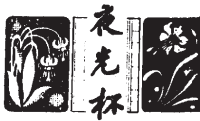


夜光杯



十多年前，我参加了一个心理咨询师培训班，每周两次跑去一所高校听课。

第一次走进教学楼，走廊里弥漫着好闻的咖啡香味，走廊的尽头有一台咖啡自动售卖机，上面标着“三合一咖啡，两元一杯”。我嗜饮咖啡，课间便兴冲冲跑去售卖机上买咖啡。正要操作，却傻了眼，原来咖啡机不能投币，需要插校园卡，而我还未办理校园卡。

打量四周，都是初次见面的陌生面孔，只好悻悻跑开，走到走廊的另一边看窗外。已是初夏，天气有点冷，校园里满地落叶。正在闲看，突然闻到咖啡，香气扑鼻，耳畔的声音亲切——“来，暖暖手。”

转头，竟然是给我们上课的老师，正笑吟吟举着一杯咖啡，递给我。兴许是看到我没买到咖啡，他便多买了一杯。

我连声道谢，接过咖啡。杯子很小，双手捧着，整个人都暖了。

老师姓张，课上得很生动，声音和煦绵软，像一杯加了糖的咖啡，让人听着听着就觉得身心舒畅，似乎不经意间就得到了疗愈。

他讲如何处理亲子关系。儿子的老师打电话告状，说他儿子在学校表现不好。回到家中，儿子已经睡着，双眉紧锁。他坐在儿子的床边，轻轻抚摸儿子的额头，看着儿子的眉头渐渐舒展。他没有责罚过儿子，也没有疾言厉色教训过儿子，甚至没有提起过老师告状的事，但儿子的表现朝着老师和家长的期望，越来越好，父子之间也越来越亲密。他说：“有经验的驯猴师并不是看到猴子表现好就奖励，表现不好就责罚，而是看到好的大大褒扬，看到不好的却视而不见，这样才会朝着期望的方向发展。教育孩子也一样。”

他讲如何处理亲密关系。心理咨询门诊来了一名伤心欲绝的女子，说：“我那么爱他，对他那么好，为什么他最后还要离我而去？”张老师听完她倾诉，说：“你确实对他很好，但你想过没有，你给他的爱是不是他想要的爱？好比每次你都把最好的香蕉给他，但他可能自始至终只想要一个苹果。”女子沉默，继而有所思。

那段时期，我的孩子正值青春期，时不时地与我磨枪擦火，而我的情感和事业也诸多不顺，每天陷在自怨自艾的泥潭里无法自拔。张老师的课，让我醍醐灌顶，豁然开朗。我喜欢上了心理学，每次上课都早早地来，坐到前排，生怕听漏了老师的话。我学习了心理学技巧，第一个治疗的对象就是我自己。

课间，我喜欢在咖啡售卖机上买上两杯咖啡，一杯给我自己，一杯放到讲台上。张老师看到咖啡，常常会端起喝上一口，朝着我会心一笑。

培训班结束，我很顺利地通过了笔试、面询考试，拿到了国家二级心理咨询师资格证书。

然而噩耗随之而来，刚过五十岁的张老师竟然罹患肝癌，不治身亡，而他去世的那天正是我们的面询考试日。

我泪如雨下，他是那么优秀的心理咨询师，帮助很多人解开过心理症结，为什么会让自己的肝区郁积成疾？

我后来没有从事与心理咨询有关的工作，十多年过去了，我仍然常常会想起那杯咖啡，想起有人对我说：“来，暖暖手。”

菊径，江南别样的古村落，山环水绕，小溪绕村庄将近一周，四周均为高山。贴着小溪一条叫“水路”的乡村公路呈“C”字形，架在小溪上的十来座各式小桥连接村庄和公路的各处，虽说是村民与外界联系的通道，但汽车是无法进入的。

