

客家十番：值得用心聆听的非遗



吹拉弹，是普通人对十番乐队的基础印象。吴雅艺摄

东南网见习记者 吴雅艺 闽西客家十番音乐，又名“客家十欢”“打十般”或“打五队”。所谓“十番”，是指乐队演奏的乐器常为十件，有二胡、吊规、三弦、扬琴、琵琶、竹笛等丝竹乐器及拍板、小堂鼓等打击乐器，演员约十人。有时会根据演出规模的大小，进行乐器、人数的增减。

在连城，闽西客家十番音乐已有600多年的历史。南迁的先民带来了中原的音乐，与当地的畲谣等融合，形成了这种具有闽西客家特色的音乐形式。

4日，连城县朋口镇文坊村的项氏家庙里传出了欢快的旋律。清澈明亮的琵琶、铿锵有力的三弦、清脆悦耳的竹笛……原来是文坊村十番乐队正在紧张排练。两个月后，乐队将参加“国家非遗 又见十番”客家十番音乐比赛。

当天，闽西客家十番音乐国家级非遗传承人李贞煜一行，特地来到文坊村对乐队进行指导。

李贞煜表示，他要发挥余热，让更多人知道十番，尤其让更多年轻人爱上十番。随着群众的不断加入，十番队伍眼瞅着日渐壮大。

坚是一种挺拔，守是一脉柔情

上世纪60年代，初中毕业的李贞煜囿于家庭出身未能继续求学，却阴差阳错开始了与十番的缘分。在一次居委会活动中，他有幸结识十番音乐第四代传承人黄花孜，后者成为他音乐之路的领路人。

“‘口传心授’是我们当时学艺的方式，老师怎么做，我们就跟着怎么做，一点一滴学习积累。”李贞煜说。他边学习边接触乐器，慢慢上手弹起了三弦，逐渐成为乐队的三弦主力。1969年，年仅20岁的李贞煜响应国家号召，到当时有“连城西伯利亚”之称的赖源乡插队，在那里一待就是十年。

十年中，李贞煜对十番的研习从未停止。为了不让农村的夜晚显得

太漫长，李贞煜把原街道宣传队一同上山下乡的同志们组织起来，一起演奏十番，劳动之余丰富夜晚的生活。热闹的笑声很快吸引了众多村民。

为了让更多人了解十番，李贞煜拿起刻蜡笔，将乐谱一笔一画刻在蜡纸上，印刷后发给大家。当时的印刷条件很简陋，刻错一个音符，整张蜡纸便要重来。刻蜡力度大了，会形成墨团；力度过小，油墨又透不过去，都会影响乐谱的识别。这份不计工分的活儿，李贞煜却干得格外小心认真。随着群众的不断加入，十番队伍眼瞅着日渐壮大。

可惜好景不长，受当时“破旧立新”思潮和政策的影响，十番音乐的公开表演被迫停止。李贞煜没有灰心，他把乐队拉回屋子里，偷偷地演奏和练习。“实在不愿意让群众喜闻乐见的音乐就这样停下来。”就这样，十番的“粉丝”们每天一结束劳动，就聚在一起



吹拉弹，曾是客家人生活中的日常美学。吴雅艺摄

奏，前来听热闹的村民也很默契，大家小心翼翼维护着这份难得的消遣。

用爱发挥余热，大众听见十番

1979年，李贞煜结束了长达十年的知青岁月。返城后，他在东街社区担任社区干部，平日里处理完街坊邻里的大小事务，还要帮群众答疑解惑。业余时间，集合志趣相投的乐友，在自己的街道社区演奏，是李贞煜最大的乐趣。

时间一长，“听十番，到东街”，家喻户晓。除了日常活动，乐队的乐友之间也会相互邀请，逢喜事、庙会等民俗活动和学校的文艺演出，少不了一起捧场。凭着对十番的热爱和朴素的情感，李贞煜主动担任讲解员，定期为当地青少年普及十番知识，积极组织各种十番演出，十几年如一日。“时代发展得很快，我不想让自己喜欢的艺术从我们身边消失。”谈及自己的国家级传承人身份，他谦虚地说。

他坦承，自己一开始对“传承”这个理念并没有很深的感触。直到2017年参观龙岩市客家十番音乐协会后，他真正体会到了这两个字的分量。为了解决十番音乐当前青黄不接的困境，同年李贞煜便与省级非遗传承人林武河在连城县成立了十番音乐协会，组织退休的干部、职工及在职教师等成立了一个50来人的音乐社团。每周，协会都在东街社区居委会的庭院里进行日常演奏，驻足听十番，已成为周边群众的“日常”。就在李贞煜赴文坊村指导乐队训练的当口，他接到了邻居的来电。原来，东街庭院的“常客”4日这天跑了个空。

