



延安之声



体会

用真实的笔触书写人生经历



主持人胡琛:本期做客我们《作家说》栏目的作家,是陕西省文学艺术创作人才百人计划签约作家、陕西省作家协会会员——白小兰。白小兰,陕西清涧人,2012年开始文学创作,先后在《榆林日报》《延安日报》《华商报》《散文选刊》《中国先锋》等刊物发表散文、小说百余篇,散文《山海般的父亲》《童年》被收藏在《当代原创散文集》,并有二十余篇散文获国家及省级不同奖项。著有中短篇小说集《凋谢的山丹丹》,长篇小说《走下黄土高坡的女人》,纪实文学《扶贫路上的领头雁》。

胡琛:您是如何走上文学创作道路的?

白小兰:我童年经历过的诸多苦难,成了滋养我走入文学创作道路的养分。

我出生在清涧的一个小山村,因为家里穷姊妹多,加之老辈人重男轻女思想比较严重,压根儿不让我上学。母亲对父亲说:“孩子她爸,开学了让咱娃也上学吧,人家同岁的孩子都上学了,咱把她留在家也不是个事,我求求你,哪怕让她上两年,识几个字别人骗不了就行。”母亲如此哀求,父亲终于答应。

开学前半年,一个星期回一次家,后来,因家里没有米面给学校交了,爸妈只好让我回家吃饭。回到家,吃的是糠窝窝,有时候甚至连糠窝窝也吃不上,只能吃苦菜熬稀饭,稀饭舀到碗里,就能从碗里看清自己的头、鼻子和眼睛,喝了稀饭放下碗继续步行5里路去学校。

就这样初中读了一年,父母便停止了继续供我上学。就这样我痛苦地离开了梦寐以求的学校……

我的读书梦,被父亲无情地断送,然而我却越来越热爱文字。我白天帮助家里干活,晚上父母为了省油,提早把煤油灯吹灭,我就偷偷打开手电筒,把头藏在被窝里,借用手电筒的光看书。有时候一看就是一个通宵。

后来几番周折,我最终当了一名幼儿教师。在那个年代,老师们一个月挣37元的工资。走入学校的那一刻,我心里暗暗发誓,一定要任劳任怨做好自己的工作。在我的努力下,每年都是模范老师,村里村外,提起我,家长们都赞不



嘉宾白小兰

绝口。

再后来,因为种种原因,我放弃自己喜爱的教师职业,丢下父母、孩子,背井离乡独自一人出来打拼。走进生意场,走向社会中。

睡不着是我今生最痛苦的事,也是我写文章最好的机会,每当失眠时候,创作灵感也就来了,我悄悄爬起来,坐在电脑前写。就这样,文学上有了一点收获,孩子他爸也不怎么反感。再后来,我把这些作品投到全国各地的刊物上,无论是杂志还是报纸,一年刊发好多篇,甚至做梦想不到,这些文章还能在全国各地参赛时获奖。

每次得奖后,我觉得这不是我想要的结果。我想写一部长篇小说,把我人生路上经历的磨难写出来。于是我进入了长篇小说的创作之中,我白天看门市,晚上坐在电脑前写作,最头疼的是早上正写到高潮时,客户们打电话催货,这时的我简直是欲哭无泪。有几次

偷偷地关了手机,任凭客户怎么打都打不进来。为了完成这部长篇小说,我失去了好几个生意上的老客户,也没少挨孩子他爸骂。

胡琛:白老师,刚才您说到创作长篇小说,整个创作过程可以和大家简单聊聊吗?

