

白杨，著名影剧表演艺术家，新中国22大电影明星之一。郎平，著名排球运动员、教练员，上世纪八十年代世界女排“三大主攻手”之一，现任中国女排主教练。一位是影星，一位是球星，她们两人之间会有什么交集呢？

## 白杨和郎平的忘年交

苗青

故事要从1981年女排世界杯中国队夺冠说起。那年11月16日，中国女排在大阪体育馆迎战东道主日本队，如果能够获胜，中国队将赢得队史上首个世界冠军。女排姑娘们个个摩拳擦掌，主攻手3号郎平更是志在必得。此时，刚从美国归国的白杨，一回到家里，第一件事就是打开电视机看女排，看郎平。

原来，白杨是一个排球迷。她特别喜欢看郎平打球，每次从电视里看到

郎平凌厉的扣杀、勇猛的拦网，总让她激动，赞叹。后来她给郎平写信，鼓励她坚持锻炼、刻苦拼搏，球艺无止境，相信功夫不负有心人，一定能为国争光，登上最高领奖台！那时的郎平还是个20岁出头的小姑娘，除了热爱排球，最感兴趣的看电影。收到白杨的来信让她喜出望外。相差整整40岁的两个明星，就这样成了好朋友。

在去日本参加世界杯比赛之前，郎平曾给白杨写过信。信上说：“眼看世界杯决赛的日期越来越迫近，我们已开始进入‘角色’；可以预料，揭幕揭开

后，遇到的困难会比想象的更多，不管怎么样，战斗需要勇气、信心和毅力。我深知祖国人民对女排和我个人所寄予的厚望，决心在关键时刻，使出最大的劲儿，去为祖国的荣誉顽强拼搏”。白杨回信说：“等你比赛回来时，无论在什么情况下，都要请你吃饺子；而决不如你所说，胜了吃饺子，败了吃面条。”

或许是带着这样的一份特别约定，两人在这届世界大赛中都很投入。一个在球场上奋勇拼搏，一个在电视机前振臂高呼！白杨为女排每得一分而欢呼，也为每个失误而焦虑。尤其是中日女排比赛的第五局，在十四比十五落后一分的情况下，只见郎平和队友们在极度疲劳的激战中，仍不手软，超手斜线高扣成功，取得了十五平，并最终拿下比赛，以七战全胜的成绩赢得了世界杯冠军！白杨流下了激动的泪水。

就在那个中国女排腾飞之夜，白杨连夜提笔给郎平写信，盼望她早日回国吃饺子。同时，她还心潮澎湃地写下了《心事浩茫连广宇》一文，由体育健儿们的优异表现和顽强精神，联想到了电影工作。

“女排精神”吹进我们的心田，如浩荡的春风，我感受到她们那种炽热的爱国主义精神，想到她们在锻炼和出战时，置个人的伤病于不顾，在业务上她们又能博采众长，闯出自己的路子，形成了一个英雄的集体。她们打出了中国风格……我想，这种风格，不正是中国电影所应追求的‘电影风格’吗？”

不久以后，这顿约定中的饺子宴终于变成了现实。那天，女排队员们和一些文艺界名家相聚在一起，除了白杨，还有她的姐姐著名作家杨沫、导演谢涛、电影《沙鸥》的导演张暖忻、主演常珊珊。在宴席上，白杨首先举杯祝酒，并为郎平朗诵了一首诗：在战火纷飞的沙场，“铁榔头”又准，又狠！郎平腾空跃起，凌厉扣杀，一锤定音！

白杨饱含深情的朗诵，赢得大家热烈的掌声。在饺子宴上，郎平自然成为了焦点，大家都很喜欢这位高挑个儿姑娘。她谈到比赛，谈到集体，谈到战友，谈到荣誉应归于祖国和人民……郎平说，自己和队友们都是电影迷。在紧张的训练之余，总想争取机会看电影。她特别喜欢看白杨主演的电影，《一江春水向东流》中的素芬、《祝福》中的祥林嫂，这些中国妇女身上所体现出的勇敢、勤劳、善良，都深深地印刻在她的



扫一扫，关注“夜光杯”

