董桥书房剪影

叶国威

《读书人家——董桥书房剪影》，英译为 A Sentimental Journey - Tung Chiao and his Study，董太太说这是董桥自己译的。苏富比拍卖公司出了精装、平装两式，精装 120 本编号本，后 20 本归作者。其中 001 号、100 号、088 号、099 号，在孔夫子网拍，结标时，第一号卖了 10500 元人民币，这是天价，这是董桥现象。而平装本印 1000 部，张超群先生告诉我，他们不是书商，书卖完了，就卖完了，不再加印。我心里想着，董粉何止千百计，这不就是奇货？难怪精装 100 本，在开幕后三小时就卖光了。

书房剪影展分了四个厅，“清白家风”有董先生的书画收藏，有前辈的馈赠，散发的都是旧日清香。而其中不管是溥心畬的美人黑犬、观音，弘一法师的朱砂南无阿弥陀佛，对我来说一点都不陌生，如对故人，因为这些董先生都珍爱得很，长年悬挂在旧时月色楼中。而在苏富比布展时，卓敏曾向董先生表示，希望能把台静农送给庄严生日的梅花放到展场。董先生一时想不起也找不着，便简讯问我知否放在哪儿。我回说：“前些年您送了给张桉。”先生才猛然想起。我依稀记得董先生说过，东西要给对的人、懂的人。是的，余英时先生不也将他老师钱穆先生写给他的一幅书法转送给了董先生么！这都是老派流风。

而“字里相逢”是剪烛西窗，是依依旧梦。我观察过看展览的人都常在玻璃柜前驻足良久，品读徐訏、杨绛、白先勇、林文月等人写给董先生的每一行典丽。

去年我为董先生整理书房时，他那些鸿雁尺素，我看了不少，有几通印象特别深刻，比如陈之藩记胡适：“胡先生的绝大与人不同处，是他看见朋友有一点可取，他就快乐。以为是他的成就。”想见的是这位文学巨人的胸怀；吴鲁芹夫人吴葆珠说：“鲁芹离开人世，匆忽廿余年，犹忆他每每收到您来信时那份喜悦，一次您寄他一张照片，他高兴得叫我‘快来看小董的照片’，言犹在耳。”

寥寥数语，忆旧怀人，教人点滴心头；杨绛信里说：“《小风景》栏里的大文已拜读，深羡你在英国八年读书之乐，也深深佩服你的博学多识，无书不读，连《老圃遗文》都看到了。”康河的水光依样粼漪，可惜杨先生已不在了，而大开本的《小风景》也早成了董迷梦寐以求的一部缥缃。

“绝色”这厢放的是西洋精装典籍和藏书票，这些我大多都在董先生家里看过、摩挲过。特别是宝石孔雀装奥玛·开俨的《鲁拜集》、米切尔的《飘》、弗莱明的《007 小说》初版第一册，当自海外寄到旧时月色楼时，我刚好都在。见董先生那种获至宝而又急切待拆封的神情，如今印象犹新。董先生说：“《007 小说》十四册中，以前四部最金贵，其中又以第一部有签名为稀珍。内里有题识的更似凤毛。西洋老书还讲护封完好，内里标价不能不在，一旦标价被剪掉，身价就会掉一大截。”

有时董先生会把一些重要书籍，以透明胶布裁成书的大小，仔细地把书包好，说这样可以保护封面和书衣，是自小养成的习惯。去年 2 月初，董先生自英国旧书店邮购了一部 Daphne Du Maurier 的初版短篇小说 The Apple Tree A Short Novel And Some Stories 来重温，27 号书到了，董先生还以这本书示范教我如何把书包得漂亮。

展览的开幕酒会，仙姐出席了，她分别与董先生和夫人作了拥抱，董先生说：“淑良，你来啦！谢谢。”淑良是白雪仙的本名，她一直只许董先生叫她淑良，说这才亲切，才不见外。善之兄陪着仙姐亦步亦趋，特别在最后一厢“这一代的事”里，绕着董先生的手稿仔细地品读。董太太见仙姐已看了半小时的展览，怕她累着，请她先稍作休息，仙姐不依，还示意善之兄继续领她去看董先生的书法。董先生现场 71 件书法作品，仙姐都一一细看，礼堂对我说：“这位老太太真令人佩服，看得比谁都认真。”“是啊！仙姐今年九十了，这真叫人感动。”我说。

