

重新认识方塔园和它的设计者



2025年是中国著名建筑学家、建筑师和建筑教育家冯纪忠先生诞辰110周年。

为深切缅怀这位20世纪中国建筑领域的杰出代表人物,并向公众系统阐释方塔园的设计思想与历史价值,同济大学建筑与城市规划学院和上海城市规划展示馆合作策划了“方塔园和它的设计者”展览。

这次展览以独到的设计语汇,为当下人走进大师的精神世界打开了一扇新的窗。

本报记者 柳森

一场向大师致敬的沉浸式展览

在上海,方塔园是很多市民到访松江、溯源“上海之根”必去的一站。然而,他们不一定知道,这座云集了多处松江千年文物的“露天博物馆”,凝结着一位中国建筑师的毕生心血。他就是与梁思成先生并称“北梁南冯”的中国建筑大师冯纪忠先生。

生于1915年的冯纪忠祖上为书香门第,幼时私塾出身,具有深厚的中国传统文化功底。他先在上海圣约翰大学学习土木工程,与贝聿铭是同学。后来,他远赴奥地利维也纳理工大学学习,获建筑师及特许工程师学位。回国后,他在同济大学长期担任建筑系主任,并创办了中国第一个城市规划专业和风景园林专业。

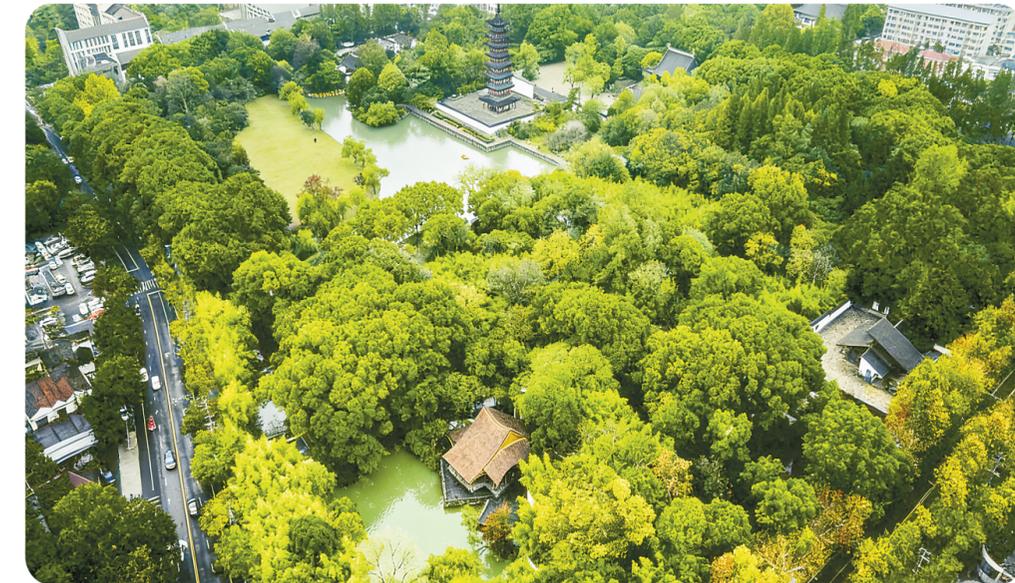
20世纪80年代,冯纪忠受上海市政府委托,设计方塔园。如今,他被誉为中国现代建筑奠基人之一。但彼时命运多舛,方塔园是他学术生涯后期最具代表性的一件作品,也是完整保留、能尽情表达自己理念的唯一作品。意识到这点,冯纪忠把毕生心血、未尽之言都注入方塔园中。

