

中国民航

CAAC INFLIGHT MAGAZINE

UNDERWATER PARADISE
负海拔天堂

ISSN 1003-6253



2020年1月 总310期

官方微信

2020年度指环

仅献给全球220位特别的您

MOMENTS OF GLORY.

荣耀时刻



您将在2020年收获哪些荣耀时刻呢？
请与我们分享您的故事。

WAHRE WERTE

Wellendorff

Beijing 北京
Hotel Lobby, China World Hotel
国贸 中国大饭店 大堂
Tel: + 86 10 65052518
官网: www.wellendorff.com

Hangzhou 杭州
Ground Floor, Tower D, Hangzhou Tower
杭州大厦购物城 D 座 一层
Tel: + 86 571 86931821
官方微信 & 微博: 华洛芙 Wellendorff

此周年纪念系列在特选珠宝商及以下城市的华洛芙精品店有售：
柏林 • 杜塞尔多夫 • 法兰克福 • 美因茨 • 斯图加特
慕尼黑 • 卢森堡 • 维也纳 • 香港 • 北京 • 杭州 • 东京 • 旧金山。

这一刻 与众不同

刘亦菲

刘亦菲是亚洲具有个人风格的知名演员。
同时，她也是位歌手，并擅长钢琴和舞蹈。
她从15岁开始自己的演员生涯，至今，
已有15部电影作品。



TISSOT LE LOCLE LADY
AUTOMATIC.
天梭力洛克系列女款



T+TISSOT 天梭 此刻·由我



精品店：巴黎—伦敦—纽约—北京—香港—新加坡—新德里—迪拜—莫斯科—苏黎世
产品咨询电话：北京 (010) 5763 3189 上海 (021) 2412 5114 广州 (020) 6660 4092 沈阳 (024) 2358 9833
售后服务热线：400-670-1853 购买时请到天梭官方授权零售商店及天梭在线精品店

TISSOTWATCHES.CN
TISSOT. INNOVATORS BY TRADITION



扫一扫 探索更多

XIAO
GUAN
CHA
小罐茶®
Modern Taste Chinese Tea

广告



小罐茶官方微信

福气年·小罐茶
XIAOGUANCHA
Chinese fu cha

福气年·小罐茶
XIAOGUANCHA
Chinese fu cha

福气年·小罐茶
XIAOGUANCHA
Chinese fu cha



福气年 小罐茶®

CHINESE FU CHA

福 | 園 Prince Kung's Mansion 恭王府

福气年·小罐茶
XIAOGUANCHA
Chinese fu cha

福气年·小罐茶
XIAOGUANCHA
Chinese fu cha

小罐茶® × 恭王府® 隆重敬献
“天下第一福”新年定制茶



大红袍茶 / 铁观音茶 (浓香)
台湾乌龙茶 (冻顶) / 小罐红茶 / 茉莉花茶

天猫 TMALL.COM

京东 旗舰店有售

免费送货
货到付款

400-815-9666

招商热线: 400-667-9929
xiaoguancha.com

北京: SKP B1层/翠微百货A座B1层 上海: 浦东八佰伴商场1楼 广州: 天汇广场负2层 深圳: 福田山姆2层 天津: 海信广场B1层 南京: 德基广场二期B1层 成都: 环球购物中心2层
杭州: 杭州大厦501城市广场1层 西安: 高新中大国际商业中心4层 兰州: 东方红广场国芳百货1层 大连: 友宜商城中山店B1层 长春: 欧亚卖场1层 哈尔滨: 麦凯乐1层
郑州: 大卫城B1层 济南: 恒隆广场东塔3层 青岛: 海信广场4层 合肥: 银泰中心百货B1层 太原: 天美新天地5层 沈阳: 万象城负1层 南昌: 财富购物广场1层 南宁: 万象城B1层
武汉: 武商广场1层 重庆: 星光68 LG层 呼和浩特: 维多利国际广场1层 石家庄: 先天下购物广场1层 乌鲁木齐: 美美友好购物中心4层 西宁: 王府井百货1层 长沙: 友宜A座5层

金鼠来财

江小白

单纯高粱酒

Chinese zodiac souvenir edition

国潮年味

金鼠来财·鼠来运转

金鼠新年祝您：

驾麒麟：麒麟祥瑞；

伴锦鲤：锦鲤福来；

新年快乐！

中国·重庆 | 重庆江记酒庄有限公司

江小白, 2020鼠年生肖版

限量发售



40度



500ml



生肖版



两瓶装



国潮年画 精致工艺

单一高粱酿造

传承重庆小曲酿造工艺



京东

江小白

京东超市

江小白京东自营旗舰店

超级符号就是超级创意

华与华是企业的战略营销品牌终身顾问

华与华是超级符号方法的发源地，超级符号是品牌创建和营销传播的正道，因为一切传播都是符号的编码和解码，而超级符号，就是选择信息承载能力强、传播效率高、对消费者行动影响力大的符号来进行编码。十七年来，华与华用超级符号方法，在中国市场原创打造了一大批人们耳熟能详的品牌，为什么人们会对这些品牌耳熟能详？因为我们使用了大众耳熟能详的语言或视觉符号进行编码，这就是华与华的超级符号方法。

华与华的代表案例包括：

- 1、我爱北京天安门正南50公里，固安工业园区。
- 2、爱干净，住汉庭。
- 3、I ♥ 莪，西贝莪面村。
- 4、晒足180天，厨邦酱油美味鲜！
- 5、专业老人鞋，认准足力健。
- 6、新东方，老师好！
- 7、洽洽，掌握关键保鲜技术。
- 8、一个北京城，四个孔雀城。
- 9、知识就在得到，得到APP。
- 10、小葵花妈妈课堂开课啦！葵花儿童药。
- 11、拍照大声喊田七，田七牙膏。
- 12、三精制药，开创口服液蓝瓶时代！

华与华以“所有的事都是一件事”、“一次做对，一次做全”的理念，为企业提供从企业战略、产品开发到品牌管理的完整服务，并由此成为企业的战略营销品牌终身顾问。华与华的服务项目包括：企业战略、品牌超级符号、品牌谚语、产品开发创意、包装设计、广告创意设计、品牌资产管理等等。



华与华创办人：华杉、华楠兄弟

经营使命：让企业少走弯路 核心价值观：不骗人、不贪心、不夸大



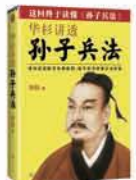
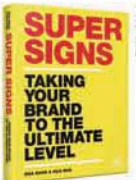
上海华与华营销咨询有限公司

021-52360827

www.huayuhua.com hyh@huayuhua.com

不投标 不行贿 不拖款

企业精神：真人真心真本事 经营理念：悦近来远 终身服务

类别	产品内容	价格	咨询/报名
1. 咨询	华与华全年全案营销咨询服务 让企业少走弯路，一次做对，一次做全 为企业提供企业战略咨询、品牌超级符号、品牌谚语、产品开发创意、包装设计、广告创意设计、品牌资产管理等全年全案服务。	根据公司规模及业务复杂程度 ¥500万 - 2000万/年	2002 业务电话 021 52360827
	华与华超级符号®品牌课（第三期） 三天学习华与华，品牌困惑一扫光 华杉亲授超级符号品牌课，教你真正学会做品牌，懂得积累品牌资产，避免品牌营销废动作。	2020.4.24-26 上海·仅限40人 ¥9.9万/人 *大专院校相关专业老师可申请免费名额	扫码报名 
3. 大赛	华与华百万创意大奖赛（第七届） 超级案例公开竞演 现场听一天，相当于在华与华学一年。	2020.12.12 ¥1万/标准席 ¥1.5万/VIP席	扫码购票 
	华杉在线音频（得到APP音频课） 《华杉讲透 孙子兵法·30讲》 《跟华杉学 品牌营销·30讲》	APP内搜索 华杉	¥99元/门 下载得到APP 
5. 文库	华与华文库 现已出版图书14本 当当、京东、亚马逊搜索 华杉  ¥74.90  ¥68.00  ¥68.00  ¥59.90  ¥39.80  韩文版  ¥46.80  英文版  ¥85.00  ¥46.90  ¥72.00  泰文版  繁体版  ¥46.80 战略营销品牌 讲透儒家经典 讲透孙子兵法 讲透资治通鉴		

CONTENTS

ISSUE 1 2020



38

COVER STORY 封面故事

UNDERWATER PARADISE 负海拔天堂

翻身投入一片蔚蓝, 抛弃重力, 无谓方向,
犹如数亿年前就漂浮于此的原始单细胞生命。
欢迎重返地球71%的世界。



封面作者
小谢



华商移民

CHINESE BUSINESS IMMIGRATION

CBHEC

全球资产配置专业服务商

"AAAAA"诚信企业/专注投资移民20年/客户信赖移民机构

400-135-1988

+852-2109 1919 3520 0810

中国香港/深圳/上海/北京/广州/福州/塞浦路斯/葡萄牙/新加坡

更多移民资讯登录：www.cbiec.com

移民就要一步到位 购房赠欧盟身份

**直接投资200万欧元购置塞浦路斯房产
并向塞浦路斯政府捐款15万欧元**

每年固定租金回报，房产永久产权世代传承；
一人投资，全家三代同获身份(含28岁以下未婚子女)；
无资金来源/经商要求，6个月入籍尊享欧洲32国居民待遇；
免签证畅行165个国家和地区，涵盖绝大部分发达国家。

根据《欧盟条约》8.1条规定：

任何一个欧盟成员国公民都是欧盟公民；

根据欧洲经济区和欧盟法律规定：

欧盟公民可随意在德国、瑞士、法国、瑞典等32个欧洲发达国家自由生活、享有居住国当地居民同等权利(如教育、就业、医疗等)

购房赠希腊永居

投资25万欧元以上购置希腊房产，一人申请全家三代同获永居；
申请3-6个月可获批准，免签自由畅行26个申根国家；
无学历、语言、商业背景要求，免费享受公立教育及医疗等福利。

**本公司在欧洲多国设有直属办公室
华商服务，绝不外包！**

华商传统移民项目推荐：

澳大利亚/加拿大投资移民：

中国香港优才/专才/企业家/留学定居：

圣基茨/安提瓜/多米尼克/格林纳达/瓦努阿图等多国护照



CONTENTS



34

CELEBRITIES TALK 名人坊

MA WEIDU

马未都

万物并作 吾以观复

他在时间的长河里找一些线索，
选取片段，讲一段故事。

“历史没有真相，只残存一个道理。”

18
NEWS
记事

22
FRONTIER
新知

跑道你为什么这么有型？

23
KNOWLEDGE
常识

听空姐讲那颠簸的事情

28
DISCOVER
发现



76
FASHION
穿戴

TEXTURE HOT DRINK COLOR
暖冬特调 质感热饮色

广告

工欲善其事,必先利其器

投创业板“指”选易方达

易方达
创业板ETF 159915

易方达创业板ETF联接
A类 110026 C类 004744

基金管理人:易方达基金管理有限公司
基金托管人:中国工商银行股份有限公司



基金有风险，投资需谨慎。请投资者关注标的指数波动的风险。ETF（交易所交易基金）以及ETF联接基金投资的特有风险。根据自身的风险承受能力、投资期限和投资目标，对基金投资作出独立决策，选择合适的基金产品。基金详情及风险收益特征详见基金法律文件和交易所、中国结算公司相关规则。

 易方达

CONTENTS



84

STEER 悦驾

FAST AND FURIOUS – THE HISTORY OF POLICE CARS
肾上腺素的暴力表达

缉盗捕恶，千里追凶，
魔道之间此消彼长。
烟尘过处，早已不是刀剑马蹄的披星戴月。

74
LIFE SCIENCES
生命科学

82
LIFESTYLE
乐活

88
HEALTH TECHNOLOGY
健康科技



100
WINE
美酒

GREEK WINE – RICH HISTORY AND RECENT REBIRTH
酒神眷顾之地的美酒复兴



92
ART
艺术

YAN BEI'S ART WORLD
飘逸的笔墨与多维的人生
——关于雁北和他的绘画

如有兴趣请拍照保存
请勿将此页撕下带走



湖北群艺——中国积分制管理发源地
李荣先生——中国积分制管理创始人



中国积分制管理全国1000场巡回讲座报名指南

学正宗积分制管理一定要认准湖北群艺，原创人主讲的就是不一样

为了让更多的人了解积分制管理，让更多的企业、单位学习引进积分制管理，中国积分制管理研究院、积分制管理学院、湖北群艺集团计划在全国各大中型城市举办上千场积分制管理讲座，请提前预约报名，越早报名价格越优惠。（本期公布74场讲座，每月还会新增讲座，请扫二维码查看每个城市的报名电话和了解更多内容）



李荣 中国积分制管理创始人
湖北群艺集团董事长

场次	讲座时间	讲座地点
938场	1月11日	云南昆明
939场	1月12日	河南郑州
940场	2月	江西南昌
941场	2月	湖北武汉
942场	2月	重庆
943场	2月	天津
944场	3月	广东深圳
945场	3月	江苏南京
946场	3月	北京
947场	3月	四川成都
948场	3月	江苏盐城
949场	3月	浙江金华
950场	3月	贵州贵阳
951场	3月	广西南宁
952场	4月	广东广州
953场	4月	湖南长沙
954场	4月	河北石家庄
955场	4月	陕西西安

场次	讲座时间	讲座地点
956场	4月	内蒙古鄂尔多斯
957场	4月	山东济南
958场	4月	浙江温州
959场	4月	江苏苏州
960场	4月	江苏连云港
961场	5月	上海
962场	5月	浙江杭州
963场	5月	黑龙江哈尔滨
964场	5月	山东青岛
965场	5月	山东东营
966场	5月	内蒙古包头
967场	5月	甘肃兰州
968场	5月	青海西宁
969场	5月	广东佛山
970场	6月	广西南宁
971场	6月	广东深圳
972场	6月	河北石家庄
973场	6月	安徽合肥

场次	讲座时间	讲座地点
974场	6月	北京
975场	6月	福建厦门
976场	6月	新疆乌鲁木齐
977场	6月	湖北武汉
978场	6月	天津
979场	7月	江西南昌
980场	7月	重庆
981场	7月	广东中山
982场	7月	云南昆明
983场	7月	山西太原
984场	7月	广东东莞
985场	7月	吉林长春
986场	7月	海南海口
987场	8月	陕西西安
988场	8月	山东济南
989场	8月	湖南长沙
990场	8月	广东深圳
991场	8月	上海

场次	讲座时间	讲座地点
992场	8月	广东广州
993场	8月	辽宁沈阳
994场	8月	北京
995场	8月	江苏苏州
996场	8月	江苏南京
997场	8月	河北石家庄
998场	9月	四川成都
999场	9月	广西南宁
1000场	9月	山东青岛
1001场	9月	黑龙江哈尔滨
1002场	10月	浙江杭州
1003场	10月	重庆
1004场	10月	福建厦门
1005场	11月	湖南长沙
1006场	11月	北京
1007场	11月	江西南昌
1008场	11月	安徽合肥
1009场	12月	上海
1010场	12月	四川成都
1011场	12月	山东济南

参会对象：董事长、总经理、法人、高管，建议每个单位老总带1至2名高管参加
其他报名事项，请扫描右侧二维码或联系18571970998

采用航空机票阶梯式售票模式

门票价格280元~1280元/人，报名越早，价格越优惠（5人及以上报名享团体票优惠）

董事长、总经理参加，有机会免费赠送积分制管理软件一套

隆重推出儿童积分制管理，适合3—12岁儿童，联系电话：13597959667

准确地址，报名后专人告知，也可网上咨询



扫描二维码
看积分制管理创始人简介



扫二维码，查看各地报名电话



扫二维码，看近期培训视频动态



扫二维码，看央视网专访视频



扫二维码，看企业家对积分制的评价视频



扫二维码，看专家对积分制的评价视频

咨询电话：18571970998 全国统一服务热线：400-684-8366

中国民航

CAAC INFLIGHT MAGAZINE

此杂志于中国各航空公司发行
THIS MAGAZINE IS CIRCULATED ON CAAC AIRLINES

Authorities in Charge 主管: 中国民用航空局
Sponsor 主办: 中国民航报社
President 社长: 马松伟
Publication & Distribution 出版: 中国民航杂志社
President 社长: 杨少卫
Vice President 副社长: 戴晋京
Deputy Editor-in-Chief 副总编: 曹慎慎
Editor 编辑: 路 宁 刘 蔚
王若思 冯霜晴
Designer 设计: 陈 烨
Distribution 发行: 赵宇昕
Tel 电话: (010) 8738 7199
Fax 传真: (010) 6760 8322
E-mail 邮箱: caacmag@163.com
Distribution Tel 发行部电话: (010) 8738 7104
Address 地址: 北京市朝阳区十里河
民航空管楼A座 100122

Advertising Executive 广告负责人: 戴晋京 (010) 8738 7199
Beijing Contacter 北京联络人: 李 洋 (010) 8738 7153
陈虹莹 (010) 8738 7180
E-mail 邮箱: caacmag@163.com
Advertising Licence 广告经营许可证: 京朝工商广登字20170135号

Legal Adviser 法律顾问: 北京市安理律师事务所
Tel 电话: (010) 8587 9199
(86) 13701325751

Int'l. Standard Serial No. 国际标准刊号: ISSN1003-6253
Domestic Publication No. 国内统一刊号: CN11-1478/V
Printing 承印: 上海中华商务联合印刷有限公司
Address 地址: 上海市青浦工业园区
漕盈路3333号

CONTENTS



104 DIGITAL 数码

POPULAR SMART GADGETS OF NEW YEAR 爱智迎新

不知不觉2019年已经过去。
在新的一年里, 用时尚又有趣的数码产品为生
活添彩, 让全家人享受科技带来的乐趣。

102 GOURMET 美食

108 READ 阅读

110 WRITING 写作

霍城听歌
王三
那些被我玩过的古迹

广告目录: 封面内页-Wellendorff/1-Wellendorff/2-3-TISSOT/4-5-小罐茶/6-7-江小白/8-9-华与华/11-华商移民/13-蜀方达/15-湖北群艺/17-南昌烧坊/19-中农富通/21-威峰智业/24-25-采纳/27-海航/32-33-广誉远/99-东航/114-厦航/封底内页-金徽酒/封底-南航

衡昌烧坊 茅酒本源

据《仁怀县志》记载，衡昌烧坊成立于1929年，生产衡昌茅台；

1941年，衡昌烧坊经过重组，生产的酒名[赖茅]；

1953年衡昌烧坊旧址被茅台酒厂接办。



建议零售价
1199.00元/瓶

建议零售价
2019.00元/瓶

1919吃喝APP

衡昌烧坊





陈肖 摄



N41CQ,欢迎您再次来到大兴机场。70年前,两家航空公司的爱国运动开启了中国民航事业的新时代,今天DC-3再次在中国的天空中飞翔,这对我们来说是一个伟大的时刻。因此,我谨代表空中交通管制员向你们表示最崇高的敬意,向你们的团队表示最崇高的敬意,我们很荣幸能参加今天的纪念飞行!现在请联系地面121.625。飞行愉快。

