

2007 年世界夏季特殊奥林匹克运动会本月在上海举行。开幕式上,60 面大鼓和 3000 面小鼓组成的山西威风锣鼓《一致的心跳》,随着腾飞的焰火摇响,撼天动地,传递着人类精神的力量、勇气和生命价值的体现。

鼓声中,让我浮想联翩。在古代,鼓不仅用于祭祀、乐舞,它还是打击敌人、驱除猛兽的号角和武器。随着社会的发展,鼓的应用范围更加广泛,民族乐队、民间乐器合奏、各种戏剧、曲艺、歌舞、喜庆集会 and 劳动竞赛等,都离不开鼓类乐器,鼓在人们生活中扮演着越来越重要的角色。宋代抗金女将梁红玉擅长的击鼓,“击鼓战金山”成了抗金佳话。

击鼓乐舞在我国尤其是少数民族地区十分流行。我印象最深的是傣族由清一色男性表演的“象鼻鼓舞”。前几年,我约我的几位同事到西双版纳旅游,正好遇上泼水节。那天清晨,在我们下榻旅馆的不远处,传来了时隐时现的象鼻鼓声,“嘞—嘞嘞,嘞—嘞嘞”的声音撩拨着人的律动。于是我们走

鸡头米,学名“芡实”,大型水生草本植物,属睡莲科,与茭白、塘藕、慈姑、莼菜、荸荠、红菱、水芹一道,并称为著名的“姑苏水八仙”。

鸡头米的生长周期与塘藕差不多,叶子为绿色,叶面既大又圆,上面布满了尖尖的刺,在悠长的夏日里开着蓝幽幽的花,毫不张扬。花儿谢后,花萼并不脱落,渐渐长成状如石榴且浑身带刺的果球,果球上花萼退化的部分形如鸡喙,每个果球里有六七十粒被黄褐色外壳包裹着的果肉,剥去它坚硬的外壳后,便是一粒粒圆滚滚,状如珍珠洁白如米粒般的果肉,所以俗称“鸡头米”。郑板桥有诗为证:“最是江南秋八月,鸡头米赛蚌珠圆。”

据说,春秋时期的苏州人就把鸡

悠悠鼓韵中华情

杨锦彪

上大街,走向澜沧江畔。大街上,五六个穿一身蓝土布衣的傣家汉子闪展腾挪,边鼓边舞,动作刚劲有力,舞姿优美稳健,鼓槌在空中划出一道道优美的弧线,有规律地落在鼓上。最最热闹的是澜沧江畔,可谓人山人海,这里正在进行着龙舟比赛。此时,江岸助威的鼓声如山呼海啸,锣鼓齐鸣,歌舞相伴,直叫人心旌摇曳而不能自已。

锣和鼓是一类乐器,鼓在人们生活中扮演着越来越重要的角色。宋代抗金女将梁红玉擅长的击鼓,“击鼓战金山”成了抗金佳话。

击鼓乐舞在我国尤其是少数民族地区十分流行。我印象最深的是傣族由清一色男性表演的“象鼻鼓舞”。前几年,我约我的几位同事到西双版纳旅游,正好遇上泼水节。那天清晨,在我们下榻旅馆的不远处,传来了时隐时现的象鼻鼓声,“嘞—嘞嘞,嘞—嘞嘞”的声音撩拨着人的心的律动。于是我们走

“韩城锣鼓”和广东的“潮州大锣鼓”因其气势恢宏、粗犷雄壮而闻名海内外。

1997 年,韩城的锣鼓队应邀赴港,敲响了香港回归的第一鼓;2004 年,“潮州大锣鼓”作为中法文化年的压轴节目,穿过法国凯旋门前香榭丽舍大道,征服了巴黎观众;2007 年,“威风锣鼓”又登上了特奥会开幕式的舞台,让世界人民分享中华鼓声释放的特奥运动员饱含张力的热情。

鼓为心声。中国人逢盛世就擂鼓的传统已代代相传,从鼓声中传达出的“中国心声”和“民族情结”将让世人刮目相看并带来惊喜。

悠悠鼓韵,情满中华!



