

## 新玩法

## 运动+休闲

闲暇时间,去运动还是外出观光旅游?当你还在为两者择一而纠结时,一个有关运动休闲旅游的新概念或许会引领你步入健康快乐的新生活。运动是最有助于亲近自然,放松身心的方式,无论是日渐普及的潜水,还是广受欢迎的骑行,人们正面对更多也更为有趣的运动休闲方式。行程上只有惊喜,没有遗憾。



## 潜水

投身到大海中的时候,我就意识到自己的力量是如此的薄弱。依赖着氧气瓶和空气,在陌生的外国教练面前,我只有全身心地信任。而当渐渐习惯这一切之后,珊瑚的触感和指间划过的热带鱼不仅让人体验到海洋的奥妙,更在那碧绿的世界中慢慢地忘记了时间,烦恼和紧张,我只记得,我是一条鱼。

海南三亚是我们最容易前往的潜水胜地,同时,世界各地还拥有更多值得称道的潜水乐园,红海、马尔代夫、印尼、马来西亚沙巴斯巴丹等都是不错的选择。



## 骑行

一部电影《转山》更是让骑行火爆时尚。除了成熟的常规的单车绿道之外,还有众多好玩的线路可供选择。位于广东省肇庆市七星岩景区的全国首条有氧运动观光自行车道,全长10公里,全线分为鸟语仙境段、浪漫怀旧段、拂尘踏香段,就是一个既可赏湖又可观山的自行车游道。

## 旅途 JOURNEY

## 与邮轮一起起航

□ 陈伊



在皇家加勒比海洋航行者号邮轮上,我真切地体验了一次别开生面的邮轮旅游。

我的旅程是从天津出发,前往韩国济州岛。坐邮轮,现在已经成为很多北京、天津人前往韩国旅游的选择。皇家加勒比海洋航行者号邮轮是一艘吨位达138000吨,可容纳5000人的豪华邮轮。登船后,一切安排妥当,我就迫不及待地来到船上著名的室内活动最集中的皇家大道。大道两旁是销售世界知名品牌商店和规模大小不一的酒吧。走上市甲板,我惊讶地看到,上有画出红线的跑道、标准尺寸的篮球场、攀岩石、迷你高尔夫、乒乓球桌,以及不同规格的游泳池和冲浪池,有些客人已经迫不及待地换上运动衣衫开始海上运动了,一些孩子和老人则坐在泳池边和摆放好的躺椅上,晒太阳吹海风看大海,好一个悠闲场景。不光是这些,船上11层设有装备齐全的室内健身房,客人可以免费使用。在那里,还能听到一些专业人士介绍养生保健知识的讲座。

晚餐在晚上6点准时开始。国际邮轮上的晚餐是正规的西餐,头盘、主菜和甜点,每一道都不少。餐厅里的服务员来自30多个国家,能讲中文的人很少。这些经过专业培训的服务员眼明手快,细致入微,每两个人负责两张桌子。很多中国游客并不习惯吃牛排和羊排,而中国菜出现在邮轮上却很困难。这艘邮轮上的所有厨师都持有北美规模最大的美国烹饪联盟的执照,船上每道菜都必须将照片和配料发送到迈阿密,由总部拍板决定才能做。尽管此行客人多来自中国,为此增添了稀饭和面条,但也是得到总部批准后才做的。服务员解释说,“即使总部同意,我们也要看供应商是否有货,因为我们是全球采购;即使有货还要看大厨们是否会做,我们这些一签约就在船上工作7个月的船员也非常想吃青菜呀,我多想吃土豆丝炒青椒,但没有得到总部批准,我们什么都不能做”。

邮轮上最热闹的莫过于晚饭后的夜生活。这里不仅能看到真实冰场上的花样滑冰表演,还能坐在3000人的珊瑚大剧场里,欣赏来自美国百老汇的演员们演出音乐舞蹈和杂技表演,让来自中国的游客们体验了一把充满着异国情调的美式风格艺术。

海上的夜晚静悄悄,除了游船上的灯光,海面上漆黑一片。我在游船微微的摇晃中进入梦乡,等待第二天一大早看海上日出,并登上韩国济州岛。

## 京广高铁·南北风光各不同

## 梦回远古访中原

□ 闫 静



和80多岁的奶奶一起喝茶时,奶奶评价说,“这茶怪醇哩”。一个“醇”字,听得我吃惊不已。因为奶奶并非出身书香世家,也非大家闺秀,而是从未受过教育的农妇,却能说出这种文绉绉的话。