——2019年12月6日,一架75岁DC-3完成了两航起义70周年纪念飞行。这架编号为N41CQ的机型为当年两航起义机型之一,此次纪念活动重飞了两航起义之路。在活动的最后一站即将降落大兴机场时,收到了大兴空管中心塔台用电波传达的敬意。



中国民航是弘扬国际民航精神的践行者,是国际民航组织“不让一个国家掉队”倡议的响应者,是国际航空运输业政策与标准制定的参与者,是推进国际民航新技术、新理念、新标准实施的先行者,是带动国际民用航空事业发展建设的实干者。

——2019年国际民航日,冯正霖局长发表《实现互联互通梦想 共筑世界民航辉煌》的致辞



粤港澳大湾区航空产业蓄势待发

在2019年12月10日至12日举行的中央经济工作会议上,确定了2020年实现预期目标要坚持稳字当头的方针。重点工作包括推进京津冀协同发展、长三角一体化发展、粤港澳大湾区建设,打造世界级创新平台和增长极。

在普华永道近日发布的研究报告《展翅翱翔 鸟瞰粤港澳大湾区航空产业机遇与潜力》中,结合大湾区宏观经济形势、区域投资政策等诸多有利因素,发展航空产业对于区域经济实现稳就业、稳金融、稳投资、稳预期等趋势具有积极的促进作用,尤其是其中的经营性飞机租赁产业链。

大湾区内三大枢纽机场中,香港国际机场连接最多的国际目的地,国际航线超过200条,白云和宝安机场的航线网络基本覆盖全国。在大湾区整体发展规划之下,三个枢纽机场的联动与协同将进一步扩大中国与世界各地的连通,具有得天独厚的优势。(陈燕)



东航加密昆明－新加坡直飞航线

2020年1月20日，东航云南昆明－新加坡直飞航线加密为每天1班，进一步方便游客出行，促进两地经济文化交流。

去程航班MU5081于7:30从昆明起飞，新加坡时间11:40到达；回程航班MU5082于当地时间12:40从新加坡起飞，16:35抵达昆明。



国航开通北京－金边航线

2019年1月7日，国航开通北京－金边往返航线。直飞航线缩短飞行时长，免除中转劳累。航线航班号为CA745/746，去程班期每周一、三、六，回程班期每周二、四、日。去程为北京时间19:10起飞，金边当地时间23:40抵达；回程为金边当地时间00:45起飞，北京时间06:25抵达。该航线由空客A320机型执飞。



南航首批13条航线转场大兴

全国民航进入冬春航季以来，南航首批13条转场航线覆盖广州、深圳、香港、西宁、银川、长春、大庆、鞍山、铜仁、遵义、揭阳、南充、常德等13个通航点，每周航班量176班次。其中，广州、深圳、长春在北京两场运行。

自转场起至2020年3月28日，南航旅客在北京错走机场导致误机或衔接错失，可在大兴机场、首都机场上述现场柜台申请免费退票。如旅客有改签需求，南航提供优先改签。

需要在首都机场和大兴机场之间快速转运的旅客，可出具“误走机场旅客提示卡”，将“误走旅客”红色心形标识贴于肩膀或胸前，南航工作人员将指引旅客进入“快速转运旅客绿色通道”。

首批转场的13条航线占目前南航在京航线的10%。预计到2021年3月，南航往返北京航班将全部转场至大兴机场运行。

(南轩)



北京市富通环境工程有限公司
中国农业大学农业规划科学研究所

十四五农业农村 规划先行

核心产品与服务

- | | |
|--------------------|---------|
| 十四五农业农村规划 | 现代农业产业园 |
| 乡村振兴示范区 | 农业产业强镇 |
| 农产品加工集聚区 | 智慧农业 |
| 特色农产品品牌规划 | 全程机械化农场 |
| 国土空间规划 | 美丽乡村/村庄 |
| 农村一二三产业融合发展先导区/示范园 | |
| 田园综合体/特色节庆活动方案落地 | |



农业规划 30年 我们更懂三农



010-82388252
13910786667

更多案例请登录：
中农富通公司网
www.caufutong.com
中国农业规划网
www.agriplan.cn



- 主持多个农业产业园、示范区、产业强镇、田园综合体等省部级农业农村规划落地项目
- 全国服务 30 个农业嘉年华综合性园区规划、建设、运维管理
- 与近 100 个国家的 300 多家机构有着紧密合作关系和业务往来

35年
从业经验

400个
经典案例

1000位
专业人员

1000位
资深专家

专注一站式农业高科技服务

农业规划 / 园区建设 / 种植服务 / 园区托管



中农富通农业商学院“乡村振兴战略研讨班”
定制化服务：接受政府企事业单位定制化培训邀约

中农富通农业商学院“农业品牌建设专题研讨班”
即将开班！联系方式：吴老师 13910786667



张伦 摄



2019年12月12日，广东省梅县发生森林火灾，中国飞龙通用航空有限公司米26直升机B-7802机组，执行应急吊桶洒水灭火任务，3天共计飞行时间14小时20分钟，洒水490吨，经过空中和地面消防配合，全面扑灭森林火灾。（张伦）



法航私人专车接送新服务

近日，法国航空公司与赫兹租车合作，为法航客户提供“赫兹DriveU”的私人专车接送服务。

法航乘客与蓝天飞行会员可在行程开始前3小时从airfrance.hertzdriveu.com预订此项服务。赫兹DriveU为收费服务，法航商务舱、尊尚经济舱、经济舱乘客及蓝天飞行会员每消费1欧元，可累计3个里程积分。

通过赫兹DriveU使用标准型轿车从巴黎戴高乐机场接机送至巴黎市区，固定收费为62欧元（含税）。根据车型不同，乘客抵达机场后，专车司机将持有乘客名字的接机牌等候最多一个半小时。

值得一提的是，从巴黎戴高乐机场出发或抵达的法航头等舱乘客可免费专享赫兹DriveU服务。（郑雪）



达美航空国际航线经济舱服务全升级 餐具采用30%生物可降解材料

达美航空全新设计的国际航线经济舱服务近日正式启动，其所有国际航线的经济舱客舱服务提升至全新水准。自此，选乘达美航空国际航线经济舱的乘客可享受欢迎鸡尾酒、热毛巾、点餐式服务、餐后甜点等更细致贴心的客舱服务。

此次全新升级的服务由达美航空一支二十余人的空乘团队担纲设计。他们运用丰富的服务经验以及乘客的反馈，精心设计、严格测试、反复调整，最后正式推出了这套全新升级的国际航线经济舱服务。在全面推行前，该服务已在一千二百多个达美航班上进行测试，这也是达美航空历史上测试时间最长的一系列服务。

为了给乘客带来更舒适的用餐体验，以往的标准餐盘已换成了更精致的订制餐具，其原材料中30%为生物可降解材料。升级后的餐具已不再采用塑料外包装，代之以全新的斜纹布垫，直接放置于小桌板。（木真）





文旅全产业链创新引领者



19年旅游行业的
不辍耕耘



百余专业运营的
旅游景区



1000名业界骨干的
创意精英



2800余项美丽中国的
价值经典

• 旅游规划设计甲级资质 • 风景园林工程设计专项甲级资质 • 城市及道路照明工程专业承包壹级资质
• 建筑行业（建筑工程）乙级资质 • 土地规划机构乙级资质



VIP LINE 010-5731 0000 | 4008130588 | 173 1008 9861 司加 北京·上海·深圳
微信 成都·西安·南昌

北京巅峰智业旅游文化创意股份有限公司 总部地址：北京市朝阳区三元桥左家庄1号国门大厦B座6F



THE INS AND OUTS OF AIRPORT RUNWAY DESIGN

跑道你为什么这么有型？

文 / 刘蔚 图 / 沈铨



大兴国际机场跑道，“三纵一横”，众人高呼新颖。这样的“全向型”跑道在国内还是首例。机场跑道都有哪几型？

如果一座机场有两条以上跑道，就有跑道结构的设计了，平行、交叉还是V型？混合结构还是单一结构？

跑道设计并不为型，而是功能。机场跑道方向由当地全年风向决定，飞机起降需要逆风。跑道设计需最大限度地满足飞机起降条件，同时增加安全性，提高效率，也就是可以便捷地进入和脱离跑道。

我国的多跑道机场以往多为平行跑道设计，浦东国际机场的5条跑道相互之间全部平行，首都机场3条平行跑道。平行跑道的好处是容量大、效率高、风险低、好管理。所以我们国家的多跑道机场多采用这种设计。跑道方向均与常年风向保持

平行就好。

交叉跑道和V型跑道的设计大多和飞机性能有关。

比如旧金山机场，它跑道设计就是典型的交叉型。像旧金山机场这样设计成交叉跑道的主要原因是机场修建早。早期飞机的抗侧风性能远没有现在这么好，修建机场前，要对全年风向进行统计，基于数据对于不同季节风向有夹角的地方，第二条跑道交叉或V型是最好的方案。而很多修建交叉、V型跑道的机场都是修建较早的，扩建时为了减少耗资，就依照原来的跑道构型继续增加跑道。同样，达拉斯机场，7条跑道中，有平行，有V型，属于混合型跑道设计。据说，这样的跑道构型还无形中提高了当地空管技术水平。

随着商用飞机性能的提升、重量的增大，侧风对飞机的影响显著降低，这也是近现代建设的机场多采用平行跑道的原因。

那像大兴国际机场和在建的天府国际机场这样的国内最新机场，又出现V型跑道构型的原因是什么？以大兴国际机场为例，北京冬季以北风为主，夏季主要刮南风，所以跑道布局以南北向纵向跑道为主。由于北京位于北方，有70%左右的航班是向南飞行的，而它们在起飞时为了逆风起飞不得不向北飞行，再绕行很长的距离继而向南。经过几年的气象监测，大兴的大风以及侧风不多，其中95%以上的风力小于5米/秒的天气条件，南飞的航班用东西向的东跑道能节省不少飞行距离和时间呢，进而节省燃油消耗等等。而且在遇到西北风这样的极端天气时，北跑道还能有效缓解运行压力。

有网友脑洞大开，跑道为什么不设计成放射状？

HOW TO DEAL WITH TURBULENCE ON A FLIGHT

听空姐讲那颠簸的事情

文/刘蔚 图/华小龙



爱和乘务员聊她们的飞行经历，想想挺残忍的，谁爱总唠工作啊？尤其是她们挺“血泪”的飞行颠簸。

因为飞得多，途遇气流在所难免。一位乘务朋友正在厨房准备餐食呢，恍惚中就飞出去了，后背撞上机舱后舱门的凸起，等她意识到刚才那一瞬间发生了什么，已经趴在地上了。这就是在空中最难预料的晴空颠簸。它不像遇到持续气流，飞机颠簸会持续一段时间，机长来得及按下系好安全带的指示灯，乘务员可以就近固定自己。幸运的是，完全处于松弛状态下的她因为没有来得及反应反而受力均匀，没有伤到筋骨。执行完飞行任务就开开心心地拎着箱子去度假了，到了酒店放松下来才感到后背酸疼，对着镜子一看，竟成了“紫背天葵”。

和服务中的乘务遇到颠簸相比，可以把自己绑在座位上的我们遇到的情况是不是就很毛毛雨了？比如打开一瓶矿泉水，发现瓶嘴怎么也对不准嘴，刚刚捧起的一份饭毫无征兆地扣自己一脸，颠到肝肠寸

断、七荤八素……飞行员朋友说，飞机在设计制造时已经充分考虑了遇到气流的情况，我们遇到的气流最大强度也不及飞机测试极限的 1/5，颠簸是不会伤及飞机结构的。

有时候道理归道理，道理都懂，遇到颠簸还是会害怕。如果害怕难以避免，至少我们可以知道遇到颠簸我们可以做什么。

如果在座位上

很多人进入平飞后会松开安全带，在过道上活动，或是频繁地去洗手间。如果在这个阶段发生颠簸，没有安全带固定的乘客就会有一定风险，频繁地站立起身从概率上讲会增加颠簸受伤的几率。

据乘务员观察，日本人全程系安全带的习惯最好。不要等到需要用到安全带固定时再后悔，有关航空安全的要求都是金玉良言。

如果在洗手间

洗手间仅有扶手没有安全带，所以一

旦洗手间内指示灯亮起，最好尽快结束使用回到座位上，或者尽快就近用安全带固定自己。这也是为什么起飞降落阶段卫生间停止使用的原因。

如果带小孩

飞行对于小朋友来说是个考验，尤其是飞长航线。现在的家长都像爱护自己的眼睛一样爱护小朋友，具备安全常识就更重要。乘务员们常听家长说，“小孩子不愿意系安全带就不要难为他了，他还那么小”，安全常识的缺少可能成为小朋友身边的安全隐患。飞机上的安全须知条款并不多，每一条安全须知都是浓缩的经验。带婴儿的家长可以向乘务员要一条婴儿安全带，抱婴儿时头不要朝向过道。

远离尖锐物品

看到这几个字，相信你已经自行脑补了很多画面，没错，尽量不要在飞行途中让尖锐物品靠近自己的身体。🚫

采纳!
让老虎飞起来

热烈庆祝 采纳迎来25周年!

朱玉童

采纳品牌营销顾问机构总经理
中国著名品牌营销策划专家

采纳成立 25 年
300 位营销专家
超千亿业绩增长
如虎添翼
实现企业腾飞之梦



采纳 25 年助力企业实现超千亿业绩增长

采纳 —— 领导品牌的选择

ANGEL 安吉尔

高端净饮水专家

采纳与安吉尔连续合作至今，助力安吉尔成为净水器行业的知名品牌。

北京同仁堂

唤醒男人心中那头狮

2016 年，采纳助力同仁堂大伸液、枸杞酒销量飙升。

都市丽人

不止贴身，更为贴心

2009 - 2017 年，都市丽人与采纳两次牵手合作，助力其向百亿级内衣品牌迈进。

君乐宝奶粉

做有骨气的中国宝宝!

运用代言人易建联做一系列营销事件，并升级终端品牌形象，大幅提升至臻品牌价值。

乌江海滋养

无沙免洗，开袋即煲

助力乌江战略转型，推出海滋养煲汤海带，销售创新高。

Joyoung 九阳

新鲜健康，天天向上

助力九阳占据豆浆机品类，成为该行业知名品牌。

FOTILE 方太

因爱伟大

以中式油烟机为突破点，打造知名品牌。

青島啤酒

激情成就梦想

确定青島啤酒高端战略，五系列产品决胜华南。

隆力奇

有家有爱隆力奇

切入“珍果护肤”新领域，提升隆力奇品牌价值。

维也纳酒店

绅士般品位，淑女般亲切

助力维也纳成为睡眠主题酒店。

小米生态、华为、宝马汽车、华大基因、皇明太阳能、TCL.....等众多知名品牌选择采纳为其提供咨询与培训服务。

分众传媒股份有限公司 董事长 江南春

我和朱玉童先生是校友，他对品牌营销的深刻见解在《十三战法》一书中得到展现，分众传媒愿为《十三战法》加油助力!

皇明太阳能集团 董事长 黄鸣

《十三战法》一书中的观点，我深为认同，皇明太阳能在太阳能领域就是要做知名品牌!

华南理工大学工商管理学院市场营销系主任 陈明

能把品牌和产品区别讲清楚，能把销售和营销的异同讲清楚，甚至能把品牌和营销的关系讲清楚，恐怕不是一件容易的事情，而能把产品、品牌、营销和销售干透彻，干出各自的成效来，就更加不易，这也是采纳几十年的功力。

中国盐业集团西南盐业有限公司副总经理 袁野

朱玉童带领采纳专家为中盐西南公司策划的鹿小井洗护品牌，充分体现了《十三战法》的思想，对我们营销实践有非常大的指导意义!

君乐宝乳业集团副总裁兼奶粉事业部总经理 刘森淼

君乐宝奶粉以高品质、好口碑为品牌打造的基石，《十三战法》一书为君乐宝奶粉成为行业的知名品牌提供了理论依据，对我们的营销工作很有启发意义，值得大家阅读!

采纳品牌营销全案策划

解决企业成功路上的营销难题

品牌战略咨询、品牌形象设计、产品规划、经营模式设计

品牌新零售咨询、品牌营销咨询、OTO 传播 = 企业业绩提升

深圳总部咨询热线: 0755-2382-0686

全国服务咨询热线: 400-777-8990 采纳官网: www.caina.com





成都市博览局

全球首个ICCA国际会议研究及培训落户成都

2019年12月17日，ICCA国际会议研究及培训中心在成都正式授牌成立，这是由成都市贸促会（市博览局）联合国际大会及会议协会（ICCA）、成都大学、《会议》杂志社共同成立的全球唯一一个ICCA国际会议研究及培训中心，也是国内首个创新政、校、会、媒深度融合的国际合作模式。该中心的成立，将为亚太地区乃至全球会议产业发展提供智力支撑、人才培养与行业发展咨询服务。

创建于1963年的国际大会及会议协会（ICCA），是具有全球影响力的国际会议组织，在全球拥有超过1100个会员企业与组织，涵盖近100个国家。此次中心授牌，标志着全球首个ICCA国际会议研究及培训中心实质落地。据悉，中心设在成都大学，在四方联合指导和支持下，将开展国际会议大数据的收集与研究、国际会议信息交流平台的搭建、国际会议经济理论研究与国际标准、管理制度建设以及国际会议行业人才培养等方面的工作。

授牌仪式当天，同期召开的中心首次工作专题会传出一系列好消息。该中心计划在2020年组织全球会议行业大咖召开国际会议业CEO成都峰会，发布“全球城市会展业竞争力指数”，为成都招展引会、培育品牌会议提供共享平台。

成都市博览局相关负责人表示：“举行全球首个ICCA国际会议研究及培训中心授牌仪式并实质性推动相关工作，将加速成都会展业国际化进程，助推国际会展之都建设，对优化国际会议产业发展环境、提升国际会议产业研究水平、推动国际会议产业提质增效都具有重要的意义。”

东方宾利

第二十五届中国模特之星大赛总决赛暨第十一届“美少女”中国影视模特大赛总决赛

2019年12月12日，由国民护肤品牌百雀羚独家冠名、中国服装设计师协会、承德广播电视台主办，中国职业时装模特委员会、东方宾利文化传媒以及承德视通广播影视集团共同承办的百雀羚·第二十五届中国模特之星大赛总决赛暨第十一届“美少女”中国影视模特大赛总决赛在中国马镇旅游度假区举行。

比赛历时9个月，吸引了全国23个赛区的上万名参赛选手，最终男女各有20名选手闯入总决赛，角逐新一届中国模特之星冠军。同时，30名美少女参加了中国影视模特大赛的角逐。据了解，中国模特之星大赛从1995年首次创办至今，已成功走过了24个年头，是原国家纺织工业部（现中国纺织工业联合会）批准唯一允许冠以“中国”名头的两赛之一。“美少女”中国影视模特大赛以展示中国青年女性健康向上的精神风貌和青春活力、选拔和推广演艺及模特人才、促进中国模特业的国际化进程为目的，是中国最受欢迎的选美大赛之一。如今两赛合一，将此次大赛打造成业内影响力最大、涉及面最广、专业性最强之一的模特大赛。

此次大赛集结了影视演员、音乐制作人、主持人、国际名模、著名服装设计师、造型师、时尚名人在内的多元化的大赛评审团，集中了国内百余家媒体，同步进行图文、数字信号转播，并于微博、ins及直播平台进行线上实时互动，传播范围涵盖国内19个省近300个城市。据悉，获奖选手将全部签约东方宾利文化传媒，进行国内外市场经纪与推广。



12月27日 海南航空全新开通重庆直飞布达佩斯航线

Hainan Airlines launches a new nonstop service from Chongqing to Budapest starting December 27th.

