



扫一扫,关注“夜光杯”

你也可以朗诵好

童自荣

人,一心一意融入角色去刻画人物的个性、面貌。道理也不复杂:你在平时生活里说起某个人,总是脑子里会有具体形象,是一种描绘性的表述,那必然不会是抽象的、空洞的。

第三条,放松下来。有的人天生有好素质,人越多他越来劲。但大多数人都要有个克服一些障碍的过程,包括我也是。

因此得要有针对性地想办法松弛。你或有在私下准备时会痛哭流涕,到了台上,脑子里一片空白,只是在机械地说台词,原因就是紧张了。这种情况,我也有过。所以这个问题切切要当作大事来抓。

下面,我还想具体地把一个心爱的朗诵作品的准备工作拆开来讲给大家听。

在选择朗诵作品时,只要适合,我常会提议朗诵我的心爱之作,就是散文诗《泥巴》。作者是个农家子弟,把自己对泥巴、土地、父亲、故乡的深厚情怀刻画得淋漓尽致。我觉得《泥巴》说出了我的心里话,这篇作品非常契合我的口味以及我固有的理念。朗诵《泥巴》,我要求自己始终要有画面感。《泥巴》中,除了黑油油可爱的泥巴,突出的是跟泥巴一样沉默寡言、朴实无华的父亲形象,他为了不致影响“我”的工作,硬是不同

浦东新区三林镇有条马路叫懿行路。近日偶然发现,这条马路的路牌拼音均标注为“yiháng”,顿感十分意外。第一感觉,是不是标错了?“懿行”不是应该读“yixíng”吗?

我的理由主要有两点。

其一,懿行,是一个古文中常见的词,释义是高尚的行为。如《朱子全书·学五》:“见人嘉言懿行,则敬慕而记录之。”意思就是当见他人有教育意义的好言语和好行为,就尊敬仰慕并且记录下来。再如“嘉言懿行,君子如珩”,也指有教育意义的言行。这个“行”,当然是读xíng。

其次,懿行路附近,有懿德社区(小区),懿德城(商场),懿行、懿德,都和人的品性、言行、修养有关,如果读作háng,那么就不但没有关联性,反而显得有些古怪。

于我打电话到地名管理办公室咨询,可惜,工作人员只告诉我,相关文件当时批复的时候,路名文件上拼音标注的就是“háng”,至于具体解释或含义就不清楚了。为了解开心中的疑惑,我又通过其他路径,终于查阅到了这条道路当初为何被命名为“懿行路”。原来,最早的时候,该路段位于懿德村,同闵行区浦江镇陈行地区相连,命名时候,遂懿德村和陈行镇各取一字。这么一说,谜底也就揭开了。

解决了这个心头的“疑云”,颇感欣喜。又想,虽然这个“懿行”并非来自古语中的“懿行”,但却又恰可按文字,兼而有古语中的“懿行”之义,反而是相当巧妙的。也许当初命名的时候,也考虑到了这一点吧?这正是汉语的博大精深之处啊!

这段有趣的经历,分享给读者朋友们。

美食



他是我们去伊朗的领队,微信名为“小胖”。可到浦东机场见到真人,我笑了:他也太谦虚了,明明是个“大胖”嘛!后来得知,他38岁,高1米78,220多斤,脸圆成了一个满月,笑起来双眼弯弯像弥勒佛,倒颇有亲和力。

我疑惑,一个当导游的年轻人,成天在世界各地“乱窜”(他是五星级导游,主要走中东、南非线路),无论如何不应该胖成这样。那天,几个走累了驴友在伊

有故事的小胖

赵丽芳

聊天,却听到了他的故事。“我这是激素用多了。”“什么情况要用激素?”“我的脚受了伤。”原来,他每年都要去一两次阿里。前年,他突发奇想,驾着载得满满的摩托过去,谁知冰冻路滑摔倒了,摩托在冰上滑行了几百米,他摔断了两根脚骨,当地医院接得不好,疼得只好用激素。