白小兰:好的。我用了不到一年的时间,完成了24万字长篇小说初稿,记得初稿写完,我坐在电脑前泪流满面,仿佛有人取走了我所有的煎熬,心里的委屈好像也被文字清理干净了。

我所写的长篇小说,故事中的主人公是朴实善良且熟悉的,就像我们的乡邻。比如有一位70多岁的老人,他买了我第一本中短篇小说集,回去翻来覆去地读了七遍不过瘾,而且还组织起左邻右舍,讲述每篇小说中的故事和人物。我的长篇小说还没印出来,他多次打电话要书,比我还急。他是流着泪读完了这本书,然后在电话大声哭着说,小兰,你小说里写的就是我们家,那时候吃树叶啃树皮不说,娃娃一个比一个大一两岁,光景过得乱包,没吃没穿没柴烧,家不和遭穷哩,一不顺气就动手打老婆。男儿有泪不轻弹,你能把我73岁的老汉写哭,证明你写到我心坎上了。这样说来,我写的这部作品,不仅是一个女人的命运,而且是代表陕北这块土地成千上万个这样悲惨命运的人物。我想大家喜欢这本书的原因,是写出了那个时代真实的历史。

胡琛:您是否有一些尚未完成的作品或计划,可以和我们分享一下吗?

白小兰:是的,我计划创作一部纪实文学《十女从军》,主人公来自清涧高杰村的10个女孩。这10位女红军参加革命时,年龄最大的23岁,最小的11岁。在她们当中有姐妹、有母女,有姑侄。她们有一个共同的目标——为穷人闹革命。

音乐

让世界人民以多语种演唱陕北民歌



主持人折莉娜:大家好,本期节目非常荣幸邀请到陕北民歌英文翻译演唱第一人文世龙老师。文世龙老师是延安职业技术学院英语专业教授,中国延安干部学院特聘教授,“学习强国”延安红云平台专家、文化顾问,中共延安市委组织干部部培训师,延安市干部教育培训第一批骨干教师,大型纪录片《李鼎铭先生》中主角李鼎铭的扮演者,陕西省翻译家协会理事。让我们听听他与陕北民歌的那些故事。

折莉娜:文老师,您的职业是英语老师,英语和陕北民歌听起来是完全两个领域的,您是在何种机缘下,想到开始用英文演唱陕北民歌?

文世龙:我从小喜欢唱歌,在延安师范上学的时候就在学校舞台上演唱。在1991年延安地区首届环境杯声乐大赛中,听到参赛选手马侯平演唱的陕北民歌《上一道道坡下一道道梁》,陕北民歌那种独特的音韵与魅力让我感到特别震撼,由此我开始有意识地学唱陕北民歌,积累陕北民歌曲目。2007年,我第一次登上中央电视台参加《与您相约》节目录制,演唱了陕北民歌《哪哒哒也不如咱山沟沟好》,也是这一年,延安的音乐人曹军民和文化局的孙文芳副局长建议我用英语翻译与演唱陕北民歌。我从2007年开始,走上了陕北民歌英文翻译与演唱的探索之路。

折莉娜:太不容易了,世上无难事,只怕有心人,再加上您对陕北民歌的热爱,和专业的英语素养,才让您有了这么多丰硕的成功,也对陕北民歌的推广传播作了很大的贡献。那您认为陕北民歌在国际上的认知度和接受程度如何?

文世龙:陕北民歌没有在国外传唱,在国际上的认知度也很小,究其原因主要是文化输出的问题。就陕北民歌英文翻译与演唱而言,咱们现在还只是停留在个人行为的阶段,没有专门的



嘉宾文世龙

团队打造,翻译演唱爱好者也缺乏相互交流探讨的机缘,译作也缺少对外文化推广的平台。

现如今,在“人类命运共同体”的新时代,我们的重心放在了“翻译中国”,讲好中国故事,让世界了解中国。希望更多的人参与到陕北民歌的翻译演唱当中,打破语言障碍,让世界人民以多语种演唱陕北民歌,共享陕北民歌,了解陕北文化。

折莉娜:对于传统陕北民歌和现代音乐的融合和创新您有何看法?

