陈蝶衣和《凤凰于飞》

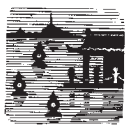
简平

《凤凰于飞》自1944年由周璇首唱以来，一直传唱至今。在近日出版的《陈蝶衣文集》中，陈蝶衣在多篇文章里详细讲述了他创作这首歌曲的情况，使我们得以了解诸多幕后。

陈蝶衣是著名报人，也是多家报纸的文艺专栏作家。那时，导演方沛霖正在筹拍故事片《凤凰于飞》，这部电影说的是律师陈士明与妻子吴淑贞因生活理念分歧而离婚，吴淑贞凭借歌唱天赋被音乐教授发掘后成为歌星，后因误伤纠缠她的富商入狱，案件审理时，陈士明担任她的辩护律师，通过现场目击者证词还原正当防卫事实，两人由此化解前嫌，最终复合。因为片中由周璇饰演的吴淑贞有许多歌曲，所以，方沛霖邀请陈蝶衣为该片写插曲。

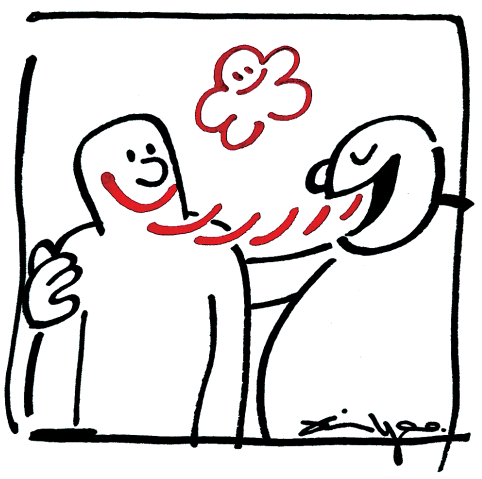
这是陈蝶衣第一次为电影写歌，到1944年8月，他已写完八首，还为与电影同名的主题歌《凤凰于飞》写了两首不同的词，分别标记为“之一”“之二”，由作曲家陈歌辛谱曲。听说陈蝶衣在写歌，有人在报上妄测：“不外乎郎呀妹呀，花呀月呀一类的调子。”陈蝶衣写文章回道：“检点一下，侥幸尚无‘郎呀’‘妹呀’的调调儿，惟‘花呀月呀’则确有‘花月良宵’一句，真给某批评家一‘批’弹着矣。”其实，这首《凤凰于飞》以《诗经·大雅》“凤凰于飞，翙翙其羽”为灵感，有一种展翅相随的意境，而当时正值上海沦陷，因此歌词中“分离不如双栖的好”暗含着对和平生活的向往，“春色又向人间报晓”，则是对光明的期待。影片放映后，《凤凰于飞》即刻传唱开来，被评价为“既有古典诗词韵律，又具现代白话生命力。”

当年8月16日上午，第一次在设于丁香花园内的华影厂试唱，由于是陈蝶衣的处女作，他“怀了一颗惴惴不安的心，踏进了丁香花园，作试曲时的旁听生。”试唱进行了两个多小时，周璇和一众女歌手又是合唱又是独唱，甚是投入，陈蝶衣记述：“歌词是平凡的，但作曲者都是高手，因此唱出的成绩异常美满。”午餐时，周璇告诉他，百代公司准备下月灌录《凤凰于飞》的全部唱片。有意思的是，隔了一天，陈蝶衣再度去听试唱，他在《试曲再记》中写道：“周璇小姐号称‘金嗓子’，但在录音时并不使劲，我站在她身后，相距不过三英尺，已是声细不可闻，原因是有扩音机帮助她扩大音响，所以不需要使劲。一般的想象，以为周璇在摄影场上唱歌，一定可以听得她的婉转嘹亮的歌喉，如果你抱此理想踏进摄影场，是要大失所望的。”不过，到了月末拍摄时，他有了新的感受：“主唱者周璇小姐的歌喉，自然是呒啥话头，另有十几位小姐助唱，更增加了无限雄壮的气氛。”歌曲不仅录上了胶片，同时也收进了蜡盘留声机，“胶片有待于拷贝，而蜡盘则顷刻可听，当周璇的歌声再度播送入耳鼓时，不能不使人惊诧于科学发明的伟大。”由于周璇拍录主题歌时剧组采用同步收音技术，因而完整保留了周璇演唱时的气息与情感变化。



