

外国学者库尔茨曾说：“谁能以深刻的内容充实每一个瞬间，谁就是在无限地延长自己的生命。”

退休后又在《海南老年》杂志干了17年，刚刚从总编岗位卸任的82岁海口老人周龙蛟，正是这句名言的忠实践行者。

垂暮之年，激扬文字，笔耕不辍，周龙蛟至今已创作出版多本长篇专著，连同已发表的杂篇总计200余万字。他说：“文学欣赏和创作实践，是我的最大爱好和兴趣，它帮助我构建唯美的精神家园，让我的思想灵魂在艺术的空间飞扬，使我的生活过得极其充实，非常有趣，而且有意义。”

## 八旬老人周龙蛟的文学路

# 老夫喜作黄昏颂

■ 文\海南日报记者 刁霁鸿 图\海南日报记者 袁琛

周龙蛟的文学之路与《海南日报》渊源颇深。

12岁那年，热爱文学的周龙蛟抱着试试看的心态，将自己一篇讽刺官僚主义的小品文投给《海南日报》副刊，并如愿发表。小小少年的文学梦受到莫大的鼓舞，“可以说，那是我写作的起点。”时隔70多年，他依然记得自己那时的振奋与雀跃，“我从小就酷爱文学。因为这件事，后来坚持读万卷书，行万里路，一边博采资料，体验生活，一边坚持业余文学创作。”

虽然热爱文学几十年，但周龙蛟并没有急着下笔。他告诉海南日报记者，退休前，他主要以搜集素材为主。他酷爱读历史和名人传记，新闻报纸也一期不落，读到重要的新闻、奇闻、人物故事，他会从报纸上小心翼翼地剪下来，整整齐齐地分类贴在A4纸大小的牛皮本上。这样的牛皮本，如今他已经贴满了5本。如果是从书上看到的好素材，就用笔誊写在另一本牛皮本上，这样的本子，他也足足写了5本。

大量素材为他提供了文学创作时信手拈来的底气。在他已经出版的三部长篇专著中，“人物故事”“趣味故事”等部分的素材，大多就是源于这些日常积累。而他新近在《海南日报》发表的《诺贝尔其人其事》也是如此。

除了日常阅读外，之所以能够几十年如一日地坚持写作且言之有物，周龙蛟认为与自己丰富的人生经历也很有关系。

他在书中这样介绍自己：“先后踩过众多行业门槛，曾服务于教育、人事、党政、企业、社团诸门，成功与失败，经验与教训兼而有之。”

“特别是步入老年之后，对社会现实见解逐渐深化，对人生真谛感悟良多，就想要将一生之所见、所闻、所经、所悟融于笔端，动情倾吐。”他说。

退休后，周龙蛟终于可以自己支配时间。他选择把大部分时间都用来创作，暗涌了几十年的文学梦，在他退休后终于喷薄而出。电脑用得不利索，他就用手写，完稿投到《中国老年报》《中国老年体育报》等报纸和《海南老年》《新老年》等杂志。

今年1月，周龙蛟的长篇专著《夕照赠言》出版，和之前的《桑榆絮语》《暮岁闲谭》共同组成了“夕阳三部曲”。其中，“夕照”取自无产阶级革命家叶剑英的诗句“老夫喜作黄昏颂，满目青山夕照明”，意为“夕阳照耀”，是三部曲中他花费心血最多的一部，足足用了3年时间打磨。

《夕照赠言》全书21万字，与“夕阳三部曲”前两部的体量大约相同。内容则分为“老者体悟”“健康养生”“人物故事”“社会扫描”“趣味故事”等7个部分。当中既有周龙蛟的个人感悟类散文，也有他对社会热点事件的解读和见解，还有令他印象深刻的名人故事。

中国作家协会会员、中国散文家协会会员符江看完《夕照赠言》后评价：“他的作品，短小精干，文从字顺，情景交融，见地精辟，而又富于联想生发，举一反三，使人深获启发和教益。”

《夕照赠言》中的第一篇名为《人生如茶》，读者朋友们称其为周龙蛟“文品风格的代表作”。这是他到云南洱海旅游途中，在观看一场少数民族歌舞演出的过程中，因品三杯茶产生的人生感悟。

他在文中感慨：人生就像这三杯茶——前苦后甜再醇香。“都说苦难的经历是人生成长的一笔宝贵资源。浮生若茶，我们何尝不是一撮生命的清茶？命运又何尝不是一壶温水或炽热的沸水呢？茶叶因为沉浮才释放了本身深蕴的清香，而生命，也只有遭遇一次次挫折和坎坷，才激发出人生那一脉脉幽香。”

2005年，《海南老年》杂志创刊，由海南省民政厅主管，省老年人体育协会主办，为双月刊，主要用于宣传老龄政策、关注老龄问题、反映老人心声、服务老龄生活。创刊两年后，周龙蛟受聘上任总编，他也是该杂志的第二任总编。

在《海南老年》杂志工作期间，周龙蛟每天工作半天休息半天，和同事们精心设计栏目、撰写文章、修改文稿、制作图片、审核校对。他认为这样的生活，“既感受创作之乐趣，又享受休闲退休生活的幸福。”

由于热爱文学创作的老年人不多，导致稿件数量有限，有时会出现稿件不够的情况。周龙蛟只能去其他报刊摘登一些文章来填补空缺。

摘登文章只是权宜之计。为了从源头解决这一问题，周龙蛟每年都会组织举办一两次通讯员学习班，由新闻媒体从业人员等为通讯员们授课，激发老年通讯员的写作兴趣，提高写作技巧。

有人不理解他为何不把晚年过得轻松一些。他却认为，老年人退休后，如果完全地进入休闲状态，整日松垮垮、无所事事，就会在闲散中慢慢地丧失志趣，孤寂、忧愁就会乘机侵袭，疾病也会找上门来。

2013年，在纪念中国老年体协成立三十周年活动中，《海南老年》被评为全国老年体育优秀刊物。

2023年，周龙蛟因年事已高，几次向杂志社提出辞职，最终在大家挽留下，改任编委，继续为《海南老年》服务。



耄耋之年的周龙蛟仍在用电脑写作。