



第 24 个世界读书日刚刚过去,与书相约的氛围久久不散。据悉,目前中国已有 700 多个城市开展全民阅读活动,400 多个城市举办区域的阅读节、阅读月。全民阅读的热潮涌动,那些美丽的书店更是吸引人们驻足流连。

■ 上海“光的空间”新华书店

北京: 文化文艺并存

坐落于朝阳区南三里屯路的“北京老书虫”堪称中国的“莎士比亚书店”,是如今北京藏书最多的外文书店,无论是朱红色墙纸,还是木质书架和屋顶风扇,每件装饰品都充满了复古感。而同样位于朝阳区中环南路社科院的北京花家地单向空间,则呈现了另一种书店的美感——整面墙的爬山虎、几只慵懒的流浪猫、水泥与原木的后现代装饰风格。

坐落于雁栖湖的怀柔篱苑书屋则能够带给人最靠近自然的阅读体验。这是一座用 4.5 万根柴禾棍围成的书屋,只靠自然光线穿透玻璃窗,点亮一方小天地。

青岛: 网红打卡圣地

创办于 2006 年的良友书坊,隶属于青岛日报报业集团,更专注于青岛本土文学文献

及青岛当代艺术史的梳理和展示。

穿越百年风雨的老建筑、公益性质的文学沙龙活动、颇具玩味的旅行地图、明信片等周边产品,构筑起一个兼容并蓄的公共文化艺术空间。这里几乎是每个文艺青年到了青岛的打卡圣地。

上海: 海派新潮书阁

位于上海松江泰晤士小镇的钟书阁,被视作中国实体书店转型的一个标杆,充满着海派的新潮设计,仿欧式的建筑外观融入街景之中,玻璃幕墙上镌绘着来自世界各国书本里的精选段落。

如今钟书阁已经开到了扬州、重庆、无锡、成都、杭州、苏州等城市,且每家都以其独特的海派新潮设计,成为城市的文化地标。

由安藤忠雄亲自设计的“光的空间”新华书店,则是书店和美术馆一体化的文化艺术

空间。高高低低的木色书架、来自远方的光线与书格重复之美共同构造一幅犹如幻境的场景。连接七楼“光的空间”新华书店和八楼明珠美术馆的核心区域,形似一枚巨蛋,也被不少人戏称为“安藤蛋”。

秦皇岛: 最孤独图书馆

从三联书店海边公益图书馆建造之初,它就被喻为“最孤独的图书馆”。位于秦皇岛市昌黎黄金海岸工业园区金海南路 7 号的这座建筑通过打造玻璃天窗光筒,实现了自然采光。书店离海边不足百米,需要在沙滩上步行才能到达,周边没有知名景点,但这座独处的建筑近年来吸引了海内外不少读者。

南京: 先锋城市名片

作为南京的著名文化名片,先锋书店已经探索出一条以“学术、文化沙龙、咖啡、艺术

画廊、电影、音乐、创意、生活、时尚”为主题的文化创意品牌书店经营模式,它不仅为读者打造了一个融会建筑之元素、宗教之情结、人文之关怀的书店阅读空间,也通过铸造先锋风格的人文品牌,体现了南京市民的精神品格和思想品质,南京大学的学生甚至亲切地称它为“南大第二图书馆”。

杭州: 风水光的游戏

2018 年 3 月正式对外开放的杭州晓书店,前身为良渚文化村的社区图书馆,馆内的灯光、窗框、书格,与落地窗外的湖面构筑起一片风水光的逸事美景。在光、影与樱花的陪伴下畅游书海,仿佛置身尘俗之外。目前晓书店由高晓松与万科杭州旗下文化品牌共建并运营,在开业的这一年,被贴上了“最美图书馆”、“天堂图书馆”、“纯公益”等标签,再加上名人效应,赚足眼球。

许璟莹

泰国“菜场小子”上海学中医

打算学成回国后和朋友开一家中医诊所



生活在上海

医院的早晨,是一天中最忙碌的时刻。上午 7 时刚过,张一水就来到上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院推拿科诊室。不出意外,他又是第一个到。

24 岁的张一水来自泰国佛统府。中文名有“中泰一衣带水”之意。从小在蔬菜批发市场长大的他,5 年前如愿来到上海中医药大学求学,被博大精深的中医文化深深吸引,在上海岳阳医院系统学习推拿等中医技术后,张一水有了新梦想:把中医带回泰国,让更多家乡百姓受益。



■ 张一水为患者治疗

上海阿姨让我“别紧张”