头米种在了水荡里,那时民间称它为“饥豆”,平时是苏州人的储备粮,万一某年有个什么天灾时,它就成了救命粮了。在民间,鸡头米享有“水中人参”的美称,可以补脾益气,固肾强精,使人耳聪目明,延年益寿。有人曾问苏东坡:唐宋八大家,你们苏家就占了三位,究竟有何秘方?苏东坡笑曰:“家传益智强身之法,日嚼芡实一枚,后缓缓咽下。”原来此乃东坡养生之物。

鸡头米的吃法很简单,既可炒来吃又可煮来吃,炒着吃最多的就是虾仁炒鸡头米。煮着吃最简单,就是清水烧开后,放入漂洗干净的鸡头米煮约五分钟,然后放入冰糖和用纱布包着的桂花花,最后去浮沫,取出纱布包,连汤盛入碗中,吃起来香中带甜,口感细腻软糯,有一种特别的感觉,很有嚼头,吃完后,若有若无的清香久久缠绕在舌间。

中秋前后,是新鲜鸡头米大量上市的时候,如果这时你正好去苏州,热情的苏州人一定会为你端上一碗现煮的冰糖鸡头米,当你捧着满碗珠玉,品尝着它的软糯甜香时,我告诉你呀:这就是苏州人有滋有味的生活!

虽然秋色一天比一天浓烈,衣裳袖子的长度和厚度也在不断增强,可我的脚还是那样乐于暴露,直接受十月清凉的抚爱。

上个星期我还买了一双凉鞋,正红色的,包头。条子中间有一朵花,后跟也是介于有和无的巧妙结合,一根带子桥梁一样地架于脚背,尽显女人味。由于季节分得越来越细,鞋子也和上衣一样,吊带、背心、半短袖、短袖、中袖,长袖、超长袖,它是凉拖,包头无跟的,有跟露趾的,方口,还有靴式的凉鞋,女人的这双脚在夏和秋的交替中,也是一个灿烂的舞台。

夏末我会穿细带凉鞋,玲珑剔透一些也是恰到好处,相当于小吊带和肚兜,大片

瑞士位于欧洲中部,是一个多山的内陆小国。其雄踞阿尔卑斯和汝拉两大山脉。阿尔卑斯山大约占瑞士国土的 60%,其高大雄伟,山顶被常年积雪所覆盖,景色非常壮观;汝拉山占瑞士国土的 10%,位于西北部的汝拉区因其海拔相对较低加上又是瑞士境内较少高山盘踞,拥有较多丘陵地形的区域,所以这里非常适合山地放牧。我一到那里,就看到成群的马儿在奔跑。原来整个汝拉地区自古以来就有养马、驯马的传统。

瑞士的生活水平很高,其自然环境保护得非常完好,连绵起伏的山峦,苍翠碧绿的田野就是天然的大牧场,是牧马、放牛羊的绝佳地方,沿途看着那些健壮的马儿、牛儿、羊儿,在蓝天白云衬托下的茫茫大草原上悠闲的样儿真是好不羡慕啊!



前段时间斯诺克大师杯在上海如火如荼地进行,大师们“八仙过海,各显神通”,场面精彩纷呈,作为斯诺克的爱好者的我自然觉得十分过瘾。

在铺着地毯的场地里,做工精巧的球桌上摆放着七彩的台球在灯光的反射下熠熠生辉,选手们也衣冠楚楚,仿佛就像是在参加一场宴会,仅从这点就给人一种闲逸的享受。

斯诺克是一项十分安静的运动,比赛中听到的只有球与球之间清脆的撞击声和裁判在选手每打完一杆报出的分数,没有获胜后的尽情高呼、也没有失败后的宣泄,甚至连观众拍手也是有一定规则的。斯诺克运动的沉静使选手和观众都陶醉于那些球与杆撞击带来的运动乐趣。

斯诺克是智慧的体操,是聪明人的运动。比赛中要运用到许多数理知识,选手每一次出杆前都需要进行仔细的计算,精确地考量每一杆的力度、出球的角度,加之充分发挥想象力,连续性地思考,对球局整体进行预判。最后呈现的才是行云流水般的击球入袋,如此一气呵成的过程本身就是斯诺克的魅力。

斯诺克是意志的锤炼。小小的球台上有二十二颗球,因此形势千变万化,扑朔迷离。胜势可能转瞬即逝,困境也可能豁然开朗,球员始终保持一种淡定的、平和的心态,每一杆考验的不仅仅是技术,比拼的更是心理。斯诺克对人在内苛刻的要求,可以提升个人承受压力的能力。