董先生的字我从来就喜欢，文人气韵，读书人家。所以我也请了一纸清芬回家供养，“无言独上西楼，月如钩……”李后主填《相见欢》。

扫一扫，关注“夜光杯”

填好的调查问卷

彭小华

最近，某小区向居民发放了一份小区的《社区建设情况调查表》。让居民哭笑不得的是，调查部门不辞辛劳地把全部答案都事先用笔圈好了，要求居民按圈好的答案回答即可。而圈好的答案，都是最高一级的答复，满意、知道、经常参加、同意……连个比较级的答复都没有，更不用说“不满意”、“不同意”之类的答复了。

另一种实名制调查同样叫人看不懂：物业、业委会等小区机构发给每家每户的调查表上，都事先写好了各户的门牌号码，再请你对他们的工作提出“宝贵意见”。在双方抬头不见低头见的情况下，有多少调查居民愿意直言不讳提出意见？我想肯定少之又少，最多提点希望和建议罢了。试问，这样调查出来的结果又有多大可信度？这样统计出来的数字又有什么实际意义？

我以为，开展民意调查也好，完成要求的检查也好，还是应挤干水分，实事求是。而上级主管部门也不能仅仅满足于听汇报，看报表，而要多下基层，多作暗访，从而听到一线的真实声音。

灯花

人间四月听乡音

潘建龙

江南四月的雨总是那么多情，欲止又起，嘀嘀嗒嗒，连绵不断。

当我沿着川沙镇南市街湿漉漉的石板路跨入内史第时，雨又紧随而至。不一会儿，内史第天井（庭院）挂起四方的雨帘，在屋檐下的青砖地上激起一串串亮亮的水花。

站在屋檐下，雨中的一地青砖、一屋黛瓦，会让上世纪五六十年代出生的浦东人勾起早年浦东民居的旧影俗事。

走过黄炎培生平陈列室，驻足“宋氏家族在川沙”展室，视屏滚动播放着宋庆龄参加国务活动的画面。此刻，宋氏的一口浦东乡音，在 1952 年召开的世界和平大会上传播：

“这次会议是一格（个）威（伟）大的，具有举世意尼（义）的事情，它给于吾（我）们一格（个）机会，使吾（我）们能够在历史的紧要关头，完成一格（个）极（绝）端（对）重要的任务。我们在这里叙（聚）集一堂，再一次充分地证明，成（人）类是一定能创造和平的……”

许多次听过宋庆龄的讲话录音，然而在内史第，在江南四月的春雨中，听着宋庆龄的乡音，别样感动在心头。

乡音是出生地给人打上的不可磨灭的烙印，乡音是游子对于家乡永恒而温馨的记忆。此时，我一个土生土长浦东人，沉浸在一位伟大女性的乡音里，努力追寻着一个多世纪前既熟悉又陌生的生活，希冀在内史第深处，在川沙镇街口、弄堂，找到那份悠远的乡情，那一串孩提时代游戏的笑声，乃至一行沾满泥土芬芳伸向远方的脚印。

“阿呀，宋庆龄刚（讲）格（个）闲话那能忒侬一样咯！”一位刚进门的中年女性打破静寂，无不惊讶地脱口而出。我微笑着询问，她爽朗地回答，“吾侬是浦东人，屋里厢住啦曹路镇。”在惊讶女性的背后，是否蕴含着一种认同、一种联系？是否在她心目中已经认知“宋庆龄忒侬一样讲浦东闲话，是侬格同乡人！”