一棵千年古樟屹立进村口的公路旁，我们将车停在了村口的大树下，环目四周，满眼的绿色，偶有一些民居的马头墙透过树丛，忽隐忽现，停车场边的小溪里悠悠地漂流着一张竹排，撑排的老人不时把撑杆换上网兜，打捞漂浮在水面的落叶和杂物，俨然是一幅山水画。

往左走百十步，一条贴着

公路向下的石板小径，便是第一条进村的通道，路旁建有宋代的何氏宗祠。据说菊径村是明代名臣何如宠的故里，祠堂内原有大明崇祯皇帝于崇祯元年钦赐的“黄阁调元”匾额（已被盗），意为“荣登宰相之位，执掌天下大政之意”。虽已历经沧桑，但依稀能见曾经的辉煌，而今祠堂是同族村民举行各种重要庆典的活动场所。

循着小径前行，出人意料，眼前呈现的是一座古朴的廊桥，木结构桥身两边建有可供村民休息的长椅，黛瓦覆顶，顶上椽子边还挂着红灯笼，晴可遮阳、雨可避雨，俗称“风雨桥”。桥上成群的鸭子在溪水中嬉游；溪边大妈大婶边洗边说笑着；路旁墙边有的大爷坐着晒太阳

一百多年前，在1910年的上海地图上，愚园路还没有出现，大部分路段还是一片没有标示的空白郊区。但在1911年8月初版的“新测上海地图”里，我们发现划在公共租界里的那一段已标有愚园路路名，证明愚园路1911年正式命名之说不虚。在1914年2月出版的“上海市区域北市图、南市图”上，地处越界筑路地区的愚园路大部分仍未有标名，只注明地处法华乡区域，直至1918年10月出版的“最近实测上海新地图”，才清晰出现越界筑路地区愚园路的中英文标名。上世纪初的愚园路一带，还真是沟渠纵横，稻谷飘香，油菜花遍地的上海郊区，包围在东西向的涌泉浜、诸安浜、姚家浜、清水浜和南北向的田鸡浜、西芦浦之中，一片水乡泽国的江南景致，上世纪1910年，有千年古刹静安寺及寺门口的天下第一涌泉，还有宁谧安详的外国坟地，亭台楼阁的愚园，一路向西，虽然沿着越界筑路的道路两旁陆续出现了一些洋房别墅和里弄，但举目四望，大部分地区仍是风

光旖旎，小桥流水的农村景象，因此成为孙中山先生最喜欢的散步之地。再往前推个1400年，唐之前的愚园路还只是一片刚刚成陆的滩涂，再往前推，那就是海水了。

我走去愚园路，是为了到阿哥家蹭饭，我在愚园路的一条迷你弄堂里生活了30多年，迄今仍是若即若离。

对面上岔路口半岛地带上的大型建筑几易其险，我只记得它最初长宁电影院的模样，九层楼的西园公寓当年是西区最高楼，警报声时常从带螺旋铁梯的楼顶响起。旁边是亨昌里，中共《布尔塞维克》编辑部隐匿其中，瞿秋白和陈独秀都曾过夜楼中，民主人士李公朴也曾居于此弄，给李公朴当秘书的是周巍峙；旁边那一排时尚小店的位置曾经有一家新华书店，“文革”结束时，我在门口排了几小时长队，还是没有买到《红与黑》《基督山伯爵》等名著，

了钱，外婆就盘算着孩子的学杂费用、日常用度和人情往来等支出。日子虽然艰苦，可有盘算，生活就井井有条，居然几十年没有起用外公留下来的积蓄。两位老人的养老送终，三个儿女的结婚生子，也都办得周至不失礼数。

外婆一家忙，也为集体忙。从互助组到人民公社，外婆因为丰富的种田经验，被乡亲选为老农。寒来暑往，外婆天天守望在田头，从选种、播种、田间管理一直到收割，倾其所能传授种田技能。在外婆和大家的努力下，她所在生产队的各种庄稼无不长势喜人，大多年份的收成高于其他生产队。

