

□ 书人书事

从日用中追寻大道

琥珀

“那些温润的、暖暖的光，洒在书桌上，让人忍不住想用手指去试探桌面上那片阳光留下的温度。书桌上的木纹所呈现的纹理，夹杂着磕碰的痕迹，也在阳光下变得丰富起来了。”这是高一强在《日用之道》（新星出版社出版）中写下的句子。

高一强是著名设计师、策展人，“日用之道”创始人及品牌合伙人；清华大学美术学院工业设计硕士。中国陈设委员会副主任，中国室内装饰协会设计专业委员会委员；中国家具协会设计委员会会员。

通过基于认知心理学和知觉心理学的研究和实践，以设计考古的方式，观察和思考中国人的行为和日用器物的关系与学问，发现中国人的行为和文化的的基本结构，探究中国当代生活美学及生活方式。其创立的生活品牌“日用之道”，以中国历代人的生活为范本，以“实用、适用”为前提，从传统中国文化和中国人的日常生活中挖掘出隐藏在后面的规则和体系，并将之与现代设计、商业结合，通过系统化的设计探索针对日常生活的日用之道。

在当下传统生活方式逐渐消失的时候，前人的生活之道、价值观，一直蕴藏在日用器物之间。看似普通的日用器物，背后都隐藏着一个完整的文化图式，记录了我们祖先的生活样式和秩序，也引领着我们，沿着这个秩序，发现其背后的本质和规律，以及我们的历史和基因，从而找到构建个人生活的路径，找到走向未来生活的地图。高一强着眼于中国人日常生活中的、看似平凡朴素的日用器物，从至真至简的衣食住行中，把几代中国人的记忆和经验娓娓道来。中国人的器物传递出独有的哲学与思维方式——这就是他所谈及的“日用之道”。

器物之中藏着有关生命的故事；好的器物，像一把钥匙，帮我们打开世界的大门。

“器物的美，给了我巨大的慰藉。它让我相信美好的事物是这个世界的根源，也让我相信，总有一天会走进我心中的那份美好。”暖炉、竹伞、包袱、宋瓷，是传统的，钢笔、饭盒、毛衣、自行车，是现代的，但它们都是日用的，伴随着我们每个人的日常。《日用之道》以图文形式记录下作者与物品之间或温暖、或有趣的故事，承载着儿时的回忆、青春的恣意、成熟后的从容淡然；同时它也展现了作者理性的思考和专业的探究，从工艺材料到设计美学，探讨设计理念与方向，探讨器物与情感，器物与文化的关系。

作为设计师、策展人，以及“日用之道”品牌创始人，高一强多年从事和造物相关的设计研究。作者基于认知心理学和知觉心理学，提出了自己一整套价值观和方法论；通过设计考古的方法，探寻日用器物背后的文化图式。“为什么我们渴望拥有一件物品？当物品的设计是可以被理解的、触动人心的、令人愉悦的，拥有我们个人认同的信息的时候，我们在瞬间就有了拥有它的愿望。”不仅知道怎样设计，还知道用户为什么会喜欢这种设计，以及这种设计与时代、哲学、文化的关联。讲器物能论及历史，谈家具能联系到宗教，讲设计能考虑到心理学，进而提出“日用之道”的设计理念，探讨如何设计出适合中国人使用的日常物品，找到适合当下生活的设计方向。读之会有意外的惊喜。

辜鸿铭故居何处寻

辜鸿铭是近代史上的一位奇人，据传当年外国人曾说：到北京可以不看紫禁城，但一定要看辜鸿铭。

辜鸿铭曾在北大任教6年，离开北大后，又在北京闲居，1924年赴日讲学3年，1927年回国，1928年4月30日病逝于北京。可以说，辜鸿铭的后半生与老北京有着不解的缘分，他的故居在东城区柏树胡同26号，现为王府井宾馆。

对于辜鸿铭，有很多夸张的传奇说法，但这些说法并无依据。

比如辜鸿铭自称拿了13个外国博士，这在时间上根本来不及。

辜鸿铭1867年随英国养父去英国学习，1877年4月获得英国爱丁堡大学的硕士学位，以后到德国、法国游学，1880年时回到南洋，总共只有3年，怎么可能得13个博士学位？有学者专门查过相关档案，目前可以确认的是他拿过一个硕士学位，两个学士学位，比较神奇的是，他在德国拿到的是土木工程学士学位。后来毛姆登门拜访时，辜鸿铭自称在德国拿过哲学博士，完全是向壁虚构。