不久，周璇因严重失眠和头痛而休了病假，这使电影《凤凰于飞》的拍摄也暂停了下来。那年10月，陈蝶衣去看望周璇。“周璇之居，在汶林路邻近泰山路的一角，虽没有修竹千竿的点缀，却也有一带槿篱，曲曲折折的作造访的指标。槿篱之外，更有绿萌如幄的许多大树陪衬着，显示了些许的乡村风味。”说起病症，周璇称很是奇怪，晚上睡不着，次日的头痛倒好一点，要是晚上可以熟睡，次日反而头痛更剧。经医生诊断，主要是神经衰弱，此外是目疾。验光时见散光，所以配了一副眼镜，看报看电影，都得戴上眼镜，否则就要头晕。与陈蝶衣一同前往的还有华影剧务科的吴先生，说起《凤凰于飞》的摄制工作迁延已久，亟待完成，周璇显示了自己的焦虑，她知道有着盈千累万的观众，在等着这一部歌舞片的上映。

1945年春节，《凤凰于飞》作为贺岁片公映，这部通过爱情故事承载家国情怀的电影受到观众的追捧，在上海首映期间创下单日观影人次的历史纪录，主题歌唱片也是“一片”难求，《申报》影评指出：“周璇的歌声让商业电影有了文化厚度。”陈蝶衣不无幽默地记述，《凤凰于飞》中的八首歌曲由周璇在百代公司灌录一套唱片，每片两曲，共计四片，一片唱片市场价为四千元，但不易购得，而他的唱片版税为三万余元，因此，算下来大抵也只能买一套黑市价唱片，外加去领版税的车资。只是陈蝶衣真心喜欢写恋歌，他说：“事实上，电影故事脱离不了恋爱，周璇小姐的歌喉也适宜于唱情意绵绵的恋歌。”



智慧快餐

郑辛遥

能提供高情绪价值的人，是行走的“奢侈品”。

远来的天鹅

王剑冰

哪里有水，哪里就会创造生命的奇迹。

在远处，数万只天鹅正在关注气候的变化。随后，它们追逐着蓝天和白云，开始了一次勇敢的飞翔。

没有人能想到，多少年前黄河湿地的这一片水域，会成为天鹅喜爱的神域。高天上，它们会接收到美好的环境信息，天女散花一般，造就出中原最奇特的生机。谁都知道，天鹅对环境的要求十分讲究。广袤的大地，它的选择是多项的，又是极为苛刻的。没有地域、国界之分，只有适合它生存的环境，才会愿意定期往来。一旦不如意，又会改换其他地方。

要进行数千公里的旅行，才能到达这里。三门峡的天鹅湖，春天的大戏，即将拉开帷幕。嗯，等不得啦，天鹅们甚至有些迫不及待。就如飞机起飞，一个个天使，助跑后腾空而起，飞向九千米的高空。

你能想到，今年来的天鹅，绝非都是去年来过的，有些，是随着“前辈”的翅膀飞来。它们真的有语言交流，知道哪里是绝佳避寒地。也不是每只天鹅，都足够强壮。有些翅膀还不太坚硬，一路上不定有多少艰难险阻，会遇到怎样的风雨。但是它们有一种群体的力量与共鸣，它们互相激励，绝不轻易放弃。飞到的时候，有些还带着这样那样的创伤。

开始，这里的人们从来没有见过这么多的稀客，它们从哪里来的？也就一夜间，就填满了清澈的湖水。哦，也许是天鹅从这里飞过，一路考察，觉得这里值得体验一下，才落下来。那就要善待它们。越来越多的人来到湖边，有的带来了玉米粒，有的带来了小米煎饼。尤其是那些孩子，他们简直欢乐极了，不停地叫着、抛撒着手里的食物。孩子们的妈妈说，轻声点儿，别把天鹅吓跑了。孩子就猛地一捂嘴，然后就笑。

老人们也来了，他们笑着看着，觉出一种福分：活了一辈子，也没见过这么多天鹅，都说天鹅是远天的仙女，真的是仙女下凡了。人们的目光变得清澈起来，就像人们的心灵。他们采取多种措施，以更好地接受这些天界的神物。多少年前，举枪而射的现象，再也不会出现。天鹅似乎感受到了人们的友好，它们恰恰地叫着，在你的眼前飞来飞去，有时一探腰身，再猛然斗转，垂直而上。有的在水中三五组合，抖展优美的舞姿。其他天鹅也来凑热闹，张开翅膀，撩动起层层水花。

这个时候，相机、手机都伸了出去，抢下难得的瞬间。真别说，有人拍的照片，还获得了摄影大奖。越来越多的人知道了外来的贵客，不辞辛劳跑很远的路，同天鹅来一场亲密接触。你看它们多么欢快、自在，它们在追逐，在双双戏耍。

