

98岁诗人灰娃：我是一个“悄悄活着”的人

耄耋之年还在写诗，而且求新求奇？从陕西到北京，从延河岸边到西山脚下，时间的脚步匆匆，12岁的纯真女孩转眼成为98岁的老人。从青丝到白发，人生沉浮，冷暖苦乐，诗人灰娃将其转化为一行行诗篇，照亮自己，也带给别人力量。

灰娃，本名赵翠娥，后改名理召，1927年出生于陕西临潼。1939年，12岁的灰娃来到延安，1941年进入“儿童艺术学园”学习。在她的成长时期，周围不乏艾青、丁玲、萧军、张仃、李又然等艺术家，对她有着深入的影响。1953年，灰娃就读于北京大学俄文系，对诗词产生了浓厚的兴趣，逐渐开始写作，7年后到北京编译社工作。灰娃业余进行文学写作，凭借独树一帜的风格，在诗坛有不俗口碑。如今的灰娃，隐居在北京西山脚下，与诗为伴，与书为友。

如此蓬勃、强大的生命力，秘密是什么？2024年末，华西都市报、封面新闻记者到灰娃家中与她进行了交流。

往事种种，活在心上

据灰娃解释，自己名字的由来，“灰，直义是一种颜色，转义为暗、苦、涩。灰娃，苦命的、令人怜惜、疼爱的小孩，是西北人士对小孩的一种带着歉疚味儿的爱称、昵称。”

多年后，灰娃时常会怀念当年在延



灰娃接受华西都市报、封面新闻记者采访

安的日子。每当思绪重返那段岁月，友爱、无私、理想，童年美好回忆总是涌现在灰娃心头。在她内心深处，延安的“往事种种，虽已遥远，但依然温暖地活在我的心上，抚慰着我的生命”。

在灰娃的生命中，著名画家、美术教育家张仃先生是一个很重要的存在。灰娃一生经历三次婚姻，第一任丈夫武昭峰，是王近山司令（电视剧《亮剑》主角李

云龙的原型)的爱将，年仅23岁就在抗美援朝前线为国捐躯；第二任丈夫白天1973年病逝。1986年，灰娃57岁，张仃69岁。两个各自经历过人生沧桑的人，结为互相扶持的人生伴侣，共同生活了20多年。这段时光，也是灰娃一生最安稳的时光，她的诗歌写作也迎来新的突破。

灰娃晚年与爱人张仃先生住在北京西郊自建的房子“大鸟窝”里。张仃先生2010年去世后，灰娃日常生活由孙女和家政人员照顾。灰娃平日很少进城，自称是一个“悄悄活着”的人。在房门前一棵柿树，上面结满了柿子，饱满硕大，格外鲜艳。孙女说，这是灰娃亲手种下的。

每天阅读和写作4小时

2024年4月28日，由清华大学和人民文学出版社主办的《灰娃诗全编》首发式暨诗歌分享会举行。这本诗集由人民美术出版社原社长、出版人汪家明和艺术家冷冰川共同编选，共辑录诗歌一百多首，较为完整地展现出灰娃热烈而自由的生命与诗歌轨迹。98岁的灰娃坐着轮椅出席。一身黑衣的她，白发如雪，洒落肩头，浅浅微笑着，气质出众。汪家明提到，有人说，年轻时写诗，中年写小说，老了适合写散文。这说法搁灰娃身上对不上。“她已耄耋之年，怎么还写诗？而

且诗情浓郁、文字求新求奇，意境饱满迷离。我相信年轻的读者们会吃惊，那行云流水、跌宕起伏的诗句，竟比有些现代诗人的作品还要前卫、还要先锋。”

在灰娃身上，有一种很突出的艺术家气质。哪怕年逾九十，依然如此：皮肤细腻、白发飘飘，典型的“文艺老年”。这次与华西都市报、封面新闻记者的对谈，从下午三点一直谈到傍晚六点多，灰娃依然意犹未尽，她对很多往事的描述，条分缕析，事无巨细，记忆力和逻辑之强大令人惊讶。在谈话中，灰娃脸颊潮红，眼睛放光，处于完全忘我的状态。

