

17岁我已经在信笺纸上写作了。写作让我失去区分白昼或夜晚的能力，白天上班，我当时在县水电局的打电室，用一台上世纪八十年代的打字机，为水电工程师打设计稿。晚上我就开始在信笺纸上写作，每次写作，心脏就会跳得很快，半夜三更入睡时，又一次次地感觉到了入睡困难。自此以后，我就成为了一个失眠症携带者。失眠症的顽固性在我的生命中注定了，我要与失眠症和谐相处。

失眠

海男

你不知道在什么样的情况下会失眠？这是一个艺术的问题，就像写作，每一次早晨开始写作时，我都要泡一壶云南的热茶，上午，如果没有茶饮，我似乎还在蒙蒙夜色中行走。上午喝过茶，晚上也不会失眠，每次泡茶时仿佛又一次的行走。所以，只要有一场足够多的行走，你就会迅速地安静下来。

安静，有多少事都在向外撤退，当这个时间中只剩下你自己的时刻，就剩下了身体，哪怕是窗台下扑进的飞蛾，也会找到火焰独自去飞蛾扑火；有那么多人需要你遗忘，因为世界短如羽毛，只够飞翔，世界又那么大，需要把钥匙插进

另外的心道……安静和孤独都是你最好的享受。当洗了一个热水澡，体内体外的污染物都消失了，安静上床，等待你的无疑是一场安

心的好睡眠。但人总是与这个世界上很多人保持着联系，那些在夜里给你带来不和谐声音的人，都是因果。安静的状态顿时消失了。我想，当今时代，为生活和理想而忙碌的人，不少有轻微的失眠症状，这些正常和非正常的情绪让周围一些朋友，也面临着失眠的痛苦。

因为失眠，我有时候也会睁着眼睛到天亮。这时候，总是在看时间，看手机上的时间时，才发现朋友圈中很多人没有睡觉，他们还在发微信，点赞等等。就有了一种联盟者的感觉，这时候，已经有鸟鸣声过来了，天要亮了。失眠也没关系，天又亮了，还有那么多事情等着我。这就是人生，失眠也没有关系，我相信今晚能睡好的，我一定会有一场好睡眠的。我们生活的每一天，都是春夏秋冬。晚安，亲爱的自己，祝福你有梦神陪伴。晨曦来临时又看见自己和世界的影子。

安静的孔道……安静和孤独都是你最好的享受。当洗了一个热水澡，体内体外的污染物都消失了，安静上床，等待你的无疑是一场安

心的好睡眠。但人总是与这个世界上很多人保持着联系，那些在夜里给你带来不和谐声音的人，都是因果。安静的状态顿时消失了。我想，当今时代，为生活和理想而忙碌的人，不少有轻微的失眠症状，这些正常和非正常的情绪让周围一些朋友，也面临着失眠的痛苦。

因为失眠，我有时候也会睁着眼睛到天亮。这时候，总是在看时间，看手机上的时间时，才发现朋友圈中很多人没有睡觉，他们还在发微信，点赞等等。就有了一种联盟者的感觉，这时候，已经有鸟鸣声过来了，天要亮了。失眠也没关系，天又亮了，还有那么多事情等着我。这就是人生，失眠也没有关系，我相信今晚能睡好的，我一定会有一场好睡眠的。我们生活的每一天，都是春夏秋冬。晚安，亲爱的自己，祝福你有梦神陪伴。晨曦来临时又看见自己和世界的影子。



在山 (中国画) 余欣

家有学霸妹

黄飞珏

我们那个年代，没有文山题海，没有内卷鸡娃，却有真正的学霸，比如我的妹妹。

我们兄妹两个只差一届。家里条件不好，妹妹没有念过幼儿园，甚至连玩具也没有，每天只能摆弄一些引火煤球炉的柴引。小学一年级上学期，因为基础不好，妹妹成绩一直在班里中下。到了第二学期，就开始班里拔尖。参加了一次跳级考，居然年级第二，直接跳到了和我同班。父母本希望我能够成为一个优秀读书人，两岁教英语，四岁背唐诗，五岁玩24点，所以小学三年级之前一直是全班第一，时有获得神童美誉。三年级的同班妹妹只能追着我的影子跑。

