



色
清
馨
春
十
日
家
教
家
风

NCPA

NATIONAL CENTRE FOR THE PERFORMING ARTS

國家大劇院

首都精神文明建设委员会办公室家教家风专刊

國家大劇院

NATIONAL CENTRE FOR THE PERFORMING ARTS

- 08 和慧 陪伴是我行走世界的最大动力
- 28 吕思清 《梁祝》中的父子情
- 50 沈培艺 陪伴让我笃定前行
- 72 王斑 把心养善
- 83 叶蓬 从艺似做人 救场如救火

百
年
大
戲
院

艺术之家的最美传承

首都文明办家教家风专刊

首都精神文明建设委员会办公室家教家风专刊

国内统一连续出版物号：CN10-1124/J
邮发代号：2-600



人民币 30元

一颗珠子的传承

口述/张馨月 整理/廖珊

到现在，我还保留着每次演出之前，亲自挑选头面上珠子和钻石的习惯。这种习惯来源于我的父母。

我的母亲是一名评剧演员，父亲是京胡乐师，我从小在戏乐和婉转的声腔中长大。四岁时，妈妈在排练，我趁妈妈不注意，偷偷跑到舞台上学着妈妈的一招一式唱了一段评剧，引得观众一阵笑声和掌声。所以从小时候起，我就认为自己是属于舞台和戏曲的，也暗下决心要传承父母的戏曲之路。

然而，父母却不是很赞同我走他们走过的路。作为戏曲从艺者，他们太懂得走这条路的曲折与艰辛了。父亲深切地对我说：“闺女，这条路太苦了，父母不会强行不让你做什么，但是假如你一定要选就选你喜欢的。选择了戏曲这个行业，那你就要耐得住寂寞，受得了这份辛苦，这是最基本的。”我依然义无反顾地选择了所爱，而他们也从练功到演出都严格地要求着我，一个动作常常要练习几十遍甚至上百遍。

每次在演出之前，母亲总是陪在我的身边，亲自为我挑选戏服和头面，甚至头面上的一颗珠子和钻石，她都要严格把关，要求与整体的扮相和剧中角色相称。“观众可能不会注意到这些细节，但作为戏曲艺术者，必须对自己精益求精，严之又严。”母亲的这种从不打马虎眼的性格深深地影响着我，要求我不能有蒙混过关的心态，艺术就要扎扎实实，用真本事说话。

有时，我身边的人都会觉得我很好玩。吃着饭，心中想到戏，我就会突然比画起来；骑着车、走在路上，想到了好的动作，也会就地练习一下。张馨月是不是疯了？大家都戏称我是戏魔。其

实，在我要表演一个人物时，我心中脑中都是这个人物，就像父母要求我的，要全身心投入戏中，时时刻刻揣摩人物，体会角色。就算是一丝一毫的细节，也不能放过，就算是她的配饰，就算是头面上的一颗珠子，也不能敷衍。

经过多年的努力，我也渐渐地有了一些成绩，随着参加比赛和演出活动的增多，我也渐渐被观众所认识。然而，每当我表演归来，问父母对我表演的意见时，他们却从未夸过我一句。对于名气，他们看得很淡。“闺女，走艺术的路首先要学会做人。我不想你哪一天红了，别人戳你的脊梁骨，我希望你必须一步一个脚印，扎扎实实地去学，不挣不抢，本事在你身上是别人抢不走的……”当时，我并不理解父亲所说的话，作为从艺者，自己应得的为什么不能去争取？然而，走到今天，我才真的发现父亲所说的是他一辈子的人生体悟。从事艺术重要的不是别人的鲜花和掌声，而是自己实打实的真本事。也许快速成名会给自己带来很多物质上的好处，但是当观众厌倦了炒作起来的文化明星，而自己的时间都浪费在迎合别人、获取利益上，一事无成的自己终究会被观众所淘汰。

父母对我的教诲时常回响在我的耳边，如清夜闻钟、迎头棒喝，常常敲醒着我，令我受益终生。回想起来，这一路走来，父母对我影响最深的也许不是一招一式，也不是精湛的唱功，而是就算一颗珠子也不能蒙混过关的较真儿，是对艺术精益求精的追求，是对人生踏实的态度。

责编 / 曹真真



主管单位 国家大剧院
主办单位 北京国家大剧院演艺中心有限责任公司 / 北京日报社
出版单位 北京日报社

NCPA

NATIONAL CENTRE FOR
THE PERFORMING ARTS

國家大劇院

国际标准连续出版物号 ISSN 2095—5367
国内统一连续出版物号 CN10—1124/J
邮发代号 2—600

编委会

陈平 CHEN PING / 严力强 YAN LIQIANG / 傅华 FU HUA / 赵靖云 ZHAO JINGYUN / 初小玲 CHU XIAOLING / 邓一江 DENG YUJIANG / 王争鸣 WANG ZHENGMING / 杨静茂 YANG JINGMAO
徐晓钟 XU XIAOZHONG / 赵汝衡 ZHAO RUHENG / 陈佐湟 CHEN ZUOHUANG / 李志祥 LI ZHIXIANG / 马荣国 MA RONGGUO / 管建波 GUAN JIANBO / 高广健 GAO GUANGJIAN

PRESIDENT 社长	朱敬 ZHU JING
EDITOR-IN-CHIEF 总编辑	初小玲 CHU XIAOLING
MANAGING PRESIDENT 常务副社长	赵爽 KEVIN ZHAO
EDITORIAL DIRECTOR 编辑部主任	苑晨曦 SUMMER YUAN
EDITOR 责任编辑	曹真真 EVELYN CAO / 褚慧超 CHERRY CHU / 孔德 KONG DE
ART DIRECTOR 视觉顾问	王炎 WANG YAN
SENIOR ART DESIGNER 美术编辑	周琳 ZHOU LIN / 张琳琳 ZHANG LINLIN / 郭祥翠 GUO XIANGCUI (特邀)
COORDINATOR 流程编辑	钱涛 QIAN TAO
INTERN EDITOR 实习编辑	曹颖 CAO YING
INTEGRATED MARKETING 整合营销部	钱峰 QIAN FENG / 林莉 LIN LI
TELEPHONE 编辑部电话	010-66550833
TELEPHONE 订阅热线	010-66550836
TELEPHONE 公关活动热线	010-66550837
TELEPHONE 广告业务热线	010-85201100
ADDRESS 编辑部地址	北京市西城区西长安街2号 100031
MAIL ADDRESS 通讯地址	北京市东城区西总布胡同27号 100005
E-mail	guojiadajuyuan@126.com



新浪微博二维码



扫一扫, 订阅《国家大剧院》杂志!

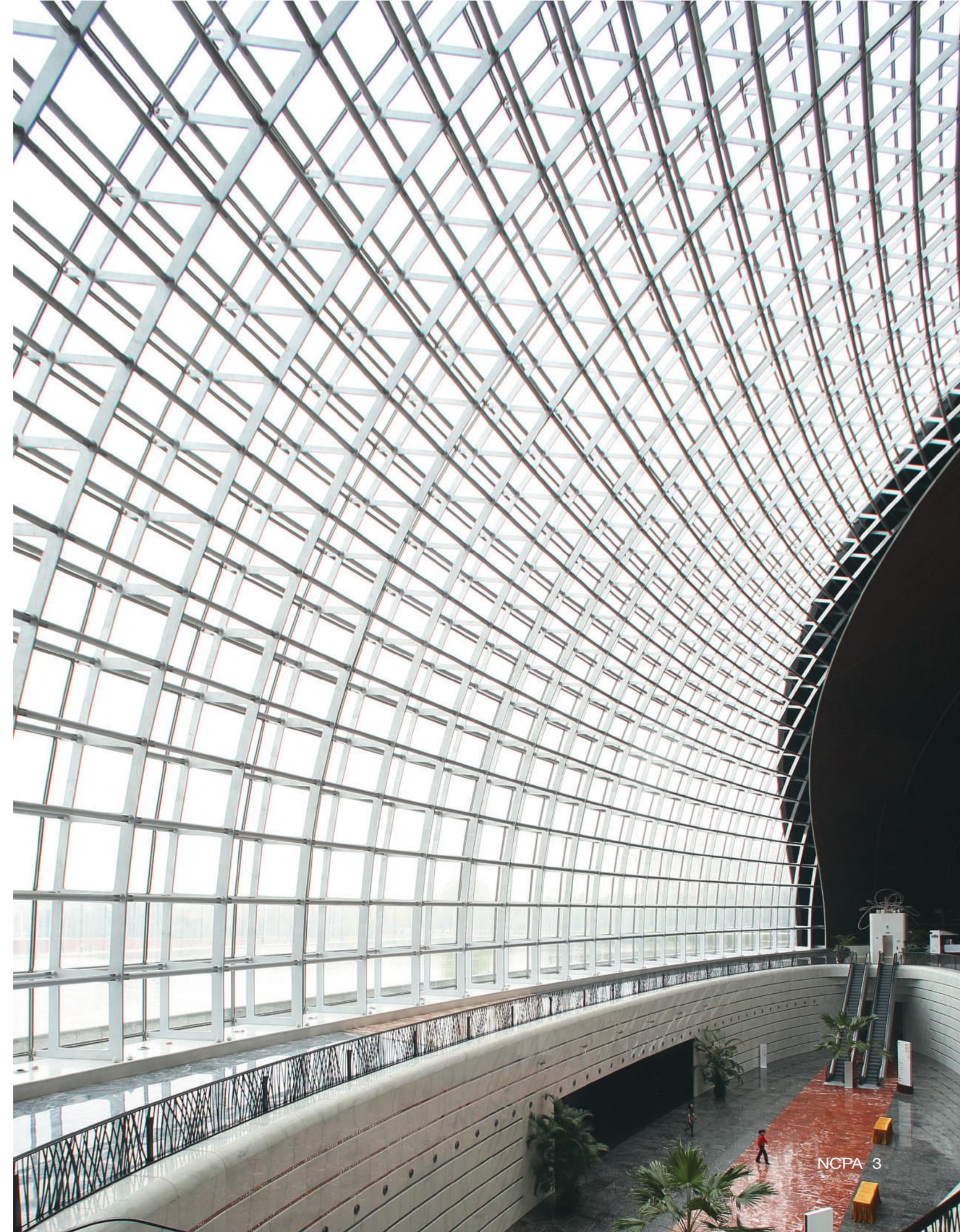


微信二维码

发行单位: 北京国家大剧院演艺中心有限责任公司
海外总发行: 中国国际图书贸易集团有限公司 国外发行代号: M9018
广告独家代理: 京报传媒经营有限公司
广告经营许可证号: 京东工商广字第0001号 (1-1)
印刷单位: 东港股份有限公司



国家大剧院官方网站 www.chncpa.org
国家大剧院售票热线 TELEPHONE 010-66550000





08 歌剧 OPERA

和慧 陪伴是我行走世界的最大动力

2015年,我获得了凤凰卫视颁发的影响世界华人大奖。我特意把父母从西安接到北京,陪我一起参加颁奖典礼。在发表获奖宣言的时候,我当着所有嘉宾和观众的面说出了这些年来的心声:我最想感谢的人是我的父母,他们一直以来的陪伴,是我行走世界舞台最大的动力。

指挥 24
CONDUCTOR

吕嘉 中西结合之下的性格塑造

如果要概括我的家庭教育与培养方式的特点,中西结合大概是一种十分贴切的表述。我的祖母曾经就读过私塾,又担任过女子学校的校长,因此我父亲也十分重视中国的古典文学和传统文化。小时候,我读过四书五经,也背过不少唐诗宋词。我的外公毕业于上海圣约翰大学,对西方文化和习俗有很好的了解。加之十岁之前,我一直跟随外公外婆在上海生活,所以对西式的作派与风格很早就有了体会。



06 卷首语

歌剧 OPERA

- 08 和慧 陪伴是我行走世界的最大动力
- 10 王宏伟 生活需要勇气 也需要宽容

一个人的成长,需要困难的磨砺,也需要生活的柔软。母亲虽然没有讲过大道理,她为人处世的原则一直影响着我。现在对待四岁的孩子,我也有意让她独立、勇敢。尽管她有些怕水,我还是坚持让她自己洗头、洗澡;她睡觉怕黑,习惯开一盏灯,我在睡前给她讲故事陪她入睡,然后关掉灯,她慢慢也适应了。人生在世,首先要克服外界带来的恐惧,就像母亲教我的那样,即使害怕,一个人也要往前走。天总会亮,路也会越走越宽广。

- 12 孙秀苇 从颜色搭配中学会热爱生活
- 14 张建一 年少经历令外国同事羡慕
- 16 石倚洁 传统而朴实的农村教育
- 18 李鳌 从家里学到真诚与实在
- 20 周正中 学会责任与担当

指挥 CONDUCTOR

- 22 郑小瑛 位卑未敢忘忧国

我出生在中华民族深陷水深火热的年代,和中国千千万万的家庭一样,我们在战争的阴霾下努力求生,勉力生活。我在颠沛流离中度过了我的童年和青少年时代,和一个安稳的成长环境相比,我的父母留给我的是一笔更大的精神财富,那就是强烈的爱国主义精神。

- 24 吕嘉 中西结合之下的性格塑造
- 26 于海 一只最贵重的竹笛

器乐 INSTRUMENT

- 28 吕思清 《梁祝》中的父子情

我第一次拿起《梁祝》的谱子,是在刚刚获得意大利帕格尼尼大奖之后。早在1978年,父亲就抄好了谱子,那时他是借《梁祝》作者何占豪、陈钢的原谱抄的。父亲当时非常喜欢这支曲子,也希望帮助更多喜欢这支曲子的音乐家们解决找不到谱子的困难。谁知十年之后,谱子被他自己的儿子派上了用场。于是,父亲把谱子重新封订了一份寄给了我。

- 30 陈曦 见缝插针的指导
- 32 杨镒 欲臻化境心须诚
- 34 王羽佳 让我自由去追梦
- 36 陈萨 永葆对爱与美的向往
- 38 孙颖迪 平平淡淡才是真
- 40 田佳鑫 三次难忘的对话
- 42 李颀 坚持比热爱更重要
- 44 刘恒 12字成为人生箴言
- 46 吴蛮 平衡事业与家庭
- 48 冯满天 在成长中补习家教

舞蹈 DANCE

50 沈培艺 陪伴让我笃定前行

52 刘岩 当我想起他

他是个胖胖的人，憨态可掬，不仅是样子，骨子里也是。他是个乐乐的人，和蔼可亲，不仅对家人、朋友，对与他有不同意见的人也是。他是个暖暖的人，无论生活中遇到怎样的事与人，他都温暖如春地去面对，去解决。他是个静静的人，不会因为遇到所谓的困难乱了方寸，永远有条不紊地让事情平稳过渡。在我与他相处的这34年岁月中，他一直影响着我，从未以一个长者的姿态教育我，让我记得什么是一定要去做，但是他所有的言行却深深地流淌在我的生命里，太多点滴让我记忆犹新。

54 王启敏 命若琴弦

56 刘茜 远走的背影

58 焦洋 爷爷的家书

60 董雪 剪报册里的舞蹈梦

62 侯宏澜 信任所给予的自信

64 王媛媛 让孩子在变化中发现自己

66 王亚彬 家的锁链

68 桑吉加 让诚实和坚持成为信仰

话剧 THEATRE

70 杨婷 路漫漫其修远兮

72 王斑 把心养善

74 方掬芬 清苦与自由的珍贵

76 程莉莎 孝与顺的领悟

78 林熙越 探索不停 超越不止

戏曲 CHINESE THEATRE

80 韩再芬 总在前方等我的人

83 叶蓬 从艺似做人 救场如救火

京剧是综合艺术，遇到困难需要我们团结一心，丢掉个人的私心杂念，互相补台、互相救场，从大局、全局出发，维护艺术的完整性。我认为做一个演员，舞台上应该时刻力行救场如救火的精神。这种好传统，应该一代传一代，延续下去。如何从艺、如何做人，这是有连带关系的，台上台下得是一码事，做人和从艺不能截然分开，我们家几代人，都是这么教育后人的，这种精神也得接续下去。

86 李胜素 不忘朴素的本色

88 魏春荣 像做菜一样精益求精

90 王珮瑜 坚持自己 必须成功

92 叶金援 替祖师爷传道

94 袁国良 失信暴揍让我理解了承诺的意义

96 张馨月 一颗珠子的传承

★注：排名不分先后

**72 话剧 THEATRE**

王斑 把心养善

家教、家风不是独立的，也是社会整体风气的一个缩影。我在中央戏剧学院上学时接受的教育，就是要做一名学者型艺术家，而不是一个明星，这和我父母教我的做一个正直、不盲目追求名利的人是一样的。所以学校、社会也应当是一个家家教的大课堂，人心的形成，很大程度上就是出于家教，成于家风。我们只有把心养善，才能给子女、社会创造出真、善、美的未来。

**80 戏曲****CHINESE THEATRE**

韩再芬 总在前方等我的人

我出生在一个严父慈母的传统家庭。爸爸是一名财政干部，妈妈是一位黄梅戏演员，生养了我们姐弟五人。家中人口虽多，却井然有序，其乐融融。这都归功于爸爸独特的管理艺术。平日里，妈妈负责照料全家人的饮食起居，爸爸则负责大小事务的决策、亲朋好友的往来以及孩子们的成长教育。家事虽小，却头绪复杂，一家之长的处事风格往往就是一个家庭的家风。在潜山，提起老韩家，不管是街坊邻里，还是同事亲戚，都会由衷说一句：“正派！”因为父亲自己就是一个正直、坦荡、讲究原则的人。他的这种性格，潜移默化地影响了我与姐弟，并成为我们为人处世的准则。

重家教 正家风

为深入贯彻落实习近平总书记关于“要重视家庭建设、注重家庭、注重家教、注重家风，发扬光大中华民族传统家庭美德”“从小学习做人”的重要讲话精神和“讲好故事、事半功倍”的要求，进一步丰富广大少年儿童的文化生活，以讲故事为载体，引导广大未成年人弘扬传统美德，传承优良家风，培育和践行社会主义核心价值观，首都文明办和国家大剧院联合策划出版《家教家风专刊》，44位来自各领域的文艺工作者讲述了如何立足家庭，进行家教、家风的树立和传承，展现来自音乐、舞蹈、歌剧、戏剧、戏曲艺术之家的最美家风。

家风，乃一家之风，承载一个家族世代沿袭、薪火相传的精神风貌和道德沿革。中华民族上下五千年，悠久的历史蕴含着华夏儿女代代相传的家风之源。注重家风，是中华民族的优良传统，也是中华传统文化的重要精髓，更是中华民族的根和魂。家风的兴旺，对家族的传承起着至关重要的作用，是一代人对家族教化达到高度认同的成果。这种认同有别于对家族成员的无度纵容，也决不是放任子孙对金钱的无限欲望，更不是纵情于享乐的浮夸——一切与精神信仰无关的物化价值观，都可以使家族分崩离析。

一个家族的核心价值，体现在祖训的谆谆教诲上，不仅用从前的道德准则荫泽后代，同时也树立朴素切实的道德观念。而家族家风最直观的体现即是一个人的家教，这也是人作为独立个体在社会上的安身立命之本。

两千年前，《礼记·大学》云：“古之欲明明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先诚其意；欲诚其意者，先致其知，致知在格物。物格而后知至，知至而后意诚，意诚而后心正，心正而后身修，身修而后家齐，家齐而后国治，国治而后天下平。”修身齐家治国平天下的儒家思想沿用至今，拷问的是个体的品格，考量的是家的建设，这之后才会有个体教化的集成——家国。家风，乃吾国之风。所以家教于中国而言最具特色，是中华民族传统美德的现代传承。

党的十八大以来，习近平总书记在许多场合强调家风建设的重要性，要求发扬光大中华民族传统家庭美德。一家仁，一国兴仁；一家让，一国兴让；天下之本在国，国之本在家，家之本在身。中国



传统社会提出的修身齐家之风，在今天依然是中国人恪守的生存之道，是国家向心力和凝聚力的根基。在 2015 年春节团拜会上，习近平总书记着重谈到家风建设。

“春节是万家团圆、共享天伦的美好时分。中华民族自古以来就重视家庭、重视亲情。家庭是社会的基本细胞，是人生的第一所学校。不论时代发生多大变化，不论生活格局发生多大变化，我们都要重视家庭建设，注重家庭、注重家教、注重家风，紧密结合培育和弘扬社会主义核心价值观，发扬光大中华民族传统家庭美德，促进家庭和睦，促进亲人相亲相爱，促进下一代健康成长，促进老年人老有所养，使千千万万个家庭成为国家发展、民族进步、社会和谐的重要基点。”这是习近平总书记关于家风问题最集中的一次论述。

首都文明办积极响应党的号召，充分发挥在建设社会主义先进之都中的重要作用，传承和弘扬传统文化的思想精华，树立正确的历史观、民族观、国家观和文化观，通过大力提升广大市民的文化素养、深入推进传统文化的家风建设，阐发中华优秀传统文化“家之兴替，在于礼义，不在于富贵贫贱”的价值观，深挖传统文化中关于“讲仁爱，重民本，守诚信，崇正义，尚和合，求大同”的道德理念，进一步深入提高市民文明素养和城市文明程度。

2001 年 10 月 15 日，习近平总书记在写给父亲的祝寿信中说：“自我呱呱落地以来，已随父母相伴 48 年，对父母的认知也和对父母的感情一样，久而弥深，从父亲这里继承和吸取的高尚品质很多。父亲的节俭几近苛刻。家教的严格，也是众所周知的。我们从小就是在父亲的这种教育下，养成勤俭持家习惯的。这是一个堪称楷模的老布尔什维克和共产党人的家风。这样的好家风应世代相传。”家风严正体现了中国的时代价值和时代精神，而世代相传的中国精神正是社会主义文艺的灵魂。

社会主义文艺，从本质上讲，就是人民的文艺。它是时代精神的导体，是文明变迁的动力。长期以来，广大文艺工作者在各自的领域辛勤耕耘，创作生产了大量脍炙人口的优秀作品，《国家大剧院》家教家风专刊中的 44 位文艺工作者，均在艺术舞台上取得了显著成就，为艺术园地百花齐放的今天作出了重要贡献。源自众多家庭的不同家风，无不告诫我们家教正立本、家风正立人的道理。这些朴实无华的传统价值观念见证了一个时代的风貌，引领了一个时代的风气。借此家教家风专刊，通过文化熏陶和言传身教，将家风内化为精神追求，外化为自觉行动，助力建设社会主义核心价值观。

愿艺术改变生活，让文明走进每一个人心中。■

首都文明办主任

陆盛萍

2016 年 8 月

女高音歌唱家。2002年在意大利举办的第四十二届威尔第国际声乐比赛中获第一名，2010年在维罗纳露天歌剧院的歌剧院奥斯卡颁奖音乐会上获得金像奖，2011年成为第一位获得路易吉·伊利卡歌剧大奖的亚洲艺术家，2015年获得凤凰卫视颁发的影响世界华人大奖。

和慧



陪伴是我行走世界的最大动力

口述/和慧 整理/冯静

2016年7月24日，我在意大利维罗纳露天歌剧院演唱《阿依达》，这是我职业生涯中的第150场《阿依达》。整场歌剧在意大利时间凌晨1点结束，也就是北京时间早上7点钟。在第三幕唱完之后，我来到后台，连通了与父母的视频，他们一边看着大洋彼岸脸上还带着歌剧妆容的我，一边跟我聊当天演出的情况。

我从1998年开始唱歌剧，到今年已经是第十八年了。这些年来，我辗转过很多国家，在不同歌剧院的舞台上演出不同的剧目，尽管很辛苦，可我不觉得孤独。因为父母一直陪伴着我，每天我们都会打电话或者视频，这已经成为了一种习惯。

很多人会好奇每天都联系，要聊些什么呢？话题会不会都是重复的？其实父母与孩子之间的亲情是自然而然的。我父母至今还把我当成孩子一样，每天都会关心我的日常起居。我也习惯每天问他们买了些什么水果、准备做什么菜吃。

每当我有演出的时候，妈妈都会早早起床，穿戴整齐之后，开始在心里默默为我祈祷。我的每一场演出，都在妈妈的祈祷中顺利完成了。因为我的关系，爸爸妈妈也成了歌剧迷，每次看完演出都能说得头头是道。谁唱得怎么样，谁演得怎么样，说得特别准确。其实，起初父母并不赞同我学音乐。

我出生在一个传统的知识分子家庭，妈妈是教师，爸爸是医生，他们从小对我的要求很严格。爸爸妈妈一直觉得我们家离文艺界很远，希望我能一路读书，毕业后也从事医生或者教师这样的工作。但是在我的一再坚持下，他们还是同意了我学音乐，并且成为我最大的精神支柱。

我父母是很积极上进的人，妈妈在单位每年都被评为优秀教师；爸爸也是单位里学历最高的医生，为了通过职称考试，爸爸从50岁的时候开始学英语，每次去办公室找他，都能看到他在看书，最后顺利地通过了考试。父母对自己很严格，对孩子也要求上进。

从小妈妈就让我养成习惯，每天晚上入睡前，要回忆今天都做了什么事情。总结一下哪些地方做得好，哪些地方做得不好，有哪

些收获和经验教训。这个习惯我一直到现在还在延续着，从中受益匪浅。

我家里是传统意义上的严父慈母组合。每天放学后要立刻回家，爸爸会在门口等着我们。如果回家晚了，爸爸一定要知道为什么。上高中的时候，周末我经常和几个要好的同学一起去郊外玩，每次回来的时候，不管多晚都会看到爸爸站在院子门口等我，此时心里就会惴惴不安。

妈妈是典型的慈母，小时候夏天天气炎热难耐，我们都睡在家中的院子里。妈妈会整夜不睡，给我们扇扇子、赶蚊子。每次中途醒来，都能看到妈妈熬红的眼睛，又感动又心疼。

尽管爸爸平时很严格，却非常疼爱我。上大学四年级的时候，有一天爸爸来学校看我。当时，我在西安有时会给学生上钢琴课，就随口跟爸爸说，要是能有一辆自行车就好了。爸爸当时没说什么。过了几天之后，宿舍同学说外面有人找我。我下楼一看，爸爸又来了，他特意从老家安康骑了一辆自行车到西安，亲手交给我。而那一天，是爸爸60岁的生日。

如今的父母已经成为了我的心理支柱，我遇到挫折的时候，或者不开心的时候，就会跟他们倾诉。妈妈更像是我的心理医生，会在我抱怨的时候、沮丧的时候，开导我，给我正能量。我的父母是十分质朴的人，从来不会去要求我在事业上有多么了不起的成就，而是希望我过得健康快乐，这大概也是世上所有父母最朴素的心愿。

2015年，我获得了凤凰卫视颁发的影响世界华人大奖。我特意把父母从西安接到北京，陪我一起参加颁奖典礼。在发表获奖宣言的时候，我当着所有嘉宾和观众的面说出了这些年来的心声：我最想感谢的人是我的父母，他们一直以来的陪伴，是我行走世界舞台最大的动力。

责编 / 褚慧超

歌剧

中国人民解放军歌舞团男
高音歌唱家，中国音
乐家协会会员，国
家一级演员。

王宏伟





生活需要勇气 也需要宽容

口述/王宏伟 整理/冯静

上世纪 70 年代，在新疆西北部的一个偏僻农村里，冬天早上天还没有亮、人们还在睡梦中的时候，我就要出门上学了。从家里到学校要走一个多小时，必须很早起床。冬天的新疆，山谷里特别冷，但是我会期盼着下雪，因为积雪会带来一些光亮。如果碰到刮风或者大雾，我就要在这种天气里摸索着走。那时我 11 岁。

一个人从小到大要面临各种恐惧，我的恐惧就是从黑暗的上学路上开始的。父母出生在解放前，从部队转业后带全家去了新疆建设兵团。在文革的时候父亲被打成“牛鬼蛇神”，我出生那天，他还被关在牛棚里，而母亲把我生在了自家的地上。几年之后，父亲被打成脑震荡不幸去世，当时家里有四个孩子，两个姐姐、四岁的我和两岁的妹妹，还有一个弟弟尚在妈妈的肚子里。在那个年代的农村，母亲一个人带着五个幼小的孩子，生活的艰难可想而知。这种环境下，我很早便懂事，并慢慢地学会独立去面对和克服恐惧。

爸爸刚去世的时候，我虽然只有四岁，但却是家里唯一的男孩，要为家庭分担责任。我和两岁的妹妹被送到河南农村的爷爷家，在那里生活了五年。那时大人白天要去种田，我在家要照顾妹妹，带着她玩儿。上小学后，我有些力气了，放学后要随着大人去地里干活。周末的时候，一干就是一天。生活很苦，但是我从来没有放弃过学业。当时农村坚持读书的人很少，生存是第一位，很多人上完初中就去放牧、种庄稼，母亲虽然也是农村出身，不认识几个字，但是她很要强，坚持让家里的五个孩子都读书。后来二姐读到中专，我和妹妹都上了大学。记得我上小学三年级的时候，妹妹生病了，母亲带妹妹从医院看病回来，看到我的作业本上有很多红杠，分数不是很高，动手打了我一顿。从那以后，

