

CCTV.

中国中央电视台 编

多少年的追寻
多少次的叩问
乡愁是一碗水
乡愁是一杯酒
乡愁是一朵云
乡愁是一生情
年深外境犹吾境
日久他乡即故乡
游子 你可记得土地的芳香
妈妈 你可知道儿女的心肠
一碗水 一杯酒
一朵云 一生情

记住乡愁

第**二**季



中国中央电视台大型纪录片

《记住乡愁·第二季》同名图书

弘扬、传承中华民族

千百年的传统文化

『让居民望得见山，看得见水，

记得住乡愁。』

苏叔阳、吴为山、张颐武、彭林、

郭文斌、刘伯山、康震、鲁健

八位名家撰文、品读推荐

古村风貌的精美呈现

更是赏心悦目的视觉盛宴

江西美术出版社
全国百佳出版单位


COL 中文在线

CCTV.

记住乡愁

第 二 季

中国中央电视台 编

 江西美术出版社
全国百佳出版单位

COL 中文在线

《记住乡愁·第二季》图书编委会

编委会主任：李欣雁 汤 华

编 委：王 峰 王海涛 周朝永 杨 华 周 密
吕晓佳 雷震婷 王 焕 方 姝 陈漫兮

文字撰写：何世剑 喻 琴

《记住乡愁·第二季》演职人员

出品人：聂辰席

总监制：魏地春

总编导：李欣雁

执行总编导：王峰

制片人：王海涛

副制片人：周朝永 张立勇

策划：杨华 周密 吕晓佳

文学顾问：冯骥才

片头题字：金鉴才

撰稿组：郭文斌 宋颖 邹琦 王海涛 周密

编导：（按播出顺序）

董伦峰 陈建斌 董萌 田雯雯 李婕 杨阳 李汾元 李光昊 李七月 王晓宇 陈家平
丁锦屏 毛靖榕 赵志勇 张溶 杨霁 侯帅 卢肖伯 邓丽娟 马洪军 王星晨 孙清秀
袁玲 高松 杨维敏 郭宗福 黄丹青 自振斌 王宝成 周峰 梁星 马胜会 韩玲
宋英杰 朱军 唐天骄 马维 谢民 张小蓓 李然 周朝永 宁国铭 高大伟 李玲
焦杨 刘亚琼 钟勇 谢芳 王雪营 吴姗姗 王彦林 杨洁 于涛 周密 杨华
陈秉均 岳玮 陈颖 韩辉 黄少宁 龚群 赵勇 侯俊芳 张敬平 黄伟麟 罗慧钧
宋鲁生 雷震婷

摄像：（按播出顺序）

李长波 王文超 杲新磊 王晨光 周浩 郭晓哲 刘博 史亚 王瑞东 李旭晨 郭员子
黄汉 阮健 王小龙 王昱然 唐鹏 张靖川 韩汀 李宸 吕中华 蔡伟浩 李坡
王方 赵良宇 高端 高松 颜其付 张政 穆怀利 王一川 闵卫章 张研 郑磊
柴晋 牛晓峰 支建庆 曹辉 任红光 李博闻 魏同斌 刘先贺 王景义 高辉 宁国铭
伍玉辉 蓝云剑 李南 廖涛 汪其武 魏新成 何韬 李理 张懿 曹鹤 陈巍
马锐 林毅 郑建 张胜奕 刘镇宇 谢东霖 孙鹏宇 张一平 陶练勤 陈浩 何汉立
杨厅 孙明星 李乾聪 王雪营 赵勇 瑞溪 周连青 李小彬 庞意 刘东 龚留军
苏煜 潘磊 张勇

航拍：（按播出顺序）

付正 胡洋 齐浩杰 李超云 张靖川 方晓东 余小望 任天一 陈志强 郑亚威 徐蓓蓓
朱志杰 黄伟裕 陈忱 左传 谭君锋 李昊 徐晓峰 魏敏 李乾聪 陈敏 郑仙辉

汤志涛 姚赳赳 熊东翔 欧新腾 林元伟 吴家良 高复柯 皓 华广发
王檐鑫 徐万涛 李荣生 李野 夏朝晖

解说：方亮

片头曲：《乡愁》 作词：黄石 作曲：孟庆云 演唱：雷佳

片尾曲：

《游子吟》 作词：王敬新 作曲：孟文豪 演唱：韩磊

《心弦为谁拨响》 作词：缪新华 作曲：何沐阳 演唱：徐千雅

《梦回故乡》 作词：郝尊 作曲：王原平 演唱：王庆爽

《千古一脉》 作词：曾乃光 作曲：赵麟 演唱：沙宝亮

《归》 作词：刘瑞雪 作曲：舒楠 演唱：秦勇

《源》 作词：王秀竹 作曲：王黎光 演唱：汤非

《月满故园情》 作词：王雪燕 作曲：李杰 演唱：孙楠

《想念故乡》 作词：林宏易 作曲：苑飞雪 演唱：曹芙嘉

《记住乡愁》 作词：孙书林 作曲：刘青 演唱：尚雯婕

《江城子·乡关万里》 作词：赵小明 作曲：孟庆云 演唱：周澎

《走进你心里》 作词：李铮 作曲：刘青 演唱：毛阿敏

技术总监：栗小斌

视频剪辑：查东山

音乐编辑：辛青原

技术：庞海 刘婕 安宁

节目包装：查东山 贺鹏飞

责编：雷震婷

合成：边媛媛

制片主任：崔狄

制片：唐欣 王焕 李娜 宫柏超 严盼 张丽丽

节目推广：夏子婧 李宁 唐雨涵

指导单位：

中共中央宣传部

住房和城乡建设部

国家新闻出版广电总局

国家文物局

中央电视台

第一章 中流击水浪淘沙——勤励自强

- 河南省郭亮村·自强不息\002
- 福建省南岩村·知难而进\005
- 青海省三兰巴海村·敢闯天下\009
- 香港屏山村·业勤于勤\012
- 福建省青礁村·自强不息 开拓进取\015
- 吉林省松岭村·勤俭立业\018
- 【编导手记】王晓宇：一杯茶也是乡愁\022
- 【名家品读】苏叔阳：勤劳、勇敢是中华民族的优秀品德\025

第二章 八千里路云和月——忠义报国

- 江西省塘石村·忠义兴国\028
- 浙江省东明村·一门尚义\031
- 福建省塘东村·忠义传家\034
- 北京市慈母川村·仁义满乡邻\038
- 福建省下才村·精忠报国\041
- 安徽省许村·义行传家\045
- 陕西省新村·忠贞报国\049
- 四川省下寨村·疏财重义\053
- 【编导手记】宋鲁生：靠近真实，再靠近一点\057
- 【名家品读】吴为山：记住乡愁\061

第三章 铁血丹心照汗青——弘毅讲廉

- 福建省廉村·清正廉洁\066

- 江西省富田村·天地有正气\070
- 山西省皇城村·清白做人\073
- 四川省五家村·务勤俭 禁奢华\077
- 广东省烟桥村·恪守本分行正道\081
- 湖北省大余湾村·节俭有余\086
- 【编导手记】田雯雯：清正廉洁\089
- 【名家品读】张颐武：弘毅讲廉\092

第四章 一诺千金美名达——诚信立命

- 湖北省唐崖司村·一诺千金\098
- 广西罗凤村·以诚为美\101
- 湖北省羊楼洞村·诚系百年\104
- 江西省汪口村·诚信为本\108
- 贵州省肇兴侗寨·讲规则 守规矩\111
- 【编导手记】韩辉：诚实守信的汪口人\115
- 【名家品读】彭林：诚信立命 天人合一\117

第五章 岁岁重阳茱萸香——不忘本原

- 四川省桃坪羌寨·守根固本\122
- 江西省西湖李家村·不忘本原\126
- 台湾省宝藏岩村·不忘根本 和谐共生\130
- 湖南省双凤村·心存自然\133
- 新疆赛罕托海村·珍爱家园\137
- 广西门头村·敬畏自然\141
- 贵州省占里村·山林是主 人是客\145



海南省草塘村·守护“祖宗海”\149

四川省宝胜村·尊祖敬宗\153

【编导手记】李婕：心灵深处的家园\157

【名家品读】郭文斌：不忘本原\159

第六章 也无风雨也无晴——天地人和

浙江省三门源村·睦乡邻\164

云南省勐景来村·温和处世\167

宁夏单家集·回汉兄弟 亲如一家\171

云南省芒景村·心平气和\175

广西高定村·和亲睦邻\179

福建省浦源村·和合共荣\183

重庆市阳坪村·和邻睦族\187

内蒙古伊敏·和谐共生\191

安徽省仁里村·仁爱为本\195

【编导手记】赵志勇：自然而然\199

【名家品读】刘伯山：天地人和——中国人的观念、中国人的实践\202

第七章 清风皓月满庭芳——明德臻善

云南省和顺·德智并育\210

宁夏南长滩村·规矩传家\213

河北省西古堡村·修心修事立村德\216

江苏省城北社区·孝德永彰\219

陕西省定舟村·施德累仁\223

山西省上庄村·慎独修身\227

西藏吞达村·常怀感恩之心\230

广东省沙溪村·心慈向善\234

【编导手记】杨阳：因为感恩\238

【名家品读】康震：明德臻善\241

第八章 诗心文胆织锦绣——崇教育贤

河南省张店村·重教启智\246

江苏省陆巷村·代代向学\249

云南省喜洲村·立学育人\253

广东省歌马村·古今励学 一脉相承\257

广西金圭塘·崇文重教\261

福建省兴贤村·学以近贤\264

湖北省鱼木寨·崇文尚学\267

福建省洪坑村·重教明理\270

浙江省嵩溪村·美育世代传\274

【编导手记】王星晨：留一份智慧育子孙\278

【名家品读】鲁健：崇教育贤——中华传统之礼乐风景\281



第一章

中流击水浪淘沙——勤励自强

英雄出少年，男儿当自强。勤勉自励，自强不息，自古以来就是中华民族优秀的美学精神，是中华儿女挑战人生、追求卓越的重要表现。它饱含着父母的殷切叮咛，寄托了乡民的热情期待，彰显了有志者的责任担当。

「千淘万漉虽辛苦，吹尽黄沙始到金」，刘禹锡壮心不已，不改初衷，以凛然正义、百战邪恶的豪迈信念，傲立潮头，尽显英雄风流本色。「自信人生二百年，会当击水三千里」，毛泽东书生意气，挥斥方遒，用中流击水、浪遏飞舟的豪情壮志，砥砺磨炼，书写中华壮丽诗篇。古语有云：「不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香」；今人又歌：「不经历风雨，怎么见彩虹」，执信「爱拼才会赢」的中国人，一路奋进一路歌，歌声里洋溢着他们自强不息、知难而进的精神，继往开来地创造了灿烂的历史和文明。





河南省新乡市辉县
郭亮村
自强不息

“北上太行山，艰哉何巍巍，羊肠坂诘屈，车轮为之摧。”曹操的一首《苦寒行》，形象而真实地描述了太行山的巍峨险峻。郭亮村坐落于满是崇山峻岭、悬崖绝壁的南太行山区，这座古朴、俊秀的小山村里，古往今来，生活着一群“愚公”，他们的脸上饱含着刚毅和坚强，脊梁上镌刻着奋发进取、自强不息的故事。

据辉县县志记载，东汉末年，农民起义领袖郭亮曾在此驻扎，村庄因此得名“郭亮村”。明清时期，大批的郭亮村先人为躲避战乱迁居到这里，在险峻的绝壁边缘，用一块块石头、一张张石板，建起了一百多座独具风格的太行石屋，成为奇特的“崖上人家”。郭亮村，也因此被称为“绝壁上的村庄”。几百年来，人们居险守峻，在将近 1200 米的山崖上过着遗世独立的生活。他们像猴子一样，沿着石阶，抓着树木，拉着藤条，手脚并用，攀援上下。

为了方便与外界的沟通，20 世纪 70 年代，郭亮人提出了一个大胆的设计，他们要在百米高的绝壁上开凿出一条通往山外的隧道公路。在那个物资极其匮乏的年代，没有现代化的施工工具，郭亮人就凭自己的一双手，发誓要打通这条“绝壁天路”。10 年修不成，就干 20 年，这辈人老了，下辈人接着干。当年的郭亮村，劳动力不足 90 人。村里强壮的青年人，自发组成了“十三壮士”突击队。在 1972 年“二月二龙抬头”那天，炸响了第一声开山炮。男女老幼依靠最原始的技术和工具，手工凿洞修路。没有钱买工具，买炸药，他们就变卖家产换物资。开凿隧道不仅存在资

金问题，还有不少艰难险阻等待着他们，在闷气的石洞里，时刻面临着塌方的危险，但为了改变命运，造福后人，他们没有退却。“宁叫塌死也不叫吓死”，打通出路是他们当时惟一的信念。从1972年到1977年，用了5年的时间，一条长达1250米、宽6米、高4米、有35个天窗的绝壁长廊“郭亮洞”终于打通了，郭亮人终于联通了外面的世界，从此结束了与世隔绝的生活。后来有人统计，打通“郭亮洞”一共清理了2.4万方石渣，仅制作钢钎等工具就耗费了12吨钢材，用坏铁锤2000多个。今天，这条被誉为“世界上最险要的十条路”之一、“全球最奇特的18条公路”之一、“世界第九大奇迹”的“郭亮洞”，像一首写在万丈红绫上的诗篇，向世人讲述着郭亮人勇敢顽强、坚韧不拔的故事。

“愚公移山”传承的是“自强不息”的精神。郭亮村地处偏远，为防止盗匪侵扰，历史上郭亮村人一直有习武强身、保卫家园的传统。随着时代的发展，虽然现在村里人已不再习武，但是争强好胜的性格却像血脉一样代代传递，男人们敢于迎难而上、敢想敢干，女人们也同样不甘落后，勤劳坚韧。在开凿





绝壁天路



开凿郭亮洞时的工人队伍

郭亮洞时，村里的女人们也自发组成突击队，手持铁锤钢钎，干着和男人一样的力气活儿。直到今天，郭亮村的女人们仍然靠自己的双手创造着未来的生活。

2012年，41岁的王春莲发现，贫瘠的山地无法支撑上有老下有小的家庭生活，像村里大多数媳妇一样，她也开始摸索着经营起了山村农家乐。王春莲的父亲王怀堂，不仅是当年开凿郭亮洞“十三壮士”之一，还是惟一的土专家、设计师、测量员，也是惟一把生命献给郭亮洞的人。从小跟着爷爷奶奶长大的王春莲，16岁初中

毕业辍学到了新乡，开始打工卖水果的生活。有人劝她从此离开郭亮村，在新乡市成家。王春莲却说，郭亮再穷也是家，她要回去，和家乡人一起自力更生，改变生活。

前几年，农家乐的房子盖起来了，硬件设施的费用还不够，丈夫就去煤窑打工，王春莲到山上摘果子，在村头卖干果；饭菜不可口，她就去给别人打工，做帮手学做菜；客源不好，她就一大早到“郭亮洞”入口去给游客义务当导游，王春莲这种勤劳自立的干劲感动了许多游客，纷纷到她家来食宿。

作为龙的传人，郭亮村的人们继承了自强不息的精神。你听，险峻的绝壁上又传来《愚公移山》的读书声，它还在被一代又一代年轻的学子们诵读着。郭亮村，正是这篇文章在新时代最好的注解，它以百折不挠、敢为人先的精神，在巍巍太行山上书写着无数的传奇，在岁月更迭之间，也书写着郭亮人自信、幸福的笑容。

（本集编导：董伦峰 陈建斌 董萌 摄像：李长波）



南
岩
村

福建省泉州市安溪縣

知難而進

沉沉浮浮，起起落落，人生亦如品茶，跌宕起伏，摇曳多姿。杯中之茶，必先经过沸水的浸泡荡涤，才有生气。品尝了起初的苦涩，才能换来之后的清甜爽口，唇齿留香。

南岩村坐落在福建省安溪县的大山深处，有着“铁观音故乡”之称。这里山林茂密，奇石耸立，自然景观不胜枚举，动人传说久久流传，赢得了胜似“蓬莱仙景”之美名。目前村庄里居住着 2000 多人，以王姓为主。



唐代末年，王姓先祖王审知带领族人自中原南迁到福建，五代十国时，被后人尊称为“开闽圣王”。福建闽南地区山高林密、土地稀少，但远道而来的王氏先祖并没有因此而放弃这片土地，他们开山种茶，繁衍生息。在王氏族裔看来，吃苦耐劳、敢于拼搏是他们在这片山林间立足的根本。或许是品惯了铁观音茶的味醇、香郁，养成了他们不怕生活逆境、敢于迎难而上的品格，他们以之为处世原则和行为规范，终于闯出了一片宽广天地。



王三言像

在南岩村王氏家族的发展过程中，最让族人感到骄傲的是清代茶商王三言。他是制茶的行家里手，但是当时那个年代，单单靠种茶，生活还是很难维持下去，勤劳的他就在农闲时间做挑夫来赚钱。清同治十年，王三言和十多位村民一起外出挑运大米，在返回途中遇到了暴雨。为避免大米受潮，王三言找地方躲雨而耽误了行程。在向雇主交货时，冒雨赶路的人挑的大米因淋湿而多出了重量，及时避雨的王三言挑的大米重量没有增加，反被雇主怀疑他途中偷了米。受了冤枉的王三言很气愤，苦思冥想之后，他决计自己做老板，挑自家生产的茶到更远的漳州去卖。因他做生意肯吃苦又讲诚信，慢慢地从小茶贩做成了大茶商。1876年，他在厦门开设了“梅记茶行”，还聘请了英语翻译，把茶叶生意做到了海外。功成名就的王三言回到了南岩村老家，用11年的时间建起了一座大宅，取《论语》中“君子泰而不骄”之意，命名为“泰山楼”，启示着后世子孙发迹变泰后绝不能骄傲自满。

在中国传统文化中，一直有“先人的荣誉，后人的追求”的做法。58岁的王曼源从小在南岩村长大，24岁时他离家出去闯荡，30多年的风雨坎坷让他对“知难而进、求变敢拼”的家规祖训感触良多。王曼源的父亲王联丹，当年是村里的制茶

能手。他精心配制的“泰山峰”铁观音，1945年曾在新加坡国际斗茶赛场上，一举夺得金奖，成为第一个在海外获奖的“铁观音茶王”。但在南岩村人看来，父辈的荣耀，只能代表过去的辉煌。年轻一辈成长起来后，要在“知难而进”的祖训下去开创自己的一片天地。

王曼源继承了父亲的精神，带着父亲亲手制作的12斤铁观音，独自一人去香港打拼。起初，他只能靠卖些散装茶叶来维持生计，每个月收入只有几百块钱。但他坚持不懈，靠着一股子没日没夜干的拼劲，终于在香港闯出了一片天地。

如今他不仅拥有自己的商号，还担任了世界茶叶交流协会的会长。每当王曼源回家乡，他的哥哥就会拿出父亲珍藏多年的紫砂壶和曾经亲手炒制的茶叶，泡上一杯茶，经过岁月的淘炼，这杯烫口暖心的热茶里，融入的正是漂泊在外游子心中那份浓浓的乡愁。

在南岩村里还流传着“少来不打拼，晚年无名声”的俗语，教导年轻人要勤奋拼搏，只争朝夕。90后的王思仪曾经是一个网瘾少年，由于沉迷于网络游戏，刚读到初中二年级，他就辍学回家，通宵达旦地陷入虚拟的游戏世界，是南岩村民眼中教不好



王曼源父亲珍藏多年的紫砂壶和茶叶



泰山楼



茶叶网店订单

的坏孩子。父亲的多次训斥深深刺痛了王思仪。他把自己关在屋里，默默地想了一个多月，决心要改过自新。他发挥自己喜欢上网的兴趣和特长，开了一家网店，改变了沿袭几百年的传统卖茶模式，通过网络来开辟新的市场。他把顾客定位在喜欢上网的白领和大学生，以低价进入市场，几十块钱一公斤的茶叶大受欢迎。一个多月后，王思仪接到了一笔8000元的大订单，成功的交易让他认准了网络营销的前途，也让父亲转变了对他的看法。经过和家人商量，王思仪在村里发起并成立了茶叶合作社，全村的85户茶农全部参与了进来。有了茶叶合作社做后盾，王思仪和他的团队生意越做越大，2014年网店销售额达到了9000多万元人民币，成为了阿里平台的十大网商，在南岩村成就了一段新的传奇。

茶在南岩村飘香千年，深深地影响了村民的生活与品格。他们以茶为生，明白小小的茶叶中蕴含着人生大道理——先苦后甜，知难而进。擎一杯清茶，任幽香冲去了浮尘，留下超然与淡定。人生，才得以厚重与坚实。

(本集编导：王晓宇 陈家平 摄像：王晨光 李旭晨)



青海省海东地区循化县
撒拉族自治县

三兰巴海村

敢闯天下

黄河岸边，山花烂漫。从青海祁连山支脉拉鸡山向东走，穿过层峦叠嶂的拉木峡谷，在巍巍积石山下，能看见苍劲的松树和笔直的白杨昂首耸立，火红的丹霞地貌静谧而又耀眼。这里有一个美丽的村庄——三兰巴海村，村庄有着近八百年的古老历史，它是中国境内最大的撒拉族聚居地，目前居住了大约80%以上的撒拉族人口。三兰巴海村海拔有1750米，东西两侧是对峙的孟达山与吾土斯山，撒拉族祖先落脚在这高山大水边上，靠一个“闯”字建村立庄。村村相连成排，错落有致。村中的街子河，自南向北潺潺流淌，穿村而过，最终汇入黄河之中，行走在村庄中，仿佛生活在了一幅风景优美的天然水墨画里。

史载，元代后期，撒拉族的祖先尕勒莽、阿合莽兄弟二人率领着一支100多人的驼队，跟随着一批白骆驼，带着一部手抄《古兰经》，从中亚（也就是现在的土





韩哈齐美开的农家乐

库曼斯坦西北部地区)出发,一路东迁到乌兹别克斯坦的撒马尔罕,古老的“丝绸之路”给予了他们新的希望,这支驼队继续一路向东,经天山,过嘉峪关,绕河西走廊,最后落脚在了黄河边的这片土地上。这些风尘仆仆一路走来的汉子与当地姑娘结为夫妻,受到了周围多个民族的热情帮助。历经千辛万苦才寻找到美丽家园的人们,倍加珍惜这来之不易的生活。

拥有着一个开满鲜花、结满瓜果的美丽家园,是三兰巴海村人最开心自豪的事。但他们的血液里依然流淌着祖先们勇闯四方、开创美好生活的精神。古稀之年的韩占祥,从20世纪60年代大学毕业起,就开始整理和收集撒拉族东迁而来、定居此地的历史。他曾专门走访老艺人,整理出110万字的文献资料。1964年,他凭着自己写的一首撒拉花儿《新循化》参加了全国少数民族文艺汇演,这个撒拉族青年凭着自己的歌声唱到了北京。

凭借着敢闯敢拼的精神,撒拉族女性闯出了更为宽广的生活大道。走出闺阁、辛勤创业的韩哈齐美,是三兰巴海村人的骄傲。她和丈夫韩乙布拉一起上山开垦荒地两千多亩,在下海经商的大潮中,又在村里办起了绒毛厂,韩哈齐美成为了村里的第一位女企业家。35岁时,她荣获全国“三八红旗手”的称号。近些年来,国家鼓励个人创业,并且为少数民族地区制定了扶持措施。韩哈齐美抓住机遇,投资近60万元,雇了七八个人,开起了农家乐,头脑灵活、敢于创新的她又闯出了一条创业新路。

历史上,三兰巴海村人曾带着家乡出产的药材、干果和生活用品前往周边的藏

族地区进行交换贸易，换得酥油和毛皮之后，他们会继续向前，走到拉萨，还有人会带着货物翻越喜马拉雅山脉，前往印度去做生意。敢闯天下的精神数百年来延续至今。仅在北京，撒拉族人就开了300多家餐馆。在北京西城区的六部口，有一家已经开了10多年的餐馆，店主韩维龙就是三兰巴海村人。韩维龙继承了祖辈们传下来的敢闯敢拼精神，20多年前，他先在青海玉树开了7年餐馆，后来到北京创业。地道的口味和诚信的经营，让韩维龙一家在北京扎下了根。在外奋斗的这些年里，他意识到，有了文化知识才能更好地发展。他不仅为自己的兄弟四人攒足了学费，而且把一双儿女也送进了北京的学校。

“黄河上度过了半辈子，浪尖上耍了个花子，撒拉是时代的人梢子，树梢子，耍尖尖的，走到哪里是汉子……”生活于中华民族母亲河畔的三兰巴海村人，口口传唱着这“敢闯天下”的诗歌。这是撒拉族世代相传的精神瑰宝，他们走南闯北，捕捉时代的讯息，选择着适合自己的生活方式。村庄以外更广阔的天地为他们提供了更多的发展机遇，但无论他们在那里闯荡，时常都会想起家乡风物，掰一口油香，握一把馓子，来品尝一番家乡特产甘美的味道。

（本集编导：周朝永 李光昊 摄像：史亚 高辉）





屏山
香港元朗区
业精于勤

清晨的阳光，穿过云层，缓缓地照射在穿行的轨道电车上，唤醒了城市的睡意。早起的上班族，用匆匆的脚步开启了新一天的繁忙。做事勤勉的香港人，在时光的打磨中，把这个数百年前的小渔村，发展成了亚太地区最重要的金融、航运中心。

在香港，如果把铜锣湾、尖沙咀、九龙半岛比作充满活力的年轻人，位于元朗的屏山村则像一位泰然自若的长者，在繁华的一隅静静地坐观风云。历史积淀之下，古老村落里古朴的青砖灰瓦，精细的雕梁石柱，肃穆的祠堂、神龛、匾额，焕发着时空交错的韵味。

屏山村是香港最古老的客家村落之一。北宋末年，屏山先祖邓汉拔带领家人，自江西南迁至此，建村立围。800多年的时光过去了，在如今寸土寸金的香港，这里依然保留着完整的客家围村风貌，近千间村屋被纵横交错的小巷分隔开来，狭窄

局促的巷弄中，散布着许多香港人儿时的记忆，如今，依然有5000多位邓氏的后人生活在屏山村里，坚守着繁华都市里的乡村生活。香港邓氏先祖几经辗转，定居屏山之后，就劝诫子孙后代，只有自强不息、勤勉做事，才能



让家族长久繁盛。为了让子孙后代能够时刻铭记，祖辈们立下了一整套做人做事的规矩。

在《邓氏族谱》中，家训的第一条就是“业精于勤”，告诫后人无论务农、读书、经商，都应该“朝勤暮笃，不惑于他歧，日积月累，名利自就”。同时还规定，如果后世子孙中出现有辱家风的行为，小则家法惩治，大则送官究处，决不罔于宽恕。在这样严厉的条规下，邓氏家族历代人才辈出，成为香港地区最大的名门望族之一。

据《邓氏族谱》记载，宋末元初，一位名叫邓冯逊的屏山人，从小就有雄心壮志，但由于学识不足，去了许多地方都得不到重用。但他并没有怨天尤人，而是回到家乡静下心来发奋读书，有时读到深夜，实在疲倦的时候，他就学习古代“锥刺股”的方法，用锥子刺向大腿，驱逐睡意，振作精神。后来，勤于读书的邓冯逊终于得偿所愿，出任福建的地方官，为官期间，他勤于任事，政绩卓著，多次受到朝廷的嘉奖，光耀了邓氏门楣。邓冯逊的故事在族人中广为流传，成为屏山后辈学习的榜样。2015年，欧洲最大的金融机构瑞银集团在对全球71个重点城市的调查中显示，香港上班族工作努力程度位居全球首位，秉承勤励精神的香港人得到了越来越多人的认可。如今，从屏山村走出的邓氏后人遍布世界各地，但他们仍然经常回到家乡，接受古老家族的文化洗礼，从祖辈的训诫中汲取营养。

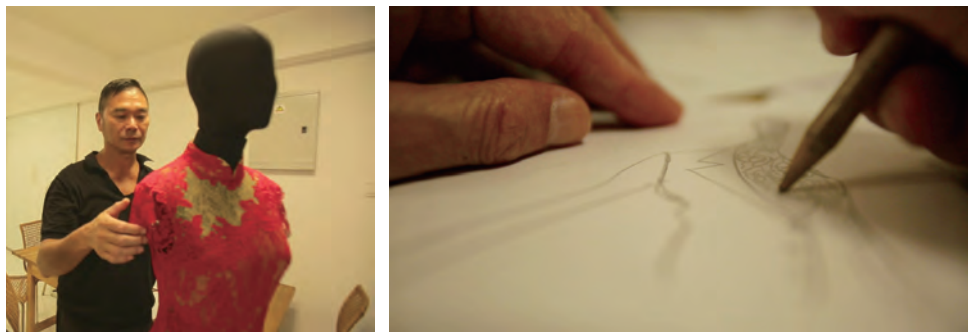
巷陌深处，许多历经沧桑的古老建筑弥散着一丝淡淡的乡愁。这些上百年的老屋质朴无华，却在村里地位超然。以前的邓氏族人重视教育，曾经在村里建起过许多书室。族中子弟无论男女都可以在这里读书。如今保存得最完好的是“颢廷书室”，距今已有200多年的历史，虽然青墙黛瓦下的朗朗书声早已随岁月远去，但书室内供奉的祖先，仍然深深影响着每一位邓氏后人。



邓氏宗祠



颢廷书室



邓达智在屏山村的工作室

邓达智是香港著名的时装设计师，他是屏山邓氏家族第26代孙。20世纪80年代，和香港许多年轻人一样，邓达智选择了去英国读书。可是他按照自己兴趣选择的专业，没有得到父亲的理解，家里中断了他的一切费用。万般无奈之下，邓达智激活了身上积淀着的屏山客家人的执着精神，他白天上课，下课后又出去打工，晚上还要连续工作5个小时。也正是在欧洲学习、工作的经历让他积累了宝贵的经验。当邓达智返回香港创业时，他的才华吸引了业内的关注，很快就成为了香港知名的设计师，可是就在他事业蒸蒸日上的时候，邓达智却结束了在中环经营的店铺，把工作室搬回了屏山祖屋，他要再次从传统的中国文化中汲取营养。东西方文化曾经在香港产生过激烈的碰撞，也造就了香港独特的文化气质。香港人既接受前卫时尚的风潮，却又沿袭着古老的中国文化传统。强大反差的两面正是邓达智身上鲜明的个人风格。如今他已经创立了个人品牌，但并未松懈，还在不断尝试开拓新的领域。

天道酬勤。屏山村人相信唯有勤勉，才能收获幸福的生活。这是祖先的智慧，也是屏山人世代相传的精神财富。这个大都市中的小村落里，“业精于勤”的家族训诫不仅成就着每一位邓氏子孙，更把勤勉做事的精神传遍了香港，带向了全世界。它让人们了解，以勤为本不仅仅是每一个屏山人做事立业的基石，更是中华民族生生不息、世代相传的一种美德。

（本集编导：李婕 摄像：史亚 王晨光）



福建
省
厦
门
市
海
沧
区

青
礁
村

自
强
不
息
开
拓
进
取

潮起潮落，云卷云舒。时光荏苒，沧海桑田。面朝大海、背倚青山的福建厦门青礁村，一座始建于北宋时期的古村落，在日夜不息的涛声中走过了近千年的岁月。现在，全村有 3000 多人，绝大多数都姓颜。翻开尘封的历史，一座历经几百年岁月洗礼却依然气势恢弘的家庙，向我们讲述了这个它所见证的古老家族繁衍生息、发展变迁的故事。

出生在北宋年间的颜馐是始祖颜回的第五十代孙，也是青礁颜氏的开基祖。他文采出众，名扬一方。在中国传统封建社会，要想施展毕生所学，造福百姓，科举入仕是重要的途径之一。或许是不适应考试，颜馐在这条道路上屡遭挫折，四次科考均未考取，于是他带领着家族来到了青礁，“隐居以求其志，行义以达其道”。定居此地后，他兴办学校，传授儒家经典，不仅是颜氏子孙，邻村的年轻学子也能来就读。一时之间，原本凋敝偏僻的青礁村，成为了当时漳州府的文化教育中心。颜馐为家族后世的兴旺打下了良好的基础。据《漳州志》记载：两宋时期，青礁人才辈出，考取了十八位进士。明清期间，更有“一门三世四督抚”的殊荣。颜馐以文兴教，开创了一个家族自强不息的奋斗史。

青礁颜氏奉孔子的得意门生颜回为始祖，尊颜之推为家族显祖。颜之推写的《颜氏家训》被后世尊为中国传统社会垂训子孙以及家庭教育的典范。

“读诗书尽忠孝继圣哲行善修身，启宗庙习礼仪令子孙奋志立业。”颜氏祖先把对后人的期许镌刻在了祠堂的大门处，永远激励着族人不断开拓进取。今年 37 岁

的陈俊雄是青礁村济生源合作社的创办人，每天清晨，他都会带领着一群充满青春朝气和活力的年轻人到村中的菜地里劳作。很难想象，就在两年前，这个村庄还面临着消亡的危机。当时青礁村和中国大部分村庄一样，年轻人都离开村庄外出打工，留守在村中的老弱妇孺务农为生。大量的传统建筑在日光暴晒和风雨侵蚀下日渐破败，拆迁似乎成了这个千年古村不得不面对的结局。2013年年底，陈俊雄和在西安打工的堂哥都回到了家乡过春节，他们见此景象，很为古村的命运忧



镌刻着家训的祠堂



美化环境后的道路

虑。鸡犬相闻的农家小院，果实累累的龙眼树，远亲不如近邻的乡亲们，这一切都让他们十分留恋。为了守住这份静谧安详的田园生活，经过商议，他们做出了一个决定，决心要保住青礁村，保住大家共同的那份回忆。那年，陈俊雄关闭了自己年收入几十万元的铝合金工厂，一心投入到了青礁村的改造工程中。令他没有想到的是，村民们听说要美化环境、修建公共设施，也纷纷主动出让自己家门前的土地，不但分文不取，还愿意出力帮忙。63岁的颜天星是村中出让土地最多的村民，共让出了700多平方米。在他们的带动下，村中一些游手好闲的年轻人也开始干起了正事儿。仅仅两个月的时间，他们创造出了一个奇迹。将村口一片数百平方米的荒地，变成了漂亮的“城市菜地”，他们把菜地划分成小块，租给城里人，原本一年一亩地收益只有2万元的田地，如今收益达到8万元，这让更多的村民看到了希望，纷纷加入其中。

流传千年的自强不息精神在青礁村幻化成了强大的凝聚力，推动着这个古老的村落再次焕发出勃勃生机，就连海峡对岸的台湾同胞也纷纷慕名前来。一位陶艺大师在村中办起了陶艺体验馆，村里的孩子可以随时来这里感受传统手工艺的魅力。

台湾南投县的“凤梨博士”黄来裕也来到这里定居，他在青礁村租了一块地，种起了凤梨，建起了凤梨酥体验馆。

选择回青礁村，对于这些台胞们来说，其实还有着更加特殊的意义，这和数百年前一位颜氏族有关，他就是被誉为“开台王”的颜思齐。他自幼好武，为人行侠仗义，当时，一位同乡被宦官的恶仆欺凌，颜思齐出头替他打抱不平，争斗间失手把家仆打死。背负命案的颜思齐连夜出海逃亡，几经辗转，于1694年来到了台湾的笨港，也就是今天的北港镇。颜思齐到达台湾时，那里还是一片荒蛮之地。他在那里开垦土地、建立村庄，对内拓荒垦殖，对外发展海外贸易。颜思齐将闽南人爱拼敢赢、自强不息的精神播撒在了台湾这片土地上，台湾民众在颜思齐故后，为他建碑立庙，尊享香火。

徜徉百年红砖古厝，散发着历史气息却又不失现代风味的闽台生态文化古村青礁村，已经成了远近闻名的最美风景区。文化的自强让青礁村人变得更加自信，他们敞开胸怀，欢迎海峡对岸的亲人回来。青礁慈济宫也在2011年，被国台办批准列为“海峡两岸交流基地”。这个小小的村落再次聚集了两岸关注的目光。

（本集编导：周密 杨阳 摄像：林毅）



图绘开垦前的原始台湾



吉林省白山市临江市
松岭村
勤俭立业

林海雪原，风光旖旎。漫天飞舞的雪花，在深深浅浅的山谷中飘扬，落在层层叠叠的梯田上，洒在错落有致的山村里，留下了水墨画一般的纯净、质朴与安宁，它是松岭人最美的家乡。

松岭村，位于吉林省临江市，它地处长白山余脉——老岭，因四周遍布松树而得名。这里一年中有将近半年的时间被大雪封山，牛爬犁便成为了村民们进出村庄最主要的交通工具。面对漫长且寒冷的冬季，生活在这里的116户村民早已有了丰富的应对经验。漫山遍野的松林是这里的人们赖以生存的重要资源。村民陈宝贵种了100多亩松树，每年冬季来临之前，他都要花上3个月的时间清理林间的杂木，以保证来年松树的健康成长。而清理出来的杂木，也被陈宝贵细心处理，变成取暖



做饭用的木柴，保证一家人能安然度过漫漫寒冬。

人勤世上无难事。20世纪二三十年代，松岭人的祖辈带着家族闯关东。他们从山东临



沂、日照一带出发，一路北上，越过山海关，历经千辛万苦来到这里开荒垦殖，安家落户。从齐鲁大地来到白山黑水，松岭人的先辈对于这片土地格外珍惜。虽然当时的松岭荒无人烟，但这里土地肥沃，交通方便，为他们建立村屯提供了便利的条件。

人走四方，家风随行。伴随着闯关东先辈而来的还有齐鲁大地克勤克俭的文化基因。在这片尚未开垦的土地上重建家园，唯有勤俭方能立业。丁明才兄弟三人，都是从十几岁就开始跟随父辈下地劳动，他们自幼就明白一个道理：再富庶的土地，也需要人的辛勤耕耘才能有收获。丁氏三兄弟的父亲是村里有名的木匠，在世时很受尊重，过去村里耕地用的木犁都是他做的。现在这些木犁已经不再使用，但是老三丁明远依然保留着父亲亲手做的一把。在他们的眼中，这把普普通通的木犁，承载着父辈勤于开垦的精神，是他们与土地亲近的好伙伴。

在松岭，勤劳是评价一个人的重要标准。这样的美德在四季更迭中代代传承着。松岭地处高寒山区，春天总是姗姗来迟，但春雷响过，等不及冰雪融化，田野里就随处可见村民劳动的身影。虽然今天的松岭人早已衣食无忧，但是祖辈留下的勤劳

节俭的传统仍然保留着。对于松岭人来说，俭可清心，使人不滋贪念；俭可生勤，使人艰苦攀登；俭可致和，使人乐群爱众。用节俭的生活来培养人的品德，这样的优良风范已经融入到了松岭人的日常生活中。

大自然不仅给予松岭一年四季不同的美，也将丰富的馈赠散落在四周的山野里。采蘑菇的季节，有喜悦，也有辛劳。这时候，松岭的妇女每天都是早出晚归，累了的时候，唱上一曲家乡小调，浑身的疲劳很快就能消散，内心也能获得抚慰。解玉平个头不高，但她很勤劳俭朴，每到采摘季节，她就背起背篓上山采山珍野味。一碗热水，一张煎饼，往往就是她的一顿午饭。通过勤奋和努力，终于改变了贫穷的生活面貌。妈妈的一言一行，女儿沈玉婷都看在眼里，记在心上，让她懂得了勤俭不仅能创造财富，更能够磨炼一个人的生活意志。她通过努力读书，终于考上了大学。30多年间，这个才200多人的小村子，和沈玉婷一样考上大学的先后有58位。

“一粥一饭，当思来处不易，半丝半缕，恒念物力维艰”。对己俭，对人奢，是松岭人为人处世的原则。陈宝贵夫妇养育了五个儿女，如今都已参加工作。夫妇俩靠着种人参和红松，日子也越过越好，但是俭朴的家风依然未变。逢年过节，儿女们买了新衣服，陈宝贵夫妇也舍不得穿。虽然自己生活节俭，但是别人遇到困难，他们总是慷慨解囊。沈彦岭的妻子患病多年，2014年因癌症去世，生活困难，住了几十年的老房子成为危房，陈宝贵担心沈彦岭住在那里不安全，主动提出借钱给沈彦岭，帮他盖房。



冰灯



背着山珍野味出山外



“民生在勤，勤则不匮”。春天的脚步越来越近，尽管大雪封山，但是松岭人已经开始顶风冒雪，往地里运送肥料，他们期盼用自己勤劳的双手，让生活越来越美好。雪后的松岭，不仅给孩子们带来无穷的乐趣，也让勤劳的松岭人有了更多施展自己的天地。一盏盏精心制作的冰灯、雪灯，贴上松岭人巧手剪出的雄鸡、耕牛，把这个雪后的山村装点得更加美丽。

（本集编导：杨华 摄像：郑磊 郑建）

编导手记

一杯茶也是乡愁

/ 王晓宇

凹，是虚怀若谷，不求自满。敦兮其若朴，旷兮其若谷，素处以默，厚德载物。

凸，是积极奋进，不甘于平。仰之弥高，钻之弥坚，知难而进，自强不息。

——写于开篇

所有的一切可能都要从一杯茶说起。

第一次走进福建省安溪县的这个小山村——南岩村，满目青翠，四处茶香。车子刚刚在泰山楼前停下，就看到有人从里面走出来并高声喊道，早等你们来“甲茶”。同行的泉州电视台陈家平主任告诉我，“甲茶”是闽南话，也就是喝茶的意思。

得知我们要来调研拍摄，热情好客的村里人早就等候在泰山楼里。到了南岩村你会发现，无论经济条件如何，家家户户都必有一套洁净的茶具、几泡待客的好茶。乡亲们告诉我，安溪人喝茶，大概有三种喝法：朋友相聚，说笑聊天，谓之喝家常茶；茶友相邀在一起，是品茶、论茶；行家聚首，各自拿出一包独家好茶，一决高下，被称为“斗”茶。而我们算是远道而来的客人，所以也就是喝家常茶。看着南岩人娴熟地冲水烫杯、泡茶分盏，阵阵茶烟蒸腾而上，我们的谈话也就此拉开序幕。

按照节目的要求，我们此行的目的是要挖掘这个古老村落中保留的传统文化，找到契合的人物和故事点。当我开门见山



地说明来意时，守护泰山楼的王振中老先生却说：不急，你先喝口茶。我给你讲讲这杯茶的故事。

王老先生告诉我，我们这杯喝的茶叫作足火茶，是经过炭火烘焙之后才能出来独特的味道。而这杯茶就是他的曾祖父王三言所发明的。王三言是王氏家族中第一个靠着贩卖茶叶走上经商道路的人。他在36岁的时候改农习商，创办了“梅记茶行”。然而，好不容易建立起来的家业却在一场大火中全部被烧毁，两个年幼的爱女也在大火中死去了。面对如此惨境，王三言没有气馁。他发现，经过火烧之后的足火茶反而更加受到消费者的青睐。经过反复试验，他终于研制出风味独到的足火茶。从此之后，碳焙技艺也成为“梅记”的传家宝。

听着王老先生的介绍，突然觉得手里的这杯清茶竟变得沉甸甸。也明白了这一片小小味脉的变化，承载的却是王氏先祖“知难而进，勇于攀登”的人生理想。

喝完茶之后，王振中老先生带着我们来到泰山楼的门前，看着围绕着泰山楼的十多处闽南大厝，他告诉我们，王三言之后，他的后裔以泰山楼为根据地，继续拓展海外茶叶市场。时至今日，一代代梅记子孙犹如铁观音茶树一样，在世界各地扎

根发芽，开枝散叶，繁衍生息，形成一个世界性的梅记茶叶版图。他们皆家承有道，遵循同一祖训，在不同世情环境中顽强拼搏，把南岩铁观音带到天南地北，同时也造福于子孙后代。

从泰山楼出来的时候，已经黄昏。车子开在乡间小路上，夕阳下，层层茶园泛着紫亮的光晕，灼人眼目。山脚下有青色的晚烟升起，屋檐下的穿廊颇有几分庄严。这个时候，山色、水色、茶色都融在了一起。或许，也正是这样的环境，化育着一颗颗纯朴善良的心，让生活在这里的人多了一种隐忍和坚韧，也多了一份外出闯荡的勇气，或许这就是大山的性格，也是铁观音的性格。

名家品读

勤劳、勇敢是中华民族的优秀品德

/ 苏叔阳

“劳动创造人类”，这是马克思历史唯物主义的重要观点，不仅符合进化论，也为世界难以胜数的人类考古发掘成就所证实。地球环境的变化，固然使得拉玛古猿有所进化，但如果不是这些人类的先祖为了生存而拼命劳作，从树上爬下来，寻找、挖掘、捕猎、采摘……它们不会有向着今人决定性的进化。

人类关于自己的诞生，有许多浪漫的想象，其中大多都尊仰某种超自然的力量。上帝，是他，创造了万物和人类。中国的创世传说有所不同，充满一种多神论或泛神论的色彩，也就是说，更接近或者等于无神论，因为没有唯一的超自然的力量（造物主、上帝、主）。创造中国人的是位伟大的母亲——女娲，她用辛勤的劳动——团泥造人，捏出许多泥娃娃。当她累了，便用树枝蘸了泥水向地上甩去，便出现了一群群活泼的小泥人。这些都是我们的先祖。他们一诞生，就跑向丘陵、平原、河、湖、海，捕猎、耕种。祖国的山山水水，平原、丘陵，布满了劳作的人群，生活开始了。这独特的史前传说，鲜明地表现出，我们民族的始祖，将勤劳的、勇敢的基因深深地融进我们民族的灵魂，成为中华民族永不更移的品德。懒惰、懈怠、懦弱、畏缩，被人不齿，勤劳勇敢者，人皆敬之。中华民族历史上，无数英雄豪杰，都是那些勤劳忠勇的豪杰。孟子曾说：富贵不能淫、贫贱不能移、威武不能屈者，是为大丈夫。千余年来，民间以关羽恰切地符合了这三个条件，于是，在民间掀起了崇拜关羽之风。这是一个可以了解民心，崇尚勤劳、忠勇品德的窗口。

时光如水，当今我们面对的问题和任务，无论其难度与繁杂都远超以往。我们每个人肩上的担子都不轻。无数前辈抛头颅、洒热血，为着实现中华民族的伟大复兴，贡献一切；红军长征的精神，为我们高举着艰苦勇敢永不褪色的红旗，我们这些后来者，为着实现民族复兴的大业，没有任何理由可以松懈和犹疑，让我们携手并肩，在理想的红旗引领下，勤奋工作，勇往向前。

第二章

八千里路云和月——精忠报国

「三十功名尘与土，八千里路云和月，莫等闲，白了少年头，空悲切……」岳武穆一阙《满江红》，以脊梁为笔，书写下「还我河山」四个苍劲大字，回报了母亲对他「精忠报国」的淳淳教诲和深情期望。「万里长城永不倒，千里黄河水滔滔」，为了家乡繁荣，国家中兴，多少手足仗剑天涯，不惜百死报家国，无悔忠魂埋他乡。

「八千里路云和月」，是一种精神，饱含着仁人志士的慷慨豪迈，洋溢着英雄儿女的热血豪情。「八千里路云和月」，亦是一种乡愁，见证了古道西风的断肠悲壮，寄托着守土开疆的血泪担当。诚如毛泽东同志所言：「男儿立志出乡关，学不成名誓不还。埋骨何须桑梓地，人间处处是青山」，古往今来，多少精忠儿女，矢志报国，用坚实有力的双足丈量祖国大地，日长月久，以他乡为故乡，奉献自己的知识与才干，建设了一个风和日丽、花好月圆的锦绣中华。





江西省赣州市兴国县
塘石村
忠义兴国

“头顶方山笠，眼望凤凰村。若能石生水，贤才代代兴”。坐落在江西省赣州市兴国县秭水河边的塘石村，当地一直流传着这首脍炙人口的诗歌。塘石村始建于唐代，至今已有 1000 多年的历史，这里贤良辈出，诞生了 1 位宰相、5 位将军、17 名博士和教授。更令人钦佩的是，古往今来，这里还涌现了无数“精忠报国”的仁人志士，他们为国家和民族的前途不怕牺牲，浴血奋战。

塘石村自古以来就有从军习武的传统，据说这与居民的生存环境、地形地貌有关。塘石村四周皆山，战争一起，往往成为盗贼首先袭扰之地。故村民们守望相助，抵御外侵。久而久之，这里生活的村民形成了“不怕外侮，生死相依”的家国情怀。

在塘石村，谢氏、钟氏，人丁兴旺，家族繁盛。谢氏乃东晋名相谢安后裔。先祖谢安曾在“淝水之战”中以少胜多，一战成名。面对号称百万的前秦苻坚军队，





烈士陵园

他们临危不惧，骁勇善战，竟然以区区8万军力，赢得了战争天平的倾斜，为东晋创造了几十年的安定局面。钟氏是一代贤臣钟绍京的后人。钟绍京曾因剿灭韦氏之乱、支持协助唐睿宗李旦位登大宝有功，官至中书令，封“越国公”，他还是唐朝

著名书家，有《灵飞经》传世。

从唐代起，谢氏家族、钟氏家族忠心报国、崇军尚武的家风世代相传，绵延不绝。20世纪初期，塘石村人前赴后继，为国征战。特别是苏区红军时期，只有二三百户人家的塘石村，为革命牺牲的烈士多达115人。而塘石村所在的兴国县，烈士有5万多人。其中有姓名可考的达23179人。为保一方百姓的安宁和幸福，青春年少的壮士们英勇献身。如今，他们都长眠在兴国县的烈士陵园，墓碑上刻写的文字无声地诉说着每位烈士短暂而又壮烈的一生。

“小小兴国县，将军一大片”。经历着血与火的考验，长征路上几乎每一公里就埋葬着一位兴国英魂。红色兴国县304个村子，最能代表忠义精神的就是塘石村。56位共和国将军中，塘石一个村就出现了3位。“独脚将军”谢良像先祖一样，以英勇书写着不朽的人生传奇。在二万五千里长征路上，为阻击敌人，他曾率团三过雪山草地，最终成功地掩护了主力部队撤退，受到了毛泽东主席的电令嘉奖。1936年在甘肃山丹县战役中，谢良不幸中弹，左腿负伤。但他轻伤不下火线，坚持在前线指挥作战。后因伤口反复感染，错过医疗时机的谢良只能接受截肢手术，永远地失去了左腿。尽管如此，他仍然凭借着坚强的意志和拳拳爱国之心，南征北战，立下赫赫战功。

谢氏“精忠报国”的精神一直深深地激励着后人。谢良将军的侄儿谢名苞献身国家的载人航天事业，因功勋卓著而获授少将军衔。谢名苞任载人航天工程办公室主任，既要负责工程总体计划，又要协调部门间工作，繁重的工作压得他很少有时

间陪伴家人，为母尽孝。2003年10月15日9时，中国第一艘载人航天飞行器“神舟五号”发射成功，将航天员杨利伟送入太空，标志着中国成为继俄罗斯和美国之后，第三个将人类送上太空的国家。谢名苞87岁高龄的老母亲通过电视观看



兴国革命烈士纪念馆

记者招待会，竟然不敢相信担当新闻发言人的就是自己的儿子。年少离家，聚少离多，报效祖国，不辞辛劳……从谢名苞将军的身上，我们看到了“移孝作忠”精神的现代诠释。

如今，很多走出塘石村的人们在各自的工作岗位上也赋予了“忠义”精神以新的内涵——忠于本职，爱岗敬业。广东省社科院经济学研究员钟文是塘石村走出去的一位博士和教授，虽然已85岁高龄，但是作为老专家，他依然每天勤勤恳恳地工作。

每逢春节，塘石人几乎家家户户都会制作一些红薯干招待亲友。这种美食源自明代清官海瑞担任兴国县令时为不扰民，自带红薯干作为午饭。这种克己奉公的精神在当地世代相传，自带干粮的工作作风一直延续，并在今天赋予了“忠义”精神以新的内涵。

一千多年来，舍身取义的先祖们用自己的生命把“忠义兴国”的家风郑重地镌刻在族谱上，教育着一辈又一辈的塘石村人，一心为公，兢兢业业。每逢冬至，天南地北的塘石村人都要赶回家乡参加祭祖仪式。他们在祖先的墓碑前燃香鞠躬，表达着内心对祖先无限的崇敬和缅怀。在塘石村的后人看来，只有传承和弘扬先祖的忠义精神，才能对得起这片洒满热血的土地上。这既是后来者应尽的义务，更是肩头沉甸甸的责任。