“你去阿里干吗?”“这些孩子们需要的东西过去。”“你怎么会想到那里做慈善?”“说来话长。十五年前,我是导游,接了个团去西藏,因家里有事,就让我

的好兄弟代我出团。兄弟便带了妻子一起出发,谁知遇上5.12大地震,在阿里,夫妻两人……”说到这里,小胖哽咽了,眼里满是泪水,大家沉默了。

“两个黄鹂鸣翠柳,一行白鹭上青天。窗含西岭千秋雪,门泊东吴万里船。”杜甫这首绝句,绝妙绝响,“绝”在超凡脱俗的视野和胸怀。诗人经历丰富,思绪万千,但是表现方法却简洁明达。绝句考验概括能力,而这种能力所表达的内涵,只能来自于眼界和胸怀。

眼界由视点、视角、视线和视野构成。构成好比画幅式剪裁。视点,黄绿青白、简洁明快;视角,独立成景、连接成卷;视野,来自心性,静态是画,动态是境。视点启动视野,视野聚焦视点,“两个”“一行”加上天际线,就是视野,就是画幅式造境。眼界,是看到的,也是想到的;是曾经的,也是未来的,是可以收入眼帘,也可以嵌入心坎的,今生今世难以忘怀的理想境界。是抽象出来的意境,萃取出来的美妙。好画家不一定是好诗人,好诗人一定是有眼界的好“画”家。

视线决定视野,看得远才能见识广,犹如现代人的摄影取景一般。短焦,眼前、窗前、门前;长焦,青天、山雪、万里船。在画面独立组成的画卷里,远景中景近景,变换交替,若隐若现、时静时动、亦真亦幻,让人沉浸又让人浮想。诗人眼中的审美意趣,通过虚实变幻的呈现方法使得视线既清晰又朦胧,从而达到视野的怡神效果。没有视点,一片模糊;仅有视点,一叶障目。唯有由此及彼不断延长变换的视线,才能产生景深,变焦的视点,精致的场景,叠映的画面,从窗前延伸到西岭,从门口延伸到东吴,实现了眼界的升维,达到了精神上的高瞻远瞩。方法论意义之致广大而尽精微。

杜甫这首绝句绝妙之处不仅在于眼界高远,视角独特,更“绝”在胸怀天下、胸襟坦荡、有容乃大。写景致达胸臆,景是触发和引发,诗人立于天地之间,居长河上游,遥想当年,纵情天下,观乎天文,观乎人文,从窗前到万里之外,从当下到未来之变,“窗含西岭千秋雪,门泊东吴万里船”,不只是空间的延伸,而是空间和时间的交互观照。诗人心胸开阔,容得山,容得水,容得风云千万里。诗词的美妙与视角有关,诗词的品格与心胸容度有关,眼光短浅、心胸狭隘的人一定写不出好诗、画不出好画。

即便我们既不是画家也不是诗人,但是审美意向、分析问题的方法应该一致,远近高下、精微广大,尽收眼底胸中。心胸的容度决定了价值观和世界的基本面。百川归海,万物共生,崇尚自然,有容乃大。比如个别不成熟的企业家锱铢必较,睚眦必报,容不得不同意见,容不得同业竞争,容不得试错成本,这都是眼界与胸怀问题。如果能有“窗含西岭千秋雪,门泊东吴万里船”的容度,心态好了,生态好了,未来预期好了,经济活动也活了。窗含千秋雪,就是远见,直面历史包容过去;门泊万里船,就是包容,激活预期创造未来。商贸往来,不可拒人于千里之外,要招引万里船,宰相肚里能撑船,说的就是“门泊东吴万里船”。

可能是想当然地揣测诗人诗意,但是“黄鹂”肯定是视点,“白鹭”无疑是视线,好光景尽收眼底;“千秋雪”说的是历史积累,“万里船”指代未来预期,新发展必有天下胸怀。

那对夫妇留下一个女儿,一双父母,小胖从此就把那父母当自己的双亲,把小女孩接到身边:“现在女儿读高一,叫我小爸,平时我在外,我爸妈照管他们。”

“小胖,你是个男子汉!”一位老先生说。这时,小胖翻出手机里一张照片说:“你看,阿里的路实在危险,我有准备,早已签了遗体捐献证书。但老天爷留我一条命,就是让我负责的。”我怀疑他是不是吹牛,仔细一看,真是他的证书!心里赞:“大胖,你真 Man!”