外婆一生尊老爱幼，她奉献给人人所有的爱，是忍耐，是包容，是信心，是恩慈，是牺牲。外婆的手巧。记得有一次隔壁的木匠公公帮我做了一个抽打着玩的菱角，可就是找不到匹配的抽打细绳，也没有地方可以买到。外婆知道后，一晚上在煤油灯下搓呀搓，硬是用一星星棉纱搓出了几根多彩的细绳。每当我用这彩绳在打谷场上把菱角打得溜溜转转时，小伙伴们总投来羡慕的眼光，我越打越撒欢，外婆也就在旁边看得乐呵呵。

外婆已经走了，可外婆没有走远，她始终在我心里最温暖的地方。

外婆一生勤俭持家、吃苦耐劳，这也成全了她所说的志气。外公去世后，家里失去了稳定的经济来

源，勤劳是把日子过下去的唯一办法。她常给孩子们说，娘有爷有不如自有，让日子过得好好起来只能靠自己艰苦做出来。“鸟叫做到鬼叫”成了外婆每天生活的常态。

白天外婆带着我母亲耕种自家的田地，还到多田户家帮工，一年四季种稻、种麦、种油菜、种棉花、种蔬菜；清晨和晚上纺纱、织布和做针线活。如此这样，一家老小的基本温饱算是凑合了。我还记得外婆也曾让我双手托着成圈的棉条，她踏着那台纺纱机吱吱转着，棉条就成了一股股细纱。客堂里那台脚踏织布机，看上去饱经风霜，仿佛浑身充满疲惫。然而，到了晚上，它在外婆手舞足蹈的操弄下，梭子不停地在两层棉纱间来回穿越，那五色相间的土布便缓缓织出。那时候，全家人几乎有人做衣服的布料和床单、被单等都是外婆亲手织的土布，尽管有些粗笨，有点毛糙，却很暖和。

“吃不穷、用不穷、不会盘算一世穷”是外婆的口头禅。每当有了收获换

今夕何夕

——愚园路拾遗之八 徐锦江

甚至《唐诗选》都没买到，只买到一本《宋词选》，这本来经过联安坊：张澜、沈钧儒（他的家就在近旁的桃源坊）、黄炎培等在此聚会，章伯钧曾居住于此，俗称“民盟楼”，解放后这里的四幢花园住宅成了长宁区政府驻地；兆丰邨，我还居住在弄弄里的愚一小读书。对面是有五栋英国式独立别墅的新华邨，早年是外国侨民的聚居地，解放后成为长宁区委机关办公地，隐在一旁的董竹君故居迄今仍杂草丛生。瑞兴坊：宋庆龄当年就是在弄内4号路易·艾黎的居所收听到了红军长征抵达延安的消息。俭德坊：被枪杀在台湾的“潜伏者”吴石将军渡江战役前，曾亲自送情报到此弄2号何遂将军家，再由其子地下党员何康送出。1283号的公寓，设有《天下》英文月刊编辑部，林语堂曾在此办公，现在却从一家买手店摇身一变成为叫露

外婆没有远去

陈麟辉

现在，上海24小时便利店，多如牛毛。在一次问卷调查中，24小时便利店，竟然成为热爱上海的重要理由。可是40多年前的上海，一到晚上，满世界都是墨墨黑，除了挂在天上的月亮，商店都早早关门了，霓虹灯更是稀罕。

1968年9月26日，率全国之先的上海星火日夜服务商店开张，这是全市商业系统首家昼夜24小时营业的店。在1972年的全国计划会议上，周恩来总理向大家介绍了上海星火日夜服务的先进事迹。

我所在的商店位于平凉路宁国路口的交通要道口，附近有几条公交线路，还有一家医院，也打算开日夜商店。谁来上三班呢？动员以后，年轻人报名居多，问理由，竟然是不要搬排门板。那时的小商店，开门关门都要搬排门板，一块门板长有二米以上、三十厘米宽，最起码有十多斤重，有的门板重到要两个人一起搬才行，对小姑娘来说，分量蛮重的。

