

书香·航空

读《蜀道难》

傲视尘俗的绝世仙歌

| 中航国际物流 刘英瑾

重读古诗，洗净心中对诗歌原有的浅薄的解读以获得新的认识和看法，往往成为我现在读诗的最大乐趣所在，每有所获，都好像珍贵的东西失而复得一样，万分的欣喜往往不能自抑。

《蜀道难》是一篇让我有失而复得喜悦之感的诗作。曾以为这不过就是一首赠别去蜀之友人，暗含劝慰其道途艰险早日归还，以及讽谏事实、映射现实的诗作。艺术上极其完美臻熟，高蹈不俗，但境界上不出古乐府之旧题诗旨。但是当我真正对李白的精神气质有所深味之后，我再次翻开诗集看这首诗，却发现了一个极为高远深邃的境界，我才发现这不是人之作，而是仙之歌，是太白谪仙傲视凡俗的绝世仙歌。

要深入到这一层意思，我们还是先从作品入手，来看一看作者在每一句句中所深蕴的情感和傲骨。

诗作一开篇即突兀而来，以先声夺人之势惊叹蜀道之艰难。“噫吁嚱”为蜀地之方言，《宋景文笔记》中曾载：“蜀人见物惊异，则曰：‘噫吁嚱。’”之后又以两个形容词“危”“高”概括了蜀地的总体特点，到此太白觉得渲染的还不够，于是一句奠定全诗基调之语仿佛由天而降、凌空而出：“蜀道之难难于上青天”。此三句开篇，全诗雄伟奇崛的艺术基调由此而定。如凭空乍起晴天霹雳气势句不虚发，蜀道之叹语，一个语言上的阻隔；一个危高之道是地理上的阻隔；一个难于上青天却是天之浩渺地之苍苍的阻隔。层层阻隔下太白把读者完全置于一个陌生而孤独的境地，你会发现太白笔下那个妄图过蜀道的人是完全的陷入了一个不可超越的境界，太白似乎是在嘲笑他，但太白又何尝不是在嘲笑自己，蜀道是人之道吗？我们一群凡夫俗子来这里干什么？我们为什么来到这里？这样的追问贯穿了太白《蜀道难》的全篇，似一股精神的潜流浅浅流动，以后的文字都是对这一追问的渲染和展示。

蜀道之难的具体情况是怎样的呢？诗人没有先直接对正面描写，而是自然跳转到蜀道的历史回顾中去，“蚕丛及鱼凫，开国何茫然！尔来四万八千岁，不与秦塞通人烟。西当太白有鸟道，可以横绝峨眉巅。地崩山摧壮士死，然后天梯石栈相钩连。”在诗人的笔下它那样无所追寻，蜀道的开掘能上溯到什么时候实在难以考究，只知道是远古的远古，四万八千岁是多么久远的年代，那块土地都独立自主地生存着，那是一块人间土地吗？在夸张的笔法与神话的奇幻交织下，蜀地突然间变成了一片神秘奇异的所在，在这里，我们感到蜀地已经不是一片实在在

间的乐土，它更像一个天外的世界，一个梦想的存在，一个不可近人的境界。

“上有六龙回日之高标”到“使人听此凋朱颜”，诗人从历史的回顾中收笔，将抽象的感叹转化为具体的描写，驰骋自己的丰富的想象，综合各种艺术手段，写尽了山的高危之势。这里突兀而立的山峰，高标接天，挡住了太阳神的运行；而这山下却是冲波激荡的、曲折回环的山川大河，山之高与川之深，山之高与水之险相互映衬更见奇崛。山高得连能健飞千里的黄鹤都不得过，连矫捷如飞的猿猴都愁于攀岩，真是难上加难。而那人蜀的唯一通路青泥岭又怎么样呢？“青泥何盘盘，百步九折萦岩峦”峰回路回，山势峻危，据载，青泥岭是“悬崖万仞，山多云雨，行者屡逢泥淖”，难怪过道之人都是，“扪参历井仰胁息，以手抚膺坐长叹”。普通人的渺小在这里被书写的淋漓尽致，他们试图超越生命的绝境，他们有着高绝的理想，但是他们无法超越，他们在理想的高远与生命力的渺小中挣扎，难怪蜀道上的人们会自然而然地由生一丝幽情，“但见悲鸟号古木，雄飞雌从绕林间。又闻子规啼夜月，愁空山”，空谷中的悲鸟在枯枯阴深的山林里上下翻飞，不时地发出一两声哀号；子规啼血，更添荒山的空寂悲凉。生命本是脆弱不堪一击的，可是人类却总要不停地用脆弱的生命对抗洪荒自然的强大。在这本就是充满着悲剧感的人生里，我们却依旧要用我们微弱但却不息的生命力去对抗，哪怕结局注定是幻灭的，但却正是在这不屈服的抗争中，人才不会堕落，人才活得有所尊严。

