



赵宏助书法作品

岁在辛未，“九一八”变起，白山黑水，烽火骤燃。国难既深，民气如焰。石泉陈雨皋，聚义士千人，立“国耻会”于兴安，愤东瀛之暴戾，哀河山之残破。乃创《雪耻》之报，笔作刀枪，文为号角，首倡于七师之间。学子振臂，自治会结；走上街头，呼号奔走。“抵制日货”声震汉水，“唤起民众”志薄云天。《汉声》周刊，传檄四方；焚烧劣货，以彰气节。然当局怯懦，竟逐贤良，酿“四二六”之事端，学子虽囚，精神不灭。兴安诸校，闻风继起，共援同道，正气凛然。

乙亥年冬，新校长至，悬鲁迅之像于讲堂，播普罗文学于庠序。尝书一联曰：“统治者鲁迅不死大盗不止，奴隶者曰先生永生救星永存。”于是青年感奋，彷徨不再，呐喊相从。丙子岁暮，西

汉水烟霞化墨韵

牛谦才

“老牛亦解韶光贵，不用扬鞭自奋蹄。”这句诗用来形容安康书法家赵宏助恰如其分。

从青年时代的拜师学艺到退休后的笃行不辍，从汉江之畔的默默耕耘到西湖之滨的展卷扬名，他以60余载光阴为纸，以万千笔墨为耕，在书法艺术的天地里踏出一条执着而坚实的求索之路，用一生践行着“自奋蹄”的自律与坚守。

赵宏助的“自奋蹄”，始于对传统文化的敬畏与深耕。1959年出生的他，自幼便对笔墨有着天然的亲近。真正开启专业之门，始于20世纪80年代师从安康著名书法家刘阳光先生。在恩师的悉心点拨下，他打下了坚实的传统功底，深知书法艺术“根在传统”的真谛。90年代，他又远赴西安，求教于陕西著名书法家陈少默先生。这份对名师的追慕与对技艺的渴求，让他在书法道路上始终保持着谦逊的姿态。2012年起，年过半百的他打破“五十不学艺”的成见，主动外出求学，转益多师，在名家的指引下拓宽视野，对笔法、墨法与章法有了更深刻的体悟；2024至2025年，年逾六旬的他再度走进中国美术学院专攻书法专业，在系统训练中精研技艺。

这份“自奋蹄”的坚守，更体现在

他对多种书体的全面涉猎与精深打磨。翻开他新近为友人书写的册页作品集，其中撷取的佳作，尽显“兼通诸体”之功：行草的飘逸、楷书的端庄、隶书的古拙、篆书的雄浑。他的行草取法“二王”，笔法灵动而不失沉稳，墨色浓淡相宜，将“书圣”一脉的雅韵传承得淋漓尽致；楷书主攻颜体，笔力雄健、结构宽博，尽显“颜筋柳骨”的大气磅礴；隶书博采众长，既有《礼器碑》的瘦硬挺劲，又兼《张迁碑》《好大王碑》的古朴厚重，于笔墨间勾勒汉隶的苍劲风骨；篆书则融合秦诏版的严谨与邓石如的圆劲，线条遒劲，透出古文字的庄重之美。从二王到颜体，从篆隶到魏碑，他对每种书体都深入肌理，而非浅尝辄止，这份“艺不压身”的追求，正是他对书法艺术极致热爱的写照。

厚积薄发，终得硕果盈枝。2019年12月，“在路上——赵宏助书法汇报展”在安康成功举办，反响热烈，成为他数十年笔墨修行的一次集中展示；今年3月，“旅杭望圣——赵宏助书法展”在杭州西湖边的林社开幕，由杭州西泠文化创意公司承办。此次展览不仅令其笔墨惊艳江南，更创下“安康人在杭州举办个人书法展第一人”的纪录，实现了汉江笔墨与西湖文脉跨越千里的对话。截至目前，

