



心 观念

树的伤痕与人的缺憾

这种健身

张 坤

每一棵树都是我的孩子啊！日前，有关植树节的一条新闻中，一位坚持守山39年的老护林员，含泪抚摸着被砍成重伤的树说。

十年树木，百年树人。人与树之间的生命史诗启迪着我们：人若不能学树，又岂能真正树人？

一棵树在漫长的成长过程中，会遭遇大大小小的挫折和灾难。要是能挺过去，就能成为经受住考验的成熟的树。其实一个人的成长不也是这样吗？几乎没有谁的成长没有缺憾、不犯错误、不遭打击，但我们对生命的全部眷恋和咏叹，或许正是带着缺憾一路磕磕绊绊、一路不畏艰险地奋力奔跑！

青年时代的梁实秋曾经提醒同龄人：树与人早晚都是同一命运，都要倒下去，只有一点不同，树担心的是外在的险厄，人顾虑的是内心的风波。

而陈独秀这样警告他那个时代的青年：青春如初春，如朝日，如百卉之萌

动，如利刃之新发于硎，人生最可宝贵之时期也。青年之于社会，犹新鲜活泼细胞之在人。

《礼记》有言：孟春之月，盛德在木，几千年的树木与树人同在融通，立德树人与麻木不仁相对而成。一代又一代青年的成长，犹如一代又一代树木的成长。从十四五规划纲要看青年高质量发展，大国远景，近在青年眼前，茂密森林，近在一棵棵树木中。

在四季轮回的歌声里，生命不息，人与树随着时光之曲共同延展，流淌成一首安详悠远的自然史诗。

当学一棵树，天行健，君子以自强不息，地势坤，君子以厚德载物。站在两个一百年的历史交汇点，强国一代有我在，珍惜时光有作为，向下扎根，向上长树干，向内补营养，向外增枝叶，不畏艰难，勇往直前，以昂扬姿态勇立风雨之中，常沐阳光之下。大雪压青松，青松挺且直，缺乏苦难磨炼，人生将如那温室中花朵，剥落全部光彩，幸福也无从谈起。

当学一棵树，牢牢扎根，品德之根，稳稳立住，修养之魂。水流千里总有源，树高千丈总有根，立本以修身、立志以成长，增长才能，勤练专业之精。做到向下能汲取营养，向上能支撑树冠生长。

当学一棵树，胜非其难也，持之者其难也。繁茂初心，之叶不忘本，常怀爱民之心不懈怠。在全心全意服务人民的过程中，约君切勿负初心，天上人间均是一。

当学一棵树，内外兼修，左右团结，上下贯通，独木难成林，树木丛生，百草丰茂。在帮助、服务他人的过程中，不断改正自己的错误、弥补自己的缺憾，因为有了这样一种不断成长的能力，我们才能避免陷于信息茧房和路径依赖，而不自知，才能适应不断变化的挑战，驾驭变化中的机遇。

在《战争与和平》巨著中，有一段公爵与老橡树的对话，就体现了树的生命对人

的生命所产生的影响，中国古今也有说过：树犹如此，人何以堪。人是会走的树，树是站立的人，前几天看到两条同时发布的新闻，生出一份好奇：人之差异竟会如此，树何以看？

江西宜春的8岁男孩小文博不幸遭遇车祸，确认脑死亡。父母捐出其肾脏、肝脏，让他的生命以另一种方式延续。父亲说：可以救3条人命，我愿意捐出去。目前，有3位患者已接受移植。网友含泪送别小天使！

江苏连云港的仰某三兄妹违反森林防火规定，火星掉落致大面积山林被烧，1100余株树木被烧死，过火林地面积37亩。仰某因失火罪被判有期徒刑1年，缓刑2年，3人连带赔偿生态环境损失39万余元，并在涉案地补种1500株黑松和500株朴树，验收时保存率需超90%。

