

My favorite cups
accompany me
through all the moments
of my life.



清
青
—
卓
见

青青卓见

著



人民出版社

青青——卓见

方青卓 著



人民出版社

责任编辑：都基隆 宫 共

封面设计：尚书堂

图书在版编目(CIP)数据

青青-卓见 / 方青卓著. — 北京：人民出版社，2017.1

ISBN 978-7-01-017064-0

I. ①清… II. ①方… III. ①散文集—中国—当代 IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第306513号

青青-卓见

QINGQING ZHUOJIAN

方青卓 著

人民出版社 出版发行

(100706 北京市东城区隆福寺街99号)

三河市祥达印刷包装有限公司印刷 新华书店经销

2017年1月第1版 2017年1月北京第1次印刷

开本：700 毫米×1000 毫米 1/16 印张：12.75

字数：138千字

ISBN 978-7-01-017064-0 定价：39.50元

邮购地址：100706 北京市东城区隆福寺街99号

北京人民东方图书销售中心 电话：(010) 65250042 65289539

版权所有·侵权必究

凡购买本社图书，如有印制质量问题，我社负责调换。

服务电话 (010) 65250042

前面的话

嗨，各位好！

很高兴能以文字的形式，和大家交流。

之前，我作为演员，在影视圈奋斗了近四十年，在已上映的作品中，先后塑造了近百位女性形象，即便工作再忙，有一件事情我却一直没有放下：写！

写啥呢？坦白地讲，开始时很无脑，也很碎片，写东西只是为了避免自己在剧中扮演的角色干扰自己的生活常态。我自诩“写”是催眠法。大家说是不是很可笑？哈哈哈哈哈……

我是个乐天派者。剧里剧外，我都喜欢用笑带动自己，感染他人。当然这也包括我留下的文字。我演一路戏，一路乐不可支地述写自己乐不可支的点滴。

十几年前，我迷上星巴克的同时，也恋上了星巴克情态各异的杯子。我将喝过咖啡的杯子按照编年时序进行编号，逐一收藏，以期把值得珍惜的记忆珍存在我珍爱的每一只杯子里。到如今，一有闲暇，静心阅读它们，便是一桩桩的纪





青青－卓见

2

事，一串串的笑声……

有人问我，卓子（后缀或姐或阿姨或妈妈），你为啥每天都在笑，你就没有烦心事吗？

我说，人生在世，谁能没有烦心事？但笑是解药啊！

当然，我说的笑可不是强作欢颜的笑，而是发自内心的笑。心的阳光，才是真阳光！

我想如果有一天我什么也做不动了，那么我就笑，一直笑。笑，不论对自己还是对他人！此乃我——青青-拙见！

“拙”“卓”谐音，以“卓”代“拙”，似有“方婆”卖瓜，自卖自夸之嫌，我的这本随笔拙作《青青-卓见》，乃出版社给我戴的“高帽”。戴就戴吧，谁让我姓卓呢。哈哈，只要大家能和我一起乐！

方青卓

2016年岁末于北京西山



目录

Part 1 星粉 / 1

1. 不妨多一分酒意 / 2
2. 茶? 还是咖啡? / 6
3. 嗨, 星巴克 / 10
4. 心里住着个“小情人” / 14
5. 窗外最后一片树叶 / 18
6. 闺蜜白头到老 / 24
7. 星巴克, 你个大“媒婆” / 28
8. 有品的女人也可以很任性 / 31
9. 安度更年期 / 35
10. 一只杯子, 一分快乐 / 38
11. 嗨, 瑞士! / 43
12. 神奇的 Espresso 杯子 / 49
13. 勺子情结 / 52
14. 见证小红的成长 / 57
15. 遇和缘 / 61
16. 随身带只绿杯子 / 66

Part 2 演员 / 71

1. 纯朴的小荣 / 72
2. “二”得别样幸福 / 77
3. 喝粥的容嬷嬷 / 82
4. 纽约, 纽约 / 87
5. 《还珠格格》里的孩子们 / 92
6. 戏里戏外 / 98





7. 演员的自我乐趣 / 103
8. 爱, 让生命更圆满 / 107
9. 比宇宙还大的拥抱 / 112
10. 心安之处即是家 / 116
11. 缅怀好友秀敏 / 120
12. 接受不完美 / 125
13. 亲情的爱, 不可以沉默 / 128
14. 苦苦的甜蜜 / 132