CHONGQING

BUDAPEST

📍重庆 ⇄ 📍布达佩斯



让旅行更轻松



www.hnair.com
☎95339
@海南航空

- 连续九年荣膺SKYTRAX“世界五星航空公司”称号。
- 体验更舒适：选用B787宽体客机执飞，大空间，低噪音，绿色环保。

Hainan Airlines has been rated a SKYTRAX 5-Star Airline nine years in a row.

Enjoy an even more comfortable flight experience with the spacious wide-body Boeing 787.

THE BEST CALENDARS OF 2020

一年好时计

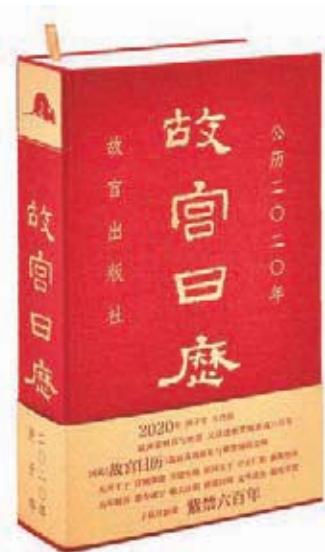
文 / Rose

Clean

21 世纪的 20 年代已经到来。

在新的一年里，您有什么新计划和小目标呢？

不妨用这些美好的日历记录下来吧！



《故宫日历》

故宫出版社

时值紫禁城诞辰 600 周年，2020 年《故宫日历》以表现紫禁城建筑为主，除第一个月选取与生肖鼠有关的文物外，此后各月均以紫禁城建筑布局为线索，展现出一幅有全景有细节、有历史有文物、有人物有故事的紫禁城 600 年历史画卷。一本日历，便可尽赏紫禁城建筑华章，读懂紫禁城的沧桑历史和辉煌现在。

2020 年《故宫日历》还特别推出定制版、汉英对照版、限量典藏版、黄金版、青少版、福寿版、《故宫龙泉日历》《故宫月历·2020·清游雅集》共计九个版本，延续了 2019 年《故宫日历》家族的出版规模。



《单向历》

单向空间

在过去几年中，接连获得了德国红点设计大奖以及 iF 设计大奖，单向空间出版的这本《单向历》可以说是非常经典。“忌瞎表白”“忌七大姑八大姨”“宜较劲”“宜赏冬”……作为“新青年的老黄历”，《单向历》每日为人们提供一个作家、艺术家的经典金句，声称要“每天击中你的内心”，表达“我们对于时间、语句和好设计的全新理解”，引得大小文艺青年纷纷买账。

值得一提的是，今年《单向历》还特别推出了多版设计以及个人定制版，您可以提前为一年之中的特殊日子作出规划，定制属于自己的、独一无二的个人日历。



《健康日历》

丁香医生

作为一本致力于与谣言作斗争的日历，2020 年《健康日历》延续了每日一条的常见健康禁忌和辟谣，联手一百多位医学专家、辟谣达人破除生活中的常见谣言。例如：X 射线检测，不会损害食品；床头朝向，不会影响睡眠；啤酒肚不是因为喝啤酒等等。字大、简洁、“耐撕”，实在是非常适合送给长辈的一本日历了。



《热点月历·胶卷版》

ExcitingPR

这“卷”台历，以创新性的转轴形式，告别传统翻页或撕页的古典台历形式。就像一卷相机胶卷，定格 12 个月，一月一转。237 个热点，提前为人们划出全年重点——世界渐冻人日、苹果全球开发者大会 (WWDC)、NBA 总决赛……这些青年才俊们关注的内容均被列入其中。本着对地球负责的态度，卷轴采用的美国进口枫木和黑胡桃木，均来自可持续经营的认证林场——将一卷用心生活的印记，交付流年。

SHARKLET - TECHNOLOGY TO INHIBIT BACTERIAL GROWTH THROUGH PATTERN ALONE

来自鲨鱼皮肤的启示能够改变世界吗？

文 / Rose

2019年12月3日，北京“老人与海”黑科技发布会上，一项基于海洋仿生学的物理抑菌防污技术——Sharklet®首次在中国公众面前亮相。

在“老人与海”黑科技发布会之前，这项所谓的“黑科技”一直保持着神秘状态。此次，罗永浩作为“首席忽悠官”发布一种物理抑菌技术，以此一举进军材料和健康产业，就像多年前开始做手机一样，也令许多粉丝再次大跌眼镜。但正如他的那句名言——彪悍的人生不需要解释。或许罗永浩不做出令人惊讶的事儿，才更值得人们惊讶。

据介绍，Sharklet®是通过纯物理微结构达到抗菌防污目的的技术，其原理为让细菌在微米级的纹理结构中“只能精神分裂而无法肉体分裂”……该技术源于美国Anthony Brennan博士的专利发明，其灵感来源于鲨鱼皮肤的独特结构。

相比其它海洋生物，鲨鱼的皮肤始终光滑洁净，其背后原因正是鲨鱼的皮肤结构——数百万计的微小齿状物（肤齿）规律排列而组成了让细菌难以附着的微米装备。Sharklet®技术即是模拟鲨鱼肤齿排布，在物体表面添加肉眼不可见的细微纹理，从而形成微生物无法粘附和寄生的表面以改变材料表面纹理来实现物理性抑菌。

罗永浩说，自己这次是在做一项“看不见、摸不着，有点像玄学，但其实是科学”的事儿。

Sharklet®其实并不是一项新技术，美国学术界对其早已有过充分讨论。数年前，它被一家中国公司收购并进行了进一步的应用研发和检测，可应用于多种材料表面，优势是可通过注塑、浇注、压印等工艺进行快速低成本的应用与产品生产制造。经由马丁代尔耐磨实验显示，Sharklet®PU革材料表面能经过超过1万次以上的日常摩擦而不影响其效果。因此，尤其适用于生活日用品和医疗器具领域。在美国，这项技术已经率先应用于医用呼吸导管、导尿管、静脉导管和外伤包扎材料中。

Brennan博士表示，物理抑菌或许是人类可持续未来的唯一抑菌途径——不激发细菌耐药性，也就不会加速产生“超级细菌”，从而避免化学试剂对自然环境不可逆的污染。人类与细菌的斗争，其实是一场没有输赢的战争，细菌作为一种微生物，在化学抗菌的“激发”之下，细菌实际上会爆发更加强大的生命力和加速进化。

而自称为鲨纹科技“首席忽悠官”的罗永浩，此次跨领域由To C转战To B，被许多网友戏称为是要“鲨鱼翻身”。谈到Sharklet®，他坚定地认为这是一项足以改变人类生活习惯的技术，希望对这个技术的普及起到作用。🌊





养生精品中药 传承古法制造



杨致国，广誉远龟龄集传统制作技艺县级代表性传承人

杨致国：
脚踩
风火轮
的老药工

提及中医，众人知晓的似乎只有望闻问切、百草为方，但很少有人提及药工这个职业。所谓药工，就是根据处方进行配药并加以炮制的技工。杨致国，广誉远龟龄集传统制作技艺县级代表性传承人，1990年入行当学徒，一干就是30年。为龟龄集选取地道药材，古法炮制，升炼，是他这30年工作的日常。

“学点手艺，能养身”这句话是杨致国的师傅柳惠武老师传授给他的，如今他也是这样教育他的徒弟的。“当年我退伍后，就被分配到广誉远工作。不像我现在的徒弟都是中医药高材生，那时的我对中医药可以说是一无所知，并且当时我已经22岁了。跟其他十七八岁的学徒相比，我在年龄上没有优势，我能做的只是比别人更用心一些。”为了更快地进入工作节奏，杨致国一边工作一边自学，对《药性歌括四百味白话解》从一知半解，到倒背如流，了然于心。

“单单掌握书本上的内容也是不够的，还需要实践。我清楚记得刚进厂的时候，第一个接手的工作就是碾药。我心里想着，碾药不就是个力气活吗？在部队这些年，就是力气多。不曾想碾药原来是个十足的技术活。”杨致国回忆起当年的往事，笑出声来，“铁质的长形碾槽里放上药材，碾盘长得像车轮，药工坐着脚踩在碾盘上，让碾盘在碾槽中来来

回回，赤小豆、酸枣仁、白豆蔻等等，就在压碾研磨中分解、脱壳。为了加重力道，有时还得‘耍把式’，扶着墙，人站直了脚踩碾盘，这个平衡性可不好把握。只有基本功扎实的老药工才使得出劲来。”

如今，人工碾药在市面上的中药企业里几乎已无处寻踪。杨致国感慨道：“机器好使了，人工做的就少了。”为了留存老药工的技艺，广誉远建立师带徒制度，给老药工们招募了徒弟，定期指导学习，致力于将这些宝贵的老手艺传承下去。所谓传承，大约就是和杨致国一样的药工们的长年坚守。广誉远深知，唯有工匠精神才能熬制出良心国药。虽然耗时漫长，工序复杂，但这当中，有恪守与坚持的精神回音。



铁药碾

OTC

国药准字Z20026662

晋药广审(文)第2019080080号



广誉远定坤丹 传承300年

滋补气血 · 调经舒郁 · 愿您好容颜



滋补气血，调经舒郁。用于气血两虚、气滞血瘀所致的月经不调、行经腹痛。

不良反应：本品有恶心、呕吐、皮疹、瘙痒等不良反应报告。

禁忌：对本品及所含成份过敏者禁用。

注意事项：详见药品说明书。



山西广誉远国药有限公司

电话：400 118 1541

18602910138



请扫码关注

MA WEIDU

马未都

万物并作 吾以观复

文/刘蔚

马未都，文化学者，观复博物馆创办人及现任馆长，自媒体大V。他的《观复嘟嘟》在喜马拉雅的播放达23亿次，微博粉丝以百万计。出版大量传统文化启蒙读物，畅行于世。上世纪80年代，小说《今夜月儿圆》发表在《中国青年报》，后成为《青年文学》杂志编辑，电视剧《编辑部的故事》《海马歌舞厅》编剧。

“他在时间的长河里找一些线索，选取片段，讲一段故事。‘历史没有真相，只残存一个道理。’”

一进观复博物馆的会客区，右手边有一幅半面墙的黑白照。六七个人在一所房子前或坐或站，错落有致。细看，原来是一幅油画。画面最右的人是马未都，一袭蓝色中式服装，黑布鞋，整幅画面中唯一有色彩的部分。

马未都在《观复嘟嘟》里说起过这幅画。它是1920年的黑白照片，他请朋友把照片画下来，连同自己。这样，他就和100年前的几位中国人肩并肩地站在了一起。他们放松的神态吸引着马未都，马未都的形象吸引了我。

照片上的马未都低调地站在一边，黑发，穿着像极了行走江湖的练家子，眉宇间是知识分子的严肃，和旁边几位看起来一脉相承。马未都笑眯眯地自嘲“假模假式”，大厅里气氛顿时活络起来。画里马未都的形象来自一位意大利摄影师，琉璃厂偶得，那一年，马未都四十三岁，人生壮年，正是最好的时光，记录下无意间神情的都是好照片。马未都提议，我们在画前合影，留作纪念，我们果真不错落，顿时码成一排。

马未都“讲究”。得知采访有摄影记者，带了件外套和围巾。他的自媒体做得风生水起，视频节目一录也有十余年了，不知陪伴过多少人上下班，静谧夜晚伴随入眠，传统文化在他娓娓道来慢慢开枝散叶。《观复嘟嘟》《国宝100》的录制现场就在一进门挂着“观复”匾额的门厅里。“观复”二字出自老子《道德经》：“致虚极，守静笃，万物并作，吾以观复。”面对宇宙万物，一遍又一遍地仔细观察方能认清本质。马未都从欧阳询书法中集成“观复博物馆”五个字。

见到马未都本人，觉得他和十几年前在银幕上一样，经得住岁月。他的“不帅”曾经让他耿耿于怀，年轻时要博取女孩的芳心，唯有读书。时至今日，马未都身份很多，眼前的他却更接近中国传统文人，看似寻常，学富五车，阅历无数。时间常常在他的讲述中舒缓下来，让人恢复知觉感受冷暖。

巨大的好奇是马未都的驱动之一。因为好奇，他阅读涉猎极广。他最近正看一本医生写的书，用医学领域的技术认识生命的本质。听他说着，感觉他只是好奇，继而探究，把我们想看却没有时间看的书抽空看了，把我们想了解却没能系统了解的知识了解了，把我们想说又说不出对的周围、对社会、对时代的感受说了出来。习惯使然。

谈及他夏天的不慎摔倒，他在博客里记录了养伤期间前所未有的身体感受，受伤养伤容易让人心生感慨，马未都撰《平安书》提醒他人，这就是那一代人的公心吧，想让一件事从坏事变好事，就去惠及他人。说到另一种身体感受，恐高。他回想起二十多岁去安徽安庆振风塔，塔高六十多米。那时他从不恐高，还以在高处吓唬别人为乐，说起振风塔之行，塔沿很窄，栏杆很矮，其他人恨不得蹲下、趴下向下眺望，马未都很显摆地绕塔走了一圈，走的时候左肩时常擦着塔身，他心里也嘀咕，不会反弹得掉下去吧。说起这些细微的感受，马未都迅捷地站起来，绕过椅子，现场演示。

马未都的讲述不追求让人惊讶，而常有回味。他在时间的长河里找一些线索，

选取片段，讲一段故事。“历史没有真相，只残存一个道理。”他似乎知道，东方智慧实用、保守而温情，天地不仁，唯有温暖人情可堪流转。

见面这天农历初一，惠风和畅，不像冬天，阳光在落地的白窗纱上滑行，观复会客区的雅致陈设配上这日光，有如梦幻的意思。一只叫情圣的观复猫跳上桌子，马未都不知不觉已经把杯盖儿盖起来。观复猫们喜欢在这晒太阳。猫觉得舒服的地方人也觉得舒服。我们围绕着圆桌，坐得松散。不一会儿，另一只叫大咖的观复猫信步出现。

博物馆有30只观复猫，现在它们都有人认养。《观复猫小学馆》《观复猫演义》等图书陆续上市，粉丝众多。和对待抖音、快手的态度一样，马未都对于流行的撸猫文化从善如流。看展览还能看猫，这让博物馆像一个社区，全家人来，大人看展，小朋友玩猫，各得其所。马未都爱猫不是流行，是从小的习惯，他父亲就爱猫，家里一直有猫，童年记忆里有很多猫的身影。傍晚时分，两只大猫都慵懒地躺在床上，会突然蹿上厨房里一个很高的窗面向外眺望，不多时他父亲就会出现在门口。马未都由此推测，在他父亲离家门口还有几百米时，猫已经感觉到了。那个年代，人和自然亲近，麻雀、蝈蝈、青蛙、刺猬都是常见的动物，没人觉得稀奇。马未都爱动物，早年两居室的家里曾经养过6只狗。随着年龄增长，爱猫日深。观复猫跳到他身上，他尽显慈爱温柔，对猫自言自语。现在，马未都伏案写作，常有猫卧在旁边，两三个小时工作完毕，猫还安静地待在一旁。

我要是从第一张机票开始保留那张登机牌……

Q 上世纪80年代您的生活是什么样的？

那是我人生最好的时候。从体力上讲，男人25岁到40岁这15年是体力的黄金时代。从经验和人生的价值上讲，35岁到50岁，往后错10年，是最有价值的15年。第一要有体力支撑，又要有基本判断，还有经验的积累。体力下降以后，就涉及心力问题。一般人活到80岁，肝脏、肾脏这些器官从体量上就剩一半了。前两天，我看一本外国医生写的书，人上了年纪其实没病，所有事儿都是因为器官在萎缩，毛病就来了。

Q 对感兴趣的这些东西，有过很大的变化吗？

从小就对很多事情感兴趣。不该感兴趣的也感兴趣，该感兴趣的就更感兴趣了。那天有一个朋友跟我聊天，他是学理科的，他对我特别惊讶的是我对理科知识的了解，对理科包括逻辑都很有兴趣。我从小几年级就离开学校，再也没上过学。比如我们简单说一个逻辑，我们的数学逻辑是10进制，从1到9就变成两位数了，99以后就变成三位数。我们对数学的逻辑都建立在这个基础上，但是计算机系统、我们今天庞大的网络和通讯，是在1和0之间的选择。恩格斯曾经说过一句话，就是说当一个科学用数学表达的时候，它是真正意义的科学，其他的表达都是伪科学。

对社会充满好奇和兴趣是一个人要做事的前提。我原来喜欢摄影，后来时间有限，很多东西要放弃。人生的很多纠结都是两难选择，其实换一个方法就能简单，就是放弃。比如说你喜欢两个女孩，到底

选哪个，你很纠结，反过来想，放弃哪个就容易一些。

Q 观复博物馆运营状况如何？

中国现在五千多家博物馆，能像观复这样在没有政府和企业支持、完全靠自己运营能够进入良性运转的为数不多。观复博物馆自1996年创办起，我希望它能改变博物馆的业态，让博物馆变成一个喜欢文化的人常来常往的地方。我们现在输出博物馆的品牌，开发了完全自主设计的商品、礼品和藏品。现在全国各地慕名而来的人都是观复博物馆的赞助人。

另外，我们还有自己的APP和文创。APP前期投入虽然很大，但还是很值得。内容有艺术品资讯，有商品，包括普通的、礼品级和藏品级，还有拍卖。我们的拍卖很大程度是一种教育性的拍卖，拍卖前后都有评述和行情。我们的文创以体现我们自己文物的价值为主，现在有一群铁杆的消费者。

Q C919首飞的那天您写过一篇《大飞机》，涉猎航空制造是因为你有这方面的朋友吗？

我认识搞飞机发动机的人。大飞机是一个工业水平的综合体现，现在还有智能的问题。我有飞行员朋友，那天我问他，飞机性能。比如说飞机颠簸，高空颠簸我一点儿都不害怕，也不紧张，但有时低空遇见大风，我前天下来就遇到大风，飞机晃动得厉害。我去香港，碰见风大，一个女人吓得脸煞白，告诉她没事儿，别紧张，安慰她。但实际上我清楚低空的颠簸肯定要比高空要危险很多。

Q 您坐飞机特早了吧？

特早。那天从机场出来我想起一事儿，我要是从第一张机票开始保留那张登机牌，留到现在，所有的登机牌裱一张画，我估计得有二十平米这么大。中间搁一世界地图，地图上飞过的航线画一条红线，或者画点儿，扎（大头）针儿，四周贴满登机牌，那我估计有点儿价值。可惜没保留啊。做这事儿得有心，我多的时候一年飞150趟。

