

邻居VANKE LIFE

2014 NO.3
创办于一九九二年三月

P10 社区观察

全民智慧 寻医社区“富贵病”
求解四季花城的停车乱象

P20 万科圈子

大美少年们的奇幻之旅

P54 月度专题

会呼吸的痛
雾霾压城 警报再起

P48 封面故事

INCLUSIVE LOVE
北京万科紫台业主薛先生一家
爱是包容



ISSN 1006-219X



9 771006 219000

万科物业 | 精品传媒

2014 三月号 邮发代号: 46-301 定价: 人民币16.00元



TOREAD®

探路者 勇敢的心



勇敢晒出 让心透气

蝴蝶仿生 双重防晒



探路者皮肤风衣

UPF40+



蝴蝶仿生
双重防晒科技

SZYOUTH

深圳青年

VANKE Life
2014.3

P10 社区观察
全民智慧 寻医社区“富贵病”
求解四季花城的停车乱象

P20 万科圈子
大美少年们的奇幻之旅

P54 月度专题
会呼吸的痛
雾霾压城 警报再起

P48 封面故事
INCLUSIVE LOVE
北京万科紫台业主薛先生一家
爱是包容

A BRAND FROM
阿克苏诺贝尔旗下品牌
AkzoNobel



家易涂
4006 907 907

一个电话
一站式墙面焕新服务

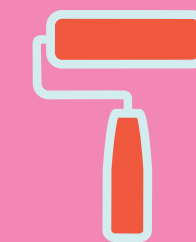
免费
评估



保护
家具



油漆
墙面



清洁
维护



多乐士 多彩开始
let's colour

VANKE^{Life}

CONTENTS



P048

INCLUSIVE LOVE

爱是包容

北京万科紫台业主薛先生一家

也许每个家庭的幸福都相似,但幸福的细节却不尽相同。本期封面人物,我们锁定了万科紫台一个典型的三口之家,追寻普通人对于幸福的理解。

P010

全民智慧 寻医社区“富贵病”
求解四季花城的停车乱象



P020

大美少年们的奇幻之旅

P024

静观 好茶需要大家分享

P030

理想主义集散地

P054

呼吸之痛
雾霾压城 警报再起



I&D时尚空间 荷花白/胡桃木系列



I&D理想空间 原木/板木黑檀系列

源自香港 专注整体家居25年

- 意大利现代简约风格,全屋配套傢俬,产品丰富
- 香港设计大师团队扛鼎力作,时尚设计
- 德国意大利进口流水线生产线,品质保证,交付及时
- 所有I&D产品保证100%符合欧洲E1级环保标准,超一赔十
- 产品功能性强,可自由组合,空间利用到极致
- 顶级的整体衣柜定制生产线和定制系统,全屋可定制

诚邀全国经销商加盟
财富热线: 0769-83055506

参展展位: 香港馆3D06
2014.03 国际名家具(东莞)展

VANKE

Life

CONTENTS



P066

MARATHON FANS

下一站马拉松

人生的奇妙之处就在于它的不确定性，在某个交织着命运的时间节点，你有可能在不知不觉中间进另外一个世界，这个世界充满着未知和挑战，但却刺激出隐藏已久的好奇和潜能，激励着你发现那些与现实的不同。那些打开马拉松世界大门的人们，在挥汗如雨的 42.195 公里中找到了更接近理想的人生之匙。下一站去哪儿？这个问题已不仅关乎于如何选择如何规划，融进生活中的马拉松让它更加贴近沉淀于人们心底的欲望，“跑在哪儿”此刻有了更人文更精彩含义。

P76

美女与“野兽”



P082

茶马古道云南段
滇西古道旧梦

P090

徐锦江
爱演戏更爱收藏

P097

丝路的诗歌

P104

香港武侠片
华语电影的光辉岁月

日立电梯 不断突破新高度

以创新科技，为都市提供智能、
高效的楼宇交通解决方案。

hitachi-helc.com

社会创新
你我的未来

日立，用社会创新事业回应世界的呼声

HITACHI
Inspire the Next
日立

 **日立电梯(中国)有限公司**
Hitachi Elevator (China) Co., Ltd.

VANKE 邻居

2014 03 06

出品人 王石

出品人 郁亮

总策划 朱保全

主管主办 共青团深圳市委

协办单位 万科物业发展有限公司

编辑出版 深圳青年杂志社

联合出版 《精品购物指南》报社

社长/总编辑 王海鸿

副总编辑 黄东和

编委会（排名不分先后）解冻 朱保全 韦业宁 胡贲 向云 谢炜

张书新 李文 王明亮 李振华 徐方 郭有祥 管洁 乔福刚 谷玉恒 赵跃红

执行出品人 慕春彦

执行主编 王华

编辑总监 张毅

资深编辑 谷月 金春 王佳庆 杜鹃硕

统筹总监 牟红艳

美术总监 李峰

美术编辑 叶舟

流程主管 刘玥

运营 精品利嘉（北京）文化传播有限公司

副总经理 罗文斌 袁子玉

客户经理 齐金柱

策划主管 魏淳

地址：北京市海淀区中关村大街甲28号海淀文化艺术大厦B1200（100086）

电话：010-52392616 传真：010-52392611

新浪微博：@邻居VANKELIFE

在线阅读：http://www.vanke.com/neighbor

期刊地址：深圳市福田区彩田南路2006号深圳青年大厦

电话：0755-82528851 传真：0755-83397230

邮发代号：46-301

国内统一刊号：CN44-1294/C

国际标准刊号：ISSN1006-219X

广告经营许可证：深工商广字03-3-0023

发行单位：深圳市报刊发行局

国外发行：中国出版对外贸易总公司[北京782信箱]

出版日期：每月6日

杂志售价：16元

承印：北京国彩印刷有限公司

欢迎向本刊投稿、提供线索。作者向本刊投稿即视为作者同意本刊将文章纳入本刊电子刊物和衍生出版物的范围。

凡本刊所载文章版权归作者本人和本刊所有，如欲转载，须获得作者本人或本刊同意。

FROM THE EDITOR 卷首语

一雷惊蛰始

春雷响、万物长，一个新的季节终于来了。

刚刚过去的暖冬，因为无尽的雾霾显得尤为漫长，春节的庙会、元宵节的花灯，都被浓郁的PM2.5遮蔽了光彩。假期，已成为目的明确的“洗肺之旅”，人们漂洋过海去东南亚的岛屿、拖家带口去高海拔的云南、碧海青天的海南，只为了呼吸一口新鲜空气。然而，与雾霾相比更让人悲哀的是，春节假期刚呼吸完高价好空气，回城的人们立刻投入了与雾霾的狂欢，用怒放的炮竹催生元宵节爆表记录。更悲哀的是这样的场景并非个案：缺水地区的人们抓住供水的短暂时段大肆浪费，民间打井队收费打排污井造成地下水污染，菜农、果农施用各种药剂制造问题水果蔬菜……看网络新闻中那一张张淳朴麻木的脸，似乎众人已经在漫长的严冬入眠而“蛰”，不惊不惧、无知无觉。

新鲜的空气、水和食物，是我们最基本的生存必需，也越来越成为每个公民关注的话题。这一期的《邻居》，首先制作了关于“霾”的专题，即使不能撼得霾开日明，也希望成为一记雷声，惊醒那些沉睡的人。

3月刊也准备了春光明媚的内容。在“社区”部分，万科四季花城爱兴兰书画中心33名孩子的美国之行，让大洋彼岸的波特兰市看到了未来中国的艺术之光；本期的“社区观察”，试图为社区的富贵病之一“停车难”把脉，并分享了深圳四季花城业主的智慧与力量；万科建筑视线，聚焦在瑞士和德国交界处的家具公司Vitra总部，那里已成为理想主义的集散地；而在杭州良渚文化村的“静观”茶馆，朱琳妃在等你共同感悟片叶浮沉的世界；本期封面人物，我们走进普通业主薛先生的三口之家，体会他们对于包容与幸福的理解。

本期“艺术”部分，借由香港影星午马的辞世，缅怀了香港武侠片的光辉岁月；摄影师张晋的“丝路”主题作品，则带来一场西部之诗的浅吟低唱；在“生活”部分，《邻居》发起了一次彩云之南的行程，走过喜洲、周城、沙溪之后你会发现，云南永远不缺少风景，缺少的只有发现；运动健身栏目中，央视名嘴于嘉说，“跑马”最好玩的地方是它的不确定性，正如人生，他的“马拉松状态”或许会对你的人生态度有所启迪。

微雨众卉新，一雷惊蛰始。万物更新的3月，唤醒你所有健康的机能与意识，驱走所有的阴霾和寒冷，和《邻居》一起，迎接草长莺飞的新世界。●

本刊编辑部

linju@vanke.com



我的道路与选择

1995 年开始评选大陆富豪 100 名,第一名的名字不时发生变更,但我从来不在 100 名的名单里。其中的原因是:1988 年万科股份化改造,4100 万股的股份中,万科职工股应得的股票约 500 万出头,这部分股票是可以分配到个人名下的,其余的由集体持有。我明确了想法,放弃其中我应得的个人股份。一直到今天,我在万科拥有极少的股份。之所以放弃应得个人股份:第一,我觉得这是我自信心的表示,我选择了做一名职业经理人,不用通过股权控制这个公司,我仍然有能力管理好它;第二,在中国社会尤其在 80 年代,突然很有钱是很危险的,中国传统文化讲“不患寡而患不均”,大家都可以穷,但是不能突然你很有钱。在名和利上只能选一个。我的本事不大,我只能选一头,我就选择了名。

中国的 100 名富豪名单上,曾排在第一的有三位我很熟悉,这三位当中一位现在是长期流亡在海外,不敢回国,还有两位锒铛入狱。当然在中国也有很多很有钱的也好好的。但是对我来讲,我觉得我必须选择,就是在事业出名或有钱当中只能选一个。如果你既很有钱又很有名,这在中国是不允许的。

可能有人会纳闷,说你的钱放弃了,那么给谁了? 我成立了一个基金会,做公益。现在万科的公益基金的种子基金就是我放弃的这部分股权,目前主要在中国,第一,做自然环保,第二,做儿童医院,服务低收入家庭的孩子。公司是谁的? 不是我的。所以我把自己定位成什么呢? 就是一个职业经理人。我凭我的能力来管理这个企业。

1999 年,我 48 岁的时候辞去总经理职务,在辞职的时候我做了一个公开讲演,阐明我不当总经理了,但是我对公司运转很放心。因为我给万科留下了四个东西:第一个,制度,现代企业制度;第二个,培养的团队;第三个,选择的行业,选择房地产。因为万科在头十年做了很多行业,最后决定选择房地产;最后一个,树立了品牌。正因为有了上述四个东西,我认为我没有必要再天天待在公司里亲力亲为,这样显然对万科长期发展是不利的。这是我个人经营企业的一个考虑。

作为现代企业,我觉得应该更靠近西方的制度文化,就是靠制度、靠团队,而不是靠人。这就是为什么在 48 岁的时候我辞去总经理职务。我辞去职务做什么? 做我喜欢做的事情。我不但辞职,而且远离公司,疏远公司,离开公司做我想做的事情。

1999 年辞职后,我就开始选择了探险登山。1999 年登上一座 6000 米的高山,第二年登上 7500 米的山峰。我想在 2001 年我 50 岁的时候,送给自己一份有意义的生日礼物。就是我再登上一座 7500 米的山峰。这意味着什么? 按照中国的体育



标准,如果你能在两年内登上两座 7500 米的山峰,就可以达到国家运动健将的标准,所以我想 50 岁再登上一座 7500 米的山峰,给自己送的生日礼物就是达到国家登山运动健将的标准。

那一年我登上了一座 7500 米的山峰,这座山峰在中国的新疆,叫做慕士塔格。

现在回头再说我们企业,这也是人们说的生命道路的选择。

中国历史上都是以统一天下为己任,因此对做老大、争第一就有特殊的情结。每年中国都排各种排行榜,刚才说了财富前 100 名,实际公司排名也有前 10 名、前 100 名,房地产行业也不例外。每个企业都在关注着同行的销售额、销售速度,谁进入房地产第一梯队,哪个公司进入千亿规模。

有趣的是,从 1998 年以来,中国房地产排名第一位的始终是万科,第二名则总是在变化。既然在第一,你就想保持着第一的位置,所以发展速度就非常快。但是我很警觉,这样的速度、这样的规模,质量怎么保证? 今天市场好的时候,没有问题。将来市场成熟的时候,增长没有那么快的时候,如果你质量保证不了,将来怎么办? 所以我提出来万科一定要改变我们的经营模式,我们一定不要太在乎第一,第一是一个结果,不是目标。第一固然好,但是你质量好了,只是排第三,有什么不好呢? 总比质量不好的第一好得多。我在公司讲话时说到:“在速度和质量冲突的时候,应该质量第一;速度和成本冲突的时候,我们知道注重质量成本就可能提高,但发生冲突的时候,我认为还是质量第一。”



全民智慧 寻医社区 “富贵病”

求解四季花城的停车乱象

富贵病又称“现代文明病”，是人们进入现代文明社会，生活富裕后，吃得好、吃得精，营养过剩，活动量减少，从而产生的非传染性的流行病。其实社区里也有一种“富贵病”，当十年前人们住进社区时，这种现象并未出现，但是随着人们生活水平的提高，很多老社区都出现了类似的问题，这就是“停车难”。如何解决这个社区“富贵病”，深圳四季花城正在发动社区业主的力量，群策群力，寻找良方。

community observation
社区观察



编辑、撰文 / 杜鹏硕 图片由万科物业提供

深圳万科四季花城坐落在龙岗区坂田村的高新技术开发区，从1999年开始，共分七期开发，住户总数接近5000户，是万科在深圳的第一个超大型、低密度的住宅区，也是万科四季花城系列的起始者。

四季花城在建设之初规划车位2226个，但现在每天停放约3850辆车，其中有1600辆属于无位停放。如果在不占用消防通道、不影响他人停放、出行的情况下，小区最大饱和量可以停放约3350车（包括路边不影响通行的停车位置）。即便如此，目前每天至少有500辆车在小区内违规停放，并构成了对社区秩序的影响，这些车要么占用消防通道，构成隐患，要么堵住他人车辆……

目前，社区堵车已成为常态，由此引发的刮蹭、拥堵纠纷也日益增多。不仅如此，花城车辆的总数还在以每年约200辆的速度增加。可以设想，无需多久社区将面临更加严峻的车辆拥挤问题。面对汽车挤占人们的生活空间、社区里车满为患的局面，如无有效解决方案，社区将“进出为难”。

针对停车难的问题，四季花城物业服务中心也采取了以下措施：1.对2012年以后新办的月卡物业服务中心实行“一户一车”的措施，控制小区内停车的数量；2.在影响行人出行路段设置弹力柱，控制乱停车现象；3.在主要消防通道路口摆放水泥墩，禁止业主乱停车导致消防通道堵塞；4.对经常乱停放的车辆，服务中心工作人员及时上门沟通，宣传车辆停放的管理规定及可能存在的安全风险，提示车主文明停车；5.高峰时段设专人对重点区域和转弯路段进行引导，避免错车时车辆之间发生刮蹭；6.车场岗严格盘问核实进入小区的临卡车车辆，减少外来车辆进入小区；7.对回来较晚的月卡车，车场岗与巡逻岗进行互动，有针对性地指引车辆停放；8.定期对不按规定乱停放的车辆在宣传栏内进行曝光。

但就目前这些措施实施的效果来看，并没有达到预期的效果，解决花城停车难、停车乱的现象，比如：在影响行人出行路段设置弹力柱，某些业主直接拔掉弹力柱将车停在消防通道；保安在早上通知堵住其他业主或消防通道的车辆时，业主因不愿意下楼挪车而直接辱骂保安，甚至大打出手；也有业主直接将车开到绿化带上，大片的绿化植被被碾压不能生长；因路边停车被擦伤的矛盾与投诉大幅增长……

对于这些社区里由停车引发的乱象，更为苦恼的是业主：一方面他们缺少停车的地方，总是绞尽脑汁寻找车位，另一方面又要忍受其他乱停车辆对自己造成的困扰。所以停车乱象的顽疾必须解决。

值得一提的是，这样的停车乱象并不仅仅发生在四季花城一个社区中，而是具有普遍性。在万科很多十年以上的大盘中，设计之初预留的停车位已经远远无法满足近两年私家车的增长数量。而作为一个社会现象，很多老旧小区的停车问题要远比四季花城严重。

为了更好地解决花城的乱停车、停车难、车辆擦碰等现象，营造良好的生活氛围和停车秩序，建设和谐、平等、友好的社区环境，由花城的热心业主提议，万科物业成立四季花城停车管理专项小组，发起了此次“花城停车管理意见大征集”的活动。花城热心业主和物业服务中心希望通过此次活动，调动全社区业主们的积极性，让大家集思广益，群策群力，共同寻找一剂解决社区停车问题的良方。

更为重要的是，这个活动的意义不仅仅局限在四季花城一个社区当中，而是作为一个试点，将它推广到更多的社区。可以说，四季花城正在做出的努力也将成为其他社区的宝贵经验加以借鉴，从而造福更多的社区业主。



深圳四季花城内，文明停车与否的鲜明对比

寻医问药前路艰



2013年12月6日晚8点, 四季花城的物业工作人员与社区里的七名热心业主代表在业委会办公室召开了一次碰头会。这是“停车管理意见大征集”活动开展以来社区里召开的第四次会议。在此之前, 物业服务中心已经进行了三次活动准备会。与之前不同的是, 这次会议收集了部分业主代表的观点, 并明确了开展业主工作、让广大社区居民投入到活动中来的思路与实施办法。于是, 一系列由物业牵头、业主主导的活动在花城迅速推广开来。

12月13日, 物业服务中心与房网论坛版主“云飘大漠”进行沟通, 争得版主的支持, 通过在房网论坛上发帖讨论停车管理意见和建议。同时, 社区人气比较高的QQ群“花城青联(欢乐社区)”群主及活跃分子也积极响应到活动中来, 通过QQ群讨论的方式来进行意见和建议征询, 并活跃QQ群的氛围。

从2013年12月27日至2014年1月6日, 物业服务中心

下定决心是解决问题的前提, 但是在实施过程中却需要广大业主的支持。从2013年11月底开始, 四季花城的“停车管理意见大征集”活动正式拉开序幕, 截至到记者发稿时为止, 活动已经历时3个月, 仍在火热进行中。

设计并修改了宣传单页、喷绘意见树, 并开始收集来自业主的反馈。特别是1月6日晚, 物业服务中心印刷了1500份B5宣传单页, 在各车辆出入口对进出车辆发放。同时制作“停车管理意见收集箱”, 放置于各车辆出入口和前台以便回收问卷, 提高回收率。

通过物业服务中心和热心业主开展的宣传工作, 带动了更多社区业主参与到了社区停车问题的大讨论中, 在一月中旬, 业主们的热情逐渐高涨起来。在社区论坛中有网友重新发帖对停车管理的问题进行讨论, 如物业或业委会、小区业主能决定小区停车费的收费标准么? 控制小区车辆数量的增长才是真正有效的措施等。

随着春节的临近, 社区调查正处在慢慢升温的阶段, 但与此同时也存在着反对和质疑的声音。1月14日夜间, 在水仙东门、紫荆西门、紫竹西门、荷花东门、翠竹西门、兰花西门、罗兰北门、会所东面、会所北面、牡丹西门的宣传栏上出现了对此次车辆征集活动质疑的文字资料。有业主认为本次活动是万科借机提高停车管理费、变相乱收费的行为。这样的质疑也反映出部分业主的心声。

为了加大宣传力度, 1月24日晚物业服务中心又印刷4847份问卷, 并将问卷全部投递至每户业主的信箱中, 进行意见的有奖征集活动, 每收回一张问卷, 送礼品冰箱贴一份。并在宣传栏张贴公告, 广泛宣传。

不过令大家感到遗憾的是, 截止到2月8日, 物业服务中心共回收问卷189份, 业主参与度不足4%, 可见大家的热情还没有被完全调动起来。在2月10日召开的第七次会议中, 花城的物业工作人员也坦诚, 本次活动的住户参与度未达到预期效果。

由此可见, 四季花城的停车乱象治理工作最大的困难在于如何调动业主积极性, 让更多的业主能够意识到自己身边这件司空见惯的事情已经成为社区顽疾, 不但容易引发邻里纠纷, 更有可能带来安全隐患。

接下来, 四季花城物业专项小组制定了上门访谈计划, 准备挨家挨户进行宣传, 希望让更多的业主可以抽出时间思考社区停车问题、献计献策。毕竟社区问题从来都不是一个人的事。





业主力量是关键

社区停车难已经成为一个社会问题，也引起了业内学者的关注，《住宅与房地产杂志》总编张红喜先生接受了本刊记者的采访，他认为解决社区停车乱象，业主的力量才是关键。

Q：国内社区停车问题的整体状况如何？

A：从有车一族的角度来看，停车越来越难；从停车服务提供方也就是物业管理单位来看，停车秩序的维护压力越来越大，搞不好会影响业主对于物业服务的整体评价；从停车位的权属来看，局面还有些混乱，基础共识还有待进一步建立，但新增的非规划中的地面停车位无疑是广大业主的，加之临时用于停车的规划属于地下人防工程的停车位权属还不清晰，而规划中的地下车库等目前法律是支持开发商的，但在理论层面还有待澄清，同时实践中各地也都在回避，具体表现就是停车位的买卖关系仍然不能顺畅建立，有独立产权的停车位还不多，且规划部门已停止办理这方面的权证，譬如深圳就是这样……

Q：由于停车引发的纠纷，如果造成车辆等财产损失，应该如何处理？是否有相关的法律依据？

A：只要严格遵循合同法，依据物业服务合同，并尊重当事人之间的意思自治，停车纠纷就非常容易处理。譬如车辆在停车场被盗抢或被刮蹭等，只要物业服务合同或专门签署的停车服务合同，认定只提供车辆的停放服务而非保管服务时，停车服务方只需证明自己尽了管理服务人的合同义务，就可免责。如果停车场服务人员脱岗、没有报警记录、停车设施如探头等损坏等，可能要负责车主部分损失的赔偿责任，当然，最高不到全部损失的30%。

Q：如何解决停车难的问题？请您从政策层面、物业层面和业主层面三个方面提出看法和建议。

A：政策层面，一是将停车规划的户均配比数字提高，必要时可把理想的车位户均配比作为建设规划的法定要素予以强制执行；二是尽快理清小区地下车库的权属关系，鼓励开发企业（不限于）兴建地下车库或地面立体车库；三是在小区周边市政道路设夜间停车位，充分利用市政道路资源；四是通过减免税费或提供资金、土地等资源鼓励发展停车服务业，鼓励在小区周边空地兴建

立体车库。

物业层面，一是科学划分地上临时车位，及时疏导停车秩序，节约集约利用不多的临时车位；二是巧妙利用车库死角等地方，增设用于家庭停放的“子母车位”；三是熟悉小区及其周边建筑业主客户的生活用车习惯，利用时间差进行车位的综合利用，如果据此开发一手机停车服务APP可能会更牛；四是在征得业主同意的情况下，通过引进合作，投资兴建地面立体车库。

业主层面，一是尽量不买或少买车，提倡绿色出行；二是自觉遵守和维护停车规则和秩序，节约临停车位的地面面积；三是自备临停卡片，上面写清自己的联系方式，以备停车服务管理的不时之需。如果有小区临停的手机APP，业主应积极使用，以便统筹使用停车位；四是积极参与业主的共治治理，配合执行物业服务方有关停车服务的新举措。

Q：您认为在物业和业主制定社区停车规范的时候，哪些问题是需要特别注意的？主旨核心是什么？

A：制定任何小区管理规范，尤其是与业主生活高度相关的停车规范，有两方面的问题必须注意，一是车位的权属问题要晓之以大众，即使有纷争，也要告诉业主，让他们清楚，相信大家也会按照目前通行的处理办法去做。比如地下车库，有的业主已交钱给开发商买下了车位，但没拿到权证，这个问题要历史的看待，在没有进一步举措的情况下，我们要尊重历史。相信在这样的坦诚之下，业主会接受按权属关系来处理车位的使用的；二是规范的制定程序要公开，特别是要充分发动业主自己来讨论规范的条款，并由他们自己通过，这实际上是严格执行规范的一次最好的动员，不然，即使规范再好，没有业主自己通过，其执行一定会大打折扣。

停车规范制定的主旨核心一定是方便业主停车，更限度地使用车位，因此无论是制定还是执行，业主力量的发动才是最关键的。物业方面更重要的工作在于引导规范的制定和执行，并做一些顾问管理的工作。



杨维：全民参与才是解决之道

杨维，四季花城物业服务中心经理

Q：本次“花城停车管理意见大征集”活动的背景是什么？

A：停车问题是近两年来花城管理上我们遇到的一个难题。在此之前一直没有一个系统的解决方案，基本上就是每发生一起纠纷我们就解决一起，因此也牵扯了物业大量的精力。基于这样的现状，我们希望通过本次活动能够系统地把问题进行梳理和解决，最重要的是让业主参与进来，让大家能够意识到问题的严重性，也能更好地从自身做起，自觉维护社区秩序。

Q：现在社区中因停车引发的纠纷发生频率是多少？

A：汽车刮蹭差不多每月会有两起。业主之间因停车引发的纠纷也时有发生，大多数是口角，但偶尔也会有比较激烈的冲突，比如把对方车玻璃打碎，甚至闹到派出所的情况。

Q：活动到目前为止遇到最大的困难是什么？

A：现在遇到的最大问题是客户参与度太低。我们之前发出了4000多份意见调查，但是回收上来的只有一百多份，再加上网帖回复，一共只有三四百份，很多业主收到了信息，但是可能觉得和自己关系不大，或者想不出好办法，因此没有回复。其实我们非常希望更多的业主发出声音，参与进来。

Q：有一些业主言辞比较激烈，提出了质疑和反对的声音，您怎么看？

A：的确有业主质疑我们这样的活动目的是否单纯，是不是借机提高物业管理费等。我认为这是正常现象。四季花城是一个非常大的社区，业主们也有各自不同的想法。从某种意义上说，

我们是欢迎业主提出质疑的，因为发出声音就比默不作声强，哪怕是提出反对的声音，我们也是热烈欢迎的。

Q：从现在回收上来的业主反馈意见来看，您认为哪些建议是比较可行的？

A：通过回收上来的业主建议，我认为像一户一卡、在不破坏绿化的前提下适当增设停车位、划分夜间停车区域等通过公约和规范管理解决问题的方法是比较可行的。前几天我们参观了一个叫益田村的社区，它里面有8000多户业主，建设之初的规划车位只有2000多个，后来因为政府修建地铁所以划分出了一片停车区域，增加了1500多个车位，但是这些新增车位仅仅过了一年的时间就再次饱和，于是社区中又出现了乱停放的现象。因此我认为新增车位并不能解决长远的问题，因为业主的刚性需求是不断增长的，所以通过制度来规范业主的行为，使文明停车成为一个常态并一直保持下去才能真正改善社区里的停车乱象。

Q：下一阶段物业服务中心将采取哪些措施？

A：我认为制定政策并不难，难点在于后续的推行工作，如何得到业主的认可才是我们最大的顾虑。由于目前业主参与度不高，所以接下来我们准备安排工作人员逐门逐户地去收集业主的建议，然后进行整理，然后由业委会和热心业主代表来讨论形成方案，最后在社区中召开业主大会、进行投票，制定出最后的社区公约。毕竟想要形成一个有约束力的规范还是要通过业主大会才能生效。希望3月份的时候这份社区公约能够出炉。

智慧在民间

深圳四季花城发起的这次活动最重要的目的就是发动业主，通过汇集群众的力量来群策群力，共同研究解决停车问题的方法。记者在社区中采访了几位业主，他们纷纷提出了自己的观点和建议，这些声音具有一定的代表性。

李女士：多管齐下排隐患

李女士2012年底入住四季花城社区，从入住的第一天，社区停车难就伴随着交通拥堵成为了她生活中最苦恼的事情之一。

李女士的公司距离四季花城只有15公里的车程，但因为途径交通要道——梅林关，致使这15公里的车程每天都要行驶一个半小时左右，按照每天六点半下班计算，她晚上到家的时间也已经是八九点钟，社区里已经没有停车位，她多数情况下都是把车停在社区周边，然后再步行回家。

更令李女士困扰的是，开车出行几乎是她外出的唯一途径。四季花城1~5期的业主距离地铁站和公交站比较近，而李女士家住在相对较远的6期与7期，距离车站大约2公里，步行需要15分钟以上的时间，所以在李女士提出的建议中特别提到，希望花城物业可以组织往返于社区与地铁站的摆渡车，方便大家乘坐公共交通出行。

除了以上的建议，李女士还提出了7条建

议，她希望这些建议可以从某种程度上缓解社区停车难的问题：1.做好一家只办理1张停车月卡的审核工作；2.对办理的卡固定停车地点；3.制定小区内长期停放不驶出车辆的管理办法；4.对自购车库但无车停放的车位采用租赁方式租给有需要的小区停车用户；5.由小区牵头，租赁附近停车区域，在社区内停放满员后分流至其他租赁车位；6.增加小区停车设施改善，修建多层停车区域；7.车钥匙可由小区物业管理，以备堵车时的移位工作。

李女士认为停车问题虽然并没有引起邻里间特别激烈的矛盾，但却存在着严重的安全隐患，她说：“有一次社区里有人拨打急救电话，但由于社区道路被堵住，所以救护车进不来，大家都很着急，这就是乱停车的危害，如果发生火灾后果更是不堪设想。”



范先生：改善设计先治标

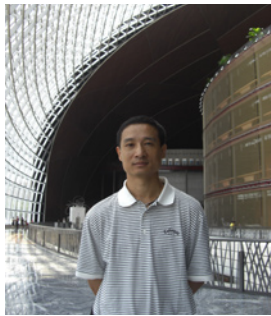
范先生家住四季花城的云竹苑，是别墅式的苑落。和社区里的其他苑落不同，云竹苑本身并不应该存在停车问题，但实际情况却截然相反。

范先生介绍，云竹苑作为社区里比较独特的苑落，每家每户都配有自己的停车库，但由于设计上的缺陷，这些车库并没有被利用起来，最主要的原因就是车库入口狭窄。经过范先生的测量，车库院门净宽仅2.75米（甚至可能更窄），再加上门口的马路狭窄，空间较小，致使倒车入库的角度不够、车库纵深也不够。此外，花城目前的花园门基本都是手动平开门，开车入库非常麻烦，而平开门两边门扇也会占用入门宽度，导致入库难度加大。

范先生建议，解决以上问题仅需使用滑动上拉式或自动卷帘车库门即可，这样就可充分利用

云竹苑的私家停车位。如果统一样式，则既安全又美观，也一定程度上缓解花城停车难的问题。范先生说：“现在云竹苑这一侧的车库基本上全是空置的，这样非常浪费资源，如果能够安上卷帘门，让大家停车更加方便，至少可以解决这里三十多户的停车问题。我愿意带头安装。”

范先生笑着告诉我，在他们苑落，经常有汽车堵在别人家门口的事情发生，使户主进出都受到影响，也会偶尔听到院子里发出喊人挪车的声音。他说其实自己家的院门也被别人堵过，这都可以理解，但是真正想要解决整个社区的停车问题确实非常困难，不是靠互相体谅和解决二三十个车位就可以根治的。他相信万科的能力，但同时也表示出一定的担心，希望这次的活动能够得到一个真正治标治本的解决方案，彻底改变四季花城乃至全国万科社区的停车问题。



刘先生：宽严并济可曝光

刘先生2001年入住四季花城，是最早的一批业主。他介绍说，包括他自己在内的很多车主都是近几年买的私家车，四季花城的停车问题也是近两年才开始恶化。对于解决停车问题，刘先生并不主张采用过于激烈的手段，他首先希望能够更加充分地利用现有社区资源。

刘先生认为现在的停车位虽然美观，但还没有充分挖掘社区里的空间资源，可以把横向排列变成45度排列，这样可以多出一些停车位。另外，可以把社区里的部分通道变成夜间临时停车位，让一些晚归早出的人有地方停车，但要求第二天一早必须挪车，以免影响他人出行。

刘先生说：“我知道很多其他社区有一些比较极端的管理办法，比如对不按规定停放的车

用强力胶粘通知，很难清理，或者是锁车，甚至还有扎车胎的现象。我希望这种极端行为不要出现在我们的社区中，但对那些屡次违规的车辆也不要客气。”刘先生认为现在很多车主的自觉性不高，往往一辆车占两个车位，还有些车经常堵路，影响通行。