（本集编导：朱军 摄像：阮健 任红光）



塘石村传统美食红薯干



浙江省金华市浦江县
东明村
一门尚义

和煦的阳光中，轻笼着一层薄纱，影影绰绰。飘渺的云烟下，忽远忽近、若即若离的是浙江省金华市郑宅镇的东明村，它就像是几笔淡墨，涂抹在蓝色的天边，书写了一幅静谧的水墨风景画。1099年，浙江淳安的郑准跟两个弟弟一起迁居浦江，选择了这处风景秀美的白麟溪畔安家落户，他们勤奋经营，家产日渐丰厚，兄弟三人虽分居各处，但兄友弟恭，被世人尊称为“浦阳三郑”。他们是东明村郑氏一族的先祖，为后人树立了“以义为先”的优良榜样。

风声起，萧鼓阵阵，惊醒了栖息在树上的鸟儿，飞翔盘旋，洒下银铃般清脆声音。盛开的鲜花，映衬着山水格外明媚。欢歌笑语声里，处处洋溢着一派和谐气氛，东明村迎来了年度中最为重要的节日之一——水龙节。水龙是东明村旧时的灭火工具，为了检查设备是否正常，东明村以及邻近几个村庄的5条水龙，每年的这一天都会聚集一处，进行一场比赛。相传明朝末年，一场突发的大火，几乎将整个东明村烧成灰烬。为了不让悲剧再次上演，祖先便发明了水龙，并且组织起五支水龙队，义务为本村和邻村灭火。每年农历的八月初一，几条水龙都要比试一下，谁的水压得高，持续的时间长，就说明谁的救火能力强。随着时代的变迁，水龙灭火的方式逐渐被淘汰了，但为了纪念祖先义举，传承祖先“义”的精神，东明村还是将水龙节保留了下来。

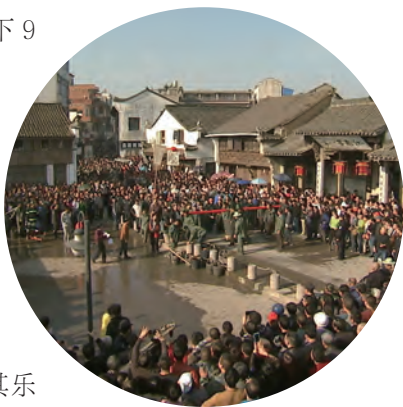
东明村在历史上有个响亮的名字——“郑义门”。目前村里居住着1000多位郑姓后人，全长不过500米的白麟溪穿村而过。与周围村子相比，东明村显得古朴



修成“一品”形状的郑氏祠堂

而小巧。很难想象这个小小的村庄，曾经跨越了宋、元、明3个朝代，历时330余年15世同居，以“义”为纲，创造了中国家族文化史上令人称赞的义居历史。

明朝开国文臣宋濂曾经在东明村求学、教书20余年，对义门有着深厚的感情。他亲手在郑氏祠堂种下9棵柏树，希望郑氏家业万年长青，子孙如松柏一样正直挺拔。他还建议将郑氏祠堂修成“一品”形状，用以提醒义门子孙要做一品之人。在郑氏义门看来，人的品性分为三等：三品之人追求富贵，二品之人追求功名，一品之人追求道德。元明清三朝，郑氏后人因道德高尚，有169人被举荐入朝为官。义门同居生活和谐有序，其乐融融。1344年，天台应奎翁曾经描绘道：“入其家，长幼有序，内外雍肃，食指三千余，不闻人声。”对于穷困之人的慷慨帮助，让这个家族曾经出现过3000多人同吃一锅饭的壮阔场景。郑氏祠堂至今还保留着一口会膳钟，800多年前，郑氏家族就是在这钟声里，井然有序地生活了15世之久。



水龙节

绵长的义居历史，家族涌现出数不胜数的义举。其中最感

人的一个故事，被族人用一出折子戏保留到了今天。宋元之交，掌管义门的家长是郑德圭和郑德璋两兄弟，当时社会动荡不安，土匪啸聚山林，义门同居也到了生死存亡的严峻时刻。弟弟德璋血气方刚，脾气耿直，因为平时爱打抱不平，得罪了乡里的一个恶霸，被设计陷害，定了死罪。哥哥德圭饱读诗书、性情温良，他认为在乱世之中，自幼习武的弟弟比自己更有能力保全家族，于是他决定牺牲自己来保护弟弟，并且嘱托德璋勇敢担负起保卫族人的重任，自己则随衙役奔赴扬州受死。哥哥死后，弟弟德璋悲痛欲绝，为了不辜负兄长的期望，他在村子周围垒起巨石作为屏障，日夜防范，最终得以在乱世中保全了义门族人。为了彰显德圭的义举，族人们建起了一座“取义成仁”的牌坊来纪念他。

大孝无痕，微处见真情。千百年来，族人奉行着尚义之风，追求一品高尚思想。族裔郑可真用其不怕牺牲的精神诠释着郑氏以义为先的家族信条。

2014年5月7日晚8时左右，杭金衢高速浦江路段，一辆载有24吨氢氟酸的槽罐车因与其他车辆剐蹭，发生泄漏。正在值班的郑可真得到消息，立刻带领村里的义务消防员赶往事发地点。剧毒气体散发出来的刺鼻味道，让没有装配防毒设备的救援人员望而生畏，郑可真却义无反顾地冲了上去。那次事故，郑可真先后救出了两个人，自己却成了伤势最重的那一个。3天时间里，医院曾两次下达病危通知书。郑可真说，是家族世代奉行的“义”在危急关头，给了他激励和勇气。

义配天地，化作彩虹，连接着东明村晶莹透亮的小溪。潺潺而流的溪水，滋润着郑氏后人，让“尚义”情怀永驻人间。

(本集编导：卢肖伯 邓丽娟 摄像：吕中华 王文超)



郑义门



会腾钟



福建省晋江市金井镇
塘东村
忠义传家

“高者修德立身，表见于时，策名效忠，宣力于国”。铭刻在族谱里的一句句话，深深地烙印在了福建省晋江市塘东村蔡氏心中，一直激励着蔡氏子孙奋发有为，报效祖国，建设家乡。

南宋末年，蔡氏先祖蔡我东带领族人迁居此地，把村子建在池塘的东边，取名塘东。如今，有 4000 多位村民依海为生。蔡氏先祖在这个半岛上拓荒垦田、繁衍生息，不仅带来了中原的农耕、纺织等技术，还把世代流淌在血液中的家国情怀，植根在这里。据《蔡氏族谱》记载，蔡氏的始祖叔度，是周武王姬发的五弟。武王伐纣灭商后，叔度受封于蔡，深受百姓爱戴，相传他和儿子蔡仲，父子合力建城，保护封地内的百姓不受战乱之扰。人们纷纷以国为姓，蔡姓由此枝繁叶茂。叔度去世后，儿子蔡仲子承父业继续修造城池，维护一方百姓的安稳，他们的忠义事迹被后世子





燕尾脊

孙郑重地写进了族谱之中。

为国为家效忠尽力，子承父业世代相继，是蔡氏一门流传2000多年的祖训，这让塘东村涌现出不少仁人志士。明朝末年，北方边境受到侵扰，明熹宗下诏征兵，塘东村人蔡鼎继承先祖宣力于国的教诲，和同村青年一起应征转战沙场。蔡鼎能征善战、功勋卓著，受封为“白衣参军”。尽管他一心报效国家，然而当时阉党专权，蔡鼎无力施展雄心抱负，便回到了塘东村，建设家乡。音乐家蔡继琨早年曾留学日本，1937年，日本发动了侵华战争，他毅然放弃了学业，像当时很多中国留学青年一样，在民族危亡之际，投身抗日。他利用自己所学，创作出《抗战歌》《捍卫国家》《我是中国人》等大量爱国乐曲，并在中国各地巡演，期待用音乐来唤醒广大民众的爱国精神。抗战胜利后，蔡继琨在菲律宾开拓自己的音乐事业。故乡的燕尾脊多次出现在他的梦里，直到20世纪80年代，这位年逾古稀的游子才终于回到了日夜思念的家乡。在回乡探亲期间，蔡继琨发现幼年读书的学校音乐方面师资力量非常薄弱，于是他萌生了报效家

乡的念头。于1989年他变卖了所有财产，离开了奋斗过40年的异国他乡，怀着对家乡故土深深的眷恋，回来创办了福建社会音乐学院，奏响了矢志不渝的报国之歌。

红墙古厝上，高翘燕尾脊，它是闽南乡村的一道靓丽风景。燕尾脊的尾部微微叉开，像燕子归巢，飞落的姿势，轻巧俊逸。对于塘东村的海外游子来说，它是来自家乡的期盼。从塘东村走出去的人们，带着忠义之心勇闯天下，无论走到天涯海角，都不会忘记“同出一祖”的根源所在，人们之间总会相互帮助，同甘共苦。塘东村人都认为“世人知有其身，而不知奉恤其祖之所同出，则为禽犊之民”。他们坚信飞燕总有归巢时，树高千尺、叶落归根是塘东村海外侨胞们的共同心愿。塘东村人在海外的亲属，加起来数量超过两万人。他们在异国艰苦创业后，都会主动地为家乡捐资修路修桥，改善家乡的面貌，方便乡邻的生活。他们还兴建了设施齐全的校舍、体育馆，资助年轻人读书求学。仅最近3年，塘东村的海外宗亲累计捐款已经达到了2000多万元。

蔡竞翔是村里蔡氏宗族的一员，看到每年都有这么多孩子们回到家乡寻根问祖，他也想要发挥自己的所学，宣传塘东村的历史文化。热衷于影视创作的他，通过镜头和互联网，把美丽的沙滩、古厝和祖先的故事，一一展现在世人面前。一有机会



福建社会音乐学院



泛舟海上捕捞海蛎

他就带领学生到塘东村拍摄微电影。渐渐地，这座宁静典雅的村庄，已经成了学生们的创作基地。在蔡竞翔的镜头中，最引人注目的是一座有着近百年历史的洋楼。它矗立在塘东村的中心，是塘东村人蔡本油的故居，它每天提醒着过往的人们，莫忘故土、体恤乡里。20世纪初，为了躲避战乱，蔡本油像大多数塘东人一样选择去东南亚闯荡谋生。落脚菲律宾之后，蔡本油靠着吃苦耐劳，用了20年的时间，终于从一名普通店员发展为当地出名的“糖王”。有一年，蔡本油回国探亲，捎回了不少同行人的书信，但是村里期待消息的家人们却有很多人根本不识字，更不会写字，一纸家书常常困扰着几家人。为了改变这种状况，蔡本油先后捐资创办了锦东私立小学和锦香女子学校。

你看，九月的塘东，渔民们像往年一样泛舟海上捕捞海蛎，收获着幸福和喜悦。翻卷的浪花，诉说着远方游子对家乡无尽的眷恋。祖先留下的传统，仍是他们一往无前的力量源泉。无论走到哪里，塘东村人都忘不了心中那永远的家。

（本集编导：高大伟 摄像：王晨光）



北京市延庆县大庄科乡
慈母川村
仁义满乡邻

“慈母手中线，游子身上衣。临行密密缝，意恐迟迟归”。一首传诵千古的《游子吟》，写满了母亲对子女的挚爱和关心。在北京市西北延庆区的群山之中，坐落着一个拥有 135 户人家、总人口 383 人的村落，它名叫“慈母川村”。据清《光绪昌平州志》记载，这里原名茨（慈）梅川，后因一个在当地广为流传的故事而改名为“慈母川”。

相传，八仙之一的汉钟离决心前往莲花山出家修道，他在这里向老母辞行，他的母亲一步一送，既不舍儿子远行，又不愿因为母子之情而阻拦孩子修道的决心，只得洒泪而别。后来，汉钟离母子分别的地方便得名为“辞母川”，又称“慈母川”。





慈孝堂

仁爱精神伴随着这个传说在这个小小的村落里世代相传，帮助了一个又一个的家庭。

孟子曾说：“人皆有不忍人之心”，这在慈母川村中有着较好的体现。慈母川村有一位65岁的老人“老根儿”，30多年前，一场婚姻的意外让他备受刺激，落下了精神障碍症。随着父母离世，姐姐们远嫁他乡，“老根儿”便独居于此，不爱与外界交流。2012年，一个偶然的机，让岳婧文、岳川、高波、高奥、韩敬怡这五个平均年龄只有13岁的孩子见识了

“老根儿”生活的艰难。当时大伙正在玩，忽见“老根儿”后院里屋冒出阵阵浓烟，原来是他正拿着扫帚在扇灶火呢！可无论这位孤寡老人怎么用力，火就是不着。这番景象深深地触动着五个孩子敏感善良的心，他们做出了一个大胆的决定。决心每逢周末和假期，大伙相约一起到“老根儿”家帮忙打扫院子、收拾屋子、洗菜做饭。刚开始时，“老根儿”并不接纳这些孩子，但孩子们并没有因此放弃。为了能经常换着花样给“老根儿”改善伙食，孩子们用心地学习做饭、烙饼、包饺子、擀面条等。孩子们三年不懈地坚持，让原本不喜和村民往来的“老根儿”也渐渐开朗了起来。2015年8月始，村民们集资给“老根儿”盖房，让住了60多年土坯房的“老根儿”住进了宽敞明亮的新砖房。仁义之风广播的慈母川村对于黄发垂髫总是有着特殊的关爱。村民高稳明的家里有一张写着密密麻麻字迹的纸张，上面记录着村里60岁以上所有老人的详细出生日期，每到他们的生日，村里都会给老人们送上一份特别的祝福。不仅是老人们的生日，每逢端午、中秋、重阳等传统佳节，村里的年轻人还会为他们专门举办宴席，把老人邀请到一起为他们表演节目，开心解闷儿。

仁爱的风尚已经浸润到慈母川每一位村民的生活中，滋养着这个小小的村庄。在慈母川村民的手机通讯录上，都会存着两个人的电话号码，一个是村民岳春，另外一个村民高稳明，这两个人的私家车就是村民们的免费 120 急救车，只要村民有急病需要救治，这两个人的车总是随叫随到。

孟子还说：“出入相友，守望相助，疾病相扶持，则百姓亲睦”。慈母川村的仁爱之风广布，让生活在这里的人家庭和谐，邻里和睦。

董建忠夫妇是慈母川村的普通村民，他们帮村里搞蜜蜂养殖。为了养好蜜蜂，董建忠夫妇经常赶着花期四处奔波，风餐露宿，有时一走就是一两个月。他俩几乎把所有的精力都放在了蜜蜂的养殖和繁育上，自家的地经常因为没空打理而常年荒置，功夫不负有心人，经过几年的摸索，他们养殖的蜜蜂产出的蜂蜜总是供不应求。有“蜂友”劝他俩单干，这样一年能增加两倍多的收入，但夫妇俩没有动心。2014 年夏天的一个晚上，山洪涌进蜂场，眼瞅着一箱箱蜜蜂就要被洪水冲走，为了不让村集体利益受损失，夫妇俩舍命跳进了齐腰深的洪水中，硬是从洪水里拖回了 60 多箱。正所谓“仁者不以盛衰改节，义者不以存亡易心”，朴实忠厚的董建忠夫妇经历了那次意外之后，非但没有放弃养殖蜜蜂，反而更加热爱这份甜蜜的集体事业。

“大道之行也，天下为公。选贤与能，讲信修睦，故人不独亲其亲，不独子其子，使老有所终，壮有所用，幼有所长，矜寡孤独废疾者，皆有所养”，这是《礼记》给我们描绘的大同世界。这一被许多人认为不太可能实现的理想社会，在慈母川村已经有了一些朴素的雏形。大山深处的慈母川村，向世人展示的既是一份淳朴的气质，也是一份别样的乡愁。



八仙之一“汉钟离”塑像

（本集编导：朱军 摄像：阮健 史亚）



福建省龙岩市上杭县
下才村
精忠报国

“做人不必自夸张，街头巷尾有尺量”。福建省龙岩市下才村，这样一首质朴无华的客家山歌，人人都会哼唱，个个都会高歌。它流传古今，唱出了下才人的忠厚坚贞。下才人相传是商朝名相比干的后裔，比干“主过不谏非忠，畏死不言非勇”的故事为当地人津津乐道，写入了族谱。“尽心竭力，精忠报国”的祖训，作为指导和约束村民为人行事的标尺，在古村中沿习了上千年。

据下才村的林氏族谱记载，307年“五胡乱华”，西晋怀、愍二帝相继被俘，当时的林氏先祖林禄，披肝沥胆，尽忠职守，先后辅佐了五位东晋皇帝。到了宋仁宗年间，侍御史林悦忙于政务久未还乡，有一次他上书请求回家祭祖，以尽孝心。





光荣亭

宋仁宗感念他一片赤诚之心，亲自题写了“忠孝”二字赐予林悦。从此，下才村人便把“孝始于事亲，终于报国”写进了族谱。在每一次为先祖先烈们举办的祭祀仪式上，村民们都要备齐“忠肝义胆”，即鸡要肝胆俱全，猪肉上也要插肝放胆，他们用这样一种方式表达着对先祖的尊敬崇奉之情。

下才村的村口有一个庄背庙，它是同仇敌忾、尽心为忠地护佑村民安居乐业的文化表征。这座庙中供奉的并不是下才人的先祖，而是一对忠肝义胆的兄弟。相传，在明代嘉靖年间，石古、石孟兄弟二人，一同带领村民抵抗倭寇的侵犯，为了保护村庄的安宁，最终献出了他们宝贵的生命。人们为了纪念他们，以忠立庙，世代祀奉。正是这一精神的激励和庇佑，之后的数百年间，下才村再也没有经受过战乱。

下才村至今还保留着一座有近 200 年历史的老房子，故居的主人是王集成将军。他从小聪明善学，文笔畅达。1935 年 10 月中央红军到达陕北后，他用暗语写信向家乡的父母报了平安：“吾出千元股金，现有利润万两，前途可以设想，谅必利达三江”，告诉家人革命事业前景光明美好。之后，这封信家喻户晓，下才村几乎人人都能背诵。遵义之战中，王集成利用

俘虏对上了守城的暗语，巧妙地攻破了城门。还有一次，他在战役中身陷重围，但他沉着冷静、临危不惧，用竹竿在地上写出“精忠报国”来鼓舞士气，带领部队浴血奋战，终于胜利突围。如今，这里的一砖一瓦似乎都在生动地讲述着这位将军的传奇一生。“事要尽心，人要尽忠”的精神，静静地流淌在下才人的血液中，体现在他们的做事风范上。就连下才村的房子结构都是人字形的，寓意着人丁兴旺，和谦虚做人、谦恭待人，这样家族才能发展得好。

听着庄背庙英雄故事长大，为维护和平而尽心尽力的还有王直将军。他小时候体弱多病，父母祈愿他健康长寿，故认村中一棵大樟树为“母亲树”。上了小学后，老师见他言行耿直，就为他取名王直。革命战争时期，他根据家乡流传的英雄故事，创作出了漫画《送郎上前线》，被毛泽东主席赞扬“艺术表达通俗易懂、平易近人”。后来，电影《英雄儿女》中的王主任

庄背庙



就是以王直为原型创作的。

下才村村口，还屹立着一座古朴的亭子，上书“光荣亭”3个大字，阳光下熠熠生辉。1956年，毛泽东主席路过此地，感佩于下才村80%的男子上了前线，为革命而流血牺牲，亲笔题写此匾以示旌表。正是世代相沿的尽心尽忠精神感召着人们积极参军，当年村子中涌现出了“父母送子妻送郎、兄弟争相当红军”的感人场面。1934年1月，毛主席发表了《才溪乡调查》，改此地原来“衰坑”之名为“发坑”，称赞这里经济建设搞得好，劳动合作社、消费合作社和粮食合作社的组织化程度很高，促进了红军的发展，是“全苏区第一个光荣的模范”。下才村人英勇奋战，在抗日战争和解放战争中，下才人涌现出像刘忠、王奇才、王直等9位军长，18位师长，被后人誉为“九军十八师”，成为当地津津乐道的佳话。如今，每到一年一度征兵时节，当地报名参军的青年们，都会在“光荣亭”前集合。他们同气连声，高呼着传承千年的祖训，弘扬着“尽心尽忠”的精神。退伍后，他们中许多人都会选择回到家乡，报效桑梓。现在村里80%的青壮年都从事建筑行业，经济收入连年增长，下才村成了名副其实的“兴旺发达”之地。

天地变幻，日月更新，下才村在时代的滚滚大潮中悄然变化着。许多人告别父母，离开乡梓，向更辽阔的世界奔去，然而无论他们身在何处，尽心尽忠，依然是下才人镌刻进骨子里的精气神。

（本集编导：赵勇 侯俊芳 张敬平 摄像：赵勇 瑞溪）



许
安徽省黄山市歙县
义行传家
村

千山万壑，延绵百里，淹没于云涛雪浪之中。千姿百态的青松，扎根于悬崖绝壁之中，苍劲有力，冠平如盖。有着“天下第一奇山”之称的黄山箬岭关南麓，繁衍着一个规模庞大的古村落——许村。绮丽的黄山，浩瀚的云海，时而风平浪静，时而云涛诡异，时而怒气冲霄，时而气势磅礴，一切似乎都在渲染着许村的高风亮节，行义事，倡义举，传义行。

古老淳朴的许村，至今保留着许多明清时期的徽式建筑，数量超过了100处，吸引了不少游客前来参观、考察。村口的高阳桥，是许村的重要标志，彰显了古代





五马坊牌楼



大宅世家

徽州工匠们高超的建筑艺术，它始建于元朝，桥上有廊，廊上开窗，两侧各置坐凳，中间的南侧设佛龕，供奉观音菩萨。许村中心的五马坊牌楼，也有着悠久的历史，是为祭奠和旌表先祖许伯升的功德义行而建。明朝洪武年间，许伯升任汀州知府，此地崇山峻岭，民风彪悍，匪患不断，治理起来十分困难。许伯升上任后，首先清除了官府内部与土匪勾结之人，之后再剿除匪患，令他们不敢再来骚扰百姓。许伯升廉洁奉公，为人正派，他把自己的为官信条写成楹联挂在知府衙门的大堂上，上联说“多索一分一厘是祸国殃民”，下联说“少了一冤一枉是为官正道”，以此告诫他人，也警醒自己要为民请命，匡护正义，主持公道。为官期间，许伯生将许多精力专注于百姓的生产劳动，帮助农民改善生活。他还重视教育，开堂讲学，启民心智。最终积劳成疾，年仅 52 岁就病故了。皇帝为许伯升的忠行义举所感动，特地为他修建了这座四柱三间五楼的五马坊，以示对许伯升忠义精神的褒奖。

在许村，许多古老的建筑背后都有一段义行天下的故事。宋理宗年间，金兵入侵，这时许村富商许克复站了出来，愿为朝廷分忧，资助军饷。后来宋军胜利了，皇帝为表彰其义举，

钦赐许克复“大宅世家”的名号。许村的兴盛得益于徽商，他们以义为利经商立业。箬岭官道是徽州人外出求学、为官、经商的重要通道。官道道路宽约2米，路面全由青白石铺就。明代许村的多位富商都曾捐资，筑路修亭，造福公义。过去这里每隔两里半就有路亭，五里就有一座茶亭，古道边的百姓也常年施茶送水，为往来客商备下歇脚的食物。抗日战争爆发后，扬州沦陷，城里许村盐商许辑容家族的“谦益永”商号被封，许家老小逃难于上海，此间有人想借许家的名望重开盐号为日军服务，他们多次派人到上海请许辑容的儿子许少甫出山，但许少甫不为金钱所动，他说：“如果将气节都卖了，卖出的盐也不会咸”。

在许村，男人们在外展现的是国家大义，而在青砖黛瓦的庭院里，妇女们相夫教子的同时，也在默默地践行着“以义为先”的家风。“观察第”的西侧，有一道刻“墙里”二字的边门。寡居的胡氏独自一人撑起了家庭。她为人善良，生活中处处予人方便。由于当时村中水井很少，打一口新井需要缴纳大笔税金，村民用水极为不便。胡氏就打开家中后院之门，让村民可以前来院中水井取水。胡氏临终前，因为担心后人不让乡邻使用水井，便唤人拆掉了后院围墙，让出家中水井。她的义举不仅感动了乡邻，更荣耀了后世子孙，他们家的后代都以“墙里门”后裔自称。如今，这



观察第



舞大刀

口古井仍在用。兴义事，行义举，这样的传家理念在许村中世代传承。村民许强明性格坚毅，行为端正，在先人故事的感召之下，他做事亦“以义为先”。许强明做了一辈子的教师，退休之后还义务做讲解员，为前来许村的游客讲述村庄的历史，讲述许氏家族里代代传颂的祖先义举。

许村自清朝始一直有“舞大刀”的习俗，最初它是为了纪念许氏先祖忠义公许远而设。据《唐书·忠义传》记载，许远智勇双全，精通兵法，并自创“许家刀法”。安史之乱时，许远凭着大刀冲锋陷阵，终因粮绝援断，以身殉国。他的忠烈义举，为后世传颂。如今，它的意义早已不止于阐扬祖先的忠义精神，还发挥着一个家族通力协作、凝聚人心的作用。在五马坊前，竖起象征祖先义举的大刀绕村而行，最后抵达村中的广场。全体许村人汇聚在大刀周围，高举祖先义行传家的家风，提振家族精神，祈盼来年风调雨顺、美好平安的生活。

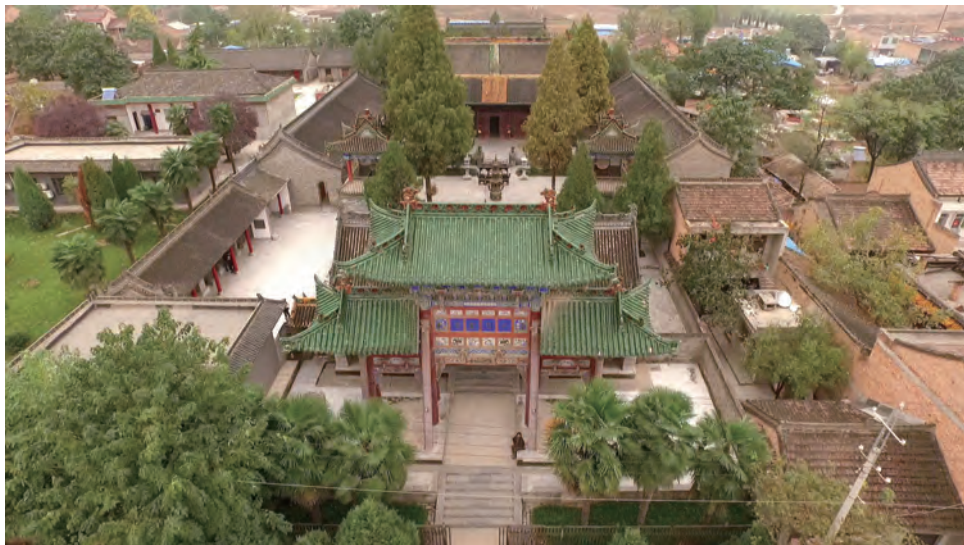
（本集编导：李光昊 摄像：史亚 陈巍）



陕西省咸阳市武功县
新村
忠贞报国

雄浑苍凉的唱腔，饱含着的崇敬之情，代代传唱，回荡在绵延厚实的关中大地之上。农闲时节，新村的街头巷尾，时常会响起高昂激越的秦腔《苏武牧羊》，“忍不住伤心泪，痛哭悲哀”。

陕西省武功县新村，地处关中平原，村民们不少是西汉时期民族英雄苏武的后人，他们生活在这里已经上千年了。如今，新村有1700多人，其中苏武的后裔有200多人，



武功县

对于村中的王、郭、董等其他姓氏的人来说，持守云中、牧羊海上、忠贞报国的苏武，也是他们耳熟能详、倍加推崇的楷模。苏武的爱国精神，一直激励着他们坚守气节，奋发图强。

苏武牧羊的故事，发生在今天的贝加尔湖一带，那里天寒地冻，生存环境非常险恶。苏武每天牧羊时总是不忘带上从长安出发时皇帝交给他的节杖。天长日久，风雨侵蚀，装饰节杖的牛尾毛一根根地脱落，但这根节杖始终相伴他的左右。每当他看见手中的汉节，他就明白自己的使命还没有完成，他就要活着，哪怕是只剩最后一口气，也一定要回到中原，回到汉朝，向皇帝复命。出行之时正当壮年，归去已是须发苍白。苏武北海牧羊十九载，在荒凉之地一天天经受着冰雪的考验，但他矢志不渝，依靠顽强的理想信念活了过来，坚贞的他始终没有屈服于匈奴荣华富贵的诱惑和欺凌辱骂的打压。他执着地选择了忠于大汉、守望故乡的漫漫流放之路，直到汉武帝去世，汉昭帝继位，匈奴与汉朝重修旧好，苏武才得以回到长安，亲自向皇帝复命。那时他已经 59 岁，饱经岁月沧桑。

苏武 81 岁去世，安葬在武功。2000 多年来，他的后人一直在这片土地上繁衍生息。为了纪念先祖，他们把居住的地方取名为苏坊村。直到 500 多年前的明朝成化年间，水河泛滥，村庄被淹，其中长房一支就迁移到了十多公里外的新村。至今第 63 代孙苏振武家还珍藏着一张清光绪年间“苏氏重修家谱序”，上面写着“世笃忠贞，勤劳王室，前自大汉之初，后至大宋之季，世有令德，代有伟人。”历史上武功苏氏一门人才辈出，唐宋时期先后出现过十几个宰相。在新村向南 10 公里的武功镇，有一座始建于北周时期的城隍庙，那里还保存着一块唐代刻写的墓碑，墓碑的主人是苏武的 23 代孙苏瓌。历史上，苏瓌曾经出任过中宗、睿宗两朝宰相，辅佐皇帝兴利除弊。他的儿子苏颋亦品行端正，出任宰相多年，廉洁自律，两袖清风。



新村苏氏后人，以身为苏武的后裔为荣，茶余饭后常常会在村中唱上一段秦腔，讲讲祖先忠义的故事。“忠孝仁俭，以忠为先。”相传这是苏武的父亲苏建制定的祖训。苏建曾随西汉名将卫青反击匈奴，立下赫赫战功，被汉武帝封为汉平陵侯。时至今日，参军入伍、保家卫国依然是新村人心中最崇高的事业。20世纪50年代初，苏武第62代孙苏云发参军入伍，他表现出色，很快被选拔为侦察连班长。“男儿当存报国志”，祖先苏建和苏武的故事始终激励着他苦练骑术，有一次外出追赶敌人，敌人在前边跑，他们一直在后边追，追着追着，追到了一座高山的半山腰，空气非常的稀少，人困得不行了，只能拽着马尾巴走，拽着拽着，马也倒下了。但他们只稍稍停歇了一会儿，又把马打一打，起来继续追赶，终于抓获了敌人。苏云发和战友们在边疆地区一待就是七年，他们不怕艰险，出生入死，经常出色地完成各项任务。

“忠孝仁俭，以忠为先”的祖训、“忠贞报国”的家风，也在潜移默化地影响着其他姓氏子孙。小小的新村，半个世纪以来，先后参军的有100多人，更流传着一家几代多人参军的佳话。不管走到哪里，从事什么职业，他们都把尽职尽责、忠

苏武纪念馆





苏武墓

贞报国作为坚守的人生信条。新村，因为苏武而拥有着不平凡的故事。而随着一批批的年轻人从部队退伍，回到家乡发展，这个关中平原上不起眼的小村子，又多了几分军人的英武气质和风貌。苏氏后人在海内外开枝散叶，他们当中，很多人身在海外，也不忘祖先功德，以切实的行动，践行着祖训。62岁的华侨苏用发，在印度尼西亚拥有自己的钢铁企业，尽管他的人生都是在印尼度过的，但是受苏氏家规祖训的熏陶，他先后为家乡捐资数百万，修建了苏武纪念馆，并在苏坊镇为苏东中学捐建了两栋教学楼。

新村向东约10公里的漆水河畔，一代忠魂，长眠于此。苏武墓冢上，萋萋芳草，绿了黄，黄了绿，荣枯了2000多个年头。金秋时节，悠远苍凉的秦腔再次唱响在关中大地上，《苏武牧羊》在这里世代传诵、绵延不绝。手持汉节、不辱使命的苏武，以其坚贞不屈、忠心爱国的精神，始终激励着后人向他看齐。

（本集编导：杨华 陈秉均 摄像：郑磊 郑建）



下寨村

四川省阿坝藏族羌族自治州九寨沟县

疏财重义

落日余晖，铺满了古老的芦苇湖畔。微风轻吹，脉脉“望子红”香随风飘扬，陶醉了古朴幽静的下寨村。这座历史悠久的村庄，位于四川九寨沟县的东南角，它与县城隔河相望，仅有不到两公里的路程。村庄坐落的山间沟谷地带，从地势上分成了上、中、下三个寨子。位于沟谷下游、临近河道的村庄，得名“下寨”。





晒家谱

清代康熙年间，殷氏先祖殷元福学识渊博，官至翰林学士。为官期间，他重义疏财，为民办事，扶危济困，救死扶伤。他的一生珍视情义、注重修养，赢得了一方百姓的赞誉。当地的官绅特意制作了“品重上庠”的牌匾赠予殷家。“品重上庠”说的是品德高尚的人家，建立起了优秀的乡村学校，以此来褒奖殷氏族人兴办教育有功。至今，这块牌匾依然挂在殷氏大院的正厅上方。从那时起，殷氏族人便把“疏财重义”作为家规祖训写进族谱。千百年来，下寨村民风纯朴，邻里之间和睦相处，长幼之间谦和礼让。

“良医处世，不矜名，不计利”。在下寨村的交通要道上，有一座明清时期的建筑——“慈善堂”，见证了下寨村人治病救人、行医行善的德行。下寨村出过不少人格高尚的医生，他们视生命的尊严高于一切，不以财富和利益为最终目的。过去瘟疫盛行时，他们在“慈善堂”安置大锅熬煮药汤，无偿地帮助着等待救治的患者。此风在村里相延不衰，教育着子孙后代，

重情重义，乐于助人。

“君子喻于义，小人喻于利”。30多年来，医生殷德清坚持义诊，从未间断。他从医科大学毕业后，被分配到县医院工作。那时候，他一个月的工资有38元钱。可他拿出一半的工资购买药品，到偏远的乡村去义诊。由于很多乡村地处大山，他必须徒步前往，山路并不好走，有时可能会面临危险。艰险的道路，并没有阻碍他前进的脚步，因为在他的心里，大山的乡民亟待他去救治。每次外出义诊，殷德清都是自己垫付医药费，对待贫困的病人，他分文不收。有一次，殷德清在下甘座村遇到了一个患肺结核的孩子，送来的时候，孩子心跳加快、呼吸急促、面色苍白，生命岌岌可危。殷德清用身边仅有的药品抢救着孩子，他发现孩子的咽喉处有积痰，如果不能及时排出，小孩随时都可能窒息死亡。为了救治小孩，他不怕脏，拿了根尿管插到孩子的嘴巴里，用嘴帮着吸出了痰。最终，孩子平安脱险了，但殷德清分文未取。如今，殷德清的工资每个月有2000多元。他把大部分钱用来购买药品和医疗器械，还在村里开办了免费的医学所，教更多的人学习医学知识。他的这份义举，不仅救治了许多人的生命，也赢得了人们对他发自内心的尊敬。

下寨村人始终把“疏财重义”当作为人处事的行为规范，处处为他人着想。在他们看来，先祖的训诫，既是教诲和传统，也是生活的智慧和经验。今年60岁的村民温金成，已在村子周围的山上种了30多年的树，他是家里第3代种树的人。20世纪50年代，为躲避饥荒，温金成的爷爷带着家人，从四川成都一路逃难到了九寨沟附近。路过下寨村时，这里的村民见他们穷困潦倒，便收留了这个颠沛流离的家庭，还筹钱帮他们盖起了一间房屋，开垦出了新的田地，让他们安心地居住了下来。那时候，由于下寨村地处沟谷地带，每当雨季来临，容易发生泥石流。温金成的爷爷就自己摸索着在村子里和周围山坡上种



南坪曲子

植树木，几十年来，他们一家在附近几百亩山坡上，种满了树木。20世纪90年代，有不少外来的商人到下寨村里收购树木，当时一棵树能卖到好几千，甚至上万元。为了保护下寨村不再遭受泥石流灾害，温金成一家自觉地抵制着金钱诱惑，一棵也没有舍得卖。如今近万棵树茁壮成长，郁郁葱葱，扮靓了下寨村优美的环境，吸引了许多游客前来观赏，成为了九寨沟旅游中一道最美的风景。

午后的院子，瓜果飘香，沁人心脾。村民们热情地摆放桌椅，迎接四方游客的到来。一首传承了千年的南坪曲子，琴声清脆，歌声婉转，吸引着来客久久驻足休憩。下寨村人传承着先祖的智慧和美德，把一个“义”字融入在生活之中，让这个古朴幽静的村庄，变得更加的友善祥和，真诚可亲。

（本集编导：宋鲁生 摄像：郑磊 潘磊）

编导手记

靠近真实，再靠近一点

/ 宋鲁生

对于一名从事电视纪录片的工作者来说，如何让拍摄对象接近于真实的生活状态？如何使节目中所表现的内容接近于真实的情景？这两个问题，一直伴随着我的工作，也是一直思考的问题。

因为《记住乡愁》的制作流程，能够在正式拍摄之前到村里进行简单的调研，挖掘出即将拍摄的人物和故事。第一天走进四川下寨村，眼前所见到的村落，和国内大多数的古村落一样，没有多少新奇的地方。它不像江南一带古色古香、人文荟萃的传统村落，也不是少数民族聚集、有着鲜明特色的村落。无论是村里保留的祠堂、古建，还是民居、牌楼，都称不上精彩。那为什么还要单独做一集这样的村庄？是什么真正吸引了我们？答案，就在于一场特殊的谈话。

这场谈话很简单，在这个村的书记家。

为了能够挖掘出村里的传统文化，书记找来了他能够想到的村干部、族长、上了岁数的老人，满满的几十口人聚集在他家。还好院里挺大，一人捧着一个茶杯，开喝，开聊。东扯西拽，天南海北，什么都聊，可就是聊不到点子上。因为“乡愁”的核心，就是古村里所传承的传统文化。找不到这个点，就不足以支撑一期节目，也失去了这集节目的社会意义和价值。到了最后，一群大老爷们实在没有什么可以聊的，大伙默不做声，只剩下抽烟的“啪嗒啪嗒”声和“咕噜咕噜”的喝水声。



这时，书记开话了：“喝一杯”。

老书记从隔壁屋的酒窖里，端出了一大缸白酒。白酒，是他自家酿的。对于村民自家酿的酒我并不陌生，口感醇、后劲大。不喝则已，一喝必醉。也许是村里人习惯了喝几口，也许是一天调研下来的结果不尽人意。大伙都端起酒杯，开喝。

三杯白酒下肚后，现场的氛围发生了变化。原本不太爱说话、有些拘谨的人，开始嘻嘻哈哈开起了玩笑。老书记也开始诉说起他的家族史。

我知道，直到这个时候，我和这个村的村民才第一次真正交心。不拍摄，不带目的，只是像朋友一样，听他们的故事。真实，也就在这一瞬间，才展示了出来。

对于生活，每个人都有不满意、都有抱怨的时候。在电视里所呈现的，固然是我们进行了艺术化的提炼和加工。在不脱离于真实的情景下，我们愿意展示美好，愿意带来希望。这是作为电视工作者，需要想明白并且做好的一件事。就拿节目中的拍摄人物“殷冬青”来说，他就是这个村的老书记。在节目中，我们并没有点名他的身份。在生活中，他所做的事情，其实要比节目中所呈现出来的要多得多，甚至更加复杂。村里日常生活中的各种琐事、纠纷，这家偷了那家的猪，这家的孩子外出闯了祸，那家媳妇和婆婆又开始吵了……他给我举了最近的一个事例：村里的一个年轻人在外开车，



撞了人，跑了。他知道后，和村里的老人一起，连拉带拽把年轻人带到了公安机关去处理，让这个年轻人避免了更大的错误。

在拍摄期间，这些“琐事”让这位老书记疲于奔命。难道，他不会有抱怨，心里不会烦躁吗？事实这些情绪他都有。私下，老书记也不止一次和我提起他想要退休的打算。但是一年又拖一年，就这样，一干就是20多年。他放弃了自家酿酒的生意，看着自己的徒弟一年就挣好几百万，他也羡慕，也后悔。只是，当村里一有事，他又成为了第一个到场的人。为什么？老书记说了，他小时候生活清贫，甚至到了活不下去的时候。是吃着村里的“百家饭”才长大成人的。人不能忘本，更不能忘恩负义。

酒后，老书记和爱人一起，在院子里弹起了当地的琵琶小调。也就是节目中所呈现的那一段场景。这个场景，让我感受到了村庄的真实，触摸到了身边这些活生生的人。就这样，才有了后来医生和爷孙三代人植树的故事。而节目的主题“疏财重义”，也让这个看似“高大上”的传统文化，有了生活的质感和厚度。

也许，这就是每一期节目中，我所体会到的真实吧。因为有了触动，才有了情感。有了情感，才想要去真实地理解和感受他们。因为这份真实，才让节目里融入了不虚伪、不做作的

影像。虽然我们也在摆拍，也在安排拍摄人物的行走路线。但这一切的前提，就是真实。记得节目播出后，老书记给我发了一个简短的讯息。

“我代表全族人，感谢。”

团队的努力，让我们取得了一点微薄的成绩，却能够得到老书记如此的认可。再多的努力和付出，足矣。这也许就是我们作为电视工作者的一点情怀，也是我们所坚持这份事业的一份自信和勇气。

至今，难以忘记老书记和爱人弹唱的场景。傍晚，夕阳西下，大伙都安静地听着，所有人都沉浸在那个特殊的氛围中，安静、祥和。

名家品读

记住乡愁

/ 吴为山

作为一个观众亦是读者，我情不自禁、由衷地向《记住乡愁》的全体专家和工作人员表示敬意。他们本身对传统文化介入得很深、很透，《记住乡愁》，它勾起了我们的乡愁，勾起了深蕴于我们心灵深处和集体无意识中的那份记忆。无论是种族还是个体，它以文化的化育使我们在淡淡的情绪中体会历史、自然、人文，并拣起那散落的文明碎片，构成入耳、入心、入眼的感情、直觉的形象，以娓娓道来的故事以及解说和纪实的影像相结合，可读性强，引人入胜，发人深省，简言之是传统文化的感性显现。

看了《记住乡愁》，它教我们如何认识传统、如何做事、如何做人，也激起了我们对这片可以栖居的大地的热爱。

我们今天大谈传统，大谈继承与发扬，可是我们怎样才能实现对全民的化育？现在的生活节奏，已使人们从深究文字转向了读图，而对于大众传播而言最有效的是电视。这门综合艺术的普及性、广泛性不仅对广大的知识分子和一般群众有效，对文化程度不高的观众甚至文盲都发生效应。所以《记住乡愁》以电视纪录片的形式传播中华文化，从方式上首先赢得了分数。我曾经受中央电视台之邀请主持全国雕塑大赛，当时提出一台电视机就是一个展览。社会文化结构是呈阶梯式、金字塔形的，最基础的层面也是最广阔的平面，那是全民素质，是平原。只有将平原打造成高原，才能建立真正意义上的高峰。

而《记住乡愁》更为可贵的是其充分把握和利用文学、历史、哲学、音乐、美术、摄影、书法，借助社会学、人类学等，通过讲故事的形式阐述了民族文化的历史，表达了老百姓的情怀，情景交融，情理互生，它是一部难得的教科书；是文化的地图，传统精神的坐标，是种族发展史的年表。

具体来说，我觉得有这样鲜明的表现特点：

那就是以线、点、面三者融汇而形成的文化史章，传递中华之道、之德。

先谈线：

首先是主题歌曲作为贯穿全片的情感主线，仿佛一条温润、情真意切、抒情的缓缓流淌的河流，流往乡愁的山山水水，灌溉那古老而焕发生机的村村落落。

它以“多少年追寻”叙述游子的思念。

它以“多少次叩问”表现游子的思考。

它把“乡愁”比作“一碗水”，阐述了生命的本源。

它把“乡愁”比作“一杯酒”，叙说了文化的酿造。

它把乡愁比作“一朵云”，抒发了民族的理想。

它把乡愁比作“一生情”，赞美了人性的本质。

接着，它又深情地写道：

年深外境犹吾境，

日久他乡即故乡，

游子你可记得土地的芳香，

妈妈你可知道儿女的心肠？！

这扣人心弦的歌调融入优美、抒情、婉约而昂扬的旋律，连接了所有画面的切换转承，也成为打动人乡愁的情歌。

这条线的第二个表现形式是解说词，它娓娓道来，将历史的文脉、家族的变迁、人物的成长做深入浅出的讲述，构成故事、情节的主线，将人和事串联，并以语言的逻辑叙述故事，以修辞而表现美感。以夹叙夹议的方式生发哲理。从而让事情的本身、让人物的故事折射着传统文化的光辉。人和文、情和理在这里相互映辉。

再谈点：

点，是对典型村落、典型人物、典型故事、典型文物的描述。

以《西湖李家村——不忘本原》为例：西湖李家村的故事，

其重点表现曾当过南昌市市长、人大主任的李豆罗，用他自己的话说：“用了40年时间当市长，而一退休即用4小时时间回乡当农民。”这是乡情所至，他回到家乡与当地老百姓一起脱贫致富，创造一片山川之萃。这与封建士大夫的采菊东篱下的归隐有着本质的区别。孔子曰：“操则存，舍则亡”，“出入无时，莫知其年”。因此，李家村的石坊上刻着“操存本原”的匾额。在这一集中，在表现游子李九华回乡时用了画外音：“我回来啦！”是的，我回来啦，在台湾生活20多代的李森永是台湾李氏宗亲的会长，受其父亲的教导，落叶归根是他不变的情怀。他寻根觅踪，终于回到了西湖李家村，两岸一家亲！该集至此生华。这是文化、宗亲的力量，是中华民族本原中的韧的力量。

写到这里，我还不得不对“忠义报国”这一主题谈点认识。

陕西省武功县新村，重点谈忠贞报国。西汉时期民族英雄苏武的后人生活在这里。当年苏武81岁去世，安葬在武功，200多年来，苏武的后人一直在这片土地上繁衍生息，为纪念先祖，他们把居住的地方命名为苏坊村，直到500多年前的明朝成化年间，苏坊村被淹，其中长房一支就迁移到10多公里外的新村，第63代孙苏振武还珍藏着一张清光绪年间的“苏氏重修家谱序”。

新村，是苏武精神承传的聚集地，本集通过一个村、一个宗谱、一个秦腔、一根汉杖——苏武手持的汉朝节杖，使得画面丰富形式感强，更重要是苏氏的家谱，记载了苏氏“世笃忠贞、勤劳王家，前自大汉之初，后至大宋之季，世有令德，代有伟人”。唐宋时期先后出现过十几个宰相，所以，新村的苏氏后人均以身为苏武的后裔为荣。秦腔，是关中这片大地的强音，它从关中人的心灵唱出成为文化的心声。饱含着苏武的崇敬，雄浑苍凉的唱腔一代代传唱。回荡于历史时空……汉杖，是公元前100年，苏武离开繁华的长安，经过茫茫大汉时一直手持的。

这是他从长安出发时，皇帝交给他的。感动人的是，天长日久，装饰节杖的牛尾毛一根根脱落，这根节杖依然不离他左右。

这根节杖，就是节气！就是忠贞报国的象征。

电视纪录片的特点，很重要的一点就是让画面充实、形象突出，音乐扣人心弦。苏武的汉杖，毫无疑问，成为画面形象中的标志。它是苏武矢志忠贞的象征。

纪录片中借助苏武第63代孙振武的话，非常确切地表示了苏氏宗族的一贯共识：

忠，要忠于国家、忠于民族。

忠于国家、忠于民族，就是爱国主义精神，它是以其忧国忧民、心怀天下的忧患意识和视死如归的不屈精神为特征的，可以说一部中华民族的历史就是一部爱国史。长期以来，这种爱国的精神和情怀渗透在所有海内外中华儿女的生命基因中，它融入民族性格，在个人与祖国的相互依存关系中，体现归属感和凝聚力。

通过对一个村，而且是苏武后人集中居住的村的重点介绍，有力地说明了忠义报国并形成民族共识。

西方哲学家发问：我们从哪里来，我们到哪里去。

而孔子操存之“本原”，老子的“天人合一”，佛家的自然圆满，在今天应该都汇聚于凝聚中国力量，实现中国梦想。乡愁是我们的精神家园。

第三章

铁血丹心照汗青——弘毅讲廉

「人生自古谁无死，留取丹心照汗青」，铁血男儿、爱国志士文天祥不为威逼利诱而奴颜婢膝；「但愿海波平，封侯非我愿」，抗倭猛士、一代英豪戚继光不求高官厚禄而保家安邦。千百年来，正是因为有着一批批忠义奉公、弘正讲廉者的努力付出，才让人们继往开来地安居乐业，饱享太平。

《论语·泰伯章》云：「士不可以不弘毅，任重而道远」，士大夫应弘大刚强而有毅力，因为他将实现仁作为自我的精神追求，是以兢兢业业而不敢懈怠；《孟子·滕文公下》言：「富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈，此之谓大丈夫！」大丈夫慨然以天下自任，故立身行事坚韧不拔，刚直自信，不为困难挫折而动摇心志。元好问说：「能吏寻常建，公廉第一难」，只有吾日三省吾身，时刻检点和规范自我行为，恪守本分行正道，方能追求高远，为民谋利，造福一方。





廉

福建省福安市溪潭镇

清正廉洁

村

廉村，位于福建闽东白云山麓，穆水之滨。村中古意盎然，典雅整齐的古官道、巍然屹立的古城墙、苔迹斑驳的古道碑、气派庄严的古祠堂……让人徜徉其间，流连忘返。廉村中不仅较好地保存着古代物质文化遗迹，而且一直阐扬着“主清正、尚廉洁、扬正气、促和谐”的精神。

廉村人的先祖薛令之，为官清廉，做人正直，是后世敬仰效法的榜样。据史料记载，唐玄宗时，薛令之任太子侍读，曾作《自悼》诗：“朝日上团团，照见先生盘。盘中何所有？苜蓿长阑干。饭涩匙难缩，羹稀箸易宽。只可谋朝夕，何由度岁寒？”薛令之用这首诗讽刺权臣滥用权力，他不耻与这些人为伍，甘愿辞官回乡，安守清贫。





陈氏文祠



一门五进士谱系图

唐玄宗感于其品行端正清廉，曾下旨命长溪县岁赋资助他，但薛令之只“酌量受之”，安于温饱。后来太子登基，很想念这位正直清廉的老师，但此时薛令之已经去世了。唐肃宗尊敬他，就将薛令之家乡的村居、山川命名为“廉村”、“廉溪”、“廉岭”。

廉村古堡内的民居多为明清时期的建筑，为世代居于廉村的陈氏子孙所修建。后唐时（923—936年），陈姓家族迁入廉村，与薛氏家族联姻。多年后薛氏家族因避水患迁至别处居住，陈氏家族在廉村繁衍生息。

唐宋以来，廉村陈氏家族共出过33名进士，还曾有“一门



陈幼顺制茶



族老会



“五进士，三代俱登堂”的荣耀。仅在宋代，从廉村走出去的大小官员就有上百个。尽管陈氏家族有过如此多的进士和官员，但在祠堂中却丝毫没有金碧辉煌的奢侈，人们看到的只有简

洁朴素的儒雅。迄今为止，廉村还保存着总祠、长祠、支祠这三座陈氏祠堂。

廉村是福安三大水上交通动脉之一的穆水溪的重要码头，是当时闽东北和浙南的商品集散地，曾有“十里长街不用伞”的盛景。廉村的茶叶也极富盛誉。中国人饮茶，注重一个“品”字，而“品茶”不只是在鉴定茶叶的优劣，更是在品味含蓄淡泊、苦中有甜的茶文化。村民陈幼顺从十几岁就跟着祖父种茶，20岁独立做茶，到如今已拥有了20多亩茶园、经营着几家茶楼，他的一双手接触过的茶叶无数，靠着自己的勤劳的双手过上了富足安稳的生活。唐代陆羽所著的《茶经》中曾记载“以茶养廉”的故事，中国传统理念里也把“廉”作为茶德之一。对于制茶多年的陈幼顺来说，每一片茶都有着独特的生命和灵性，“以茶养廉”对他而言有着另一番朴素的理解。安守本分，绝不掺假，这是陈幼顺从种茶制茶中体会到的人生滋味，村民们认为他做事公道，推举他为陈氏宗祠的族老之一，主持解决族中大小事宜。

