

策划 Lens

探享家

by
LEXUS



食物中的 人情味

声音
YET兼·融之道 吉井忍
时尚 刘旻
专题
埃利亚松
安倍夜郎
一人食
何雨
史法兰
詹宏志
卡米拉
匠心 刺子绣

策划 Lens

探享家

by
LEXUS

食物中的 人情味

声音
YET兼·融之道 吉井忍
时尚 刘旻
专题
埃利亚松
安倍夜郎
一人食
何雨
史法兰
詹宏志
卡米拉
匠心 刺子绣

探享家系列特集独家赞助方：

LEXUS 雷克萨斯中国 · 丰田汽车（中国）投资有限公司

探享家：食物中的人情味

策划编辑 / 蔡欣

责任编辑 / 李英

营销编辑 / 王雨

策划推广 / 中信出版社

出版发行 / 中信出版集团股份有限公司

承印者 / 鸿博昊天科技有限公司

出品方 / LEXUS 雷克萨斯中国

丰田汽车（中国）投资有限公司

出品人 / 法满

策划方 / Lens Brand Lab

策划人 / 王雪

wangxue@lensmagazine.com.cn

总经理 / 张帆

编审 / 姜军

编辑总监 / 胡阳潇潇

编辑 / 刘之瑶 刘楚楚

撰稿 / 格温

流程编辑 / 汪洁漪

平面设计 / 陈杨

图片处理 / 欧阳羽

法律顾问 / 国浩律师（上海）事务所

图书在版编目（CIP）数据

探享家. 食物中的人情味 / Lens 品牌实验室著. --
北京：中信出版社，2019.3
ISBN 978-7-5217-0004-6

I. ①探… II. ①L… III. ①社会科学—通俗读物②
饮食—文化—通俗读物 IV. ①C49 ②TS971.2-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第019146号

定价 / 58.00元

书号 / ISBN 978-7-5217-0004-6

广告经营许可证 / 京朝工商广字第8087号

印次 / 2019年3月第1次印刷

版次 / 2019年3月第1版

字数 / 125千字

印张 / 8.5

开本 / 787mm × 1092mm 1/16

版权所有 · 侵权必究

凡本社图书，如有缺页、倒页、脱页，由销售部门负责退换。

服务热线 / 400-600-8099

投稿邮箱 / author@citicpub.com

探享家.06 目录 CONTENTS

声音	003
YET 兼·融之道 吉井忍 / 寻找接纳你的地方	010
时尚 刘旻 / 生活很忙，心不忙	016
专题 在今天，吃什么，怎么吃，和谁吃	032
埃利亚松 / 埃利亚松工作室食堂：『食物把我们黏合在一起』	034
安倍夜郎 / 画出《深夜食堂》的他，不是美食家，习惯	048
一人食 / 有自由，也有孤单	054
柯雨 / 在这家纽约画廊里，吃饭是件正经事	062
艾法兰 / 田野里的生活家	084
詹宏志 / 从一个『被照顾的人』到一个会做饭的人	088
卡米拉 / 『最好的快餐，是从花园中直接摘下来的』	100
匠心 刺子绣 / 器物是无暇懒惰的	130

探享家系列特集独家赞助方：

LEXUS 雷克萨斯中国 · 丰田汽车（中国）投资有限公司

探享家：食物中的人情味

策划编辑 / 蔡欣

责任编辑 / 李英

营销编辑 / 王雨

策划推广 / 中信出版社

出版发行 / 中信出版集团股份有限公司

承印者 / 鸿博昊天科技有限公司

出品人 / 法满

策划方 / Lens Brand Lab

策划人 / 王雪

wangxue@lensmagazine.com.cn

总经理 / 张帆

编审 / 娄军

编辑总监 / 胡阳潇潇

编辑 / 刘之瑶 刘楚楚

撰稿 / 格温

流程编辑 / 汪洁漪

平面设计 / 陈杨

图片处理 / 欧阳羽

法律顾问 / 国浩律师（上海）事务所

字数 / 125千字

版次 / 2019年3月第1版

印次 / 2019年3月第1次印刷

广告经营许可证 / 京朝工商广字第8087号

书号 / ISBN 978-7-5217-0004-6

定价 / 58.00元

版权所有 · 侵权必究

凡本社图书，如有缺页、倒页、脱页，由销售部门负责退换。

服务热线 / 400-600-8099

投稿邮箱 / author@citicpub.com

图书在版编目（CIP）数据

探享家：食物中的人情味 / Lens品牌实验室著. --
北京：中信出版社，2019.3
ISBN 978-7-5217-0004-6

I. ①探… II. ①L… III. ①社会科学—通俗读物②
饮食—文化—通俗读物 IV. ①C49 ②TS971.2-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第019146号