初中开始，妹妹的成绩开始全面超越我。高一的时候，又参加了一次跳级考，成为华师大二附中历史上唯一一个跳级班的一员。大学在二医就读，年级第一。去美国读医学，提前一年完成硕士学历，再提前一年完成博士学历。现在是全美最牛的医院梅奥诊所的病理学老大。每年回国讲学，都是大领导接待陪同。

妹妹初中的时候爱上了打网球，成天和一群同道中女孩泡网球场，以至于有玩伴家长闹到我家，抗议我妹妹“带坏了”他家女儿。高一的时候，参加高中组越野跑，刚出发就被一个校队选手撞翻在地，棉毛裤尼龙裤外裤全破了。她哭着去追索赔。追着追着找不到对方了。然后，在终点线当志愿者的我，发现妹妹超越了十几个校队选手，第一个到达终点。

我妹妹长得一般，但那时有太多的男孩来和我套近乎，想叫我大舅子。妹妹早我一年毕业，提前获得了父母每个月六元的零用钱，她总是分一块给我。因为年龄相近，且一直一个年级，我们之间经常争吵，还会打架。有一次为了抢一块早餐的糖年糕，我还用那块年糕砸了她的头，被我妈按在凳子上用拖鞋抽。那天两节课之后，班主任递给我一个纸包，说是隔壁班我妹妹带给我的。打开一看，就是那块糖年糕。

妹妹远隔重洋已经三十年来，至今我的衣服裤子袜子基本上都是她买了寄回来，尺寸总是比老婆买的还准。父母原本想把儿子好好培养，没想到小时候的神童大起来，已泯然众人矣。而实现他们愿望的居然是连幼儿园都没读过的女儿。

我们那个年代的学霸，爱生活，爱亲人。



歌德曾在谈话中对当时译成德语的元杂剧《赵氏孤儿》颇为赞赏，后来还意味深长地说过，“中国人写出戏剧的时候，我们还在树林里呢。”这话在今天看来，其实就是陈述事实。在十八世纪，欧洲人想象中的中国，基本上就是一个出产精美瓷器、丝绸、茶叶的有着古老文明传统的东方帝国。尽管当时欧洲人能去中国的，还是极少的商人、传教士，但并不影响作家们用中国题材写小说，英国作家、诗人、戏剧家奥利弗·哥尔斯密的《世界公民：中国哲人

信札》即是其中的重要杰作。在比他小二十岁的歌德眼中，这位“极富创造力的诗人”的诗里“蕴藏着必然是经久不衰的生命力。”

书信体小说《世界公民》最初是在《公共记录报》上连载的，共有119封信，以其机智、幽默及温和讽刺的风格而受到读者的欢迎。这部披着书信体外衣的小说，其实是杂合了随笔、故事、报刊评论等文体的复合文本。哥尔斯密令人赞叹之处，不仅在于他能将多种文体融为趣味盎然的整体，还体现在他能让那些看上去颇为说教的地方也不令人厌倦。

写信的主人公是中国广州人李安济·阿尔坦济，会英语，被欧洲商人推荐旅居伦敦。他很受欢迎，常四处游历，与各阶层人

哥尔斯密的生命力

赵松

士交流，然后把见闻写给北京的礼部大臣冯煌。他写信的另一个对象是儿子兴波，受他去国外远行的牵连，家人被皇帝关进监狱，只有儿子兴波获救，并在出国寻父期间在波斯被俘成奴，最后在伦敦与父亲团聚，还娶了被解救的女奴泽丽斯。借李安济的信，哥尔斯密不只写了当时英国人对中国想象的离谱，还尖锐描写了伦敦的世间百态，特别是各色人等的种种丑态愚行，可笑的理念。哥尔斯密绝对是吐槽大师，关键是在他那仿佛信手拈来的吐槽中不时会闪现睿智的光芒，经常是三言两语就能击中要害，而且是金句不断。

比如，“中国有句谚语：欧洲人连唾沫都舍不得丢。”“法律用鲜血巩固，被赞美也被漠视。”“每一种生活都有自己独特的恶习……背信弃义和欺诈是文明国家的恶习，轻信和暴力是沙漠居民的恶习。”“最无知的民族总是自视甚高。”“对那些自己最愚蠢的人来谈，别人的愚蠢永远是最可笑的。”“无论我们从哪个角度看，前景都是令人不快的。”而在偶尔谈及诗歌时，他还能常敏锐地写出如此耐人深思的见解：“不断变化的激情和随激情变化的数字是西方诗歌和东方诗歌的全部秘密。”