土耳其大地震时,小胖参加了我国蓝天救援队去当翻译,“你懂土耳其语?”这就又引出了他的另一个故事。小胖的妻子是土耳其人,当年为当导游到中国来培训中文,两人就认识了,生了两个混血儿子。谁知疫情把两人隔开;再去土耳其,大儿子告诉他:有个叔叔和妈妈住在一起。于是友好分手,小胖带着小儿子回了中国,每月给2000元人民币作大儿子的生活费。现在小儿子上幼儿园。“那再婚吧。”“我这样子谁要?现在这样也挺好……”

最近小胖正忙着跑非洲,但他的故事还在继续。愿他一切都好!

那天,我的太太好像又有何特别发现似的,朝着在房间另一头的我大声说:“嗨,这个人在作朗诵的培训讲座,热情洋溢,还是个哪里的主持。”过去一听,这位主持大谈特谈如何使嗓子说得漂亮,如何把普通话说得标准等等,至于用心用情这个核心要旨却给忽略了。我当即和太太议论开了。我说,不错,朗诵者要有好的声音条件,普通话也应尽可能标准。但试问,光在外在上下功夫,本末倒置,首先不强调内在的激情,你自己已在台上不感动,那又如何去打动和鼓舞底下的观众呢?

上戏大师哥焦晃曾说过的一句话令我印象深刻:“你不是个演员,你上台去朗什么诵?”话很简单,有点不客气,但我以为说得中肯、精辟。这也意味着,朗诵者应当尽量朝表演靠拢。我希望广大朗

还额外收入八毛零钱。揣着零钱,在弄堂口小烟纸店,买个一毛钱三角纸包装的梅李蜜钱,心满意足地边走边吃。眼前的石子路弯弯,寸草碎花开得漫漫,听到母亲在远处唤着我的小名。石库门外,她在等着我回家吃饭。

那时的弄堂烟火有味,那时的花开默默无声,虽留下足迹,却并不在意。如今都随匆匆时光逝去。母亲不在了,更懂得简平先生所写“车前草的足迹便是耐心等待,只是我们不知道这份等候有时太过艰难和漫长。”人至中年,怀念之心愈发浓烈,重走儿时路,人无再少年,石子路变水泥地,不见青草色,也听不到母亲在弄口唤我回家的声音,再也看不到母亲的身影,漫长的守望。“谁言寸草心,报得三春晖。”我那微弱的寸草心,已不能报答母亲春晖般的慈爱、耐心和守候。

巴厘岛圣泉寺(彩墨) 荣德芳



尽收眼底与天下胸怀

读到“夜光杯”上《八月的车前草》一文,作者动情地回忆那个八月天与儿时伙伴捕蝉消夏的足迹和友情。在那个夏天,浅香的叶如莲座的车前草正开着淡绿色的花,“车前草的花不是那种大花朵,没有一片片的花瓣,让人想到女孩子的小辮子。”这样的描写牵起我的童年记忆。

我的童年是在市井窄小的弄堂里度过的。弄堂是石子铺的路,两边是石库门民居,沿阶石缝泥土里总见有杂生的寸草,顶生花开如辮,不知其名。从儿时到上学,我一直留着两条粗粗的麻花小辮,母亲总是细心和耐心地帮我梳理,不见青草色,也听不到母亲在弄口唤我回家的声音,再也看不到母亲的身影,漫长的守望。“谁言寸草心,报得三春晖。”我那微弱的寸草心,已不能报答母亲春晖般的慈爱、耐心和守候。

还额外收入八毛零钱。揣着零钱,在弄堂口小烟纸店,买个一毛钱三角纸包装的梅李蜜钱,心满意足地边走边吃。眼前的石子路弯弯,寸草碎花开得漫漫,听到母亲在远处唤着我的小名。石库门外,她在等着我回家吃饭。

那时的弄堂烟火有味,那时的花开默默无声,虽留下足迹,却并不在意。如今都随匆匆时光逝去。母亲不在了,更懂得简平先生所写“车前草的足迹便是耐心等待,只是我们不知道这份等候有时太过艰难和漫长。”人至中年,怀念之心愈发浓烈,重走儿时路,人无再少年,石子路变水泥地,不见青草色,也听不到母亲在弄口唤我回家的声音,再也看不到母亲的身影,漫长的守望。“谁言寸草心,报得三春晖。”我那微弱的寸草心,已不能报答母亲春晖般的慈爱、耐心和守候。