屋外，雨还在飘飘洒洒，新川路上梧桐树在春风里婆娑。屋内，我的心情如细雨似微风，在老街的小巷里纷飞。类似这位女性的惊讶，在内史第里大概每天都会发生吧。

“少小离家老大回，乡音未改鬓毛衰”。宋庆龄在浦东川沙内史第生活了 10 年。在以后的岁月里，她留学美国，接受西方教育；与孙中山结为夫妻，为中国革命和新中国建设奋斗不息。一生历经多少世事坎坷，风云变幻，然而不变的是浦东乡音！

1955 年 2 月 14 日，黄炎培在日记里写道：“夜，中苏订约五周年，苏联大使召开庆祝大会。主宾席我乡浦东人有三：张闻天、宋庆龄（和）我。”

雨终于停了，一缕阳光透过木格窗洒落在地板上，特别的鲜亮。

“这次会议是一格（个）威（伟）大的，具有举世意尼（义）的事情，它给于吾（我）们一格（个）机会……”宋庆龄的浦东闲话再一次在内史第响起，熟悉而又亲切。

中医埋线真能想瘦就瘦？

徐世芬

杏林夜谈

近些年来针灸减肥和埋线减肥成为了很多不想运动女孩的新宠。她们觉得只要用针灸针或者埋线针在肚子上扎上几针，就可以发生神奇的效果，甚至可以不用控制饮食。有些非医疗机构的美容会所就是这么宣传的。但事实真是这样吗？

从现代医学角度解释针灸或埋线的作用主要从这样三个方面起作用：改善机体的新陈代谢，调整机体的内分泌，调节胃肠功能等。

针灸能增强新陈代谢的速度，使身体燃烧脂肪增加，从而达到减肥的目的。很多肥胖是发生在青春期、产后、更年期这几个阶段，特别是女性，这几个阶段都是内分泌改变非常剧烈的时间段。在针灸减肥过程当中，很多伴随着月经不调、闭经等症状的女性，在减肥过程中并没有针对这些症状进行治疗，但往往通过针灸，就能改善原来的症状，这都是内分泌得到改善的结果。

胃肠调理综合效应多数体现在食欲下降以及大便通畅这两个变化，我们知道，很多肥胖的原因，就是因为摄入太多，所以胃肠功能的调理对减肥作用非常大。没有这么想吃东西了，这是很多接受针灸减肥的人可以观察到的现象，由于针刺能延长胃排空的时间，所以能使本来比较亢进的食欲得到抑制，甚至下降。另外，还能改善肠道功能。

但并不是针灸或者埋线治疗了，就万事大吉了，对于年轻人来说，如果不适当控制饮食，或者不运动，机体长期处于摄入量大于消耗量的失衡过程中，针灸或埋线治疗起到的作用也是有限的。

对于一些顽固性肥胖，遗传性肥胖，针灸埋线的效果也没有那么明显。还有对于肺结核活动期、骨结核、严重心脏病、严重糖尿病、血液病、月经期（除经期调理）的患者，埋线也是不适合的。

中医针灸、埋线治疗需要专业的中医针灸技能与理论知识，需要辨证论治，辨明了你是属于脾虚型、胃热型还是瘀阻型等，选取相应的经络和腧穴治疗才能取得效果，取穴一定要准确，而且针灸操作需要娴熟，补泻手法得当，针刺操作不当会出现效果不明显，更有甚者，会出现针刺过深，伤及内脏，脊髓等，严重的还会出现神经脏器损伤的后果。埋线的操作要求更高，需要无菌操作，操作时要避免伤及内脏、脊髓、大血管和神经干，不应埋入关节腔内；不应在皮肤局部有皮肤病、炎症或溃疡、破损处埋线。

我们经常遇到患者在美容院做过埋线，收费上万元，鼓吹 1 次就能减少 10 斤，可是做过之后并没有任何效果，而且线体在穴位里产生硬结，长期不吸收，来我们医院就诊，要求我们给予判断是不是发生了医疗事故。

这种情况，一次能瘦 10 斤肯定是夸大效果，而线体在体内长期不吸收和操作与材料都有关系，是否正规穴位埋线材料，成分是什么都无法判断。所以医疗操作还是需在正规医院进行。

