

随处可见的“口袋公园”不仅让你“推窗见绿,出门进园”,也是人文城市的动人细节

转角遇见绿,去“口袋公园”就近赏秋

乐游天下



什刹海口袋公园



东福寿里口袋公园



小区口袋公园

■ 木易 文/摄

秋高气爽,天高云淡,正是出门赏秋的好时节。国际著名生态环境专家帕特里克·格迪斯曾说:“城市必须不再像墨迹,油渍那样蔓延,一旦发展,它们要像花儿那样呈星状开放,在金色的光芒间交替着绿叶。”这几年,北京城里增添了很多大大小小的公园、绿地,我们就近散步、看风景的地方越来越多了。不少地方还对一些边角零碎地块进行改造,建出一批“小而美”的“口袋公园”,如“珍珠落玉

盘”般散落在城市之中。
“小口袋,大幸福”,兼具“颜值”和“气质”的“口袋公园”近年来成为城市建设中的“新时尚”,它实现了城市土地资源的精细化利用,创造了良好人居环境,更提升了居民生活的幸福指数。如今在北京,笔者出门右拐是小区“口袋公园”,左行是体育公园,“推窗见绿,出门进园”已不再是奢望。

“口袋公园”:转角遇见“大城小爱”

今年重阳节中午,我出小区右拐到十字路口,就来到了离家最近的“口袋公园”。这里各色菊花开得正艳,小蜜蜂嗡嗡嗡,蝴蝶翩翩起舞。我被一种“蓝花矢车菊”惊艳到了,边拍视频边感慨道:“不用远足就能赏重阳菊,此刻真是‘采菊东篱下,悠然见南山’”。
其实,这里以前是一溜平房,开着一些小餐馆和大排档,每次散步我走到这里,都要捂住口鼻、小心翼翼地由油乎乎的路面上急速通过……后来那些违章建筑被拆除了,今年下半年突然变成了一个四分之一圆的“口袋公园”,花草繁盛,连长木凳都是椭圆形的,常可以看到老人和孩子们在这里晒太阳、玩耍。

国庆节后上班,走到什刹海荷花市场附近,发现这里也新修了一个“口袋公园”。秋日阳光甚好,有游人躺在长凳上打盹,有路人在为各种草木、花坛拍照,一幅面朝大海、春暖花开的美好画卷。

而在离此不远的北海北地铁口,还有一个古典精致的东福寿里“口袋花园”。公园不大,设计精巧。灰色矮墙上方,墨绿色的“福寿里”三个大字周围花纹尽显中式风格,有点儿窗花剪纸的感觉。公园中央还有中式长廊

亭,供人们休息,“福”、“寿”二字同样也点缀在廊亭之间。还有一处铜制景观小品,生动展示了老北京胡同里的生活片段。一个小男孩坐在小凳子上看书,身边放着烧蜂窝儿煤用的铲子、棍子,还有四五块蜂窝儿煤,旁边的火炉上烧着热水……想必很多在胡同里住过的老北京,瞬间都会想起童年的生活场景。
平安大街沿线还有龙头井、东官房、平安里等“口袋公园”,每个公园都根据历史地貌与现状建起了独特的园林景观,等待路过的人们停下脚步,慢慢品味。

这一处处独特的街角风景,加上可爱的花草草,“口袋公园”是邂逅的惊喜,也变成了城市中一个个新的“网红”,吸引周边居民纷纷拍照打卡。

“走”的乐趣:北京已建成460处“口袋公园”

在老北京话里,“散步”就是“遛弯”“转悠”“溜达”。在如今的城市,你还有“走”的乐趣吗?著名建筑师张永和在2021三联人文城市季启动之际谈到“城市的人文价值”时说:“一个人性城市,要能够漫无目的地走,这是一个很重要的起点。还有各式各样的公共空间,有小广场,有集中的绿地,让人能够接触树木,接触自然。”

作为一个到哪儿都喜欢游走的人,我评判一座城市是否够好,标准也是:是否“适合行走”。的确,理想的城市不只是出现在明信片上,不只是建筑的高度、街道的宽度,而是你家周围有没有一个有归属感的社区、一个可以遛弯的“口袋公园”、一个热气腾腾的菜市场、一条适合步行和骑行的小马路、一些总有惊喜的书店、电影院……可喜的是,这两年

我们周围的“口袋公园”越来越多了,这也是人文城市的动人细节。

“口袋公园”,顾名思义就是占地面积少、规模小的城市开放空间,通过对闲置、零散、杂乱的较小地块进行绿化种植、配置座椅等便民服务设施,重新打造成“小而精”的袖珍公园或小微绿地。据了解,“口袋公园”是从vest-pocketpark翻译过来,最早起源于罗伯特·泽恩设计的美国佩雷公园。

