

新民晚报

无论是历经沧桑的老城,还是元气充沛的新城,路口建筑物所形成的转角,都是具有边界意义的存在,是对空间切割的开始或者暂停。我甚至认为,转角的设计、装饰、利用、展现……是历史的选择,更是文明的体现。转角构成了可触摸的城市棱角,又好像是一个密码,如果热衷于City Walk的朋友对它稍加留意,便可从体量、质感、角度、阳台和窗口等要素,猜想它曾经发生的故事以及居住者的生活趣味。

转角,都市的鼻梁

沈嘉禄

在有些特定场域,对转角的处理因为保守思维而显得傲慢。比如说紫禁城,它有一条隐然而决然的中轴线,禁苑内所有建筑物必须围绕皇权中心安排,讲究对称,以秩序感强化权威,大门也是开在宫墙中央位置,不容偏离分毫。今天被人们用诗意的文字和唯美的图像纵情赞美的角楼,不可能是故宫的主角。它很美,堪当中式建筑的典范,但它的作用仅限于警戒与震慑——建筑自闭症折损了它的审美价值。

现代城市的建筑则勇于承载符合时代潮流的价值观和美学思想,它主张开放与包容,给城市注入无穷活力,激发人们更多想象。

现代城市秉持的公共理念、对环境友好的重视以及对风尚流变的敏感,赋予转角更自由、更奔放、更亲民舒展。设计师首先想到的是打破刻板的平衡,让礼仪功能后退,实用性和标识性

转角,都市的鼻梁

沈嘉禄

上升;将行走者的视线引向美好和远方,激发公众切入城市文化内核以及参与社交活动的欲望。对商业体和文化场馆来说,一切有利于展现、沟通、交易、消费、共享、沉浸等等。

身居闹市,难免神经兮兮。当我们沉溺于爱情,孵化着希望,转角意味着邂逅或迷失,告别或重逢,甚至对应命运的转折跌宕。渐渐远去的背影追还是不追,只给你数秒钟的犹豫。所以,上海作为具有样本价值的城市,借助转角为戏剧冲突埋下伏笔。

一百多年前,它挣脱了城墙的束缚,沿着歌浦滩头伸展,在开阔的农田和荒地上修路架桥,用各种风格、各个潮流的建筑张扬设计师的个性,也表达着新兴城市积极向上、勇于探索的精神。随着街区的延伸,转角的重要性随之凸显,开放和包容是一以贯之的主线,

这在外滩的“第二立面”上体现得尤为明显。更有代表性的:南京东路的“四大公司”都是从转角开始讲述各自的传奇,虹口活动影戏院、美琪大戏院、国泰大戏院、兰心大戏院、恩派亚大戏院、南京大戏院、百乐门舞厅、大世界游乐场等等,以开放的姿态虹吸着人流,因为它们来到这个世界的使命就是让人们造梦、圆梦并分享快乐。

转角,都市的鼻梁

沈嘉禄

同时,无数个茶馆也开在转角,上百只鸟笼挂在二楼窗外,百鸟争鸣的春天,阳光明媚。无数个酒楼也开在转角,阳澄湖大闸蟹广告牌高悬在屋檐下,蟹眼上有小灯泡不停闪烁,暮色苍茫的秋天,红泥小火炉,能饮一杯无——这也是上海。

当然,今天仍在召唤着人们走近它的还有很多,谨以淮海中路区域为例,南昌大楼(原阿斯屈莱特公寓)的转角体现着典型的装饰主义风格,在Art Deco这条路上走得更远,线条更简洁的还有淮海大楼(原恩派亚大楼);上海妇女用品商店(原培文公寓)略带弧度的转角立面和瑞金公寓(原爱司公寓)线条清晰、红白相间的外墙装饰,就像将白衣领子竖起来的两个老派男人;永业大楼采用四方攒尖,顶层转角处以一个内嵌式圆柱通向顶层,上面有一个帽筒式的日光室,轮廓线像一段小夜曲。如果再

将视线抛向苏州河北岸,那么就不能错过耸立在邮政大楼转角上的钟楼,这也许是古典主义的一次返场;还有吴淞路、武进路拐弯处的虹口救火会分站——转角向内收缩,便于消防车辆临时停靠。四川北路、多伦路有一幢白色洋楼,门窗上的伊斯兰文化元素令人叹为观止,它被当地居民叫作“白公馆”,最早的主人就是将电影引入上海的西班牙商人雷玛氏。