我的成绩一直很好。

从我们家到县城需要走三个多小时的山路，我一个男孩子站起来都很害怕，母亲却经常很早起来，一个人用借来的毛驴车拉着粮食去县城磨面、榨油，带回一家的口粮。有一年冬天家里没肉吃，母亲去县城杀牛卖肉的地方，等别人剔完肉，用很便宜的价钱把牛骨架买回来，熬汤给孩子们喝。后来为了让我们吃上肉，还自己动手养猪。

尽管那时生活条件很苦，但是母亲始终是个很宽容的人。记得有一年冬天，家里买了羊肉，准备过年包羊肉饺子。刚把羊肉放到院子里的柴火棚里冻起来没多久，忽然听到院子里有声音，出门一看，羊肉被偷走了，一家人都非常沮丧。当时邻居之间住得很近，母亲其实心里知道是谁拿走的。那户人家也有很多孩子，生活很艰难。母亲并没有找上门，觉得大家的生活都很苦，还是要给别人留点面子。文革结束后，父亲的事重新被调查，很多整过、打过父亲的人都很紧张，毕竟父亲是被打致死的。母亲并没有追究这些人的责任，她说：“人都不在了，不要折磨还活着的人了，就让一切都随时间过去吧。”

一个人的成长，需要困难的磨砺，也需要生活的柔软。母亲虽然没有讲过大道理，她为人处世的原则一直影响着我。现在对待四岁的孩子，我也有意让她独立、勇敢。尽管她有些怕水，我还是坚持让她自己洗头、洗澡；她睡觉怕黑，习惯开一盏灯，我在睡前给她讲故事陪她入睡，然后关掉灯，她慢慢也适应了。人生在世，首先要克服外界带来的恐惧，就像母亲教我的那样，即使害怕，一个人也要往前走。天总会亮，路也会越走越宽广。

责编 / 褚慧超

女高音歌唱家。出生于辽宁营口市，师从著名抒情女高音高芝兰教授以及意大利著名女高音歌唱家玛拉斯匹娜。1995年在意大利威尔第歌剧院首演贝利尼的歌剧《诺尔玛》，正式开始欧洲歌剧生涯。现任北大歌剧研究院硕士生导师。

孙秀苇





从颜色搭配中学会热爱生活

口述/孙秀苇 整理/冯静

我出生在一个知识分子家庭，妈妈是小学教师，爸爸是画家。我是家里的长女，从小就是一个特别独立并且有主见的人。爸爸起初特别希望我能跟他学画画，每天早上临上班的时候，都会给我布置素描作业，规定我当天必须完成一幅画。我的确也有画画的天赋，大概是遗传的缘故吧，拿起笔就能画。我做事情很快，每次都赶在爸爸快下班之前，花上十几分钟的时间，迅速画完交差。除此之外的时间里，我可以专心地做我喜欢的事情——唱歌。

我们家的读书氛围很浓厚，每个孩子都喜欢看书。我从小学五六年级开始看小说，中学的时候喜欢读与爱情故事有关的小说，觉得有情有义。有段时间还迷上了武侠小说。读课外书并不影响我的成绩，父母也不干涉。我的文科成绩特别好，几乎不花什么力气就能拿高分。反之，数理化成绩很糟糕，大概是我实在没有这方面的天赋。每次上数学课的时候，老师在上面讲习题，我就在下面看自己的书。反正听不懂也是浪费时间，索性不如看点自己感兴趣的内容。

爱看书的习惯自从养成之后就一直伴随着我，一直到现在，我也很喜欢看书。不管走到哪儿，随身带着一本书成了自然而然的事情。为了消遣也好，学习也罢，从读书里收获的是源源不断的见识，也改变着我对待人和事的看法。

我们家的几个孩子从小喜欢的东西都不一样，父母也倾向于让我们按照各自的轨迹发展。我喜欢唱歌，一上台唱歌就特别兴奋；妹妹喜欢小孩子，热衷于琢磨怎么能让小孩子更好地学会知识。现在，我成为了职业的歌剧演员；妹妹则拥有了属于自己的幼儿园，打造得颇具特色。

在我的成长过程中，几乎所有的事情都一直围绕着爱唱歌这条主线。虽说爸爸希望我能学画，但是他和妈妈还是很支持我唱

歌。早早就给我买了第一台录音机，后来又陆续买了第一台脚踏风琴、第一台钢琴。在那个年代，这对我来说已经是莫大的鼓励和支持了。

由于爸爸会画画的原因，他对色彩的搭配非常讲究。小时候，妈妈给我们买的衣服都很好看，连头绳的搭配也很讲究。在家家户户都不富裕的年代，父母依然用有限的资源把日子过得美美的。

记忆里，爸爸很擅长搭配衣服的颜色。一直到现在，爸爸已经70多岁了，还是会很注重衣服的颜色选择，比如会用米黄色的裤子搭配橙色的衬衫，看上去非常舒服。不仅在穿着上十分讲究，爸爸还把自己对颜色的热爱应用在家里的装饰上。家里的房子是爸爸一手设计和建造起来的，小时候每到过年的时候，爸爸都会重新刷一次墙——并不是用单调的白色涂料，而是会融入淡绿色或者浅黄色，每年都有焕然一新的感觉。

我小时候一直想学游泳，却总也没学会。这并不影响我喜欢玩水，经常在家附近的河里面玩耍。七八岁的时候，爸爸给我买了人生中的第一件泳衣。一直到现在，我都清楚地记得泳衣的颜色和图案，橙色的泳衣上带着小金鱼图案的装饰。泳衣的颜色是爸爸根据河水的颜色挑选的，我穿着橙色的泳衣在绿色的河水里玩耍，从远处看像小金鱼一样。

现在，我依然保留着对颜色搭配的讲究。如今生活条件好了，可以更自由地购买和搭配衣物。除了外出的时候，哪怕是在家里穿一件休闲的睡衣，我也习惯尽可能搭配得养眼。平时看到朋友或者同事颜色搭配得好或者不好，也爱聊上几句。用心地搭配颜色，其实是热爱生活的一种方式。而真正的热爱生活，才能更好地表达和展现源于生活又高于生活的艺术。

责编 / 褚慧超

毕业于纽约茱莉亚音乐学院歌剧系、上海音乐学院声乐系。获维也纳国际歌剧歌唱家比赛第一名，帕瓦罗蒂国际声乐比赛大奖。曾与大都会歌剧院，维也纳国家歌剧院、柏林国家歌剧院、德意志国家歌剧院，巴伐利亚国家歌剧院，巴黎国家歌剧院、马德里皇家歌剧院、罗马歌剧院合作演唱歌剧第一男主角。

张 建 一





年少经历令外国同事羡慕

口述/张健一 整理/冯静

我出生时家境贫寒，但是家庭教育非常严格与正统，现在看来甚至有点保守。比如吃饭的时候，长辈还没坐下，小辈不能坐；前辈不动筷子，后辈不能开吃。吃菜必须先吃素菜后吃荤菜。女孩在家里或是出门，即使是夏天也不能穿短裤，必须穿长裤。我们兄妹五个，四男一女。父亲在医院工作，母亲是小学教师，收入不高。从小父母教育我们要勤劳，要自力更生，奋发图强；做人要正直诚实，要勤劳自励，勤俭节约。

童年的时候，兄妹五人的衣服与鞋都是母亲亲自做的。家里有台缝纫机，母亲自己裁剪和缝制衣服，自己给鞋子纳底。每到年三十晚上，母亲总是通宵达旦给我们赶做衣服，每人一套：一样的样式，一样的颜色。在我参加工作前，从不去理发店，我们四兄弟的头发都是母亲剪的，虽然有点清一色的“马桶盖”式，但每年可以节省不少的开支。

从小，母亲就要求我们学专长，掌握生存的技能。母亲曾带我去她学生家长的工作单位，让我跟着家长学习无线电安装和半导体修理。母亲还让我们学习书法。记得家里有一块祖传一尺见方的吸水大方砖（青砖），用毛笔蘸水在方砖上练习书法，几秒钟后水迹消失，可以反复地书写。文革开始后，父母都进了牛棚与干校，我们兄弟间互相理发，洗衣做饭，缝补衣服，真正做到自食其力。我在16岁参加工作之前，学过烹饪，做过厨师的助理，做过木匠，会理发和补套鞋等等。

自立自强是我自幼从父母身上学到的本领，既可以培养自己的独立生活能力，又可以品尝生活的细节，同时还能提高自己面

对困难压力时的承受力和意志力。每当我向外国同事提起青少年时期的经历时，他们都十分羡慕。他们认为作为一名演员，最重要的是要有对生活的切身体验，比书本知识更重要。

作为一名在东方文化背景中成长的歌剧演员，能在西方歌剧的主流社会中占有一席之地，必然会遇到来自东西方文化的差异，包括传统的价值观差异、语言的差异以及社会制度的差异，没有坚强的意志力和独立拼搏能力是很难跨越的。为此，我对子女和学生的教育也是遵循这样的精神：独立自主、自力更生；健康的身体和健全的人格比知识与学问更重要；失败原本就是人生的一部分，无需畏惧；遇到困难要敢于面对，人生最大的敌人不是困难，而是自己，战胜自己就能战胜一切！

感恩与孝顺是世间最为可贵的元素，家庭如此，工作单位如此，社会如此，西方文化中也是如此。感恩与孝顺相辅相成，懂得感恩与孝顺就懂得了人生，只要有宽容和彼此尊重相伴，家庭一定会和睦美满。我感恩父母和兄妹，虽然父母没有给我万贯家产，但给了我生活的自信、超强的生活能力与适应高难度意志力的，也给了我强壮的体魄和比万贯家产更珍贵的歌喉；虽然兄妹之间没有相同专业方面的沟通，但我感恩他们几十年来对我专业的理解与认同；感恩爱人对我事业一如既往的无私支持与帮助；感恩我的老师几十年来给我如母亲般的关爱；感恩我拥有一位在事业上和生活中很优秀的女儿；我感恩生命中遇到的每一个人！

责编 / 褚慧超

旅欧男高音歌唱家，1982年出生于上海。
日本东邦音乐大学硕士毕业，获全额奖学金留学奥地利。2007年连续四次获得国际声乐比赛金奖。现作为世界年轻一代罗西尼男高音的代表歌手之一，专职于演绎罗西尼、唐尼采蒂、贝利尼和莫扎特的作品。

石倚洁





传统而朴实的农村教育

口述/石倚洁 整理/冯静

我出生在上海农村，那时家里住在棚户区，屋顶是用铁丝绷紧之后，再糊上报纸搭成的。晚上入睡前，经常能听到老鼠在屋顶窜来窜去的声音。为了早日攒够盖房子的钱，妈妈务农种粮食和瓜果蔬菜，基本上保证家里自给自足；爸爸在外面务工，把工资一点一点存起来。

我家里没有人搞音乐，父母也没有接受过任何音乐教育，可以说我几乎没有受过音乐启蒙。生长于农村，我接受更多的是传统而朴实的农村教育，以如何做人为主，跟音乐教育没有什么直接的关系。但是，学会了怎么做人，也会影响到音乐方面的修养和修为。

在农村生活的那些年，印象最深的就是父母的吃苦耐劳精神。干农活是非常辛苦的事情，春天播种，秋天收割，还要施肥、除虫、拔草。农活耽搁不得、马虎不得，一分耕耘一分收获这句古语一点儿也没错，出多少力气对待土地，土地就会相应地回馈多少丰收的果实。在这种潜移默化的影响下，我也养成了做事认真的习惯，如果凡事糊弄，那么最终被糊弄的一定是自己。

一年四季，春夏秋冬，在农村一直是到了什么节气就做什么事情、吃什么东西，也就是所谓的不时不吃。一到吃番茄的时候就是春天来了，吃茄子和冬瓜的时候，就是夏天到了；吃菜苔的时候就是冬天到了；我最讨厌吃的是豆角，干巴巴的，只能炒着吃，或者放在饭里面蒸着吃，还得一连吃上两个月，导致我现在看到豆角还犯憊。吃饭的时候，要用手托着碗，挺直背。如果把碗放在桌子上伏着吃，妈妈一定会用筷子戳我。

爸爸妈妈平时忙于农活和务工，没有太多的时间照顾我。虽然是独生子女，我并未有过饭来张口、衣来伸手的日子。大概从小学一年级开始，妈妈就开始放手让我自己照顾自己。每天早上出门之前，妈妈会把电饭煲插上电，提前做好米饭。中午我放学

回到家，按照妈妈教的方法，自己用煤油炉做一个榨菜蛋花汤，配着米饭就是香喷喷的一顿饭。

我那时年纪很小，不觉得自己有多了不起。直到有一天中午放学回来，看见奶奶走了很远的路来我家，正等在家门口。我赶紧把奶奶迎进门，自己炒了一盘韭菜，又做了一个汤，跟奶奶一起吃了顿简单的午饭。奶奶当时特别感慨，没想到我这么小就能独立做饭吃饭，把一切都打理得井井有条。而我真正感受到早早独立自主的好处时，是19岁出国之后，我很快就适应了一个人的异乡生活。

19岁之后直到今天的十几年里，我几乎一直在四处演出，有了自己的事业、家庭，生活得十分美满。唯一美中不足的就是对父母的愧疚感，我陪在他们身边的时间太少了。

现在每次回国，我都会经过上海，陪爸爸妈妈一起吃饭，在家里住一晚。每次全家人都要一起坐在沙发上，翻以前的老照片，一遍又一遍地聊我小时候的趣事。爸爸喜欢剪报，而且只剪报道我的新闻。我不在家的時候，他几乎一张不落地把所有有关我的新闻都收集了起来，等我一回来，就迫不及待拿出来给我看。

妈妈会拉着我去阳台上看她种的菜。虽然现在已经不再务农了，妈妈还是保持着种菜的习惯，并且把家里的阳台打造成了小菜园。每到寒暑假的时候，我会尽可能地带着年幼的孩子们一起回到父母身边。他们对阳台的菜园很好奇，喜欢跟在奶奶后面学着摘菜，跟阳台上的三只猫一起玩耍。

如今，我的孩子们的成长环境已经比我小时候好太多了，但我希望他们也能继承农村的吃苦耐劳精神，踏踏实实做人，认认真真做事。做人做好了，做什么事情都会成功。

责编 / 褚慧超

旅美青年低男中音歌唱家，旧金山歌剧院签约歌唱家。师从魏凡俭教授学习声乐，曾荣获第二十一届多明戈世界歌剧大赛头奖、纽约大都会歌剧院国际声乐比赛冠军，2015年获柴科夫斯基国际声乐比赛最佳歌手特别奖。

李鳌



从家里学到真诚与实在

口述/李鳌 整理/冯静

我的家在胜利油田，父母都是普通的石油工人，性格十分豪爽。一整天工作下来，父母最高兴的就是亲友们聚在一起热热闹闹地吃顿饭，舒坦畅快地喝上几杯酒。那会儿最受欢迎的娱乐项目就是唱歌，大家都爱唱《咱们工人有力量》这样的歌，豪爽又痛快。从我记事起，身边的叔叔阿姨们都爱唱歌。每年的年三十

晚上，没有人顾得上看春晚，大家都忙着争夺麦克风，一首接一首地唱，简直就是一场油田好声音集锦。

我妈妈是西北人，音高特别高；爸爸是山东人，音量特别大；从小，我就浸润在他们爱唱的歌里，跟着听了一遍又一遍。两岁多的时候，我的姑姑和舅舅恋爱结婚了。在上世纪90年代的婚礼

现场，卡拉OK和舞池是必不可少的配置，屋顶上方还会悬挂一个硕大的、变换闪烁着五颜六色灯光的大彩球。现场有客人点了当年很流行的歌曲《潇洒走一回》来唱，这首歌在我家年三十K歌大会上被点唱的频率很高。当时说话还不利落的我，就在一遍又一遍的听歌过程中记下了歌词和旋律。现场这首歌刚被唱完，我就哇地一声哭了起来。爷爷忙问我怎么了，我当时嘴里含糊不清地只重复着一个字——唱、唱。爷爷不明就里，为了止住我的哭声，赶紧指挥大人们把音乐再放一遍。

当时的细节其实我记不太清了，但是婚礼现场被拍成了录像。一个小小的、刚学会走路没多久的我，被爷爷抱在怀里，字正腔圆地大声唱着“红尘啊滚滚痴情啊深深”，音调音高全能唱准。现场的客人们都傻眼了，视频里还录了几秒钟亲友的反应，只见全场都在疯狂地欢呼呐喊，那场景不亚于看球时中国足球队打赢韩国队时的热烈程度。

毫无疑问地说，家里人爱唱歌的习惯对我后来从事的演唱事业影响很大。但更大的影响在于，胜利油田简单而单纯的生产生活环境，将我养育成了一个简单真诚的人。我家所在的油厂很像是一个小村庄，人们除了开采，还在这儿生活。油厂里有自己的医院、学校、篮球场，跟外界的联系不多。大大小小的店里都在显眼处放着钱篓子，买四个五毛钱一个的包子，自己往钱篓子里扔五块钱，再掏三块钱出来。没人管你，全靠自觉。即使现在回到油厂，这种纯朴的习惯也没有变。就是这样一个地方，带给了我人性中最真实的感觉。有时候，我觉得现在自己之所以还能收到邀约站在舞台上演唱，还有很多人愿意坐在观众席里听我演唱，很大程度是因为我有着真实的人格，所以才能把音乐真正传达给别人，打动别人。

在油田里度过的童年岁月，我享了不少口福。奶奶做的饺子、烙饼、面条，姥姥姥爷做的凉皮、臊子面，还有邻居四川阿姨们做的水煮肉、回锅肉。我从小就不挑食，妈妈喂我吃一个饺子的时候，我从来不肯咽下去；再喂一个，还是不肯咽；直到喂到第三个，嘴里塞得满满的，我才会高兴地咽下去。大概是因为这个原因，我的嘴巴被撑得很大，脑袋也长得很大，对如今唱歌时所需要的头腔共鸣大有裨益。

如今，我每次离家坐飞机去美国的时候，妈妈都会亲手为我准备吃的。她知道飞机餐不好吃，而我的工作性质又是一下飞机就要演出。饿着肚子在飞机上呆十几个小时，演出的时候会很难受。所以，我每次都拎着妈妈为我准备的保温餐盒上飞机，有时候里面装着六个猪蹄，有时候是炸带鱼、卤猪肘。有的时候是妈妈手工做的凉皮，还有细心分开装好的一小袋醋、一小袋辣椒油、

一小袋蒜泥、一小袋葱花香菜。

妈妈是刀子嘴豆腐心，嘴比谁都硬，心比谁都软。我小时候特别喜欢玩火，但凡见到能点着的东西就特别兴奋，也不知道是不是五行缺火的缘故。因为爱点火，我不知道闯过多少祸，最严重的一次赶上大风，差点把水电站给烧了。当时是寒冬，外面下着大雪，妈妈让我在门外从中午一点站到了半夜12点。六七岁的小孩子哪里扛得住。我的嘴唇冻裂了，号啕大哭，妈妈却坚决不肯开门。其实，我在门外大哭不止，妈妈在屋里心疼得眼泪直流。终于熬到半夜，妈妈从屋里走出来，吐出两个字：“冷吗？”我浑身止不住地哆嗦：“冷。”紧接着又是简短的几个字：“还点火吗？”“不点了，再也不点了。”我当时又冷又饿，几乎上气不接下气。从那以后，我的脑子里狠狠地刻下了一条原则：要为自己的行为负责。如果因为满足自己的欲望而伤害别人，一定会被狠狠惩罚。

与妈妈相比，爸爸是个温和的人。但是，他特别讨厌别人说谎。刚上小学的时候，我迷上了动画片《奥特曼》，没心思看书背课文。爸爸的名字笔画简单，我偷偷模仿了好多遍，每天自己在课本上代替他签名。在神不知鬼不觉的糊弄了很多天之后，我慢慢放松了警惕。结果，爸爸在帮我收拾书本的时候发现，几乎语文课本的每一页都有他的签名，老师还在旁边打了对钩。眼看瞒不下去了，我只能说了实话。

爸爸立刻冲去学校找班主任了解情况，得到的答案是我有好几篇课文都没背下来，整个人心不在焉的。等爸爸怒气冲冲从学校回来的时候，妈妈刚刚蒸好了热腾腾的萝卜粉条肉馅包子端上来。爸爸做了一个令我意想不到的举动，他这样温和的一个人，竟然一巴掌把我手里的包子打飞了。“你还好意思吃？这么小就骗人，你想骗到什么时候？”包子馅溅得满屋都是，白墙上瞬间全是黄色的油点子。

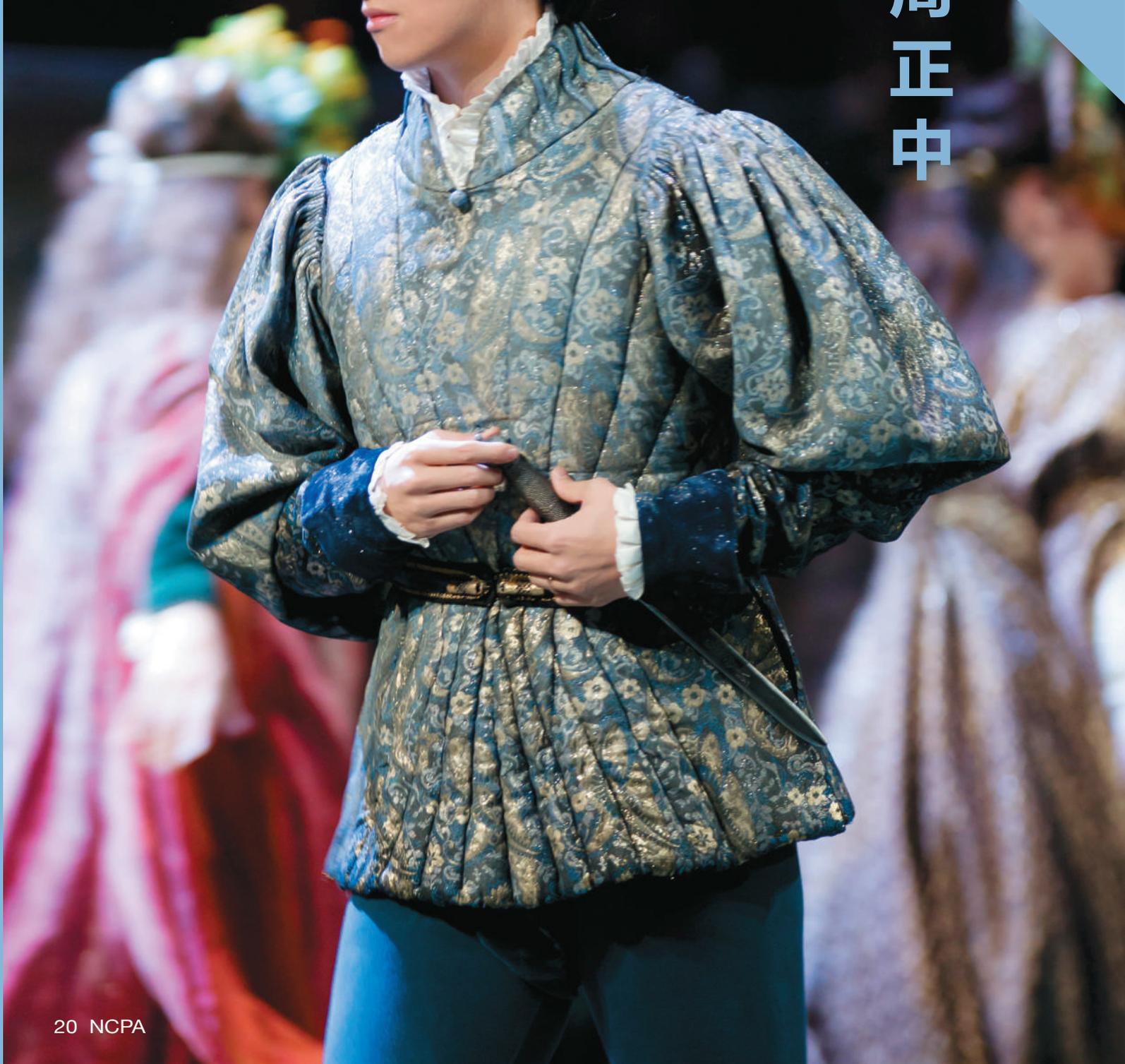
那是爸爸第一次跟我发火，其实一直到现在，爸爸也没发过几次脾气。他当时瞪得通红的双眼，我一直记得特别清楚。从那之后，我的准则又多了一条：不能骗人。宁肯直接说想看电视不想看书，也不能骗人。

现在的我一直保持着实话实说、直来直去的习惯。刚去美国的时候，我的英语很差，却并没有因此遇到太多麻烦事。我每次都大大方方跟对方说：“我听不懂，你能不能慢慢地再说一遍。”我不假装听得懂，也不去掩盖英语不好的事实。这样不仅省事，也让很多人对我的真诚和实在留下了印象。这也是我从家里学到的最重要的事情。

责编 / 褚慧超

1984年出生于武汉。旅欧男中音，法国马尔芒德国际声乐比赛获奖者，英国皇家歌剧院青年歌剧演员培训计划入选者。

周正中



学会责任与担当

口述/周正中 整理/冯静

我出生在一个大家庭之中。父母是各自家中的长子长女，也是弟弟妹妹们的主心骨。父母照顾和帮助他们的手足已经成为了一种习惯，小时候的我经常会不太高兴，毕竟是把属于我的爱分出去了一部分。尤其是父母经常把我还没玩过瘾的玩具送给了弟弟妹妹家的孩子们，只留了几柜子的书给我。

在那个经济水平不高的年代，父母靠着微薄的薪水，能提供的条件是有限的。他们信奉穷养男孩富养女孩的原则，每次我对零食或者玩具提出要求时，他们都会反复斟酌，并不是要什么给什么。但如果是和学习或者音乐相关的要求，他们又会时不时地给我惊喜。我读初中的时候想学钢琴，当时家里并不是很宽裕，父母还是用积蓄已久的钱为我买了一架；后来我又迷上了吉他，刚跟家里说完很想要一把，第二天爸爸就抱了一把吉他回来。

平日里，父母对我的要求很严格。我犯错误的时候，经常会受到严厉的斥责，有时也会挨打。只有一次例外，我因为贪玩把书包落在了离家很远的自行车棚里，回到家才发现。当时外面下着倾盆大雨，爸爸妈妈一句话也没说，推门就往外走。我们三个人骑了很远才到车棚，身上淋得湿漉漉的。天已经黑下来了，车棚里光线很差，我们只能一辆一辆地找，后来终于在其中一辆车的车筐里找到了书包。

整个过程，爸爸妈妈一直沉默着，一句话也没有说。直到进了家门，才开口说了一句话：“咱们坐下聊聊吧。”我当时觉得有点意外，又不是闯了什么特别大的祸，为什么弄得这么严肃。谈话很简短，爸爸语重心长地说：“你既然是学生的身份，书包是你的工具，就不应该随便把它弄丢了。不管做哪一行，都要有做这一行的精神，要做得专业才行。”这次一反平常的教育，对我之后的工作和人生起到了很大的影响。

从小到大，父母对我的感情都是比较内敛的，他们觉得男孩子需要要有责任感，因此在很多事情上放手让我自己去选择、去拼搏。但是他们也是我坚强的后盾，当我需要的时候会默默地帮助我。

在经过初中和高中的声乐训练后，我想去报考上海音乐学院。当时颇有些初生牛犊不怕虎的意味，我跟父母说：“你们给我3000元就好，我一定能考上。”父母同意了，我于是孤身一人带着3000块钱，在考试前两周到了上海，结果发现交通、住宿、培训班课程的花费加在一起，3000块远远不够。我本想咬紧牙关坚持，于是什么也没跟父母说。没过几天，父母默默地赶来了，大概是他们猜到了我带的钱肯定不够用。不过，当着我的面，他们什么也没有问，只是帮我一项一项地交费用。后来算下来，大概花了8000多块钱，尽管这在考试的同学中还算是花得少的。

父母的信任和关键时刻的默默支持，让我养成了独当一面的能力和自信，稳扎稳打、脚踏实地的做事习惯，还有强大的内心。后来，我从全世界2000名歌手中脱颖而出，成为被英国皇家歌剧院青年歌剧演员培训计划选中的四个人之一。

在国外学习的那段时间，我特别想家。我曾经给父亲写信说：“感觉自己的脐带被剪断了。”当时所有的事情都需要自己来。出国后，我没再跟父母要过钱。记得第一年有奖学金还好说，第二年靠自己的存款，咬牙坚持下来。当时为了保护自己的身体和嗓子，我没有打工，只是有时通过老师、同学介绍，会去参加一些音乐会的演出。记得那时候，我一年瘦了30多斤。自己独立赚钱之后，慢慢就理解了父母当年不肯在经济上娇惯我的苦衷，只有靠自己的双手奋斗赚来的钱才是有意义的。