每月月初是陈氏宗祠召开族老会议的日子，时至今日宗祠族老们依然在廉村事务中发挥着影响力，维系着族内的安宁。家族事务关系到整个村子村民们的利益，

陈氏宗祠每次都会把村民募集的资金细目张贴红榜，每一笔资金用在哪儿，花了多少，都必须公开透明，这是宗祠千百年来沿袭的一心为公传统，也是廉村人相互信赖、团结无间的原因所在。有一次会议是为了维修村头的庙宇，需要占用5户村民的土地，商谈土地出让和分配修缮资金。协调村民出让土地，并非一件容易的事，但在会议上陈幼顺却主动应承下来，挨家挨户做工作，不计辛劳。

“不取不义之财、不贪不义之利”，以廉自律、正直不阿是廉村人为人处世的基本准则。陈氏族规有言，清廉者才能录入族谱中，凡贪污者则要被本族除名，死后也不得埋入故土。廉村陈氏家族每隔五年重修一次家谱，今年正逢上重修家谱。陈琼康，是陈氏家族第33代长房长孙，今年已经80岁高龄了，自打他1996年退休回村后，就承担起编修家谱的责任。陈琼康退休前曾是福安市水利局的一名工程师，负责测量和施工。有一次，一个工程队的负责人找到他，送他30块钱，希望他能将测量数据修改一下。在当时，30元相当于陈琼康一个月的工资，但陈琼康却不接受非分之财，他毫不犹豫地把钱交了出去。陈琼康在职42年，不抽烟不喝酒不吃请，退休后，他回到廉村的老屋，每天粗茶淡饭，心安理得地过着平淡自在的生活。“一心为公，正己正人”，像陈琼康一样，每个廉村人的心中都有一把“廉”的尺子，不论走到哪里，无论做什么事，他们都记得自己是廉村人，一言一行要对得起这个“廉”字。

今天的廉村，古朴中透出了更多活力，“崇廉倡廉”在这里口耳相传了千百年，廉村人早已把“廉”的精神印在了骨子里，村中的一砖一瓦、一房一屋、一景一物，无不透露着对“清廉”人格的敬仰和尊重。这种精神不仅能使廉村兴旺发达，也让许许多多到过这里的人终身受益。

（本集编导：田雯雯 摄像：王文超 呆新磊）



富田村
江西省吉安市青原区
天地有正气

青翠的天马山下，一条富水河穿村而过，灌溉出肥沃的田地，村子因此得名“富田”。山气氤氲，清流潺潺，它滋润、养育了一代又一代的文人志士。这是爱国英雄文天祥、胡铨的故里，也是文学巨匠欧阳修、杨万里的家乡，史称“文章节义之邦”。

“天地有正气，杂然赋流形。下则为河岳，上则为日星。”坐落在江西省吉安市东南部的富田村，代代传唱着一首脍炙人口的文天祥创作的《正气歌》。700多年来，富田村人用这种方式教育子孙后代，无论做人做事，都要刚正不阿，一身正气。

1275年，元军南下大举入侵南宋。山河破碎，草木含悲，一些文官武将主张弃城逃跑，一些奸臣宦官主张屈膝投降，当时出任江西赣州知事的文天祥，却变卖了全部的家产，召集了一支3万多人的义军，沿着富水河逆流而上，抗击元军入侵。



三年浴血奋战，文天祥率领义军在江西、福建、广东等十多个地区和元军搏杀，最终因兵力悬殊，他在广东海丰县五坡岭一带兵败被俘。

“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”，文天祥在狱中写下了著名的《过零丁洋》诗。在元大都就义时，他还曾留下一首《衣带赞》：“孔曰成仁，孟曰取义，惟其义尽，所以仁至。读圣贤书，所学何事。而今而后，庶几无愧”。文天祥宁死不屈，赋诗明志，唱响了“天地有正气”的民族美学精神。如今，每逢初一、十五，富田村周边的乡邻们，都会来到文天祥的陵墓前进行祭拜，缅怀这位忠肝义胆、一身正气的民族英雄。

至今，村里居住着 2000 多位村民，有文、王、刘、匡十多个姓氏。这些文天祥的后人，时刻践行着先祖训诫，传承着这份浩然之气。文天祥的《正气歌》，更是被许多爱国将士在抵抗侵略的沙场上高歌。20 世纪 30 年代，日军侵华，中国境内打响了反法西斯战争。1937 年 9 月，八路军 115 师先头部队集结在山西大同的平型关附近，伏击日军，整整激战了 6 个小时。在当时，从富田走出去参战的王承登是 115 师 343 旅 686 团的排长，他率领一批人马埋伏在两边山上，等敌人汽车进来以后，就开始全面出击，向日本人汽车上扔手榴弹，打得日本人到处乱窜。正是这股昂扬的意志和坚定的信仰，鼓舞着中华儿女在革命战争年代抵御外敌，取得了最终的胜利。

如今，王承登老人已经 101 岁高龄，这位从富田走出的抗战老兵，每天都要在家人的帮助下穿戴整齐，保持着军人的面貌。这个习惯，从他穿上军装的那一天起，从未改变过。他说：“穿上这个军装，是继承我们党的光荣传统，保持革命军人的一种本色，对党、对人民忠心耿耿。”2015 年是抗日战争胜利 70 周年，王承登老



富田文氏族谱



教唱正气歌



王承登老人收到了珍贵纪念章



“民兵连”

人收到了一枚珍贵的纪念章。和许许多多的抗战老兵一样，这枚纪念章，记录着过往的历史功勋，凝结着崇高而不朽的荣誉。

如今，战争的硝烟早已散去，但将士们的后代仍然用忠义的精神守护和建设着美好的家园。富田的“民兵连”，是一支特殊的队伍，队员大多数是退伍军人，平日里他们依靠种田、打工来养家糊口，一旦村民遇到危险，他们就会冲在最前面。30多年前，王惟汤和村里的很多年轻人一样，选择了从军报国之路。在部队里，家族的教育和传统，让他在抢险救灾的时候，奋勇当先，立下不少战功。2013年的一天，王惟汤在地里干完农活后准备回家。走在路上，他突然听到村民的呼喊声，村里有房屋着火了，他立刻朝冒烟的地方跑去。危急时刻，王惟汤组织民兵队员冲到火

灾现场进行扑救。他听说屋里还有三四个液化气罐。当时，火灾现场已经围满了前来救火的村民，液化气罐一旦爆炸，后果不堪设想。情急之下，他带着身边的一个队员，想也没想就冲进了屋里。他们摸索着找到了液化气罐，并把它提出去放在了空旷之地，庆幸的是，液化气罐没有爆炸。像王惟汤一样，在灾难面前，富田村的村民没有一个退缩和害怕。从小传唱的正义精神，让每个人都以勇敢和正直为最大的光荣。

富田村的古老建筑，见证着文氏家族的荣耀过往。至今，富田村的人们仍在这些老房子里，骄傲地讲述着家族的历史和故事。在他们看来，这不仅是世代相传的荣誉，更是家族子孙的责任。文氏先祖的浩然之气，随着故事的流传，影响了一代又一代人，成为大家争相传颂和仿效的美德。

（本集编导：宋鲁生 摄像：郑磊 郑建）



山西省晋城市阳城县
皇城村
清白做人

枕山临水，依山而筑，城墙雄伟，雉堞林立，官宅民居，鳞次栉比。在太行山腹地的山西省晋城市，坐落着一个明清古堡式的小村庄——皇城村。

明代宣德年间，陈氏先人带领族人从山西泽州迁居到这里。他们以煤炭起家，兼做铁锅生意，历经数代的积累，成为了富甲一方的大家族。陈秀是陈氏家族中最早步入仕途的人。他在外为官时，担心家中子女因缺乏父亲的管教而走上歧途。于是，他写下了“浊富非吾志”的家书，告诫子女，做人不要存有私心，不能贪图不正当





朴素的祭祀



(泥塑) 陈廷敬监督铸钱场景

的钱财。后来，族人把陈秀的告诫郑重地写入了家谱。陈氏家族在皇城村繁衍生息，世代传承、恪守着这样严格的家规祖训——“官至极品，不忘耕读传家。清清白白做人，兢兢业业做事”。

每年的农历九月初九，皇城村人都会聚集在村里的陈氏宗祠祭祖。500多年来，这一传统从未改变。清白淡素的祭品，蕴含着陈氏先祖训诫后世子孙为人处世的精神。为官十载，清清白白的先祖陈秀曾有遗言：“我们这个清白人家，按照平常吃的，平常用的上祭就可以了，不要奢侈。”后世子孙接受了先祖这一遗训，用朴素的方式来祭祖，缅怀和传承祖先清白做人、认真做事的风范。

被康熙赞誉为“几近完人”的一代名臣陈廷敬，是陈氏家族子孙学习的德才兼备的典范。他担任过左都御史、吏户刑工四部尚书和文渊阁大学士，奉旨编纂了《康熙字典》，尽管在整部字典问世时，陈廷敬已经去世，但他为编纂这部字典所付出的心血和贡献，依然为后人所敬仰。直到今天，在皇城村还保留着一出传统戏《康熙赐匾》，唱的是陈廷敬在编纂《康熙字典》时受到皇帝赞许的故事。

陈廷敬辅佐康熙一朝长达半个世纪之久，



《康熙字典》明
治十四年石印本

对王朝的文治武功及康乾盛世的形成起到了很好的推动作用。他始终恪守家规祖训，一生保持清廉本色。在担任左都御史期间，严于律己，率先作则，整治吏治，严肃风纪，有效地制止了官员的贪腐行为。相传，陈廷敬在监督铸钱时，有人从废铜堆里发现了一枚秦代铜钱，对他说古钱是吉祥物件可以辟邪，请他戴在腰间。当时陈廷敬没在意就随手戴了，后来他细想觉得这一行为不妥，他曾经发过誓，不沾国家一分钱，这个旧钱也不能沾。新钱铸造完成后，下属送来一批样钱请陈廷敬过目，结果不慎将一枚铜钱落了下来。因为此，陈廷敬感到很羞愧，亲自将两枚铜钱还了回去。他还专门写了一篇文章《二钱说》，警示自己管钱而不能贪钱。到了晚年，他检点自己清廉自守的一生，果然没有辜负父母的期望，于是写诗勉励自己：“不负当年过庭语，先公曾许是清官。”

一代一代耕读传家，一代一代耳濡目染，“清白”二字，也成了陈氏后人做人做官时铭记在心的戒律。明清两代，陈氏家族人才辈出，出现了41位贡生，19位举人，有9人中进士，6人入翰林，享有“德积一门九进士，恩荣三世六翰林”的美誉。虽然家族的子孙后代，很少能够像先祖那样官位显赫，但



刻着陈廷敬官位的功德牌坊



明清街

难能可贵的是，他们在廉洁从政上无一犯错，坚守着陈氏家族“清白做人”的家规。陈廷敬的第18代孙陈丙应曾在阳城县当过组织部副部长，期间一位熟人找到他，希望通过他帮助解决党员组织关系的调动。从小受到祖先清廉品行影响的陈丙应，坚决地回绝了熟人的请托。在他看来，清白的名声比什么都重要。他从1977年参加工作起，凡40年，始终把“清白做人，正直守规”作为人生信条。

村民王小留在皇城村生活了30多年，时常能感受到皇城村浓郁的正直之风。这么多年来，他们靠着做小本买卖维持生计。王小留的公公是陈廷敬的第十八代孙，从她嫁入陈家起，老人就经常教育他们要“清白做人”，在商业经营中不能贪图不义之财。从开店的第一天起，她就买了一把公平秤。凭借良好的信誉和质量，王小留的生意在明清街上越来越红火。在他们看来，清白做人，安心度日，是平凡生活中最美好的幸福。

经历了300多年风雨沧桑的功德牌坊依然挺立，气势恢宏，隆重而庄严，向过往的行人展示着明清时期陈氏家族曾经的辉煌。石碑两端的莲花，有根有节，出淤泥而不染，象征着陈氏家族清白做人的品节。世事变迁，亘古不变的是陈氏家族的“清白”之风，它给皇城村带来了持久的发展，更让当地百姓收获了富足生活。

（本集编导：王晓宇 摄像：王晨光 张勇）



四川省雅安市上里镇
五家村
务勤俭 禁奢华

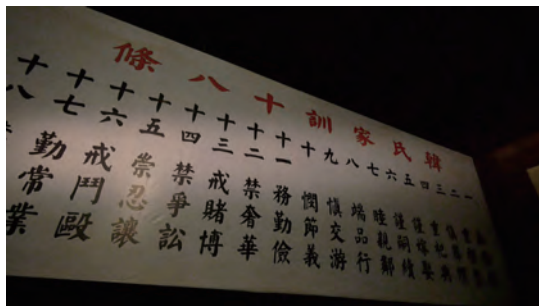
古村的清晨，一缕缕淡淡的晨雾像绸带一样，自由地飘荡在湛蓝的天空，绸带的两头分别系着流淌不息的溪流。五家村就位于四川省雅安市上里镇，天台山南麓涌出的白马河与黄茅溪穿村而入，环抱全村，因此民间称这里为“财源”汇聚之处。

历史上的五家村，是南方“丝绸之路”的重要驿站之一，也是唐朝和吐蕃茶马古道上的重要关隘和茶马司所在地。千年不绝的商贸往来，促成了村落的逐步兴盛。到了明清时期，基本已经形成了今天的规模。“五家村”之所以得名，是因为明清时期，村中居民以杨、韩、陈、许、张五大姓氏为主。目前全村约 1200 人，有 700





韩氏四世祖韩琯塑像



家训十八条

余人都姓韩。

300多年前，韩氏四世祖韩琯带领子孙从原籍陕西经商入川，迁居于此。颇有经商头脑的韩琯以家乡土布起家，经过几代人的勤勉辛劳，慢慢积累起了财富。鼎盛时期，韩家拥有13个盐井，绸缎一条街，并掌控着四川多个贸易市场，据说每年光是运送银子回乡的马匹就能挤满整条山沟。韩琯深谙“成由勤俭，破由奢”的道理，“开支有度，禁止奢华”是他管理家族的良方。自韩琯起，韩家人的坟墓必以俭朴大方为修建风格，不许以财物陪葬。每年岁末，韩家为族中各户派发银两，均以够一年生活所需为准，绝不多发。

村中还保留祖先留下的韩家大院，修建于康熙三十二年（1693年）至今已有325年的历史。在这座三进院落里，一共居住着24户韩家后人。在大院中悬挂着韩氏家训十八条，里边最突出的就是：“务勤俭”、“禁奢华”这两条。依照祖制，族人集中居住，为的是节约生活开支，节省住宅的修复和再造成本。

《韩氏家谱》上记载了这样一则故事，韩氏第六代先祖韩峻在朝为官，一直以节俭作为生活准则，克度持家，成为当朝表率。更让人津津乐道的是，每年他都会捐献巨资为家乡铺路修桥。为此，当朝皇帝御赐其一块“好善乐施”之匾，他的美名也因此得以传世。自清道光年间起，韩氏家族中中文魁武魁者有数十人之多，多供职于兵部、翰林院等重要部门，他们也皆以“务勤俭，禁奢华”为训诫，不忘本、不骄傲。

韩德仲是五家村一个建筑施工队的负责人，从19岁开始，他就独自一人外出打

拼，为了节省开支，每次出门他都自带干粮。几年前，韩德仲回到家乡组建起了自己的施工队，却依然保持着朴素节约的生活习惯。工地上，他凡事亲力亲为，技术上，他严格把控，因为在他看来，只有精准安全的施工，才不会浪费人力、物力和时间。临近中午，他的妻子高登英就开始忙碌起来。工地上近十人的午饭都由高登英负责张罗，一来吃得干净放心，二来吃自家种的蔬菜也能省下不少钱。忙活完午餐，高登英依然没有闲下来。家里新建了一栋三层楼房用来开设民俗客栈，全由她一人精心打理。虽然辛苦忙碌，收获却也不小，一年下来，客栈能为家里带来10万元左右的收入。日子越过越好，韩德仲却从来没有忘记母亲的教诲。以前，他母亲经常跟他们说，“一个人，你不要顾了一时的好看，就误了半年的茶饭。俗话说，洗衣得衣穿，洗鞋得鞋穿，什么都紧手一点儿，就不会浪费。”韩德仲把“勤俭永不穷，坐食山也空”的道理一直铭记于心，时刻践行着。虽然他总是以“勤俭”严格要求着自己和家人，



韩家大院



韩德仲民俗客栈

但是遇到朋友需要用钱，他却从不吝啬。年底时，一位工友家里修房缺钱，但是工程还没结账，韩德仲就自掏腰包，让工友拿去急用。

“勤是摇钱树，俭是聚宝盆。”勤俭是中华民族的传统美德。明代徐榜在《宦游日记》中云：“凡人贪淫之过，未有不生于奢侈者。俭则不贪不淫，可以养德，一益也；人之受用，自有剂量，省啬淡泊，有长久之理，可以养寿也，二益也；醉浓饱鲜，昏人神智，若蔬食菜羹，则肠胃清虚，无滓无秽，可以养神，三益也；奢则妄取苟求，志气卑辱，一从俭约，则于人无求，于己无愧，可以养气，四益也。”对个人而言，崇“俭”可以养身。对一个家族来说，则关乎着它的兴旺。“敦伦纪，睦亲邻，务勤俭，禁奢华”，这是五家村人数百年来最质朴的生活观、价值观。铭记着祖辈的生活智慧，五家村人得以安身立命，生生不息，薪火不断。

（本集编导：高松 杨维敏 郭宗福 摄像：高松 颜其付 张政）



广东省佛山市南海区
烟桥村
恪守本分行正道

岭南水乡多盛景，才人辈出佳话传。儒乡烟桥，荷塘环绕。井水清冽，莲香清远。漫步在花岗岩石板铺砌的古街巷，不时可见保存完好的祖祠、家庙、牌坊、故居，这些建筑大气凛然，庄严肃穆，一如恪守本分行正道的烟桥人。

600多年前，烟桥先祖从广东、江西交界处的南雄迁徙至此，见这里四面环水，河道密布，就定居下来，因村落状如飞燕，故取名“燕桥”。繁衍至清中期，村里





烟桥村景

为改善交通，方便生活，陆续建起了长长的大木桥，行走其上，烟雾环绕，人们戏称此地为“烟桥”。如今，600多位何氏后人居住于此，过着安静祥和、幸福安逸的生活。

“距樵麓十里以南，有乡贤有画师，遍地美豪齐鹤起。计男丁600余口，若举人若进士，秀才文武更蝉联。”祖祠中的这副对联，尽显何氏家族人才鼎盛之状。烟桥励学之风，源远流长，为社会输送了各式人才。产生举人、贡生、监生、武学众多，先祖何文绮考中进士，在京为“兵部主事”。

烟桥何氏知廉耻、行正道，有口皆碑，广受尊敬。翻开尘封发黄的何氏家谱，先人可歌可泣的事迹映入眼帘，不胜枚举。清朝道光年间，烟桥地区经常发大水，何文绮出钱出力，昼夜不休地救灾抗灾。广东提督知道后，将他的事迹上报朝廷，何

文绮获得了皇帝的称赞，被封为员外郎。村民们也纷纷来给他道贺，但何文绮却并不领情，在他看来，和村民一起修堤治水是其应尽之责，为此获誉本不足挂齿，接受道贺就更不应该了。清同治年间，何氏先祖牧野公出外经商，生意兴旺后，特意回到家乡把当时的土路全部铺上了青石板，并且修筑了麻石门楼，请人题写了“烟桥正道”四个大字，希望借此提示村中后人恪守本分。

何根贵是烟桥村的乡村医生，他自幼便秉承了先人“知廉耻，行正道”的教诲。从医40多年来，他每天都会到村口的诊所坐诊，365天从不间断。对于来找他看病的乡亲们，何根贵都视为亲人。由于医德好，医术高，何根贵远近闻名。不少镇上的病人也会特意跑来找他看病。每次诊治，除了一般的看病开药外，何根贵还发明了一个独特疗法——话疗。病人的内心，一般都是非常的痛苦。何根贵觉得，作为一个医生，如果不能让病人高兴起来，恢复积极的心态，那是不称职的。于是他总是用一个乐观的、美的状态出现在病人的面前，与病人聊天，说话，通过话语来帮助病人改善心情，疗伤治病。他廉洁行医，



何氏六世祖祠



烟桥正道

拒绝收受病人的红包，久而久之，不少患者和他成了无话不说的好朋友。

“不廉则无所不取，无耻则无所不为”的家训，不仅记录在族谱上，而且铭记在每一个烟桥子孙的心中，成为他们做人做事的原则。生活在佛山的何乃文，在外打拼数十年，但他始终记挂着家乡。每逢村里举办大型活动，他都会自备摄像器材，为村民记录下一个个重要时刻。小学时的一件事，令他至今记忆犹新。有一天放学，何乃文捡到了一支红色钢笔，很新，异常的艳丽、漂亮。他很是喜欢，就偷偷地把笔藏了起来。没想到这件事被他妈妈发现了，妈妈很生气，让他必须写一份检查，深刻地检讨和反省自己的行为。特别是第二天，妈妈还要求他将检查贴到学校门口，这让何乃文感到非常的羞愧，简直无地自容。儿时的这次经历，让何乃文终生难忘。



何根贵在诊所坐诊



何乃文在用镜头记录村民的生活



国事榕

烟桥的妈妈们就是这样的严格、不讲情面，她们以近乎苛刻的标准教育子女不取非义之财，堂堂正正地做人。

一首粤曲《国事榕》，是烟桥人特意为村口的榕树林创作的。这些榕树被烟桥村人称为“国事榕”，因为每一棵榕树的栽种都是为了纪念一件与国人命运息息相关的大事。日本人侵华时，村民都四下逃难。有些老的跑不了，就留在了村里，最后都饿死了。日本投降后，为记住这个重大的日子，村民就用竹子把气根引下来，成了一棵树。此后，新中国成立、改革开放、香港和澳门回归，每逢国家大事，村民们都会引种一棵，形成了村口这片榕树林。70年来，“国事榕”成了烟桥村的象征，记录着国家的发展，承载着烟桥人的乡愁。

祠堂前，唱起了古老的粤剧，这是游子们心中最美的记忆。风雨数百年，一代代烟桥子孙无论身在何方，心中牵挂的始终是祠堂前优美的唱腔，村口的榕树林，烟桥正道上那条笔直的石板路。

（本集编导：张小蓓 李然 摄像：王文超 杲新磊）



湖北省武汉市郊黄陂区
大余湾村
节俭有余

木兰山麓，风景旖旎，云雾缭绕，鸟鸣山涧。湖北省武汉市郊黄陂区的大余湾村，就坐落在这样一处清幽僻静的地方。明代洪武年间，余姓祖先从江西德兴迁居于此，开油坊、做生意，靠着勤俭节约累积余钱，慢慢置办田产、兴建大宅，逐渐发展成为远近闻名的富裕之村。600多年的繁衍生息，如今这个大家族拥有近百户人家，400多人。

《周易》有言：“君子以俭德辟难”。大余湾人把“节俭”精神物化为有形的建筑样式。村里保存着布局考究、建筑精美的40多栋徽派古民居，见证了大余湾过往的繁华兴盛，也珍藏着余姓家族勤俭持家的可贵传统。老房子建造时采用“木兰干砌法”，大石块做墙体、小石块填缝，把大小石块都利用上去了，而且墙里面没有任何粘合剂，都是直接码上去。村子的大门都是“宽进窄出”，彰显了多赚钱、





少花钱的“俭而有度”生活理念。历史上，这里有“十汉四窑匠”的传统，匠人们物尽其用，美名远播。村子里的很多老屋，从盖好之日起至今住过了几代人，还在继续使用，老屋里的家具也跟着老房子一起传了下来。在一个村民的家里，有一个木制洗脸盆搁架，经历了三代人，依然被主人爱惜着。

节俭的精神在大余湾走出去的铁路工程师余家典身上体现得很明显。抗美援朝时，他担任设计组长，受命在短时间内为志愿军重建一座被战火炸毁的铁路高架桥，按常规设计根本无法完成。余家典与专家们积极协商，决定“以堤代桥”，把建高架旱桥的地段改造成特殊的高路堤，这样既能保证按时完工，又能节约大量物资，减少开支。高架桥建成后，朝鲜授予余家典国家三级勋章，志愿军司令部也发来喜报，赞赏他是节约有方的铁道专家。

大余湾有一个谚语，“精打细算，油盐不断”，他们有时候还说“紧紧手，年年有”。物尽其用不浪费，是大余湾人从生活当中领悟的道理。即使是家常小菜，也毫不浪费。“常将有日思无日，莫把无时当有时”，即使是最普通的萝卜白菜，吃不完的也要腌好晒干收藏起来，在蔬菜的淡季变成一盘难得的美味。在大余湾村中心的空地上，至今还保存着一个磨盘，据村里的老人讲，过去闹饥荒时，村民们不去买米而是买更便宜的稻谷回来，用这个磨盘来自己磨粮食。这样一来，同样的钱可以得到更多的大米，还有碾出的碎米和米糠都可以吃，依靠这个磨盘自己动手精打细算，熬过了灾年，救了大家的命。当年磨盘四周还有个木亭子，名字叫“有余亭”，取“节



外宽里窄的大门



磨盘

俭有余”之意。多年来风吹雨淋，又遭白蚁侵蚀，前几年亭子坏了，就被废弃了。为了把这个亭子重新修起来，余家后人曾经聚在一起开会讨论，最终决定有人出人、有力出力，把有余亭修缮一新，让后人铭记勤俭有余的精神。

“家有金山未必久，针尖挑土日夜长，细水长流家富足，河漫沙滩一扫光。”71岁的余永乐，是大余湾村最早一批进城的建筑工，经过30多年打拼，他把一个只有3个人的乡村建筑队，发展成目前拥有员工500多人、年产值几千万的建筑公司。在竞争

激烈的建筑行业里，节省开支，才能发展壮大，成为余永乐的创业秘诀。《颜氏家训》说：“施而不奢，俭而不吝”。大余湾人对自己节俭的同时，对别人却很慷慨。余永乐虽然平时省吃俭用，但是村里有什么大事小事，他都解囊相助。2000年，村里有几个学生考上了大学，他热心参与发起成立余氏家族助学基金会，发动在外的大余湾人捐资助学，约定村里只要读书的学生都可以拿奖学金，从此大余湾的学生不再为学费发愁。

山林环绕的满目青翠中，大余湾古老的石墙灰瓦，历尽了岁月的沧桑。时光流逝，清泉幽远，大余湾当年的辉煌，依然保留在村中的角角落落里，传承着勤劳节俭、双手致富的家训，如同村前这日夜流淌的溪水，滋养着这片土地。节俭有余，节己度人，已经融入了他们的生活，流淌在他们的血脉里，600年来，繁衍不息。

（本集编导：张溶 摄像：王昱然 唐鹏 张靖川）

编导手记

清正廉洁

/ 田雯雯

当再次写下“廉村”两个字的时候，我的思绪又被拉回到2015年5月拍摄期间的那段时光。

福建省福安市溪潭镇的廉村，是中国历史上第一个以“廉”命名的古村落。廉村人安守本分、清白做人。在廉村，淳朴的村民都会主动把集体利益和家族的利益摆在首位，让我印象最深刻也最感动的就是老书记陈木成。

起初我到廉村第一次采访的时候，他会告诉我历史上的故事，告诉我别人的故事，而他的故事就算我问，他也会避而不答。可我在其他被采访者的口中却得知老书记是他们最敬仰的人，在他的身上就体现了“廉”这个字。这让我更加好奇，但他就是拒绝说自己的故事。

后来我到廉村开始拍摄，几天时间的相处让大家越来越熟悉，一天下午原本计划采访老书记有关于廉村的历史人物故事，由于下雨我们只能暂停，休息的时候我和老书记聊天，他也比较放松，开始给我讲他的故事。

原来陈木成只担任过一届村书记，之前只是村干部，他家的老宅在古堡外，也是明清时期的古建筑，但是整个家族住在一起，他一家5口人分的是8平米的一间房子。为了保护古建筑，村里修新村让古堡里的原住民可以慢慢迁出古堡。他是村干部，原本是有机会拿到名额改善一下居住环境，但他让出了自己的名额，他说：“首先我家在古堡外，不属于迁移的范围，



其次村干部都要让出名额给村民，我不能例外。”我问他：“村干部能不能以稍微低的价格买新村的房子？”他特别严肃地说：“绝对不能，绝对不能！你村委带头买低价，对得起这个村上的乡亲父老？不行的！”眼前这个瘦小的老书记瞬间在我的心里变得高大伟岸。

后来我得知他已经退休了，但是村里要做廉政教育基地，开发廉政旅游，他就主动回来当义务讲解员，然而这却让他身体上出现了问题，因为时常接到突然来团的通知，他一日三餐常常不固定，夏天讲解起来他也顾不上喝水，长期下来造成了肾结石。他跟我讲疼起来的时候真的是要命，有一次他还是强忍着讲解，后来实在是疼得受不了，被送到了医院。我问他值得做这些吗？他说：“值得！真的值得，能让廉村被更多人知道，能把明月先生的精神传播出去，就是值得的。”

后来我们聊到他的子女，他有三个孩子，两个女儿，一个

儿子。女儿都嫁人了，儿子还没成亲。他说“我的女儿女婿真是好，两个女儿出嫁没有要一分钱的陪嫁，因为知道我也给不出来。”我听了这些，心里为他感到难过，这么多年为村里付出，他从没想过自己的利益，甚至常常因为村里的事耽误了自己家地里的收成。聊完这些之后，他还不忘说：“这些话就只当我们聊天，你不要写进去，写了我会生气的。”

后来我偷偷跟摄像文超说我要采访他的故事，但他可能会有所抵触，你可以把机器架在哪里，如果他抵触，我就说已经关机了。摄像文超问我为什么突然要采访他故事？我当时忍不住就哭了，我说他真的太不容易了，如果不把他的故事告诉大家，我觉得内心过不去。

采访过程中我的眼泪一直在眼眶里打转，老书记说了一些故事，但并没有像聊天时讲的那么细，他说：“我可以讲，但你不要剪进片子里。”我勉强点头同意了。后来正片里确实没有太多，因为考虑到整体性和突出村落的主题，不能太突出个人。今天我把他的故事写进手记，怀着对他的一份敬意，也怀着对廉村里所有秉承“清廉”精神的人的崇敬。

在廉村像陈木成这样一心为公、安分守己、清白做人的人还有很多，像是片中的陈幼顺、陈琼康、陈寿生等等，他们在各行各业里坚守着“廉”的精神，传播着“廉”的文化。拍摄“廉村”让我受益良多，并将指引我人生的方向。也希望每位观众和读者都能同我一样，感受到廉村清正廉洁的文化和他们的精神力量。



名家品读

弘毅讲廉

/ 张颐武

中华文化源远流长，一直延续到今天，依然在发扬光大，它的文明的连续性让世界惊叹。冯友兰先生曾经指出：“盖并世列强，有今而不古；希腊罗马，有古而无今。惟我国家，亘古亘新，亦新亦旧。斯所谓‘周虽旧邦，其命维新’者也。”中华文明的顽强的生命力和自强不息的力量让社会始终有强烈的认同感和凝聚力。这确实是中华文明发展的一个重要的特点。

文明的延续当然有其历史的多重原因，中国乡土文明的稳固和延伸，农业社会的结构稳定和生活样态的传承是一方面原因，而中国传统精神在基层社会根深叶茂的传承和传播也是中华文明发展的根基。中国的传统精神从来不仅仅是高高在上的抽象，而是具体而微的生活实践和价值持守，是渗入到整个社会生活的全部过程之中。它通过诸多具体的形态发挥着作用，守护着社会的进程。儒家的精神当然是中国传统社会的主流思想，它对于中国人的人生观和价值观的影响巨大，也不仅仅是典籍之中的思想和精神，而是活在人们的日常生活和文化记忆之中的“活的传统”，这种“活的传统”并不由于时代的变迁而轻易变动，而是在文明的传承中成为了一种民俗和生活的基本样态，形成了乡村里相对稳定，在现代生活的冲击之下的不变因素。点点滴滴都渗入了人们的生活，而中国乡村所传承的这些记忆深处的东西，其实是在生活的巨大变化和现代性的冲击之下的不变的中国文化的内核。它们其实就像是我们的文化基因和密码，对我们的人生产生了潜移默化的影响。《记住乡愁》

其实是让人们感受这种在中国的乡村中仍然保存的优秀传统，而这种传统和当下生活的对接则是这部片子表现的关键。这就是用影像对中国的“活的传统”的深入发掘和生动展现。

其实，从五四时代开始，地方的风土和民俗并不仅仅被理解为现代性必然抛弃的东西，而是现代民族国家底层的建构，它显示了各个地方的生命，也是人民对历史的记忆和声音。它们的相互连接构成了现代性民族国家的历史和现实的合法性基础，它是一种国家赖以存在的特殊性表征，没有这种特殊性，现代性的普遍性难以出现，风土和民俗乃是国家特性的展开，也是国之认同的基础，更是国家存在之理由。五四一代人办《歌谣》，追寻乡土的情感，刻意描述和展现风土和民俗，这都是为了给现代国家提供一个新的合法性，这是人民之历史取代帝王之历史的见证。人民之底层记忆展现在现代民族国家建构的底层，是民族国家合法性的来源。五四以来的作家几乎都生活在城市，但他们都有一个刻骨铭心的乡村记忆，有对于风土和民俗的无限深情。其实这里面所融入的传统精神更值得人们高度关注。

在这里，文明传承的意义是格外具体的，往往是依赖传统社会中的家族和村社的氛围来进行。一方面它是通过礼俗仪式、乡规民约等有形的传承，另一方面则通过言传身教等无形的传承，形成了一种精神的延绵。传统生活中有价值的东西并没有因为现代化和全球化的冲击而变得轻薄和失掉意义，在历史长河中积淀的这些优良的价值和传统在当下更焕发出了永恒的魅力。

在《记住乡愁·第二季》第三章中，“弘毅”和“讲廉”正是这种弥足珍贵的传统的生动体现。在《论语》里，曾子的话把弘毅的意义阐释得极为清晰：“士不可以不弘毅，任重而道远。仁以为己任，不亦重乎？死而后已，不亦远乎？”弘毅，其实就是责任和担当的体现，弘毅就是对社会有强烈的使命感

和责任感。这里有两句后世也一直传颂的名言，“任重而道远”和“死而后已”都是千古传诵的名言。而弘毅的精神正是中华民族精神的重要部分。正是弘毅，让人的品格高尚，意志坚强，有自己内在的精神追求和发之于外的社会理想，因此能够让人不断成长和经受考验与磨练。在这其中焕发出强大的精神力量。这其实是儒家的使命感和责任感，也是中华文化精神中的重要方面。这里的乡村中仍然通过民俗文化和家庭社区的传承，让这种弘毅的精神能够不断地延伸，《记住乡愁》在这一方面的发掘具有很深刻的意义和价值。这其实是精神传承的巨大价值体现。古语说：“人家门祚昌盛，皆由于修德砥行，世代相承，故能久而勿替。若为祖父者不能积德行以贻其子孙，为子孙者复不能积德行以继其祖父，未见不立见倾覆者。”这其实是点明了通过对传统的传承，通过家风村风的传承，为我们的人生带来的价值和启悟。这是一种人格精神的培养。

这种家风和村风的另一个集中表现就是“讲廉”，所谓“讲廉”就是戒贪，从而为人不见利忘义，为商不唯利是图，为官不贪污腐败。这是人格精神的具体表现，自律其实是对自我欲望的节制，是为社会服务的诚意。所谓“君子爱财，取之有道”，其中廉村的这些故事里都包含着很多这方面的内容。而“讲廉”也意味着勤俭节约，这在传统上是一种正面的生活方式，珍惜物力当然是美德，今天看其实也是“简约生活”，是对自然的珍惜和保护，更有了一层当代的意义。古语说：“俭则约，约则百善俱兴；侈则肆，肆则百恶俱纵。”这其实是一种清白的家风和村风的直接体现，是中国传统正面价值观的体现。“讲廉”其实和“弘毅”相辅相成。弘毅是张扬正面的价值，讲廉是避免负面的价值。两者对我们的人生都具有重要的意义。这里许多村子所表现出的中国美德确实给当下的人们许多有益启迪。

从弘扬“弘毅讲廉”的价值来看，中国传统文化历来注重

门楣、家风，也重视村风民俗的培养。过去有一副著名对联“忠厚传家久，诗书继世长”，这就是希望世代传承正面的家风、村风，把做人做事的本分一代代传承下去。家风当然是家里的长辈老人的言传身教，让子女后代明白自己家庭或村子正面的传统。中国人历来讲究的是耕读为本、诗礼传家。家风的传承其实就是传统家庭教育，大致可分为三方面：传承价值观、与价值观相关的伦理观与道德观以及实现这些观念的基本方法与规矩。中国的家风、村风是通过血缘关系教导子弟的重要途径，其传承主要通过每代人的言传身教，也有很多写成文字传播下来，如《颜氏家训》《朱伯庐治家格言》《曾国藩家书》等，教育族中子弟如何与人相处及待人接物的方法。这些著作也具有永恒的价值，今天对于我们的家风村风的传承起着积极的作用。

在任何时代，人们都需要清清白白做人，实实在在做事，谦和有礼待人。这些基本的做人法则并不会随着时代的改变而改变。家庭教育应从一些小事出发，如从基本的礼仪开始了解待人接物之道，如看到长辈主动起身迎接，代表长幼有序，有客人来访应主动打招呼，这是家风村风的基础。人类社会要讲求传统礼仪的庄重感以及人与人之间的分寸感，这些礼仪也是家风村风的基础。有礼仪才能关爱别人，如果按照礼仪和人相处会取得较好结果，否则很容易被排斥在社会之外。同时家长应教导孩子尊重他人，明晰做人的基本道理，比如不能欠钱不还，正确看待日常生活中小的争执，知道以善意待人的道理。家风村风的传承方方面面，内容涉及人生的各个领域，但从总体上看，这种教育其实就是让孩子从小知道生活之道，待人之道，交友之道，读书之道。一点一滴之间，经过耳濡目染，这些传统教育会内化为年轻人的自身行为，有利于他们走上社会后得到更好发展，也会让他们的正面品质对于社会有更好的影响。

有些社会的不良风气，其实也是家庭不良风气的展开。家庭中的长辈沾染了一些不良的风气，子女也难免就受到影响。当然家风村风最重要的还是价值观的传承和延续，一代代人通过家庭的传承，得到良好的道德品质的传承，才会让社会的整体道德水准提升，促进社会的发展和进步。

当下的社会已进入“小家庭时代”，社会被分割为小的家庭单元，但这并不意味着传统家庭教育失去空间，即使三口人的小家庭也要有规矩，讲究长幼有序。小家庭的父母一样非常需要注重家庭教育对于子女的影响，也要从小教给孩子做人做事的基本道理，这些都会潜移默化地影响孩子的一生。虽然家庭变小了，但社会仍然非常大，一些年轻人人际关系出现问题便是传统教育不够，缺少家风村风的传承，缺少对于传统待人接物的方法的领悟和继承。目前有一种声音，认为传统礼仪是繁文缛节，太“虚”。这种说法也有一定道理，但这些礼仪其实是长久积淀的社会基本规范。试想如果不能以礼对待他人，偶遇轻微剽蹭便大发雷霆，学生宿舍里一个脸盆的位置都会引发大的矛盾，这样的风气持续下来，社会将会失去秩序。

由此说来，我们可以看到，《记住乡愁》让我们看到延绵千年的中华传统，是通过具体可感的事例，让我们看到了在中国民间生活中的“活的传统”，让我们感受到传统文化基因的延续，这是具有深刻的启悟价值的。

第四章

一诺千金美名达——诚信立命

孟子说：「诚者，天之道也，诚之者，人之道也」；司马光说：「夫信者，人之大宝也。国保于民，民保于信。」诚信，乃天人之道、国民之本。它是中华民族优良传统美德之一，是我们应用一生去努力追求和认真恪守的行为规范和道德修养。古往今来，诚信典故比比皆是。尾生信守诺言，抱柱而死谱爱魂；关公一生忠勇，诚信美名冠天下……历经千百年的演绎发展，诚信的文化内涵日趋丰富，焕发出生命的霞彩。

「诚信」，是为政之法，只有真实无妄，诚信相待，方能赢得百姓信赖和爱戴。「诚信」，亦是经商之魂，如不货真价实，童叟无欺，怎能生意兴隆长久。「诚信」，还是人际交往的心灵良药。「交友须带三分侠气，做人应有一片诚心。」漫漫长路远，诱惑纷繁多，点一盏心灯待诚信，它会还你美丽而灿烂的一生。





湖北省恩施州咸丰县
唐崖司村
一诺千金

君子一言，驷马难追。讲诚信、守信义是土家族人的一种处事方式，也是他们传承久远的一种优良品德。湖北省恩施州咸丰县境内的唐崖司村，世代代生活着一群土家族人，他们将承诺看得比生命更重要。正是这种信守承诺的淳朴民风，如一枚香甜的甘果，帮村民融解了生活的冷漠；又如村里流淌的清泉，日夜滋润着百姓的心窝。

唐崖土司城规模宏大，气势恢宏，拥有3街18巷36院，因山形水势固若金汤，素有“荆南雄镇”的美誉。驻足于此，你能深深感受到这个古老村落的乡愁记忆和世代情怀。说起它，当地古往今来一直流传着一个让他们引以为傲的故事。



穿越硝烟弥漫的历史风尘，唐崖土司伟岸的身影傲然挺立，格外显眼。1621年，四川永宁宣抚司奢崇明在重庆起兵，贵州水西宣慰司安邦彦在贵州起兵，一起发动了反明战争。“奢安之乱”波及面广、持续时间长，震撼了当时的西南各省，明代朝廷处于三线作战、腹背



唐崖土司城址

受敌的境地。为平叛，明王朝大量地征用了西南地区土司的军队，当时的唐崖土司覃鼎也是参与者之一，他富有智谋和韬略，英勇善战，建立了卓著战功，维护了安定，在历史上留下了浓墨重彩的一笔。《覃氏族谱》里记载：复征奢明，从奢明辉血战，功报大捷。明熹宗朱由校连颁四道皇令，并授书“荆南雄镇、楚蜀屏翰”8个大字以示嘉奖。至今矗立在唐崖司村中央的“荆南雄镇”牌坊，既是一代土司战功显赫的标志，也是一代土司对中央王朝最大的承诺。它彰显了唐崖土司对国家的认同，维护了国家主权和领土完整。

覃鼎是唐崖司村人的骄傲，而覃鼎的夫人田氏，同样也是村民们津津乐道的一个传奇人物。据说，田氏曾在覃鼎出征时，在唐崖河畔对夫君许下诺言：你安心在外征战，我负责为你守家！一诺千金，田氏不仅守住了城池，唐崖土司城在她的打理下，达到了空前的发展繁荣规模。唐崖河畔的张飞庙内，两尊石人、石马对峙山门，是田氏夫人为纪念覃鼎的卓越战功，特地请人用巨石雕刻而成。整个马身和人的造型及马上配饰、人的装饰，栩栩如生，堪称明代石刻佳作和典范。它们一同见证了“夫为国效忠，妻为夫守家”的重诺守信精神，这种小家大爱的情怀感召后世，一直铭刻在唐崖河畔37万土苗儿女的内心中。

唐崖石刻的手艺，从覃鼎与田氏时期流传到了现在。历数百年岁月风雨侵蚀，唐崖土司城的城址开始出现了松动和残损现象。1979年，当地政府提出修缮和加固唐崖土司城遗址的决定，手艺精湛的村民谢先华被推为首席工匠。他怀着一份强烈的责任心，很好地完成了任务。谢先华对土司城非常有感情，对其中遗留下来的每一处石刻都了如指掌，他仍然记得第一次去土司城时被石牌坊上图案深深吸引的情



石人与石马



张飞庙

形。高中毕业后，谢先华选择拜唐崖司村里的石匠为师学艺，潜心好学，逐渐掌握了打猪槽、打墓碑、做石桌石椅石狮子等技艺。石刻手艺非常辛苦，他之所以能坚持不懈，缘于一份对师傅的郑重承诺。回忆起“出师”仪式时的场景和细节，至今历历在目，谢先华说：“我们出师的时候要在农村的中堂摆一个方桌，供上供果，还要插香，烧纸，拜祖师爷。我的师傅盛满一碗饭，再夹些肉在里面。他先吃两口，然后叫我把这一碗饭全部吃下去。意思就是说，他已经把他的手艺全部传承给了我，要我继续做下去。我跪在师傅面前把这一碗饭吃完，对他说，我一定会把这个手艺传承下去的，并且还要做得更好。”从那时起，他苦练手艺，钻研技艺，30多年的坚守，使他成为了湖北省石雕工艺的代表性传承人。

大河流日夜，清泉润心田。千百年来，唐崖司村的村民在这片土地上繁衍生息着。为了成功申报世界文化遗产，维护古城原貌，他们已经有许多年没有翻新过自己的家了。无论走到哪里，唐崖司村的村民们，依然牵挂着这片生他养他的土地，他们是这里走出去的儿女。不管在何方，他们都会以各自不同的方式，共同守护着心中永远的家园，传承和弘扬重信义的精神。

（本集编导：龚群 摄像：唐鹏 王昱然）



罗
风
村

广西
横县
壮族自治区
南宁市

以
诚
为
美

群山环绕，绿水长流。在广西横县与灵山县交界的大山深处，有一座秀美的村庄。它古朴清幽，静谧安详，散发着淳朴气息，惹人发幽古之思。这座古村名叫罗风村，又名“诚信村”，它粲然四季，垂范千古，已经有着 500 多年的发展历史，目前依然有 3000 多人在这里繁衍生息。

据罗风村黄氏族谱记载，明朝成化年间，山东德州匪患突起，民不安生，黄氏先祖黄琼公率兵追讨。他率兵经鲁皖，越两湖，辗转千里，追到广西横州、灵山一带，剿灭匪首。见此地白云弥漫，群峰环抱，土地肥沃，适合屯兵镇守，故率领黄、吴、韦、何等十八姓部众，在此驻扎下来，保境安民。也就是从那时起，黄琼公定下族规家训，为后世子孙留下了修身齐家的训诫纲常。历经几百年，黄氏后人一直保持着严谨的家规传统。他们勤耕苦读，互帮互助，邻里和睦。

诚信思想在此村中可谓根深蒂固。黄氏后人秉承先祖之德，遵循先祖之法，以诚修身，以诚治家。清末时期的黄纶修是黄琼公的第十一世孙，他文武双全，曾任广西提督，获授“文林郎”名号，成为黄氏后人景仰的楷模。年少的黄纶修有一个与马有关的诚信故事。他从小特别爱马，但家里没钱买马，他就每天到邻居家，为马匹梳毛，陪伴左右，邻居看他喜欢，就任由他骑马游玩。邻居对黄纶修说，你要是喜欢马，就好好读书练武，长大从军当将军，就可以天天骑马了。黄纶修回应邻居说，若日后当了将军，一定要送邻居一匹好马。后来官至广西提督之后，黄纶修兑现了自己儿时的诺言，送给了邻居一匹好马，传为一时佳话。



黄氏宗祠

中国古代就有“巧诈不如拙诚”的典故，孔子也说过：“人而无信，不知其可也。”受祖上诚信品格的影响，75岁的黄道敬也是一位重承诺、守信用的人。多年来老人热心宗族事务，是村里德高望重的长者。由于曾在镇上中学多年担任过校长的职务，至今大伙儿都仍亲切地叫他“黄校长”。以前，罗凤江上只有一座不足一米宽的简易木桥，不时会发生村民落水事故。2010年初的一次宗族聚会上，黄道敬又听到了关于村民落水的议论。他当场承诺，要造一座坚固的水泥桥，让大家安全渡江。为了修桥，黄道敬带头捐出6000元钱，村民们也纷纷解囊相助，但这点钱对修桥来说依然太少，为此他找到了在外工作的两个侄

孙来帮忙。资金到位后，他又马上组织施工，当年年底，一座长35米、宽4.2米的水泥桥终于建好了。随后几年里，无论是山洪暴发，还是雨季涨水，再也没有发生过村民过桥落水事故了。

修桥铺路这样惠及乡里的大事，秉承着罗凤村的诚信传统。而锅碗瓢盆的小本经营，罗凤村人也信守着踏实本分、诚信做人的原则。凌发荣家的小米粉店做得红红火火，凭的就是一份真诚。这家米粉店，开了有30多年，前后三代人经营着。他们坚持薄利多销，虽然原材料价格多次上涨，但米粉店还是沿用着三四年前的定价。圩日是米粉店生意最好的时候，很多赶集的村民喜欢来这里吃上一碗粉。一天下来可以卖掉200多斤米粉，但不管如何忙乱，他们都让每碗米粉保持着应有的分量和美味。为了吸引顾客，他们还实验和创新着汤粉的味道。以前惯用鸡鸭来熬汤，后来他们觉得这汤还不够浓、不够香，于是又研制出汤底的新配方，惹得更多村民闻

香而来。汤更好了，成本增加了，米粉的利润就薄了不少，但他们坚持不涨价，让利于民，生意经营得越发红火了起来。

罗凤村又叫作“诚信村”，是源于这里传承了上百年的—种独特的贸易习俗：“无人售菜市场”。菜市场地方不大，一棵大树下放置着几块简陋的木板，—个个菜篮子里面盛满了新鲜蔬菜，—些小纸牌上写着价钱，却看不见卖菜的人。原来那是农民们自己精心种植的蔬菜，因为长势好，吃不完，就被清洗捆好拿到了集市上出售。菜的斤两无需称量，全凭村民自觉选取，将合适的价钱放在篓里就行。人们共守默契，凭的就是“诚信”二字。罗凤村有—个业余文艺队，闲暇的时候，大伙儿就聚在一起自娱自乐。村民们还把无人售菜的习俗编成小故事，—自导自演，寓教于乐。

诚信，养天地正气，问人间暖凉。在罗凤村，很多家庭都把用于无人售菜的大树看成是“活家谱”，把孩子们带来这里嬉戏玩耍，耳濡目染，从小接受诚信民风的熏陶。在他们看来，诚信是安身立命之本。在这棵大树下，诚实做人，诚信做事的习俗，在光阴的流转中—代代延续着，就像大树—样枝繁叶茂，生生不息。

(本集编导：丁锦屏 毛靖榕 摄像：郭员子 黄汉)



无人售菜市场



湖北省赤壁市赵李桥镇
羊楼洞村
诚系百年

雨后的羊楼洞村，清风拂面，碧波荡漾，陡起的山歌，悠悠扬扬，更加映衬出它的清雅秀丽。它犹如一位淡泊名利的君子，屹立在湖北、湖南两省交界处，与山水相伴，品味岁月的甘甜与忧愁。

遥望茶山，云遮雾绕，微风徐吹，送来阵阵茶香，沁人心脾。气候温暖的羊楼洞，以盛产茶叶而闻名于世。据说在早期俄罗斯人绘制的中国地图上，可以没有武昌、汉口，却一定会有羊楼洞。早在唐朝太和年间，皇帝下诏于此普种山茶，制茶业风靡一时。羊楼洞人用车推马驮的古老运输方式，开辟了一条继“丝绸之路”以后重要的国际茶业商贸通道。他们的茶叶远销俄国、英国等各个国家。清朝同治、光绪





雷祖元家的茶



制造于1910年的茶砖

年间，羊楼洞成为当时最有名的茶叶贸易集散地，俄商、英商，晋商、粤商纷纷来此地经营茶庄、建洋行、办酒店，5条大街常住人口就达4万，茶庄有200多家，茶业达到了最为繁荣鼎盛的时期，被誉为“小汉口”。美国作家威廉·乌克斯在20世纪初写的《茶叶全书》上记载着这样一段话：“制造销往俄国的砖茶，在中国以羊楼洞及汉口为中心，这种工业起源于古代。为了方便起见，便制成这种砖块茶。”至今保存完好的一块制造于1910年的砖块茶，其上印有4排俄文，大意是“向尊贵的顾客推荐，中国一等品优质茶叶，而茶叶来自最好的茶场羊楼洞”。一片树叶只有经历水与火的磨炼，方可重生。茶，是时间酿造给人类的琼浆，它需要人们用一颗真诚的心去呵护，唯其如此，才对得起大自然的馈赠。从鲜叶采摘、筛选、反复的揉捻，到烘焙茶叶、渥堆发酵，最后挤压成型，每一块茶砖在制茶师傅手中最少都得花费一年以上。而在这段等待的时光里，湿度、温度、养分、水分，每一个细节，失之毫厘则差之千里。每一块茶砖，显示出了羊楼人精挑细选的用心态度，蕴含着对茶业的真诚信仰。这块茶砖见证了中俄“万里茶道”的悠久历史，目前它的市场价值估计高达500万元。

