

「糕团」高博文

马尚龙

去年某一日,高博文邀我去上海兰心剧场听弹词开篇专场,约了在剧场售票处碰头。他给了票后,便去迎接坐出租车来的当今评弹界泰斗级老艺人。演出开始,高博文几次出场,都是偏坐台侧,担当琵琶伴奏。高博文琵琶弹得好有所耳闻,一如前辈艺人张鉴国为蒋月泉伴奏,但总归是下手。直至下半场的一个开篇,高博文长衫三弦,居中而坐。主持人吴新伯放了个噱头,称高博文是“糕团”,还是“新鲜”的。“糕团”是“高团”的谐音,所谓“新鲜的糕团”,是几个月前高博文担任了上海评弹团副团长的意思。此前,高博文从未对我说起过他的职务。

通常我并不喜欢以职务相称,但是我喜欢称高博文为“糕团”。不在于“糕团”和“高团”谐音,更多地在于,“糕团”配得上苏州评弹,“糕团”配得上高博文。糕团这么一种点心,完全是江南人的喜欢,双酿团,青团,条头糕,赤豆糕……只有江南人做得好,连那些名店的店名,乔家栅、沧浪亭,都是非常苏州园林、江南风情的味道。苏州评弹不也是这样?至于高博文,他待人细心、平和,毫无犀利、硬实、重味的风格,糕团不也是这样?

我认识高博文,不是偶然,倒是“突然”,突破了我的一个习惯。高博文是我的第一个,也是唯一一个网上认识、网下结交的朋友。“吴韵一哥”是高博文的微博名。我曾经以一个纯粹外行的身份,和“吴韵一哥”在网上谈论过苏州评弹和海派文化的关系。忽一日,“吴韵一哥”约我在花园饭店喝咖啡,一席清谈,评弹、文化、历史、将来。其时,高博文已经是“糕团”了,但是他没有给我名片,更没有摆出天将降上海评弹大任于高博文的口气和派头。包括他去年和著名篆刻家陆康同被聘为上海大学美术学院客座教授,也没怎么和他人分享喜悦。

这很像是上海人的行事风格。是的,高博文是上海人。高父高母与艺术无关,家中也没有听评弹的气氛。高博文说他评弹的人迷入门,是从听收音机“空中书场”开始的,长篇评话《三国》《英烈》……每天一回。从天天听苏州话的讲故事,直至1987年考入恢复招生的上海戏曲学校评弹班。

也是在花园饭店喝咖啡的那天,高博文说,他会来参加《上海制造》书展签名售书。我邀请他作为我的签约嘉宾,还有点过分地请他唱几句评弹。高博文一一答应。签名售书当天,高博文台前一站,啊啊,到底是英俊小生啊,几句蒋调《莺莺操琴》,喧嚣的现场一下子安静。听说我今年新书《为什么是上海》又在书展签名售书,高博文说他第一个报名。

今年5月21日晚上,亚信会议的文艺晚会短短一个小时,就有苏州评弹,就有高博文。台下就坐的是中外元首和政要。后来我和高博文开玩笑说,说不定普京也喜欢评弹呢,说不定苏州评弹就弹到了亚洲呢。演出那日已过立夏,倒真是有点《莺莺操琴》末几句唱词的韵味:“长日夏凉风动水,凉风动水碧莲香:果然夏景不寻常。”

