

华师大校园的跑道上,几乎每天都能看到一对夫妻的身影

中韩联姻 一起“跑”过二十年



热气腾腾
晒小家

新春走基层

腊月的上海,暮色初临。华东师范大学校园的跑道上,曹峻和朴恩实的身影准时出现。两人时而并肩慢跑,时而低声交谈,时而会心一笑,“每天一起跑步已经成了习惯,跑跑走走,说说一天的事”。对这个由上海高校教师与韩国妻子组成的家庭而言,每天的跑步时光,是繁忙工作与家庭生活之间温柔的缓冲带,也是二十年婚姻生活的缩影。

非典时期的相遇

2003年春天,曹峻在上海结识了前来学习的韩国姑娘朴恩实。当时非典阴霾笼罩,人们大多闭门不出,这段特殊时期却意外地为两人的彼此靠近,创造了安静的空间。“我觉得情况能控制住的。”曹峻回忆,从最初的互相安慰,逐渐变成了日常的分享。

语言,是第一道关卡。那时,曹峻不懂韩语,朴恩实的中文也几乎零基础。他们像两个认真的小学生,“靠查字典交流。”朴恩实笑说,两人常常中、韩、英三语来回比画。磕磕绊绊的交流,速度虽慢,但心意的传达因此被拉长,显得分外郑重。缘分在字斟句酌、连蒙带猜的你来我往中悄然生长。

从确定恋爱关系,到决定携手一生,现实的挑战接踵而至。2004年,他们准备结婚,却没想到涉外婚姻手续繁杂,“那时可没现在这么便利。”曹峻感慨,全上海只有



朴恩实做的菜是曹峻的最爱

本报记者 张龙 摄

一个办理点,为了开一份“未婚证明”,他来回跑了好几次,“信息没联网,韩国不认可区里开的证明,要求证明我在中国全境都未婚,这怎么开?”回想起当时的焦虑,曹峻记忆犹新。

几经辗转,他们在韩国完婚。朴恩实翻出珍藏的婚纱照,照片上的新人青春洋溢。“那时真年轻。”她轻声道。这段爱情让他们在上海安了家。婚后,朴恩实在华师大继续学习中文,日复一日地加深对上海的认识。

儿子出生后,如何让孩子在成长中自然接触和理解两种文化,成为这个小家庭的课题之一。朴恩实在上海世界外国语学校教授韩语,深知语言是文化认同的基石。从儿子小学起,每个双休日都被精心安排,上午学习韩语,下午则穿梭于书法、围棋、钢琴等兴趣班之间。

“我们没有强迫他,但他自己慢慢习惯,找到了乐趣。”曹峻说。这种坚持,源于夫妻俩共同的认知:“很多人觉得跨国婚姻的孩

子一定有语言优势,其实未必。家庭的引导和社区的融入必不可少。”如今,儿子能流利使用中文和韩语交流,让他们很欣慰。

一餐一饭的默契

家的融合,始于一餐一饭之间。朴恩实会做地道的紫菜包饭、泡菜汤,曹峻则擅长本帮菜。谁先到家谁下厨,已是两人多年的默契。两人家住华师大三村,“白天是同事,晚上是邻居”。学术与生活交融的氛围,让朴恩实这个外籍媳妇很快找到了归属感。她常常带着自制的韩国点心参与社区的端午、中秋活动,与邻居分享。在这里生活了二十多年,她早已将上海视为“第二故乡”。“我现在回韩国,反而有些陌生了。”一张永居证,给了她实实在在的认可,“生活方便多了,出入境也可以走中国公民通道,感觉更像这里的一分子了。”

曹峻则将这份额归属感化作参与社区治

理的热情。他不仅积极为新时代长风社区的发展献计献策,更将思考延伸至公共服务领域。他提出的《关于加强高校港澳台侨学生、留学生档案管理工作的建议》入选2025年度上海市优秀人民建议。“普陀长风地区这几年变化很大,吸引了很多人才。社区可以利用高校和国际家庭资源,打造更和谐的环境”,他说。

每天跑步的习惯

问及跨国婚姻二十年如何维系良好的感情时,曹峻和朴恩实相视一笑,几乎同时提到了每天跑步的习惯。“除非下雨,我们几乎每天都会一起在校园里锻炼一个多小时,活动、拉伸、交流。聊家常、谈见闻,甚至探讨国际关系。”

“有讨论,才有理解。坦诚交流能找到彼此更多的共通点。”曹峻认为,中韩文化本就渊源深厚,在全球化背景下,与其放大差异,不如珍视共通。朴恩实告诉记者,一开始觉得他总喜欢提问,问题好多,但慢慢发现,这就是他沟通和关心的方式。”