一程高危，一程神秘，一程荒凉，然而迤迤千里的蜀道还有更为奇险的风光。山、壁、水，各有奇绝。“连峰去天不盈尺，枯松倒挂倚绝壁”两个静态的画面定格，既写山之高接云天，又见壁之险象丛生。忽而水光四射，浪石激荡，山谷轰鸣，飞快的画面闪过，惊险万状有排山倒海的艺术效果。“其险也如此，嗟尔远道之人，胡为乎来哉”“剑阁峥嵘而崔嵬，一夫当关，万夫莫开。所守或匪亲，化为狼与豺，朝避猛虎，夕避长蛇，磨牙吮血，杀人如麻”作者极力描写蜀道的惊怖畏惧之感，极力渲染艰险之中的巨大气魄。我们为什么来这里？这不仅是太白在蜀道的之上的追问，更是太白一生求索的追问。太白为人，有着常人所无法及的激情与气魄。他一生积极入世，希望有所作为与入世，但却终生不得。但太白不是普通人，普通人不得志有的是失志之悲，是悲观是失望是灰心是丧气，但太白不是。太白不得志，可他依旧有自己超越的办法，他身上有着冲越一切阻隔、傲视一切樊篱的高度的自由精神。他不需要别人理解他，因为他身上有着与生俱

噫吁嚱，危乎高哉！蜀道之难，难于上青天！蚕丛及鱼凫，开国何茫然！尔来四万八千岁，不与秦塞通人烟。西当太白有鸟道，可以横绝峨眉巅。地崩山摧壮士死，然后天梯石栈相钩连。上有六龙回日之高标，下有冲波逆折之回川。黄鹤之飞尚不得过，猿猱欲度愁攀援。青泥何盘盘，百步九折萦岩峦。扪参历井仰胁息，以手抚膺坐长叹。

问君西游何时还？畏途巉岩不可攀。但见悲鸟号古木，雄飞雌从绕林间。又闻子规啼夜月，愁空山。蜀道之难，难于上青天，使人听此凋朱颜！连峰去天不盈尺，枯松倒挂倚绝壁。飞湍瀑流争喧豗，砅崖崖石万壑雷。其险也如此，嗟尔远道之人胡为乎来哉！

剑阁峥嵘而崔嵬，一夫当关，万夫莫开。所守或匪亲，化为狼与豺。朝避猛虎，夕避长蛇；磨牙吮血，杀人如麻。锦城虽云乐，不如早还家。蜀道之难，难于上青天，侧身西望长咨嗟！

来的自信与勇气，因此，他一无所惧，纵然他很了解生命的结局在哪里，可他依然要不断开拓。

《蜀道难》歌颂无所畏惧且悲剧性的生命力量。我们活着，其实有时也好像走在一条艰难的蜀道之上，我们的结局注定虚无，没有人能真正的超越，但是我们依然要抗争，要开拓，要进取，因为我们要捍卫生命的尊严，我们不能在强大的自然规律的压迫下显得那样渺小而无力，相反我们活着就要证明自我生命意志的存在，就要超越生命的局限。太白在这个角度傲视、审视着，他把生命尊严最完美的一面展示给世人，于是他站在仙人的角度俯视苍生的生命选择，这就是蜀道难的精神气质，这也是太白的精神气质。

《蜀道难》是一首奇异的诗，一首不俗的诗，是生命意义的探求和生命尊严的捍卫之歌，不论在思想上，还是艺术上都是一部旷世的优秀作品，值得我们反复体味，亘古传唱。

| 航空工业陈飞 汪露

“腹有诗书气自华，亲爱的朋友们，在这个碎片化的时代，你有多久没有读完一本书了。今天和大家分享的文章是……”每天晚上睡觉前，听着耳机里传来的悦耳的朗读声，伴随着娓娓道来的名著、美文、故事、感悟、哲理等文章，我安然进入梦乡。