“省酸增甘,以养脾气”,饮食养肝尤为重要,但仅仅遵循少酸多甜尚不足,现代中医认为,辨证养肝尤为重要。

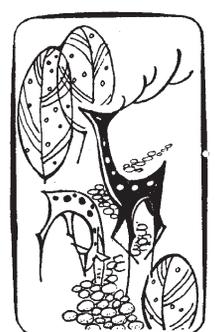
饮食养肝需辨证

祝峻峰

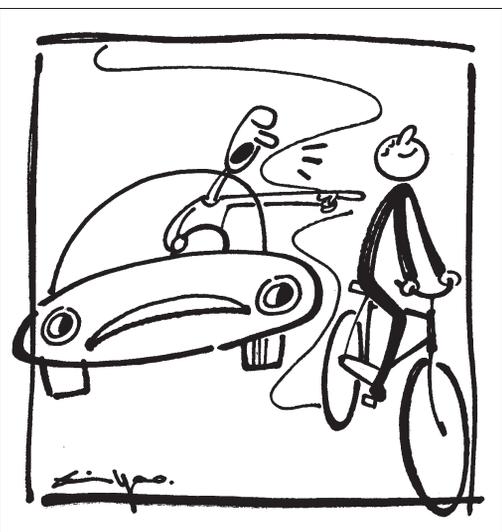
总的来说,食物分寒(凉)性、热(温)性、平性及辛、甘、酸、苦、咸五味,辨证养肝尤为重要。少气懒言,畏寒等,可食韭菜、葱、蒜、鸡肉、羊肉、狗肉、芒果、葡萄等温性酸甘之品;忌大寒生冷;肝阴亏虚型:可见腰膝酸软、五心烦热、两肋隐痛,潮热盗汗等,可食银耳、甲鱼、海参、泥鳅、枸杞头、鱼汤等滋阴养肝之品;肝血亏虚型:可见面色无华、眼涩、头晕耳鸣、经少等,可食菠菜、大枣、蜂蜜、乌骨鸡、猪肝、猪肚、口淡、困倦、纳差等症,可食山药、扁豆、冬瓜、香菇、茯苓、鳊鱼、鲤鱼等养肝祛湿之品,避免过甜油腻;肝气郁结型:可见纳差、叹气、忧虑、两肋胀痛、失眠多梦等,可食青瓜、春笋、山



杏林夜谈



夜光杯



智慧快餐

郑辛遥

骑车时骂开车的霸道,开车时又骂骑车的占道。

一天晚上我刚睡下,突然被一串急促的电话铃声惊醒,原来是一对老年夫妻吵架要我评理。这对夫妻是我的朋友,十年前曾经因琐事发生矛盾闹得不可开交,经我劝解和好。该夫妻均已年过六旬的老人,妻子比较单纯,平时话多,丈夫对妻子不怎么尊重,因此我一直为他们担心,深怕丈夫欺负妻子。

这天发生吵架的事说来好笑。妻子文化程度不高,但是个热心人,平时积极参与社区公益活动,被居委会和楼组居民“任命”为楼组长。那天是星期天,下午4点一位居委会干部交给妻子一项任务,就是把前几天居委会发放到楼组内各家各户的民意调查问卷收上来。谁知眼看到吃晚饭的时候了,还未见妻子的踪影。因妻子平时不用手机,丈夫不免着急起来,哪知遍寻不着人影。

儿子下班回来,闻听也很着急。因为母亲是高度近视,白天走路都要靠人搀扶,晚上基本是寸步难行。父子俩越想越着急,便扯开喉咙在小区呼唤妻子的名字。晚上7:30妻子回到了家,着急的父子俩悬着的心才放下来。妻子解释到:收完调查问卷后与居委干部一起逛超市,兴趣上来竟忘记时间了。丈夫听了气不打一处来,径直走到居委会干部家,声称自己的妻子不再担任楼组长了,请他们另请高手。这下妻子急了,夫妻俩吵成一团,儿子劝也劝不住,眼看一家人不得安宁,便打电话给我,让我劝解劝解。

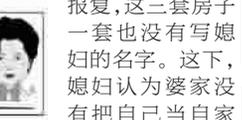
我听了他们的述说,不仅没有因为他们晚上打电话影响我睡眠而不快,反而有些高兴。我让妻子接电话,电话那头妻子满腹委屈。我笑着跟她说:“你丈夫是一时的气话,楼组长是由居委会和楼组居民确定的,你丈夫没有权利取消你当楼组长的资格。你今天应该高兴才是啊!丈夫、儿子这么在乎你,不要太有福气哦!以后