此外，辜鸿铭自称曾写诗骂慈禧太后。这个说法来自他自己写的《张文襄幕府记闻》，基本是民国时完成的，且是笔记小说体，其中颇有虚构成分。1900年时，辜鸿铭还用英语撰文，称赞慈禧太后，1903

年，慈禧太后曾想调辜鸿铭到京师大学堂任职，而他自称是他写的、骂慈禧太后过生日的诗，其实是民间流传的作品，他不过是自认作者而已。

辜鸿铭还自称是瓦德西的老师。辜鸿铭说他在法国留学时，一个面包店伙计虽然是文盲，但非常上进，辜鸿铭很喜欢他，便教他识字，这个人就是后来八国联军统帅瓦德西，当年听说辜鸿铭肯教自己，瓦德西还曾向他行跪拜礼。

瓦德西出身贵族，怎么可能到巴黎去当面包店的小伙计？怎么可能是文盲？此外，瓦德西比辜鸿铭大20多岁。

辜鸿铭进一步吹嘘说，瓦德西占领北京时，无比骄横，庆亲王和他谈判，非常受气，辜便让庆亲王请瓦德西吃饭，自己躲在幕后。瓦德西在席间果然又大放厥词，辜鸿铭便窜出来，说要告诉德皇，让瓦德西大吃一惊，气焰受挫。

其实，辜鸿铭当时只是张之洞幕府中的外文秘书，虽参与过清政府与八国联军之间的谈判，但从现有记录看，并没参加核心谈判，只是在在外围谈判中充当议员角色，根本未作出什么贡献。

辜鸿铭还自称他和泰戈尔同时获得诺贝尔文学奖提名，从已开放的相关档案看，诺贝尔奖评委会从来没关注过辜鸿铭，可辜鸿铭在接受清华校刊主编专访时，却称

自己也是诺奖获得者之一。

可见，辜鸿铭是一个善于炒作自己、大话连连之人，他曾在张之洞幕府中工作很多年，未受重用，他也忍了下来，可见并不是什么天性猖狂之人。在北大当英文教员时，其实很珍惜自己的职位，表现认真，经常让学生到家，他开私课相帮。

不过，辜鸿铭他的语言能力确实比较强，善于用英语将中国典籍用西方人能看懂的方式介绍到西方，当时正好一战结束，西方人对西方思想有所反省，以为东方古代智慧能提供帮助，其实多是误会，但这确实让辜鸿铭得到了较高地位，被西方人视为东方大哲。

值得注意的是，辜鸿铭的很多怪论、怪说是他死后才出现的，是他的同乡、同样很小就去国外的林语堂钩沉出来的，林语堂之所以这么做，因林英语好于中文，要在中国立足，最好搬个祖师爷，这样他被攻击的可能性较小。于是，他就选择了辜鸿铭。

本文主要内容引自《北京地方志·胡同志》



北京市地方志编委会办公室

网址:www.bjdfz.gov.cn 电话:87317031

□ 闲话书事

如何让孩子瞬间安静下来

能让一个活蹦乱跳的孩子瞬间安静下来的事情，你能想到什么？

没错，就是——写！作！文！

这是一个很有意思的问题。我们都知道，孩子是天生的幻想家、诗人、哲学家，他们天生就会讲故事。其实我们小时候也是这样，和小伙伴一起编故事，玩角色扮演游戏。女孩子把自己打扮成爱莎公主，男孩子假装成奥特曼，孩子们还会自己编造场景和情节，拿两个恐龙玩偶对砸也能玩很久。那么，这些充满创意的小作家，为什么会在上学以后，到了该写作文的时候一下子变得困难重重？为什么他们会不知道该写什么，甚至害怕写作文呢？

写作的基础是真实地表达，修炼那颗真实的心，比写出所谓漂亮的文字更加重要。而我们传统的作文教学过多地注重写作的形式（总分、分总、总分总结构），注重好词好句，注重有无错别字、语法等问题，