我年轻的时候有一张全国地图，现在也没了。我每次出差回来都在地图上画，比如我从北京飞乌鲁木齐，我就拿一尺子比着，从北京到乌鲁木齐画一条红线，坐火车我就沿着铁路线画，走公路我就画公路。那张图特好看。后来搬家，从墙上给弄下来不知道扔哪儿，没了。这东西也是人生的轨迹。我年轻的时候没有出国这事儿，那时候净瞎立志，就是说要把中国的所有地儿都跑遍了，这不可能的。我在30岁以前，中国地图的东、西、南、北的极点都到了。比如东边到了乌苏里江和黑龙江交接处的鸡嘴尖上，西边是红其拉甫山口，北边是漠河，再往南就是西沙群岛。去西沙群岛是二十多岁坐送水的船登岛的，从湛江港出发，整整24小时。

Q 您的出行都是提前计划的吗？

我一般有计划，有的也没什么计划。现在飞机也多，过去不成，过去坐飞机多麻烦呀。先到西单售票大厅排两天队，趴柜台上跟人犯半天贫买张机票，然后到了机场还不飞。现在人误机都急得不行，过去误机，误两天都正常的。1984年，我在新疆坐飞机，到了机场就一架飞机，到了以后说不飞，我问为什么不飞，人说



王泽民 摄

飞机漏油。我们就跑飞机场去了，没人管，围着飞机看一圈。回来说，没漏油啊。然后人家说，这飞机高空漏油。这高空没法看。一等等两天。行李都给你装飞机上了，你也没法走，给你找一个房子住下来，机场的房子那时候俩人住一间，谁也不认识谁，每天被叫起来吃早饭，有位新疆姑娘载歌载舞，反正你走不了。溜溜儿地等两天。

Q 您会看机上读物吗？

我现在飞机上什么都不看了，因为可以看手机。对我这种过去是以报纸为生的，不看报纸不可思议。我10年前，每天

上班，司机都买一摞报纸，上班路上看完。因为手机上重要信息都有了。

Q 您现在会关注哪些新媒体呢？

都看。微博、今日头条、抖音。抖音好看。真的。抖音让你看到了中国所有的层面。抖音的贡献是让所有原来没有机会露脸的人全都出来露脸了，而且选择性特别好，你不愿意看，你拇指往上一推就没了。

很多人有大小不同的粉丝群，我们现在老认为几千几万的粉丝就不叫粉丝了。对普通人来说，那是一眼望不到头的人，就可以知足了。

了解社会的多个层面，社会、历史的，

不能光了解你自己的层面。比如说我特别愿意去逛自由市场。我觉得城市最好按人口密度布置讨价还价的自由市场。现在农贸市场的讨价还价已经变得非常少了。我老逛，我现在住昌平，我去逛的时候就观察，交易方式发生了很多改变。整个农贸市场没什么人讨价还价，价钱也趋于公平。

那天我去买蛴蛴。我就说，你这一蛴蛴多少钱？18一个。一共挑了5个，90。他要现金我没有，怎么办呢？没辙了，儿子跟着我，儿子说，他去找现金，微信换钱，他上去跟人说，我拿100块钱换你90块钱现金，那人就高兴，跟他换了。等于是他拿90块钱，我给了卖蛴蛴的，那10块钱让微信换钱的赚走了。☺

UNDERWATER PARADISE 负海拔天堂

策划 / 冯霜晴





翻身投入一片蔚蓝，抛弃重力，无谓方向，
犹如数亿年前就漂浮于此的原始单细胞生命。
欢迎重返地球71%的世界。

SIPADAN: EMBRACE OCEAN LIFE

走，去风暴中心

文 / 阙啸峰



阙啸峰 Thomas Kan

PADI 水肺 + 自由潜水双料教练，同时也是 PADI 中国高级地区经理。新西兰奥塔哥大学工商管理博士研究生，是一名商旅人士，更是资深航空爱好者。

作为一个在海边出生的陆地生物，我未曾想过有机会如此亲密地接触海洋。而一直在城市奔波生活的我，也没有想过潜水可以改变我的人生轨迹。这一切，都开始于一个小岛，一个若不是因为潜水也许此生都不会到达的地方——马来西亚诗巴丹。

缘起

因为一次海岛旅行，我开始对水底世界充满好奇。参加浮潜活动时，看到的是色彩斑斓的珊瑚和各式各样的小鱼，这样的景象勾起了我对海底世界的兴趣。终于，在 2014 年，我和朋友一起前往马来西亚，考取人生中第一张 PADI 潜水证书。

我们去的地方叫仙本那，是一个在马来西亚沙巴州的海边小镇，这里曾经是一个海边的小渔村，并不是一个游客的常规目的地，因为全球闻名的潜水而迎来送往世界各地的潜水员。

诗巴丹则是一个离仙本那小镇约 1 小时船程的小岛。作为全球十大知名潜水胜地之一，这座小岛上曾经有一个度假村，后来因为当地政府进行海洋保护而迁移。目前，诗巴丹每天只接待最多 120 名潜水员，以确保海洋生态的可持续发展。

水下风暴时刻

诗巴丹最出名的首先是令人震撼的三大水下风暴：杰克风暴，隆头鹦哥风暴和海狼风暴。

很多人参加潜水活动，都是为了探索水下未知世界，特别是和海洋生物互动。诗巴丹是全球为数不多能在同一个地方看到三大风暴的地方。成百上千的杰克鱼成群在水下盘旋，而白鳍礁鲨在鱼群中游弋，鱼群随着水流和鲨鱼的穿梭而形成龙卷风式的造型，潜水员也参与其中，当这成百上千的鱼群围绕在你身边的时候，那种感受是很难用言语来描述的。

而隆头鹦哥风暴更加有意思，每天都会成群结队地去浅水区啃食珊瑚，而边吃边排泄的特色，让潜水员们在观察时经常会意外地接收到特殊的“炸弹”。

海狼顾名思义，是海底较为凶猛的鱼类之一，大多数时候以群居出现，身上如条形码一般的黑色条纹很有特点，曾经见到过几次“独狼”捕食，场面也非常震撼。

当然，除了这三大风暴之外，诗巴丹还有很多的白鳍礁鲨，在开始潜水前，很多人都对鲨鱼充满着恐惧和好奇，殊不知绝大多数的鲨鱼并不会主动攻击人类，而在电影里的“嗜血”鲨鱼也早已被科学证

Tips :

国内出发可以飞到亚庇或吉隆坡，再转机斗湖机场。亚庇-斗湖、吉隆坡-斗湖航线由亚洲航空、马来西亚航空等执飞。

明只是为了艺术效果而加工出来的。白鳍礁鲨是非常害羞和温柔的水下生物，甚至在你还没有游近的时候，它们就害羞地扭着身段离开。

海底峭壁与失重体验

在陆地上生活，我是一个非常恐惧高度的人，名山大川总会因为自己的恐高而很难去探索。在第一次前往诗巴丹潜水前，当地潜导在介绍水下地形时说，我们这次的潜点是峭壁潜水，可以想象潜水的时候就仿佛在一座几百米高山的峭壁外，以失重的状态探索。

乍一听当时有些慌张，可当我们真正潜入水底的时候，那种对高度的恐惧却没有出现。这要得益于潜水时我们就像宇航员在太空行走一样，是 360 度多维空间下的失重和自由感。虽然向下看深不见底，但沿着峭壁边游动，在 30 米以内的水下探索，惊呼这是一种非潜水员永远无法体会到的自由和新鲜感。

峭壁上，偶尔有海龟和玳瑁的出现，或趴在起伏的峭壁边，或在我的身边优雅地盘旋，或闭目养神休憩，或啃食着峭壁上的珊瑚。当然，五彩斑斓的珊瑚，硬的或软的，让人感慨造物者的巧夺天工。

令人神往的神秘龟冢

在诗巴丹，有一个令潜水员非常向往的潜点——龟冢。诗巴丹每天仅接待120人，而能前往这个潜点的机会更加弥足珍贵。

龟冢，是一个在诗巴丹峭壁上的洞穴，洞穴潜水属于技术潜水的范畴，而休闲潜水员所接受的培训和技术无法进入密闭空间。之所以叫龟冢，是因为洞穴潜水员在探索这个洞穴的时候，发现其中有很多海龟遗骸，有如一片海龟墓场。一种说法是，诗巴丹和这个洞穴是一个神圣的地方。当海龟即将终老时，都会游荡到这里结束自己的一生。

当然，听上去充满神话色彩的传说很

可能也只是传说而已，而另一个版本听起来更合理，海龟在误入洞穴后，因为里面地形复杂，分岔洞口众多，许多游进去之后却无法原路返回，被困在其中直至结束一生。

这也是为什么只有受过专业训练的洞穴潜水员才有资质可以前往。但是，作为休闲潜水员仍然可以在洞口的大厅位置进行探访，当你看到一个人为摆设的牌子，上面有着明显的骷髅头标志和“停止！禁止进入”的标志时，你便知道，这是你回头的时候了。

梦圆诗巴丹

之所以和诗巴丹有如此深厚的感情，

是因为我的潜水之路开始于这里。身边了解潜水的人说，你的起点太高了。刚开始潜水就已经到访了世界十大潜水胜地之一，我想我是幸运的。后来，我每年都至少前往这里一次，继续接受我的潜水进阶学习，直到我成为了一名PADI潜水教练。

而之后的几年，当我带着我的学生前往这里，看着他们开启探索蓝色星球的旅程，总会倍感骄傲和自豪。再后来，我离开工作了十年的行业，进入全球最大的潜水培训机构工作，负责在中国市场的业务，深感任重道远，让更多的中国人接触、探索和喜爱海洋，才会有更多的海洋保育者出现，为我们这片大海作出更多的贡献。



马拉图

DIVING IN MARATUA ISLAND 探索未曾发现的美

文/氧

提到潜水，恐怕没有潜水员会不知道群岛之国印度尼西亚。这个被称为万岛之国的国家共由 17508 个大小岛屿组成。而在印尼众多的岛屿中，有一个鲜为人知的小岛——马拉图岛。

马拉图（Maratua island）地处印度尼西亚北部加里曼丹大岛东北侧，位于印度尼西亚中西部，与潜水员们耳熟能详的世界十大潜水圣地之一的诗巴丹岛同属一片海域。

到达马拉图的过程相对周折，但也正是因为偏远和交通不便，所以这里无论是水上还是水下都保留了最佳的原始面貌。

夸张地说，马拉图岛独特的地理位置成就了潜水员们全部的梦想。这里是世界上洋流活动最频繁、密集的区域之一，洋流的运动带来充沛的饵料并且给鱼类生存提供了极佳的生活环境。在这个原生态的小岛上，丰富的海洋生物种类，令我们瞠目结舌，无论是大型生物还是微距世界都可以让你在这里收获满满。

这里是世界上最大的鲨鱼“鲸鲨”的途经之地，无论你是不是潜水员，在这里都有机会一睹鲸鲨的风采，与这个温柔的大家伙相比，就算你是一米八的壮汉，在它旁边也只能用小鸟依人来形容。

这里有振动双臂自由飞翔的魔鬼鱼，别看它长得面目可怖，但性格极其温柔，主要捕食小鱼小虾等生物。每当与魔鬼鱼

擦肩而过时，它优雅的双臂好像海洋中翩翩起舞的舞裙，华尔兹的音乐都好似在耳畔响了起来。

如果你想看鲨鱼，这里完全能满足你的需求。这里的鲨鱼种类极其丰富，有大眼睛萌萌的长尾鲨，有伪装高手豹纹鲨，运气好的话还可以看到“看得很开的”锤头鲨。

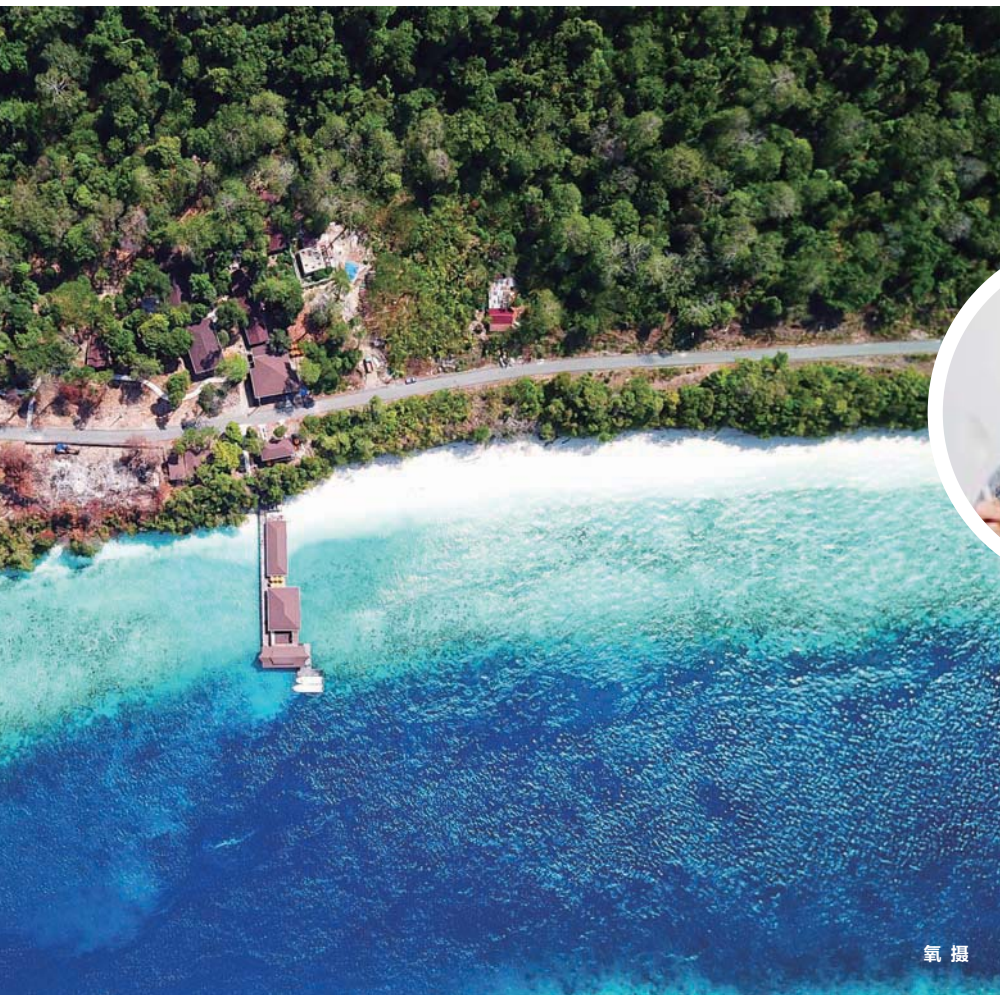
喜欢拍照的潜水员们在这里也注定会满载而归。米粒大小的豆丁海马，在颜色艳丽、保存完整的海扇上安家落户。因为酷似类人猿红毛猩猩而得名的红毛猩猩蟹在珊瑚间藏来藏去。还有小绵羊海兔、皮卡丘海兔以及各类小虾、小蟹。只要你拥有一双火眼金睛，这里会还给你一个微距天堂。

令我最为震撼的当属马拉图的海狼风暴，试想一下：在水下三十米，顶天立地的海狼风暴群与你近在咫尺。时而形成漩涡在周边盘旋，时而变成一堵鱼墙向你扑面而来。此情此景定会令你终身难忘。

在潜水之余，这里还是一个不错的亲子游岛屿，船程 50 分钟的卡卡班岛是世界上仅有的几个拥有无毒水母湖的岛屿之一。没有帕劳昂贵的水母湖门票，却拥有品类更加丰富的水母。

曾经的地壳运动使这里形成了内陆海，随着时间的推移，大部分的生物逐渐灭绝，仅留下了低等级的生物——水母，在这里自由繁殖。在阳光下，水水嫩嫩、

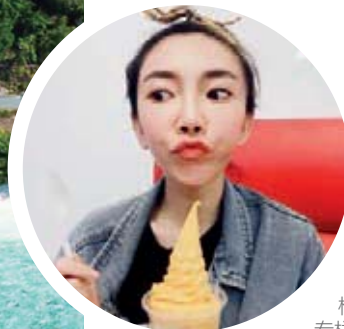




氧 摄



Jesse Schoff 摄



氧

2013 年潜水至今，现任 PADI IDC 参谋教练，SSI 自由潜水教练，WUD 潜水员。拥有 PADI 干衣专长教练、船潜专长教练、深潜专长教练、水下摄影专长教练等十余项专业执教资格。《灵魂画师·海洋生物》专栏作者。

萌态可掬的水母在身边围绕，晶莹剔透又光滑柔和，无论是大朋友还是小朋友，在这里都可以通过浮潜的方式与这些水母亲密互动。

玩够了水中的项目，可以在岛上的村子里走一走，看淳朴的渔民如何捕鱼，看天真烂漫的小朋友嬉笑奔跑，在绿荫浓浓白沙铺就的沙滩边散步，然后找一依山傍海的餐厅，点一杯咖啡享受一餐美食。

清晨，看海豚从眼前跳跃。中午，在圣加拉奇岛的小海龟救助基地看刚出生的小海龟如何拼命地奔向大海。夜晚，躺在码头的甲板上听海浪的声音看满天的繁星和城市里久违的银河。这样的美景，不消几日便会让你忘记人间。

马拉图的最佳潜水季节是每年的 11 月至次年的 3 月，这里不是被遗忘，而是尚未被发现，带着一颗探索世外桃源的心来欣赏它的美吧。

Tips :

前往马拉图需要飞到雅加达，转机至达拉根机场，再乘三个半小时快艇或小飞机前往。

Know

●浮潜、自由潜和水肺潜水●

广义的潜水分三种：浮潜、自由潜和水肺潜水。

浮潜即浮在水面上，利用浮潜面镜、呼吸管及脚蹼在水面浮游。防水面镜可以清晰直观地观察海洋生物和珊瑚，呼吸管避免了频繁抬头换气的麻烦，脚蹼则是方便游动。

自由潜是指不携带空气瓶，以屏气方式进行休闲潜水观光，拍照或竞技的运动。竞技自由潜被《福布斯》杂志称为仅次于高楼跳伞的世界上第二危险的运动。

水肺潜水，指带着压缩空气瓶，利用水下呼吸器在水下进行呼吸。全套水肺潜水装备包括面镜、呼吸管、脚蹼、呼吸器、潜水仪表、气瓶、浮力调整背心和潜水服等。

●潜水是否一定要考证？●

如果只是想体验，那么你不需要潜水证，许多滨海度假区的潜水俱乐部都提供体验潜水（Discovering Scuba Diving）服务，经过简单的培训之后，由教练带领下海体验，潜水深度通常不会超过 12 米。如果想去各个潜水点跟着潜导自由地潜水，而不是由教练带领下水，就必须拿到潜水证照。

潜水培训体系

目前，全球主要有 PADI、CMAS、SSI 和 NAUI 四个潜水系统，不同潜水系统的区别在于不同方法和理论体系，但殊途同归，目的都在于指导潜水员安全地进行潜水。

其中，国内潜水爱好者最熟悉的是 PADI，即国际专业潜水教练协会。在全球六千六百多个潜水中心拥有超过 13 万专业潜水教练，2019 年颁发超过 100 万个证书，这使得 PADI 成为世界上最大的潜水员培训机构。

如何成为一名潜水员？

对于初学者来说，走向大海的第一步，入门证书就是开放水域潜水员（OW）。通过理论学习、平静水域（泳池）学习潜水技巧，开放水域（江河湖海）应用潜水技巧 3 个环节，一般 3 至 4 天的时间就可以获得一张大海的通行证。在这个级别，允许潜水最大深度达到 18 米。

成为开放水域潜水员之后，可以继续通关，使自己成为进阶开放水域潜水员（AOW），这也是绝大多数休闲潜水员所处的潜水员等级。在这个等级，可以参加更丰富的潜水活动，最大潜水深度达到 30 米。

Shredge



●潜水遇到鲨鱼会不会很危险?●

大部分鲨鱼是小型的,于人无害。虽然确有少数大鲨鱼袭击人类,但它们并不以人作为主要猎食对象,而是将潜水员或在浅海中游泳的人,误作海豹、海象等脂肪含量高的猎物。在许多人看来,不用安全网和鲨鱼同游简直是个噩梦,而潜水员们却醉心于与鲨鱼共潜,甚至特意奔赴鲨鱼潜水点。为了自身的安全,千万不要触碰激怒它们,虽然鲨鱼咬你一口就因为口感不好而放弃了,但这一口对你来说,绝对是承受不起的。

Sebastian Pena 摄



●初次深潜准备攻略●

配件:防晒必备宽檐帽,近视的朋友可佩戴带视力矫正度数的太阳镜。为了保护海洋生态,禁止涂防晒霜下潜点;另外,下海不建议戴隐形眼镜,容易引起眼睛发炎。女生记得带头绳,为了下水后不干扰视线,最好把散发扎起来。带大浴巾,下海后坐船比较冷。

衣服:自备长袖长裤泳衣,防晒,当天出发前就可以穿上,分体泳衣更方便。潜水店一般都提供专业潜水服租赁服务。另带一套美美的换洗衣服,水上项目结束后及时换上。

袜子:建议自备长度在脚踝以上的潜水袜,可以保护双脚不被划伤且穿得稳。先穿自己的潜水袜再穿项目提供的脚蹼也能隔脏。项目只提供脚蹼,没有袜子。

面镜:不可以用普通的浮潜面镜,要用带封胶的钢化玻璃面镜,否则可能承受不住水压。如果没把握准备好,出发前一天提前咨询当地导游,租用潜水店的面镜。面镜在水下起到保护眼鼻的作用,决不能马虎。

调整心态:面对不熟悉的海域,感到紧张很正常,需要调整好心态,牢记水下交流的基本手势,保持平稳呼吸,信任教练(建议选择教练一带一的潜水项目,确保安全)。相信当你低头看海的瞬间,先前所有的疑虑将会烟消云散!