城市的飞速发展让建筑物压缩了城市空间,随着人口增加、可用地面积减小,城市绿化渐渐陷入了困境。应运而生的“口袋公园”,常呈斑块状散落或隐藏在城市结构中,就像是设计师给城市空间动一个“微创手术”,这种见缝插针打造出的生态绿洲,对于高楼云集的城市犹如沙漠中的绿洲,能在很大程度上改变城市环境,部分解决高密度城市中心区人们对公园的需求,激活着整片区域的活力。资料显示,近年来,北京在核心区、中心城、城市副中心和平原新城,通过腾退还绿、疏解建绿、见缝插绿等途径,已建设了460处“口袋公园”。今年北京还将新增50处“口袋公园”和小微绿地,目前已建成35处。

如果一个城市中的每一幢建筑,无论大小都与城市发生一种积极的关系,每一个建筑空间都是城市空间的延续,这座城市才是一座充满温情、友善的人文城市。

“我们的祖国是花园,花园里花朵真鲜艳。温暖的阳光照耀着我们,每个人脸上都笑开颜。”近日,国家发改委、住房和城乡建设部等23部门联合印发了《关于推进儿童友好城市建设的指导意见》,将会更好推进全国儿童友好城市的建设。这个秋天,不用远行,你也可以说走就走,带着孩子到身边的“口袋公园”就近赏秋玩耍。

智养花客

近半数人选花香调香水,柑橘和木质清淡类香型最受欢迎

84%香水用户为女性,半数人每天都用香水

■ 曲筱艺

据统计,2020年中国香水市场规模已达125.7亿元,其中84%的消费者为女性,男性市场渗透率低。业内人士认为,与国际市场相比,中国香水消费者仅不到0.2亿,国内香水市场发展潜力巨大,人们对香水的使用偏好也更加多元化。
额通集团联合艾瑞咨询近日发布了《中国香水行业研究白皮书 1.0》(以下简称“香水白皮书”),“香水白皮书”指出,目前主要有三

个因素推动中国香水行业发展。第一,中国香水消费平均客单价为500~800元,远超美国、欧洲、印度等香水主要消费市场,展现出强劲购买力;第二,新兴国潮香水品牌集中爆发,标志着年轻香水消费群体的崛起;第三,国内已建立起完备的香水产业结构,包括原料制造、品牌设计、研发、生产以及多渠道分发等。

“喜欢的香味”是香水首选因素,女性更青睐芬芳或清新型香氛

“香水白皮书”数据显示,79.8%的国内消

费者表示“喜欢的香味”是选择香水的主要因素。其中,72.1%的消费者会选择“令心情愉悦”的产品,而“彰显个人风格品位”以及“认可该品牌香水的品质”则是次要考虑因素。

据调查,国内香水消费者认为香水对心情的最大影响在于可“令自己放松愉悦”及“感到更加美丽自信”,认同比例高达90.5%及83.2%。此外,香水也与情感记忆密切相关,能勾起消费者对休闲度假喜悦、青春岁月回忆和朋友知己关怀的回忆与联想。

香调方面,国内消费者更青睐芬芳或清新型香氛。其中,花香调最受欢迎,有48.3%的消费者在调研中表示喜欢花香调;其次是柑橘调、木质调和果香调,各有超过30%消费者喜欢。而馥奇香调、甘苔调、美食调、皮革调等古典或浓郁香调不太受欢迎,只有不到10%的消费者喜欢,其中皮革调及美食调最受“冷落”,仅有2.1%及2.9%的消费者选择。

“千禧一代”怕“撞香”爱小众香,女性上班、聚会比约会更爱用香水

不同年龄层的消费者对于香水产品的偏好也有明显差异。“香水白皮书”显示,30岁

以上消费者更倾向于追随主流,其中一线城市消费者更喜欢“无攻击性”的花果型大众香水,部分受访者表示,希望自己使用的香水不会打扰到别人;而二三线城市消费者更追求国际大牌与经典产品。

“千禧一代”消费者则更加追求个性差异,避免与别人撞香、显得与众不同、更能表达自我风格等,是“千禧一代”消费者选择小众香的主要因素。有趣的是,月收入在5千到1万的中等收入、高等学历的未婚群体,更偏爱小众香水。部分受访者认为,“在社交场合,撞香是非常尴尬的事情”,不希望别人“一下子识别出自己用的香水”。