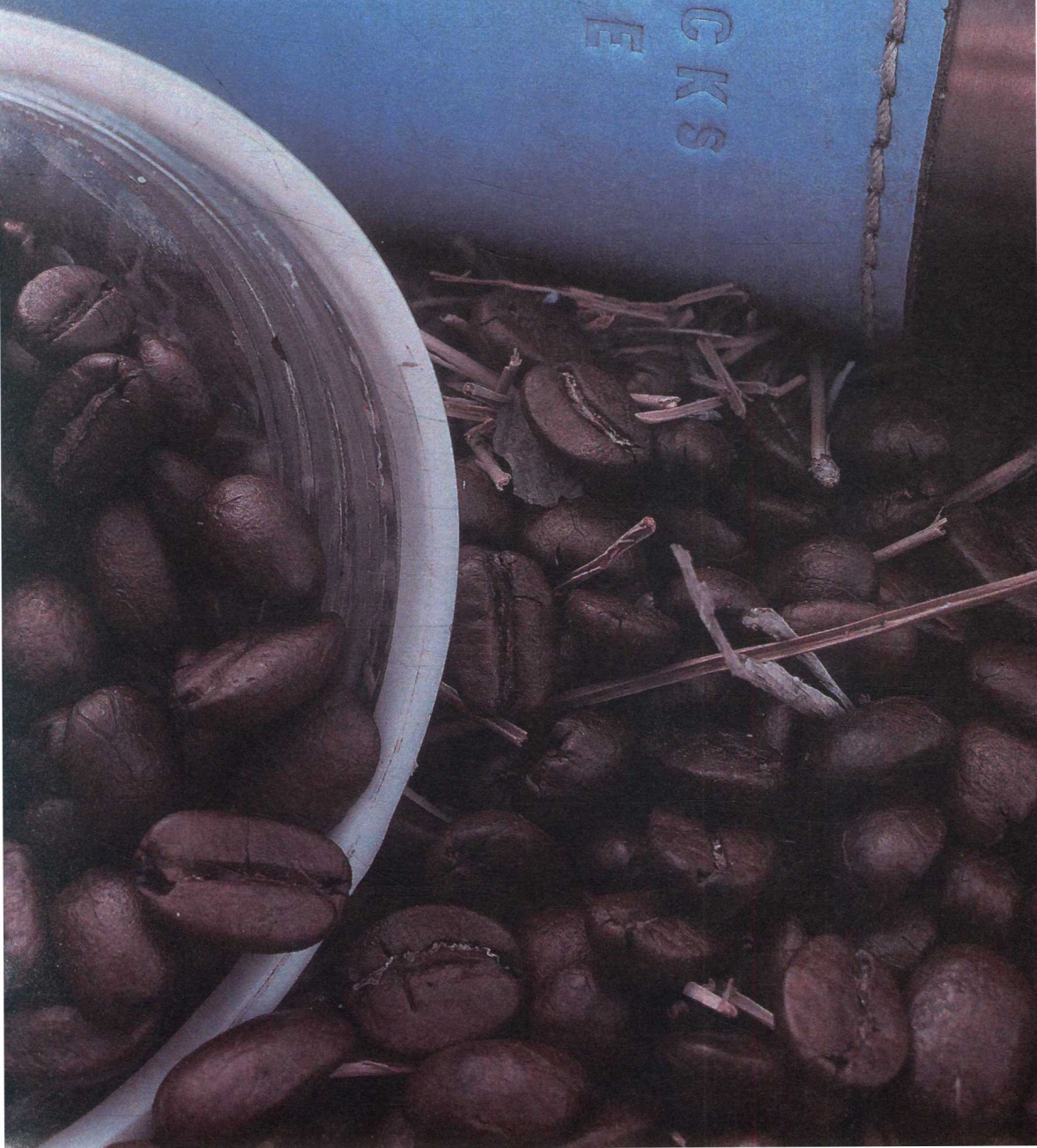
Part 3 女人 / 135

1. 小杯子, 大精神 / 136
2. 不负感恩的心 / 140
3. 两个老“少女” / 144
4. 伟大的母亲 / 148
5. 为儿子骄傲 / 152
6. 五个瓣的丁香 / 157
- 7 小牙套的爱情 / 162
8. 幸福是个忘恩负义的东西 / 167
9. 叶子镶在相框里挂起来 / 171
10. 重塑一个我 / 175
11. 豆的钐印 / 180
12. 原来爱情真的可以保鲜 / 182
13. 赌城飘过 / 186
14. 妈妈赞 / 189
15. 一杯子一辈子 / 193