“商义服公，信义不敢欺”。茶贸繁荣的羊楼洞村，书写了一个个世代相传的诚信故事。“三十年主宾相洽，盖先生之诚信有以孚也”。在雷氏长达42卷的家规制度中，我们看到了芾亭公“诚信”还金的故事。说的是有一次晋商李继业结账回山西，粗心大意将50多两白银落在雷芾亭家，雷家发现后追出50多里，将银子当面还给了李继业。雷氏后人雷祖元，从小接受着家规家训，不畏辛苦地打理着一个免费的小茶摊，数十年如一日为过往行人提供方便，成了羊楼洞村家喻户晓的又一道美丽的风景。

“荷花开来夏季忙，船船黑茶出大江，八十里路无间断，青石板上见沧桑。”诚实守信的羊楼洞人引来四面八方的茶客，据说鼎盛时期，羊楼洞仅独轮车运输队伍就多达有3000人。车来人往，斗转星移，石板上的车辙留下了数百年前繁华的记忆。至今在赤壁市茶叶博物馆里，保留着一块断碑——合帮公议碑。碑上282个汉字清晰可见，它记载了清光绪十三年（1887年），

圆通寺



羊楼洞 13 家茶庄共同订立的运茶脚力价格行规。这也是迄今为止我国发现最早的砖茶生产碑文资料。正因为践行了这个准则，羊楼洞数百年来才会人来利往，熙熙攘攘。



脚盆鼓

“五月采茶是端阳，关爷用的是拖刀计，古城脚下斩蔡阳。”在羊楼洞人看来，像关公一样忠义神勇的将军会化身为神灵，成为主持人间正义的永恒精神力量。在当地，村民们都喜欢把圆通寺称为“将军庙”，圆通寺里供奉的雷万春将军就是如此。在中国不少地方，人们供奉雷万春为“雷霆驱魔大将军”。不过，在羊楼洞，雷将军存在的意义不仅仅是驱魔。雷万春将军是羊楼洞雷氏家族尊奉的先祖之一，据史书记载，为平安史叛乱，雷将军身中九箭依旧忠勇杀敌。修建将军庙，供奉雷万春，一方面反映出了羊楼洞人特别是雷氏家族对诚信忠义的一种信仰和虔诚，另一方面也是对一些不诚信、不忠义的行为的一种约束。

在羊楼洞村，不仅茶园密集，而且楠竹茂盛。羊楼洞人对于冬笋采挖一直是颇有讲究。冬天挖笋“三锄不见笋，扛锄自己滚”，说的就是冬天挖笋会影响竹子的根，明年春天爆笋生长就有影响。这里有三根笋子，只能挖一根笋，有五根笋，只能挖两根笋。山规很有约束力，村里人都自觉遵守着，代代相传。他们虔诚地期盼着来年的好收成。

羊楼洞的茶园青翠欲滴，远远望去就像一片绿色的海洋，当微风拂面，泛起绿色波浪，席卷着茶香，飘入游子的梦乡。踏入故乡茶园，在又苦又甜的茶里，品味着诚信生活的真谛。

（本集编导：袁玲 摄像：王昱然 唐鹏 高端）



江西省上饶市婺源县
汪口村
诚信为本

明净高远的天空，白云悠闲。满山遍野的茶园，碧绿流油。静静的小河流淌着，田野里吹过一丝丝香甜的微风，一切都是那样的悠闲自得，恬淡静谧。偶然零星的几声犬吠，打破了小村的宁静，江西省婺源县汪口村矗立于我们眼前。它充满了生机活力，似乎要向我们讲述这个古村以诚信立村、兴村的故事。

历史上，这里曾是古徽州的属地，白墙青瓦的徽派建筑，赏心悦目。和许多古徽州的村落一样，汪口村依山傍水，江湾水和段莘水在村口汇集成永川河，绕村而过。北宋大观年间，朝议大夫俞杲为躲避战乱，率族人迁徙到此，他喜爱这里的碧水汪汪，故为此村起名“汪口”。建村伊始。俞氏先祖曾请风水先生观看过山形水势，看此地是否能够荫及子孙？然而，在风水先生来到村口看过对面全是石壁的向山后，却皱起了眉头。按照风水先生的说法，向山如同汪口村的屏障，石壁耸立，有“万箭穿心”的不祥之兆，只有种满树木，才能惠及后代。于是，族中长者集体商议，





俞氏宗祠

决心要用自己的双手，改变村庄的风貌。光阴流转了 200 多年，每一个走出汪口的人，都信守着家族的承诺：不管是当官经商，还是求学访友，回到家乡的时候一定要带回两株树苗，亲手种在向山上。他们还依照祖训制定了一则乡约：禁止砍伐向山上的树木，违者严惩。明代初年，为了信守这条规则，俞氏后人还曾经付出过血的代价。守山人的儿子违背信义到向山上砍柴，被村民举报，守山人为了信守族约而忍痛将儿子交于族人处理，送上其性命。如今，汪口村有 500 多户俞氏后人居住，在他们看来，经过数百年来育林培山，诚实守信已经内化成族人共同遵守的行为准则，也是教育子孙的传统美德，成为了家族兴旺发展的根源所在。

先祖留下的祖训，代代相传。汪口村的商人，信守诺言比金钱更为重要，诚信经营的声名远播。村民俞炳南，祖上历代为商，他们很讲诚信，重诺言，言出必行。清代末期，他的曾祖父在汪口开办商号，从事茶叶贸易。到了俞炳南的爷爷这一辈，已经是婺源县最大的茶叶商号。2002 年，他继承祖业，成立了自己的茶厂。而建厂之初承接的第一笔订单，至今让他难忘。当时他加班加点，用了十多天时间生产出第一批绿茶，送到客户浙江的一家贸易公司那里。然而，当对方打开货箱检验茶叶



俞汉寿在婺源书屋义务教孩子们练习书法

之后，却告诉他，茶叶的品质和样品有偏差。俞炳南自己也仔细检查，他发现由于设备的原因，茶叶的颗粒要比样品大，影响了整体的品相。他不愿因一点点偏差而失信于人，就主动提出全部退货，自己出钱雇车，带着那批茶叶连夜赶回婺源。几天后，俞炳南带着重新生产的绿茶返回杭州。这一次，对方不但对茶叶的

质量十分满意，也被他诚信经商的态度感动。从那之后，俞炳南的生意越做越红火，十多年的时间里，他生产的茶叶再也没有出现过质量问题，他的茶厂也成了当地数一数二的出口企业。

对于汪口人来说，诚实守信是最基本的处世规范。作为十里八乡最有名的蛇医俞灶庆，每年的七八月份是最忙的时候，配药、煎药、照顾病人，基本上没有清闲。俞灶庆开办这个诊所的时候，就为自己定了一个原则：先抢救，再收钱，没钱可以欠账。对俞灶庆来说，做出这样的承诺，是受到自己老师的影响。1982年，看到村子里每年都有人被毒蛇咬伤，36岁的俞灶庆拿出积攒的100多元，又向邻居借了300块钱，找到余江县的著名蛇医舒普荣拜师学艺。他的老师行医数十年，救死扶伤，不求名、不图利。在老师的影响下，他立志也要做一个像老师那样品德高尚的人。

清清碧水，悠悠老街。漫步在汪口村，你还可以看到“勤劳创业千家喜、诚信为人万事兴”的楹联。虽饱经风雨，却历久弥新，看似简单的几个字，书写的却是千年古村诚实守信的品格。村中最有威望的长者俞汉寿老人，正铺纸研墨，一笔一画，在手把手地教孩子们写书法，时光仿佛凝固在这一块小小的黑板前，他要把汪口村人传承千年的信守诺言美德教授给后代子孙。

（本集编导：韩辉 摄像：林毅）



贵州省黔东南苗族侗族
自治州黎平县

肇兴侗寨

讲规则 守规矩

极目天舒，高山远望，肇兴侗寨，仿佛一艘巨船停泊在峡谷深处。寨中的五座鼓楼，犹如船上的风帆。有着“侗乡第一寨”美誉的肇兴侗寨，劈荆斩浪，走过了800多年的历史，至今依然傲首伫立在贵州省东南部群山之中，延续着讲规则、守规矩的传统。

侗族社会经过长期的发展探索，建立起了一套人类历史上极为罕见的“讲规矩”的制度文明。他们用鼓楼建立起了天、地、神、人之间的这种关系，又通过音乐建立了子孙后代与祖先的各种关系，然后又通过像“草标”这样的一些禁忌标识，约束和规范了人们的日常行为。再通过款约和盟约的方式，把村寨和村寨之间、村寨的内部制度构建起一个非常恢宏的制度体系。

侗族有句话，叫作“未建村寨，先建鼓楼”。鼓楼其实是一个具备公共空间、神圣空间和律法空间的地方，所有的侗族的法则和规矩都是在鼓楼中间来制定的。无论是迎来送往、生老病死还是婚丧嫁娶，都要在鼓楼这个天圆地方的空间中来完成。因为只有在这里他们才能遵从大自然的规矩、老祖先留下来的规矩和世代代侗族的人民自己立下来的规矩。讲求规矩、紧守规矩，鼓楼掌墨师傅陆文礼建好了他人生的第一座鼓楼。35年来，从深圳到北京，从广州到上海，他带领村民修建了500座鼓楼、风雨桥和吊脚楼。侗族鼓楼外形精巧，结构复杂，整座鼓楼全由杉木建造。不用一钉一铆，只靠榫卯相接。传统的鼓楼建造没有图纸，数百根梁、柱、枋的尺



寸全凭心造，所有的结构组合都在掌墨师傅的脑子里。为了规范建造技法，将鼓楼建造技艺更好地传承下去，陆文礼萌发了绘制一本鼓楼建造图册的想法。他在平时的施工中，用心绘制出每个鼓楼的细节，详细地记载下每项建造规矩。随着时间的累积，一座座鼓楼拔地而起，一页页图纸积累成册。经过反复推敲修改后，2008年，《鼓楼图册》终于成功完成，它的问世改变了侗族鼓楼建造无图纸的历史。陆文礼师傅也成为了将侗族鼓楼建造过程绘制成册的第一人。

在肇兴，如果说鼓楼建筑是侗家人讲规矩的缩影，那么，侗族大歌则潜移默化地影响着这个民族守规矩的品格。儿童学歌，青年唱歌，老人教歌。在肇兴侗寨，侗歌就是以一种不成文的方式传承下去，并滋养着一代又一代肇兴人。侗族的孩子两三岁就开始学歌。学歌时，歌师要求所有演唱者都要在“一人唱、众人喝”的过程中讲究彼此之间的和谐，决不能允许某一个声音突然跑出来。因为在演唱和训练的过程之中，要学会彼此声音之间的和谐相处，共同地创造一个美妙的和声。可见和声的后面，有着对自我行为的严厉约束。在侗族社会里，侗

族夫妇很少离婚。夫妻间有了矛盾，侗族歌师就会过来，唱起夫妻间如何相处的侗族民歌。通过歌声来劝解夫妻要互相理解对方的难处，放下心结，好好生活。

在肇兴，人们还用“草标”来教守规矩。草标被应用到了生活的方方面面，赋予了不同的含义。从编织方法到放置位置，都有很多讲究，并形成一整套体系。制作草标的材料就是生长在田间地头、房前屋后的杂草，人们随时可用、随时可取。在肇兴，几乎每个成年人都会打草标，它通过放置位置的不同，提醒着人们哪些事情可以做，哪些事情不能做。比如，放在井边的草标是用来提示路人，这井水可以喝。而放在岔路口的草标则是告知朋友应该走哪条路。

传承了千年的肇兴侗寨“款约”，也规范着人们的日常生活行为。这里至今留存有一块立于光绪十八年的款碑，虽然款碑已经有些残破，但碑文涉及到的治安、道德、婚姻、家庭等内容至今仍然有效。为了让村民遵守款约的规定，侗族社会还有以寨老为款首的款组织来进行监督。在肇兴，至今流传着款首陆大用的故事。清朝嘉庆年间，虽有款约禁止，但肇兴后山的风景林仍遭不断砍伐。在屡禁不止的情况下，寨老陆大用想出了一个办法。一天，他让媳妇去后山砍柴，寨民看见后，便来告状。陆大用说要按款约重罚，于是宰了一头自家养的猪，把肉分给五座鼓楼的



鼓楼



侗歌



绿色的草标

寨民吃，以示处罚。村民看见款首家人违规都受如此重罚，从此不到后山砍柴。肇兴风景林的树木得到了保护，款约的规定也得以严格执行。

款约的规定让这个千年侗寨生态和谐、社会稳定；草标的存在，让肇兴侗寨的人们行为有序、心存敬畏；在侗族大歌中，智慧得以传承，在不断的吟唱中，心智得以启蒙。讲规则、守规矩已融入村民的日常生活之中。历经岁月沧桑，肇兴侗寨以固有的文化基因守住了民族之根，在新的时代，这种生活态度还将传承发展。

（本集编导：钟勇 谢芳 王雪莹 摄像：何韬 李理 张懿）

编导手记

诚实守信的汪口人

/ 韩辉

江西婺源汪口村，历史上曾是古徽州的属地，漫步村中，到处都可以看到上百年的徽派建筑。和这些白墙黛瓦的古建筑一样让人难忘的，还有诚实守信的汪口人。

拍摄的第一天，我们在古建的修复现场见到了俞友鸿，给我的第一印象就是憨厚。当我和他聊起2014年维修两栋古建的那次经历，俞友鸿赶忙说：那不算什么，这是应该做的。虽然他说得很轻松，但是我知道，不是每个人都能作出像他那样的决定。

当时，邻村两栋民居的维修费用是70万元，合同都已经签好了。可是修到屋顶的时候，俞友鸿意外地发现，维修预算中没涉及到的大梁已经腐烂了。看到这个情况，俞友鸿主动提出要换，自己贴了1万块钱。很多人知道后都不理解他，而俞友鸿却很淡定，他觉得这没什么，在汪口村，守信是做人最基本的准则。“信守诺言比金钱更为重要”，以前总觉得这句话在现实社会中很难做到，但是在汪口村，你却可以找到无数信守诺言的例子。

在汪口村第一次听说俞保森老人的故事，我还有点半信半疑，什么人能坚持30多年就做一件事。到汪口村的第3天，我们一大早就来到俞保森家，到了门口，老人已经在等着我们了，和其他的村民一样，俞保森总是面带笑容。简单沟通之后，老两口开始忙乎起来了，生火、切面、炸油条。看着一根根金黄色的油条，香气扑鼻，我和摄影就感觉肚子开始咕咕叫了。炸好了第一锅，俞保森装满篮子，走出了门。老人的腿受过伤，走起路来有点跛，但是他的步伐很有力。到了老街的中心，俞保森停下脚步，在一块黑板上写下当天的天气预报。就是这个看似很简单的行为，老人已经坚持了35年。



俞保森卖完油条，回到家里，热情地请我们尝尝他的手艺。手里拿着油条，我问老人的第一个问题就是：当时是怎么想到要写天气预报的。老人笑了笑说：那还是1980年，他帮着妻子卖早点，有了点钱就买了个收音机，很多一早下地的人看到他在听收音机，都会问一句，今天的天气怎么样？他就会告诉对方。时间长了，他觉得这样一个人一个人地说未必大家都知道，他就自己做了个小黑板，把当天的天气预报写在上面。坚持了一年多，人们也都认可了他的做法，就有人找到他问：你写天气预报很好，可是能坚持多久呀？俞保森说：我只要身体允许，就一直写下去。没想到，就是这样一个承诺，老人坚持了35年，无论刮风下雨，他从没有停下自己的脚步。



听完老人的故事，我心中最大的感觉就是震撼。我们能为了一个承诺，坚持几十年吗？这不正是当今社会中最需要的，也是我们最应该传承的精神吗！

在拍摄即将结束的时候，我们来到村里最有威望的长者俞汉寿家里。老人今年78岁了，年轻时读过大学，后来还当了十几年的村支书。每天都会有村民来找他帮着写对联，他特意也给我们也写了一副：“兴科技，创繁荣，小康在望。讲文明，立诚信，和谐必臻”。俞汉寿说：村里人找他写对联，大都要加上诚信二字，因为这是汪口人最为自豪的精神，也是他们俞氏家族传承千年的立身之本。

十天的拍摄很快就结束了，但是那一个个鲜活的人物却让我久久不能忘怀。信守承诺35年的俞保森、质量就是生命的茶商俞炳南、免费为人治病的蛇医俞灶庆、时刻为人着想的俞友鸿以及绝不失信的木雕大师俞有桂。这些人就是汪口村500多户俞氏后人的代表，在他们看来，诚实守信已经成为村里每个人都要共同遵守的行为准则，也是家家户户教育子孙首先要遵循的传统美德。

如果你现在来到汪口村，大街上依然可以看到“勤劳创业千家喜、诚信为人万事兴”的楹联，很多院落的门上都挂着“文明信用户”的牌子。这是一个有千年历史的古老村落，同时，诚实守信的美德也让它焕发着勃勃生机。

名家品读

诚信立命 天人合一

/ 彭林

中国人世代所遵奉的做人、做事的道理，大多是从天道中悟出来的，“诚信”就是其中之一。

古人仰望苍穹，惊叹于宇宙的浩瀚与永恒！他们认为，宇宙背后有一种足以使其不朽的精神：天道至诚，日有黑斑，月有盈亏，它绝不掩饰，人人仰而可见；天道至公，天无私覆，地不私载，普惠于万物。《中庸》说“诚者，天之道”，就是这个意思。此外，天道至信，天体的运行，严守轨辙，日升月恒，寒来暑往，永不错乱。由此，古人把宇宙精神归纳为“诚信”。在古汉语中，诚与信不可分割，是一而二、二而一的关系，《说文解字》说：“诚，信也。”又说：“信，诚也。”两字可以互训。诚者必信，信则必诚。所以中国人每每“诚信”连言。

古人认为，人应该仿效天道。《中庸》说：“诚之者，人之道。”所谓“诚之”，就是把“天之道”内化为自身的精神，使之成为自己生命体的一部分。《中庸》解释说：“诚之者，择善而固执之者也。”就是选择符合仁义之道的善言、善行，牢牢把握住，矢志不渝地去做，如此，达到人道与天道的统一，再平凡的人也可以永恒与不朽。

一、与日月同辉的奉献精神

人应该怎样活着？人生的价值何在？是从这个世界上攫取得越多越有价值，还是奉献得越多越有价值？这些问题，属于人生观的问题，谁也无法回避。湖北赤壁市的羊楼洞村，曾经是中俄茶道的源头之一，历史文化底蕴深厚，有一条2000多米长的明清古街，每到旅游旺季，来此探古访幽，领略古镇风韵的观光客络绎不绝，游人如织，人头攒动。面对此情此景，许多人会敏感地说：“这里商机无限！”即使是摆个茶摊，也可以大赚一笔。笔者看过一篇报告文学，改革开放之初，一些在北京前门卖三分钱一碗的大碗茶的个体户，都成了民间最早的“万元户”。羊楼洞

村也有这个条件，当地人清明前后上山采摘、手工烘炒、外撒花椒的茶，味醇香浓，很有特色，游客赞叹有加，完全可以作为一个“旅游产品”开发。一杯茶即使只赚五毛钱，一个月下来，赚个万儿八千绝对没有问题。可是，村民雷祖元没有走这条“小本生意发大财”的道路，而是决定在自家门前摆个茶摊，免费供路人饮用。在她看来，作为东道主的羊楼洞村民，负有方便游客的义务，所以每天一早生炉子、烧水、泡茶，忙碌终日，她却说：“不辛苦。这是举手之劳，方便一下群众，没问题。”有游客问她，以后再来了还能不能喝到你的茶？她说“只要你们来，永远都会有的。”游客并没有因为省了一杯茶钱而富了起来，雷祖元也没有因为少赚了游客的茶钱而穷了下去，但是，一杯茶所照见的，不正是堪与日月同辉的、坦荡无私的宇宙精神吗？

二、诚信者无敌

西方的经济学理论认为，人都是自私的，人人都希望把个人利益最大化。不少人受这种理论的诱导，希冀以最小的投入获取最大的商业利润，于是造假、诈骗，以致地沟油、毒奶粉事件层出不穷。他们讥笑诚信经营者是傻子、缺心眼，理念保守，不懂得与时俱进。厂家与商家的诚信危机，摧毁了消费者对市场的信心，成为举国的公害。如何让诚信重新成为大家的信念？羊楼洞村雷氏家族的经营之道给了我们如下的启发：

首先，经商者要真正认清什么是致富的正道。在激烈的市场竞争中，是靠奸诈获利，还是靠诚信取胜？许多目光短浅的商家选择了前者，尽管他们得逞于一时，但随之而来的往往是身败名裂、甚至锒铛入狱的下场。羊楼洞村的商家有大智慧，他们笃信“诚招天下客”的道理，他们从四方面打造自己的诚信形象：

一是保证质量。从黑茶原料的选择到每一道加工程序，都严格遵守规范，尽管每块茶砖都要费时一年以上，但绝不偷工减料；

二是保证分量。羊楼洞砖茶远销边贸，路途遥远，水分挥发后会变轻，为了保证远客买到的砖茶分量准足，他们特意做大做重，绝不短斤少两；

三是至诚待客。晋商李继业在雷芾亭家结账，不小心落下50多两白银，雷家发现后追出50多里，足额奉还李继业，绝不见财起意；

四是树立家风。《雷氏家谱》不仅记载家族历史，而且注意总结正确的为商之道，

使“名败行亦亏”“商亦服公，信义不敢欺”“出言期必复，勿使言有违”等成为家族理念，靠诚实取信于客户，凭良心赚钱。对雷芾亭等拾金不昧的善举，更是详细记载，作为典范来教育后人，以形成良好的家风。

人人都希望过上富裕和有尊严的生活，但是一定要通过正当的途径与手段，孔子说：“富与贵，是人之所欲也；不以其道得之，不处也。”雷氏家族发家有道，故百年以来，财源滚滚，“雷氏巨族多富户”，修成的是“正果”。

三、精诚所至，金石为开

家族的发展，需要有良好的生态环境、优秀的文化资源，以及代代相传的技艺等，这些都离不开家族成员的真诚守望与倾情建设。

北宋朝议大夫俞果为躲避战乱而迁徙到婺源汪口的汪口村，周围石壁，被风水先生讥为“万箭穿心”之地，惟有种满树木才能生存。从那时起，每位走出汪口的人，都恪守家族的承诺：回乡时带两株树苗种在山上。200多年过去，十代人恪守承诺，汪口四周居然成为万木葱茏的树海，可谓精诚感天地。

肇兴的侗寨，树林倒是茂密，但不断有人滥加砍伐。寨老陆大用为了唤醒村民爱护山林之心，不惜采用“苦肉计”，让媳妇去后山砍柴，寨民看见后告状。陆大用便宰了一头自家养的猪，把肉分给5座鼓楼的寨民，以示惩罚。村民为之感动，从此无人再到后山砍柴。

中华历史悠久，地大物博，至今犹有许多重要文物见在，它们犹如山林那样，需要后人精心呵护。许多文物毁于战火兵燹，但也有许多文物因受到后裔的真诚守护而历久弥新，甚至不断升级，扬名于世，湖北恩施州咸丰县的唐崖土司城遗址就是其中之一。当地的陈照南先生，1987年与文物局签订合同，承诺保护这一遗址，每月的报酬仅5元，不过是聊胜于无罢了。但是，陈先生牢记对祖宗遗产的庄严承诺，守死善道，守望30年，直到84岁高龄，临终前的早上依然在岗位上。而遗址从县级到省级、到国家级文物保护单位，被列入中国世界文化遗产预备名单。

唐崖司村的村民谢先华，则是忠诚于行业技艺的典范。他始终牢记学艺出师时在中堂上供果，敬香，拜祖师爷的仪式，以及对师傅做出的无愧于行业、无愧于师傅的庄严承诺，立志把手艺传承下去，30多年的坚守，使他成为了湖北省石雕工艺

的传承人。

正是由于他们的真诚努力，中华五千年文明才得以生生不息，万古流传。

四、宛然“君子国”

自古以来，世界上许多民族就有关于“君子国”的故事，反映了人类追求美好社会的愿望。孔子曾经把建设“天下为公”的“大同社会”作为理想世界的终极目标，它的标志之一，就是人人“讲信修睦”。以往人们讲到君子国，总觉得非常遥远，可是看了《记住乡愁》的一个采访，方知在我们的国土上就有君子国。

广西横县的罗凤村，民风朴茂，早在 100 多年前自发形成了无人售菜市场，卖者将摘净捆好的蔬菜放入篮子、挂在树上，价钱写在小纸牌上，买者自行选取，放钱拿菜即可，双方不见面。令人感叹的是，一百多年来，从未出现过拿菜不给或少给钱的现象，人人都是君子，展现在我们眼前的，不就是活生生的人人“讲信修睦”吗？

罗凤村人君子之风的养成，可以追溯到明朝成化年间，黄琼公亲手制定了族规家训，一是勤耕苦读，二是邻里和睦，三是互帮互助，四是诚信立身。今天的气象正是经过数百年的熏陶、教化而成。此事给了我们信心：诚信教育常抓不懈，完全可以移风易俗。

近些年，常在媒体上看到西方人评选“最适合人居的地区”的报导，如今中国也有人在做类似的评选，主要考察空气质量、水的纯净、富裕程度等偏于物质生活方面的条件。平心而论，它们都没有罗凤村更让我动心。一个不知道“讲信修睦”的地方，山水再美丽，似乎都跟缺了魂似的，让人觉得不安。

儒家关于诚信的论述，经过两千多年的阐发与推行，已成为中华民族的文化基因与人生信仰，深深融入到民众的日常生活之中、化作乡风民俗。近几十年来，在商品经济大潮的强劲冲击下，尽管不少地方的道德堤坝已经崩塌，拜金主义盛行，污泥浊水泛滥成灾，令人忧心。但当我们随着《记住乡愁》的镜头，回望那些古风犹在的乡镇，不免受到鼓舞，依然有人在坚定地守望着道德高地。诚信之树的枝叶虽有损伤，而根茎犹在，只要大力弘扬，再度发皇，依然充满希望。

第五章

岁岁重阳茱萸香——不忘本原

金秋九月，天朗气爽，出游揽胜，心旷神怡。尝一片重阳糕，祝福家中老少身体健康；饮一杯菊花酒，祈求亲朋好友无病无灾。『独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。』王维一首重阳抒怀乡愁诗，传诵千古，脍炙人口。岁岁重阳，茱萸飘香，登高眺远，遥祝先人。怀念祖先的艰辛创业、开基立宗，才有了后世的血脉绵延、家业昌盛。

庾信《徵调曲》云：『落其实者思其树，饮其流者怀其源。』它时刻提醒我们熟记渊源有自，不忘本根。如今天下太平，一团和气。回首重阳故人，品读泣血佳诗，我们不应忘记铁肩担道义的顾炎武，他忧国忧民，曾立下『天下兴亡，匹夫有责』的誓言，漂泊海内，夙夜忧叹，留下一曲『天地存肝胆，江山阅鬓华。多蒙千里讯，逐客已无家』，英名长响。我们还应记得妙手著文章的杜甫，他哀时哀事，曾心存『致君尧舜上，再使风俗淳』的理想，辗转西南，上下求索，谱写一首『国破山河在，城春草木深，感时花溅泪，恨别鸟惊心』，忠义永存。





四川省阿坝藏族羌族自治州理县
桃坪羌寨
守根固本

远离城市的喧嚣吵闹，独守自然的宁静祥和，四川理县的桃坪羌寨，以淡泊逍遥的姿态，笑看风云。羌族是一个历史上经历了无数次迁徙的古老民族，一直以来人们信奉着“以家为本”的理念，自在闲适地生活。守根固本，可以说是羌人在历经长途跋涉、流离失所后，渴望安居乐业、生生不息的情感寄托。

作为一个古羌寨，早在明清时期，桃坪就有了现在的规模。放眼望去，这个依山而建的古村寨高低错落、布局紧凑，3座碉楼挺立于寨子的中心地带，和其他民居浑然一体，展示了古建筑群落的阳刚之气。让人难以置信的是，这个修建在中国西





3次大地震

部活跃地震带上由片石和黄泥堆砌而成的古老羌寨，一百年内抵御了3次7级以上的大地震。无论是1933年7.5级的叠溪大地震、1976年7.2级的松潘大地震，还是2008年8.0级的汶川大地震，桃坪历经磨难仍完好无损。有桃坪村民说：“5.12大地震”的时候，房子被摇得偏来偏去，但这些房子都没垮倒，仅是碉楼顶上白石头处掉了几块小石头。

“上窄下宽”的桃坪民居，是羌族典型的建筑样式。《后汉书·南蛮西南夷列传》曾载：“古羌人依山居止，垒石为室，高者至十余丈，谓之邛笼。”邛笼在古羌语中指的就是碉楼。桃坪所在的岷江上游，历史上战事不断，高耸的碉楼承担了战前瞭望放哨、传递信息，战时居高临下、击退敌兵的作用。它现在是桃坪最惹眼的建筑。过街楼将碉楼、碉房等桃坪羌寨的建筑联系在一起，增强了它的整体抗震性，使之在地震时不会轻易被损坏。有人说，在桃坪一户是百户、百户是一户，桃坪的房子手拉着手，分也分不开。因为家户相连，所以住在这里的人们自然也连在了一起。桃坪有不少的过街楼，人们就是这样依靠着邻居的墙壁来增加生活的空间。桃坪的先辈就是这样相互帮衬着建起了既稳固又实用的生活家园。独特的建筑样式为高山深谷里的羌寨，带来了无数好奇的观光客。

海拔3800米的大宝山位于桃坪羌寨的北面，羌族人利用自然地势的落差将水引入寨子，明沟和暗渠连接起了家家户户，清澈的山泉从房前或屋中流过，形成了遍布全寨的地下水网。如今寨子里生活着98户人家，每天的用水都来自古老的水网。而水

量的控制，是依靠水闸来调节的。从古至今，大宝山的水就是这样浸润和滋养着桃坪的过去和现在，如果说这些流淌在寨子里的水映衬出的是高山深谷间难得的温润之美，那么这里的每一片石，每一方土搭建起来的则是属于羌人自己的精神家园。

如果说在过去，桃坪的祖辈们巧妙地择水而居、垒石为室，搭建起了一个与自然环境和谐共荣的古老羌寨，那么一代又一代的桃坪人则坚守着“根深则本固”的生存发展之道，成就了羌寨今天的美好。

陈智是阿坝州歌舞团的一名舞蹈演员，他家的老屋是桃坪最早修建的民居，陈家的碉楼屹立在整个寨子的中心，显得颇有气势。因为工作的关系，陈智经常会带着从事舞蹈表演和研究的同行回桃坪采风。2010年，他以碉楼为素材创作的舞蹈《上房梁》，获得了全国少数民族舞蹈大赛最佳新人奖。羌寨和碉楼，给了他创作的灵感，而陈家老屋则承载了他全部的记忆。在他十岁那年，为了居住环境更舒适，他的母亲想对老屋进行开天



在陈家碉楼上跳《上房梁》舞蹈



民俗博物馆



松光灯

窗改造。可这样一来，不仅改变了老屋的结构，而且也破坏了它的整体性和稳定性，父亲也并不同意，年幼的陈智用自己的方法画了一幅画，改变了妈妈的决定。在陈智心中，老屋是他家世代的荣耀，他们保存这座建筑，不仅仅是留住自己家庭的文化之根，同时也是在守护整个村寨的文化之根。

一份追求，梦想的是安居乐业的美好；一种坚守，期望的是民族记忆的延续。2003年，村民王嘉俊在家里办起了以实物展示羌人日常生活的民俗博物馆。他30多年来一直在搜集整理与羌人生活有关的物品。其中有一盏松光灯，燃起来的时候烟很大，他以前就把烟收集起来拿去卖，可以做墨。当这些带着历史余温的近2000件老物件展示出来的时候，人们不得不感慨，羌人与自然、与传统、与文化的血脉相连，从来就没有中断过。

人总是要离开，这是自然的规律，但在这样的高山深谷之间，只要山在水在，家园就在，血脉肯定也在。

（本集编导：李玲 焦杨 刘亚琼 摄像：廖涛 汪其武 魏新成）



江西省南昌市进贤县
西湖李家村
不忘本原

落叶归根，不论曾经是多么枝繁叶茂的大树，待到秋冬之际，繁华落尽之时，都将投入到树根的怀抱，依偎在最原始的地方，眷恋着生他养他的那片土地。任时光变幻，世事变迁，回到最开始的地方，感受最初的美好，是人的一种生命追求。

西湖李家村位于鄱阳湖西南的青岚湖畔，村庄距今已有600多年的历史。据《李氏宗谱》记载，明朝时，年少的李胜炯跟随父母躲避战乱，迁徙南下，途中父亲不幸去世，他和母亲流落到青岚湖边，相依为命。李胜炯靠着一根扁担，肩挑背扛，走街串巷做起了小生意，赡养老母度日。当地的胡姓大户人家看他勤劳善良，就招





镌刻在各家门楣上的历史名人轶事

他做上门女婿，按照传统习俗，入赘新郎要归宗改姓，成为胡氏后人。多年以后，贤惠仁义的妻子见丈夫念念不忘李氏先祖，终于说服了娘家长辈，同意丈夫改回李姓，并带着儿女一起开荒建房，繁衍生息。如今，村中居住着 500 多户、2000 多位李氏后裔，“不忘本原、思乡念祖”的祖训也一直传承至今。

“家本陇西人”，是西湖李家的骄傲。翻阅陇西李氏的族谱，家族的历史总让人感觉震撼，西湖李家是唐太宗李世民三子李恪的后裔，而道家创始人老子李耳、西汉名将李广、唐高宗李渊都是李氏家族的先祖。西湖李家人把历史上杰出的李氏族人事迹和为人处世格言都镌刻在村庄各家各户的门楣上。

在中国历史上，无论是立于朝堂之上的高官、征战沙场的将军，还是富甲一方的商贾，年老之后都要告老还乡、解甲归田、归根复命。西湖李家村的李豆罗，身体力行地延续着这一古老传统。他从 2001 年起开始担任南昌市长，2010 年 1 月，以南昌市人大常委会主任的身份做完任上最后一次报告后，和老伴儿一起启程回到了家乡，踏踏实实地做起了农民，他给自己起了个雅号，叫“青岚农夫”。庭院里一棵枝繁叶茂的桂花树，



村口牌楼上的“操存本原”



村干部一起商讨新农村建设

是李豆罗的父亲当年亲手种下的，希望他能蟾宫折桂，前程似锦。当时，西湖李家村自然环境比较恶劣，半年干旱半年涝，粮食经常欠收，李豆罗的父亲靠着上山打柴来补贴家用。有一年秋天，李豆罗的父亲挑着沉重的柴火下山时，突然发生了意外。那次父亲摔断了脊柱，卧病在床多年后不幸离世。父亲临终时，李豆罗正在抗洪抢险第一线，没能见上老人最后一面，这成了他刻骨铭心的伤痛。他牢记父亲教诲，将不贪、不懒、不整人作

为为官之道。又按照父亲遗愿，将之安葬于村旁大山上。每年他都会来父亲坟前跪拜，倒一杯清酒，掬一把黄土，和长眠地下的父亲说几句贴心话，这就是他的根之所在。

回到家乡当农民的李豆罗，琢磨的是通过自己的努力，和家乡父老一起把村庄打造成一个文化旅游生态新农村，一起修整堤坝、植树造林。如今，西湖李家村这片曾经靠天吃饭的旱地，已经变成旱涝保收的水稻田，而且连年丰收，村民们对这个当过市长却回乡和他们同吃同住，一起下地干活儿的“老豆儿”打心里佩服。在李豆罗的倡议下，西湖李家村口牌楼上镌刻了“操存本原”四个大字，这是陇西李氏族谱中记载的祖训之一。这四个字源于孔子所说“操则存，舍则亡，出入无时，莫知其乡，惟心至谓也”。孔子把本原看作事物的根脉和做人的基本道德准则，告诫人们要恪守本原，否则行为无常，不知家在何处，更会心无着落。褪去官场的一身华服，曾经的一呼百应不再，但李豆罗以他平凡而又不平凡的举动，完好地诠释

了陇西李氏“不忘本原”的祖训。

在海峡的另一边，台湾李氏宗亲会的会长李森永，他先祖600多年前迁往台湾，在当地延续了20多代，抗日战争中，李氏宗谱不慎遗失。半个多世纪来，李森永的父亲常常思乡念祖，临终时嘱托他，一定要找到故乡，寻根问祖。2015年的中秋，李森永和来自台湾的300多位李氏宗亲一起来到了西湖李家村，续接族谱，参加族人的祭祖仪式。仪式庄严隆重，来自各地的李氏族人会聚一堂，在祖先面前虔诚祭拜，每一个人都在此刻感受到了人生本原所在，每一个漂泊的灵魂都在被称为心灵家园的祠堂里得以安放。

按照传统，祭祀过祖先的李氏后人要一起对月祭拜，祈求国泰民安。村民们把刚收获晒干的芝麻秆儿放入圣塔点燃，这是西湖李家传统的祭月仪式。守住根脉、不忘本原，熊熊燃烧的火焰涌动着勃勃的生机，幸福写在每一位李家后人的脸上。

(本集编导：李汾元 摄像：郭晓哲 刘博 龚留军 苏煜)



圣塔



两岸李氏宗亲参加祭祖仪式



台湾省台北市中正区
宝藏岩村
不忘根本 和谐共生

一湾浅浅的海峡上方，弥漫着一阵阵浓情似水的思乡情，海峡的水虽不是很深，却令两岸的人儿相望而不可及，各自静坐一方，品味着记忆中的温情与苦水。坐落在台北市的宝藏岩村，栖居生活着一批离开家乡的老兵，他们相知相守，抱团取暖，不是亲人却胜似亲人，慰藉着彼此对家乡的思念与牵挂。

眷村是台湾最有乡愁的地方，是当年跟随国民党部队败退台湾的老兵们，在部队驻地周围建起供家眷居住的聚居村落。1949年以来，台湾先后修建了几千个眷村，形成了独特的眷村文化。其中之一的宝藏岩村，隐藏在繁华都市里，背靠观音山，一条新店溪从村前缓缓流过，蜿蜒的巷弄、沿山而建的阶梯，200多座铁皮房、砖瓦屋层层叠叠犹如燕巢般分布。





“宝藏岩”寺庙



寺庙内景

300多年前，闽南地区的先民在这里建起了一座被称为“宝藏岩”的寺庙。1949年后，一些从大陆到台湾的老兵们在寺庙旁开荒造屋，营造出一片栖身立命之所。这些本打算临时居住的房屋，没想却成为了这些老兵一辈子的家。几十年过去了，昔日满腔热情的年轻士兵，转眼间已是白发苍苍的老人。无论台北这座城市如何日新月异，他们依然固执地留守在眷村里，守望着自己的家园。

对于宝藏岩的老兵们来说，思乡的日子里，村旁的宝藏岩寺就是他们精神最大的慰藉。宝藏岩寺建于1706年，是台北市的第一座观音庙。当时，来自福建泉州的移民到达此地，在山坡上修建了一座小庙，供奉随身带来的观音像。后世经过多次的扩建，最终形成了很大的规模，香火也很旺盛。相传，清朝末年，一个来自泉州的年轻人，独自来到台湾打拼，10多年间，一直得不到家人的消息。他来到宝藏岩寺祈福，希望能够得到家人的音信。让他想不到的是，没过几天，一个同乡就找到了他，说是父母给他带话，家里一切安好。此事后来就慢慢传开了，很多人都跑来这里祭拜、祈福，舒解着思乡之情。

虽然宝藏岩的居民来自不同的省份，却产生了一种休戚与共的生活经验，当年物质条件不佳，背井离乡，远离亲人们相互扶持，共渡难关，建立了深厚的友谊。整个村庄就像是一个大家庭，不仅大人之间守望相助，孩子们之间也常称兄道弟。“没有亲戚却有很多邻居，一起祭祖却无坟可上”，这是包括宝藏岩村在内的台湾众多眷村村民生活的一种写照。作为宝藏岩村的邻长，每天上午，詹智雄都会走街串巷，



“一家一菜”活动



眷菜

挨家挨户去了解村民的近况。这是他一天工作的开始。詹智雄的祖籍是福建泉州，1945年，他的祖父从台湾南部来到宝藏岩村，在新店溪旁开垦荒地、种植蔬菜，依靠着村民们的帮助得以安家落户。詹智雄从小跟着祖父一起长大，对于村民间和睦相处的氛围深有体会。比如过年，有人家做萝卜糕，有人家做年糕，大家会交换一下，分享彼此的美食。不忘故土、邻里和睦，才能生活得更好。这是祖父经常教导詹智雄的话语，祖父身上吃苦耐劳、乐于助人的闽南人个性，让詹智雄钦佩，也让他对海峡对岸的故乡多了一份向往。2000年，36岁的詹智雄到福建厦门投资办厂。一样的语言，一样的习俗，家乡的一草一木让詹智雄眷恋，也给他带来了事业的成功。在那之后的十几年间，詹智雄先后在福建和江苏开办企业，生意做得很红火。2012年，宝藏岩进行修整，村里人找到詹智雄，希望他能帮着出谋划策，詹智雄果断地放弃了在大陆的生意，回到宝藏岩来帮忙。从当上邻长开始，詹智雄一直按照祖辈的教导，乡邻和睦、踏实做事。每到周末的时候，他都会邀请已经搬离村子的老住户，回来参与村民组织的活动，看看宝藏岩的变化。就是在这样融洽的氛围中，宝藏岩村200多户居民和谐相处，一起走了半个多世纪。

木欣欣以向荣，泉涓涓而始流，来自中国大陆的人们，带着各自的地域文化和风俗，在宝藏岩生活着。特别是融汇南北的眷村菜，成了很多台湾人喜欢的佳肴。当地的居民每隔两个月也要举办“一家一菜”活动，每家每户都做一道最擅长的家乡菜，你一盘赣菜，我一盘川菜……一餐吃遍中国的大江南北。南腔北调的口音回荡在曲曲折折的巷弄中，幸福，洋溢在每个人的脸上。故乡是那么遥远，却又是如此的近，它在思乡人的味蕾上跳动，被小心地安放在心灵的深处，始终未曾离开。

（本集编导：韩辉 摄像：王晨光）



湖南省湘西土家族苗族
自治州永顺县

双
凤
村

心存自然

武陵山上朝云出岫，翠微深处凤凰来栖。湖南双凤村的身姿在露重烟微中绰约，她怀着少女欲拒还迎的娇羞，将清丽的面容隐于雾霭中，藏在薄烟里。几重云岫，几重烟水，令人仿佛身在画中。

2000年前，彭姓和田姓人为了躲避战乱而途经这里。当他们仰望山峰时，眼前顿时呈现出“双凤朝阳”的祥瑞景象。大自然将青山作画笔，勾勒出了凤凰朝阳的翩翩舞姿。于是他们决定在这里居住了下来，并把这里叫作“双凤”。千百年来，





村口门牌

这里依旧留存着土家族最原始的民族文化，他们始终将“心存自然、感恩自然”奉为圭臬，与自然和谐共处。

双凤村土家族人相信万物有灵，仍保留着“视水如母，拜树为父”的原始信仰。村中有80户人家300多乡民，每当村里有人家添丁进口，他们都会请水神接纳新生，哺育成长。老树苍苍，寿逾千百。刚出生的婴儿一般还都会拜一棵长寿树做干爹，人们认为这样可以让孩子以后身子骨硬朗，无病无灾。在海拔680米的山顶盆地上，双凤村至今保存的6口水井、2000多棵古树，拥有土地6400多亩，森林5700多亩，这是天然粮仓，村民们深谙自然的规律，与自然相处默契，像是多年好友，一嗔一怒，一颦一笑，仿佛就能明了各自的心事。

土家族没有文字只有语言，双凤村人就用歌声和舞蹈来记录祖先的生产生活。村民祭拜祖先要跳一种名为“毛古斯”的祭祀舞蹈。“毛古斯”的原型是古时候一群浑身长满长毛的穴居野人，他们在自然的怀抱中孕育，在自然的天地里成长。村民们将一年的丰收成果加工成土家族的传统美食，在他们看来，这是敬献祖先、回

馈自然的最好礼物。隆重的敬献仪式结束后，在摆手堂全村人跳起摆手舞，耕田赶牛、播撒种子、打谷挑担，这些日常生产场景通通都被他们融入到随性的舞蹈当中，朴实而又真诚。从懵懂到开化，“毛古斯舞”书写出一部土家族的史诗长剧，双凤村人会在春天来临之前重温这部无字的族谱，提醒自己常怀感恩之心、心存自然。

“头上三尺有神明，不畏人知畏己知”。对于大山里公共山林和土地的利用，双凤村人严格遵循“取之有道、用之有度”的古训。久而久之，在双凤村形成了许多奇风异俗。譬如“偷”梁。传说山里的一草一木都由梅山神掌管，村民为了不惊动山神，才采取“偷”的形式。而这“偷”梁可不是一般的偷树，这根房梁木是要从别人家的山林里“偷”，还要守规矩：小树不偷，古树不偷，名树不偷。落斧之前，还要祭拜山神，只有这样，才能让这次“偷”梁心安理得。十年前，双凤村的“偷”梁都得在天亮之前秘密进行。在第二天公鸡破晓前完成“偷”梁，山神看到敬献的香火也就默许了，当然，“偷”梁的人还得制造动静，以便树的主人能够发现。树

的主人闻声赶来，对于“偷”梁的不速之客，主人并没有生气，反而为自家山上出了栋梁之材而高兴，但主人还是要用骂梁来回应，骂得越凶，“偷”梁人家的生活就会越兴旺，双方可谓是“一个愿骂，一个愿挨”。“偷”树的人要在初春主动种植3棵小树，正所谓“取之于山，还之于林”。那根“偷”来的房梁，寄托了“年丰人寿”美好的寓意，当然也像一把道德的标尺，高悬头顶。

勤能补拙，勤能致富。40岁的村民田岩华是村里的



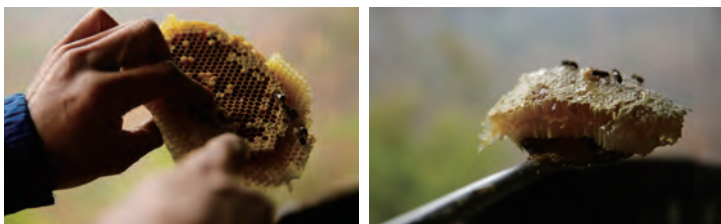
“毛古斯”祭祀舞蹈



摆手舞



将蜂桶安置在大山里



蜂蜜窝中的“子盖子”

野蜂蜜

“养蜂大王”，在百花盛开之前他会将几十个蜂桶一起安置在大山里的各个角落。野蜜蜂对环境的要求十分苛刻，通常只在敌害很难侵入、背北向南的岩壁上筑巢。蜜蜂的苛刻让田岩华的工作变得异常危险，但他仍然乐此不疲。今年30多个蜂桶，有11个钻了蜂，田岩华收获了200多斤的蜜，他又能做足够多的蜂蜜酒了。虽然野蜂蜜金贵，但是每次取蜜，田岩华都不会采完，他要给过冬的蜜蜂留下足够的食物。蜂蜜是自然无私的产出，田岩华要和蜜蜂共同享用。

倦鸟投林，白云返岫。双凤村人与自然的感情，不仅溢于言表，更存于心底。双凤村人的乡愁，必定带着古井里的明月，伴随着深林里的鸟啼，记挂着老树上的星辉。

（本集编导：马洪军 摄像：李博闻 魏同斌）



新疆维吾尔自治区巴音
郭楞蒙古自治州和静县

赛罕托海村

珍爱家园

七月的新疆天山,天空湛蓝,万里无云。不时响起的悠扬歌声,打破了山野的宁静,洋溢着沁人心脾的生活气息。天山脚下,有一片广袤的巴音布鲁克草原,生活着一个流动的村庄,名叫赛罕托海村,汉语意为“美丽的山谷”。

这里是东归的土尔扈特后裔的聚居地。如今,村中有235户人家,700多人,全是蒙古族。开都河蜿蜒流至天山南麓,浇灌出了丰茂的牧草。沿袭古老的习俗,当地的人们至今过着逐水草而居的游牧生活。

假日里,牧民们总会围聚到蒙古包旁,弹奏起悠扬的托布秀尔,跳起美丽的萨





弹奏托布秀尔

吾尔登，这是生活在草原上的蒙古族人最为欢乐的时刻。吟诵的内容，有的讲述历史，有的传唱礼俗，还有的歌颂着家乡壮美的牛羊。几百年来，土尔扈特人一直用这样的方式传承民族历史和文化，传递珍爱家园的生活传统，也倾诉着他们的喜怒哀乐。热爱家乡的种子，就这样在孩子们的心中扎下了根。

从小听着歌声长大的桑巴特，现在成都念书。爷爷反复讲述的东归故事，让他那份故土情萦怀于心。当身边有同学问起草原的故事，桑巴特总是会自豪地诉说祖先的东归壮举，滔滔不绝地讲上三天三夜。“牛羊离不开草原，江河离不开源泉，土尔扈特人离不开东方的故土”。这一句简单的话语，却蕴含了一段充满血泪的东归壮举。是的，“东归”这两个字对每个赛罕托海村人来说，实在是意义太重了。

300多年前，土尔扈特先祖离开故土，向西游牧到伏尔加河下游，并在那里建



立起了游牧民族的封建汗廷。到了18世纪中叶，沙俄征召土尔扈特人加入军队，参加连年的战争。为了摆脱沙俄压迫，当时的土尔扈特首领渥巴锡汗决定发动武装起义。1771年1月，渥巴锡放火烧掉了自己的木制宫殿，带领族人义无反顾地踏上重返故土的征程，向着东方前进。东归途中，疾病和饥荒让土尔扈特人损失了大量人口，有些族人开始动摇返回故土的信心。在最困难的时刻，渥巴锡鼓励族人，他说：“沙俄是奴隶的国土，而东方的家园才是希望的乐土。”1771年9月，经过8个月的长途跋涉，土尔扈特部终于进入了中国西部边境，历尽艰难险阻终于到达家园，

不幸的是出发时的17万人仅余不足7万。土尔扈特人付出巨大牺牲，终于实现了重返故土的梦想。东归途中，包括牛羊在内的所有财产几乎丧失殆尽，勒勒车尽数毁坏，很多人的衣服和靴鞋也都残破不堪。但是他们却精心保存了当年清朝政府写给各个时期土尔扈特汗王的敕书，并且完好无损地带了回来。土尔扈特族的东归之举得到清朝政府的高度重视和关注，乾隆皇帝在承德接见了渥巴锡汗，对土尔扈特王公贵族实行厚赏，并给予土尔扈特族人细致的安置，还把一块最为丰美的草原赐予他们作为繁衍生息之地。从那时起，土尔扈特人开始过上了自主的生活，他们把草原视为自己最值得珍爱的家园。经过漫漫归家路的考验，他们也从牺牲和艰辛中学会了珍惜与知足。如今，土尔扈特的子孙们深深地热爱着这片长满酥油草的故土。为了铭记这段悲壮的历史，也为了缅怀和祭奠先祖，他们还用“重走东归路”的方式，将先祖们敢于牺牲、重建家园的精神牢记于心，世代传承下去。



“重走东归路”



情景剧“重走东归路”



神鸟天鹅



准备迁徙的天鹅群

“草原再大，却没有放私心的地方”，土尔扈特人世世代代不存私心地守护着这片净土。手工除草，一起放羊，从不马虎，从不抱怨。草原同样用它的温柔和肥美呵护着土尔扈特人，至今也没有发生过大面积的沙化，没有遭遇过较大的自然灾害。

如今，旅游业在巴音布鲁克草原上逐渐兴起，牧民们不仅参加《东归·印象》实景剧的演出，许多人还办起了“牧家乐”。进入九月，巴音布鲁克草原上的气温骤然下降，天鹅渐渐集中，准备迁移到温暖的地方过冬。待到来年三月大地复苏时，来自印度、缅甸，甚至远在黑海、红海的天鹅，又会不远万里飞回故乡，筑巢、换羽、求偶、繁衍。土尔扈特人把天鹅视为“神鸟”，更欣赏天鹅热爱故土、忠贞不渝的精神。辽远的湖面与天相连，景色美不胜收。

古老深重的游牧文化，壮烈激昂的民族情怀，穿越历史长河，依然感染、激励着今天的每一位土尔扈特人。点点灯光，照亮了土尔扈特祖先的归家路途。点点星光，温暖着土尔扈特人的创造征程。今后，他们还将继续用生命守护着这片草原，守护着这来之不易的幸福生活。伴着马蹄声，赛罕托海村新的一天又开始了。