手机里有个公众号，叫“有书”。不得不感谢它近半年来给予我的陪伴。一次偶然的机会，手机扫码添加了“有书”公众号，从此生活增添了一份色彩。每天都会推送7~8篇文章，涉及美文、专栏、格调、女性、有料、认知、成长等方面。每天有主播来诵读，也可以分享和点赞，在文末的留言区，还可以和其他书友一起互动，发表自己的感想、建议。这让我爱不释手，每天都会听上1小时左右。

“有书共读计划”是“有书”2015年12月12日发起的读书活动。过去一年的数据显示，90%加入有书共读行动计划的书友在第一个月读完了4本书，有近43%的书友一年坚持完成了24本书的阅读；近28%的书友一年坚持读完了36本书；有近19%的书友真的一年读完了52本书。

每天用手机“听书”已经成为我生活的一种习惯。睡觉前静静地聆听，每篇文章的精髓都轻轻地潜入脑海触碰心灵。工作休息时，我也会戴上耳机，沉浸在美好的“听书”中，缓解工作中的紧张。坐车出行时，我会戴上耳机，不论周围环境多么嘈杂，美文、美音总能洗净心灵的尘埃。

记得前几日听过一篇文章《看了延禧攻略，女儿就该这么养》，主播用清爽干净的语气和听

以物传志：逝者如斯英雄长存

| 中国航发航材院 朱之棻

老年大学为纪念改革开放四十年筹备“老物件特别展”发出了征集令，思忖良久，我有吗？其实家里并没有什么像样的宝贝，只好底气不足地问：“书，算吗？”

嗯，我能想起的只有它了。漫长人生道路上，一本人物籍始终坚持与我共同走来，林林总总收集众多，既是我的珍物，也是我几十年相伴的旧友。

我找出了珍藏了60多年的《钢铁是怎样炼成的》一书送展。60多年前，我在王府井新华书店排队买到了这本书。书中的主人公就是原苏联的英雄保尔·柯察金，他在新中国建国初期是人人皆知的苏联英雄，他的革命事迹鼓舞了几代中国青年，是大家学习的楷模。

我想起了他的名言——“人最宝贵的是生命，生命对于我们来说只有一次。一个人的生命应当这样度过。当他回首往事的时候，他不因虚度年华而悔恨，也不因碌碌无为而羞愧，——这样，在他临死的时候，他能够说，我整个的生命和全部精力都已献给世界上最壮丽的事业——为人类的解放而斗争”。如今，这句名言仍有强大的生命力，给人以力量为实

众互动：生了女儿之后，感觉自己变成了一个矛盾体，一面希望她成为优雅端庄的小淑女，一面又鼓励她特立独行做自己；一会儿希望她能温和谦逊，一会儿又担心她脾气太好会吃亏，看了这部剧以后有了一个意外收获，那就是终于明白自己要把女儿养成什么样子。听到这里，眼前立刻闪现出剧中那个机智聪明、行事果断、善恶分明的女孩魏瓔瓔。《延禧攻略》为什么会收视率爆表，是因为它一改往日女主角“傻白甜”的形象，剧中主角魏瓔瓔虽出身于卑微的“包衣”家庭，但是她自立自强，除了绣工了得，办事也干净利落，个人能力极强，善于学习，会把握机会主动提升自己，终于通过努力改变了自己的命运。虽然剧中疑点重重，但是告诉我们：女孩子是也要拼实力的。主播接着陈情，自我保护是堂必修课，女孩就该“不好惹”。此时想起剧中的一句台词“我，魏瓔瓔，天生脾气暴不好惹，谁要是再叽叽歪歪，我有的是法子对付她”。人心存善良，更应懂自保，一味的软弱，只会让自己受欺负。主播讲述了仗义的江歌姑娘无辜地血溅异国，善良的女孩胡伊萱好心送孕妇回家一件件事例，直达文章的主旨，越聪明越有能力善良。听到此刻醍醐灌顶，我也要告诉我的孩子，要做一个善良的聪明人。

“有书”每天推送的文章都能及时捕获当下流行的人、事、物，与社会连接紧密，贴近生活，提出很多标新立异的观点，推陈出新的想法。每天忙于工作、带娃、家务、应酬，已经很久没有抽出完整的时间来读书了，现在，“有书”成了我的良师挚友，它既保护了我的眼睛，还能放松心情，更能增长知识，丰富阅历。”“听书”也成为我生活中不可缺少的一部分。

现最壮丽的事业而不懈奋斗。

其实，在中国也不有一位“保尔·柯察金”，他就是吴运铎。他是新四军兵工事业的创建者和新中国兵器工业的开拓者，曾被评为100位为新中国成立做出突出贡献的英雄模范之一。他写了一本书《把一切献给党》，也鼓舞了几代青年人为建设新中国而献身。