遇矛盾换位思考

柏万青

晚上尽量不要外出,免得家里人为你担心,快去亲亲亲老头子。”电话那头顿时传来一阵笑声。

其实类似这样的矛盾在新老娘舅调解中也有发生。一位媳妇与丈夫生了一男一女两个孩子,因自己与女儿的户口在娘家,在娘家动迁中拿到15万现金,媳妇没有交给婆家,婆家不乐意了。不久婆家也动迁了,分到三套房子。作为报复,这三套房子一套也没有写媳妇的名字。这下,媳妇认为婆家没有把自己当自家



柏阿姨说事

人,闹起了别扭。双方亲家都参与进来,闹到要离婚的地步。调解当天,双方家庭成员唇枪舌战,场面一度失控。女方的父亲因一语不合竟负气离场。我赶忙把父亲请到密室。我问父亲:你有几个孩子?父亲答道:只有一个女儿。我又问父亲:女婿家呢?他回答就一个儿子。我跟他你说:你想想在分的三套房子,以后你们家所有的房产、财产也都将是这两个孩子的。父亲愣了一下,恍然大悟。他走回场内拉起女儿的手:“不要啦!都是捣浆糊瞎吵。”然后把我的道理跟大家说了一遍,刚才还剑拔弩张的双方仿佛都懂得了个中的道理,平静下来。

今宵灯谜

苏才果 七嘴八舌 (三字影视名词) 昨日谜面:挥谜底:《分手大师》 (注:军大于师)

革命发配到内蒙古劳改。一个印了‘郑’字的信封。和我合作好多次的都说收集好多信封了。”还说:“这个节目我们明星并不苦,工作人员天天起早贪黑才苦,他们欧洲跑一趟根本没时间去逛。”

口碑

甘鹏

出道,因《大醉侠》红透东南亚,被誉为“一代侠女”。

上世纪60年代,她在东南亚走红时,大陆观众看不到她的电影。现今观众熟悉的她,是《唐伯虎点秋香》里含笑半步癫的华夫人,是《卧虎藏龙》里的碧眼狐狸,是



《杨门女将》里的佘太君——犀利老太的形象。然而在真人秀里,一群各有个性的明星间,她终于展现本色,有淡泊,也有坚持。很多观众重新认识这位熟悉又不甚了解的资深演员佩佩姐。

我去长沙采访,节目组的人都在说佩佩姐的好。他们说,节目录得苦,录完之后只有两个明星给一百多个工作人员都送了礼物。一个是刘涛,她嘱咐经纪人给大家买好纪念品。再就是佩佩姐,她给每人包了一封红包,装了一百块钱。钱不是大数目,但大家很开心,觉得佩佩姐想得到每个人的辛苦。在北京采访佩佩姐,和她聊起这件事。她说:“这是我的习惯,每个剧组散伙我都给大家

那天采访我们约了三点半,结果我到早了。我便去了楼下喝杯东西。陪我等宣传人员说:“千万不能让佩佩姐知道你在等她,不然她会说我的。”据说他们一起参加活动,经常司机还没到,她就下楼。她不喜欢让人等。后来我走开去卫生间,再回来的时候,宣传告诉我:可以做访问了。总之,我比约定时间提前一个多小时开始了采访。

我相信,会被佩佩姐那样指责——张柏芝肯定是有做得不妥的地方。尽管她也一定有她的客观理由。

十年前,当我们还在厂子悠哉游哉地拿着那点死工资过安稳的生活时,同事小莉却忙得不可开交。只要一下班,她就骑着那辆旧自行车,去离家很远的夜校学财会。当我们在上班的间隙闲聊时,她却坐在那背枯燥的公式。有人嘲笑她说,你一个工人,都人到中年了,费力气学那干啥?小莉听罢,总是微微一笑,并不反驳。

如今,我们的厂子早已倒闭。职工流落到社会上,干什么的都有,小莉无疑成了佼佼者,她凭着会计师证书,应聘到一家单位做会计,没几年工夫,就坐上了财务部头把交椅,年薪十几万。

