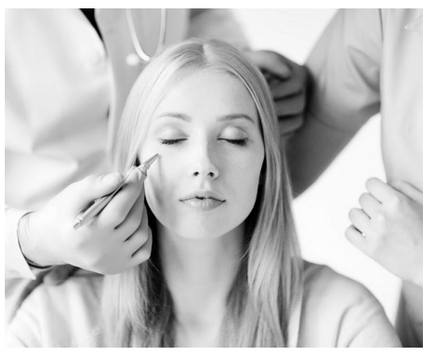
年轻人爱美,究竟应该怎么“整”

□ 土土绒

整容,这个在很多人心里仍然会引起拒斥感的词,却早已在无数青少年心中悄悄“种了草”。一位整形医生透露,每到暑期,整容人数就会比普通月份多出80%以上,绝大多数都来自学生群体。2018年,一份医美行业的调查报告估算,中国医美市场规模已超2200亿。从消费者年龄来看,2018年选择医美整形的人数中,19岁以下占比达18.81%,20至25岁年龄段人数最多,占到40.41%。

“说好一起白头,你却偷偷焗了油;说好一起丑,你却偷偷整了容”。是什么让年轻人对整容趋之若鹜?现代医学的发展,使得改变容貌成为可能。而大众传媒的发达,则把特定的“美”的概念植入年轻人心中。



在人们笃信“身体发肤受之父母,不敢毁伤”的年代,对美的概念只能来自日常生活有限的范围内。随着大众媒体的普及,通过影视剧、报刊图片等渠道,受众可以轻易看到现实生活中无法看到的美。尤其是互联网普及之后,普通人与明星偶像之间,距离前所未有地拉近,图片视频随手可得,而人们与现实生活中人的接触,却反而减少了。

此外,随着“美颜”门槛的越来越低,不懂任何技术的人也可以轻易拍出一张美美的自拍发到社交网络,发一张“素颜”的照片反倒显得是异类。接受并欣赏“美颜”之后的照片,早已成为互联网时代心照不宣的默契。

因此,无论是从来自传媒的娱乐生活,还是来自现实的社交生活,都让人觉得,这个世界充满着“帅哥美女”,“颜值低”的人似乎已经不存在了,并且,也没有存在的价值。这种幻觉是如此普遍,以至于成为一种集体潜意识植入人们的心底。

但是,整容的风险也是显而易见的。这种风险一方面是技术上的。虽然现代科技已经非常发达,但是在人体上进行手术,尤其是高精度的手术,依然难以保证成功。过去几年里,不乏因为整容而引起死亡事故。特别是在市场需求大量爆发之后,一些并没有资质的机构、个人也混入了医美市场,让这个领域鱼龙混杂,安全更加难以保证。

另一个风险则是审美上的。“网红脸”固然好看,但是“网红脸”的流行,其实也就是这几年的事。翻看一下流行文化史,即使是20世纪90年代的明星,与今天最受欢迎的明星,显然已有很大的区别。“美”并不是一成不变的,现代传媒构建出了流行文化中“美”的概念,人们在与流行文化的互动中习得了什么是“美”。但是,你现在认为的“美”,真的就是“美”吗?你现在嫌弃的“丑”,真的就一无可取吗?会不会过了几年,审美趋势变了,现在整出来的“美”,到时成为一种“土”?

爱美之心人皆有之,这没有什么好批评的。追求美是每一个人的权利,只是,要提醒的是,青少年的身体发育还没有完全,世界观、审美观的构建也尚不成熟,对于整容可能带来的问题,或许并没有做好心理准备。而另一方面,学会接受自己、欣赏自己,本来也是人生道路上的必修课。因此,在走进医美机构之前,一定要三思而后行。毕竟,整成明星相对容易,整回自己可就难了。而自己,才是独一无二的存在。

(摘自新华每日电讯)