刘先生建议，可以采取适当罚款和曝光的方式，督促不自觉的业主规范停车；对于屡犯不改的车主可以曝光门牌号、锁车，甚至取消办理停车月卡的权利；对于那些外来车辆，可以允许他们临时占用通道，但是必须在车内标明挪车电话，如果长时间占据通道，可以采取锁车等措施。他认为，这些规章要首先在社区里公示，然后进行业主投票，只要票数过半就可以实施，因为社区中的绝大部分业主的素质都是比较高的，他相信舆论监督可以起到一定的效果。



蒋先生：经济杠杆私有化

蒋先生是四季花城里的一名老业主，对于停车难的问题他也认为到了刻不容缓的地步，因为社区里的秩序已经受到了一定的影响。

蒋先生认为，任何方案都有支持者和反对者，发牢骚不如真正想点办法。现在社区外的马路边可以免费停车，但是一旦深圳市政府规定路边停车收费的话，那么将有更多的私家车涌入社区，届时停车问题将更加严峻。如果只是简单地提高停车费，以此来控制停车数量，这也有失公允。所以蒋先生认为不如运用经济杠杆，让车位私有化，同时可以造福更多的人。

蒋先生说：“根据中央十八届三中全会的

因此我的建议如下：1.将小区内所有公共车位以竞拍的方式私有化。2.竞拍资格为小区没有私家车位的业主，并且一户只能竞拍一个车位。3.将出卖公共车位的收益在扣除相关费用后分配给全体业主，或者用于建造新的地下停车位或立体车位。4.私有化及过程由业主大会授权物业公司执行，并由业委会及政府相关部门全程跟踪监督。5.私有化之后，凭停车位权证核发车辆进出小区通行卡，无卡车辆不得进入小区。”

蒋先生最后强调，无论是哪种方案，最后都要按照一定的议事规则来办，通过业委会和业主代表的投票，得到大多数业主的认可才可以实施。

戴向军：设立基金根治顽疾

戴向军的身份比较特殊，作为一名四季花城的业主，他本身并没有私家车，但是作为花城青年中心的热心代表，他的角色却又十分重要。每当社区物业组织活动的时候，青年中心的成员们就会发动身边的邻居积极讨论、献计献策，再把业主们的心声反馈给物业，承担着联络员的作用。

对于本次解决社区停车问题，作为业主代表，戴向军也参加了几次物业组织的研讨会，他将收集上来的业主观点进行整理，同时提出了自己的想法：首先，停车位可以重新规划，变得更加紧凑；其次，社区道路可以进行微循环。原来的社区道路是双向行驶，可以通过设计变成单向循环行驶，从而节省部分空间用来停车；此外，还可以做成立体车位，比如双层的复式结构或者停车楼。

不过戴向军坦言，以上三种办法并非都可
行：第一种和第二种比较简单，但是解决不了本质问题；第三种办法则涉及大量的资金投入。现在四季花城停车的月卡是每月100元，如果涨价50%对于大部分业主来说也同样可以承担，

但是这样的投入并不能解决资金上的缺口。据他调研，机械式的双层立体停车位每个车位的造价是7万元，花城现在缺少1000多个车位，如果全部使用立体车位，投入非常巨大，而这笔钱还不包括后期的保养费用。如果取而代之采用土建结构，沿着花城周边建立二层的停车楼，虽然对景观有一定的影响，但是影响有限，甚至可以采用向下挖一层的方式，从而避免遮挡一层住户的采光。而这种土建结构的成本每个车位仅仅几百元，更具可行性。

除了节流，还要开源。想要解决这个问题戴向军建议考虑开设基金，进行良性循环。他说：“如果把这笔钱摊在业主的物业管理费中肯定不行，同时也不能全面地解决问题，所以我们可以考虑设立基金。用这些基金先解决部分社区的停车问题，与此同时上调一定的停车费用，这样，新增的停车位和高出的停车费就可以变成收益，再将这些收益投入到其他社区，逐步解决全国社区的停车问题，形成良性循环。”戴向军认为，解决社区停车问题必须要纵向发展，而这种发展所需要的资金必须滚动起来，产生增益，才能从根本上解决全国社区的停车问题。



除了以上几位业主代表提出的建议，在花城物业服务中心回收上来的业主反馈建议中，还有很多五花八门的建议，有很多业主参与其中表达了自己的看法，下面我们就选取出现频率较高的几种解决方案供读者参考。值得注意的是，其中的一些建议完全是对立的观点，但是这种对立没有丝毫敌意，仅仅是思路上的差异罢了。

严控无卡车辆进入小区停车，外来车辆进入小区停车过夜，征收五十元以上停车费，现行费用标准过低。
严抓管理，及时清理僵尸车，超过一个月不挪动的车辆应征收车位占用费，收费标准为一个月的停车费，如车主因调动或长时间出差，应提前到管理处备案，可视情况免收或少收占用费。
车辆堵塞消防通道或阻挡消火栓的，属违法行为，应该通知交警拖车或报警处理，消除安全隐患！
新建的幼儿园完全可建一个相当大的地下停车场，不知是否有建。
可顺围墙较宽的地方建地下停车场，费用可向政府有关部门抽检，因按国家有关规定，花城改有兼做地下停车场的“人防工程”地下防控设施，建设和开发也有意义。
把路边不影响通行的地方规范化，画上停车位的线，很多车主之间隔半个车位，很浪费。
特别难停车的时间一般为周末晚上，所以建议周末外来车辆收费提升为10元/小时。
提议花城开通北边出行通道，方便车主便捷由北门进入布龙路。
建立空闲车位交流平台，进行有偿交流，把固定车位用起来。
夜晚适当开放人行道作为车辆临时停放点，但应规定具体时间，超过时间必须移走，否则处罚。
多做宣传教育推行文明绿色出行，少开少用车，尽量使用公共交通工具。

除了以上那些建议外，还有一些业主建议存在分歧，我们用不同颜色列举出来：

严控总量，一户原则上只许办理一张车辆进出卡，第二张实行三倍以上收费，第三辆车严禁办卡。

在一户一卡的基数上，合理考虑房屋面积和居住人数，允许面积大的业主（包括顶层复式房屋），办理第二张月卡。

反对“反对平均主义”，要平等，只能按户，不能按房大小。

对所有车辆进行一次清查，切实做好一户一卡。不能允许一户多卡，一户只能停一辆车在小区内，多余的一律停在小区外。

坚决执行一户一个停车卡，同时业主应一视同仁，就算是以前买下的卡也要按现有的实际情况给予废除。

部分铲除绿化（反对开放杏仁通道），花城绿化已有过度之嫌，可以考虑适当铲除。

坚决反对破坏现有绿化带及行人道来扩建车位，不要美

丽的花城变成巨大停车场，所有破坏绿化、行人道的举动坚决反对！

反对“反对铲除绿化”。目前小区内各苑冷热不均。有的苑四周有三四圈车，有的苑只有一面可行车，空气质量、噪音均大不同。这些人明着“反对铲除绿化”实际是把自己的车停在别人家窗口，太自私了。

目前来看，小区至少需要增加将近三分之一停车位，真正治本的方法是立体车库，减少绿化之类的只能少量增加车位，依然解决不了大问题，建议管理处对立体车库的工程作一个预算，并向业主公布并投票表决，资金问题可以使用专项管理基金的一部分，业主分担一部分，另外，适量增加停车费用，也是解决资金来源的一个途径。

对于立体停车位、地下车库等对目前急需的情况下是不可取的，当然有经济实力的时候可以考虑。



vanke ring
圈子

编辑、撰文 / 杜鹏硕 图片 / 深圳四季花城爱兴兰书画室

大美少年们的奇幻之旅

在深圳四季花城有一群可爱的孩子，他们在杨海兰老师的带领下用自己的眼睛捕捉精彩的瞬间，用纯洁的心灵感受美丽的世界，再用手中的画笔将心中的美好舒展在画布上，这就是爱兴兰书画室的小画家们。在这个辞旧迎新的假期，他们漂洋过海，到大洋彼岸的土地上寻找美丽，并为那里留下了更绚丽的色彩。



2013年5月，美国《侨声报》主编曹国财先生来到深圳寻找赴美交流的团队，经人介绍她来到美丽的四季花城，来到爱兴兰书画中心。在看到孩子们的作品后，他深受感动，他说：“孩子们的作品太棒了，美国孩子也没办法和他们比，我们要邀请孩子们到美国办展览。”于是，从2014年1月22日至2月7日，爱兴兰书画室的33名孩子收到俄勒冈州波特兰市市长亲署签名的邀请函，走出国门，在俄勒冈州政府大厅和市图书馆

展示了他们的作品。

这次爱兴兰的33名学生组成的“大美少年团”背起环保写生袋，用自己的行动展示中国少年风采，他们的心中满是自豪的声音：我是最具创意小团员；我是环保小卫士，不乱扔垃圾；我是最具团队合作意识的人；我爱帮助人；我是绿色地球使者；我能静静地观察大自然；我的画最美……

回忆起这次出行的经历，杨海兰老师满是感慨，几



乎每一天每一秒都充满惊喜和感动。而最让杨老师动容的却是临行前的一件事。

当时杨老师和孩子们以及部分家长的出行事宜都已准备完毕，签证、机票统统办妥。就在这时，一位学生的家里出现变故，他的父亲突发心脏病，需要住院治疗并进行心脏搭桥手术。由于这位小朋友的父亲是家里的顶梁柱，所以他的倒下和高达25万的手术费让孩子的妈妈感到天崩地裂般的绝望，巨大的经济压力使她只能做出让孩子退团的决定。但由于此时各方面手续已经办妥，团队出行人员已经通过外事部门的审核，如果想要整个团队顺利出访，就必须把这名孩子退回到使领馆，这对孩子将来的出国申请会造成很大的负面影响。

如何让这个孩子继续留在团里？他的出行费用如何解决？杨老师四处奔走，希望能够有爱心企业资助这名孩子。但是事与愿违，经过与几家企业和基金会的沟通，最终都未能取得进展。万般无奈之下，杨老师将最后的希望寄托在了只有几面之缘的中国全国海外侨联委员会身上。然而让她没有想到的是，这个大洋彼岸的委员会在听说了事情的原委之后，立刻表示愿意资助这名小朋友，让他保留这次赴美机会。杨老师感动地说：“这是一种慷慨，但更是一份信任，是对一位只见过几次面的中华同胞的信任。”

顺利来到美国，孩子们收到的第一份惊喜来自旧金

山的海滩。这是孩子们来到美国的第一站，杨老师带着他们到旧金山的海滩写生。碧海蓝天，万里无云，大自然的本色尽收眼底。更让孩子们感到惊喜的是，在这片海滩上，他们第一次见到数百只海狮，场面无比壮观。

更巧合的是，在这片海滩上还有一群美国小朋友，他们在老师的带领下正在这里上生物课。于是爱兴兰的小朋友也加入到他们的行列，在与美国小朋友们一起认识海狮。他们抚摸了不同年龄段海狮的皮毛，也看到友善的美国人民为海狮制作的浮板，以便它们更好地在这里生活。人与自然的和谐共存在大美少年们心中留下了深深的印记，他们用绚丽的色彩记录下这难忘的时刻，让眼中的动物变成了心中的朋友。

旧金山的经历令人难忘，而更精彩的旅程还在波特兰等待着大美少年们。当地时间早上八点半，当还有些困顿的孩子们走下从旧金山飞往波士顿的航班时，迎接他们的是波特兰市的三位玫瑰使节，这也是波特兰市迎接客人的最高礼节。三位满头银发的老者手持玫瑰花篮，为每一位来自中国的宾客别上一朵波特兰的市花——玫瑰。

此后，大美少年们来到波特兰BUCKMAN School学校与这里的学生们进行交流。双方分别以《波特兰印象》和《深圳印象》为题进行创作。看着学生的作品，杨老师感慨良多：“虽然我们的孩子们画得非常



棒，但是与我们画面中尽是高楼大厦相比，美国小朋友的画笔更充满自由的色彩，包藏了很多的变化。特别值得一提的是，他们的很多作品体现了团队意识，他们的老师告诉我，有时他们一个主题会由全校学生共同创作一个月，这与我们的教育模式形成了鲜明的对比。”

在波特兰的第二天，阳光依然明媚，令杨老师和小朋友们没有想到是，今天带领他们参观波特兰的导游竟然是波特兰市的市长夫人Nancs女士。他们来到波特兰COVCH School学校，在Nancs女士的带领下，大美少年们在学校里进行以环保为主题的探宝活动。中午，Nancs女士又向孩子们介绍了波特兰市的历史，以及这里从严重污染到美国环保第一城的蜕变过程。大美少年们切身地感受到环保对于地球的重要性，它与我们的生活息息相关，又因我们而美丽或枯萎。

此后，孩子们又参观了波特兰市的市政厅、旁听了市长办公，同时向市长助理提出了很多丰富多彩的问题，这也让大洋彼岸的朋友倍感惊讶，纷纷赞扬这些来自中国的小朋友充满了对这座城市的好奇与探索欲。

活动的高潮发生在1月31日，中国农历大年初一。这一天，大美少年们首先参加了“美国俄勒冈州华人华侨庆祝马年暨纪念‘中美建交’35周年”新年大会，紧跟着又来到波士顿市政厅，举办了

“深圳‘大美少年 人与自然’绘画作品展”，这是属于孩子们自己的画展。专程从中国驻旧金山总领馆赶来的易先荣副总领事和黄志华领事、波特兰市长Charlie Hales、俄勒冈议员Jeff Barker及波特兰市外事办主任Judy Parker等政要及俄州百余名华人华侨参加了此次活动。

活动现场不仅有舞狮表演，更有孩子们的现场作画，在一张10米长卷上集体创作《波特兰印象》，大家把这几天在波特兰的所见所闻用画笔描绘出来，充满灵气，杨老师说：“这张画与我们第一天创作的《深圳印象》截然不同，孩子们用植物、飞鸟和美丽的桥梁构成了这幅图画（由于河流和桥梁众多，波特兰又名‘桥城’），色彩绚丽，非常和谐。”这幅作品凝聚了大美少年们几天来对这座的城市细心的观察和感悟，赢得了包括波特兰市长在内的与会嘉宾的盛赞，而整个活动也得到了当地媒体的关注。

应该说，十几天的行程仅仅用只言片语是无法描述的，孩子们除了写生、参观、与国外小朋友交，还去听了非常有美国特色的听音乐会。对于他们来说，这16天是人生中短暂的一次里程，但却烙下了深深的印记，他们走出国门，感受到了身为炎黄子孙的自豪，更用自己的双眼领略了大洋彼岸的美景与文化，这将成为他们人生长廊中格外亮丽绚烂的一幅画卷。

李好，妈妈张均

李好：如果有机会的话还想再去波特兰，因为这里的小朋友都非常热情友好，我一到那里就立刻结识了很多新朋友。他们也很喜欢我的创作，我也收到迈克老师手工制作的礼物，感觉特别开心。
李好妈妈：虽然之前我们也带孩子出国旅游，但是这次的经历完全不同。最让我感到震撼的是美国的教育方式，那种自由与轻松的氛围是国内学校不具备的。他们会给孩子最大限度的创作空间，在他们的教育理念中，孩子就像你种下去的一颗种子，也许他会长成一朵花，也可能会长成一棵参天大树，我们不要去给他限制，应该让他自由地成长。此外，还有一件事情让我很感动，在我们回程的时候，我的孩子突然对我说：“妈妈，我终于知道为什么我们的书包是绿色的、衣服是蓝色的，因为我们要爱护地球，让天更蓝、草更绿。”通过这次旅程，孩子自己收获了对环保的感悟，让我很欣慰。



冯羿飞，妈妈李忠辉

冯羿飞：美国非常美，无论是波特兰的街景，还是旧金山的海岸，都非常漂亮。而且美国和我从电影中看到的不同，没有林立的高楼，也没有如织的人流。印象最深的就是美国人对环境的保护，我们在改革开放以后很多有轨电车都渐渐消失了，但是美国人很重视传统，这些交通工具都被保留了下来。
冯羿飞妈妈：这次活动对孩子而言是一次十分宝贵的成长经历。刚开始和美国小朋友交流的时候，冯羿飞有些拘谨，毕竟他之前学习的英语都是书面化的，所以开口交流有困难，于是他就通过手势和图画与美国的小朋友沟通。他把想要表达的意思画成漫画展示给对方，非常直观生动。而且渐渐地，他也开始敢开口说单词和句子，与对方互动，这样的经历是在国内的课堂里学不到的。



贾艺婷

贾艺婷：这次美国之行我有很多收获：首先是感到美国人特别热情，无论是否认识，他们都会主动向你打招呼。在一对一的入学体验中，由于我的口语不是特别流利，一开始还担心会不会一整天都不说话，但是他们热情地和你交流，我很快就融入到了美国同学当中；第二是我去美国学校，感觉他们学习的氛围特别好，大家在课堂上四五个人分为一个小组，然后自己学习、自己讨论，有不明白的事情再去问老师，学习非常自主。不仅如此，他们中午在学校食堂吃饭的时候也是由学生帮厨，在厨房里为同学们打饭，很有主人翁的意识；另外一点就是参观他们的市长办公室，听市长夫人为我们介绍波特兰的历史，从污染到环保。在波特兰，我第一次看到这么蓝的天空，特别美丽。



张丰瑞，妈妈袁红涛

张丰瑞：非常喜欢这次美国之行，有机会还想去，因为这里空气新鲜，还有正宗的西餐。另外，有一件事我印象很深。在波特兰市政厅，我问市长助理阿姨为什么美元的价格要比人民币高，她笑着对我说：“这是一个博士后才能回答的问题，就像我身边这位很高的叔叔，高有高的用处，低有低的用处，两者都是不可取代的。”
张丰瑞妈妈：在美国有很多的感触，一方面是他们用心引导而非填鸭式的教育方式，还有就是参观市长办公室的经历。我记得在市长办公室我向市长助理提了一个问题：“美国已婚，特别是有孩子的女性如何平衡工作与生活的关系？”市长助理告诉我美国已婚女性80%~90%都会继续工作，政府会给予相对宽松的工作环境，可以允许她们把一些工作带回家里去做，也会允许她们因为家事而请假，我感觉这是一种很好的模式，可以鼓励女性继续为社会创造价值。



古越鸣，爸爸古缨阳

古越鸣：在美国第一次绘画经历是在旧金山的金门大桥，虽然从前在电视中见过这个地标性的建筑，但是这次去还是感到很震撼。我用蜡笔画下了桥下的海水，碧蓝一片，非常美丽。另外还有在波特兰市政厅画的长卷，这是我们共同完成的一幅画作，我画了其中的缆车和两座桥。因为这座缆车很有特点，是在一座高架上面，看上去很壮观。我也去过欧洲的其他国家，虽然波特兰比起那些城市年龄很小，但是波特兰人热爱环保、退耕还林，值得我们学习。
古越鸣爸爸：虽然这次我没有随团出行，但是每天都通过视频关注孩子的经历。我觉得这样的活动是一个让孩子走出去、长见识的机会，而且这次出行他还是孩子们的团长，可以说既锻炼了他的自理能力，又让他更有责任心，所以我们非常支持。另外，恰逢中美建交35周年，我也希望让这些孩子们展示我们中国少年儿童的风采。事实上，他们的即兴创作也确实让美国人民刮目相看。这种民间交流对促进两国人民的了解是有益的。



余天邻，妈妈张继

余天邻：这次去美国非常开心。我结识了很多美国小朋友，我们之间互赠了礼物。我送的是一个青花瓷的钥匙扣，也收到了他们送我的各种礼物，有书签，还有他们自制的手工艺品。此外，我们这次还做了很多写生，其中我自己最喜欢的是在波特兰画的一幅以沙子为主题的作品，因为这幅画的层次感非常丰富。
余天邻妈妈：我认为这次活动最有意义的地方就是贯穿了整个活动的主题——爱与责任。无论是在旅途中，还是在美国的校园里，这种爱与责任的教育始终围绕在孩子周围，这在国内是很少有的。而这次活动也让我的孩子开阔了眼界，心胸变得更加宽广，对他的成长很有帮助。📍



静观 好茶需要大家分享



在杭州良渚文化村，有这样一个茶馆，装修算不上豪华，却茶香满室，静雅大方。这样一个茶馆，一般的人均消费也要百元左右，而来到这家茶馆喝茶，却是免费的。用老板的话说，好茶需要大家一起分享，喝茶不仅仅是解渴、也不仅仅是文化，更是一种交流的平台，一种高尚的生活方式。

静观 Tea · 档案

静观茶馆

于2013年开业的静观茶馆，是个为爱茶者提供的纯公益的品茶交流平台，不仅提供免费的茶水 and 空间供大家交流，每个月还会有一节茶文化普及课，供大家交流茶文化知识。

朱琳妃

静观茶馆发起人，茶艺师。因从事养生事业而接触茶文化，从而爱上茶文化。个人收藏100余万的茶叶，供静观茶馆的客人免费品尝。



静观 Tea · 结缘茶文化

茶馆的老板朱琳妃是个爽快好客的人，虽然非常忙碌，但仍然高效率地接受了采访。由于自己之前从事养生方面的工作，所以有很多接触茶文化的机会，日积月累，慢慢地成为了这方面的专家，家里也收藏了价值100多万的茶叶。收藏茶叶并不稀奇，近几年来很多人都喜欢收藏茶叶，一方面是个人的喜欢，更多是为了有利可图。但是朱琳妃不同，她把自己的茶叶收藏带到店中，与有缘人分享。

这家叫做静观的茶馆，在2013年5月开业，虽然才经营了半年有余，但可算客源不断。刚开始，由于经营模式特殊，很多客人对于“免费”充满了怀疑，以为是营销噱头，但是接触下来发现，茶馆不仅仅是喝茶免费，每月还有免费的茶文化普及课程，从茶文化起源到如何冲泡茶叶都有涉及，简直就是个小小的茶叶博物馆。渐渐的，客人越来越多，有些客人第一次来只是好奇，对于茶文化完全没有了解，能够区分的茶叶也仅仅限于绿茶，可谓是茶盲，但在朱琳妃这儿喝了半年的茶，不仅自己爱上了茶叶，更学习到很多茶叶知识，甚至自身的生活方式也更加养生健康。对于普

通茶馆而言，客人越来越多一定是老板喜闻乐见的，但是对于非盈利的茶馆来讲，是不是会有更大的生存压力呢？“当然不会，做这个免费的茶馆之前，我就已经设想好了它的运转情况，所以如何运转都是在我的可控范围内的。”话虽如此，现实状况却出乎朱琳妃的预料：很多老客人不好意思总是免费喝茶，所以纷纷在店里购买茶叶，还把自己的朋友们都叫到店里来喝茶。店中没有服务员，所有的服务都是大家自助式的，所以客人们都像朋友一样，茶馆的氛围非常融洽自然。除了店内品茶外，在茶馆外，还常年设有免费的喝茶区域，方便往来过客。

经营到现在，这家免费的茶馆居然也有小小盈利，但朱琳妃坚持不收钱，把盈利分给合伙人，自己只是和大家分享茶叶和茶文化。在她看来，开茶馆是为了喝茶养生、品茶养性，有一批老客户因为她爱上茶叶和茶文化，这就够了。现在，忙碌的朱琳妃要经常出差，每次外出她都会随身携带茶叶和茶具，随时和新老朋友分享自己的茶叶，分享她对茶文化的感悟，在她看来，这是最有意义的。❶

投稿邮箱 linju@vanke.com

my neighbors
邻里故事

编辑 / 王佳庆 撰文 / 若心、逸童妈(北京万科紫台业主) 指导专家 / 郭建国(早教、育婴工程专家) 图片 / 逸童爸、IC

生日泳池趴 小伙伴乐翻天

最近，北京万科紫台社区的宝妈宝爸们都在讨论一个问题，就是每当雾霾、大风或空气质量不佳时，带孩子去哪里玩。2月13日，是社区于逸童小朋友的生日，爸妈为她举办了一个生日泳池趴，令参加聚会的小朋友和大朋友都玩得很开心。现在，越来越多的家长开始重视这种具有互动性质的室内活动。《邻居》杂志也带着万科社区宝妈宝爸的期待，采访了教育专家，帮助大家了解更多的这种亲子互动游戏。



孩子和父母在水中玩得不亦乐乎，像这种有童趣、健康的场所是很多年轻家长带孩子进行室内活动的首选。



动手是智力开发的捷径
人类获得的知识 65%是通过动手实践获得的。婴幼儿的许多知识和技能都是在其动手操作过程中学会的，孩子们的思维也是在操作活动中逐渐发展起来的。
动手能力是婴幼儿的一种最基本的、又十分重要的学习能力。研究发现，在大脑皮层功能区中，双手所占的“地盘”最大，几乎占到全身的 1/3，足见手和脑有着最直接、最紧密的神经联系，精细的动手活动成为大脑最初记录信息，并对身体发号施令的刺激因素。
所以，妈妈们注意啦，动手多的孩子，大脑的活动也多，智力发展更快，智慧自然更胜一筹。

游戏运动制造天才儿童
做游戏可不是小CASE！它对孩子的智力开发非常全面。

2月13日，是家住万科紫台社区于逸童小朋友3岁的生日，逸童的爸爸妈妈精心为她和她的小伙伴们筹办了一个泳池派对，小伙伴们在教练的带领下，在水里玩得不亦乐乎。当蛋糕从水中漂浮过来时候，逸童和小伙伴们都激动得大叫起来……戏水、吃蛋糕、玩玩具、互赠礼物，2、3岁的小朋友能做的互动与交流，其实比大人想象的更多。

宝宝派对是很好的让小朋友们相互交流的机会，以往的生日庆典等活动，往往是建立在大人的社交网络基础上，以酒席为主，本来应该成为主角的宝宝却在酒席之上沦为配角，这样的聚会并不会为宝宝带来多好的印象。其实，与其大动干戈办酒席，不如找几个孩子的小伙伴，一起来个温馨的宝宝派对，让孩子们用自己喜欢的方式交流，从小锻炼社交能力和各种兴趣爱好，孩子们收获的绝对不仅仅是美丽的合影，更是多方面能力的增长。

我们的孩子怎么了？

教育进展国际评估组织曾对全球21个国家进行了调查，结果显示：中国孩子的计算能力排名世界第一，想象力却排名倒数第一，创造力排名倒数第五。专家认为：缺乏想象力和创造力只能塑造墨守成规，缺乏主见的呆板人格，将影响孩子的一生。造成这种状况的原因，除了教育制度外，也与让孩子过早进入教育状态，幼年没有自由充分地在游戏中发挥和培养创造力有关。

另有数据调查显示，中国孩子的抑郁症倾向偏高。此外，与国外的同龄孩子相比，有叛逆、自控能力差、注意力无法集中等问题，对此，全球著名早教专家玛格丽特·萨特认为，往往是因为从小被各种“学习”任务包围，导致宝宝缺乏最基本的“早期教育”——游戏运动。

宝贝发育 触觉先行

触觉系统是我们的感觉系统中最重要的一部分，它是在胚胎中最早发育的感觉系统，也是人体分布最广、最复杂的感受系统。正因为触觉是人体最早、最基本的感觉，所以小孩子对于冷热、软硬、粗糙光滑、疼痛舒适的认知要早于他们对颜色、味道和声音的认知，他们最初的笑与哭、快乐与害怕都来自自己小小的身体对于周遭事物的“感触”。

触觉成为他们认识世界的主要方式，透过多元的触觉探索，有助于促进儿童的动作及认知发展。良好的触觉刺激是宝宝成长不可或缺的要素，幼儿更会通过各种触觉游戏，主动探索世界，发育身心。相反，触觉学习不足则容易造成感觉及智力发育迟滞。

塑造孩子的情商

还在为孩子不集中精力背诗、识字而烦恼吗？其实只要给宝宝手里塞个玩具，他们会立刻聚精会神摆弄起来。动手比听和看更能迅速调动注意力，很快就使宝贝们达到智力活跃的兴奋状态。平时你跟宝宝讲道理或盯着他们学习时，宝宝最爱出现的心不在焉都不见了。可见，动手对于培养孩子集中注意力等非智力因素很关键。

孩子游戏时会不断重复，反复操作是儿童的智力体操。轻车熟路的动作让幼儿心理上获得安全感，这对幼儿心理发展过程中十分重要。结果是手的动作越来越熟练和灵巧，手眼结合能力和大脑对双手的控制能力越来越强，孩子获得了极大的满足，同时也训练了他的坚持性。

孩子在动手创作的过程中，他们总能从自己的“作品”中获得成就感，认为自己很棒，很能干，从而增强自信，更加独立，建立健康的心理及人生观。

建立人际交往

如果孩子是和伙伴玩，通过合作与竞争，孩子们可以从这些最初浅的人际交往中认识到，别人会以不同的方式看待外界，别人的看法可能是正确的，于是孩子学会了宽容、欣赏别人，健全的人格也就潜移默化地形成了。儿童会在愉悦中不断地成长。



游戏是认识世界的通道

抱起一个球,孩子第一次有了轻重的概念;将球抛起又弹起,孩子意识到了有趣的弹力;玩水的时候,第一次认识了压力;在攀绳中,体会到内与外、高与低的空间概念。孩子捏泥巴完,知道了软硬,渐渐地调动记忆捏出小物件,小雕塑变成了第一批作品。在沙土堆里,他们发现干燥的沙土什么也堆不出,而加水搅拌后就一样了,潮湿的沙土更有利于塑造形成,小雕塑家又前进一步。不知不觉,孩子们以直观的方式认识了地球上这些永恒的原理,他们用小手发现和探索世界,同时锻炼自己的骨骼和肌肉、充实自己的大脑,这些对世界的最初探索都成为日后认识世界的智慧储备。



陪孩子游戏是个技术活儿

陪玩也是技术活儿！很多家长听小编这么说，肯定不信。专家指出：如何给孩子找到安全有趣的游戏场所，给孩子提供适当的游戏材料，让孩子像自然呼吸一样从玩中学到东西，让孩子在游戏中更好地发挥创造力，绝对是大学问！

No.1

宝宝是游戏的主人

对孩子来说,游戏就是他们生活的全部乐趣;对父母而言,游戏则是教育的一种最佳形式。为了支持孩子的游戏活动,父母除了开辟更大的游戏场地与空间,以及提供合适的、丰富的游戏材料,包括玩具之外,更应该以各种方式参与到具体的游戏过程中去。但是父母毕竟是成人,思想、行为与孩子是迥然不同的。游戏如何融入孩子的世界,怎样和他们一起玩呢?事实上,父母首先要了解孩子的身心发展水平和特点。

No.2

你游戏,我配合

父母想融入孩子的游戏，那么就不要起引导作用，而是配合着孩子一起玩。比如当孩子举着玩具枪跑过来时，嘴上喊着“不许动”，父母只能举起双手，扮成“俘虏”。当孩子们改换成拿着玩具枪筒，一脸严肃地要给你“打针”时，父母也只好乖乖地坐下来当“病人”。在游戏过程中，父母可以给予适当的指导，如动作示范、引导孩子进行合理的想象和思考等。在玩的过程中当父母必须遵循这样两条原则：第一，一旦与孩子开始了，就要玩到使孩子觉得满意为止；不能因为自己感到厌烦了，就单方面终止游戏。第二，要做孩子游戏的忠实合作者，但不要试图讨好孩子，不能一味地顺从他们。

No.3

鼓励孩子找小伙伴

父母还应该有意地鼓励宝宝与同龄人一起玩,并允许他们去户外玩各种各样的运动游戏。

孩子到了三四岁或更大,就越来越喜欢和小伙伴们在一起,一般不爱跟父母玩游戏。所以,父母最好退居二线,成为游戏的旁观者。这并不意味着父母完全退出游戏,实际上你还是应该关注孩子游戏的过程与内容,做孩子们的“监护人”和最聪明的“游戏顾问”。比如在玩追跑游戏时,有的孩子眼看就要被追上了,一时情急之下,很可能从高处跳下来。父母就得想方设法防止类似的危险因素,还有就是要考虑各种玩具的安全问题。

No.4

积极响应孩子

孩子自己动脑设计制作出了一幅作品送给你时，千万别吝惜词汇，尽情鼓励孩子吧：你真棒！我好喜欢！当你把开心感动的情绪彻底表达出来的时候，孩子自然会感受到你的热忱，肯定把你当作好朋友！

No.5

当好孩子的游戏顾问

在游戏的进程中，孩子很可能发生玩不下去的情况。比如在玩“兵捉贼”游戏时，两个孩子都想当警察，都不愿扮小偷，双方一僵持，游戏就没法继续了。再比如孩子们爱玩的游戏不一样，意见不统一，结果都不知道该玩什么好了。

这时候父母不应该直接给孩子出主意，而是该用一些启发性的语言引导孩子们自己动脑想办法。

另外，孩子游戏的一些内容可能是反面的，比如某个孩子扮演的爸爸总是打孩子。父母就要告诉他们，爸爸妈妈都是爱孩子，不打孩子的。还有孩子游戏时可能会出现排挤某一小伙子的现象，父母应该弄清清楚原因，比较妥善地解决问题。

注意，等游戏结束后，孩子还要培养孩子自己动手收拾玩具，整理现场的良好习惯。❶



Frank Gehry设计的Vitra博物馆

理想主义集散地

作者简介:老爱因斯坦,原名钱源,建筑师,就职于万科集团设计管理部。关心城市发展,社区建设,以及日新月异的技术革命下会产生生活产品。从建筑师变成产品经理是万科不断给予作者的体验和经历,这段经历让作者的思考越来越靠近人而不是物理空间本身。这也是这一系列将会在邻居上发表的文章的思考主线。

在Basel的城市边缘,瑞士和德国的交界处有一个理想主义的集散地。以中国人对城市的理解,我们很难想象这是两个国家的两个城市,因为所有人都是做火车到Basel,然后坐公共交通15分钟就可以到德国小城Weil am Rhein。那个理想主义集散地就是家具公司Vitra的总部。Vitra是世界最好的家具生产工厂吧!而最让人激动的是在他名不见经传时,三十多年里他们邀请了当时还不那么名满天下的建筑师们做了一系列小建筑,小博物馆,小展厅,小房子,小雕塑。后来这些人都相继得了建筑界的最高奖项“普利策奖”。他们是解构大师弗兰克盖里,日本著名建筑师安藤忠雄,现在炙手可热的妹岛和世,还有赫尔左格和德梅隆,后者设计的Vitra家具博物馆比之前设计鸟巢更让建筑师心向往之。如果找到尽人皆知的大建筑师做设计是一种安全的且有实力的选择的话,在这些人成熟之前就慧眼识珠,找到每个时代最动人的建筑思想并帮助其实现就真正体现了Vitra对设计的理解了。某种角度而言,这里是理想主义的集散地,也是精彩开始前的跃跃欲试吧。



教堂配图



良渚酒店远景

这两个地方没有任何联系,但在我心中是等价的理想主义集散地。一个远在天边,一个近在眼前,一个承上启下描述了近三十年建筑理念的发展和对话,另一个从5000年前水草丰美文化孕育到现在变成的诗意的栖息地。

第一次到良渚是从杭州火车站经历了一个多小时走走停停艰难到达的。天色渐暗,怕走着走着走到黑就什么都看不见了。突然峰回路转,眼前出现一片竹林,路突然收紧,风让整条道路充满沙沙竹叶声。后来和良渚文化村结下不解之缘,一遍又一遍的到来。看着高速修通了,路程容易了许多,有时不从竹林穿过也可以径直走到村子深处。

每次说起良渚,总是会说那里鸟语花香,山清水秀,汽车会让过马路的行人哎。村子里的人说,这里有一篇村民公约。公约里说,要尊重老人,要爱护孩子,要见面打招呼,要车让行人……经历了公约制定的人说,当年近百条,经过村里的人们反复讨论和妥协才减少到目前的26条,每个住进来的人都认同相同的邻里相处价值观。

总是会说起那里的食堂。那里有油条,有豆浆,有姥姥家的味道,没有地沟油哎。食堂延续了一点点老的记忆,从装修到使用的器具,好像“吃饭不要钱,努力

搞生产”的日子就在昨天。那里不只提供了物美价廉,安全可靠的食物,还提供了陌生人共享一桌,微笑招呼,成为朋友的可能。

总是会说起那里的教堂。是的,在一个商品开发居住区出现了教堂!教众们试探着向开发商提出建个教堂,开发商说如果你们能够获得政府许可我们就捐个教堂。日复一日,教众们真的获得政府的许可,而教堂真的建成了。看着那里每天发生的事情,那不只是个教堂,那是广场,那是剧场,那是讲台,也是礼堂,是村子安放灵魂的所在也是大家议事、解决问题的地方。

还会说起菜场、学堂、农场、茶堂……说起这些那些,有点儿不对劲的地方是那里似乎太理想,不像真实的存在。我常常和建筑师或者城市学者探讨良渚到底属于什么性质的地方:是城市还是乡村,是现实还是乌托邦?那里的公共空间是如何被人们使用的,那里的公共服务是如何支撑起如此生机勃勃,那里的社区自治和问题民主解决方式是如何发生的,那里能够为未来带来什么?