吴运铎在20世纪50年代初，专程来到航材院做报告，直到现在，许多老同志们依然对他记忆犹新，从吴运铎的身上学到了一些受益的革命道理，吴运铎精神永生。

逝者如斯，英雄长存。英雄人物像一个路标，指向一种高尚的人生，赋予个人为之努力和奋斗的方向，无论时代如何变迁，但精神终将永存。几十年过去了，保尔·柯察金、吴运铎等英雄人物依然永远活在我们的心中。

爬坡摇车，小角度切弯……

今日的风雨把一年来骑行收获的点点滴滴连在一起，我们就像两个淘气的大孩子，任由雨水在身上流淌，在牵扯和追逐中，放下所有杂念，迎接风雨的洗礼。

30年前，中国是当之无愧的自行车大国，对当时的年轻人而言拥有一辆自行车就和今天拥有一辆汽车一样。随着时代的发展，自行车逐步退出了主要交通工具的舞台，一个家庭拥有自行车的计划也被电动车和共享单车取代。在这样的背景下，骑行仅作为一项爱好和运动被保留了下来。

而如今随着现代技术的应用，让自行车运动发展出了新的生命。高强度铝合金及碳纤维材料的普及，使得一辆运动公路车整车的重量在9千克以下，整车的行驶寿命超过了6000公里；北斗卫星技术的民用化，让拥有双星定位的码表可以全程准确记录行驶数据，导入路书还能进行线路导航；加工装配技术的提高以及不断优化的城乡道路网，使骑行品质和体验大大提升；此外日益丰富的全民健身文化，让越来越多的人关注和喜爱自行车运动，谈论一年

一度的环鄱阳湖赛事的同事越来越多，梦想拥有一辆公路赛车作为健身工具的高求也越来越普遍。对我而言，骑行不仅能给我一个好身体，还能让我体验一种低调的华丽，一份平凡的新意。

雨越下越大，雨水让视野变得模糊，路面的积水没过车轮辐条，骑车有如行船。我们只能降低速度，小心返航。风带着雨，雨带着我，也带走了更多的热量，虽然张口便能喝到水，但是肚子已经饿得不行。这时候总能想起家，一个最温暖的港湾。我就像是玩累了的孩子，迫不及待地走在回家的路上。

穿过熟悉的街道，走进熟悉的生活。人不能两次踏进同一条河流，功过成流水，均付风雨中，但最想的是冰箱里薯条和奶黄包的香味。千好万好，安全回家最好。骑行结束，穿暖吃饱，再泡上一壶茶，悠然地品味今日的骑行，继续谋划明天的工作。

【健康】

养生

秋季护眼有妙招

美国《预防》杂志总结造成视力突然下降的六大原因：1.整天盯着屏幕看引起数码眼疲劳；2.隐形眼镜戴久出现眼干和发炎疼痛；3.一般外伤引起的角膜擦伤，症状为视觉模糊、红肿或是眼内异物感；4.因怀孕而产生一过性近视或远视眼；5.服用了某些药物刺激；6.患有青光眼。目前随着秋季气温逐渐下降，天气也越来越干燥，眼睛此时更容易受到内外部侵袭。如何在秋季保护好你的眼睛，预防秋季眼病谨记这些妙招。

远

长时间近距离看东西，会导致睫状肌痉挛，产生视疲劳，甚至引发近视或眼疾。这时候，可以站在窗口向远处和绿色的地方看；如果高楼林立，往楼顶看也可以，但要注意不要让阳光直射眼睛。此外，还可在周末多进行一些户外活动，如放风筝、打羽毛球、登山等都是有利于远眺的项目。

动

转动眼球缓解疲劳闭眼转动眼球，这样能放松眼部肌肉、醒脑明目。但需要提醒高度近视的患者，转动眼球

时一定要慢，不要太快，以免对视网膜造成伤害。除转眼球外，按摩或眼保健操也可放松眼部肌肉，如果觉得眼睛疲倦时，可以揉一揉眼周穴位，注意不要按揉眼球。

润

秋季空气干燥，我们的眼睛也会像皮肤一样，有干燥不适的感觉。可以尽量多喝水，保证身体水分充足，同时适当配合滴滋润的眼药水来缓解，要选用无防腐剂和无抗生素的成分护眼产品，但是不要过于频繁使用，否则容易让眼睛对眼药水产生依赖。

