情到深处是中庸》等。



想成佛”这一核心问题。

《细品西游》系列以《西游记》原著一百回为顺序,在每个章回里挑选出几个问题来品读。《细品西游1》围绕原著的前三十二回设问:第一回的题目是“灵根育孕源流出 心性修持大道生”,何为“灵根”,何为“心性”?再比如:孙悟空当上美猴王后,为什么会突然落泪?起心动念为什么重要?孙悟空名字的由来是什么?“悟能”是什么意思?沙僧为什么冷心冷面?在“四圣试禅心”一回中,为什么唐僧一听要娶女子就“好便似雷惊的孩子,雨淋的虾蟆,只是呆呆挣挣,翻白眼儿打仰”?他到底怕什么呢?

《细品西游2》依然按照《西游记》原著的章回顺序,从第三十三回讲至第六十四回,逐回逐段逐句解读,挑选近百个问题和令人迷惑的点,比如红孩儿为什么永远长不大?黑水河对唐僧意味着什么?通天河为什么重要?为何八戒变童女?悟空为何不善水战?女儿国的可怕之处是什么?诸如此类的问题数不胜数,实则都是人生大问题。

曲黎敏提到,《细品西游1》的主题是孙悟空的一次秘密集训,让孙悟空从猴变成人,再从人变成罪人,再给他一个翻身的机会。而读者从《细品西游2》就更能感受到,整个取经路上的主角是孙悟空,是孙悟空成佛前要做的一件正事。

谈及创作初心,曲黎敏强调经典的“源头性”价值。“我讲《诗经》《黄帝内经》,再到《西游记》,始终在寻找经典中最本初的智慧。”她认为,《西游记》绝非简单的神魔小说,而是一部关于“成长与成道”的寓言:孙悟空从石猴到斗战胜佛的蜕变,暗合每个人突破执念、实现自我超越的历程;唐僧师徒的九九八十一难,实则是“身身体验课”,映射着现实中人们需直面的困境与修行。

提到《细品西游》系列图书,曲黎敏说她的解读方式很适合中学生开智,可以增强学生对文学的阅读理解,让他们理解《西游记》之所以成为经典的内核原因。

在《细品西游》系列图书中,曲黎敏以她独特的知识结构、深厚的文化底蕴和充沛真挚的情感,逐字逐句解读了《西游记》这部经典,希望广大读者从经典中获得知识的同时,也获得古人思考的逻辑和生活的智慧。

■“道”落实到“人”的层面才有意义

《西游记》的“主角”是一僧、一猴、一猪、一沙僧,还有一匹白

龙马,以及形形色色的神仙妖魔鬼怪。

曲黎敏深入剖析了师徒四人的象征意义:唐僧代表“任务执念”,孙悟空是“突破与觉醒”的化身,猪八戒映射“本能欲望”,沙僧则象征“务实坚守”。“这四人合起来,就是一个完整的人。”她笑言,猪八戒常说“凭什么听孙悟空的”,实则说出了每个人内心的动摇,“读懂他们的互动,就能看懂自己的挣扎与成长”。

在作者看来,《西游记》是一个关于修行的故事,一个关于成为自我、战胜自我、颠覆自我、实现自我的故事,也是一个隐喻了我们每一个自我的前生后世的故事,我们的起心动念、我们不敢昭示于人的欲念、我们的无力无助与艰苦卓绝,无不尽在其中。在解读《西游记》的过程中,作者越发认识到这是对自己身体和精神上的一次救赎。

首先是身体上的意义。每一次唐僧师徒遇到妖怪时,作者都会自问,这些妖怪于我意味着什么?我要如何去打破这些谜障?我的身体能否抵抗那些磨难?我的意志能否战胜那些恐惧?于是,作者开始跑步、跳舞,力所能及地锻炼身体、挥舞想象中的金箍棒。随着身体愈加强壮、坚韧,她突然有了一种向死而生的欢乐。

其次是精神上的意义。作者从中医悟到了“认命”与“使命”的不同。在她看来,孙悟空是“认命”的,无论什么来了,他都欣然接着;安排蟠桃园就吃桃,安排炼丹炉就食丹,十万天兵、五百年囚禁、九九八十一难都一一接着。悟空“认命”,但不怕“命”,正是“使命”让一切苦难都充满了意义。如果人生是一场修行,修的便是能否超越自身之“命”,而使“命”更加广大和更有意义。

对于读者关心的“如何读懂这本书”,曲黎敏分享了“细品”之道:先读原著章节,写下自己的困惑,再对照她的解读寻找共鸣。“比如牛魔王家族的故事,表面是借扇之争,实则暗喻盲目扩张的代价——他们占山为王、垄断资源,恰如现实中不懂节制的欲望。”曲黎敏结合古典叙事与当代社会现象,举例予以说明。

曲黎敏坦言,中国文化层面的“道”,只有落实到“人”的层面才有意义,只有从生命之道来解读文化和传统,且只有当每个人都对自我的生命本能和心灵有着充分认知和反省的时候,才可能拥有觉悟、自在的人生。

■作家 心得

写作是一场梦境

特约撰稿人 韩浩月

台外的远景发呆……这些都是运气,聚拢文字的千军万马,从中挑选精兵强将,只待第一个句子跃出脑海,冲动地想要落在纸上或者键盘上,那才是写作的一个良好开端,借助这个句子的“先锋兵”作用,一篇有结构、有布局、有节奏的文章就会被创作出来。