一次建筑师聚会说起良渚,有个哥们儿说那是社会主义新农村的完美模型啊!或许这是一个很贴切的描述。当我们说每年1%的城市化,1300万农民进城,房价涨势汹涌,城市无比美好;当网络上天天讨论该生



Herzog de Meuron设计的vitra furniture博物馆

活在北、上、广、深，还是逃离到二线城市；当我们看到那些社会主义新农村的照片，农民们上了楼，联排别墅般的安置房排排坐占领了原本的乡土和自然形成的村落。时常恍惚，什么才是中国的城市，而什么又是新兴的乡村该有的样子呢？我国的社会学在1978年之前很少谈论城市，因为我们是一个乡土社会。费孝通老先生的《乡土中国》和《江村经济》全面而深刻地描述了当时国家的社会现状。随着30多年的城市化，目前几乎所有人都在说城市问题和更好的城市化等问题。但中国的文化根基在乡土，研究未来的乡村形态和完美新农村模型也意义深远。因为我们不能够肢解社会，忘记血缘和邻里，把所有人都请上楼而老死不相往来。良渚创造着新的人际关系，有机的自然和建设的关系，远离城市也可以充满活力；远离城市也可以方便、便捷、高品质的生活；远离城市也还有选择、还有文化、还有艺术、还有守望相助。

良渚有一条山路，走着走着可以听到奶声奶气的朗读声。“人之初、性本善、性相近、习相远、苟不教、性乃迁、教之道、贵以专、昔孟母、择邻处”——那是山间书堂里义工老师们在教孩子们读国学。

在写良渚前搜索了关于小镇的介绍，看到余秋雨和余华对良渚的描述，引文如下：

我从来没有见过一个文化遗址会这样美丽，这样水草丰美，这样搭配匀亭。一般的文化遗址展示给我们的总是人民离开的原因——因为实在不合适生活。可能是气候突变，可能是战争，导致文化遗址上居住的断裂。但是我所看到的良渚是一个可以栖息的地方。中国良渚文化村只不过把5000年优美的栖居做一个总结，做一个展示。5000年的安居乐业，这个安居乐业从未动摇过，自然环境没有动摇过，青山绿水没有动摇过，居住方式没有动摇过，人文心态没有动摇过。——余秋雨

我在这块地的尽头感到了悬念。我相信将来这是一个有悬念的小镇。我感受到了地形的变化和惊喜。既然有悬念，在进入这个地方的时候你就觉得有变化。包括建筑风格的变化和自然景观的变化。我觉得我们要把当今最好的建筑大师请来设计，请世界一流的十大建筑师。建筑风格要完全不同，完全体现各自的个人风格，是他们的设计精华。每人设计一个区，这本身就是一个文化旅游精品。不用担心风格的不和谐，两个好东西不管隔了多少年代，隔多少距离，搬到一起都是和谐的，但同时给我们带来变化和悬念。我看完地形后，觉得这真是了个了不起的地方，比我没看前想象中的要好。——余华

余华和余秋雨都是浙江人，他们对故土有感情，良渚继承了他们心中的山水地貌人文风貌，所以他们不吝惜溢美之词。我们永远不会以高楼大厦和武力强权征服世界，而让我们强大的是心中的梦想和对中国文化的理解和继承。这是一个理想主义的集散地，每次呼吸到那里的空气都让我感受到力量。❶



Vitra 工厂入口雕塑



良渚文化村内的村民公约

vanke baby
万科宝宝

VANKE BABY 大腾 你让生活更美好

编辑 / 王佳庆 撰文、图片 / 王小月



宝宝档案

姓名：叶博涵
小名：大腾
英文名：titan
性别：男
年龄：3岁4个月
身高：108
星座：天秤座
家人：爸爸，妈妈，奶奶，姥姥……
喜欢的食物：肉丸子（只要把肉做成丸子的形状都喜欢），蘑菇，青菜
喜欢的书：揭秘汽车，贝贝熊系列
喜欢的动画片：米奇妙妙屋，熊出没
爱好：看书，汽车，搭积木
惧怕：看电影（不是不喜欢看电影，而是怕黑咕隆咚的电影院）
社区：北京万科城市花园

大腾是男孩，属虎，今年已经3岁了。

大腾是小名，是奶奶早早就已经为大孙子选好的名字，取腾飞之意。不过现在看起来更像是折腾的腾。

婴儿时期的大腾表现真心良好，让吃奶吃奶、该睡觉睡觉，基本不哭不闹，作息规律，堪称楷模。快一岁的时候爬着爬着就站起来溜达了，中间只过渡了几天，学步车都没来得及买，着实让我们小惊讶了一下。

现在大腾上幼儿园已经快一年了，在班上也算是小有名气，不时被别的小朋友挂在嘴边。昨天一个同

班的家长还说她的小闺女在家里模仿老师说：“大腾，快点乖乖坐好……”。

在家里，大腾已经学会了发动群众，每次被爸爸教育完，他都会吵吵着跟妈妈讲：“快给奶奶打电话，让奶奶来收拾爸爸。”

每晚都在听了N本故事书，把爸妈折腾得精疲力尽之后才甜甜睡去。虽然有时我们也忍不住发火，可爸爸妈妈还是想说：“大腾，因为有了你，生活才变得如此美好！”



投稿邮箱 linju@vanke.com



vanke pet
万科宠物

VANKE PET

追风少年刘阿朗

编辑 / 王佳庆 撰文、图片 / 小徐徐 Benny



呦吼大家好,我叫宇宙帅喵刘阿朗。我今年 5 岁啦,是个大小伙子了。偷偷告诉你们一个小秘密,我从来不让粑粑麻麻给我剪指甲,因为我是男子汉呀! 我喜欢肉条,喜欢冬天,喜欢我的 DJ 台。天冷的时候我会挤在粑粑麻麻中间睡觉,我可是他们的小暖炉喵。平时他们无聊的时候我还会打碟给他们听。小的时候在我们胡同可是打遍天下无敌手,身手矫健的没话说。光麻雀就给麻麻逮过两只了,厉害吧。现在我主要是走帅气路线,每天都要被自己帅醒呢~ 先说这么多,麻麻在叫我吃肉条呢! 🐾

宠物档案

姓名:阿朗
品种:孟加拉豹猫
生日:3.9
爸爸:Tupac
麻麻:Momi
社区:北京万科长阳半岛

投稿邮箱 linju@vanke.com

my home
家住万科

编辑/杜鹏硕

社区掠影



成都万科城市花园 邂逅相遇白鹭湾

随着生活水平的提高，人们对生活质量、尤其是居住地自然环境的要求越来越高。“城市空气好、周边环境好、小区服务好”已经成为了当下人们买房居家的基本要求和理想选择。

十年前，当我决定入住成都万科城市花园的时候，怎么也没想到，城花附近竟然会成为成都著名的白鹭湾生态湿地。坐落于成都市区东南部的白鹭湾生态湿地，是2012年成都全面启动“六湖八湿地”湖泊水系建设项目之一。白鹭湾生态湿地的特色在于完整的生态系统及强大的生态功能，体现了“自然性、保护性和可持续性”的三大设计理念。前不久，白鹭湾生态湿地荣获“绿色中国杰出环境治理工程奖”的殊荣。

白鹭湾生态湿地宛若城市中一幅美丽山水画。置身其境，别致的木栈道、石板路和绿道，迂回穿梭、曲折蜿蜒在山坡、湖边、花丛中；亭台楼阁，移步换景，心旷神怡。驻足举目，满眼皆是花、木、林、湖、水、草的世界。白鹭低飞，野鸭戏水，鱼翔浅底，花香四溢。作为摄影爱好者，“家门口”这处“宝地”深深地吸引了我。无论暑夏寒冬，只要天气好，我总喜欢挤点时间，到白鹭湾生态湿地去逛逛。在这里散散步，呼吸清新空气，观赏优美的湖光山色，花鸟鱼虫，更可以尽情地摆弄相机，拍些照片，搞点小“创作”，常常玩得流连忘返，不亦乐乎。

作者：毛绍清（成都万科城市花园）

社区故事

绽放夕阳之美

观看 2014 望泉家园社区“二月新春”联欢会节目有感

今天休息，听母亲说下午两点社区有一个她老姐妹们的演出活动。为了陪陪母亲，尽管难得休息一天，我还是和母亲早早的就来到了社区演播室。进去以后看到了一片热闹景象，舞台上悬挂着望泉家园社区喜迎新春联欢会的红色条幅。老人们个个意气风发，浑身上下焕发出年轻的魅力。演员们在精心地化妆、准备，笑逐颜开，整个演播室喜庆气氛浓郁。看到这一切，我连日来的疲惫一扫而光。

下午两点，演出准时开始了！开场的大合唱气势如虹，给人以震撼之美，老人们满含深情对祖国的歌唱和祝福冲击着我的心灵，令我感动！他们是在用真情歌唱，只有那个时代的人才会对祖国有着那么深切的眷恋之情。接下来的节目异彩纷呈。参加男生小合唱的演员们有着小伙子一般的朝气，舞蹈节目欢快而又充满活力、柔力球表演技艺高超、京剧演唱片段功底深厚、《望泉家园生活美》的快板表演令人叫绝、多才多艺的梁阿姨根据《小城故事》改编的《望泉故事》全部由六句以上的老人演唱，亲切而又动听。最令我感动的是老夫妻表演唱《风

雨真情》，七对老年夫妇相扶相携走上舞台，歌唱他们相濡以沫一起走过的如歌岁月，那是他们风雨同舟后的真情再现，那是他们相爱一生一世的心灵对话。最后的女生表演唱《家和万事兴》欢快喜庆，生动红火，将联欢会推向了高潮。整个演出，情真意切，感人至深，淋漓尽致地将中国现代中老年人健康、积极、向上的精神风貌完美地展现在观众眼前，给我带来了一次视听盛宴。我感叹老人们对生活那种积极进取的态度，他们有着一颗年轻的心，才会活得如此精彩。他们有一种蓬勃的激情，才会过得如此洒脱。

“夕阳无限好，只是近黄昏”，晚唐诗人李商隐的这句诗写出了黄昏的美景，又表达出对人生暮年的无限感慨。但我更喜欢刘禹锡的那句诗“莫道桑榆晚，为霞尚满天”。在望泉家园社区，就有这样一群老人，他们笑容灿烂，他们豁达乐观，他们热爱生活，他们绽放着独特的夕阳之美，如霞光一般散发着迷人的风采，愿天下的所有老年人幸福安康！

作者：卢巍（万科四季花城望泉家园）

业主随笔

羽毛

当温暖的阳光洒进我的房间时，我揉揉惺忪的睡眼，走向阳台，想享受一番和煦的阳光和清新的空气。突然我的目光被定格在一片空中缓缓飘荡的羽毛上。那是一片雪白的羽毛，但它又那么轻薄，连早晨的微风都能轻易把它托起。阳光洒在羽毛上，像是给它镀了一层金边。

我就那么愣愣地看着它，看着它在空中跳着曼妙的华尔兹。忽然，一阵略大的风吹来，羽毛急促地上下翻飞和旋转。我有点担心它。可火光电石间，我突然想到了些什么。如果说那偌大的天空是命运的长河的话，那我们就是那片轻薄的羽毛。当象征着苦难的风吹来时，我们无力与之抗衡，只能被他所左右。我们只等风平息，再慢慢调节好我们自己的生活。如若你不能调节好生活，那你只能无力地向地面坠去，投向痛苦的怀抱。

但是有些羽毛不这样，它们借助风的力量，慢慢向上飞，直至飞到屋顶上。找到一个不会被外界干扰的地方，安静地待在那儿，安度以后的日子。如果这种推测成立的话，那现实中的我们，就是在努力奋斗。纵然命运再刁钻，再无情，我们还是要奋斗。可能我们的努力微不足道，就如同是一群蝼蚁，在命运滚滚的铁蹄下爬行。但是我们为了亲人，为了自己，我们不能不努力。也许这么说来，我们的一生多少有些苍凉和无奈。努力了一辈子，也许最后的结果只是，找到了一个安全的屋顶，在那里度过以后的日子。可是不管怎么说，那也是我们努力后的结果，是我们最后的归宿。

嗨，那片洁白美丽的羽毛正乘着风势，慢慢向上飞，飞呀飞，最终消失不见……

作者：刘劼（南昌外国语学校初二学生，南昌万科润园）

投稿邮箱linju@vanke.com

五彩缤纷迎新春

马年大吉新春到，又是中国人的传统节日——春节，这是家家团圆、辞旧迎新
的时刻，万科社区里也充满了喜庆的气氛。火红的灯笼、吉祥的春联，还
有一张张喜气洋溢的笑脸，这个新春的万科社区又是一片欢乐祥和。



装扮社区是迎新年的第一步，全国的万科社区都张灯结彩，为业主们营造喜庆的气氛。其中东莞麓湖的大门最具创意，他们别出心裁地用石竹花摆出了“马”字，寓意大家马年大吉。而喜庆洋溢的对联，高高挂起的花球和灯笼、红彤彤的中国结、闪烁的霓虹和金灿灿的年桔……这些都为万科社区增添着浓浓的年味。

除了以上这些新年元素的点缀，每个社区的过节方式都各具特色，业主和物业工作人员齐上阵，在全国各地的万科社区上演着一幕幕精彩纷呈的跨年大戏。

苏南玲珑湾社区于2014年1月25日、27日、29日三天在居委会广场举办“迎新春、送对联、送福字”的新春活动。活动现场邀请了玲珑湾两位书法家业主挥毫泼墨，还有三五位练习书法的小业主也要求加入写春联队伍。活动现场有近百名业主参与，三天共写了150副对联，业主都为家人和自己送上祝福。

成都双水岸社区的特色则是一台精彩的演出。幼儿园小朋友们用他们稚嫩的身体为大家带来了欢快的舞蹈；老师们

也表演了一段优美月光下的凤尾竹；社区的叔叔阿姨们风采不减当年，为大家带来了大合唱《我的祖国》；业主胡阿姨的独唱《南泥湾》则勾起了一辈人美好的回忆……

与此同时，上海金色国际公寓的“迎新年饺子宴”活动也吸引了大批业主的参与。活动期间，业主们一起到市场上购买食材，分工合作完成和面、擀皮、拌馅等工作。在活动进行中，不断有业主加入进来，与大家一起分享迎新年的喜庆。大家在活动过程中其乐融融、欢笑不断，在制作饺子、品尝饺子的过程中，也营造了过年喜气洋洋的氛围。

特别值得一提的是南方的舞狮文化也在这次的新春派对中出现。为给小区营造喜庆、祥和的节日气氛，给业主们送上马年的祝福，广州城品、红郡、府前、欧泊四个社区于2月7日分别开展了“金狮贺新春、马年福运来”醒狮贺岁活动。

大年初八早上9：00，醒狮队伍载着新春的快乐和马年的祝福来到各个社区并开始了拜年庆贺表演。喧闹的锣鼓声瞬间让小区笼罩在喜庆、热闹的气氛中，金狮队伍依次到小区门口、服务中心、小区业主家进行了采青祝贺。醒狮队员凭借扎



实的基础以及高超的技艺，吸引了不少业主的观赏；各个拜年动作依次上演，精彩绝伦，赢得了观众们的阵阵掌声，小区一片欢腾；表演的同时，金狮也将新年的祝福送到了小区各个角落，祝愿大家在新的一年里取得更好的成绩。

除了以上这些物业搭台、业主唱戏的活动外，还有很多便民服务在众多社区中展开，为业主们带来了一个便利省心的春节。

成都朗润园的便民磨刀活动热闹非凡，许多业主提着自己的菜刀前来。不一会儿，前来送刀的业主已经排起了长龙。通过收刀，编号，登记等环节，塑料布上已摆满了各式各样的刀具。磨刀师傅看到如此多的刀具，更是卖力地干活。洗刀、打磨、开锋，磨刀师傅一丝不苟。一旁等待的业主也不闲着，相互询问着各自的菜刀是什么材质、如何保养。当然，如何过新年也是他们的热门话题之一，大家纷纷讨论自家的新年计划，交流经验。磨刀、编号、取刀一切都显得有条不紊。取刀的时候，好多业主都说：“正等着快刀做佳肴，这次磨刀活

动时候挑得真准，真是贴心。”

厦门金色悦程物业服务中心的活动主题则是“安全服务、便民修补”。1月18日下午，悦程大妈们三三两两左手拎着衣服、提着鞋子，右手牵着孙子，早早到达活动地点等候活动的开始。“要过年了，花了好几百买了件羊绒衫，回来才发现破了个小洞，自己又不会补；老公新买的裤子裤腿长了，想修改，苦于没缝纫机……困扰了好久，小区举办这个活动，真是太好了。”小区陈大妈拉着工作人员的手感慨道。

安徽芜湖和合肥的社区业主享受到的则是置办年货时的便捷。物业服务公司不仅安排了大巴车接送业主到商场购物，同时开辟了绿色通道，让业主可以在拥挤的购物中心体验到贵宾式的便捷。三个小时，购物结束，大家都是满载而归，欢声笑语填满了宽敞舒适的采购大巴。

以上只是例举了几个万科社区的新年盛况，全国的万科社区都有各自的特色活动，或大或小，或丰富或简约。其实对于身处社区里的业主而言，度过一个平安快乐的新年才是每个人最大的心愿和幸福。



当汤圆邂逅玫瑰

2014年的2月14日不仅是西方的情人节，更是中国的传统佳节——正月十五元宵节，全国各地的万科社区都开展了以“当汤圆邂逅玫瑰”为主题的活动。两节相遇，情义浓浓。

在全国各地的万科社区中，吃元宵、猜灯谜、送玫瑰、写祝福，这些活动基本全都包括。除此之外，个别社区的活动还别有新意，更是将传统与新潮相结合。

成都魅力之城的特色是文艺表演和举家齐乐的亲子游戏。身穿喜庆服装的老体协腰鼓队为大家带来了充满传统特色的划旱船表演，成为活动一大亮点，让年轻业主们大开眼界，也将活动气氛推向高潮；而成都城市花园为了让小区各年龄层次的业主都能参加到活动中，今年的元宵晚会特意增加了包括：甩飞镖、套圈、钓鱼、情人墙、夹弹珠、砂画等众多游戏；成都金域蓝湾社区里则出现了糖人和滚铁环等让业主朋友们满是回忆的元素。

广州万科社区的活动同样丰富多彩，看电影、猜灯谜、吹蜡烛、夹玻璃珠、垃圾分类等丰富的社区活动不仅充满乐趣，还有一定的社会意义。其中“财神派利”、“猜灯谜”、“汤圆DIY”等好玩的摊位游戏，以及民间手艺人的“草编”和“捏面人”等都得到业主的交口称赞。

昆明万科社区的活动与以上两座城市异曲同工，看电影、猜灯谜，以及各种特色活动都不缺少，特别值得一提的是，他们的汤圆口味也同样繁多。云上城物业服务中心和业主一起提前闹元宵，现场准备了各种口味的汤圆请业主品尝，有芝麻的、板栗的、鲜肉的、甜橙的、核桃的、绿豆馅的，应有尽有。并且在小区的主干道上挂满了大红灯笼，准备上百条灯谜，供业主赏玩。

厦门万科社区的特色则是舞狮表演。2月14日下午3点，随着一阵敲锣打鼓声，舞狮队首先在湖心岛会所门口进行了精彩的表演，接着绕着湖心岛的主轴进行了表演。此外，“砸金蛋”活动以及丰富的奖品也令业主们大呼过瘾，红酒、小熊小马玩偶、巧克力、茶具，大家都是满载而归。

除了以上这些城市，全国各地的万科社区都有各自特色的活动，比如苏南万科的“送健康、送环保”主题，物业服务中心为业主送上各种绿植，同样让寒冬充满了春意，温情满满。



“小小银行家”深圳游学收获多

在这个寒假，万科的部分小业主不仅感受到了节庆的喜悦，还度过了一个别有意义的假期。从全国各地选拔出的民生银行“小小银行家”们齐聚深圳，完成了为期四天的游学之旅。小朋友们参观了深圳的许多著名景点，更重要的是在民生银行学到了更多关于金融的知识，在社区里学到更多环保的理念，这让他们的寒假更加丰富多彩。

1月21日，万科物业、中国民生银行共同举办的万科“小小银行家”深圳民生之旅活动正式启程。通过前期海选、比赛、评选等环节，全国角逐出的22名“小小银行家”在父母的陪伴下来到深圳，开展了为期四天的游学之旅。

游学期间，小朋友们在游览深圳小梅沙海洋世界、深圳东部华侨城之余，还前往万科集团总部万科中心参观，了解建筑节能的相关功能和环保理念，前往万科城社区参观民生社区支行，聆听社区金融服务的相关内容介绍，并在第五食堂就餐，感受营养均衡的健康菜品。

23日下午，小小银行家们和家長前往中国民生银行深圳分行参加了“万科小小银行家民生银行见面会”。会上，每位小朋友都收到了《致“未来银行家”的一封信》，以及现场颁赠的财商教育书籍《小狗钱钱》。小朋友们还踊跃地展示了自己的才艺，家长们也纷纷对本次活动举办表示感谢，希望为孩子们打造更多的学习、交流平台。❶

海南万科感恩度假系列活动

感恩有你 欢乐同在

海南万科的目标，不仅仅是打造舒适的居住环境，更希望与业主一起，营造温馨愉悦的居住氛围。天南海北相聚海南，没有理由不开心。



“湖畔印象”唯美登场

2月4日晚，万科感恩度假季第三场主题活动“湖畔印象”大型水幕剧在三亚万科湖畔度假公园举办。此次大型水幕剧是三亚市政府近年来重视发展文化产业的系列成果之一。“湖畔印象”取景三亚小西湖，通过现场实景、舞台效果、专业表演，将杭州西湖十景：苏堤春晓、曲苑风荷、平湖秋月、花巷观鱼、雷峰夕照、南屏晚钟、断桥残雪、双峰插云、三潭印月、柳浪闻莺等演绎得淋漓尽致，让观众宛如置身西湖，感受江南悠然美景和浓郁历史人文。到场观众近万人，既反映了节目的高品质，也间接反映了三亚文化度假市场的火爆程度。

据海南万科相关负责人介绍，万科感恩度假季是万科在三亚发展度假地产中探索出的一个独特领域，它承载了海南万科度假服务体系的重要内容——文化度假服务。本次“万科感恩度假季”包含三大主题活动和一系列文体活动。韩家英艺术展、迎春文艺晚会、印象湖畔等三大主题活动。此外，还有读书节、落笔洞攀岩、青春三亚时装秀、拉斯维加斯球幕电影、三亚首届社区乒乓球挑战赛、儿童冬令营、厨艺学校、开心市集、过年七天乐等一系列针对城市和社区的文化盛宴。



新年第一跑 迎接健康

大年初七，春节长假最后一天，上午7时许，在三亚落笔峰脚下的万科森林公园小区，逾两千小区居民早已聚集在一起，排着几支长队等待“我在三亚开始新年第一跑”鸣笛起步，以迎接充实、健康、活力的一年。在万科森林公园小区里有一块石刻的《村民公约》，《村民公约》全文20余条，是该小区志愿者拟定并倡导的小区居民自治公约《公约》第一条便有写着“我们乐于参加（万科森林公园）小镇的公共活动”的字样。“ 三亚水好山好环境好，尤其住在我们小区里面有各种丰富的活动，基本上各种活动我都参加，运动让人越活越精神！”一位来自东北的业主陈阿姨告诉记者，在三亚，不仅有椰树、海风、阳光、沙滩，还有小区志愿者的人文关怀。正是在小区志愿者的不断影响、感召下，小区的生活越来越精彩，大家到三亚居住却没有孤独感。大家万科公司有关负责人告诉记者，本次活动从策划到执行，均由三亚万科森林小区志愿者组织。参加跑步的居民中，有成年人，还有老人和小孩。其中年纪最大的已近8旬，最小的只有6岁。“加强健身运动，提高小区业主的身体素质，是我们大家共同的愿望。”该负责人称，今年该公司还将联合国家体育总局举办万人以上的三亚城市乐跑公益活动。“企业不应只追求经济效益，更应该通过举办这样的活动，用快乐的表情，用响亮的脚步，用团队的气势来倡导全民健身。”



户外探险冬令营 打造全能宝宝

海南万科携手中国户外教育领跑者鹰赛INSIGHT打造“2014最有价值的户外教育冬令营”在万科森林度假公园小莲花热闹开营。本次万科&鹰赛冬令营共有两期，分别在1月21日至27日及2月6日至12日期间开展了营地课程，共有54名营员参与，年龄区间在6至14岁，教师团队包括7个中国教练和3个持证外教。INSIGHT鹰赛户外运动是中国户外探险领导者，现在正努力成为亚洲水平最高的户外教育和导游服务的提供者，在探险中生活、娱乐、教育。iNSIGHT鹰赛教练员持有国际英语培训证书，中英配合，让学员在玩的过程中学习英文，边玩边学，提升的是最地道、最实用的英语技能。海南万科利用森林度假公园和湖畔度假公园里得天独厚的项目资源，为本次冬令营提供了多个活动场地和餐饮住宿。本次万科携手鹰赛打造的户外教育冬令营，以海洋风情和水上运动为特色，聘请多名持有国际英语培训证书的专业教练员为孩子们户外冬令营保驾护航，教练员在教学过程中英配合，让学员在玩的过程中学习英文，边玩边学，提升的是最地道、最实用的英语技能。冬令营所有营员及教练餐饮、住宿均在万科森林度假公园内，第一期为7天营，营地分别放在开心农场、森林泳池，儿童攀岩、水上运动中心等万科森林公园和湖畔公园两个项目场地，其中体验有：射箭、农场干农活、攀岩、荒岛逃生、罗马战车、皮划艇、露营、篝火、CS野战、冲浪等十几项课程。❶



龙岗万科广场全面开业

王石新书《大道当然》在京发布

2月10日下午，王石新书《大道当然》发布会在北京举办。《大道当然》是《道路与梦想》的姐妹篇，记录了王石从2000年到2013年的经历与思考，其中“大道当然”出自万科之前的主题词“大道当然·精细致远”。王石笑谈1983年下海做鸡饲料生意的经历，“做鸡饲料能赚钱，做其他都容易，因为那个太难赚钱了。大起大落的锻炼，于自己以后的经历非常管用。”

毛大庆“北京两会”第4次提交住宅产业化提案

2014年的“北京两会”上，政协委员、万科集团副总裁毛大庆第4次向北京市政府提交了有关住宅产业化的提案。像造汽车一样盖房子，将房子的部分或者全部构件在工厂生产完毕，现场组装，不仅减少耗能、环保，而且房屋质量更有保证。这种模式，万科已经潜心研究了十多年。毛大庆表示，2014年，北京万科开工的80

万平方米建筑面积中，这种方式将大规模地铺开，而这也是万科领跑全行业的重要标志。在其他房企虎视眈眈万科老大位置的同时，万科也在积极转型社区商业，多元化拓展，确保在艰难的政策环境和变化万千的市场环境中让其地产航母继续乘风破浪。

万科中心松鼠野外放归

野生动物的伴生是城市生态环境好的重要指示。万科中心松鼠重引入试验，增加了原有环境中的动态景观，达到动静平衡；提升了原生环境的生物多样性，造就宜居宜业生态环境。我们为松鼠量身订制了生活环境，隐蔽、嬉戏、觅食、繁殖等空间一应俱全。2014年2月8日经5个月圈养适应，第二批7只松鼠顺利放归。至此前后共2批10只松鼠全部完成野外放归。万科中心松鼠重引入试验为动物进城探索做出贡献，也为小型野生动物重引入社区积累经验。

“择邻而跑”波士顿马拉松万科业主选拔圆满结束

近日，“择邻而跑”波士顿马拉松万科业主选拔活动结束，业主通过参加积累跑步里程数以及跑友助跑里程捐赠最终决出名次，排名前十名的跑手将于今年4月份赴美国参加波士顿马拉松。排名11到15名的跑手为备选选手。

王石在东京《无印良品》总部发表演讲

2月4日，在东京无印良品总部，万科董事会主席王石对无印良品的总部员工发表了一个半小时的演讲。在演讲中，王石自述了万科30年来的历程和自己的感悟，也是王石首次在公开场合如此详细自述心路历程。此次演讲，王石谈了四个话题：道路的选择；质量比速度；攀登世界七大峰最高峰；设计改变生活。