文世龙:传统陕北民歌和现代音乐的融合和创新是与时俱进的结果,是现代情感表达的需要。我觉得这种融合和创新非常好,产生了一大批人们喜欢和传唱的陕北新民歌。比如“以

旧瓶装新酒方法”产生的《一对对鸳鸯水上漂》《谈不成恋爱交朋友》,重新作词作曲创作的《泪蛋蛋掉在酒杯杯里》《一哒哒里》等。这些新民歌一方面传承了传统陕北民歌的精华,保留了陕北民歌的风格韵味,用陕北的方言土语和“一对对”“泪蛋蛋”“酒杯杯”等重字叠词秉持陕北民歌的地域性的文学化基因,同时与现代音乐的融合和创新,使得陕北民歌得以延续和传承,而且由于是现代人的情感抒发,引发了现代人的共鸣,也更容易被翻译成英文演唱与世界接轨。我翻译最满意的一首陕北民歌就是《泪蛋蛋掉在酒杯杯里》,译文和演唱都具有了音韵美、意境美和形式美。所以,我最后想表达的是,翻译和演唱英文版陕北民歌已经成为我的人生方向和使命。我也具备完成好这项使命的条件:英语是我的专业,我有翻译能力;我是陕北人,熟悉陕北民俗文化;我识谱,知道译文要和音乐旋律相协调;我酷爱歌唱,具有好的演唱能力;我通过研究陕北民歌,讲授陕北民歌,完成陕北民歌翻译演唱探讨的论文和课题,具有一定的理论水平。我有信心继续努力完成好这项具有挑战性且具有重大意义的工程,力争让陕北民歌享誉全球,成为名副其实的世界三大民歌之一。

折莉娜:文世龙老师将自己大部分的时间奉献给了他所热爱的陕北民歌,热爱可抵挡山海,他这种矢志不渝的精神值得我们每一个人学习。我们新时代的青年应该学习文老师矢志不渝的精神,在时代的洪流中,坚持自己的梦想,发出时代最强音。

成长

探讨大学生的心理成长



主持人冯一倩:心理健康是一种心理状态,它包括情绪稳定、自我认知清晰、人际关系和谐、适应能力强、心理承受力强、自我调节能力强等。心理健康是大学生正常学习和生活的基础,也是大学生健康成长的重要保障。那大学生的心理成长与家庭之间存在什么样的关系呢?本期《畅行晚高峰》节目特邀延安市青少年心理学会讲师尚剑虹与大家共同探讨。

冯一倩:大学生的心理发展有哪些阶段呢?

尚剑虹:一是认知功能成熟,思维表现出更多的逻辑合理性色彩,想法和观点、知觉进一步提高。二是自我意识开始成熟,意志力坚强。大学时期是个体自我逐步成熟的阶段,主要表现在人际交往、自我认识方面。三是情绪丰富多彩,交往需求强烈。风华正茂的大学生阶段,常常也是人生情绪状态体验最丰富的阶段。四是人格趋向成熟和完全职业自我意识逐步确立,自己对自己的未来有一个长远的规划和近期的规划。

冯一倩:父母的教养方式对大学生的心理健康有什么样的影响?

尚剑虹:父母的教养方式对大学生心理健康具有至关重要的影响。父母的教养方式大致分为专制型、放任型、娇宠型和民主型。在专制型教养方式下,父母对子女管教较严苛,信奉“棍棒底下出孝子”,忽视孩子的独立性。这种教养方式下,大学生易形成自卑、胆怯的性格特点,缺乏自信心;放任型教养方式下,父母对于子女的发展不管不顾,使得子女体会不到父母的关怀和爱,极易受周围不良因素影响而沉迷于网络、吸烟、酗酒,性格变得孤僻自



嘉宾尚剑虹

卑;娇宠型教养方式下,父母视子女为心肝宝贝,事无巨细,都由父母操心,很容易让大学生形成自以为是、以自我为中心的性格特点;民主型教养方式下,父母能尊重子女的独立性,与孩子平等沟通交流,倾听孩子内心真实想法,给予更多的爱和关怀,使得大学生形成积极乐观、健康向上的心理素质,能与他人友好交流、团结合作,能较充分展示和表现自己。

冯一倩:原生家庭是我们不能选择的,对于原生家庭所产生的影响应该如何改变才能获得更

好成长呢?

尚剑虹:改变习得性无助,提升内驱力。习得性无助,说得直白一点,就是在经历了一系列的失败和挫折之后,觉得自己这辈子就这样了,已经没希望了,面对问题时选择逆来顺受,同时会产生无能为力、无助的心理状态和行为。

冯一倩:那怎么改变习得性无助呢?