他的作品已入全国性展览三次、省级展览40余次，多件佳作被安康市博物馆、藏一角博物馆等机构收藏，安康多处景点的镌刻作品亦使其笔墨融入家乡山水。2009年，他随陕西省书法家协会代表团出访韩国进行书法交流，让中华传统笔墨在异国绽放光彩。

在创作之外，赵宏助更以“传薪者”的姿态延续书法艺术的生命力。他编辑出版了《刘阳光书法作品集》《刘阳光文集》《刘阳光临池箴言》等多部著作，传承恩师的艺术精神；同时，《赵宏助书学书诗21首（四体）》《赵宏助小楷书道德经》《赵宏助书法作品集》《赵宏助墨痕》等个人作品集的问世，也成为他书法技艺的生动注脚。作为陕西省书法家协会会员、安康市书法家协会顾问以及安康市老年大学特聘书法教师，他不仅在专业领域发光发热，更以师者身份培育后辈，让书法艺术的种子生根发芽。

几十年来，赵宏助的人生轨迹始终围绕“笔墨”展开。那份“不用扬鞭自奋蹄”的执着，是他对传统的敬畏、对技艺的追求，更是对生活的热爱。如今，年逾六旬的他依然在书法之路上前行，这份坚守也在岁月长河中留下了深厚的笔墨印记。

安康全民抗战赋

孙传志

安事变，抗日统一战线初成。奉周公之指示，布张杨之主张，壁报如林，演讲若潮，“汉滨社”立，娄、刘为骨，宣传队出，传单遍城。及至“五卅”纪念，游行队伍充塞街巷，“打倒日寇”“一致抗日”之声响彻秦巴，安康山城，至此沸腾。

迨夫“七七”事变，卢沟桥炮震寰宇，全民族危若累卵。安康虽僻处陕南，然匹夫怀志，共赴国难。百万民众同仇，十四载抗战不息。数万儿郎出

征，数千忠骨埋疆。台儿庄上，王范堂挥大刀而敌胆裂；冀察晋边，蔡平与英烈并誉人间。娄学政，罗少伟，投笔从戎；陈才元、袁淦，殉国成仁。至若陕南人民抗日第一军、陕警一旅第一营、安康保安团等，或揭竿而起，或易帜归正，皆以血肉筑长城，以丹心照汗青。

尔时群众团体，遍生如笋；救亡运动，势若燎原。平型关首战告捷，破“敌寇不败”之妄言；两党军协同御侮，写合

作抗日之新篇。张子新、王展率部起义，何继周更名振亚，受党指挥，转战秦鄂，终归红十五军团麾下，改编北上，浴血太行。戊寅岁，破敌九路围攻，血战数番，歼寇五百，我军亦伤亡过半，碧血丹心，可歌可泣。

壮哉！吾华大地，南北西东，无分老幼，不论党派，皆奋起而抗暴，舍身以求存。安康一隅，亦谱战火之章，共铸民族之魂。今值盛世，回望当年，烽烟虽逝，精神当传。故勒文刻石，以铭丰功；继志述事，以启后人。

铭记历史、缅怀先烈
珍爱和平、开创未来

一处处家门口的“文化会客厅”暖意融融，一场场冒热气的理论宣讲直抵人心，一个个暖民心的文明实践活动遍地开花……今年以来，岚皋县以县、镇、村三级新时代文明实践中心、所、站为阵地，用形式多样的文明实践活动丰富群众精神文化生活，大力弘扬文明新风尚，以实际行动打通服务群众的“最后一公里”，让新时代文明实践的种子在岚皋大地生根发芽、开花结果。

群众在哪里，文明实践的触角就延伸到哪里。“早上在这儿切磋棋艺，晚上来练练舞蹈，我们老年人读书、娱乐、运动都不用走远，真是太方便了！”岚皋县城关镇号房湾社区居民李玉梅的脸上洋溢着幸福的笑容。这一句质朴的感慨，正是岚皋县以文明实践赋能民生幸福的生动写照。