郁亮率万科员工赴小米交流

2月11日上午，万科总裁郁亮携80多名员工赴小米交流，雷军到场给大家做了一个小时的演讲，分享了小米创业历程、小米商业模式特点和他对互联网思想的理解。他把小米的成功秘诀归结为“专注、极致、口碑、快”七字。演讲后的问答环节，雷军坦陈，在过剩的时代，必须做出让人尖叫并愿意推荐的产品，但这很难。



郁亮率万科员工赴小米交流

龙岗万科广场全面开业

去年12月21日试营业后，万科在华南首个万科广场购物中心项目“深圳龙岗万科广场”在2014年1月24日迎来全面开业。万科集团执行副总裁毛大庆表示，2013年对万科来说是很重要的一年，商业地产开始起航，多个项目开业，形成了万科广场、生活中心、邻里家系列等三大产品线，“2014年是万科成立30周年，万科商业物业也迎来快速发展时期”。

万科集团1月份销售额为277亿元 同比激增45%

2月8日，万科集团公布1月份销售数据。今年首月，万科实现销售面积194.6万平方米，销售金额276.5亿元，同比分别增长20.79%和45%。申银万国此前发布研报预测，由于春节因素，万科1月份的推盘量并不高，但之前积累了350亿元左右的已认购待签约资源，将陆续在今年第一季度的销售中得到体现。该预测与万科1月份良好的销售数据正好吻合。而此前瑞银的一份研究报告也显示，相比2013年，万科今年或将实现更高增速，预计万科2014年签约销售金额将达2150亿元，同比增长25%。根据万科披露的2013年全年销售情况，去年公司签约销售金额高达1709.4亿元，同比增长21%。❶

INCLUSIVE LOVE

爱是包容

北京万科紫台业主薛先生一家

编辑/撰文 王佳庆 摄影/Summit 助理/麦芽糖 化妆/白杨

也许每个家庭的幸福都相似，但幸福的细节却不尽相同。本期封面人物，我们锁定了万科紫台一个典型的三口之家，追寻普通人对于幸福的理解。

薛先生的三口之家，像很多平凡的三口之家一样，日常生活忙碌繁琐，却充满着幸福的小细节。周一到周五，孩子上学，大人上班，由于工作忙碌，一家三口很少能有机会聚在一起吃晚餐。虽然忙碌，但是从薛先生一家的言谈不难看出，一家子都是热爱生活的人，家里的楼层隔断和中式装修以及家居摆放，都是薛先生和太太亲自规划打造的。

每年一家三口都会进行一场解压旅行，把工作和学业的压力都抛到脑后，尽情享受家庭时光。开春这段时间空气不好，一家三口到了周末就只好在家宅着，可周先生说，一旦周末天气好，就要带着老婆和孩子去野外爬山，再给老婆孩子拍两张漂亮的照片。说起摄影，是薛先生的爱好，薛先生周围有一群朋友都爱好摄影，有空的时候，大家就一起外出采风、举办摄影沙龙等等。由于经常要周末活动，薛先生怕太太一个人在家无聊，总是想带着她一起去，其实太太也有自己的爱好，那就是几个闺蜜聚在一起唱歌，而且唱的都是流行歌曲，别提多青春洋溢了。夫妻俩的文艺爱好也遗传给了宝贝闺女，圆圆从小就喜欢滑冰和小提琴，虽然现在学业繁重，但是偶尔还会拉拉小提琴放松一下。在闺女圆圆眼里，爸爸妈妈都很慈祥，从来都不会发火批评孩子。用太太杨女士的话说，教育孩子要身体力行地去影响她，学会换位思考，站在孩子的角度想问题，让孩子发挥自我认知、自我管理的能力。爸爸薛先生在旁不住地点头，然后补充道：“其实家庭也是这样，学会换位思考，就会多些包容。其实家庭氛围的打造不一定要花多少时间在一起，而是心里有彼此、相信彼此、包容彼此，这样的家庭就会充满幸福。”



薛先生 45岁 电子公司经理
杨女士 44岁 银行职员
圆圆 17岁 学生
社区:北京万科紫台



全家旅游是家庭必不可少的，每年薛先生全家都要去旅游，放松心情。



薛先生的摄影作品

Q = 《邻居》 X = 薛先生 Y = 杨女士

Q:保持家庭氛围和谐，有什么心得吗？

X：主要就是学会利它吧，学会为对方考虑，就不会产生矛盾。

Y：对，主要是宽容理解，现在工作压力都很大，难免在工作中会产生一些负面情绪，但是家庭是心灵的港湾，所以尽量不要把负面情绪带到家里，如果发现对方有负面情绪，也要尽量理解包容。

Q：对于家庭的未来，有什么目标吗？

X：现在感觉生活已经很好了，我和太太都很满足，未来主要还是孩子，会为孩子的学业提供最大的支持，希望孩子会有好的发展。

Q：天气越来越暖和了，对于家装方面，会有些应景的改变吗？

X：有呀，现在家里的露台荒废着呢，我图纸都画好了，等到天气暖和了好好弄一弄，夏天就可以一家人坐在露台上喝茶聊天了。

Q：对于社区生活有什么感受吗？

X：在这片区域，紫台社区可以说是管理最好的社区，无论从绿化还是车辆管理来讲，都让人感觉很有安全感，特别是人车分流管理，这是衡量社区优劣的一大标准，这点我觉得紫台做得很好；人员管理方面，物业安保都很负责，还经常上门回访，我也会提些意见给物业，感觉物业很重视业主的意见，这点很好。而绿化方面，到了夏天，院子里绿茵覆盖，环境优美凉爽，让人心旷神怡。🌿

本期万科芳邻

宁丹琳

青春实力派演员,3岁第一次出镜(电影《的士女人》),6岁考入儿童电影学院学习表演,13岁去美国主修舞台表演,19岁参与《家有儿女》(三四部)而成名。主演电视剧《杀狼花》《一家不说两家话》《十五贯》等。

A HAPPY FAMILY WITH CHILDREN

宁丹琳和妈妈 家有儿女初长成

编辑 / 王佳庆 摄影 / 霍城 服装 / 王鸿志 化妆 / 张樵梓 场地提供 / 曲美家居

她被大家熟识,是因为2006年《家有儿女》第三、第四部中的小雪,一个父母身边的乖乖女。但宁丹琳的经历与剧中人相去甚远——她13岁就独自远赴美国读书,生活学习独立而忙碌。在妈妈眼里,宁丹琳懂事有主见,而且才华横溢。

宁丹琳
粉色印花连衣裙
马栋 By Fashion in life
妈妈
白色珍珠连衣裙
马栋 By Fashion in life

妈妈给锻炼的机会

儿时的宁丹琳是个内向胆小的女孩,本来她可以在父母的保护下安稳稳地成长,但妈妈却有着超乎常人的远见和紧迫感,在她看来,培养孩子独立思考的能力和自立才是父母对孩子最大的爱,于是刚满13岁的宁丹琳就被妈妈送到了美国学习和生活。“刚到美国时很想家,感觉一个人孤零零的,但是要学习文化课还有表演课,天天两个学校来回跑,忙都忙不过来,就没时间多愁善感啦。”聊起那段经历,宁丹琳显得大大咧咧的,妈妈则在旁边默默地注视着女儿,眼睛里满满是爱与骄傲。妈妈说,虽然心疼女儿,也担心她一个人在异国他乡的生活,但是为了让孩子们能够增长见识,学习知识,也只能把这份爱藏在心里,放女儿自己去闯荡。

在国外读书的三年,宁丹琳没有辜负妈妈的期望,学校汇演的五部话剧,作为一个英语非母语的演员,宁丹琳当选当年的最佳女主角。在很多人看来,这个女孩够幸运,但其实只有宁丹琳才知道其中的酸甜苦辣。后来,宁丹琳回国发展,演艺之路也没有想象中的那样平顺,而是有起有落。

即使如此,妈妈从来没有后悔当初的选择,她自始至终对女儿只有一个要求,就是多读书、多学习,为将来打下良好的基础。现在宁丹琳的状态是一边跑剧组一边读书学习,万事靠自己,拍戏的时候全力付出,没戏拍的时候就在家看看书,或者去健身房锻炼和学习跳舞。

一家三口都很独立

在剧组拍戏的时候,宁丹琳是那种精力充沛到上窜下跳,一收工马上就消失不见的人。消失去哪里了?当然是一个人在屋里宅着。不忙的时候,宁丹琳也喜欢宅在家里,二十几岁的年纪,不爱逛街、不喝酒、不抽烟、不泡夜店的漂亮女孩子真是太少了。不过,宁丹琳说,自己一家三口很独立:她除了拍戏,就是在家看书、追剧、琢磨演技;妈妈喜欢和闺蜜一起逛街、聊天;爸爸工作忙碌,永远都好像在工作。不过一家人倒也在各自的空间自得其乐。

“难道不希望女儿多陪陪您吗?”记者问道,“丹琳有自己的生活,我们做父母能做的就是支持她,在她需要的时候给予帮助。在生活方面,由于年龄层不同,还是各自玩各自的好……”妈妈的回答非常开明,“那一家人没有一起旅游过吗?”“当然有啊,春节期间我们一起去了泰国,行程是孩子安排的,真是玩不到一起呀,把我们累坏了……”说完,妈妈看着女儿调皮地笑了一下。在宁丹琳的妈妈看来,女儿孝顺不孝顺不在于给父母买多少东西,也不在于花多少时间陪伴父母,而是只要心里在意彼此,哪怕简单的问候也是温暖的。而作为父母,把孩子养育成人,尽到抚养和支持的责任就好,绝对不会过分干扰孩子的生活。



宁丹琳
彩色印花短袖上衣、白色方格短裤
均为 Mo&Co.
蓝色手环 Stefanel
裸色露指高跟鞋 D:FUSE
妈妈
私人衣物

Q = 《邻居》 N = 宁丹琳 M = 妈妈

Q:最近的工作安排怎样?

N:前段时间刚刚下戏,这段时间就在家宅着。

Q:在家宅着做什么呢,看书? 追剧?

N:最近大家都在追《来自星星的你》,我也不例外呀。

Q:从专业演员角度看,你觉得“星”里的演员演得怎样啊?

N:当然好,走心,让人看着就感同身受。好的演员演戏就是要走心,很多演员演完一个角色后会久久走不出来。有的演员属于技巧派,同样也能让观众感动,但从专业来看,还是走心的表演更好些。

Q:你属于表演走心的演员类型吗?

N:我在努力让自己变成走心的演员,现在看电视剧或者看电影,遇到表演好的桥段,我会反复地看,反复地琢磨,学习人家的表演方法,用在自己身上。

M:丹琳的确属于那种非常用功的演员,特别下功夫,在提高演技上付出了很多时间和精力。

Q:有没有过陷进角色里走不出来的情况?

N:当然有啦,有一段时间因为演了一个叛逆的姑娘,后来下戏后很长时间买衣服都是重金属铆钉那种范儿的,好长时间才改过来。

Q:平时有什么解压放松的方式吗?

N:我真的属于非常乏味没什么爱好的人,如果想放松解压的话,可能会一个人出去旅行,一个人在路上的感觉很好,可以想很多事情,学习很多事情。这大概跟我很小就一个人出国学习有关,比较独立,喜欢一个人到处走。

Q:你身材那么好,怎么保持的呢?

N:就是把住嘴就好了,平时我肉和菜都正常吃,只是主食吃得很少,还有就是要避免摄入高盐食物,然后就是多运动啦。

Q:在彼此眼里,对方是个怎样的女儿(妈妈)呢?

N:在我眼里,妈妈是个朋友,我最好的朋友,时尚、活泼、可爱,有时候感觉年龄比我还小。

M:我觉得丹琳是个才女,别看她很小就出国学习,语文基础不是很好,但是看她有时候写微博什么的,真的会让人吃惊。还有她独立能吃苦,这也让我感觉很欣慰。❶

“

直到今天,我才真正地意识到你曾经学习过什么语言,接受过什么教育,参与过什么特长班,请不要放弃(虽然很枯燥),请继续坚持(虽然很辛苦)。因为你现在做的一切,都是在为你的未来的机遇打基础。这个机会也许要等一两年,也许要等五六年,甚至十年(就好像我)……但它一定会来到你身边。

”



宁丹琳
裸色蕾丝连衣裙 Karoline Lang
By Fashion in life
裸色露指高跟鞋 D:FUSE
妈妈
私人衣物



SMOG ALERT!

呼吸之痛

雾霾压城 警报再起

统筹、编辑/杜鹏硕 撰文/王佳庆、谷月、杜鹏硕 特约撰稿人/吴丽玮

雾霾，一个近几年频繁见诸报端，早已成为人们饭后谈资的名词。人们一次次的谈霾色变，却又不知霾从何而来。而在人们大喊着天气糟糕，出门戴口罩、屋里安装空气净化器时，又在不遗余力地为空气污染做着贡献。从元宵节当日18时开始，北京PM2.5浓度明显上升，24时达到峰值500微克/立方米以上，单个监测点的监测数据甚至达到了900微克/立方米，与除夕夜峰值相比，元宵节峰值高出50%。随后，2月20至27日，持续一周的雾霾与污染再次压向华北地区，北京的抗霾警报又一次响起。



01.2014 年 1 月 25 日,上海,黄浦江上的江鸥在轻雾中飞舞。根据上海环境监测中心消息,随着冷空气影响,当天下午上海空气质量为轻度到中度污染。
02.2014 年 1 月 6 日,广州市区被灰霾笼罩,空气中弥漫着车辆尾气的味道,能见度仅有 1 公里。

雾是雾 霾是霾

在探讨雾霾时,我们首先需要明确一些概念,最重要的就是何为雾霾。

雾霾,雾和霾的统称。雾和霾的区别特别大。空气中的灰尘、硫酸、硝酸等颗粒物组成的气溶胶系统造成视觉障碍的叫霾。当水汽凝结加剧、空气湿度增大时,霾就会转化为雾。

雾是由大量悬浮在近地面空气中的微小水滴或冰晶组成的气溶胶系统,多出现于秋冬季节,是近地面层空气中水汽凝结(或凝华)的产物。雾的存在会降低空气透明度,使能见度恶化,如果目标物的水平能见度降低到 1000 米以内,就将悬浮在近地面空气中的水汽凝结(或凝华)物的天气现象称为雾;而将目标物的水平能见度在 1000 ~ 10000 米的这种现象称为轻雾或霭。形成雾时大气湿度应该是饱和的(如有大量凝结核存在时,相对湿度不一定达到 100% 就可能出现饱和)。由于液态水或冰晶组成的雾散射的光与波长关系不大,因而雾看起来呈乳白色或青白色和灰色。

霾是由空气中的灰尘、硫酸、硝酸、有机碳氢化合物等粒子组成的。它也能使大气浑浊,视野模糊而导致能见度恶化,如果水平能见度小于 10000 米时,将这种非水成物组成的气溶胶系统造成的视程障碍称为霾或灰霾,香港天文台称烟霞。

PM2.5

PM2.5 是美国空气质量标准中采用的指示性颗粒物,目前它也长期居于北京等城市的首要污染物地位。2012 年 2 月 29 日,环保部批准了新的《环境空气质量标准》,新标准定于 2016 年起在全国实施。其中京津冀、长三角、珠三角等区域和若干其他城市在 2012 年率先实施,在此阶段的监测项目从原来标准中的二氧化硫、二氧化氮、可吸入颗粒物(即 PM10)三项扩展到包括细颗粒物(即 PM2.5)、臭氧和一氧化碳,共 6 项指标。

2013 年 1 月 1 日,经过 3 个月试运行后,北京 35 个 PM2.5 监测站点首次开始正式发布污染物监测数据。

何来雾霾

北方地区持续数日的灰霾天气为何产生? 简单分析起来不外乎两点。中国科学院大气物理研究所研究员王跃思告诉记者,外因是极其不利于污染物扩散的天气过程和气象条件。我国雾霾地区当时近地面大气稳定,严重阻碍了空气的水平流通;空气湿度大,逆温层厚,进一步阻碍了空气垂直方向的对流输送,混合层高度低,空气大气污染物容量急剧减小,导致了局地 and 区域污染物的迅速积累。同时污染源排放强度大仍然是主因。

PM2.5 的形成方式非常复杂,大致分为两种:一种是直接以固态形式排放的一次粒子,这种粒子通常先在高温状态下以气态形式排出,再在烟羽的稀释和冷却过程中凝结成固态的一次可凝结粒子;另一种是由二氧化硫、氮氧化物、氨等气态前体污染物通过大气化学反应而生成的二次粒子。北京大学环境科学与工程学院副教授王奇告诉记者,二次粒子的化学反应非常复杂,即使将一次粒子,如二氧化硫等控制在安全范围内,也很难避免 PM2.5 在复杂的反应过程中产生。

中国至今还没有一份完整的国家大气污染排放源清单,学界关于 PM2.5 来源分析主要采用两种方法:一种是从排放源来分析,即列出各种大气污染排放源,根据统计年鉴中的燃料燃烧数据以及各行业产能数据,结合行业排放系数计算而成;另一种方法是对污染物进行采集和化学分析,根据分析到的特征元素确定其来源。第一种方法的好处是可以比较清晰地看到各个行业的污染贡献比例,但却没有办法对复杂的二次污染过程做出模拟;后者的优势是可以分析到一次污染、二次污染的占比,但缺点是城市 PM2.5 的来源解析研究仍有较大的不确定性。

在“绿色和平”发表的一份《PM2.5 的健康危害和经济损失评估研究》报告

中分析,燃煤依然是 PM2.5 中最主要的一次颗粒物排放来源,占 19% 左右。自 2000 年以来,中国煤炭消费量从 15.2 亿吨增长到 34.8 亿吨,增长 128%,仅 2011 年增长率即 7%,全年煤炭消费量占全世界煤炭消费量的 40% 以上。硝酸盐和硫酸盐等二次颗粒物占比也分别为 14% 和 17%。

“PM2.5 排放到空气中,体积小,质量轻,肉眼看不到,不容易掉落,在空气中的寿命较长,所以它有个特点就是跟着气流走,会向其他区域流动、传输,产生区域性的污染。”北京大学环境科学与工程学院教授谢绍东告诉记者,寻求区域的联防联控机制已成为多方共识。

求解之道

“减少污染源,削减大气污染物是解决雾霾的根本之道。”中国科学院大气物理研究所研究员王庚辰说。北京市经济信息化委副主任李洪说,据《关于北京市空气重污染日应急方案》,在重点排减企业中,北京共有 58 家企业实现了停产,完全切断了污染源;41 家企业通过降低生产负荷,减少污染供需,实现 30% 以上的污染减排;强联水泥、平谷水泥二厂等均实现全部停产,水泥行业也实现了 30% 以上的减排任务。

同样,为了最大限度隔绝城外车辆和施工车辆带来扬尘,可以在城外带尘

车辆(运煤车和其他长途车等)入城时在城市关口收费站边设立喷水清洗轮胎、底盘的环节,在城内施工车辆进入马路时设立遮盖和清洗轮胎、底盘的环节,但很多城市往往只有入城后的终端罚款机制而没有入城时的清理预防机制。可见,城市基础设施建设缺乏扬尘构造治理要求,缺乏预防机制的行为才是构成雾霾形成的第一源头,施工工地和经济发展数量及规模仅仅是二阶污染。

我国不少城市环境治污目标仍然偏离颗粒性雾霾治理。多年来,我们在环境治污方面向西方标准看齐,如长期把欧 2、欧 3、欧 4 甚至欧 5 标准付诸监管细则,不符合上述排污管标准的车辆不能出厂,不达标的烟囱推倒、迁移,但这些管理细则只是对气体性污染有效。对于颗粒性污染大户——黄土高原地区污染构造形成的任何理解,几乎仍在我们城市管理部门的理解能力之外。

同时,雾霾的出现还在于深层制度的缺失。长期以来,我国城建基础设施和园林绿化招投标过程都是“手拉手”式的场外交易,招来招去都是那几个关系实体,外部先进的管理和竞争技术以及环境保护、污染治理观念进不到这种半公开式的双边交易过程中来。雾霾其实是这种深层制度缺失后长期累积的外观现象。

治理雾霾不能单是环境保护部门的

任务,地方政府和中央政府都应该尽快建立符合中国地理现实的防治颗粒型污染通则和落实细则,督促城市管理部门和建设部门按照标准落实,并尽快将上述细则落实到城市建设、园林绿化招投标过程中,开放相关关联要素市场,推动施工单位、部门按照环保理念施工建设。

中国很多问题的“解”都是这么被现实“逼”出来的,看得见、躲不了、无人能幸免的雾霾迫使政府将“治理”提到了最重要的议事日程。比如辽宁开出了“雾霾罚单”,对雾霾严重的城市开出罚单,以罚促改;北京将开展人工削减雾霾试验,用人工降雨等物理方法消雾;石家庄治雾霾一天拆除 18 家水泥企业,据称将减少大约 64 个火车皮的粉尘排放;雾霾较严重的省份河北省明确表示,要削减近三分之一钢铁产能来治理大气污染。同时,专家也建言献策,提出发展核电可解决雾霾。

总而言之,在今天的中国大地上,雾霾不仅仅侵袭着华北、东北,更开始广泛地影响长江三角洲甚至珠江三角洲,问题已经刻不容缓。如何解决雾霾问题,政府在出招,社会在关注。特别是在经历了 2 月 14 日元宵佳节的昏天黑地之后,人们更应该思考自己可以为减少污染做些什么。

但愿 2014 年是一个晴朗的年份。



黄玮
绿色和平组织气候
与能源项目发言人

呼吸的重量

好天气的时候，呼吸是最不被关注的细节。一旦雾霾来了，每一次呼吸都变得有危险，人们才开始谨慎，并且关注。那些吸入身体进入肺泡并且参与循环的空气，它们到底怎么了？



Q:我们呼吸的空气，为什么变得混沌污浊？罪魁祸首是谁？

A: 我们国家的环保部门现在对七十几个重点城市的污染状况都有监控，会实时发布数据。目前中国大部分重点城市的污染程度几乎全部超标。绿色和平组织在1月份做了一个2013年74个城市PM2.5浓度公布数据，其中只有4个城市达到35微克/立方米的标准，大多数都不达标。除了北京，整个京津冀地区，其他包括湖北武汉，四川成都，以及东北地区省会城市空气都相当差，目测都是一片白茫茫。

城市的污染有它的根源，归根结底是因为中国的城市化和工业化的发展同步，形成了整个区域都高污染排放的现象。京津冀地区污染最严重的前10名里，河北省占了7个。邢台、石家庄、保定、邯郸、衡水、唐山以及廊坊的污染都是国家标准的3倍以上，整个地区的空气质量都非常差。空气污染是区域性的，这一区域都是大量的燃煤、重工业排放结合本地的车辆尾气排放的复合型污染。

空气质量监测主要的物质有二氧化硫、氮氧化物、臭氧、可吸入颗粒PM10以及PM2.5。目前大部分中小型城市还是以PM10为主要监测标准。

PM2.5不是单一的物质，是所有的细颗粒污染的统称。细颗粒物指环境空气中空气动力学当量直径小于等于2.5微米的颗粒物。与较粗的大气颗粒物相比，PM2.5粒径小，面积大，活性强，易附带有毒或者重金属、微生物等，且在大气中的停留时间长、输送距离远，因而对人体健康和大气环境质量的影响更大。它可通过呼吸直接进入肺泡，进入血液循环。

Q:什么样的空气是安全的？

A: 世界卫生组织对什么样的空气是安全的有标准，PM2.5年均浓度为35微克/立方米是一个过渡期的标准，最后的推荐标准是10微克/立方米。

Q:大气的流动为什么带不走局部的空气污染？北京传说好天气只能靠刮，没风这些

雾霾就走不了？

A: 当整个区域的大气污染物排放量很大时，若没有外部的扩散条件，空气很难变得通透。从治理效果来看，如果好空气真的只能靠风刮的话，说明环境治理很失败。应该做的必须是减排，从源头上减排，从总量上来说，只靠一个城市的交通工具排放方面的控制是微乎其微的。

北京空气质量不能单纯只调控北京的排放，大气污染物的传输是区域性的。如果北京只治理本地，治理效果有限。京津冀大区域的联合减排、联合防控是必要的，燃煤取暖、重工业污染源都应该控制。现在的政策是北京要逐步取消城市里的居民烧煤取暖，依赖京津冀地区联合减排，重工业集中治理、燃煤量消耗减少，这个联动的措施一起发生作用，会有效控制雾霾。

Q:假如我们都尽量少开车，少抽烟，对减少雾霾能做多少贡献？

A: PM2.5的年均浓度是一年四季的每一天污染状况的平均数，总量减排很重要。

不仅要关心北京年均的浓度，每一天的空气质量情况都应该关切。有时候的严重污染情况下，会出现全国PM2.5一片飘红的爆表状况，短时期的严重污染让人感觉健康如临大敌，非常紧迫，那么做什么可以快点改善这个状况呢？首先政府应该有一个预警机制，让公众了解污染对健康的危害，采取相应保护措施保护好家人的健康，其次公众要关注这个事情，关注并监督政府做了哪些减排的措施，督促政府通过切实的短时措施减轻污染的状况。减排也是需要居民参与的，尤其是在特别严重的天气，居民的要尽量减少开车，多使用公共交通。从长期治理的角度来讲，需要政府挑大梁，大力促进我国的能源结构和经济结构的调整，减少煤炭消耗，降低多种大气污染物的排放。

Q:不开门窗，用净化器是否能营造一个健康可靠的呼吸环境？设备的什么功能可以实现这个目的？

A: 净化器的原理是过滤，如果门窗能够关

闭得紧密，通过机器的循环机制，把细微颗粒都过滤掉，在这样的空间内，能有效改善空气的质量。净化器的原理很简单，就是利用滤膜滤网收集、截留PM2.5，只要能保持室内的密闭环境，净化空气是可以实现的。但很难保证24小时不开门，人不可能永远不出门，不出去运动，室内的污染是可以解决，但这一个亡羊补牢的办法。

Q:PM2.5是我们最应该害怕的城市污染么？除此，我们还应该关切什么污染数据？发达国家的空气质量标准是哪些？

A: 人们重视空气污染是因为每个人都要呼吸，关乎到每一个人，绿色和平和北京大学联合发布的报告《危险的呼吸》指出，2012年度北京、上海、广州以及西安这四城市，因为空气污染造成的过早死亡案例有8000多例。如将长期影响都加上，世界卫生组织的报告更是指出，中国一年将有120万人因空气污染死亡。现在中国的空气污染不是一个城市的专利，而是全国性的

问题，包括城市边的郊区都成问题。

PM2.5是一个空气污染的指征性标志，除此之外，还有臭氧等污染也是需要关注的。

Q:雾霾不是北京的专利，多个城市爆发的污染让人们的呼吸堪忧。政府有怎样的作为？目前的主要办法是什么？

A: 去年政府推出了一系列政策，到2017年，北京、天津、河北、山东燃煤要减量。长三角、珠三角尽量做到零增长或者负增长，PM2.5减少15%。但是空气质量很差的中西部城市例如西安、成都、兰州，东北地区都还没有纳入到减排目标，需要一个全国性的空气污染治理的框架来确保这些地区的空气质量也能逐渐改善并达标。

Q:治理雾霾给百姓怎样的启示？

A: 空气质量和每个人都密切相关。民众的参与和监督将会推进空气污染治理的进程。



社区里的环保故事

如果把环保问题聚焦到个体身上，那么每一个人与雾霾的抗争都是一场战斗。



骑车出行支持环保

张君玲 南京万科光明城市 业主

今年学校里面有很多孩子生病，都是呼吸系统的疾病，如支气管炎、肺炎什么的，我自己家的孩子春节期间也病了很久，初三才出院。出现这种情况，肯定与越来越差的空气质量有关。每当有雾霾的时候，心里都非常忐忑，不敢让孩子出门玩耍，即使在家里，也感觉很不安全。如果空气质量再这样恶化下去，我想以后房间的新风系统大概要成为标配了。市面上有很多空气净化器，价格几百至几万不等，虽然广告语很诱人，但还是很犹豫该不该买，不知该如何选择净化器。即使买了净化器，也只能保证家里的空气，可人总是要出门的，所以还是希望空气质量能够好些。今年物业就大力宣传，劝大家不要放鞭炮，我们也很响应号召，没有放炮。我平时出行尽量不开车，减少尾气排放。南京城市的环保自行车普及的很好，地铁站、菜市场、学校附近都有站点。天气好的时候，上班或者买菜都很方便，也非常环保。夏天我们也经常和孩子骑车去游泳，希望从小培养他的环保意识。



民间环保力量不容忽视

林海 北京万科西山庭院 业主

对于北京这两年的空气质量，估计满意的人很少吧。我本人对于恶劣的空气不太敏感，但是家里有老人有孩子，所以每当雾霾严重的时候，心里还是很紧张的。太太对于空气很敏感，经常会有呼吸系统的毛病，周围也有很多邻居的孩子生病。比较幸运的是，我懂一些中医，所以平时会经常运用中医药来给老人和孩子调理一下，有了生病的兆头，就吃些中药，往往就不会让病情恶化。我们的社区在全国都是垃圾分类样板社区，在环境保护方面，社区物业做的还是很好的。我觉得除了政府、社区等力量外，民间的环保公益力量也在逐渐形成壮大。我本人是狮子会的成员，这个公益组织在十几年前就已经形成，现在北京有一千多人，全国有大约 14000 会员左右。狮子会一直以关注弱势群体为主，但近两年因为环境的问题，越来越多的人关注环保，所以我们也向环保公益的方向发展，比如我最近就在做废旧电池回收的项目。废旧电池的污染问题早就老生常谈了，但却并没有被真正解决，所以希望通过努力，将来能够让废旧电池去到它应该去的地方，不再污染环境。



环保教育要从孩子开始

周文秀 上海春申万科城 业主

我们之前一直在英国生活，大儿子在英国长大，回国后非常不适应上海的空气质量，总是感冒，一有雾霾就咳嗽。本来大儿子非常喜欢足球，一直在上足球培训课，但是回国后，天气不好就只能听课，真是让人感到无奈。为了孩子们的健康，我家里买了空气净化器，但是否起到了作用，我还真没有太大的感觉，只能说有个心理安慰，关键还是要生活在这个城市的每个人努力，才能让空气质量变好。比如我家，我们在英国一直开车出行，但是回国后我们坚持没有买车，一直公共交通出行，过年过节也从来不放炮竹。对于如何净化空气，我想第一应该做好宣传，让大家都有环保意识；第二要搞些活动调动大家的热情；第三就要教育孩子，让孩子从小有个良好的习惯。我家大儿子因为在英国长大，而英国的垃圾分类等做得特别好，现在回国扔垃圾都会非常注意，绝对不会乱扔。只要孩子培养出良好的习惯，那么这个习惯就会陪伴他终生，这可比教育一个拥有坏习惯的成年人成本低多了。

Q:近两年，由于空气污日趋严重，得到了大家的普遍关注，由此也带来对于减排生活方式的探讨，万科集团在环保减排方面一直都走在前面，对于保证空气质量，万科社区有怎样的管理方向 and 标准要求呢？

A: 为了积极引导万科业主对节能环保、减排的生活方式产生浓厚兴趣并参与其中，万科物业在日常的管理动作和标准制定上有着具体的方向：一、业主环保意识的培养和宣贯，重点关注青少年和学龄前儿童群体，他们是社区环保事业的生力军和希望，通过各类社区活动的有效互动，如：2013年万运会低碳健康跑、地球停电一小时、最美阳台评选、环保换客在行动等，让年轻人和孩子们从小形成环保意识，养成环保习惯；二、对非环保行为的引导和纠正，南京万科通过营造健康、丰盛、环保的幸福社区氛围，借

助政府资源、业主委员会和业主自治组织引导和纠正小区内的非环保行为。例如：南京金城缙香服务中心成立了“社区文明小天使”组织，利用寒暑假，由小朋友们作为环保宣导员，向社区的不文明现象和非环保行为做劝导工作，效果显著；南京金色里程服务中心成立了“社区公益联盟”组织，以年轻人为主体的积极参与社区环保工作。三、业主环保感受的体验，在南京雾霾天气较为严重的几天中，南京各服务中心均在门岗为业主免费提供一次性口罩的惊喜服务，我们希望通过这种方式，不仅仅让业主感受到万科物业的贴心，更是让业主感受到环境保护对自身生活的影响，结合环保行动的宣传，号召更多的业主参与其中。