孙女关关透露，98岁高龄的灰娃依然坚持每天阅读和写作4小时以上。“奶奶心脏不太好，需要吃药。而且视力也不好，看书需要离很近才看得清。但奶奶离不开学习，她这一生都保持着学习状态。有时候她白天睡觉，半夜起来记笔记、看书、写诗。她觉得夜里更清静，适合阅读和写作。”

在一张纸页的显眼处，灰娃用红字工整地写着“自省”“学习回到自身”等字句。一个耄耋老人，依然如此清醒提醒自己，精进自己，令人敬佩。纸稿上还有很多红笔圈点的痕迹，深浅不一，“这是我反复研读的痕迹。”灰娃说。

华西都市报-封面新闻记者 张杰 雷蕴含 何宏杰 北京摄影报道

演员金瀚变身船长航行南海

“我现在更加安静了，大风大浪都见过了”

活跃在演艺圈的金瀚，1993年6月7日出生于青海西宁，2014年在《中国好男儿》舞台上，凭借独特且出色的个人风格，受到导师的好评。随后，他的身影逐渐出现在热播剧当中：他是《锦绣未央》中的叱云南，是《楚乔传》中的赵西风，也是《你和我的倾城时光》中和赵丽颖搭档的男主角，还是即将上映的电视剧《爱上海军蓝》中的海军军官伍肆。

但他与海的缘分好像又不止于荧幕。为期15天、途经9地、6人同行的普吉之旅，让他对航海有了更真切的感觉。“风真的超级大，让我感受到深深的恐惧。生怕一不留神，甩到海里连人都找不到。”出发10天后，金瀚在社交平台上分享的航海进展，大自然的神秘威力和视觉震撼在他的一段段文字中跃然屏幕，这也让不少网友称他为“内娱航海博主第一人”。

近日，金瀚在航海结束靠岸之后，接受了华西都市报、封面新闻记者的专访，回忆了此次航行中的点滴。也许是还未从这段奇旅中戒断出来，金瀚说：“其实我上岸的前几天，有点晕陆地。”

儿时便向往海洋 演员航海轮班做船长

刚入行时，金瀚是很多人眼里的“小鲜肉”，而他不止一次地表示，自己想当一个真正的演员、合格的艺人。为此，他努力转型。《锦绣未央》中，他饰演的叱云南是一位大将，当时金瀚偏瘦，气势上有所欠缺，开机前，他在微博上写道：“我知道自己的缺点，差在形。所以通过这次实践，我会努力矫正我的形体。”而后，他成了健身房的常客。

拍戏之余，金瀚还时常通过尝试各种极限运动来突破自己，2021年就开始接触航海，一天训练6小时，并于同年取得了游艇驾驶证。

得知金瀚自驾航行的消息后，12月1



金瀚第一次以船长身份值班，自驾长航。

日，华西都市报、封面新闻记者就联系他，但由于海上信号不稳定，金瀚和记者约定，待上岸之后再分享此次航行的见闻。

12月下旬的采访中，他告诉记者，在这次航行印度洋前夕，他跟着俱乐部参加了海南省帆船比赛并获得了名次，曾经的一位教练便打电话向他发出邀请——一起驾船去泰国普吉岛。

对于出生在青海的金瀚而言，蓝天白云、高原雪山是他从小就熟悉的景象，因此，辽阔的海洋便成了他儿时的向往。协调好行程安排后，金瀚踏上了这趟说走就走的旅程。

“我不喜欢考虑太多，想太多就会打退堂鼓，我觉得车到山前必有路。”金瀚透露，由于走得匆忙，他当时带着功能与航海服类似的滑雪服就上了船。他们此行共六人，其中包括两位学徒，金瀚轮班做船长。“当晚上大家都在睡觉的时候，船长要守护一船人的性命，而且瞭望的时候要注意螺旋桨有没有被缠绕，是否会遇到意外碰撞，淡水和发电机电量还剩多少等。”他说。