上海,坐得住的书店

学林漫步

□ 好摄女

上海的“繁忙”似乎和“坐得住”这个形容词格格不入,但有心人却能在飞速流逝的时光里,找到几个静谧的角落,坐下来,坐下去……

谈起上海,我就会想起我人生中曾开启的一段一个人的旅行。不是求学,也不是观光,而是一个人去外地泡书店。

2011年深秋,我在上海度过26岁生日。那是我给自己安排的一场旅行:周末两日书店漫游。我记得我去了张爱玲楼下的千彩书坊、静安别墅里的2666图书馆、绍兴路上的汉源书店、华东师范大学分校区里的季风书园等。那时候智能手机刚刚兴起,拍照功能并不强大,我依然背着单反相机。等到整理素材、写博文,都是下个月的事情了。可是那个过程,我很享受。

那时候,给我印象最深的还是1984书吧。我曾在第一本书《独立书店之番外:好摄女泡书店》里写过:“如果要在地图上寻找1984,也许一辈子都找不到,直接说去上海图书馆吧,因为1984就在斜对面。”后来我每次到上海,最后都会留空给1984书吧,然后去虹桥火车站或机场赶往下一站。

再后来,就是2015年的夏天,走进1984书吧,听店员说五月刚装修过。我第一时间还是去那个小清新的院子,走走。蚊子依然触手可及,桌子椅子比以前多了好多。1984屋子里也有蚊子,夜蚊子(四川话)都能看见,好在店员给了我喷雾。赶上中午,我点了咖啡和意面。意面很香,悄悄说句,能跟时尚廊的意面有一拼的。伴随着意面、咖啡、音乐,还有夜蚊子,我写完一篇稿,心里满满的。

最近两年,我也有去1984书吧,约上上摄影课的学生们,在院子里谈天。秋天,院子里有风,但没有蚊子,心情是舒畅的。其实我想说,1984书吧在我心里就是坐得住的书店。

它从最开始那个小众的独立书吧到长成现在的复古风咖啡馆,我并没那么多排斥。书店的任何运营模式,都有它自己的规律。适应它,不管它是独立书店还是咖啡馆,就像习惯春夏秋冬的天气一样,每季都有它的美,1984也是如此。

2016年起,上海多了一些品牌书店,不一定是本土的,但有特色。比如无印良品书店,有两个专柜很独特,一个是台湾的《汉声》,另一个是大陆的《读库》。

还有一家书店,每到上海,我都要去的,并且坐得住,它叫衡山和集,背后的公司叫例方文化。我记得第一次到衡山和集,是2016年的4月。在一层的咖啡区,当时的我喜欢上那里的咖啡和木桌,重要的是,咖啡味道接近于独立咖啡馆的味道。

之后,我每半年都会去一次上海,依然喜欢坐在一层的咖啡区,对着电脑办公。待的时间久,我也会去二层的卫生间,好几次。印象中,衡山和集的卫生间很干净。最迷人的地方是洗手台上还有植物。

今年春天,我在一层的咖啡区对着电脑整理漫步台湾书店的素材,时间很久,就买了甜品。很新鲜,甜品不过夜,下午五点后就七折。

除了咖啡区和卫生间,我最爱在衡山和集的三层看文创产品。我有个习惯,但凡好用的书店产品,至少买两个,一个自己用,一个送朋友。我曾在台北买过三猫俱乐部的猫咪胸针,后来在衡山和集也发现了它,特意买下送给朋友们。

到了一定年龄,我发现送给朋友的礼物,他或她很开心的话,我的幸福感比自己拥有还要多。

其实我想说,衡山和集是一家有好书,也有好物的书店。你肯定也会好奇,这些年在上海我到底逛了多少家书店。数量不重要,对我来说,只要是一家坐得住的书店,我就会一次次去。这也暴露了我的“懒惰”,逛新书店的机会不多。

四月初,我在上海,去了文创园区的半层书店。因为是工作日下午,书店里的人并不多。我有一个偏好,每到一家新书店,会先在书店里逛一遍,就跟读书先看目录一样。半层书店的书,以艺术、生活类为主,与那些连锁书店里的这类书对比,选品显得“小众”一点,或者说“挑剔”一点。其实对喜欢它们的读者来说,这是宝地。