Q:具体到日常社区的管理和维护，在减排

减少空气污染方面，有哪些举措？

A: 在这方面，我们物业做过很多努力，比如刚刚过去的春节，我们积极推动集团的“春节少放鞭，新春见蓝天”活动，在小区外部划定定点燃放区，现场配置灭火器和环保现场海报等，受到业主的积极响应。即将到来的清明节，南京公司还推出了“鲜花团购，文明祭祖”活动，鼓励业主放弃燃烧纸钱的传统祭祖方式，改用鲜花和网络等方式祭奠，这既减少了空气污染和火灾隐患，又宣传了社区文明建设，受到年轻业主的欢迎。

Q:社区的减排环保举措，一定会改变一些业主的生活习惯（如垃圾分类等），物业如何说服业主改变呢？对于不愿意配合物业的业主，物业怎样处理呢？

A: 对于具体的环保举措，一定会使业主长时间形成的生活习惯发生变化，虽然物业作为服务型企业，无法强制业主去改变，但万科做为有社会责任心的企业，通过努力营造幸福社区、构建和谐邻里关系，创造健康、丰盛的社区氛围，借助社区业委会、兴趣社团、业主自治组织和政府社区资源等力量积极引导业主自我改变。例如南京光明城市业委会有一位委员就是从事环保工作的，可以算做一位名副其实的“环保达人”，我们在做垃圾分类工作时，她就是最积极的宣传员，与我们的客服一起入户沟通，极其专业地现身说法，不仅仅使她的邻居们折服，也使我们得到了一次难得的环保知识培训。

Q: 除了改善万科社区内环境，企业的社会

责任也不容忽视，在对社会环保减排净化空气方面，万科有哪些举措呢？

A:由王石主席所推动的“地球停电一小时”活动，每年在万科全国近400个社区定期开展，已成为万科社区不可或缺的活动之一，影响了50万户业主，近百万人。

Q: 请具体谈一谈在保持社区环境方面，遇到的一些问题和解决的办法？

A:在环保意识的宣贯工作中，部分老年业主对于环保工作的理解和接受程度较年轻人较慢，对此服务中心通常从该户业主的儿孙们着手，通过家人潜移默化的影响，逐户攻坚，达到环保宣贯的目标。比如在垃圾分类的实施过程中，服务中心在小区内配置了干湿分离的垃圾桶，在活动初始阶段，业主普遍对此关注不足，服务中心

不仅在现场设置海报、横幅、地贴等宣传物料，甚至安排服务助理轮流定岗，作为义务宣传员，目前业主对垃圾分类的意义，实施的步骤均有了深刻的认识。

Q:在社区管理的未来计划中，定期开展有哪些关于空气环境改善的规划吗？

A:空气环境的改善工作是一个庞大的系统性工程，作为服务企业，我们在自己的能力范围之内也做了一些规划，比如除了继续推动已经在进行的“春节少放鞭，新春见蓝天”和“鲜花团购，文明祭祖”活动外，我们提倡业主将自家的阳台用各类绿色植物精心装扮起来，成为小区的“空气净化器”和“景观平台”，为此，计划开展一些废旧物品换绿植活动、社区“最美阳台”评选、绿植养护心得交流会等。



戴玮
南京万科物业品质管理部 专业经理



今年春节期间，全国的万科社区也都开展了减少燃放烟花爆竹的宣传活动，希望业主们从自身做起，让城市的天空更清澈。

他山之石可以攻“毒”

世界上很多发达国家都经历过环境污染的阵痛，也曾为改变环境而绞尽脑汁。当我们也不得不为此而苦恼时，不如看看这些已有的经验和案例，从中找到一条适合自己的道路。

英国：依法治“雾都”

当年英国最早进行工业革命后,伦敦地区工厂烟囱密密麻麻,昼夜不停地燃烧煤炭,带来了海量的粉尘和有毒气体,使得一年中有四分之一的日子大雾笼罩,从而被称为“雾都”。

1956 年,英国颁布了《清洁空气法案》,主要立足点在减少煤炭用量。为此,英国政府大规模改造城市居民的传统炉灶,并在冬季采取集中供暖,将烧煤大户发电厂和重工业迁往郊区。他们又颁布法令,要求工厂按更高标准建立烟囱。

到 20 世纪 80 年代,英国治理污染的重点为治理汽车尾气。政府要求所有新车都必须加装催化剂以减少氮氧化物排放,又针对私家车征收天价的进城费和停车费,控制私车流。同时,政府大力推动新能源汽车、公共交通和绿色交通。伦敦计划在 2015 年前建立 2.5 万套电动车充电装置,电动汽车买主将享受高额返利,并免交汽车碳排放税,甚至免费停车。自行车交通也被政府作为支柱,规划建设 12 条自行车高速公路。此外,英国的高官们都以身作则,控制公务用车。

美国：信息公开透明化

作为最发达的国家,美国曾因工

业排放、汽车尾气等造成严重的大气污染。20 世纪中期,洛杉矶一带大气臭氧浓度很高,光化学烟雾(是一种淡蓝色烟雾,由污染物质光解产生)问题突出,在 1952 年和 1955 年两次酿成短数日内几百位老人死亡的惨剧。

美国环保署 1997 年根据《清洁空气法案》,又设立了专门针对大气 PM2.5 含量的标准,以便更好检测过去被忽略的这类细小颗粒物。美国对 PM2.5 的管理重点是严密监控、实时公开、立法规范。

他们在全国范围内设立了数以千计的颗粒物检测站点。环保署的官方网站,面向公众告知测得的空气质量指数。其中 PM2.5 参数每小时更新一次。为了更直观,网站通常通过六种颜色表示空气污染情况。绿色表示“良好”,黄色、橙色、红色、紫色依次加重,酱红色则表示“危险”。民众还可要求环保署通过电子邮件发送指定地域的空气质量。

日本：用绿植改善环境

日本在工业化前期,曾经也饱受污染之苦,“世界八大环境公害”事件中,就有四个发生在五六十年代的日本。

上个世纪 80 年代,日本开始多渠道整治污染,对环境极为重视,在人口

密集的狭小国土上,取得了堪称奇迹的成就。日本治污的手段之一就是城市绿化,东京有关当局规定,新建大楼必须有绿地,必须搞楼顶绿化。东京的绿化很少种草,而是种树,不但要绿化面积,还追求绿化体积。大量树木对城市空气的净化作用自然是不可忽视的。另一个手段是控制汽车。为此,在 2003 年东京推出一项新法案,要求汽车加装过滤器,并禁止柴油发动机汽车驶入东京。

德国：限排减排软硬兼施

德国工业发达,在环保方面的努力备受全球瞩目。40 多年前,穿过德国鲁尔工业区的莱茵河泛着恶臭,两岸森林遭受酸雨之害。而今,包括莱茵河流域在内的德国多数地区实现了青山绿水,空气清新,这与德国实施“空气清洁与行动计划”密不可分。

欧盟对汽车尾气排放设定严格标准,“欧 4”和“欧 5”标准分别于 2005 年和 2008 年开始实施,因此成员国各级政府通过技术手段在汽车减排上发挥的空间不大,主要还是依靠限制排放的“硬措施”。

此外,德国还采取了一些“软措施”,如呼吁民众节能减排,使用节能家电、多搭乘公共交通以及骑车出行等。



雾霾引发的“冷幽默”

虽然雾霾总是让人心情抑郁,但它也并非一无是处,至少它为人们提供了一个娱乐的素材。每当雾霾来临,网络上便充斥着各种自嘲的段子,展示着这个民族的幽默个性。

经过北京 2000 万人几天几夜的呼吸,北京的空气质量终于有所改善。新的北京精神由此诞生:“厚德载雾,自强不息,霾头苦干,再创灰黄!”事实再次证明:雾以吸为贵啊!

世界上最远的距离,不是生与死的距离,而是我在北京街头牵着你的手,却看不见你。

到公园约会对象。等了半天没见女友来,一打电话她说她也坐在那个椅子上。我一摸身边还真有一袭皮大衣美女,亲了一阵后,发现是条哈士奇狗。

近日雾霾严重,各地网友纷纷要求为 PM2.5 定一个科学恰当的中文名。网友答案真是百花齐放,严肃一点的叫“公雾源”;高端一点的叫“京尘”;霸气一点的叫“尘疾思汗”;乐观一点的叫“尘世美”;娱乐一点的叫“尘愤吸”;更有稍微性感一点的叫“喂人民服雾”。

(北京)后海酒吧,一群人在聊天。甲说:“雾霾太大了,我去奥运村遛一圈狗,回来一看,擦!把别人家狗牵回来了。”乙说:“是大,今天我去中关村一小接孩子放学,结果把别人儿子领回来了……”丙大叫不好,便冲了出去。大家不解。丁说:“他媳妇今天去西单买衣服,到现在还没回来……”

刚才听北京交通台的广播,一个哥们打电话和主持人交流,都快哭了,说外面雾太大看不清红绿灯,车开到中间看清是红灯了,都连闯了四五个了,咋办啊?主持人安慰他说:“没事,雾大,照不清你车牌号。”

北京人说雾霾严重:“站在天安门广场,看不见毛爷爷。”上海人听见:“哼!今早我们打开钱包抽出一百元,也看不到毛爷爷啊!算啥玩意啊!”经过上海人民几个小时的不停呼吸,空气质量终于稍有改善。

上海目前状态:遛狗不见狗,狗绳提在手,见绳不见手,狗叫我才走。

今日哈尔滨重度雾霾,两位同学的对话,甲说:“咱们去卖口罩吧,一定能赚好多钱!”乙说:“赚你妹啊,谁能看见咱们卖口罩。”

哈尔滨老夫妻早起走进雾霾分开了,老太太打手机:“老头子你确信咱俩一块出门的?”老头说:“你糊涂了,我就在你前面一米远。”老太太说:“我没看见!”老头说:“这么近我都听见你说话了!”老太太说:“什么说话,是我给你打手机。”老头说:“我没带手机!”老太太说:“坏了!我拿的遥控器,家里都是雾霾没看清。”

哈尔滨是一座有故事的城市,走着走着人就消失了!走着走着突然有人出现!你以为这是《寂静岭》《生化危机》《行尸走肉》拍摄地?孩子你太天真了,如果看见这场景那说明你到哈尔滨了。

悟空:“师父,前方烟雾缭绕,如仙境一般,怕是到西天大雷音寺了吧?”唐僧:“悟空,那是南京!如此仙境,难怪是全国幸福指数最高的城市了!要不,你留下吧!”悟空:“师父,我要去西天!”唐僧:“徒儿不知,留在此地是去西天最快的方式。”

看完这篇段子文章,请您走到窗前,拉开窗帘,“噫,我瞎了吗?怎么什么都看不到?”亲,你不是瞎了,是雾霾太严重了。❶

MARATHON FANS

下一站马拉松

编辑 / Gail 撰文、摄影 / Steven Shi

人生的奇妙之处就在于它的不确定性，在某个交织着命运的时间节点，你有可能在不知不觉中闯进另外一个世界，这个世界充满着未知和挑战，但却刺激出隐藏已久的好奇和潜能，激励着你发现那些与现实的不同。

那些打开马拉松世界大门的人们，在挥汗如雨的42.195公里中找到了更接近理想的人生之匙。

下一站去哪儿？这个问题已不仅关乎于如何选择如何规划，融进生活中的马拉松让它更加贴近沉淀于人们心底的欲望，“跑在哪儿”此刻有了更人文更精彩含义。



于嘉

跑马，为了离自己再近一点。

当你早上打开电视，像往常一样准备享受 NBA 饕餮的时候，可能并不知道那个坐在直播间里妙语连珠的央视名嘴在一个小时前还在朝阳路上狂奔。不少人看来，于嘉上班的状态应该和 NBA 大牌球员去主场球馆打比赛是一个路数：一副墨镜，一身西装，一把将车停进位于北京 CBD 的央视大楼，拿起手边的咖啡，直奔直播间。但现实中的于嘉不仅不喝咖啡，而且选择丢下汽车钥匙，用最不可思议的方式——跑步，迎接每一天的挑战。

有直播的清晨，于嘉吻别妻子之后就踏上征程，从朝阳大悦城一路跑到国贸的央视大楼。没有直播的日子，他则开车把妻子送到公司，然后跑到月坛，在月坛体育场跑步，正反各 13 圈。跑，如今已是他生活不可缺少的一部分。这种用双脚丈量时间的生活让于嘉感觉很踏实、很快乐，而把这种重拾踏实和快乐的机会带给予嘉的，正是一次难忘的北京马拉松跑步经历。

2011 年 10 月，央视名嘴们组团报名了北京马拉松迷你跑，于嘉也在其中。迷你跑起点天安门终点复兴门，全长 4.2

公里，之前经常在健身房跑步的于嘉兴致勃勃，到了终点后还特意找了一个工作人员询问比赛时间，工作人员看了看表，嘟囔了一句：“15 到 20 分钟吧。”于嘉随即发了条微博调侃，大概意思是 4.2 公里跑跑颠儿颠儿用了 15 到 20 分钟，不过如此嘛。之后立马上了直奔兰州的飞机，谁知下了飞机一看微博，于嘉惊了，他没想到有那么多网友质疑这个成绩，说 15 分钟跑 4 公里简直是“不可思议”，并建议于嘉“进入国家田径队”。其实仔细算算，用 15 到 20 分钟完成 4 公里的配速在 3 分 45 / 公里到 5 分钟 / 公里之间，是很多资深跑者都可以达到的速度，并不是专业级水平，但在众多已经忘记自己还能奔跑的网友看来，这种“不可思议”是和“吹牛”画上等号的。“那时候气盛，就跟网友针锋相对地理论，结果可想而知，记得有一个网友很中肯地让我自测一下。回家还真测了，结果发现成绩和说的确实小有差距。”

这场迷你跑后的小插曲让于嘉觉得，作为一个宣传体育的资深媒体人，他有必要让自己对跑步更认真、更投入一些，只有这样，才能让大众相信跑步能改变什么。从那之后，于嘉决定有规律

从马拉松迷你跑到真正的马拉松，于嘉对跑步的坚持变成一种情结，跑步上班，真的太少有人能坚持了。



地跑步,每天送妻子上班之后,他会去月坛体育场跑步,正着跑5圈,反着跑5圈,这么跑过了一个礼拜,于嘉觉得不过瘾,逐渐加量,两个月后,于嘉的跑量就提升到了现在的正13圈反13圈,10公里。后来,于嘉的母亲重病住院,期间他也一直坚持从媳妇单位跑到协和医院看望母亲,再从医院跑回媳妇单位,来回十公里多,于嘉回忆道,当时选择跑步不仅为了摆脱北京不靠谱的地面交通,还为了给自己一段独处的时间排解低落的心情。“第一次从医院跑回去的时候赶上一次降旗,我发了个微博,感叹有多少年没看到降旗了。跑着会让人发现很多平常忽略掉的故事和细节,这会让你更加重视身边的人。”有时于嘉陪着病重的母亲,聊起小时候的点滴,眼泪就在眼角不停打转。他开始反问自己,“人究竟有多忙才能忘了身边亲人的健康呢?”他随即许了个愿,如果母亲康复,他愿意终身吃素。两个月后,母亲健康出院,于嘉不仅改吃了素,而且把酒也戒了。当于嘉再次站上北京马拉松起跑线的时候,他看了看胸前的迷你跑号码布,临时决定挑战一把金马——他体内这种不安定的冒险因素曾在北马前一周爆发过一

次,当时老于毫无征兆地从西单跑到西五环外的首钢篮球馆进行采访,全程17.2公里……但这次,于嘉想挑战的是令他肃然起敬的42.195公里。作为一个马拉松菜鸟,在经历了绒线帽子湿透,毛线手套冻冰,蓝牙耳机没电,35公里体能撞墙的4小时26分37秒之后,于嘉迎来了他人生中的第一道马拉松终点线。

“我还在想着自己该用什么样的庆祝动作冲过终点,但真到了离终点不远的地方,我却再没什么想法,只想着跑过去就好,跑过去我就能让我老婆知道,我真的做到了,我可以用整个生命来爱她。于是,没有任何庆祝动作,没有任何激动的情绪,我完成了人生第一次马拉松。我很感谢帮我倒水的志愿者,以及互相让座或搀扶的跑友,素不相识,却在冬日平添温暖。”跑完北马回到家中,于嘉激动地抱着妻子哭了半个小时,他忽然意识到,对于这个家庭,自己的责任重大。“我当时决定马拉松要继续跑下去,我要向我的家庭证明,我可以扛着你们一直向前。”跑步让于嘉越来越懂了村上春树的一句话,马拉松,就是一场迷你人生。

以前跑步是因为以此为娱乐,觉得有意思,随着年龄增长,给自己独处的时间,想想事儿,哪些做的好,那些做得不好,能及时总结,包括工作,这场球怎么说,思维可以非常发散。



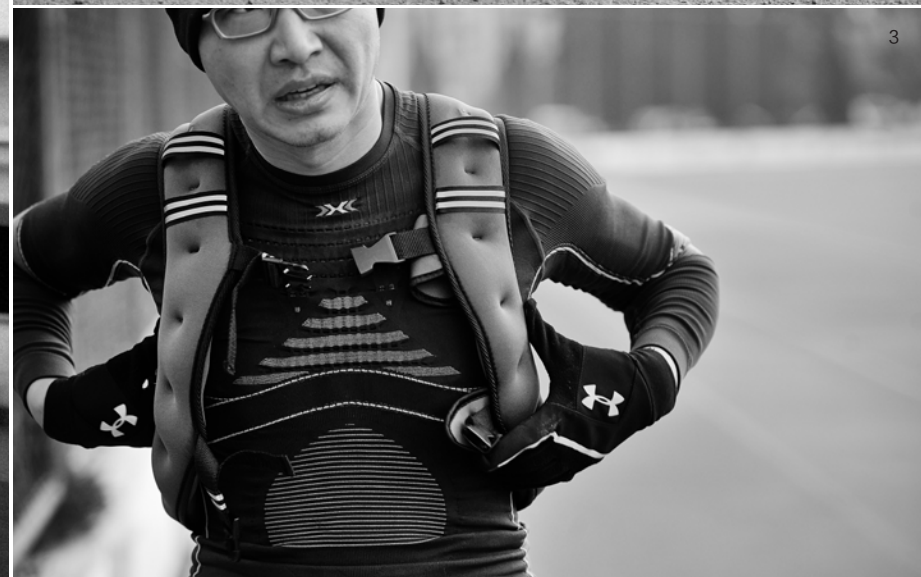
1

1. 执着地跑，心中只有一个信念，念着自己最关心的人。
2. 舒适的跑鞋，伴着他完成马拉松。关于跑步，这是一件最基础也最重要的装备。
3. 为了增加训练强度，于嘉还会背负沙袋。跑马的时候才会“身轻如燕”。
4. 已经完成了海南儋州的马拉松跑，“为了离自己更近，”这是跑步的初衷。

在撞线之前，本能地去想你最想拥抱的那个人，就是你最关心的人，跑步的朴实让人找回朴实的感情。



2



3



4

从 2005 年开始，于嘉跑步 8 年，大大小小跑下了 7 个马拉松，无论比赛再艰苦，他从没有坚持不下来的心态。于嘉总结自己是受了刺激，深知坚持的重要。据说于嘉从小就特别喜欢跑步，上学的时候长跑成绩年级名列前茅。但自从上班之后，于嘉“堕落”了：“当时一个月至少有一本杂志专访，做得我有点自我膨胀，社交就成了每晚的应酬和喝酒，最后导致体重暴增、状态低迷，现在的于嘉是于嘉，那段时间的于嘉不认识。”正当胖得连自己都看不下去的时候，于嘉遇到了体重同样进入危险区域的程旸，俩人发愁着自己的状态，合计着未来，下定决心开始减肥。通过系统的健身、跑步和饮食控制，于嘉 36 天减了 24 斤，为了让自己一直保持曾经的于嘉本色，这种定期系统的健身和跑步习惯就再也没离开过他。即便是赴美解说 NBA 总决赛期间，他也会在凌晨四点出去跑步。而受到于嘉的感染，于嘉的妻子则趁着他在布拉格跑马的时候报名并完成了 10 公里的比赛。“两个月后我们才知道，她当时是怀

孕跑的，这可是老于家家族史上最年轻的跑者，老婆太伟大了！”这段奇妙的经历令于嘉和他的家人越发相信，跑马拉松是上天给于嘉安排的命运。

在于嘉看来，跑马最好玩的地方是它的不确定性，正如人生。作为运动之母，跑步更朴实，也离人的本源更近，但也更让人琢磨不透。无论怎样刻苦训练，都无法预知马拉松比赛的结果。2012 年那场北马让他推开了人生中的一扇门，可能是命运所属，推开那扇门，于嘉发现了一个光怪陆离五光十色的童话世界，仿佛爱丽丝进入了奇幻世界，满地都是鲜艳欲滴的红草莓……于嘉终于可以像小时候那样，不用顾忌，只用甩开腿往前跑。在各位读完这篇文章的时候，于嘉已经完成了他的下一站海南儋州马拉松的挑战，而在 2014，于嘉则会更多地通过自己的脚步去融入未知的城市，让自己在跑步的世界里更加随遇而安，“我希望每一次跑马都能兴高采烈地冲到终点，然后离自己更近一点儿。”



马拉松装备ABC

如何从一名普通跑者成为马拉松选手？你不仅需要设定一个目标,想尽办法用自己的意识去让身体适合训练的枯燥,还需要根基功能细致地奔跑——装备是第一步。合格的马拉松跑者必须对自己的身体负责,这是挑战马拉松的基础。认真地为自己选择一身训练和比赛的装备,将为你提供更多优势。

A. 一件轻质、防风、贴身的跑步外套可以帮助你寒冷的早春不被寒风打败。
B. 跑步羽绒背心是最近刚面世的新概念,它可以有效保证核心体温,这对一名长跑跑者的帮助非常大。
C. 吸汗、速干、舒适的跑步背心是马拉松选手的必备品,即使是不跑步的时候也能当作打底衫来穿,多多益善。
D. 跑步袜是很多跑者照顾得不够的死角,好的跑步袜能紧贴双脚并为跑者提供第二层缓冲。记住,真正的跑步袜一定是分左右脚的。
E. 压缩裤可以帮助跑者适应长距离奔跑时腿部肌肉产生的不适,并且为跑者提供必要的保暖和吸汗特性,好的压缩裤售价大多数近千元,这是一笔不能省的投资。
F. GPS 手表能让跑者时时掌握奔跑时的速度和身体状态,赛后看看自己跑下的GPS 地图吧,一定充满成就感!
G. 一双好的比赛跑鞋可以没有豪华的科技配置,但一定要确保舒适合脚,如果能拥有轻质的设计就再好不过了。
H. 赛后鞋款,马拉松之后双脚需要一款舒适、柔软、贴合的鞋子,帮助肌肉、韧带从疲劳中恢复。
I. 训练鞋对于一个马拉松跑者的重要性不言而喻,从某种程度上说,它是陪伴你时间最长的跑鞋。足够的减震、支撑是这类跑鞋必须要具备的两个性能,以保证跑者远离伤害。
J. 补给品如同赛车的汽油,没有好的补给,任何跑者都有可能比赛中遇到大麻烦。补给一般分训练、赛前、赛中和赛后几类,香蕉、苹果、碳水化合物、坚果、巧克力是公认的最佳训练食品,能量棒、能量胶在比赛前要提前准备好,功能饮料是赛中最主要的补给品。有时候,吃要比跑更重要。❶

给准备进“马”的跑者建议：循序渐进，顺其自然。



BEAUTYS & MOTORS 美女与“野兽”

编辑、撰文 / 杜鹃硕

最近，互联网上流传着一段名为“女司机”的搞笑视频。视频中几位女性司机的“雷人”驾驶让人捧腹，停车撞柱、刹车不及掉进泳池、转弯时撞墙翻车，最夸张的是一位美女司机在耗时3小时59分钟停车入库仍未成功后，把钥匙交给了一旁的男性司机，他的用时是30秒……在一连串滑稽的“人仰车翻”之后，最后一段视频是一个漂亮的漂移入库，紧随其后的文字是“oops!.....That was a man!”

无论是在消费还是设计领域，女性的影响力越来越明显。

虽然这样的段子很调侃,但是女性司机对于汽车这样一头“钢铁猛兽”的驾驭能力,总是使人莫名地产生怀疑,以至于“女司机”这三个字在生活中也带有了一些贬义。这也许并不是女司机们的过错,任何人在驾驶中都有失误的可能,只是在汽车这个极为男性化的领域里,她们的表现被不公正地放大了。

男性作为主要的汽车司机、消费者和设计师支配着整个20世纪的汽车文化,因此形成的具有自身连续性的男性世界在很大程度上倾向于排斥女性,这种性别排斥从汽车诞生至今已经延续了一个世纪。在男性眼中,女性和汽车的共同点并不仅仅是外表的美丽曲线和光泽诱人,最重要的是那种内在的原始冲动激起了他们的征服欲,对于极致动能和本能欲望的贪婪诞生了“香车美女”这种让人激情澎湃的完美组合。

当然,这并不是故事的全部。女性已经在现代汽车的发展和设计中发挥作用,尽管在很大程度上还处于外围领域,但这种趋势已经将女性领入了汽车工业的前台,她们要驯服这头野兽,把它们作为自己的宠物,她们要支撑起汽车领域的“半边天”。



初始化的平等

事实上,女性与汽车的缘分早在汽车诞生之初就已结下——虽然卡尔·本茨造出世界上第一辆汽车,但第一个开车上路的恰恰是一位女性——卡尔的夫人傅塔·本茨。

在20世纪前10年的美国和欧洲,当驾驶汽车还只是上层社会的休闲运动时,当大多数汽车还需要司机驾驶的时候,女性和男性同时加入了这项运动,作为一种纯粹的贵族运动,女性参与者的比例并不少。在20世纪头10年中投入使用的电动汽车使女性可以

驾驶自己的汽车去购物或者拜访朋友,制造商迫切希望女性意识到这种新型运输工具的简易性、整洁性和安全性。但是好景不长,后来采用汽油而不是电力作为主要汽车燃料的决策意味着女性开始渐渐远离汽车领域。

Charles Kettering发明的自动启动器被称为“女性援助装置”,这种装置曾激励着女性继续留在汽车领域,但这仅限于那些坚定不移的女性。艺术评论家格特鲁德·斯坦等富有的女性是汽车的热爱者,她坚持购买和驾驶这种新型交通工具,但是这样的女性在那个

年代实在是太少了。还有一部分人,例如法国艺术家和服装设计师索尼娅·德洛内,她将汽车装饰得可以与大衣花式相媲美,她的做法已经脱离了汽车本身的意义,而将之视为一种饰品,这样的女性更是屈指可数。

宠物主人

女性首先在汽车领域产生影响是在消费层面。第一次世界大战使很多女性比以前任何时候都更多地接触到交通运输领域,女性司机的数量在两次世界大战间稳步增长,尽管她们的数量



法国设计师安妮·阿森西奥可以说是汽车界女性设计师的杰出代表

增加还没法跟男性相比。

如果大型制造商的统计属实的话,那些年决定购买家用汽车的女性数量的确有了大幅增长。出现这种增长的原因是,以前消费者将实用性和经济价值作为消费的决定性因素,而现在他们强调的是汽车美感、舒适性和社会地位的特殊性。这要感谢哈里·厄尔的创造,它将汽车的艺术属性展现在人们面前,取代了福特T型的古板样式,这样做的结果间接地将更多的女性引入了汽车市场的决策中。女性自认为,她们比男人们更关心款式、色彩和地位,于是汽车制造商们直接将女性作为市场目标,利用广告来吸引她们。

女性对汽车市场的影响一直持续到今天。美国CNW市场调查公司的一份调查数据显示,在美国,新车买主中有49%为女性,二手车买主中有55%为女性,同时女性影响着80%家

庭的购车决策。在欧洲,30%的新车买主为女性,其中,德国拥有57%的妇女拥有自己的私家车,法国女性车主占汽车市场的35%。在日本,女性驾驶的轿车占其国内轿车保有量的35%,这一比例比10年前提高了10个百分点。

如果我们对于这些数字的概念有些模糊的话,那么今天的中国汽车市场正是这一历史演变的翻版。据权威机构的统计数据显示,中国女性车主比例已由2002年的20.3%增加到2006年的30.9%。打个简单的比方,当你准备购买一辆新车的时候,你至少会问问你的老婆喜欢什么外观和颜色,如果她告诉你她要一辆红色的Mini,你总不会去购买一辆黑色或者银色的汽车吧。

美女驯兽师

女性对汽车文化的另一个重要影响在于驾驶方面,虽然文章的开头我们

还是恶俗地调侃了一下女性司机的驾驶技术,但是不可否认,女性司机已经占据了马路上更多的车道,而且她们也和男性司机一样,只是需要更多的驾驶锻炼而已。

虽然20世纪中期男性司机仍然在汽车领域中占据主导地位,但是在60和70年代及其后来,加入汽车司机行列的女性越来越多。小型汽车、微型三轮车和亚力克·伊斯哥尼的BMC Mini等涌现出来的汽车使女性的需求首次得到满足。用“第二车”作为交通工具去购物和接送孩子上下学的习惯得到人们的普遍理解,许多制造商开始转向这个新市场。

后来,如Fiat Punto等汽车的推销广告说它们有充足的空间用来存放购物袋,易于停放,看起来“可以很容易地像真空吸尘器一样移动”。女性杂志上刊登了许多类似的汽车广告,其中一款主



要以女性为市场目标的著名微型汽车 Suzuki Wagon 被形容为“停放犹如梦幻一般”。

还有 Mercedes SLK, 它本身并不像一款作为时尚精品的购物汽车, 对女性来说, 也无法很好地展示她们拥有男性一面、能够和男人一样享受驾驶动力强劲时尚汽车的乐趣, 但是作为专为女性设计的豪华汽车, 它的出现让更多的阔太太们拥有了出行时体面又潇洒的感觉。

还有一部分女性, 她们偏爱 SUV 车型。也许对于驾驶像沃尔沃一样粗犷而庞大的四轮驱动汽车的女性来说, 坐在这些大“箱子”中感觉格外安全。在女性司机眼中, 安全性作为汽车的一项性能显然十分重要。

宠物造型师

汽车领域的另一个重要方面是汽车的工业设计, 从美学的角度, 它是汽车产业的基础, 也是所谓的行业“核心”领域。但遗憾的是, 在这个最为重要的板块中, 女性所发挥的作用依然十分有限。

除了消费和驾驶领域, 汽车文化的这种“女性化”得到了延续, 汽车美学继续决定着消费者的抉择。为了满足“女性品位”的需求, 福特和通用汽车公司的款式设计工作室都聘用了女性。福特在 1945 年聘用了 2 名女性并在 2 年后增加到 6 名, 通用公司到 1958 年的时候已经拥有 9 名女性设计师, 但是这些女性都没有涉足汽车的外部设计, 她们的视觉化才能被限制在汽车内饰、色彩和附属设备上。通用公司于 1959 年展出了一批“女性化展示性汽车”, 成为女性在汽车文化中发挥作用的标志。尽管如此, 这些变化仍然无法撼动哈里·厄尔工作室(哈里·厄尔是通用汽车的总裁)或其他主要设计工作室的“男性”天地。汽车美学将喷气飞机和空间火箭作为灵感来源向我们表明, 汽车设计文化在那些年代里多么男性化, 他们所追求的仍然只是没有极限的速度和最为简易的线条。

毫无疑问, 女性对汽车购买和驾驶的参与比她们对汽车设计领域的影响活跃得多。在福特和通用汽车公司树立榜样之后, 越来越



女性消费者对SUV车型的喜爱往往超出人们的想象



女性与汽车的故事从很久之前就开始了



很多设计灵感都源自女性的主张



小型车还是女性消费者最喜欢的车型

多的制造商开始在内部设计部门使用女性, 然而时至今日, 极少有制造商聘用女性作为外部款式设计师。雷诺是一个有名的特例, 它聘请了法国设计师安妮·阿森西奥(Anne Asensio)加入 Mégane Scénic 的概念车以及其他许多车型的设计。雷诺这样做的原因可能是“品牌”在汽车设计中的重要性在不断增加。与两次世界大战间的认识一样, 今天人们仍然认为女性能够比男性更好地把握市场心理, 因此她们能够本能地领会如何发掘品牌效应。阿森西奥如今已转投通用汽车公司, 帮助它发展品牌。

虽然无法断定男性和女性的汽车设计方式是否存在不同, 但有迹象表明, 不同的优先侧重点可能对彼此的汽车设计产品产生影响。迄今为止, 汽车仅有的“男性”特点是对美学及其社会地位的