（本集编导：李婕 雷震婷 摄像：王文超 杲新磊）



广西壮族
自治区来宾市
金秀瑶族自治县

门头村

敬畏自然

若站在大瑶山之巅极目远望，你必定能看见苍山如海，云烟万叠的胜状。山自青青水自流，瑶族的古寨点缀在一片苍翠中，如遗散在山林里的星星，错落有致，闪烁有光。

大瑶山里，有句俗语，叫作“石牌大过天”，石牌在村民心里所起的诫勉和约束力，有时候比一些法律法规还更具有效果。门头村的古训石牌，立于清代光绪七年，距今已经 130 多年。村中孩子每到 15 岁举行成人礼的时候，就要在亲友的陪同下，身着盛装来到了寨门口的石牌坪上祭拜祖宗石像，背诵祖宗古训。成年礼中传颂的祖宗古训：“种木护村，做善积福，毁木霸地，做恶招祸，天地有眼，会有报应。光绪七年，土地神公吉日立。”便来自于这块石牌。





成人礼



古训石碑

400多年前，瑶族先民因躲避战乱，来到了大瑶山。后来，他们把保护农林环境、维护社会秩序的规约刻在石碑上，称为“石碑”，并形成了特有的社会组织形式——石碑制。门头村世代相传的祖宗古训，主要是劝勉后人要敬畏自然，行善积福。门头村人把石碑立在村口，让村民进进出出，都看得见石碑，从而产生敬畏心理，自觉遵守石碑的各种规定和族规祖训。

瑶族人认为，天地万物皆有神明，树木也不例外。特别是山中古木，经历风吹雨打，依然长青不朽，当地村民相信，古树有神树护佑，是以心生崇敬。门头瑶寨最大的树神，也是广西最大的“杉树王”，树龄有500多年，树高50多米。要五个大人才能抱过来。据传说，100多年前，有几个人想来偷砍这棵树，刚到树下，还没有动斧，树上就掉了许多蜈蚣跟蛇下来，他们以为是树神显灵，就吓跑了。从此以后村里的人，对这棵树是敬畏有加。逢年过节，都自觉到这里来祭拜树神。在门头村瑶寨周边，百年以上的古树有100多株。它们被认为是健康和长寿的象征，村民们都希望能得到树神的保护。家里小孩体弱者，大人往往会带着他去认古树做契娘，希望他在古树保护下健康成长。

因此在当地，砍树是格外郑重的大事。黄泥鼓是瑶族的非

物质文化遗产，为添新鼓，村民要砍伐一株桐木树来做鼓身。砍树之前需要敬香，说明砍树的理由，求得大自然的应允，才能动斧。不竭泽而渔，不焚林而田。只有心存敬畏，才会虔诚恭敬；只有心守底线，才不会乱伐滥采；只有把山林古树视为亲人，才会世代守护至今。

瑶寨四周的山林分为众山和庙山。众山山林是村寨的防护林，涵养水源，防止水土流失。庙山山林，至今仍然被奉为神圣之林，任何人不得进入嬉闹和毁坏。村民们认为，保护好众山和庙山，就保护了瑶寨的风水。现在村寨里居住着47户人家，280多人。门头村，意为龙门龙头之地。每隔两三年，村里都要举行一次安龙仪式，祈求风调雨顺。安龙仪式后，家家户户要一起到寨子周边的山坡上，种树护林，场面蔚为壮观。这是瑶族人对自然的一种尊重与敬畏，种树就是要补偿大自然，回报大自然恩赐他们雨露，奉献给他们木材，让他们在大瑶山里生存发展，世代永续。种树还山，门头村人沿用的是瑶族先民的生存智慧，恪守的是人与自然和谐相处的原则。

杉树王





认古树做契娘



采摘良药后撒上一小把白米

大瑶山的一草一木，也都是能治病救人的药材。但山上的药材并不能随意采摘，瑶医们有着一套与大瑶山约定俗成的规矩和讲究。瑶医采药最重要的一个原则，就是“积留”。采药时，不挖采幼苗，能取杆的草药，绝不取根，绝不采光挖尽。采摘良药，瑶医还要撒上一小把白米，酬谢山林恩赐，祈愿药到病除。所采药材，要用于治病救人，做善积福。救治好病人后，瑶医还要进山答谢，以“挖一种二”的方式对大自然进行补偿。正是有“积留”的传统观念，所以几百年来大瑶山的中草药，一直是取之不尽，用之不完的。

中国著名社会学家、民族学家费孝通曾来到大瑶山开展“特种民族”研究，与纯朴的瑶族人一道生活，见识了民俗传统中重要的“文化自觉”。生态决定心态，敬畏涵养生机。层峦叠嶂的大瑶山，到处都是好山好水，这里的人们知足常乐，延年益寿。山涧清泉，汇入江河，泽被着山外的城市与村庄。遵从祖宗古训，崇敬自然的村民们知道，他们世代传承的这片青山绿水，也将护佑着后世子孙，成为更多人共同的美好生态家园。

（本集编导：罗慧钧 摄像：何汉立 庞意 刘东）



贵州省黔东南自治州从
江县
占里村
山林是主人是客

繁枝高拂九霄霜，荫屋常生夏日凉。叶落每横千亩田，花开曾做六朝香。占里依山傍水，风景秀丽，人居其间，吮吸天地日月精华，自然雨露，得丛生树木和丰茂百草的庇佑和供给，繁衍生息。

农历二月初一，响亮的芦笙打破了山村的宁静，生活在贵州省黔东南自治州从江县占里村的人们又迎来了一年中最重要的一天。吹芦笙，唱大歌，盛装绕寨，杀猪祭石，喝酒盟誓，占里人每年都用这种特别的仪式，缅怀祖先迁徙的艰苦和创业的辛劳，重温古老的誓言和村寨的训示，祈盼寨子在新的一年里安宁祥和，人寿年丰。





盛装绕寨



祭祖仪式，同饮血酒

在仪式中，寨老们都会重申寨规，同饮血酒，让每个人牢记“山林是主人是客”的古训。占里人知道，他们今天的生活不仅得益于祖先的庇佑，更是得益于千百年来与自然和谐共生的寨规约束。

相传，占里人的祖先吴占、吴里两兄弟为躲避战乱和饥荒，举家迁徙，从广西梧州出发，沿都柳江北上，途经此地，见山清水秀，气候宜人，便定居下来，起名为“占里”。他们开垦土地、辛勤劳作，渐渐地从两户人家发展到100多户。占里人口的快速增长，增大了山林的压力，打破了村寨的祥和。到清朝初期，乱砍滥伐、争田斗殴的事情不断出现，当时有一位寨老吴公立，担心“崽多无田种，女多无银两”，

就以“起款”的形式定下了每对夫妻只能生两个孩子的款约，又规定村外的风水树、大树、古树，不准任何人砍伐。寨规已传承了数百年，至今还没有人违反过。如今的占里，到处是郁郁葱葱的树林。甘甜的井水是自然的馈赠，是占里村人保护自然的结果。几百年来，因为山林保护得好，占里从来没有发生过山洪和泥石流等自然灾害，也没有闹过饥荒。

占里的树林分成三大类：一是风水林，侗话叫“美风树”，生长在村寨周围个头高大，枝繁叶茂，禁止砍伐；二是用材林，侗话叫“美扒树”，生长在风水林的周围或附近，用来修建房子；三是薪柴林，生长在更远的田边地头，或零星或成片，用来生火做饭和取暖。要砍树，得先栽树。每年春季，占里人都会在自家薪柴林的老树旁种上生长较快、易于燃烧的新树种，等到树苗成活后，才砍伐相应数量的老树，自然风干，当作木柴收回家。除了对薪柴林的利用有严格的规定外，对其他木材也物尽其用。一棵树，树干用来造房子，树枝用来做禾晾架子，晾晒稻谷。加工出来的木材花和锯木末用来烧火，树皮用来做瓦，一点儿都不会浪费。千百年来，占里人格守着他们与山林的约定，也享受着山林的馈赠，各家各户堆满的柴垛就是很好的证明。

“一棵树上一窝雀，多了一窝要挨饿，山林是主，人是客，占里是条船，有树才有水，有水才有船。”这首荡漾在每一个占里人青葱岁月里的绵绵唱曲，始终保





吴老里一家上山种树

持着它的情感与温馨，陶醉着一代又一代人。世世代代的占里人都相信，树木、水、土地，与人的生存密不可分。山林是永恒的主人，人们只是匆匆的过客。正是因为占里人敬畏山林，

这里森林密布，古树参天，森林覆盖率达到了70%。每年春季，从江当地的村寨都有种植杉树的传统，占里村也一样。开春后，各家各户都陆续采购树苗、种植杉树。村民吴老里夫妇也带着孩子上山种植杉树，由于树苗还小，他们决定先把树苗培栽在自家的棉花地里，等树苗长大一些后再移栽到山林里去。吴老里一边教孩子种树，一边给孩子讲爱树护树的道理。吴老里亲切地对孩子说：“儿子，好好种哈！每个人每年都要来种，谁不种谁就没有。以后它长大了你也长大了，我们就可以砍树给你建新房子喽。你帮我挖坑，我把树苗插进去，慢慢种啊，种树要认真点儿。”孩子用稚嫩的小手像模像样地握着锄具，欣喜地应和着父亲的山歌，露出了灿烂的笑颜。山歌荡漾在山头，一高一低，沁人心脾，山脚下袅袅升起的炊烟，似乎也通人性，伴着歌谣曼妙起舞。

天地与人共生，万物与人共存，占里人懂得充分利用山林、水和土地资源，他们从实践中认识到，一定的环境只能容纳一定的人口，关注人的繁衍和生存，这样才能保障与山林长久地和谐共生。

青山依旧，绿水长流，古老的侗歌响彻在占里山林间，铿锵有力。谷雨节来了，又到了插秧的时候。你听，阳光穿过占里的树叶，簌簌作响。

（本集编导：钟勇 摄像：李乾聪 王雪莹 何韬 张懿）



守护『祖宗海』

草塘村

海南省琼海市潭门镇

“砍柴要水去礁盘，世代耕作祖宗海。”清晨，渔歌声声，唤醒了睡梦中的草塘村。码头上，渔民将刚打捞的新鲜的海产品运送上岸，在熙熙攘攘的交易中，草塘村新的一天又开始了。草塘村位于海南省琼海市潭门镇，这里是海南东部沿海通往南沙最近的港口，也是闻名全国的渔业集市。村子的角落里，还散落着不少旧木船，船身的每一道痕迹，都在风吹日晒中诉说着祖辈们那些关于大海的往事。

草塘村是潭门镇最大的渔村，近千户人家，4000多人口。元朝末年，福建沿海的许姓家族为躲避战乱乘船迁徙，船随季风飘至潭门码头，许姓族人便下船安家。明清两代，又有几批移民进入，逐渐形成现在的规模，姓氏多达几十个。人们在这里捕鱼为生，世代驾驶着帆船乘风破浪，远航捕捞。这片他们世代耕耘的南海，被





清晨的鱼市



苏承芬老人和帆船模型

草堂村人称为祖宗海，而守护祖宗海，也是600多年来草塘村的文化根基。

苏承芬老人是帆船时代最后的老船长之一，虽然现在帆船早已落伍，年轻一辈都是乘着轮船往来海上，但是他总盼着更多的年轻人能了解过去世代的帆船航海历史，每当看到自己亲手制作的帆船模型，总是会回想起曾经乘帆船在海中闯荡的过往。大半生的海上漂泊，一次次风浪中的航行，那是他一生的记忆。小小的帆船模型，是完全按照

当年的木船原型缩小复制的。模型上的每一钉、每一铆、每一块木板，都承载着老人对于海洋的情怀。

日复一日、年复一年，风与帆、船和水便是生活的全部内容，那时没有航海图，仅凭祖传的一只罗盘和一本手抄的《更路簿》，便无惧茫茫南海。《更路簿》形成于明末清初，渔民们用燃香记时的方式换算海上航行的距离，燃完一炷香就是一更，一更就是十海里，《更路簿》也因此得名。据说，是郑和下西洋时代的船员后代给草堂村带来了航海的知识。当时船队运载一批货物走南海段的时候遇到海难，一批经常跟随郑和出海的船员漂到潭门港，便在此安家。由于富有航海经验又会造船，他们在西沙、南沙捕鱼为生，一代代船长用智慧和经验开辟出了通往南海的东西南三条主航线，并将多年的航海心得写进家传的手抄本，传递给后世的子孙们。

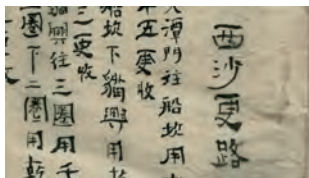
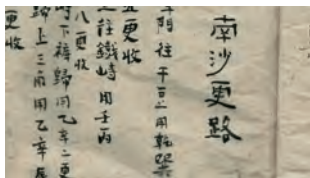
这片“祖宗海”，祖先们生活于此，风雨与共。为了生活，千千万万的人把热血和生命献给了这片海。祖宗海，既承载着希望，也流淌着悲伤。海中暗礁无数，

若遇强风，则性命堪忧。对“祖宗海”的敬畏和珍惜，是村民们不变的情怀。每次出海前，祭拜“108兄弟公”是草塘村的特有习俗。相传以前南海的海盗猖獗，108兄弟带着当地渔民斗海盗取得胜利，在一次捕捞中遭遇台风全部失踪了。为了纪念这些没有留下姓氏的108位兄弟，草塘村人建起了这个庙。每次出海前都要来祭拜，祈祷出海平安、顺利归来。海滨有一个亭子，便是专为遇难的人而建。村子里的老人会时常在这里坐一坐，聊聊天，吹一吹海风，怀念着逝去的亲友，也记挂着正在海上漂泊的年轻人。

几百年来，草塘村的渔民早已与南海融为一体，成为了南海的组成部分，不可分割。他们走向海洋，向海洋索取他们的



罗盘和一本手抄的《更路簿》



《更路簿》中记录的三条主航线



“潜捕”捕鱼



丰富的海底资源

食物，把生活都融入到了这片海，同时，也与之结下了不解之缘。农民有责任田，他们就有责任海。他们把守护这片海当成自己的责任。他们不下网、不放饵，而是用独特的“潜捕”方式来捕鱼。这种潜水捕鱼的作业方式是潭门渔民独有的，也是草塘村渔民的拿手绝技。首先潜入水下用渔网围成一个圆圈，再用之前去椰林采到的特殊植物“鱼藤”的根茎汁和海水混合做成“天然麻醉剂”，水中的鱼虾贝类接触到

这种液体会被暂时麻醉，这样就很容易被抓到了。但是不用担心，这种植物无毒无害，被麻醉的鱼虾很快就能苏醒，也不会残留有害物质而破坏环境。他们捕捞螃蟹和龙虾，但不会碰珊瑚和海龟。他们接受着祖宗海的馈赠，也用一生守护着这片海。为保护海洋生态环境，为海洋资源的持续发展而努力着。

如今，不少草塘村的年轻人选择了岸上更为安稳的生活。尽管出海少了，但这些年人的事业仍然依托着这片养育他们的“祖宗海”。这里是他们生活的来源，是他们生存的根基，和他们永远剪不断的乡愁。

（本集编导：韩玲 宋英杰 摄像：王文超 杲新磊）



四川省成都市龙泉驿区
宝胜村
尊祖敬宗

八月艳阳高挂，小村瓜果飘香，晶莹剔透的葡萄，在清晨的阳光下泛着宝石般的光泽，让人心旷神怡。四川省洛带镇宝胜村迎来了丰收的季节，沉甸甸的果实，装满了农民竹筐，这是大自然的馈赠。这里风景如画，民居如星辰般散落在山间，又如绿色海洋中的点点风帆，将秀丽的龙泉山装点得格外漂亮，富有生机活力。



“豢龙后代家声远，破楚苗裔世泽长。”宝胜村因村内的宝胜寺而得名。村中一处墓碑上刻写着这样一副楹联，彰显了宝胜村历史悠久，人脉源远流长。在宝胜村，三分之二的人姓刘。相传刘姓祖先刘累，曾是远古部落联盟陶唐氏首领尧的后裔。夏代孔甲年间，刘累受命饲养雌雄二龙，获封为“御龙氏”。在《史记·夏本纪》中记有“刘累学扰龙”。“扰”就是驯服、蓄养的意思。随着时间的流逝，人们已经说不清，上古神话中的龙原型究竟是鱼、是马、是蛇、是猪，还是鹿，它综合了众多动物的特征，又充满了神奇的力量，成为了中华民族的象征。为表达对祖先的尊敬与崇仰，“舞龙”一直是宝胜村的传统活动，后人用竹子扎成龙形，舞动起来，栩栩如生，祈望祥瑞永在人间。众所周知，龙在传统文化中是吉祥的化身，它能兴云作雨、消灾降福。但是对于宝胜村的刘氏家族来说，龙还有更多的含义，龙是他



丰收的葡萄园

们家族的生命图腾、文化延续。他们把对祖先的崇拜凝聚在舞龙活动之中，祈求祖先和神灵的保佑，祈盼年序风调雨顺，家族福寿绵长，家庭事业兴旺。

宝胜村的客家先祖，原生活于江西赣州，由从河南迁到江西的刘氏先人与当地土著结合形成。300多年前，后代族人受“招徕移民开垦土地”的优厚政策吸引，又千里迢迢迁到了四川。漫漫长路的艰难险阻，是“拜神不如拜祖先”的祖训鼓励着他们一路前行，来到了如今的宝胜村开创基业。在他们看来，只有祖先的庇佑，后世子孙方能获得幸福、安宁。当时的四川，历经兵燹，十室九空，满目疮痍。每逢雨季，洪水泛滥，灾害频发，但远道而来的客家人相信依靠祖先的教诲一定能够渡过难关。共同的信仰凝聚成了强大的力量，让他们在这片陌生的土地上拓荒垦田，架桥修路，建好家园。



舞龙



用竹子扎龙形



川剧《清风亭》

刘氏第19条家规言：“有鳏寡孤独，废疾残绵，宗民贫苦无依者，族院长等务须体恤，涉款调剂，以身亲亲”。意思是说，族人之间要团结和睦，扶危救困。谁都不会忘记1981年的一天，电闪雷鸣，暴雨倾盆，一场前所未有的雨灾降临了。十几户人家的房屋被冲垮，数十人被困水中，满目皆是汪洋。湍急的水流吞噬着房屋，被困在里面的村民危在旦夕，在此紧要关头，宗族血脉的亲情纽带成为了救命的缆绳。平日里舞龙队的年轻人，自发组成为宝胜村里的第一支救助队，在外部救援还没赶到之前，他们争分夺秒，救护生命。洪水无情人有情，宝胜村先祖，曾经互相依赖，千里跋涉而来，如今人们又一次互相携手，全力以赴，终于帮助全部受灾村民脱离了危险。

客家人把祖先崇拜变成了一种凝固在血液里面的基因，成为一种历史沉淀。

在宝胜村有一场家喻户晓的川剧《清风亭》。在戏里，张元秀夫妇收养了弃婴张继保，含辛茹苦养育了十余年，终于拉扯成人。后来却被张继保生母领走了，张继保高中状元，路过清风亭，却忘恩负义，与养父母不肯相认。老夫妻俩悲愤至极，



九斗碗

撞死在亭前，张继保也因此遭到了暴雷天谴。这出戏在当地常演不衰，是为了警示后人，不管你地位高贵，还是贫贱，都必须孝敬父母，记住祖先。教化后人无论多么显达，都要饮水思源。

300多年前，客家人从江西入川，一同带来的不仅有家规祖训，还有饮食习惯。在宝胜村的喜宴上，有一道传统佳肴必不可少——九斗碗，寓意天长地久，宗族和睦。客家人崇尚“九”，“九”意味着长长久久，生活长久。食物让人们更加亲密。坝坝宴，如同一场盛大的家庭聚会，平时分散居住的宗亲围坐起来，谈笑风生。欢庆的幸福时刻，往往让宝胜村人更加怀念祖辈，如今富足的生活，是世世代代的客家人奋斗拼搏的结果。

如今的宝胜村，曾是先祖迁徙的终点，却是现在人们甜蜜生活的起点。芳香的果园守护着宝胜村一方的安宁和甜美。尽管年轻人越来越喜欢外面的世界，人们相互之间的关系早已突破了地域的限制，但是无论怎样变化，家庭和宗族始终是宝胜村人的心灵归宿。在人们心中永远不变的，是对尊祖敬宗的世代传递，让亘古的传统文化源远流长。

（本集编导：高大伟 摄像：郑磊）

编导手记

心灵深处的家园

/ 李婕

这是中央电视台中文国际频道《记住乡愁》摄制组首次来到新疆，并选择在巴音布鲁克草原上的一个游牧村落进行拍摄。见惯了拥挤的城市，来到赛罕托海村的那一刻，我的眼睛就舍不得离开它了。苍茫草原广阔得没有边际，沿着丘陵的缓慢曲线延伸远去，与天尽头奔跑的白云交汇在一起，干净得不像真实的世界，这就是土尔扈特人的家园。

240多年前，土尔扈特人的祖先历时8个多月的跋涉，从伏尔加河流域迁徙回归祖国。部落出发时有17万人，而迁徙结束时，只剩下了7万人。整整10万人被永远留在了漫长的东归路上。相信每个人看到这段历史时都会被深深震撼，我也不例外。感叹之余，我不禁陷入思考，到底是什么，支持着土尔扈特人的祖先走完这条如此艰辛的路？

也许正因为先祖经历过这样的艰辛困苦，子孙后代便发自内心地珍视家园。从前期踩点和当地居民的交流，到为期10天的拍摄接触，我们和他们成为朋友，我们能感觉到当地人的那份淳朴，他们没有杂念，一心想的就是好好守护脚下这块赖以生存的草原。宁愿牺牲自家财物，也要保护集体财产的闹尔甫阿拉西老人；宁可牺牲个人生命也要守护一方净土和生灵的“天鹅爸爸”，虽然每个人物、每一段故事都看似平凡，但却能真真切切感受到他们的骨血中流淌着对家园炽热的爱。他们的生活很简单，至今还保留着古老的游牧习俗，每个细小的行为方式上，都恪守着祖辈流传下来保护草原的训诫。他们的目的也很简单，那就是，把家园里的丰美水草留住，把牲畜禽鸟保护好，让家人过得平安幸福就好。

也许，格外的纯粹简单，反而令人感动，令人敬佩。

踩在有些松软的草原上，空气中有着青草特有的香气，远方隐约传来牧民悠然



婉转的歌声，有什么东西击中了我的心底，我突然理解了他们不远万里也要回家的原因。

土尔扈特人的子孙把祖先的东归故事编成大型实景剧，以此来纪念祖先的壮举和牺牲。村民们赶着家中的牛羊、骆驼前来，有的几乎全家人都参与了表演。古老的游牧文化，壮烈慷慨的民族情怀，土尔扈特人不远万里回归祖国的拳拳之心，激荡着每个观众的内心。听着他们深情的歌声，看着他们对这片土地的爱护，我泪眼朦胧，思绪也回到了我的家乡。

其实每个人心底都有一个难以舍弃的家园，一个念念不忘的故国。离开家园越久，这种想念就越来越萦绕在心尖挥之不去。它是尝到陌生味道时，念叨着还是家乡菜好吃的感叹；它是流连在陌生城市时，脑海中浮现出的家乡街景。它是在外面寂寞打拼后，格外怀念的亲人温暖。生活里要顾及的东西太多，所以乡愁便被一再放下，压在心底许久不碰。

但是，就算隔得再久，那个被珍放在心灵深处的家园一直会在那里，永远都不会被忘记。

当拍摄结束，摄制组踏上归途的那一刻，我想回家的念头从未如此强烈。土尔扈特人提醒了我，趁还来得及的时候，就去拼命珍惜家园吧。

用你的一切去爱它。

名家品读

不忘本原

/ 郭文斌

透过重重叠叠的历史帐幔，我们会发现，不忘本原是中华民族保持生命力的重要秘诀。《论语》有言：“君子务本，本立则道生。”而道本身就是生命力。所谓“道生一，一生二，二生三，三生万物”是也。这一点，在《记住乡愁》第二季的许多篇章中，都得到充分证明。

在四川姚坪羌寨村，但凡本原文化，无论是建筑、服饰还是歌舞，都被完整地保存了下来。30多年来，王嘉俊一直在搜集整理与羌人生活有关的物品。2003年，他在家办起了以实物展示羌人日常生活的民俗博物馆。他认为，一个家庭要知道自己的祖先，一个民族要了解自己的历史。对羌族来讲，因为没有文字，这些实物就显得尤其重要。

这样的念古情结，在湖南双凤村则以跳“毛古斯舞”体现出来。从镜头中我们可以看到，那是一种对祖先当初生活状态的符号化描摹，是一部土家族的史诗长剧。在双凤村，还有一个奇怪的传统，那就是盖房要“偷”梁，但“偷”梁也要守规矩：小树不偷，古树不偷，名树不偷。一般选择杉树或者柏树，因为这类树木砍掉主干后，还会从根部长出新枝，十年左右就可成材。就是说，他们“偷”梁不伤本，因此，在这个村子里，有460多年的古树还活着。

在四川宝胜村，我们看到，客家人对祖先的崇敬已经成为一种信仰。在任何时候，他们都认为今天拥有的一切都是祖先的恩赐。这种报恩心理，折射在文化活动中，就是常演不衰的川剧《清风亭》。此剧讲的是：薛荣妻妾不和，妾生之子被迫抛在荒郊，被以打草鞋为生的老人张元秀夫妻拾得，取名张继保，抚育成人。13年后，张继保在清风亭被生母周氏带走。张元秀夫妻思儿成疾，每日到清风亭盼子归来。张继保得中状元，路过清风亭小憩。张老夫妻前往相认，但张继保忘恩负义，不肯相认，把老夫妻当成乞丐，只给他们二百钱。老婆婆悲愤已极，把铜钱打在他脸上，

相继碰死在亭前。张继保也被暴雷殛死。

海南草塘村人干脆把西沙、中沙、南沙三沙称为祖宗海，每年都要举行大规模的祭海活动，渔民每次出海前也会自发举行祭祀仪式。八十岁的苏承芬老人不惜用一个多月的时间制作一艘帆船模型，以此怀念帆船岁月，同时让后代子孙感念祖德。在他看来，没有祖德，就没有子孙们的今天。他在南海闯荡50余年，从未发生过迷航，正是凭着祖先流传下来的航海罗盘和手抄《更路簿》。

广西门头村的石牌古训是不忘本原的另一种方式，在村民心里产生的诚勉和约束力，一定意义上大过法律法规，所谓“石牌大过天”。想想看，一块石牌立在村口，村民进进出出都要看着它，久而久之就会刻在心底。“种木护村，做善积福，毁木霸地，作恶遭祸，天地有眼，会有报应。”当这样的句子一旦成为人们的集体无意识，那将是一种怎样的自觉力量。成年礼上，老师会问学生：我们的传统，我们的古训，你依不依。学生回答：我们的传统，我们的古训，我们要永远遵从。通过这种一问一答的形式，让年轻人牢记古训，就像发誓一样。这些誓言，作为一种敬畏力，将一直伴随着他们成长。在节目中，我们看到，门头村人不但熟记这些古训，还把它生活化。比如瑶医采药时遵从的“积留”原则。不挖采幼苗，能取杆的草药，绝不取根，绝不采光挖尽。采完药，瑶医还要在采摘地撒上一小把白米，酬谢山林恩赐，祈愿药到病除。救治好病人后，瑶医还要进山答谢，以“挖一种二”的方式对大自然进行补偿。正是这种“积留”的观念，让大瑶山的中草药取之不尽，用之不竭，成为广西最大的药用植物园，也让大瑶山4万多公顷的成片森林，成为广西最大的水源林。心态决定生态，敬畏涵养生机。最能体现这种生机的，就是长寿。在金秀瑶族自治县全县15万人口中，百岁以上的老人有14位，90岁以上的有300多人，80岁以上的有2000多人，成为中国有名的长寿之乡。

在贵州占里村，流传着这样一句话：“山林是主人是客”。意即山林是永恒的主人，人们只是匆匆的过客。正是因了这句话，这里的森林覆盖率达到了70%。每年农历二月初一，占里村的人们都要吹芦笙、唱大歌，盛装绕寨、祭石盟誓：“第一条，每家只生一男一女，不准任何人多生，第二条，村外的风水树、大树、古树、不准任何人砍伐……”占里人知道，他们今天的生活不仅得益于祖先的庇佑，更得益于千百年来与自然和谐共生的寨规约束。

《华严经》中讲：“不忘初心，方得始终。”如果说以上村落的故事让我们从时间线看到了不忘本原的价值，那么台湾宝藏岩村则让我们从空间界面感受到本原的重要。该村居民来自大陆的十几个省，他们长时间远离故土，比邻而居，形成了一种独特的传统：每隔两个月就要举办一次“一家一菜”活动，每户人家都要做一道最擅长的家乡菜，拼凑成一桌宴席，让村人共享。看上去是“一家一菜”，骨子里却是一菜一根。宝藏人把对生命本原的追思，暗藏在杯盘里。除此之外，宝藏人还有另一种安安心灵的方式，那就是寺庙。许多群体性活动，都借寺庙完成。逢年过节，宝藏人都会聚集在庙里，一起做饭，一起祭祀，一起庆祝，俨然一个大家庭。因为远离故土，没有祠堂家庙，宝藏岩寺就成了村民们安放祖先灵位的地方。“在两岸对峙的日子里，通讯完全隔绝，看不到回家希望的白玉生在台湾又娶妻生子。20世纪80年代末，台湾当局终于同意老兵回乡探亲，白玉生立刻提出了申请。”这段再朴素不过的解说词所传达出的生命况味，真是让人心痛。

在新疆天山山脉中部，有一片广袤的巴音布鲁克草原，草原上有一个流动的村庄，名叫赛罕托海村，汉语意为“美丽的山谷”。这里是东归的土尔扈特后裔的聚居地。他们常常将一句老话挂在嘴边：“牛羊离不开草原，江河离不开源泉，土尔扈特人离不开东方的故土”。这一句简单的话语，却蕴含了一段充满血泪的东归壮举。为了铭记这段悲壮的历史，也为了缅怀和祭奠先祖，土尔扈特人用“重走东归路”的方式，将先祖们不远万里回归故土的壮举，以及他们曾经付出的巨大牺牲，世代牢记于心。300多年前，土尔扈特先祖离开故土，向西游牧到伏尔加河下游，并在那里建立起游牧民族的封建汗廷。到了18世纪中叶，沙俄征召土尔扈特人加入军队，卷入连年战争，同时，还强迫他们放弃佛教信仰，改信东正教，引起族人的强烈反抗。为了摆脱沙俄压迫，当时的首领渥巴锡汗决定发动武装起义。1771年1月，渥巴锡放火烧掉自己的木制宫殿，带领族人义无反顾地踏上重返故土的征程，向着东方前进。经过八个月的艰难跋涉，土尔扈特部终于到达家园，而出发时的17万人仅余不足7万。土尔扈特族的东归之举得到清朝政府的高度重视和关注，乾隆皇帝在承德接见了渥巴锡汗，把一块最为丰美的草原赐予他们作为繁衍生息之地。受祖先的英雄壮举感染，大学毕业后，桑巴特没有留在大都市，而是回到了家乡工作，主动参与到东归实景剧的编排之中，为此，他多次走访村里老人，四处搜集资料，短短三个月时间，

就正式向游客演出了。“草原再大，却没有放私心的地方”，当一个人没有私心时，自然会返本归原。

江西西湖李家村的故事，作为电视节目播出时，片名就是《不忘本原》。“水有源，木有本，人有祖，其来久已，而流长则派别，不溯其流则失其源，祖盛则人众，不序其谱则昧其祖。”这是《李氏宗谱》明代修谱小引中的一段话。正如村民李国英所说：“家谱是一个宝，它有特异功能，它有凝聚人心的功能，为什么呢？不管你来自哪里，只要我们是供一本家谱，供一个源流，我们就是一家人，万里关山都割不断，一见就如故。”当人们从家谱中得知，他的祖先是唐太宗李世民的三子李恪的后裔，老子李耳、名将李广、唐高宗李渊都是他们的先祖时，那该是一种怎样的自豪。该村人甚至把历史上杰出的李氏族人的事迹和为人处世的格言镌刻在村庄各家各户的门楣上，以激励后代。在中国历史上，无论是立于朝堂之上的高官、征战沙场的将军，还是富甲一方的商贾，年老之后都要告老还乡、解甲归田，在古人看来，这是人生“归根复命”的重要环节。在西湖李家村，这样古老的传统仍在延续。南昌市原市长李豆罗卸任后，立即回到故乡，给自己起了个雅号“青岚农夫”，过上了日出而作，日落而息的日子。在他看来，自己原本就是农民出身，退休后回来当农民，算是遵从“不忘本原”的祖训了。“不论你飞多高，不论你走多远，不论你职务多高，不论你赚钱多少，起根发苗在这里，落叶归根还在这里，这就是本原，操存本原，不忘本原。”在李豆罗的倡议下，西湖李家村口牌楼上镌刻了“操存本原”四个大字。这是陇西李氏族谱中记载的祖训之一。这四个字源于孔子所说“操则存，舍则亡，出入无时，莫知其乡，惟心至谓也”。孔子把本原看作事物的根脉和做人的基本道德准则，告诫人们要恪守本原，否则行为无常，不知家在何处，更会心无着落。李森永的先祖600多年前迁往台湾，在当地延续了20多代，抗日战争中，李氏宗谱不慎遗失。半个多世纪来，李森永的父亲常常思乡念祖，临终时嘱托他，一定要找到故乡，续接上族谱。为了完成父亲的夙愿，最近几年，李森永把自己的公司交给了儿子管理，和妻子不断往返大陆寻根问祖。

行文至此，不由得想起《道德经》中的一段话：“万物并作，吾以观复。夫物芸芸，各归其根。归根曰静，静曰复命。复命曰常，知常曰明。不知常，妄作，凶。知常容，容乃公，公乃全，全乃天，天乃道，道乃久，没身不殆。”

第六章

也无风雨也无晴——天地人和

「回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴。」面对人生风风雨雨，苏轼以点睛之笔，书写一阙《定风波》，慨叹伤心往事，静思人生哲理，寄寓生命感悟。人生天地间，何妨吟啸徐行，林间萧萧竹，笑看风平云淡。花开花落几春秋，万物自然生息，与之相比，人生之宠辱得失，又何足挂怀于心呢？

天孕地育，一团和气，万物勃勃生机。《国语·郑语》中言：「夫和实生物，同则不继。以他平他谓之和，故能丰长而物归之。若以同裨同尽乃弃矣。故先王以土与金、木、水、火、杂，以成百物。」强调只有和谐协调，才能繁衍生息，才会百花齐放。这对国政治理、社会维系、民族生存、人事相处等均有启发作用。费孝通先生的名言：「各美其美，美人之美，美美与共，天下大同」，亦昭示我们应秉持「和」的法则，尊重差异，理解个性，互相欣赏，共同推进人类文明的发展繁荣。





浙江省衢州市龙游县
睦乡邻
三门源村

山上清泉飞流而下，清澈溪水穿村而过，滋养着两岸的人家。美丽的浙江龙游“饭甑山”下，有一座静谧祥和的小村庄，它的村口因有三道天然的山丘守护，所以得名“三门源村”。

一千多年前北宋时期，叶氏祖先为躲避战乱，来到了这处山水秀丽之地，他们在西岸青龙山下建村立庄，繁衍生息。一百多年后，翁氏家族南迁途经此村，亦被这里的美景所吸引，又感于叶家人的谦和有礼，便定居在溪水东岸的白虎山旁。自此，叶、翁两家和睦相处，延续千年。如今，村庄里居住着 600 多户，2000 多名叶氏和翁氏的后人，他们过着恬淡、安逸的日子。





连心桥

从《叶氏宗谱》中，依稀能找到沿溪而居的叶、翁两家和睦千年的秘密。据载，宋徽宗年间，叶氏先祖叶梦得考中状元，曾官至宰相，他把谦让和睦的理念，写在了《叶氏宗谱》的开篇，明示后人“宗族之兴以礼让”。《叶氏宗谱》上还记载，历史上叶、翁两家一直相互通婚，血脉相连。但在明代末期，叶、翁两家的通婚断绝了几十年，原来它曾因三门源村古老的祭祖习俗酿成祸端。徐偃王是西周时期的一位国君，在位期间，以仁义闻名天下，他故后百姓念其恩德，把他奉为神明。三门源村的叶、翁两家各依祖规，每年分别选择良辰吉日，迎请徐偃王神像到各自的祠堂内祭拜先祖。有一年，叶、翁两家选中了同一天同一个时辰迎请“徐偃王”。当时的溪水两岸，只有一座木桥相通，为了抢先迎请徐偃王神像到自家的祠堂，发生了冲突，几个血气方刚的年轻人，一气之下拆除了木桥，叶、翁两家从此不相来往。那时叶姓大多在外经商，翁姓则以农耕为主。相互间的隔阂不仅波及到两家的日常生活，而且影响了家族的兴旺发达。原本同饮一溪水，同耕一块田的两姓人家却势同水火，有些订好的亲事也因此解除了婚约。鸡犬之声相闻却互不往来的日子一晃过去了几十年，直到翁氏家族一位在朝为官的长者还乡，看到这种尴尬局面，就把双方家族的长者约在一起，以“内睦者家道昌，外睦者人事济”的道理进行劝解，终于化解了矛盾，冰释前嫌。叶、翁两家长辈还共同出资，在当年拆毁木桥的地方修建了石桥，石桥双心相连，取名“连心桥”。叶、翁两家一对相互暗恋的年轻人也经受住了磨难，等到了“有情人终成眷属”的那一天，走过连心桥，喜结好姻缘。

化解了虎踞龙盘的争斗后，叶、翁两家也打破了楚河汉界的居住格局，互相在



翁氏宗祠

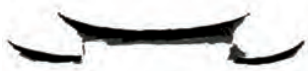
对方的居住地修建起了房屋。清康熙年间，叶家在溪流东岸的翁家旁边建起了一座房子——雍睦堂，如今这处老宅还完好保存着。“雍睦堂”四周的梁柱上是造型精美的装饰木雕，“睦乡邻”的家规通过一个

个形象的故事雕刻其中，让生活在此的后人永远铭记传承。翁氏的先人则把“睦乡邻”作为家规祖训写入了族谱，教导后人要做到“有无相通，守望相助，视一乡如比邻，视比邻如一家”，并强调“人之品行先定于一乡，然后及于国与天下”，提醒后人首先与乡邻为善，然后才有能力去保卫国家与天下的安宁。

抗日战争期间，供奉徐偃王的寺庙毁于日军的空袭，三门源村迎神祭祖的习俗就此中断。在村里老人的提议下，叶、翁两家合力修复了山上的寺庙，准备在秋收之后联合举办祭祖仪式，在连心桥上共同迎接徐偃王的神像。离祭祖仪式只有五天时间时，村民翁云林的儿子却突然提出意见，还和村里的长辈闹起了别扭。因为他的房屋与翁氏祠堂里的祖宗牌位仅有一墙之隔，刚出生的小孙子回到老宅，他担心家族长者拜祭祖先的仪式会让刚出生的晚辈承受不起。如何化解这个难题，“睦乡邻”的家规祖训又一次发挥了作用，老人们用叶、翁两家共同恢复传统习俗，兴旺家族的道理来开导他，最终化解了矛盾。

“千古江山增秀色，万家和睦映桃花”。古老村庄，西岸的叶家与东岸的翁家沿溪而居，穿村而过的碧溪流淌了千年，不仅见证着叶翁两家世代和睦、友好相处的历史，还在继续向人们讲述着一个个动人的故事。

（本集编导：李汾元 摄像：郭晓哲 刘博）



云南省西双版纳勐海县

勐景来村

温和处世

每年的12月，位于中缅边境线上的打洛江，水量依然没有减少，正浩浩荡荡地流向下游的澜沧江。此时，中国大部分地区已是寒冬，而云南省最南端的西双版纳才刚走过湿热的雨季。水汽未散，薄雾弥漫的勐景来村就坐落在打洛江边的平坝上，它正等待着中午的太阳拨开云雾，让它的美丽身姿能有机会尽情地展现，愉悦着人们的眼睛。

在傣族谚语中，有这样一句话：“建寨要有林与箐，建勐要有河与沟。”临水而居，





是为了方便水利灌溉，以水为生，以农兴业。勐景来村的民居背靠群山，临近河流，沿地势错落分布，街道在房屋与树木之间自然延伸，整座村庄浑然一体。朴素善良的傣族人生活在此，村子里处处洋溢着平静祥和的气息。“有林才有水，有水才有田，有田才有粮，有粮才有人。”热带雨林湿热的气候造就了这里生活的人的性格和品行，温和柔静的水不仅伴随着生命的始终，更滋养了世代生息的美好家园，使得他们与自然万物和谐共生。村民们认为万物皆有灵性，流淌不息的水也拥有自己的灵魂，清洁的水，可以给他们带来好运。在勐景来村，水井是神圣之所。人们在挖井时，会在井边盖起漂亮的房子遮风挡雨。水井既是村民们公用的生活设施，又是大家沟通交流的地方。勐景来村有4座水井，日常吃用与敬神礼佛的水要分开使用。人们会用洁净的清水为新生儿沐浴，有人去世，也讲究要用清水擦身。傣族人爱水敬水，希望获得水的庇佑，因此泼水节也成了他们一年中最为热闹的节日。

勐景来村有文字记载的历史已有1300多年。1570年，明代隆庆年间车里宣慰使把辖区划分为12“版纳”，勐景来村归属于“勐混版纳”。1953年西双版纳傣族自治州成立后，这里

被划入勐海县。岁月更迭，勐景来的村民们世代居住在打洛江边的这块土地上。村民岩温回的祖上曾是掌管这一带的土司，从小他就接触了许多口耳相传的历史故事，将这些珍贵的资料呈现给后人，是他最大的愿望。在村中，岩温回是受人尊敬的长辈，他最常做的事，就是抄写傣族的文化书籍。这些书籍用傣文撰写，现在村里能像岩温回这样熟练使用傣文的老人已经不多了。岩温回喜欢抄写勐景来村的历史，它们以叙事长诗的形式讲述了一位王子追随着金鹿，来到一个地肥水美、物产丰富的地方，他带领人们开荒建寨，生儿育女，最终当上国王的故事。在傣话中，“景来”就是“赶着金鹿到这来”的意思。抄写的过程平淡、静谧，一本书错不得一个字。岩温回已经抄写了上百部史书，上了年纪的老人家一个月只能完成一本书，但他从不请人代笔。

不仅有手抄的书籍，傣族文化的传承，还有另一种特殊的方式。86岁的康朗吨龙每天保持着早起的习惯，他要赶着去村外的寺庙刻写贝叶经。最初，贝叶经是用铁笔刻写在贝多罗树叶上的佛教经典。勐景来村人也用傣文来书写村落的历史文化和生活经验，康朗吨龙曾在寺庙里做过大佛爷，他研习过1000多部贝叶经，25岁



傣文抄书



刻写贝叶经

还俗之后，开始在村里刻写贝叶经，并且一直坚持到现在。丰富的经历和学识让康朗吨龙成为村里最受尊敬的人。他每天要教寺庙里的小和尚学习傣文，刻写经书。在勐景来村，男人小时候出家为僧，年轻时再还俗的传统保留至今。平日里，这些男孩和外面普通的孩子一样在学校里上课。晚上和周末，他们则要在寺院里学习傣族的传统文化。贝叶经以经文的形式记载了人们的日常行为规范，康朗吨龙希望这些年轻人，能够在学习刻写贝叶经的一笔一划中，将谦卑敬畏、宽容和谐的精神气质融入自身的生活。南传上座部佛教中，善恶慈悲，因果报应的观念使得以柔为贵，崇尚和谐，这也逐渐成为了勐景来村傣族人的主流价值观念。勐景来村开设了贝叶书院，向村民们教授傣文，并且系统整理和研究傣族的传统文化。村民们通过这种方式，传承着傣族的民族经典和历史文化。一本贝叶经可以留存上百年，正是因为有了这样的文化载体，如水一般温和的处世之道才得以世代延续。

鸟栖于树，人居于屋，人与自然平等相处，邻里之间和睦相持，夫妻之间平静相守。溪水与江河滋润着秀美的家园，温柔地流淌在傣家人的血液里，似水柔情让女人更加温婉善良，让男人更显温厚坚强。在中国南端的这片热带雨林中，勐景来的村民们秉承着温和处世的生活态度，将沿袭了千年的传统世代相传。

(本集编导：李光昊 李七月 摄像：史亚 王瑞东)





宁夏回族自治区固原市西吉县
单家集
回汉兄弟 亲如一家

村头农田下，收芹摘野花。风景美如画，人亲似一家。绵绵六盘山脉西侧，一处河谷川地上，庭院相连，回汉村民交错而居，生活恬淡，民风淳朴，他们亲如兄弟，和衷共济，团结友爱，这片村落就是单家集。

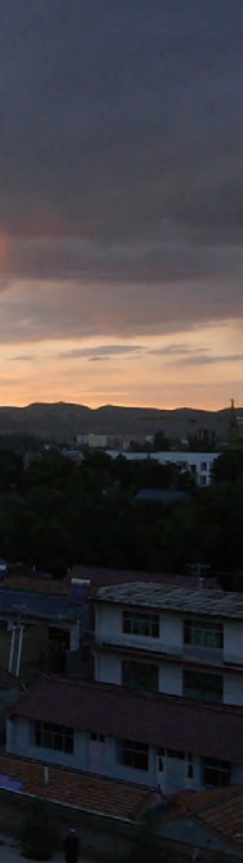
据《平凉府志》记载，村子的历史可追溯至明代，山东的单姓回族在明初迁居至此，之所以得名“单家集”，是因为这里曾是古丝绸之路上的一处驿站，清代初期形成商业集市，山东、陕西、甘肃、河南等地的回族居民陆续汇聚而来，还带来了不同的伊斯兰教派，民国年间更是发展成为当时静宁县的第一重镇。如今的单家集有 1100 多户，近 5000 人，98% 的村民都是回族。虽然面积只有 2.3 平方公里，却分布着大小五座清真寺，四个不同的伊斯兰教派，他们既保持各自的宗教习俗，又在生活中彼此融合，相处和睦。





清真寺

对于单家集人来说，开斋节不但是回族最为盛大的宗教节日，也是亲友之间、回汉之间馈赠美食、互相宴请、增进感情的日子。这一天无论身在何处，都要赶回村子，到清真寺沐浴净身，参加开斋节当天的礼拜——会礼。开斋节做的美食不但要送给本族的长辈亲戚，还要送给“汉族”村民，所以各家各户都做得非常用心。“九碗十三花”是回族宴席给予最尊贵客人的礼遇。除了准备宴席上用的东西，还要为汉族“亲人”准备礼物。收割的芹菜、准备的小吃，都是他们之间亲情与友情的见证。开斋节前的傍晚，单家集家家炊烟不断，各家各户都在厨房里忙碌着，打破了小村庄往日的宁静。聚会是单家集开斋节中最常见的景象。村里每一户的院子里都摆着类似的宴席，互相拜访，聊聊家常，谈谈过去，表表情意。在开斋节上，每个家族还都会到村子的东山上祭拜祖先，祈求平安，检讨反思自己一年来的言行，铭记祖先留存的与人为善、教派和睦、回



汉团结训诫。

在村中开办第一家诊所的边万忠深受村民的尊重，是各家开斋节家宴的常客。他在村里的人缘非常好。他脚勤，随叫随到，有时候一两点也赶着去给人看病。开办诊所的30多年，边万忠跑遍了单家集及周边的十几个村子，有时为了一位行动不便的病人自己要走一天的山路，他从来不收取任何额外的费用，医药费也都是最低的价格，经济上有困难的人家，在他的诊所可以记账看病。他之所以这样做，是为了答谢回族村民对他的帮助。当年他刚开办药铺时，因为手头没钱，无法备齐药品和器械，回族村民知道了，就三百五百的借给他，等到他能周转开来才同意他还。在边万忠的记忆里面，从祖辈身上就看不到回汉的区别，他的父亲边永珍和回族村民王宗福是至交好友，40多年前，边永珍要给大儿子娶亲，因为经济困难，没有钱筹办。王宗福家庭也不富裕，但他还是卖掉了自家的两只羊，帮助边家渡过了难关。到边万忠儿子一辈结婚的时候，不再需要大家凑钱娶亲，取而代之的是回族的村民都自发地像亲戚一样过来布置婚宴、忙前忙后。

单家集回汉村民之间的融洽，建立在彼此理解、互相帮助



开斋节家宴“九碗十三花”



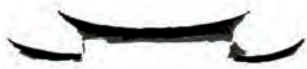
南大寺内景



的基础上，而且很自然地一代代传承。他们共建庙堂，共修村庄，许多地方都能见证回汉之间的深厚情谊。被称为南大寺的陕义堂清真寺，曾记录着红军过单家集时回汉团结的历史。1935年8月，红军第一次来到单家集。动乱年代里，由于村民对红军不了解，全村的青年男女都躲到了深山野外，部队进村时，家家户户紧闭，一片冷清。红25军为了不打扰农户，在街上夜宿，并制定了“三大禁令、四项注意”，尊重回族村民的宗教信仰和风俗习惯，连在井里打水使用水桶都有严格规定，避免触犯当地的饮食禁忌，战士们还清理街道，打扫市场，给村民看病送药，当时长征途中的红军，条件异常艰苦，药品更是比金子还要珍贵，但红25军还是把本来就短缺的药品拿出来，给回族村民治病。红25军的做法，获得了单家集人的好感，也得到了他们的信任，一些外出躲避的村民开始陆续返回村子，腾出正房，把红军战士请到家里居住。到10月，毛主席率中央红军到达单家集的时候，村民在街上摆起了宴席，全村男女老少都像招待亲人一样，走上街头热情地欢迎红军。

回汉之间的团结、融洽，不仅仅在历史里，在市场上，在节日的祝福声中，也融在了最简简单单、平平淡淡的生活里，成为了单家集人共同拥有的温暖记忆。

(本集编导：赵志勇 摄像：阮健 王小龙)



芒景村

云南省普洱市澜沧拉祜族自治县

心平气和

时光在缠绵的土地上流淌，红霞如温情的目光，平静的岁月都相像，美景总让人流连忘返。芒景村位于云南省澜沧拉祜族自治县惠民镇南边，是一个布朗族村落，村子里现有 678 户人家，2760 个村民分成了 6 个自然村组，在这片葱绿滴翠的自然美景之间，人们共有着相似的生活节奏，追随在季节的脚步之后，遵循着自然的法则，心境平和地演绎着不平凡的故事。

布朗族是个被茶叶浸润着的民族，它是世界上最早种植茶树的民族之一，周围其他的民族称布朗族为“腊”，腊在布朗语里就是茶的意思。翁基小组是芒景村的六个自然村落之一，传说布朗族的祖先带领族人迁徙到芒景时，不知道该把寨子建





翁基古寨

在哪里，于是找人看山选址，选出来的地方就是现在的翁基。翁基古寨保存着完整的杆栏式建筑结构，古朴的民居融进参天的古树，这里成为国家重点文物保护单位。

苦尽甘来，饮不尽的普洱生香。芒景村的村民眷恋着茶园，他们偏爱普洱，这种茶未经人工发酵、由新鲜茶叶采摘后自然陈放而成，清冽的口感让刚醒来的人们能够迅速摆脱夜晚残存的睡意。第一口下去，蔓延着挥之不去的苦涩，而温润的甘甜要等一阵子，才肯追上茶香。茶杯里颜色渐浓的茶汤，就像是绽放出繁花的人生脚步，必须经过岁月的浸泡与煎熬。喝茶讲究一泡汤、二泡茶、三泡四泡是精华。茶水润过喉咙的温和顺滑，滋养着沉稳平和的心，不焦躁、不愤懑。芒井村的生意人都学会了把这茶叶生意看成一趟不紧不急的人生旅程，心平气和的路上，他们看到的是明亮的风景，一路花红柳绿，一路云淡风轻。村民们还相信茶能够浇灭心头的火气，温润的茶汤能让忿忿不平的心变得安宁。布朗族人之间假如发生了冲突，双方就会坐下来喝杯茶，和解的力量是悄然滑过喉咙的那一口香茶，这是布朗族人处理问题的经验与方式。

在这片赤红土壤上生长起来的古茶园已经穿越了1800年的历史，有着2.8万亩的广阔体量，它是普洱茶的原生地，由于与森林混生在一起，这些古茶树有着浓郁

的山野气质，是乔木古树茶中山野气韵最明显的古茶之一。在茶园里，一棵茶树几乎就是一个完整的生态系统，这些树龄过百，枝干遒劲的古茶树历经岁月沧桑，茶树的枝干上长满了苔藓、藤蔓、野生菌类和许多寄生兰花。茶园里有一根根的木桩，它们承担着代表茶魂树的重任，木桩顶端的形状代表了神的头部，木桩前的小柱廊则是摆放供品的地方。每年春天，茶农们采摘春茶之前都会在这里祭拜，祈祷今年的好收成。这是一场穿越时空的对话，茶农们把期盼丰收的心思通过茶魂树传递给自然之神，每一棵古老的茶树都存留着茶农先辈对自然的祈愿、依赖与敬畏。默默无言的古茶树，经受着季节变换、气候更迭、疫病侵袭。它仿佛在诉说，无论外界怎么变化，只要把根茎扎得更深，就可以承受一次又一次的挑战。历经悠悠岁月，古老茶园也拥有着自己的魂魄。一棵棵苍劲的古树已经不单是开枝散叶的植物，而是融入了当地人的文化生活，成为了布朗族人敬畏自然的象征。独特的自然存留、厚重的文化底蕴，让景迈山古茶园被列入了《中国世界文化遗产预备名单》。