Part 1 星粉

STARBUCKS
COFFEE





清青 - 卓见

2

1. C O F F E E

不妨多一分酒意



依稀记得在美国拍电影的时候，听过当地流行的一种说法，大意是不要把梦带进棺材，美梦并不仅仅属于年轻人，而是属于活着想做事情的人。直到现在，每每想起这种说法，都会让我激动好一阵子。

在我19岁的时候，文工团舞蹈队排练《白毛女》，每当音乐响起，我就会情不自禁地往练功房跑，看那些“小蛮腰”们身轻如燕的舞步，而且从不“中途退场”。说实话我不是去捧场，而是去“偷师”的。因为我心里有梦，梦想有一天自己也能足尖点地跳、转、翻，也能为观众献上《北风吹》《窗花舞》！

所以我每次看排练都十分认真，并且默默地铭记每一个技巧动作，还时常在左右无人的地方自哼自练，练完《红头绳》练《北风吹》，反反复复怎么也不觉得累。梦所赋予一个人的精神动力，竟是如此的神奇美妙，我切切实实地体验了。

然而梦并不等于一定都能在规划时间里实现。一个人一生有诸多梦想，





如果都能在规划时间里实现，那么梦就失去了真正的价值。我在文工团毕竟是话剧队的，随着演出任务量的增大，工作挤占了我梦的空间，渐渐地就把学舞的梦搁浅了。

一晃二十几年过去了。搁浅的梦还能重拾起来吗？这还真不好说！

有一天，苏杰导演（也是我的发小）打电话来说有个戏要公演，邀请我去观看。我知道剧场外面有一家星巴克，于是我从店里给苏杰挑了一只灰色的保温杯，然后请店员帮我装满当天最新鲜的咖啡，还选了一些他喜欢的点心，打完包进剧场和他一起分享。苏杰曾获得全国舞蹈文华奖，“五个一”工程奖，他对舞蹈艺术有着很执着的追求，我很受他的鼓舞。他后来说，当时他在后台看到我捧着星巴克咖啡和点心，心“腾”地融化了，忘记了排戏的辛苦和紧张。

苏杰不知道，同是那一天，他重新唤醒了我沉睡二十几年的舞蹈梦！他的戏属于儿童剧目，什么内容我已经不太记得了，但我记得场景灯光特别好，剧中加入大量的舞蹈演员的形体表演，深深吸引了我。当时有个直觉在向我招手，我要跳舞！

那年我47岁。我请苏杰帮我排舞。说实话，这个过程并不容易，比我想象辛苦得多。有时候练得胳膊酸麻腿抽筋，也想到过算了，想过放弃吧。恰好当时接受《每日文化播报》采访，说起了舞蹈梦，后来不断有媒体报道。我说学跳舞不是取悦于观众，不是卖弄自己，就是喜欢。记者朋友、观众朋友给了我很大支持，我跟自己说，必须坚持啊卓子，这是你自己的梦想，没

有人能代替你去实现!

两年后,我与苏杰联手登台,从中国民间到洋芭蕾,从古典到现代,尝试了各种舞蹈表演形式,向关心我的观众做了一次综合性汇报。由此,中央电视台《音画时尚》给我做了一台舞蹈晚会。那一年,我49岁。

不久后,苏杰又创作了大型先锋舞蹈,并在比利时国家剧院公演,受到欧洲同行和观众的高度评价,捧得荣誉归来。他回国第一站专门来看我,郑重地送给我一瓶星巴克酒。

在国内的星巴克我没有看到过任何酒类,拿到这瓶酒时的激动现在想起来心脏还“怦怦”直跳。苏杰说知道我没有特别的爱好,痴迷星巴克算得上一个,“姐姐,谁说星巴克不能出酒,就像你的生活有了舞蹈,从此精彩缤纷。”

说得好!生活不妨多一分酒意,只要你觉得梦是美的,但做无妨!