密切联系(显然这只是男性们关心的层面), 而阿森西奥通过倾听儿童的意见来帮助设计 Scénic (结果形成的设计具有充足的后部空间并增加了饮料架)后座的决策展示了一种新的、更加注重使用者的设计方法。显然, 女性设计师培育的“宠物”更加温柔。

故事的延续

在未来的汽车领域中, 包括设计、市场和驾驶层面, 女性们能够撑起本该属于她们的半边天吗? 与一个世纪之前相比, 21 世纪初越来越多的女性参与到汽车文化中来, 这种景象说明, 和其他行业的情形一样, 充斥于现代汽车历史的男性传统在将来也许没有那么强的统治力了。

全球女性汽车工作者联合会(The Women's Automotive Association

International, 简称 WAAI) 的成立就是一个明显的标志。WAAI 是一家汽车行业专业组织, 其宗旨是为女性工作者提供事业发展和提高技能的平台, 通过各种行业活动和互动论坛建立人际关系网络, 通过各种指导和学术奖励鼓励女性汽车业工作者更好地发展, 促进社会对女性工作者工作能力地深入了解和认可, 并最终建立没有任何歧视性的、互助的工作氛围, 为女性在汽车领域取得更大的成就创造良好环境。虽然它在汽车行业中的影响力还很有限, 但是它的成立意味着女性在汽车文化中的作用得到了更多的认可和关注, 这是一个积极的信号。也许在不久的将来, 那些驾驶着出自女性设计师之手的优美“宠物”的男人们也不得不承认, 女性在汽车工业领域中独有的审美和设计天赋为汽车行业带来了不可替代的创造力和财富。❶

ANCIENT TEA ROUTE IN YUNNAN

茶马古道云南段 滇西古道旧梦

编辑 / 谷月 撰文、图片 / 禾禾

上帝创造宇宙的时候，对云南这片土地特别慷慨，雪山、湖泊、花海、梯田、少数民族、美食以及茶，云南从不缺少吸引。在它注定成为旅行者的天堂之后，对你无疑增加很多挑战，当然，如果你是个有要求的旅行者的话。但出人意料的旅行宝藏还有很多呢，它与奢华的顶级酒店无关，与古城制造的喧嚣无关，比如，它可以只是一条悠远的古道，散发着族人原本的生活格调。好吧，请记住，对于云南，只是缺少发现。你的好奇心，要从一而终。



喜洲苑客栈,木结构的四合院,边陲风格的外表融入了温暖的生活。

推荐行程：喜洲—周城—大理古城—沙溪—丽江—香格里拉

喜洲: 诗意的栖居

从冬天开始一直到春天,喜洲是漂浮在大片大片的绿色蚕豆田之上的。那田野,一边延伸到洱海,一边延伸到喜马拉雅山麓,几个白族村落点缀其中。这千年积淀的古城,生活气息别有文化氛围。

田边,孩子们围在老师身边用画笔画下那曲折的小路、扛着锄头的农妇以及低空中大团大团的白云。董兴明宅对面的民居透露着小镇生活的细节:小卖店门口的泡菜坛子里正腌制着云南酸菜。隔壁碾米的加工作坊,广告惊人:骨头磨不成。小巷的尽头还藏了一家古早味理发室,还没有来客,门口顺便挂了一个招牌:兼修电饭锅。

不要错过九坛神旁边的古董店(那里藏着清代的万卷书和有年头的屏风)和杨克成院,杨家大院是个藏在深巷中的历史纪录者,1964年的出勤公布榜将工分表格细密地画在了墙上,大锅饭的年代为了防止偷懒,这样的绩效 KPI 考核可是一个复杂的计算过程。

像杨家这样的老民居,小镇还有 100 多个,多为明清、民国时期留存至今。如今的白族民居多为几户合住,只要数一数门口的电表便知有几户人家住着。喜洲人低调而富庶,他们用外面世界赚来的财富修建了毫无铜臭味的宅子。“三坊一照壁”是其典型格局。虽说喜洲人是公认的“大理犹太人”,但对于商业化这件事来说,喜洲却是个例外,甚至它的第一家酒吧“相生”在 2013 年 5 月才刚刚开业。

闲逛到四方街,要尝尝农行对面的喜洲破酥粑粑,破、酥意味着入口后的两个先后步骤。刚出锅的,香软至极。

到喜洲,不能不提到一家赫赫有名的客栈:喜林苑 Linden Centre。这座 1948 年落成的白族老宅子经过历史的浩劫,昔日的繁华不再,2004 年云游亚洲的林登夫妇抵达这片土地之后,便被它深深吸引。经过大量修旧如旧的工程,喜林苑于 2008 年正式开业,它被网友评为“中国最浪漫、最神秘客栈”。这个小镇深受外国游客喜爱,也要归功于这家客栈。

喜林苑后院的露台躺椅是烤太阳的好地方。如果不想浪费时光,还可以从客栈借辆单车,骑到在露台上眺望到的对面的村落:城东村。回程路过大界巷老建筑群,可以随时停车走进那些深巷,看一看傍晚人家的生活场景。

在肚子叫之前,骑回客栈享用薄荷牛干巴、菜炒饵块或老奶洋芋。记住这是一家房间内没有电视的客栈,夜幕降临,却依然有很多选择:去图书馆练习毛笔字,跟其他背包客聊天,或者陪外国朋友打麻将,要知道,他们为何抖擞酣战到深夜,因为新手总是运气超好。



大理古城的商业并不那么浮躁，慢慢来享用一下当地的美食吧。

周城：为扎染而生

如果早起一点，就可以骑行去洱海边看日头从苍山的身后缓缓拔起，洱海是大理最美的侧面，如今，只需一道环洱海的骑行线路便吸引无数年轻人们弃丽江而投奔大理。一汪蓝色的湖泊，苍山有雪，渔船静泊，鱼鹰此刻还没上工，和鸭鹅一样的待遇被关在笼子里。沿着海边再继续骑行一段，可以享受此刻的宁静与清新。

在前往茶马古道重镇大理古城之前，还可先去周城转转，那是一座为扎染而生的城。从喜洲出发只有 3 公里的车程，便可以扎入这座从明末清初便开始染布的小世界。天气晴好，每一家的院子里都晾晒着各种花纹的扎染布。那些蓝白相间的花纹也跃然出现在白族女人的头巾上，出现在白族男人的小背心上。周城段氏扎染坊最为出名，如果想自己亲手扎染一块方手帕，可能需要 3 个小时。而那些一平米大的桌布，仅用针线将印花扎起来的步骤就需要一位农妇两三天时间。

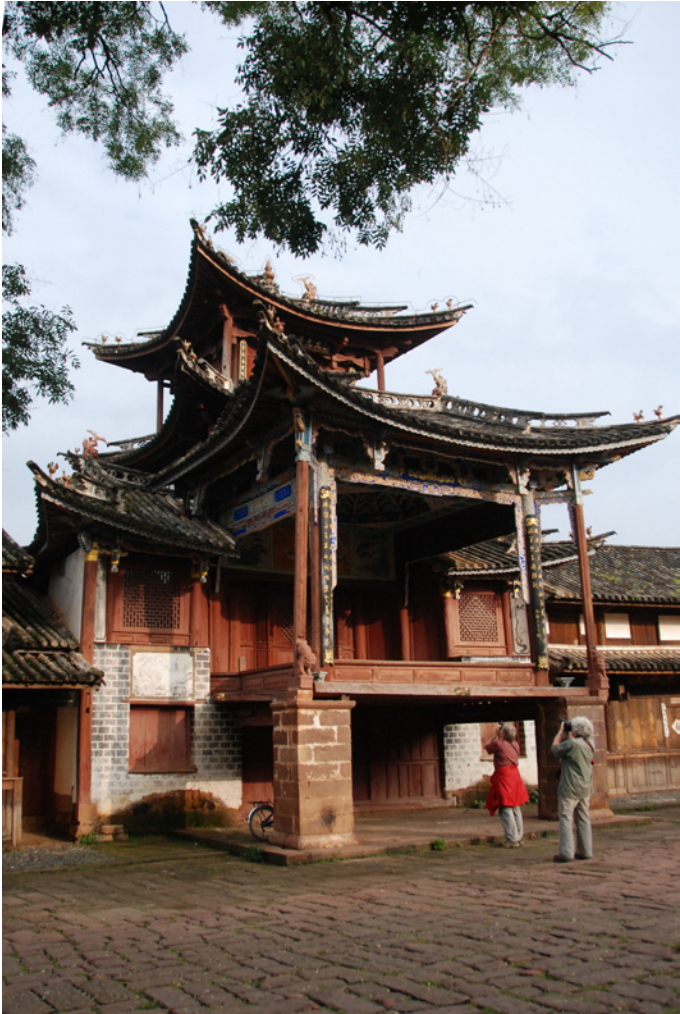
大理古城：慢格调

下一站就是南诏国的古都、茶马古道的中心：大理古城。这座建于 14 世纪的古城，

被护城河和城墙围着，以其优雅的生活和白族的手工艺品而闻名。

漫无目的的闲逛，才是大理古城里的正经事。富兴路上老字号银器店敲打声此起彼伏，捏脚店和梅子店都生意兴隆，小吃摊上乳扇在火上烘烤得香软，大理白族自治州的土地上没有任何工厂，污染在这里是个陌生的词汇。人民路则是年轻人练摊的地界儿，摆着“寻觅识货君”的牌子，兜售着他们号称从尼泊尔等地淘来的首饰，在大理攒够了银两，他们便会到下一站继续旅行。大理最好住上两日，才可以深入体验这里的慢生活。

如今的茶马古道给人一种浪漫的感觉，可是在昔日并非如此，马帮文化就如同今日的高速公路文化，各种文明、商品都从这条古道上交互融通。古道神奇，也时常有野兽出没，一个马帮队伍上路，恐怕就有几个人有去无回。在曲折的茶马古道上，马帮锣的声音能传很远，提醒前方迎面而来马队以免狭路相逢，否则必是一场恶战。弱势的马帮一听到这倒霉的锣声已近，只有迅速寻找相对空旷的地方，以免被对方马队挤下山或是踢折腿。在大理，随便问一个老人，都可以给你讲半天茶马古道的神奇故事。



沙溪古镇的沧桑悠远还保持着，老戏楼的膜拜者络绎不绝。

沙溪：千年优雅

沙溪是茶马古道上的重要一站，从 2001 年沙溪入选世界濒危建筑保护名录后，来自瑞士联邦理工大学的修复专家陆续抵达小镇，对这里展开修旧如旧的工程，老戏台、四方街、东寨门，都在修复工程中得以更好的保护。不过，在抵达沙溪之前，建议安排在石宝山 3 个小时美妙的山间徒步。

在石宝山拾级穿过竹林小道，一座红色基调的石钟寺先闯入你的视野，绕过几棵百年古树，在一朵朵黑色的形如倒扣馒头的石山内便藏着 16 窟石钟山石窟(这里不允许拍照)，它们甚至被誉为“南方敦煌”，带人们回到 9~12 世纪的南诏(唐代)、大理国(宋代)。

你要留意一号石窟仆人高高的印度帽子以及四号石窟作为骑行工具的大象，那时与邻邦文化交流已较为繁盛。六号石窟中的八大明王浓眉倒竖，是典型的密宗形象，也证明佛教在南诏时期传入云南。七号石窟剖腹观音的眉眼之间可以寻找到白族女人的特征。

沙溪的客栈不多，老马店最富特色，这家曾经专门为马帮提供住宿的客栈，只有 9 个标间，木梁木柱木窗子，年头有 150 年之久。不要期待这里的房间会隔音，一有脚步声楼梯就会咯吱咯吱作响，二楼的房间还留有窥马孔，这样马锅头(马帮首领)便可以在深夜看一眼他的马匹。

客栈出门就是四方街，夕阳西下，老人在椅子上做着针织活计，木雕店老板的刻刀下绽放出花朵、女孩子们在跳皮筋，一切再平凡不过。在历史上，这里却是茶马古道上极为热闹的中转站。千百年间，所有来自大理、普洱的马帮，都会沿着古道来到这里再前往吐蕃，马铃声伴着铁马掌拍击石板路的“哒哒”声一响，便是又有马帮队伍抵达了，他们在这里卸下茶叶，选购优质的马驹、沙溪盐巴和皮货，以物易物、休整歇息，四方街人声鼎沸，骡马嘶鸣，热闹非凡。晚上马帮们则挤在老戏台前喝酒听戏。当年，整个城池的黄色围墙就是为了防止强盗的突袭，入夜了，马锅头们把值钱的宝贝统统放进床箱里，然后用庞大的身躯压在上面，踏踏实实地睡去。

夜晚，最后的盛宴是老马店的白族土八碗(320 元/套)，红肉大炖、煮白扁豆、煮竹笋、茨菇炖排骨，热腾腾地码了一桌子，都令你食指大动。不如微醉，然后便可以像一个马锅头一样，沉沉睡去。



香格里拉曾经的辉煌，颂赞林寺的金顶闪耀着光芒。

香格里拉：不复乐土

从丽江到香格里拉的车程大约需要半天左右的时间，却是这一段旅途当中窗外风景最美的路程。曾经古城的辉煌让读文字的人都极为向往，香格里拉，是茶马古道上的一个神圣的目的地，现如今，也随着年初那场大火成了永不可及的梦境。

在 2014 年 1 月 12 日之前，车到达香格里拉，车窗外出现形似布达拉宫的寺庙错落分布在山坡上，折射着金灿灿的光芒，那便是香格里拉的松赞林寺了。酒店别致，就在颂赞林寺的脚下，颂赞绿谷酒店，酒店的服务员会递过来一双黑色的功夫鞋，哦，这可是这里最舒适的拖鞋。

酒店对面那座挂满经幡的小山是欣赏晨雾颂赞林寺的最佳地点。能在那里邂逅红嘴红腿的黑喜鹊、挂着铜铃的牛儿，还有湿地芦苇里的鸳鸯。代价就是 7:00 从被窝爬起，早餐？不要犹豫了，

自己动手做吧。青稞粉中倒入酥油茶，加入奶酪和糖，用手指，是的，没错，用你的手指搅拌、揉匀，捏成面团——当地人叫做糌粑，入口很是香软。

一定要去曾经松赞林寺门口的拉姆央错湖看自己的倒影，人一靠近，野鸭和白鹅们便以箭的速度飞渡过来，嘎嘎欢呼，以为你要投食，它们都是藏民从集市上买来放生的。

曾经古城里的颂赞林寺是最重要的景观，这座曾竣工于 1681 年的藏传佛教寺院，在文革期间全部被毁，僧人还俗，直到 1980 年才开始重新修复。藏民会来这里转经、磕头、在白塔内添加松枝。这里手写的圣经和杰出的绘画都是珍宝级历史遗迹。沿着游客上山的台阶下山，藏族导游正在给他的游客讲述天葬，听起来毛骨悚然，当一具肉身失去了灵魂，被切成一小块一小块，所有的功名利禄都成泡影，幻灭。纳帕海只有干枯的野草和几匹瘦马，但依然可以沿着宁

静的克那村小村子，徒步过去（需 45 分钟）。你要相信，路上的风景远比终点更令人难忘。

丽江：纳西今韵

丽江是一座气质浓烈的古城，也是一个被年轻人攻占了的地方。你可能无法想象一座古城挤满了客栈、酒吧、饭馆、店铺，物质极大丰富，就连丝毫的缝隙也会被游商蜗据，贴满享乐和文艺的标签。这里注定不会是一座沉寂的城，昔日，作为茶马古道通往藏区的重镇，丽江也是满城此起彼伏的敲打声：铜匠在打马帮锣，马夫在锻蹄掌，银匠在敲首饰。还有白族、藏族、纳西族、汉族马帮在此汇聚，南腔北调，好不热闹。

丽江不缺少奢华酒店，不过，这次来点特别的：丽江古城英迪格酒店，事实上，这座以茶马古道为设计主题的精品酒店在 2013 年 9 月底才刚刚开业，它的特别之处在于：你坐在马鞍上 CHECK IN，大

堂的柜台是一组可移动的马帮皮箱。你回到自己的房间，点亮马灯，将衣服挂在马蹄钉上，一切都很穿越。

如果时间来得及，一定要赶一个地道的丽江早市，早晨 8:00，忠义市场正是热闹，少女穿着粗布长裙，身后背着巨大的竹筐，认真地挑选着新鲜的蔬菜，付完账后，身子一斜，老板就将菜放进她的筐里。走进忠义市场的大棚里，更是可以发现稀奇古怪的东西，镰刀三叉、锅碗瓢盆，小到牙签，大到席梦思。

纳西族人一直沿用至今的东巴文字，在你走进丽江之后，便不断出现在你的左右，当然，它们大多在画家的画布上，在设计师的作品中。想要进一步了解东巴文字，可以去丽江东巴文化研究会上一堂课，从事东巴文字研究 31 年的和力民老师用粉笔在黑板上写下一个个有趣的符号，这分明是一堂美术课。比如说男人就画一个小人戴一顶圆帽子，而女人则换成了带折角的高帽子。森林、树木、星星、月亮全部都是纳西人看到了

什么就画下什么。遇到“幸福”这样的抽象词汇，他们更是发挥想象力，幸福是什么呢？幸福就是一个小人旁边摆了一碗饭。你豁然开朗，原来，幸福如此简单。

丽江古城，则永远喧闹，又永远充满生机。在这里融入到生机盎然的度假人群当中，午餐建议在迷宫似的古镇内寻找到这家角落巷肴，老板一定是个诗人，满墙的人生随笔，读着解闷，很快菜也就端上来了，当家菜是“妈妈做的鱼”，没写在餐单上，得单点。

想看古城的全景，就不要去万古楼凑热闹了。狮子山半山腰的饮绿轩更适合，180 度古城观景台，一杯茶仿佛把人带回山林间。

如果对纳西族感兴趣，可以去纳西古城民居博物馆，这座 1873 年的古宅 2013 年下半年才向游人开放，藏了很多纳西宝贝，包括一组已经传了 4 代的纳西服饰和银器。如果更完美一点，纳西私房菜也是这个博物馆里的重要体验（人均消费 300 元，需提前预约，每天只接待两

桌），当家菜包括腌制两年的火腿，颜色近乎透明，还有乾坤如意掌，呃，其实就是黄焖牛蹄。

白沙：艺术小镇

从丽江奔赴下一个迷人的小村庄：白沙，只需要 20 分钟车程。

白沙古镇，这座离玉龙雪山最近的纳西村落，富有艺术气质，除了白沙壁画颇为有名外，这个村庄农妇的刺绣功底也远近闻名。木氏刺绣学校的刺绣唐卡很吸引眼球，小院内，几位大婶一板一眼地学习针脚的基本功。她手中的一缕白线可以用指甲不断地分拆成几乎透明的细丝，256 根细丝组成一缕线，若用这 1/256 的纤细来刺绣那将是怎样的技艺？这座学校免费教授村里的农妇刺绣，这里的负责人说，帮助她们提高了收入，村里人也就不那么急于像丽江那样搞开发了。

白沙古镇很小，游人寥寥，午餐可以在白沙时光餐厅享用，牦牛肉鲜辣十足，土豆酸菜和乳饼也令人难忘。▼



白沙刺绣的精致手工令人赞叹，驻足观赏一番吧。



INTERVIEW MR. XUJINJIANG

徐锦江 爱演戏更爱收藏

编辑 / 金春 撰文 / 苏勇

徐锦江在北京的工作室位于艺术气息浓厚的环铁艺术区，虽然影视也从属于艺术创作，但来到这里，还是很难让人将这里与在荧屏上叱咤风云的一代大侠联系在一起。然而，通过徐锦江的讲述，却不难发现生活中的他与周遭的环境又是那么和谐，原来演戏只是徐锦江生命的一部分，纵情笔墨，精心设计，藏物怡情，才是他现在更为看重的所在。

演戏之外好笔墨

作为演员的徐锦江，1987 年因出演《省港旗兵》受到观众认同，至今已有二十多年的时间，期间出演了多部卖座影片。但少为人知的是，参与影视创作，对他而言可谓“半途出家”。如果不是好友麦当雄的力邀，毕业于广州美术学院，身为一代大家关山月弟子的他，在画坛的名气或许不会逊色于在影视圈的影响力。不过，近些年他将精力逐渐转向了书画创作，被誉为“香港艺人里画画最好的人”，看过徐锦江的画的人评价基本一致：很有大师风范。数月前，有拍卖公司向他征集画作和藏品上拍，他却委婉地予以谢绝，按徐锦江话说，自己的书画作品还不够上拍的水准，自己的藏品也舍不得拿去变现。

继承家学爱收藏

徐锦江的个人收藏涉猎门类广泛，既有传统的字画、紫砂、红木家具，也有现代感十足的地毯、调羹、灯具。可以说，凡是能给他带来美感享受的事物，都是他搜罗的目标。而说起与艺术和收藏的结缘，不得不提到他的家庭。

徐锦江出身于医生家庭，妙手仁心的父亲不但艺术水平高超，乐善好施，而且在艺术圈交友广泛，与关山月大师是世交。出于这样的原因，很早便接触美术的徐锦江才能拜师关山月，成为岭南画派的传人。同样源于父亲对收藏的喜好，徐锦江得以继承了父亲的很多重要藏品，其中不乏曼声壶、田黄印章、宣德炉、任伯年画作等珍贵之物，这也让他很早便产生了对收藏的兴趣。

“90 年代，我第一次到内地拍戏，便发现这里的文物艺术品比较香港便宜很多，当时还是用外汇券，在北京的友谊商店和各地的文物商店买到不少好东西。那时候，对很多东西也不太懂，就是凭着喜好去买，曾经和内地演员的朋友从陕西一次买回来三车古旧的老家具，但后来实在没有地方放，绝大多数都送给了朋友。”



徐锦江作品



徐锦江的个人藏品

虽然手中的藏品不乏明清之物,并在收藏的早期,上世纪八九十年代在大陆购藏了不少瓷玉珍玩、古旧家具,但徐锦江却将收藏的重点放在了当代红木家具和当代书画上。他说:“老的东西虽然好,但鉴赏的难度比较大,自己的信心不足,而且现在市面上赝品太多,即便有幸遇到古代的东西,要么价钱太高,要么品相不佳,所以我就转向了当代的艺术品。”

痴迷当代红木家具

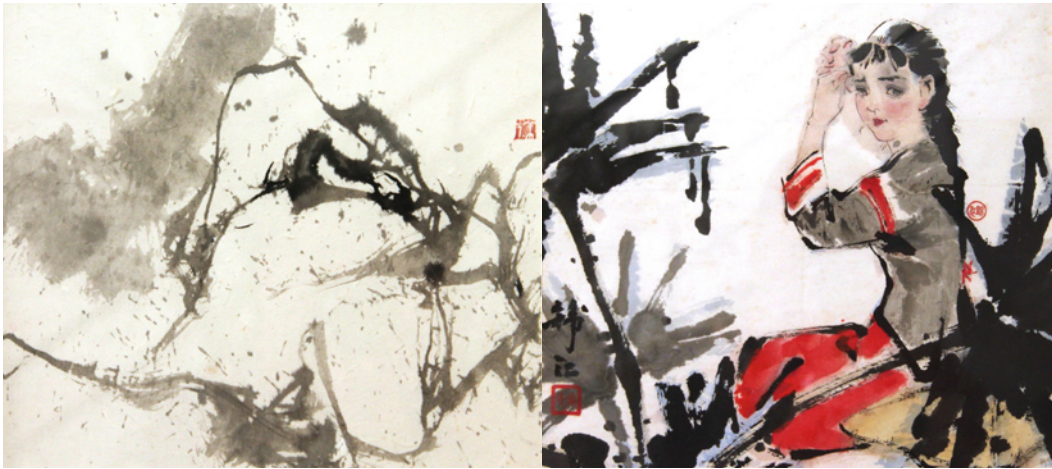
徐锦江对红木家具的痴迷在圈内数一数二,他去古典家具市场看家具,可以一直看到市场关门,甚至会跟保安赖着不走。即便在家里,有时候兴致来了,还会半夜起来,倒一杯小酒慢慢品味,痴情程度就像看自己的女朋友一样。

在红木家具收藏上,徐锦江和夫人殷祝平女士十分推崇岭南红木家具大家伍炳亮先生的作品。在他们看来,伍先生制作的家具继承了明清传统家具的精髓,尺寸精当,工艺上乘,具有极高的艺术水准和收藏价值。从黄花梨到紫檀,再到现在行情高涨的红酸枝,自 1999 年以来,他们已经购买了上百件伍炳亮制作的红木家具精品。其中最让徐锦江自豪的是一套西

番莲花纹圆台凳。“它起初摆放在伍炳亮大哥的私人艺术馆里。我第一眼看到它,就感觉惊艳无比。此后便多次诚心请求伍大哥割爱给我。苦苦哀求两年后,终于精诚所至,现如今这套坐墩就摆放在我家中。”

徐锦江认为,购藏红木家具,应当从形、艺、材三方面来考虑,其中形状是核心,如果一件家具造型不好,比例不对,无异于糟蹋材料,再次要看工艺,是否采用的传统的榫卯结构,是否经过精心的打磨加工,最后才是材料。“为什么同样采用黄花梨木材做家具,伍炳亮的作品要比市场内的其他家具贵百分之二三十,就是因为在这三点上都做到了很高的水平,所以他才能成为藏家信得过的品牌,可以说,伍炳亮已经不是单纯的家具制作者,而是家具鉴赏家,而这样的人现在凤毛麟角,很少的。”

与伍炳亮先生的交好,不但让徐锦江抢先收藏到不少经典之作,还与家具收藏圈的大腕成为了朋友,经常与马未都、海岩、杨波等人探讨收藏之道。“我经常会接到王刚老师的电话:锦江,这里有好东西,过来看看。还有王铁成、海岩,都是我的好朋友。有一次进剧组前我相中了一件家具,拍完戏后赶紧赶



以上两幅画为徐锦江的作品,可以看出他较高的艺术造诣。

过去准备买,不料老板说:海岩已经买走了。我当时好遗憾。”

有意思的是,与这些名家的收藏视角不同,徐锦江是从实用的角度来选择家具的,比如中国家具很多是一对,官帽椅也好,柜子也好,都讲究成双成对,徐锦江却根据居室空间的需要和实用性来买家具,柜子往往是这里一个,那边放一对,让行内人士颇感惊诧。

“九几年的时候,伍炳亮先生向我推荐一个黄花梨的架子床,但我个子高,那张床睡不下,当时有人建议改下尺寸就好,我不同意,伍大哥的床已经很完美了,改动的话,就是一种破坏,后来就没有买。前一阵得到消息,那张床今年以 2300 万元卖了出去。”虽然有违常规的“按需购买”,让徐锦江错过了一些“大漏”,但他并不以此意为,因为收藏的乐趣对于他而言不在藏品的升值,而是为居室选择合适家具的愉悦,与朋友分享收藏心得的畅快。

乐此不疲藏书画

作为“本业”,徐锦江在书画创作和收藏上,也成就多多。作为岭南画派的传人,他的藏品中不乏关山月大师的画作,岭南派第二代传人黎雄才、杨善深的精品等。在当代书画收藏上,徐锦江还有一条遵循的原则,那就是除了考量画作的实际水准,还要与画家结交认识。

为了收藏到心仪的画作,结交到优秀的艺术家,徐锦江费尽周折,与画家石虎的结缘便是如此。多年前,他的香港别墅装修完毕,底层高近五米。当时觉得没有一样东西能镇得住这个高阔的空间,墙面就一直空着。后来,徐锦江偶然

在飞机的杂志上看到了石虎的书法,觉得十分好,就跟身边的朋友打听,后来听说石虎在澳门和珠海,他就立刻赶往珠海,第一次没见到,第二次就直接去敲门,冒昧地跟石虎讲,自己是香港演员徐锦江,很想求一个作品,没想到石虎立刻答应了,隔天中午就写了句“数风流人物还看今朝”送给他。还有一次他到石虎家,看到他画了一幅新疆小女孩,很喜欢,回到家还是牵挂不已,半夜睡不着打电话给石虎,要他给自己留着画。第二天起来徐锦江就像见情人一样嚷嚷着,“我要见到我的新疆小胖妹啦。”

徐锦江十分享受现在相对清静的生活,虽然不时还会接一些戏来演,但已经不再是生活的重心。他说,演员要听从导演,要进入角色,这意味着放弃自我。而画画或者做设计,是自己的心灵默语,能够让我归于本心,获得心灵的解放。从工作室中满墙的画作可见,徐锦江在书画上,没有追赶潮流,而是踏踏实实地画具有浓郁岭南风格的花鸟,画禅宗始祖菩提达摩,画赐福镇宅圣君钟馗,画酣畅淋漓的水墨重彩。

纵情笔墨,经略收藏之外,徐锦江还参与了不少室内设计,包括别墅、酒吧、会所等,他“混”空间虽然不大,却处处都显露出徐锦江在审美上的才华,东西方家具的和谐统一,艺术品分布其中的巧妙装点,呈现出一种内敛简约的美感。对于刚刚斩获室内设计大奖的徐锦江而言,早已将居室环境与自己的生活状态融为一体,没有了影视剧中的拼打纷争,更多的是一种宁静旷达。就像摆放在空间一角的一件经他重新设计变形的观音造像,虽然现代气息浓郁,但永远以慈祥悲悯的目光抚慰着世间的种种。❶



GANWEI

甘薇

前任杂志主编 小说家
现在成都经营独立艺术工作室
爱吃喝玩乐

周先生

周先生回到自己的院子，转了几圈，望望屋檐上的杂草，那里竟然盛开着不起眼的紫色小花朵。
三五只麻雀经过，停留下来，在屋檐处昂然散起步。

周先生原是个建筑设计师，当年工程繁多，他常常跟着工头们上山下乡，寻找原材料。山里有枯木，河里有石头，周先生与工头们顺流而下，又逆流而上，从源头到入海口，东奔西走。有一次，他在一个干涸的河床捡到一块石头，石头里有一只青蛙，青蛙闭着双眼，静静地长眠了，凝固不动——那是一块青蛙的化石。

从这以后，周先生每次出门都带回来奇怪的石头，有的是远古动物的牙齿，有的是蝴蝶残缺的翅膀，有时候是一截石化的木头……周先生一个人住，书架里堆满了石头。

在路上奔跑的人，难免还会遇到更奇怪的人。这一次他遇到一个隐士，在一座高高的山峰。隐士在山顶，正用木棍子在泥土里写字，抬头望见呆立的周先生，隐士用棍子一指，在一旁的山石上，有一只土碗，隐士说：喝。隐士只说一个字。周先生喝掉那碗里的清茶，茶微苦，有回甘。隐士说：走。周先生跟随他，爬了很长的山路，转了无数个弯道，在一条三岔路口，隐士说：再见！这次说了两个字。

从此再没有“再见”。周先生还待在原地，兜兜转转，山里边走了三个月，手里捧着个老土碗。周先生觉得这土碗的造型也相当不错。拙朴大方，出神入化。由此开始，周先生开始琢磨泥巴。后来周先生回到城市里，找到一个陶艺师傅。他说，我们一起做陶艺吧。这样

又是三年过去了。

这一天，星期日的下午，阳光正和暖，周先生溜达到城郊的古玩市场。那里有卖古书的、仿真古画的、清朝乾隆时期铜钱的，好不热闹，周先生左看右逛。然后他注意到一把紫砂壶，暗褐色，把手上有一点破损的缺口，茶壶盖上有暗花。他注视着它，觉得好眼熟。旧货老板说，这个可稀罕了，民国十六年，袁世凯的后人，带着老祖宗的家传宝贝，流落到此地，遇见匪徒……旧货老板浩浩荡荡地说起故事来了，悲欢离合、爱恨情仇，周围都是围观的群众。

周先生仔细回忆，这不是我和陶艺师傅折腾出来的那把不合格的茶壶吗，不是被我扔进了院门口的垃圾桶吗，嘿，你还给我做旧了，还民国十六年啦……周先生转身离开，黯然难过。

周先生回到自己的院子，转了几圈，望望屋檐上的杂草，那里竟然盛开着不起眼的紫色小花朵。三五只麻雀经过，停留下来，在屋檐处昂然散起步。院中央有一个烧水的炉子，炉子上架着个煮水罐子，完全没有样式，可是他喜欢，这也不是什么清朝或民国年间的产物，仅仅就是他和陶艺师两个人的心头好罢了。

这一切无需过多表白。清冽的茶水盛在最初的那只老土碗里，还是从山里面、从隐士那带回来的那只。即使时隔多年，再看，还是拙朴大方，出神入化。



WANGLE

王乐

2001 年开始跑步，目前参加过 50 多次马拉松，包括雅典、东京以及我国香港、澳门、台北、北京、上海、厦门、大连、杭州等赛事。马拉松最好成绩 3 小时 16 分。