而今,如何向来自五湖四海的公众系统阐释方塔园的设计思想与历史价值?同济大学建筑与城市规划学院几代师生薪火相传、携手合作,用一场沉浸式展览来作答。

此番展览位于上海城市规划展示馆B1层。尚未步入正式展区,观众就可以远远望到展览入口上方巨大的坡形屋顶装置。这一装置复刻了方塔园北大门的意蕴,又在灯光的辅助

下,于眼前的地面上、弧墙上留下侧影。沿着弧墙,穿过被夸大了空间纵深感“甬道”,侧影淡去,展览如一幅画卷缓缓铺开。

整个展览采用复线的叙事方法,通过“物”(方塔园的园林与建筑作品)与“人”(冯纪忠的人生与学术思想)两条线展开叙事。记者实地体验后发现,观众可以顺着展览流线走到哪里看到哪里,感受“步移景异”之美,也可以看完全部白色展板部分



上海方塔园位于松江府城的核心区域,以宋代方塔为中心,将明代照壁、宋代石桥、清代天妃宫等古迹与园林景观和谐融合,由同济大学冯纪忠教授负责总体规划。图为鸟瞰方塔园。 章勇 摄



展览现场复原了何陋轩的主体竹结构。参观动线设计处处呼应方塔园的空间体验。 本版配图均为资料图片

后,专程前往位于展览中部的“黑空间”——冯纪忠先生生平展所在地。

这个空间仿佛一条通往大师人生四季的时空隧道。在特意调暗的背景墙的衬托下,分立展厅两侧的两个长条形展柜,分别展示了冯纪忠先生的生平和作品。循着时间的脉络和珍贵的档案,我们能看到他的人生启航、辗转多地求学深造,直至深耕建筑、规划、风景园林领域的一生,看到他融入设计中的文化情怀与创新理念。

方塔园里除了何陋轩还有餐厅、赏竹亭

记者与现场观众交流,他们普遍反映,此次展览让他们收获颇丰,“遇到有意思的细节,忍不住就会在它面前多站一站,一站就发现自己打开了一个新天地”。

“塔院”展区专门带来了等比例制作的方塔园总体模型。观众通过它俯瞰

整个园林的全貌后,抬头就可透过一扇“窗口”,仰望展墙后高耸的宋塔之颠。当你在浏览展板上丰富的地图、文献时,悦耳动听的风铃声或从“远处”传来。

原来是侧墙上的电子屏,正循环播放着同济大学建筑与城市规划学院2019级实验班的学生们专门为方便公众“身临其境”“走近方塔”拍摄的视频。

视频里,同学们模拟游客的第一视角,从方塔园北大门入园,一路感受方塔园移步换景的空间体验后,无限接近宋塔所在地及其建筑本体。

不久,注意到这一视频“妙趣”所在,记者发现,以类似手法拍摄的视频还出现在了展览现场多个区域的电子屏上。循着这条线索,记者一一感受了一个“前所未有”的方塔园。

何陋轩坐落于方塔园的东南一角,是冯纪忠先生最重要的作品之一。被普利兹克奖获得者、建筑师王澐誉为“中国几十年来,没有任何作品可以超越的,唯一的当代最伟大的建筑”。

2021年至2023年,黄一如、徐甘教授团队对结构濒危的何陋轩进行了一次重大修缮,以期在国内竹构历史建筑的保护修缮实践与学术研究作出示范。通过相关报道,很多市民第一次深入了解了这一建筑的前世今生。一度说到方塔园,就会提到何陋轩,听到何



观众可以通过等比例制作的方塔园总体模型,鸟瞰整座园林。 朱骏炜 摄

陋轩,就会想到方塔园。

何陋轩无疑是杰出的,如果说方塔园是一篇散文,何陋轩就是一首诗。其中既有流淌于整个方塔园的宋之“精神”,更充盈着冯纪忠先生“最冲动、强烈”的情感和“意”,承载着他提出并在方塔园实践的“与古为新”“旷奥对偶”等观念与方法。

“何陋轩”展区复原了它的主体竹结构,各元件“独立、完整、各具性格,似乎谦抑自若,互不隶属,逸散偶然;其实有条不紊,紧密扣结,相得益彰”,再现了这座面向所有人开放的茶室的非凡气韵与人文温度。