我的名字“周正中”是祖父起的，家里人希望我的人生像名字里的笔画一样平稳从容，处变不惊。现在我在国内有了稳定的教学工作，有了自己的小家和宝宝，也感受到父母对我更加深沉的感情。虽然表面上他们不会有太多情感的流露，但是在严厉的教育中锻炼着我的性格和心智。我现在也越来越能懂得他们的苦心，有时不需要太多交流，通过他们的眼神我就能看出他们想表达什么。父母在，不远游，我也希望尽量留在他们身边陪他们，一家人享受从容安乐的生活。

责编 / 褚慧超



郑小瑛

我国第一位歌剧——交响乐女指挥家，中央歌剧院终身荣誉指挥，世界合唱比赛永久荣誉艺术顾问，曾任中央音乐学院指挥系主任、中央歌剧院首席指挥、志愿者（爱乐女）乐团的音乐指导和厦门爱乐乐团艺术总监、首席指挥。

位卑未敢忘忧国

口述/郑小瑛 整理/倪雨晴

我出生在中华民族深陷水深火热的年代，和中国千千万万的家庭一样，在战争的阴霾下努力求存，勉力生活。我在颠沛流离中度过了我的童年和青少年时代，和一个安稳的成长环境相比，我的父母留给我的是一笔更大的精神财富，那就是强烈的爱国主义精神。

我的父亲来自闽西客家农村的一个基督徒家庭，我的祖父是一位牧师，是闽西永定的第一所福音堂的创办人之一。在这样的家庭背景下，出身农门的父亲从小多少受到了新式文化的影响，考取了清华留美预备班，成为庚子赔款的第二批公派留学生，怀着改良农村的志向在美国主修了农村经济；我的母亲来自重庆一个保守的穆斯林大家庭，作为一个向往新思潮的离经叛道者，在得知基督教女青年会在上海开设了高等体育师范班后，她放了小脚只身赴沪，后来不顾家里的反对和父亲结了婚。他们身处时代的洪流中，有着极强的民族责任感。学成回国后，父亲一头扎进农村考察工作，母亲则以破除旧思想为志，大力推进女性体育教育，并且在抗战时担任了中华妇女节制会董事长，宣传男女平等、女性解放。我想，这也是当时四万万中国同胞的写照吧，在中华民族风雨飘摇的时刻，即使是历史长河中不可见的微尘一粒，也迸发出不屈的力量。

八一三事变爆发时，彼时还在江西的父亲匆匆赶回上海法租界的家里，决定要举家避往重庆。逃难，不仅仅是抛却全部家当，还有未知的形势和战况极可能带来的凶险。然而父亲的理由简单有力：“我们不做亡国奴！”于是17天以后，我们就离开了上海。由于上海到重庆已无交通，父亲带着我们取道香港，再抵达重庆。从上海到重庆，我们整整绕了一大圈！我还保留着当年的日记，上面写着：“今天妈妈告诉我，日本奴投了毒气弹！她说，如果我被杀死，须得拉着一个日本鬼子一起死！”

在重庆，我们的日子过得辛苦。为了躲避随时可能到来的空袭，我们长时间住在山上的道观里，上学更是不可企及的事儿了。没有学可上，父母就自己教我，教什么呢？除了必要的课程，就是父亲托人带来的抗日歌本，还有母亲从上海寓所带出来、奇迹般没有弄丢的爱国歌曲唱片。可以说，田汉、聂耳等爱国音乐家的作品成为那一段贫瘠的岁月里我的精神慰藉。父母的朋友圈里，还不乏史良先生、沈钧儒先生这样的爱国进步人士，他们之间的交往，我看在眼里，也把我心中爱国主义的火种烧得更旺了。一次家庭聚会，我和妹妹拉起床单作简易的幕布，又唱又跳，连带说小品，来了一场小小的义演。加上出售我们制作的小手工，这一次我们募到二十几元，我把钱如数寄给了当时在重庆经营生活书店的邹韬奋先生。没想到我这一点点微薄的心意，得到了邹

韬奋先生郑重其事的回信，他还将回信刊登在了《全民抗战》上。国难当头，比起战场上保家卫国的将士和这些令人钦佩的前辈们，我小小的奉献又算得了什么呢？

这些兵荒马乱中的日日夜夜，父亲母亲当然支撑得艰难，这样的艰难却反衬出他们精神上的富足。从上海法租界的小康之家到吃水都成问题的山城郊外，生活条件天翻地覆，但是一颗纯然的爱国心从来没有改变。他们带着孩子，凡事亲力亲为，苦中作乐，即使在那样灰暗的时期，仍然不浪费一点时间，勤奋地生活和学习。在他们的带领下，我养成了吃苦耐劳、手不释卷的品性，不管上山下乡，还是远赴海外求学，没有什么可以难倒我，逆境反而更加激发我的求知欲和上进心。我想这一切的源头，是我们发自内心的对于中华民族的认同感，因为深深爱着这片土地，所以我们迫切地想要变得更好，好来回馈她，建设她。庆幸的是，我的孩子也继承了勤奋刻苦的品格，这一样传家宝让他在特殊的年月里面没有自暴自弃，更没有自怨自艾，而是闯出自己的一片天地。

父亲母亲的中国心对我的影响远不止如此。父母深感中国当时积贫积弱的弊病和男尊女卑等一干陋习，因而对我的教育总是离不开自立自强四字。我们的家庭里从来没有“女子不如男”的概念，相反父母对我寄予极高的期许；在他们的主张下，我一路念女校长大，在当时的社会氛围下，女校像是一个专属女孩们的大舞台，赋予我们宽松的空间来唤醒独立意识，接触进步思想，开展社会活动，这些都在无形中为我的指挥之路添砖加瓦不少。而从中积累起来的忧国忧民的情怀，让我在1948年毅然奔赴解放区，用我们的音乐来歌唱对光明的咏赞。

在我担任厦门爱乐乐团艺术总监的15年间，每次带团出国演出时，我有自主选择节目单的权利，出访的节目单上必有全套的交响诗篇《土楼回响》。我带着这部中国人创作的反映客家生活的交响乐，在11个国家演出了63场。我想告诉外国观众，尽管在交响乐领域我们是后来者，但是我们正在努力运用中国人的智慧创造同样优秀的音乐。

不管是一寸山河一寸血的烽火岁月，还是欣欣向荣的和平年代，对这个民族的眷恋是中国人最不可磨灭的生命印记。我们受她的庇护，分享她的荣光，也要承受她经历的磨难，共度她遭遇的坎坷。父母用他们自己的实际行动让我知道，爱国是铁肩担道义，说的不仅是你要在风雨飘摇之时捍卫她，更是要踏踏实实、兢兢业业地去成就她。只要如此，我们分散开来的“小”，终将汇聚成星辰大海。

责编 / 孔德



吕嘉

1964年出生在上海，成长于北京，是第一位在歌剧的故乡意大利出任国家歌剧院首席指挥的亚洲指挥家，第一位指挥芝加哥交响乐团并率该团赴欧洲巡演的中国指挥家，也是第一位录制德国作曲家门德尔松交响曲全集的中国指挥家。目前，吕嘉担任国家大剧院歌剧艺术总监、国家大剧院管弦乐团首席指挥。

中西结合之下的性格塑造

口述/吕嘉 整理/冯静

如果要概括我的家庭教育与培养方式的特点，中西结合大概是一种十分贴切的表述。我的祖母曾经就读过私塾，又担任过女子学校的校长，因此我父亲也十分重视中国的古典文学和传统文化。小时候，我读过四书五经，也背过不少唐诗宋词。我的外公毕业于上海圣约翰大学，对西方文化和习俗有很好的了解。加之十岁之前，我一直跟随外公外婆在上海生活，所以对西式的作派与风格很早就有了体会。

小时候在上海，国内的经济环境并不发达，生活水准也算不上高。我记得每到圣诞节的时候，外公外婆就会带我去黄浦江边的饭店，有时候是吃饭，有时候是吃一块蛋糕。在这样所谓的特别的日子，即便还是一个小孩子的我也会穿着讲究。虽说并不是多么高档奢华的衣服，但是会熨烫得十分妥贴，有一种仪式感在里面。

在上海的时候，我当时认识的字虽然不算很多，书却看了些。尤其是橘色版本的《十万个为什么》（共12册）几乎如数家珍。到了北京，从少年到青年时代，接触了很多中国古典文学和欧洲文学的名著。记得15岁左右特别喜欢大仲马的作品《三个火枪手》，男主角达达尼昂是个农民，非常聪明机警。但是印象深刻的是三个火枪手，他们是贵族，有自己的原则和准则，有着高尚的人格，对于什么事情该做、什么事情不该做，有着清晰的规则。我那时就已经隐约开始觉得，一个人不管是贫穷还是富贵，都要有自己的原则和格调。套用我读过的中国古语来表述，就是广为人知的那句“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”。

十岁之后，我跟随父母来到北京，一切都发生了巨大的变化。不仅是气候、风俗、学校，所有的生活方式也都改变了。从北京的家到学校要走20多分钟的路，中间会穿过农田、树林，当时周围还没什么建筑，有些荒凉。我花了很久才慢慢适应。父亲所在的部队纪律很严明，我于是也跟着锻炼，练习长跑，后来还参加过两次北京马拉松，这是后话了。

一北一南、一中一西、一粗一细的两种截然不同的家教方式，潜移默化地影响了我的性格。北京的粗犷和豪爽、南方的细致和格调，都融入了我的性格之中。我一直觉得，人的性格是在十六七岁之前养成的，一生都不会变。除非是后来经历过巨大的波折和变动，迫于求生和改善生存状况的急迫感会影响性格。然

而当这一切归于平静之后，性格也会转回从前的样子。

在年少时期的我看来，父亲为人处事的方式不够果断，他很少明确地回答是或者不是，而是反复地左思右想之后，才会找到一种相对完善的方式去处理。后来我慢慢明白，父亲十分崇尚儒家思想中的中庸之道，不在人前表露出自己的喜怒哀乐。不过，在我的教育问题上，父亲的喜怒表现得颇为明显。这与他信奉的君君臣臣父父子子理念完全符合。

记得十二三岁那年的夏天，一天中午，我上学路过一面断墙的时候，听到里面传来蚰蚰叫声。凭着这叫声，我推断出这是一只非常厉害的蟋蟀。于是我弯下身子，开始仔细地清理断墙缝周边的石块，一根一根拔干净丛生的杂草，足足花了一个半小时，终于逮住了这只蚰蚰。回到家的时候已经三点多了，那天父亲恰好没去上班。我猜到了肯定没有好果子吃，于是淡定地把蚰蚰安置好，才去面对父亲的质问。结果完全在意料之中，父亲结结实实地揍了我一顿，打断了两根用铁丝扎成的扫帚，我三天没能下床。不过这并不影响我的快乐，那个夏天，我的蚰蚰战无不胜，血泪教训总算是没白受。

年少时，我受大量中国古典书籍的影响，从不觉得父母严厉管教子女有什么不妥的地方。他们对我的影响更多是整体性的，在细节方面，我跟父母似乎并不那么相像。在荣誉和钱财面前，我不太敏感，读书的时候，我经常把三好学生、优秀标兵之类的荣誉让给其他同学；二十几岁的时候，我在意大利歌剧院担任总监，获得了许多荣誉，但我并不会欣喜若狂，有荣誉是应该的，没有也无所谓。

这也许是跟我从小到大读的书籍有关。12岁之前，我读完了12本《十万个为什么》，15岁读完了《水浒传》《红楼梦》《三国演义》，15岁到18岁之间，是我最如饥似渴的年龄，中央音乐学院图书馆里几乎所有的外国名著上都有我的指纹。在这些中西经典书籍的营养浸润之下，我养成了不因为生存而丢失自己处事原则的准则，也形成了强大的意志力。这股意志力支撑着我在对将来和前途一无所知的时候，独自拎着两个箱子，怀里揣着300美元，踏上了闯荡音乐世界的道路。

责编 / 褚慧超



于海

1970年考入中国人民解放军军乐团，历任演奏员、乐队队长、副团长、团长、音乐总监。1978年初先后随著名指挥家吕蜀中、黄飞立教授学习，后考入中央音乐学院指挥系随李华德教授学习。



一支最贵重的竹笛

口述/于海 整理/冯静

1996年7月10日是我永远难以忘记的一天。那天在北京音乐厅，世界名曲音乐会专场正式开演，我在衣袖上别着一块黑纱，指挥演出。就在前两天，母亲猝然离世。当时演出票早已售出，指挥必不可少，换将也来不及，我没有第一时间赶回家乡。这可能是我人生中最为痛苦的音乐会。在演出结束后，我向观众鞠躬致意，但是泪水早已夺眶而出。观众、朋友送来了小山一样的鲜花，我没有像往常一样和朋友分享，而是收集起来，连夜急匆匆地赶回老家山东，将一堆鲜花放置在母亲的遗像下，表达对母亲的哀思和敬意……

我生长在山东高密县，在当兵之前，音乐只是乐趣和爱好，尽管母亲对乐器一窍不通，但她是我音乐人生的启蒙老师。记得小时候，我喜欢在街头上看民间老艺人演奏，还常去老师家跟她的儿子一起拉二胡、吹口琴、吹竹笛、弹风琴。当时家里的条件不好，我没有自己的乐器，母亲的一位同事吹竹笛，我特别喜欢，便央求他教我，并借笛子给我。一开始他不答应，我软磨硬泡了很长一段时间。

11岁的时候，为了参加学校组织的文艺演出，我恳求母亲为我买一支竹笛。当时，我记得母亲领我去县城里最大的百货公司。百货公司的二楼有各种各样的竹笛，有两三毛一支的，也有两块钱一支的。母亲拿出了两块钱，买了最贵的那支竹笛。那时正是文化大革命刚刚开始的时候，父亲被打成走资派，停发工资，全家六口人就靠母亲一个月38元的工资生活，两元钱当时足以维持全家几天的生活。当时生活那般不易，母亲省吃俭用、日夜操劳，却坚定地支持着我的兴趣爱好。现在想起来，没有母亲，就没有我今天的音乐人生。

除了物质上的支持，母亲对于我的爱好也总是给予温柔的鼓励。在文革期间，被打成“走资派”的父亲整日闷闷不乐，不喜

欢我沉迷于吹拉弹唱中。因此当父亲回家的时候，母亲总是让我把这些小玩意儿收起来，怕父亲不高兴。现在想来，当时十来岁的孩子吹笛子、拉二胡，又没有经过专业的训练和指导，声音肯定是很难称为悦耳，但是母亲总是微笑着鼓励我，静静地听我演奏，夸我吹得好，给我鼓励和信心。后来我考入解放军军乐团，母亲还是不断地鼓励我关心我。从母亲身上，我学会了宽容、平和、淳朴。

在父亲身上，我又学到了自信、上进的品性。记得父亲被打倒时，被戴上高帽子，坐在车上游行示众。我当时觉得有些自卑，生怕朋友同学看到，头压得低低的。但是父亲反而没有像我一样，即使被别人指指点点，他依然挺胸抬头目视前方，身体挺得直直的，很有自己的气势。我立刻就明白父亲的想法了，自己没有犯错误，就不用怕别人的眼光。但是父亲也是很谦虚的一个人，记得我非常年轻的时候当了解放军乐团乐队队长，高兴地给家人写信报喜，父亲回信告诫我：“提升快并不是你能力比别人强很多，还要想想同事、领导对你的指导和帮助，也许别人坐在你的位子会比你做得更好。”父亲的话我始终记在心里，胜不骄、败不馁，踏踏实实做好自己的事，靠自己的实力努力拼搏进取。

我至今遗憾的是，父母为了不让我在指挥演出时分心，从没到现场亲眼观看过我的一场音乐会。但是每次电视台播放的时候，他们都很认真地守在电视机前收看。虽然在我的艺术事业上父亲、母亲没有给我太多的专业支持指导，但是他们的人性光辉一直照耀在我的生命里。父母留给我的这些精神财富，我终生享之不尽。

责编 / 褚慧超



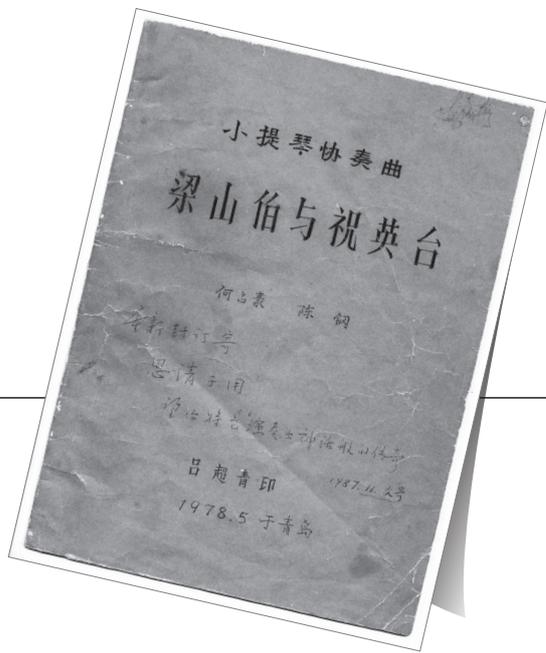
吕思清

小提琴演奏家。四岁开始学习小提琴，11岁时被耶胡迪·梅纽因招收入英国伦敦耶胡迪·梅纽因小提琴音乐学校。1987年获得意大利帕格尼尼国际小提琴比赛金奖，是第一位获得这项国际小提琴艺术最高奖的东方人。



《梁祝》中的父子情

口述/吕思清 整理/陈若



我第一次拿起《梁祝》的谱子，是在刚刚获得意大利帕格尼尼大奖之后。早在1978年，父亲就抄好了谱子，那时他是借《梁祝》作者何占豪、陈钢的原谱抄的。父亲当时非常喜欢这支曲子，也希望帮助更多喜欢这支曲子的音乐家们解决找不到谱子的困难。谁知十年之后，谱子被他自己的儿子派上了用场。于是，父亲把谱子重新封订了一份寄给了我。

这份谱子我至今仍保留着，天蓝的封皮虽然已变成了陈旧的灰蓝，但仍能看到父亲那隽秀的笔迹，除曲名和作者名之外，上面还有父亲给我的留言：“重新封订寄思清子用，望你将它演奏出神话般的传奇……”虽短短几个字，但这是父亲对儿子最大的期望。

从此，我便与《梁祝》结下了不解之缘。二十几年来，我已在中国及国际音乐会上演奏这首著名的小提琴协奏曲几百次。我也因此被贴上了“梁祝”的标签。一个演奏家的某个曲目被认为是最佳版本，我觉得挺荣幸的。但没有父亲，世界上定然就没有我这个小提琴家，是父亲把我带到了音乐这条道路上。

八岁那年，我离开了父母家人，从青岛来到北京，成为中央音乐学院附小的一名学生；11岁，我被大师梅纽因选中，进入他在英国为世界天才儿童创办的音乐学校，在英国一呆就是三年；19岁，我又远赴美国留学数年。许多人肯定会以为，我少小即经历如此多的分分离离，初始一定少不了哭哭啼啼的泪水，其实我从来没有哭过。小时候是因为不懂这些，大了是为了维护自己男儿有泪不轻弹的尊严。

当然，我决不是从来不知道眼泪是什么滋味。2000年5月底，父亲病逝了。父亲的身体一直不好。我原定于6月上旬回国

探亲，可忽然家中打来电话，说父亲特别想见我。一种不祥的预感攫住了我，我当即买上由美国返回青岛的机票。一路上，我嫌飞机飞得太慢，心早就飞到了父亲身边。我想起了父亲从小手把手地教我拉琴，不停地与各地音乐老师们交流联系，隔三岔五地往我的小书包里塞一些诸如“逆水行舟不进则退”“每日三省吾身”等小字条，一些在我当时看来挺烦的事情，现在都变得如此温馨。

然而，当我匆匆赶到自己家门口的时候，家里已是哭声一片。父亲等不及最后再看上我一眼了，就永远地闭上了眼睛。我扑到父亲身边，30年来，第一次失声痛哭。

我父亲是一位狂热的音乐爱好者。虽然家境贫寒，但却不能阻挡他对音乐的热爱。我的两个哥哥都先后拉上了小提琴，因为相对钢琴而言，小提琴的价格是极其便宜的。父亲的本意很简单，重在陶冶儿子们的内在情操，所以是小提琴还是钢琴也就不那么重要了。

重要的是，我从生下来那天，就沐浴在其乐融融的小提琴声中了。见哥哥们都有琴拉，我也着急，四岁半的时候，父亲郑重地将一把小小的提琴交到我的手上，父亲与叔父（一位真正的小提琴迷）开始正式教我拉琴。

我清楚地记得，在开始学小提琴之后，父亲经常利用出差的机会，带我到上海、北京去拜访一些小提琴界的前辈老师，老师们异常热情地接待我们父子俩，并给予无私指导。父亲并没有想到，他多年对音乐的由衷热爱与无私奉献，无形中为我架设了一条相对通畅的音乐彩虹桥。

责编/褚慧超



陈曦

1984年出生于沈阳。毕业于美国柯蒂斯音乐学院，曾获得第十二届柴科夫斯基国际音乐比赛小提琴比赛第二名。2005年，他成为第一位获赠斯特拉底瓦里古董名琴“红宝石”的中国人。

见缝插针的指导

口述/陈曦 整理/冯静

1984年10月的一天，我在沈阳出生了。听妈妈说，在医院呆了三天的我刚刚被抱回家后，爸爸先打开被子的一角，轻轻掏出我还握着拳头的小手，抚平了手指，仔细地端详着。过了一会儿，爸爸对妈妈说：“你看，咱儿子的手指多长啊，小拇指都超过了无名指上面的横线，你明白不，这就是拉小提琴的手啊！”

爸爸也曾经学过音乐，碍于当时条件有限，没能打下很好的基础。在我还没出生的时候，爸爸已经为我设计好了未来，那就是当小提琴家，实现他未竟的人生梦想。我还在妈妈腹中的时候，爸爸就经常放古典音乐给妈妈听，说是放给我听。一岁的时候，爸爸妈妈省吃俭用买下了一台钢琴；三岁的时候，爸爸又送了一把小提琴给我。

当时爸爸在沈阳空军下属的部队里工作，只有每个周六才能回家。每次回来，他都会抓紧一切时间对我进行音乐启蒙。爸爸不仅买了大量的古典音乐磁带，还用录音机从收音机里录下许多好听的古典乐曲，再把它们编辑好放给我听。我稍大一点的时候，爸爸每到周末休息，就会一边带着我欣赏音乐，一边声情并茂地给我讲音乐方面的常识和故事。比如，贝多芬是谁？哪部交响乐是他创作的？莫扎特是谁？柴科夫斯基是谁？芭蕾舞剧《天鹅湖》的音乐为什么好听？这些故事让我非常着迷，每当爸爸侃侃而谈，妈妈说我就会像一只小猫一样伏在爸爸的膝头，安静、乖巧，眼神里充满了好奇。

爸爸是军人出身，对我的教育很严厉，但是并不刻板。小时候，我还没跟专业老师学习的时候，爸爸就在家教我学小提琴。有时我不想学或者坚持不住了，爸爸还会吼我，当时年纪还小，立刻就吓得哭起来。但是爸爸一旦说出“收琴”两个字，宣布练琴时间结束，我们俩会立刻滚打玩耍成一团。

一直以来，我的父母一直无私地付出着。爸爸即使在外面有

应酬，也要从酒桌上偷偷溜出来，回到家里检查我练琴，哪怕只有十分钟也不例外，检查完后再悄悄回到酒桌上。有一年冬天，父亲为了能提前回来看我练琴，不愿意等班车，冒着大雪骑自行车回家，路上还滑了一跤，回到家时已经成了一个“雪人”。

每个人都有惰性，何况是刚刚开始学习的小孩子，爸爸从小对我严格的管教，让我从小就有一种责任感。练琴即使很苦很累，也要坚持下来。

在我开始学琴的日子里，妈妈在专业上帮不上忙，但是对我的品行教育从来没有放权过。我上小学一年级的時候，妈妈曾带我去一位叔叔家里练琴。叔叔塞给我压岁钱，我从来没有拿到那么多的“巨款”，于是买了很多小零食，把小兜儿装得满满的。当时妈妈看到后没有说什么，回到家后，她关起门来把我数落了一通儿。我解释说：“钱是叔叔给我的，我可以拿它买东西。以前，别人给我那么多压岁钱我都没要过。”妈妈教育我说：“钱是大人家里买东西用的，我们吃的穿的用的都需要钱，不管钱是谁给的，都属于家里，归父母管理。就算别人给的零花钱，花钱也要经过父母的同意。”从那之后，我很少乱花钱。在北京学琴的时候，看到很多孩子下馆子、逛商场，大手大脚花父母的钱，意识到妈妈的教育早早为我树立了理财观念。

在我十几岁的时候，妈妈辞掉工作陪我去北京求师学习，在我出国之前的八年时间里，我的衣食住行全由妈妈负责。因为太过劳累，她还得过结核。尽管家里的物质条件并不是特别好，但是为了我练琴，爸妈在北京给我租很好的房子，创造尽可能舒适的学习环境。这一切无时无刻不在激励着我，去努力，去奋斗。如今我已经学有所成，也在带自己的学生，更能理解到父母的良苦用心了。

责编 / 褚慧超



杨镔

大提琴演奏家，生于陕西西安，求学于上海音乐学院、美国哥伦比亚大学、密苏里大学、莱斯大学，并取得了音乐学士和硕士学位。在莫斯科第一届普罗科夫耶夫国际比赛中获大提琴演奏第二名（第一名空缺）和最有前途新人奖，美国乔治亚州、密苏里州弦乐教师协会比赛第一名，获美国印地安那大学全美独奏奖，并多次获全美国国际院长钦点大奖。



欲臻化境心须诚

口述/杨猛 整理/倪雨晴

在很多人看来，我的父母应该算是一对东西荟萃的结合：爸爸担纲乐队的贝斯演奏，妈妈则是舞台上唱念做打俱佳的花旦。在陕西戏曲研究院长大的我，不仅仅和大院里其他的小朋友一样，听的是排练场里的各式唱腔配乐，看的是舞台上的水袖武行，更加耳濡目染了许多人看来很酷的乐队演出方式。小时候的我跟着妈妈和剧团的叔叔阿姨上场、串场、下场，把舞台里里外外跑了个通透。也总是充当爸爸的小助手，扛着比我还高的大贝斯来来回回。可以说，童年时代的“场务”经历是我的第一份艺术工作，这让我很早的时候对于舞台演出的步骤流程就如数家珍，而其中的繁琐和辛苦让我对这些长辈们钦佩不已。所谓“台上一分钟，台下十年功”，我从他们一遍一遍的练习和排演中得到了最好的现身说法。在我眼里，他们是可敬的，更是可爱的：他们齐心协力投入一件事儿所体现出来的韧劲和心无旁骛，如果不是发自内心的热爱，我想是完全无法做到的。

父母精益求精的态度不囿于舞台和排练厅，也带到了家里。我记得他们总是会在茶余饭后讨论某一段唱腔或某一段乐章的不同处理方式，或是在深夜演出归来后兴致勃勃地讨论，意犹未尽地推敲着演出中有哪些地方可以继续改进，又有哪一部分可以采取不同的诠释方式。虽然还不足以去加入到这样的你来我往之中，我却感受到了艺术的广阔、永无止境以及蓬勃的生命力，体味到对于这样一个仰之弥高、钻之弥坚的浩大话题，我们应该心怀敬畏，而不是以洋洋得意的创造者自居。爸爸妈妈观点的碰撞和交流还为我打开了另一扇窗口，那就是艺术是跨越国界、范式和流派的；爸爸可以对妈妈的表演给出中肯的评价和一针见血的意见，妈妈也能对爸爸的专业领域有令人惊艳的点评。父母这种跨界启发我，想要在某一艺术领域有所进益，须得先有一颗不受桎梏、敢于放空自己的自由的心：在一片浩瀚无垠的海洋之中遨游，如果仅仅待在一方小小的天地里面自我设限，而不是迫不及待地汲取各方面的知识，你如何能够一门深入，最后再实现豁然开朗的突破呢？基于这样的想法，我也总是习惯于用跨界的视角思考问题，比如把中国戏曲这一综合性的艺术和西方的歌剧类

