

桂花苑

刊头书法 张杏玲

周遭弥漫着人间烟火气 ——沪语电影《菜肉馄饨》观后感

□ 王丽娜

讲真哦,沪语电影《菜肉馄饨》老嗲额!勿要啥大场面、大剧情,就靠一碗馄饨就把上海的地域人文与市民社会给翻出来了。

这碗“菜肉馄饨”背后隐藏的生活故事,在大银幕中随着老汪这一角色的生活场景逐一展现。“汪老师”“汪伯伯”“老汪”,各色人等一叠声的呼唤,这个上海退休爷叔流转在厨房、咖啡厅、医院间的生活让人充满了好奇,影片里出现的场景和细节让上海人心领神会。

要说故事,可能没有《股疯》高潮迭起,也未必如《繁花》这样充满传奇色彩,但影片里的各种细节,哪能看哪能亲切呀!老汪在相亲角遭遇连环提问:工作、车子、房子、能不能马上生孩子……

一连串接地气的问题抛出,让老汪应接不暇,也让看电影的上海爷叔想起自己为小囡跑到人民公园相亲的辰光。光明牛奶、正广和汽水、凤凰自行车、国际饭店蝴蝶酥,这些牌子一出现,就已经很上海。当锦江乐园摩天轮出现时,让人想起和同学秋游的日子。这个摩天轮也是人家谈朋友经常会去的地方,可以说是那个时代的网红约会地。

最扎劲的是看《菜肉馄饨》,其实不像看电影,就像开启了一场“认人游戏”。周野芒和潘虹将上海味道在弄堂生活里进行演绎,阿庆爷叔出场时,就让人想起这句“珍珠奶茶真好喝”经典台词。茅善玉不唱尖团音,在这里讲起了生活化的沪语。给老汪

看病的医生是上海评弹团团长高博文,《菜肉馄饨》据说也有了评弹版。论文艺小分队还得是评弹,《千里江山图》有底蕴,《菜肉馄饨》有噱头。菜场肉铺老板是老戏骨邱必昌,也是《繁花》里的巫医生。倪夏莲阿姨、钢琴家孔祥东,演员陈龙一家人让人惊喜点满满。就连片尾曲也是阿拉上海人熟悉的彩虹室内合唱团。《菜肉馄饨》哪能是拍电影呀,感觉是上海人在过年!这样说来,其实这部电影也蛮适合在春节档上映的。当然在立冬来看,人间烟火气给大家带来馄饨汤的

温暖,也是交关好的。

“已经包好 就等下锅”走出影院,满脑子还是那口鲜美的馄饨香,鲜额是味道,暖额是人心,把人生滋味,熬得透透额,值得去看看。



每天收获一点点

□ 耿艳菊

无意间看到一篇好文章《散步“聊”法》,作者以幽默风趣的语言写他的健康理念,即散步:“朋友在于走动,生命在于运动。散步与聊天同步,这个时段的生命长度是自然生命的双倍。”好玩又舒朗,着实让人喜欢。

“我选择散步,因为分分钟进入运动状态。时时刻刻处于有氧状态,而且随地,无须条件,穷人富人都玩得起。好比空气,虽然贵重到须臾不可或缺,却是免费的。譬如上海的滨江大道,谁都可以昂首阔步,倘若客气不去,等于放弃。”

这篇散步的文触动我,还有另一个更重要的原因,契合了我的心思。安静的性格,还有做起事来的笨手笨脚,从小到大,使我不擅于运动。跳绳、踢毽子、跳皮筋、扔沙包,这些小时候伙伴们常玩的游戏,我都做不好。看别人蹦蹦跳跳,笑语飞扬,我只好静静地守着自己的黯淡,也越来越在运动上没有自信。十几岁进入青春期,我更放不开自己了。像一只蜗牛,一见到人,就迅速回到自己的壳里。跳远、跑步、打球,能躲就躲,体育曾成为我最讨厌的课。参加考试,百米跑,我跑了一小半就停下来走,老师急得直跺脚:“跑啊,跑啊!”我气定神闲,不闻不理,因为觉得那样猛跑姿势不美,多荒谬的借口!

