



灵兰别薛

门诊中常遇到病人问:“我属阴虚还是阳虚?”发问者往往白颈中,青年居多,且与日俱增。作为一名中医的我,既喜且忧,喜的是科技愈发展,中医愈被大众所接受和认可,能走到今天这一步,倍受鼓舞;也忧心忡忡,在经济大浪的冲击下,如何把握住继承和发展的正确方向,不悖前贤,榜样后人,对得起千千万万个笃信中医的平民百姓。

病人要搞清楚自己的体质属性,说明中医观念的深入人心。它有现实意义,平时有益养生,生病吃药时或多或少有点知情权。近有人将人体划归为九种体质,一锤定音,因此获得了科技进步奖。我特微词,当然惶恐,得特地声明歉意也是冀希科技进步的。前已经说过体质不是尺码,不能单凭一时主诉几句,医生看舌搭脉后,槌子落下,敲定属性。到鞋店试脚,尺码之外,还有肥瘦宽窄等花样杂出,千变万化的人体奥秘难道就这样一览无遗听凭摆布,乖乖落户在所谓的体型之内。

中医理论很复杂,就阴虚来说,自古精微深邃,歧义迭出,怎可拉到篮里就是菜,以今天中医入门书《中医学基础》的概念来界定,有失严谨,古旨茫然。又如划定为九种体质中的痰湿、湿热、瘀血、气郁四型,令人莫名其妙,痰、郁、痰、湿、热明明都是病,现今突然捏成“体”,嗜烟嗜酒生痰湿,居身潮湿易蕴湿热,外伤跌打瘀血疼痛,境遇不遂气郁寡欢,统统都是后天因素导致的病情,三尺稚童皆知,为什么突然像变古彩戏法似的把病理变成了生理体质?

退一步讲,万一这四种神话体质属实,整个中医界也会乱了套:诸葛亮当年率将士“五月渡泸,深入不毛”,防治瘴岚湿热,制特效药行军散,今天湿热体质的人是否自少到老不可或缺呢?中医治痰湿方二陈汤,估计今后要断档脱销,因为千万万个襁褓中的痰湿婴儿必须终身灌注;瘀血体质的人将一日三餐不离三七、白药等活血化瘀药物。《红楼梦》里林妹妹从此不呆在“潇湘馆”里形影相吊,气郁的人流大军将汇集在俱乐部里互倾肺腑……或以为我在夸大其词,体质与病理是两回事,不必吃药,大动干戈的,哪么也允许我提一个问题:瘀血、湿热等体质到底属生理还是病理?倘若曰属病理,则理当吃药的,如说属生理素质,就使中医的我也一头雾水了,从古到今没有听说过生理瘀血的,只怕会增加麻烦,今后凡提到瘀血、湿热等词,一律需加括号,注明是生理的还是病理的,让人明确是体质还是疾病。

事实是体质不能分型,阴虚、阳虚、气虚、血虚的各种倾向确是客观存在,阴虚内热、阳虚外寒、气虚困乏、血虚眩暈等现象在亚健康队伍中比比皆是,然只能说是倾向,且倾向也不纯,不是纯净水、阴、阳、气、血之虚往往错杂糅杂在一起,否则要你医生做什么?自己对号入座买药就是了。此外,体质倾向并非铁定不变,阴阳气血虚亏会相互转化,会相互兼得,也可在受外邪风、寒、暑、湿、燥、火的侵犯下,改变体质倾向而形成新的病理特征。

总之,人的体质倾向,是在遗传基因和后天境遇中自然形成,自然变化,而不能把活人关在体质的铁栅栏里,翻腾出把戏似的,一生受罪。

国人体质辨

潘华信

几年前,突然想调整一下自己的生活方式,放慢节奏、暂别电脑和电视,于是又倦恋起一本本久违的好书。阅读之余也关注起几乎已被忘记的电台节目。很偶然的就发现了FM94.7,一个集古典音乐、经典流行、古典民乐的纯经典音乐频率。

我和 947

嘉 仪

一下子,我就被她深深吸引住了,这是我在电台节目中唯一能找到的一个播放古典音乐的频率,很快 947 就成了我听音乐的一个最好的朋友。因为这里能让我感到惊喜的音乐节目太多了。每晚九点档的《纵横经典》、十一点档的《爵士夜上海》、周末晚间张民权先生的《古典也轻松》……真是不胜枚举。我个人最忠爱的节目是周末下午档查理林老先生的《怀旧金曲》和周末晚间十点档的《古典导航》(Classical Connections),一档中英双语古典音乐节目。每次我收听这些节目时,心情总是格外放松、聆听的奇妙感受,常常令我完全沉浸在美妙的乐声之中,好不享受。其中的《怀旧金曲》已播出近千期了,真是令人惊叹,一档持续了 20 年之久的电台节目,到如今仍能深受听众们的宠爱,真是不易。而这档节目里的黄金搭档查理林老先生和王伯伯的故事那简直就是上海电台界的一个传奇。另一档《古典导航》(Classical Connections)播放的是由 Edward 带来的古典音乐。在欣赏每一