脑海里，并化为她前进的一种力量。

1983年9月，参加第五届全运会的女排健儿们来到上海著名的豫园，和电影演员们欢度中秋。身穿运动服的郎平又一次见到了她尊敬的白杨，向她问好，并把早已准备好的一盒月饼送到白杨的手上。此时的中国女排，又赢得了一座女排世锦赛冠军奖杯，正在全力备战洛杉矶奥运会。白杨看见郎平，也是满脸笑容，她一边紧握郎平的手，一边叮嘱她好好注意身体。她们互相勉励，期望体育、电影比翼双飞，走向世界！

今年是白杨诞辰一百周年。当年的“铁榔头”早已成为中国女排主教练，去年还率领女排以11连胜在世界杯卫冕成功。从1981年世界杯夺冠，到2019年第十冠；从第一次夺冠时的运动员，到第十次夺冠时的主教练，郎平和中国女排走过了38年风风雨雨，再次让女排精神成为坚忍不拔、永不认输、勇攀高峰的代名词，激励着人们团结奋斗、为国争光的抱负和勇气！如果白杨在天有灵，她一定会再次为郎平欢呼，为女排骄傲的！

## 意外的香味

许晟

今天早上我起床晚了一点。九点钟要给学生上网课，八点五十才睁眼，只好洗把脸，弄一下发型，打开摄像头，来不及吃早饭了。

上课到十时，我给发了两段短视频，加起来有十二分钟。利用课间休息，我就来得及煮两只鸡蛋了。我真是机智的老师。突然，一个朋友给我发微信，让我把银行账号给他，说他在做一个合同，而且很紧急。别人惦记着我打钱，这种事怎么能拒绝？我翻出银行卡，开户行地址不记得了，我

不喜欢打银行的查询电话——普通话到底按1还是2，你倒是说快一点啊。我就用高德地图去查。家里wifi刚好坏了，4G信号不太好，手机还需要充电……不慌，“一切都在我掌握之中。”

去厨房拿鸡蛋的时候，我没注意煮蛋器旁边有一个醋瓶子，因为那个瓶子是我昨晚临时放在那里的，不符合我拿鸡蛋时候的肌肉记忆。于是，我把装了大半瓶保宁醋的醋瓶子打翻到地上了。厨房是瓷砖的，瓶子碎了一地。醋汁以瓶子的破碎面为中心，喷洒出一个不规则但起伏优雅的扇形，但来不及清扫了。

一个小时很快又过去了，课程结束。我开始吃刚才剩下的一个鸡蛋，然后躺在沙发上，细细品味满屋的醋香。我之前从不知道，小小一碟子醋的味道，和打翻掉的醋的味道，有这么大的差别。它不再是斯文的味蕾装点，而是气化后扑面而来的酸之灵魂。那香味似乎无边无际，随着气流的变化无止境地涌动着。整个房间充满了别致的氛围。中午的时候，阳光正好照到沙发上，我就像一只躺在阳台上窝里的狗，把身体变成与阳光相匹配的形状。世间的一切都与我无关了。

直到阳光有些刺眼了，我才换了个姿势。我想起自己以前养的一只猫，一般会在这时候来梳理我的头发，就像给自己梳毛那样。我又花了一秒钟想起下午要做的事情，可是那些事情立刻又离我远去了，因为它们根本敌不过这香气的笼罩。世界的颜色好像都变了，形状也变了，变成了那团酱色的带着放射感的扇形，而且是温暖的。

整个下午，我都舍不得清理厨房里的醋。什么香薰啊，檀香啊，香水啊……哪里比得过这大半瓶醋的味道。我从来没有对醋有这样深刻而美好的认知。真是太有意思了，不是吗？我又想了想，柜子里还有酱油、豆瓣、豆腐乳之类……我琢磨了一会儿……还是算了吧。直到第二天，我才把厨房给清理了，因为那味道已经差不多散尽了。

我就很想把这个体会分享给大家，也没什么太多好说的。喜欢阅读的读者，平日一定都有自己的体会。总之，要是不小心打翻了醋瓶子，一定要记得让它发散一会儿，体会一下那个味道啊。



摇曳生姿

(水彩) 郑丽萍

最早听到咖啡的笑话，是来自小区胭脂巷的阿明。阿明的姐姐是全国有名的舞蹈家，上世纪80年代初就和团里一起常出国演出。一次从美国回来，给阿明带了两罐叫做雀巢的东西，一罐是褐色的咖啡粉，一罐是白色的伴侣。

阿明一看就来气，怎么这么小家子气，就这两罐东西，一下子不就吃完了。阿明当天就倒出近半罐咖啡粉，加糖加伴侣喝了下去。这一喝不要紧，整整三天三夜兴奋得上蹿下跳不睡觉，他妈妈吓坏了，带着他去了医院。