人树本一体，美丑在一心。百年后，留在树心年轻记忆中的，人，会是什么样子呢？

敦煌研究院的一面墙上写着：历史是脆弱的，因为她被写在了纸上，画在了墙上；历史又是坚强的，因为总有一批人愿意守护历史的真实，希望她永不磨灭。

敦煌壁画乐器复活记

暖 心

中青报 中青网记者 王 豪 魏其濂

人们赞叹过敦煌的色彩、迷恋过敦煌的形象、抚爱过敦煌的典籍，却没有聆听过敦煌的声音。不，不是风吹鸣沙，而是壁画乐器在跳动。这是敦煌壁画仿制乐器音乐会的开场白。

85后海归马成虎未曾想到，在这个年轻人更青睐潮、酷的时代，有人也热衷于考古，并在B站上传了这场29年前举办的音乐会的影像资料。分辨率最高只有360P的视频中，整个舞台是金色调的，背景板上画着一尊大佛。伴随敦煌乐声，款款走出的女舞者手捧花盘，衣袂飘曳，音乐家们也全都身着古装进行演奏。现场一如敦煌壁画所描绘的场景。

马成虎现任甘肃丝绸之路文化创意工场有限公司总经理。他和团队的年轻人也曾带着最新一批的壁画仿制乐器多次还原过类似的画面。严肃如敦煌文博、中国国际文化旅游博览会，诙谐如抖音上披着土味围巾的摆拍组合。有网友留言，不怕沙雕多，就怕沙雕凑一窝，但紧接着的就是看到你们的第一秒，我就想到了敦煌。

敦煌石窟中，240个洞窟有音乐内容，包括3250余身乐伎、490组乐队、44种4549件乐器。89岁的郑汝中是最早开展敦煌壁画乐器仿制工作的学者。

1980年暑期，在安徽师范大学从事音乐艺术教学工作的他到敦煌旅游，感觉敦煌像我梦里的东西。如同敦煌守护神常书鸿偶然看到《敦煌石窟图录》，放下在法国的无限风光和优质生活，在战火纷飞中来到敦煌。因为那一次旅行，敦煌乐器也成了郑汝中的执念和终生都在破译的学术密码。

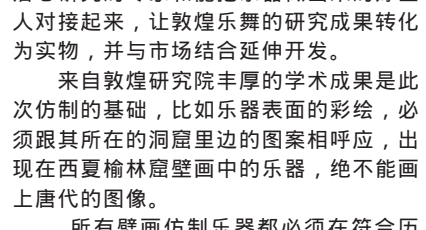
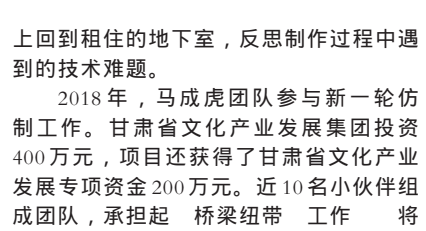
返校后，郑汝中给时任敦煌文物研究所所长的段文杰写了一封信（1984年，敦煌文物研究所扩建为敦煌研究院，记者注）。段文杰热情回复，欢迎他到敦煌从事研究工作。

郑汝中任教的高校许诺要给他提教授，郑汝中婉言拒绝，我不是要当教授，去敦煌是因为兴趣。1986年，郑汝中和夫人台建群来到自己心心念念的敦煌。自此，风卷黄沙不再是莫高窟的全部声音。

他还托美术专业的学生刻下一枚中国敦煌郑汝中书写的押脚章，直到今天，也常常自称敦煌老头。

初到沙漠腹地，郑汝中伉俪既要克服常年干燥、严冬酷暑的生存环境，还要从头开启新的学术研究领域——图像音乐学。慢慢来吧！段文杰和其他同事宽慰着没有敦煌学知识基础的郑汝中。郑汝中却无法让自己慢下来。492个洞窟，看一遍至少需要3个月的时间，郑汝中连着看了3遍。他身材偏胖，腿脚有些不便，可还是像个小小伙子一样爬高上低，绘图拍照，有时累了，就干脆睡在洞窟或资料室里。研究院的老先生们感念其诚，纷纷伸出援手，郑汝中进步飞速。