近年来，岚皋县构建起县、镇、村三级贯通的工作体系，打破部门壁垒，形成“中心吹哨、部门动员、各方参与”的高效工作机制。全县已建成12个新时代文明实践所、136个新时代文明实践站、1个省级新时代文明实践基地，培育7个特色文明实践品牌项目，组建517支特色志愿服务队。一个个阵地串珠成链，让文明实践的春风吹遍城乡的每一个角落。

“血压正常，您不用担心，平时多注意清淡饮食就好。”在城关镇黄家河坝新时代文明实践中心示范活动现场，岚皋县中医院义诊摊位的医护人员耐心地为居民讲解健康常识。不远处，爱心义剪的志愿者手法娴熟地为老人修剪发型，医保咨询台的工作人员手持政策手册，逐句为群众详解报销流程……一幕幕发生在群众身边的暖心场景，让文明的光影浸润城乡，化作群众看得见、摸得着的温暖与力量。

2024年以来，岚皋县新时代文明实践中心紧扣“月月有主题，周周有活动”的要求，深入开展“文明实践活动进万家”活动，扎实推进“六项工程”——理论政策进万家、扶危帮困暖万家、核心价值润万家、实用技能兴万家、文体生活乐万家、文明新风传万家。截至目前，已常态化开展文明实践活动6000余场次，惠及群众10万余人次，让文明实践的成果真正惠及千家万户。

日前，在堰口镇平安法治文化广场上，岚皋县“四美民风”宣讲团成员正声情并茂地讲述先进典型事迹。当听到“刘尔翔和刘尔元”的救人故事时，台下掌声雷动，村民们纷纷为这对勇士的义举点赞。“以前只在电视上见过英雄，没想到咱们县也有这样挺身而出的仁人，真了不起！”堰口镇瑞金村村民由衷赞叹。

为了让榜样力量直抵人心，岚皋县组建“四美民风”宣讲团，走进各新时代文明实践所，站开展巡回宣讲，累计宣讲100余场。同时，依托“学习强国”平台、辖区LED屏开设好人专栏，刊发先进事迹报道500余篇。如今，学好人、做好事已成为岚皋大地上一道动人的风景线，凡人善举如涓涓细流，不断温暖着民心。

近年来，岚皋县坚持榜样带头、党员先行，感召更多群众自发参与文明实践活动，树立起新时代文明实践的标杆。截至目前，全县共培育全国见义勇为勇士榜1人、“三秦勇士”3人、陕西好人3人、安康好人8人、安康市孝义之星和孝义之家6个，《聚力五字要诀 培育人情新风》《培育新风户风带出新乡风》两项工作经验被《陕西省移风易俗工作案例选编》收录。



移风易俗院落落会

安康知青艺术团21周年纪念演出精彩上演

本报讯（记者 梁真鹏）近日，纪念知青青年上山下乡57周年暨安康知青艺术团成立21周年纪念演出温情开演。这场满载岁月情怀与地方风韵的演出，赢得了现场观众的阵阵喝彩。

演出现场，节目精彩纷呈、韵味十足。八岔戏《杨门女将》尽显传统戏曲魅力，女声合唱《山乡盼着你们来》唱出乡土温情，配乐诗朗诵《知青向阳红心向党》抒发赤诚初心，时装秀《你是我心中的茉莉》、蒙古舞《鸿雁》、柔力球表演《天地龙鳞》轮番登场，各展风采。独舞《谁家大美人》更是惊艳全场，将演出氛围推向高潮。演出尾声，全体演职人员齐声高唱《我的祖国》，激昂的歌声回荡全场，尽显知青一代的追梦豪情与感恩之心。

安康知青艺术团成立于2004年，是由安康原上山下乡的老知青

及其亲友后代自愿组成的公益性群众文艺团体。21载风雨兼程，艺术团始终坚守初心。“我们知青一代与共和国同岁，虽然经历过坎坷与风雨，但是收获的果实与精彩更多。”团长刘曼玲道出了知青群体的共同心声，她希望艺术团能以歌声传递对生活的热爱，用舞步诠释自强不息的知青精神。