事实上,何陋轩只是方塔园的一隅。冯先生是把方塔园作为一个整体构想的,其用心遍及园林的角角落落。

方塔园有北大门,还有东大门。从东大门入园的主要通道,冯先生精心设计。除了作为“茶室”的何陋轩,冯先生还想在茅草棚池水对面再搭一间“烹雪斋”,供人们在冬天喝茶赏景。在规划整个园林的初期,冯先生就有计划建设一座可以服务游客的餐厅(后因经费不足未能实施)。

在方塔园东部场地的竹林深处,还有由古建专家吴祖光教授执笔的“赏竹亭”。“既然到这个地方了,人家总要坐坐。”冯纪忠说。如今,入此亭如入宋画,还能从整个空间布局中感受到现代主义空间的流动美。

睹物思人,问现代建筑的来路

整个展览的收尾回归于温情与厚重。

墙面展示着何陋轩“与古为新”的修缮历程,冯纪忠先生的采访视频在此呈现。他用温润的声音讲述着设计的初心与背后的人文温度。而在展览现场,温润着所有观众心灵的,还有随处可见的中国古典诗意——

“不妨偏径,顿觉婉转。”这句出自明末造园家计成专著《园冶》的名句,仿佛可以与方塔园内空间体验的设计巧思同频共振。

“斗折蛇行,明灭可见。”冯先生曾不止一次对学生说,中国有很好的文学传统。柳宗元的《小石潭记》就是其中典型的一例。“这里面的东西如果能运用到我们的建筑园林里面去,那就更有趣了。”

冯先生是这么想的,也是这么身体力行的。“日影西移,弧墙上,来时亮处现在暗了,来时暗处现在亮了,花墙闪烁,竹林摇曳,光、暗、阴、影,由黑到灰,由灰到白……”他在一篇名为《何陋轩答客问》的文字中写道。如今睹物思人,市民现场可感的风景与大师的心意遥相呼应,也唤醒甚至叩问着当代建筑学人的文心。

我们今天为何还要经常品读冯先生的作品?显然,这不只是为了了解方塔园的设计密码,为了读懂冯纪忠先生的设计灵感和“与古为新”的设计思想,更是为了使中国现代建筑的来路更清晰。为了打开一扇新的窗,让更多的大众有机会循着方塔园的空间脉络,沿着冯纪忠先生的学术人生,了解、温习前人营造空间意境背后的生活智慧、处世之道。

在今天这样一个被图像、标签和速读习惯高度塑造的观看环境中,这样一个布满了大量细节、充满了浓郁的人文气息与学术底蕴的展览,不一定能被所有观众在第一时间看懂,但相信它每一处精心的设计,从弧墙、光影到空间、文献,都会播下种子,在观众与他们此时此刻的所思所想之间,达成某种巧妙的和鸣。



哎哟不怕

二甲双胍,到底是不是“神药”

本报记者 陈俊珺

二甲双胍,一种有着60多年历史的降糖“老药”,近年来常常被冠以“神药”的名号。据报道,有研究发现二甲双胍除了能降糖,还能减肥、抗衰老,甚至还有一定的抗癌作用。

“神药”是否真的名副其实?记者为此专访了上海交大医学院附属第六人民医院内分泌代谢科主任、上海市糖尿病研究所副所长周健。

切勿自行购买或长期服用

城市周刊:二甲双胍是一款经典的降糖药物,除了人们熟知的降糖作用,它还有哪些作用?

周健:首先需要说明的是,把二甲双胍称为“神药”,对其作用进行夸大,是很危险的,容易让人们误以为它是万能保健品。事实上,

二甲双胍是一种处方药,必须在医生的指导下规范使用。

二甲双胍自1957年首次被报道应用于糖尿病治疗以来,已有60余年的临床应用史,至今仍是全球多部指南推荐的治疗2型糖尿病的一线首选口服降糖药。它的核心作用很明确:通过减少肝脏葡萄糖输出、改善胰岛素抵抗,从而有效降低血糖,可使糖化血红蛋白平均下降1.0%至1.5%。