在小说的最后，李安济跟在伦敦认识的朋友黑衣人去游历世界了。而黑衣人的故事，无疑是这部小说里最为出彩的篇章，哥尔斯密那朴素简约的叙事手法，很难不让人想到博尔赫斯。无需考证就可以认定，对于熟谙英国文学的博尔赫斯来说，哥尔斯密的作品，他肯定不仅仅是喜欢，还是颇受启发的。

姚周轶事

吉建富

1986年，我去采访滑稽泰斗姚慕双和周柏春。那次采访由“双字辈”演员张双勤陪同，分别前往姚周府上。采访中，两位大师谈笑风生，即兴“放噱头”，令我笑痛肚皮。这么多年过去了，如今回想起来，仍会忍俊不禁。

当年姚慕双住在太仓路的石库门，我们来到前楼，姚慕双从三人沙发上站起身，坐到了靠窗的方桌旁说，阿拉谈点啥东西呢？依看看阿拉屋里啥啥花头格。一听，我便发笑了。

我家也是石库门，前楼有六扇窗，光线亮堂堂，但姚慕双家这一排窗被窗帘遮得严严实实。采访很顺利，同去的摄影记者请姚慕双坐到沙发上，说了一句“光线太暗”，张双勤刚要拉窗帘，猛听姚慕双一声“勿要拉开来。”我们都愣住

了。只听姚慕双不紧不慢地说：“阿拉唱滑稽格，对过人家晒台噶近，每日赛过坐了第一排看白戏。所以双勤啊，依屋里向窗帘也要拉拉好！”我们都笑了。不过这句也是实话，老弄堂房间隔真的过近，毫无隐私可言。张双勤笑道：“先生迭只噱头灵格。”他接着问：周先生明朝要乔迁到美琪大戏院对面的高楼里？姚慕双说：“这是市政府为改善文化界人士住房条件的举措。周柏春现在屋里向倒用勿着拉窗帘了。”又是一噱。

告别姚慕双，张双勤领着我俩和摄影记者直奔新闻路周柏春家。

周府也是石库门，张双勤在后门喊着“先生——先生——”踏上楼梯。我抬头一看，周柏春立在亭子间门口望着我们，我也脱口而出喊“先生”。周柏春将我们引入亭子间，看了我递上的名片一本正经地说：“依哪能也喊我先生？依是无锡之王！”随即周柏春又笑眯眯地补了一句，“勿是呒没味道的两面黄噢。”说罢，周柏春露出了他标志性的笑容，双勤马上对我们讲，“先生噱头赞哉！”我们也认同频频。



让学生成为想成为的人

胡利华

青年科学家于教授邀请部分民进和九三学社的会员参观他所在的中国科学院上海药物研究所。没想到一场普通的参访，收获是极其丰富的。特别是参观了上药所第一任所长赵承燾的纪念馆，特别有意义。

赵承燾字石民。1906年考取官费留学英国，1912年获曼彻斯特大学硕士学位，1914年获瑞士日内瓦大学博士学位。他是中国中草药研究的前驱者。1949年后，任中国科学院上海药物研究所首任所长。赵承燾毕生研究中草药化学成分。他建立了一整套系统研究整理祖国医药的科学方法，解决了青霉素钾盐结晶的方法。1955年当选第一届中国科学院学部委员。

赵承燾教授是我国化学界之耆宿，药用植物化学先驱。数十年如一日，孜孜不倦，奋力于研究工作第一线。上药所建所初期，他虽年逾花甲，仍不辞艰辛，在国内外网罗人才，加强上药所的科研力量，使得上药所逐步发展成为化学和生物两大学科互相渗透、互相配合，具有发展新药能力的国内为数不多的研究机构之一。赵承燾从事中草药研究，五十年如一日。他平生无嗜好，以实验室工作为最大乐趣，他常对人说：“一天不到实验室，就好像少了什么似的。”

新中国成立前夕，物价一日数涨，当时研究所的勤杂工月工资十元，赵承燾每月只支五元，照常坚持工作。赵承燾临终的那天上还坚持在实验室工作。上药所的青年科学家特别感叹老所长治学之执着，态度之认真，工作之勤奋，以及对青年后生谆谆教导、诲人不倦之精神，在老所长身上自己不仅学到了治学方法，更重要的是学到了如何做，做一个热爱祖国、热爱科学、品格高尚的人。