今年 71 岁的苏国文，曾经是小学老师，他懂布朗语、拉祜语、傣语和汉语，10 年前他从学校退休回到芒景村，还依然满



古茶树



布朗族文化园

怀着热情，传播着布朗族文化。他在芒景村建起了茶祖庙和第一座布朗族文化园，把收集来的布朗族实物存入其中，把口头流传的故事整编成册。但他更热衷于把这些来自先辈的经历和智慧传递给布朗族的村民，让他们知晓自己民族在发展过程中勤劳的祖先到底经历过怎样的苦与乐、悲和喜。捕捉那些即将消失的民族文化，需要精细的寻觅和坚韧的执着。苏国文像是景迈山上古茶树一样磨练着自己的品性，他爬山涉水，走进各个偏远的布朗族村寨，寻找着每一位有可能了解布朗族传统文化的老人。

一缕茶香、一声声动人的歌谣吟诵着布朗族人与自然的一唱一和，这是布朗族人以沉淀的生活阅历与自然达成的相互默契。它深深融进了这个民族的文化底蕴深处，颐养出每一位布朗族人温和淡然的气质。心，安静；气，平和。在宁静的黄昏里，围坐在火塘边，品味着茶香，这是每一个芒景村人想要过的生活……

(本集编导：周朝永 李光昊 摄像：任红光 孙鹏宇)



广西壮族自治区柳州市
三江侗族自治县

高定村

和亲睦邻

木楼、鼓楼、吊脚楼依山而建、错落有致，见证了侗族、苗族、汉族等多个民族和睦相处、团结互助的历史。位于广西、贵州、湖南三省交界处的三江高定村，兴建于明朝万历年间，目前居住着500多户人家。独特的地理位置使得这里物阜人丰，村民们山水相依，比邻而居，茶余饭后，四下走走，满目都是浓浓的绿意、醇厚的乡情。

高定村多山少田，500多年前，侗族的吴姓从贵州迁来这里。土地的稀缺引起了侗族和苗族的纷争，侗族人得势后把苗族人赶跑了。当时有个嫁给侗族人家的苗族媳妇，看到当年的谷子歉收了，就对侗族人说：我们把苗族人赶跑了，谷子就长得不好，这是老天爷在惩罚我们。村民们都相信了她的话，又诚心诚意地把苗族人请了回来。从此以后，高定村形成了和亲睦邻的传统，名声也在三省传开了，贵州





村口牌楼

黎平、湖南通道、广西龙胜等地陆续有人迁来高定村安居。岁月变迁，高定村不断地壮大，发展到多达6个氏族一起于此居住，大家团结友爱、和睦相处。

在高定村的中心位置，坐落着一座村寨鼓楼和六大家族鼓楼，这是当地人依靠“款约”来协调村民之间的矛盾，治理村寨大小事务的地方，在村民心里有着尊崇的地位。高定村的先民认为，“只有长治才能久安”。倘若有了纷争，就由村寨中最受尊敬的长者——“款首”出面调停。“款”是侗族的村规民约，相当于“治安条律”，“款约”有着严格的惩罚措施。500多年来，村寨中的各种纠纷、家庭矛盾，都由“款组织”负责协商解决。

鼓楼的修建，象征着高定村人团结一心，醉心公益事业。村寨里最出名的独柱鼓楼，仅靠一根45米高的柱子来支撑着11层瓦檐，借助于横坊与四周边柱相连的牵引力量，屹立不倒。这一高超的建筑艺术，在侗族地区远近闻名，体现了工匠们的匠心独运、巧夺天工，表现了村民们的团结一心、邻里和睦。今年67岁的吴仕康，是高定村的建筑师，他从20岁起就拜师学艺，仅靠口耳相传的师徒授业和大脑心算，不用画图、不用铁钉却可以建造出严丝合缝、威严挺拔的鼓楼。修建独柱鼓楼花费了整整7个月的时间和辛劳，可是为了村寨共同的利益，吴仕康分文未取，参加鼓楼兴建的村民们也都没有收钱。“一家建楼，百家帮忙”，在这个远离城镇、交通不便的山村里，修建传统的3层木楼并不容易，需要七八十个壮劳力，共同劳作30多个小时，才能初步搭好框架。这样的规模，很难依靠一家人的力量来完成，因此，

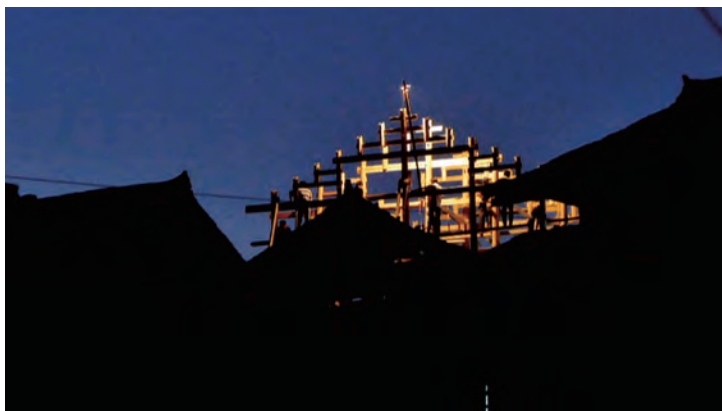
不管谁家建房，村里的青壮年都会前来帮忙。村中 500 多座木楼都是村民们互相帮忙完成的，凝结着全村人辛苦劳作、协力共建的心血。

生活在传统木楼里的高定村民，一直都在使用明火烧水做饭，这很容易引起火灾。历史上，高定村曾经发生过火灾，有十几间木楼被烧毁了。如今，还留有灾难的痕迹。这让村民们意识到，只有团结协作，才能保卫村寨的安全。一个家庭的财产安危，关系到整个村寨的存亡。从此之后，高定村人把防火防灾也列入了邻里互助的规则之中。

盛夏时节，高定村的男人们忙着盖房子，而女人们则忙着染布。这里的人们仍然喜欢用传统的方式染布做新衣，到了来年春节，好穿上漂亮的新衣服，热热闹闹



“调解会议”召开的地方



鼓楼的修建



侗族踩堂舞

地庆祝新年。几丈长的土布要染上颜色，步骤繁琐，往往需要花费大量的时间和体力，光靠一个女人的力量是不可能染成的，周围的邻居们都会来帮忙。这样，才能赶上时间拿到最强的阳光底下暴晒。千百年来，生活在这里的侗族人，都用当地的蓝靛草作为染料染布，清洗和浸泡，蒸布和晒布，女人们同心协力，为过年的衣衫染上了最质朴温暖的色彩。大年初一，高定村的村民们都穿上了新衣裳，全部都集中到村寨鼓楼的平地上，热热闹闹的侗族踩堂舞拉开了辞旧迎新的节日序幕。从正月初一闹到正月初五，大家通过唱歌跳舞拉近了亲情，村民之间更加地团结友爱。

侗族人的婚宴，喜庆而隆重。送亲仪式上，男方家把米、酒、鱼肉送到女方家。双方互赠的结婚彩礼都不涉及金钱，仅仅是酒席用的材料和家庭生活的物品。高定村人用这种方式来表示对亲家的尊重，同时也是祝福新郎新娘互相尊重、和睦相处、生活美满。

五百年来，这里的每一片瓦，每一块木板，都记载着高定村团结互助、和睦相处的故事。在晨曦中，木楼和鼓楼交相辉映，古老的村寨洋溢着充满活力的光彩。

（本集编导：黄少宁 摄像：张一平 陶练勤 陈浩 何汉立 杨厅）

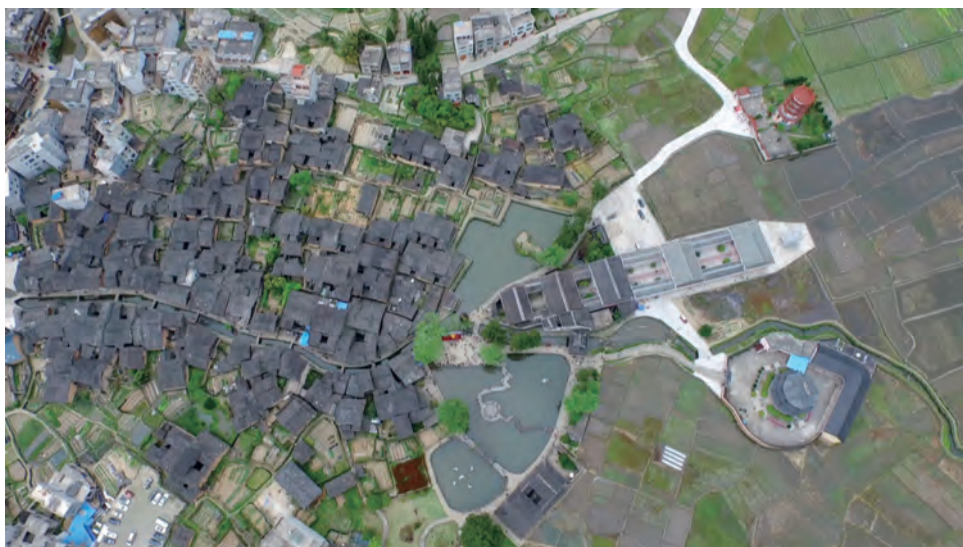


福建省宁德市周宁县
浦源村

和合共荣

紫云山麓，仙云萦绕，翠柏为邻，与世无争。福建省周宁县的浦源村就坐落在这片世外桃源中，浦源村始建于南宋年间，有着800多年的历史。一条鲤鱼溪五曲六弯穿村而过，绵延一里。100多栋明清时期的建筑沿溪而建，宛如一幅江南水乡的古朴画卷。

在潺潺流淌的溪水中，游弋着无数尾色彩斑斓的鲤鱼。浦源村的鲤鱼喜欢与人亲近，只要听闻人声、见到人影，都会靠拢过来，摇头摆尾。每当人们投食入溪，



鲤鱼们便欢腾跳跃，争相逐食。

这样人鱼同乐、和谐共生的景象已经在浦源村延续了数百年之久。相传，南宋嘉定二年，一位名叫郑尚的官员因受到奸臣迫害，决定辞官回到南方，希望能在那里寻得一片净土，远离世俗纷争。途经浦源时，他被这里秀美的风光、清澈的溪流深深吸引住，于是就在此地建村立庄，临溪而居。为了防止饮用水源被污染，郑尚还在这条溪流中放养了鲤鱼。从此，这条美丽的溪流就成了郑氏子孙延绵发展的生命之河。

鲤鱼成了村庄饮用水的“守护神”，浦源村人对鲤鱼心怀感恩、关爱备至。郑氏先祖还立下家规：要求后世族人不得捕捞、伤害鲤鱼。浦源村族人祖先郑晋十最早奠定了鲤鱼在浦源村与人平等的地位。元末明初之际，战乱频发，饥荒不断。浦源村捕捞鲤鱼用以果腹的现象时有发生，这让当时的族长郑晋十非常忧虑。有一次，他的孙子在玩耍时抓了一条鲤鱼，被村民当场抓住。郑晋十决定利用这件事情来为村民做一个表率，提醒族人严守爱护鲤鱼的族规，于是在当晚，他召集族人齐聚祠堂，



当众把孙子鞭打了一顿，还自罚宴请全村人吃饭、看戏三天。此后，浦源村的族人们将鲤鱼放在与人平等的地位看待，再没有人敢动鲤鱼了。

祖先爱鱼护鱼，传为一时佳话。浦源村的人们还把这些故事编成了戏剧，传唱和教化族人。历经数百年的演绎，有些故事被赋予了神奇的色彩，在村民中口耳相传。为鲤鱼敬酒、举办葬礼、撰写祭文，从很早的时候就



“鱼冢”

开始了，一直延续至今。相传，浦源村有个美丽的姑娘叫郑玉婷。她的父亲为人敦厚好施，曾收留了一个落难书生蒋文彦，让他在村里教书。郑玉婷对教书先生蒋文彦日久生情，但是，师生之间有辈分之别，两人久久不敢公开恋情，只能私自跑到村外去相会。有一天下午，两人约会时，忽然天昏地暗、电闪雷鸣、山洪暴发，玉婷落水了，蒋文彦立刻跳下去救她，最后两人都被洪水冲走了。雨停后，溪中出现了两尾鲤鱼，快乐地相随游走。村民们认为它们是这对相爱的恋人的化身，感于这对师生凄美浪漫的故事，于是为两条鲤鱼举办了隆重而肃穆的葬礼，让他们死后也享受到了至上的尊严。

鱼祭仪式展现了郑氏先祖惊人的智慧，他们利用这样隆重的仪式将人与自然和谐共生的思想传递给后世子孙，勉励后人亲善自然。千年古杉树下的“鱼冢”，见证着村民世代看护鲤鱼、守护祖先教诲的心意。经过600多年的风雨岁月，爱鱼、护鱼的传统和习俗演变成了浦源村独特的文化现象，一代一代传承了下来，它是村民们崇尚“天人合一”哲学理念的体现。如今，无论是留在村庄，还是外出闯荡的浦源村人都保持着家族的传统，从不食用鲤鱼。浦源村人对鲤鱼的爱护，也延续到其他动物上。遇到蜘蛛当户结网，他们会小心翼翼地把蜘蛛移到其他僻静的角落；他们还不吃甲鱼，至今保留着放生甲鱼的习俗。正是这份对于自然的敬重，才成就了浦源村数百年不变的美丽生态。

“腾龙洒甘澍，天人吻合；潜鲤沐恩波，物我融和。”在浦源村的牌坊上，镌刻着这样一副对联，村民们用“和合”理念构建了一个美好家园。源于鲤鱼溪的和



祭祖典礼

合精神，早已渗透在浦源人的日常生活中，生活在这里的人们都能安享家庭的和睦，邻里的相助。以和为美滋养着一代代的浦源人，给予他们安然快乐的心境，守护着鲤鱼溪边平凡的生活。从高空俯瞰，郑氏宗祠像一艘远航的帆船，这种独特的造型，寄托着郑氏先祖对后世子孙同舟共济，相扶相助的期待。郑氏宗祠的门楣上高悬着一块匾额，上书“义门济美”四个大字，这是明代洪武十六年（1383年）由当朝状元吴伯宗题赠，颂扬浦源村郑氏第八世祖郑晋十在旱灾之年，开仓济民，帮助村民们渡过难关。几百年来，郑氏后人以先祖郑晋十为楷模，形成了守望相助的家风。

山水相连永相亲，天人合一家园兴。郑氏祖先用古老的智慧营造出一方秀美奇观；后世的人们用执着的坚守维系着这处精神家园。如今，清澈蜿蜒的溪流，灵动雀跃的鲤鱼，依然用平和的姿态，述说着这个村落绵延的历史，净化着这里的族人热爱和谐的心灵。

（本集编导：王彦林 杨洁 摄像：曹鹤）



重庆市云阳县巴阳镇
阳坪村
和邻睦族

重庆市东北部的云阳县阳坪村，位于长江巴阳峡的北岸，这里的生活宁静而闲适，长江之水从家门口静静流逝，村中的“和睦”氛围却从未在岁月流转中消失。

阳坪村现有 1000 多户人家，3000 多位村民，他们散居在方圆 7 平方公里的山峦上。阳坪村姓氏很多，达 53 个，其中熊、毛、傅三个家族，人口最多，为大家族。这里生活的人，团结互助，非常和睦。在《傅氏族谱》的家训十条中，对子孙后代有“和邻睦族”的告诫：“比居为邻，共宗为族，邻有同井之义，族有一本之恩”。历史上一些邻里互助的故事也被记载在族谱中流传了下来。话说清朝末年，社会动荡，附近山中的土匪常常袭扰村庄，有一次，土匪绑架了一位村民，向他的家人勒索巨额赎金，当时的地方政府无暇顾及，最后是各大家族一起出钱出力，共同担当，



把人质成功地解救了出来。在《熊氏族谱》中也记载：熊氏人家富足，每到年终或节庆，都会周济贫困同乡，给他们送衣送粮。和睦互助的风气就这样在村中代代流传，进而形成一套与时节相对应的互助习俗。熊家立有规矩，一是每年的二月份，春天播种之前，是为荒月，村民们要互相接济；二是在每年的腊月份，杀年猪，要请邻居到家里来吃杀猪饭，打个牙祭，对无猪可杀的还要给人家带一点儿回去。

阳坪村人如此看重“和邻睦族”，始自一段悠久的历史。元末明初和明末清初，两次长时间的战乱，使四川地区民生凋敝、人口锐减，很多地方变得荒无人烟。为此，政府组织了“洪武大移民”“湖广填四川”等大规模的人口迁徙活动，阳坪村绝大部分家族就是这样迁居至此。可以想象当时的艰难，数百年前没有很好的代步工具，入川的移民徒步翻山越岭，走过了几千公里。即使是乘坐木船，在峡江的滚滚洪涛



婚宴



果园



养蜂场的蜂箱

之中漂泊，生命也没有保障。刚来此地时，自然条件相当恶劣，首先要解决基本的生存问题。光靠单打独斗是不行的，于是同宗之间抱团取暖，互通有无，还联合外姓家族，齐心协力，建村立庄，渐渐地就形成了和邻睦族的传统。

在阳坪村人看来，越是乐于助人的家庭，越值得信赖和托付。2005年，湖北的养蜂人石朝兴来到阳坪村，满山的果树花香让他决定在这里安家，村民陈明华就主动把自家房前的院坝免费提供给石朝兴作为养蜂场。从此，石朝兴和陈家比邻而居，一住就是11年。两人以朋友相待，两家像亲戚一样走动。不仅仅是陈明华一家，村里人都和石朝兴这个新邻居相处融洽。每年石朝兴返乡，阳坪村人都会送一些枇杷、柑橘的树苗，现在他在湖北的家里已经种起了十几亩的果园。而石朝兴则给阳坪村留下了养蜂技术，把蜂场变成了免费的土蜂养殖培训班，他已经在阳坪村教了4个徒弟，其中村民柳会平，在他的指导下，建起了3个蜂场，年产蜂蜜超过3000斤。本来养蜂人一年四季追寻着花期，过着游牧般的生活，但阳坪村人的接纳、善待，让石朝兴把这里当作了他的第二故乡。

在阳坪村，“和邻睦族”的文化遗产早已融入到每家每户的日常生活中，形成了一个邻里互助的网络体系。过去，阳坪



村像很多村庄一样，男性村民常年外出务工，家里的女人除了要照料一家老小，果园一年到头所有的农活也都由她们来承担。2006年，大家商量成立了“贴心嫂子”互助组，把全村各家按区域规划整合，让邻里互助的传统变得更有效率。靠着互帮互助，每一户人家都既不耽误农活，也不耽误水果销售，家里家外，嫂子们都打理得井井有条。鳏寡孤独的老人家中，还都装有一个特殊的设备——“爱心呼叫器”，实际上它是一个报警装置，一旦老人出现紧急情况，就可以按下发射器按钮，向邻里求救。除了生命紧急状况，平时的衣食住行也可以通过“爱心呼叫器”请邻居帮忙。进入腊月，阳坪村开始陆续杀年猪，为春节做准备，左邻右舍也都来帮忙，大家一起做几桌热气腾腾的杀猪菜。按照家族的老规矩，剔肉师傅早已帮主人留出两条五花肉，送给附近的两位孤寡老人，延续着邻里宗族间代代传承的深情厚意。

“一家有事大家帮”。几百年前，对于初到这片山地的阳坪村祖先来说，“和邻睦族”是他们在这一带生存下去的必要条件。而到今天，“互帮互助”依然是他们创造更加美好生活的保障。他们既乐于分享成功的喜悦，也敢于分担患难的忧愁。一个村落拥有一个家的温暖，才能让他们有共同面对困难、并肩向前的动力和决心。

(本集编导：赵志勇 摄像：王景义 王小龙)



伊

内蒙古自治区呼伦贝尔
市鄂温克族自治旗

和谐共生

敏

亭亭玉立、摇曳多姿的樟子松林，从大兴安岭向西，一直延伸到内蒙古的丰茂草原上。清泉静流，润物无声，伊敏河在穿越了这片茫茫林海后，进入了地势平缓的大草原，孕育出了一片水草肥美的“人间天堂”，那里就是伊敏苏木，鄂温克人在草原上的家园。

鄂温克，原指“住在山林里的人”，他们世代以狩猎为生。到了清代，索伦鄂温克的将士们被朝廷派到这里驻扎，落地生根，开始了狩猎与游牧相结合的生活，并一直延续至今。如今，在伊敏河两岸 4400 多平方公里的土地上星散地居住着 2000 多位牧民。他们游牧在广袤的草原上，有时除了自家的几顶帐篷外，方圆十多公里都见不到人烟。长期的游牧生活，鄂温克人把祖先在山林里积累的生活智慧也带到了大草原上，他们活得依旧接近自然天性，行走吟唱着和谐共生的歌谣，浪漫





而美好。鄂温克人敬畏自然、热爱生命、珍惜万物，这些朴素的价值理念，深深地融入到了他们生活的方方面面。“投我以桃李，报之以琼瑶”，草原上的鄂温克人，最懂与自然的相处之道。他们的心中，充满着对大自然的热爱，在天高地阔、四处游牧的时候，不经意间就会从口中唱出来。伊敏苏木流传着“一根手指没有力量，握紧拳头才有力量”的谚语，教育家中的兄弟们和睦相处，相互帮助。

夏末秋初，正是稠李子树、山丁子树枝头缀满果实的时候。这些小果子看起来不起眼，但是对于鄂温克人来说，却有着特别的意义。草原上的人们饮食以肉类和奶制品为主，这些小果子则为他们提供了丰富的维生素。尽管果树遍布伊敏河两岸，但在鄂温克人看来，这是上天赐予他们的珍贵礼物，不可取尽用竭，肆意损坏，人们在采摘时有着严格的规定，不得随意毁坏树木的枝条。

为了保护草原，伊敏苏木的鄂温克人宁愿在草原枯黄的时候，不烧柴取暖，不烧火做饭，只用提前准备好的食物度日，他们以这种克制力来表达对草原的尊重。这种生命的节律，也让鄂温克人获得了大自然的丰厚回馈。这片美丽富饶的草原上，生长着600多种植物，很多都是珍贵的中草药，市场价格很高，但伊敏苏木的鄂温克人却不贪心，他们从不大量采挖，因

为千百年来生活经验告诉他们，这片丰饶的草原其实非常脆弱，土层只有浅浅的几十厘米，植被一旦被破坏，恢复起来就十分困难。每年的春季是打鹿茸的季节，这个时候母鹿产下鹿崽没多久，打母鹿和小鹿是被严格禁止的。这个古老的民族，始终认为大自然是人类的母亲，伤害了大自然的生命，将会受到惩罚，所以他们像爱护自己的生命一样，爱护着大自然中生机勃勃的植物和动物，遵循着“只取所需”的法则，约束自己的行为。鄂温克人相信，上天创造了万物，无论是伊敏河畔的百灵鸟，还是白桦林中的小驯鹿，万物都在大地母亲的怀抱中，有着安享幸福的梦想。在伊敏苏木所在的呼伦贝尔草原上，还流传着一首古老的鄂温克民歌《母鹿之歌》。歌声中，受伤的母鹿对小鹿反复叮嘱，难以割舍的母子深情动人心弦。鄂温克人代代传唱着它，表达着对天地之间幼小生命的关怀和敬重。

鄂温克人还有祭拜大自然的习惯。历史上的鄂温克人，把草原、山林都视若珍宝，精心呵护着，出猎的时候，要祭拜山神，祭拜神树，后来演化为祭拜敖包，实际上都是感恩大自然的无私馈赠。千百年来游牧生活，让这里的人们积累了人与自然和谐共生的丰富经验，无论在草原上放牧，还是在山林里狩猎，他们对自然的索取和回馈，始终保持着平衡，都坚守着严格的规矩和不可逾越的底线，因此才在漫长的历史岁月中，守住了这片富饶美丽的家园。





抢枢

“衣袖有箭环，胯下生骏马。”鄂温克人一生爱马，他们是一个马背上的民族，马是他们生活中最亲密的伙伴，也曾经给这个民族带来过无数荣耀。鄂温克人的祖先骁勇善战，屡立战功，到了清代还走出过像海兰察这样的英雄人物。如今在这片草原上，无论男孩女孩，都依然保持着从小学习骑马的传统。马也是他们生活中最值得信赖的朋友，在辽阔的草原上奔走，假如迷失了方向，依靠着马的引领，即使在夜里也能安全回家。能骑善射的鄂温克人很会善待那些曾经帮助过他们的马儿。马儿即使年老体弱，不能再负重奔跑了，但鄂温克人依然还会喂养它们，让马儿尽享天年。伊敏苏木的牧民居住分散，参加婚礼、祭敖包、观看乌兰牧骑演出，大家才会有机会聚在一起。抢枢是鄂温克民族的保留节目，它通过一个古老故事的讲述，告诫人们做人做事的道理。

秋风渐起，秋草渐黄，这是牧民一年中最为忙碌的时节。大自然养育的一捆捆牧草，能帮助伊敏苏木的鄂温克人和他们的马、牛、羊安然度过漫长又寒冷的冬季，积蓄力量，在来年有更美好的期盼。

(本集编导：杨华 陈秉均 摄像：郑磊 潘磊)



安徽省宣城市绩溪县
仁里村
仁爱为本

安徽省绩溪县的登源河畔，坐落着一个古老的村落——仁里村，连缀成片的徽派建筑在山与水的环绕中，宛如一处世外桃源。走进村落之中，扑面而来的生活气息与传统的生活方式，令人仿佛进入历史的深处。仁里村人淳朴善良，古风依旧，堪称徽州地区传统文化保存较好的样板村落。中国近代著名学者胡适的“绩溪牛”一说，道出了仁里人身上像牛一样的本分、忠厚、诚实、守信、坚韧不拔的品性。

仁里村有着悠久的历史，距今1400多年前的南北朝时期，南梁的工部尚书耿源进，举家迁徙到这里。耿源进因仰慕孔子“仁”的学说，把这里取名为仁里，希望后世子孙，能够与有仁德的人居住在一起，以仁爱为立身之本。唐宋时期迁来的程氏，



逐渐发展壮大，成为了仁里村最大的族姓。程氏先祖同样秉承仁爱的精神，制定了相应的族规家训。“同干事勿避劳苦，同饮食勿贪甘美，同行走勿择好路，同睡眠勿占床席。”形象地体现了仁里程氏“谦和、谦让”的道德家风。程氏家训以“仁德”观念告诫后世子孙为人处事要常怀仁爱之心，不能只顾一己之私，并将之落实于每个人的日常行为和生活细节中。

“温良恭谨让让中能取利，仁义礼智信信内可求财。”这副对联较好地诠释了名扬四海的徽商所奉行的仁义之道。正是以仁爱为本，让仁里这个小小的村庄，在明清两代创造了富甲一方的商业繁荣，鼎盛一时，赢得了“小小绩溪县，赫赫大仁里”的美誉。仁里村现存的许多老宅，基本上是由出外经商成功的富商回乡所建，在仁里村的中心，至今还完好保存着一片井然有序的房屋，是近代当地最有名望的程氏祖宅，因家中有八个兄弟，当地称为“八大户”。公忍堂是八兄弟中的长房程松堂故居，程松堂不仅富甲一方，更因诸多仁义善举，被誉为徽商典范。清末民初时局动荡，晚年家道中落的程松堂依然保持着“己欲立而立人，己欲达而达人”的仁爱之风，与同乡程序东一起出资，在仁里村兴建了徽州地区第一所新学学校——思诚学堂，在后来的岁月中，这里培养出了众多的英才。胡适先生的父亲死得早，家里只有一个老母亲。胡适的学习相当好，要去美国留学却没有钱，程松堂就赞助



公忍堂



老街

他五百大洋，等到胡适从美国学成回来时，程松堂已经逝世了。胡适敬赠了一副挽联：“泛爱于人，无私于己，说什么破产倾家，浑身是债；蔼然如春，温其如玉，看今日感恩颂德，有口皆碑。”赞誉程松堂的仁爱精神。

诒谷堂，同样是八大户中的一个支脉。雕梁画栋的老宅古色古香、气韵非凡。在当地流传着这样的故事，胡雪岩幼时家贫，曾得到过仁里表亲一家的帮助，胡雪岩发迹后不忘旧时恩情，将米行的生意全部交由程家经营，还特意赠送了“诒谷堂”这块匾额。无论贫富，泛爱于人，正是仁里村千百年来流传至今的仁义之风，这不仅是一种理想境界的崇高追求，更是后世子孙时刻警醒的个人行为规范。善良待人，忠厚度日，成为仁里人在平凡生活中遵循践行的祖先教诲。仁者之心，让这里的人们相互关心爱护，走出去的徽商都以知恩图报，富不忘本为荣。

仁里村的每一幢房屋都有自己的堂号，不同的堂号代表着不同的家族，也蕴含着家族对于“仁爱”内涵的理解。“忍先堂”



老宅

一家世代行善，凡事存包容之心，以忍让为先，在仁里村一向很有名望。忍先堂现在的主人是百岁老人尹明珠，她一生含辛茹苦，将众多子女抚养成人。在她的身上，所谓的忍让，其实是一种为别人着想的善良，有了这样的善念，即便自己受苦也甘愿付出。以“忍”为家训的一家人，母慈子孝，已是五代同堂。尹明珠的公公程希濂是仁里著名的中医，曾经颇有家产，他宅心仁厚，门诊从不收费，家中常备医治常见传染病的成药，免费供乡邻取用。尹明珠的丈夫程毅芳，民国时期是中国银行的会计，抗战期间返回仁里，不顾个人安危开办战时小学，让仁里村儿童免于失学。

悠久的传统形成了规则与秩序，每个身处其中的人都自觉地遵守着，正可谓“出入相友，守望相助，疾病相扶持”，让仁爱之风从1400多年前一直传承至今，让仁里村成为真正的“仁里”。老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。善哉，仁里村！美哉，仁里村！

(本集编导：马维 谢民 摄像：刘先贺 王景义 王一川)

编导手记

自然而然

/ 赵志勇

《记住乡愁》在宁夏的拍摄选定了两个村庄，单家集是其中一个，它位于六盘山地区，是一座以回族为主的回汉杂居村落。

回汉兄弟、亲如一家是一个大主题，在净时长不到26分钟的节目中，讲好一个村子的民族关系并不容易。当时的思路就是化大为小，分成历史、生活、经济这三个方面，每一方面的内容也是以选取小切入点为原则，以人物故事为主体，采用大量纪实拍摄，把对主题的论述糅进单家集人真实的生活当中。于是我们选择了一位在单家集的红军纪念馆——陕义堂担任义务讲解员23年的老人，记录他的日常工作，勾勒出80年前单家集人三次接待红军的整个历史脉络；用回族一家人准备开斋节宴席招待回汉亲友为第二部分的主线，引出单家集保留至今的回汉之间节日同庆、平日互助的风俗习惯；经济发展方面，则是找到了一位在活畜市场做牙行的交易员，他既能用好口才让回汉客商心平气和地做成生意，又恪守单家集代代传承的交易原则：回汉之间，不偏不倚，一视同仁。

我们拍摄了单家集人大量真实的生活状态，其中能体现节目主题的素材随处可见，但拍摄过程中，还有很多摄制组自己亲身经历的点点滴滴，无法进入镜头，却同样让我们真切地体会到单家集回汉村民之间的情义。

开斋节是回族村民一年中最为隆重的节日，为了展现单家集的民族特色，我们选择在这段时间进行拍摄，但走进每一户村民的家，主人总是先让我们放下手里的摄像机……他们不是不愿意配合，而是先把我们拉到满桌的美食前面：馓子、麻花、各种瓜果，还给每人端上一碗热气腾腾的炖牛肉。胖胖的回族大叔，一边逗着小孙女，一边乐呵呵地看着我们把整碗牛肉一口一口吃掉，然后才端正地坐上沙发，把家人都叫到身边，笑着说：来！拍吧！

在开斋节，通常客人为表示尊重，不会拒绝主人送上的美食。单家集人并不想客人仅仅是礼貌性地品尝，不管你是来自哪里，属于什么民族，他们都希望大家可以毫不拘束地一起分享美食，这才是把他们当作朋友。

拍摄结束后，家族聚餐才开始，每人盛上一碗牛肉就吃了起来，我们这才恍然大悟，原来开斋节家宴的主菜就是炉灶上煮好的那一大锅牛肉，单家集人是把他们开斋节准备的最好甚至是全部的食物都拿出来和我们分享。自然而然地去分享美食，分享节日的喜悦，当分享成为习惯，不同民族的人才会不分彼此，亲如一家也才会成为可能。

拍摄单家集的日子，正是六盘山地区的初夏，天气变幻莫测，常常是在骄阳似火的时候，突然来一场倾盆大雨，让人猝不及防，所以我们时不时就要跑到附近村民家里避雨。大部分村民并不知道我们这些陌生的面孔在做什么，来自哪里，只是看到我们在躲雨，就笑盈盈地把我们拉到屋里，泡上茶，递上回族小吃，没有任何怀疑的表情和提防的询问，还有村民让我们随便在屋里喝茶，自顾自地在院子里忙活起来，我们这些素未谋面的陌生人在他们眼里就好像是早已熟识的朋友。

大都市里10多年近在咫尺的邻居可能互不相识，这早已经是我们生活的常态，而在这里原本与他们相隔千万里的我们，却在一场急雨的时间里，就感受到了被无条件信任的温暖，而这一切也是那么自然而然。采访中单家集人所说的邻居间出门互留钥匙，能开家里所有的箱箱柜柜，村里的无人茶叶店自助选购、自觉付款等等这些故事，就不难让人理解了。本能的信任也许就是单家集与人为善的基础，也是





回汉村民能互帮互助、情同手足的前提。

在拍摄单家集活畜交易市场时，我们遇到了一位来自云南的汉族小伙子，他刚刚开始做牛羊生意，看起来身形单薄、一脸稚气，是第一次到单家集。在传统交易员的帮助下，小伙子顺利地买到了10头牛犊，准备装车赶回云南。我们正在采访他的时候，一位回族交易员，远远地从市场里冲着这边跑过来，他显然不知道自己要找的人叫什么名字，边跑边招手，边“哎—哎—”地喊着，云南小伙子不知道缘由，有些紧张，怔怔地站在原地。只见回族交易员来到跟前，刷地掏出一张百元大钞塞到他的手里，然后转身就往回跑，只是那背影淡淡地抛出一句：买牛多给了100块。云南小伙子摇着手里的钱，呵呵地笑起来：你们问我单家集人好在哪？现在知道好在哪了吧！

交易员除了帮着谈拢价格，还常常要替汉族客商保管、支付买牛款，动辄几万、十几万，双方都不会留任何凭证，就这样100多年，单家集的活畜交易都没有出现过财务纠纷。坚守传统规矩，做好自己分内事，在他们看来是理所当然。

单家集人与人之间的亲近、和谐，没有口号标语、没有刻意为之，是自然而然地融入到了他们最简简单单、平平淡淡的生活里。自然而然，看似悄然无声，却蕴含着巨大的能量，能让这个村庄回汉兄弟、亲如一家的关系长久地代代传递。

名家品读

天地人和——中国人的观念、中国人的实践

/ 刘伯山

在中国思想文化史上有一个重大的历史事件对后世影响至深至切，这就是发生在颛顼时代的“绝地天通”事件。据《国语·楚语下》记述，古时，中国社会是民神不杂、民神相分的，民可以通过觐和巫与神明对话；到了少昊时期，民神杂糅，民神同位，无有严威，结果导致“祸灾荐臻，莫尽其气”；颛顼为帝时，对此进行重大变革，让天地分离，民神分开，“乃命南正重司天以属神，命火正黎司地以属民，使复旧常，无相侵渎，是谓绝地天通。”从此人神不扰，天、地、人各安其职，各行其道，天地间的神与人非经“重”“黎”而不得随便“上天下地”了。

这是一个传说的事件，到底是真是假，无以考证，但千百年来中国人竟对此一直高度认同，思维、思想及认知方法等亦深受其影响，因此，关于这一事件的陈述实际已是超越出了事实细节真伪的本身而具有了价值认同的意义。

“绝地天通”的事件总被人认为是中国人思想和思维的发端，对中国传统文化具有初始条件的价值与意义。对此，我也表示认同。《国语·楚语下》中是说《周书》中谈到了“绝地天通”，由此可以判断至少在西周时期，“绝地天通”的传说就已经被人们说出，并且有了影响，而西周时期正是有文字记载的中国文化发展的最初时期。作为源头，从“绝地天通”中流淌出的思想文化及思维发展的长河有许多条，但首要影响中国人思考的问题是：天、地、人相分之后，它们的关系如何？如何相处？

回到“绝地天通”的事件本身看。天、地、人原本是一体的，相分只是对原本杂糅、共存、一体的相分，由之可知，天道、地道、人道原本同道，天地人原本合一。这就蕴涵了一个初始的先天条件，“天人合一”的理念成了一个先天的文化基因，一开始就内存于中国人的思想与思维方式之中。之后的发展，是由于人心不古、私欲蔽累，现实的人道不能完全合乎天道和地道，于是才开始相分，让天、地、人三道各自析出，以各行其道，但其内在逻辑还是在于要人在行人道时比照、参照最为洁净和完整的天道，甚至将之作为直接的凭依，让天理直接作为人在现实生活中所要遵循的最基本的“理”，以之来构筑秩序，构建价值观，创造文化，形成传统。所以“天人合一”的观念是中国人的思想与思维在既来之初就在前提上赋予有的，它随之也就构成了中国传统文化发展的一个核心观念，成为了一种基本原则。对中国人来说，“天人合一”既是一种圆满的状态，更是一个追求的目标，它展现的是一个过程，在不断的践行中，就是要努力实现“天地人和”。

“天地人和”就是中国人对天、地、人三者相处原则的最高界定，进而成为千百年来中国人立身处世的基本原则。它是中国文化所追求的最基本的价值观念，在博大精深的中国文化体系中具有极大的共同性，超越了学派和流派，举凡儒家、道家、法家、兵家、墨家等无不坚守之。其关键是在“和”。关于“和”字的解释，东汉许慎撰的《说文解字》是“和，相应也。”三国魏人张揖撰的《广雅》是“和，谐也。”北宋官修的《大宋重修广韵》是“顺也，谐也，不坚不柔也。”因此“和”也就是“和谐”，天、地、人既分，则和谐相处就该是最基本的原则与要求。如此的信念千百年来一直伴随着中国人，不仅影响了士大夫阶层，还内在地成为了民众的意识形态，在广大的乡村社会有着厚实的沉淀。

“和”是由“分”而来的，“分”是一种既成与现实，“和”则是对“分”的一种态度与方式。“分”就是有别，而如何对待有别，就需要有秩序，这种秩序中国人曰之为“礼”。中国传统文化以仁爱为价值观的出发点，构建了一整套关于宇宙、关于社会、关于人自身的“礼”，但其目标的追求还是“和”，正如《论语》所说：“礼之用，和为贵。”

在实现“和”的思想路径上，在中国传统文化中一直占主体地位的儒家文化注重个体的修养，提出以仁为基础，遵循修身、齐家、治国、平天下的逻辑，认为每个人只有先实现了自己内心世界的和谐，然后才可以实现家的和谐，进而推广到实现国的和谐，最后实现全天下的和谐，强调主体意识和价值观在致“和”过程中的重要性。《尚书·尧典》说：“克明俊德，以亲九族。九族既睦，平章百姓，百姓昭明，协和万邦，黎民于变时雍。”

在实现“和”的实践行动上，中国人具体要实现的是四大和谐。其一是人与自然的和谐，这个自然包括了天地万物，有山、有水、有动物、有植物等，所要遵循的基本原则是：敬畏自然、师法自然、利用自然。其二是人与人的和谐，这包括了与家人的和谐，基本原则是恪守孝悌；与乡邻的和谐，基本原则是保持友善；与社会人的和谐，基本原则是遵守礼法。其三是人与社会的和谐，这个社会包括宗族、群体、国家、民族等，所要遵循的基本原则是：服从与报效，坚守宗族利益大于个人家庭利益、社会整体利益大于宗族利益，而国家与民族利益至高无上。其四是人自身的和谐，调整好自我的意志与精神状态，努力做到正心、诚意。

在上述4个层面的和谐状态追求中，人与自然的和谐是为前提。中国人的智慧和长期的社会实践告诉我们：“天地人和”首先要做的是人与天地的“和”；只有人与自然的关系首先处

理好了，人们才可能有安全、安逸的生活，否则就会遭受天谴地怒，并且，人与自然关系的良好处理，既是对生态环境的保护，也是对人自身生存环境的维护，间接的还是对人心态环境的呵护。如此的共识，在中国广大的乡村，具有极大的普遍性：

——福建省周宁县的浦源村，人们感恩自然，与自然和合共荣，视鲤鱼为村庄饮用水的守护神，将爱鱼护鱼制定为郑氏的家规，族人一直恪守，并由爱护鲤鱼延伸到爱其他动物，由此形成传统，沉淀为习俗，发展为文化，一代一代地传承，使得人鱼同乐、和谐伴生的景象在浦源村延续了数百年，直至今日。

——云南省澜沧拉祜族自治县惠民镇的芒景村是一个布朗族的村落，人们敬重自然，也将自己的生活融入了自然，大家种茶、喝茶、爱茶，古老的茶园、苍劲的茶树、温顺的茶水已经不再只是它们的自身，而是具有了一种精神的力量，融化成为一种文化，颐养出布朗族人温和淡然的气质，全村6个自然村组678户人家2760个村民，都能跟随着季节的脚步，遵循着自然的法则，与自然相互默契，过着心平气和的生活。

——云南省西双版纳的勐景来村是傣族人生活的村落，人们敬畏自然，热爱自然，尤其热爱和敬畏山林和水，认为有林才有水，有水才有田，有田才有粮，有粮才有人，把林和水看作比生命还要宝贵，视万物皆有灵，人与自然相处要和谐共生、顺应自然，并学习和秉承自然的性格，温和处世，不急不躁，与人以和为美。

——内蒙古伊敏的鄂温克人原指“住在山林里的人”，早期的祖先是世代狩猎，清代，索伦鄂温克的将士们被朝廷派到这里驻扎，这才落地生根，开始了狩猎与游牧结合的生活，并一直延续至今。在长期的游牧生活中，鄂温克人把祖先在山林里的生活智慧也带到了大草原上，他们敬畏自然、热爱生命、珍惜万物，并将这些朴素的价值理念深深地融入到生活的方方

面，对草原和山林视若珍宝，精心呵护，克制自己对自然的索取，无论在草原上放牧，还是在山林里狩猎，都有着严格的规矩和不可逾越的底线，追求天地人和，保护生态，守住富饶美丽的家园。

在上述四个层面的和谐状态追求中，人与人的和谐最为现实与重要。只有人与人的关系处理好了，我们才能正常的生活、现实的生活，尤其是传统的中国社会是个农耕社会、宗族社会，封闭或半封闭的自给自足式乡村田园生活是绝大多数人的基本生活，重生入世是人们基本的生活态度，于是与族人、与乡邻关系处理的如何会直接影响和决定人们的生活能否正常进行。“天地人和”重在人与人的“和”，这其中，亲情的存在十分重要，礼法的兼治非常关键。孝悌是亲，友善是情，礼治与法治是社会治理的两翼，张开了，就可以打造一个和谐的社会。如此的认识，千百年来，中国人一直在具体践行：

——安徽省绩溪县的仁里村有1400多年的历史，南梁的工部尚书耿源进举家迁徙到这里，因仰慕孔子“仁”的学说，取村名为“仁里”，希望后世子孙能与有仁德之人居住在一起，以仁爱为立身之本；至宋代，新安程氏迁入，后逐渐成为了仁里村最大的族姓，同样秉承仁爱的思想，制定相应的族规家训，告诫族人为人处事要怀仁爱之心，时时处处为他人着想，并将仁德的道德观念落实到个人行为和生活细节中，以仁爱为立村之本，规范人们的行为，坚守己所不欲、勿施于人的信条，将仁爱推及到宗族、推及到邻里、推及到社会，做到“出入相友，守望相助，疾病相扶持”。如此传统一直传承至今，让仁里村成为真正的“仁里”。

——浙江省龙游县的三门源村是一个沿溪而建、有着一千多年历史的村落，溪西以叶姓为主，溪东以翁姓为主。历史上，在叶姓人修的宗谱里是告诫族人“宗族之兴以礼让”，要“和

睦宗族”；在翁姓修的族谱里是把“睦乡邻”作为家规祖训，要求族人“视一乡如比邻，视比邻如一家”，提出“人之品行先定于一乡，然后及于国与天下”。两姓都坚信“内睦者家道昌，外睦者人事济”，从而乡邻和睦，两姓人和睦相处达千年。至今，村庄里居住的600多户2000多名的叶氏和翁氏的后人，仍然在这里过着恬淡、安逸的日子。

——重庆市云阳县的阳坪村位于长江巴阳峡的北岸，全村1000多户3000多位村民，散居在方圆7平方公里的山峦上，姓氏多达53个，其中熊、毛、傅是人口最多的三个家族。他们都保留着各自的族谱，在《傅氏族谱》的家训十条中，有“和邻睦族”的告诫：“比居为邻，共宗为族，邻有同井之义，族有一本之恩”；在《熊氏族谱》中也有相似的记载：熊氏富足人家，每到年终或节庆，都要周济贫困同乡、给穷人送衣送粮等。如此和睦互助后来是在阳坪村形成了风气，变成了一套与时节相对应的互助习俗，发展为文化，融入到每家每户的日常生活中，代代流传，延续至今。

——宁夏回族自治区固原市的单家集有1100多户人家近5000人，98%的村民是回族，但单家集的先辈们对后代一直有与人为善、教派和睦、回汉团结的训诫，于是这里是回汉兄弟，亲如一家。回族人不仅建有自己的清真寺，历史上还曾自发集资为村里几十户的汉族人建有一座关岳庙；无论是回族的节日，还是汉族的节日，大家都共同庆祝：回族人过开斋节，所做的美食不但要送给本族的长辈亲戚，还要送给汉族人，汉族人会送来红包祝贺，大家一起聚餐；汉族人过春节，回族也会登门拜年，等等。彼此的融洽是建立在相互理解、相互帮助的基础上的，由之是一代一代地传承，延续至今。

——广西三江县的高定村位于广西、贵州、湖南三省交界处。这个明朝万历年间兴起的村寨，居住着500多户人家，生

活有侗族、苗族、汉族等多个民族。五百年来，这个村寨各民族的人都坚守和亲睦邻的价值观，和睦相处、团结互助；在村寨治理上，大家共同制定了属于村规民约性质的“款约”，遇到了社会的矛盾、发生了人际的纷争，人们就凭依“款约”，由村寨中最受尊敬的长者“款首”来出面调停，由“款组织”来协商解决。如此风气是构成了传统，形成了文化，一直延续至今。

《记住乡愁》本着大历史小村落、大文化小故事的原则，以高度纪实的手法，展示了中国传统乡村社会与文化自我发展而延续至今的实态，既给我们带来了浓浓不舍的乡愁，也是给后人留下了一笔珍贵的文化遗产，在当下中国传统社会的快速现代化转型期中，交上了一份由过去向未来交接的很好答卷！

第七章

清风皓月满庭芳——明德臻善

明德臻善，是中华「礼乐文明」孕育的道德之花。西周文明，「以德为先」，千载之后，满室生香。「勤朴古健、果义敢为、居安思危、善始善终」，是对「德」的最好诠释，是构建和谐友善文化的思想准绳。

自周代伊始，国人制作礼乐，隆礼重仪，君子进德修业，臻于至善。敬天、保民、明德、慎罚乃周人最根本的精神信仰。周人认为「皇天无亲，惟德是辅」；《周易·系辞》说：「地势坤，君子以厚德载物」。孔子行王道，强调「道之以德，齐之以礼，有耻且格」；孟子重民本，主张「民为贵，社稷次之，君为轻」；《礼记·大学》则言：「大学之道，在明德，在亲民，在止于至善」，树立了千百年传承的道德教育纲领。朗月照乾坤，清风吹人醒。谦谦君子，「明德臻善」，发扬优良美德，构筑文明社会，让时代发出绚丽夺目的光彩。





和

云
南
省
腾
冲
市

德
智
并
育

顺

“高必自卑合德智体而并育，小能见大通天地人者为儒”。古老的文昌宫前，悬挂着一副撰写于民国初年的对联，彰显出云南省腾冲县和顺古镇较早就有了“德智体并育”的教育理念。这里是滇西名校益群中学的旧址。益群中学兴办于1940年，依山傍湖，风景优美，是腾冲当地最好的学校，目前有2000多名学生在此就读。

“落其实者思其树，饮其流者怀其源。”600多年前的明朝洪武年间，四川、湖南、江苏、江西等地的将士受命来到和顺屯军戍边，安家落户的同时，也带来了尊师重教、





益群中学



和顺图书馆

崇尚诗书的中原文化，几百年来，逐渐在这个边陲乡村孕育出超前的教育思想。

益群中学的思源石下，埋葬着受人尊敬的创校之长寸树声的骨灰。寸树声早年留学日本，攻读教育和经济。“九一八”事变后回国，曾先后执教于当时的北平大学、西北联大等名校。和顺与缅甸相邻，是西南著名的侨乡。1940年，为了提振家乡的文化教育，和顺华侨与乡中有识之士自发募捐20万缅币（相当于20万银元），创建益群中学。寸树声应邀回到家乡和顺，担任益群中学首任校长，开始了他的乡村教育实践。当时，抗日战争打得非常激烈，中华北方大地普遍沦陷，硝烟弥漫，大学向内地迁徙，许多教授、老师流落到了西南边陲之地，生活很艰难。为家乡的教育四处奔走的寸树声，心生怜才聚才育才之意，他委托吴晗先生从昆明、重庆请来了一大批著名学者，给这个小乡村注入了雄厚的教书师资力量。

寸树声出身于书香世家的寸氏家族。寸氏是最早来到和顺居家兴业的五大姓氏之一，有着悠久的学风文脉，近代以来，家族中出国留学学者代不乏人。受家族开化思想的耳濡目染，寸树声较早地建立了现代教育理念。他主张教育与社会打成一片，教育与生活打成一片。学生在学校教室里、图书馆里是知识的优秀的学习者，出了教室，出了图书馆又是一个优秀的生产者，是一种新型的有用的人才。文昌宫前有一片荷池，就是寸树声创建益群中学时，为了强健学生体魄而开挖的游泳池。当年的益群中学特别强调吃苦教育，把艰苦朴素、

勤学爱劳作为校风，学生定期参加义务劳动。寸树声还奉行“教育公平”理念。他主张有钱人家多缴学费捐资兴学，贫苦人家的孩子则免费上学。为让贫寒学子没有生活自卑，又能磨砺意志，他规定学校男生统一穿粗布衣服、短裤草鞋，冬天也不例外。

《礼记》有言：“建国君民，教学为先”。而教和学，都离不开图书。与文昌官仅一墙之隔的和顺图书馆名闻遐迩，是中国最大的乡村图书馆，游人来到和顺，一定会来这里踏访体验。和顺图书馆历史悠久，落成于1928年，胡适、熊庆来、廖承志、李石曾等诸多文化大家曾纷纷为之题赠。和顺人较早就有以知识和文化来改变家乡命运的朴素意识，“富贵难传三代，书香可继百世”的观念在此根深蒂固，即使出门做生意也不能耽误孩子读书。1905年，寸家后裔寸馥清等人就在和顺发起组织了“咸新社”，购置了各种新知识书籍，作为公共图书提供给乡人借阅。1924年，在缅甸华侨和乡人的努力下，捐资赠书，又成立了“阅书报社”，它是和顺图书馆的前身。和顺图书馆从萌芽、诞生直到1988年被正式纳入国家公共图书馆，由乡人、华侨等民间力量在支撑运作管理，现有藏书80000多册，其中不乏许多古籍善本。