探享家.06 目录 CONTENTS

声音	003
YET 兼·融之道 吉井忍 / 寻找接纳你的地方	010
时尚 刘旻 / 生活很忙，心不忙	016
专题 在今天，吃什么，怎么吃，和谁吃	032
埃利亚松 / 埃利亚松工作室食堂：『食物把我们黏合在一起』	034
安倍夜郎 / 画出《深夜食堂》的他，不是美食家，习惯	048
一人食 / 有自由，也有孤单	054
柯雨 / 在这家纽约画廊里，吃饭是件正经事	062
史法兰 / 田野里的生活家	084
詹宏志 / 从一个『被照顾的人』到一个会做饭的人	088
卡米拉 / 『最好的快餐，是从花园中直接摘下来的』	100
匠心 刺子绣 / 器物是无暇懒惰的	130

探享家系列特集独家赞助方：

LEXUS 雷克萨斯中国 · 丰田汽车（中国）投资有限公司

探享家：食物中的人情味

策划编辑 / 蔡欣

责任编辑 / 李英

营销编辑 / 王雨

策划推广 / 中信出版社

出版发行 / 中信出版集团股份有限公司

承印者 / 鸿博昊天科技有限公司

出品方 / LEXUS 雷克萨斯中国

丰田汽车（中国）投资有限公司

出品人 / 法满

策划方 / Lens Brand Lab

策划人 / 王雪

wangxue@lensmagazine.com.cn

总经理 / 张帆

编审 / 娄军

编辑总监 / 胡阳潇潇

编辑 / 刘之瑶 刘楚楚

撰稿 / 格温

流程编辑 / 汪洁漪

平面设计 / 陈杨

图片处理 / 欧阳羽

法律顾问 / 国浩律师（上海）事务所

投稿邮箱 / author@citicpub.com

开本 / 787mm × 1092mm 1/16

印张 / 8.5

字数 / 125千字

版次 / 2019年3月第1版

印次 / 2019年3月第1次印刷

广告经营许可证 / 京朝工商广字第8087号

书号 / ISBN 978-7-5217-0004-6

定价 / 58.00元

版权所有 · 侵权必究

凡本社图书，如有缺页、倒页、脱页，由销售部门负责退换。

服务热线 / 400-600-8099

投稿邮箱 / author@citicpub.com

图书在版编目（CIP）数据

探享家：食物中的人情味 / Lens品牌实验室著. --
