



2025年,我度过了十分平静的一年。放下了一些原本以为很重要的事情,也去了许多陌生的地方。我还想看一看没看过的世界,并且试图将自己尽可能地隔离于无尽的焦虑之外,整理过往人生。实际上,我如今已经很难追溯焦虑问题的源头来自哪里。好像并没有什么可见的危机和不幸发生,但又时时刻刻紧张,难以彻底克服。2022年精神状态最不好的时候,我对治疗卍行性斑秃的皮肤科专家说,我还有严重的睡眠障碍及膀胱过度活跃的问题。我记得医生态度很严厉地对我说,那你要先去泌尿科,看好了再回来,以及“如果你不能在十点以前睡觉,那头发的治疗我们将无法展开,你不用浪费钱再来”。话虽如此,医生还是提醒我每天要吃香蕉和橙子,并且晒半个小时太阳。天晓得后来我在自己家的阳台上,认真地晒太阳,直到把自己晒伤了。

生活节奏的调整看似容易,其实是非常困难的,强大的惯性难以克服,暗黑如潮水般的沉重感受总是会在莫名的时候突然涌

现。一直到2024年年底,我依然有四根手指宽度的斑秃没有长好。我也不想吃药了,我总觉得我能凭借意志力找回信心。不过这场慢性病并没有让我产生更新颖的情绪。我只是会通过触摸,一遍遍确认自己身体的变化,从而勾连对自身生活节奏的掌握和感知。

2025年秋天,我做了一场很特别的写作工作坊,关于进食障碍与文学叙事,起因是我曾有一个学生在两篇作业中写到多种进食障碍的表现,包括神经性厌食、神经性贪食及暴食。因为缺乏常识,在初期修改学生作品的过程中,我总是给不出合适的文学建议。团队终于筹措到资金和研究团队开办跨学科工作坊时,学生已经毕业两年。我始终将这件事放在心上,是因为我听到亲历者说,这个精神疾病和吃饭关系并不大,但与对身体的控制与认知障碍有关。通俗一点来说,神经性厌食症的亲历者也许是在日常生活中感到过无力和失控,转而希望通过控制自己的体重或肌肉来找回主体性。这

个解释非常打动我。亲历者所认为的“如果我再瘦20斤,家人或爱人就会爱我”的奇怪想法,实际上沉迷在某些工作指标中的职场人同样会有亲切的共鸣。

人的欲望是如此复杂,而人的肉身又非常脆弱。从旁观者的角度来看,人们的确会在一些说不清楚的时候,作出非理性的决策。例如2026年开年,我看到新闻中组团徒步登山遇险的事故发生,引发了讨论。

其实我也是网红博主“神秘园”的忠实粉丝。一开始我觉得博主复盘过的山难、水难和《西游记》的险难设定很像(唐僧就很怕水,但他其实也诞生于江心水难的古典神话中),慢慢地又会看到许多决策背后的复杂隐喻。一个普通人在装备不够、准备不足的情况下,为什么会突然想要徒步和爬山?他们是轻蔑大自然吗?会不会是因为一两次的偶然的成功经验,帮助他们找回过一些生活上的信心?洞穴探险则更加令人费解,尤其是在水体被搅动之后,也许并没有任何所谓的“风景”可

言,每一分钟的决策失误都会带来致命的灾难。可见探险家们追求的,并非纯粹的美景,更可能是心理层面上的权力感。这种掌控感显然是人性中很难被驯服的追求。因为,并非所有人都会拥有世俗意义上的成功人生,但想象中的登山和浮潜,相比直接获得金钱和权力似乎要可行一些。

最近还有一个热词,叫“总观效应”,也会给我启发。它原本指的是宇航员从太空回望地球所产生的认知颠覆。俯瞰地球的体验并不全都是美好的、带有征服快感的,相反许多宇航员在大气层外观察地球之后,产生了非常复杂和深远的心理反应。那甚至不只是围绕着“暗淡蓝点”所感受到的敬畏心,而是伴随着主体性消亡的恐惧和怅惘。

新年里,有天晚上我做了一个非常真实的梦,我梦到我也漂浮到了地球之外,但诡异的是,我试图摸一摸头发还在不在,但摸不到,非常着急。原来,那种缺憾般的治疗成果,竟然会成为我确证生命“真实”和“存在”的路径。