●不会游泳的人能不能潜水?●

拿水肺潜水来说,体验者穿着专业的潜水装备,即使不会游泳,也可以享受潜水的乐趣。但是,不熟悉水性的人遇水容易恐慌,游泳可以让潜水员更好地适应在水中的环境。在学潜水之前,不妨接触一些游泳的训练。考取OW证书有一项考核标准:至少可以没有辅助设备的游泳200米或是戴面镜、脚蹼和呼吸管游泳300米,并且可以在水中漂浮10分钟,通不过教练是不会给你发证的哦。



UNDERWATER PARADISE
负海拔天堂
坐标



UNDERWATER ADVENTURES IN PALAU

惊艳帕劳

——邂逅盛装的海洋

文/觉罗茜 图/LJ Qiao

帕劳被称作“彩虹的故乡”，不仅因为这个热带群岛在雨后总是能够见到似乎触手可及的七色彩虹，而且因为这里的海水有着梦幻般的七种颜色——深蓝、宝蓝、孔雀蓝、紫罗兰、碧绿、柠檬黄、乳白……

在南太平洋赤道附近明媚阳光的照耀下，帕劳就像一位画着浓郁七彩眼影、身着镶钻丝绸礼服的盛装美人，展示着海洋让人惊艳的魅惑面孔。

哦当然，找个海岛度假已经不是新鲜事了，你也许已经去过了一个甚至好几个，想想印象也许也差不多：蓝天碧海白沙，珊瑚椰影浪花。但即使已经去过潜水圣地诗巴丹、潜水天堂马尔代夫，帕劳这个“上帝的水族馆”依旧会给你无数惊喜，不管是无经验的浮潜客还是上百瓶氧气的老潜水员，在这里都能找到属于自己的独特乐趣。

帕劳位于赤道附近，我们经常听到的“有台风在菲律宾以东洋面形成”，指的就是帕劳这个地方。但神奇的是，产生台风的地方自己却极少受到台风影响，所以很少有大风大浪。此外，帕劳虽然全年多雨，

却也多是些小阵雨，转眼就放晴，不必担心来这里的季节不巧而影响出海。

在船上迎风远眺，洛克群岛的风光让人目不暇给。一个个长得像蘑菇一样的绿色小岛散落在五光十色的海洋中，像是上帝遗失的绿色宝石。这些岛屿大部分杳无人迹，被茂密的热带植物覆盖，是鸟儿们的天堂。

让人永生难忘的一个画面，就是在一个金黄色的午后，坐在幽静的无人岛岸边，任果冻色的海水不时带走脚边的细沙，不经意间瞥见一双白色长尾天堂鸟掠过岛上茂密的丛林，飞向未知的远方。运气够好的话，你还能发现海牛的身影。这种生物的学名叫儒艮，也就是传说中的美人鱼。

“德国水道”是邂逅大群魔鬼鱼的最佳潜点。二战期间，德国人在这里用炸药炸开了珊瑚礁，形成一条航道，为的是方便运送物资，却没想到日后会成为魔鬼鱼在帕劳的内外海间洄游的必经之路，让潜水员有机会欣赏它们巫师一样的群舞。

帕劳可以潜水的地方实在太多，而最为出名的，当属被誉为世界七大潜点之首的“大断层”。这里的珊瑚礁断层从海下1米深陡然下降至近千米，深不见底，景色之壮观，让人由衷赞叹大自然的鬼斧神工。这里是海洋生物觅食的好地方，食物链很长，从微小的海兔、小虾、豆丁海马，到中号的多彩热带鱼群，到更大的帕劳国宝苏眉鱼，以及海龟、石斑鱼甚至鲨鱼，运气好的话可以满足你的所有想象。



觉罗茜

80后媒体人，热爱大海，潜龄6年，AOW+高氧专长，气瓶数50+。曾经打卡马尔代夫、帕劳、仙本那、诗巴丹、普吉岛、塞舌尔等太平洋、印度洋潜点。

蓝洞大概是帕劳最神秘的潜点。它由4个小蓝洞汇集而成，通常从其中最大的一个下潜。洞中的光线呈现出迷人的闪电蓝，让潜水者沉醉其中。洞内有许鱼类，它们甚至会肚皮朝上在水中畅游，非常可爱。巨大的石斑鱼像是洞穴的守卫者，让人望而生畏。

即使是潜水达人，在“万象珊瑚区”也会发现一些从未见过的奇异珊瑚。硬珊瑚似乎比较常见，但如此大型的桌面珊瑚、手指珊瑚、蓝色鹿角珊瑚、粉色脑纹珊瑚，邂逅一次还真是不容易。软珊瑚就更是稀有，红色像花朵一样艳丽的鸡冠软珊瑚随着水流摆动，但是小心哦，它们是有毒的。

除了珊瑚还有海葵，不止是《海底总动员》里尼莫家那样的紫色海葵，还有白色的气泡海葵和金针菇海葵。这些颜色多变、形态各异的珊瑚和海葵，让帕劳的海底世界如花园般锦簇。

“干贝城”是帕劳著名的浮潜点之一。这里的海底密布着许多百年以上的大型干贝，也就是砗磲，长度都在一米左右。因为附生的海藻颜色不同，这些大型干贝呈现出蓝、黄、绿、紫等绚丽的颜色，绝对值得你潜入海底与它们来张合影。

当然，帕劳能够带给你的惊喜还有很多很多，比如带上冲锋衣参与一场夜钓，到无人岛上来一次海鲜BBQ，在海里与海豚一起游泳，在帆船上享受一次烛光晚餐，乘坐独木舟在红树林中体验钓鳄鱼……心动了吗？这就准备出发吧！

Tips :

国内目前没有直飞帕劳的航班，可经由台北、首尔、马尼拉等地中转，中华航空、韩亚航空等执飞。



DIVING IN ATTICA

深潜阿提卡

探索神秘水下文明

文 / Rose

希腊和海洋之间长久而紧密的关系，是希腊潜水的独特魅力所在。得益于悠久的海洋贸易传统，这里的水下世界里，埋藏着许多来自于公元前的“文明宝藏”，同时也可以看到二战飞机、船舶……有人将这里称为“沉船博物馆”。然而，正是为了保护这里的“水下宝藏”，希腊曾长时间实行潜水禁令。在禁令解除后，大小潜店也在希腊各地如雨后春笋般冒了出来。

爱琴海如蓝水晶般晶莹剔透的蔚蓝海洋，崇尚运动与健美的文化传统，为希腊的潜水者提供许多不一样的潜水体验。每年7~9月，是希腊南部潜水的最佳季节。在雅典所在的阿提卡省南部，埃伊纳岛（Aegina）、波罗斯岛（Poros）、伊兹拉岛（Hydra）都拥有不错的潜店和潜点，而从雅典的比雷埃夫斯港（Piraeus）出发，渡轮只需要1~2.5小时左右时间就可抵达这三座美丽岛。

在阿提卡“跳岛”潜水的最大乐趣是，

除了潜水本身，历史遗迹、特色沙滩、各种户外运动和美食、住宿选择都非常丰富，再加上便利的交通条件，可以说对于游人十分友好。许多雅典人也会在周末前往这些岛屿上度假放松，希腊人会在海滩发呆晒太阳、环岛骑行，也会出海海钓、游泳、浮潜，或是风筝冲浪，对于我这样“假期余额不足”的潜水爱好者来说，在阿提卡省（希腊首都雅典所在的省）的“跳岛”游，实在是眼睛、肠胃和心灵都收获颇丰，非常划算。



Rose

旅行、健身达人，水上运动爱好者。风筝、冲浪和潜水都是旅行中最喜爱的户外项目，太平洋、大西洋、印度洋里都撒过欢儿、呛过水，希望体内能够早日集齐四大洋的盐分！



埃伊纳岛是我“跳岛”游的起点，也是距离雅典最近的一座岛屿。这里原来是一处经济发达的古代商业中心（第一批希腊钱币铸造于此），岛上的特产是一种小小的开心果。本岛上有著名的阿菲亚神庙（Temple of Aphaia）和被称为“科罗纳遗迹”的阿波罗神庙，都是源自公元前6世纪前后的遗址。

岛屿东北部的阿吉亚停泊港（Agia Marina）是岛上潜店的集中地，从这里出发，就可以探索环绕埃伊纳岛的丰富潜点啦！从港口乘船前往热门潜点安吉斯特里岛（Angistri）只需要20分钟。

第一潜便是在安吉斯特里岛附近一座著名的沉船潜点——80吨位的货轮Avantis III如今就静静地躺在水下16~32米处。教练介绍，在这个潜点不同级别的潜者都可以找到不同的玩法。不远处的第二个潜点，则是Avantis III螺旋桨的所在地，但螺旋桨位于水下40~47米的深度，只适合拿到Tec50证书的高阶潜水员。对于初学者来说，安吉斯特里附近也有很多适合看海洋生物、洞潜和峭壁潜水的潜点。

伊兹拉岛，据说是英国黛安娜王妃生

前最爱的爱琴海小岛。这是一座机动车禁止入内的宁静海岛，岛上的主要公共交通工具就是五百多头驴子！伊兹拉也被称为“希腊最浪漫的旅游胜地”之一，特色的工艺品小店、画廊和博物馆让这里充满了艺术气息。不过伊兹拉可比圣托里尼安静很多，游人也相对较少。可爱的小毛驴在港口边整齐地排着队，牵驴的老人满头白发，肤色黝黑，热情又精力旺盛，让人感叹地中海饮食的健康与滋养。岛上的人们还维持着古朴而传统的生活方式，在小巷里你很容易碰见那些坐在门口聊天并“顺便”卖卖蔬果的本地居民。

Limnióniza 海滩被认为岛上最美丽的海滩，清澈见底的海水让这里成为游泳、浮潜和晒太阳的好去处。只不过，你可能要步行2小时来到这里！但是整体来说，伊兹拉岛的海水透明度应该是周围几座岛屿中最高的，清澈的海水也为潜水提供了非常好的条件。

伊兹拉岛的潜水事业是近几年才发展起来的，其主要特色是水下的礁石和洞穴，水下船骸也并不少见。其中最为著名的，便是于1975年发现的、世界上最古老的船

Tips :

前往阿提卡需要飞到雅典国际机场，比雷埃夫斯港每日拥有数班前往各个岛屿的渡轮，此外，快船、水上TAXI和水上飞机选择也非常丰富。

只残骸——来自于公元前2200年的“多克斯沉船”（Dokos shipwreck），这艘古老的沉船里装满了陶瓷器皿，也见证了当时地中海沿岸文明和水上贸易的发达程度。这里相邻的便是伯罗奔尼撒半岛，那里还有着一座距今5000年历史的“水下古城”帕夫洛彼特里（Pavlopetri），距离海平面仅有4米。

除了珍贵的海洋生物，水底下埋藏着这么多文明的遗产，难怪潜水在希腊曾被严苛限制。今天人们终于有机会潜进这些神秘的海洋深处，去亲身感受海洋的博大和人类文明的奇迹。水下的经历也更能让我理解，为什么古希腊人会创造出众神的形象，来护佑我们渺小的同类。在海神波塞冬的“故乡”阿提卡潜水，也更能让人产生对于自然和文明的敬意。



9 AMAZING OCEAN ANIMALS ONLY SCUBA DIVERS CAN SEE

相遇于蔚蓝

文 / Rox

每当季节更替的时候，有洄游习性的海洋生物就会成群迁徙，这场浩浩荡荡的长途旅行会穿过不同水域，有些甚至长达几千公里，从地球的一端到另一端。这也为海洋爱好者在全球范围内提供了不同的观测点和潜水点，可以一睹这些海洋动物迁徙的壮观场面。

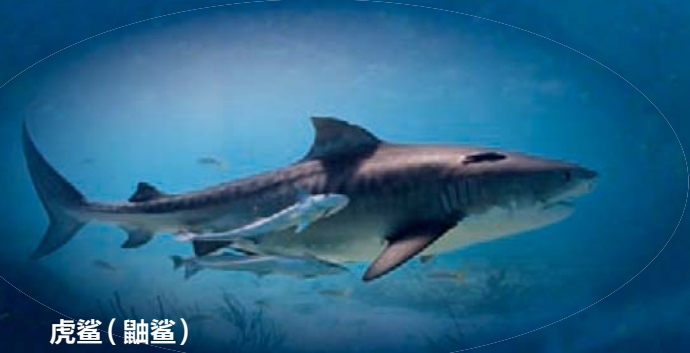


座头鲸（大翅鲸）

虽然不像蓝鲸那样拥有世界上最大的体型，但座头鲸也是海洋中当之无愧的大块头。最大记录雌性 18 米，体重 25 ~ 30 吨。它的背部不像其它鲸类那样平直，而是优美的弧线。它的胸鳍是鲸类中最大的，几乎达到体长的三分之一，它们时常跃出水面，喷着气柱，因此也成为海洋观鲸时最容易被辨认出的鲸鱼种类。

座头鲸每年进行有规律的南北洄游：夏季洄游到冷水海域生活，冬季到温暖海域繁殖。虽然有着巨大的胸鳍，但座头鲸的游速并不快，大约 8 ~ 15 公里 / 小时，并且常发出复杂的仿佛唱歌一样的鸣叫。所以对潜水者来说，座头鲸也是比较容易被寻找和观测到的对象。大部分能够拍摄到“人鲸同游”的鲸鱼即座头鲸。像斯里兰卡就是潜水者非常钟爱的观鲸地点，座头鲸半年时间出现在东海岸，半年时间出现在西海岸。

斯里兰卡 美瑞沙 Mirissa 11 ~ 次年 4 月
斯里兰卡 亨可马里 Rincomalee 5 ~ 9 月（印度洋）
汤加 7-10 月
大溪地 8-11 月
墨西哥 索科罗 Socorro 1 月底 ~ 3 月



虎鲨（魮鲨）

虎鲨体长 3 ~ 5 米，在鲨鱼家族中是仅次于大白鲨的凶猛残忍的食肉动物，常栖息在沿岸或港口区，偶尔会进入河口区。

巴哈马 bahams 1 ~ 11 月
加拉帕戈斯 Galapagos 6 ~ 11 月



双髻鲨（锤头鲨）

无论是双髻还是锤头，听到名字你就可以猜到它的外貌了。双髻鲨头部有左右两个突起，各自长着一只眼睛和一个鼻孔。这使得它拥有更宽广的视野，在摆头时可以看到 360 度范围。双髻鲨是迁徙性鱼类。每当季节更替的时候，大群的双髻鲨会组成浩浩荡荡的迁徙队伍，夏天游到温带海域避暑，冬天游到热带海域越冬。

日本与那国岛 Yonaguni 1 ~ 3 月
大溪地 8 ~ 11 月
哥斯达黎加 7 ~ 9 月
加拉帕戈斯 Galapagos 10 ~ 次年 7 月
埃及 7 ~ 10 月
开曼群岛 Cayman Islands 4 ~ 9 月



大白鲨

由于《大白鲨》系列电影，鲨鱼成为了臭名昭著的恐怖鱼类。但事实上，在全球四百四十余种鲨鱼中，普遍认为海洋中最具攻击性的四种鲨鱼分别是大白鲨、牛鲨、虎鲨和远洋白鳍鲨。其中最著名的大白鲨也是海洋中最大的肉食鱼类，身长可达 6.5 米，体重 3200 公斤。大白鲨与虎鲨同为海洋中顶级掠食动物。大白鲨具有极其灵敏的嗅觉和触觉，还能觉察到生物肌肉收缩时产生的微小电流，以此判断猎物的体型和运动情况。大白鲨的菜单中事实上并没有人类，人类也无法提供它们所需要的如海豹般的厚脂肪。不过眼神不好的它们经常把冲浪板上的人看成是海狮或乌龟一类的猎物。但事实上人类对大白鲨的捕杀，却已导致了这一物种面临濒危的状态。在国际自然保护联盟（IUCN）濒危物种名单中，鲨鱼的种类已更新至 17 种。

墨西哥 瓜达卢佩 Guadalupe 8 ~ 10 月
澳大利亚 海王星群岛 Neptune Islands 5 月下旬 ~ 次年 2 月底
美国 法兰伦群岛 Farallon Islands 9 ~ 11 月下旬
南非 海豹岛 False Bay 4 ~ 9 月



蝠鲼

魟、鳐、鲼是三个常常被混淆的种类，因为都有扁平的翼式体型。它们有时都被称为“魔鬼鱼”。潜水员所爱的 Manta 是其中体型最大的一种巨大的鲼。最大可达 8 米以上，重达 3 吨。它就像夜空中静静翱翔的一件斗篷，泳姿非常优雅飘逸。与鲸鲨一样，它也是一位以浮游生物和小鱼为食的巨人。它会缓慢地扇动着大翼在海中悠闲游动，并用前鳍和肉角把浮游生物和其它微小的生物拨进它宽大的嘴里。