首曲目之前, Edward 会用纯正的英语对作曲家及作品进行详尽的介绍,吴思远则会用中文再耐心解释一遍,帮助听众更好地理解每一首曲目,引领听众迫不及待的想立刻进入作品的意境,每次静静地欣赏完一首曲目,总是觉得意味尽。当然,好听的节目还有很多,去年经过改版后,947 也增添了很多年轻的元素以及听众互动环节,直播节目往往都是很热闹。陈洁主持的《智慧妈妈》不仅播放的是适合母婴收听的音乐而且还介绍了育儿知识。刘岗的《音乐下午茶》同样是播放欧美老歌,却赋予了每一首歌别样的诗情。还有由周婕和雪飞主持的颇具人气的《轻松乐逍遥》给都市里每一位疲惫的下班族来了一个彻底放松。

947 也是一个历经岁月的音乐频率,以前由张培主持的《美文妙律》现在仍在,由李欣继续主持,仍然非常好听,在夜幕渐深中给每一颗心灵以滋润。由海苏和小铃主持的各档中文经典也颇受年轻听众的喜爱,让他们重温年轻时的美好时光。而儿时经常收听的《星期广播音乐会》,今年已历经 30 周年,并且为上海带来了一个全新的、大型绿色户外草地交响音乐会,这真是一个大惊喜。947 给我们听众带来了太多的音乐盛宴,希望让更多的爱乐人好好享用 947 带来的音乐“美餐”。947——“就是吃”,真是让我这个热爱音乐和美食的听众爱不释“耳”呢。

曾经有一对父子,脾气暴躁,整日争吵不休,甚至还大打出手。后烦恼不堪的两人纷纷单独去求助一位德高望重的牧师,在牧师的吩咐与安排下,父子二人终究重归于好。牧师的吩咐是:学会微笑面对对方,不论是在怎样糟糕的心情和恶劣的环境下。曾经有一架客机在飞行时遇上意外,随时都有可能发生坠机事故。乘客们十分慌张,躁动,哭泣,埋怨,混为一团……但在这样一个关键时刻,训练有素的空姐们,面带微笑,给乘客们讲故事,陪他们聊天,给他们安慰和鼓励。她们的微笑在混乱与埋怨声中始终如一,温暖如花。最终,乘客们被她们的微笑、镇定与乐观的精神所感动,逐渐安静下来聆听她们所讲的故事,直到飞机安全降落。曾经有一个推销员,在推销一套财富杂志的时候,有五次被人拒于门外,甚至遭受嘲笑。可是,第六次,他终于推销成功,原因是人们被他一如既往的执着的微笑所感动。一个简单的微笑,拯救了陷于危机的父子情谊;一种内在的、善良的微笑,让乘客们忘却了灾难来临时的恐慌;一种持续的、真诚的微笑,打动了人们的心灵。

民国十年,富连成科班实行了分包制度,由原来演出的广和楼增派重要学生进驻到内城的戏园子,如吉祥园。这是纵向上的“北上”。从广和楼穿过前门进入内城,再来到东安市场,这不是北上的“纵”吗?两边都由低班特同学担任前边的主演,但后边的戏还需要高班同学主演,才能赢得观众欢迎。为此富连成就要选择最优秀的各班同学两边跑,如马连良、何连涛、沈富贵、茹富兰等。本来,马连良已经出科毕业,这是临时回戏班深造。广和楼一共五个戏,马连良唱完第四《天雷报》,卸妆后匆忙往吉祥园。富连成在吉祥有六个戏,等马连良赶到时,谭富英的第五《珠帘寨》还在唱,马连良还有足够的时间化妆。如果谭富英唱时间短的《黄金台》,那马连良就没时间喘息了,台底下的观众也该不干了。另一名大武生何连涛先在广和楼唱大轴《铁笼山》,再赶到吉祥园唱大轴《青石山》。每个戏的大小事先都有严格的计算,不能发生人与戏在时间上的碰撞。富连成为什么要分包?分包实行了多久?我手头都没有资料。不

能硬说,反正民国十年时演员有私人马车的只有梅兰芳,1990 年我写《梅兰芳艺术谭》时做过细致的调查。马连良是 1916 年挑班,他有私人马车应该是更往后的事。如何评说富连成“分包”,是戏曲史家的事情,反正十多年之后,北京长安街上又增加了两家戏园子,一是西单路口的长安大戏院,二是西单以东的新新大戏院。新新修建于后,条件比长安更好一些,因此在接受演员条件上也更苛刻一些。尤其是两边都有名演员演出的时候,如何优选演员与剧目,就成为资深戏迷很挠头的事情了。比如有这样的竞选。长安是谭富英的“双出”:前场《桑园寄子》,大轴《摘缨会》。新新则是孟小冬的《洪洋洞》。戏迷们比较了许久,觉得两边各有特色,丢掉哪一个都是损失。于是,其中一些人采取了这样的做法,先在长安看谭富英的《寄子》,看完后走是长安街,等步行到新新,进入大门正好大轴《洪洋洞》开锣。