其实,在河南的村村落落,常常能从老辈人嘴里听到这种很有文化味儿的话,比如他们说车轮的时候都说“轱辘”,说到抱孩子时都说“携”孩子……

中原自古以来就是主导整个中华文明发展的核心地域,历史悠久,文化底蕴深厚。这种老辈人口中不经意间流露出来的文化,正是厚重的中原文化的一种表现。

得中原者得天下。从夏朝到宋代3000多年间,河南一直是中国政治、经济和文化中心,先后有200多位帝王建都或迁都于此,几度形成政治文明的巅峰与辉煌。让我们搭乘京广高铁,开启一次梦回远古的古都之旅吧。

## ○文字·方鼎

乘坐京广高铁,进入河南的第一站就是殷都安阳。中学历史教科书上的“司母戊”大方鼎,就是在安阳市西北郊小屯出土的,现在这里成了一个旅游景点——殷墟。殷墟宗庙遗址,有着50余座宫殿、宗庙,距今已有3300多年历史,体现着以甲骨文、青铜器为代表的殷商文化。在这里,我们可以看到最早的文字甲骨文,感受庞大雄浑的“司母戊”大方鼎,触摸中国文化的童年。

## ○烩面·功夫

过了安阳,再往南走40多分钟的车程,就到了夏商故都郑州。

曾经在郑州生活过4年,在有关郑州的记忆中,我最惦记的莫过于那碗热气腾腾的羊肉烩面。郑州人爱吃烩面,说郑州是一个烩面城也不过分,仅标有“烩面”字样的饭店,郑州就有4600余家。一般的烩面馆,不大,装修也

不甚讲究,菜式也很简单。坐定后,来一碗烩面,再加简单的凉菜,比如拌面筋,拌土豆丝之类的,就是一餐令人人大快朵颐的美食。河南的羊肉烩面,面宽而厚,讲究筋道、爽滑、绵软,汤浓而鲜,辅以粉丝、海带丝、枸杞、香菜等,美味无比。背井离乡的我,曾多次在居住地找寻羊肉烩面馆,却再没有河南烩面的正宗味道。也因此,曾经为了一碗合记烩面,我差点误了回程的飞机。

郑州地处中原,现在又是全国的交通枢纽,南来北往、东进西出,各种文化在此汇合交融。饮食文化也是如此,有人说,郑州的羊肉烩面其实是取了山西刀削面的面、兰州拉面的汤、陕西羊肉泡馍的菜融合而成的,这也正体现了中原文化的兼容众善、合而为体。

饱餐之后,可以去领略一下少林功夫的风采。郑州登封坐落着中岳嵩山,“天下功夫出少林”的少林寺就在山上。“十三棍僧救唐王”的历史传奇,帮助戚继光抗倭立功的光辉业绩,使少林寺闻名遐迩。李连杰主演的电影《少林寺》,更是让大众都知道了这里。在少林寺,你可以聆听千年古刹的晨钟暮鼓,去塔林感受远离世俗的纯净与安然,也可以看少林武僧们弄枪耍棒,领略中国武术的神奇魅力。

## ○牡丹·豫剧

郑州西部不远处,便是十三朝古都洛阳。人们对洛阳的印象,大概是从违命武则天“花须连夜发”的牡丹开始。自唐以来,洛阳牡丹便有了“甲天下”的美誉。北宋时期就有“花开花落二十日,一城之人皆若狂”的观花习俗。每年3月,洛阳的牡丹花会上,各色的牡丹竞放,美不胜收。

在河南,有一种独特的文化现象。河南最火的电视节目不是当今流行的相亲节目,也不是综艺节目,而是一档戏剧节目《梨园春》。在这个节目里,不论年龄,不论地域,只要你唱起韵味十足的豫剧,就会赢得观众的掌声,

老少戏迷皆成朋友。洛阳就是豫剧的发源地之一,这一带的豫西调擅长表现悲剧风格的剧目,男声苍凉悲壮,女声低回婉转。

河南人对豫剧的喜爱与情感,是其他人无法想象的。我的父辈们,人人都会唱几句,奶奶更是听说哪个村子有“戏”,便早早地做好准备,安排家人送她去听“戏”。

“刘大哥说话理太偏,谁说女子享清闲;男子打仗到边关,女子纺织在家园……”豫剧大师常香玉在上世纪50年代,用义演的收入为志愿军赠送一架战斗机的义举,至今仍为人们津津乐道。大师的做法,也是河南人行事做人大气、大度的一种体现。