寸草心

汪洁

“夏吃豆,胜吃肉。”这个豆,崇明乡下叫毛豆子。毛豆从“早青”起势,到“黑壳铃”“稻熟黄”“八月白”,轮番登场三个多月。秋风一起,过了“青春期”的鲜毛豆子,迅速泛黄变老,不能直接上餐桌了。这时候,轮到牛蹄扁上场了。

牛蹄扁是大豆家族中的特晚熟品种,豆子略长略扁,形似牛脚掌心,牛蹄扁的名字大概就是这样来的。和久煮不酥,硬噎噎水叭叭的早毛豆不同,牛蹄扁的吃口又酥又糯,有一股浓郁的豆香味,是我吃到的味道最好的毛豆子。

在我还小的时候,牛蹄扁在崇明岛上多有种植,母亲种豆的画面时常浮现在眼前。

牛蹄扁播种一定要在六月中下旬。母亲说,早十天晚十天,豆子收成是不一样的。播种太早,植株疯长,容易倒伏;播种太晚,后期气温低,影响鼓粒。不出一星期,在雨水滋润下,豆就齐刷刷地发芽生长了。大豆生长过程中有一件事不可

七夕会

不做,那就是捉菟丝子。菟丝子是一种寄生植物,寄生在豆的枝干上吸取养料而生长,如果不及时清除菟丝子,植株将被大片大片地缠死。

牛蹄扁开白色花,也看到过紫色的,蝶形花冠在风中摇曳,煞是好看。到了九月,镰刀状的豆荚挂满了粗壮的枝茎,豆荚上布满了细密的香糯酥,略带甜味。

鲜豆子来不及吃,奶奶就制作一种乡间最普通的小零食——熏青豆,那是牛蹄扁另一种令人怀念的吃法。在豆子饱满而未老之际,把剥好的豆粒在清水中沥去豆衣,然后在镬子里加盐煮熟熟生,薄薄地摊在竹匾或铁丝网上熏制。熏好的豆子,表皮起皱,牛蹄印犹在,有香气溢出。熏青豆软韧适中,初入口时,没有什么滋味,细嚼之后,越嚼越有味道。

牛蹄扁曾是岛上农家必种的品种,如今难见它的身影。母亲的说法,牛蹄扁茎粗叶大、分枝多,结荚较稀,产量不高,容易倒伏,比其他大豆品种难弄。但她还是每年会在自留地里,种一些牛蹄扁,一俟成熟,平时不大打电话的她就会一个劲地唠叨:“再不回来,牛蹄扁豆就要老脱了。”

在接到电话的那一刻,颊齿间清清豆香仿佛蔓延开来。

那是一种挥之不去的家乡的味道。

寻味秋豆“牛蹄扁”

施敏

“夏吃豆,胜吃肉。”这个豆,崇明乡下叫毛豆子。毛豆从“早青”起势,到“黑壳铃”“稻熟黄”“八月白”,轮番登场三个多月。秋风一起,过了“青春期”的鲜毛豆子,迅速泛黄变老,不能直接上餐桌了。这时候,轮到牛蹄扁上场了。

牛蹄扁是大豆家族中的特晚熟品种,豆子略长略扁,形似牛脚掌心,牛蹄扁的名字大概就是这样来的。和久煮不酥,硬噎噎水叭叭的早毛豆不同,牛蹄扁的吃口又酥又糯,有一股浓郁的豆香味,是我吃到的味道最好的毛豆子。

在我还小的时候,牛蹄扁在崇明岛上多有种植,母亲种豆的画面时常浮现在眼前。

牛蹄扁播种一定要在六月中下旬。母亲说,早十天晚十天,豆子收成是不一样的。播种太早,植株疯长,容易倒伏;播种太晚,后期气温低,影响鼓粒。不出一星期,在雨水滋润下,豆就齐刷刷地发芽生长了。大豆生长过程中有一件事不可