北京：中信出版社，2019.3
ISBN 978-7-5217-0004-6

I. ①探… II. ①L… III. ①社会科学—通俗读物②
饮食—文化—通俗读物 IV. ①C49 ②TS971.2-49

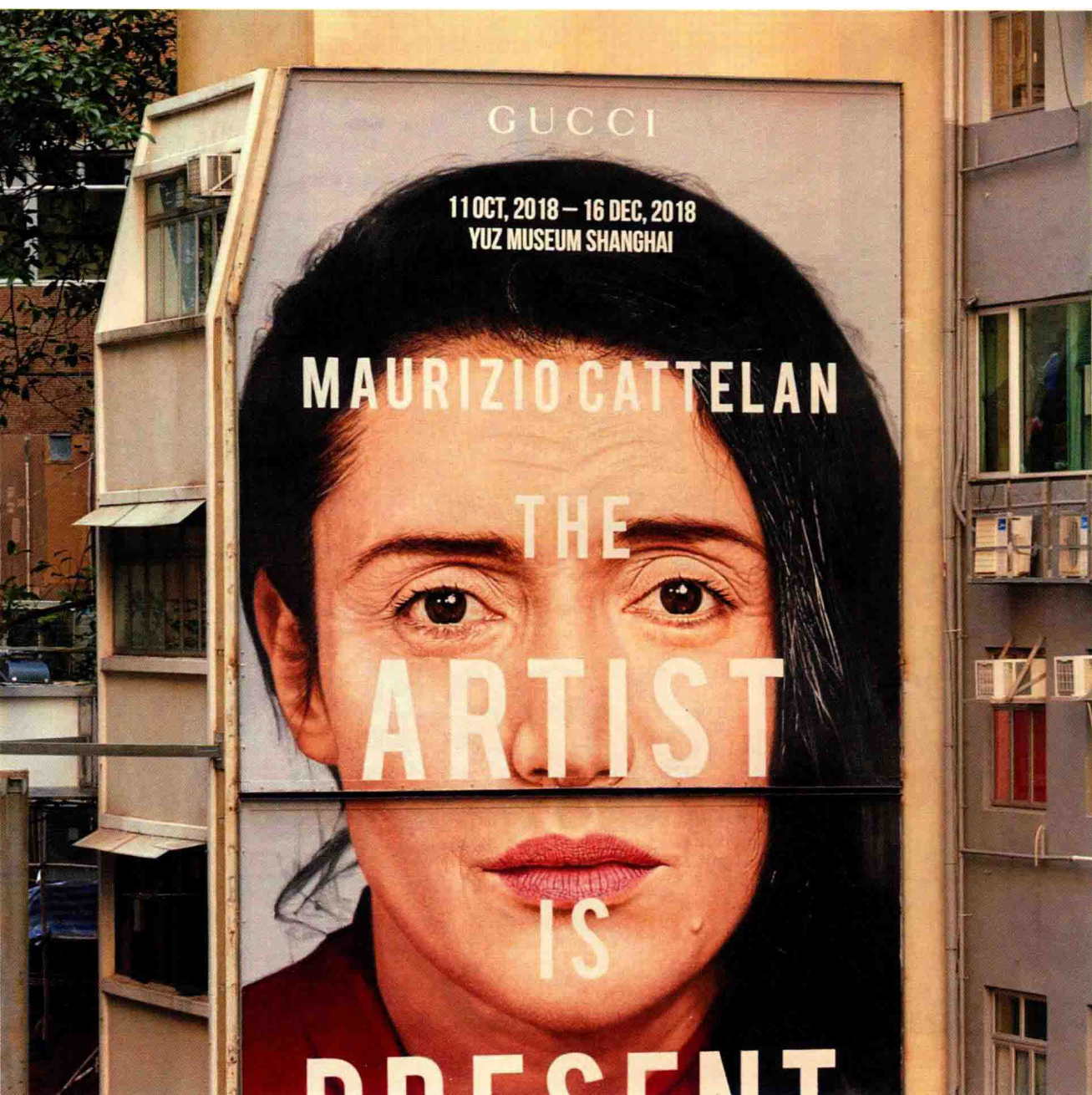
中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第019146号

声音



“ 我的艺术是用创伤制造出来的。 ”

——在新近上映的纪录片《草间弥生：无限》中，这位89岁的艺术家如此总结自己的生命和创作。年轻时，作品被前辈抄袭后愤然跳楼；因为作品太具争议性而遭受家人和朋友的反目；在精神病院里创造出了经典波点，并且直到今天还住在精神病院，只是每天到位于病房隔壁的工作室创作……草间弥生在纪录片中袒露，她一直将绘画作为一种自我治疗的方式。



“

复制就像亵渎：

它可以被视为对上帝的不敬，

但同时也是对其存在的郑重确认。

”

——艺术家莫瑞吉奥·卡特兰 (Maurizio Cattelan) 如是说。2018年10月，在古驰的支持下，他在上海余德耀美术馆策划了一场名为“艺术家在此”的展览，名称借鉴自2010年玛丽娜·阿布拉莫维奇在纽约现代艺术博物馆的个展“The Artist is Present”。展览邀请了超过30位中外艺术家，对艺术原则展开了新的讨论：提出“挪用”与“复制”或许也是一种创作。

“

节食毁了我的新陈代谢, 还让我的脑袋变得一团糟。

我一生都在和自己身处的这个利欲熏心的产业抗争,
假如能早点有所觉悟, 我就不会听信他们的任何谎言。”

”



——艾玛·汤普森 (Emma Thompson) 如此谈论演员职业的压力和虚荣。但她坦言, 今天的好莱坞已经和她年轻时全然不同, 女性所能进行的抗争非常有限。“拿#MeToo来说, 年轻时, 行业里年长的男性总想勾搭我, 但一旦被拒绝, 他们就会把我的态度认真当回事。”

“我成了祖父，在享受和孙子们在一起的快乐时光时，却不用对他们承担直接的责任……
现在，名气对我来说也不是大问题，年轻时人们过度的关注曾让我非常焦虑，
但现在我能自由地进进出出，很高兴会有人来打个招呼，或者来合个影。”