谁知,大学里体育竟是必修课。记得那时我选了舞剑和形体,真是痛苦的回忆。老师太严厉,没法逃。每逢体育课,都抱着豁出去的心理,每一秒都是煎熬。毕业时,老师看在我每堂课都到的态



■ “亭亭”玉立(摄影)

王小清

度上,勉强给了及格。

工作以后,顿感解放了,再也不用与体育运动周旋,爱怎样就怎样。然而,随着年岁渐长,完全不是这个样子。当运动不再成为阻力的时候,却渐渐认识到了运动的重要性,而如何寻找到最适合自己的运动方式则成为了最大的烦恼。跳舞,瑜伽,游泳,打球,跑步……多年的积习让我已不能深爱上它们。跳舞是身体在飞翔,喜欢,却没有那种灵性。

而散步,这个看上去不像运动的运动,恰好与我苛刻的要求相契合:随意,简单,缓慢,柔和,安静,优雅,姿势美,还可以思考,还可以一路欣赏风景,且随时可以“昂首阔步”。嗨,真是划算呢,一箭多雕。

我原来也偶尔散步,三天打鱼两天晒网。看了《散步“聊”法》后,突然意识到坚持的重要性。路遥知马力,日久见人心。每天一两万步,每天都会有一些收获,身体和人生都会有不同。

散步的时候也不闲着。读到

一首敦煌曲子词甚好,写在小本本上,边散步边背词:“五两竿头风欲平,长风举棹觉船轻。柔橹不施停却棹,是船行。满眼风波多闪烁,看山恰似走来迎。仔细看山山不动,是船行。”不亦乐乎。词背完,步也散得差不多了,人生又收获了一点点。

散步的时候亦想到写文章这件事,其实是一个道理,也是一种坚持,坚持每天收获一点点就够了,不贪多。写文章,一段时期后,会遇到岔道口,迷茫、纠结,都是很自然的。像竹子拔节,那是成长呀,只有经过拔节,才蔚然成竹林;同时,有一点亦是重要的,淡泊心,不急躁。写文章是个静心的活儿,急躁了不走心,还易走火入魔。“满眼风波多闪烁”,写文章的人要“不畏浮云遮望眼”才好。

健康,每天收获一点点;写文章,每天收获一点点;梦想,每天收获一点点……“看山不动却是走来迎,是船行。”只要不停下向前的脚步,人生的天地自会越走越开阔。

午后的阳光,斜射在案头,淡绿色的体检报告静静地躺着,随时等待着主人的启封。这是我身体的“秘密日记”,又是我心情好坏的“晴雨表”。就像小时候每学期期末大考的成绩单,神圣而又庄严,不敢轻易触摸。

奔六的年龄,体检报告的页数肯定增多,指标的上升箭头及临界点的提醒顿时会击碎你美好的梦想。

血压偏高了,血糖临界点了,颈动脉有斑块生成,肺部一处有少量积液……可喜的是,呼气指标由阳转阴,看来那个防治幽门螺杆菌的牙膏还是靠谱的,最起效的还是由于大大减少了友人、亲属同桌聚餐的频次,减少了菌群的传播。

体检报告上每一个字母与数字,客观真实显示了你身体的健康状况;同时也预示了你这台“大机器”在有限生命周期里还能运转多久。

直面体检报告的当天,心情快乐不起来,因为一连串数字、字母、忠告,让体内多巴胺停滞。

合上报告,一声叹息,体检报告可能是最有价值、最具生命力的一份报告,赛过任何奖励证书、职称评定报告、任前公示……因为人生最大事莫过于三件:出生、结婚、死亡,其余都没事!而贯穿于始终的是每个人的一副皮囊。

儿子单位也做了健康体检,正在等待报告。我友善提醒,身体发肤受之于父母,感恩于上苍,生命只有一次,应倍加珍惜。对待体检报告,既不能像一头扎入沙土的鸵鸟,也不能当惊恐万状的小鹿,既要足够重视,也要泰然处之。少熬夜、少看手机、多喝茶水、拒绝高糖碳酸饮料……

善待自身,并将余力奉献国家和家人,是一个负责任的人应有的担当。体检报告为尔等指明了方向。当我们手持一份傲人的体检报告时,你的人生才算活得有滋有味,无比通透。

『体检报告』已下达
殷志军