1987年，日本奈良级敦煌研究专家藤枝晃来中国参加敦煌学国际会议，听了郑汝中的《敦煌壁画乐器研究》报告。藤枝晃称赞：只有真正在莫高窟做研究的人，才能写出这样的文章。这既是对郑汝中的肯定，也是对研究者们扎根大漠刻苦钻研的莫高精神的褒奖。



回到租住的地下室，反思制作过程中遇到的技术难题。

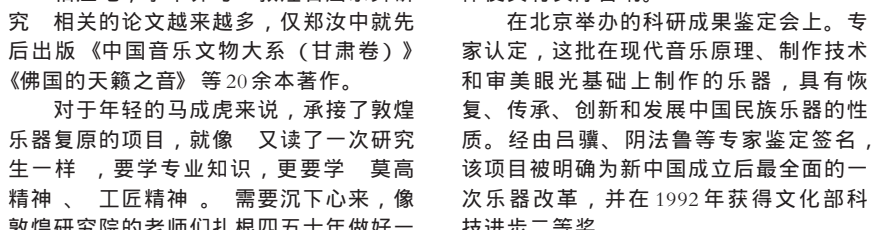
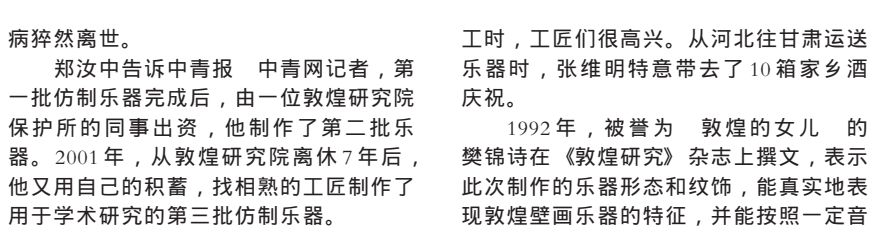
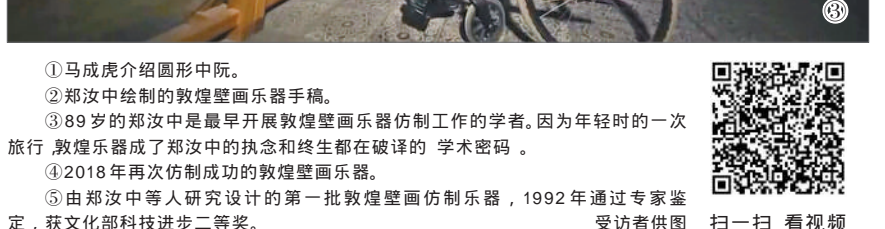
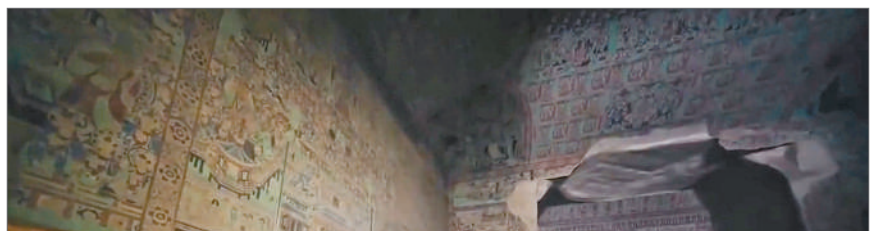
2018年，马成虎团队参与新一轮仿制工作。甘肃省文化产业发展集团投资400万元，项目还获得了甘肃省文化产业发展专项资金200万元。近10名小伙伴组成团队，承担起桥梁纽带工作，将潜心研究的专家和能把乐器做出来的好匠人对接起来，让敦煌乐舞的研究成果转化为实物，并与市场结合延伸开发。

