

睡觉不老实?
可能是大脑
功能衰退

睡觉不老实,可能并非只是“睡相不好”。这或许和一种叫RBD(快速眼动期睡眠行为障碍)的神经问题有关。

RBD指人在快速眼动期,身体未像正常人那样“失去肌张力”,而是出现异常动作,如挥拳、踢腿等。它分特发性RBD(iRBD,无其他已知神经系统疾病)和继发性RBD(与已有神经系统功能障碍或某些药物副作用有关)两种类型。

2016年一项发表在《临床睡眠医学杂志》上的研究发现,RBD可能与大脑运动控制系统功能衰退有关。该研究纳入40名志愿者,发现RBD患者(不论是否患有帕金森病)在REM和NREM睡眠期间肌肉活动异常增高,且睡觉动作越激烈,大脑中多巴胺能神经系统功能越差,这可能是神经退行性疾病前兆。

不过,偶尔睡觉不老实不必焦虑是否患RBD。根据国际睡眠障碍分类第3版,RBD诊断有明确标准,若担心可找专业人员诊断。

仇英《江南春》图卷的前世今生

近日,仇英《江南春》图卷捐赠给南京博物院之后又现身拍卖市场一事,几乎到了“全民化身柯南”的地步。

《艺兰斋珍宝探秘》一文对于该画作的描述是:藏《江南春》的锦盒,可谓“机关”套“机关”。打开一重锦盒,里面又露出楠木盒。《江南春》长7米,上有60多方印鉴,《江南春》不仅证实了一段明代文人诗文唱和的历史,也可以看出,在中国,诗歌与绘画关系如此密切,这一独特现象反映了中国文化自然和洒脱的一种气质,文人的“高蹈”精神,有着儒释道与禅宗“顿悟”的思想。卷轴分三截,卷首是陈鏊写的“江南佳丽”4字,第二部分是仇英画,第三部分是10多位名家的和词。《江南春》卷流传有序,收藏它的都是历代大收藏家。诗人袁永之、“话雨楼”王任堂、“过云楼”顾麟士、“虚斋”庞莱臣等都收藏过。

有一天,仇英为文徵明家修补漆器时随手勾勒的山水草稿,竟让这位吴门画派领袖惊为天人:“此子天赋异禀,可成大器!”在文徵明的引荐下,仇英拜入“院体”画家周臣门下,与早已成名的唐寅成了师兄弟,形成以严谨劲利为主调的艺术风格。

后面的故事大家都知道了——仇英画名渐起,经常接受富商和收藏家邀请,至其家中作画。值得一提的是,仇英广泛接触、观摩和临摹古代名迹,技艺大进,尤其在继承唐宋传统的工笔重彩人物和青绿山水方面取得了突出成就。

《江南春》画卷:先有诗,后有画

仇英的《江南春》画卷,其实是先有诗,后有画。这部传世名作首先面世的,是元朝倪瓒(1301-1374)写的诗作《江南春三首》。然后是明代画家

沈周(1427-1509)唱和倪瓒的《江南春三首》的两首诗。接着,苏州吴县人袁袞,在明嘉靖年间倡议文人雅集再予以追和,邀请仇英(约1505-1552),为这组唱和词作补图。随后,同为苏州吴县人陈鏊(1508-1581)题写了“江南佳丽”引首。

仇英画作无疑是整件作品的核心部分。画卷完成后,文徵明、王宠等八位吴门名士题咏,形成“词—画—和诗”的完整艺术链条。

《江南春》画卷是如何流转的

因为是袁袞请仇英为诗作补图,所以《江南春》画卷一开始就在袁袞手里。随后,画卷传至其子袁尊尼(1523-1574)。随后的流转信息不详。

世人再次看到《江南春》画作时,已传到清代王氏三代,王楠、王鲲(1755-1832)、

王致望。王氏三代人以收藏、著述和义行闻名于江南,王楠以其父王濂的居所“话雨楼”为收藏名称,收藏之富名闻江南。之后,《江南春》画卷转入江南收藏望族顾文彬(1811-1889)的“过云楼”。“扬州八怪”之一的金农曾过眼品鉴并留下相关记录。再之后,画作传至顾文彬之孙顾麟士后,又被转藏于近代收藏大家庞元济(1864年-1949年,字莱臣)的“虚斋”,成为“虚斋至精之品”。