日夜商店开张以后，很受欢迎，在店门口挂一盏灯，表示24小时营业。店里除了备灯泡、常用药等夜间需要的商品，又搞了很多便民措施，如在商店公告栏中张贴首末班车时刻表；制作“问路指南”，方便问询的顾客；备打气筒，为骑自行车的顾客免费打气。商店附近有好几家万人大厂，工人下班换乘25路、8路，顺便到店里买点东西；商店对面的纺二医院，病人及病人家属更是商店的常客。那时，上海郊区送菜到城里，全靠农民叔叔加长的拖车，估计装载分量都在一千斤。农民叔叔有时送菜时间早了，菜场还没开门，日夜商店就成了他们的落脚点，避风风雨，吃口热菜。最方便消费者的是香烟。那时，食品是计划供应的，每月分上中下旬，到了每旬最后一个晚上，食品店打烊的时候，往往无法准时下班，营业员一边卖烟，一边嘀咕：“轧啥闹猛？为啥早点不来？”即使这样，也有到点过期的事情。现在有了日夜商店，这个矛盾解决了。

由于24小时上班，又不能关门，商店盘点只能安排在半夜，一天夜里12点光景，进来一个中年男人，在柜台放下了2角钱，用普通话说：“两毛八分的”，一股酒气喷了过来，我正好在柜台上打算盘结账，顺便接待了这位顾客。我想，两毛八分的是飞马香烟，还缺8分钱，于是我说“还差八分钱”，对方又重复了一遍，我也重复了一遍，只见那人抡起拳头砸向玻璃柜台：“两毛八分的！”“咣”，玻璃当场碎了，那人手上也出血了。

大家赶紧把他手包扎了一下，原来这人是要买两包八分的生产牌香烟，由于酒喝多了，两包和两毛含混不清。当然，那人最终赔了柜台玻璃钱。

有段时间，日夜商店晚上的营业额特别高，一查，原来有人看中店里漂亮的小姑娘，于是经常来买东西以接近小姑娘。在长阳路江浦路口的一家日夜商店里，竟然有多对青年男女谈恋爱。后来做了个统计，竟然有七对最后修成正果，有人打趣说，这叫肥水不流外人田！

来，暖暖手

陈晨

外婆是旧时的农妇，但她那些朴实的话语从来就不会过时，她立下的那些“规矩”，不仅教育了子女，也影响了我们第三代、第四代。外婆朴素而又坚强的人生信念，支撑着全家人的生活。外婆年老后最高兴的事，就是看到我们第三代、第四代一个个拿到大学录取通知书。我们也深深地懂得，不管我们的人生成就了如何的“方圆”，外婆的“规矩”，永远是赋能我们人生旅途的清水活源。我们都努力成为外婆口中有志气的人。

外婆一生勤俭持家、吃苦耐劳，这也成全了她所说的志气。外公去世后，家里失去了稳定的经济来

孔雀图(中国画)

鲍莺

板与卵石铺砌的道路曲折而幽远，它会把你引进八卦迷宫，外人进入稍有疏忽便会迷失。

在街道转角处远远看到一幢老屋，残缺的土墙缝隙间长满了青苔和小草，里边一棵当地人叫“抛”（可能我们叫胡柚）的果树伸出在墙外，上面挂着许多熟透了的“抛”，绿色的叶子，黄色的果子，煞是好看。

我们从低矮的围墙上看去，那是一幢略显破旧的老宅，砖木结构，门窗花格有些已脱落，而屋顶的瓦楞里长着许多棕色的瓦松，想必这幢老宅年代一定已久远了。据说瓦松对生态要求苛刻，所以这里的环境一定很好，周边的民居、白墙青瓦更衬托出这幢院宅的古老，但院内还是非常整洁的，一