暖

灸目通经络。灸目前要洗净双手，闭上眼睛，用两手掌相互摩擦至发热，双手掌心迅速地按抚到双眼上，将掌心的温度传递给眼睛，促进眼部血液循环。浴目则是利用热水、热毛巾或中药煎剂的热气蒸腾上熏眼部的治疗方法，或者选用远红外热能眼罩。浴目需要特别注意水温，大概在40℃左右即可，太热可能灼伤眼睛及周围皮肤，太凉达不到温经通络的效果。但对某些特殊人群来说，寒冷可能成为眼疾的诱因。有高血压、糖尿病的人眼部血管较为脆弱，在天冷时应格外注意眼睛保暖。过敏体质的人，冷刺激还可以诱发过敏性结膜炎。



吃

从身体出发，提倡平衡膳食，着中养护肝气。护眼黄金食物胡萝卜：胡萝卜中含有大量的胡萝卜素，在人体内可以转化为维生素A。维生素A又能在人体视觉的形成中发挥着重要作用。菠菜：富含钾、钙和镁元素，能帮助眼部肌肉增强弹性，不容易发生近视。枸杞：要想发挥枸杞的护眼功效，最好且最简单的方法，就是将其嚼烂了吃下去。一般健康的成年人每天吃20克左右。

有好的视力才能提高生活和工作质量，眼睛不舒服，视力不清晰会影响我们的日常工作和生活。视觉下降对人体所有感觉器官，包括肢体动作都会带来直接冲击和影响，连锁引发心理上一系列反应。因此，保护视力健康，对于保证身体健康意义重大。专家建议：平时养成早睡早起，合理作息习惯，加强锻炼，增强抵抗力；抵抗力弱的人群，可以用中医手段进行体质调养，恢复身体元气，从而拥有一双明眸美目。（综合）

雨中骑行

| 航空工业洪都 陈健

前一阵，江西各地预报普降暴雨，本打算去武功山的出游计划只能作罢。于是呼朋引伴，邀上坚毅，打算改为骑游南昌放松一下。我们整理好两辆公路车，戴上骑行安全帽，调好计时码表，便从洪都出发。刚到洪都大道，几滴雨点落在脸上，眼看不远处乌云压境，可此时内心对骑行的渴望，早已不顾满天的乌云，急促而不停歇的脚步，勇敢地骑向诗和远方。

“强撞”，“行”！5分钟后，暴雨遭遇战打响。大雨扑面而来，顿时路面趟起积水，车轮溅起的水花打到头盔上，雨点撞击之后顺着帽檐在视线前方落下一道水帘。我们紧握车把，捏捏手变，在风雨中穿行。这样的雨天总会不禁让人想起很多往事：2013年，新高教试飞，也是在这样的雨天里，飞机如同倔强的海燕一般一飞冲天。雨，总是如此不期而遇，既然无法避免，不如放开自己，彻底与它邂逅。

喜欢骑行是在2017年，和很多朋友一样，参加完2016年底南昌马拉松之后，开始迷恋上跑马和骑车这种耐力运动。运动把原本单调、乏味，压抑的生活彻底改变了，从此我的生活多了一个个骑行的故事：环千岛湖骑行，南昌至宜春200公里跨城骑游，南昌至武宁西海200公里骑行。我逐渐爱上了这种追风骑行的感觉，胎压11，心率150，功率200瓦，大盘带小飞，配速32，前骑破风；

爬坡摇车，小角度切弯……

今日的风雨把一年来骑行收获的点点滴滴连在一起，我们就像两个淘气的大孩子，任由雨水在身上流淌，在牵扯和追逐中，放下所有杂念，迎接风雨的洗礼。

30年前，中国是当之无愧的自行车大国，对当时的年轻人而言拥有一辆自行车就和今天拥有一辆汽车一样。随着时代的发展，自行车逐步退出了主要交通工具的舞台，一个家庭拥有自行车的计划也被电动车和共享单车取代。在这样的背景下，骑行仅作为一项爱好和运动被保留了下来。

而如今随着现代技术的应用，让自行车运动发展出了新的生命。高强度铝合金及碳纤维材料的普及，使得一辆运动公路车整车的重量在9千克以下，整车的行驶寿命超过了6000公里；北斗卫星技术的民用化，让拥有双星定位的码表可以全程准确记录行驶数据，导入路书还能进行线路导航；加工装配技术的提高以及不断优化的城乡道路网，使骑行品质和体验大大提升；此外日益丰富的全民健身文化，让越来越多的人关注和喜爱自行车运动，谈论一年

