

徒步山川 重新认识自己和世界的关系

“对于徒步者而言，走路是好好看清楚一个地方、体验它每一个侧面的唯一方式。”

“学历、专业、工作、收入，没人在意这些。”萍水相逢的陌生人，在山川间、篝火边、星空下同行，无话不谈。

从大一至今，管理学院本科生刘向昆已经走过近60条徒步线路。徒步常常让他精疲力尽，但在精神上，他感到“这比在家里躺两天休息效果好”。

2021年秋季，新闻学院2021级本科生高蕾进校不久就加入刘向昆的徒步队伍。11月，他们穿越了浙江杭州大明山。在那段“算不上空闲，甚至压力很大”的时期，徒步让她将平日的压力全部抛之脑后。

在复旦，像刘向昆和高蕾这样“在路上”的年轻人还有很多，他们翻越在山间，与自然对话、过招，直到融合。

徒步，共享灿烂的梦

数学系2021级研究生罗心悦从冈仁波齐开始人生中第一次长距离徒步。由拉萨出发，途经日喀则、珠峰大本营。在冈仁波齐转山一周，向北前往扎达、尼玛县等地，最后回到拉萨，这条徒步线路被称作“阿里大环线”。回忆期为期半个月的徒步经历，令罗心悦印象最为深刻的是在尼玛县看到的银河和星空。

一行人深夜在一块空地上，四下漆黑。罗心悦抬起头，看到星星铺满了头顶的整片天空，身边回荡着五月天的《星空》：“那一年我们望着星空，有那么多的灿烂的梦……”

那晚的星空是一生的记忆。

记忆中不止友谊的星空，也有偶遇的陌生人。

新闻学院2018级本科生王宇航已经记不清山景，但途中关于农家的那些画面却印象深刻。

在江西婺源徒步时，王宇航留宿的村子村口有一棵巨大的樟树，树下小桥流水，鸟停在竹筏上，村民在那里洗衣做饭。他毫不犹豫地按下快门。

“徒步就是用双脚体会这片土地，追求人与自然之间原始的关系。”回顾五十多次徒步经历，浮现在刘向昆脑海里的是处在自然中的人，人们自然地相处。

徒步，走出去找回自己

2020年夏天，高蕾站在云南香格里拉的哈巴雪山脚下，面对这座海拔5396米的雪山，准备开始她的第一次徒步。

这是一场享受之旅。她在攀爬中感受自己的身体。沿着山脊向上，眼中的世界只剩下乳白和群青两种颜色。她恍然是一粒水珠，被雾气裹挟着升腾。海拔超过5000米时，所剩无几的体力和愈加稀薄的空气让她



受访者徒步线路不完全汇总

感觉“快不行了”。这时，登山的彝族向导唱起一首歌，用彝语唱到“阿杰路”，意思是“不要怕”。一行人一起唱了起来，歌声在山间回响。

从哈巴雪山回来后，高蕾总是回忆起这段经历。不同于平日里忙碌在既定轨迹的生活，这些“在路上”的时刻让她“feel alive”：“去走线、去登山，在那里你可以丢下所有的烦恼和顾虑。”那时起她便知道，自己要把徒步“做下去”。

罗心悦的徒步生涯始于本科毕业后的暑假。她最喜欢《月亮和六便士》里的“我的心渴望一种更加惊险的生活。只要在我的生活中能有变迁和无法预见的刺激，我是准备踏上怪石嶙峋的山崖，奔赴暗礁密布的海滩的。”这句话。徒步像朝平静的湖面投入一颗石子，她的生活就此泛起涟漪。

徒步，超越昨天的自己

几次徒步下来，罗心悦觉得自己抛弃了“游客”的身份。她在自然的怀抱里过夜，把熟睡的自己交给自然，渐渐意识到自己和自然可以融为一体。“对于徒步者而言，走路是好好看清楚一个地方、体验它每一个侧面的唯一方式。坐车路过时，这些东西不过是转瞬即逝的一幕，只有当走过这些地方时，人才会真正地进入它的内部，用所有的感官去了解它究竟是什么样子。”

徒步对于王宇航而言，更像是卸下平日的面具、探索真实自己的机会。“在爬山的我和在城市生活的我，很像两个平行世界的我。”

在徒步中，王宇航从城市这个完备的“安全屋”里走出来，用第三视角关照自身：他需要什么，他喜欢什么，他正在感受什么。在行走中，他感到与世界产生真正的连接，“徒步对我的生活改变意义明显的就在这里，它让我重新认识到自己和世界的关系”。

最开始，王宇航以“竹杖芒

鞋轻胜马”的心态来徒步。多次徒步下来，在自然中流连，他觉得自己愈发能够抛去杂念、轻松自在。即使结束徒步，回到城市，他也在日常生活中变得更加“拿得起、放得下”，对人生有了更充分和清晰的认识。