七夕会

鲍莺

侧是摆放着大小不同、形状各异的花坛罐罐，上面种着各种花草，另一侧种着不同的蔬菜，特别是角上一丛生姜长得特别茂盛，小井边上放着一个利用旧篮球制成的提水桶，应该是用来浇花种菜的，想必这家主人一定是节俭持家的一把好手。

婺源大鄣山乡的菊径村是个古朴清幽的山村，共有三百八十户一千四百余人，村民都为何姓，据清《何氏统宗谱》记载何氏家族祖先于宋朝乾道年间迁居于此，近千年来繁衍生息，遂成大族。村内曲径通幽、巷陌交错，村外曲水环绕，村人淳朴厚道，热情好客。

日夜商店故事多

郑自华

菊径，江南别样的古村落，山环水绕，小溪绕村庄将近一周，四周均为高山。贴着小溪一条叫“水路”的乡村公路呈“C”字形，架在小溪上的十来座各式小桥连接村庄和公路的各处，虽说是村民与外界联系的通道，但汽车是无法进入的。

一棵千年古樟屹立进村口的公路旁，我们将车停在了村口的大树下，环目四周，满眼的绿色，偶有一些民居的马头墙透过树丛，忽隐忽现，停车场边的小溪里悠悠地漂流着一张竹排，撑排的老人不时把撑杆换上网兜，打捞漂浮在水面的落叶和杂物，俨然是一幅山水画。

往左走百十步，一条贴着

旅行

鲍莺

外婆是旧时的农妇，但她那些朴实的话语从来就不会过时，她立下的那些“规矩”，不仅教育了子女，也影响了我们第三代、第四代。外婆朴素而又坚强的人生信念，支撑着全家人的生活。外婆年老后最高兴的事，就是看到我们第三代、第四代一个个拿到大学录取通知书。我们也深深地懂得，不管我们的人生成就了如何的“方圆”，外婆的“规矩”，永远是赋能我们人生旅途的清水活源。我们都努力成为外婆口中有志气的人。

外婆一生勤俭持家、吃苦耐劳，这也成全了她所说的志气。外公去世后，家里失去了稳定的经济来

来，暖暖手

陈晨

外婆是旧时的农妇，但她那些朴实的话语从来就不会过时，她立下的那些“规矩”，不仅教育了子女，也影响了我们第三代、第四代。外婆朴素而又坚强的人生信念，支撑着全家人的生活。外婆年老后最高兴的事，就是看到我们第三代、第四代一个个拿到大学录取通知书。我们也深深地懂得，不管我们的人生成就了如何的“方圆”，外婆的“规矩”，永远是赋能我们人生旅途的清水活源。我们都努力成为外婆口中有志气的人。

外婆一生勤俭持家、吃苦耐劳，这也成全了她所说的志气。外公去世后，家里失去了稳定的经济来

外婆没有远去

陈麟辉

现在，上海24小时便利店，多如牛毛。在一次问卷调查中，24小时便利店，竟然成为热爱上海的重要理由。可是40多年前的上海，一到晚上，满世界都是墨墨黑，除了挂在天上的月亮，商店都早早关门了，霓虹灯更是稀罕。

1968年9月26日，率全国之先的上海星火日夜服务商店开张，这是全市商业系统首家昼夜24小时营业的店。在1972年的全国计划会议上，周恩来总理向大家介绍了上海星火日夜服务的先进事迹。

我所在的商店位于平凉路宁国路口的交通要道口，附近有几条公交线路，还有一家医院，也打算开日夜商店。谁来上三班呢？动员以后，年轻人报名居多，问理由，竟然是不要搬排门板。那时的小商店，开门关门都要搬排门板，一块门板长有二米以上、三十厘米宽，最起码有十多斤重，有的门板重到要两个人一起搬才行，对小姑娘来说，分量蛮重的。