尚剑虹:一是改变认知。当自己为一件事懊悔时,试着从另一个角度看问题,这件事虽然没有做好,但它是否让自己成长了?是否学会了更多?正向看待事件,可以帮助我们接纳失败和不完美。二是转换归因方式。事情失败的原因可能不只是自己的失误,也可能是他人或外界因素的影响,对失败的原因进行合理和客观的分析,才是对待失败最好的处理方式。积累自信心。要设置小目标,从做好身边一点一滴的小事开始,比如,学会一道菜,写完一本读书笔记,做对一道难题等等,完成这些看似微不足道的小事,并给自己鼓励,会帮助你一步步建立起自信心。

冯一倩:大学生正处在大好青春年华之时,恰同学少年,正是书生意气,风华正茂,如日出之阳。愿孩子们可以自立自强,遇见更好的自己。

讲述

聆听延安新华广播的故事



主持人陈晨:寻覓圣地往事,追忆延安年华,欢迎来到FM107.7延安综合广播《延安年华·红领巾之声》节目,本节目由延安融媒体中心、FM107.7延安综合广播、FM107.7延安红领巾之声宣讲团联合推出。做客本期节目的是FM107.7延安红领巾之声宣讲团讲解员——刘骏远。

刘骏远:红色,是圣地延安最鲜明的底色。红领巾,是少先队员光荣的标识。传承红色基因,赓续红色血脉,讲好延安故事,发出延安之声。我是延安红领巾讲解员,延安是我家,我爱延安。

陈晨:非常欢迎刘骏远同学来到红领巾之声,现在就让我们把话筒交给刘骏远同学。

刘骏远:今天,我向大家讲述的是延安新华广播的故事。

1940年3月,周恩来从苏联带回一部功率为10千瓦的苏制广播发射机。随即,中共中央决定成立中央广播委员会,由周恩来任主任,成员有中革军委三局局长王诤、新华社负责人向仲华等。为筹建广播电台,大家不辞辛劳,昼夜奋战,在山坡上开凿了两孔石窑和五孔土窑,盖了十几间土坯房,分别用作播音室、播音办公室和员工宿舍等。当时延安没有供应电台的大型动力设备,工作人员就把旧汽车的引擎进行改装,带动发电机发电,还把三根树干捆成“Y”字形栽在山坡上支撑天线。1940年12月30日晚7时,延安



刘骏远同学

的窑洞中发出了一个响亮而振奋人心的声音:“延安新华广播电台,XNCR现在开始播音。”

1940年12月30日,在王皮湾村十几平方米的窑洞里,中国共产党创建的第一座广播电台——延安新华广播电台发出第一次呼号XNCR,“X”是当时国际规定的中国无线电电台呼号的英文字母,“NCR”是“新中国广播”的英文缩写。对于抗战军民来说,

这个呼号代表延安,代表希望。一孔土窑洞,一张四方桌,一盏小油灯……艰苦的条件下,一篇又一篇战斗檄文不断从这里发出,犹如尖刀刺向敌人的心脏。

延安新华广播电台历经抗日战争、解放战争的战火,培养出人民广播的第一批编辑、播音员和技术人员,在极其困难的条件下建台工作,通过无线电播送国内国际新闻及抗战消息、中共中央重要文件等,打破了我党我军同世界宣传的窗口,向世界发出站起来的新中国强音,为中国人民的解放事业作出重要贡献。

延安新华广播电台在窑洞里种下初心、点亮灯火,80多年沧桑巨变,人民广播记录了中国共产党栉风沐雨的砥砺前行,也传递着新中国日新月异的发展。人民广播电视事业枝繁叶茂,遍布长城内外、大江南北,从“窑洞电台”传承下来的理想与信念,80余载从未改变。

党的广播电视工作者把初心当作恒心,牢记职责使命,与党和人民戮力同心,为实现中华民族伟大复兴的中国梦而奋力拼搏,一直在路上。