老所长私下说，如今能让自己欣慰的有两件事：一，做的研究能有用，应用成果落地，帮助中国药物领域发展；二，培养出一批学生，“学生们选择科研这条路，多多少少有自己的情结在里面，希望能不辜负他们的理想，要让他们成为想成为的人。”

金错刀雪

彭鑫之子

源于水。溶于水。冬野皑皑松柏翠。银辉千顷洁无瑕，万里狂飙天日蔽。

山原美，川原美。晶莹世界游人醉。问君怎得许悠然？民泰国安追梦矣！

“这是鲁镇年终的大典，致敬尽礼，迎接福神，拜求来年一年中的好运气的。杀鸡，宰鹅，买猪肉，用心细细地洗，女人的臂膊都在水里浸得通红，有的还戴着绞丝银镯子。煮熟之后，横七竖八地插在桌上，可就称为‘福礼’了，五更天陈列起来，并且点上香烛，恭请福神们来享用，拜的却只限于男人，拜完自然仍然是放爆竹。年年如此，家家如此……”101年前，鲁迅在祥林嫂的故事中描绘了故乡绍兴的“祝福”，这是绍兴人的年末祭祀神祖之礼，其仪式和意义与中国各地的腊祭基本相通。

“祝”的甲骨文是一个跪拜于祭台前的人，而“福”则是手捧酒坛向祭桌进奉，所谓“祝福”，便是祭祀。祈祝幸福，辞旧迎新，“祝福”这一以名现意的越地习俗，因鲁迅的小说而闻于国人。

绍兴民间的“祝福”，俗称

为“五牲”，即加上鸡和牛肉；还有最讲究与至诚的，便是外加熊掌和羊肉的“七牲”。人们会在

绍兴祝福的古习今义

段天承

进行祭祀。后来这种民族色彩逐渐淡去，“祝福”也就变成了较为单纯的祭礼。

“祝福”的时间一般在腊月廿三至除夕夜之间，每家每户择吉日而行之，这其中包括掸尘、备福礼（即祭品）等前期准备，也包含“拜菩萨”和“请羹饭”两大核心仪式，前者是祭拜福神，后者为祭祀祖先。

“拜菩萨”是绍兴人“致敬尽礼，迎接福神，拜求来年一年中好运气的”“年终大典”，故而有最虔诚而隆重的规矩：祭礼要在正厅举行，摆福礼要用八仙桌，福礼的基础款是“三牲”，为肉一方、鱼一条、鹅一只；进阶款

为“五牲”，即加上鸡和牛肉；还有最讲究与至诚的，便是外加熊掌和羊肉的“七牲”。人们会在

之后，人们会安排“请回堂羹饭”的祭祖仪式。此时女眷们也会来到厅堂，将八仙桌掉头，拔下福礼上的筷子，撤去香炉。由于祖宗就在自家屋内，所以家人是依次朝里跪拜。祭礼完毕后还要“散福”，主妇会用煮福礼的汤汁来烧年糕供大家享用，表示将福福分给家中每一个人，正所谓“吃了散福糕，来年节节高。”

绍兴祝福风俗至今仍广泛流传于民间，但旧时的繁文缛节

也终是走向简化，比如肉类福礼可以不是实物，而用年糕捏成的素五牲等来代替。然而，在香火燃起与爆竹声声之中，祈祝家庭幸福，万事顺意，国泰民安——这一“祝福”的核心精神，千百年来未曾改变。

百年前鲁迅在小说结尾写道，“天地圣众歆享了牲醴和香烟，都醉醺醺地在空中蹒跚，预备给鲁镇的人们以无限的幸福”——这其中当然有对彼时国民麻木怠惰的讽刺，但百年后的今天，我们当用守正创新的立场传承先民的习俗，以脚踏实地的态度创造自己的幸福，以积极进取的精神谱写时代的新篇。这，大概就是先生所真正希望看到的，“年年如此，家家如此”的“祝福”吧。

十日谈

非遗里的中国年

责编：吴南瑶

每到过年，乡亲们便舞龙灯，踩高跷，新年过得多彩多姿。



扫一扫，关注“夜光杯”