比，尽管它们在表现技法、创作理念等方面都大有不同，但也正是因为这样的视角，我才能在戏曲和贝斯乐声的滋养下，在大提琴领域形成属于自己的小见地吧！

纯然的热爱让我的父母不断在艺术的道路上主动试炼和提升自我，并且因此看到了一片广袤的天地，这无涯的美景又会加深他们的热爱和上下求索的决心。我常常觉得，这样的一种良性循环本身就是一种强大的力量，让人可以超越物质的需索，克服面前的坎坷艰辛去追求更高的精神满足。他们不但秉承了艰苦朴素的传统，而且在清贫的日子里面能够过得泰然，甚至自得其乐，不遗余力地燃烧和放大自己的艺术生命，精进自己的艺术造诣。这一品格和他们对我的爱一起，是我学艺道路上最强有力的支撑。为了让我接受更好的专业教育，父母带着我从西安到上海学习专业课，在20世纪80年代，一对从二三线城市来到上海的文艺夫妻，身上负担着孩子昂贵的学费和一家三口的日常开销，压力可想而知。我还记得当时我们一家三口蜗居在上海一处仅有5.8平方米的小房子里，精打细算用粮票买来所需的口粮，真可以说是“人也不堪其忧”的境况了，然而我们三人却是不改其乐。对于他们来说，能看到孩子也和他们一样热爱自己的事业并且刻苦地追求极致，就是我们家风的最好传承。他们排除万难，为孩子创造纯粹教育环境的举动成就了我，我最好的报答方式，就是将这样的决心和慈爱在我的孩子身上延续。

如今我也是一个两岁半孩子的父亲。除了为她创造健康成长的环境和教育条件，我也希望把父母身上看到的这种不慕荣利的心境、从容乐观的生活态度和追求卓越的精神带给她。我给她讲故事，更像对待成年人一样给她讲道理，尽管小小的人儿似懂非懂，但时间一久她竟也在独立思考的路上蹒跚前行了，能想见如何更好地完成一件事。我只愿她这一点小小的灵性，也能被保留、被壮大，壮大到撑起她自己的独立人格和强大心理，帮助她做一个真诚的人，走出她自己的幸福人生。毕竟，我们家真正的家学，就是这颗赤子之心呀！

责编/孔德



王羽佳

《国家大剧院》杂志全球形象推广大使。1987年出生于北京。毕业于柯蒂斯音乐学院，与德国DG唱片公司签下专属艺人合约，是一位享誉世界的青年钢琴演奏家，劳力士品牌代言人。2016/2017乐季，王羽佳成为国家大剧院驻院艺术家。



让我自由去追梦

口述/王羽佳 整理/冯静

我父母所从事的工作都与音乐相关，妈妈是舞蹈老师，爸爸是打击乐手。妈妈起初希望我能学跳舞，但是我的肢体灵活程度并不十分出色，再加上我很懒，所以拒绝了跳舞。一直到现在，我也不热衷于运动，休闲的时候更倾向于看书和蒸桑拿。

我小时候很安静，四岁之前都不太愿意跟陌生人说话，妈妈为此很担忧。有一次，妈妈把我带到了《天鹅湖》的排练现场，我由此爱上了它的音乐，那也许是我最初感受到音乐的美妙。六岁左右，我开始弹钢琴。我进步得很快，大概半年之后，就进行了第一次公开演出。那时我并没有意识去感到紧张，直到九岁之后，我才觉得或许自己应该感到紧张，毕竟有那么多人坐在那儿听。当时，妈妈让我尽量去想象成自己只弹琴给一个人听，这样会放松一些。如今，我已经习惯了弹琴的时候只为一个对象服务，那就是音乐本身。

至于爱上钢琴的原因，很大程度是因为它就在那儿，就摆在屋子里，像个大玩具一样。更重要的是，我可以坐在那里弹琴，比跳舞或者体操之类的轻松多了。我的成长环境温和且适度，父母从不强迫我学习钢琴，我如果在电视上听到什么音，就会自己跑到钢琴上去找。除了弹钢琴，我小时候还喜欢看书、画画、写书法。后来因为学业加重，这么多爱好不能全留着，妈妈就让我自己选，我选了最喜欢的钢琴。

我小的时候手很小，细细软软的，老师说这是面条手，不太适合弹钢琴。妈妈倒是没有特别在意这一点，说喜欢弹钢琴就学吧，就是一个爱好，不用想太多。爸爸也从来没有希望我能通过学习音乐改变命运，让我一切顺其自然。父母没有太多功利目的和心态的教育，最大程度保护了我对音乐纯粹的热爱。当时很多孩子为了应付考级，大部分的时间只练习考级的指定曲目，我却

并不受限于此，而是可以在更短的时间内接触更广泛的曲目。八岁时，我就已经弹到了十级的水平，并且驾驭了超过十级要求的曲目。

我爸爸是打击乐演奏家，只要我出现赶节奏、越弹越快的问题，他总会第一时间纠正我。他耳朵非常好，除了将打击乐作为职业之外，他还有一份工作是扒带子，就是根据磁带中的音乐记谱下来，因此爸爸的节奏感和音高感都特别准确，我必须弹得非常干净才行。弹琴的时候，如果爸爸在旁边我会很紧张，换作是妈妈在旁边就不会。

14岁的时候，我一个人去加拿大卡尔加里蒙特皇家音乐学院学习。妈妈因为签证问题不能陪我一起去，于是比我预期更早地开始了独立生活。那时是第一次离开父母，起初觉得有些孤独。加拿大的冬天很冷，长夜漫漫，我需要迅速独立起来，学会一个人洗衣服、去银行取钱，办理各种手续。很快，我就适应了独立生活，大概是因为我的童年极具安全感，跟父母关系亲密，所以有着强大的内心。

尽管在国外呆了很多年，思维方式和生活习惯都发生了改变，关于家庭和家人的感觉却还保留着中国式的亲密。几年前妈妈来美国看我，跟我住在一起，我的朋友们都觉得奇怪，认为家人来了应该住酒店。我却觉得，自己的父母多亲啊，当然要住在一起。

也许在爸爸妈妈的眼中，生活上我可能还是那个出国之前的14岁女孩。但是在他们的引导下，我现在已经有了自己喜爱的事业。感谢父母从小给我提供了松软的土壤，让我可以在这个世界自由地去追求自己的梦想。

责编 / 褚慧超



陈萨

钢琴演奏家，1996 年成为英国利兹钢琴大赛历史上最年轻的获奖者。2000 年，她在波兰华沙举办的第十四届肖邦国际钢琴大赛中夺得第四名并获波兰舞曲的最佳演奏奖；2005 年，在美国范克莱本钢琴大赛中斩获水晶大奖。

永葆对爱与美的向往

口述/陈萨 整理/倪雨晴



在今天，12个小时，可以让我们于驰骋中饱览祖国从南到北的风光，可以让我们在一场酣梦后飞抵大洋的彼岸，也足以让我们处理好一天的事项和家长里短，在充实之余小小松一口气。而对于童年的我来说，12个小时，是重庆到成都的距离，是充斥着老火车哐啷哐啷前进声音的几年难忘时光。

九岁那年，我开始在但昭义教授的指导下学习钢琴。但老师身在成都，于是每周一次从重庆到成都的长途跋涉就成为了我的必修课。头一天傍晚，妈妈带我踏上去程的火车，披星戴月赶往成都；第二天天蒙蒙亮，我们在成都火车站里简单洗漱吃过早餐，再换乘汽车到四川音乐学院的琴房接受但老师两个小时的指导。上完课我们搭乘下午一两点的火车回家，在狭窄的桌台上，我完成家庭作业，复习乐理。待到妈妈牵着我走出重庆火车站，迎接我们的又是星月满天了。蜀道难，难于上青天，我算是有亲身体会的。而爸爸沉稳的臂弯、妈妈肩头的晚霞，是我记忆里最温暖的一部分。

我的父母曾是部队的文艺工作者，因为这个原因，我是一个在浓厚艺术氛围里成长起来的孩子。在很多人看来，爸爸妈妈对我的教育显得有些与众不同，甚至可以说有些矛盾：一方面，父母在我的学业和琴业上相当严格，勤奋、自律、高标准，他们向上的品格也在我的身上一以贯之；那时的我最发愁的，也许不是去给但老师弹出一周他布置的任务，而是一周至少一次的给爸爸的汇报演出，如果有疏失和懈怠，我面对的就是爸爸毫不客气的指正，而一贯温柔可亲的妈妈这时候也会坚定不移地站在爸爸一边。另一方面，不像很多望子成龙的家长，父母从来没有把我拘在琴房里或者书桌前，所以年少的我有着大把大把时间在大院儿里撒欢儿：和小伙伴们一起玩耍，在邻居阿姨家美餐一顿，跟着背吉他的哥哥姐姐们一起唱快乐的歌、跳新潮的舞，再把学来的迪斯科教给热爱跳舞的长辈们。注重大方向的把控，同时给我充沛的自由空间，就是爸爸妈妈对我的管理模式，我的生活因此不像很多人想象的那样乏味得只剩下练习，而是充满了幸福感。经年以后我才领悟到，这种幸福感不断烙在心中，沉淀成我天性

中厚重不可分的一部分，赋予我自主产出幸福感的能力：用爱与美去看待这个世界。

父母的这种爱与美的教育当然不仅仅体现在他们的放养模式上，还凸显在不言自明的家庭氛围里。爸爸妈妈是院子里出了名的模范夫妻，他们彼此之间的信任和爱护，在我身上演化为无微不至的陪伴和全然的尊重，这对于少不更事的我是最好的言传身教。记忆中，爸爸妈妈总是会找来一些老一辈艺术家演奏古典音乐的黑白影像，陪着我一块儿看。父母人缘极好，结交甚广，我们家时不时就有爱好文艺的叔叔阿姨三五结伴雅聚。我这个父母眼中独立的小人儿，也总是能在这样的聚会中扮演一点角色，比如来一场小小的个人演奏会，又比如和父母的友人们一起围坐在电视机前看外国老电影。如果离开这么开明而充满爱的环境，这些滋养了我艺术细胞乃至整个心灵的美好事物，都是不可想象的。

父母用他们的肩膀为我搭起了一座瞭望台，让我发现美、看到美。这在我成长的过程中变成我的底气，让我心怀善意去乐观地看待世界，从而拥有更强大的韧性和更坚定的信念。这种对美好的追求所能带来的巨大原动力，也毫无保留地展现在他们的豁达和坚强之中：就好比他们从小教育我，眼泪并不能解决问题，要有独立思考的能力和跨越坎坷的信心；就好比引导和支持我一步步走上学艺之路，在面对许多的质疑和不看好时，他们始终如一的态度——想好了就去做，没有什么克服不了的困难；就好比谈及我的事业时，他们一贯的心明眼亮——你要做的是用你的音乐给世界留下一点有价值的东西。我小有所成之时，有人说我是“火车跑出来的冠军”，我却认为我是一个“被爱堆出来的冠军”。那12个小时的奔波，不单单是一场技艺磨练之行，更是一场净化之旅：父母用沉甸甸的爱，涤荡掉我所有的不情愿、不耐烦，继续把美装在心中。那趟哐啷哐啷的绿皮车，用上百个12个小时串起了一条通向我内心的路，只愿它一直开下去，如果可以，也通过我开到他人的心中。

责编 / 孔德



孙颖迪

上海音乐学院副教授，青年钢琴演奏家，是第一位在李斯特国际钢琴大赛上夺得金奖的中国钢琴家。因对李斯特作品的出色演绎而被西方主流媒体称赞为“原色李斯特”。



平平淡淡才是真

口述/孙颖迪 整理/冯静

问：小时候有哪些特别开心的时刻？

答：琴童的孩提时代没有太多关于玩耍的记忆。

每次面对这样的问题，我都要细想一下，不能即刻作答。从三岁半开始接受专业的音乐启蒙教育，到进入上海音乐学院附小，真正科班出身的我，与小伙伴们快乐玩耍的时间是少之又少。练琴需要童子功，需要寒暑功，很早便是年中无休的状态。每年除夕，父母大扫除收拾屋子，我则必先把琴练完，然后一家人才团坐吃年夜饭。大年初一早上起床，也必然先得碰碰琴，然后再走亲戚拜年。

我的情况并非个例。

在上世纪80年代早期开始学习西洋古典音乐的这一代琴童，大多数的缘由恐怕都是子承父愿。我祖父新中国成立前在洋行工作，家里有留声机和钢琴。父亲对古典音乐的爱好大概出于此，而父辈未尽的心愿在我身上得以延续。

我的家庭氛围是典型的80年代双职工式。父母白天忙于工作，下班后负责监督我的学业。父亲的威仪很大，参与我的学琴相对较多。那个年代学琴的孩子少有不挨打的，棍棒教育虽然现在不提倡，但在学一门手艺这方面，我认为仍是特别行之有效的。孩子的天性喜欢玩，人的天性喜欢偷懒，没有棍棒相逼，很难特别自觉地练习。

十多年前在上海音乐学院任教后，我接触了许多学生和家長。如今的家庭教育越来越提倡民主与沟通，但是肯下苦功，尤其像我们那时肯真的冬练三九夏练三伏的孩子，却渐少起来。这不得不说是—种引人深思的现象。

相比出生在音乐世家的孩子，我的习琴之路虽然没走什么岔道，但也没有任何近水楼台的便利。隔行如隔山，父亲陪伴我习琴，如今回想起来也差不多是一个摸着石头过河的经历。家里无人在音乐圈，求师无人引荐，全凭自身实力硬考。

小学时候，参加过两次钢琴比赛。小孩子的天真无邪与竞争意识并存，越想赢则越急躁，结果头一次比赛进了决赛却发挥不佳，一个鼓励奖让我失落了好久。第二年卷土重来，收获第二名，赢得人生中的第一个奖品——一架电子琴。爷爷的额外奖赏在我看来则更具吸引力——两个酷炫的变形金刚。

从三岁半到上音附中的初中阶段，我家里一直用一台英雄牌立式琴，据说这个牌子是当时出口转内销的。十年光景，琴被我弹得骨酥肉烂，不得不换。这架琴被搬走那天，我哭得稀里哗啦。拿出相机拍照留念，后来还老向收琴的琴行打听这台琴的下落。前几年我还在感叹，莫道老去新来换，唯有旧物最温存。

作为地道的上海小孩，便可不必如一些外地同学那样，从小背井离乡到北上广大城市求学。在上音—呆，至今掐指—算，差不多三十来年光景。从附小课余班—路念到研究生及至留校工作，除了父母之外，属上音跟我的缘分最久。当然，在家门口完成学业，也少去了体验思乡的机会。后来虽有去欧洲比赛、游学的经历，但毕竟年岁渐长，已经过了青涩、叛逆的青春期，心境自然不是少年人—般。

如果想要打听父母在我习琴路上有什么戏剧性的指导和陪伴，我想读者难免失望：漫长习琴路上真正的主题，是年复—年的坚持、默守。在和同伴的竞争中起起落落，现在看来都是不足为外人道的，平平淡淡才是真。聚沙成塔，最需要的是时间、耐性，尊重艺术成长的规律。

顺便说—句，现在我听学生演奏，大多数人的问题是基本不懂音乐是时间的艺术。要么急吼吼，要么为赋新词强说愁，总之缺失自然、朴素、平静。也许和生活方式有关，太追求热闹有时未见得是什么好事。

责编 / 褚慧超



1986年出生于北京。2013年毕业于纽约曼哈顿音乐学院获硕士学位及演奏家文凭，多次在美国卡内基音乐厅举办钢琴独奏音乐会，施坦威艺术家（全球范围），是一位活跃在世界舞台上的新生代杰出钢琴家代表。

三次难忘的对话

口述/田佳鑫 整理/冯静



“我要学钢琴！”

“我要考音乐学院！”

“我想出国，就让我试一次。”

在我的印象中，在音乐学习方面，最为难忘的与父母深入交谈就属这三次。与大多数按部就班就读音乐学院附小、附中，再进入音乐学院的琴童不一样，我从小学到高中选择的都是文化课业十分繁重的重点学校，之后直接考入音乐学院并出国深造。音乐道路也走得比别人更艰辛。在这个过程中，每一次父母都选择支持我的决定，并一直在背后默默地付出。

我的父亲是作曲家，母亲是女高音歌唱家，所以我是在父亲的琴声和母亲的歌声中长大的，耳濡目染，便对家里的那架钢琴产生了好奇。只是每当我试图要坐到钢琴前的时候，父亲都以“这个不适合你玩”为由将我赶走。

三岁的时候，我对父母说：“我要学钢琴！”父母没有立刻答应我，他们说：“我们可以给你找钢琴老师，但如果你有一次课没学好的话，就不能再学了。”

现在回想起来，父母似乎用欲擒故纵之计诱导着我走上了学琴之路。小时候的我从未想过要把钢琴变成以后的事业，所以一直在重点学校读书，从北海幼儿园到黄城根小学到实验中学，再到三十五中学，钢琴只是学习之余的兴趣爱好。

这样的安排也和父母有关，因为他们毕业于音乐学院，知道走这条路到底是什么样的感觉，所以他们更希望暂时把钢琴作为我的课外兴趣来培养，而非未来的职业。他们的选择于我来说是正确的。在漫长的成长过程中，我们并不知道自己未来会成为怎样的人，也不知道我们真正擅长与突出的地方在哪里。在这样的情况下，全面发展对孩子而言显得非常重要。它让我有更多的空间与机会去发掘自己的特长，也可以更从容地选择以后要走的路。而且从小打牢文化课基础，对于我之后的学琴生涯，也确实受益匪浅。

兼顾学业与练琴很辛苦，每天在学校吃完午饭就开始写作业，下午3点放学回家练琴，一直练到晚上9点才吃晚饭，吃完饭还要继续写作业。这样的日子，从初中到高中一直未变。高二那年暑假，我决定考音乐学院，于是有了跟父母之间的第二次对话。

“我要报考音乐学院！”

“你读了这么多年文化课，又有60分钢琴特长加分，现在转而要去跟音乐附中的学生竞争，没有必要冒这样的风险。”

父母起初虽然反对，但我认定了一件事就一定要完成，十头牛都拉不回。

那段时间父母给了我莫大的支持。因为不想出去补课，就由父亲担任我的老师，他买了一堆音乐理论复习考试的课本、教材。白天我要上学，父亲就自己看这些书，将其中的难点要点一一摘录总结下来。等我晚上回家，他再一点一点地将这些归纳好的知识方法教给我。就这样日日夜夜奋战，每天的睡觉时间只有短短的三个小时，却还是坚持了下来。

大四毕业的时候我想出国，我告诉父母：“我想出国学音乐。”

“那就去吧。”

这一次，父母直接同意了。我一个人踏上了出国考学之路。当时考上曼哈顿音乐学院问题不大，但是因为沒有提前联系，可能无法获得奖学金。我将选择权交给了父母。他们没有犹豫，只回答我一个字：“去！”从事音乐的父母懂得学校的选择关系到我未来的发展，明白这个机遇对于想要成为音乐家的我是难得而可贵的。

直到有一天，我在家里发现签有母亲姓名的欠条，才知道父母为了供我去国外学琴付出了多少。在我的印象中，母亲从来都是十分要强的人。我无法想象她为了我所背负的重担，父母对孩子的付出远比我们想的要多得多，而我唯一能做的只有尽我最大努力，学成归来。在机场和父母分别的那一刻，我明白从今往后的路只能靠我自己了，而所有的未来都握在我的手中。

国外的学习氛围特别浓郁，我自然不甘落后。白天，大部分时间都在练琴，饿了就吃一些学校提供的小零食。晚上回到家饿到不行，煮袋挂面，拌点芝麻酱和老干妈，就是这一天的主餐。如果能吃上一包辛拉面，都算是奢侈的，调料还得分成两顿吃，偶尔加个鸡蛋补充营养，真的是感觉无比幸福。那段时间，我在国外过得很辛苦。不用说也知道，父母在国内也顶着巨大的压力。我们一家三口仿佛有默契似的，聊天的时候从来不说这些艰难事，而是举重若轻地聊一些轻松的话题。

我的父母最初并不愿让我过早地选定走上专业音乐的道路，一直让我尽可能地全面发展。知识水平决定着一个人的素养和视野，而博采众长，也是我能够迅速成长的原因之一。从音乐世家出生到真正走上音乐之路，父母没有给我严苛的训导，而是让我自己去选择、去坚持，并给予我莫大的支持。不管这条路有多么艰难，我知道自己一定会用最初对待钢琴的这份热爱坚持下去。

责编 / 褚慧超



李飏

打击乐演奏家、指挥家。1982年进入中央音乐学院附中学习打击乐器，毕业后进入莫斯科柴科夫斯基国立音乐学院、慕尼黑国立音乐学院深造。2003年成为中央音乐学院打击乐教授，2006年被柏林汉斯-埃斯勒国立音乐学院聘为打击乐教授，2014年被聘为中国歌剧舞剧院交响乐团艺术总监。



坚持比热爱更重要

口述/李彪 整理/曹颖

家庭教育的重要性不言而喻，在我的人生中，最使我受益的也是父母的教育，他们用自己的言行教会我很多至今都值得坚守的品质，诸如诚实、努力、踏实……尤其在音乐的道路上，父亲用他的自行车教给我的坚持二字，至今仍然刻在我的字典里。

我并非出生于音乐世家，学习音乐是一件再偶然不过的事。五岁那年，父母送我去南京小红花艺术团，原本是打算让我学习舞蹈，但我却阴差阳错地进了乐队，学起了木琴。其实，除了舞蹈和音乐，当时我也还有其他的选项，比如电影。我小时候演过电影，有人建议我走这条路，但那时候自己小，不知道应该选择什么，父母看到了我在音乐方面的天赋，坚持让我学习音乐，而且一直坚持到了今天。

40多年前，学习音乐并非一件轻而易举的事情，不是说在技术上的学习有难度，而是从物质方面说，那是一件奢侈的事，尤其是要在这条路上一直坚持下来。现在大部分家庭的条件都能够支持孩子学一件乐器了，有的则是孩子想学什么都试一试，钢琴、小提琴、吉他，很多种一起学。但在我那个年代，当时一架木琴的售价就要好几百元钱，这对于一个月收入不过百元的家庭来说实在是难以承受。但是，他们也没有因此中断我的学琴之路，反而创造一切条件让我学琴。家里没有琴，周末放假的时候不能练习，父亲就和老师打了招呼，让老师同意他每周末的时候把琴从学校借回家。

每到了周五放学的时候，父亲都会骑着他那辆已经有了年岁的自行车来学校，只是他要载回家的不是我，而是学校的那架木琴。在那个轿车专属于极少数人的年代，自行车是父亲唯一的也

很宝贝的代步工具。现在回忆起来，我满脑海都是这样的画面：夕阳下，父亲推着他那辆已经略显破旧的自行车缓慢地走着，背挺得笔直笔直，矮小的我紧紧跟随在他的身旁，有时候会同父亲兴奋地讲起这一周在学校发生的趣事，有时候会因为考试没考好而沉默地一言不发，而那架木琴自始至终都安静地放在父亲自行车的后座上。记忆中，那条从学校回家的路并不长，但现在想起，它似乎又是那么那么漫长，春去秋来，寒来暑往，唯有父亲的自行车风雨无阻。

父亲的辛苦他自己不说，我看在眼里，转化为自己学琴的动力。他的行动让我看到了坚持的精神，我想在音乐的道路上，我最该感谢的就是父母，如果没有他们始终如一的坚持和支持，我今天走的或许是另外一条路。这种坚持不是嘴上说说，而是父亲用自行车载着木琴走过的一个又一个365天。父母常说，世界上比你有才华的人很多，如何才能脱颖而出？只有坚持。正是这种精神，一直激励着我日后对于音乐事业的坚持，永保不懈努力的状态。

在我看来，对于从事音乐的人而言，除了才能之外，其实坚持的精神是更为可贵的，可以说，事业能否成功某种程度上取决于个人能否坚持。在别人看来，音乐人在舞台上光彩鲜亮的，但是台下长期的积淀和积累的事实却往往被忽略。如今，我已身为人师，在课堂上，我对学生嘱咐最多的一句话就是：投身音乐，坚持比热爱更重要。

责编/孔德



刘恒

青年打击乐演奏家，
国家大剧院管弦乐团打击乐声部长。

12字成为人生箴言

口述/刘恒 整理/冯静

我的父母是音乐教育从业者，跟很多音乐神童以练琴为主的童年不一样，我在童年阶段持之以恒做的事有点让人出乎意料——擦茶几。记得小时候一家人在茶几上吃饭、喝茶，我长到比茶几高出二十来公分的时候，擦茶几是我每天必做的功课。长期的实践中，我总结出很多擦茶几的心得：如果大家刚吃完饭，茶几上一般油渍会比较多，需要先把茶杯里的茶水倒出来一点儿，用茶水擦一遍去除油腻，再用半干的抹布擦一遍，最后用全干的抹布擦一遍，茶几会光洁如新；如果是刚喝完茶，直接用全干的干净抹布擦一遍就行。

后来慢慢长大了，除了擦茶几，我还承担了饭后收拾碗筷的家务。从小到大这么勤于做家务，父母并不是为了把我培养成家庭煮夫，而是为了提升我对家庭的参与感。我一直感觉自己生活在一个集体中，意识到自己需要对集体有所贡献，自己的行为要对集体负责。小到一个家庭，大到后来的班级、工作单位，再到带领学生出国比赛时心里萌发出来的国家荣誉感，这种集体责任感督促我做好每一件事。

身为老师，父母习惯通过言传身教让我养成良好的习惯和品行。爸爸对我的教育并不严厉，妈妈则在生活、学习上抓得很紧，一张一弛中，养成了我做事严谨的习惯。记得上小学的时候，有一次考试因为粗心做错了几道题，妈妈很着急地数落了我一顿，爸爸倒是什么都没说。那时候家里有一个记事本，用来记一些杂事，用完一张撕一张。那天我以为暴风雨已经过去了，还在暗自庆幸时，发现爸爸不知道什么时候在记事本上写了几个大字：“点点滴滴做事，认认真真做人。”这12个字从那时起就烙刻在我的心里，至今我还记着。无论是当年读书，还是现在工作，我都以这12字要求自己，从一个男孩慢慢成长为一个男子汉。爸爸这

么要求我，也这么要求自己和自己的学生。我后来慢慢知道，爸爸的很多学生在教自己的学生时，也经常以这12字作为做人做事的准则。

成长的过程中，爸爸妈妈对我的教育并不刻板，可以说跟很多从小学艺术的孩子相比，有很大的自由空间，但也从来不给我出格的机会。我现在还记得上小学时的时间表，放学后到6点之间写作业，之后半小时吃晚饭，晚饭后有一会儿自由活动的时间。7点准时开始练琴，练到8点钟可以看电视，看半小时，就开始收拾书包、准备明天上课要用的书本，把红领巾挂好，晚上9点准时上床睡觉。第二天起床后，自己冲奶粉，里面添上几勺高乐高，吃完后早晨7点出门去上学。三年级以后，我就跟小朋友一起上下学，不需要父母接送。这种有规律的生活，让我从小就有独立、自律的意识，但是我从来不觉得不自在。我的成长也很顺，没有经历过大的意外。

从小到大，我记得被父母打过三次。第一次是幼儿园的时候，我在楼下小水池边舀水玩，父亲怕我掉进去，一把抱回我就是一顿打；第二次是因为说谎，具体情况早已不记得了，直接影响是直到现在我都说不出任何违心的话；第三次是因为考试粗心。

中考的时候，我以第一名的成绩考上重点高中。父母在学业、生活上对我要求很严谨，这也成为我在音乐创作上的习惯，先一丝不苟地完成，之后再谈激情和自由发挥。我想，以后我有了孩子，也应该像父母教我一样，让孩子首先有责任感，做事一丝不苟，在人生每个阶段做好自己的事，对自己负责，也对周围的人负责。

责编 / 褚慧超



吴蛮

出生于浙江杭州。中国第一位琵琶硕士，曾五次获得格莱美奖提名。

平衡事业与家庭

口述/吴蛮 整理/冯静



我出生在杭州，在离西湖不远的杭州美术学院的大院里长大，很多艺术团体的艺术家们都住在这个大院里。我从小就听着院子里的京剧唱腔长大，耳濡目染接触了诸多艺术门类。

爸爸亦有心栽培我，常常带我去听老先生弹古琴，去灵隐寺看古建筑格局，教我背白居易的《琵琶行》。其实当时我几乎不理解“大珠小珠落玉盘”的含义，爸爸就逐字逐句解释给我听，有的地方当时听懂了，有的地方却还是不明白。半懂不懂之间，我还是按爸爸的要求熟练背下了《琵琶行》，如今也是张口即能诵来。至于其中的意境，早在不知不觉间刻在了孩提的记忆里。

爸爸是画家，工作时间相对自由，在家与我和弟弟相处的时间比较多。妈妈是幼儿教师，白天几乎很少在家。严厉的爸爸和温柔的妈妈永远一个唱红脸，一个唱白脸，配合得极好。

我小时候贪玩，功课没做完，琵琶没练好，就迫不及待溜到院子里跳皮筋。被爸爸发现后免不了厉声责罚，我难过得大哭不止，一心盼着妈妈赶紧下班回来，好跟她哭诉求安慰。总算把妈妈盼到家，没想到妈妈完全站在爸爸这边，批评我做得不。我当时失落极了。类似的事情又发生了几次，我彻底明白，犯错挨批是没办法从妈妈这儿得到抚慰的，还是自己把事情做好比较重要。