转角,都市的鼻梁

沈嘉禄

在新文化和新思潮的熏陶下,设计师在民用建筑

据说,佛罗伦萨有一个很独特的美术馆,叫国立美院,美术馆门口永远都有人排队,一年四季,只要开门,就有人排队。

在路上必有风景

陈美

进入美术馆有一条很黑很黑的通道,七拐八拐,最后突然眼前一亮,离你大约80米远的地方,“大卫”就站在那儿。整个展览馆就是一件作品——米开朗基罗的大卫像。很多人在走过80米长的走廊的时候,不曾发现左右两边竖着的一块、又一块大理石,因为那个“大卫”太有名、太吸引人、太召唤人了。

如果你仔细看看,你会发现左右两边各有7块石头,那14块石头的尺寸、体量,跟“大卫”都差不多大,只不过是“大卫”有个底座,显得特别高。那14块石头是当年米开朗基罗刻“大卫”刻坏的。

他从头到尾换了15块石头,米开朗基罗是经历了十几次不如意和半途而废啊,所以他刻了4年。如果你端详这些半成品,你会感觉到每个石头都是活着的,你的眼前会展开一个过程,从山环水绕,到山穷水尽,再到柳暗花明,时时、处处彰显着作者的执着、灵性和匠心。

在路上必有风景

陈美

上大胆突破所谓“风水”的陈旧观念,利用不规则空间打造别样的景观,比如今天成为网红打卡地的武康大楼、河滨大楼,还有惜土如金、异峰突起的天孚大楼。改革开放后,华亭宾馆以S形的庞大转角,向全世界发出中国实行改革开放的强烈信号。击键至此,我眼前浮现巴黎的凯旋门,以它为圆心放射出12条街道,拥有12个转角,而且是奶酪状的锐角。转角为浪漫之都代言。

前不久我认识了摄影师刘江洲先生,多年来他将镜头锁定上海的转角,这是灵光乍现的决定,也是艺圃耕耘的瓜熟蒂落。可以想象,当他在十字路口立定,举起相机对焦某个船舶般挺立的转角,就等于面对多重可能性。转角具有的纵深感和不确定性,要比建筑的平面更有故事性和偶然性。转角的指向或左或右,可进可退,带着莫测高深的悬念与城市寻访者重逢,极大地激发了他的创作欲望和人文思考。此时,大地在颤抖,空气在燃烧,城市在

在路上必有风景

陈美

流动,机会稍纵即逝,眼前的瞬息万变让他心潮澎湃。

在路上必有风景

陈美

随着城市的焕新,许多转角将在面相、体量和功能上发生变化,这是上海面临的机会与挑战。刘江洲计划出版一本以转角为专题的摄影作品集,让读者分享并记住美好时光。我看到上海的街景因为转角而别具深意,它的光影交替,或刚或柔的轮廓线,在夸张变形和无限延伸的界面上,有着亦庄亦谐的色调和殚精竭虑的装饰。它轻轻说出的某个预言,不由得令人一怔。哪怕一半是海水,一半是火焰,也足以让读者涌起一丝甜蜜的伤感。总之,转角再次启发人们的张望与回想,但愿刘江洲没有辜负上海的转角。

倘若你行走在黄叶纷飞的街道上,不妨在十字路口停留几秒钟,看一眼建筑的转角,恍然间你会觉得,它等你已经很久了。

在路上必有风景

陈美

得意,如今看来,不过是“哗众取宠”“故弄玄虚”的雕虫小技,或根本就是“画蛇添足”的多此一举。那就果断删除;有时觉得这个学习任务的设计还缺少“挑战性”,需要孩子们“跳一跳,摘桃子”,那就加一些孩子,或去掉某个“支架”,就这么来来回回,不知不觉,两小时过去了。

在路上必有风景

陈美

每每上完公开课,老师们溢美之余,不免发问:有秘诀吗,让课堂灵动起来、诗意起来?我总是“苦吟诗人”般感叹:“两旬三年得,一吟双泪流。知音如不赏,卧卧故山秋。”用韩愈的话来讲“割肝以为纸,沥血以书辞”也不为过。人民教育家于漪老师说:“备课,是老师用生命在歌唱。”真是“高山仰止,景行行止”。

闺蜜湘姐退休了,在家整理资料,她发现每一届的高三讲义都是不同的,还烙上了一个职业“怪癖”——不做题目,心里就堵得慌。这几年,真是战战兢兢,如履薄冰。她很佩服那些胆大的人,凭一本“独家秘笈”,从容走江湖。

在路上必有风景

陈美

我想,在“不放过自己”这点上,我和湘姐真是知音啊。

在路上必有风景

陈美

转眼又是一年一度的冬季滋补季了,每年此时,总有很多朋友问我,医生我虚不受补,还能吃补品吗?我一吃阿胶就上火,还能吃阿胶糕吗?