“对成年人来说，自由时光非常稀缺，该如何度过？我们会不由地理性考虑起投入产出
的问题。我们想的不再是某件事是否能让自己变得快乐，而是去考虑它的价值、
它对我们实现人生目标的作用：这件事能让我更有钱、更苗条、更成功、更可爱吗？”

——陶艺家罗斯·斯托克斯 (Rose Stokes) 说。她曾经是名普通的城市白领，发现自己的专注力被现代科技消磨得非常短暂，总去参加并不感兴趣的社交活动。当妈妈提出让她用兴趣爱好塑造一个属于自己的安静空间时，她却陷入了迷茫，发现成年人的“爱好”充满了功利色彩。最终，她重拾起小时候喜欢的陶艺。



“ 时尚是个无比自私的生意，
你所想的就只有：我，我，我。 ”

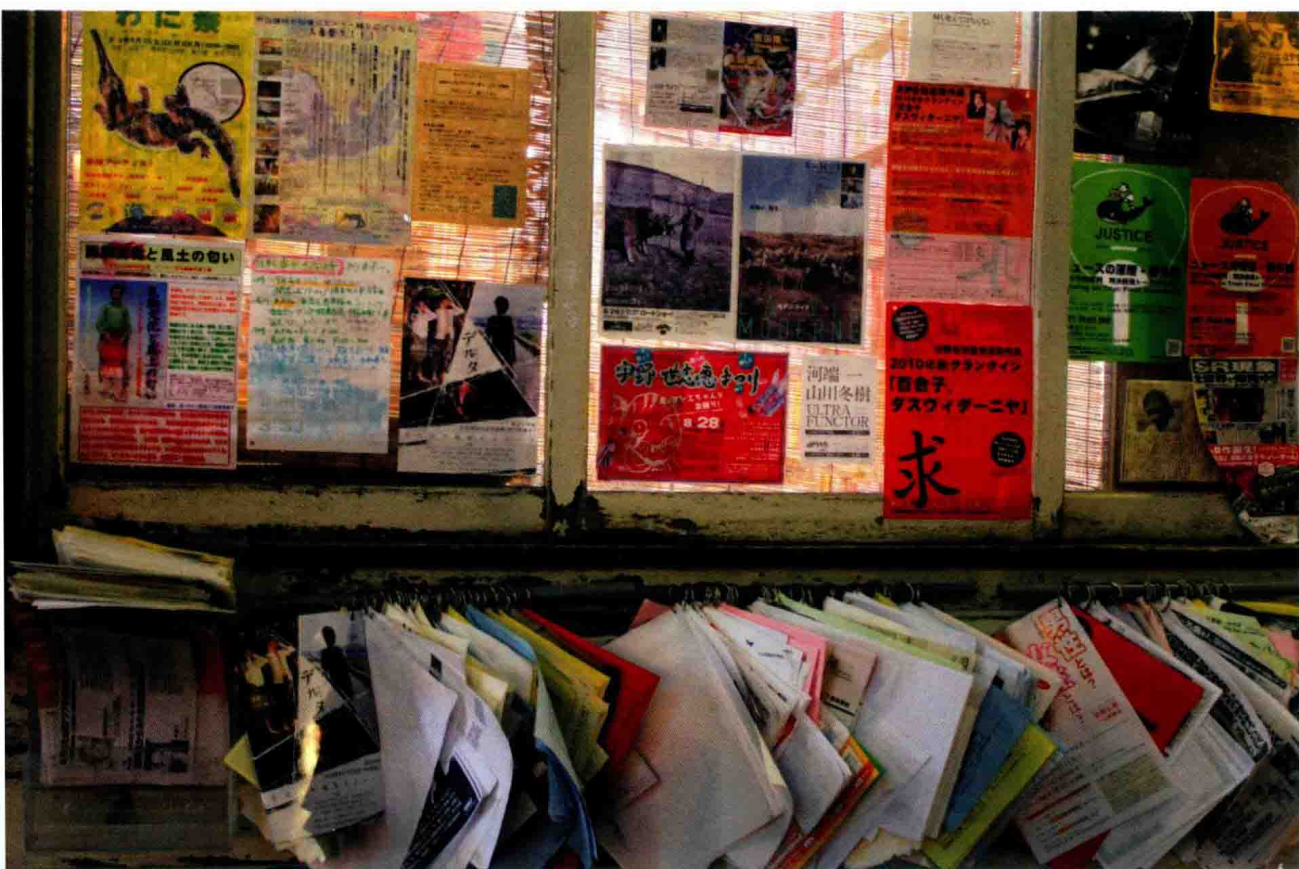
——英国时装设计师侯赛因·卡拉扬 (Hussein Chalayan) 说。他曾两次获得年度英国设计师的称号，还为比约克做过许多年衣服。但出于对时尚的反思，卡拉扬决定成为一名教师，“教师是份充满同情心的职业”，这让他更多地想着他人而不是自己。