很久之后，跟妈妈聊起小时候的过往才得知，当时妈妈看着哭得稀里哗啦的我，其实心疼得不得了。但她很好地控制住情绪，完全没在我面前表露出来。我不在他们旁边的时候，妈妈就跟爸爸商量，以后孩子犯了错误尽量不要体罚，还是要耐心引导。但是当着我的面，妈妈什么也没说。

这种天衣无缝的配合完全镇住了我和弟弟。我们从小就养成了独立的思考和执行习惯，有事情尽量自己解决，犯了错误不去求饶，遇到麻烦不去诉苦。

一路长大，总有叔叔阿姨当着父母的面夸奖我。还是小女孩的时候，大家夸我漂亮、可爱；大一些的时候，又夸我有音乐天分，才华过人。我因为夸奖欣喜的时候，父母总会告诫我，赞扬是一种客气，是叔叔阿姨们在表达对你的喜爱，不要以为自己真

的就这么好了。

如今，我在沸沸扬扬的赞美声中从来不会昏头。大家接受并且喜欢我的音乐，是我工作的一部分，不代表我了不起或者高人一等。这大概是小时候形成的价值观吧。

年少学乐器是十分辛苦的事情，很庆幸我在爸爸的督促下坚持了下来。读小学的时候住校，周末本该回家，我贪玩不愿回去，留在学校跟同学们开开心心丢沙包、玩扑克牌。有一次，我正玩得高兴，抬头一看，爸爸不知什么时候怒气冲冲站在我面前，当着同学的面，把我拎了出去，用自行车载着我和琵琶回到家里。我当时心里那个气啊，可是又不敢反抗，只能老老实实练琴。后来也慢慢养成习惯了，到了周末就回家练琴。直到现在，我的同学们还清楚地记得我当场被爸爸拎走的场面，感慨我爸爸的严厉。

除了父母，家里对我影响最大的人是外婆。外婆是江南女子，出身于书香门第。在女孩普遍要裹小脚的年代，外婆被送去上海教会学校学医。学成回到宁波后，外婆四处帮人看病打针、接生，帮助过数不清的人。印象里，从没见过外婆发脾气。小时候最高兴的事，是夏天在院子里边乘凉边听外婆讲故事——《白蛇传》《田螺姑娘》《聊斋》……我们听着故事，抬头看着天上的星星，虽然听不太懂，依然十分享受。这样安逸的时刻，直到如今回想起来也觉得幸福。

我很崇拜外婆和妈妈这样的女性，既有自己的事业，同时兼顾家庭，很好地将子女抚养长大，教育成才。我同时作为职业音乐家、妻子、母亲，很多时候也很辛苦，但是我一直坚信自己能够做好。

在培养孩子的时候，我像父母当初培养我一样，早早让孩子养成独立自主的习惯和能力。孩子很出色，即将步入长青藤联盟的高校求学。这让我很自豪，尽管我经常不在家，日程繁忙，孩子依然能够凭自己的实力拼搏。父母教给我的，我成功教给了孩子。

责编 / 褚慧超



冯满天

中阮演奏家。1982年参加首届全国民族器乐大赛，获得表演奖。2014年夺得《出彩中国人》第一季“出彩”总冠军。

在成长中补习家教

口述/冯满天 整理/冯静

对不少人来说,家教如同空气和水一样,是自然而然的存在。对我而言,儿时的家教却是缺失的。将近不惑之年的时候,我才在人生经验中慢慢找寻家教二字的含义。

我出生的时候父亲还很年轻,只有25岁。父亲从小家境困难,喜欢音乐却没钱学习,于是在大街上“牵瞎子”,就是跟当时的流浪艺人学习。14岁的时候他进了戏班,在戏班里长大,摸索着学习音乐。在他还没有准备好当父亲的时候,我出生了。

我很小的时候经历了父母离异,后来继母来到我们家,她对我的要求很严厉。那时我特别胆小,对继母很是恐惧。六岁的时候,我就学会了做饭;八岁的时候,我能蒸出全家属楼里最好吃的开花馒头。我会炒菜、洗衣服,会收拾家,并不是我勤快,而是怕挨打。

父亲对家里的琐事并不太上心,也没有给予我过多的关注。童年的家庭生活并不愉快,一起玩耍的小朋友调皮,把树枝塞进别人家门锁的锁孔里,诬陷是我干的。父亲知道后,不分青红皂白就把我打了一顿。类似这样的事不在少数,周围的小朋友闯祸后,都把责任推到我身上,我为此挨了很多顿冤枉打。

虽说年少时的家庭时光算不得美好,但我至今记着小时候看父亲弹琴的样子。那时父亲和继母没时间管我,便把我带到单位。父亲和同事忙他们的,我就呆在一旁,看他们排练、演出,看他们休息时下棋。记得当时的舞台有三道幕帘,我常常和一群被带到剧团里“放羊”的孩子们一起,趴在帘子后面看父母和叔叔阿姨演出,我的音乐启蒙就是在那时开始的。我记得父辈那代音乐人是那么快乐,他们在排练的时候总能产生很多灵感,即便在休息的时候,他们谈论的也还是音乐,比如怎么把乐曲排好。记得有一次,父亲所在的小乐队排练《塞北的雪》,第一遍大家熟悉乐谱,第二遍的时候,乐曲仿佛有了生命,前奏由轻盈慢慢变得欢快,就像下雪的时候,一开始还是小雪花,后来便是纷纷扬扬的大雪。这种初始的体验很自然地融入到音乐中,成为我对音乐

最初最鲜活的记忆。

也许是因为音乐对我的触动,也许是因为那时的家庭生活太不幸福,我在年少时曾拼命练琴,盼着早点离开这个家。15岁,我开始在中央民族乐团上班。那时的我跟当年的父亲一样,也是一个半大的愣小子。我不知道怎么跟领导交流、如何跟同事相处;不知道别人在想什么,出现了问题怎么应对;甚至到了别人开口批评我的份儿上,我还没弄清楚自己错在哪里。我40多岁的时候,还会像小孩一样骑着楼梯滑下来。从小家庭教育的缺失,让初入社会的我尝了太多苦头。

我很少抱怨我经历的这些事情,随着生活阅历的丰富,慢慢都释然了。当我有了自己孩子的时候,我才明白父母和孩子是天然不可分割的。痛苦是人生的常态,无奈的经历反倒让我对生活更有包容心,学会坦荡接受一切。

在教育孩子的过程中,我自己也在慢慢补习家教,感悟家教的重要性。每个组织结构都有制度和规则,大到国家,小到家庭,家教则是一个民族传承中最微小、最细致的部分,但它的作用是巨大的。我们的民族之所以生命力强大,就来源于千百年来传承的祖训、家风。即便如今我们开始国际化并接纳西方文化,家教家风也不能转基因。

记得小时候,小朋友都在外面疯玩,父亲把我扣在家里练琴。我心里极不满,又不敢明着反抗,就用弓子使劲压琴,发出刺耳的声音。父亲一下子就火了,一把夺过琴摔得粉碎。如今我教儿子练琴,他不愿意练的时候,我尽可能引导他发现琴声的美妙之处。我的儿子是幸运的,在我做好准备的时候,他来到了这个世界。对于他的教育,我只有两个字的要求——真实。教他学琴,我希望他能听到最真实的音乐情感;跟他一起玩、做朋友,我希望听到他内心真实的想法。真实是最好的态度,也许一个人会有百面千面,但是我希望他能一直保持最真实的一面。

责编/褚慧超



沈培艺

舞蹈表演艺术家，中央
戏剧学院舞剧系主任，
培艺艺术基金创始人、
艺术总监。



陪伴让我笃定前行

口述/沈培艺 整理/吕婉婷

我小时候离开父母，和小舅、外婆生活在一起。当时我父母远在广州，在我刚开始学舞蹈的那段时间，小舅和外婆给了我太多的支持，我在舞蹈上取得了成绩，他们比我还开心。若没有他们帮我分担学舞过程中的压力或悲伤，帮我解决学习过程中的种种问题，现在的我不知会是怎样的光景。

当年北京军区战友文工团派招生小组进驻武汉，我所在的红小兵宣传队得到了招生的消息，于是召集了本校舞蹈尖子前去赴考。那几日，我和所有去报考的孩子一样，忐忑而兴奋地做着考试前的准备工作。战友文工团的考场就设在武汉市一所军区大院的礼堂里。记得礼堂的楼梯特别长，刚没上几层，我的两腿突然不听使唤地哆嗦。我的小舅一直带着我，推开紧闭的礼堂大门：“在那儿！”小舅肯定地一指，没多一会儿，我的初试顺利完成。

回家路上，小舅轻快地骑着自行车，嘴里哼唱着“大红枣儿甜又香”，坐在后面的我也快活地跟着唱：“送给那亲人尝一尝……”嘴里唱着给亲人送红枣，心里想着赶紧回家把初试的好消息告诉外婆！

接下来连续两天的复试我轻松过关。小舅回到家又绘声绘色学给外婆听：“这些您都晓得咧。那对这丫头来说，简直是太——容易了啊！她不费吹——灰之力统统通过。搞得那些考试的人高兴得——不得了——呀！”小舅说话得意的表情仿佛通过考试的不是别人正是自己。“那就好！那就好！顺利就好哟！”外婆笑得眼泪都出来了，连连用手巾抹着眼又催着小舅：“快点写信给她妈妈，遭耶（可怜）！巴巴望的（盼着）！快点！快点！”外婆就是这么个急性子，但凡想到的事必须即刻去做，若不然她准憋出高血压！

可是后来将近两个月的时间，军区没有任何消息。我整天围着小舅问通知书为什么还不到。外婆也忍不住来问，一连串的问题推到小舅面前，小舅也无奈地摊开一双只能在琵琶上拨弄乾坤的手：“我哪里晓得咧！别个那么大的部队文工团又不是我能够管的了！”

看着大人们为我的事情争论得脸红脖子粗，我垂头丧气，每天吃不下饭。眼看着我日渐消瘦，外婆和小舅心疼得了不得。一

天外婆拉着我的手说：“你莫着急，只要看到有喜鹊对着我们屋里窗口叫，就一定会有好消息！”我听话地每天趴在窗口，痴痴地望着喜鹊临到。一天两天过去，不见窗外有任何活物，开始有点失望，外婆提醒：“你祷告呀！”于是我跪在窗下，学着外婆平日里祷告的样子低着头虔诚地轻声吟唱祷文。又过了两天，我正在祷告，忽听得有啾啾鸟鸣从窗外传来，我兴奋地扑向窗口推开玻璃窗，哇！果真是一只好看的喜鹊正对着我欢快地唱歌呢！我高声喊：“外婆快来看呀，喜鹊！喜鹊！它冲我叫了！”外婆一溜儿小跑过来，问：“在哪里？”我指出窗外：“你看！你看呀！”

不久我便收到军区文工团通知书，告知我条件很好团里准备录取，可因为政审问题，还需耐心等待。又是因为家庭出身，那段时间我觉得自己是多余的人，是没人需要的孩子。小舅和外婆小心劝我，要相信自己。我不想让小舅和外婆为难，但我实在想不明白跳舞需要什么家庭出身，一次次追问，得到的总是沉默和叹息。

好在后来政策变了，我得到了考取北京舞蹈学院的机会，小舅又开始为了我的事情忙碌起来。是等战友文工团的消息还是北上赴考，小舅觉得有点伤脑筋，经过多番打探，他的心里基本有了眉目，当夜给我妈妈写了一封信——为了培艺的前途，这次北舞考试，一定要参加，因为这次舞校是招11至13岁的孩子，而培艺已经12岁多了，只有这个机会，到了明年她的年龄就过了。

小舅一面安慰苦等战友团消息的我，一面忙着筹款，准备随时上京赴考。就在那个夏天，舅妈和外婆把我和小舅送上了远行的列车，小舅身背着琵琶，怀揣着凑来的200元钱，带着全家人的希冀，牵着我的手匆匆奔赴北上的路。这一走，也决定了我一生的道路。

我不会忘记小舅和外婆为我折腾的那段岁月。他们给予了我无私的爱，如果没有他们的陪伴与支持，我可能无法度过当初那段落寞的等待。也正是他们在风雨飘摇中的笃定和付出，让我拥有了追梦的机会，更让我懂得了坚持二字的分量，并终生践行。

责编/曹真真

A portrait of Liu Yan, a Chinese dancer, smiling and looking upwards. She is wearing a black and white patterned sleeveless top with a gold watch and a ring. The background is a blurred indoor setting with warm lights.

刘岩

北京舞蹈学院教授，青年舞蹈家，本科毕业于北京舞蹈学院古典舞系，2013年获中国艺术研究院舞蹈学专业博士学位。

当我想起他

文/刘岩



他是个胖胖的人，憨态可掬，不仅是样子，骨子里也是。他是个乐乐的人，和蔼可亲，不仅对家人、朋友，对与他有不同意见的人也是。他是个暖暖的人，无论生活中遇到怎样的事与人，他都温暖如春地去面对，去解决。他是个静静的人，从不会因为遇到所谓的困难乱了方寸，永远有条不紊地让事情平稳过渡。在我与他相处的这34年岁月中，他一直影响着我，从未以一个长者的姿态教育我，让我记得什么是一定要去做，但是他所有的言行却深深地流淌在我的生命里，太多点滴让我记忆犹新。

我儿时在内蒙呼和浩特市长大，直至11岁来到北京学习、生活。在北京舞蹈学院学习那十年的岁月里，苦、辣、酸、甜……舞者无法逃离的生活方式，是在那时养成的。每日对自己身体肌肉、平衡、移动的各种训练是常人不知的一种枯燥，而每每在舞台上的我们却表现出另外一种样子，这可能是起初他不想让我成为舞者的原因。可是这原因又在我的观念中发生变化，是从和他的交流中得来的。

在北京舞蹈学院附中学习的日子，我与其他五位女生住在一个宿舍，六个人簇拥在一间几十平米的屋子里，小小年龄的我几乎在每个晚上临睡前都会躲在自己床铺的蚊帐里哭肿了眼睛。想内蒙古的家，想他、她，或许仅是因为白天课堂上受到老师的责骂而委屈地落泪，或许没有任何原因，只是想念。那是1993年，他每周上六天班，周六下午下班从单位直奔车站，坐大巴车来北京。晚上上车，一早到北京，时间是周日早上7点多。他从车站直接来到北京舞蹈学院宿舍的门口，到达的时间一般都是8点多一点。因为是女生宿舍他进不来，我会被楼管阿姨告知有人在楼口等我时，我如同一只奔跑在山间的小鹿，蹦蹦跳跳地穿过楼道奔向他。那个胖胖、乐乐、暖暖、静静的他。这如同小鹿一样的奔跑，发生在我于北京舞蹈学院附中六年学习的每一个周日的早晨时光里。想起他在楼道口等我的样子，真是美好，我永远也忘不了每次奔向他时，清晰地看到他嘴角的笑。

每个周日，他都是早上8点到，下午4点就得离开到车站坐车回呼市，以便周一一早可以直接去上班。这六年，这每一个短暂的周日，让我深深地理解了爱的另外一种方式。而在六年间每个周日的八小时相处时光里，他很少问起我学习舞蹈的专业性问题，起初我以为他学法律的缘故不关心艺术，后来才知道他不问是源于对我的信任。他说我很像他，是个努力的孩子。他不问我是想给我任何压力，而是让我自己去认知、感受舞蹈本身。而这是他认为在我学习舞蹈过程中他能给予我的方式。于是，每个周日他都会与我谈谈文学、历史、地理、人文诸如此类的话题。

此刻想想那与他在一起的美好时光是与课堂不同的一种学习交流方式。在我读大学时，他告诉我，不想让我成为舞者的原因，是担心学习舞蹈让我变成仅仅是追求身体修饰美丽的一个女子，而他认为作为人，拥有这个是远远不够的。所以他在那六年的每个周日，都会来到我身边，希望带给我在那所学校学习不到的部分，他认为这是他给予我的，我想，他做到了。

时光总是让人感知美好，同时带着淡淡的忧伤。他60岁生日那天，北京很冷，我们一家三口晚餐时间在一起举杯为他庆生。那晚他说谢谢我为他准备了他最喜欢的白葡萄酒，我们举杯，他说：“女儿，感谢你今天的安排。爸爸今天很高兴，我们一家人可以一起吃晚饭。爸爸没有下一个甲子了，这个甲子我们一起好好地过，这第一杯酒爸爸干了。”我饮了一口，那白葡萄酒的甘甜顺着我的食道流淌，如同时光的经过。在我父亲甲子生日的那个时刻，那一刻即永恒。那晚我们一家人很开心，谈起很多父母亲年轻时的往事，脸上洋溢着温暖的笑。作为他们的女儿，每一个笑的瞬间都是我感知幸福的时刻。

当我想起他——我的父亲，我总是会变得柔软而坚强。

责编 / 曹真真



刘岩与父亲



王启敏

国家一级演员，中国国家芭蕾舞团首席演员。2003年文化部特批其越级破格晋升为国家一级演员，2006年晋升为中芭首席主演。



命若琴弦

口述/王启敏 整理/吕婉婷

“人的命就像这琴弦，拉紧了才能弹好，弹好了就够了。”经历了人生的大起大落，史铁生在《命若琴弦》一书中，写下了这句心得。人的一辈子杂糅了太多外界施加的无奈与痛苦，只有绷紧心中的琴弦，以要强的姿态拒绝低头，才能活出精彩的人生。我的母亲就是这样一个人。

母亲的大半生一直像一根绷紧的琴弦。她从小身体就不大好，小病接连不断，年轻的时候得过心肌炎。作为最小的孩子，她还要负责照顾家中的老人。为了补贴家用，她很早就开始工作，身体不好却做着非常消耗体力的重活儿——机床、搬砖，这些男孩子们都吃不消的体力活，她做得比他们都好。我出生以后，母亲为了我付出了很多。心肌炎虽然治愈了，却容易劳累，为了更好地照顾我，她从单位很早就病退了。

母亲深知身体不好的痛苦，很小就送我去学舞蹈、学游泳锻炼身体。我所在的游泳学校采用封闭式管理，母亲认为早早锻炼一下自理能力挺好的。我并不喜欢学游泳，但看到母亲做事的劳累与坚持，我也会尽力去学习。要强可能是我们家族的基因，我不想让别人以为我偷懒，没有认真学。

后来，因为我实在对游泳没兴趣，母亲不再要求我继续学习，舞蹈则一直坚持了下来。十岁那年，北京舞蹈学院来重庆招生，我被录取了，之后便来到了北京。刚到学校时，因为太想家，我跟母亲吵嚷着要回家，还偷偷把被子寄了回去。母亲拗不过我，让我先回来。回家后她劝我要坚持，机会来之不易，加上学校老师寄了一封信劝我回去，我才下定决心要好好学下去。

在那个年代，大多数家庭的经济状况都不是很好，为了让我在北京读书，母亲和家里的亲戚做着糖果批发的小生意，父亲上班的同时靠修家电为我赚学费。

有一年我们学校排《天鹅湖》，母亲从老家四川来北京看我演出。我看到她脸是肿的，别人都以为她胖了。她什么也没有说，只叫好好排练，不用担心家里。后来我才知道，她脸部的浮肿是因为心脏不好，她不肯跟我说，是怕影响我排练。

1999年毕业后我进入中国国家芭蕾舞团工作。进团不久后，母亲打电话告诉我她和父亲要到山里去度假，山里信号不好，有

一段时间不会给我打电话。我信以为然，专心自己的工作。直到假期快回家之前，母亲才告诉我真相；原来父亲得了鼻咽癌。

回家之前，我做好了心理准备，见到母亲时，她依然是往日镇定的模样。但我能感受到为了不让我担心，母亲在故作坚强。那会儿照顾我父亲的只有母亲一人，所有的事情，不管多苦多累，全是她自己一力承担。

2004年我父亲病逝，我把母亲接到北京和我一起生活。北京的天气干燥，对心脏好。她也开始锻炼，身体日渐好了起来。我跟母亲的性格像一个模子里刻出来的，以前自己在外，对家里向来报喜不报忧，现在住一起了，想瞒也瞒不住了。2013年我膝盖受了伤，膝盖前十字韧带断了，半月板撕裂。我表情轻松地对母亲说没事儿，需要手术治疗歇一段儿时间。我母亲很担心，劝我别跳了，但是我坚持到康复中心训练希望早日重回舞台，母亲也就默默支持我了，每天给我炖各种牛筋猪蹄类的补品。

母亲不是善于用言语表达自己感情的人，现在每天照顾我和丈夫的饮食起居，每天回家我们都能吃上热腾腾的饭菜。四川人很会做饭，母亲的家常菜一点都不油腻，非常好吃，一粥一饭、一菜一汤，满满是爱与幸福的滋味。

责编/曹真真



王启敏与妈妈

刘茜

毕业于辽宁芭蕾舞团附属舞蹈学校并留团任主要演员，在此期间获得过首尔国际芭蕾舞大赛特别大奖及英国皇家芭蕾舞学院奖学金、日本东京国际芭蕾舞大赛金奖、第五届 CCTV 舞蹈大赛金奖。现任荷兰国家芭蕾舞团主要演员并获得舞团终身合同。



远走的背影

口述/刘茜 整理/吕婧婷 江渺

我在芭蕾这条路上走到今天，与妈妈严格的教育密不可分。从九岁开始，我不是在外地学习就是在各地演出，妈妈都尽其所能陪伴我，可短暂的相聚意味分开在即，我无法忘记每一次与妈妈分开时她离去的背影。

第一次别离是九岁那年，我头一次离开家，远赴辽宁学习芭蕾。妈妈非常热爱艺术，从小让我学习舞蹈。当时我身体柔韧性很差，每次练软功都要承受巨大的疼痛。我曾经在去学舞的路上蹲在马路边哭，妈妈蹲下来跟我说：“茜茜，累了是吗？走，咱不练了去玩儿。”虽然妈妈对我的要求很严格，但在这时候她从来不会逼我。一次偶然的机会，妈妈带我去看辽宁芭蕾舞团《二泉映月》的演出，看完后我们在后台见到当时辽芭的团长，妈妈问团长我是不是可以学芭蕾。团长看看我的腿又看了看我的脚，说：“这孩子我要了。”就这样，妈妈用了两天的准备时间，带着我从河南郑州飞到了1000多公里外的辽宁芭蕾舞团附属舞蹈学校。芭蕾于我，还只是好奇，然而在我的好奇心还没有消除的时候，妈妈只给我留下了一句话，就走了。我眼巴巴地看着她离去的背影，默默地记住了她说的话：“你没有退路了，好好练功。”

在学校，枯燥的训练曾让我萌生退意，但一想到妈妈为了我付出了那么多，牺牲所有闲暇时间陪伴我学习，我又有了坚持下去的动力。虽然不在一起，妈妈仍然一直关心我的学习，一有时间就会飞到沈阳陪我练功，还买了好多芭蕾舞剧的碟片，寄到学校让我看。

毕业后我如愿进入辽宁芭蕾舞团，逐渐有了一些成绩。只要我在国内演出，妈妈场场必到。2009年我代表辽芭参加央视芭蕾舞电视比赛，我没有足够的排练时间。当时我精神高度紧张，跟妈妈说不要给我打电话，也没有叫妈妈来看我的比赛。可是，当我比赛结束，在后台接受采访时，看见妈妈在人群中向我走来，紧绷的神经立马松了下来，我忍不住哭了。后来我才知道，妈妈因为担心我，每天都会给我的舞伴打电话。她知道我状态不好，比赛前一天她紧张得一晚没睡，那天她在家纠结了很久，临时决定来看我比赛，差一分钟就赶不上最后一班火车。比赛结束后，

因为第二天还有工作，她又坐着当晚的火车回家了。现在想起她当时离去的背影，鼻子还会忍不住发酸。

三年后的春节，妈妈说想出国看看，我们想到了荷兰。我看过荷兰国家芭蕾舞团的演出，想去亲身感受一下世界级舞团的氛围。让我没想到的是，妈妈在网上看到荷兰国家芭蕾舞团正在面向全球招聘演员的消息，立马帮我报名投了简历。九岁那年的场景再度重现，只不过这次妈妈把22岁的我送到了10000多公里以外的欧洲。妈妈一直都是一个胆大敢为的人，我目前为止最重要的两次人生结点，都是妈妈帮我做的决定。

让我没想到的是，一次旅游让我以专业第一的成绩在全球600名舞者中脱颖而出考进了荷兰国家芭蕾舞团。我们回家准备了半年，妈妈陪我度过了在荷兰工作的第一个月。当时我们都不会英语，妈妈拿着小翻译机，把想说的话翻译出来，写在纸条上跟人交流。她帮我购置生活用品，每天送我上班，接我下班。一个月的时间转瞬即逝，而妈妈最多只能请一个月的假，她要回国了。

分开那天，我忍不住大哭大闹，哭着不让妈妈走。妈妈拗不过我，对我说：“那你跟我一起回家吧。”我当时就愣住了，脑海再度想起妈妈以前说过的话：从你选择走这一条路开始，你就再也不能回头了。我不再吱声，帮她叫了一辆出租车，让她自己走，我不敢去送她。妈妈提着行李下了楼，我偷偷趴在窗台上，透过窗帘的缝隙望着她的背影，她把行李拿到车上，回头看了看我住的小楼，对视的一刻我再也忍不住自己的泪水。

我明白我已经长大，面前有一条需要我自己去闯的道路，异国的寂寞、独行的酸楚，我都要一人承担。我自始至终都非常感谢我的妈妈，感谢她送我离家学习舞蹈，感谢她送我到国外更广阔的天地，感谢她在我最脆弱的时候用她无私的爱包容我体贴我。虽然我们只能微信电话联系，虽然我们聚少离多，但我始终感觉妈妈与我的距离并不遥远。她远走的背影，给了我坚强的勇气；她的一颦一笑，永远是我温柔的牵挂。

责编/曹真真



焦洋

辽宁芭蕾舞团副团长、首席演员，国家一级演员。曾在加拿大皇家芭蕾舞团、德国慕尼黑国家芭蕾舞团担任客席主演，荣获美国加州政府颁发的芭蕾舞个人成就奖。在第四届日本名古屋国际芭蕾舞比赛中，焦洋在25个国家300多名选手的激烈竞争中夺得唯一金牌，被国内外观众称为亚洲飞人。

爷爷的家书

口述/焦洋 整理/廖瑞

小时候翻看爸爸藏书的时候，发现书中夹着一封发黄的信，我抱着好奇的心情偷偷瞧了一眼。原来是爷爷写给爸爸的信，内容也就是鼓励他努力学习、感恩知足之类。我还以为是啥小秘密呢！我失望地夹回书中。

从小我就顽皮淘气，爸妈为我将来学什么实在是愁坏了，巧合的是十岁的时候我陪同一位儿时的小伙伴去沈阳艺术学校考试，没想到歪打正着，艺校的校长看中了只为旅游的我，真是上天注定。还好跳舞正是我喜欢的事，兴趣就是最好的老师。在艺校习舞两年多后，一次偶然的机会又降临在我的身上——被当时辽宁芭蕾舞团团长王训益先生看中，转而又转入辽芭附属舞蹈学校学习。在舞蹈学校一呆就是几年，团里为锻炼新人，为我报了第七届美国杰克逊国际芭蕾舞大赛。由于平时的锻炼扎实，临场发挥也比较好，我幸运地拿到了少年组铜奖。

初次在国际大赛上拿奖，可把我父母高兴坏了，同时也为我终于有定性学习一样东西而安心。没想到，好运接踵而至。美国国家芭蕾舞剧院看中了，邀请我加盟。对于年纪还小的我来说，能有机会加入国际大团，这是多好的机会啊。我迫不及待地跑回家向父母报告这个好消息。

没想到父亲竟然狠狠地骂了我一顿：“我一直希望你开心快乐，所以你走的路都随你的兴趣。但是，做人是一个人的根本。你爷爷从小就教育我人不能忘本，要懂得感恩，后来我一直照着你爷爷的话做。我们家的家风就是要懂得感恩，这样人才能走得长远。现在的舞团无私地培养了，只要你自己努力，不去国外的舞团也一样有发展。”父亲的一席话羞得我面红耳赤，想起小时候偷看过的爷爷写的信，我霎时明白了自己的想法太自私。于是我坚定地说：“爸，您放心吧，我知道怎么做了。”谢绝了国外舞团，返回了练功房，我从此投入到更加紧张的训练之中。

后来我的舞伴王韵得知了我的事，惋惜地问：“这是多少人

求之不得的机会，你为什么不去？多可惜啊！”我坦然地用父亲对我的教诲回答：“辽芭培养了我多年，我不能对不起辽芭！”