“在我心中，十番是高雅的音乐，不同于丧葬的鼓吹。我要打破人们心目中刻板的印象。”为此，李贞煜一直提倡和坚持十番音乐进校园。他将十番音乐编写成教材的建议，得到了相关部门的支持。今年年初，他还与任音乐教师的二女儿拟定了在学校开设十番兴趣班的计划。虽然受新冠肺炎疫情疫情影响计划没有如期进行，但现在学校都开学了，李贞煜说，下半年要将这个计划落实到位。

们的欣赏水平在提高，传承要有一定的新意，才能被群众所接受。”近年来，他和朋友们积极实践，让十番的表演形式得到一定程度的创新。

“预防病毒很重要，人传人把命要，冠状病毒不可怕，就怕大家不听话，不访亲来不访友……”这首《众志成城保安宁》作于今年2月，是李贞煜带领一批音乐工作者创作的。它以说唱形式向市民宣传防疫的相关知识，让群众更容易听懂、接受。这种接地气的“十番说唱”，让古老的音乐民俗也参与了国家大事和政策宣传，十分应景。

眼下，李贞煜正在把“厉行节俭 杜绝浪费”编成歌词，加入“十番说唱”。他希望能够通过联系生活的表达，让更多人意识到餐桌浪费、粮食浪费问题的严重性，从而自觉践行勤俭节约。

今年11月中旬，龙岩市政府将组织举办十大群众文化活动，连城县也将作为东道主开展“国家非遗 又见十番”客家十番音乐比赛。李贞煜希望，通过这次活动让更多优秀的十番队伍相互学习和切磋，让十番音乐能够在群众中再度活跃起来，并吸引更多年轻群体的加入。

创新表演形式，吸引年轻群体

有人说，原汁原味的非遗才是真正的非遗。对此，李贞煜有自己的看法：“原汁原味并不是一成不变，时代在更迭，人

先撒把种子出去，有多少成长看天意，也看人意。”李贞煜说，了解是迈向成功的一大步，“我愿发挥余热，让十番成为值得用心聆听的非遗”。

来源：福建日报

人类和动物具有神奇的免疫抗体

雅加达中医师：王平

未足一岁的婴儿趴在地下玩，经常把不干净的手放进嘴巴里很少因此而得病，小孩从刚出生就开始锻炼抵抗力，如果营养充足，抵抗疾病的能力甚至比大人更好。我们家养的鸡、猫、狗等在地土上捡沾上了灰尘的食物吃，甚至吃草的牛、马、野猪等难免吃上含毒的野草都是平安无事，这是因为人类和动物体内有优秀的免疫系统。人体内的T免疫细胞顺着淋巴管循环在人体和器官表面和周围。T细胞分为T先天性免疫效应细胞和T记忆免疫细胞。在人体内的代谢和排泄系统虽然产生天然性的霉菌或其他细菌，但不会伤害自身的器官或肌体，因为有T先天性免疫效应细胞担负这个责任。如果有外来的细菌或病毒侵犯而被消灭后，T记忆免疫细胞则产生对这类入侵者的识别并激发其抵抗能力，将来如果有此型的细菌或病毒入侵的话将是无以为害了。

当今新冠病毒蔓延之际如果某人进行口、鼻腔拭子检测病毒时属阳性的话，这些病毒正在跟T免疫细胞遭遇，而这个人却没有感觉不适症状，证明他体内对于新冠病毒的免疫抵抗力差不多强，也因为他一向的饮食习惯是正确的，如果保持同样的饮食模式，过不了几天病毒就会消失。遗憾的是当这个人得知检测属阳性后过分恐惧反而改变其已经正确的饮食模式，改为多吃水果蔬菜和营养品并尽量喝水甚至接受输液，那么这些不必要的负担的增加将使他的体质突然下降而导致新冠病情恶化。

虽然有的人进行口、鼻腔拭子检测新冠病毒属阳性，但进行血检时却属阴性，这说明病毒仅活跃于口、鼻腔、喉咙而没有蔓延到血液里，这种现象是很正常的。然而这种现象经常使人甚至医生们产生误解，认为这是潜伏病毒发作前的预兆或者是血检仪器质量不

可靠而产生的误差。假设病毒经过口腔或呼吸道通过发炎的小裂口进到血里，将会遭遇B淋巴细胞的免疫球蛋白则相互搏斗，如果病毒威力强而且数量多而人体因为营养不良，少吃鲜奶、鸡蛋、肉类等动物蛋白类食物以及缺乏葡萄糖，那么造血系统在数量和质量上难于制造优良的白血球细胞及其免疫球蛋白而病毒占优势，这个人就会出现发烧、呼吸困难、咳嗽等症状。相反如果病毒威力弱而且数量少而人体营养良好，这个人就是无症状患者，如果进行血检的话，M免疫球蛋白和G免疫球蛋白同时显示阳性，实际上这种状况已经不属于病毒态，如果这个人坚持正确的饮食模式，过了几天再做血检的话仅显示G免疫球蛋白为阳性，而M免疫球蛋白消失，这个人的状况犹如接受过疫苗注射，再也不会感染到同样的病毒。无症状患者如果传染