斯诺克更是风度的展示。即使在最艰苦的比赛中,球员们依然面带微笑,保持谦谦君子的风度。在斯诺克运动的潜规则中,球员应该时刻保持一个优雅得体的姿态。礼仪、风度和气质正是斯诺克大师带给我们的享受和启迪。而观众也应有一种高雅的风度来欣赏比赛。

我爱斯诺克。

休闲在东南亚海滩上

何娅丽摄

我的母亲于 1910 年出生在宜兴南庄村。我外公是村上饶有声望的“二先生”,妈妈自然是他的掌上明珠。那时,大户人家的女孩子,长到八九岁,都要裹小脚。这是中国儒家文化“阳刚阴柔”、“坤道顺弱”,主张女性柔弱灵秀,追求女性病态美,并盛行了一千多年的陋习。妈妈自然也不例外,外婆逼着她要裹脚。

说到裹小脚,其实是对女性身心的一种残害,也是男性病态审美心理和变态情欲需求的畸形反映。这种陋习起源于南北朝时期,而盛行于宋代。明朝开国皇帝朱元璋的老婆大脚马皇后,曾想力图改变它,结果也未能奏效。到了清代此风更加盛行。

妈妈出生在辛亥革命前夕。她八九岁,正值新文化运动兴起之时。我的外公思想非常开通,他是村上第一个剪辫子的人,为此还得了个“二和尚”的绰号。家中孩子大了,他不论男女,都送出去上学念书,使他们读书道理。而我的外婆,思想比较保守,自己有着一双“三寸金莲”,虽

秋晒玉足

李美丹

大片的裸着,哪怕晒红了,也是健康的麦色。初秋,我启动镂空的半凉鞋,比如这双刚买的卡帝乐鳄鱼,中低跟,走到哪脚都不会生疼,真正体现以脚为本,而且漂亮也是绰绰有余的,在深裤脚下,脚趾会变得很小巧。如果趾甲染点颜色,那是无声胜有声的奇妙。

有一双鞋,金丝绒面料,露脚趾。前面一条不怎么宽的带子,略斜地盖着一半的脚趾,脚脖子上是同色丝绒包起来的松紧带,鞋底也是红丝绒的,连椅子脚一样高高的跟也是丝绒包起来的,所见之处都是清一色的

我曾经迎面遇到过一位才十几岁的少女骑手在遛马。这位金发碧眼的小姑娘穿着漂亮的骑马装,坐在马鞍上优哉游哉地踱着步,看见我们,她非常优雅地挥手和我们打招呼,模样与神态真是可爱极了。

马的养老院

万青

这里的居民生活富足,他们热爱生活而且非常有爱心,几乎人人都是环境保护者和动物保护者,导游告诉我们这里的马还有养老院呢!

我们带着好奇心驱车到汝拉山脉下的一个小村庄参观了一家“马的养老院”。

“马的养老院”是由州政府的资助和众多养马爱好者集体出资兴建的。在这寄养的老马,在年轻时都为立下过汗马功劳,因此



妈妈的大脚

张志新

然吃足了小脚的苦头,但还坚持要妈妈裹小脚;甚至让佃伙计把妈妈捆在凳子上,用窄长的白布,将妈妈幼嫩的脚缠得严严实实。妈妈为此不吃不喝,整整哭喊了三天,终于感动了外公,并在外公的帮助下,拆去了裹足布,才使妈妈保持了一双天然的大脚。

妈妈能够保有大脚,是她斗争的结果。实际上每个时代都有因循守旧和改革开放思想的斗争。妈妈从小就受外公、大姨、大舅的影响,顺应新文化、新思想的潮流。她对于外婆的做法,不是逆来顺受,而是经过斗争,最终赢得了外公的支持,赢得了胜利。

妈妈十四五岁时,已长成丰姿绰约、漂亮能干的大姑娘。她经常和佃伙计一同下地干活,还要带好三个弟弟和一个妹妹,操持起许多家务,成为外婆最得力的帮手。到这时外婆才体会到女儿不裹小脚的好。

日寇占领上海以后,继而宜兴也成为沦陷区。日伪军经常下乡扫荡、清乡。一次扫荡中我外公为保护村上的老百姓,挺身而出,被伪军抓到宜兴城里,严刑拷打,残害致死。事后我的三个舅舅参加了抗日的革命队伍。自那以后,家里的一应事务,全由妈妈支撑。后来,妈妈也参加了革命,做起了群众工作。妈妈能担起这样的重任,全靠她保有那双走路如飞、掷地有声的大脚。