写作者的气势,也可以理解成进入写作前期时的情绪准备,人一旦非常专注地思考一个事情,就会围绕这个事情产生与之相关的一种情绪,想到的事情悲,人就会皱起眉头;想到的事情欢乐,人就会嘴角上扬。写作者的情绪足够饱满了之后,那些情绪就会悄无声息落在文字的背后,形成文章的潜台词。要是一篇文章没有潜台词,那该是多么没有意思的事情。文章是自己的事,又不完全是自己的事,唯有作者与读者共同借文字的媒介共舞,那些文字才更会有价值。

如果文字是一粒粒石头,那么气势与情绪,就是萦绕周边的雾气,石头越铺越远,越堆越高,那些雾气也随之而至,由此构成的远方与高峰,才更有神秘感、更具感染力。优秀的写作者要让读者看明白字面上的意思,也要让读者感受字面后的幽默、有趣、隐喻、比方……读者看见了作者想要表达的内容与观点,这已经是收获,如果宛若看到了作者写作时的表情和状态,甚至作者手舞足蹈或深情款款或怒目圆睁的样子,那则是意外收获,有时候意外收获比收获本身更有意思,也更有味道。

气势和情绪,也不能滥用,当觉察到它们即将“暴雨将至”时,也要学会控制,写字和练武一样,如果不加科学地控制,就会走火入魔,写出一堆怪力乱神

来。是的,写作是需要力气的,所谓内力的形成,就是自身写作素养和面对素材产生碰撞后的控制能力。对于字词的调遣很多时候是无意识的,但事实上就是写作功底在无形地发挥作用,在进入实质写作阶段后,对于文字的控制力要加强,不要任由气势的冲刷和情绪的宣泄,要写七分留三分,要讲究单个字词的精准确度,不要担心在局部较长时间的停留,因为停留本身也是在打磨与思考,为后面更好地表达寻找出路。

有内力的武者,有力却淡定,有内力的写作者,也应该懂得把力气用到合适的地方。首先在写作的时候,要有一定的“架势”,要把“架势”拉开,莫言说“我写作时,我就是皇帝”,其实就是拉开了写作的“架势”,在这个“架势”里,写作者冲锋陷阵,遇城攻城,遇关破关,遇到好的情节或细节,就屯兵积粮,将其好好地扩张、构筑、建造,尽施自己的才华。

当然,这样描述写作者的状态看上去有些累,其实也还是有异曲同工但却显得轻松许多的。比如有的作家会成为时光旅行者,或者成为往事修复师,将自己催眠,沉浸在想要描写或讲述的岁月或时间段中去,那个时候,他其实不必做太多,只需要将看到、感受到、联想到的一切,描摹刻画下来即可,也不用担心笔锋走偏,等到“如梦初醒”之后,有的是时间去精心修改。

是的,写作是一场梦境,写作者状态的获得,就是进入梦境的一个过程。寻找状态,就是寻找梦境的入口,“梦里啥都有”,对于写作者而言,这不是一句调侃的言语,当进入那个理想的境界,怡然自得的写作者自然就拥有了呼风唤雨的能力。

■新书 速递

《大运河历史图谱》出版发行



代运河面貌全方位的展示,将助力江苏乃至全国做好大运河保护、传承、利用三篇文章,更好地

促进水文化、水生态、水经济“三水融合”。

苏雁 李健

《茶道》： 讲述古老茶乡动人故事

何正权长篇小说《茶道》(作家出版社)书写了一部厚重的中原茶文化史诗。

小说的故事发生在美丽茶乡河南信阳。主人公竹喧是一位颇有名望的文物修复专家,给人踏实、可靠、稳重的印象。他呕心沥血修复父亲打碎的珍贵玉佛,成为文物专家后,他追寻玉佛和中华珍宝,与柳家姐妹结缘,意外找回失散的爱。贤山书院院长苏桐沉稳内敛、受人尊敬;慧明身世坎坷但又不凡,出生时与彩蝶相伴;茶仙子自强不息,逐梦茶乡……《茶道》里的人物,在俗世里摸爬滚打,起落沉浮。小说塑造了具有鲜明个性的人物群像,构筑出一个丰富多

彩的文学人物世界。

文物是《茶道》的重要脉络。小说缘起,就是少年竹喧在修复白玉观音时,意外发现自己的唾液具有修复、黏合文物的神奇功能。到最后,大婚之夜,追回失散多年的白玉观音后,他又神奇地失去这一功能,导致白玉观音玉碎香残。围绕主线,小说先后写到多种文物,展示了信阳作为中原文化发祥地之一历史的厚重。

在写作风格上,作者的笔触十分细腻。比如,“你想起深山那个磨坊。老驴拉磨,把豆子磨成豆浆。豆浆一桶一桶地在棉布做的摇筛里过滤,滤掉碎末、杂质,变成纯浆。纯浆倒进



两口连通的大铁锅,加上捣成碎末的石膏。锅底架起劈柴,熊熊燃烧。豆浆在锅里沸腾,千滚万滚,越煎熬,内质越精粹……”作者借慧明的眼和心,把中国最常见的豆腐,写出了生命和灵魂。

周百义