上海诗人徐芳的《蓝阳光》,它以非常简单的意象材料,但却富有诗意的动态变化为基本特色:在今早与昨夜之交,天边一片朦胧,空中悬半轮明月,雨后天一阵春风掠过,小水洼里泛起层层涟漪。“晨曦初醒”,诗人俯身地面,等候日出。这时刻,只见在“高高挂出的白衣裳”间,闪现出一朵蓝色的花,犹如一位少女,“伸腰歪脖”,在风儿掀起一角的瞬间,“踢出了一条腿”,并且在“兀自地手一指”之际……“呜呜嗡嗡”,一缕光芒从天滑落,她“吹着口哨”,沾着“露珠”,在周遭一派“蓝幽幽、灰蒙蒙”的氤氲中,款款地缓步走来,从高到低,从小到大,正当要洒向人间之际,一不小心,却“卡”在楼房的夹缝间、对面的窗台上,这里诗人用了网络常用词“闪”,哦,却是“闪”不出来了,可也退不回去!但是,她毕竟来临了,花木已感觉到她的声息。于是,海棠花争相绽放,“一盏又一盏”,“像还没来得及熄灭的街灯”……

古今诗歌写日出的很多。在海上,在山中,在江边,或辉煌,或壮丽,或秀美。但像徐芳这样写城市晨光的,却并不多见。在那诗中,阳光被拟人化了,赋予她曼妙的身段,而且是那么轻盈、纯净,甚至带几分稚气,她静静地、悄悄地,蹓进社区,却又那么纤弱与艰难,她穿行在楼宇间,躲躲闪闪,一不小心,便被“卡”在窗台上。然而,她的到来,仍能唤起花木的苏醒。这表明太阳的神奇与伟大,即使在钢筋水泥中,也寻求插足落脚的所在,播撒它的光热……

此诗的突出特点在于:观察得细腻、体验得真切。诗人用眼、用心贴近太阳,把生命与阳光融为一体。“蓝阳光”,不单纯是主观的投射与幻化,而且是主体对客观的曲折的发现与体认。因此,不仅日光宁静、安详、和煦,而且诗人的心境也恬淡、澄明、敞亮。诗境里的上海之晨,跃然于纸上……

谁能代替丝丝缕缕的蛛网,来守护我为数众多的旧书;谁能重历黑白风格的童年,来找回初读的单纯体验。时间严丝合缝,巨人参孙也难以撼动分毫。书架和我之间的空气颤动时,我们结成了难能可贵的至交。我们悠然借书同老。书架不害怕有一天会散架,因为文化的骨骼可以撑起记忆的天空;我也不害怕有一天视力会归零,因为茁壮的手掌仍可以摩挲皱缩的封面。它渴望接纳我,将我当作一本新书收藏。我希冀向它回归,以便重返阅读的源头,那似冰川雪白如纸,书与人的故事一直向岁月敞开,并且抒写不尽。

的确,世界上没有一块冰不会被融化,没有人会拒绝微笑。微笑如春天和煦的风,抚过人们脸上的忧愁,给大家带来愉快、清新与自然;微笑是清晨的第一缕阳光,第一声鸟鸣,带给人们温暖与幸福;微笑是维系亲情、友情与爱情的纽带,是生活中的一道灵符,任何事情因为它而变得牢固、夯实与坚韧。微笑是一个动作,一份自信,一种洒脱;微笑是一种智慧,一种品质,一种涵养;微笑

纵横之间 徐城北

结果两边的演出全都欣赏到了。从长安向东边的新新走路,这是“横”向上的迁移。观众走路时多数很开心,他们想着这一谭一孟两大须生,以及他俩与余叔岩的关系,即使有种种的轶事,那也足够增加谈资,等看过之后,他们再互相评点,逐一从细处去评点优劣。他们完全沉醉在从谭派延伸到余派的脉络之中。从谭到余,这是近代中国老生行的发展主线,不管你个人喜好如何,如果通过从长安步行去新新这一路的沉思与漫谈,那收获比在戏园子里看戏,着实要丰富不少呢!

中国进入近代史的时代,观众不能仅仅在戏园子里叫好了,他们更需要在戏园子之外展开思索,他们在种种的纵横之道中展开思维,对演员的剧艺展开品点,于是,种种的纵横便有了立足之地。演员们也从戏园子里走了出来,加入到京剧观众的评议之中。从二十年代至三十年代,有过多次这样纵横之间的活动,等到三十年代京剧剧运产生出第一次高潮之际,这一切也就水到渠成了。十年前,我曾向上海王元化先生请教京剧的第一次高潮的问题,王先生承认“的确有研究的价值”,如今我以浅薄的纵横之思应对,真想再听听王老的声音了。

《蓝阳光》里的城市日出 苗雨时

怀念一个旧书架 谈建国

学会微笑 陈晓辉

《蓝阳光》里的城市日出

苗雨时



夜光杯

十日谈 明请读一篇《碾房记忆》。生活之美