文化浸润乡土，教育泽被后世。和顺自古人多地少，人们需要外出谋生。有人曾把和顺的文昌宫与图书馆比作和顺人的两只眼睛，它让和顺人看到了外面世界的精彩，不仅激活了他们出外闯荡的意念，也奠基了他们勇敢打拼的信心。400多年前，这里的村民就开始“走夷方”，去缅甸、印度、美国、加拿大等地闯荡。在海外的长年打拼中，和顺人积聚起了财富，但他们衣锦还乡后，除了修建宅院、宗祠，还时刻关注着国家的命运和家乡的发展，逐渐形成了一个新儒商群体。教育的发达，让和顺的历史上曾涌现出一批蜚声中外的“棉纱大王”、“翡翠大王”、“煤油大王”、“矿业大王”，他们经商、兴办实业，使和顺一带成为了云南工商业最早的发祥地之一。

清晨的和顺，尽显田园之美。小镇上，一条条古风幽韵的巷子纵横交错，每个巷口都有一座中西合璧风格的闾门，门内书声琅琅，诵读、讲述着“德智并育”的和顺教育辉煌历史，门外车身鼎沸，延续、书写着“走夷方”的和顺游子传奇故事。

（本集编导：杨霖 侯帅 摄像：韩汀 李宸）



宁夏回族自治区中卫市
沙坡头区

南长滩村

规矩传家

在宁夏回族自治区和甘肃省的交界地带，有一片荒芜贫瘠的大山，崇山峻岭之间，藏着一个小山村——南长滩村。这里交通闭塞、资源匮乏，在严酷的自然环境中，南长滩人凭着“有规矩”“守规矩”，安身立命，延续香火，在这片大山里顽强地生存、繁衍了几百年。

过去南长滩祖先靠天吃饭，果树成了一代代人赖以生存的宝贵资源。几百年间，上千棵古老果树，保存得完好无损，规则的布局也从没有任何改变，树干上苍老的纹路仿佛镌刻着祖先的谆谆教诲——梨树、枣树不能砍伐，要世代代继承下去。中秋节过后是南长滩一年中最忙碌的日子，梨园、枣园都在这个时候收获。各家各户全体出动，打枣、摘梨，运到家里晾晒、储藏，要不停歇地忙乎近一个月，否则





时节一过，遇上阴雨天气，枣就会发霉，梨也会落在地上烂掉。但是，如果这期间有人家要办丧事，忙碌的南长滩人也会停下手里的农活去帮忙。在南长滩人看来，送逝者最后一程，让葬礼体面隆重是全部村民的责任。即使是耽误收上几千斤枣、几百斤梨，村里也绝不会有一人缺席。20世纪70年代山路通车以前，黄河一直都是南长滩与外界交流的唯一途径，每年的腊月，运送山货的筏子客，从兰州顺流而下，必定会在这里停留几天，满载大红枣和软梨子，一路运到中卫、银川。南长滩人会热情地招待各地的筏子客，请他们到家里吃住。因为黄河环绕，出入都要渡河，南长滩人过去就用羊皮筏子做渡船，无论是本村人还是外村人，都乐意来回运送，不计钱财。

正如《论语》开篇所讲，“其为人也孝悌，而好犯上者鲜矣；不好犯上，而好作乱者，未之有也。君子务本，本立而道生。孝悌也者，其为仁之本与！”南长滩人认为旺家兴族的根本在孝道里，恪尽孝道成了此地最大的“规矩”，父传子，婆传媳，相互感染，代代相承。家中最小的儿子在父母年老后，要留在家乡赡养双亲，儿媳也要在跟前照料。因为父母过世很早，家里排行最小的儿子拓占信，没有机会按照祖辈的规矩侍奉双亲，他就把家中无丁的岳父岳母，接到中卫市和他们一起居住，共同生活了20年，为他们养老送终。拓占信成为了儿女们恪守孝道的榜样。曾经担任南长滩小学校长30年的拓兆柏，当年高中毕业后，为赡养寡居的母亲，放弃了在外面工作的机会，回到村里当起了小学教师。有一回，母亲得了慢性阑尾炎，因为

年事过高不宜手术，拓兆柏就和妻子每天熬制汤药，悉心照料，直至母亲好转。母亲91岁高龄去世了，他一直将母亲睡过的堂屋保持着原来的样子，每月的初一十五进去上香磕头，隔几个月



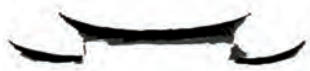
中卫市博物馆藏《拓氏家谱》

在母亲睡过的地方睡几个晚上，寄托着他对母亲的思念。张小花是拓兆柏的二儿媳，现在他们的小家安在了中卫市区，每年的秋收季节，她都会和丈夫一起带着儿子回来帮忙。拓家的规矩给了她很大的影响，让她看到了一代代传承下去的意义。

南长滩村流传有清代初年的拓氏家谱，是一幅绢制长卷，因为年代久远，破损严重，已经无法打开，但从保存的照片上能分辨出，家谱包括两部分：拓氏家族的世系图表以及祖先的画像。家谱上的祖先据说是因为立过战功而被加官晋爵，也成为南长滩人的榜样。硝烟散尽，一代代后人，希望通过寒窗苦读、求取功名来改变生活。但在过去，大山深处的南长滩，与外界交流困难，为让孩子们能获得受教育的机会，父母都尽力送家里的孩子去七八十里外的学校上学，村里还组织了骡马队，定期给孩子们送饭。学生在外求学也严于律己、自强不息。久而久之，“崇文好学、自强不息”就成了南长滩新的规矩。近30年，村里先后已经有70多人接受过高等教育。越来越多的南长滩人通过求学走出了大山，过上了不一样的生活。

南长滩村几百年来，枣树梨树依然年复一年地给这里送来成熟香甜的果实，而这个大山里的小村庄对于家族的传承方式也同样执着，那就是——规矩传家！一个个规矩，无论大小，都让他们继承下来祖辈优良的传统，做人做事的美德，让他们无论在哪里都开枝散叶，保持着家族的勃勃生机。

（本集编导：赵志勇 摄像：阮健）



河北省张家口市蔚县
西古堡村
修心修事立村德

古民居、古寺院、古城堡、古戏楼，古风劲吹，古韵流芳……在号称 800 古堡的河北省蔚县，暖泉镇的西古堡是其中名气最大的一个，它同时又有“河北民俗文化第一村”之说。西古堡村坐落在蔚县城西的壶流河畔，村堡建于明朝嘉靖年间，至今已有 500 多年的历史。西古堡村民来自不同的省份，各家姓氏不同，但整个村堡和谐友善，亲如兄弟，修心修事、积善成德是西古堡村延续了数百年的文化传统。

“修嘴不如修心，修心不如修事”，这是西古堡人的人生信条。西古堡村南的瓮城内有座地藏寺，是全村商议大事、悼念逝者的场所，由于年代久远，到上世纪末时，已经破败不堪。修复这座 400 多年的古代建筑，在村民看来，是一件积德行善的好事。1996 年冬季的一天，村里几位老人找到了乐于修事的“大泽”门玉德（大泽是蔚县一派对行善之人的美誉），请他牵头重修地藏寺。当时门玉德有一支建筑工程队，经常承接工程。但重修地藏寺可不是简单的修修补补，光材料费就是一笔很大的支出。门玉德虽有一些古建筑的修复经验，也有一定的经济实力，但是面对如此巨大的工程，他还要依靠村民的大力支持。村民们响应号召，家里有钱的出钱，有力的出力，有瓦的拿瓦，有砖的拿砖，有电线拿电线，终于完成了地藏寺的修复。在中国人看来，地藏是一种精神，它代表着先人后己，舍己为人，这种精神体现在日常生活中，就是孝亲尊师、敬天爱人，还能帮助人们抚慰、安妥心灵。地藏寺修好以后，村民们又相继修缮了北瓮城、东庙和西庙，这些都是西古堡村有几百历史的建筑。截



地藏寺

至2014年底，西古堡村内的64间公共古建已经全部修缮完毕，使西古堡在蔚县成为村容村貌最好的一座，来村里寻古探幽的人越来越多，村民们也随着游客的到来增加了收入。

400多年前，西古堡村也曾出过一位“大泽”，他就是地藏寺的最初建造者董汝翠。一年冬天，父母双亡、靠行乞度日的董汝翠来到了西古堡村，夜晚躲进一户人家的门洞以避风寒。这家主人姓郭，早起的郭员外推开大门，发现了门洞里的董汝翠，忙叫家人端来热粥，叫他喝下去抵挡饥寒。弄清了董汝翠身世的郭员外心生怜悯，把董汝翠收留家中，见他聪明伶俐，手脚勤快，又让他进入镇上自家的商铺当伙计。董汝翠做事尽心，赢得了膝下无子的郭员外赏识，几年后被招为了女婿。西古堡村所在的暖泉镇，是华北平原与蒙古高原来往的重要通道，董汝翠在此大量经营两地所需的粮食和皮毛。由于他讲究诚信，南北两路的商人纷纷跟他做生意，慢慢地他就成为了当地的首富。发达后的董汝翠，对待当年收留自己的岳父母如同生身父母，专门为他们修建了村里最精致的房院，起名苍竹轩。他的感恩之心，融入到了每一处建筑中，苍竹轩内进行了精细的装



立春悬挂的彩灯



高跷

饰，他用松鹤鹿等吉祥图案来表达对岳父母健康长寿的祝福。清朝顺治年间，山西大灾，源源不断的难民前往河北讨生，一条主要路线就经过西古堡。见到流离失所、风餐露宿的难民，董汝翠让家人准备粮食舍粥赈济。先是在他家里，拿锅做饭，后来人太多，就移到广慈庵，大批灾民拥挤在这儿，享受着董汝翠送给他们的温暖。地方官吏把董汝翠赈灾义举上奏朝廷，为奖励他的乐善好施，朝廷批准西古堡村

修建两座瓮城，以保护董汝翠的家人和财产安全。南北两座瓮城修好后，董汝翠又在南瓮城内修建了地藏寺，表达他尽孝行善的心意。董汝翠在世的时候，常常教育子女要修善心，行善事。在他的教育下，几个儿孙都有善举传世。从此，西古堡村民以“恩泽广大”的古意来敬称行善的人为“大泽”。地藏寺也成为西古堡村记载善行、褒奖善举的场所，凡是有人做了善事，村民都会把他的善行刻写在石碑上。

立春时节，西古堡村民忙着悬挂彩灯，600只大红灯笼高高挂起，迎风飘扬。在西古堡村，积小善，做大泽，已经成为了村民们的共识。它化雪破冰，暖人心田，给这一古老的村庄带来了美丽祥和的春天气息。

（本集编导：王宝成 吴姗姗 邓丽娟 摄像：张研）



江苏省泰州市溱潼镇
城北社区
孝德永彰

烟波浩渺，水汽氤氲。在长江与淮河的入海口交汇处，有一片肥沃的土地，在充沛雨水的浇灌下，这里草木茂盛，四季常青，风光秀丽，气候宜人。它宛如镶嵌在冲击平原上的一颗璀璨夺目的珍珠，其灿烂的辉光惹人神往。它就是江苏省泰州市溱潼镇的城北社区。在南宋时此地被称为“溱潼村”，意思是“大水浩淼”。水性至柔，与世无争，随物赋形，情谊绵长。在水的滋养下，“孝”成为了水乡居民基本的道德规范和为人准则。4000多人世代居住在这曲折幽静的街巷里，亲友族邻和谐共处建立的淳朴坊间情怀让此地富有人文气息。





储罐纪念碑

城北社区的饮食趣味、生活起居都与水有着不解之缘。“早上皮包水、晚上水包皮”，是日常生活的真实写照。“皮包水”，是说人们吃着馄饨、灌汤包开始一天的生活；“水包皮”，则指男人们大多喜欢去公共澡堂泡澡，舒筋活络，解乏安心。住在社区巷尾的顾永寿老人今年99岁高龄，子孙满堂。因为子女照料得当，他依然耳聪目明，精神矍铄。老人常年从事体力劳动，对泡澡情有独钟。他78岁的儿子顾玉宝每天午饭后，都会准时过来陪他去澡堂泡澡。老人起床后喜欢翻阅当日的报纸，每当读到精彩之处，顾玉宝也会凑过来与老父亲交流一番。顾玉宝数十年如一日的点滴孝心和问候关怀，表达了他对父亲的体贴和敬意。

城北社区的人们世代遵循着“侍奉晨昏”的照顾老人传统，子女尽孝，都妥帖周到，始终如一。尊长尽孝的风范由来已久。自明代以来，生活在此的朱、储、李、沈姓逐渐成为城北社区的望族。四大家族立碑树坊，把孝的涵义镌刻其上。明代储氏族入储罐常年居于此地，他曾官至吏部侍郎，以刚正不阿、廉洁奉公饮誉朝野。而在储罐出道为官之前，就因“割股救母”的孝举感动乡邻。据《明史·储罐传》载，储罐小的时候，很孝敬他的妈妈，一次他妈妈生病了，他去找中医给妈妈治病，

开的药方里面要用人大腿的肉做药引子，他就毅然从自己腿上割下一块肉。“侍奉晨昏”如春风化雨，让孝在城北社区生根发芽、茁壮成长，成为一种惯常习俗。清光绪年间，城北社区的豆腐手艺人张绍宝，侍奉老母亲倒夜香、刷马桶的事迹感动了当时的东台县令。县令赏赐其匾额“孝德可风”，传为一时佳话。清末状元李承霖迁居城北社区，子孙繁昌。民国初年，李氏家族经营粮食、棉花，还涉足金融行业，李承霖的后裔李贞发富甲一方，乐善好施，周济乡邻。他品德高尚，1919年被授予“孝德永彰”的匾额，光耀门庭。抗战期间，为躲避战火，这块匾额一直被李贞发的后人小心地收藏在老宅的密室之中，成为了李氏家族传承心中孝德的珍贵缩影。

孝心抚慰的岁月里，有细水长流的平静，也有清风徐来的欣喜。家住曙光巷的王领兰，是97岁高龄老人陈淑珍的小儿媳。每年冬天刚入九，王领兰就早早地为老人暖被，同睡在一张床上。这样的陪伴，她坚持了10多年。她说：“冬天天冷，老人身上没什么热气，你不和她同睡一张床，老人一个晚上都睡不安宁。”虽然年近百岁，陈淑珍老人的胃口还很好，冬天时常惦念初夏季节能吃到的粽子，为了满足老人的心愿，王



孝德永彰牌匾



“龙梢”侧门

领兰和丈夫经常一大早就起来忙活，清新的粽香成为家里最温馨的味道。王领兰的丈夫唐建民说：“做子女的应该孝顺父母。这是中国的一种传统美德啊。”这种美德还体现在居住空间中。在传统民居宅院里，正厅两侧是俗称“龙梢”的厢房。除正厅有大门，“龙梢”还特地留有侧门，意在凸显以孝为大，尊重先祖和家中长者。

岁月变幻，世事沧桑，萦绕街巷的行孝之风却如陈年琼浆一般醇厚悠远。青砖麻石，明净流光，“孝”停驻在古村儿女的心房；波光粼粼、涟漪荡漾，孝回旋起千百年来的时光。而游子远行，初心不改，孝照亮着他们归家的路，宽慰着思念故乡的百结愁肠。

（本集编导：于涛 摄像：马锐）



陕西省西安市户县
定舟村
施德累仁

在陕西省西安市户县坐落着一座古老的村落，渭水从村子北面蜿蜒而过，滋养着一代又一代的定舟村人。千百年来，这里生活的人们口口相传着这样一句话：“仁义不过定舟村”，这样的赞誉源于定舟村人世代施德累仁的行动。

在定舟村，一座庙宇，一块石碑，一条小路，一房一瓦，一景一物，背后都有着有关仁义的故事。村中保留着一座明朝时修建的庙宇，里面的石碑上记载了定舟村人引以为傲的过往。“生而必反者，天道之常也。假而必归者，人世之恒也。”诚然，人从生到死是自然规律，有借必还也是人们应有的大义和仁德。清嘉庆年间，村民张景诚的父亲做生意曾借过两位朋友的银子，由于世道艰难，直到父亲去世时都没能还上这笔欠款。许多年后，张景诚靠经商赚了钱，他替父还债，却发现父亲的朋友已经离世，故人的后代也早已搬离，寻觅不着。于是，张景诚就用这些钱置



买田地，以父亲故人的名义捐给了寺庙。定舟村人把张景诚这种仁义之举记录在石碑上，垂范于子孙后代。

在定舟村广场上立着几块石碑，其中一块石碑是为清朝时期的一位乡村医生所立。这位乡村医生名叫夏尔仪，终生义务行医，在《户县志》中有这样的记载：“无论贫富贵贱必亲自上门诊治，不烟不饭，且终生不受谢。”夏尔仪曾经续修过家族族谱，他也把这种“仁”的精神写进了家规之中，训诫后世子孙。他的曾孙夏文峰虽然没能继承祖辈行医的传统，但把“仁”的家风很好地传承了。30多年前，村里大力发展纸箱产业，夏文峰也创办了纸箱厂。招聘员工时，他主动把身患残疾、家有年迈父母的村民夏团提招进纸箱厂做了门卫；邻村71岁的樊延瑞，家庭贫困，欠了不少债务，夏文峰得知后也把他招进纸箱厂。夏文峰的儿子夏吉利联合全镇纸箱企业成立了纸箱协会，扶贫济困。做医生的女儿夏亚妮则义务为村里老人看病，继承了祖先“仁医”的传统。

定舟村人崇“仁”敬“仁”。据村史记载，“定舟村”的村名原为“定周”，与“周文王定天下”有着密不可分的联系。孔子对周礼推崇备至，提出了“克己复礼为仁”的思想，影响了中国传统社会数千年。祖祖辈辈的定舟村人，也把“仁”作为最高的道德规范来遵守。明朝洪武年间，朱元璋下令削藩，“十户军籍”被分配到定舟屯田落户，他们被这里的“仁”文化所感染，始终遵循着“民为先”的原则，凡事都礼让“民家”，相互之间守望相助。在定舟村北，有一条通往渭河滩的路，修建于民国时期，它以一位叫杨卜五的村民名字来命名。以前定舟村在渭河滩有很多土地，由于道路凹凸不平，每到夏秋两季抢收粮食时，由于道路不好走粮食运不回村子而都烂在了地里。杨卜五看到了这个情况，心里非常着急，他就自己出资修好了这条路。



赵寿山将军旧居

张少普一生乐善好施扶危济困，也是定舟村的一位“仁人义士”。1929年，当地遭遇灾荒，他把自家的两间房卖掉救济百姓。灾荒过去之后，他又把自家的地卖掉成立了棉花合作社，为农民谋福利。一天晚上，棉花合作社里进了窃贼，被护院的狗咬住了，张少普闻声出来却先把狗打跑了，反过来安慰窃贼不要害怕，当了解到窃贼家庭情况后，他还主动拿钱给对方。孟子讲：“恻隐之心，仁之端也。”在那个战火纷飞绝大多数人都吃不上饱饭的年代，张少普用宽容之心体恤着穷苦百姓，倾尽全力救济他人，他不但收养了无父无母的孩童，还赡养村中孤苦无依的老人。

“仁”的精神就这样在定州村世代相传，不仅让生活在这里的人们过上了朴素祥和的生活，也深深地影响着离开村庄外出打拼的人们。著名爱国将领赵寿山将军就是从定舟村走出的一位“仁人义士”，他曾在抗日战场上、解放战争中立下了赫赫战功。他的母亲曹善慧年少时全家逃难于此，定舟村人尽全力帮扶他们，让他们得以安居乐业。曹善慧终生感念定舟村人



秦腔《周仁回府》

对她施以援手的仁德，也教育子女要以仁义回报乡邻。遵循母亲的遗愿，赵寿山将军不仅将母亲的一生积蓄全部捐出，还动员全族把赵氏祠堂和600亩地捐献了出来，设立小学，教书育人。

秦腔八大本之一的《周仁回府》在村中传唱了几百年，百听不厌。戏中周仁为大义舍小家的“仁义”精神，潜移默化地影响着一代又一代定舟村人。他们传承着先祖施德累仁的家风，守护着这处美好家园，让“仁义不过定舟村”的美名继续传扬。

（本集编导：田雯雯 摄像：周连青 李小彬）



山西省晋城市阳城县
上庄村
慎独修身

始建于宋金时期的山西省阳城县上庄村，坐落在太行山脉可乐山下，静谧而古朴，安宁而祥和。在这个有着1000多年历史的小山村里，目前生活着300多户、900多人。每到初冬时分，闲下来的乡亲们都会聚在一起，排练着古装秧歌剧《天官回家》，深切缅怀从这里走出去的一代名臣、天官大人——明代吏部尚书王国光。

明代嘉靖年间，王国光考中进士，授予官职，辅佐明世宗、穆宗、神宗三代，据《明史》记载，“国光多才智。掌邦计时，多所建白”。他从政40多年，对明王朝的“万历中兴”起到了积极的促进作用。他所编制的《万历会计录》，是张居正改革赋税制度，推行“一条鞭”法的重要依据，为明清两代田赋制度的创新实施奠定了坚实基础。之所以能取得这样的伟大成就，与他从小生活于上庄村，接受了流传千百年的修身教育分不开。《礼记·大学》有言：“君子慎独”，王国光自小便勤学熟读这一中华文化学术经典，受此影响，王国光一生谨独守静，严于修身，为国为民，不遗余力。据说，他在任吴江知县时，曾经在衙门前竖起石碑，上面写着：“山西王国光，初任到吴江，若受一文钱，客死不回乡”。他在家处理公务时，点着朝廷供应的蜡烛。而夜深读书时，要换上自家的蜡烛。家里人觉得很奇怪，就对他说：用谁家的蜡烛，没人看见，没人知道，何必如此麻烦呢？王国光回答说：人的一辈子，所作所为，不是为了做给别人看，而是应当对自己有所要求，无愧于心。这种“唯勤唯廉”的精神，深深地打动了当地百姓。在他的带动下，吴江官场清廉，作风严谨，没多久便初显物阜民丰、安居乐业之态。

在上庄村一处僻静优雅的角落里，还保存着一座谦逊低调的老宅院——尚书第，它是 71 岁高龄王国光卸任归隐后的居所。这座尚书第为晋东南最为平常的四合院格局，院落相互通连，形成四大八小的一个群落。正堂上悬挂着明神宗书写赐予王国光的“正己率属”匾额，这不仅是对他为官清廉、政绩不凡的嘉奖，也是对他修身律己、注重品行的肯定。在王国光的影响和带动下，上庄村文化书社、诗社、文社层出不穷，文风兴盛。在他之后，方圆几十里的范围内又涌现了张慎言、陈廷敬、田从典等明清重臣。上庄村还完好保存着一块石碑，上面镌刻着清代康熙四十年之前，上庄村考取功名的 129 人的姓名及所任官职。这些人都奉王国光为乡里先贤，对他慎独修身、养心守静的传统儒学思想倍加推崇。



尚书第



文昌阁

“积善虽无人见，存心自有天知。”修身养性的古风在村中流传千年，濡染其间的百姓非常注重个人修为，诚恳忠厚，保持着“勿以恶小而为之，勿以善小而不为”的淳朴民风。在上庄村的一处“农家乐”里，今年70岁的徐



古装秧歌《天官回家》

末元正在紧张地忙碌着，他刚刚接到电话，有人午餐预定了上庄传统名菜——王府八八宴。这道菜有着400多年的历史传承，因其配料合理、甜咸有序、汤水适中、色香味俱全，受到了当地百姓的热情追捧。关于这道菜的来历，还有一个不寻常的故事。相传王国光在朝廷任刑部尚书时，朝中料理御膳的光禄寺中有一位金姓官员遭人陷害，申诉无门，恰遇王国光翻阅旧案，才得以平反昭雪。这位金姓官员为报答救命之恩，便认王国光为义父，在王国光返乡时，他随同来到上庄村，定居下来，把自己的御膳技艺配以民间辅料，创立了这道经典菜肴。美食的背后尽显上庄人的精细用心情怀。土生土长在上庄村的老徐，既是老板也是厨师，同时还是采购员，餐饮用的每样菜都要经过他的认真筛选。从事餐饮十几年来，他从来都是把选材放在第一位，绝不允许有一点儿腐烂或过期的菜品出现。徐末元回忆在18岁学做“八八宴”时，他的师傅就交代他做菜如做人，要里表一致。

“缅怀史事任气逞强怎如谨慎深思好，体察民情为人处世还是宽容大度高”。上庄炉峰庵正殿门口的楹联，凝聚着克己自律、安然生活在这片土地上人的朴素理想。望月楼门额上题刻的“诚慎勤”三字，时刻提醒着从这里走过路过的后世子孙，坚守谦逊为善的慎独道理，注重磨砺自我的品行和修养。

（本集编导：周峰 梁星 马胜会 摄像：柴晋 牛晓峰 支建庆 曹辉）



西藏自治区拉萨市尼木县
吞达村
常怀感恩之心

山朗水清，小村静谧，吞达村坐落在西藏自治区中南部，雅鲁藏布江北岸。纯净的雪水穿村而过，汇入雅鲁藏布江中，河水终年流淌不息，护佑着吞达村人在此繁衍生息。“吞达”在藏语里指“吉祥之地”。1300多年以前，吞达村的祖先游牧到此，见此地山气清爽，河水清澈，便定居下来。如今，这个海拔3800米的村庄里居住着200多户人家，1000多人。

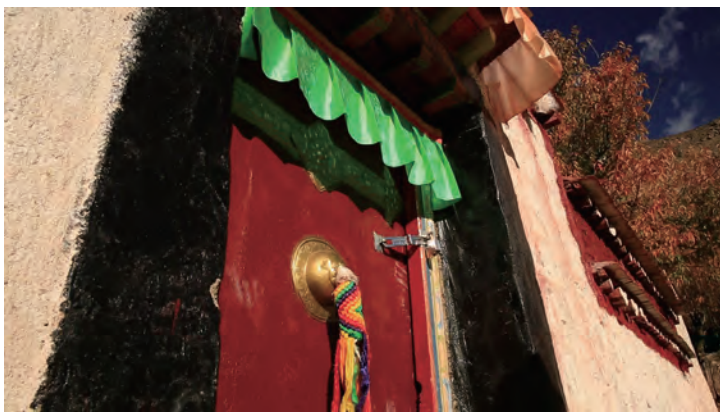




藏香

千百年来，在这片神秘的雪域高原上，物资相对匮乏，生存环境困难，但是纯净的吞巴河水，却为世代生活在这里的人们，带来了宝贵的资源，村民们把它视为圣水，任何人为的污染或破坏，都被认为是对水神的亵渎，将会受到惩罚。每天早晨，开启了一天忙碌生活的村民，都要先去吞巴河里打水，他们在古老的木桶上系上一条洁白的哈达，表示对天地自然的一份纯净心意。每天背回来的清水要先供佛，然后再用来酿造青稞酒，这是吞达村家家户户都有的生活习惯，年年岁岁，循环往复。人们对水的精心呵护，也得到了大自然的回馈，在雪山圣水的滋养下，吞达村土地肥沃，牛羊健硕，人们生活得自在安详。

在藏族传统文化中，人们赖以生存的高山、湖泊、河水都被赋予了神圣的含义。神圣之地赐予他们生活的来源，也让他们从内心深处感谢自然丰厚的馈赠。青稞酒是藏族地区人们最喜爱的饮品，用来自雪山圣水酿成的酒更加香醇。吞达村人会把自家酿好的第一桶酒，拿到广场上，与邻里分享。互相敬上一碗青稞酒，是藏族人表达敬意的传统礼节。“奶的精华是酥油，心的精华是感恩”，在吞达村，世代流传着这样的老话。它告诉人们，当感恩之心、报恩之念生根发芽时，就能远离嫉妒、



吞弥·桑布扎故居

仇恨，感受到祥和、安宁。

吞巴河畔，有一条3公里长的木制栈道，200多座大小不同的水磨，不停地转动，构成一道奇观。咚咚作响的水磨，把制作藏香的柏木原料研磨成泥，这些水磨大都历经岁月沧桑，伴随着吞巴河水转动了上千年。相传这一水磨长廊，是1300多年前由吞弥·桑布扎发明的。吞弥·桑布扎是吐蕃王朝松赞干布的重要大臣。他奉松赞干布之命前往天竺求学。学成后回到家乡，以梵文为基础，创造了流传至今的藏文。相传，吞弥·桑布扎功成名就后，回到吞达村，正遇上当地瘟疫猖獗，村民们

用尽了方法，也没见效果。一天夜里，他梦见佛祖把山上发光的几味药草点燃，产生烟雾，拯救了大家。醒来后，他把梦中见到的几种药草混合后点燃，香气弥散到的地方，乡亲们恢复了健康。为了让大家从此远离瘟疫，他研制了水磨藏香，方便人们携带使用。吞弥·桑布扎一生翻译了多部佛经，他创造的藏文为藏族文明传承开启了崭新的篇章，他发明的藏香制作工艺，给人们带来健康。他的功绩惠及后代，泽被千秋。吞达村人把他奉为神明，供奉在经堂之上。吞弥·桑布扎的故居，也被村民们视为珍宝，一直有专人守护着。尽管过去了1300多年，古老的石头建筑依然完好无损。

先祖的智慧成就了如今的生活，一排排做好的藏香，散发着淡淡清香。时光，在一根根藏香的间隙中走过了千年，制香匠人们把心中对先祖的感恩，全部倾注在手中的藏香上。碾磨藏香原料的水磨在吞巴河边吱呀转动，清澈见底的河水经年不息。令人称奇的是，河里竟然没有一条鱼，也让吞巴河成为了神圣的“不杀生之水”。传说，当年，水车在磨制藏香的原料时，绞死了河中的鱼，吞弥·桑布扎十分痛心，由于担心水车会再次伤及水中生灵，于是他在吞巴河与雅鲁藏布江的汇合处立了一块石碑，上面用古藏文写着“江中鱼不得入此河”。从此，吞巴河中就再也没有任何鱼类出现了。在吞达村民的眼中，“不杀生之水”既是自然的慈悲，也是祖先的恩泽。祖辈感念天地万物之恩的仁心，随着澄净的河水，在村子里流淌了千年。

在葱绿与浅黄交织的故道上，在流水潺潺的吞巴河边，吞达村人怀着那份对天地自然、先祖恩泽、乡邻温情的感恩之心，守护着自己平静美好的生活。闲暇时，人们常常到茶馆小聚，喝着酥油茶，品着青稞酒，茶馆里充满了浓浓温情，弥漫着家乡独有的那一份真诚和温暖。

（本集编导：李婕 杨阳 摄像：王晨光 周浩）



沙溪村
广东省中山市沙溪镇
心慈向善

沙溪村位于南海之滨，因为有一条清澈的小溪从村中流过而得名。在它的养育下，村民们过着丰衣足食、幸福安宁的生活。然而在明代以前，这条小溪曾因洪涝不断，贻害一方。

明嘉靖初期，潮州海阳、揭阳两县的桑浦山麓有两条河，相距不到十里，天旱则枯，天雨则涝，给周边的百姓造成了很大的困扰。明嘉靖七年，乡贤薛中离利用自身威望召集远近七都的乡民疏通河道，将两条河贯通，从此沙溪又叫中离溪，平波荡漾，



中离溪碑刻



沙溪华侨医院为村民定期义诊

不再遭受水灾。薛中离是王阳明的学生，主张人心本善，倡导经世致用，居官时益其民，居乡亦思益其乡，先后建中离书院、宗山书院传道授业，在海阳县一带，薛中离众多的义行善举，教化着乡民一心向善、守望相助。

孟子说：“恻隐之心，仁之端也。”20世纪80年代，一场瘟疫席卷沙溪村，当时27岁的蔡乙发见证了这场瘟疫，不懂中医的他虽心有恻隐却不能为乡民解困，内心充满了不安。自此，蔡乙发开始学习中医，并一直在沙溪一带行医，沙溪华侨医院几易其址，多次更名，如今已68岁的蔡乙发仍然不忘初心、坚守岗位。他每天至少要接诊40多位患者，为了看病方便，蔡乙发和老伴儿专门搬到了医院来住。从早晨7点开始，一直到晚上10点才能停歇下来。他不仅在医院坐诊，还经常走出去为行动不方便的村民看病。一伞一灯，悬壶济世，风雨无阻，夙夜相继。正是当年的一颗恻隐之心，让蔡乙发和老伴儿坚持走医18年之久。他的足迹遍布沙溪乡间每一条小路，简单灵活的行医方式让村民不再有隔夜之痛，痼疾之苦。2013年，沙溪华侨医院在蔡乙发身上得到了启发，开展居民契约式医疗服务，医院共抽调30多名医护人员组建10支服务队，他们从坐堂行医到上门行医，为每个村民建立健康档案，每位医生都有签约村民，医院定期给村里的老百姓进行免费体检和医疗咨询服务。

“潮州厝、皇宫起”，潮州地区的祠堂富丽堂皇，可与皇宫媲美。岭南第一侨宅陈慈黉故居中的善居室，从1922年开始建造，到1939年仍未完成，原来是陈慈黉为了让老乡们可以多拿点工钱而特意延长了工期。陈氏宗祠高高的屋脊上，用嵌瓷装饰着双凤朝牡丹图案，精致而华美，蕴含了“载家声于久远，续善脉以传世”的美好愿望。它是潮州嵌瓷的集大成者，是艺术家卢芝高先生的代表作品。嵌瓷是潮州民间的一种特殊的装饰技艺，多装饰于建筑的屋顶、屋檐、门壁和墙面上，呈现出“出入相见，入眼入心”的效果，表达着家族对后代的叮咛，成为潮州人高贵心性的体现。陈氏宗祠精美的嵌瓷和美好的家风相得益彰，历久弥新。嵌瓷因为装饰在屋顶，很容易遭到风雨的破坏，如何抢救祖上留下的这份宝贵文化遗产？成了卢芝高魂牵梦绕的心愿。2012年，卢芝高突发奇想，他把反映慈善文化主题的作品搬到室内来做，花了整整八个月时间，用十万多枚瓷片做成了一件宗祠屋脊的嵌瓷作品，同年9月，这件12米长、2米高的巨型嵌瓷作品在广州美术馆一经展出，便轰动一时，

嵌瓷技艺





报本堂

很多人被卢芝高精湛的技艺所折服，也为这位民间古建保护者的坚定决心所感动。

“地瘦栽松柏，家贫子读书”。晚清时期，沙溪村土地贫瘠，经济落后，刺激了村民们通过读书来改变命运的念想，奠定了此地良好的学风。出生于读书之家的陈伟南，在1933年成功考入了韩山师范学院师范科。毕业后他回到家乡，发现凭一己之力很难改变家乡的教育现状，于是他选择独闯香江，出外经商来发家致富。阔别38年之后，事业有成的陈伟南回到故土，见村民生活仍然贫苦，教育依然落后，他主动提出为村里建一座小学的想法。经过十几年的努力，他终于完成了从幼儿园到高中一条龙的办学夙愿，他所办的学校目前拥有130多名教职工、1800多名学生，成为了广东省的一级学校。每次陈伟南离开家乡之前都要去报本堂，它启发人们不忘本、懂感恩，这是陈伟南善心善举的根源所在。

“树高千尺，落叶归根”。今天的沙溪村已经是“十里侨乡”、“粤东慈善之乡”，当年从中离溪漂洋过海的侨胞重回故土，传承、弘扬乐善好施的村风，沙溪乡镇从善堂到学堂、从医院到老人院、从乡村公路到自来水厂，捐建了几乎所有的公共设施。

（本集编导：马洪军 摄像：王文超 杲新磊 蔡伟浩）

编导手记

因为感恩

/ 杨阳

西藏尼木县吞达村，一个有着上千年历史的古老村落。这里是藏文鼻祖之乡，更是闻名遐迩的水磨藏香发源地。带着对这处回荡着神秘诵经之声、飘散着神奇藏香气息的胜地最原始的好奇，我和摄制组踏上了前往西藏的旅途。能够去西藏采访，我的心里难掩激动之情。那里不仅是人们心中纯净的天堂，朝圣的圣地，更隐藏着无数的波澜与奥秘。这一次，我们便要用镜头去探寻吞达村人延续千年的精神密码。

到达拉萨，已是下午4点，摄制组一行稍做休整，第二天一早便驱车3小时直奔吞达村与当地人接洽，开始投入拍摄工作。

尽管已经对可能面临的高原反应有了充分的心理准备，但是3700米的高海拔带来的不适依然超出了想象。住在尼木县的第一晚，我几乎无法入眠，浑身发烫，像重感冒一样全身酸痛、口干舌燥。与白天强烈的紫外线下的暴晒截然相反，夜晚的气温降至零下二、三度，房间里更觉冷到难捱。把两床厚厚的棉被压在身上，再把冲锋衣内胆裹在身上，穿着棉裤窝在被窝里，迷迷糊糊中醒了又睡，睡了又醒，默默地等待天亮。这样的状态贯穿了整个在西藏工作的日子。每天7点半天亮就出发，直到晚上夕阳西下，回到驻地面对的又是一个难捱的夜晚。工作时，总会有不时出现的气喘和眩晕，提醒我们，这是在高原，可别小瞧。

对当地藏民的采访更与平时不同。除了陪同我们的两位专家会汉语之外，当地的村民大多只会说藏语。语言不通给我们的交流带来不小的困难，我们的沟通总要通过一次次翻译、确认才能继续下去。

尽管有着这样、那样的不适应，但这并没有影响我们的拍摄，反而更增加了我们对这座村庄的好奇。随着我们的探寻一步步深入，这座古老村落的神秘面纱渐渐掀开。她所展现出的精神气质与情感基因让人深深震撼。

“奶的精华是酥油，心的精华是感恩。”吞达村民把这句话铭记心中，他们坚信，只要心中常怀感恩，就会远离嫉妒、仇恨，生活的幸福和安宁。感恩，即是感念恩德，感激赐予。吞达村民在世世代代与自然的依存中学会了感恩，这种智慧和情感流淌在吞达人的血液里，延续在吞达人传颂的故事里，渗透在他们生活的微小细节中。

因为感恩，所以敬畏。敬天地，敬神明。这份敬畏藏在吞达村民打水饮茶前扬水、弹指的细微动作中，藏在这些动作日复一日虔诚的重复中，藏在吞达村爱护河水的专门规定和吞达人发自内心的遵守中。

因为感恩，所以珍惜。珍惜粮食，珍惜水源。不污染，不浪费，不轻慢。“浪费粮食等于践踏生命”，吞达村民们把这份珍惜视作对生命的呵护。与他们待在一起，时刻能从他们的脸上读出这种爱惜之意，仿佛每一次生命的动作都由天地万物帮忙完成。

因为感恩，所以传承。吞玛尼康家族的后人世代守护着吞弥·桑布扎的故居，村中的家庭都自觉传承着藏香制作的手艺。吞达村民用这份坚守回报祖先“授业之恩”，这份坚守也给他们带来了更加美满的生活。

因为感恩，所以信仰。吞巴河水日夜流淌，却与来自同一股雪山融水的续迈河水迥然不同，水质清澈、不见鱼类，先祖留下的“江中鱼不得入



此河”的咒碑旁，吱呀作响的水磨下再没有枉死的生灵。神奇的“不杀生之水”，这古老美丽的故事也使吞达人对祖先与自然，生出深沉的信仰之情。

如此深切的感恩，让我不禁要问，这样的感恩之心，为何诞生在这片土地，又为何衍生的如此繁茂？不得不说，这也许源于艰难甚至苦难的环境。因为所处的自然环境相对恶劣，藏民对自然环境的依赖度极高。水、土壤、阳光、粮食等等，几乎一切生活资源都从自然而来，因此，天地万物在吞达人的心目中被赋予了更为特殊的意义。这种“赋予”也是一种精神内核上的领受和认同，一种心灵上的亲近。这种亲近又成为一种敏感，一种顿悟。相比繁华都市的富足、江南水乡的丰沛，这里的人们反而更敏锐地重视起天地的滋养、万物的赐予，熟视无睹的事物重新变得弥足珍贵。中国人讲，“滴水之恩，当涌泉相报”。“报”的前提是“感知”。“恩”显现出来，人们因为“感知恩德”，“感激赐予”而产生的一系列高尚情操也就是自然而然的事情了。所以可以说，在这里，感恩诞生于贫瘠，却更能生发出仁爱与高贵。我想，这也是吞达村延续千年的精神密码所在吧。

探访一个个古老村落的过程，于我而言总是一一次次充满探索和神秘的旅程。他们像一位位年迈慈祥的老者，微笑着，等待我走近，为我讲述古老的故事。走进吞达，这位充满智慧的老者为我展现了如此的慷慨。“常怀感恩之心”，带着这片土地如斯的叮咛，我踏上了归程。那时正是凌晨，天蒙蒙亮的时刻。坐在车里望着微明的天际，我在心里默默地对自己说，这一次，因为感恩的行程必将改变我的生命。

名家品读

明德臻善

/ 康震

我们称赞一个人，喜欢说他德才兼备。在中国人眼里，一个全面的人，不仅要有杰出的才能，更要有高尚的道德，两者兼而有之，才算卓异之才。而在德才之间，又将德放在首位，才放在次位，可见高尚的道德在国人心中的分量。

道德对个人、对社会、对民族、对国家的确意义重大。它就像是土壤，土壤有毒，种子再优良，也难以生根发芽，就算成长起来，也是有毒的草木，不仅于世无益，还会危及整个植物群落。土壤优质、肥沃，就算种子质量不高，但在成长中可以吸收丰厚的养料，弥补先天的不足，提升自身的品质，就算难以卓尔不群，至少能够奉献挺拔的绿叶，为一片森林、一片原野增添美好的春意。

《记住乡愁·第二季》第七章中的八个小故事，就为我们展现出中华优秀传统文化丰厚、肥沃的道德土壤，展现出中国古老乡村朴实、厚重的民风、民俗，展现出一个个普通村民身上特有的中华优秀道德品质，展现出这些民风、民俗、道德品质对一个人、一个家庭、一个家族、一个村镇乃至整个地理区域文化养成的深远影响，这种影响落实在我们每个人的心里，便凝聚成一个共同的主题：乡愁。

对于西藏自治区尼木县吞达村的普布次仁来说，这份乡愁意味着感恩。清晨，他去吞巴河打水，木桶上必会系一条洁白的哈达。然后舀几瓢水，分别敬天地、敬土地神、敬龙王。这是村里家家户户都有的习惯，年年岁岁，岁岁年年，村民们都在重复这几个简单的动作，至今已经重复了上千年，吞达村人的一天也由此开始。

是的，吞达村村民的一天就这样从感恩开始。感恩天地，感恩人神，

感恩大自然给予自己的一切，也感恩着自己的生活。舀一瓢水，这样的举动再简单不过，撒向天地，这样的行为再容易不过，但扪心自问，我们每天每月每年，何曾有过这样简单的举动？也许，当我们眼前遇到一个困难，会马上默默祈祷顺利度过；也许，当我们忽然得到一份幸运，会立刻兴奋地表达感激，但我们是否想过，自己的每一天，是否也可以从感恩开始？

感恩，多么神圣的情感，多么崇高的意愿，但要落实在生活的每一天，人生的每一刻，并不容易。吞达村不过是雅鲁藏布江边上的一个小村庄，人口不算多，经济也并不怎么富裕，但这里民风淳朴、生活安宁、幸福祥和。村民们祖祖辈辈敬重先祖、感恩自然，珍惜所得，回报恩情，这种深厚的情感像一条无形的纽带，将村民们的心紧紧地维系在一起。吞达村村民不是哲学家，没有学过高深的理论知识，但他们明白一个最基本最朴素的道理，那就是幸福和谐的生活，不仅要靠个人的努力，靠自然界的慷慨馈赠，更要靠大家伙儿的热情相助与彼此间的无私奉献。

我们都向往成绩、向往成功，每当我们取得了一点进步，获得了一些肯定时，最想感激的会是谁呢？是自己的家人还是朋友？是资助我们的恩人还是为我们指点迷津的高人？他们当然都应该感激。但我想，感恩并不仅仅只是对某件事、某个人的具体表达、表态，更应当成为一种生活观念、人生态度，一种看社会的眼光。在这个社交与信息网络无比密集的时代，每个人要做成一点事，靠自己单打独斗是不行的，必须依靠多种人力资源的协助与支持。在我们身边，有的人不顾干扰、阻力，始终给予你坚定不移的信任和支持；有的人甘愿放弃自己的利益，为你提供很好的机会与机遇；有的人，虽然与你并不相熟，但欣赏你的才华，在关键时刻，主动助你一臂之力；还有的人，虽然无力出手相助，却在你身处困境的时候，默默的为你祈祷祝福、鼓劲儿加油，所有这些相识、不相识的关注与支撑，共同汇聚成一股推动我们事业走向成功的强大正能量。

这个世界，并不是你一个人在奋斗，是我们大家在一起奋斗。我们是一个大家庭，你中有我，我中有你，人人为我，我为人人。我的成绩中有你的努力，你的努力中有我的推动。我们应当像普布次仁那样，每一天都从感恩开始，每一天也都在感恩中延续，这就是我们的道德理念，也是我们的价值追求，中华民族的生命伟力就体现在这每一天的感悟与行动当中。

其实“道德”不仅仅是在这一章中体现，它的重要意义贯穿于所有的中华传统文化精神中。例如第三章中的大余湾村，对于在湖北武汉中铁四院工作的余轲来说，这浓浓的乡愁就意味着节俭的品质。他是从湖北大余湾村里走出来的铁路工程师，从小到大，这古老乡村的节俭风俗好似无声的春雨，默默地滋润着他的心田，对他的道德养成影响巨大。大余湾村的确内蕴丰厚，从“一门三太守，五代四尚书”的历代佳话，到“宽进窄出”的大门建构格局，从巧用边角石料筑墙的“木兰干砌法”，到上下相连、分级分类使用的水渠布局，生活中的每一个细节都渗透着实实在在的节俭观念。

看到这里，我不禁感慨，什么是道德？其实就是我们身边一个个看似很小的规矩、小纪律、小原则、小习惯、小提醒，它们每时每刻都呈现在日常生活中，点点滴滴、里里外外、方方面面，就好像空气，虽然看不见、摸不着，但它就在你的肌肤里、血脉间，早已与你这个人融为一体，须臾不可分开。

当代社会，大家工作都很忙碌，生活压力都很大，我们也常常以此为借口，忽略着对自己的道德提醒与道德省察。曾子说：“吾日三省吾身——为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”（《论语·学而》）——我每天都要多次自我反省：为人家谋划的是否尽心尽力？与朋友交往是否不够诚信？传授的学业是否不曾温习？这其实就是与自己的道德对话，也是一种道德自我评估。在生活中，我们的步子迈得越大，走的速度越快，行动越匆忙，就越容易遗失随身携带的物品。在内心里，我们的思绪越匆促，思想越庞杂，意念越混乱，就越容易遗失心灵深处最笃定、最坚实的道德追求。这就需要我们常常进行曾子式的道德自我评估，常常回味记忆深处那份浓浓的乡愁，体味浓浓乡愁里那份真诚真挚的道德情怀。

余轲已经离开了大余湾村，走进了大城市，走向了工程师的岗位，想必他也会很忙碌，但他的内心，依然是一个地地道道的大余湾村人，因为在他身上，中国乡村古朴厚实的道德观念早已内化为他的个性品质、行为习惯，早已成为余轲的个人形象标识，早已成为他今后人生道路上最坚实、最牢靠的基石，这就是中华道德的力量，也是中华道德的伟大之处。

而对于第八章中太湖之滨的陆巷村来说，这份乡愁则意味着“以学立业，崇文重教”的浓厚风气。说来真的令人难以置信，这么个小小的山村，近百年来竟然涌

现出近五十位举人、四十余位进士、两位状元、六十多位两院院士与著名教授。崇文、尚学、重教，无疑是陆巷村代代相传的精神宝藏。

关注学习、尊重学习，进而关注人才、尊重人才，这是中华民族的优秀传统。孔子说：“学而时习之，不亦说乎？”荀子也说：“君子博学而日参省乎己，则知明而行无过矣。”学习是人类不断进步、完善自身的重要阶梯，但要让重视学习、重视读书成为一代代人的普遍共识，持续践行，的确很不容易。陆巷村人世代重视读书、为学，不仅是一种风气，更是一种制度。过去，村上专门集资设立族田义庄，让族人子弟能够免费读书，其中对于资助对象、金额、时间有明确规定，非常类似于现代的义务教育制度。后来，从村里走出去的院士继承了这一传统，慷慨解囊，在镇上设立希望奖学金，鼓励莘莘学子辛勤向学。

什么是道德？首先是一种人格自觉，而不是强制规定，尤其是崇文、尚学之德，更是要心有所念、心向往之，方能成就其事。但学习毕竟不完全是个人之事，对于一个州县、一方百姓，一个民族、一个国家而言，学习关乎世代发展、关乎地方兴盛，更关乎民族未来，兹事体大，不可不察。对个体而言，学习与否要看个人意愿，不可强求，也强求不来，但对群体而言，学习的意义实在重大，要使之成为一种传统、一种风气、一种群体的共同诉求，就必须借助有效的制度予以强有力的推动。

乡村不比城镇，尤其在体制不甚健全在过去，要鼓励村里的孩子一心向学，绝非易事。但陆巷村做到了，它不仅建立了长效的激励机制，更通过机制形成了向学、重学、爱学的道德风尚。机制落实在行动上，而道德则扎根在人心里，人心所向，蔚然成风，学习就成为了每个人内心自愿自觉的道德追求，这是任何外在制度也无法比拟的强大精神动力，有了这样的动力，再大的困难也能克服，再艰难的事业也能成就。

明德臻善，这是一种传统，也是一种传承，这是一种精神，也是一种行动，这是一种期待，也是一种境界。历史上的中国，因为有这样的精神，培育了无数杰出人才，创造出灿烂的中华文明；当代中国，无论是乡村还是城镇，无论是青年还是长者，更需要传承明德的传统，追求臻善的境界，凝聚道德的力量，激发爱国的热情，为中国人民的幸福安康，为中华文明的繁荣兴盛做出新的贡献。

第八章

诗心文胆织锦绣——崇教育贤

「敦伦开野叟，勤学劝生儒」；「家有两斗糠，供儿上学堂」。崇文尚学、尊师重教之风，在不少华夏古村甚为厚重。漫步在寻常巷陌，不时能见香火鼎盛的文昌阁、古色古韵的魁星楼、拱手而立的孔子像。蓦然回首，在保存完好的高士名流府第、故居，或许你还能找到先人篆刻的重教碑、劝学铭。是的，中华文明之所以源远流长，灿烂多姿，很大程度上赖书香熏陶、墨色浸染而至。

十年树木，百年树人。「虽无厚产堪遗后，尚有残篇可课孙」，在耕读传家的古人看来，家贫不足畏，哪怕是只有残篇断简遗后人，总还有登科及第、光耀门庭的希望。好读书、读好书、读书好，「天地间第一人品，还是读书。」「只要将读书信念根植于心，并薪火相传，终能期待子孙书写出华彩壮丽的家族篇章。」「至今东鲁遗风在，十万人家尽读书。」誉满神州的琅琅书声，广播在浩瀚的中华大地上，唱响了古老乡村浓郁的尊师重教、崇学尚贤风范。





张店村
重教启智

河南省平顶山市郟县

背靠龙凤山，面对汝河水。河南省平顶山市的张店村，历经千年的风雨沧桑，在中原大地上繁衍发展，播撒着“重教启智”的种子。目前村中居住着 3000 多人，其中大部分是张良后裔，从第 67 代到第 75 代，9 代同村。

每年农历四月初十，村民们一早就来到留侯祠，把张良神像恭敬地请到村中义塾原址，为孩子们举行破蒙启智仪式。参加仪式的孩子们，当天吃的早饭，也很有讲究。芹菜寓意勤奋，葱饼代表聪明，鲤鱼则是希望孩子能读书成才，鲤鱼跃龙门。仪式上，孩子们将一双由母亲亲手缝制的鞋子毕恭毕敬地放在张良像前，代表着学习张良谦卑处事的精神和追求智慧的志向。在《史记·留侯世家》中记载，一天，张良在石桥上偶遇一位白发苍苍、手持拐杖的老人。老人走到张良的身边时，故意把鞋掉落





举行破蒙启智仪式

桥下，然后傲慢地指使张良道：“下去给我捡鞋！”张良替他去桥下取上来鞋，老人又跷起脚，命张良给他穿上。张良小心翼翼地帮老人穿好鞋，老人对张良赞叹道：“孺子可教矣。”张良的至诚和隐忍精神感动了老者，于是老者送给他一本《太公兵法》，张良细心研读，后来成为了满腹韬略、智谋超群的汉代开国名臣，辅佐刘邦成就了一番霸业。功成名就之后，他却没有贪恋权贵财富，而是选择了隐居世外，淡泊终身。破蒙仪式结束后，孩子们还会诵读经典，直接与先贤大师对话。张店村人，就是用这样一种素朴的方式，从小在孩子们心中立下榜样和规范，让孩子们受益终生。