事实证明，父亲的预言是正确的，我并没有因为放弃国外的机会而错失良机。谢绝国外舞团后，凭着对自己更加严格的要求及对辽芭的责任感，我变得更加勤奋努力，别人练五小时，我可以练十小时，别人练一天，我可以练三天。在后来的几次国际比赛中，终于我用自己的努力和成绩给了辽芭和自己一个交代。

这一留，原来只出于尊重自己内心的情感而留，但事实上却给我带来了更大的幸运。2011年，我与舞伴王韵被舞团选派到加拿大皇家芭蕾舞团担任客席主演，学习了许多国外的优秀编舞及舞蹈表现技巧，很幸运地给了自己一个提升的机会。在加拿大的时候，我偶然看新闻了解到我最好的朋友吕萌发生了意外，因为训练过度而腰椎压缩性骨折，却一直挺着病痛继续工作在舞台上。团里不愿让我在国外分心，所以都瞒着我。我心急如焚，吕萌哪能再演出呢，这只会让病情越来越严重。我和吕萌是团里唯一的两个首席男演员，我出国了，吕萌病了，辽芭面临着不小的难题。想起爷爷的家书、父亲的教导，我怎能坐视不管，我决定回去。但曲团长却为我担心：“你与加拿大皇家舞蹈团的合约还剩半年，可不能违约惹上官司。”可我觉得报恩之心都是相同的，外国人一定也懂得家中有难不得不回的心情。

虽然爷爷没有留下什么宝物，但这一封家书却如镇家之宝，让家收获了和睦、幸福。我想爷爷教导爸爸的感恩、有责任心应该由我传承下去，传给我的孩子。而当年惋惜我没有去国外深造的舞伴王韵，也因为我对辽芭的感恩而从此对我更加信任，与我携手共舞，追求家庭及事业的幸福。爷爷的家书，感恩、责任带给我的不仅仅是舞蹈上的成功，更重要的是幸福而深刻的人生。

责编/曹真真

董雪

旅德芭蕾舞者，2002年获巴登州州政府提供的奖学金，赴曼海姆音乐舞蹈学院学习，毕业后，在德国巴登州国立剧院芭蕾舞团任独舞演员，曾主演《仲夏夜之梦》《舞姬》《柴科夫斯基》《安娜·卡列尼娜》等多部舞剧。

剪报册里的舞蹈梦

文/董雷

父母永远是孩子最好的老师，因为他们比任何一位学校的老师陪伴孩子的时间都来得更早也更长，父母的一言一行更是深刻影响着孩子的思维与观念。

我的母亲因为经历了特殊的年代，没能上大学一直是她的遗憾，但她一直热爱学习。在繁忙的工作和繁琐的家务之余，她通过自学获得了会计师证和心理咨询师资格证。在网络不发达的年代，母亲会从报纸杂志把感兴趣的文字、图片资料剪下，整理分类并集成剪报册，涉及的内容丰富，包括文学、艺术、体育、保健、生活等。

在众多的剪报册中，有六本是与舞蹈相关的，里面的内容包括国内外演出信息、舞蹈图片和舞蹈演出的评论。那时我也刚刚接触舞蹈，在网络不发达的年代，是这些剪报册带给我最新的舞蹈资讯。从剪报册里，我看到了国外舞蹈明星在舞台上跳跃、旋转……我一遍遍地翻看，美丽的舞姿、漂亮的服装，给我的童年带来很多乐趣。也许就是从那时起，我开始暗暗在心里告诉自己，我也要像剪报册里的那些舞蹈明星一样，在闪光灯下舞蹈。

随着电子技术的飞速发展，纸质的剪报逐渐淡出了人们的视野，它被更加方便、容量更大的电子文件所取代。如今，我依然珍藏着这些已经泛黄的剪报册，因为一件随手而为的小事，却体现出母亲对我无尽的爱。也正因为这些剪报，我养成了收集、摘抄感兴趣文字的习惯。我会随身带着小本子，记录各类我感兴趣的资讯。

母亲是一位热情开朗、与人和善、坚强勇敢的女性。她退休后加入深圳市义工联，参与义工艺术团的义工组织和管理工作。在她的带领下，深圳市拥抱阳光艺术团成功注册成为社会公益组织。她同时担任这个拥有300余人艺术团的团长和行政总监，带领团员们常年在深圳市康宁医院、监狱、武警部队、地铁、福利院、老人院、助残机构等公益服务基地参与文艺演出以及残友义演等活动。即使是她生前在住院期间，都始终关心着艺术团的工作，与团队的义工们保持沟通，指导工作。她的这种乐于助人、不求回报、无私奉献的精神，深深地影响和鼓舞着我。

记得有一年夏天我回国，母亲带我一起去给艺术团排练，团里的义工们正在准备一场慈善晚会的演出。虽说他们的表演未必专业，水平不是最高，但他们对于公益事业的热诚、乐于服务他人的精神却使他们散发着光芒。排练结束后，我和母亲坐地铁回家，路上，我察觉到母亲有些不舒服，便说：“天气那么热，如果身体不舒服，就别来了。”母亲说：“只要我觉得身体还可以，就来吧。义工们不是专业演员，总归是有些不自信，我来了，他们才放心，才有信心。”那一刻我深深地被母亲为他人着想、无私奉献的精神所感动。母亲虽然离开了，但如今，我也是深圳市义工艺术团的一员，未来我希望可以把母亲乐于助人和对义工活动的热情延续下去，帮助更多有需要的人。

责编/曹真真

舞蹈



侯宏澜

芭蕾表演艺术家。国家一级演员、编舞，曾任法国莱茵芭蕾舞团及中国国家芭蕾舞团首席独舞。

信任所给予的自信

口述/侯宏渊 整理/董梓

作为一个芭蕾舞者，时常会有人问我：当初为何选择芭蕾？回头端望，芭蕾从来就不是父母为我选定的命途，也无谓家庭环境的熏陶。如果按照他们的喜好，或是人生路途上我选择了更加“明智”的选项，我就可能会成为一个画家或者文学家，毕竟较之芭蕾舞者，前两者之于一个女人，恐怕会更为轻松一些，艺术生命也更为长久。但是感谢我的父母，他们从不把自己固有的念想强加给别人。在我小小年纪的时候，在我明显表现出对于舞蹈比之绘画有着更大的兴趣和天赋的时候，他们把选择权充分赋予了我。但也有我对芭蕾生涯产生质疑且险些放弃的时候，他们却也以自己的人生经验表现出更甚于我的相信与笃定，并为之鼓励。我的父母退身为我生命的陪伴者，他们予以我最好的教育，就是充分的信任。

“既已选定，便要坚持！”这是我父母对我生活的唯一嘱托。我出生在一个军人家庭里，在我童年的记忆里，每天叫醒我的并不是梦想，而是军营里的号角。身为军人的父亲严于律己，所予我的坚毅品格，不仅来自于血脉、基因，更多的是身体力行、言传身教。我幼年开始学舞，基本功枯燥、辛苦。小孩子时常偷懒，动作也会不到位，爸爸为了更好地帮助我练习，每次带我去上课后他都会找老师私底下请教。几年下来，下腰、压腿，他竟然也学会了上百个动作。每日清晨，锦江岸边，爸爸陪伴我一起练功的身影，俨然成为了当时的一道风景线。

对于我学习、从事芭蕾事业，我的父母亲也并没有什么所谓的目标感、企图心，不外是觉得孩子喜欢且也算有些许天赋，便放手鼓励我去做了。奇怪的是，在芭蕾之路上我走得忐忑，他们竟比我还笃定。我进入北京舞蹈学院之后，正值青春期，发育的少女不仅个子蹿得猛，体重也一路上涨。当时老师看着我一个劲

地摇头，在尚未练就足够的技术支撑时，我就已经长到了一个不太堪于负荷的身量。我被要求快速减掉20斤，否则芭蕾生涯即可终结。在我近乎被所有人放弃，连自己都质疑自己的时候，是我的妈妈依然坚毅笃定地告诉我：“你不胖，你很美，该怎么生活、练习还是怎么做，一切都会好起来的！”每次伤心、难过之时打电话回去向她诉说，是我此段经历中唯一的精神支柱。慢慢的，在妈妈的鼓励下，我的心理包袱放下了，体重竟也就恢复了正常。在其后很多年里，回望此处芭蕾生涯的关键，倘若当时妈妈也有一丝迟疑，或者宽解于我生活的其他出路与选择，也许我也就放弃了。敢于放手、交付，正是源于信赖，我对妈妈的信赖，也是妈妈对我人生之途的信任。

父母相信我，对我的艺术生涯的鼓励，让我建立起对自己的信心。实际上，我小时候一度被当作很难看的小孩，因为长得四肢细长，一张小脸，又黑又瘦。而当时人们对于幼儿的审美，是白白胖胖、脸如满月、胳膊腿像藕节的，因此我自小从未得到过类似“真可爱啊”的这种夸奖。感谢我的爸爸妈妈，他们从不人云亦云，也没有因为我的瘦小而发过愁，反而一直肯定我、鼓励我，仿佛已经很有把握地知道我未来能成为明星了。我在这样的环境中，能够把别人看不到的优势发挥出来，建立起对自己的信心，也成长为一个善于发现他人优点的人。

爱自己，是自信优雅的来源，是成功胜利的基石，这是我从父母的教育中悟出的生活原则。有时我们对于自己和他人，也应该多一些像我父母如此的自信和信心；你是值得被认可的，你是应该骄傲的。

责编/孔德

王媛媛

北京当代芭蕾舞团团长、艺术总监。曾参加法国国际舞蹈比赛、保加利亚瓦尔纳国际芭蕾舞比赛、美国杰克逊国际芭蕾舞比赛、俄罗斯国际芭蕾舞比赛，成为第一个赢得四次国际最佳编舞大奖的中国编导。代表作《霾》《夜宴》《野草》等。

让孩子在变化中发现自己

口述/王媛媛 整理/吕婉婷 摄/李惠民

我父亲年轻时当过兵，曾经是一名军人，他有很多严谨的生活习惯，因此我们家的气氛也是严肃且严谨的。比如用过的东西必须放回原处，不可以让别人找不到，不可以影响别人，不可以给别人带来麻烦。

严谨的生活作风至今也在影响我。但我们家过于严谨了，所以小时候的记忆都不是特别好，除了挨揍就是挨揍。比如弄脏了家里的地板，打破了植物盆景，都免不了一顿打。

我们那个年代（20世纪70年代）没有太多可以去体验的东西，大多数人只有上学这一条路，家长们很少会去引导或寻找孩子的兴趣。我非常喜欢跳舞，这很难得，所以从一二年级的时候，妈妈每周都会带我去业余班学习跳舞。当时北京办舞蹈业余班的地方不多，只有少年宫和一些舞团在办，所以业余学舞蹈的那段时间，很多舞团、少年宫我都去过。那会儿上课的时候家长不能在教室旁听，所以无论风吹雨打、日晒雨淋，我妈妈都会在外面等我，现在想起来才体会到她当初的辛苦。所幸有她的坚持，我也一直坚持了下来，并将舞蹈作为了我终身的事业。

一个人从孩子到成人成家会有很多改变，也许会选择与自己家长截然不同的教育方式，我觉得这是人自我意识对自己的保护。父母的严谨与坚持影响我至今，没有他们就没有今天的我。但我想给孩子一个温暖轻松的成长环境，我不希望他们紧张、害怕地长大，我希望他们是快乐的。所以当我建立了我自己的小家庭之后，我们家的氛围与我小时候的家庭完全不同。我现在的小家庭氛围特别轻松，而且非常自由，我基本是顺着孩子的性格来教导他们。比如很多家长会强迫小孩练钢琴，我也这样要求过我的孩子学习钢琴。但我后来发现，钢琴完全不适合他。他太好动太灵活，无法安安静静地享受音乐带给他的东西，所以只学了四年就放弃了。但到了初中，他突然发现自己喜欢吉他。我完全不用管，他每天会自觉抽出三个小时练习吉他，还在学校组了一个乐队，自己当主唱。

青春期、叛逆期的孩子无非需要找到一些东西，让自己受人关注。只要不影响正常的学习，其实家长不需要说太多。我的孩子曾经想要学魔术，当时我觉得这简直是不学无术，为什么不把时间放在学习上呢？因为学魔术的关系，我还跟他起过冲突。不过当我看到他在学校自己做主持，给同学们表演魔术，受到全校的关注，并且因为掌握魔术的技能而感受到那么多快乐的时候，我便不再限制他。

孩子过了12岁到了初中阶段，会有很大的变化。12岁之前我觉得要引导、发现孩子的爱好，12岁以后要尽量配合孩子，不要妄图去控制。不如任他去发展，在变化中发现自己，找到适合自己性格特点的方向。

现在我们家老大已经长大了，开始探索自己的人生道路。我



王媛媛和她的孩子们

无法长久陪伴在他的身旁，也不必那样。就像龙应台在《目送》中所写那样：“所谓父女母子一场，只不过意味着，你和他的缘分就是今生今世不断地目送他的背影渐行渐远，你站立在小路的这一端，看着他逐渐消失在小路转弯的地方，而且，他用背影默默告诉你：不必追。”

责编 / 曹真真

NCPA 65



王亚彬

国家一级演员，舞蹈家、编舞、制作人。先后获得第五届全国舞蹈比赛一等奖、第七届桃李杯全国舞蹈比赛一等奖、华鼎奖中国最佳舞蹈女演员奖、文化部文华奖新剧目奖、中宣部五个一工程优秀舞剧奖。代表作《青衣》等。



家的锁链

口述/王亚彬 整理/陈天琪 摄/晓明

我八九岁的时候就离开家到了北京，开始了一个人的求学生活，失去了和父母朝夕相处的机会。尽管相隔两地，可他们的言行却始终影响着我，仿佛一条看不见的锁链，将我和那个家紧紧维系在一起。

我的父母都是温和开明的人，对我的教育从来不是强迫的。在我年纪还很小的时候，他们就会耐心和我讲道理，让我先了解一件事情本身的样子，再让我根据兴趣自己做出选择。跳舞就是一个很好的例子。下定决心让我走这条道路以后，他们从来都没有逼着我练功，或者是紧盯着我文化课和专业课的成绩。是因为他们相信只有我真的喜欢这门艺术，我才能主动地去接近它。

父母的教育也不靠耳提面命，更多时候是润物细无声的。耿直、本分、勤俭是平凡的他们身上最大的特点。或许这是三例最平淡无奇的词，可我觉得就是这些构成了这个家的风气，是我从有意识开始就从父母那里学到的为人的样子。他们耿直，从来都有一说一，不懂得修饰言辞，也从来不渲染个人的情感，却用友善的性格获得了身边人的爱戴。他们老实本分，从来不希望我成为什么超级明星，因此也从不过分要求我。但对于我的学习和事业，他们能想到的除了支持就是支持。他们也从来没有无计划的开销，勤俭节约的处事原则一直影响着我。

父母的爱也和他们的为人一样毫不张扬，甚至会有点笨拙。小的时候不像今天人手一部手机，想打电话要排着队等一台宿舍的公共电话。有的时候遇到爱煲电话粥的女生，光排队就要四五十分钟。好不容易轮到我了，电话两头的我和爸爸妈妈都报喜不报忧，一个说“你要好好休息，不要太辛苦了”，一个回“我挺好的啊，什么都不缺”，就这几句颠来倒去，常常聊了没几分钟就挂了。似乎一到了要靠说话的场合，双方的默契就没了。可真的见面了，才觉得无言最是温情。

那个时候我九岁，自己住在舞蹈学校。父母都是周日的时

候乘车从天津来看我，当晚就得回去，每两周来一次。来了以后也不做什么，就是陪我看一会儿书。爸爸怕我在学校吃不好，每次都会炖一盒红烧肉或是别的大菜带来，搁在阳台上，我和妈妈就给他起了个绰号叫“运输大队长”。每当我一个人吃着带来的菜，尝着家里来的味道，总能想起爸爸妈妈的脸。有年冬天的时候，天很冷，爸妈又来看我。到了临走的时候，妈妈单膝跪在地上给我拉棉衣的拉锁，再抬头的时候脸上就是两行清泪。那大概是我第一次帮妈妈擦眼泪……

现在我有演出，都会请父母来看，而他们的反应也每次都超过我的预期，有的时候甚至会感动流泪，不知道是不是想起了我小时候的事。

的确，每个家庭的情况都不一样，我的家庭就是平凡而普通的。这样的平凡普通教会我不仰仗外物，而是完全依靠自己来获得成功。并且即使获得了几次成功，也不去改变一些固有的品格。虽然现在的条件要比20世纪80年代好很多，可我还是生活得非常节约。例如早餐吃面包，都要按人头数算好，吃多少就买多少，是要精打细算的。或许唯有一件事的花销不再省着来了，就是出门旅游。感觉父母上了年纪以后对旅游也越来越感兴趣，我也很乐意陪他们出游，有的时候想着下次休息要带他们去哪里拍个照什么的，也很有意思。

我相信一名艺术家如果想走到非常高的境界，有好的品格是非常重要的。身为一名艺术家，一定要有非常纯净的追求真善美的决心以及能够不被功名利禄所诱惑的定力，这样才可能接近艺术的真理。而父母的一举一动感染我的，正是这些朴实却深刻的道理。尽管我从来都不好意思当面和父母表达情感，但我时刻都在感激他们的教诲。是他们让我学会脚踏实地、认真生活、认真工作，让我无论走到天涯海角，都有家的港湾，牢牢牵引。

责编/曹真真

桑吉加

出生于甘肃甘南藏族自治州，
毕业于中央民族大学舞蹈系。
1996年获得第七届法国巴黎
国际现代舞大赛男子独
舞金奖，现为现代舞
编导。

让诚实和坚持成为信仰

口述/桑吉加 整理/段凝

我们家是藏族，我的家庭因为对佛教的崇敬和信仰，每天要礼佛——每天清晨四五点钟的时候，妈妈和姥姥会披着月光把我们叫醒念经文。有时想偷懒睡觉，姥姥就会在我耳边轻轻说：“念经文，不是你喜欢的吗？喜欢的话，就得坚持啊！”姥姥的话不但鞭策着年幼的我，“喜欢的就要坚持”这个家风，也让我一生受用。

在我上学之前，我们全家都住在辽阔的牧区。为了让我能接受教育，爸爸妈妈坚持要从牧区搬到县城。对于没有正式工作的他们来说，一切都要重新开始。妈妈在家照顾我们，爸爸外出开长途汽车养活我们。不管生活多苦多累，他们都坚持着，勤恳努力从来不抱怨。30年过去了，我一直都记着小时候爸爸跑完长途汽车回来时，我们兴奋的样子和他总是疲惫的神情。现在回想起来，这就是爸爸的坚持，让我上学就是他的信仰。这种坚持让我从小耳濡目染，一直指引我向前。

生在甘肃，长在草原，舞蹈就是我们生活的一部分，和小伙伴玩游戏会跳舞，逢年过节会跳舞，那时的我从来没想过舞蹈可以作为一种职业。而儿时的我最喜欢的就是在草原上奔跑疯闹，跑累了，就躺在辽阔的草原上望着一望无际的天空自由畅想：“外面的世界是什么样？我能不能到更大的空间去看看？”这种对空间的无限遐想，丰富了我日后对于舞蹈空间的感触和肢体表达的自由。

13岁那一年，中央民族大学的舞蹈老师经兰州到藏区进行招生。经过四肢身体比例丈量、身体柔软度测试，我有幸被选中，而且是藏区唯一一个被挑中的孩子。就这样，躺在草原上幻想外面世界的我，突然就有了到北京看外面世界的机会。我是家里的长子，那么小就要离家，爸爸妈妈肯定不舍，但临行前，他们嘱咐我的一句话，我至今都记着：“不管你跳得怎么样，一定得坚持努力，不可以半途而废。”那时的我，不会说一句汉语，也没有经过任何压腿拉筋的训练，就一头扎到了北京。我该怎么办？只能想着爸妈的话，从头开始学，多练习。不会汉语，就一个拼音一个拼音慢慢念；压腿拉筋疼得要命，我就咬着牙忍着。我把所有

时间用来练习、学习……别人说：“桑吉加不是在练功房，就是在去练功房的路上。”别人问我：“你觉得辛苦吗？”儿时爸爸妈妈勤劳养家的身影深深印在了我的心里，他们都能坚持下来，我为什么不能？

很多人都评价我是纯粹的人，我想是因为我的坚持和单纯吧。儿时一望无际的草原塑造了我性格中对自由和简单的渴望，而父母也一直告诉我：“要做一个诚实的人。”要诚实，首先得忠于自己的内心。经过了四年的学习，我以第一名的成绩被学校保送上大学，很多老师已经断定我将来是藏族舞蹈专家。但是，我感觉失去了自由，因为民族舞的风格极其强烈但是又被约束，即使能获得很大的名利，但这不是我想要的。“要做一个诚实的人！”父母的话语又在耳边响起，于是，我忠于自己的内心，开始尝试现代舞。现代舞容许舞者可以有自己的语汇，这对我有极大的吸引力。几年之后，我又发现自己进入了瓶颈，舞蹈对我的最大吸引力就是可以让我不断学习。可那时我已经感觉不到自己的进步。直到我遇到美国编舞大师威廉·弗西斯 William Forsythe，他为我打开了另一扇解读现代舞的窗。从此，我对舞蹈有了更加丰富的认识，也对舞蹈有了更加坚定的信仰。在这个不断尝试推翻自我的过程中，是坚持让我慢慢形成了对舞蹈的信念，也让舞蹈成为了我的信仰。

在我们家里，还有很多规矩；长辈进来，所有人都要站起来迎接；逢年过节，都要礼佛。这些规矩让我慢慢形成对一件事情的敬畏。在排练场上也一样，我希望舞者不是松松垮垮抽着烟、半拖着鞋的状态，排练场是艺术家灵魂的所在，是一个神圣的地方，要干干净净、整整齐齐，要精神百倍、专注用心，要对舞蹈有自己的敬畏之心。

如今，我也有自己的孩子了，尽管他还小，但是我一定会把我父母的家风家教也传给他：要做一个善良诚实的人；决定要做一件事时，不管有多大困难，都要坚持。

责编/孔德

1995年毕业于中央戏剧学院表演系。舞台剧代表作有《恋爱的犀牛》《切格瓦拉》《第一次的亲密接触》等，2005年转行戏剧导演，先后推出《圣井》《新娘》《我的妹妹，安娜》等多部舞台剧，成为中国戏剧界少有的表演、导演俱佳的女性创作人才。

杨婷



路漫漫其修远兮

口述/杨婷 整理/孔德

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”这句《离骚》里的名句，是我小时候从挂在家里的一幅书法中学来的，父亲对我的教育，也可以用这句话来概括。直到现在，他还时常提醒我，事情是不是做得还不到位？还有没有更好的方式？

我小时候是在河北邯郸棉纺织厂的大院长大的，虽然父亲是从中央戏剧学院毕业的一名演员，但是因为文革，他被分配到了棉纺织厂，成了一名工人。妈妈也在工厂上班，一天三班倒，比爸爸忙，所以平时教育我和哥哥的工作，都落在了父亲身上。

我的童年过得和大院其他孩子不太一样，充满了父亲“强制性”的艺术灌输。那时晚上经常停电，在一片黑漆漆的沉寂中，家里就响起了父亲的二胡声，《二泉映月》成了我儿时的噩梦，我缩在床脚，不能理解为什么要在黑乎乎的夜里配上这么凄惨的乐曲？而每到星期天，家里就会响起贝多芬的《命运交响曲》，不管外面是阳光明媚还是阴云密布，那强烈有力的旋律总让人高兴不起来。80年代，家家都喜欢挂历，过年时送礼也都喜欢送一本好看的挂历，预示新年新气象。别人家的挂历都是美女美景，我家也是美女，不过都是外国美女，都是父亲的朋友寄来的世界名画，有小伙伴来我家玩时就笑话我，说我家作风不好，我也问过正在认真给我讲解绘画之美的父亲，父亲并不解释，只是淡淡一笑：有一天你会理解。是的，有一天，我在伦敦参观英国国家画廊，那些曾经出现在挂历上的画缓慢映入我的眼帘，鲁本斯、提香、拉斐尔，以他们笔下无以伦比的美陪伴我度过了童年、少年、青年到中年，那一天神奇如梦境，我热泪盈眶，岁月开了一扇穿越之门，让我体会到父亲的良苦用心，他制造了一个有音乐有绘画的环境，对我们的艺术熏陶，是潜移默化灌输到骨子里去的。

稍微大一点的时候，父亲给我们买了很多书，大部分名著

我都是那时候读的。当时父母的收入加起来，一个月才40元左右。但是对我们的教育，父母一点都不吝啬。我在这样的环境里，把自己的天性都释放了出来，喜欢唱歌跳舞，也喜欢表演给大家看。文革结束，父亲回到话剧团工作，他们演出结束后经常有聚餐活动，我就在他们聚餐的桌子上唱歌，从开始唱到结束，还曾因为把会唱的歌都唱完了，没有可唱的而着急大哭。父亲在舞台上演戏的时候，我和哥哥就躲在侧幕边上看，有一次还因为他饰演反派在台上被拉走而哭着跑上台搅了戏。我长大后当演员，想来和小时候的耳濡目染分不开，血液中那点基因被激发出来了。

当我第一次向家里提出要考中戏时，父亲并不同意，他自己是演员，他知道其中的不易，也有他的不安，但是他并未阻止，也没有鼓励，只是说，路都是自己走的，如果决定了就不要后悔。就是现在，他也不怎么来看我的作品，从他那里听到夸奖就更难得了。他总是说，书要多读，人要更稳重，心胸要更宽广，看问题要更全面……话虽如此，我能感受到父亲对我的信任，他认为我有继续完善的能力，我也特别认可他的教育方式。和西方的教育方式总是表扬、鼓励相比，父亲的忠言逆耳利于行，他在教育我们的这条路上不断求索，我也在他的鞭策下不断进步。从演员转型当导演，大概也是托父亲总让我着眼全局的福。

如今，对于我的孩子，我也总是在她后面说，再加一把劲，说的不是成绩，而是对所有事情的态度上。父亲的教育让我不认为我做的都是对的，所以能够和女儿像朋友一样讨论对她的教育，也因此收获了她的信任。很高兴我也走到父亲当年走的这条路上来，懂得他的坚持和探索，并继续走下去。

责编/孔德



王斑

出生于河南郑州，毕业于中央戏剧学院表演系。2007年凭借在话剧舞台的表现获得金狮奖，2013年5月以话剧《我们的荆轲》获得第二十六届中国戏剧梅花奖。

把心养善

口述/王斑 整理/李斐

我生于一个中国传统家庭，父亲是画国画的美术师，母亲在铁路部门工作。我有一个哥哥和一个姐姐，如果说我们从父母那里学到了什么，那就是与人为善。

与人为善，应该是做人应该遵守的基本原则，但说起来简单，始终坚守真的不容易。它不仅是不主动伤害别人，更需要对他人发自内心的关心和包容。要想做到，得先把自己的心养善。这种善心的培养最先就是从家人的疼爱开始。这种疼爱是在心里给对方留了位置，无论大事小事，都会自然而然想到他们，照顾他们。

我记得小时候的冬天，早晨很冷，一觉醒来，棉裤都是冰凉的。我们几个孩子不愿意起床，爸爸就每天早晨早起半个小时，帮我们把棉裤一条条烤热。之后我们爬起来，爸爸给姐姐梳小辫，妈妈做早饭，我们吃完早饭再穿着暖烘烘的棉裤去上学，特别温馨。

我五六岁的时候，有一次爸爸买了一个面包，那时候面包算是稀罕物了。爸爸把面包摆在我们仨面前，我们看着这个面包，第一反应都是谦让。我和哥哥互相让给对方，而姐姐则让给我们两个。爸爸特别欣慰，后来平均掰成三块分给我们，我们一看他没有，又各自掰下一小块给他。

记得以前每次家里吃饭，我的父母两个人会相互夹菜，这是个非常“中国”的小动作，可别看这个动作小，都是因为在乎对方才能做出。自己不舍得吃，就为了让对方多吃一口，这种不经意间流露出的细腻情感让人温暖。如今的饭桌上，很多时候大家都低头玩手机，谁都不看谁，更别说夹菜了。虽说风俗在改变，现在大家都习惯于用公筷了，但这种传统表达善意的方式依旧应该传承下去，用公筷也可以夹给别人。这只是一形式，可有时候形式也很重要，它能让身边的人能感受到善意，而感情就是在这一点一滴中不断加深的。我在这种随处可见的细小关爱中长大，也就学会了呵护自己身边的人。

常言道，父母是孩子的镜子，孩子是父母的影子。我父母当年教会我的，现在我也传递给了我的孩子。2015年底，我和妻子曹颖带我们的儿子王子出演了北京卫视的综艺节目《二胎时代》，节目播出后王子很受观众喜爱，他身上所具备的善良、爱的品质，其实就是家里一代代传承下来的。