来自敦煌研究院丰厚的学术成果是此次仿制的基础，比如乐器表面的彩绘，必须跟其所在的洞窟里边的图案相呼应，出现在西夏榆林窟壁画中的乐器，绝不能画上唐代的图像。

所有壁画仿制乐器都必须在符合历史的基础上复原或创新。在敦煌研究院多位专家高标准要求下，仿制工作被细分为搜集资料、论证、制图、线描、彩绘、选材、制作、雕刻、漆光、装配、调律等15道工序。

仿制要考虑乐器外形、音色、制作成本、运输条件。马成虎说，各种困难依旧是一山放过一山拦。此外，还要考虑乐器完工后的转换问题。争取让项目成果以人们喜闻乐见的方式被推出，并能够与市场结合，产生相应的价值。

仿照壁画制作乐器，既不知悉各个部位的具体尺寸，也看不到它的内部结构，更听不到它们原有的音响效果。早在90年代第一批复原乐器面世之际，著名琵琶演奏家、中央音乐学院教授林石城就断言：制作此种乐器确实难度很大。



病猝然离世。

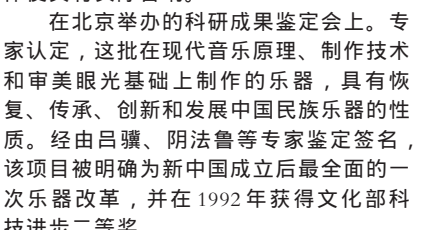
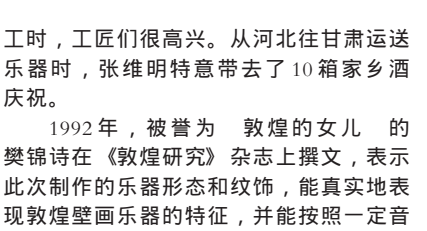
郑汝中告诉中青报 中青网记者，第一批仿制乐器完成后，由一位敦煌研究院保护所的同事出资，他制作了第二批乐器。2001年，从敦煌研究院退休7年后，他又用自己的积蓄，找相熟的工匠制作了用于学术研究的第三批仿制乐器。

相应地，学术界与敦煌石窟乐舞研究相关的论文越来越多，仅郑汝中就先后出版《中国音乐文物大系（甘肃卷）》《佛国的天籁之音》等20余本著作。

对于年轻的马成虎来说，承接了敦煌乐器复原的项目，就像又读了一个研究生一样，要学专业知识和更专业的莫高精神、工匠精神。需要沉下心来，像敦煌研究院的老师们扎根四五十年做好一件事的精神一样，慢工出细活，可能不用去追求当时的效益。

项目伊始，郑汝中对自己这群毛头小子持怀疑态度，一度担心自己的研究成果被过度商业化。但在一次次沟通中，双方有了更多了解。

如今，市场上的乐器制作分工更加精细、自动化程度很高，工厂大多有现成的模具、材料，批量生产，因而很少有人愿意承接仿制壁画乐器这样吃力不讨好的工作。马成虎和团队走进了上海、苏州、扬州、北京、河南、河北等地，先后拜访了30余位民族乐器的制作工匠。