21年间，艺术团深耕基层文化沃土，将文艺演出送到群众家门口。该团常年坚持开展公益演出，年均演出超85场，累计完成专场演出69场。其中，两次赴慈幼康复中心义演，走进敬老院开展19场慰问演出，深入各村带来20场专场表演，圆满完成“戏曲进乡村·文化润民心”系列演出任务。这群怀揣艺术热忱的知青们，正以艺术之花传播安康本土文化，唱响中国故事与幸福安康的时代乐章。

汉阴籍音乐家姚立森作品唱响全国残运会暨特奥会

本报讯（通讯员 王涛）近日，在全国第十二届残疾人运动会暨第九届特殊奥林匹克运动会上，由汉阴籍泰秦音乐家姚立森作曲的歌曲《努力大过天》，从众多应征作品中脱颖而出，成为赛事期间的高频传唱曲目。

《努力大过天》由严俊作词，姚立森作曲、简峰演唱。该歌曲最初为常州特奥运动员煊煊出征赛事创作，原版曲调悠扬柔美。为凸显残特奥运动员顽强抗争命运的精神本色，姚立森对歌曲重新谱曲，简峰的粤语演唱与激昂优美的旋律相得益彰，点燃了运动员的激情与梦想，尽显奋斗不屈的进取精神，让陕南、苏南、岭南音乐文化基因与残运精神在粤港澳大湾区交相辉映。

作为姚立森的代表作，姚立森在创作中，将运动员挑

战困难、逐梦赛场的坚韧意志，与陕南民歌的质朴悠扬、现代音乐的激昂变幻巧妙融合，用激越动听的旋律礼赞运动员努力坚持、实现梦想的生命力量。姚立森在连线采访时表示，这首歌曲融入了自己“努力拼搏才会成功”的人生信念，更承载着让陕南音乐走向世界的心愿。

歌曲发布后，迅速引发全网热议，粤港澳三地合唱团的联袂演绎，进一步提升了作品的感染力与传播力。网友留言称“旋律里有山的坚韧、海的包容，更有中国人的奋进底色”“从安康汉阴到大湾区，这首歌让我们看到了音乐的绽放与生命的光芒”。目前，《努力大过天》已成为贯穿本届残运会暨特奥会赛事转播、主题活动及闭幕式的核心文化载体，生动展现出秦巴音乐文脉的流传传奇和新时代中国人的精神风采。

鼓气馍：

非遗技艺里的烟火石泉

孟少猛



石泉鼓气馍

金黄的外皮蒸腾着热气，圆润饱满的形态宛若充气的皮囊。轻轻一咬，“咔嚓”一声脆响，热气裹挟着麦香扑面而来，这便是石泉鼓气馍，一个在面团与火候间诞生的特色美食。

“鼓气”二字，正是其魂。制作鼓气馍，是一场与面团的智慧较量。

面粉以温水调和后，揉至筋道如胶。老师傅揪剂子擀饼，指尖翻飞间，面饼收口朝下，形态浑圆。看似简单的动作，却处处都藏着巧思。面饼贴上滚烫的铁釜后，一场热力与面团的博弈就此开启。

面团内的水汽在密闭空间里奔涌，气聚力蓄，终在某一时刻，“噗”的一声，完成从扁平

到饱满的蜕变。开盖时，面团已挺起饱满的“将军肚”。

石泉鼓气馍，是有些秉性的。它不像南方的点心，一味地甜软讨好；它鼓胀中空的形态，像一种倔强的宣言。汉江之上的风，秦巴山间的雨，千百年来滋养着这片土地，也养成了石泉人骨子里那股不服输的“气”。这气，是山民的硬气，是船工的豪气，是面对生活重压时，憋着一股劲儿、终究要昂起头来的志气。