哥斯达黎加 7 ~ 9 月
加拉帕戈斯 Galapagos 12 ~ 次年 4 月



翻车鱼

翻车鱼可以算得上世界上最大、形状最奇特的鱼，它基本只有一个漂浮的大头，体形侧扁，两只突出的眼睛和小嘴，可谓“丑萌”。它们一次怀卵可达 3 亿粒，是鱼类中怀卵数最多者，小鱼出生时仅有 0.25 厘米长，非常脆弱，很容易被大鱼吃掉。这 3 亿枚卵中，只有大约 30 条左右能存活至繁殖季节。它们成年之后可体长 3 ~ 5.5 m，重达 1400 ~ 3500 kg。海洋中的翻车鱼十分罕见，除了数量以外，更因为它们平时生活在深海水域，只有特定季节会到达海面清理皮肤。观测翻车鱼的最佳目的地非巴厘岛莫属，在巴厘岛东面的三个岛屿 Nusa Penida (帕尼达岛), Ceningan (金银岛) 及 Lembongan (蓝梦岛) 的水域看见它们。其中尤以蓝梦岛最为著名。

印尼 Lembongan 蓝梦岛 6 ~ 9 月



牛鲨

牛鲨体型较小，身体较其它鲨鱼相对宽阔，躯干粗大，给人的感觉比较“壮实”。雄性牛鲨可长到 2.1 米长，90 公斤重。雌性则更大，达 3.5 米长，230 公斤重。牛鲨具有一个很多鲨鱼都没有的能力——它是唯一一种生活在盐水和淡水两种环境中的鲨鱼。在漫长的进化过程中，它们发展出一套适应淡水的机制。但从海洋进入河流后，由于激素分泌的变化，它们的性情会变得凶猛粗暴，从而更加危险。

哥斯达黎加 7 ~ 9 月
墨西哥 Yucatan 1 ~ 3 月、12 月
巴哈马 2 ~ 3 月



虎鲸

可不要被虎鲸白熊般的黑白配色所欺骗。虎鲸分布于几乎所有的海洋区域，性情凶猛，喜欢群居，善于集体围猎捕食。作为高智商动物，它们有复杂的社会行为和捕猎技巧。比如它们在攻击鲨鱼时会用尾巴把鲨鱼拍晕，然后趁机将其翻转，让鲨鱼进入瘫痪状态。这些海上霸王甚至会攻击大白鲨等大型鲨鱼。虎鲸成年雄性身长最大记录是 9.75 米。它们也被称为“杀人鲸”，但在野生环境，虎鲸从未有过攻击人类的记录，相反，它们甚至还有救人的记录，会用身体托起溺水的人类。虎鲸仅有的杀人行为发生在海洋馆，人类将虎鲸幼崽捕猎之后送到海洋馆进行圈养和表演工作。但对于虎鲸在自然界的栖息地来说，狭小的圈养环境犹如把人一辈子关在浴缸中，繁重的表演任务更让它们精神崩溃，因此，发生过驯养员被其拖到水底杀死的情况。

大溪地 8 ~ 11 月



鲸鲨

虽然名为鲸鲨，但它其实不是鲸，而是体型最大的鱼。通常体长 9 ~ 12 米，最大体长达 20 米。虽然庞大，它们却是不折不扣的“温柔的海洋巨人”，它们宽达 1.5 米的嘴巴主要滤食海洋中的浮游生物，性格也非常温和。与庞大的鲸鲨同游共舞，绝对是一件浪漫而震撼的事情。每条鲸鲨的斑点都是独一无二的，生物学家可以用来辨识不同的个体，所以也可以精准的判断鲸鲨数量。虽然鲸鲨的潜水点在广泛的热带、温带海域都有，但近年来由于人类的大量捕杀，而数量锐减。

菲律宾 薄荷岛 Bohol 12 ~ 次年 5 月
马来西亚 天鹅岛 Tenggol 8 ~ 10 月
伯利兹 4 ~ 6 月 多数鲸鲨在满月之后的几天出现
洪都拉斯 乌提拉 Utila 3 ~ 4 月
哥斯达黎加 7 ~ 9 月
墨西哥 尤卡坦 Yucatan 6 ~ 9 月
加拉帕戈斯 Galapagos 10 月
古巴 7 ~ 11 月
莫桑比克 Tofo Beach 10 ~ 次年 3 月



UNDERWATER PARADISE
鱼海拔天堂
坐标

心形礁位于大堡礁外沿，是一个由天然珊瑚礁石形成的心型岛屿 Yangang Lan 摄



GREAT BARRIER REEF: WONDER OF THE WORLD

睡在珊瑚海上

文/韩娜 图/澳大利亚旅游局

大堡礁



韩娜

新闻从业者，热爱旅行和不断体验新鲜事物。潜水经验尚浅，正在努力中。

每年一二月间，北半球多处于天寒地冻，此时，从国内出发，只需飞行十多个小时，落地南半球的澳大利亚，即刻被温暖环绕，整个人自由舒展，痛快恣意。

趁着假期，避开喧闹繁乱，寻一处“世外桃园”，释放终年奔碌，蓝天、阳光、沙滩、大海，位于澳洲东北部的昆士兰州绝对可以满足所有幻想。

据说，澳大利亚拥有一万多片海滩，即使每天去一个全新的海滩，也得花上二十七年多的时间。土生土长的澳洲人对海水的热爱，是流淌在血液里的，除了各个都是游泳健将，他们更酷爱冲浪，黄金海岸冲浪者天堂的名字就由此而来。每天清晨，太阳刚刚从海面上升起，霞光笼罩着海滩，便可以见到夹着冲浪板的男男女女向着海浪游去，在浪涛高起的那一刻迎浪而立，身为看客不自觉地心生羡慕。

对于澳洲人来说，来自海洋的快乐远不止如此。位于澳洲东北部，坐落于昆士兰州对岸的大堡礁，绵延伸展 2300 公里，约有 2900 个独立礁石以及 900 个大小岛屿，分布在 344400 平方公里范围内，是世界最大最长的珊瑚礁群。初次探访大堡礁，位于昆士兰北部的凯恩斯小城，是必经之处。和黄金海岸的干爽相比，飞机落地凯恩斯，有一种深入海洋腹地之感，空气中弥漫着海的味道，周遭也感受到海的湿润，赶上下雨天，这种感觉则更为强烈。但雨后傍晚，又感到海风的凉意，立马舒爽起来。

从凯恩斯的码头出发，迎着海风途径多处岛屿渐渐驶向深海，直到游船寻到海中的停靠点，就是潜水爱好者们肆意潇洒的时刻了。大家聚集这里，提前报上深潜课程，上船后专业的教练会在水下前给予指导和培训。

如果是初次体验浮潜，像我一样只是简单学过游泳，船上也配有完善的设备和随时待命的救援队来保障安全。浮潜之前，必须要换上专业的潜水衣以防被水母蜇伤，还要戴上防护镜，咬好呼吸管，就可以下水了。

初次浮潜，可能需要一点时间来掌握技巧，对于我来说，就要多试几次再鼓起勇气扎进海里。没有呛水，也没有海水灌耳，就可安心体验海底的缤纷了。成群的小鱼在身边游来游去，五彩的珊瑚在海中荡漾，体验与海洋、自然融为一体，想象一下，在海龟和彩色鱼群之间潜游，欣赏风景如画的珊瑚礁，实在惊奇。

大堡礁中距离海岸最远的阿金考特礁，是最原生态的珊瑚礁群，有 16 个不同的潜水点，深入这片五光十色的海上瑰宝，

搭乘着邮轮畅游，或是体验浮潜浅尝海底世界，又或者深潜大海深处，和鱼群为伍，一探海底究竟，都可以在这里得到满足。

大堡礁除了海底的瑰丽，海面上下天光也是一碧万顷，你可以从这里搭乘直升机俯瞰，欣赏自然绕成爱心形状的珊瑚礁，以及梦幻般的清澈蓝绿海水。对于度假情侣或者蜜月夫妇，找寻圣灵群岛的心形礁，似乎成为一种别样的祝福。

一天的游玩下来，夜宿艾尔利海滩小镇，棕榈海滩、海滨公园和露天餐厅遍布各处，踏入小镇，顷刻间沉醉于波西米亚异国风情和悠闲氛围。

曾经有到访过的游人这样说过：“这里我未见繁华，未见车水马龙，有的只是美景与运动，探索与自然。”是的，整个澳洲弥漫悠然与惬意，浮躁与世俗似乎和这里格格不入。如果你来到这里，一定要慢慢享受。

Tips :

离大堡礁最近的机场是凯恩斯机场，目前海南航空开通了深圳至凯恩斯的直飞航线，国内其他城市出发需中转。



美娜多

DIVING IN INDONESIA

拥抱深海，陷入热恋

文·图/陈虹莹

说起东南亚潜水，让人很容易联想到拥有一万七千多个岛屿的“千岛之国”——印度尼西亚。我第一次潜游去到的城市就是印尼北苏拉威西省的首府美娜多。

面朝大海，背靠火山

美娜多还有个名称叫万鸦老，位于苏拉威西岛北端，邻近苏拉威西海。

苏拉威西岛是印尼中部一个较大的岛屿，在地形上行成了奇特的K字形和丰富的海岸景观，在位置上，印尼的这座岛屿还跨越至华莱士线东侧，拥有50%以上接近于大洋洲的生物，别具风情。

这座热带雨林气候的城市面朝大海，背靠火山。穿行在城郊的山林中，可欣赏到沉睡的马哈武火山、缤纷的五彩湖、托莫洪恐怖市场、具有异域风情的椰林和小镇，而这儿最不可错过的风景，潜藏在四周广阔的海底世界中。

潜游在“上帝的金鱼缸”

美娜多的布纳肯海洋国家公园与北苏拉威西东岸隔海相望，是世界排名前列的潜水胜地，享有“上帝的金鱼缸”的美誉。

体验深潜当天一早，我们从位于市中心UKM广场的港口出发，坐船向北前往布纳肯海洋国家公园。同船的还有4名潜水

教练和水肺潜水装备，见此，登船的瞬间我们立刻兴奋起来。

马达震动，船在海浪中划出的浪花越来越高，海水的颜色越来越深。由于我是个只掌握不标准蛙泳的潜水“小白”，心里一直悬着对茫茫无际的蓝色深处的恐惧。

随着船速加快，皮肤黝黑的潜水教练们哼唱起《告白气球》，很是热情。在美娜多，中文普及率超过预期，大部分导游中文流利。抱着对彼此文化的好奇，一船人迅速进入了愉快的闲聊，中英文夹杂着各种比划。

船沿着北苏拉威西东岸驶近布纳肯海岸，轻松的气氛和逐渐靠近的浅蓝色岸边安抚了我们的恐惧。经过大约半小时航程，停船，准备下海。

调整好呼吸，低头看海底的一瞬间，仿佛穿越回某个夜晚的梦境中去了——真美！

这里的海底拥有独特的断崖式地形，几乎垂直的峭壁和上面大大小小的崖洞，是成百上千种热带鱼和形状各异珊瑚的温床。近处缤纷的珊瑚、蓝紫色的海星静卧在平缓的水流中，小丑鱼穿梭，拨动着珊瑚柔软的触角；远处的热带鱼成群结队，五彩斑斓，仿佛饱和度极高的油画，背景是深蓝色的大海。

在这儿时常出没的还有海龟，自在的海龟有时潜藏在海底小憩，有时也会游到海面探头伸个懒腰。

色彩鲜艳的珊瑚和小鱼并不意味着一定“有毒”，好奇宝宝们如果想伸手触摸，记得先示意自己的教练，在他的引导下再与奇妙的海洋生物进行亲密接触。

缓缓徜徉，静静观赏，轻轻触碰，想来海洋动物也会欢迎我们好奇的“打扰”。



Tips :

狮子航空 (Lion Air) 开通了国内6个城市直飞美娜多的航线，包括广州、上海、南京、天津、长沙、西安等地都可便捷抵达。



陈虹莹

90 后媒体从业者，爱运动，爱旅行，入门级潜水小白，相信现在的每一次尝试都赋予未来更多的可能性。

与海豚一起旋转、跳跃

常常读到海豚是聪明且性格友好、与人亲善的动物，又得知美娜多是电影《前任攻略 3：再见前任》中女主失恋后所前往的海豚湾的取景地，怀着“拔草”看海豚、近距离一睹其真实面目的决心，潜游后一天我们一行人便奔着看海豚去。

从港口乘坐快艇出发，大约半小时便进入海豚常活动的水域，船速渐缓。

没过几分钟，安静而空旷的海面传来一声“啾”——是海豚的叫声！我们看到成双的、三个一起的深灰色背脊越过海面，背上的小孔喷出高高的水花。视线继续搜寻，船四周的海面下成群结队，穿梭着海豚流线型的身影，阳光的碎片洒在它们身上。

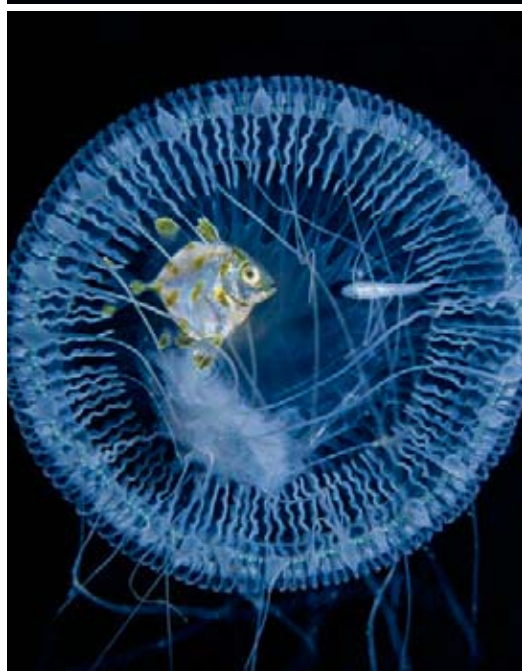
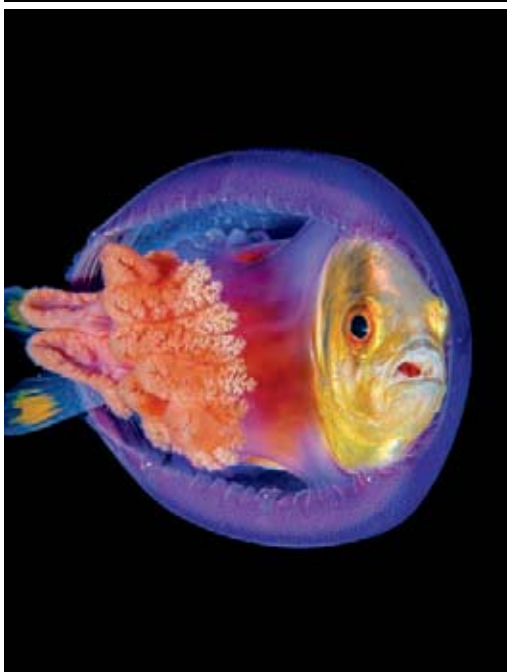
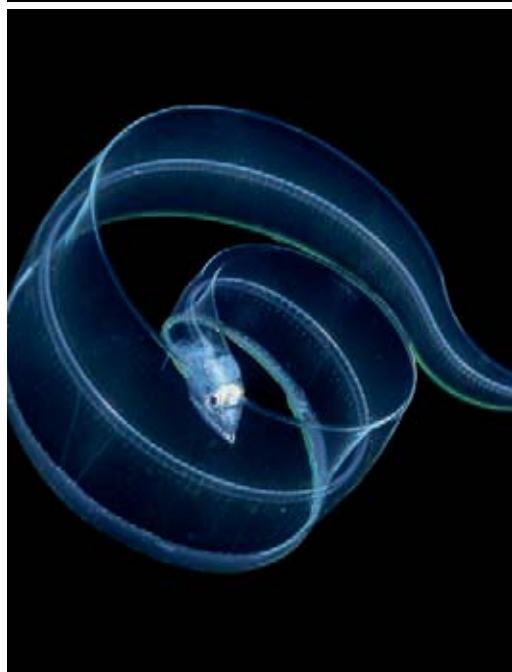
团友们沸腾了，人群跟着海豚群的行踪统一向左探头、向右探头，远处一只海豚高高地跃出海面，近处的人们统一地“哇！”叹连声。

我们从当地导游那里了解到，去“海豚湾”可以看到海豚的几率在 90% 以上，运气好还可能看到白鲸等其它大型海洋生物。

在布纳肯的第一次深潜经历，使我无法自拔地爱上了潜水。这里丰富多彩的海洋生物，能满足我脑海里与大海亲密接触的所有憧憬；这里著名的海底断崖，给人恰到好处的震慑，在我的脑海里给这段经历画上“重点标记”，令人难忘；这里的居民热情友好，潜水项目提供一对一教练，让人安心，可以自在徜徉在大自然的“水族箱”中。

布纳肯的大海给了我一个有力而温暖的拥抱，令人流连；印尼美娜多，期待再会！





BLACKWATER PHOTOGRAPHY: CHASING THE BEAUTY OF LIFE

黑水摄影

——深夜大海里的星空漫步

文 / Merpanda 图 / Kinder、蔡送达



Kinder

水下摄影师。原从事IT与金融行业，因潜水开始水摄后改变人生轨迹，痴迷水下摄影。短短的3年时间已四百多潜，从最初的陆地摄影零基础开始，到现在已在国际水摄赛事上获奖。

晚上八点出船潜水，两潜至凌晨归来，置身漆黑一片静籁的大海，今晚又将遇到什么深海怪物？这是一群黑水摄影师的潜水日常，他们昼伏夜出，在入夜之后才拿起相机准备出海，根据潮汐、月相、海图、洋流选择入水点，底下通常都是深达几百米。他们随着洋流一路漂流潜水，在黑水中寻觅特别的生物，拍摄下张张令人惊叹，甚至是第一次被记录的画面。

深夜，大海里上演着一场这个地球上规模最大的生物迁徙活动——浮游生物的垂直移动，这便是黑水摄影师们的期待。漂浮在黑水中，手电光束所到之处，水中的浮尘反射出星星点点，感觉像是漫步在太空里。你看到的生物和景象都像来自于另一个世界。

在浩瀚广袤的海洋中，这是一个平时不被我们肉眼关注的巨大种群——超过150万物种的浮游生物，占据了海洋生物总量的98%。

浮游生物泛指生活于水中而缺乏有效移动能力的漂流生物，其中分浮游植物及浮游动物。而潜入黑水，正是观察和拍摄这些神奇的小生物。

一般上层水域的浮游生物种类和数量在夜晚显著增加，有些罕见的深海种类只有在夜间才会上升，所以黑水是在入夜之后才开始。光度的昼夜变化可能是引起浮游生物垂直移动的主要外界因素，浮游生物往往栖息在光度对它最合适的水层。