在日常生活中,他们像很多上海夫妻一样,共同分担家务,传统而默契的分工,让这个小家运转得平稳有序。

如今,儿子离家上大学,曹峻和朴恩实的生活也在多年磨合中沉淀出从容的节奏。年轻时,他们也曾幻想过“天马行空”的未来,但如今的家,已深深扎根于上海。“这里生活方便,物价适宜,城市管理也越来越好。”朴恩实说,“更重要的是,我们在这里建立了事业、家庭和朋友圈。”

新春将至,这个小家也洋溢着喜庆的气氛。他们计划一起贴春联、准备年夜饭,或许还会邀请邻居朋友小聚。窗外夜景璀璨,屋内饭菜飘香。对他们而言,家早已超越了地理和文化,是跑道上每日并肩的奔跑,也是餐桌上中韩风味的交融,更是二十年用理解和包容写成的生活日常。此心安处,便是吾乡。

本报记者 敏敏

1000万人次漫步云端

上海之巅成为海内外游客读懂上海的窗口

本报讯(记者 杨玉红)昨天,上海中心大厦上海之巅观光厅迎来重要时刻——累计接待游客量突破1000万人次。波兰的马切伊一家四口,在沪实习的德国女孩艾丽,以及一群研学团学生成为幸运游客代表,在云端之上收获了专属定制惊喜。

马切伊一家前晚刚抵沪,昨天开启上海之旅第一站——上海之巅登高观景。“站在亚洲第一高楼,眺望蜿蜒的黄浦江和两岸错落有致的城市建筑,在翻译的帮助下,我们还找到了豫园等城市地标。”马切伊分享观景感受,一家人沐浴着暖阳,漫步在云端,欣赏城市风光,很是惬意。听说他们一家成了上海之巅观光厅第1000万名游客活动代表,马切伊先是不敢相信,确认后直呼幸运。

这份云端惊喜也落在德国女孩艾丽身上。在沪实习三个多月的她,这是第一次登上上海之巅,站在云端俯瞰上海,让她对这座城市的喜爱又添了几分。今年春节艾丽已做好规划,要接妈妈和妹妹从德国来沪过年,上海之巅早早被列入打卡清单。不仅如此,艾丽还计划未来在这座城市工作生活,让上海成为自己的第二故乡。

农历马年将至,上海之巅观光厅近日被浓厚的年味层层包裹。马年福字、各式与马相关的春节主题装饰错落分布在观光厅的

各个角落,将中国传统节庆文化完美融入现代都市云端空间。中外游客登高赏景的同时,也能沉浸式感受中国春节的喜庆氛围,体验别样的云端年味。

作为上海城市地标之一,上海之巅观光厅的旅游热度持续攀升,年均接待游客达170万人次,其中国际游客占比超三成。

上海之巅为何能跻身外籍游客上海打卡清单?上海中心大厦商务运营有限公司总经理梅雪给出答案。自2017年4月开放以来,上海之巅观光厅以国家4A级旅游景区的标准,为中外游客打造高品质观光体验,成为全球游客感受上海、了解上海的独特窗口。持续优化的服务流程、多语种专业服务、紧密的国际合作伙伴,让海外游客拥有更好的观光体验。为积极响应上海市打造“中国入境游第一站”的部署,上海中心还增设离境退税点,优化涉外服务流程,强化国际平台合作,为海外游客的上海之旅提供更好的服务,让他们出行更便捷、体验更舒心。

值得期待的是,升级焕新后的上海之巅观光厅B1序展厅,将在春节期间亮相。新展厅以“一江一河”为主线打造,融合红色文化、海派文化与江南文化底蕴,让游客在饱览城市风光之余,读懂上海的多元文化基因,感受这座国际大都市蓬勃的时代活力。



中山西路武夷路交会处,承载着上海市民20多年记忆的上海国际体操中心正在焕新升级。

近日,最后一块重252吨、直径45米、面积约1600平方米的钢网壳幕墙一体化采光顶精准提升至设计标高,标志着项目完成结构封顶。这个巨大的“钢屋盖”与周边钢结构网壳合龙后,“明珠”造型已初具雏形。

据介绍,此次提升的采光顶是个跨度达84米、整体呈曲面形状的超大跨度单层网壳。从2025年12月底首个网壳单元吊装开始至2月4日,项目团队不断积累施工经验,创新技术工艺,用1个多月

时间完成了5300余根杆件组成的超大跨度采光顶施工。攻克最具挑战的结构施工难题后,项目整体改造将全面转入机电安装及幕墙工程施工阶段。

据了解,这次改造在保持上海国际体操中心原有球体造型的基础上,巧妙采用“竖向叠加”,将内部建成一个地上三层、地下四层的综合性甲级体育建筑,有效缓解中心城区的用地压力。“明珠”球体最大直径96米、高度49.5米,面积较原先扩大4倍。夜幕降临,“凝玉沫珠”的泛光设计让整座建筑宛若一颗晶莹璀璨的“沪上夜明珠”。

本报记者 裘颖琼 陈梦泽 摄影报道

上海国际体操中心改造项目主体结构封顶