十几年前的杭州街头，到处是两岸、蓝山等咖啡店。圈内有种说法，看商业形态成熟不成熟，人流量多不多，就看旁边有没有两岸咖啡。中山路上或者某个巷子拐角处，也有小小的茶室或者咖啡店。我们经常漫淫在里面，谈着听着一些莫名其妙的话题。咖啡馆客人讨论的项目都惊天动地，动不动主板啊，A股啊，借壳啊，风投啊，每个人似乎都可以成为风口浪尖上那只会飞的猪。

我认识一位退休的老先生，每天都到两岸咖啡坐一坐，听听

音乐或发发呆，一杯咖啡，一叠报纸，就消磨一个下午。老先生说除了非洲没去过，其他地方都去呆过。每去一处，最喜欢去的就是咖啡馆，一个月花在咖啡上的人民币，就有三四千元。

这几年，星巴克等咖啡店似乎一夜之间蔓延开来，两岸、蓝山和那些极具个性的咖啡馆，慢慢消遁了。报社楼下开起了星巴克，用食堂的饭卡就可以去消费。星巴克里没有私密的隔座，全部是一览无余的空间，一群戴着耳机的年轻人。咖啡和奶茶一样，成了大家惯常打包的饮料。

我再也没有在星巴克看见那位老先生。我想，喝咖啡应该是一件很私人的事情。否则大家总说喝一个，干一杯，要么喝的是茶，要么干的是酒。总不能说，我们一起来干杯咖啡。年纪越长，越不愿意往咖啡里加糖。有些苦涩只能独自品味，却无法流泪和诉说，一如这世界上存在着不能流泪的悲哀。

人生像一条从宽阔的平原走进森林的路。在平原上同伴可以结伙而行，欢乐地前推后挤，相濡以沫。可一旦进入森林，草丛和荆棘挡路，情形就变了，各人专心走各人的路，寻找各人的方向。

那些具有特色的咖啡店消失前，我经常会在西湖北边的小店，看残荷、暮云、水鸟和星星点点。

现在我只能自己磨好咖啡，装在保温杯，带着去湖边发呆和怀旧。坐了不到一个小时，保安就过来劝说了：“人最宝贵的是生命，要为家人想想。”

我的老家在富春江畔，这几年成了全国最美县城、社会主义新农村典范。每到周末，江浙沪的客人们纷沓而来，看万亩花海，吃江南时鲜，喝牛栏咖啡。在连片的花海和明清古建筑旁边，原来有几处拴牛的牛栏，经过改造之后，成了时尚特色咖啡馆。黑瓦的房顶垂挂着明艳的鲜花绿草，溪沟里捡来的鹅卵石砌墙复古怀旧，宽大的手工原木桌

子，时尚的装饰和各色手磨、蒸汽咖啡机，让人怎么都不能和之前的牛栏挂上钩。

我对阿明说，你去不去喝牛栏咖啡？阿明大吃一惊，只听说过城里人的猫屎咖啡，没有听说过乡下的牛栏咖啡。

现在，乡下人刚吃上大鱼大肉，城里人说要减肥吃素；乡下人刚买了四个轮子的车，城里人说要骑自行车跑马拉松；乡下人要到城里逛公园看郁金香，城里人说要到乡下看油菜花打稻谷；乡下人说要到城里喝个星巴克，城里人说要到乡下喝个牛栏咖啡。

英国诗人约翰·伯格曾这样描述剑桥：“书院大道旁的丁香花的香味，和牛棚里牛身上的味道差不多，有一股祥和懒散的气息。”

那些牛如果知道它们以前的家，现在变成了大家趋之若鹜跑过去喝咖啡的地方，牛会不会也呵呵笑起来？

## 十日谈

咖啡时光

责编：杨晓晖

徐中玉先生是位卓越的教育家，是“大学语文之父”；同时，他也是一位著名的文学家，著作等身。

上世纪八九十年代，他任上海市作家协会主席，我因出版社的工作，与他有较多交往。比较重大的一件事是举办“上海长篇小说优秀作品奖”活动。大赛由上海市作协、上海文艺出版社和上海文化发展基金会共同主办。评委会由上海著名评论家钱谷融、蒋孔阳、潘旭澜、李子云、陈思和、张德林等组成，徐中玉任主任，徐俊西与我任副主任。先生恪尽职守，要求初评与终评两级评委的成员都要认真阅读作品。他以身作则，说到做到，凡初评委报上的入围作品他都看了，被淘汰掉的作品他也挤时间翻一翻，以免有“遗珠之憾”。为接受读者监督，徐先生和全体评委会决定，将获奖作品的讨论记录在《小说界》上公布。作家们盛赞这是认真、民主、公正、公开的评选。我感到，“认真、民主、公正、公开”，正是徐先生为人处事的作风。