（作者为上海市中医医院针灸科副主任，主任医师）

花样年华·夏（重彩画） 李守白 作

童谣，终身咀嚼的味道

曹伟明

七夕会

我从小寄养于浙江河姆渡畔陆埠古镇的外婆家。那时的童年，没有现在那么多的早教、艺教和作业。小伙伴之间做游戏、捉迷藏、讲故事，都是不可少的人生必修课。“唱”童谣更是人生的启蒙教育，有韵味有情趣，更有哲理。

在我外婆口中，童谣是真情实感的自然流露。它的歌词言之有物，抒之有情，富有旋律和韵味。她老人家并不单单是“唱”，而是有感而发的“念”，那传神而又生动的表达，又近乎于唱。我小时候，文化的启蒙老师是外婆。我对外婆的依恋，更是源自于外婆的童谣。“摇啊摇，摇到外婆桥。七栗子，八胡桃，九个枣子十只饺，凤菱十八只，甘蔗节节高。摇啊摇，摇到外婆桥。外婆叫我好宝宝，我叫外婆亲姥姥。外婆给我吃糕糕，我给外婆吃面包。”这旋律和歌词，都表达了人间的真情，祖孙俩一边亲热，一边吟唱，上演了一幅隔代亲近的乡间民俗画，丝毫不见有代沟。

童谣是我童年的蓝天和白云。每当盛夏纳凉的时候，我除了缠着外婆讲故事外，总要她老人家教我唱儿歌：“萤火虫，夜夜红。飞到西，飞到东，快快飞到我手中，我手里有只玻璃瓶，放在瓶里亮晶晶，让我当盏小灯笼。”叙事化的童谣，驱散了炎热的酷暑，让我的心中泛起阵阵的凉意，滋润着心田。童谣，也让我在吟唱中，增长了生活的知识，加强了文学的修养，提升了艺术表达的创造力。

伴着童谣成长的我，十六岁高中毕业，去农村插队落户，收集了当地许多儿歌和民歌。事有巧合，后来我考入了华东师范大学中文系学习，毕业后被分配到青浦文化馆工作，从事群众文艺创作、民间文艺研究，又与儿歌民歌打起了交道。

当我做父亲后，女儿的启蒙教育，便是学唱童谣，童谣成了她每天的必修课。从《外婆桥》、《卖报歌》到《一分钱》、《春天在哪里》，那通俗易懂的歌词，加上优美的旋律，女儿都很高兴唱。为此，她在托儿所和幼儿园表演时，得到过不少“小红花”。

在我当了文化馆馆长后，有一天，《一分钱》和《春天在哪里》的作者，青浦赵巷人潘振声返乡来文化馆走访，我俩促膝谈心，才知道那风靡中国的儿歌大王，原是貌不惊人的青浦人。我对儿歌大王潘振声说：“潘老师，你这小儿科意义非凡，我女儿很喜欢唱你创作的儿童歌曲。”他笑眯眯地说：“儿歌，关键要打动少儿的心灵，歌词要有少儿的口吻，韵律更要活泼动情。我接下来的目标，是要为全国 56 个民族，各写一首儿歌。”

从此以后，我与潘振声有了一个约定，业余时间也创作起儿歌。诸如《家乡酒》、《绿色的梦》、《水乡恋歌》、《生命船》、《放歌淀山湖》等，有的唱响了上海人民广播电台的“星期广播音乐会”，有的进入了学校的音乐课堂，登上了“上海之春”的舞台。

而我的女儿，从小吟唱儿歌，不仅读书成绩不受影响，而且一路全面发展。

童谣里面情趣长，吟与不吟不一样。一首童谣可以陶冶人、改变人、塑造人。生活中，有不少人是唱着《一分钱》的童谣，成长为当代雷锋的。

如今，优秀的与时代同步的童谣屈指可数，我们期待多些接纳地气、为儿童喜闻乐道的歌谣，多一些像潘振声式的儿歌大王涌现。

夜光杯

养育