据“香水白皮书”显示,国内半数香水消费者会选择每天使用香水,近半数消费者会在工作日使用香水,其中柑橘和木质清淡类香型使用率最高。在用香场景方面,上学上班通勤、朋友聚会派对、周末休闲活动成为中国香水消费者最主要的三个香水使用场景,人群占比均超过75%,与异性约会的用香场景仅排第四。多位女性坦言,包括自己男友、丈夫在内的男性,并不懂得欣赏女性使用香水,“他们有时会抱怨太刺鼻。”

记忆中的味道

■ 蔡浩杰

“少辛增酸”是秋季有利于人体阳气收敛的饮食原则,深秋时节应适当多吃些有收敛、固涩作用的酸味食物。

“三四桃李奈,七八余甘柿”,相比三四月的桃子、李子,油柑可谓是平凡的传奇。油柑树属落叶小乔木、单叶,春天时开花,夏季满树野果长满枝间,扁圆状果子,龙眼般大小。阳光照在圆滚滚的油柑上,近看嫩绿剔透,远看如浮光跃金,山岭在油柑成熟时也沾了亮闪闪的光,一眼望去,酸爽回甘的滋味仿佛就在舌根下缓缓溢出。

油柑的学名“余甘”,最早出现在东汉《异物志》里。唐代时玄奘西行到印度,带回的佛经典籍上载有“庵摩勒”,而《本草拾遗》印证了“庵摩勒”就是油柑的梵名。在古印度油柑被尊奉为圣果,僧侣用它来沐浴。

油柑洗净,装之白盘,若粒粒仙果。捻一枚放嘴里,猛地一咬,一股树林里下过雨之后的清新扑鼻而来,没待人缓过劲儿,丝丝酸涩爆汁而出,果肉爽脆,果汁青涩,酸味在齿间回荡,仿佛在巡逻,挑着牙口不好的人酸倒牙,让人疑惑是云游于唇舌之间一股清凉高冷带出潜藏已久的唾液。霎时间,满口生津,原有的酸涩瞬间化为清甜,带着丝丝回甘,从舌根反扑,直捣上膛,若是吃了重口的东西,也便觉飘飘然若御风而行了。

至于“油柑做果子”,兴许是潮汕人在中秋赏月时,除了大块头的柚子、桃子、苹果,小小粒的油柑也上了贡品的仙桌。青绿色的叶子盖着,一颗颗亮亮的油柑在鲜嫩的果盘中显得格外低调,可内里的酸涩与甘甜又宣示着自己的不简单。

油柑的口感不易为大众接受,所以可盐渍,也可做蜜饯。口感又多了一丝韧劲,酸味倒是消散全无,糖精和蜂蜜的甜裹着油柑,腌制后的油柑化为黄澄澄的可爱模样。

油柑药用价值也不小。在中国古代文献中,油柑有益寿、解毒的功能。油柑炖猪肺,汤清味鲜,润肺补益,猪肺的腥被油柑去掉了,油柑的酸甜又复给汤加了天然调味。咽喉不适时来一盅油柑猪肺汤,时间长河里跃动着食疗的智慧,金灿灿宛若一枚枚可爱的油柑,自命不凡又活络趣味。

第一次尝试油柑的小伙伴,多半会被它又酸又涩的味道给吓到,忍不住便随口吐出。其实只要你“熬过”这一阵刺激,它的回甘绝对会让你印象深刻。喜食油柑者会甘之如饴,将果子放在嘴里咀嚼之后吐出核,来上一杯茶,或是山泉水直饮,煞是享受。



智活妙招

秋乏或悲秋 试试喝“五饮”

注意力不集中,喝杯热柠檬水。脱水易导致注意力分散,柠檬水中的活性物质有助身体分泌去甲肾上腺素,这种神经递质有利于集中注意力。

压力大,喝杯牛奶甘菊茶。甘菊茶能缓解焦虑和烦躁,牛奶中的共轭亚油酸(CLA)可增加大脑血流量,抵消压力激素皮质醇的负面影响。将少量牛奶加热后倒入甘菊茶,再加少许蜂蜜,效果更佳。

情绪低落,喝杯酸奶。酸奶富含蛋白质,可提高改善情绪神经递质水平。酸奶中还有大量益生菌,同样有助于改善情绪,对缓解抑郁有一定作用。

失眠,喝杯酸樱桃汁。入睡困难,不妨喝杯酸樱桃汁。研究发现,每天喝两次(每次一杯)酸樱桃汁,可使每晚睡眠时间增加近90分钟。酸樱桃汁是褪黑激素和色氨酸的自然食物来源,两者都有助于调节人体睡眠和清醒节律。

疲劳,喝杯绿茶。绿茶中含有茶氨酸,可增强人脑α波,促进精神放松。绿茶中的咖啡因和维生素C也有助提高大脑和全身肌肉运动效率。(胡珍)