好在,经过一年的休整,我只剩一根手指宽度的头发没有找回来了。

去年八月末,我在西田村参加松阳国际译者驻地计划,待的时间虽然短,却给了那个蹉跎的夏季一个盛大的收尾。

我会记得抵达当日,西田村口那棵参天的古松以远山为衬,托起一片晚霞缭绕的青空。我会记得离开前一日凌晨起床,在民宿主理朱朱的导航下,迎着日出,手脚并用,循寂静的野路和人间海拉鲁般的茶园迷宫,翻山越岭徒步去杨家堂,正午时分在竹棚中围炉煮茶,听“松阳蒲岭龄”细诉前世今生。我记得在五

心书院和“全能娜姐”度过的手艺人的下午,无论是茶染还是颜料染,但凡时光和纤维绞缠过自己的手指,就可以(盲目)相信:从中诞生的织物独一无二。我记得“松阳大厨”杰哥有温度的厨艺,让山间的每一餐都远比食物承载更多。我也记得在41℃的高温中暴走松荫溪和牛羊堰,在石门圩廊桥啜一口起死回生的白冰粉和神仙豆腐,被冰粉大娘充满生命力的人生叙事折服——毕竟自己不久前全靠朱朱跑去药店搞来藿香正气水,才没有原地昏厥。

当然,我记得和同期译友们在望松堂、牛栏咖啡、明月下、竹林间度过的或劳作或闲散的时辰。

时值开学前一周,我们都略带疲惫、背负各自的往昔前来,却在山中共历了一段与星辰同在(cum-sideris)、因而心怀他人(considerate)的光阴。蛰居深山的时光将我们城市中的喧嚣衬得如此孤寂,却又赋予我们重新面对日常的力量。

翻译是一种近乎体力

劳作的心智劳动。过去二十年来,它在学术科研和个人创作的疾风暴雨间稳稳托住了我,使我免于难以避免的挫败感所带来的频繁崩溃。在复旦英文系

念大三时,大我两届的杨宁师兄邀我参与一本美国大学人文教材的翻译,由此结识了上海社科院出版社的唐云松编辑,开启了和译事相爱相杀的二十年旅程。但其实早在那之前很久,身为一名还在学习语言的中学生,我就初尝翻译诗文的乐趣,并痴迷于将喜爱的文本种花般移植入母语的过程。

翻译也是最好的细读,是一个作家自我准备道路上的必经之途。与今天看法迥异的是,中世纪译者往往被看作是最接近现代“作者”的那类人。这方面,生活在十四世纪英国的乔叟可谓一名出色的先驱。他从古法语翻译《玫瑰传奇》,从拉丁文翻译《哲学的慰藉》,从欧陆文学传统中引入大量修辞韵律、宫廷风俗词汇、典雅爱情和古典诗歌主题,丰富了自己作为诗人的教养,也为彼时仍处在“软蜡期”的中古英语拓展了巨大的发展空间。类似的,众多中世纪文学巨擘如但丁、薄伽丘、约翰·高厄都曾将大量古代晚期或中世纪早期作品从拉丁文或宫廷官话译入俗语。正是这批评译者兼作家的努力,为俗语(vernacular)作为文学语言登上历史舞台奠定了基础,否则英语、意大利语或其他现代语种的文学史将无从谈起。古代和中世纪的优秀作家将翻译经典作品视为完善个人诗艺的关键步骤,他们的译著也向来归入其作品全集,而非作为翻译作品另录。

当然,如今我们会严格区分著作和译作,但在信任“翻译作为自我教育”这一点上,我仍是个乔叟主义者。目前,我只翻译思想上能够刺激我、语言上能逼我走出舒适区、审美上能带来战栗的诗人。翻译这些作品的过程对我感受性的侵略、扩充与更新,以及我的语感daemon们同这类侵略间看不见的格斗、角力、和解,是我怀着兴奋,乐意看到发生在自己身上的。我愿工作中的自己成为一座语感和风格的竞技场,永远保持遇见一个全新的自己的可能性。