那天,我居然偶遇了二层的一个手作干花展,漂亮极了,原来我平时买的或晾干的花们,还可以这样展示。重要的是,店员还告诉我,这位手作人的书在书店里有卖。我坐在书店里看了很久很久。喜欢这位手作人的表达方式:手作、随笔、摄影作品。也就是说出了三本书,并且集中在一起。

半层书店对我来说,也是一家坐得住的书店。四月初,我在半层书店里完成了每月写给学生们的一封信。

写到这里,我惊讶地发现,在上海,1984书吧、衡山和集、半层书店这三家店,我并不认识它的创始人或经理人,也不知道他或她做书店的初衷或背后故事。但是,这些创始人或经理人却给自己的书店注入了不一样的灵魂,“坐得住”就是其中的一种表达方式,也是我爱它的理由。

(摘自北京晚报)

沧浪亭里的《浮生六记》

文化记忆

□ 王 道

早就听说了苏州沧浪亭里演出昆曲《浮生六记》,在世界文化遗产地里进行沉浸式戏剧演出,我相信它的票房是有号召力的。因为是《浮生六记》,因为是苏州最古老的园林沧浪亭。

《浮生六记》的流行是必然的,有点眼光的作家和制作人都可以预见到。苏州作家朱文颖曾以这个故事写过小说。之前有过京剧、越剧、黄梅戏和话剧版本。同名电影则是著名导演费穆的作品,拍摄于1947年。男主角是苏州的舒适,女主角是上海的沙莉。《浮生六记》就像是一个朴素而美丽的梦境,谁都想被嵌入进去梦一场。

这个梦终于在苏州得到了充分的铺展。受朋友邀请前去观看,心里还是有些忐忑的。因为之前看过不少旅游式的情景剧,好的有,不好的也有。

主办方很细心地通知说,检票从晚间7时到7时40分。这中间的间隔可用于游园。夜游沧浪亭对门另一座园林可园。可园最早与沧浪亭为一体,后渐渐被水巷隔开。这里曾住过韩世忠和梁红玉,按说也是一段可以吟唱的传奇。

我与友人徜徉在月影灯光下的园林,仿佛置身于天幕之下另一个独立空间。耳边飘来的是昆曲悠扬的伴奏,远处还有特地安排的真人弹唱苏州评弹。不时有扮作小厮的古装男子打着灯笼迎接观众进来。时不时还会有几位侍女在回廊下迎来送往。夜幕低垂下的池塘略显黑暗,在灯光映照之下越发显得暗色,水域里不时有击水的声响,是鱼?是蛙?直到走近了才看到,是鸳鸯。记得《倩女幽魂》里有这样的句子:“对月形单望相互,只羡鸳鸯不羡仙。”望着清冷而显得孤独的悬月,不禁想到了当年的芸娘和沈复也曾浏览过这样的景致,这样的月色。

那一年的七夕,夜月色颇佳。“芸曰:宇宙之大,同此一月,不知今日世间,亦有如我两人之情性否?余曰:……若夫妇同观,所评论着恐不在此云霞耳。纳凉赏月到处有之,夫妇同赏的确令人羡慕……”

坐在厅堂窗外就着灯光看剧本介绍,一共是五折,分为春盏、夏灯、秋兴、冬雪、春再。每一幕都要移步换景,每一幕演出时观众都要跟着演员转场,怀着对未知的好奇,我们跟着观众队伍缓缓步向夜色中的沧浪亭。沧浪亭门尚未开,男主已经翩然而至,就像是意识流小说里的人物,他在月色下乘船而来。男主很帅,帅得有点不食人间烟火的意味。