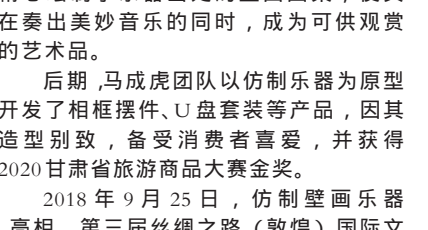
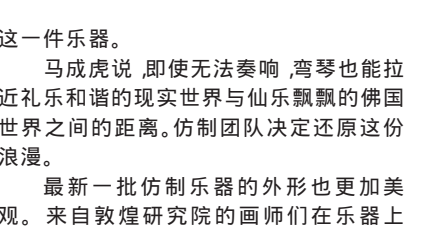
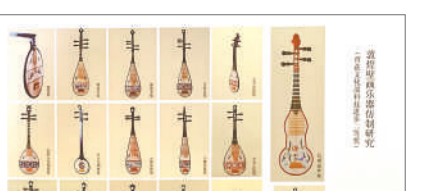
和其他工匠一样，扬州琴筝研制专家田步高最初也是拒绝的。一次游说中，马成虎提到郑汝中复原壁画乐器的种种渊源。不料，田步高拿出了几封泛黄的信件。原来30多年前，郑汝中就与他通信，希望他将壁画中的乐器做成实物。

奇妙的缘分最终让田步高接下这份富有挑战的工作。制作第220号石窟壁画中最为打眼的花边阮。

既然让自己的作品打上敦煌的烙印，那就得一点一滴。田步高推掉了手头的工作，一心一意钻研壁画乐器。花边阮的花边是一片一片的，里面还要进行打控，不能用冲压机，全靠人工慢慢打磨。外面要弧形，里面也弧形，还要嵌边、嵌面，费了很多人工，花了很多精力，也浪费了不少材料。田步高说。

壁画里的花边阮棱角过多，违背了乐器盘圆柄直才能让声音圆润地流动起来的声学原理。针对这一缺陷，田步高与郑汝中反复试验，最终决定增大共鸣箱与琴身的比例，延长琴弦的长度，克服花边阮的先天下不足。

类似的挑战有很多。制鼓匠人张维明记得做鼓时，因为材料不符废掉一批，因为外形与史料有偏差无法交差，还因为尺寸比例不利于人胳膊的活动被驳回，它并不是传统的工业化产品那么简单。交



工时，工匠们很高兴。从河北往甘肃运送乐器时，张维明特意带去了10箱家乡酒庆祝。

1992年，被誉为敦煌的女儿樊锦诗在《敦煌研究》杂志上撰文，表示此次制作的乐器形态和纹饰，能真实地表现敦煌壁画乐器的特征，并能按照一定音律使其有实际音响。

在北京举办的科研成果鉴定会上。专家认定，这批在现代音乐原理、制作技术和审美眼光基础上制作的乐器，具有恢复、传承、创新和发展中国民族乐器的性质。经由吕骥、阴法鲁等专家鉴定签名，该项目被明确为中国成立后最全面的一次乐器改革，并在1992年获得文化部科技进步二等奖。

2018年最新一次的仿制，一共完成弹拨、吹奏、打击、拉弦4大类97种245件乐器，相较于1992年完成的15种22件打击乐器，7种12件吹奏乐器，11种19件弹拨乐器，1种1件拉弦乐器，数量更多、质量更高。

在1992年敦煌壁画仿制乐器音乐会中承担琵琶演奏的中央音乐学院教授章红艳回忆，第一批仿制乐器是有那个形状，但声音真的是不好听。重新仿制的乐器让她满意了不少，它的声响符合现代人审美，它会唤起人们对历史的追思。

不好听是郑汝中在第一次仿制时颇感遗憾的事。由于经费原因，该批乐器只能使用做家具用的白木。而在最新一次的仿制中，木头大都变成了木性稳定的黄梨木。

曹 林

提到冷静期，似乎舆论多持复杂态度，屁股决定脑袋，害怕冷静破坏了自由，不过最近一个冷静期提议，受到了公众的普遍欢迎，尤其是那些深受不冷静之害的人，就是健身卡冷静期。很多人感慨，这个太人性化了，在广告铺天盖地轮番轰炸制造诱惑、冲动、欲望的围猎氛围下，为躁动输送了一种正能量，避免沦为韭菜。