录制节目的时候，大家觉得王子有小绅士的样子，懂得让着来家里给他当妹妹的艾米，其实有时候他心里也难免有宠爱被分走了的委屈，我和妻子就会告诉他：“要学会爱护别人，你是哥哥，就要照顾妹妹。”这样他就逐渐懂得担当，懂得关心别人，不会太自我。

中国的传统文化是一种“化人”的文化，通过一些小的规矩和礼数让人从内心被感化，我想咱们应该把它传承下去，这也是我在教育王子的时候坚持的。我不需要下一代光宗耀祖，就希望他轻松快乐地成长。父母不可能为孩子一辈子挡风遮雨，我们只有教会他学会遵守规矩，保持善良，孩子才能自己走得更远。

我个人非常推崇中国传统的、特别是五四新文化运动之后的文化和教育。尽管西方的教育理念也有优势，但传统的中国教育更适合咱们中国人。爱国、爱人民，讲究尊老爱幼的礼数……其实这些不是刻板的说教和规矩，而是从家庭生活里教会我们什么是感恩、什么是担当。

家教、家风不是独立的，也是社会整体风气的一个缩影。我在中央戏剧学院上学时接受的教育，就是要做一名学者型艺术家，而不是一个明星，这和我父母教我的做一个正直、不盲目追求名利的人是一样的。所以学校、社会也应当是一个家风家教的大课堂，人心的形成，很大程度上就是出于家教，成于家风。我们只有把心养善，才能给子女、社会创造出一个真、善、美的未来。

责编/孔德



方掬芬

生于1929年，祖籍湖北省广济县（今武穴市）。儿童剧表演艺术家，在中国戏剧舞台上开专业成年演员表演儿童形象之先河。1954年底考入由苏联戏剧专家鲍·库里涅夫任教的中央戏剧学院表演干部训练班，1979年获全国三八红旗手荣誉称号，1987年任中国儿童艺术剧院院长，2000年任名誉院长。

清苦与自由的珍贵

口述/方掬芬 整理/段凝



我的童年是短暂的，因为幸福的时光总是转瞬即逝。我的童年又是漫长的，因为我终生从事的是儿童戏剧事业。我一生都在观察儿童，体验他们的心灵，揣摩他们的动作；我在舞台上创造了许多儿童形象，我在生活中交了许多儿童朋友。但回想起来，在艺术这条道路上，家庭给了我最初的方向。

我生于1929年11月11日湖北汉口一个小学教师的家庭，我是家里的老大。记得小时候，我家是住在汉口铁路孔、刘家庙一带。铁路孔是贫苦人民集居的地方；刘家庙就是江岸，那里曾爆发过“二七”大罢工，我的父母就在那儿的平民小学教书。

家里的日子过得很清苦，但大部分时间是温暖欢乐的，而且文艺气氛比一般家庭要浓厚得多。父亲靠自学通过了国民政府考试院举办的普通文官考试，先后当过小学和中学教员、机关办事员和科员等。他一生酷爱读书，甚至读得有些书呆子气。他爱写诗，也爱用唱歌的调子吟诵古诗；他会一点英语，又喜欢音乐，因此常常哼唱外国歌和当下流行的中国歌。记得父亲常念的诗有李白的《静夜思》、贺知章的《回乡偶书》等。父亲念诗念得高兴时，完全沉醉在诗境中，两眼微闭，摇头晃脑，吟唱的腔调抑扬顿挫、高亢深沉。每当这个时候，我们就该闹腾了，夸张地模仿父亲的腔调和动作，同时也记住了这些诗，于是妈妈就笑着制止我们，叫我们不要调皮。

妈妈是语文和音乐教员，有空就教我们唱歌。我儿时学的那些歌，至今都还记得很清楚。“云儿飘，星儿耀耀，海早息了风潮……”爸爸妈妈白天出外谋生，晚上回来在油灯下教我们读书学文化。不管他们多累，每天晚上都会坚持。妈妈常说：“我教别人的孩子，总不能让自己的孩子成文盲啊！”我和弟弟妹妹们虽然都很困了，但受到父母的感化，也都努力学习。

在教育我们时严格，而更多的时候，家里的氛围是很民主的，在这种氛围下成长的我，特别调皮淘气。我小时候长得又瘦又小，头上几根黄毛，总是剪得短短的，还时常被大人推成平头，穿条短裤，就像个男孩子。膝盖上、胳膊肘上经常“光荣负伤”，还拿小竹签捅过在椅子上打盹的爷爷的鼻孔。在玩耍的时候，我和兄弟姐妹总是扮演或模仿人物或动物，每个人都有自己的角色，每个人的装扮和神态都力求逼真。

除了爸爸妈妈，我们家里还有个特别爱唱山歌、爱讲故事的姥姥。我还记得姥姥唱过一首描述童养媳苦难遭遇的民歌：“黄花菜满地铺啊，细吹细打嫁细姑啊！细姑命不好，一遇遇着

个驼背佬。过路的大哥莫笑我，这是媒人害了我哟！”曲调古老，凄惨感人。每当姥姥看见我们听得要哭的样子，就会停下来改唱别的歌。这个旋律在我的脑海里留下了深刻的印象，后来我把它用在儿童剧《喜哥》的演出中了。姥姥还是一位会讲故事的能手，她讲的当然不是现在孩子常听的安徒生、格林、盖达尔、张天翼……她所创作的童话，从天上的玉皇大帝、海里的龙王爷到鬼怪、大仙，一应俱全。别看我姥姥一个大字不识，可讲起故事来活灵活现，有时讲得我们毛骨悚然，有时又哈哈大笑。

我就是在这种自由的家庭环境和文艺气氛的熏陶下长大的，从小爱说、爱唱、爱跳、爱幻想、爱模仿。天上的云彩、夜空的繁星、竹林里的萤火虫、山间的迷雾、大海的波涛……这一切都会引起我无限的遐想。我觉得自己儿时爱玩，对于日后从事的儿童剧表演事业很有好处。感谢我的父母，在教育上对我是严格的，但却没有扼杀我的天性。

后来，国家开始经历一次次的苦难，我自己的小家也跟着破碎了，那些高耸的树木、漂亮的花草，转眼之间就变成了废墟；我在难童教养所里和其他小伙伴分享少得可怜的食物；在当了小学教师后，亲眼看着自己的学生迫于生计而辍学；结婚后，又遇上文革，独自领着幼小的女儿，走在节日中热闹的天安门广场，想着在北大荒劳动改造的丈夫……我经历了许许多多的事情，那种煎熬也扎扎实实印在了自己的身上。时代的气息，人与人关系中的形形色色……我都记得清清楚楚、真真切切。这所有生活的种种在日后却帮助我成功塑造了一个个动人的形象，《以革命的名义》中的别佳、《玛申卡》中的玛申卡、《奇怪的“101”》中的远航、《报童》中的蚰蚰、《喜哥》中的喜哥、《十二个月》中的大姐……我一直扮演这样的儿童：旧社会的流浪儿历经辛酸而乐观，受尽折磨而坚强，最后在新中国的培养下成为一个对人民有用的人。每当遇到这样的角色，我都会在记忆深处慢慢将过往的经历回忆起来，从中选择、提炼，作为创作角色的生活依据。如今我已经是年过80的老人，回首往事，却历历在目，尤其是童年那段和父母在一起的日子，当年演一遍就痛一遍，但我还愿意演。我想通过这一部部作品，告诉今天的少年儿童，生活是很艰难的，同时又是美好的。不管遇到什么样的风浪，都要顽强地、有意义地、有作为地活下去。

责编 / 孔德



程莉莎

生于湖北武汉，毕业于上海戏剧学院，现为北京人艺演员，曾出演国家大剧院原创话剧《风雪夜归人》《样式雷》。2011年和丈夫郭晓东获得中国家庭日年度家庭榜样奖。

孝与顺的领悟

口述/程莉莎 整理/曹颖

孝顺，作为中华民族的传统美德，在任何时代都不应褪去色彩。然而，如今的孝顺二字虽然常常被人们挂在嘴边，表现在行动上却似乎总是差了一点。现代人的观念里，普遍对孝顺存在误解，似乎越来越多的人认为，能够给父母足够多的金钱以保证他们衣食无忧便是极大的孝顺了。这在我看来，是对孝顺的曲解。

我对于孝顺的概念最早来自父母。自我有记忆以来，他们一直都是孝顺的典范。父母对于孝顺的阐释是陪伴，虽然他们从未将这些道理讲与我听，但透过他们的一举一行，我能够感受到，他们把陪伴做得到位。

我的奶奶今年已经 82 岁高龄了，她的晚年生活平安喜乐，因为我的父母一直陪伴在她的身边。父母退休以后，就和奶奶同吃同住，前几年，还带着她从老家来到北京游玩。那是奶奶人生中第二次来北京，年纪大了出行不便，方方面面都需留心，但父母未曾有过一句抱怨，满心眼里想的都是让老人家开心。虽然父母做的这些都只是平常事，在外人眼里根本不如卧冰求鲤那样感动天地，但试问就是这最简单的陪伴，如今又有多少为人子女的能做到呢？

父母一直如此理解和践行着孝道，他们自己这样做，却不要我也这样做，他们从来不曾在我耳边说教。要敬重长辈，要孝顺父母，这些道理，说千遍道万遍都不如做一遍来得实际。父母的孝行我都看在眼里，早就在潜移默化中被他们影响了。

我 16 岁离家去外地求学，每天必须要做的就是和父母通电话，有时一天还不止一通。如此频繁地和父母联系，不是因为年纪小恋家，也不是因为受了累想诉苦，只是单纯地想把自己的近况全部告诉他们，让他们放心。牵挂总是相互的，父母安心才能让我心中踏实，哪怕不在身边陪伴着他们，通过电流也能用声音予以千里之外的关心与问候。通电话的习惯一直保留到现在，即便我工作再忙再累，当听到电话那头传来父母熟悉的声音，心头都能涌起一股温暖。

孝顺二字，不只有孝，还有顺。父母教会我孝，而顺的道理

是我的先生郭晓东让我明白的。

我一直认为，晓东在孝顺方面甩了我十万八千里，他做得比我好太多。身为演员，职业使然，晓东常年在外拍戏，家都难着，更不用说天天陪在父母身边了。但这并不意味着他就不孝，他的孝顺从来不曾少过。

晓东的父亲因心脏病发作而猝然去世，这给了他很大打击，为了弥补对父亲的遗憾，他把爱更多地放在母亲身上。担心母亲一个人寂寞，工作之余只要有时间，他就给母亲打电话。但晓东最让我敬佩的是，他从未和他的母亲顶过嘴，哪怕一句重话都没有说过，这对身为子女而言是非常难得的。孝顺二字，也许很多人尚且能够做到孝，但是顺总是被忽略的。以我自己为例，对父母的唠叨，我有时会在他们面前表现出不耐烦，偶尔还会和他们发发脾气。和父母的小吵小闹，并不是因为我不爱他们，只是在最亲的人面前，往往难以束缚自己的情感、管理自己的情绪。事后，总会在心里安慰自己：我是爱他们的，就这样把心中和父母的不愉快搪塞过去了。

以前，我总认为和父母发发小姐脾气没什么大不了的，但与晓东在一起之后，每每遇到这样的情况，他都会指出我的不对。他说，孝顺还有一个顺字，就是要顺从，做到了顺从才是对父母真正的孝。不论父母说什么都得听着，千万别还嘴，即使认为他们说得不不对，也不能强硬地顶撞，这会令父母伤心。

《礼记》有云：“孝子之养也，乐其心，不违其志。”在我眼里，晓东就是这样的人，顺从母亲，不违其志。他不是不非、不辨道理的儿子，他是希望自己的母亲永远开心快乐的儿子。

孝与顺，二字合并，方有孝顺。在我的生命中，从父母那里习得孝，从先生那里领悟顺。虽说很多事难以周全，但至少孝顺二字上，我认为人人都应做到周全。因为孝顺不是那么了不起、很难实践的美德，对父母的爱应该是每个人内心里流淌出来的一种感情。

责编 / 孔德



林熙越

生于北京，毕业于中央戏剧学院表演系，现为中国国家话剧院演员。2014年参演话剧《暴风雪》；2015年年底，首次导演了荒诞话剧《青蛙》。



探索不停 超越不止

口述/林熙越 整理/刘金妮

在戏剧界，我的父亲林兆华被别人称作“大导”。父亲今年80岁，导过70多部戏，仍旧活力满满，没有要退休的意思。我与父亲是戏剧界同行，对我来说，他既是一个要求严格的家长，也是一个令人敬仰的前辈。记得小时候，我无法确切说出父亲的职业，艺术这个词的概念远远超出了一个孩子的理解范畴。我曾经很羡慕同学们的父亲都有一个具体实在的工作，他们有的是钢铁工人，肌肉发达，身材伟岸，犹如宣传画上的劳动模范；有的是汽车司机，坐在高高的驾驶座上猛打方向盘，动作潇洒又帅气；有的是海员，乘着大轮船周游世界；有的是科学家，画图纸、算公式，为四化建设添砖加瓦……可是，我的父亲似乎什么也不做，他只是将一些叔叔阿姨集合在一个黑盒子般的地方，让他们大声说话，说一些我完全听不懂的话。无数个夜晚，他会搬着一个桌子大小的舞台模型，在灯下仔细研究，那些缩小的房屋、门窗、桌椅在我看来，就像是扮家家儿的玩具，而父亲，则像一个贪玩的大孩子。

每当父亲单位有演出的时候，他也会随口问我要不要去看，我每次都积极响应。因为，当时剧院里出售一种特别美味的酸奶，戏开场之前，父亲总会买一罐给我喝。在物质贫乏的年代里，喝酸奶堪称是孩子的最高享受了，就这样，我看了《丹心谱》《茶馆》《蔡文姬》等北京人艺20世纪80年代前后上演的大多数话剧作品。

中学时，我最爱跟着父亲进排练场，看他给演员们说戏、拍戏。他排戏看似很轻松，就像做游戏，试试这个方法，再试试那个方法，今天好不容易认定一个比较满意的方案，明天可能又全部推翻；他从不老老实实在地讲故事，总是想在舞台上开发尽量多的可能性，从具体环境的限定中解放出来，将舞台变成一个更多元的空间。渐渐地，戏剧界有了不同意见，有人说他太大胆，有人说他的戏看不懂，但是父亲认为，舞台是一个充满想象力的地方，他站在这里，为的不是重复，而是不停探索，不停超越。父亲的艺术观，潜移默化地影响着我，让我对这个看似不大却具有无限可能性的舞台，产生了强烈的好奇。

18岁那年，我考上了中央戏剧学院表演系。每年期末汇报

的时候，父亲总会早早坐在观众席，等着观看我的演出。我知道父亲就在台下，演得十分卖力，浑身大汗，满心期待着他能对我表示一下赞赏，但他却总是淡淡地让我再想想，想什么？他不说话。我请求他给我一些专业上的建议和指点，他却告诉我：“艺术是一个特殊的行业，是精神领域的东西，优秀的艺术家从来不是教出来的，要等自己开悟，你的胸襟、阅历、学问、价值观、思维方式都是开悟的钥匙。当有一天，你感到在舞台上会呼吸了，呼吸带动着你所有的动作和行为，才是真正开悟了。”

为了向父亲证明自己，我考入国家话剧院，成为一名专业演员，从跑龙套的小人物演起，一步步尝试着挑战戏份更重、难度更大、个性更复杂的角色。那些年，父亲照例来看我的演出，照例不夸我，不过，他开始与我探讨角色的得失与细节的处理，这个变化让我无比兴奋，说明他已经认可了我的表演水准并着手帮助我打磨不够完美的地方，让我获得更大提升。虽然还是没有得到期待已久的口头赞赏，不过我知道，在他的考量中，我及格了。后来，随着年龄增长、经验增加，我与父亲进入一种对话关系，我能够听懂他的想法，他也开始思考我提出的问题。

我渐渐发现，在艺术这条路上走得越久，眼界越宽，对父亲就越理解，越崇拜。父亲在舞台上做过的各种尝试，决不是一拍脑袋的灵感，也不是标新立异的噱头，而是他于无数个灯下研究模型的夜晚和大多数沉默不语的时光里，经过反复思考、论证、推敲，才建立起来的扎实、独特的体系，一个华丽而丰富的戏剧小宇宙。当我在这个宇宙之外时，看不到父亲的光辉；当我走进他的宇宙，被他的光辉所照耀，才深深体会到他的魅力。父亲，成了我的偶像，也成了我最亲密的严师与良友。

如今，我除了做演员外，也尝试做导演，不知不觉，和父亲对艺术的探讨也越来越深。我们计划在未来几年做一些纯粹的、回归戏剧本质的作品，这是一些不说教、不娱乐的严肃作品，我们会在剧场里与观众一起交流和思考。因为，思考是戏剧的责任，也是戏剧人的责任。

责编/孔德



韩再芬

出生于安徽省安庆市潜山县，著名黄梅戏表演艺术家，中国戏剧家协会副主席、安徽省文联副主席、安徽省戏剧家协会副主席、安庆再芬黄梅艺术剧院院长。

总在前方等我的人

口述/韩再芬 整理/刘金妮



2015年5月20日晚上，广州大剧院，我第二次荣获了中国戏剧梅花奖。领完奖从舞台上下来，我找了个僻静的角落，拨通了家里的电话，悄声对爸爸说：“爸，我拿到‘二度梅’了！”电话那头，爸爸一反常态地高声应答：“女儿啊，太好了！爸爸为你高兴！赶快回家，我让你妈给你张罗好吃的！”一瞬间，我的鼻尖发酸，眼眶发热，百感交集……记忆里，这是爸爸第一次当面称赞我。那一刻，我感到爸爸话语的分量，远远重过了手中的奖杯。

我出生在一个严父慈母的传统家庭。爸爸是一名财政干部，妈妈是一位黄梅戏演员，生养了我们姐弟五人。家中人口虽多，却井然有序，其乐融融。这都归功于爸爸独特的管理艺术。平日里，妈妈负责照料全家人的饮食起居，爸爸则负责大小事务的决策、亲朋好友的往来以及孩子们的成长教育。家事虽小，却头绪复杂，一家之长的处事风格往往就是一个家庭的家风。在潜山，提起老韩家，不管是街坊邻里，还是同事亲戚，都会由衷说一句：“正派！”因为父亲自己就是一个正直、坦荡、讲究原则的人。他的这种性格，潜移默化地影响了我和姐弟，并成为我们为人处世的准则。

在这个温馨安宁的家里，我度过了快乐的童年。十岁时，我迷上了黄梅戏，想去“大城市”安庆学唱戏。妈妈是黄梅戏演员，深知做演员的苦，心疼我，不许我去。我不甘心，在家里又哭又闹。思考了很久的爸爸终于表了态，同意我去学戏，但强调了一条：我要为自己的选择负责。年幼的我，只知道爸爸拍了板，我可以去学戏，并没有理解爸爸话语的深刻含义。

欢天喜地来到剧团，没过多久就尝到了学戏的苦。以前上学，8点钟上课，我还嫌睡不够，到了剧团，每天5点就要起床练功。唱念做打，一天汗透几身衣服，小身板疼得像是挨了打，常年累月青一块、紫一块。我开始后悔了，怀念家中悠闲自在的日子，想念妈妈做的菜，想念和姐姐、弟弟玩耍打闹的时光。于是，我哭着写信给爸爸求他接我回家，只要能回家，让我干什么都行。

回家后我着实高兴了好久，但也发现一个问题：爸爸几天都不和我说话。我很委屈，不知道他为什么会这样，在我的央求之下，爸爸终于开了口：“女儿，你做错事了，你当了逃兵。你既然选择学戏，就要为选择负责，不管吃多少苦，都要走到底。”

爸爸把我送回了剧团。从那时起直到今天，我再也没有离开过黄梅戏。

记得最初的那些年，妈妈每个礼拜，都会搭车来看我，送吃送穿。爸爸虽然很少过来，但当面临重大抉择，我总会征求他的意见。17岁时，面临进团以后第一次评职称，我发现，有的学员填写指导老师并未填真正辅导自己功课的老师，而填了剧团领导的名字。有人劝我也这么做，说这样讨巧，容易评上。我说不出什么原因，就是打心眼里不愿意这样做，询问爸爸后，他就回答了一句：“实事求是，谁教你，就填谁。”

关于评职称这件事的奥妙，多年后我才明白。但爸爸的那句实事求是，成了我做人做事的一条重要准则。从那以后，无论碰到多大多为难的事，我总是化繁为简，用爸爸教导的真理应对。实打实说话，实打实办事，虽然有时候不太讨巧，却让我睡起来安安稳稳，走起路来昂首挺胸。

成为演员后，我赶上了20世纪90年代戏曲界的井喷式发展，业内一片繁荣。借此东风，我也得到了不少演戏的好机会，主演了《女驸马》《郑小姣》《孟丽君》《徽州女人》《徽州往事》等经典和原创作品。这些作品，先后荣获了许多奖项，为我赢得无数鲜花和赞誉。每次回家报喜，爸爸脸上并无笑意，也极少夸奖，而是反复询问：“你自己觉得做得好不好？这个奖是不是领导为了鼓励你？别人觉得你得奖是名至实归吗？”爸爸的冷静和质疑，对于兴致勃勃的我来说无异于一盆冷水，瞬间浇灭了我洋洋自得的小火苗。久而久之，我再获奖，自己也会扪心自问：“你是否担得起这份荣誉？”

2006年，按照组织和领导的安排，我担任了安庆再芬黄梅艺术剧院的院长。从演员变成领导，我又一次站在人生的转折点上，四顾迷茫。这一次，爸爸主动来到我身边，打开了话匣子：“女儿啊，爸爸是做财务工作的，别的事爸爸不懂，但有一件事要提醒你，经济上一定要清廉！”长久以来，爸爸一直是个惜言如金的人，此番言语，语重心长，必定是重中之重。我虽不懂财务，却牢牢记住了这条红线，边管理边自学，每当有资金出入，我都反复与财务人员核对账目，确保每一笔收入和支出都合理合法。一转眼，剧院走过了十年。十年账目，一目了然。

长此以往，我发现在我的人生道路上，爸爸是那个总在前方等我的人。只要我知道他在前面，无论脚下的路有多艰难、多曲折，我都不会畏惧，不会犹豫。有爸爸在，我就有勇气、有信心、



韩再芬主演黄梅戏
《徽州女人》

有安全感。

2001年，爸爸不幸生了一场大病。手术时，我正随团在台湾演出，即将登台演出的当口，突然接到家里电话，告知手术失败，爸爸病情危急。那一刻，我控制不住浑身颤抖，泪如泉涌，后来勉强支撑着演完了戏，立即星夜兼程，赶回安庆。赶到医院，面对惊慌失措的亲人们，我当机立断，签字同意做第二次手术，抢救爸爸。我愿用自己的一切，去换来爸爸的健康。手术室门外，焦灼而漫长的期待，我感到从未有过的由内而外的寒冷，身体犹如被抽空，心灵被巨大的恐惧吞噬，眼前一片阴霾。此时此刻，我才意识到，我生命里所有的光与热都源自于父亲的温暖、父亲的爱。父亲是我心宇中沉默的太阳，我不能没有他。

所幸爸爸熬过了生与死的考验。健康逐步恢复以后，为了不

让爸爸再过于劳累，我接替他，成为这个大家庭的管理者。我遵循着爸爸的处事原则，处理日常家事，定期组织姐姐、弟弟和亲属们回家聚会。遇到难事，照旧是大家商量解决，互相理解，互相帮忙，家庭氛围亲热团结，欢乐祥和。看得出来，爸爸对我这个接班人是满意的，他说我最理解他。

我有一首黄梅歌，叫做《父亲》。我们父女俩，平常几乎没有十分亲密的言行举止，我把对父亲的感情都融入在歌词里。当我靠在他身边，轻声唱给他听的时候，我想，女儿的心意，他一定明白。我最想对爸爸说的一句话是：“因为有你，我才是现在的样子。我喜欢这样的自己。”

爸爸，愿您一直在前方等我，永远。

责编 / 孔德



叶蓬

叶蓬，京剧老生。中国戏曲教育家，现任中国戏曲学院京剧表演教授，当今京剧界杨派老生元老级人物。京剧前辈杨宝森、李少春的入室弟子。

从艺似做人 救场如救火

口述/叶蓬 整理/池浚

我出身于梨园世家，我们先祖叫叶廷科，在安徽家乡的时候，只是爱好戏曲，自己没从事这行，但结交了不少戏曲艺人。后来

他随着徽班进北京，就沿袭着梨园界的传统。进京以后，先祖叶廷科把他的两个儿子，也就是我的曾祖父叶忠定、曾叔祖叶忠兴



《富连成》社长叶春善全家合影（中坐：叶春善和夫人，左起：叶龙章夫人和女儿、四女儿叶惠蓉、叶龙章、叶盛长、叶盛章、叶荫章、叶盛兰）

兄弟俩送入四大徽班中的四喜班，叶忠定学花脸，叶忠兴学小生。叶忠兴比较年轻的时候就故去了，叶忠定成了四喜班里的花脸台柱。曾祖父叶忠定后来就把我祖父叶春善送入杨隆寿先生创办的小荣椿科班。祖父叶春善创办富连成社，达到了京剧办学传承的一个顶峰。

我们叶家的家风家教就随着这个梨园界的传承脉络，一代一代传下来。我从一记事，受家庭的传统教育就比较深。我也同时身负着科班和戏班两个环境的双重影响，科班就是我祖父叶春善先生创办的富连成社，戏班就是我父亲叶盛兰先生一出科入的马连良先生的扶风社，后来又创办了自己的育化社。

我从小就听老辈人讲过，梨园界规矩特别多。这些规矩中，除了少数有封建迷信的色彩，大部分都是合理的，维持着前后台的秩序，所以还是应该好好继承。科班、戏班都遵守其中的一个传统，也是家里人常说的——救场如救火：台上出现漏洞了要补救，不能晾台。我祖父就说过，在演出中难免出现一些意外，有时演员生病、受伤演不了，有时舞台上出了事故，其他人就要主

动顶替上去，或者想办法把事故圆回来。因为演员把观众看成是自己的衣食父母，所以把杜绝事故看得像救火一样的急迫严重。而且京剧是现场艺术，临场什么情况都可能发生。这种事一般都是突发，有时还需要救场演员钻锅，现学现演，或者临场发挥，这是需要承担风险的，甚至要冒着可能砸锅、砸牌子的危险，所以也需要救场演员像救火一样奋不顾身、义不容辞，不怕惹火烧身，这就考验演员的艺德了。

大家都有这种救火的意识，才能保证演出最大限度的圆满。我祖父曾说，如果眼见得要出舞台事故而袖手旁观，不闻不问，就算在班主那儿能过去都不行。因为后台供着祖师爷，到那儿得先磕头拜祖师爷，甚至有的得上香，这是一种信仰。祖师爷在那儿看着，看你怎么从艺、怎么做人，做到不做到，自己琢磨着办吧。在我印象里，自打记事起，就记住了“救场如救火”这句话。

我祖父曾讲过这样一件往事：1913年，富连成在广德楼演出《三疑计》，戏马上要开演了，演丫头翠花的演员临时不能上场，这可把富连成的总教习萧长华先生急坏了。那天也是赶巧，连字



科的花旦于连泉，那时候还叫于盛琴，来广德楼来找他的同学，萧长华先生就让他来试试救场替演，结果效果特别好。我祖父叶春善先生大为赏识，发现他是个可造之材。为了纪念这次救场，我祖父叶春善先生和萧长华先生就用他在戏里演的丫环翠花的名字，给他起了一个艺名叫筱翠花。筱翠花先生后来成了一代花旦名家，而这个艺名却是来自一次敢于顶上、大胆上台的救场。

我父亲叶盛兰先生也有几次惊心动魄的救场经历。20世纪50年代，我父亲随中国艺术团赴欧洲访问。在法国演出时，演出《雁荡山》的武生演员忽然得了急病，上不了台，我父亲二话没说，直接就扮上，扎上靠就顶上去。《雁荡山》是一出武功吃重的长靠武生戏，而我父亲是个小生演员，从来没演过这戏。这是临时的跨行当演出，按戏班的术语叫反串，他居然凭借自己深厚、高超的武功演了下来，现场轰动了。据当时在现场的人说，我父亲在台上不撒汤不漏水，丝毫没让人看出是小生反串的，好像他本来就唱武生似的，功底可见一斑。这也是我父亲唯一一次登台演出《雁荡山》。后来，我父亲很少有登台机会，只能在后台干些扫地、打水、倒垃圾的活儿。有一回在上海演出，原定剧目临时取消，现通知我父亲演《罗成》救场。我父亲不仅服从安排，而且极其珍惜，他是把这次救场当成了仅有的回到舞台上奔腾释放的机会。他爱演戏啊，那天真是铆上了，现场观众疯狂了，剧场里炸了窝。现在想想，那场救场演出简直是悲壮，我父亲自己就是罗成。