却对“真实的心”关注不够。

如果要想做到真实地表达，创造一种不加评判的环境非常重要。因为真实最初的样子往往是笨拙的，粗糙的，歪歪扭扭的，就像一个新生儿一样。

当孩子们写下不太“好看”的句子时，我们是否能尊重他的表达，而不用强硬的标准去评价他？

作文模板千篇一律，但不要忘了，每一个孩子都是不同的，他们看世界的角度也是各不相同。

一个会写作的孩子，是懂得如何用文字表达自己真实想法的孩子。一个爱写作的孩子，是懂得如何摆脱规则，从心底出发去书写的孩子。

在孩子刚刚学习写作的时候，“玩起来”是最重要。如何才能把写作变成一种游戏，通过“写”感受到快乐和骄傲，这是非常重要的。

《会写作的大脑》是一套给青少年的

创意写作练习册，包含389个让你马上开始写的创意练习，把写作变成游戏：你会从不同的视角写作（超级英雄、卡车司机），用不同的声音说话（嘶哑的长颈鹿、某地的方言），体验不同的情绪（惊吓、欣喜），去往不同的地方（农场、闹鬼的城堡），试验和探索不同类型的写作。

让写作变得有趣的第一步是创造一种不加评判的轻松氛围，这正是写作练习的好处，你只需要跟着练习，写满十分钟，或者写满整页纸。为了保持惯性，建议每天至少做一个练习。悄悄告诉孩子一个小秘密，只要定期练习，写作就真的会进步。

《会写作的大脑》作者那妮·纽鲍尔拥有近40年的写作教学经验，她酷爱编写写作练习，并发明了“故事轮盘”创意练习生成器。她认为消除写作恐惧最好的方式，就是“玩”起来，用写作把生活变成一个巨大的游乐场，你写得越多，就会写得越好。

张颖

□ 书评细语

有尊严地老去

每个人都不可避免老去，阿尔茨海默症（又被称为老年痴呆症）作为一种无法治愈的老年病，会逐渐磨损人的意志，开始不认昔日好友，找不到回家的路，发现自己什么事也做不好，甚至照顾不了自己……生气、愤怒、无助、绝望，却也于事无补。

作为患者的家人，最难接受的是那个曾经陪我们打闹、游戏，可以遮风挡雨的人，再也无法转身回到我们所在的世界了。生命还在，但他已经离我们远去了。

正在人们彷徨不安时，这位全球公认的神经退行性病研究权威专家和巴克研究所创始人戴尔·E·布来得森推出了他的新作《终结阿尔茨海默病》，新书一上市，马上占据美国各大畅销书排行榜之首。今年9月，湖南科学技术出版社推出了本书的中文简体版——《终结阿尔茨海默病》，邀请了上海中医药大学资深教授何裕民作为主审和世界神经学会会员，伦敦大学神经药理博士何琼尔作为译

者一同来打造这本现象级科普读物。

本书以科学研究和临床效果为基础，通过调整生活方式，规范代谢平衡，预防和逆转老年痴呆症和认知衰退。他指出目前的治疗方法把老年痴呆症当成了三种疾病的结合，可能导致大脑衰退的三十六种代谢因素，微量营养物质、激素水平、睡眠等。书中记录了他融合西医、中医和印度医学的智慧，提供了一个有实验支持的、循序渐进的临床实验计划表，病人可根据自身情况制定个性化的治疗计划，例如调整生活方式：服用维生素B12，减少胶原蛋白摄取，改善口腔卫生等等。治疗过程中可以让那些影响因素重新达到平衡，从而控制病情。临床实验结果给人印象深刻。第一批接受治疗的十位病人当中，有九位在三到六个月内，出现明显的改善。此后，数百名病人也获得了显著的效果。本书给大批病人、医生、护士和医疗机构带来了新希望，也彻底改变我们治疗和

看待阿尔茨海默症（老年痴呆）的方式。

戴尔·布雷德森通过大量的临床试验证明，我们完全能够终止阿尔茨海默症继续发展、甚至逆转病情，为希望能预防甚至逆转阿尔茨海默症和认知衰退的人带来了一些希望。在书中，布雷德森博士列举了三十六个可能引起大脑“缩水”的新陈代谢因素，比如微营养素、荷尔蒙水平、睡眠等，融合西医、中医和印度医学的智慧，提供了一个有实验支持的、循序渐进的临床实验计划表，病人可在医疗专业人士的帮助下制定个性化的治疗计划，进行血液测试，通过改变一些生活方式，比如服用维生素B12，吃无麸质食物或者保持口腔卫生等，可以让那些影响因素重新达到平衡，从而控制病情。

有一天我们终将老去，身边也不免有很多老人，假如大家遇到身边有老人出现这种病症，可以用更好的方式，陪伴他们度过这一段不同寻常的日子。

文/梁蕾