光度的昼夜变化，使得浮游生物也进行相应的昼夜垂直移动，因此造成了白天下降，夜晚上升的现象，这便是前文所说的“这个地球上规模最大的生物迁徙活动”。

除了光度变化，浮游生物还会因为生殖、发育、捕食、天气、潮汐等原因移动到上层水域，这使得黑水里的生物行为无处不在，你可以看到交配、产卵、捕食的画面。

1	2	3
4	5	6
7	8	9

1. 漂流的海马
2. 小章鱼与火体虫
3. 钻石鲉鱼
4. 鳎鱼的幼体
5. 黄金鲽幼鱼与水母
6. 比目鱼的幼体
7. 海天使
8. 斑马章鱼
9. 水母和鱼

黑水（Blackwater）是指在水深几百米的深海海域之上放置浮标，浮标下绑一条20-30米长的绳，每隔5米都挂有强光灯作为深度标识。浮标在水面顺流漂，潜水员们也一样跟着漂流，围绕在这条灯绳周边，寻找和拍摄黑水中的浮游生物。



皮皮虾的幼体

黑水所见及拍摄的生物大多是浮游生物，按照浮游时间的长短，浮游生物可分3类：

1. 永久性浮游生物，终生在水中浮游，大多数浮游生物属于此类；
2. 阶段性浮游生物，其幼体时浮游生活，成体则往深海底栖生活或游泳生活；
3. 暂时性浮游生物，指一类非浮游生物仅因环境变化、生殖等原因，有时会有短期的浮游生活。



蔡送达

新锐水下摄影师，出生于中国泉州，现居住于菲律宾马尼拉。他的水下摄影作品有着独特的视角和灵动的生气，对水下微距摄影的色彩与光线的调配能力让人惊叹，尤其擅长黑水拍摄，一张完美的黑水作品可以与夜空中美丽的星河并驾齐驱。

1	2
	3
4	5

1. 雄性船蛸
2. 管海葵的幼体
3. 螃蟹排卵瞬间
4. 灯塔水母
5. 水母

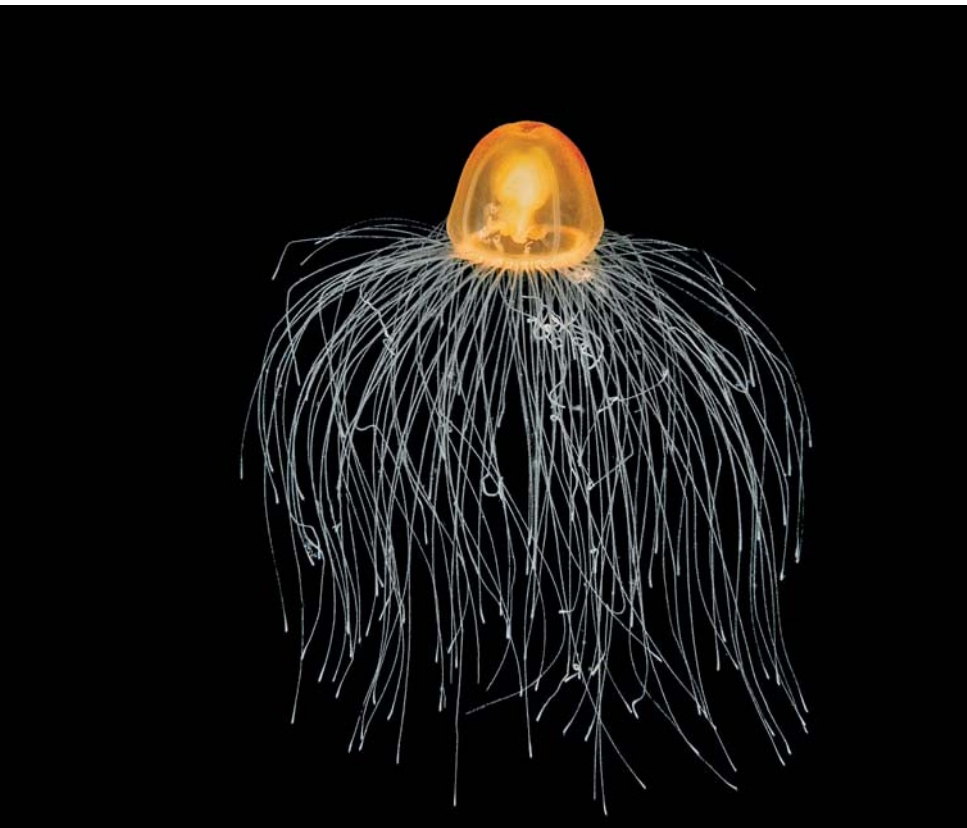
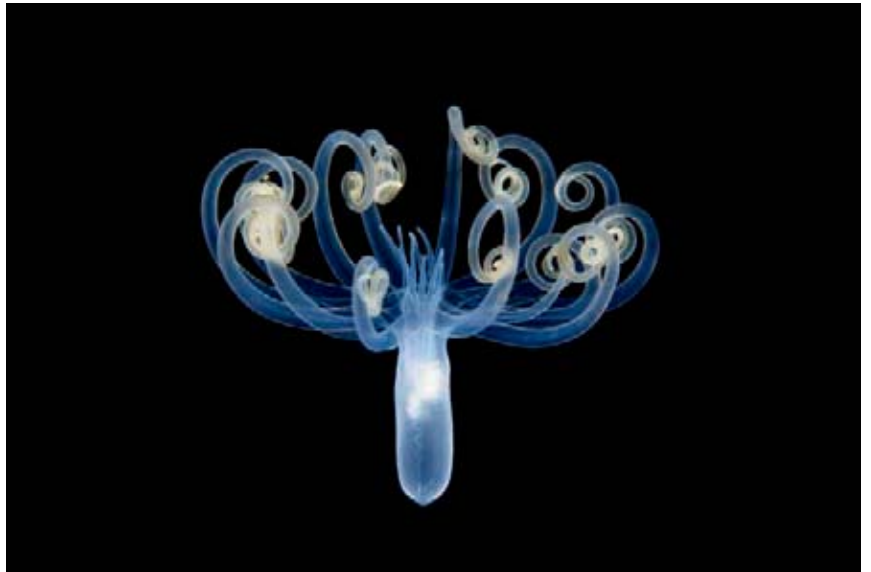


黑水摄影的难度首先在于需要绝好的潜水技术，在一个没有参照物的漆黑环境中潜水很容易迷失方向，加之许多黑水生物都很小，而且会360度前后左右上下旋转，踢一下水，生物可能就会被卷起的水流冲走，所以需要极其稳定的中性浮力，能悬浮会倒踢。同时需要具备良好的潜水安全意识，下面是深不见底的海沟，要随时注意自己所在的深度。

其次，黑水摄影要求有一定的水摄基础，可以在水下熟练调整相机的设置和调节闪灯的输出、位置。因为黑水生物通常运动速度都很快，需要抓拍的一瞬间，摄影师能够快速作出反应。

再者，黑水摄影对器材的性能要求较高，对焦速度快、暗部对焦功能好的相机最为理想。同时闪光灯要回电快，能支持连拍。

在摄影师们的镜头下，许多神奇的黑水生物和有趣的生物行为让人大开眼界。关于浩瀚大海的秘密，关于垂直深度的生命，我们知道的很少，等待探索的未知还有很多。



JACQUES-YVES COUSTEAU: A LEGACY LIVES ON 一直歌唱的塞壬

文/路泞

杰克与人间的告别并不诀别，一切像是早已注定。海浪一遍遍涌上沙滩，人们留下足印又被抹去。只有杰克看懂了——那是一页页信笺，召唤属于大海的生命重新回到故乡。

那只海豚就是信使，从乌有之乡来。就是小杰克还在孕育，杰克还是要出发。因为这永远隔着的大海，乔安娜“横波目”成“流泪泉”。

波涛几千年不息如歌，人们说那是塞壬的声音。亘古以来不会曲终，只知道她在海洋任意深处，歌吟。杰克顺着歌声找到回家的路，深海像太空一样遥远。

我的第一批DVD里就有吕克·贝松的《碧海蓝天》。让·马克·巴尔就是杰克，《这个杀手不太冷》里的让·雷诺就是恩佐——这个骄傲的希腊人永远走了以后，如“伯牙失子期”——离人心头秋意浓，多少羁绊，世间事留给世间。

杰克归去的那个世界，才是人间的洪荒之初。现实的世界，空海之上的种种困境，值得放手的繁华。恩佐是理想主义的实证主义者，极限，纪录，代表人们去叩问。大海，像是一个勇气的实验室。所以他们的离去就像从不聚首的轨道，通向海神波塞冬的国度，知己是陌路的明灯。

忘不了那一刻：杰克松开握着缆绳的手，海豚等着他。下面的黑暗，是更深的蓝。

康德《实践理性批判》中的至言，镌刻于自己的墓碑上：“有两种东西，我对它们的思考越是深沉和持久，它们在我心灵中唤起的惊奇和敬畏就会日新月异，不断增长，这就是我头上的星空和心中的道德定律。”我们随着先贤抬头寻找启迪，那里的浩瀚没有

边疆。而地球腹地的深邃，我们仍然徘徊在认知的起点。

如果我们相信祖先来自大海，那么充满羊水的母体就是湛蓝的。远空无际，是星斗成为远征的航标，一阵阵波涛亘古不息，是故园风雨有四季更迭。

杰克的原型是雅克·库斯托——一个没有巴尔那么酷的的老头儿，喜欢戴红帽子——海洋探索者们的教父，发明了水肺和单人潜水艇，拍了一部又一部的纪录片。有上亿人看过《雅克·库斯托的海下世界》，吕克·贝松是他的铁粉。

库斯托曾遇车祸，海军军官菲利普·泰莱芝建议他去大海里游泳恢复。就这样他第一次戴上潜水面罩。海床上像是浓荫遮蔽的森林，阳光斑驳，折射出斑斓与幽深，海藻是鱼类的城市，珊瑚代表了波塞冬的品味。洋流在远处一直呼啸，塞壬的歌声从不止歇。

库斯托睁开双眼，是回到母体的孩子。

那时没有尼康诺斯（防水相机），但他还是推开了海洋的大门。就像阿姆斯特朗代表人类，在月球上踩了第一个脚印。1951年库斯托带着他的“卡里普索”号考察船远征红海，在珊瑚礁和岛屿之间发现海底的火山盆地，见到闻所未闻的海洋生物。1956年，库斯托的第一部深海纪录片《静谧的世界》在戛纳获得金棕榈奖。那时，离吕克·贝松出生还有3年。这个奔向深海的先驱，是所有孩子的英雄。

40年后他还曾回到那些美丽的海底，有的已经堆满垃圾，寂若死地。他不明白人类的不明白，看不到另一个故乡的衰弱。

那里的似乎深不可测，塞壬也会忧伤，

惧怕脆弱的现实成为模糊记忆。败给缪斯之后，她用自己的歌喉引诱人们——折去双翼的女神需要听众。

2012年3月26日，詹姆斯·卡梅隆激动的期待着，就像《阿凡达》上映前一刻的心情。他将乘“深海挑战者”号潜艇抵达马里亚纳海沟1万米之下黑暗的殿堂里，那永夜的神界还无人抵达。往深处处3个小时后，潜艇抛出495公斤的金属压舱物，大导演又浮出海面。他看到月球一样的景象：连绵的山丘，从未被命名的单细胞有机体们巡游在地球深处的一极，说：“没有恐惧，只是享受”。接着，“深海挑战者”号被詹姆斯·卡梅隆捐赠给伍兹霍尔海洋地理研究所。

《搜神记》里写道：南海之外有蛟人，水居如鱼，泪落成珠。塞壬的中国身份便是如此。龙生九子，能呈万象。卡梅伦离开马里亚纳海沟的6月，中国的“蛟龙”潜水器下潜至7062米，创下了世界同类作业型潜水器的最大下潜深度纪录。接着，“龙宫”——深海空间站也已准备立在未来的海沟里。

世界上深度超过6000米的海沟有30多处，人类为了自身的存在，正在迫不及待地海面以下探索资源。除了绮丽和神秘，地球上的石油、天然气储备有百分之七十是在海洋中，那么，看似浪漫的归乡便不是毫无挂碍。

据说折翅后的塞壬也是明眸皓齿、杏眼桃腮，只是因了挫折的怨恨，才让她的心绪无比幽怨。某巴克的杯子上，她默不作声地看着为世俗上瘾的人们。更小众的人们循着歌声小心翼翼向深海下潜，洋流，阵风一般激荡着路上的黑暗，涡流里人类的斥候们，心跳的声音越来越大……



Anton Repponen 摄

随着科技的发展，潜水装备开始越来越专业化，使得人类能够更好地进入海底探寻未知的世界，方便又安全地拜访这颗蓝色“水球”表面71%的蓝色秘境。

文 / Crazy

Equi

面镜

APOLLO Bio-Metal

在新手期需要培养对海的不恐惧，漏水或者起雾都不行，一个能给你安全感的面镜尤为重要。APOLLO Bio-Metal 有双层双弯曲的边缘，能有效地降低使用面镜时候的被压迫感，佩戴起来非常舒适。面镜透明胶边的材质表面处理工艺，是 APOLLO 的专利技术，烟雾化处理能有效阻挡从胶边透入的光线，避免了晃眼而且看得更清晰。黑色胶边表层，是采用了喷砂处理工艺，能有效阻挡光线的折射。面镜胶边与脸部接触部分的曲线设计，在某些部分是下沉式的，有效确保面镜贴面以及有更宽广的视野。



脚蹼

MaresAvantiQuattro+ 四线金刚

脚蹼是为我们在水中提供前进动力的器材。AvantiQuattro 是在传统款式的基础上采用了新的材料，提高性能，优化效率。全新的 Bungee 橡胶弹力鞋带，导流槽的推动力技术满足了任何潜水条件。蛙鞋的高稳定性减少扭伤脚踝的现象，符合解剖学特点的鞋肚可向叶板传送更大的动力。



BCD

Surface Infinity 背飞式浮力调整装置

浮力调整装置（英文缩写为 BCD）的功能有三种：让你漂浮在水面上休息，让你在水底时可以调整自己的浮力，还可以当做背架使用，把整套水肺系统背在你身上。这款 BCD 采用 JIS 日本航太级铝合金背架，经由 10 年经验设计出符合人体工学的背板，可调整位阶系统，可符合 XS、S/M、L/XL、XXL，3 位阶 6 尺寸。

搭配肩部及腰部可调系统，达到优异的全面活动舒适性。JIS 铝合金材质及雾化电膜处理技术，达到轻量及耐用的最佳平衡点。

MKV 专为潜水移动设计了人体工学肩带：丰富的机能性设计，适合全环境潜水，披覆面料采用 SurfaceTex 1680D 耐磨弹道尼龙，防水类记忆枕压缩形成的肩垫和调节式肩带，可提供背负时最大的舒适度。

3M Scotchlite 反光系列：能有效将灯光集中，往使用人方向反射，能给予在远距离使用人强烈的影像反射效果，避免潜伴间距过大，保障有效的搜寻。

残压表

残压表可以让潜水员随时监控气瓶的空气量。一般的残压表是使用高压管与调节器一级头的高压出口相连接。



调节器

Atomic Aquatics T3 减压阀

呼吸调节器是保障潜水者在水下呼吸的关键设备。由一级减压阀、二级减压阀和残压表组成。人不可以直接吸入气瓶里的高压空气，需要通过呼吸调节器两级减压装置，将气瓶内的高压气体自动调节为与潜水员所在深度相适应的压力，供给潜水员呼吸。

T3 由新型钛合金打造而成，具有出色稳定的工作性能，加上其轻质材料，在同等价格上，T3 调节器可谓旅游潜水的的首选。组件更轻盈，一级使用最少量的金属，所有二级的组件经过专门的设计，这使得 T3 成为目前世界上最轻的调节器。一级头的组件采用实心钛合金精密加工而成，从而达到轻便且耐腐蚀效果；优秀的防冻密封工艺不仅仅起到了保护一级头的作用，同时还能有效防止淤泥和沙子污染。二级头的高通量外罩，高容量杠杆设计，使得呼吸不受潜水深度和水温的影响。



气瓶罐压视图



指南针视图



免减压视图



计时器视图

电脑表

SUUNTO 松拓 D5 彩屏潜水电脑表

现代潜水仪表中的电子高科技产品，功能非常全面，它可以数秒取样一次，记录不同的潜水深度，计算出符合现实状况的体内含氮量，从而在安全范围内增加潜水时间。其所独有的报警和提示功能，可以减少潜水的风险和减压病的发生。

SUUNTO 松拓 D5 彩屏潜水电脑表采用半透反射屏技术，解决了高光下看不清数据问题，LED 背景灯在深度潜水时也可以清晰地查看手表实时的各项数据；充满电潜水模式用 6 ~ 12 小时，充满电时间模式可用 6 天；同时与气压罐配对程序简单，可以无线连接气体罐。

如果生活是块蛋糕，
潜水就是蛋糕上的葡萄干



SU YINPING: DIVING IS MY PASSION

深蓝里的精灵

文 / 刘蔚

对国航上海客舱服务部的苏银萍来说，运动是生活这块蛋糕里的葡萄干。葡萄干偶尔露在外面，整块蛋糕看起来香甜软糯。

苏银萍年假 10 天，她都留给了“葡萄干”：5 天潜水，5 天滑雪。平时一周器械健身三到四次。

有人潜水是去享受海底的未知与刺激，专程去加勒比海邂逅鲨鱼，去潜水圣地 APO 步入 Jack 风暴，去世界尽头的 Raja Ampat 体验洋流能载人亦能覆人的威力，还有人说海底宁静，能让人感到纯粹的孤独。

或许吧，据说詹姆斯·卡梅隆就去马利亚纳海沟待了仨小时，坐在他的小胶囊潜水器里，去到海面以下一万多米，而一般的海床深度只有三千多米。3 小时后，他浮上水面，像在太空转了一圈，“荒凉的地狱”，他形容道。

苏银萍潜水、滑单板都不是为了孤独而来。长期从事飞行工作，经历过不少独当一面的特殊状况，在远程国际航班后舱安静的乘务员休息室里，享受过诸多独自面对黑暗的时刻，不飞的清晨在健身房感受着只能听见自己心跳的分秒，她的葡萄干，很简单，就是为了感受多巴胺带来的快乐。

疼痛打开知觉之门

专注地拍了一会儿小丑鱼，苏银萍下意识地微微抬起头，发现岩石后面一臂远的地方，居然有只鲨鱼正瞪着大眼睛，苏银萍的眼睛也瞪大了……回想当时是怎么屏住呼吸、保持中性浮力静止，尽量不

心率出卖自己的慌张害怕，一概想不起来，总之，这次和白鳍鲨的不期而遇能列入她个人刺激排行榜前三了。

这是 2017 年去印尼四王岛潜水的假期。

2016 年，苏银萍跟鲸鲨合过影。“鲸鲨”是鱼类中最大的，名字透露了它的体型和鲸鱼一样庞大，同为滤食动物。印尼的爪哇人称鲸鲨为“gegerlintang”，意为“背部拥有星星的鱼”。菲律宾是世界上鲸鲨分布密度最高的地区，杜马盖地的鲸鲨实际来自宿务岛南端的奥斯洛布（Oslob），只是离杜马更近。Oslob 处在鲸鲨的迁徙路线上，最早是风行猎捕鲸鲨的。环保组织努力说服当地政府建立保护区，并对人工投食的食谱进行监测，延续至今。定时投喂的鲸鲨几近驯化，已经能配合游人水下共舞了，还很有镜头感。