雾霾天怎么跑？

我的建议是，如果空气太糟糕比如PM2.5大于200就坚决不能室外跑步，200以下酌情减少跑步强度，100以下就多多去锻炼吧。

跑步运动现在十分火爆，在人们的意识里也由过去的“傻乎乎”变得“高大上”起来。然而，很多地方空气质量令人颤抖，“雾霾”二字如此复杂、专业还能被全国人民熟知，实在是印象太过深刻。对于把跑步当常年运动的人来说，遇到雾霾天怎么办，是个严肃而严重的问题。

如果想跑步，任何事情都无法阻挡，如果不想跑，借口永远找得到。有人说，雾霾下跑步无异于慢性自杀。这话没错，其实跑步与否，生活于雾霾的环境中，时时刻刻都在考验我们的身体。躲不过环境，只有让自己变强。不少外国人到中国旅游都会有些不适，还有个专门名词“北京咳”，大城市环境的确有些糟糕，不过也正因如此，我们的扛雾霾能力有进步。

糟糕天气里的锻炼，确实要十分小心，雾霾天气会导致呼吸系统的防御功能和肺功能下降，不宜进行激烈运动。这意味着我们需要对何种锻炼形式进行判断。我的建议是，如果空气太糟糕比如 PM2.5 大于 200 就坚决不能室外跑步，200 以下酌情减少跑步强度，100 以下就多多去锻炼吧。

训练计划也要“靠天吃饭”，接受空气指标的不完美，有利于我们锻炼更强大的身心。雾霾天不能户外运动的日子选择室内跑步机，没有跑步机条件的就在室内做其他力量训练或瑜伽、普拉提等。这些都对跑步有帮助，零散运动也能组合成强大的能力。如果真的很长时间没跑

了，不要害怕，肌肉的记忆力很好，一两周的停歇不会损失太多的能力，数次跑步就可以恢复到停歇之前的状态。

PM2.5 在 200 以下进行户外运动是个经验值，我和很多常年跑步的人都在遵循这个指标，你可以下载一个 APP 叫“空气污染指数”，实时了解空气污染状况。

因为天气的变数，使得训练计划要经常调整，遇到好天气，赶紧出去跑，不跑明天不一定什么样子了——雾霾无形中提高了我们的决断能力。

你的大计划中应该包含一些交叉训练。交叉训练就是不同类型的训练活动，所有那些能让你气喘吁吁的活动基本都可以算是交叉训练，骑车、游泳、轮滑、健走、攀岩、滑雪、有氧舞蹈、健身房的循环力量训练……都是很好的选择。交叉训练的好处包括借由使用不同的肌群，使某些肌肉得到休息的机会。此外交叉训练也帮助你避免感到厌烦，运动项目的多样性可以作为良好的心理激励。交叉训练把训练分散到身体各个部位，因此降低特定部位受伤的风险。它还是我们雾霾天气里最常见的替代运动。

困难终会过去，将来我们也会达到优良的空气质量标准。大家都行动起来，使雾霾的问题早点解决，也算福泽后代。政府已经给各地市立下了 2014 年空气质量改善的指标要求，令人欣慰。同时个人也可以为保护环境做点什么。跑者大都热爱自然，更容易接受环保理念，也希望更多人爱上跑步或其他的户外活动。



DUANHONGBIN

端宏斌

青年学者、财经专栏作家,文章见《证券时报》《21世纪经济报道》《每日经济新闻》等。著有《投资魔法书》。

百姓投资渠道大盘点(二)

银行的按揭贷款就是房价上涨最主要的推手,现在银行停止提供弹药,这房价还怎么涨?除此之外,还有不动产统一登记工作的深入推进。

2013 年已经过去,在新的一年里,老百姓还能有哪些靠谱的投资渠道呢?下面我们就来做个点评分析。楼市

这十年来,唯一没有让老百姓失望的就是房子,每次似乎要跌了,最终不仅涨了上来,还创出了新高。但是今年情况有所不同。

从去年 12 月以来,全国银行“停贷潮”蔓延态势达到峰值,停贷的城市逐渐由一二线城市发展到全国,停贷的产品也逐渐由原来的仅限二套房扩展到首套房,停贷银行由商业银行也逐渐扩展到国有银行。目前,全国已有北京、上海、广州、深圳、重庆、杭州、苏州、武汉、天津、郑州等 40 个城市相继出现暂停房贷现象。部分城市首套房商贷利率不仅告别“打折”,还在基准利率上上浮 5%~30% 不等。某商业银行二套房最高上调 40%,利率高达 9.17%,创下 2013 年最高纪录。

银行的按揭贷款就是房价上涨最主要的推手,现在银行停止提供弹药,这房价还怎么涨?除此之外,还有不动产统一登记工作的深入推进。潘石屹就表示,统一登记制度一出,房价将大降。那些拥有多套房的“房哥房嫂房姐房妹们”,可能会抛售多余的房子。

互联网金融

去年支付宝推出的余额宝着实火了一把,市场普遍把类似余额宝的产品解读为互联网金融创新。互联网

金融的本质是大大降低了传统金融产品的销售成本,余额宝的规模已经超过了 2500 亿,如此庞大的基金规模,基本上没有穿着西装的销售人员跟在你身后向你推销,完全是你自觉自愿地就将钱转到了对方的账号。这节省下来的销售成本当然可以返还给你。这个收益率,已经让不少银行的理财产品没了吸引力。论收益,比不上余额宝和理财通,而且还不能随时赎回,客户当然不愿意买。互联网金融并不是为了革传统金融的命,只是提供了一个更加低成本的渠道,使得强者愈强,赢家通吃。

下面的问题是,余额宝和理财通拿了你们的钱去做啥了?为啥能够有这么高的收益率?理财通的合作伙伴是华夏基金,其实理财通的本质就是“华夏财富宝”货币基金,你可以把它看做是“华夏财富宝”的微信销售版。该基金的投资目标是:在力求安全性的前提下,追求稳定的绝对回报。

该基金 83% 的仓位是银行协议存款和结算备付金,4% 的仓位是国债,两者相加就是 87%,光靠这些是不足以支持 7%+ 的年化收益率的,那么关键就出在 12% 的返售金融资产上。什么是“返售金融资产”?说白了就是对方缺钱,于是把手里的金融票据抵押给你,你借给他钱,这本质上就是质押贷款。由于抵押物本身就可以卖钱,因此基本上是没什么风险的,如果对方没钱了,将抵押物出售就是了。●

POEM OF WEST 丝路的诗歌

编辑 / 谷月 文字、图片 / 张晋 感谢泰康空间支持

色彩平淡、层次丰富、物形抽离，这黑白的影像是西部的诗歌，低低的吟唱中有暗涌、跳跃，给人无限想象。



张晋,成都人。1996 至 2004 年就读于中国科技大学,获理学学士学位和硕士学位。2004 年至 2007 年,就读于纽约大学理工学院,获化学博士学位。钟爱传统摄影的他是 2012 年第四届三影堂摄影奖的大奖得主。

Q:对你的经历很感兴趣，想知道纽约的化学博士为什么会没有继续自己的专业而选择进入传媒集团做摄影工作？

A:可能还是因为对化学不够热爱吧。带着这个内因继续从事科研，那么极易成为一个投机钻营者。而且之前一直在专业和兴致间犹疑不定，真临到毕业日，做选择反而变得容易起来。

Q:为什么会拍摄丝路题材？作品怎样表现你对丝路的感情和想法？

A:严格说，丝路仅是素材，一部上品的素材，那里汇集了与西北有关的所有元素。中国的传统“比兴”手法中，诗人常借用外物来比拟内心的感情，或者是诗人某某某地因睹外物而触景生情。而我做《又一季》的时候，更关注产生一种对话的可能性，而感情退到了次等的位置。古丝路是旅游景点、是戈壁滩、是贫穷、是露天雕塑馆、是一座座废城一座座无尽绵延的残垣。西北偏乡与草民间无处不在的现代性之间的对话是否有可能？如果有，又该如何展开呢？策展人侯瀚如先生曾提到“东方观念的核心是，生命、运动和变化，其驱动力是阴与阳、空与满之间的持续谈判和不断沟通”。在看似死寂的丝路上，无家可归的碑林、长出青苔的石狮、逐水草而居的汉人等等，一切都在运动。个人的自言自语或者感情均被这些恒常的运动而稀释，情感只是如同微风被驱赶进山谷，雨水跌落入溪流，就这样了。

Q:迄今为止还比较得意的作品是？

A:我个人觉得是《无字碑》和《凡枝叶》吧。

Q：“纯手工”意味着传统摄影和后期的制作方式么？为什么不选择数字的产品来表现作品？你如何控制有自己风格的影调？

A:纯手工在过去的定义的确是这样。摄影史不长也不短，做这组作品时，已有些厌倦时下所见到的一些惯用手法或者数字魅力，于是就向后看向后退，用最常见最“正常”的方式来制作照片。假如我这些照片真的有风格，那一定是西北那片土地的风格。我的理解是，影调本身得跟随土地的灰阶而走，在西北目力所及，尽是灰而明亮的景观。我比较反对把作品戏剧化剧场化，

在我看来，矫枉过正与风格影调之间仅有一步之遥。

Q:对你影响比较大的摄影家或者摄影人是？怎样启发或者影响你的拍摄？

A:美国光圈杂志（Aperture）的创始人兼摄影系老师米诺·怀特(Minor White)吧，怀特的传记和摄影语录很有意思，他极大地丰富了施蒂格利茨（Alfred Stieglitz）的对等物（equivalent）概念。他教学时常带领学生一起打坐冥想（meditation），推荐给学生的书籍多是关于神秘主义或者禅宗的。特别受用的一点是他对表现性的（expressive）和创造性的(creative)区分，在旧有的浩如烟海的图片中，如何去创造一张你自己的照片呢？历史总是厚此薄彼的，Minor White就是那位被“薄”的，今天的国内，对他的认知还有待更多的翻译和讨论。

Q:你更喜欢你的作品以怎样的方式呈现？是发表在媒体，还是展示在展厅？

A:这个问题问的很好。从1970年开始，以摄影为主的画廊才陆续多了起来，于是对摄影的阅读并行着两条线索：媒体和展厅。展厅的呈现可能更考验艺术家的视觉设计能力吧，但是展览的局限也在于此，不能像媒体或书籍那样容易传阅。我个人觉得两者是相辅相成的，在媒体发表，可以更方便阐述作者的创作脉络、想法、和知识结构。我觉得，单单凭一张图片能说明一切的时代正在过去或者说已经过去。随着视觉艺术的不断新陈代谢，旧有的一些观看行为也需要革新，一些艺术家的图像越来越难以解读，这个时候就 very 需要媒体需要讲座，去了解图像之外所承载的东西。

Q:目前的工作状态是怎样的？

A: 读书、写笔记、暂时离开图像。

Q:能否大概透露一点下一个拍摄计划？

A:我真的不知道。着手新作或许就像结识一位新好朋友，会来的，一旦来了，我们就会彻夜交谈。📍



The Prosaic 凡枝叶，2013



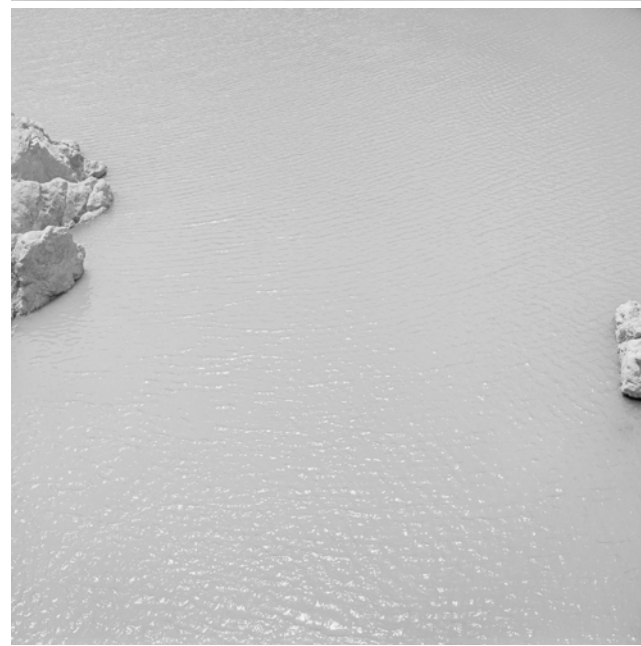
Epitaph 无字碑，2011



Meditative State 西荷，2012（左上）
Suspension 悬泉置，2012（右下）



（右上）Rejuvenated Landscape 返景，2010
（右下）Steles 碑林，2010





Tourists 观光客, 2011



Waking from Hibernation 惊蛰, 2010

HONGKONG MARTIAL ARTS FILMS 香港武侠片 华语电影的光辉岁月

编辑 / 金春 撰文 / 小虾

马年初五，午马走了。87版的宁采臣早已离开，聂小倩翩然避世，任痴男怨女捕风捉影。而今，威武盛气的燕赤霞也走了，将一个满脸堆笑的慈祥老爷爷形象留在人间道上。在香港电影繁华时期，“午马”这个名字意味着一场场精彩的打戏，一幕幕入汁入味、纷繁各色的演出，因而“午马”这一颇具个性的名字也生出十分韵味儿。怀念他的同时，也翻一翻香港武侠片这本旧簿子。

午马

香港影视演员、导演，原名冯宏源。天津人，1959年移居香港。邵氏影业公司南国实验剧团第一期毕业生。1963年入邵氏公司当演员。1965年出演张彻、袁秋枫执导的《花木兰》成名。他能演、能编、能导、能策划，是香港电影界不可多得的人才。午马是导演张彻的爱徒，又是胡金铨的私塾弟子。1987年在《倩女幽魂》中饰演道士燕赤霞而大受好评，并凭该片荣获第二十四届台湾金马奖最佳男配角奖。



30岁的午马，在屏幕上老成神仙

年轻时的午马，尽管顶着“姜大卫的大师兄”名头，却不够英俊又没情趣，就会埋头拍戏，拍完戏和朋友们吃完饭就打道回府。到现在，他拍了一百多部电影，吃了一万多个盒饭，外人眼中他的戏份都是配角。他自嘲为“丑陋的男人”，从30多岁就开始演60多岁的人，这也有个好处，玉面小生们跟岁月一同老去，午马老的程度依昔，如果他20年后出现在屏幕上，估计影迷也不会吃顶，可能还得感慨他竟也更老了。

有人将“奇才”这个词语当作“午马”这个名字的一个注脚，还会加上个定语“不可多得”，这绝非因为他在香港娱乐圈摸爬滚打50余年，凭资历积攒出来的尊名，他能演、能编、能导、能策划，在一百多部电影的演职员表上，分别被冠以场务、演员、副导演，乃至导演的头衔，他导的电影大多叫座，其中《龙蛇争霸》还被提名第三届金马奖最佳导演。但他最热爱的还是表演。

午马18岁加入香港邵氏影业公司的艺员训练班，经过一年训练后，开始在影视剧中出演一些小角色。1987年，午马在由徐克监制，程小东导演的《倩女幽魂》中饰演了一个经典的道士形象。实际上在此之前，午马就曾经饰演过道士，但显然他在这部香港电影史上最经典的鬼片中的表现，才真正使他夺得了“千年老道”的美名。午马的面容本来就有些清奇古怪，再加上高额宽鬓的道髻，飞扬斜插的两道浓眉，张扬肆意的大胡子，一身征尘的旧道袍，一个横亘阴阳，浪迹天涯的世外高人的形象，在银幕上呼之欲出。鬼片是香港电影中一个重要的类型，在这类影片中，往往都会出现降妖

除魔的道士，这些人物往往显得阴沉，做作，但午马的燕赤霞却是刚直不阿，疾恶如仇，性格十分明显，这符合原著小说《聊斋志异》中对燕赤霞的描写。

午马演的角色太多，犹记得成龙的《奇迹》里面他是一个老江湖，他要扶持成龙当新的黑道老大，他本来是想当遥控的角色，希望成龙当傀儡，但成龙挣脱了他的控制，这部戏里午马接受了一切，本是一个很鸡贼的老头，最后却变得很亲切。里面有一幕，梅艳芳演的女主人公，要从成龙这离开，跟他闹别扭，说你们一直要我唱歌，把我当摇钱树！成龙辩解，转身找午马澄清：“我们把她当什么？”午马不假思索：“摇钱树啊。”说完一脸无辜，这份火上浇油的狡猾，午马特别心安理得。同时，他又挺希望得到重视，别人跟他是平等相交，当成龙跟一位富豪打交道的时候，富豪老头想让成龙介绍下午马，午马非常高兴，满面堆笑，走过来准备做自我介绍，成龙忽然说了一句，他很低调，不爱跟人打交道，午马就只好脸沉下来，一扭身就走开了。这些小表演的处理，虽不像一句著名台词，著名动作那么经典，但是午马真是老戏骨，因为特别细腻，所以能驾驭。

我们印象很深的，都是午马江湖的一面，具有喜感、非正常老头的一面，但他演普通的可爱慈祥的老头也演得很好，像许鞍华导演的《上海假期》，午马主演的顾老伯，跟小孙孙的那种天伦之乐的戏。

“沧海笑，滔滔两岸潮，浮沉随浪记今朝”，他还是高唱《沧海一声笑》的刘正风，午马老爷终得金盆洗手潇洒归山去。



香港武侠片的时代

上世纪 40 年代末,中国的武打片开始在香港复兴,1949 年,香港导演胡鹏拍摄了第一部以广东民间传奇武林人物黄飞鸿为主人公的电影,此后历经近 50 年,黄飞鸿成了中国武打片的一个著名品牌,前后有关德兴、李连杰等十余位影星在近百部此类题材的电影和电视剧中扮演黄飞鸿这个角色,有胡鹏、徐克等多位著名导演拍摄过这个题材,其中由胡鹏导演、关德兴主演的黄飞鸿系列拍摄了近 80 集。

上世纪 60 年代初期,港台武打片的武打动作受日本武士片的影响,模仿里面的武打招式,题材也很窄,除了剑仙神怪就是学艺报仇。1964 年,香港凤凰公司拍摄的《金鹰》,在内蒙古实地拍摄,里面展示了摔跤、套马等传统民族功夫,还有内蒙古草原的壮丽风光,是一部创新的武打片。次年,长城公司拍摄的《云海玉弓缘》,导演是张鑫炎,在武打片的演职员表里面第一次出现“武术指导”这个名词,该片被认为是武打片的第

一部里程碑式作品,武术指导正式成为武打片的一个重要的组成部分。此后,武打片的黄金时期来到了。

从 1965 年开始,邵氏公司的老板邵逸夫对泛滥的老套武打片感到厌烦,他决心要拍摄新类型的武打片,几经尝试之后,张彻和胡金铨分别在 1966 年拍摄了武打电影的传世之作《独臂刀》和《大醉侠》。这两部影片奠定了他们在影坛的重要地位。张彻和胡金铨是武打片教父级的导演,他们二人风格迥异,张彻喜欢渲染暴力,武打动作比较写实,经常拍摄一些诸如盘肠大战之类的场面,总是血流成河,据说张彻每拍一部电影用做假血的番茄汁就要两大汽油桶。而胡金铨则偏重于写意,对武打的气氛爱做渲染。与张、胡二人合作过的武术指导如袁和平、刘家良、唐佳、韩英杰等人成了炙手可热的武术指导人才。

到了上世纪 70 年代后期,香港武打片开始走下坡路,这段时间,各种武打片的内容无非是门派



斗争、学艺报仇之类。到了 1978 年,终于出了几部令人眼睛为之一亮的影片,袁和平为思远公司执导《蛇形刁手》,起用成龙做主角,影片情节尽管没有完全脱离老套,但是在武打设计上有所创新,在故事情节和武打中加入大量喜剧元素,开创了谐趣功夫片,之后二人再度合作的《醉拳》更成为经典。

1981 年,由张鑫炎导演,在中国大陆实地拍摄,全部起用国内专业武术运动员担任角色和武术设计的《少林寺》上映了,这是一部武打电影史上具有里程碑意义的影片,影片摒弃了港台武打片里常用的吊钢丝、弹床、替身、快速剪接等特技手段,采用长镜头拍摄,不使用替身,全部是真功夫,影片在香港上映后,票房奇好,卖座超过了成龙的《龙少爷》。

进入上世纪 80 年代,港台武打片的年产量已经大大下降,除了《少林寺》《师弟出马》等少数影片,很少有轰动之作,就在这时,徐克出现

了。他导演的武侠片《蝶变》令人耳目一新,他在 1984 年拍摄的《蜀山剑侠》,聘请好莱坞的特技制作人员,营造出一个奇幻的剑仙世界,使影片大获成功。

到了 80 年代末 90 年代初,古装武侠片开始重新为人们关注,胡金铨挂名,徐克、程小东联合导演的《笑傲江湖》、徐克导演的《黄飞鸿》、程小东导演的《倩女幽魂》和徐克、程小东、李会民联合导演的《新龙门客栈》成为这一时期武侠片的代表作,这类影片的特点是武打设计天马行空,想象力异常丰富。徐克的《黄飞鸿》系列将一个老的民间武林传奇人物题材加以创新,影片里把武林纷争加入到的动荡时代里,表现出一种忧国忧民的意识,使武打片提高了一个档次。一时间模仿跟风之作频出,大家纷纷争拍古装武打片,其中只有袁和平的《铁猴子》和《火云邪神》还算有些创新。到了上世纪 90 年代中期就又趋于没落了。



舞剑还是耍刀？

迷上世纪 70-90 年代香港武侠电影的观影人，不仅关注武侠片中的侠义精神、功夫技巧的展示，也醉心于那铿锵有力的武打音效，如果没有这些武打音效对动作的渲染，武打场面要乏味、空洞很多。这种音效，现在在大银幕上已近销声匿迹了，以现在的审美，尤其是未经历过传统武侠功夫片年代的年轻观众来说，也许会很夸张，甚至很虚假，因为一拳一脚打击在人身上是“嘭嘭”作响，像用洗衣棒打在木桶上。

那个年代港台武侠功夫片的武打音效不但悦耳，也很有特色。刀、枪、剑、棍、拳、掌都有特定音效。

就像琴，在中国早已不仅仅是一种乐器，它被中国文人赋予了幽雅、清高的精神，山林之间，青松之下，抚琴而歌，虫草齐鸣，儒家的典雅、道家的洒脱、佛家的淡定，琴已经超越了乐器而存在。剑也一样，早已不仅仅是一种武器，在历代武侠以及后来的电影甚至历史中被赋予了更多的内涵与人们的精神寄托，看古龙的书，不可能不为那些绝代剑客心动，因为剑赋予了剑客灵魂。剑是最有灵气和儒雅之气的武器，薄薄的剑身在空气中挥舞，发出尖锐而不刺耳的声音，能反映出剑的材质优劣，甚至是锋利的程度。武侠片中的大侠，尤其是剑中的高手，用的一定是好剑，比不上干将莫邪，也不逊轩辕倚天，在徐克的新派武侠片

时代，剑的音效又有了提高，除了剑划过空气的声音外，还加进了金属与空气产生的共鸣声，比如《笑傲江湖》《新龙门客栈》《东方不败》。

刀，在造型上显得粗犷，甚至充满着野性，刀身比剑要厚重很多，在空气中挥舞，声音也要浑厚很多。根据刀片的厚薄，有柳叶刀（薄）、砍刀（厚）等不同的刀型。当刀与剑在荧幕上相会，若不能将两者区分开来，只是单纯的“呼呼”作响，其势必将大打折扣。聪明的港台电影人，当然不会忽略这一点，所以，关于刀的音效，最好听莫过于《神州第一刀》中那把刀的效果了；徐克的《刀》里，是一柄断刀，其挥舞的声效，浑厚凝重，把残缺的魅力表现于耳。

棍，是少林电影中的主要兵器，木质圆身，长八尺至八尺五寸，通体一般粗细，挥舞起来“呼呼”声响，带着空气在四周流动，气势万钧。电影中棍的音效表现，一直都很不错，细心的影迷会发现，棍直接扫在身上，与顶、砍在身上的音效都不相同。枪，是在棍的基础上加上了金属刺头，使其在棍的作用中，增加了刺杀的功能。也因为多了个金属刺头，枪在舞动时的声音与棍一定会不同。电影中要表现出枪法如神的境界，在声效上做文章最好了。最让我难忘的枪的音效是《义侠萧石》中的那把枪，棍声与金属划破空气发出的声



响，让人感觉到枪的威慑力与震撼。拳脚方面的音效，拳与掌的音效也区分的很清楚，前者浑厚有力，后者清脆亮耳；猴拳、虎拳、鹤形、蛇拳也都不同的音效表现；此外，踢出去的声响与踹出去的音效都不尽相。还有绦绸、长鞭的漫天飞舞，无影脚连续飞踢发出的声响，以及小小一根锈花针划破空气的轰鸣声，让港台功夫电影热闹非常，动感十足。

《卧虎藏龙》，李安为了追求一种宁静、惬意的武侠境界，首次将传统的那些武打音效摒弃了，获得了不错的效果；而后，张艺谋的《英雄》，周星驰的《功夫》，索性连对战时的吆喝声都省了。现在的武侠功夫片都在沉默中战斗，在安静中倒下。现在关于武打的声效，似乎到了全球统一的境界了，都是用好莱坞的动作音效风格，比起传统港台武侠功夫片的武打音效，似乎更真实。现在唯一传承了传统港台武侠功夫片的武打音效的，只有香港 TVB 的剧集了。

好莱坞里的功夫美学

1998 年的《致命武器 4》，李连杰在银幕上大耍中国功夫，风头盖过了主演梅尔·吉普森。1999 年的《黑客帝国》，给人留下最深印象的并非是网络和

电脑，而是袁和平设计的令人匪夷所思的功夫画面和张扬的黑色风衣，充满激情和想象力的故事与同样充满想象力的港式武打结合起来，给人以莫大的观感愉悦，成为至今好莱坞动作片的指标，同时也成功重燃了美国观众自李小龙以来对中国功夫的狂热。此后大量涉及到华人、中国的好莱坞电影中，“功夫”几乎成为不可或缺的点缀。2000 年以来，好莱坞推出的一系列面向中国的作品更是直接以“功夫”命名：《功夫之王》《功夫梦》《功夫熊猫》等。这一系列的大片更是在美国公众心目中将中国功夫推到极致。

席维斯·史泰龙和阿诺德·施瓦辛格，这两个浑身肌肉的“肌肉男”曾经是好莱坞公众追捧的对象。但和李小龙的刚猛无敌、成龙的滑稽机巧、李连杰的华丽空灵和甄子丹的凌厉精湛相比，史泰龙和施瓦辛格的铁拳简直就是粗暴的肉搏战，和精致的东方艺术有着天壤之别。在博大精深、充满想象力的中华武术面前，就连一向挑剔的好莱坞观众都不得不佩服得五体投地，所以不知不觉地美国观众的审美品位发生了变化，中国功夫进军好莱坞的最直接影响就是：原本好莱坞泛滥的粗旷但显得笨拙的动作，被改造得相当的精美和有趣。动作片让好莱坞又找到了新的救市招术，那就是——刚柔并济、灵巧多变的中国功夫。

史航:少年子弟江湖老

1981年,香港左派的“中原公司”回大陆开拍功夫片《少林寺》。
1982年,《少林寺》公映,内地以当时一毛的票价,累计票房高达一亿以上。神州上下的无数青年摩拳擦掌,“意欲投奔少林”。
那时候,有些大孩子流行离家出走,后来在前往河南嵩山的路上被中途拦截,押送回家,此后,对未能见得少林寺的山门耿耿于怀。
少年史航也对《少林寺》发痴,打醉拳、插沙子这些都干了,好在,他从小宅,没有想过前往少林寺。如今,看着这部电影长大的老男孩,谈起《少林寺》,眉毛胡子一起舞。



香港武侠片之于史航,《少林寺》肯定是印象最深的,之前他听过有武打片这种东西,比如张丰毅的《塞外夺宝》,但没有机会看。《少林寺》上映时,史家偶得一票,史航在爸爸和哥哥的护送下进了电影院,作为最小的孩子在电影院代替全家人一起看,很有使命感。

30 余年过去,《少林寺》的很多台词史航现在还能麻溜儿地背出来,比如,“江湖上你人称神腿,今天我让你变成瘸腿。”还有最后少林寺老方丈上说的,“净土宏开,千秋功业。若云有罪,罪不过焚宫;若应当罚,罚不及僧众。老衲是一寺主持,愿承担一切!”其中,《少林寺》里面最重要的一句台词是“汝今能持否?”你现在还能坚持这一切吗?史航很小的时候看到这一句,觉得很老的时候还必须要归纳这一句。

《少林寺》里面的很多武打招式都烙在了孩子的心里,往往口里卖力吆喝,横空跳出来,拍在小伙伴身上,被打的孩子立即回身拆招施以颜色,比如光头大反派计春华扮演的秃鹰的“飞雕入林”是惯使招式。那时山东电视台拍的《武松》里面也有武打,还有史航喜欢的“醉八仙”的招式,但《少林寺》器械鲜明,满足了男孩子的决战感,还是更倾慕《少林寺》。导致史航一群小伙伴集结起来,向吉林大学一法律系教授拜师学艺,学了擒敌拳二十式、伏虎拳十六式、刺刀拳八式这三套拳。为了把拳头打结实,史航曾将 100

张报纸捆在一棵树上,每天打那棵树,一天撕一张报纸,为的是 100 天后,能直接打树上,但没坚持下去。

那会儿“铁砂掌”也很时兴,每每路过建筑工地,趁人不注意,史航就把手伸过去插沙子,想着以后慢慢插绿豆、黄豆,但那个年代绿豆是很金贵的东西,绝不会允许去插,所以史航只得一直插沙子。

上世纪 80 年代,香港有些武侠片,没有《少林寺》名声显赫,没有大张旗鼓地来中国大陆找武术运动员演真功夫,比如《达摩密宗血里飘》、《血肉磨坊》,还有部很有名的《万法归功于少林》。史航的父亲当时是大学讲师,有《万法归功于少林》的内部票,看过电影的第二天,父亲依然激动,声情并茂地给两个儿子讲主人公如何打出少林寺,方丈如何指挥和尚们在大殿上洒满香油,主人公如何一步一滑却还稳扎马步……少年史航一直在想那一桶油的问题,因为那个年头的人家是按月供油,一桶油是很金贵的。这部电影,史航到现在也没有看过,但父亲的兴奋陶醉让史航记忆很深。

《少林寺》里面有一个颇为刺激的镜头,大反派王仁则将牧羊姑娘白无瑕用绳子吊在半空中,成大字形,他喝了点酒,嘴里嚷着“野味”,将白无瑕的裤子撕下一块,露出了几平方厘米的大腿,像山茶花一样洁白无瑕,少年史航初领略“性吸引”,深受触动。此后的很长时间,少年们给姑娘的雅称就是“野味”。

“香港电影是大好河山，武侠片是常常逐鹿的中原。”

Q&A

Q：你什么时候开始迷上香港武侠片？

A：1987年以后，我读了一堆金庸小说，那时正好是香港武侠电影的鼎盛时期。之前看的小人书也导致对一些武打片的兴趣，比如《醉拳1》。

Q：练过醉拳么？

A：我们那时候都没有机会喝酒，也就没机会醉，但香港电影《醉拳》里的醉八仙，和《少林寺》里的醉剑，醉棍，真的都比较好，那时候没有人腰身下盘练得多稳，既然下盘这么亮相，就只好假装自己是在练醉拳、醉剑、醉棍，就是这么一种功夫，而不是功夫不足的表现。

Q：小时候看的武侠小人书有哪些？

A：有看一些杂志，比如《武林》、《中华武术》、《武魂》这些杂志，同时在录像厅有可能看到一些武打录像，对《醉八仙》很有感情，是岭南美术出版社画的连环画，很有名的画风，实际当时的几本书都是香港的武侠片改的，像李小龙演的《醉八佩》，像《香港功夫王》、《香港小教父》。

Q：香港武侠片有没有什么经典模式？

A：复仇是香港武侠片最基本的一个模式，学艺——下山——学艺。还有决战，比如天下掌门大会，紫禁之巅的决斗，包括黄飞鸿的狮王争霸，这种竞技的主题，因为文无第一,武无第二，武能比出个上下高低。第三种是救国，救光绪皇帝，救谭嗣同。