但我更期待芸娘的出现。

《浮生六记》里第一主角当仁不让是芸娘。这出戏里的沈复所有回忆也都是围绕着芸娘徐徐展开的。我就像是戏里的沈复一样,既期待芸娘的出现,又不希望她那么早出现。

当芸娘出现的一刹那,所有站立着的观众几乎都肃静了,大家屏住了呼吸。在这一刻,我确认了一点:美的东西是具有征服力的。

美。芸娘很美。从一开始我就在期待会是谁扮演芸娘。一位年轻的昆剧演员,瘦而不弱,婀娜却不娇气,含羞却又也不失大方。当她款款从沧浪亭“面水轩”出场时,一站在雕花槅扇门前,就像是一位画里的美人,一如拂面的初夏清风,使人怡然心定。

1936年,林语堂将《浮生六记》四篇翻译成英文,他在序言中写道:“芸,我想,是中国文学上一个最可爱的女人。”

女人因为可爱才美丽。

想来有这样最可爱的女人,则应该有最可爱的男人接纳、宽容和“纵容”才行。当芸娘厌倦“囚居”小室,渴望见识家外的大千世界时,作为丈夫沈复亲自将芸娘打扮成男子一道出游,在那个时代可谓难能可贵。

我们站在那里,气定神闲地看戏,看戏里的人走在了面前。舞台就是整个沧浪亭,观众们也都站在了舞台上。

从“面水轩”转场“闻香妙室”,盈盈月光之下,一切如梦境,两位丑角哼唱着:“清风明月本无价,可惜只卖四万钱”。再转至小小的“闻香妙室”,芸娘和沈复在此地的表演,使得观众几乎能够能感受到演员的呼吸。近在咫尺,却远在天涯。

当观众随着演员离去时,我还囿于原地,我突然想到此小厅是同治十二年巡抚张树声重修沧浪亭时所题名,取自杜甫的诗句:“灯影照无睡,心清闻香妙。”

随后转到“明道堂”前广场,我再一次走神,想到了张充和女士曾在此园与文徵明对视,好一种穿越的视觉效果。而明道堂也是张充和曾祖父张树声在重修沧浪亭时取苏舜钦句“观听无邪则道以明”之意而名。

终于可以小坐一下看戏了,喝着碧螺春,吃着青团子。换装后的芸娘依旧很美,沈复依旧是那个略带忧郁的明式小生。沈复与芸娘并不是沧浪亭的主人,但他们的生活和故事早已经被嵌入沧浪亭里,像是一粒精子在母体里倔强生长着。这一点似乎很多园林主人都没有做到。

张树声也不是园林主人,但他对于园林的感情却又胜似于主人。想想,若是没有了苏州古典园林的背景,《浮生六记》的故事会被削弱多少?

当冬天那场戏转到沧浪亭时,我预想到会有人工降雪。果然有。经历了风花雪月之后,悲剧不可避免地来了。友人南瓜说,我最喜欢这一出了。是的,若是没有了悲剧,一场戏必会像白开水一样无味。

沧浪亭或许已经不再是那个沧浪亭,芸娘和沈复也不再是那一对乾嘉时期的夫妻,但悲剧还依然是现实中不断发生着的悲剧。当两位丑角旁白说这对夫妻坐吃山空粮仓日薄的时候,我就想到了一句时髦的话:这世上只有一种病——穷病。

风雪之夜,沈复注定要与芸娘分离。

恩爱夫妻不到头。这是老话。

沈复爱妻子爱到了极致,芸娘爱生活爱到了极致。别具慧眼的陈寅恪指出:“吾国文学,自来以礼法顾忌之故,不敢多言男女间关系,而于正式男女关系如夫妇者,尤少涉及。盖闺房燕昵之情意,家庭迷盐之琐屑,大抵不列于篇章,惟以笼统之词,概括言之而已。此后来沈复《浮生六记》之《闺房记乐》,所以为例外创作。”

或许正因为义无反顾地恩爱无忌,《浮生六记》才得以奇书流传,洛阳纸贵。也使得它在两百余年后还被搬进了古典园林,再现人间。

(摘自 北京晚报)