虚不受补的这类人在生活中很常见,他们吃了补药或补品就上火,要么口腔溃瘍,要么大便干结,这些人虽然身体虚,但接受不了补药、补品,他们只能任凭自己虚弱下去吗?要想搞清楚这个问题,先要知道什么才是真正的虚不受补?虚不受补一般分两种情况,一种是虚的同时有痰湿;一种是虚的同时上了虚火。

在路上必有风景

陈美

先说“虚而夹痰湿”。这种情况多见于贪吃的胖子,或虽不贪吃,但脾虚严重。贪吃的胖子往往是体内代谢废物过多形成了痰湿体质,而另一种脾虚造成的痰湿,则是因为脾的运化能力下降,导致体内代谢废物不能清除出去。不管哪种,归根结底就是他们的痰湿都没能及时排出去。这些人或者肥胖,或者虽然看着不胖,但有血脂、血压、尿酸酸高的问题,同时又容易疲劳,动不动就气喘吁吁。他们虽然本质虚,需要进补,但必须先要把身体里的垃圾清除掉,先去除了痰湿才能补气血,否则就会造成中医所谓的“闭门留寇”问题,也就是把垃圾关在了身体里。所以,这种人要想进补,先要用一些化痰湿的中药,比如用陈皮、莱菔子、山楂各10克,开水冲泡了代茶饮,用这个来清除路障,一直吃到舌苔不厚腻了,痰湿也就化掉了,再动用黄芪、人参、阿胶等补药来对虚的本质进补。

还有一类虚不受补的人群,他们吃了补品会上火是因为阴不足,阴虚导致了上火,这种火往往是虚火,这种人如果错误地吃了补气药,等于火上浇油。这种人的典型表现是偏瘦,手脚心热,容易心烦、失眠,舌头是红的,如果看中医,一般都要用“知柏地黄丸”之类的中药来补阴清虚热。这类阴虚的人就算他们有疲劳、心慌气短、动辄气短等气虚症状,也不能常规地给他们补气。因为补气药往往是热性的,会进一步伤阴,让他们上虚火。他们唯一能吃的补药就是西洋参。西洋参是人参里面唯一的一个既能补气,又能补阴;唯一一个不上火甚至能去火的参类,因为西洋参的性质是凉性的。换句话说,虚不受补,特别是因为阴虚而不受补的人,西洋参是他们唯一能吃的补气药。

还有一种虚不受补更多见,这些人既没有明显的痰湿症状,也不是阴虚体质,但仍会在吃了补药后的几天上火,其实,这时的上火,是身体对补药的正常反应。试想一下,我们节食运动减肥时,最初几天效果肯定特别明显,但往往两周以后,体重就很难再降了,这就是到了减肥所谓的“平台期”。我们的身体用了两周时间,终于和节食、运动达到了平衡,这种和外界变化达到平衡的能力,是我们身体维护自身健康的本能。虚弱的人其实已经适应了虚弱的体质,只不过这是一种低水平的平衡。我们进补就是为了提高体质,抬高这个病态的平衡点。进补前几天的上火,就是身体还没能从这个补药带来的新高度达成平衡。如果你把这个误会为“虚不受补”,而放弃一切的进补,就等于错失了使身体进入更高水平平衡的机会。那怎么能让身体在迈向高水平平衡的时候,能平稳过渡呢?方法很简单,就是补药一定要从小剂量开始,之后再逐渐地加量,比如你想通过阿胶来补气血,但又担心上火,那么可以每天先吃3克,一周以后逐渐加到5克,不上火了再增加到8克,直到10克。这样就给身体一个相对长的适应时间。

虽说虚则补之,但补益有法,在进补之前建议大家先行辨证,而后针对性地制定个人调补方案,这样才能避免虚不受补,从而达到进补的效果。

在路上必有风景

陈美

(作者系长宁区天山中医医院治未病科主任医师)