祖父、父亲的身上绵延了家传的“救场如救火”精神，在他们的言传身教下，我从小就懂得了要对艺术负责、对舞台负责、对观众负责、对同行负责，而这一切都源于要对得起自己。我用所受的家庭教育告诉自己，将来一旦遇到需要自己救场的时候，一定要毫不犹豫地挺身而出，不仅要顺利完成，而且要把每一次救场当成锻炼自己、考验自己的机会。作为一个京剧艺人，我觉得这是应该的，因为祖上、前辈就是这么教导我的。回想起来，从少年到后来剧团里做演员的青年时代，我曾经救过四次最大的场。

第一次，我13岁多，戏校二年级，有一天演《二进宫》，马上就要开戏了，派戏的苏老师因为晚上张罗三台戏同时开，竟然忽略了派演杨波的老生，给老先生急得够呛。我在旁边听说了，就赶紧安慰苏老师：“您别着急，我扮上。”当时我在学校还没学过《二进宫》，但这是一出熟悉的戏，我在家就会主要唱段了。其他我倒不担心，唯独对口得咬着走，我单把盖口的词写在纸上，贴在牙笏上，圆满地唱下来了。苏老师说：“孩子，你真行，你解决问题了！”

第二次，同年下半年，我跨行当救场了。演《芦花河》，苏老师忘了派小生演薛应龙了。我得知以后，说：“我试试！”当时就扮上小生，唱了小嗓。我跟雷喜福先生学过《芦花河》，学老生，但是先生总讲，所以小生我也会了。我听老一代演员唱的

小生里头有老生味儿，挺喜欢，就把它用上了。等我一下台，本身就唱小生的苏老师还直夸我。

第三次，我毕业分到剧团，1960年开始排现代剧了。剧团排了一出戏叫《八一风暴》，一位老先生演一号人物方大来，唱了多场以后，突然有一天嗓音一字不出，但戏还必须唱。当时领导跟我商量，问我能不能接，我说：“我试试。”这是大戏，还是现代剧，而且是一号，我锻炼了一回。接了以后，我一场一场地看剧本，都到了看一场上一场的紧张程度。我主要记每场戏的主要情节，但唱词却不好办，唱中最难的就是【快板】，可别搁台上了。我看一遍背一遍，就上场了。那时候非常时期，记东西反倒非常牢，有几句到现在我还有印象，还能唱出来，我不知道怎么回事儿就记住了。

第四次，对我是一个最大的考验。我在立山剧场演《捉放曹》，鞍钢业余剧团来观摩学习。演到曹操下来以后，陈宫打马，到下场门切住，扔马鞭，应该打【紧锤】，回身上台口唱【快板】。没想到鼓师给打成【凤点头】了，琴师也就顺着拉成【散板】了。我没有防备，怎么办？当时摆在面前就有两种处理方法：一种是救场，拉【散板】了就顺着唱成【散板】，不要出硬伤。再一种，鼓师开错了锣鼓不赖我，我就愣唱【快板】也不是不可以。就在这不到一秒钟的刹那间，我要做决定，我想鼓师这位绝非有意，应该积极地处理好，一定要把它圆下来。我觉得这么做是对的，可就担了风险了。据说当时台底下马上就糊涂了：是杨派有这种处理，还是我胡改？我决心还是别顾我自己，要担着这个风险，不露痕迹地唱成【散板】。但是，唱成【散板】，唱词接不上也不成。我当时就把“背转身来自思量，我先前道他是个定国的安邦将，却原来贼是个人面兽心肠”改成“背转身来自思量，却原来贼是个无义的儿郎”两句了，特别顺，好像原本就是这么安排似的。等我下了场，鼓师感动得差点给我跪下。这次救场，我的收获特别大。遇到漏洞是不补，还是积极地圆上，这是做演员的一个起码的道德，也是对演员从事这工作的一个考验。

京剧是综合艺术，遇到困难需要我们团结一心，丢掉个人的私心杂念，互相补台、互相救场，从大局、全局出发，维护艺术的完整性。看见上台台下出了情况不能不管，这是演员的责任、演员的本分，并不是客情。当然，我这种做法，不是天生的，也不是一时的冲动，还是受了前辈人从艺做人的教育，是家里人的影响时刻激励着我应该这么做。我认为做一个演员，舞台上应该时刻力行救场如救火的精神。这种好传统，应该一代传一代，延续下去。如何从艺、如何做人，这是有连带关系的，台上台下得是一码事，做人和从艺不能截然分开，我们家几代人，都是这么教育后人的，这种精神也得接续下去。



李胜素

国家一级演员，工青衣、花衫。现任国家京剧院一团团长。师承齐兰秋、刘元彤、姜凤山、刘秀荣等著名京剧表演艺术家，同时也是梅葆玖先生的入室弟子。代表作《大保国》《二进宫》《宇宙锋》《红鬃烈马》《霸王别姬》《贵妃醉酒》《生死恨》等。



不忘朴素的本质

口述/李胜素 整理/温天一

我的家乡是河北省邢台市柏乡县。

直到今天，我的父母也一直生活在那里，他们并没有受到过什么高等的教育，就是一对普通的农民夫妇，但是他们宽厚质朴的个性、乐观积极的生活态度以及在言传身教中所给予我的家风熏陶，却是我一生所难忘的，如润物无声的细雨一般，让我一直受益。

幼年的记忆中，有绿树、阳光、飞扬的尘土、连绵的田地，大家庭虽不富裕，却永远充满了欢声笑语。但一切之中，最让我觉得目眩神迷的，还是戏台上的风光。我的父母都是戏迷，事实上，我们整个村子的人都喜欢看戏，每到逢年过节，村里来了戏班子，左邻右舍都会呼朋引伴地集合起来，聚在戏台下。

那些在咿呀呀中吟唱的故事，小时候的我并不能够完全理解。母亲耐心地给我讲解，我就依偎在母亲身边，一边听，一边看。王宝钏苦守寒窑十八秋，伍子胥一夜之间白了头，杨四郎见母一面即刻还……虽然用我们今天时髦的眼光回望过去，这些故事里的价值观可能有些过时，但仔细想想，在那些看似刻板的人物命运背后，其实蕴藏着古老中国最朴素、最高贵的道理，关于忠贞，关于承诺，关于善良终归会有好报，关于一个正直的人，究竟应该怎样为自己的选择负起责任。

因为从小耳濡目染的影响，在10岁那年，我离开家去剧团学戏；三年之后，又考入河北省艺术学校正式学习京剧。在送我离家的时候，父母一次次叮嘱：“离家在外，记得要勤快，多做事儿，做人要有眼色。”用现代语翻译一下，有眼色的意思，其实就是让我要懂事儿，做事多为他人着想，不能给别人添麻烦。

少年时代的我，并没有完全领会到父母叮嘱的意义，但因为天生开朗的性格以及从小在家中跟随父母干农活、做家务打下的基础，在学校里，我过得快乐而充实。除了自己的学习和演出，我总是爱管些小事，递个道具、催个场什么的，特别热心，导致大伙儿都开玩笑喊我小领导。

现在想想，这种热情与热心，仿佛是我家的家传。有一次，我放假回家，那时候，通讯工具也不发达，回家之前也没法通知家里，就自己背个小包回去了。但到家之后我发现，家里门开着，

人却都不在。后来问邻居才知道，原来村里有人结婚，我爸妈都跑到那家帮忙去了。

过去的河北农村，一切都是这么朴素自然，家家户户很少大门深锁，每家做了什么好吃的，比如包了饺子，都会给邻居送一盘，大家分享。我的父母与多年的老邻居，都相处得如同亲人一样，几十年了，从没见过他们生过气、红过脸儿。

直到今天，我依然很怀念小时候农村的生活，天然、无私，人与人之间毫无设防，虽然不够富裕，但生活却并不贫瘠。

如今，我的父母已经80多岁了，但他们却依然保持着健康的身体与劳动的习惯。父亲的口头禅依然是小时候我就听腻了的那句：“人生下来就是要劳动的。”他依旧每天清晨起床，下地去干活，只是与过去相比，他的兜里多了一个MP3，里面装着我所有的唱段，我爸说，听着戏，干着活，真是最快乐的事儿。

除了劳动，爸妈的娱乐并不太多，但是他们特别知足。看电视，他们除了看戏曲频道，剩下就是每天坚持看《新闻联播》和《天气预报》，最关注的地区分别是河北、北京与山西，因为这是他们的六个孩子目前分别居住的地方。如果看到第二天有异常天气情况，我们永远能够提前接到母亲叮嘱、提醒的电话。

现在，父母有时候也会到北京小住，他们常说，要知足，要惜福，生活条件好了，也不能铺张浪费。在我家里，他们会监督我关灯，人在哪里呆着，哪个屋子才开灯，而生活中不用的包装袋、纸箱子以及喝光的饮料瓶，他们全都整整齐齐地保存着，有些回收再次利用，有些则积攒起来送给收废品的，这样的行为，看起来，还很符合当今提倡的环保理念呢！

父母一辈子没有给我讲过任何高深的道理，对于我所从事的事业，他们可能也并不能够给予我实质性的帮助与建议，但他们却在朴素自然的生活中，不经意地赋予了我无形、最宝贵的品德：勤勉、朴实、与人为善、积极快乐地生活，这都是父母教会我的、让我受益终身的东西。而从他们的身上，我也愈加深刻地意识到，任何财富或者成就，可能都是过眼烟云，而拥有纯净而柔软的心灵，才是世界上最高贵的事情。

责编/曹真真



魏春荣

北方昆曲剧院昆曲演员，国家一级演员，
工旦角，第二十一届中国戏剧梅花奖获得者。
代表作《牡丹亭》《玉簪记》《关汉卿》
《南唐遗事》等。



像做菜一样精益求精

口述/魏春荣 整理/吕婉婷

说起我家的家风，绕不开的一个词就是认真。这一家风的形成与我爸爸的职业习惯密不可分。

我爸爸是特级厨师，京城四小名厨之一，参与过国宴的制作，被业界誉为北京宅门菜的领军人物。爸爸潜心研究宅门菜多年，一直以来都在推广宅门菜系。这个菜系起源于清朝达官显贵的家宴制作，最讲究精致二字。长此以往，精益求精成为爸爸待人接物的准则。

爸爸是一个极为认真的人，不管是对一道菜还是对一件事，他的眼里不容有假。比如出去吃饭，再好的饭店都可能会用各种添加剂，掩盖了食物最本真的味道，这样烹饪出来的食物，他一点都不愿意下嘴。爸爸的嘴很刁，用了什么味精、鸡精，甚至用了什么油，他都能尝得出来。在家里他自己做菜，不会用鸡精味精，而是会尽量还原食材本来的味道。

前段时间我们家在北京开了餐厅，妹妹和妹夫帮忙打理。爸爸会带着他们在卖食材的各大市场转着，教他们辨伪存真，区分食材的好坏。餐厅还会定期试菜，爸爸负责指导厨师厨艺，后厨的师傅们每人都要做出拿手好菜让爸爸点评，谁进步了谁退步了，爸爸一尝就能判断出来。

这种精益求精的态度，也成为爸爸对我的要求。我十岁开始学戏就住进了学校的集体宿舍，每周回家一次，早晨最想睡个懒觉，结果美梦被我爸一手摧毁。每次回家，爸爸都不允许我休息，他会骑着自行车带我去后海，喊嗓子压腿这些基本功一天都不能落下。日升月落寒来暑往，管它天冷天热他都会带我去。学戏是一件苦差事，但他从来不会说孩子很辛苦啊，休息一下吧，他每

次跟老师说的都是：练得还不够，一定要多练；对她还不够狠，要再狠一些。其他方面爸爸对我管得也很严，不能过早交朋友，出去聚会晚上10点前必须回家，不可以在外面留宿。直到我有了男朋友，要求才慢慢放宽。

小时候对这么严的教育会有抵触心理，不理解爸爸为什么要这么对我。但久而久之，爸爸做事的态度、对我的要求深深影响了我。那种细致打磨的态度、那种容不得一点瑕疵的严谨，也内化为我对戏的追求，力求尽善尽美，只要能做到更好决不会有一丝的懈怠。

我在昆曲的世界里能走到今天，除了爸爸教会我的一丝不苟的学习态度以及我对昆曲的热爱之外，离不开家人生活上和经济上的支持。昆曲在那个年代很难有较高的收入，人不可能生活在真空之中，家人给我很大的支持，让我能心无杂念地钻研昆曲。

现在我和妹妹都有了各自的家庭和事业，虽然与父母彼此依赖，但却各有各的生活空间，彼此尊重，不会过多干涉。父母的思想很开放，他们不会像很多其他父母一样要求我们要常回家看看，他们也有自己特别丰富的生活。

我们各自的小家都十分幸福美满，就这样过着自己的小日子，偶尔大家聚在一起聊聊天吃吃饭。对于我而言，父母的家就是一个温馨的小屋，可以隔三岔五去吃好吃的，享受父母的疼爱。虽然没有生活在一起，但我们每个人心里都深深记挂着彼此，记得那个护佑我们成长的爱的港湾。

责编/曹真真



王珮瑜

上海京剧院国家一级演员，余派（余叔岩）老生第四代传人，获得第二十五届中国戏剧梅花奖。代表作墨本丹青版《赵氏孤儿》《失空斩》《搜孤救孤》《捉放曹》《击鼓骂曹》等。

坚持自己 必须成功

口述/王珮瑜 整理/廖珊

“搞艺术就应该坚持自己的风格。”当我11岁第一次扮演老生时，母亲对我说。

母亲是一个坚强独立且勇于探索的女性。她坚持自己的主见，一旦认定了一件事就会排除一切阻力去完成。不可否认，我之所以能走上戏曲舞台，以自己的风格呈现在观众面前，乃至于戏内戏外的性格作风，都很大程度上受到了母亲的影响。独立、自信、走自己的路、不过多在乎别人的看法，至今仍是我对于母亲的直观印象，也潜移默化地给了我极大的感染。

和大多数家长一样，母亲照着大众化的培养路线，期待着我好好念书，考取名校以为成功，然而接下来的路却发生了事与愿违的反转。舅舅和外祖父都是京剧票友，在他们的熏陶下，京剧这门高深的艺术让我痴迷。不得不说，老天对我总是很眷顾，我在接触了短短几个月的老旦后，就在省里的比赛中获得了大奖。母亲发现了我在艺术方面的天赋，便开始鼓励我、引导我，甚至为了进一步培养我，把苏州的工作辞退了，带着我来到上海求学。刚来上海的那段日子，我们吃了不少苦，刚开始连住的地方都没有。但母亲永远有不服输的劲头，一路带着我坚持着。那段日子，母亲做的一切就像现实版的教科书一样，教会我明确目标，锲而不舍。

既然选定了女老生的道路，自然艰辛非比常人。1992年，上海戏校时隔十年，再一次为开设京剧班，面向全国招生。不久我就参加了戏校的统一考试：腰腿、形体、声乐、模仿、笔试一一通过。但是发榜的当天，被告知戏校不能录取我，原因是新中国成立以后专业戏校没有培养过女老生，上海戏校考委会再三斟酌，还是决定不能冒险。母亲和几位老师纷纷出主意，要在正式发布录取通知前，最后再努一把力。我当场写下一封信，大意是“喜爱京剧，我心已决，不论成败，都要将自己的一生献给京

剧事业”的悲壮愿望。母亲带信去找时任上海市文化局局长的马博敏老师。那天上午，母亲在巨鹿路文化局门口静候三个小时，终于见到马局，把信交出；当天的《新民晚报》，由翁思再老师登出一篇题为《上海戏校破格招收女老生》的新闻，专门为我破格入校制造舆论；王思及老师也在同一时间向戏校领导作出了承诺，由他担任我的主教老师，确保专业上不出纰漏。主客观都具备了足够的诚意，几天以后得到了校方的回复：以培养师资后备入校，观察一年，如果跟不上进度，甄别期内可以劝退。就这样，上海戏校92京剧班一共入校了54名学生，我就是第五十四名。

必须成功不能失败，这是母亲对我说的最多的话。这句现在听起来不是很理性的一句话，却充满了能量，时时鞭策我。学戏路上，母亲既是前方的引导者，也是后方的督促者，她用她的人生经历告诉我如何通过长期的坚持、专心致志的努力以及保持乐观自信的心态来获得成功。如今，传统戏曲如何传承与创新，一直是我思考最多的问题之一。我一直试图用各种创新方式去传播京剧这门古老艺术——吉他京剧、清音会等，让年轻人发现京剧并不是古老而陈腐的，原来它也可以如此时尚。我清晰地知道，在所有创意的背后，传统技艺和四功五法才是京剧真正的根基，也是京剧艺术的精髓所在。然而另类而别致的京剧创新之路，不可能是一帆风顺的，我必须勇往直前、脚踏实地，独立、自信地走出一条不一样的京剧新路。

现在母亲也在职业生涯拉上帷幕之时为自己打开了另一扇窗，也许是爱屋及乌，她开始吊起嗓子，练起了四功五法。有时也和我对戏，身段、唱腔样样不差。就像她常说的那样：“必须成功不能失败！”

责编 / 曹真真



叶金援

京剧武生。出身于梨园世家，其父叶盛长、伯父叶盛章、叶盛兰均为京剧名家。八岁开始学艺，受到了良好的艺术熏陶。常演剧目有《挑滑车》《长坂坡》《野猪林》《洗浮山》《冀州城》《八大锤》《杀庙》《赵氏孤儿》《梁红玉》等。

替祖师爷传道

口述/叶金援 整理/池浚

我们祖籍安徽的善林堂叶氏五代，从事京剧教学工作的大有人在。从我曾祖父、祖父、父辈到我们这一辈，再到子辈，几代人都遵循着一条原则、一个家风：替祖师爷传道。

我祖父叶春善受当时富甲一方的东北商人牛子厚之托，办了富连成科班，担任社长。当时戏曲从艺人在社会上的地位都比较低，而且收入微薄。他从事教学以后，感到自己责任非常重大，要替梨园子弟找到一个日后谋生的手段。我祖父在戏曲教学上非常严谨，越是亲近的，或者是自己的至亲、好友送来的晚辈、弟子，对他们要求起来越是严格。我的伯父叶盛章、叶盛兰先生，我父亲叶盛长先生，为什么都能在艺术上取得成就？都是因为我的祖父对他们要求比别人更加严格。富连成当时的教学方法有因材施教、边演边学、以大带小等等。祖父的同行、师兄弟，都是用全部的身心投入到戏曲教学工作之中。早年毕业留校的喜字辈、连字辈的学生，则以师哥带师弟的方式进行戏曲教学。所以，如果不是本着这份办学的责任心，富连成不可能维持了44年的时间，培养出那么多优秀戏曲人才。

我父亲在富连成的时候，雷喜福、马连良这些著名的老师和师哥们传授了他大量的老生剧目。他也秉承着家里一贯养成的替祖师爷传道的家训。当时中国国家京剧院的朱秉谦、耿其昌、于魁智，受李宗义老师之托来学习的李岩以及北京京剧院的安永武等，都来我家里学戏，父亲都是无私地把自己所知道的传统剧目表演经验传授给他们。我父亲那一代教学非常严格，觉得既然带了学生就得担起这份责任，必须教好。在他闲暇的时候，还组织了好几个票房，跟大量的戏曲爱好者在一起，经常给他们讲富连成的剧目，教他们演唱的方法。

所以到我这也是像祖父和父亲一样，只要有人向我讨教一些

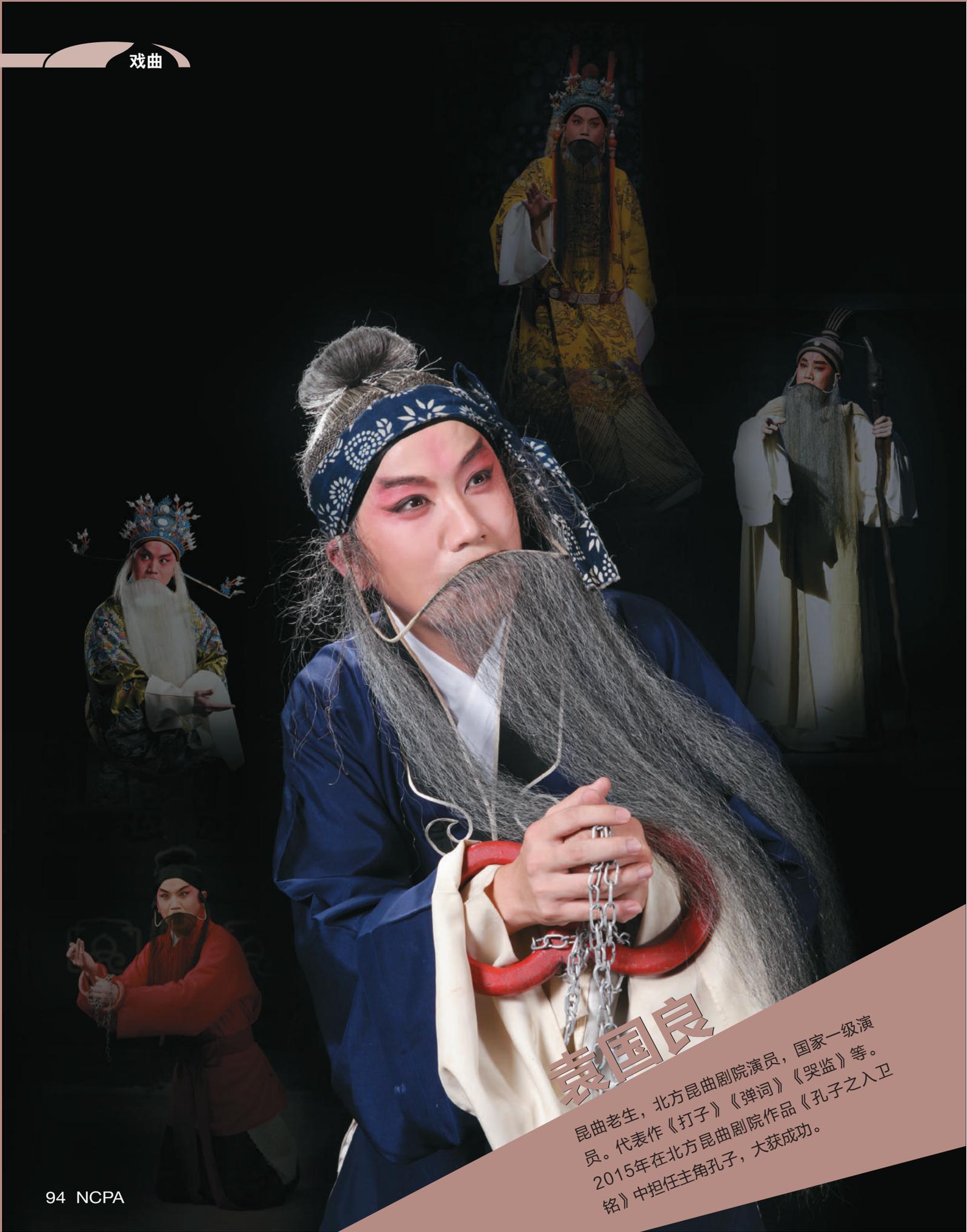
演出的剧目、表演的方法等，我就想把自己所知道的倾囊相授，不图任何名或利的回报，也不考虑自己能够得到多少。有时候我的几个弟子十分感慨，说：“老师，不管冬天还是夏天，您自个儿开着车从北城跑到南城，这么远到单位来给我们上课。受了累上完课以后，中午大家在一起吃个饭，还是老师您来花钱请我们吃，我们心里有时候真是不落忍。”可是我觉得，这就是我们家替祖师爷传道的一种做事风格。

过去我在舞台上的表演和工作占去了自己大部分的时间，没有更多的时间进行戏曲教学。现在退休了以后，我已经开始把自己主要的精力和时间用于教学、传承。学生来学习，不光是学剧目，也要学习戏曲知识，共同探讨剧目的来源、剧本的创作过程、老艺术家所走过的艺术道路、如何把握人物等等。我希望在自己的晚年，能够像祖父和父亲那样培养出更多的学生，使京剧的武生演员人才辈出，让剧目越来越繁荣，得到更多观众的喜爱和认可。

我的堂兄叶蓬老师、叶少兰老师和我，虽然收的弟子、学生数量不一样，但是从事教学工作的精神是一致的，永远把握着家里替祖师爷传道的方针，把这作为人生中一份终身的责任。戏曲界发展到今天，确实需要传承的精神。

作为梨园世家，我们叶家这几代人，承传着富连成的精神，心里总是有一个导向在指引。替祖师爷传道，虽然这个词很老，但是这种精神应该延续下去，也是应该做到的。叶家的这种教学风范被世人所认可，也是梨园界的一种美德。这种家风也应该作为戏曲界、京剧人的一种思考、一笔财富。

责编 / 曹真真



袁国良

昆曲老生，北方昆曲剧院演员，国家一级演员。代表作《打子》《弹词》《哭监》等。2015年在北方昆曲剧院作品《孔子之入卫铭》中担任主角孔子，大获成功。

失信暴揍让我理解了承诺的意义

口述/袁国良 整理/吕婉婷

我出生于苏州，四岁被父母送到哈尔滨的爷爷奶奶家抚养，八岁回到苏州的父母身边，十三四岁又开始住校。我独立的时间很早，虽然接受父母管教的时间不长，但成长过程中给我最大影响的依然是我的父母，因为他们教会了我很多做人的基本道理。

我有一句口头禅，每当朋友找我帮忙时说麻烦我了的时候我都会答：“不麻烦！”因为所帮之事如果在我能力范围之内，一点都不算麻烦；而在能力之外的话，不仅是麻烦，更不能轻言允诺。我父母经常对我说，答应的事情一定要做到。小时候没有承诺的概念，也没有注意言行是否如一的问题，直到有一次因为没有信守承诺，挨了顿揍。

我父亲是一个很有威严的人，对我的管教很严，包括坐相站姿这种小事，都必须规范。小时候不懂事，经常反抗，哪有男孩子不淘气不惹祸的，因此经常挨父亲打。不过古语说男孩子要严加管教，三天不打，上房揭瓦，也许真有它的道理在。

有一次，我偷偷跑出去跟同学玩了一天，没和父亲说。傍晚回家，看见父亲在门口等着我，见了我二话没说就是一顿暴揍。原来当天有一场重要的亲戚聚会，我之前答应过家里要留下参加，结果我没把这句话当回事。父亲边打边训我：“家里面有重要的事，你答应了就必须做到，不能做到就不要答应。”那会儿我还在叛逆期，心想凭什么打我？长大以后，才逐渐认识到承诺的重要性。尤其是学了昆曲之后，言行如一会让人在表演中表现出不一样的气质，那种温文尔雅的气质是由内而外的，而不是刻意生造出来的。而这次暴揍也成为我记忆中不可磨灭的一件童年往事。

严父在前，必有慈母在后。我母亲对我比较放任，但凡零花钱不够花了或是遇到了其他什么小事我都会去找母亲。她常对

我说做人要善良。别人常说防人之心不可无，但我母亲却说不不要总防着别人什么，我们头脑正常思维清晰，哪有那么容易上当受骗呢。

我们家就是这样传统的家庭，父母教会我要做一个善良且言而有信的人，我把我学会的又教给我的女儿。不过我教育的方式与我父母的方式不大相同，我们家比较民主。一是女儿肯定不能经常打骂，主要以教育为主；二是我也不想管教得太严，这不准做那不准做，可能会磨灭孩子的天性。我比较认同尝试性的教育方式，比如我要让女儿知道白开水很烫，不能随便拿，我不会警告说你不要去碰，会烫手，而是让她在保证安全的前提下碰一下，然后她知道烫了，下次就不会再拿了。我对女儿的教育算是宽严有度、恩威并施吧！

我会教导她守信。比如我跟她约定，要做完作业再出去玩。既然答应了就必须做到，如果做不到，那以后要爸爸做什么事我也不会答应。

我也会教导她做一个善良的人，从以善心对待身边的亲人做起，以身作则给她做示范。我父母现在跟我们一起住在北京，成年人有了小家后往往会忽视自己的父母，这是难免的，但我会尽力去弥补。父母年纪大了，眼睛视力不行了，剪手指甲脚趾甲这种事情都是我帮他们做。

我女儿今年五岁，现在很多事情跟她还讲不明白，但我会先把理念灌输到她的脑海中，让她以后在自己的生命体验中慢慢去领悟。让善良与信守承诺的家风就这样在我们家代代流传。

责编/曹真真



张馨月

国家一级演员，于1997年同时拜梅葆玖、姜凤山二位为师，成为梅派再传弟子，主工青衣、花衫。2002年毕业于中国戏曲学院，同年进入北方昆曲剧院，2003年8月起在北京京剧院梅兰芳京剧团工作。代表作有京剧《贵妃醉酒》《凤还巢》《谢瑶环》等。