在松阳的数日,我专注于翻译加拿大女作家、古典学学者安妮·卡森的诗集暨散文集《闲暇时光的人们》。该书开篇就以一篇谈论修昔底德《伯罗奔尼撒战争史》中的七种纪年法的长文给了我下马威,之后又是重拾自己支离破碎的古希腊语的日复一日。当然,无挑战不成译,翻译本来就是最好的细读和自我教育。卡森兼具学者、诗人、译者三重身份,有幸与她的作品耳鬓厮磨,也给我自己的日常劳作提供了最好的对表。

西田村译事

包慧怡



乔治是老公的博士生导师,土生土长的纽约人。或许是性格使然,他更愿意远离大都市,在加拿大东部安大略省一个当年只有30万人口的大学小城伦敦当教授。

当年的通信极其不发达,即便是上海这样的大都市,家居电话都没有普及。老公申请信发出之后,便是遥遥无期的等待。然而乔治居然打了电话来,他从申请信的抬头上找到研究生公寓的总机号码,他不会说中文,找了系里一个香港人,那个人会说简单的普通话,告诉总机的接线生转研究生公寓找到老公。

他怕老公听不明白,以极其缓慢的语速告诉老公愿意收老公读博士,相关手续正在进行中并留下了他家里的电话,如果有问题,随时打对方付费电话给他。所幸之后办理过程还算顺利,我们并没有打对方付费电话。

老公签证办好,飞去加拿大以后一直音信全无,那时候中加之间来往的信件路上要走30天。两个星期的等待之后,我开始焦虑,犹豫再三拨通了乔治家的电话,当我要求对方付费时,心中无比挣扎。一方面,当时的国际长途电话费贵,打美国和加拿大是26元人民币一分钟,实在没有能力打这个越洋电话;另一方面,又实在太想知道老公的音信了。电话接通后,乔治问我我是谁,我回答之后,他马上说老公一切都好,不用担心,我开始道歉打了这个对方付费电话,乔治说了几句我当时还听不懂的话,我听懂了最后一句:I am glad you called(我很高兴你打了这个电话)。

8个月后,我也到了加拿大。老公带着我去办公室见他,他头发花白,眉

目慈祥,给我留下深刻印象的是他的一把修理得整整齐齐的山羊胡子。他当时正在弹Lute,一种有12根弦的乐器。他告诉我星期天他时常带着女儿在教会表演,女儿唱歌,他弹

琴。他让我直呼其名,叫他乔治,当年不是Chaconas教授。当年刚刚出国,还是满脑子师道尊严,总觉得直呼大名叫不出口,每次我见到他,总是小声地叫一声“乔治”。

在加拿大求学的7年,每一个节日,乔治和师母珍妮都把我们叫去家里跟他们一起度过。老公博士毕业后,我们去了美国加州,临行前,乔治和师母在家里办Party为我们送行。乔治是个害羞的人,他和师母准备了一桌子的饭菜,整个实验室的学生们都侃侃而谈,他就坐在角落里静静地听。

老公和乔治的生日差三天,离开加拿大的这些年,我们从加州搬到香港,他为了方便照顾家人也从伦敦搬到了卡尔加里。老公和乔治每年互发邮件祝福生日和新年,春节期间,乔治还很有心地发邮件过来拜年。他知道老公完成了博士后,当了教授,发了好文章,每年的邮件中他总是说:“很为你高兴。”

他从未离开过北美,老公多次请他来访问,他因为得了一种不能分泌消化酶的疾病而不能成行。送儿子回加拿大读书的那一年,我们决定从温哥华开车到卡尔加里去看他。他的家在卡尔加里郊外,人口稀疏,四周都是大片的农田和野苹果树。听到发动机的声音,他便跑出来迎接我们。十几年没见,乔治老了,头发胡须都白了,笑容眼神依然慈祥温柔,他紧紧拥抱了我,能感受到他的欣喜与快乐。他告诉我们师母回去办丧事了,但是师母预备好了