近日，由北京市体育局与北京市市场监督管理局共同修订完成的《北京市休闲健身行业预付服务交易合同》向社会公开征求意见，办理健身卡拟设7天冷静期，包括健身房、各类体育健身场（馆）等体育运动项目。冷静期内，在未开卡使用健身服务的情况下，有权无条件解除合同，15个工作日内一次性退还全部预付费用。除此之外，在本合同履行期限内不得单方提高承诺的服务价格或增加服务限制条件。

从公众的反馈看，真是苦健身卡久矣，办卡时踌躇满志，办卡后醉生梦死啊！有的说，健身本来就是贩卖一瞬间的梦想，我办的3年卡只是去洗了几次澡。有的谈到了公平，确实应该如此，毕竟你想要转卡给别人，健身房还会要求你有3个月的等待期，那么我办卡有7天冷静期完全没毛病啊？有的激动地说，不用7天，给我1个小时我就能自己劝退自己，理发卡、瑜伽卡、美容卡这些卡都需要冷静期。

我支持健身卡冷静期，这是应有的人性化之举。什么叫人性化？就是考虑到人之为人之弱点，在制度设计上不是苛求人去克服自己的弱点，而是考虑到人的局限性，用制度进行提醒。一般时候，人要做自己的选择负责，自己选择的事，含着泪也得承担。但办健身卡，很多时候是被忽悠，当有些人在把人性当韭菜、挖掘消费者弱点进行利用，且不是个案而成为一种普遍现象时，法律有必要通过让人冷静的方式捍卫市场交易公平。此之谓人性化。

冷静期听起来好像是新东西，属于创新立法，其实不是，只不过是，后来换了个说法。在网购和很多商品交易中，早就规定了7天无理由退货，什么叫无理由退货？其实就是冷静期，当时觉得没问题，冷静下来看到一些问题，觉得不需要，那就可以退。很多商品和交易场景都可以无理由退货了，对于健身卡、美容卡长期化的消费，更应该普及冷静期文明。

人确实应该为自己的选择负责，但在很多消费场景中，消费者与企业往往处于严重的信息不对称。促销者有一套强大的促销洗脑术，隐瞒、夸大、渲染、画饼、轰炸、游戏数字，对于这个产品，对于自己的需求，对这个健身房能存活多长时间，很容易在促销营造的消费场景中形成误判。信息对称有一个过程，应该留时间让消费者冷静冷静。现在支付方式又比较快捷，手机一扫码就过去了，消费无感，连过去那种刷信用卡、输密码、还信用卡时的冷静期都没有了，更需要有冷静期安排。一个人头脑发热，那是个人的理性局限，但如果是普遍问题，那就是普遍的理性局限了，不能靠消费者个人吃一堑长一智去长记性。

健身卡冷静期，其实不仅是帮着办卡者理性，也是让那些健身房冷静：能不能靠口碑吸引用户，能不能靠真正的公众健身需求把企业办下去，而不是暂时的忽悠，不是利用人的弱点。一些健身房为什么办一段时间就跑路啊？门槛太低，不是提高质量和提升环境，找几个促销员发传单忽悠办卡，多办几张卡，透支未来，捞一笔钱，很快就撑不下去了。不是靠煽动别人的3分钟热度，而是有真正长久的、让人冷静下来仍需要、培养好习惯的产品，才能生存下去。冷静期，能培养一种企业和用户的互相信任。

在仿制敦煌壁画乐器的同期，马成虎还筹备过俄罗斯画家画敦煌、意大利雕塑家塑敦煌等活动，希望寻找东方文化的世界表达。当前，马成虎还计划筹备一个12人编制的乐队，将仿制的敦煌壁画乐器带到更多展览、演艺及其他商业活动中，从市场角度反弹琵琶，实现文化传播与经济效益的双赢。

在2018年仿制的乐器中，有一件无声的乐器——弯琴。

相关资料记载，弯琴出现在莫高窟161号洞窟的壁画上，形似一个弯形的琵琶，却只有一根弦，也无法将弦按到品柱上，不符合发声原理。