除了公认的降糖作用之外,近年来的临床研究及基础研究确实也观察到,二甲双胍可能带来一些“额外获益”。

首先,对于超重或肥胖的糖尿病患者以及糖尿病前期人群来说,二甲双胍在降糖的同时,可能通过轻度地抑制食欲、增加饱腹感等作用,带来一定的体重下降,平均约3公斤。但必须强调的是,它不是专门的减肥药,不建议健康人为了减肥自行服用。

其次,二甲双胍在部分研究中显示出心血管获益,可将心肌梗死、脑卒中等心血管事件的风险相对降低约27%。这一效应可能与二甲双胍能改善胰岛素抵抗、减轻炎症反应、改善血管内皮功能等有关。对糖尿病患者而言,心血管风险管理非常关键,但具体到个体用药,仍需结合患者年龄、肾功能、并发症与整体心血管风险进行综合评估。

此外,在代谢综合管理方面,二甲双胍能改善胰岛素抵抗,并对血脂、脂肪肝等代谢问题可能有一定帮助。同时,在多囊卵巢综合征的治疗中,二甲双胍也是常用药物之一。

城市周刊:对于网上盛传其有抗衰老、抗癌作用,您怎么看?

周健:关于抗癌,一些观察性研究发现,使用二甲双胍的糖尿病患者得某些肿瘤,如乳腺癌、结肠癌的风险可能更低。基础研究也发现它可能抑制肿瘤细胞的代谢。

需要说明的是:相关性不等于因

果性。目前,二甲双胍并不是常规的抗癌治疗药物,也不推荐非糖尿病人群为了防癌而自行服用。

关于抗衰老,确实有部分研究观察到二甲双胍可能降低与衰老相关的疾病,比如神经退行性疾病的发生率,但相关机制、获益人群、长期安全性都尚未完全明确。

总的来看:二甲双胍是一种经长期临床验证的、相对安全有效且经济的基础药物。它可能有多方面的代谢获益,但绝不是“神药”。任何用药都应明确的医学指征为前提,在专业医生指导下制定个体化的方案,切勿自行购买或长期服用。

长期服用警惕维生素缺乏

城市周刊:那么,哪些人确实需要服用二甲双胍?

周健:二甲双胍的主要适应证包括:2型糖尿病患者、1型糖尿病患者

者、多囊卵巢综合征合并胰岛素抵抗者、糖尿病高危人群、代谢相关脂肪性肝病患者。

城市周刊:如果体重超重、糖耐量异常,但暂时没有到糖尿病的程度,是否可以服用二甲双胍用来预防糖尿病或减重?

周健:糖耐量异常,但血糖尚未达到糖尿病诊断标准,属于我们常说的“糖尿病前期”。究竟是否需要使用二甲双胍,目前的看法是在特定高危人群中“可以考虑”。

至于为什么不把它当作常规预防用药,是因为糖尿病前期人群首先需要的是生活方式干预。相当一部分人通过控制体重、饮食和运动等干预,血糖可以回到正常范围。如果一刀切,过早、普遍地使用二甲双胍,很多人获得的额外获益有限,却要承担用药带来的不适和风险。

城市周刊:对长期服用二甲双胍的患者来说,需要注意哪些可能出现的副作用?

周健:服用二甲双胍常见的副作用(发生率约10%至20%)主要有:

胃肠道不适,包括腹泻、恶心、呕吐、腹胀、腹痛、食欲下降以及口中金属味。这类反应多出现在用药初期,通常会随时间的推移逐渐减轻或耐受。

维生素B12缺乏,二甲双胍会干扰肠道对维生素B12的吸收,长期使用可能导致其缺乏,进而引发巨红细胞性贫血或周围神经病变。对于每日剂量大于等于1500毫克、服药时间超过4年,本身已有贫血或神经病变迹象的患者,建议每年监测一次血清维生素B12水平。

低血糖风险,用二甲双胍进行单药治疗时通常不会引起低血糖,但与胰岛素或磺脲类药物联用时,低血糖风险就会显著增加。对于超重或肥胖的糖尿病患者来说,二甲双胍带来的轻度体重下降是有益的,但对于体重正常或偏瘦的患者,则需要关注是否会出现过度的体重减轻。