## ○古都·黄河

郑州的东部,是七朝古都开封。开封是宋朝时期的首都,也是当时繁华的国际大都市,这一点在宋朝画家张择端《清明上河图》里得到了极好的表现。现在的开封人也特地建了清明上河园,展现开封曾经的辉煌与繁华。龙亭、大相国寺、开封府、天波杨府,也集中展现了开封作为宋朝繁华鼎盛百余年故都大宋文化特色。

开封也是一座因黄河而生的奇特城市:地下,历次黄河水患使开封6座古城池深深淤埋于地面之下;地上,则因黄河泥沙淤积使河床不断抬高,形成了河高于城的“地上悬河”。从金代黄河向南大改道以后的1000多年间,黄河决口300多次,其中大水进城就有7次。

黄河的一次次吞噬,渐渐掩埋了北宋东京城(故址),直至从地面上消失。然而,毁也黄河,功也黄河,黄河的泥沙使得东京城免遭更多的兵火风沙摧残,较完整地保存下一份丰厚的文化遗产。今天,在北宋东京城新郑门城摞城遗址博物馆,人们就能看到展示门摞门、城摞城、路摞路、桥摞桥等景观。建城2000多年的开封,中轴线却奇迹般没有变化,这是顽强向上的典型代表,也是世界文明史上的一个奇迹。

## 破旧其表 从容其里

□ 王 劲



“破”,大概是很多北京来客对柏林地铁的第一印象。除了2009年新通车的U55线,运行百余年的柏林地铁,绝大多数线路都难免时间洗涤出的沧桑。这种感觉既来自站台上掉色的碎砖,也浮现于车厢上斑驳的涂鸦。

但柏林地铁仍旧会让平日乘地铁通勤的北京人羡慕,因为在这座“仅有”300多万居民的德国第一大城市,即便在上下班高峰期间,乘地铁出行也不是一场熬人的苦旅,顶多道一句“借光”,乘客便可相当从容地在车厢中穿行。

从容也体现在乘地铁出行的便利上。里程累计140多公里的10条地铁线路,覆盖了柏林市区和近郊,城市的大多数要冲都可乘地铁直达。而乘客在每座地铁站又可方便地换乘有轨电车、公交巴士或城铁等公共交通工具,它们一并构成了交通图上覆盖整个柏林的纵横网格。

因此,如果说“破旧”是柏林地铁之表,则“从容”可谓其里。进入柏林地铁非但无需经过安检,连验票闸机这一关也免了。人们可以径直从街头一步不停地走进地铁车厢。这是因为,柏林地铁并非单独的经济实体,而是与有轨电车和公交巴士同属公营的柏林运输公司(BVG)运营,所以持有BVG公交系统各种有效车票的乘客都可直接乘坐地铁。例如,乘客如果在有轨电车上投币购买

了普通的市区单程票(打票后两小时内可在指定区域内使用公共交通工具,中途可转乘城铁、巴士及有轨电车,次数不限,但不得乘坐返回打票车站的车辆),便可从容不迫地走进地铁继续旅程。

不过,如果在地铁站现买票,乘客还须在自动售票机出票后再主动把票插到打票机里,打上时间和始发站的标记,以备检查。因为虽然从表面上看,柏林地铁没有验

票闸机,也没有专人售票和一一查票、购票与否似乎全凭自觉,但无形的闸机还是存在的。BVG的专职查票员会不定期地在地铁、有轨电车和公交巴士上查票。查票模式类似警方筛查逃犯:两名不苟言笑的便衣查票员分别从前后车门进入车厢,出示证件,然后逐个检查乘客的车票。逃票者会被当场处以普通车票票面价值20倍左右的罚款。虽然笔者在柏林期间乘坐公交一个月也只遇到过一次这样的“围堵式”查票,但相信正是这种潜在的威慑促使人们自律,也保障了乘客自由随意出入地铁的从容。

同北京地铁一样,柏林地铁也是城市匆忙的动脉。上班族每天在其中穿行,偶尔也有讨生活的乞丐游走于车厢之间。行人在地铁走廊匆匆而过,立在墙根的街头音乐家兀自沉浸在自己营造的听觉世界里。也许正是那穿透杂沓脚步声飘荡在走廊里的巴赫大提琴曲,才是柏林地铁从容姿态的真正注脚。