客房,让我们住在家里,出门前还赶早起来做了我们爱吃的甜点。

乔治一边跟老公聊着天,一边张罗着晚饭,他在阳台上点燃了烧烤炉子说:“阿尔伯特塔的牛排最好,你们好多

年没回来了,我烤牛排给你们。”就像是一个老父亲等孩子们回家的感觉。饭桌上,他还是像以前那样,静静地听老公说,实际上很多事情他都已经

在每年交换的电子邮件中知道了,但是他仍然饶有兴致地听。我也终于找到机会,跟他说二十多年前的那个对方付费电话,我说:“乔治,这个道歉迟到了很多年。那时候有点desperate,到了加拿大才

知道对方付费电话多贵啊!你竟然让我们当时打电话给你,而我还真的就打了。”乔治立刻打住我的话说:“千万不要抱歉,我很高兴你打了这个电话。”那一刻,我的眼睛湿了。

告别时乔治没有说什么,只是拥抱了我们每一个人,然后站在家门口的野苹果树下,目送我们远去。车开出去很远了,还能看到他向我们挥着手。乔治是个不善言辞、连走路都喜欢挨着墙根走的纽约人。想来想去,至今我记得他说过的话还是那句“我很高兴你打了这个电话”,但是他不知道在当年远离家乡、寒窗苦读的日子里,他曾经给过我们的温暖。

或许于他,只是平常;于我们,却是恩情。



在法国诺曼底南部的布列塔尼海岸,有一座随潮水呼吸的潮汐岛,雨果曾称它为“大海上的金字塔”。

这便是圣米歇尔山。708年,阿夫朗什主教在山岩顶端建起一座圣殿。千年风雨更替,教堂在废墟与复兴之间一次次重生。最终,山巅之上升起了现在的修道院——拉梅维耶尔,意为“奇迹”,成为天主教三大朝圣中心之一。

英法百年战争中这座圣山从未向英军屈服。它如一道不灭的信念支撑着法国人的精神,也鼓舞着圣女贞德等法国英雄驱逐入侵者。而在战后,一件令人困惑而心碎的历史奇事降临:成千上万来自德、法、瑞士的孩子离家出走,徒步奔向圣米歇尔山朝圣。

摄影

此后,这座岛屿一度沦为监狱,被命运尘封。直到1874年,它终于被法国认定为国家历史古迹,1979年,它更被联合国教科文组织列为世界文化遗产。

黎明时分,我带领摄影团抵达这片法国最美的拍摄地,只见晨曦冉冉升起,天空悄然拉

开一场壮丽的光之盛宴:云层被旭日点燃,橙红与玫瑰金在空中缓缓铺展,海湾潮滩的纹理宛如岁月遗留下的笔迹,被潮水雕琢得明亮而蜿蜒。一座孤城傲然矗立,教堂的尖顶直入云霄,庄严而沉稳,如一位守望千年的圣者,背负着历史与信仰,目送潮水的起落,迎接那必将到来的光芒!

曦照孤城

张廷

“这次,我一定自己退群!”

贾海红

在报社中层例会现场,产业部杨主任当众“吐槽”:

“我已经三次被贾老师移出群了,这次我必须抢先——自己退!”他说的,正是那个让人又爱又恨的新媒体值班群。

这个群,365天不打烊,从清晨六时半睁眼忙到深夜收工。微信、微博、网站……全平台发布在这里同步。指挥长每两周轮换一次,交接时,上轮“指挥官”被移出群——本是“解放”的信号,可偏偏有人依依不舍,比如我们可爱的杨主任。

工作强度爆表,但这个群却活成了报社的“快乐加油站”!“各位,务必开启免打扰模式!”——有指挥长刚下报纸夜班,就来布置次日一早的推送,并@所有人。“飞机马上起飞,我先‘失联’几小时,落地立刻上岗!”正在跟进羽超联赛的圆圆,出差途中也不忘留言。“起落安妥!”群里瞬间飘来暖心的回复。

“这轮值班结束啦,我主动退群了哈。”温柔的葛主任,告别也带着微笑。“给大家点了奶茶,放报社门口架子上,辛苦自取——下次再合作!”暖男戴主任的结尾总是甜度满分。当然,也少不了各种俏皮互动:“公主请入群!”“这个标题绝了!”“版式好看哭!”叮叮当当,热热闹闹,这里不仅是工作群,更是情绪充电站。对了,透露结局:那次会后,杨主任还是“没能逃过”被我移出群的命运——下班太高兴,他又忘了自己退啦。