“人们当然渴望在时尚杂志上看到许多的影视明星, 以及一个魅力无穷的世界, 但今天, 这类杂志真正应该提供的, 可能是诚恳、透明, 并且能让人信任的内容。”

——英国版《GQ》杂志主编迪伦·琼斯 (Dylan Jones) 如此谈论今天的时尚杂志所应提供的内容。迪伦认为, 时尚杂志应该更多地讨论这个时代人们的痛点: 普遍的精神抑郁、身为父母的压力、对性别角色的再思考, 以及生老病死中不得不面对的沉重话题。

“75岁以上的人中, 有27%说他们经常感到孤独。
而16到24岁的人中, 有40%说他们经常感到孤独。”

——英国广播公司 (BBC) 一项名为“孤独实验”的调查揭示出令人诧异的数据。BBC分析说: “让年轻人更感孤独的可能不是现代生活, 而是年轻本身。这是个过渡时期——离开家、上大学、开始新工作……同时年轻人也在努力弄清楚自己是谁, 找到自己在社会中的定位。此外, 年轻人还没有习惯孤独的感觉, 还不知道它终将过去。”



YET兼·融之道

吉井忍 寻找接纳你的地方

文字/格温

食物即日常

“你要吃巧克力吗？”吉井忍从随身的挎包里取出一盒红色巧克力，掰下一块递给我。

那是一款冬季限定的朗姆酒葡萄干巧克力，是她特意从日本带过来的。

许多人认识吉井忍也是从食物开始的。

2014年出版的书籍《四季便当》里，有吉井忍制作的四十道便当，还有关于便当的记忆。书出版之前，她在豆瓣已经写了三年日志，记录下每天给丈夫准备的便当：河童卷、章鱼香肠、香菇塞肉……有时候，她把以肉为主的便当叫做“肉食女子”，以菜为主的叫做“草食男子”。

她说：“写便当的时候比较温柔一些。”

吉井忍这次回北京，是因为想吃一碗牛肉面。

现在在东京很流行吃兰州拉面，很多人觉得和日本的拉面不一样，“很新鲜，也很贵，人民币大约90元一碗”。

有一回，她坐电车过去吃，碰巧老板不在，于是她等了两个小时终于吃到了老板的手擀面，结果发现，还没有北京十几块一碗的拉面好吃。于是买了机票回到北京。

“寻找”的感觉像感染一场疾病

22年前，在日本念大学的吉井忍到成都留学一年。那时，大多数同学都会选择去欧美留学。

而吉井忍预感自己会喜欢中国。后来，她结婚后居住在上海

图书馆附近的一幢老房子里，和楼里的邻居们在公共厨房里并肩做糟毛豆、百叶结、红烧肉，抑或是在北京的各个公园里，看很多人跳舞，冬天在湖上滑冰……

来到中国的第一天是在上海转机，她去便利店买一瓶矿泉水，或许是中文表达能力不足，服务员把矿泉水和零钱一并扔给她。

在日本，服务员对客人“必须非常礼貌”，但吉井忍并不讨厌那位中国服务员的做法，反而“觉得很有人性呐。我们之间是一种公平的感觉”。

到了成都，过着十点钟上完课就可以去逛茶馆和食肆的日子，钟水饺、红油抄手，辣是她钟爱的味道。

离开成都之后，吉井忍又去往位于偏僻山上的法国农场、热爱生活的台北、热情又乐观的马尼拉和包容的北京。

“生活在哪里很重要，因为当地的氛围会影响到你。这无关生活水平的高低或环境好不好，就是要看你会不会喜欢当地的文化、习俗、气候等，或当地会不会接纳你的存在。”

那时候二十多岁，吉井忍一直在寻找自己想做的事情，“到底



“我在摸索舍看到的是人们的欲望、希望、渴望的原型，也是原石。”探访摸索舍之后，吉井忍在《东京本屋》中这样写，“店里看书、选书，店员不会管你，反正他总是忙别的事，不时有人来找他们。你离开时也不会说什么。人来不拒、去者不追，可能在这儿我找不到想要的书，但是你总会感觉到，荒地般的自由和它的寂寞、宽容。”