庞莱臣为其钤盖“虚斋珍赏”等12方鉴藏印,并将其著录于《虚斋名画录》。

抗战时期,庞莱臣为保护这批藏品,不惜与家人分路冒险将其转移至上海,使其免于战火。这段历经名家品题、著录、战乱守护的传奇身世,其本身就是一部浓缩的、活的中国书画收藏史。

王婧



《江南春》图卷局部

仇英:漆工出身的画家

“明四家”又称“吴门四家”,指四位著名的明代画家:沈周、文徵明、唐寅和仇英。由于他们均活跃于今苏州(别称“吴门”)地区,又被冠以“吴门四杰”。因为影视剧作品的影响,普通老百姓可能对文徵明和唐寅两位更加熟悉。而仇英,是一位从漆工逆袭成为大画家的小镇青年,在今天看来最具“网红”潜质。

在网上,有关仇英的出生年份有不同的版本。根据故宫博物院网站,约1505年,仇英出生在江苏太仓一个普通家庭。幼年随家人移居苏州,为谋生计而成为一名漆工。

当漆工要学会识色、调色,甚至是设计图案,还要经常跟画商画店打交道。也因此,年少的仇英常常能看到各种好画。

2025年,这些文化大家离我们远去

我们将以怎样的方式离去?之后是被记住抑或遗忘?电影《寻梦环游记》中说,真正的死亡是世界上再没有一个人记得你。在今天,告别似乎更困难,声音、文字与影像常给人还在场的错觉。2025年年末,让我们回望这一年远去的文化和文艺界人士。

郑愁予,中国台湾诗人,2025年6月13日逝世,享年92岁。1933年生于山东济南,原名郑文韬,笔名源自《九歌·湘夫人》。童年随母亲躲避战乱,16岁前往中国台湾。1952年写下《错误》一诗,“打马而过”“达

达的马蹄”广为流传,被收入华文教材。北京万圣书园常悬挂他的诗句“是谁传下这行业,黄昏里挂起一盏灯”。

蔡澜,作家、美食家、电影监制,2025年6月25日逝世,享年84岁。1963年从日本大学编导系毕业后定居中国香港,在邵氏兄弟电影公司任制片主任,深得邵逸夫赏识。离职后监制和策划了成龙一系列风靡亚洲的商业大片。1989年到1990年间,他与黄霑、倪匡主持的粤语访谈节目《今夜不设防》创下高收视率,留下诸多经典场面。“风流才

子”是其著名标签,其言论引发两极评价。

傅国涌,历史学者,2025年7月7日逝世,享年58岁。1967年生于浙江乐清,1987年起在乡村中学任教,后苦读写作,发表近200万字文章。2003年出版《金庸传》,发掘金庸的报人身份。晚年转向研究日本留学生群体,生前最后一部著作《在东京重造中国》在日本以简体中文出版。

许倬云,历史学家,2025年8月4日逝世,享年95岁。7岁逢抗战,随家人内迁,因先天肌肉萎缩常被放进箩筐。1948年

赴台,考入台湾大学历史系。学成后任台大历史系主任,作为公共知识分子,向台湾决策层与社会发声,晚年高频现身视频节目与年轻人对话,劝年轻人“认识到自己是活生生、大写的‘人’”。

刘道玉,教育家,2025年11月7日逝世,享年92岁。1977年参与科教座谈会筹划,推动高考和研究生教育恢复。1981年任武汉大学校长,倡导“自由、民主、平等、开放”校风,推出系列举措。1988年突遭免职后笔耕不辍,出版20余部著作。

张钊涵