做好这几步 双手白白嫩嫩

生活百科

□ 王 茜

皮肤保养不仅止于脸部,人的第二张脸——手部也是需要护理的。但很多人认为只有冬季才需要护理手部。其实手是跟脸一样的,一年四季的保养都很重要。学会护手方法,想要让手指变得更纤细就不再难。

我们常说脸部去角质,其实双手也需要去角质,去除老旧角质才能让双手皮肤更加柔嫩细滑,在温水中滴橄榄油,将双手完全浸入,保持15分钟,可改善皮肤干燥粗糙现象,使角质软化。

洗手是每天必做的事,尽量选择用温水来洗手,这样不仅可以将手部清洗干净,还能够间接地滋润双手。很多人喜欢用肥皂来洗手,觉得这样洗得比较干净,可是我们手部皮肤是属于弱酸性的,肥皂大部分都是属于碱性的,而且有的肥皂的碱性还非常得强。所以如果用这种肥皂来洗手,就会让手部皮肤更加干燥、粗糙。所以,建议选用温和一点的洗手液来洗手。同时应该随身携带护手霜,感觉肌肤干燥或洗手后就应该擦上,这样可有效防止双手变干燥。

此外还有一点小心机,每天喝完牛奶时,不妨剩下一点来给手部肌肤补充营养。将喝剩的牛奶涂到双手上,约15分钟后用温水洗净双手,用牛奶呵护双手,不仅使手部皮肤变白,还能滋润双手,防止双手变干燥。白天做饭洗米的时候,先别把淘米水倒掉,晚上临睡前用淘米水浸泡双手10分钟左右,再用温水洗净、擦干,涂上护手霜会让手部皮肤更滋润白皙。按照这些局部保养法,来护理你的手部肌肤,只要坚持保养,双手就会变得白嫩、纤细。

(摘自山西晚报)

论看电影流泪

人生感悟

□ 林语堂

因为我看电影常流泪,所以看见隔座姑娘拿手绢擤鼻子,或是出来颊上留两条泪痕,便觉得比较喜欢她,相信她大概心肠不错。对于哭这件事,成年人多半以为难为情。

我真不懂,看电影流泪有什么羞耻?看一可歌可泣的小说,看一悲楚动人的影片,为什么不可以哭?西方有亚里斯多德,东方有太史公,都是讲戏剧之用在于动人情绪。亚里斯多德的著名悲剧论,说悲剧之用是如清泻剂,其作用叫做“清泻作用”,是把我们肝膈荡涤一下。太史公哪里说过同样的话,这时也懒得去查。但是他的确比许多现代人懂得心理,懂得笑与哭之用。《滑稽传》就是拥护幽默,看来比“今夫天下”派唾骂幽默之小子下流,实际上却比我们较懂得心理学。太史公自己哭吗?他一部《史记》就是悲愤而著的书,哪有不哭,又哪有不知哭之效用?但是我们也不必引经据典。假使有一个可歌可泣的故事,在台上表演,而观者不泣,不为所动,不是表演者艺术太差,便是观众已失人情之正了。

自然,哭泣不大雅观,我也知道,多情与感伤有不同,事各有时。我们看见白痴无故而笑,无端而哭,或者男子动辄流泪,认为未免太无丈夫气了。但是人非木石,焉能无情?当故事中人,床头金尽,壮士气短,我们不该挥几点同情之泪吗?或是孤儿遭后母凌虐,或是卖火柴女冻死路上,或是闵子拉车,赵五娘食糠,我们能不心为所动吗?或是夕阳西照,飞鸟归林,云霞夺目,江天一色,我们能不咋叹宇宙之美不由眼泪夺眶而出吗?在电影上,情节总是比日常离奇,人物总是比日常可爱,所以动人之处自然比日常生活多。假如我们去看电影而情不为动,还是真能看电影的人吗?我真不懂,看电影流泪有什么羞耻?