那些恋爱的年轻的天鹅，它们或将在这里产子，幼子们又将循着父母的翅膀，重新来到这片美丽的地方。让你想到，它们的到来，不只是想转换一下由于气候变化的生存条件。环境的力量，是伟大的。友好的力量，同样伟大。

杏林夜谈

杨梅的养生智慧

朱为康

初夏时节，杨梅正当季，酸甜多汁的果实让人忍不住大快朵颐。不过，杨梅虽美味，却不宜贪食。从中医角度来看，杨梅性温，味甘酸，但酸甜之味容易刺激胃酸分泌，脾胃虚弱或胃病患者食用过多可能引发不适。此外，现代人习惯将杨梅冷藏保鲜，刚从冰箱取出的杨梅寒凉之气较重，直接食用可能加重肠胃负担，因此建议适量品尝，尤其是消化功能较弱的人群更需节制。

杨梅不易保存，古人的智慧便体现在“酒浸杨梅”的制作上。杨梅具有生津解渴、消食和胃、收敛止泻等功效。新鲜杨梅泡入白酒，既能延长保存时间，又能发挥其药用价值。《本草纲目》记载，杨梅能“止渴、和五脏、涤肠胃”，《开宝本草》也提到其“止呕、断下痢”。现代研究发现，杨梅中的鞣酸具有收敛肠道、调节菌群的作用，还能抑制大肠杆菌等致泻病菌的生长。白酒性热，能温通散寒，祛除引发腹泻的寒气，与杨梅结合后，既能提取杨梅的有效成分，又能增强散寒止泻的效果。因此，民间常用杨梅酒来缓解轻度腹泻，尤其是因受寒或饮食不洁引起的肠胃不适。如果家里有吃不完的杨梅，不妨找一个干净的密封玻璃罐，把杨梅放进去，然后倒入白酒没过杨梅，盖紧盖子后放入冰箱冷藏保存。不过，杨梅酒只能作为应急辅助手段，若腹泻持续不愈，仍需及时就医，以免延误治疗时机。杨梅虽小，却蕴含着古人的养生智慧，适量食用既能满足口腹之欲，又能发挥一定的保健作用，但关键还是把握好“度”，才能真正享受它的美味与益处。（作者系上海市中医医院肿瘤五科行政主任）

辣之味

黄培传

我国许多地区的美食文化都以“辣”为先，许多地方的民众特别能吃辣。民间素来有“四川人不怕辣、湖南人辣不怕、贵州人怕不辣”的这样一种说法，描绘了“川湘黔”地区人们的酷“辣”程度。然而，在神州大地，真正的“中国辣都”却被名不见经传的江西小城萍乡所冠名。

虽说我是第一次来到江西萍乡，然而对于我们家庭来说，萍乡是再也熟悉不过的了。毕竟，我的老哥在大学本科毕业后，被分配到江西，在素有“赣西文化堡垒，渌水知识摇篮”美誉的萍乡一中（现：萍乡中学）工作了好些年。据称：萍乡一中前身是明朝万历年间的鳌洲书院，是中国创办最早的现代公立学校之一，也是新中国最早具有保送名校资格的九所中学之一。所以，我们在日常生活中，也就特别关注萍乡的昨天、今天和明天。萍乡的“市树”“市花”都非常具有代表性，是备受国人喜欢的香樟树和杜鹃花；在“美食文化”中，萍乡的“辣”，以其独特的风味而独树一帜。在物质相对贫乏的上世纪七十年代，老哥常常省吃俭用，在寒暑假回沪探亲时，时常带一些萍乡的土特产和当地特有的辣味食品。辛辣的味道，初次品尝，“辣”得我们如同吞了一口“火焰”，一路燃烧，直至胃里，泪水涌出、喷嚏不断，辣的魅力，尽显无遗。一股刺激爽快、酣畅淋漓的感觉油然而生。领略之时，也让我们真切感受到了萍乡的“辣文化”具有很深的历史内涵和文化底蕴。由此，我们也爱上了萍乡的那一股“辣”的味道。

这次顺道在萍乡逗留两天，也让我们在原产地，原汁原味地品尝到了萍乡特有的“辣的风味”，“国宴”菜品、省级“非遗”美食“莲花血鸭”。这道莲花血鸭，初听起来并非很辣，伴有莲花，即刻使人们想起了柔软香甜的莲花糕和清香淡雅的莲花茶，这些江南盛行的美食小吃，与“辣”一点都不着边际。其实，莲花血鸭是选用萍乡市所属的莲花县特产“莲花麻鸭”制作而成的。莲花血鸭的制作并不复杂，选用放养的麻鸭、新鲜的鸭血、馥郁的茶油、劲辣的红椒以及葱姜蒜盐、米酒香油胡椒粉。先将鸭血用料酒与盐拌匀备用。以传统的“爆炒鸭块”烹饪方式，在起锅前将鸭血倒入，翻炒装碟，鸭肉的脆嫩香辣和鸭血的细腻爽滑得到了完美的交融，一道色泽鲜艳、香气扑鼻、爆辣爽口、味道独特的地方特有美食大功告成。据说：莲花血鸭也是当地婚宴和节庆场合中必上的“灵魂硬菜”，具有深厚的文化意义和地方特色。