给他人是不是很危险？当一个人身上有病毒而病毒不能奈何这个人，证明病毒本身是比较弱或其数量少，况且自年初至今的病毒已经传至第十几代，没有太致命的威力，加上这个人的抵抗力很强，还能够飞出去再沾上另外的人的病毒其威力可能又给消弱一大半，要不是身上刚好已经染上感冒、咳嗽等毛病，刚沾上病毒的人也将是无症状者或根本上还是健康的人。无症状患者如果把把他送进医院接受输液应该慎重注意排尿量，如排出去水量少于输入，大有可能胸腔积水，呼吸困难、头疼、发烧，这并不是病毒引起的，但这种情况持续下去则等于让病毒复生并且使其蔓延。如果再让他服用硫酸羟氯喹片（Hydroxychloroquine）等特强的药，体内的免疫抗体将遭到打击，那么这个人就很难复原，更不幸的是可能导致死亡。在印尼包括首都雅加

达新冠疫情的形势稳定偏向好转，但是有些地方和部门将无症状感染者当成病号来充数，而且不可以自行关闭医疗而强使住院，那么将导致全城病床满位，造成局势似乎相当严重。

政府有关机关最好做“传染与被传染”的试验，验证出印尼本国的人体在本国气候环境之下对于不同年龄、性别传染的速度以及感染的严重程度，以安人心。

在治疗新冠肺炎方面是否可兼用抗生素？此外“莲花清瘟”和“藿香正气”等中成药对于克服病毒的作用，在于灭菌方面还是在于激发抗体而达到痊愈呢？抗生素并没有消灭病毒的本能，如果我们滥用抗生素兼治并发的炎症，将会妨碍体内制造免疫球蛋白，甚至破坏已经形成的免疫球蛋白，不但使痊愈的进度减慢，病患痊愈后将可能还会复发。而实际上如果实行正确的营养和生活

方式，炎症可能在五至七天内消失。乙酰氨基酸（Paracetamol）对于病毒感染时的发热症状是比较安全的佳药，而具有抗血凝的药剂如阿司匹灵（Aspirin）则不可用它，以防血凝太低的时候导致器官或内脏出血。“莲花清瘟”、“藿香正气”等中成药对于感染病毒时出现的发烧、咳嗽、头疼、腹胀等症状有缓解作用，减轻患者在病毒七至十四天活跃期的痛苦，因此也减轻身体器官的负担而且没有副作用，致使体内造血系统能专一的制造免疫球蛋白去跟病毒搏斗。

自古以来人们已经发现并运用病毒激发人体的抵抗力，而如今也运用康复病人血浆医疗病毒患者，以及发明与制造疫苗以激发抵抗力，证明人类和动物具有神奇的免疫抗体，所幸者印尼这个赤道线上的热带国家的疫情不比其它国家严重，尤其不久的将来疫苗试验成功，将迎来光辉的明天。

澳大利亚入籍考试将迎重大改革 增设价值观考题

中国侨网9月17日电 据澳大利亚“澳洲新快网”微信公众号消息，9月17日是澳大利亚公民日。当天，澳大利亚联邦人口、城市和基础设施部部长，移民、公民、移民服务和多元文化事务代理部长塔奇宣布了入籍测试十多年来的首次变革，此次变革重点将放在价值观上。

塔奇在一份声明中表示，新的改革将于11月5日正式开始，新的入籍测试要求即将入籍的公民理解并信守澳大利亚的价值观，如言论自由、互相尊重、机会平等、了解民主和法治的重要性。同时，他表示，只要中国公民来澳已有三年

时间，并且持有绿卡，那么就和其他持有绿卡的所有人一样，拥有申请入籍澳大利亚的权利，只要通过公民入籍的测试，通过健康和品格测试，入籍就没有太大问题。他特别强调：“我们鼓励人们成为澳洲公民，成为澳大利亚联邦的一分子，成为澳洲社区的一份子。”

据悉，公民入籍测试一共20道选择题，其中包括5道澳大利亚价值观的新题。测试者需要全部正确回答5道关于价值观的题目，总分至少为75%，才能通过测试。新题型包括以下几种示例，其中包含了言论自由、机会均等、家庭暴力等问题。

本次变革对公民身份的英语语言和居留要求不会改变。虽然对语言要求没有改变，澳大利亚总理莫里森表示，公民入籍考试也将更加强调英语。

他说：“英语是一项非常重要的技能，来到澳大利亚的移民需要尽可能地在澳大利亚过上最

好的生活，英语必不可少。这符合他们的利益，也符合澳大利亚的利益，这是我们的官方语言，它帮助我们找到工作，养活自己，而不必依赖福利。”

这些基于价值观的问题将围绕学习英语、围绕婚姻的选择自由、宗教观点和家庭暴力展开。

(Sarah)