每届评选，评委会都要集中在一起住两天，相互熟悉，交谈的内容也随意得多。徐先生学富五车，满腹经纶，但不是两耳不闻天下事的学究，而是十分关注现实，心怀天下。他每天要看十多份报纸，国内国际、政治军事、经济文化，他都会浏览。他与巴金老人一样，主张“说真话”，用他的话表达，就是为人为学要“发真的声音，说真心的话”。他对我写的杂文随笔多有鼓励。1996年，我的随笔集《心路小识》出版，他热情为之作序。2008年6月，他已93岁高龄，还出来参加我的一次作品研讨会，我十分感动，连连向他致谢。他说身体还行，乐于出来走走，会会老朋友。他在会上的发言体现了他心系现实，关心民瘼，崇尚“文章合为时而著”的现实主义文学观。

2010年春，我到中玉先生府上问候。他住华师大二村，小区绿树成荫，环境幽静，多层楼房成排排列着，走进楼房，却发现过道狭窄，没有电梯，陈设老旧。先生住三楼，一套居室内除厨、卫外，大约有三四间房，面积都不大。家具普通实用，没见豪华设备。给人最突出的印象是处处都放着书，特别是书房里的空间几乎都被书占领着，桌面上还放着近期多种报章杂志。

先生的藏书是学以致用的。他勤读苦读，并以做学术卡片而在学界著名。他对1000多种著作做过读书笔记，积下数万张卡片，手写超过2000万字，留下了大量真知灼见。有后辈学者称，读这些卡片，“所感受到的是前辈知识分子‘发愤忘食，乐以忘忧，不知老之将至’的风范。”

那天，我与徐先生闲聊，就是从“老”聊起。我说，先生已过耄耋之年，身体和思维都还好，与好读书有关系吧。他颌首，说，培根说过的，“读书足以怡情，足以博彩，足以长才”，读书确实还可以忘老，因为在书海中遨游，可以愉悦精神，丢掉烦恼与不快，利于养生。我说，先生也很注意健身，你散步是有名的。他说，多年以来每天早晨都要到长风公园散步，这对他的身体确实有好处。他还说，自己的饮食比较清淡，有节制。告别徐先生后，我想，先生一生淡泊，不谋名利，从容淡定，宠辱不惊，甘坐冷板凳，也不妄言，清清白白做人，认认真真做事。他具有高尚的德性。

徐先生于2019年6月25日逝世，享年105岁，这样的高寿在当今也还是比较少的。在逝世前几年，他捐出毕生积累的5万册藏书和数万张学术卡片，并从一个一生日积月累的稿酬和奖金中拿出100万元设立“中玉教育基金”，以激励后学。古人云：“仁者寿”，先生是也。“仁者寿”，即德者寿，源出《礼记·中庸》引孔子的话，是儒家养生思想的集中体现。德者寿的原因，儒家有“天佑说”“情志说”等看法。“天佑说”，即认为“好人有好报”，虽然不一定十分准确，但就“得道者多助”这一点来说，是有益于人的生存成长环境的。而“情志说”则十分科学。现代医学理论认为，人是大脑皮层统率的完善生物体，心理因素对人的健康有着极其重要的作用。道德感是人的一种社会性高级情感，能给生理机制带来良性影响，从而有益于人的健康。特别是有文化的读书人，由于“书犹药也，善读之可以医愚”，从而使心胸开阔，乐观向上，能积极化解心中的郁闷与不快，从而有益于身心健康。活了85岁的南宋大诗人陆游说过他的体会：“读书有味身忘老”。

说“大德必得其寿”的孔子享年73岁，庄子活了84岁，老子可能活到100多岁，这在他们那个时代都是不多见的。“智者乐，仁者寿”，这些先哲们可谓做到了身体力行。徐中玉先生“智”而“仁”，“乐”而“寿”，继承发扬了先哲们的这一美好传统。

## 仁者寿

江曾培