清青 - 卓见

6

2. C O F F E E

茶？还是咖啡？

茶？还是咖啡？这永远是个问题。

我是个口味比较固定的人，在星巴克给自己买的咖啡永远都是拿铁，总也喝不够。直到有一次我在杭州的星巴克店里碰到了茶。

当时情况是这样的，我记得是在《新还珠格格》剧组，拍戏很紧张。虽然每天都很充实，但确实疲劳。难得有拍戏空档去城里，就会去星巴克给自己



买杯咖啡，给剧组同学们带回去一些饮料、点心。有一天下着小雨，烟雨蒙蒙的西湖显得格外清甜柔美。我点完一杯拿铁，决定在店里坐坐。这是杭州西湖边上的星巴克。

坐好后，我看到柜台上摆放着新出的产品——茶。怎么可能？咖啡店里卖茶？都是小铁盒子包装，有传统的白茶、碧螺春茶，台湾的乌龙茶，还有一些漂亮的英伦红茶，每一种都那么精致。尤其是闽东的白茶，几年前认识的人还不多，我却很喜欢它的甘冽清新，在星巴克碰到实在是太意外了。

我拿起这个又拿起那个，碧螺春适合送给年轻的朋友，英式红茶可以让妈妈尝尝，哪个都实在叫人爱不释手。店里服务的小伙子笑眯眯地看着拿不定主意的我，耐心地向我介绍每一款星巴克茶的特点，“白茶清凉醇香，乌龙茶就比较浓厚回甘……”我好奇地问，“星巴克茶跟中国《茶经》里说的茶一样吗？”小伙子先愣了一下，然后很认真地解释道：“因为阳光、雨水或者制作工艺的不同，会有些差别，但同样产地、同样品种的茶，应该是一样的。”

是啊，怎么天天在喝的茶，装进漂亮的小铁盒子，放在星巴克店里，就不认识了？我也乐了，“你们做得对，谁说星巴克不能喝茶呢？到中国市场，中国消费者还是认茶。”

“不，方老师，”小伙子认出了我，“在我们店，很多外国客人也会选择茶。”

大概是因为天气的原因，那天星巴克的客人比平常更多一些，好像各种



还是

咖啡?

还是

咖啡?

职业，各个年龄的人都有。我特别留意了一下，真有意思，我发现选择喝星巴克茶的竟然真是几位老外，而且还是背包游玩的年轻人，他们在低声交谈嬉笑。

怎么会是这样呢？我有点诧异，问星巴克小伙子，“啊哟，现在外国小姑娘们也讲养生啊？”

小伙子又乐：“因为这里是杭州，这里的风景最适合品茶呀。”我望向窗外，烟雨仿佛细纱笼罩，苏堤若隐若现，好像一幅水墨淡彩，近处的垂柳新绿散发出沁人心脾的清新。

我懂了。对茶的理解可能每个人都不尽相同。不同的国家、不同的文化背景，对茶的诠释也是千差万别，但对人与自然的和谐，对天地间片刻美好的追求却是古今中外所共通的。是茶还是咖啡，并不必要去过多地纠结，上天自有美意。身处西湖畔，就在微雨时，还有比捧杯茶更恰当的吗？

小伙子帮我打开一盒样品，哇，星巴克茶是用茶袋包装，不是我想象的茶叶，而且算下来一杯要比酒店里更实惠，又方便又养生，真的可以带给我的朋友、亲人们分享了！

想到这里，我请服务员帮我每种都挑了两盒，还给自己也留了一盒。

我去星巴克，寻找一个点。不是约了别人，而是自己约了自己，说好去，就一定去。那天我很感动。





清青 - 卓见

10

3. C O F F E E

嗨，星巴克



我的第一杯星巴克，是苏小明请我喝的。在北京国贸，时间是1997年。

当时在排姜文导演的话剧《科诺克》。有一天苏小明要带我去喝正宗的咖啡，我说不去，不爱喝咖啡。20年前，普通中国人对咖啡的认识大概都不太多，基本上接触最多的就是雀巢三合一速溶咖啡。有时候拍戏紧张，早晨特别早起床，冲一杯甜的加了奶精的速溶咖啡，倒也没觉得多好喝，但确实是提神。在那个年代，走进咖啡馆去喝一杯咖啡，对于我们大部分的老百姓来说，是件奢侈得不敢想象的事情。

苏小明和我同龄，是一位军旅歌唱家。她的一曲《军港之夜》早在20世纪80年代就传遍大江南北。苏小明的先生是法国人，嫁夫随夫，多年来，她一直有喝咖啡的生活习惯。要不是她带我走进一家绿色美人鱼标志的咖啡