日夜商店开张以后，很受欢迎，在店门口挂一盏灯，表示24小时营业。店里除了备灯泡、常用药等夜间需要的商品，又搞了很多便民措施，如在商店公告栏中张贴首末班车时刻表；制作“问路指南”，方便问询的顾客；备打气筒，为骑自行车的顾客免费打气。商店附近有好几家万人大厂，工人下班换乘25路、8路，顺便到店里买点东西；商店对面的纺二医院，病人及病人家属更是商店的常客。那时，上海郊区送菜到城里，全靠农民叔叔加长的拖车，估计装载分量都在一千斤。农民叔叔有时送菜时间早了，菜场还没开门，日夜商店就成了他们的落脚点，避风风雨，吃口热菜。最方便消费者的是香烟。那时，食品是计划供应的，每月分上中下旬，到了每旬最后一个晚上，食品店打烊的时候，往往无法准时下班，营业员一边卖烟，一边嘀咕：“轧啥闹猛？为啥早点不来？”即使这样，也有到点过期的事情。现在有了日夜商店，这个矛盾解决了。

由于24小时上班，又不能关门，商店盘点只能安排在半夜，一天夜里12点光景，进来一个中年男人，在柜台放下了2角钱，用普通话说：“两毛八分的”，一股酒气喷了过来，我正好在柜台上打算盘结账，顺便接待了这位顾客。我想，两毛八分的是飞马香烟，还缺8分钱，于是我说“还差八分钱”，对方又重复了一遍，我也重复了一遍，只见那人抡起拳头砸向玻璃柜台：“两毛八分的！”“咣”，玻璃当场碎了，那人手上也出血了。

大家赶紧把他手包扎了一下，原来这人是要买两包八分的生产牌香烟，由于酒喝多了，两包和两毛含混不清。当然，那人最终赔了柜台玻璃钱。

有段时间，日夜商店晚上的营业额特别高，一查，原来有人看中店里漂亮的小姑娘，于是经常来买东西以接近小姑娘。在长阳路江浦路口的一家日夜商店里，竟然有多对青年男女谈恋爱。后来做了个统计，竟然有七对最后修成正果，有人打趣说，这叫肥水不流外人田！

菊径，江南别样的古村落，山环水绕，小溪绕村庄将近一周，四周均为高山。贴着小溪一条叫“水路”的乡村公路呈“C”字形，架在小溪上的十来座各式小桥连接村庄和公路的各处，虽说是村民与外界联系的通道，但汽车是无法进入的。

一棵千年古樟屹立进村口的公路旁，我们将车停在了村口的大树下，环目四周，满眼的绿色，偶有一些民居的马头墙透过树丛，忽隐忽现，停车场边的小溪里悠悠地漂流着一张竹排，撑排的老人不时把撑杆换上网兜，打捞漂浮在水面的落叶和杂物，俨然是一幅山水画。

往左走百十步，一条贴着

旅行

鲍莺

外婆是旧时的农妇，但她那些朴实的话语从来就不会过时，她立下的那些“规矩”，不仅教育了子女，也影响了我们第三代、第四代。外婆朴素而又坚强的人生信念，支撑着全家人的生活。外婆年老后最高兴的事，就是看到我们第三代、第四代一个个拿到大学录取通知书。我们也深深地懂得，不管我们的人生成就了如何的“方圆”，外婆的“规矩”，永远是赋能我们人生旅途的清水活源。我们都努力成为外婆口中有志气的人。

外婆一生勤俭持家、吃苦耐劳，这也成全了她所说的志气。外公去世后，家里失去了稳定的经济来

外婆是旧时的农妇，但她那些朴实的话语从来就不会过时，她立下的那些“规矩”，不仅教育了子女，也影响了我们第三代、第四代。外婆朴素而又坚强的人生信念，支撑着全家人的生活。外婆年老后最高兴的事，就是看到我们第三代、第四代一个个拿到大学录取通知书。我们也深深地懂得，不管我们的人生成就了如何的“方圆”，外婆的“规矩”，永远是赋能我们人生旅途的清水活源。我们都努力成为外婆口中有志气的人。

外婆一生勤俭持家、吃苦耐劳，这也成全了她所说的志气。外公去世后，家里失去了稳定的经济来