不难发现，在金瀚分享的航行路线图里，他们并不是以直线前进的方式奔赴普吉岛。金瀚解释，出于环保的考虑，为了尽量减少使用燃油，了解了相关区域海洋和天气数据后，他们以风为动力，顺着洋流方向作出了路线上的调整。

没机会吃海鱼 偶遇主动领航的海豚

“其实海上的日子很枯燥，不值班的时候，每天都很无聊。”不同于演艺圈的热闹喧嚣，对于船长或水手而言，需要在长时间的孤独中克服虚无的漂浮感。金瀚说每天早上醒来时，总是期盼能看到一些不一样的东西，但眼前始终是空寂辽阔的茫茫大海，而到了晚上值班时，这种感受又会再添几分。

然而，极致的宁静后通常又是猛烈的狂风暴雨。一天夜里恰逢金瀚值班，当船行驶至南沙群岛与越南胡志明市中间时，漆黑的海面上泛起薄雾，没有任何系统或仪器的提示，超4米高的浪花骤然翻腾，拍打着仅5米高、40寸左右的双体帆船，海浪在后面强行推动船只后，又涌向前方形成一堵遮蔽视线的高墙。一个横浪袭来，船身大幅倾斜使得船舱里的杂物掉落一地。根据金瀚的描述，当时风力达到了20米/秒，相当于陆地上的8级风。

“当时全船只有我一个人在掌舵，一船人的生命都（系）在我身上，我必须要在第一时间做出反应和应急措施。”在浪花和雨水的双重“洗礼”下，视线受阻的金瀚凭着手里仅有的罗经，拼命把住舵盘，空气在雨水和海水的交织中散发出令人干呕的味道，难以呼吸。“有一瞬间我都有点后悔，可能我都不知道我在哪儿没的。”

虽是首次尝试以船长身份值班，但得益于此前长期训练和比赛经验，金瀚最终仅用不到一分钟就将船身控制下来。

原本以为，长时间的海上生活，一日三餐的主角当然是鲜美的海鲜，但金瀚却表示，那段时间反而没什么机会吃到新鲜的海鱼。“前期风浪大的时候，我根本从床上爬不起来，因为太晃了，值班都是扶着安全锁上去，下班后每天只想睡觉，干不了别的。”正因如此，他们通常做一些蔬菜和预制肉类的乱炖，“也不会控制油盐，因为有饭吃就不错了。”他说。

诚然，海上航行难免会面临大自然的严峻考验，但同样也会收获大自然的慷慨馈赠。金瀚说，没有光污染的情况下，夜里的星空无与伦比，星辰仿佛伸手可摘，“我们还用星座APP找自己的星座，离我们最近最亮的是金牛座。”白天航行时，时常会遇到成群的飞鱼从船的两旁跃出，颇有陆地上万马奔腾之势，有时还会遇到主动领航的海豚与他们相伴一整天。

大风大浪之后 正在给艺人朋友们种草

“我觉得我现在变得更加安静了，毕竟什么大风大浪都见过了。”这是金瀚上岸后向记者谈到自己的变化。在他看来，闭眼感受海风的轻吻，是内啡肽和多巴胺的上升，“就是当你御风前行的时候，风吹到你的脸颊，这种感觉太酷了！”

值得一提的是，金瀚这次航行也引起了圈内不少好友的兴趣，已经有人向他提出下次一同出行。他还透露，此前参加帆船比赛时就偶遇过演员窦骁，金瀚希望以后有机会能跟更多有共同兴趣的圈内好友一起扬帆远航。

如今，上岸调整休息后的金瀚又再次收拾行囊，准备继续前往印度洋的旅程。出发前，金瀚在社交平台上发布了此前航海的VLOG，并配文：“朋友们，人生大海，我们总会到达想去的地方。”

华西都市报-封面新闻记者 王一理 图据受访者