假如我们成人,已失了赤子的真哭真笑,只能规规矩矩做顺民,胁肩谄笑做奴才,戴假面具揖客入揖客出——假使我们变了这种虚伪枯萎的文明动物,又何必说什么悲剧的荡涤肝肠作用呢?

是的,人生本来有笑与泪的,所要紧的是看因何而流涕。有狂喜之泪,有沮丧之泪,有生离死别之泪,有骨肉团圆之泪,有怀才不遇之泪,有游子思家之泪,有弃妇望夫之泪,有良友重逢之泪,有良辰美景之泪,有花朝月夕之泪。似是谁要哭,听他哭,因为我们本来是有情动物,偶然心动,堕一滴同情之泪,或怜爱之泪,或惊喜之泪,于他是有益的。

(摘自书摘《文化的盛宴》)

如何在火星涮火锅

科技视野

如何在火星涮火锅?

哪么,移民火星到底需要哪些条件呢?

你有足够的情商吗?

在“和平号”空间站计划期间,发生了一次计划外的挑战案例:一名航天员带了他奶奶自制的一根俄罗斯特产香肠,他将这根珍贵的香肠分给了同行的美国人。俄罗斯人慢慢咬了一小口美味的香肠,为这几个月来最后一次享受如此高的待遇而兴奋。但美国人则很快就吃完了他的那一份香肠。当俄罗斯人正满怀期待地等着他表示赞赏时,他却漫不经心地说:“好吧,味道还不错,但显然不如美国的热狗好吃。”这次憾事之后,这个国际团队间的沟通与合作急剧恶化。

很显然,NASA在航天员选拔和训练方面已经做了许多工作,但这并不能确保航天员的高效表现。长期航天飞行和太空环境模拟得到的经验表明,在强大的技术能力、良好的健康状况、无精神疾病等要求之外。长期的太空飞行任务对航天员的精神状态和个人情商提出了极高要求。

你能否展现出你的性别优势?

科学家们科学松鼠会成员Sheldon相信,在移民火星计划中,“人类文明创造的许多正确的东西都会有用武之地,而人类文明创造的许多错误的东西也将第一次丧失全部话语权。”过去几十年的太空任务中,选拔的大部分宇航员都是男性,但火星移民的选拔打破了这一标准。科学家们相信,这样能更好地发挥男女性各自的性别优势。

而且根据最新的研究证明,女性或许会在火星移民团队中成为更好的领导。在社会心理学教授米歇尔·瑞安和亚力克斯·哈斯拉姆最近的一系列研究中,发现了令人惊讶的结论:女性被认为比男性更适合管理处于危机状态下的组织。显然,女性具有理解力强、直觉敏感和创造性的模式化品质,被认为特别适合在紧急情况下的危机管理。

你有足够优秀的的性格特质吗?

不同性格的互补能让移民团队更加和谐,就像登月英雄巴兹·奥尔德林说的:“参与火星单程旅行的人们将是21世纪的朝圣者,他们开创了一种新的生活方式。这确实需要不同宇航员、飞行员、科学家或工程师,一群与众不同的人。选拔火星移民要考虑更多性格特质……处事灵活、有创造力和面对未知的决心。”

去火星上涮火锅,我们都能吃什么?

当你通过所有的审核和选拔后,如果真的移民火星的话,我们的火锅能有哪些配菜呢?以现有条件来看,我们可以带去部分植物,在火星上发展农业是没问题的。这意味着你只能以素食和藻类为主,蔬菜类的比较好种。但肉类就比较难办到,牛羊肉就不要想了,初期的火星移民条件很难满足它们的食物需求。如果非要补充蛋白质的话,昆虫或许是不错的选择。

其实每次仰望天空时,作为太阳系的第四颗行星,火星在地球的夜空中用肉眼就能看见。我们的下一个家园在哪里?而今,问题的答案已然从浩瀚宇中慢慢浮现:火星。

《火星移民指南》探讨火星如何成为今天的面貌,寻找生命存在的证据。零距离接触火星,因为那里是人类的未来。

(摘自光明网)