Q：你最迷恋的那个时代的哪些电影？能分别用一句话概括一下吗？

A：《东邪西毒》，一切情感的见证影片。
《醉拳》，学习是一种快乐。
《奇迹》，爱在黑社会里也是爱，童话在黑社会里也是童话。
《东成西就》，让一切传说都显得那么荒谬，而这荒谬是我们喜欢的天真。
《笑傲江湖》，最棒的政治隐喻小说，被拍成很棒的政治隐喻影片。
《东方不败》，一个人有权利孤独，有权利跟别人活得不一样。
《新龙门客栈》，把一部老电影重新孕育诞生，为了一个没名没姓的年头，《新龙门客栈》是献给任何一个乱世的任何一个儿女情的。
《少林寺》，重要的不是你成为英雄，而是你遵守诺言。

Q：《东邪西毒》里面，你最喜欢哪个男人和女人？

A：男人我喜欢的当然是洪七，张学友演的那个角色，我跟王家卫也说过，他的所有电影的角色，我喜欢张学友演的两个，《阿飞正传》中的张学友和《东邪西毒》中的张学友，“谁说不能带着老婆闯荡江湖”，我觉得这句话非常重要，是王家卫一切电影的解药，如果说中了王家卫电影的毒，这句话就是解药，让你能坚强地活下来。女人呢，我当然喜欢林青霞的慕容燕和慕容嫣，没有理由，就是彼此吸引。

Q：《东方不败2》并不怎么好？

A：《东方不败2》叫《风云再起》，这本身是一个跟风之作，当时有很多人跟风《东方不败》，徐克和程小东觉得为什么自己不跟自己一次风呢，所以拍了《风云再起》。里面没有重要的才华在里面，但有句台词还不错，是一首诗，“天地有情尽白发，人间无意了沧桑”。

Q：胡金铨的武侠片对你的影响？

A：胡金铨的片子很高级，但是我看得太晚，所以对我已经不存在太多影响，他是一个非常有文化的电影导演，他专门有出过研究老舍的著作的书，他的《空山灵雨》、《山中传奇》、《龙门客栈》、《迎春阁之风波》，我觉得他是把戏曲中的中国故事成功地变成了中国电影的中国故事，这中间最重要的，写意和写实他都是做的最好的，可以说，大多数人从某种程度来讲都是他的传人，无论徐克还是李安。

Q：香港演员身上有金庸、古龙笔下的那股江湖豪情，但大陆的演员欠缺，你是否觉得是这样？

A：大陆演员在合拍片里缺少好角色，只显功夫，不见得总能显风采。

Q：有人会怀念经典，如果这些片子现在才出现，还会这么受捧吗？

A：可能没那么受捧，年轻人太受动漫和游戏影响。📌

ALOESWOOD INVESTMENT

多样沉香以质论价

编辑 / 金春 撰文 / 苏勇

在传承悠久的“香”文化中，沉香以香品高雅著称，位列“沉檀龙麝”众香之首。同时，作为非常名贵的木料，沉香亦被世人誉为“植物中的钻石”，其与生俱来的淡雅香气至今无法人工合成，故而十分珍贵。在历史上沉香广受富商贵胄喜好，一度供不应求，但自清朝中期之后，沉香的收藏和使用渐渐沉寂。如今，随着人们收藏视野的开阔和经济水平的提高，沉香再度成为最炙手可热的收藏品种，短短几年时间，涨价十几倍之多。



清代沉香雕松鼠葡萄、人物山子摆件

沉香上品数奇楠

各式天然沉香，从外观上看更像是一节或是一块朽落的树皮，虽然貌不惊人，但却富含天地造化之功。据知，沉香树在遭受雷电袭击、动物啃咬、昆虫蛀蚀等意外伤害后，伤口会渗出树脂进行修复，当树脂与真菌接触，就会出现生成沉香的奇妙过程，长期在同一位置产生病变，最后形成的香结，即是沉香。据知，能产生沉香的木材本身并无特殊的香味，而且木质较为松软，这种“体质”使它很容易受到意外的伤害。专业人士介绍，瑞香科沉香属的几种树木，如马来沉

香树、莞香树、印度沉香树等都可以形成沉香。

古书《修县志》记载：（沉香乃是）“其木枯折、皮朽烂，内心乃香”。宋人在《铁围山丛谈》一书中写道：沉水香有生结、熟结、脱落结、虫漏四类。

生结：沉香树受到雷电、暴风的袭击，或者其他人为原因造成伤害、形成开放性伤口所结之香，统称为生结。熟结：沉香树因为树的内部疾病未受到外力影响而结香，称为熟结。脱落结：指结香发育后，先于树体脱落的部分，被称为脱落结，比如“节珠”。脱落结具有鲜明的特点：多

有完整的外部形态、清晰的脱落断面，或多或少可见较清晰的枝杈、芽点等树木生态结构。虫漏：沉香树由于虫蚁的蛀蚀而导致受伤组织病变所形成的结香叫作虫漏。热带雨林中虫蚁很多，喜欢在香甜松软的沉香木上噬木为巢，因此结香。

以上四种，脱落结最佳，气和；生结、虫漏气烈，次之。用采香人的行话来说，不管是哪种结法，在活树上采到的香只能是“生香”，生香的味道与结法有很大关联，比如说虫漏由于在产生过程中有动物的参与，因此在植物香内混合了动物香的特点，显得气味浓烈且变化丰富。总的来说，生香性烈，香味极具爆发力。

生香脱落后，还要经过漫长的时间才能“成熟”，有的沉香木倒在了沼泽里就成了“水沉”，有的埋入了土中就成了“土沉”，之后成为“熟香”。介于两者之间的叫做“倒架香”，处于半生熟状态。熟香的香味受到外界土壤、水质和气候的影响，也会有所不同，比如越南土沉被认为品质更佳，就是因为越南某些地区埋藏沉香的土质上佳。

总的来说，熟香香味浓郁细腻稳定，如同普洱茶一样，随着年份的增加，它的韵味、意境等都在产生变化，嗅觉品质更高，更适合入香道。而生香则有熟香所缺少的清丽轻柔。熟香害怕土、霉味，生香怕的是生青味。但只要香味浓郁高雅、香甜清逸、变化细腻、持久绵长，就是好香。

除以上四种外，还有一类特殊的品种，常自成一格，称为奇楠，也叫棋楠香、伽罗香。沉香较硬，奇楠较软，而且富有韧性和黏性，所谓“削之如泥，嚼之如蜡”，其碎屑甚至能捻搓成球，因此，上等沉香入水则沉，而上等奇楠常半沉半浮。在常温下，奇

楠可以散发出自然的甘凉气息。加热后，沉香香味比较稳定，而奇楠则多有变幻，香前段有凉意，后段有乳香味，香味也更持久。可以说，奇楠是沉香中的最上品。

采集不易产量稀少

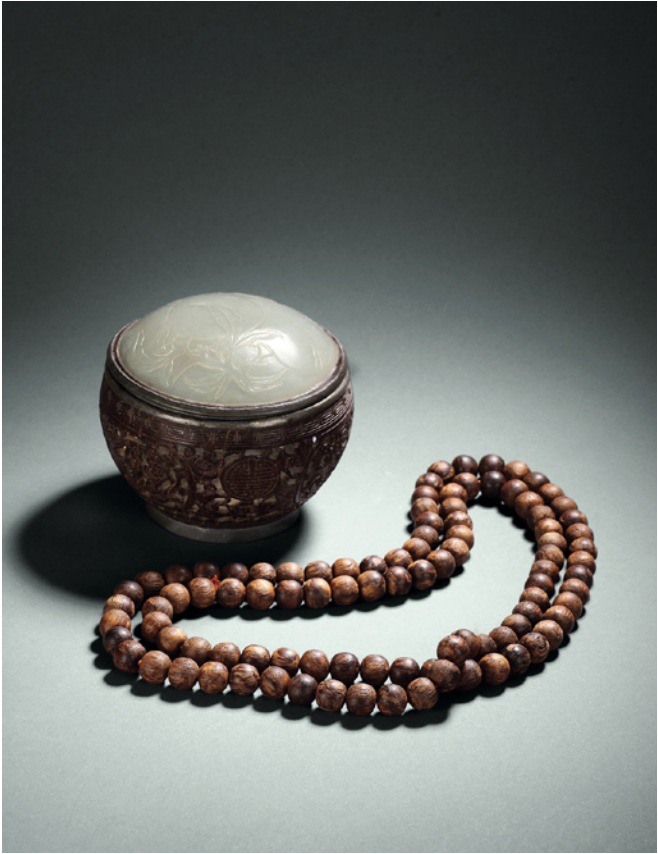
沉香的生成环境决定了它总是隐于山林深处，又多有沼泽泥土覆盖，能否采集到全靠采香人的经验。在热带雨林多瘴气的地方更容易发现沉香，因为瘴气中含有产生沉香所必需的真菌孢子。在这个过程中，采香人要采得一块沉香，除了要有辨识产地的智慧，还要有涉入险地的勇气。因此沉香自古以来采挖的风险非常大，即使在现代技术条件下，采香人的死亡率仍达3%，可见沉香得来弥足珍贵。

由于沉香的形成过程比较复杂，纯天然的沉香在世界各地也是越来越少，所以价格也是水涨船高。因为沉香的形成就像牛黄的形成一样，有其偶然性。一般30年以上树龄的树脂才能变成沉香。过去沉香都是自然形成的，这些年沉香收藏越来越热，中国海南已开始大规模种植沉香树。但不是每棵树都能结出沉香，而且就算种植了十多年的树，里面树脂也难以产生香味。像盛产沉香的越南，现在一年能产的上等沉香也只有20多公斤。

味道不同价不同

目前，沉香的主要产地有越南、马来西亚、印度尼西亚、新加坡、柬埔寨、伊朗、泰国、中国海南等地。不同国家产的沉香，味道是很不同的，比如越南沉香最显著的特点就是甜和凉。

专家表示，沉香的价格主要依据香味、



清代沉香雕八仙贺寿摆件

油脂含量、沉水级别等标准而定,目前价值最高的沉香是越南富森红土,很受资深藏家青睐。富森红土最低年份为300年,十分罕见,油脂结成团块状,杂味不易侵入。富森红土每克的价格随着原材体积增加而增加,小料每克三四千元左右,大料每克三千到一万元不等。与富森红土价格相当的还有越南芽庄奇楠,每克6000元左右,顶级的熟香奇楠每克则可高达5万元。在一大块的极品沉香料子中只有非常小的一部分才能称作奇楠,奇楠按照颜色来排位为白、绿、红、黄、黑和紫,白奇楠价格最贵,曾经有一串白奇楠手珠卖过100多万元。历来以越南所产的最为珍贵。国内的一家沉香收藏协会曾经对近五年以来重量在100克以内的沉

香价格走势做过统计,其中绿奇楠沉香的价格到了2006年已经是600元/克,而到了2007年就升到了1000元/克,2008年到2010年的价格则分别为2200元/克、2800元/克和3500元/克,2011年在此基础上再度飙升,上好绿奇楠的价格甚至逼近万元。

人为结香品质稍差

虽然中国人玩香已经有两千多年的历史,但直到近几年沉香被炒作成奢侈品中的奢侈品,价格才扶摇直上。从去年底到现在近半年的时间,上品沉香的价格又涨了一倍。收藏圈里有句行话:“红木论吨卖,黄花梨论斤卖,沉香论克卖”,沉香的金贵由此可见。中国历来是世界沉香消耗大国,目前消耗量

占全球15%至20%,但在我国,自然野生的沉香几乎被砍光,现在沉香主要是依赖一些沉香出口国的供应,随着国外沉香林在减少,出口国也都缩紧了出口数量,导致沉香更显珍贵,多年来价格居高不下。10年前仅售百十元的顶级沉香,如今达数万元一克。业内人士称,极品沉香有价无市,相关数据显示,从2009年开始,天然沉香价格连续两年以超过30%的幅度增长,收藏级的沉香原料价格每公斤已经涨到百万元以上,而且好料有价无市。

天然沉香难以满足市场的需求,近年来很多地方都在大种沉香树,人为令其结香。有的是选择成年的大树,在距离地面约1.5米左右的树干上砍上几刀;有的是在树干四周打入一定密度的



清中期 沉香木雕松树杯



清 沉香木

铁钉;有的是在距离地面半米左右的树干以上部位钻孔;有的火烧树干;还有的直接在树干上钻上一小孔,用输液的方法将化学物质输入树内;有的则将树干钻孔后,将混有特定菌种的泥土填满洞孔,再用塑料薄膜封堵洞口。方法有很多,但原理都一样,就是损伤主树干,刺激伤口分泌树脂。但是,人工结香技术无论如何先进,所结的沉香无论是在质量、等级,还是在香味和外形上,都不是很理想,无法和天然沉香媲美。

收藏首选天然沉香

大力推广沉香种植,在一定程度上可以补充沉香市场的需求,但从收藏和投资的角度,天然沉香仍是首选。目前有收藏和投资价值的天然沉香,一般有以下几类:第一类是上品沉香——奇楠香,第二类是沉水香,第三类是高品质实心原材,第四类是有自然成型的满油摆件。沉香的种类是认识沉香的粗略方式,真正品鉴沉香,还需要有评判的智慧。

民间有一些直观的判断方法,如“沉水法”。沉香在熟化过程中油脂含量会逐步提高,沉香树脂比较沉重,当一块沉香中树脂的含量超出四分之一时,沉香就会沉入水中,沉香的名称正是来自于其沉于水的特质,因此决定沉香等级的一个重要标准就是其中树脂含量的多寡,沉水的称为“水沉”,大半沉水的,称为“栈香”,入水很浅的,称为“黄熟香”。但只有“沉水法”还远远不够,目前造假者已经熟练地掌握了将其其他木材密度加大沉入水中的方法。一块上品的沉香还要看香、质、形、色,即香味、质地、形态、色泽。

沉香作为一种香料,第一的标准当然是“香”。有些沉香虽然结油量高,可以沉水,但香味腥烈,或带有酸腐气,如果单纯看质地而不闻香味,就会误判,所以即使是挑选雕刻精细的沉香艺术品,也会挑一极不显眼处,用烙铁轻触闻香。另外也不能迷信产地,即使是越南沉香也不见得全好。一般沉香产地

都有主产区和次产区,每个产区也都会有劣香和好香,再加上结香过程和气候、土壤、真菌、陈化年份有关,所以识香需要香、质、形、色综合判断。

比如黄熟香,结香位于树根部,多是因为树木结束生长后的香脂沉淀,结香不够密实。在土中熟化后,木质被分解成为疏松的黄烂状,故名黄熟香。黄熟香因质地疏松虽不能沉水,但香味品质较高。产于越南的黄土沉、红土沉和黑土沉都有黄熟香,香气醇厚、香甜温细,穿透力特强,品质最佳。又如虫漏沉香,大多是生香,产于越南的虫漏沉香——鹧鸪斑香,初香甜凉,中段花果香馥郁,尾香乳香味悠长,“气尤清婉似莲花”。

沉香种类繁多不能一概而论,民间叫法更多,各种分类侧重点不同,又有所交叉,因此,香、质、形、色只是品鉴方式的参考,准确区分沉香优劣不能简单化,需要识香人丰富的经验和阅历。❶

ELEGANT AND PLEASANT

书香怡人



《植物知道生命的答案》
作者:丹尼尔·查莫维茨
版本:长江文艺出版社
定价:35.00 元

让我们去看点儿奇妙的事情

有一本很畅销的书,叫《水知道答案》,里面收入了水在各种不同状态下的照片,其中有一些是非常美丽的。据说,这些照片是水以自己的形式给这个世界提供的某种答案——这个题目大概很能为那些偶尔觉得生命有点小迷惘的读者带来一点慰藉,所以那套书在中国畅销了十来年,至今也还拥有诸多信徒。同样,这本原题《植物知道什么》的书,中文版却有了一个类似《水知道答案》那样通向生命感悟的题目,恐怕也是出版商为了市场弄出的玄虚——但,和已经被科学家屡次证伪的《水知道答案》不同,这本关于植物的书,其实是百分之百的科学背景。它当然也可以带来关于生命的领悟,如果你愿意的话,但更重要的,是它带来关于植物的知识,并由此更新我们对于天地万物的认知与态度。

抛开所谓答案的心灵鸡汤不谈,这确实是一本有趣的读物,让我们知晓,这世界上的事情还有另外一个维度。作者丹尼尔·查莫维茨研究生物科学多年,而作为遗传学与哲学的跨学科学者,他对植物是否有感受力这一古老话题发生了兴趣——另一个与之相对应的古老话题是动物是否有意识,关于这个话题有另一本有趣的著作《动物有意识吗》——结果,丹尼尔·查莫维茨发现,科学史上早有文献提及植物的感知,比如达尔文就曾经把金丝雀草放在黑暗的房间里生长,几天之后再在房间里放一盏煤气灯,结果金丝雀草几个小时之后就向煤气灯弯曲过去了,就像向日葵向着太阳生长一样——说到这里,向日葵的对阳光的感知,大概是我们日常生活中关于植物视觉的最熟悉例子了。

植物向着光生长比较容易理解,但要是说植物不但

能感受到光,还能听见声音,闻到气味,就不免有点神乎其神,而最神的,大概是捕蝇草,它甚至能够拥有短时间的记忆! 不过事情到这里,毕竟也只是神奇而已,最重要的,其实还不在于植物的感受力本身,而在于它们与人类的相似性。丹尼尔·查莫维茨发现,有一组基因,是植物判断周边是黑暗还是光亮时所必须的,而同样的这组基因,也存在于人类的 DNA 当中,这组基因在植物和动物包括人类身上,起到的作用也完全相同。

人与向日葵或者橡树的相似性,远较我们的想象为多。虽然我们早已习惯了人类在生物当中的独一无二,并由此很容易生出那种自己在所有人类当中同样独一无二的想法。但事实上,我们远非那么特殊。如果仔细探究,植物感觉系统的发达实在是惊人的——因为它们没法移动,所以必须发展出对环境变化的更强感知力,好调整自己的行为,比如莴苣会感知到自己身上长了蚜虫,这时候它就会分泌有毒的化学物质好杀死害虫。

好吧,这确实是一些关于植物的有趣知识,但它们和我们有什么关系呢? 没有人会傻到看了这本书之后去找一棵橡树认亲戚。丹尼尔·查莫维茨也没建议他的读者这么做,他只想告诉人们,这个世界上存在着一些我们不知道或者没有注意到的奇妙之事,它们在基因的层面上“惊心动魄”,如果我们愿意对这样的奇妙之事保留一点好奇心,我们就有可能让我们自己的生活也同样变得美好一点。这是答案吗? 或许不是。不过,还是别被那个出版商骗了,也别去想答案的事儿了。去感受一朵花吧,并且体会到它也正在感受你,这个过程,一定比所有的答案都更神奇更有趣,离幸福的距离,也一定更近。

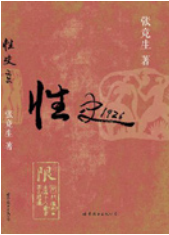
《一个独立教师的语文之旅》
作者:郭初阳
版本:广西师范大学出版社
定价:29.80元



语文教师,而有独立之名,郭初阳的选择,不用说,是艰难的。艰难到什么程度? 在这本新书的宣传文案里,出版方写道:郭初阳的经历不可复制,但他的思想值得同行者倾听!

经历当然是不可复制的,但选择可以相同。不过直到如今,虽然批评语文教育者甚众,甚至在某种程度上成了另一种“主潮”,但能像郭初阳那样,跳出传统的语文教育体制,却又持续践行着独立语文教育的,能有几人? 批评很容易,甚至逃离,也不是那么难,而对抗并坚持下去,需要的就不仅仅是勇气了。智慧和信念,在这个过程当中缺一不可。郭初阳去年给孩子们写了一本小书,《大人为什么要开会》,讲述“利用规则获得自由”的智慧,而今年这本“语文之旅”,则是夫子自道:在体制的缝隙之中,利用规则追逐自由的艰难路径。

出版商小心翼翼,把这本书定义为同行者应该倾听的声音。但对更多的读者来说,这本书的意义或许不在一位语文教师的教学实践本身,他获得“独立”的过程,才是更重要或者说更励志的。因为每一个渴望精神独立的个体,最终都要寻找自己的那条道路,郭初阳的痛苦与挣扎,他在和孩子们的精神相处中获得的大自在,或可为暗夜行路者烛照微光。



《性史 1926》
作者:张竞生
版本:世界图书出版公司
定价:38.00元

差不多90年前,北大教授张竞生登报征集大学生的“性经历”,并加评点后出版。以今日的眼光来看,这大概是比金赛性学报告早得多的性学调查了,但在当时,张竞生却因为这本书倒了霉。哲学博士被人讥为“性学博士”,“兼容并包”的北大最终也将他解聘。更有甚者,张竞生作为哲学家或美学家的身份,鼓吹并参与乡村建设运动的实践,之后基本被一笔抹杀,这抹杀或出于彼时官方的意志,或出于后来社会的潮流,最终,张竞生变成了一个符号,他所做的一切倒变得少有人关注了。十多年前《张竞生文集》出版,除了与时代意义相符合之外,少有人谈论张竞生的研究本身。如今《性史 1926》得以再版,连所谓的符号意义也少有人提了——因为已经不再新鲜了嘛。但事实上,我们在这书里读到的,或许不是张竞生领先他的时代到底有多远,而是我们自己的时代与张竞生的距离。和90年前相比,现在谈论性的话题,当然安全得多,但与此同时,人们也学会了“安全地”谈论性。当性变成一个纯粹的学术问题之时,重读张竞生把性与生活美学联系在一起的努力,是令人唏嘘的。当然,更令人唏嘘的,是张竞生因为这本书而带来的命运变迁,那又是另一个故事了。



《迈尔斯·戴维斯自传》
作者:迈尔斯·戴维斯
版本:湖南人民出版社
定价:78.00元

迈尔斯·戴维斯,小号手,20世纪最重要的爵士音乐大师之一,对于非专业人士而言,他的名字几乎成为爵士乐的代名词。作为自硬波普时代开始爵士乐世界的中心人物,迈尔斯·戴维斯在自传中提及了几乎所有伟大的爵士乐音乐家,从这个意义上来说,把它读作一部爵士乐音乐史也未尝不可,但更重要的,是这本书本身的迷人魅力。迈尔斯·戴维斯在自传中以令人惊异的坦诚态度表达自我,既深刻剖析自我的缺陷,对于他人也同样毫不留情,而对真正的艺术家,则不吝赞美之词。从迈尔斯·戴维斯的观点看,人们对爵士乐音乐家的很多判断可能既不全面,也不正确。爵士乐迷从他的叙述当中,几乎可以进行一次小规模知识更新。而对普通爱好者而言,这本书或许可以充当通向爵士乐的门径之一,迈尔斯·戴维斯的语言和他的音乐一样,激情四射又肆无忌惮,堪称文字上的本真演出。



VIDEO SHARING 影视分享

一切尽失 All Is Lost

导演：J·C·尚多尔
主演：罗伯特·雷德福
类型：剧情 / 灾难
国别：美国
片长：100 分钟

死是一场沉默的沉没

如果把《一切尽失》当做灾难故事片看待,其中有太多费解之处:老人为什么一把年纪了还要出海,他是怎么不知不觉地漂到了远洋之上,为什么只剩下了他一个人在挣扎。老人在海上遭遇的艰险算不上极致,他的求生技巧没什么特别,一路看起来甚至会觉得这灾难有些平淡。然而当我们将目光转向人物,看着一个老人脸上坚忍又平静的表情,看着一个绝望之人如日常生活般对付着周遭,看着一个孤独之人沉默着为生存抗争,便会发现除了故事本身,这还是一个关于死亡的寓言。

倒叙的结构让影片从起初就以悬念抓紧了观众,因为每一个小小的危险都可能是使主人公走到“一切尽失”境地的凶手。他的帆船撞上了集装箱,让人猜测是不是船舱进水导致沉没;他走到集装箱上去取锚,让人担心他会不会就此和船只脱离;他睡在吊床上船却摇晃起来,让人觉得是风暴来临的预兆。当一个人离死亡如此之近,任何事都可能成为推上一把的命运之手。

在死亡寓言的视角下,这海上历险的每件事都比表面显出了更深的意味。老人在海上见证了三次沉没,颇可以看作三次死亡的象征。第一次是与自

己相撞的集装箱,上面还反讽般地写着两个汉字“好运”,当他离开的时候,“好运”渐渐沉没了。第二次是老人自己的帆船“弗吉尼亚·珍”号,这个名字或许代表着他的妻子,而老人望着它沉没时的表情,就像望着一位逝去的爱人。第三次是老人自己,意外点燃了救生艇后,老人失去了最后一丝希望,他决心不再挣扎,放手让自己沉入大海。最后的光亮和援助之手,或是来自现实,或是来自想象中的天国,两种结局指向了同一种安慰:在一切都失去之后,总会得到拯救。

除去开头的一小段絮语,片中没有再出现任何台词。年近七十的罗伯特·雷德福以沉默的方式完成了这场沉没之旅,也用细腻的表演诠释了多处属于影片更属于人生的精彩情绪。老人在海上航行着不知道是去何方,而夕阳照在脸上时他却露出了温暖的笑容。离开沉没的帆船搭着救生艇漂流,却惬意地享受起一阵突如其来的雨水。不远处风暴将要袭来,老人却在船舱内仔细地给自己刮着胡子。这些美好的小细节,无不透露着人生的快乐与尊严,即使在危险面前,绝望面前,死亡面前,生命只要还存留一刻,就有一刻活的自由。

她 Her

导演: 斯派克·琼斯
主演: 杰昆·菲尼克斯 / 斯嘉丽·约翰逊 / 艾米·亚当斯 / 鲁妮·玛拉
类型: 爱情 / 科幻
国别: 美国
片长: 126分钟



尽管想到了《她》的成片不会像期待中那样完美,却没想到它在网络上收获了一边倒的盛赞,就像大家没想到斯嘉丽·约翰逊在影片中未曾露脸,仅凭声音就能赢下2013年罗马电影节的影后。斯派克·琼斯此番深刻地探讨了现代社会的男女情感,也有心或无意地戳中了科技潮流的命脉,“宅男与女神”“人机恋”等解读让网络时代的众多孤独者深感共鸣,一举将它推成了《地心引力》后的又一部口碑神作。

影片的港版译名《以声相许》诗意而准确概括了故事情节,未来世界里,书信作家西奥多离婚后活得寂寞消沉,他与自己的电脑智能操作系统(类似于iPhone的Siri)成为朋友,并且在日复一日地沟通中渐渐相爱。就在西奥多以为自己找到了完美伴侣时,智能系统却因需要“成长”而离开,也让西奥多重新审视了自己的情感生活。

人工智能介入情感关系的背景设定让很多人将《她》与《黑镜》第二季首集放在一起比较,《黑镜》中的故事冷酷得多,秉承着两部剧一贯的对科技的反感。《她》则轻松地拥抱了科技生活,让男主角和OS像模像样地谈起了恋爱,结果发现问题其实是出在人身上。人们看着西奥多行走在高楼间感慨人生孤独,人们看着OS因为升级而离开责怪机器冷酷,却不曾反省过这多少也是主人公咎由自取,想要收获爱和陪伴,却不能舍弃一点点自我,这不是感情上的自私又是什么呢。❶



少年斯派维的奇异旅行

导演: 让-皮埃尔·热内
主演: 凯尔·凯莱特 / 海伦娜·邦汉·卡特 / 朱迪·戴维森
类型: 剧情 / 冒险
国别: 法国
片长: 105分钟

沉寂四年之后,《天使爱美丽》的导演热内推出了新作《少年斯派维的奇异旅行》,影片依旧延续了导演的一贯风格,气质古灵精怪,画面唯美多彩。12岁的天才斯派维被邀请去华盛顿发表自己的科学演讲,小朋友瞒着父母踏上了自己说走就走的旅行。伴随着路上的风景,有关这个家庭的回忆也慢慢浮现了出来。值得一提的是片中的“穿越国境之旅”,在一位法国导演的镜头下,美利坚这片土地呈现出了一种别样的味道。



无性恋 (A)sexual

导演: 安吉拉·塔克
主演: 大卫·杰伊
类型: 纪录片
国别: 美国
片长: 75分钟

一个新年的功夫,互联网上又掀起不少有关情感和婚姻的争论,不婚族,丁克族,同性恋等族群浮出水面并结成了自己的小圈子,让人感慨世界变化太快。然而要真说起“少数”族群,“无性恋”这个概念很多人可能都还是首次听闻。美国人的这部纪录片并无太多技术亮点,倒是把相关资料进行了详尽展示,知道有这么一群人,这么一种生活方式存在,已经足够亮瞎大家的眼了吧。



英国扩展快速签证服务范围

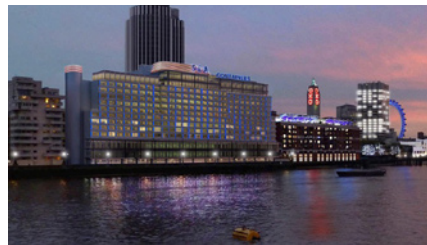
英国扩展快速签证服务范围:非常受欢迎的 3 至 5 天英国快速签证服务现在可在全国 (中国) 的签证申请中心申请。这项服务现在开放给所有的商务访问者,具有合资格旅游记录的普通游客和家庭访问者,第二类签证的申请者,指定的第五类别签证的申请者,以及符合资格的英国指定目的地旅游团 (ADS)。



法拉利倍耐力杯亚太挑战赛2014赛季即将揭开战幕

全球最具人气,最成功的单一品牌赛事之一,法拉利倍耐力杯挑战赛亚太区赛事将于 2 月 23 日在马来西亚雪邦赛道揭开战幕,届时本年度第一场法拉利赛道日嘉年华也将同期盛大举行。

法拉利倍耐力杯挑战赛在全球范围内已进入第 22 个年头,2014 年也是法拉利亚太系列赛事的第四个赛季,全球车迷不仅能够在这项单一品牌赛事中看到业余车手与专业车手一同驾驶法拉利同台竞技,更能够亲身感受法拉利的文化与精神。今年的 7 场比赛横跨 6 个国家,包括马来西亚、澳大利亚、中国、韩国、日本及阿联酋,预计每站将会有超过 30 辆参赛车辆联袂为广大观众奉献一场高水准的赛车盛宴。



Mondrian London酒店 即将于2014年春季开幕

美国摩根酒店集团旗下 Mondrian London 酒店将于 2014 年春季开幕。酒店所处位置十分便利,从酒店步行便可至南岸多个文化娱乐购物中心,如伦敦著名美食集市 Borough Market,泰特现代美术馆,伦敦南岸中心等。Mondrian London 坐落在泰晤士河沿岸闻名于世的 SEA CONTAINERS (集装箱) 大楼,由知名室内设计师 Tom Dixon 指导的 Design Research Studio 设计, Mondrian London 酒店也标志着该工作室的首个酒店设计项目。

日立电梯推出「利是封」再生计划

日立电梯(中国)志愿者协会 2014 年推出“小行动·大改变”利是封再生计划。公司志愿者在春节后一周内,对利是封进行回收、筛选、分类和储存,再派给有需要的人重复使用。

据资料显示,2013 年单香港一个地区使用的利是封就超过 3.2 亿个,相当于砍伐树木 16000 棵。节后人们随手一丢的不仅仅是利是封,而是地球的一片绿。

“小行动·大改变”活动可宣扬珍惜地球资源、减少浪费的绿色生活概念。一方面员工能建立绿色的生活习惯,另一方面延长利是封的寿命,符合环保的原则,实在一举两得。



立邦 刷新服务



轻松刷新墙 立邦帮你忙

☑ 解决墙面裂纹、污渍、掉皮、发霉等问题 ☑ 更换墙面颜色 ☑ 艺术墙面的施工 ☑ 家具门窗等木制品的油漆翻新



关键 6 步,
轻松焕新家!

立邦刷新服务 不用你动手

400 821 5757

也可以登录立邦刷新官网在线报名 shuaxinfuwu.nipponpaint.com.cn



用手机扫描二维码,了解更多信息

立邦
为你刷新生活

立邦刷新服务开通城市:上海、北京、广州、深圳、杭州、成都、南京、宁波、温州、厦门、天津、青岛

梅赛德斯-奔驰C级轿车Grand Edition



刹那迟疑 后会无期

0% 零利率，零月供全新金融年付计划

年付无压力，24个月零利率，零月供全新金融年付计划*

*首付60%，第12个月付款30%，第24个月付尾款10%

¥ 另有20%超低首付及48个月超长贷款方案供你择需而选

即日起，客户可视具体情况选择多重金融贷款方案，详情敬请到店咨询并预约试驾。现在购车即享三包保障，周全服务尽享安心。
在法律允许的情况下，本公司有可能对活动进行进一步细化说明。

北京鹏龙星徽汽车销售服务有限公司

地址：北京市东三环南路分钟寺桥西北侧

咨询专线：4001-121-666

北京奔驰



Mercedes-Benz