浓眉大眼,皮肤黝黑,典型的东南亚长相,穿上白大褂的张一水,显得有些与众不同。他是岳阳医院推拿科的实习生,每天跟着老师们学习这门古老而神奇的中医外治技术。岳阳医院推拿科是全国重点专科,慕名而来的患者常常挤满诊室。张一水每天要服务 30 多位患者,在带教老师的指导下,为病人量血压、记录病史、做好体格检查,还有最重要的手法操作。

“你不是中国人吧?”“你中文怎么那么好?”患者接受推拿治疗时,总爱和这个阳光大男孩聊天打发时间。张一水在上海生活了 5 年,中文说得很溜,偶尔还要冒出几句蹩脚的上海话,逗得患者哈哈大笑。

半年前刚来医院时,张一水还很担心,他是一个外国人,年纪又那么轻,患者会不会拒绝他?他下定决心靠勤奋换取患者的信任。

推拿手法易学难精,明明是一样的动作、一样的穴位,不同的人操作,体感和疗效相去甚远。“推拿技术无法单靠言传,只有认真观察老师演示,自己不断摸索。”推拿科主任孙

武权说,这个留学生十分好学,只要哪位老师有空,他都会立即要求替老师“免费服务”,通过老师的直观感受了解自己的不足。

有一次,一位患颈椎病的上海阿姨来就诊,张一水为她治疗时,阿姨痛得嗷嗷大叫,吓得他赶紧停下了手。想不到阿姨不仅没有责怪他,还鼓励他:“小伙子,别紧张,你推得很好!”张一水说,推拿科的患者虽然病痛缠身,却给了他包容和鼓励,让他有了信心。

“坐位调膝法”泰国显神功

每天下班后,张一水都坚持中医学基础理论、中医诊断学、方剂学、中医内科学的学习。有时闭上眼睛,脑子里都会不自觉地冒出阴阳五行、八纲辨证。

一次回泰国探亲,张一水碰到一位长辈叔叔,其走路步态引起了他的重视。他主动询问叔叔是否膝关节疼痛。叔叔说,他的膝关节痛了一年,爬楼梯都十分困难。张一水在岳阳医院学习过“坐位调膝”,主动提出为叔叔推拿。这里点点、那里调调,几分钟后,他让叔叔走走看,叔叔的膝盖真的不痛了。叔叔激动地拉着张一水的手,半天没有说出一句话。

泰拳是张一水最擅长的运动,学习之余,他会到拳馆里挥拳,拳馆里的很多人知道他是学中医的,一有问题就会来找他,久而久之,他成了拳馆的“御用治疗师”。得益于在岳阳医院系统、正规的学习,他独立治疗颈椎、腰椎、膝关节等问题已不在话下。科室里在推广易筋经等中医传统功法,他也会推荐自己的中国、泰国朋友练少林内功、易筋经。

菜场小子的“逆袭”人生

5 年的上海学习生活,让这个“泰国菜场小子”爱上了繁华美丽的上海。上海的地铁如何换乘,张一水了然于心,他和城市的上班族一样,对地铁产生了深刻的依赖;他喜欢吃浓油赤酱的上海本帮菜,最津津乐道的是油爆虾、酱爆猪肝……

今年夏天,张一水就要毕业了。8 月底将迎来泰国中医资质考试,考试合格后就可以在泰国成为一名中医师。他说,自己已把上海当做“第二故乡”,他决定和几个同学一起回泰国开设一家中医诊所,如果将来有机会还要从事中医教育,把中医文化和技术传播给更多人。

左妍 王成

漫步上海

优秀历史建筑

第一百货商店



第一百货商店原名大新公司,1934 年在南京路和西藏路口开工建造,设计者是留学美国的华人建筑家关颂声。1936 年正式开张营业,当时是远东最大百货商店,大楼曾获得亚洲最佳建筑设计奖。大新公司同新新公司、永安公司、先施公司合称南京路四大公司。1949 年,上海市第一百货商店迁入大新公司。

孙中钦 摄



出行便利贴

大湾区三大港口 世界级邮轮走天下

在粤港澳大湾区内,有一个“3 小时邮轮经济圈”——广州南沙邮轮母港、深圳太子湾邮轮母港和香港启德邮轮码头都集中在此。三大港口之间,从任意一个到达另一个只需要三小时。从这里可通达日本、越南、菲律宾等众多目的地,而世界级邮轮母港的落成和世界级邮轮的停靠,给游客带来的是前所未有的旅行体验。2018 年粤港澳大湾区邮轮旅客出入境接待量达到 257 万人次,同比上升 13.6%。