今宵灯谜

张文元

乘船过江避高峰 (四字足球用语)

昨日谜面:男旦 (历史称谓)

谜底:汉代妇女(注:代,装扮朝代)

主人都很疼爱自己的马匹,不惜重金把它们送过来安度晚年。马养老院的环境非常好,房子也很大。由于现在老马越来越多,所以马房正在进行扩建,只见不远处建筑工人正顶着夏日浑汗如雨地在盖建着一幢新的马房呢。

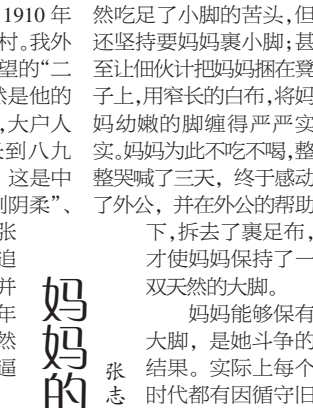
悠悠鼓韵中华情

杨锦彪

上大街,走向澜沧江畔。大街上,五六个穿一身蓝土布衣的傣家汉子闪展腾挪,边鼓边舞,动作刚劲有力,舞姿优美稳健,鼓槌在空中划出一道道优美的弧线,有规律地落在鼓上。最最热闹的是澜沧江畔,可谓人山人海,这里正在进行着龙舟比赛。此时,江岸助威的鼓声如山呼海啸,锣鼓齐鸣,歌舞相伴,直叫人心旌摇曳而不能自已。

锣和鼓是一类乐器,鼓在人们生活中扮演着越来越重要的角色。宋代抗金女将梁红玉擅长的击鼓,“击鼓战金山”成了抗金佳话。

击鼓乐舞在我国尤其是少数民族地区十分流行。我印象最深的是傣族由清一色男性表演的“象鼻鼓舞”。前几年,我约我的几位同事到西双版纳旅游,正好遇上泼水节。那天清晨,在我们下榻旅馆的不远处,传来了时隐时现的象鼻鼓声,“嘞—嘞嘞,嘞—嘞嘞”的声音撩拨着人的心的律动。于是我们走



鸡头米赛蚌珠圆

郁海红

头米种在了水荡里,那时民间称它为“饥豆”,平时是苏州人的储备粮,万一某年有个什么天灾时,它就成了救命粮了。在民间,鸡头米享有“水中人参”的美称,可以补脾益气,固肾强精,使人耳聪目明,延年益寿。有人曾问苏东坡:唐宋八大家,你们苏家就占了三位,究竟有何秘方?苏东坡笑曰:“家传益智强身之法,日嚼芡实一枚,后缓缓咽下。”原来此乃东坡养生之物。

鸡头米的吃法很简单,既可炒来吃又可煮来吃,炒着吃最多的就是虾仁炒鸡头米。煮着吃最简单,就是清水烧开后,放入漂洗干净的鸡头米煮约五分钟,然后放入冰糖和用纱布包着的桂花花,最后去浮沫,取出纱布包,连汤盛入碗中,吃起来香中带甜,口感细腻软糯,有一种特别的感觉,很有嚼头,吃完后,若有若无的清香久久缠绕在舌间。

中秋前后,是新鲜鸡头米大量上市的时候,如果这时你正好去苏州,热情的苏州人一定会为你端上一碗现煮的冰糖鸡头米,当你捧着满碗珠玉,品尝着它的软糯甜香时,我告诉你呀:这就是苏州人有滋有味的生活!

秋晒玉足

李美丹

大片的裸着,哪怕晒红了,也是健康的麦色。初秋,我启动镂空的半凉鞋,比如这双刚买的卡帝乐鳄鱼,中低跟,走到哪脚都不会生疼,真正体现以脚为本,而且漂亮也是绰绰有余的,在深裤脚下,脚趾会变得很小巧。如果趾甲染点颜色,那是无声胜有声的奇妙。

有一双鞋,金丝绒面料,露脚趾。前面一条不怎么宽的带子,略斜地盖着一半的脚趾,脚脖子上是同色丝绒包起来的松紧带,鞋底也是红丝绒的,连椅子脚一样高高的跟也是丝绒包起来的,所见之处都是清一色的