朋友圈中,数青最不安份守己。当我们在家安心相夫教子时,她又去跑保险,又是搞销售,终日忙得见不着人影。如今,下岗待业多年的我们为无所事事发愁时,青青有跟别人合伙开办的厂子,还有每月跑销售的提成,每年几十万的收入,令我们羡慕。

最值得称道的要数大伯。大伯退休后,北上还忙,找了份技术顾问的活儿,拿着双份的工资,比上班还问所挣的钱比养老金还高。更令人佩服的是,大伯业余时间还打太极拳,跟驴友出去旅行,七十多岁的人,走起路来虎虎生风,比年轻人还有精神。

纵观身边活得精彩之人,无一不是不断刷新自己的人。他们不满足于现状,总是想办法提升自己。这种忙碌的生活方式,常让我想起齐白石的“不教一日闲过”的名言。他们把自己的生活经营到了极致,忙碌着,也快乐着。

1940年,毕伯·巴尔德斯从哈瓦那开始了自己的音乐生涯,十年之后已享有了极高的声誉,对拉丁爵士音乐做出了贡献。1960年因古巴政局不稳,流亡瑞典,并定居在斯德哥尔摩,在此期间在餐厅和酒吧等地演奏钢琴为生。直到1994年,76岁的巴尔德斯再次复出,并在2013年3月22日去世之前获得了3次格莱美奖和7次拉丁格莱美奖,最后一次是在2012年。2002年获奖的《黑色的眼泪》第一次将爵士音乐和弗拉明戈音乐融合得如此令人印象深刻。如同弗拉明戈音乐一样,爵士音乐也

黑色的眼泪最剔透

王世逸

时而愤怒和哀伤的情绪,让我有种刚淋过了场专属于夏天的雷阵雨后,呼吸到负离子的清新感,浑身湿透却酣畅淋漓。这迷人的歌声来自于从西班牙传统弗拉明戈歌手一跃成为国际乐坛巨星的迭戈·埃尔夫·西加拉(Diego El Cigala)。在这张专辑中担任伴奏的是更为得的古巴传奇爵士钢琴手毕伯·巴尔德斯(Bebo Valdes),2002年录制专辑的时候,他已是85岁高龄。由此来看,从严格意义上来说这是一张混合了爵士、伦巴和弗拉明戈等多种音乐种类的集合,这多元的音乐风格的完美融合被世界乐迷推崇至今。

1940年,毕伯·巴尔德斯从哈瓦那开始了自己的音乐生涯,十年之后已享有了极高的声誉,对拉丁爵士音乐做出了贡献。1960年因古巴政局不稳,流亡瑞典,并定居在斯德哥尔摩,在此期间在餐厅和酒吧等地演奏钢琴为生。直到1994年,76岁的巴尔德斯再次复出,并在2013年3月22日去世之前获得了3次格莱美奖和7次拉丁格莱美奖,最后一次是在2012年。2002年获奖的《黑色的眼泪》第一次将爵士音乐和弗拉明戈音乐融合得如此令人印象深刻。如同弗拉明戈音乐一样,爵士音乐也

是来自美国南部黑人用来表达自己生活与情感的音乐,这样的音乐朴实与随性。什么是爵士音乐,一位听友的描述感觉很准确:动静不大,永远找不到一个稳定的节奏,带拐弯的音乐,富有动感且耐人寻味。于是爵士和弗拉明戈构成了一刚一柔,一快一慢的互补,营造了非常美妙的听觉享受。专辑同名歌曲《黑色的眼泪》和《难以忘记》(Inolvidable)是整张专辑最具特色的两首。专辑名《黑色的眼泪》,看似有些哀怨,伴随着撕心裂肺的喊叫,契合了弗拉明戈音乐最常见的素材:死亡、命运、爱情等,但其背后却代表着一种慷慨、狂热、豪放和不受拘束的生活方式,那是一颗极纯净、极灵动的内心。



灯花



七夕会 影音方园