明代万历年间，先祖张乐舜在此兴办义学，倡导孔子“有教无类”思想。为了鼓励孩子们勤奋学习，成为国家的栋梁，他规定凡是参与县试、乡试、殿试者，按三斗、一石、五石，补助不同份额的公田和谷粮。他十分推崇张良的智慧和为人，常常以张良的求学故事来启发孩子的心智。他教子有方，儿子高中进士。这让村里人纷纷效仿，使先贤遗风代代相传，为子孙后代打开了通向智慧的大门，指明了正确的学习方向。

在张店村，还流行着一种独有的棋类娱乐活动——张良摆

山阵。相传是张良根据八卦演绎而来。这种游戏，张店村里的男女老少都会玩。棋子不多，棋盘随手画来，棋局却千变万化，结局往往出乎意料。“无常胜、知变通”的祖先智慧，就融入在这街头巷尾的游戏中。“张良摆山阵”不仅锻炼人的逻辑思维能力，还培养了大局观念，让人们在闲娱娱乐时，思虑着变化之策。这种古老的游戏不仅在日常生活中给人带来乐趣，而且在战争年代还发挥了重要作用。据当地地方志记载，抗日战争时期，张店村人张树禧，就用“张良摆山阵”中的谋略，保护了村庄，掩护了百姓。他首先采用摆山阵中的“四门阵法”，让人把村庄的四道寨门全部关闭，并让村里人保持安静，他自己则带领着部下巡视城墙，看到日本兵来到寨门前时，朝日军头目的马屁股开了一枪，日军头目摔落在地，慌忙跑回县城。张树禧一边让村里的乡亲赶快转移，一边带领部下把四道寨门全部打开，然后才出了村。日军派来了增援部队，见寨门打开，街上空无一人，正在犹豫是否要进村时，身后突然响起了枪声，张树禧带领部队绕到鬼子后面包抄了上来，打了鬼子一个措手不及，日军仓皇逃走，再也没敢来张店村侵略百姓。

如今，越来越多的年轻人走出了张店村，但家乡的父老乡亲用一个特殊的方式，把这些优秀的人才与家乡紧密地联系在了一起。村里从1987年开始，每年都会邀请一位有所作为的青年回到故乡为学生们上一堂特殊的教育课，用他们自己的亲身经历、奋斗过程和外界新鲜的信息，激励后辈努力学习，见贤思齐。这些走出张店村的优秀人才，大都把这种受邀回乡给孩子们传授学习经验当做一种责任和光荣。

优秀的中华文化像一首古老的歌谣，在广袤的中原大地上不停地吟唱。古老的土地上“运筹帷幄之中，决胜千里之外”的一代名相张良，曾经播撒下的智慧种子，历经沧桑，早已生根发芽，重教启智的良好传统，在这里世代相传。

（本集编导：王星晨 孙清秀 摄像：李坡 王方 赵良宇）



陆巷村
江苏省苏州市东山镇
代代向学

“物华由天赐，地灵育人杰”。东有寒谷山、西有箭壶，背靠莫厘峰、面向太湖，层层叠叠的碧螺春茶树和漫山遍野的各色花果，把星罗棋布的民居包裹其中，背山面湖、树木掩映的苏州市东山镇陆巷村自古以来就是江南的富庶之地。优越的地理环境和气候条件使得这里一年有花、四季有果，3月、4月碧螺春茶上市，5月、6月枇杷杨梅成熟，7月、8月白果板栗丰收，9月、10月石榴柑橘飘香，村民们一年四季都忙忙碌碌，和南宋时刚迁居到这里的先祖们并没有太大的区别。

陆巷村中流传着一句古训，“积金积玉不如积书教子，宽田宽地莫若宽厚待人”，以学立业、崇文重教的陆巷村，古往今来先后走出过46位举人、41位进士和2位状元，还有院士与教授60多位，被誉为“宰相故里”“进士教授之村”。





解元



探花



会元

王氏家族人才辈出，赫然矗立的三座牌楼彰显了家族的文采风流。王鏊是莫厘王氏第10世祖，曾位列内阁宰相。他24岁高中江苏乡试第一，25岁得礼部会试第一，金殿皇帝面试又位列三甲，是村里人最为羡慕的“探花郎”。继王鏊之后，“耕读传家”的古老家风让王氏家族学脉长盛不衰，后代子孙大多颇有建树。据不完全统计，王鏊后裔至今已有5000多人，绝大多数学有所成，其中有中国科学院院士、中国工程院院士和知名大学教授。

90岁高龄的中国科学院院士王守觉，是中国半导体器件与微电子技术研究的开拓者之一，开创了中国半导体人工神经网络和多维空间仿生信息学领域的新局面。他们一家兄妹七人，个个充满了传奇色彩。大姐王淑贞是中国妇产科学的奠基人之一，与中国妇产科学主要开拓者林巧稚齐名，素有“南王北林”之称；大哥王守竞是中国第一位研究量子力学且成果卓著的学者；二姐王明贞是清华大学的第一位女教授，被誉为“中国的居里夫人”；三姐王守璿从清华大学毕业后从事物理著作翻译；二哥王守融曾历任南开大学、天津大学教授，是著名的精密机械及仪器学家；三哥王守武也是中国科学院院士，中国半导体事业的开拓者和奠基人之一。在王守觉看来，王家之所以能够人才济济，得益于儿时的家庭教育。父亲的教育方法可以总结为“三句半”：一是“言教不如身教”；二是“多说不如多看”；三是“尊重自我发展”；最后半句是“少管”。除了这三句半的家风，王守觉还记得，儿时父亲经常教育他们不要死记硬背，而要培养独立思考问题的方法和能力。王守觉退休以后，故土情深的他回到故乡养老。前些年身体条件允许时，他经常邀请孩子们来家里做客，给他们讲述自己的求学故事，他也经常去学校为孩子们开办讲座。从2013年开始，他以个人名义在东山镇设立了“希望奖学金”，鼓励家乡子女以学为乐，努力读书。

校园里东山籍院士的简介被放置在一个显眼的位置，从家乡



王鏊巡游仪式

走出去的学界泰斗总是学子们争相效仿的榜样，在家乡兴文重学风气的熏陶下，更多的陆巷村后人像王守觉院士一样，学有所成之后又回到家乡捐资助教，把浓浓的乡愁化作对家乡教育事业的支持，让崇文重教的良好风气一直不衰歇。2014年10月19日，来自中国14个省市的270多位莫厘王氏后裔齐聚陆巷村拜谒祖先，庆祝“莫厘王氏家谱续集”修订完成。82岁高龄的王守青老人是这次续修家谱的主要负责人，呕心沥血修谱十年，个中艰辛老人一言难尽。他传承了王家“兴学重教”的家风，把“不求金玉重重贵，但教儿孙个个贤”、“尽我之力，以学一业”等家规祖训浓缩成为“好学、重礼、勤俭、忠厚”的新家风，写入续修的家谱当中，教育后世子孙。

每周六都会在陆巷村上演的“王鏊巡游仪式”总是热闹异常，村民和游客都可以穿上古装，或扮演王鏊，或扮演王鏊的学生和后代，陆巷村先贤的故事就这样在村民中口耳相传。代代向学的精神，使得这座有着几百年历史的古村落，一直生机勃勃，久盛不衰。

（本集编导：朱军 唐天骄 摄像：阮健 任红光）



喜
洲
村

立学育人

云南省大理白族自治州
大理市

天孕地育，自然造化。苍山洱海之间，大理古城之畔，有一四季如春、文风鼎盛的村落——喜洲村。世代生活于此的白族人，立学育人，繁衍生息，创造出了悠久的历史和文化，成为了大理文脉、白族文化的重要发祥地之一。

797年，南诏王在唐朝军队的帮助下统一了洱海地区，在喜洲设立行都，称大厘城。此后的50年间，每年都有800多白族子弟从这里起程，带着南诏王的期盼，翻越崇山峻岭，前往四川成都学习儒家文化。据《资治通鉴》记载：“业成则去，复以他弟子继之，学于成都者殆以千数。”这可能就是喜洲学子外出求学的最早记录。





古民居

明清两代，喜洲村中已流传着“一门三进士，同科四举人”的佳话，也造就了“二甲进士 80 个，举人贡生数不清”的美称。明朝正德年间，村里专门为考取进士者而修建了石坊，将在科举中取得功名的人的名字都镌刻在石坊之上，称之为“题名坊”。村里残存的“让解桥”，也留有一个故事。相传在明朝弘治二年，喜洲学子杨子云与杨宗尧在村口的一座石桥上相遇，他们都是去参加乡试，两人都对自己的学识很有信心，但他们也都清楚，同一次乡试，解元只能有一个，于是师弟杨子云就谦逊礼让，放弃了这次乡试，杨宗尧果然不负所愿，高中第一名。在村民的心中，“题名坊”和“让解桥”是勤读、励学的标志，它们的存在对于启迪后学有着潜移默化的影响。村中至今还保存着明清以来的古建筑、



苍逸图书馆

古院落 100 多座，在这些古民居的外墙或照壁上，立学育人的题词随处可见。如杨姓的“清白传家”，张姓的“百忍家风”，赵姓的“琴鹤家声”，等等。不同姓氏的家族都有传承已久的家规祖训，时刻提醒着居住在这里的后世子孙，谨守祖先的教诲。

“在家可做锦绣文章，出世可为国家立业”。在喜洲村众多古宅中，有一座“七尺书楼”矗立在大界巷上，它是“让解桥”学子杨士云的故居。正德年间，杨士云先中解元，后又高中进士，入翰林院为官。可身居高位的他却从未在喜洲扩建过自家的宅院。他为官不久，父亲就去世了，回喜洲料理完丧事后，杨士云见老母年迈，就选择了在家孝养母亲。人们劝他回去做官，杨士云却说：“太孺在堂，何忍离去”，他一边侍奉母亲，一边研究学问。母亲离世后，杨士云回到北京，但见官场腐败，于是再次以病请归，终日坐卧小楼，悉心读书。当时很多官员前来拜访，希望他复出，都被他坚决拒绝了，杨士云潜心学问，直至去世。他那“淡泊名利”的品格，正是杨家“清白传家”



广东省恩平市圣堂镇
歇马村
古今励学一脉相承

读书法，心眼正，勿自暴，勿自弃，圣与贤，可驯致……朗朗书声从广东省恩平市圣堂镇歇马村学堂传出，一群衣着整洁的孩子排列整齐地站在孔子像前诵读着启蒙课文。每年的九月，依山傍水，风景优美的歇马村都要为当年发蒙入学的孩子举行“开笔礼”。“崇文重教”的传统，犹如这一庄重典雅的仪式，已经在村中延续了400多年。在村里博学多识、德高望重的老人带领下，孩子们诵读着圣贤名言、祖宗遗训和启蒙课文，开启了人生新的篇章。

歇马胜仙境，坐落锦水边。古村古巷先人建，村庄壮观景色妍。据歇马村《梁





江翁梁公祠

氏族谱》记载，岭南梁氏的祖先梁绍在宋神宗时期从中原迁到韶关珠玑巷，他的子孙继续南迁，来到了珠江三角洲。元朝至正年间，梁绍的后人梁永寿定居阳江，其子梁江又迁到恩平境内的锦江河北岸。经过多年发展，梁江所建立的村庄逐渐形成骏马形状，村里的老人说，这就是“歇马村”村名的由来。

歇马村古今励学，一脉相承。《梁氏族谱》还记载：先祖梁抚民从珠玑巷南迁到广州附近后，靠养鸭为生。有一天，一位游手好闲的邻居来到梁抚民家，向他借了一百文钱，留下字据为凭。到了还钱的日子，梁抚民找到那位邻居要求还账，谁知邻居反倒说是梁抚民借了他的钱，并且拿出字据为证。原来，那位邻居欺负梁抚民不识字，故意把梁抚民写成了借款人。梁抚民遭受了莫大的耻辱，明白了读书识字的重要性，他不再让四个儿子跟随他养鸭，而是激励儿子们发愤读书，增长学识。

后来他的孙子梁江迁到了恩平一带，成为歇马村梁氏的开村一世祖。梁江秉承先祖教诲，叮嘱后代再苦再穷也要让孩子读书，“笔筒量米也教子读书”的祖训，成了歇马村梁氏家族代代遵守的族规。读书维系了整个家族的凝聚力，提升了整个家族的水平。锦江河畔的公园里散落着200多块石碑，上面镌刻着歇马村历朝历代获取贡生、监生、举人及以上功名的梁氏子孙姓名。

歇马村还流行着“奖励稻谷，资助学子”的励学制度——“学谷制”。相传，明朝末年，曾在湖北卢溪任知县的梁体性返回歇马村，牵头设立了书馆、书室和私塾，所有梁氏子孙都能免费入学，由梁氏公田承担一切开销。从那时起，村里的五所祠堂里就都响起了朗朗的书声。虽然免费入学制度使所有孩子都有进祠堂念书的资格，但是贫困家庭的孩子往往很小就要下田干活，或者平日打短工挣些稻米补贴家用，许多孩子还是不能安心在学堂读书。为了鼓励孩子多念书，梁体性与族人商议，将村里公田打下来的谷子，每年定量发给读书的孩子。只要读书就有饭吃。孩子考取秀才，村里每年供给“学谷”12箩；如果考取举人，每年供给的“学谷”会增加到24箩，并且可以终身享受。就这样，“学谷制”带动了整个家族的子孙去读书。

歇马村土地为沙性，不适合农作物生长，只能种萝卜和其他蔬菜，村民的日子过得并不富裕。但歇马村人宁可苦着自己，也绝不耽误孩子前程，即便是在生活最困难的时候，也要让孩子



功名路



朴树

进学堂念书。歇马村旅居香港的乡亲梁佐模仿祖先的“学谷制”建立奖学金，无论哪位学生，只要考取恩平市的重点中学，学生本人以及他的任课教师都能获得奖励，奖学金由梁佐负责筹集。这项决定公布以后，极大地激发了教师的教学热情和学生的学习积极性。就在当年小学升初中的考试中，崇本小学有4人同时考入了恩平市的重点中学。为了兑现诺言，梁佐顶着盛夏的酷暑外出筹集资金，3天里筹集到了3万多元。他连夜赶回歇马村，与校长商议谋划奖学金发放仪式。在放暑假的前一天，所有奖学金全部兑现。发放仪式上，梁佐自己还拿出1000元，专门奖给了小学校长。他甚至卖掉了自己在香港的唯一的房子，将卖房款全部用于歇马村崇本小学的翻建，使得歇马村的孩子不用出村就可以上学。

“十年树木，百年树人”。锦水河畔的励志园，几十棵朴树枝繁叶茂，笑傲西风。600多年来，歇马村人前后相继，植树育人，延续着祖先“勤耕苦读、崇文重教”的传统。

（本集编导：王宝成 邓丽娟 摄像：张研 郑磊）



广西壮族自治区玉林市
博白县

金圭塘

崇文重教

“三槐世泽，两晋家声”，铿锵有力的祭文宣读声，打破了广西省博白县金圭塘村的宁静。袅袅升起的香烟，弥漫在古老的宅第之中，给这一历史悠久的建筑增添了几分优雅、几多想象。匍匐拜倒在祖先牌位下叩首祈福的王氏后裔，虔诚地诵读着先祖遗训。他们沐浴着祖先的荣光，个个精神抖擞，充满活力，从他们肃穆而又不失振奋的表情背后，能看出他们对先祖的崇敬，或许他们都在憧憬着继承“崇文重教”的传统以重现家族的昔日繁华。

这是一个客家村落。经历了千百年战乱洗礼的客家人，在迁徙过程中形成了耕读传家、崇文重教的传统，他们通过耕田力作奠定家业，敦促子孙勤奋苦读，获取功名，延续家族的兴旺。金圭塘村王氏家族源远流长，先祖王道衢是从福建迁到广东博白的王氏文谟公第10代孙，明朝末年，王道衢在这里建村拓业，并于1657年



建起王氏祠堂。相传，金圭塘村名就是在挖塘建祠时，挖出了一块一丈见方、晶莹透亮的白玉圭而得名。王氏祠堂上方，有一篆刻着“两晋家声”四个大字的匾额，讲述了王氏家族自西晋伊始人才辈出的故事。王导、王敦，都曾出将入相，功勋卓著，享誉士林。王羲之、王献之，则是书法史上最为著名的书家父子，并称“二王”。王羲之的《兰亭集序》，被后世尊奉为“天下第一行书”，相传被唐太宗李世民带入了坟墓；王献之的“连绵体”行书，也独具风格，被乾隆皇帝收入“三希堂”法帖之中，视为“国宝”。王氏视“两晋”为家族昌盛光辉的时代，尊称为“家声”。与之相对的“三槐世泽”，彰显的是宋朝时王氏家族的人文鼎盛，官运亨通。宋太祖时，王氏家族中出了父子同朝为官的典范。兵部尚书王祐，其子王旦青出于蓝而胜于蓝，担任了宋朝的宰相，更为特别的是，他的3个儿子分别任兵部尚书、户部尚书、工部尚书，非常荣耀。

开基祖王道衡生有5个儿子，都中了科举，五子登科，名噪一时，为金圭塘王家五大房系的后人树立了“崇文重教”的榜样。为了让后人延续家族文脉，王道衡续修了《王氏家谱》，立下了12条家训，崇文重教的内容居其中显耀位置。在《王氏族谱》家训第3条中，“蒸尝当裕”，颇为重要。“蒸尝”是王氏家族的族产，它的用途很多，除了祭祀外主要用于办学，保证家族子弟享有入学受教育的权力。王道衡用“蒸尝”财产建立了合族公议书房，创办族学，请私塾老师给孩子们上课，





王力雕像

普及启蒙教育。这种用整个家族的财力来保障孩子受教育的方式，使得金圭塘王氏家族人才辈出。明清时期先后有 15 人进士及第，近百年来走出研究生、留学生 98 人，大学生 2000 多人。

中国著名的语言学家、教育家、翻译家王力，是金圭塘王氏家族中走出来引以为傲的典范。1924 年，24 岁的王力得到了家族“蒸尝”财产的资助，到上海的大学求学，两年后考入北京清华大学国学研究院，师从梁启超、赵元任等国学大师。

1931 年，他以题为《博白方音实验录》的论文，获得了法国文学博士学位，随后回到祖国先后在清华大学、西南联大、岭南大学、北京大学等八所大学从事语言学教学及研究，培养了一批又一批语言学工作者，桃李满天下。受家族“崇文重教”传统的影响，王力先生去世后，他的夫人夏蔚霞遵照丈夫的嘱托，将最大的一笔遗产《王力文集》20 卷的全部稿费捐赠出来，设立了“北京大学王力语言学奖”，从 1986 年开始评选颁发。她还将王力珍藏的近 5000 册中外文图书，全部捐给了北京大学中文系。王力的儿子王缉思用北京大学奖励的 50 万元成立了奖学金，但他没有用自己的名字命名，而是取名凌霄，因为直着往上长的凌霄可以爬得更高，他希望学子能把学问做得更好，品德更高尚。受王力一家精神感染，事业有成的王祥林也在自己的公司里设立了基金会，用于解决企业职工养老、生活以及子女就学等问题。在金圭塘，他遵循父母“聚贤成林、同济众生”的意愿，创建了贤林慈善爱心协会，为族人扶助危急，助教奖学。

每年的农历二月十五，金圭塘王氏家族都会召集族人在王氏祠堂祭祀祖先。之所以选择在祠堂隆重奖学，就是要让家族的光荣与梦想世代传承下去。

（本集编导：宁国铭 摄像：宁国铭 伍玉辉 蓝云剑 李南）



福建省武夷山市五夫镇
兴贤村
学以近贤

金秋九月，大地流金。沐浴着温煦的阳光，相伴着朗朗的书声，一场盛大的敬礼活动在福建省武夷山东南的兴贤村兴贤书院里举行，学生们身着宋时汉服，诵读《朱子家训》。在这风光秀丽、有着“邹鲁渊源”美称的村庄里，效仿圣贤、追求贤达的古风从未消歇。村民们自觉地秉承朱子古训，遵从朱子“圣人可学可为”的教导，凡八百年，敬效不辍，传衍至今。

兴贤书院，雕栏画栋，古朴的牌匾上，写着“洙泗心源”四个大字。起自山东曲阜洙水、泗水的教育渊源，道出了兴贤人对“孔孟之道”的尊奉和追捧。当年，一代大儒朱熹在这里授徒讲学，带领学生行“释菜”之礼，教育他们以圣贤为榜样，格物致知，诚意正心，开启了古代闽北乡学兴贤毓秀之先河。朱熹在兴贤村读书、讲学，生活了40多年，他广开书院大门，准许贫困学生免费入学，留下了著名的“朱子家训”以及众多的历史典故。据史料记载统计，仅宋一代，兴贤地区进士及第者便有182人，状元3人，而且这些学子大都出身平凡。自此，兴贤村人把那些曾为教育事业做出过贡献的人尊为“乡贤”，把推广教育的措施称为“首善”之举。

“读书乃起家之本”。相传年幼时的朱熹因贪恋桃花盛开美景，错把桃花的“桃”写成了挑水的“挑”字。忽然，窗外雷声阵阵，狂风突起，一场大雨打落了满树桃花。朱熹很伤心，他决心聚精会神地写完1000个“桃”字以示对自己的惩罚。当他写完后，他惊奇地发现，桃花又绽放了，比以前的还绚烂鲜艳。父亲教育朱熹说：“只要专心致志，勤学苦读，连桃花都会为你再度盛开”。后来，这个美丽的传说便在

福建一带流传开来，成为著名的“半亩方塘二度桃”典故。

兴贤村里有一项国家级非物质文化遗产——龙鱼戏。龙鱼是一种龙头鱼身的龙，又称“鱼化龙”，寓意学子只要一心向学，便可脱胎换骨，从一尾普普通通的鱼变成天之骄子、人中龙凤。从宋代起，每逢士子中举或应试入贡，村民们都会用竹子编制成龙鱼形，蒙上绢布，绘上色彩，制成龙鱼灯，以庆贺士子中举登科。

古往今来，那些口耳相传的圣贤故事，影响着一代代兴贤村人，而且人们从不空谈“兴贤”，总是在实践中不断完善。村民王苏英的儿子罹患尿毒症，需要做肾脏移植手术，可家里却拿不出那么多钱。村民们听说后，尽管并不宽裕，但也纷纷捐助王苏英。一位不熟的茶老板借给了她2万元，连欠条都没让写。等到王苏英省吃俭用攒够了2万元想要还给茶老板，却发现那位好心人已经联系不上，原来他自始至终都没有想过让她还钱。为了传递这份“爱心”，王苏英主动找到了红十字会，签下了身体器官的捐赠同意书。在这种相互关爱、以善相待的氛围当中，兴贤村人过着安乐祥和的日子。

朱子家训中讲到“勿以善小而不为”，“人有善，则扬之”。兴贤村也有句老话：“良田多不如心田好”。兴贤古街上的凤凰巷内有一座朱熹当年创办的五夫社仓，在丰收年份，粮食借给村民，收20%



龙鱼戏



回字形民居



百叟宴

的利息，在发生自然灾害的时期则为村民免息提供，这样使得粮食能逐年增加，一劳永逸地解决了赈灾粮食不足的问题。朱熹的这一做法，不但得到了宋孝宗的认可，还推广到了全国，让更多地方的百姓受益。数十代兴贤村人不懈践行，让这些小善大德汇聚成河，熠熠生辉。

朱子家训中说：“子之所贵者，孝也。”每年重阳时节，家家都会购买“孝母饼”给老人享用。“孝母饼”的故事，也源自朱熹。相传，朱熹的母亲特别爱吃儿子做的酥饼，朱熹每次出门远行之前，都要亲手制作大量酥饼，以慰老母思儿之情。

“孝母饼”流传至今，成了当地的标志性食品。这种酥饼以精心挑选的花生为主料，经手工反复研磨，前后经过41道工序。刚刚出锅的“孝母饼”满含芝麻与花生的馥郁香气，轻咬即可入口，特别适合老年人食用。兴贤村每年都会举办“百叟宴”，为周围五个村落中年愈70的百位老人创造了一个沟通和交流的机会，慰藉着老人们的心灵。

兴贤古街周围的民居呈“回”字形建造，横平竖直的格局无言地诉说着兴贤村人世代相传的美德。宋时风雨今日晴。800年的造化沿袭，让今天的兴贤村人拥有了如此甜美纯净的笑容。不论富足还是贫苦，人们一直都在追逐圣贤的脚步，不断学习实践圣贤教诲，不求成圣，但求近贤。

（本集编导：岳玮 陈颖 摄像：张胜奕 刘镇宇 谢东霖）



湖北省恩施土家族苗族
自治州利川市

鱼木寨

崇文尚学

鱼木寨，山高峻，四周壁立，形如鼗鼓。寨门奇伟，雄跨进寨之路。两侧绝壁耸峙，楼借山势，山借楼威，浑然一体，有着一夫当关万夫愁之险峻。鱼木寨位于湖北省利川市的大山深处，是土家族传统聚居之地，鼎盛时期，寨中有人口 500 多，如今依然有 300 多人居住于此。对于外地人来说，出寨之路是一种探险般的经历，但鱼木寨人却要每日面对，视天险为平常。在漫长的岁月里，鱼木寨遗世独立，封闭的自然环境，庇护着鱼木寨人躲过了无数次劫难，磨砺出了他们坚韧的性格和坚定的信念。

大型墓葬，是鱼木寨的一大奇观。最早的建于清代道光十五年，目前保存相对完整的还有十座之多，墓主多为向氏先祖。这些墓葬的碑刻规模宏大，雕饰华丽，气韵生动，散发着浓厚的文化气息。向梓墓堪称其中精华。向梓，约于 1826 年出生在书香世家，他从小勤奋读书，长大后精通国学，是鱼木寨的文化乡绅，被清政府赐赠封典。向梓的儿子



大型墓葬

霖斋，因品学兼优，授例入国子监。博学传家的向氏得皇家恩宠，逐渐成为了鱼木寨的名门望族。鱼木寨里其他九座大墓的碑刻，也在无声地诉说着墓主人的文化追求。有人统计，仅成永高墓碑上第二层所刻历史故事、本地风物，总数就多达 100 余件，变形龙雕亦多达 70 多件。精细的雕刻，经典的布局，好似一部部生动的图书、一场场精彩的戏剧，讲述着中国文化的精髓，传达出古老传统的神韵。偏僻而寥落的顽石，略带着几分沧桑与坚韧，见证着流逝的岁月风霜。

如果说大型墓碑构成了鱼木寨的文化底色，那么向氏族谱却给后继者指明了方向，向氏先祖将崇文尚学的传统和教子读书的期盼写进了族训，并制定了明确的奖励制度。向廷富是向梓的第六代孙。他的父亲很早就去世了，在 6 岁那年，母亲从衣柜里翻出几本有些破旧的古书，告诉他这是向家的族谱，也就是从那时起，他了解到了祖先的故事和教诲，他开始跟着族谱识字，明白了母亲经常督促他读书的良苦用心。6 岁的向廷富虽然并不懂得读书的真正含义，但他知道读书的事必须认真对待。由于家境贫困，向廷富初中毕业之后就辍学了，这成了他一生的遗憾。于是，他把读书的理想寄托在了下一代身上。可命运却又一次跟他开了一个玩笑，他的大儿子向诗念在读高中时因身体原因而辍学在家，之后也没有继续上学。长大的向诗念在外承包工程，深感自己知识不足，处处受限，便主动自修学习。向诗念的读书行动，



化字炉



六吉堂

让向廷富稍稍感到了些许安慰。

鱼木寨北端的樟凤坪，是向氏家族最初的聚居地和发迹之地。其中的一块巨石上，矗立着一座字库塔，当地人称之为“化字炉”。以前，向氏子弟在习文练字之后产生的字纸，都必须集中到“化字炉”里焚毁，不可以随意丢弃。虽然这座字库塔的具体年份已无从可考，但却见证了向氏家族勤学苦读的历史。

“六吉堂”原是村中向氏家族的私塾，“训子格言”是私塾的一块劝学碑，向氏家族的子孙和鱼木寨上外姓适龄子弟，都在这里接受传统教育，一起诵读“训子格言”。六吉堂内孩子们稚嫩而又高亢的诵读声，让百年老宅“六吉堂”充满了生机。如今，鱼木寨上已陆续走出了50多位大学生，占到了全村人口的百分之十，他们中有博士，有大学教授，有的还在国外重要研究机构担任要职。鱼木寨，这个方圆仅3平方公里的弹丸之地，不但为其间生活的人们提供成长的物质养分，也为他们的精神提供着腾飞的能量。

面对群山沟壑，悬石天梯，鱼木寨焕发着勃勃生机，背后支撑养育的其实是中华民族“崇文尚学”的传统文化。

（本集编导：黄伟麟 摄像：王显然）



福建省龙岩市永定县
洪坑村
重教明理

土楼



远离浮世的喧嚣杂乱，时光在此处尽情地挥洒着浓墨，书写着教育传奇。洪坑村，位于福建省永定县，山川秀美，地杰人灵。俊逸端严的土楼，被青山绿水环绕。“重教明理”的祖训，世代相沿，走入现代，文脉仍延绵不断。

洪坑村，是一个林姓家族聚居的客家村落，至今仍有2000多位林姓后人生活在这里。自元末明初，林氏始祖为躲避战乱客居于此，开山垦田，修屋建桥，客而为家，形成了如今独特的客家文化。村里现存的36座形态各异的明清土楼，彰显着这个客家古村曾经的富庶和兴旺。洪坑村重教之风盛行，每座土楼都设有私塾。私塾或设在土楼的中厅，或独立于土楼之外，但距离不会超过几米，这样就使得土楼里的孩子无论贫富都能够受到良好和均等的教育。

建学助学被洪坑林氏看成是最大的善行，凡有人修建学堂都要在族谱中记录表彰。其中，林仁山兴建日新学堂的故事最为族人津津乐道。日新学堂是村庄里最古老的学



堂之一，多年来老校长坚持为洪坑入学孩童讲解着学堂的历史，主持着传统的破学启蒙仪式。破学，是洪坑村新入学的孩子读书必须经历的一个特殊的仪式。这天，每个孩子都需带上葱和状元糕，葱喻示着小孩长大后能聪颖；状元糕，则寄托着洪坑人对子孙勤奋学习、读出好成绩、考取功名的美好愿望。客家人看重读书，破学礼在洪坑村代代相传。孩子们在圣人孔子像前跪拜行礼，接受了启蒙授书，从此就走上了尊师重教、求学明智之路。

“家业既兴，子孙万不可修宅建屋，贪图享受，一定要先修学堂后修楼”，这是族裔林仁山的父亲林在亭临终前的遗训。林仁山被洪坑村人尊称为三达公，清朝光绪年间，洪坑村所在的永定地区遍种烟草，林仁山跟着父亲经营烟刀生意发了大财。然而，好景不长，林家父子的烟刀坊经受了巨大的冲击，洪坑老式的烟刀在工业化的时代逐渐被淘汰，父亲林在亭决心散尽家财也要在洪坑修建一所新式的学校，让子孙后代能够学习到先进的技术。父亲死后，林仁山继承遗志，倾囊而出，耗时三年修建了日新学堂，开设了算术、音乐等新学课程，供全村子弟读书。学堂设计精巧，中西合璧，既像楼阁又像亭台，有个秀才曾经题联一副“得水得山得明月，半楼半馆半亭台。”足见林仁山的用心。林仁山倾其所有建造了日新学堂，践行了父辈“先修学堂后修楼”的祖训，使得洪坑人得以在日新月异的时代中获得源源不断的新学力量，也让洪坑村的文脉在后来的百年岁月中得以兴盛、绵延。

享誉世界的“土楼王子”振成楼，是在林仁山兴建日新学堂14年后家族所修建



日新学堂

的家宅。振成楼由内外两环同心圆楼组成，楼高四层，拥有160个房间。客家人修建土楼大多围合建造，为的是让家族成员得以在恶劣的自然条件中聚族而居，繁衍生息。振成楼兼具



外婆桥

了中式建筑的古朴典雅和西式设计的富丽堂皇，它由早年曾留学日本的林日耕的父亲亲自设计。洪坑林氏将家规族训用楹联的方式镌刻在土楼之中，延续着家族崇文重教的思想，希望子孙读书明理，能够修身齐家治国平天下。岁月流转，瓦面上的字体已经斑驳，但匠心独具的设计，却将家族“崇文重教”的理念较好地保存了下来。

洪坑村有一座月娥桥，村里人都习惯叫它“外婆桥”。一位外婆凭借一己之力抚育八个孩子成才的故事，是洪坑村人难以忘怀的共同记忆。“外婆桥”纪念的女性，名叫江月娥，15岁那年，她从有着“土楼之王”美誉的承启楼嫁到洪坑村的福裕楼，婚后不久她就随丈夫去闯南洋，夫妇俩辛勤经营，日子过得充实富裕。太平洋战争爆发后，为躲避战乱，江月娥和丈夫回到了家乡，然而不幸的是，一场瘟疫袭来，她的公婆、丈夫、弟弟和弟媳相继去世，留下8个年幼的孩子。江月娥用皂角制肥皂，用松树根烧火照明，她想尽办法节约每一分钱供八个孩子读书，无一辍学。今天她的家中有老少128人，其中28人念了大学，3人出国留学，可谓人才辈出。

西晋中原起烽烟，衣冠士族往南迁。筚路蓝缕多磨难，闽粤赣边创家园。客家洪坑人，一代代践行着崇文重教祖训，不负祖先读书明理的教诲，也实践着知识改变命运的追求。

（本集编导：卢肖伯 摄像：吕中华 孙明星）



浙江省金华市浦江县
嵩溪村
美育世代传

青石粉墙黛瓦，小桥流水人家，位于浙江省浦江县的嵩溪村，犹如一幅自然孕育点染的水墨画卷。

宋代绍兴年间，徐氏先祖爱慕这里山川秀美，举家迁徙而来，因村中有嵩溪澄碧，穿村而过，取名嵩溪村。后来邵、王、柳、褚等多个姓氏家族，也陆续迁来此地居住。800多年来，静谧的田园生活和悠久的儒家传统，不仅赋予了嵩溪村人清雅淡泊的家风，更陶冶人们对美的感受，将山川诗画之美作为世代相守的共同追求。

徐小丰是浦江县实验中学的一名美术教师，他从小在嵩溪村长大，十几年前才离开村子到县城居住，不过每逢周末，他都要回到嵩溪村，因为这里有一群孩子正





四教坊

等待着他的教育。四教坊曾是村中徐氏家族的私塾，如今成为了周末国画班的课堂。大多数同龄人都还在刚刚学会提起毛笔的时候，嵩溪村的很多孩子已经掌握了水墨的调和，将浓淡干湿运用得熟练自如了，这一定程度上得益于村中800多年来形成的诗画氛围。

嵩溪村的书画之风由来已久，与村子天然优美的地理环境有关。村南的鸡冠岩，是金华第一高峰，山中一左一右流出两条溪水，在村口汇流一处，将嵩溪环抱其中，四周群山屏立，进出只有一条小路。这样隐秘清净之地，充满着恬淡自然的诗情画意。嵩溪村人生活在山水之中，陶冶出了一份对美的敏感、欣赏和热爱。这里自古就有题诗赠画的生活习俗，亲友之间逢年过节都会以绘画和书法作品相互馈赠。在当地还保留着请书画名家来家里墙壁题诗作画的风气，在嵩溪人看来，家中能有一幅清远淡雅的好画，要远远胜过金银珠宝。

自宋代以来，嵩溪村民十分重视对于孩子的美育熏陶。嵩溪村里，文人画家世代辈出。清朝中期徐子静善画花鸟风物，生动传神。清末徐希仁的山水画清雅悠远、诗画俱佳。除了文人雅士，村中男女老少擅画爱画者不计其数，行走在村中，随

处可见留存至今的壁画题词。一些看似不起眼的古画，往往是村民心中珍爱倍至的文化瑰宝。嵩溪村人的美学追求和人文情怀不仅体现在笔墨之上，也在整个村落的建筑布局上有所反映。其中最具特点的便是利用高超的建筑技巧在一条溪水上盖房建屋，人工创造出了一条地下暗溪。这既解决了村庄用地紧张问题，也对应了风水中阴阳相生的要求，每隔 100 米留出的缺口，也给村子增添了曲径通幽的美感。

“云裹芒鞋露吻裳，登山穿涧唤朝阳”，“刀调铿锵千古应，涛声浩荡万波昂”，这些朗朗上口又不失古意的诗句，都来自嵩溪村的村民。嵩溪人的风物人情，是他们创作的主要内容。凭借着得天独厚的自然资源，嵩溪人在富足的环境中追求着理想的生活。他们可以按照自己的喜好设计村庄，艺术地品味生活之美，清代时间闻名江浙的嵩溪诗社就出现在这里。清代康熙年间，村人徐敬臣创立诗社，结交文人学士，诗词作品在江浙一带影响很大，后来又有徐思祚、徐思琛等人相继主事，前后延续了 120 多年。一个村级诗社，能维系百年，这在历史上是十分罕见的。嵩溪诗社提倡的人文传统至今仍然在当地传承着，20 世纪 80 年代，嵩溪村人与县文联一起重新组建起“嵩溪学



嵩溪学社



昆曲什锦班



社”，诗文之风在嵩溪再次复苏。村中顽童，出口成章，这在嵩溪村，并不足为奇，而重建的嵩溪学社，对村中的孩子们也敞开了大门。本心乐为，才有“自修之志”。对诗文发自内心的热爱和数百年的文化底蕴，让嵩溪村民的诗作并不局限于乡村的打油诗，而是讲求对仗工整、符合韵律、营造意境。

文化的百年浸润，超脱淡泊的精神追求，也成就了嵩溪人的性格特点。与世无争、与人无争的气质沉淀在每个嵩溪人的身上。嵩溪蕴藏着大量的石灰资源，在古代相当于背靠一座金山，但嵩溪人从没有因此拒绝外乡人的迁入，从未因石灰开采发生过争斗。清淡秀美的山水，熏陶出了嵩溪人平和淡雅的生活之道。

“得山水静定多寿考，有诗书气必贤子孙。”这是邵氏宗祠门前的一对楹联。诗文书画，陪伴着嵩溪村走过了800多年的风雨沧桑，秀美山川和人文传统，带给了这座江南古村无限的灵性与活力。

（本集编导：黄丹青 摄像：穆怀利 韩汀）

编导手记

留一份智慧育子孙

/ 王星晨

因为制作节目，有幸来到了这个在河南本省也不太知名的古村落——张店村。和很多村子你要去深入了解有关信息才能确定是否有合适的主题方向不同，在我们还没有真正进入村中时，一座横跨道路的牌坊就已经让我们心中有了基本答案，“西汉留侯张良故里”，这是原中国文物研究所所长罗哲文特意给张店村题写的。

河南省平顶山市郟县李口乡张店村，是我国汉代杰出的政治家、军事家张良的故里。这个有着千年历史的古村落，背靠龙凤山，北邻汝河岸。山清而不险，水秀而不恶，可以感受到千百年前，古人在村落选址、规划和空间布局上天人合一，以及人与自然和谐共生的价值取向。吸引我们的不仅有随处可见的古建筑遗迹，还有张店村孩子们的眼睛，和街角空地上蹲着的兴趣盎然下棋的一群老人。

张店村孩子们的眼睛里没有怯懦、扭捏，闪烁着的是满满的好奇和自信。下棋的老人则眉眼舒朗，怡然自得。

老人们告诉我们，他们下的棋叫张良摆山阵。这是一种我们从未见过而在张店村已经流传了几百年的棋类游戏。

我无法控制对张良摆山阵的好奇心，正当我一边采访，一边寻思，采访后我一定要跟一位老者学习这个古老的棋类游戏时，一位满身尘土的老人悄悄将一沓打印好的稿子，递到了我的手里。稿子中详细地介绍了关于张良摆山阵的历史渊源和各种阵

法，以及下棋步骤、民间传说、历史意义等，每个章节都撰写得条理清晰。

他叫张松成，张良第69代孙，我们来采访时，他正在家中修缮房子，听说我对张良摆山阵感兴趣，就急急忙忙跑到村外的复印店里，把自己多年研究编写的张良摆山阵资料打印好送了过来。不等我们感谢，他还兴致勃勃的为我们读起自己撰写的歌谣：“这个



游戏真好玩，只动手脑不花钱；谋圣张良八卦阵，今人又称叫摆山；只要二人有空闲，就地取材便能玩；你画山来我找子，一两分钟就开战；你输我赢一笑完，重新再战我变山；输赢一盘又一盘，至简大道在里面。”他布满灰尘的脸上写满了对自己祖先智慧的热爱与自豪，说自己几十年一直在村子里研究推广摆山游戏。

为了更详细地了解张店村张良后裔的来龙去脉，我们询问张店村村支书张良第69代孙张国志是否有张良后代的家谱。张支书连连点头：有，有，有！

不久，一位风尘仆仆的干部模样的女同志，就来到了我们面前。张支书介绍，她叫张华烨，是众多从张店村走出并走上领导岗位的女性。

随着张华烨小心翼翼地包裹严实的两本清版家谱打开。我们也了解了这两本来之不易的家谱故事。

原来这两本清版家谱，一直供奉在张店村的张家祠堂里，在那个一切古老的东西都会被当成四旧破坏掉的特殊年代，张氏族谱一夜之间不翼而飞。张华烨退休后，决心找到这份家谱，给后代一个传序家训族规的机会。村中有一个传说，说当年管理祠堂的张轻申为了家谱不被人焚毁，连夜私藏了家谱，可是他已经去世多年，这个家谱会不会就在他的儿子手里呢？但是，不管张华烨说多少好话，张轻申的儿子都说从没有见到过家谱。

时隔多日，张家翻修老房，在房子的夹墙中掉出了那本家谱。原来，当年为了留下家谱，老人在家里砌起了一道夹墙，临终前，已经不能说话的他指着那道墙，咽下了最后一口气。为此，我们拍摄时多了许多的敬畏和感动。

张店村有庄重宏大的官宅和花门楼，木雕石刻更是古雅精美。好像随便在村子



转一转，不经意间就能踢到秦砖汉瓦。前朝的旧事书写在房舍的红石古墙中，仿佛先人刻意留下的悠远记忆。

可是我们仔细观看，却发现每一处古迹虽然都经过了精心的打扫，却能看出都曾经沾满了泥巴。陪同的退休老校长告诉我们，当年为了保护这些文物古迹，他们都曾经偷偷半夜起来，悄悄地把每一处古迹都用厚厚的泥巴糊上。要不是他们当年保护下这众多的古老遗迹，就不会有今天张店村到处可见的古建筑文物。

当我们感叹张店村的孩子脸上极少看到木讷和羞怯时，从旁边走出一位60多岁老者，他手里拿着一根长棍，带着与他白发不相称的顽皮样子说：“我给你们来段磕羊拐吧！”说着，就找了个对手开始一边对敲手里的长棍，一边嘴里念念有词：“磕、磕、磕，磕羊拐，咱俩来把张良说，说张良，道张良，张良像个大姑娘；说张良，道张良，张良敢刺秦始皇；说张良，道张良，张良献计给刘邦；说张良，道张良，得道成仙保故乡，子孙万代学张良……”他叫张有志，张良69代孙，退休后回到家乡热心从事关于张良民谣的整理工作。

后来我就明白了，张店村那些年少懵懂的孩子，正是在这田间地头，热闹简单的磕羊拐中记住了自己的根脉，记住了祖先的智慧，正是在张店村到处可见的古建筑遗迹中认识了自己的乡土环境，激发爱乡情怀。从家谱家训中，激发出他们求学求知的欲望，培养他们对知识及传统文化的神圣感情，从摆山游戏中，教育他们对事对人都要采取独到灵活和更加智慧的方式。

所以，他们小小的心田里早就种下了欢乐、自信、向上的种子。

当我们问到他们是什么原因让他们代代坚持，他们只是平淡地说，祖先留下了这么多好东西，不能在我们手里丢了，要留一份智慧教育子子孙孙。

名家品读

崇教育贤——中华传统之礼乐风景

/ 鲁健

在《记住乡愁》当中，崇教育贤占了相当重的篇幅，确实，谈到中华文化的传承，离不开教育的话题，如果说文化是河流，教育就是河床。中华传统中的礼乐文化并非是一朝一夕建立起来的，随着社会的变革，他也在以不同的形式和面目出现。中华文化历千年而存在，说是奇迹，倒不如说是礼乐的根本未曾动摇，教育的基础未曾动摇，精神的实质未曾动摇，廉耻之心犹在，仁恕之道久存。就像费孝通先生曾在《乡土中国》里说：“从基层看去，中国社会是乡土性的。这乡土性是能够接地气的，而由此产生的礼乐文化是和它相适应的。”所以，不管时代如何变迁，环境如何变化，文化传统、风俗习惯不会说没就没，即便是经过各种动乱的洗礼，礼乐之道总是以强大的生命力提醒它的存在，这种存在，是依赖于崇教育贤之乡土传统，是依赖于文以载道文以传家的文化习性，是依赖于守仁守礼的生活习俗。

礼乐风景——诗书传家

孔子讲：“不读诗，无以立。”中国人进入社会学习的传统初级读物不是数学、物理，却是《诗经》、《礼记》。譬如《记住乡愁》第二季里福建永定县洪坑村的破学仪式，家长为孩子准备意喻聪明的葱与状元糕，光是这个礼仪本身，已经有崇教育贤的礼乐风景了。这种礼乐风景不是孤零零地存在于生活之

外的一门技能，而是与生活融为一体的。中国传统文化精神是要把外面大自然的天性和人内心的德性天人合一而礼乐化，把教育的生活投进礼乐的世界中，使我们的人生成为一个礼乐的人生。中华文化传承数千年，读诗之传统也传承数千年，从“关关雎鸠，在河之洲”到“鹅鹅鹅，曲项向天歌”，我们从小都是在诗歌中感受“礼”、感受美、感受成长。

当然，除了诗文，还有书画，诗、书、画、乐，这些都是教育和文化传承的载体。这些文学艺术以一种朴素的方式伴随着生活一起传承。《记住乡愁》第二季浙江省浦江县嵩溪村，村中男女老少擅画爱画者不计其数。行走在村中，随处可见留存至今的壁画诗词。世代传承的书画熏陶中，展示了嵩溪人的美学旨趣和美育追求。一些看似不起眼的古画，往往是村民心中珍爱倍至的文化瑰宝。这些瑰宝是不能以经济价值计算的，因为中国人总认为经济生活只是整个文化最低的基层，只在经济生活上做打算是消极的。物质生活是有限的，有了相当满足即该就此而止。崇教育贤的礼乐生活，如文学、艺术之类，则是积极的，这一类的生活可以无限发展，没有限度。嵩溪村800年诗书历史看似很长，其实很短，因为在五千年中华文化中，这样的生活皆可无限向前。所以我们中国人亦讲三不朽，不朽者不在物之不朽，而在精神之不朽。如湖北利川市鱼木寨的字库塔，当地人称之为“化字炉”。以前，当地子弟在习文练字之后产生的字纸，都必须集中到“化字炉”里焚毁，不可以随意丢弃。如今“化字炉”中的字纸早已朽不可寻，但在鱼木寨那样一个荒僻之野，一个土家山寨上还存在这样的建筑，实是中国人礼乐风景生命的不朽。

礼乐风景——崇圣敬贤

中国文化重贤，就如西方文化重精英，但此两者并不等同。在

英文里，始终没有与“贤”相匹配的词语，因为中国人的贤者，全从传统文化崇教育贤的礼乐风景而来。在中国文化里，社会升华为人世，社会学之上即有人世的礼乐风景。社会是一时一世的，人世却可是悠久无疆的。宋代王阳明讲：“良知良能，愚夫愚妇与圣人同。”无论有何专业技能，便是砍柴的樵夫与端茶倒水的童子，只要能如先祖般执事敬、知良知、行良知，亦不妨碍他成为贤良。《记住乡愁》第二季里提到福建武夷兴贤村兴贤古街的凤凰巷内有一座宋代朱熹夫子创办的五夫社仓。宋朝年间，此地发生严重的自然灾害，赈灾粮食亏缺不足，百姓存亡命悬一线。朱熹苦苦思索，最终提出了解决办法：在发生严重自然灾害时，免去平日借粮所有利息。影响后世几百年的义仓、义社的精神全从这短短的一句话中而来。如今，当地的农村合作社继承了“朱子社仓”互助赈灾的精神。产物滞销，乡亲们无钱过年，合作社里的股东们合伙以高出市场价的价格收购乡亲们手中产物，让乡亲们过上好年。朱熹讲：“圣贤，只是做得人当为事尽。”精英是社会少众的，但贤者却可尽是社会大众的。

贤希圣，士希贤，精英的最高境界可以是教授、专家，贤者的最高境界却是“圣”。圣人根诸性，贤人学礼而后能，此古人所谓通天人之教者。河北平顶市张店村，村中居住着三千多人，大部分是汉初张良后裔。每逢张良诞辰，村中都为小孩举办破蒙仪式。《史记·留侯世家》载，张良一日步游下邳，逢一老汉令其两次取履履足，两次五日早会，验其至诚，后传其《太公兵法》，张良因以成王者谋圣。张店村的破蒙仪式，小孩双手恭敬呈一双母亲亲手纳制的鞋子于张良像前，即是崇圣。王安石《大人论》讲：“圣非大而不形，此天地之大，以古人之全体也。”王安石讲古人之全体，因人人之显圣方面不同，即贤良处不同。譬如圣之时者孔子，圣之清者伯夷，圣之谋者张良，皆是普普通通的人，与百姓同生。他们的言行后人虽未亲见，但从一辈辈师长口传身授与史书记载中，逐渐化育出对先圣的信任与敬仰，此即是我们所讲的崇教育贤。所以孟子讲：“充

实之谓美，充实而光辉之谓大，大而化之之谓圣，圣而不可知之之谓神。”圣而不可知者，实是白皑皑的一片贤良光明。中华之教育，正是从崇圣敬贤中汲取精神的力量，正因为如此，古代先贤之文化才能代代相传，先秦诸子、汉朝风韵、两晋风骚、唐宋名家才能在朗朗读书声中穿越历史。

礼乐风景——举贤育贤

文化传承，精神的根源在崇圣敬贤，血脉的流淌在举贤育贤。中国人的崇教育贤与西方精英的培育根本不同。西方的精英教育培养的是博学专家。博学专家常因掌握社会一般人所不具备的特长知识，所以在社会的某一行业成为精英。贤良与精英的界定在此分道扬镳。中国古代科举考试由举孝廉而来，而举孝廉又由荐贤良而来。中国人对育贤的要求，是在专业知识基础上，更应有一经世济世的志向。中华民族这株仙树，三千年开花，三千年结实，三千年桃熟，靠的即是对祖先大孝的循环报本而来。《记住乡愁》第二季里广西博白县顿谷镇金主塘王氏家族，每年农历二月十五，王氏家族都要在祠堂里召集族人，祭祀自己悠悠400年前的王氏始祖。叩首一声“弘扬三槐世泽，英贤竞秀，丕振两晋家声。”一口蒸尝，让即将升学的王氏子孙与王导、王敦、王羲之等祖先共同生活在了中华文明山河岁月里，生活在了传统文化无限的时空里。孔子说：“如其在上，如其左右。”冷冷孤灯下，秉烛夜读的学子们不再孤单，因为他们知道，只要与先贤们同执此心，游心浸熟，何愁不达佳处？人生未来的路径在古今纵横里无限延伸，只要与祖先们同此一心，求学路上就有无尽的师友。

《记住乡愁》第二季云南大理喜洲村的一块照壁上写着的一句杨氏家训“清白传家”，短短四个字，让人感受到虽空无一物，但却铿然有声的浴人春风。陶弘景有诗云：“问我何所有，山中惟白云，只堪自恬悦，不堪赠君持。”我想，崇教育贤的礼乐风景之境界就是这样洒脱……

图书在版编目(CIP)数据

记住乡愁·第二季 / 中国中央电视台编. -- 南昌 : 江西美术出版社, 2017.1

ISBN 978-7-5480-4521-2

I. ①记… II. ①中… III. ①中华文化—研究 IV. ①K203

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第181919号

责任编辑: 方 姝 陈漫兮
责任印制: 吴文龙
封面设计: 梅家强
版式设计: 郭 阳 林思同+先锋设计
文字撰写: 何世剑 喻 琴

记住乡愁·第二季

JIZHU XIANGCHOU · DI'ERJI

编者: 中国中央电视台
出版: 江西美术出版社
社址: 南昌市子安路66号
邮编: 330025
电话: 0791-86566309
发行: 全国新华书店
印刷: 浙江海虹彩色印务有限公司
版次: 2017年1月第1版第1次印刷
开本: 710×1000 1/16
印张: 18.25
书号: 978-7-5480-4521-2
定价: 48.00元

本书由江西美术出版社出版。未经出版者书面许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书的任何部分。

本书法律顾问: 江西豫章律师事务所 晏辉律师

赣版权登字-06-2016-402

版权所有, 侵权必究