最好的礼物

魏振强

现在的乡村公路没的说,新修的这条柏油路,据说是岳西县第一条乡村旅游公路,阳光照射下,像新买的皮鞋,闪闪发亮。

我们要去的是中彝村。“彝”是“旗”的意思。据说当年曹操率部于村庄的河边安营扎寨,在山脚草坪练兵,军旗如林,在大河两岸迎风招展,曹军纪律严明,对百姓秋毫无犯,老百姓因而称曹军令旗为“宝彝”,宝彝河因此而得名,而河边的村子也易名为“中彝”。这个故事有传奇性,也有合理性,因为老百姓心中的兵就该是这个样子,男人也该是这个样子。

替我们开车的年轻女士姓付,文静得很。我看看窗外闪过的山和山下的民居,大发感慨:这样的山村太好了,有山有水又有田。小付说,魏叔叔,你不知道山里的苦。我说我也是山里长大的,知道山里的苦啊。她说,你肯定不完全知道。

魏叔叔,你知道我最讨厌的是什么吗?我最讨厌山。我家过去住在半山腰,每天上学要下山,回家要上山,去个同学家,要翻过一座山;早上,星星还在天空,我们就要上学;晚上,月亮上了天,我们才到家;最苦的是下雨、下雪,一不小心就摔倒,鼻青脸肿……过了十几年这样的日子,谁还会喜欢山?

她这么一说,我就明白了。小付又说,初中、高中六年,她从没吃过鱼,原因是吃鱼太麻烦,需要慢慢吐刺,要是被鱼刺卡住,不光浪费钱,更浪费时间。

小付笑了,我却有点心酸。我没想到这个憨厚又机灵的小同事有着这么样的一个童年和少年时光。我虽然也吃过很多苦,但没想到“90后”吃过这样的苦。

小付看没人接话,说了一句俏皮话:“我是奋斗了20多年,才和你们坐在一个车子内的。”

宝彝河果然宽阔。虽然正是秋冬交替,河水很瘦,但河的骨架还在,河中的石头大的如房子,小的如鸡蛋,水就跟山上的树一样,绿绿的,河里还有小鱼在晃动着尾巴,谁也不怕的样子。我们在河边走,又往山上走,看星星点点的星空房。主人介绍,很多房子都是为家庭设计的,很受欢迎,特别是夏天,一家子来到这里,白天在河里冲凉,晚上在房子前烧烤、唱歌,躺下后在星空房子看星星,连最贪睡的孩子也都激动到后半夜不肯睡觉。

小付一直在拍照,说是回家翻给大壮看。大壮是她给老公的昵称。我说,他长得壮吧。他呀,壮壮实实的,就是有点坏。我问,怎么个坏法啊?早上让他送孩子上学,他就说我贪图享乐,没有理想和追求,说了一堆废话,然后假装不情不愿地去了。她这么一说,我就觉得大壮特别可爱,赞了一句,小付马上接了一句:大壮每次出差到我老家那里,总会停一下,去看我老母,陪我叔叔喝酒,然后给我爸上坟,山那么高,他像个胖熊一样,一步步地往上爬……

我想象那头“胖熊”爬山的样子,就很欢喜,跟小付说,你看你的努力没白费,你奋斗了那么多年,大壮就是上天送给你最好的礼物啊!



俞培根摄

七夕会

2005年,我和俞培根同时加入上海市摄影家协会,但在这位松阳迷面前,我只能算是小阿弟。老俞迷上松阳,与当时在松阳文化馆担任摄影干事的徐利民,充当热心的红娘有关。直到今天,老俞仍坦诚地说,徐老师镜头下,松阳独特的古村落、古建筑、传统民俗以及作品的高尚立意,一下子点燃了它的创作欲望。

村里趣事多

冯强

老俞有幅得自松阳的获奖作品《村里趣事多》,画面上是三位笑得合不拢嘴的老太。她们在古村边拉家常,正好被经过这里的老俞等遇见,有人灵机一动,

把正在旁边闲逛的一只母鸡塞到中间的老太手里,这突如其来的举动,引得她们一阵大笑。老翁见状立即抓拍,这正是赶得早,不如赶得巧。

唐代山水诗人王维,在诗中“养在深闺人未识”的松阳美景展现了出来。令人击节而叹的是,直到近些年,像我和老俞这样追求原汁原味、以古为美的摄影爱好者,在松阳仍大有作为。

“时有落花至,远随流水香”。年逾古稀、精神矍铄的松阳迷老翁,并未就此停步,他的松阳情结仍在发酵。他说,只要有情有义,总能发现新的题材。

摄影