在萍乡的菜肴中，许多美食颇具特色，萍乡小炒肉、武功山石斑鱼、萍乡烟熏肉、安源火腿等都是家喻户晓、人见人爱的美味佳肴，也代表了萍乡的饮食文化。民间素有“四大菜系”和“八大菜系”之说。除此之外，由于历史演变、传统习俗、地域特色，不妨也有许多地方的“名特优”菜肴颇具特色，自成体系。有网友已经将“赣菜”称之为“第九大菜系”。宁都三杯鸡、瓦罐煨汤、粉蒸肉、余干辣椒炒肉、井冈烟笋、藜蒿炒腊肉等具有浓郁地方特色的佳肴，更是独树一帜，也为“赣菜”的形成与发展添彩。

雅玩

用手机“织网”

陈甬沪

以前提起居委会，总会想起戴红袖章的热心阿姨。现在郊区的社区里，半数都是拖着行李箱来打拼的新上海人。不同口音、不同生活习惯，就像把五颜六色的毛线团丢进了同一个篮子。怎么才能织成一张温暖的网？小蒋和小黄这两个85后社工，他们用互联网思维，把鸡毛蒜皮、家长里短的小事玩出了新花样。

社工干的第一件事，就是微信“织网”。手机屏幕一划拉，志愿服务、文艺爱好、少儿兴趣、卫生健康、智能手机课堂群就冒了出来。记得有次小张在群里问，附近哪里有磨剪刀的，不一会儿，群里开始呼应，有人还编制了一张周边的各服务网点。当然现在小区居民不用出社区找人磨刀了，在社工们的引领下，小区已形成每月固定一次的学雷锋志愿活动，其中还包括理发服务。前不久，一位居民亮出一只鸟雀的照片，说是从树上掉下来被捡回家，请喜欢的人来认养。当我还在比对、猜测是什么鸟雀时，一个热心的姑娘已经认养，并表示征询过相关部门，它不属珍稀保护鸟类。年前通知举办社区“百家宴”，消息一出，让来自五湖四海的新上海人跃跃欲试，各自拿出了家乡的特色菜。这些群就像隐形的纽带，把新老上海人，把陌生的邻里变成了信息互通，有事能搭把手的自家人。光建群还不够，怎么让大伙愿意留在群里“拉家常”“嘎讪胡”？他们学起了互联网大公司的玩法，搞起了“积分制”。居民们参加社区活动，或加入邻里互帮互助志愿活动，能换取积分。这样逐步就让有一技之长的年轻一代的身影在群里出现、在社区活动中亮相。比如一居民主动与社工联系签约，将自己单位的专业展示馆，当作社区小朋友的示教参观基地，每次参观让社区小朋友像过节一样开心。

当然大多数居民并不是为积分能兑换鸡蛋、洗衣液而来，但一次次社区组织的公益活动的内涵，却让年轻人乐此不疲。年轻人教长者如何把旧毛衣改成坐垫，年轻人教青少年如何做好个性化的手工串，这一幕幕你追我赶的热闹场面“很City”，而不在乎积分的排行榜。要说最“City”的，还得是社工们搭起的“数字桥梁”。社区里不少老上海人手中拿着智能手机，就像捧着烫手山芋。社工们把复杂的操作分解成“三部曲”：最简单的就是点这里是打开，滑那里是返回，长按就能发语音。复杂一点的，比如居民袁大姐问我如何加入“社区云”，社工小肖立即演示，当场解决问题。社工们还举一反三主动担当，小区周围的商业配套还不健全，为了每一位有需求的居民学会网上下订单的方法，社工穿楼走户进行走访，教会大家用手机挂号、买药，让那些曾经对着自动售货机手足无措的居民，也能享受到科技带来的便利。

社工小蒋此刻点开社区云平台，1600多户居民的数据在屏幕上流淌。那些曾被视作婆婆妈妈的琐碎，此刻化作无数光点，投下星辰般的倒影。这些年轻社工，每天披着晨光穿梭在楼宇间，手机里消息叮咚响个不停。他们用耐心解开居民的“心结”，用细心发现社区的“小需求”，用爱心把冰冷的钢筋水泥，变成了有温度的家。

七夕会