刘向昆在徒步的过程中遇见形形色色的人。在他的徒步团队中，每一个进入户外的新人，都可以取一个与本人完全不同的花名，甚至被允许编一个与自身完全无关的身份。因为徒步者在行走的路上，遇见的是全新的生活。

今年是刘向昆徒步的第九年，徒步贯穿了他的大学生活。徒步与日常，山川与城市，这是为自己创造的平行世界。两个世界的边界，在山间消弭，渐渐融为一体。九年，五十八条线，数不清的山，这漫长的一切始于一个格外简单的开端：“因为我喜欢山，而山就在那里。”

文/胡逸菲 樊希彦 龚涵致
制图/胡逸菲

背景链接

徒步可能是最为通俗的户外运动。不借助交通工具，光靠两条腿在自然中前进。从城郊到乡野，山地到丛林，沙漠荒原到雪地冰川。18世纪德国浪漫主义运动浪潮之中，艺术家、哲学家与作家们“回归自然！”的口号冲破工业革命的污垢与蒸汽，引导着他们前往人迹罕至的阿尔茨山脉、吕根岛和易北河砂岩山脉勇敢冒险，在这些未被开发的荒野寻找一种疗愈“城市现代化发展对心灵压迫”的良药。这让徒步旅行正式成为一种时尚，也奠定了其中探索自我、寻找生命意义的内涵。

《御街行》展览开幕

由00后本科生策划的“御街行——考古发现中的南宋临安”展览5月16日-10月8日在校博物馆二楼开展。

南宋风华处，一半在临安。何为御街？御街是南宋临安的城市中轴线，南起和宁门，北达景灵宫，沿线贯穿起官宅衙署、太庙府学、作坊商肆、佛寺道观等各色营建，将都城气韵集于一身。

“御街行”精选南宋临安皇城遗址、府治遗址等十余处遗址共137件出土文物为展览对象，以“皇城泱泱”、“坊巷烟火”和“临安气韵”三个部分呈现，由点到面、由实到气，呈现临安的泱泱皇城和坊巷烟火，共同追忆临安往事，领略南宋气韵。

“皇城泱泱”聚焦御街“御”的属性，通过御街沿线朝廷政治的礼仪活动；“坊巷烟火”以“民”为主，叙述街巷两旁百姓的布衣家常与经济贸易，南宋临安的百姓生活图景皆可在此寻得踪影；“临安气韵”从南宋临安整体雅俗兼具、崇尚文教气质人

手，聚焦信仰、茶文化和教育三个交融临安城世间百态的方面。

本次策展团队主体是文物与博物馆学系2019级、2020级本科生。院系为学生提供关于博物馆全链条工作的实践环境，他们在院系指导下，历时2个多月，完成从内容研究、形式设计、宣传到文创设计等一系列工作，充分体现了文物与博物馆学专业产学研一体化的特色。

围绕展览，策展团队推出一系列教育活动。电子语音导览志愿者通过语音的方式，诉说文物中的临安故事；陶瓷修复工作坊让同学们成为“文物医生”，亲手修复一件瓷器；邀请中医药博物馆及杭州市文物考古所带来相关系列讲座；展览教育组将与杨浦小学和复旦附属小学开展馆校合作教育活动，实践展教结合。

策展团队还将展览元素融入文创产品当中，设计出刺绣贴、帆布袋、扩香片、杯垫、明信片以及建筑模型等创意产品。

本报记者 章佩林
实习记者 斯莹茜

十大歌手新鲜出炉

夜幕下，星光斑斓。舞台上，灯光璀璨。华丽的乐章响彻“日月光华”之门。5月21日晚，第二十二届校园十大歌手大赛总决赛在正大体育馆启幕。深埋于心的梦想光辉，全都在音乐中悄然苏醒。

十位选手和小琳、张雅伦、邓蕊竺、匡怡然、蒙立铭、凯燕麦、董润、马戈穹、郭延龙、周思宇历经初赛、复赛、半决赛，脱颖而出，会师决赛舞台。他们的动听歌声，点燃着复旦人的激情，从一方舞台传递至浩瀚宇宙，感动着无数热爱音乐的灵魂。

第一轮是个人展示，选手依次亮相，展示自选曲目。第二轮是双人成行，选手两两组队，合作演绎一首歌曲。第三轮是主题阐释，根据前两轮的评委打分和观众投票，四位选手晋级最终轮次，分别对主题“醒”和“醒目”进行自选歌曲片段展示。

最终，表演风格独树一帜、随性自由的人气选手和小琳，歌喉动人、用爱的告白打动全场的张雅伦，嗓音细腻、让观众沉浸于优美意境中的邓蕊竺荣获前三名。

文/王小淳

复旦书桌



书桌有点像秘密花园，别有洞天。是书海畅游，也是上手实操。小小书桌，承载着我



们的学生时代，于方寸之地，追求梦想。

实习记者 蔡琳 张丹阳