品尝鼓气馍，自有其百变的乐趣。它既是独立的主角，单吃时越嚼越香；又能化身最佳配角，掰块入汤即成暖心的羊肉泡馍；划开侧面，则变身包容万物的“口袋”，从传统的土豆丝等家常菜小菜、秘制卤肉，到创新的火锅食材、铁板烧，皆能相得益彰。

在石泉老街，或是城区几个菜市场内，鼓气馍铺的炉火终年不熄。面团入釜时的“噉啦”声、开釜时的“空空”叩击声，与汉江的流水声交织，成为这座小城最动人的背景音。离乡游子的梦中，除了江雾，还有鼓气馍的香味。

石泉鼓气馍，实为石泉人性格的写照。纵使日子艰难，他们总能把生活这团“面”，经过一番揉、擀、烤、焙，让它鼓胀升腾，成就外硬内韧的人生。

2016年，这项制作技艺入选安康市非物质文化遗产。石泉鼓气馍的价值，早已超越口腹之欲，成为一方水土的“活化石”。它见证着石泉从农耕码头到现代城镇的变迁，记录着市井烟火的日常，更以最朴素的方式，诉说着文明基因的代代相传、生生不息。

古村酿乡趣

何丽

园，更是心灵的诗意栖居地。

如果说山水是谭坝镇的肌肤，那么散落镇域的四个国家级传统村落，便是其深植于大地的骨骼与血脉。

近年来，谭坝镇摒弃大拆大建，秉持“修旧如旧、活化利用”的理念，对古村落进行保护性修缮。青石板路被细心修复，斑驳的砖墙木柱得到加固，雕花窗棂、飞檐翘角重现往日风貌。更重要的是，镇上深入挖掘每个村落独特的家族历史、农耕记忆、孝义传承与工匠故事，让沉睡的文化“活”起来。在马河传统村落，游客不仅可以欣赏明清风格的建筑群，还能听到生动的家族迁徙史，感受绵延的文化。

如今，这些古村已“有颜值、有内涵”。部分闲置的老宅被改造成富有设计感的精品民宿，传统的腊味作坊开放

为体验工坊，古老的民俗节庆被创新转化为游客可参与的文旅活动。古村落不再是静止的风景，而是能住宿、能体验、能对话的时光窗口，实现了保护与发展的良性循环。

谭坝镇的动人之处，还在于那萦绕在舌尖的乡土风味与背后蓬勃的绿色产业。来到这里，一定要品尝声名在外的“安家寨腊肉”。这不仅本地人餐桌上的美味，更是谭坝镇产业发展的缩影。通过“企业+合作社+农户”的模式，腊肉厂带动了全镇生态生猪养殖，形成了从养殖、加工到品牌销售的完整产业链，让传统手艺成为富民产业。

这只是谭坝镇特色农业的一角。在守护生态红线的前提下，镇上因地制宜，构建了“主导产业引领+多元产业补充”的格局。除了传统的烤烟产业，高山生

态茶园、林下中药材种植等产业也蓬勃发展。游客可以深入茶园体验采摘，到中药园辨识百草，在农庄品尝就地取材的农家宴。这种“生态+产业”的模式，让绿水青山真正变成了金山银山，也让游客的体验从观光延伸至深度的生产与生活。

谭坝的旅游，倡导的是一种沉浸式的慢生活体验。你可以是一名旅居者，入住古村民宿，清晨被鸟鸣唤醒，推窗即见云海青山。你可以是一名学徒，在非遗传代表性传承人的指导下，亲手制作一块腊肉，或品尝一杯自酿美酒。你还可以是一名探秘者，沿着森林步道徒步，探寻水源地的清幽奥秘，感受生物多样性。你还可以是一名参与者，在节庆时节，与当地百姓一起载歌载舞，感受最质朴的热情。

这里的基础设施日益完善，旅游接待能力不断提升，但不变的是那份淳朴的乡情与舒缓的节奏。谭坝镇正致力让“生态+文化+产业”深度融合，打造一个既能望得见山、看得见水、记得住乡愁，又能享受现代舒适与丰富体验的“幸福家园”。