2014 年年末开始潜水，苏银萍在朋友圈分享了一行字：梦里到达的地方，总有一天，脚步也能到达。现在，她的“刷瓶”记录“也就 50 来瓶”。

入了潜水的“深坑”，之后就是像累积飞行小时一样，背着气瓶坐上螃蟹船，一倒，扑通。不同的是，我们对深海的未知也和宇宙空间差不多，并不是下去就行了，关于运动的技巧和经验、身体的感受和调整，那些来自实践的认知，说到底只能身体力行地去“刷”，扯别的没用。第一潜，谁不是带着恐惧、忐忑和紧张下去的？紧张和兴奋常常难分彼此。

但坑里的景致足以让人流连忘返。在潜水胜地的海床上，有形态、色彩超乎想象的海底生物，那是一个美丽新世界。

我们已经有足够多的高清影像去感受



海底的斑斓。BBC的《蓝色星球》系列，探索发现频道的《深海》，黑水摄影师抓住了海底生物的微妙神态……坐在家里的沙发上，就能享受凝聚着大量艰辛劳动的艳丽画面，为什么要千里迢迢置身那片深蓝？苏银萍说，不一样的，用身体感受海水的流动，温度的下降，每一根神经、每一个毛孔都会醒过来。

大海的“真实”一面既不完美，也不舒适，和生活一样。面对如此浩大的真实，苏银萍看起来谨慎又贪玩。这个说话柔柔弱弱的上海女生一点不娇气。很多时候，她需要背着气瓶从岸边走向潜水点。有时候一天刷五六瓶，皮肤受不了，湿疹就出来了，还有些红色伤痕是不知道什么时候刮的，“那也没办法呀”，继续潜。

疼痛好像拦不住这个姑娘。几年前，她滑雪的时候不小心把手腕的骨头摔坏了，打上石膏静养的时候消停过几天。没多久，她开始在“石膏臂”上画画，一道闪电，一颗桃心，越画越多，淘气俏皮。等到石膏臂差不多画满的时候，她就带着这一手臂的“文身”，又跑去健身房了，雕

刻手臂以外的部位。可能因为平时就有规律的运动，受了伤也没有停止锻炼，她的手臂恢复得很好，几乎没有什么后遗症，又可以精心策划滑雪和潜水的假期了。

也许是苏银萍的个人习惯，或者是她多年的乘务经历，她玩起来有板有眼的。下潜之前，团队会在一起开个会，交流当天的天气状况、海面情况、海底潜水路线、深度、洋流出现的可能性和类别，发生突发状况时的应急预案。整个 Brief Meeting 就像飞行前的准备会一样，做好充分的规划。潜水一天，回到酒店，她会当把当天的潜水点、每一潜的时间、天气、景色、遇到的特殊情况记在《潜水日志》里，如同航班飞行后的每次工作总结。

温柔地叛逆

苏银萍是看了探索发现的纪录片开始憧憬海底世界的。她刚开始念叨潜水的时候，她妈妈极力反对，“太危险了”。没过多久，她还是“悄摸摸”地开始了。拿到了AOW和高氧证，确认自己喜欢这项运动，和滑雪、健身甚至面试国航空乘一样，愉快入坑。

家人嘛，慢慢都会发现一些蛛丝马迹，看着她忍不住剁手买来的装备，和潜友们兴奋地通话，事实上她妈妈早就知道了。苏银萍的妈妈大概不是玩起来这么认真的人，她就纳闷女儿为什么会喜欢这么危险容易受伤的运动呢？考了健身教练资格证，然后天天挥汗如雨，小肌肉群练得阵阵酸疼；为了顺畅走刃，她不停地在雪道上练习，一个卡刃就摔得四仰八叉，头盔摔出一米远；潜水归来，身上的湿疹和蛰伤让人傻傻分不清……即便如此，妈妈看着女儿沉浸在自己的世界里，更阳光、健康，慢慢地也就接受了。

有一年，苏银萍带妈妈一起去了北海道，苏银萍天天在雪场驰骋，踩上单板就成了白色的精灵。妈妈在雪场没有滑雪，反而走起来一步一滑的很危险，看着女儿落叶飘的优美身姿，优雅自如，她忍不住拿出手机开始给她拍照拍视频……

苏银萍对那些动辄有着“两百来瓶”经历的大神们还是很仰视的，那是她接下来的目标。这份仰视和对运动的热爱让她看起来蛮赤诚的。



帝王虾，又名象鼻岩虾 Wendy 摄



蓝拳击虾，还有个别名叫油彩蜡膜虾 Wendy 摄



互利共生的小丑鱼和海葵 Sebastian Pena 摄



水母群 Anastasia Dulgier 摄

LIVING ON A BOAT, SAILING TO THE UNKNOWN

船宿旅行：深入无人之境

文 / Rox 图 / Amandira、Amanikan

在一些交通方便的地方，你可以下榻在潜水域假村中，以度假村为基地乘坐快艇到达潜水点。但更多隐秘的海洋则是无人之境，需要你乘船深入，以往离岸更远的海洋秘境。

对于真正热爱潜水的人来说，船宿旅行让潜水更加轻松舒适。你不需要花时间往返潜点与酒店之间，可以把所有精力集中在每一次潜水中，并有机会认识来自天南海北的一群潜水朋友。船宿时间短则3天，长则数十日。远离陆地，意味着你将有机会到达更遥远、受人类活动影响更小的潜点。同时也意味着你接下来几天的吃住都要在船上进行。这种高密度的潜水，通常会要求你至少有50潜以上的经验，并建议至少拥有PADI进阶开放水域AOW潜水员证书。不过有一些船宿是可以在船上完成OW向AOW进阶的考试的。

船宿的用船通常是游艇和双桅木帆船两种，比如马尔代夫主要以前者为主，而印尼则以后者为主。船宿的价格并不便宜，由专门的公司进行运营，其中也不乏安缦、四季等奢华度假村拥有自己的高档潜船，提供顶

级的潜水度假服务，但当然也是价格不菲。

即使你选择普通船只，船宿的价格依然与你住在海岛上的豪华酒店几乎是相等的价位。而且你要做好心理准备，你的船舱通常都会比较狭小。也许一个大背包会比旅行箱更能为你节约空间。除了潜水装备，行李可以尽量少带，尤其是鞋子，你在下船前都不会再需要了。船上通常会有一些常用的晕船药或感冒药，如果担心，倒是不妨带一些小剂量的备用药。

船宿旅行将完完全全围绕着潜水。一天通常有3~4次潜水，第一次在清晨，如果你不想参与，可以提前一天告诉你的潜导，早饭通常在第一潜之后，你可以提前吃点东西，但不要太饱。船上的淡水通常有限，请节约用水。许多船宿提供夜潜作为一天中的第四潜，你会看到与白天时完全不同的景色，是一个绝佳的体验。

当你开启一段船宿之旅，你将抛开琐碎的一切，开启一场仅仅关于海洋的旅行。海洋世界之壮阔美丽，恒久地吸引人们去探索与感知。





在船宿时这样做：

1. 守时，不大声喧哗或打扰他人。
2. 在登船前（最好是支付订金前），提出你的特殊要求，比如饮食禁忌、是否需要高氧、房型要求、接机要求等等。出海之后的临时要求将会比较难实现。
3. 装备的检查与摆放，登船前检查好自己的装备。登船后按规定位置摆放，不占用公共活动空间。地上的水渍会让船内湿滑，所以请遵守船上的干湿区域分布。
4. 认真听简报。每次潜水前，潜导会将潜点信息告知潜水员，这有助于你了解当地水域状况，保障自身安全。所以务必认真听讲。
5. 下水前请与潜伴互相检查装备，在水下遵守潜伴制度。下水时注意落水处已没有其他潜水员，远离小艇船尾，以防止被螺旋桨打到，入水后即使给出 OK 的手势，并离开入水位置，为其他准备下水的潜水员留出位置。
6. 下水后注意保护海洋生物，保持良好的中性浮力，不触摸和伤害海洋生物。
7. 船宿结束前会有结账的环节，这时如果你觉得享受到的服务没有问题，你可以支付两笔小费。一笔是留在船上，分发给船工的。另一份则是感谢你的潜导，可以直接交给对方。可以参考大约 10% 船宿费用作为小费标准。
8. 注意潜水之后不能在短时间内乘坐飞机，所以当你在下船以后，建议至少在陆地住宿一晚再乘坐飞机离开。



船宿路线推荐

1. 斯米兰

每年冬季开海的泰国斯米兰是适合新手锻炼的地方，潜水员通常选择泰国普吉岛作为往返点，交通方便，价格便宜。

难度：适合作为入门，但部分水流较大，建议 30 ~ 50 潜 +

季节：10 ~ 5 月

2. 马尔代夫

马尔代夫是初级船宿入门的好地方。有四方线和深南线两条船宿路线，深南线主要在冬季可以看到双髻鲨。两条航线都有机会看到鲸鲨、Manta 等大物。

难度：适合作为入门，但部分水流较大，建议 30 ~ 50 潜 +

季节：11 ~ 4 月

3. 印尼四王岛

印尼最大的国家海洋公园，同时也是全球海洋生物圈最具有生物多样性的地区之一。缺点是舟车劳顿且船宿成本高，从雅加达或望加锡乘飞机到索龙。小飞机飞到拉贾安帕首府威塞 (Waisai)，或从索龙港乘渡船到该岛。

难度：中级，建议 50 潜 +

季节：6 ~ 8 月不适合潜水、11 ~ 4 月南北线、5/9/10 月北线

4. 埃及红海

分为经典船宿线路 BDE (大小兄弟岛——Dedalus——Elphinstone) 和红海南线。BDE 线可以看到成群的锤头鲨、远洋白鳍鲨、长尾鲨和海豚。南线水下更加原始，拥有完整的珊瑚墙和复杂的通道，可以看到远洋白鳍鲨，锤头鲨等。尤其在冬季，12 月到 2 月，有机会看到海豚跟鲨鱼们一起猎食。

季节：7 ~ 10 月锤头鲨，11 ~ 2 月冷水

难度：中高级，水流较大，建议 50 潜 +

5. 印尼科莫多

科莫多海域潜点众多，海洋生物种类繁多，洋流复杂，还有举世闻名的科莫多巨蜥值得你为它专门登陆。

季节：5 月 ~ 10 月

难度：难度较大，建议 100 潜 +

6. 加拉帕戈斯

加拉帕戈斯群岛，可能是每个潜水员最向往的船宿地点。这里的亮点是锤头鲨风暴；此外，加拉帕戈斯鲨、海狮、鹰鳐、海龟、海豚、鲸鲨等这样的大家伙，随处都能发现。

难度：高级，建议 100 潜 +

季节：海狮全年可看，6 ~ 11 月虎鲸，12 ~ 4 月锤头鲨 \ 蝠鲼 \ 鹰鳐，5 ~ 7 月 \ 11 月锤头鲨 \ 鲸鲨

塞舌尔 普拉兰岛

塞舌尔是坐落在东非印度洋上的一个群岛国家，由 115 个岛屿组成，面积仅 455 平方公里。小归小，这里却是威廉王子和凯特王妃的蜜月旅行地，也被许多人认为是全世界最容易看到大量鲸鲨汇集的顶级潜点之一。每年 9-11 月，不断迁徙的鲸鲨会途经塞舌尔，光是浮潜甚至就能近距离接触不同大小的鲸鲨。

塞舌尔没有太多潜水客，水清沙细，椰林树影。相比沙滩上的宁静，海底却热闹非凡，能见度超高的海底也是水下摄影的天堂（“大货”的种类特别多）。

位于普拉兰岛西北海岸的 Constance Lémuria 康斯丹塞舌尔蕾沐莉亚酒店地处罕有的海龟繁殖地带，幸运的话，你会看到塞舌尔“龟仙”象龟旁若无人地从身边走过，酒店一直以来以海龟保育等生态保护项目尽力呵护着生物多样性环境。在这里，自然的神秘生机成为令人惊叹的存在，印度洋呈现出迷人的绿宝石色调，与海岸边一片片红树林、细如面粉般的白沙滩还有海底缤纷的珊瑚礁完美融合，各种深浅的蓝色、白色和绿色构成不可比拟的纯净。

Lémuria 的潜水中心提供从开放水域初级潜水员、开放水域进阶潜水员一直到 DIVER MASTER（潜水长）的各等级课程，如果你时间充裕，不妨多停留几天，在这片岛屿仙境努力从入门小白向潜水大神进阶。潜水之余，帆船、皮划艇、风帆冲浪，都是与海洋亲密接触的方式，不妨放慢脚步，享受印度洋远离尘嚣的海天一色。

海边居所

在 Lémuria 度假村，一切都与生态有关。在不破坏当地原生环境的情况下，设计师将摩登的设计理念与当地的地域特色完美结合，采用了木材、石头、粉红色花岗岩、大理石和棕榈叶、茅草等材料，打磨出现代而温馨的风格。这里的客房坐落在两片柔软的原始海滩上，距离岸边仅有 15 米，望着近在咫尺的蓝天碧海，听着海浪夹杂着海鸥声，心情也会像踩在甜甜的棉花糖上吧。

悬崖餐厅

The Nest 克里奥尔风味餐厅拥有完美的地理位置，位于两个海滩之间的岩石半岛上。餐厅背面岩石上的甲板是酒店最私人的地点，在特殊的日子与重要的人来此，在悬崖上看白天的飞鸟或夜晚的星空，是久久不会淡忘的浪漫回忆。





马尔代夫 卡尼岛

如果不去探索马尔代夫神奇的水下世界，你看到的始终只是这个度假天堂的一小部分。

是的，那些探出水面的植物群和动物群只是沧海一粟。纵身跃入镜子一样的海水，你会发现在马尔代夫深邃的怀抱里，缤纷的海洋生命是怎样令人难以置信，也会明白为什么世界各地的潜水发烧友都渴望去一探究竟。

在一岛一酒店的马尔代夫，选择一家海底环境优秀、潜水设施齐全的度假村，是开启海底世界的秘密之匙。Club Med 卡尼岛度假村全新开放的潜水中心由专业培训机构 Euro-Divers 坐镇，针对海洋生物探险和水肺潜水专门开设了学习课程，潜水小白或者专业潜水员都可以找到适合自己的项目，并且这里提供齐全的配备租借和贩售。

在卡尼岛绵延两公里的白色海滩之外，丝绸般荡漾的海水之下是一个斑斓夺目的热带海洋世界。白天，可以与成群结队的热带鱼、海龟、蝠鲼甚至鲨鱼并肩畅游，感受肾上腺素飙升的快感；或者在夜幕中，借着皎洁的月光，潜入深海，观察发光的荧光珊瑚。

水下寻迹

浮潜区距离 Club Med 卡尼岛度假村只有 50 米，这里是小丑鱼、石斑鱼、鲷鱼、箱鲀以及各种软硬珊瑚的家园。你可以跟随海洋生物学家上一堂别开生面的生物课，一边参观珊瑚礁，一边通过标识牌了解环境信息，在水下认识各种海洋生物、了解卡尼岛各种动植物的的重要性，并学会如何保护它们。专业团队甚至可以带你去蹲点海龟，等待这些大家伙前来觅食。

珊瑚保育

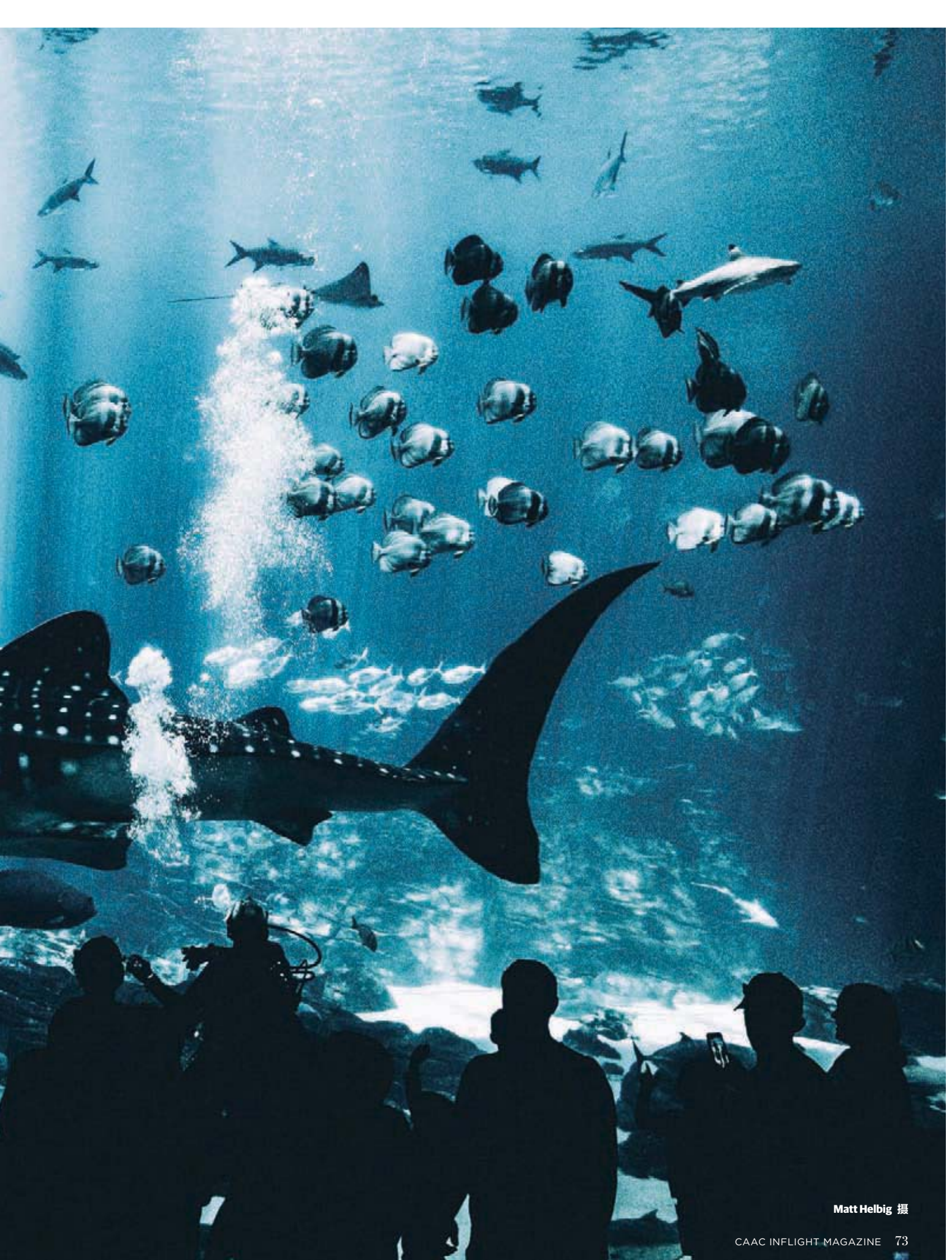
在海岛，你能想到最浪漫的事有哪些？亲手装饰海底世界肯定算一桩。选择适合的珊瑚架（采用网状模具和坚固的金属构造，经久耐用），附上自己挑选的珊瑚，再放入海中，这样便会开始形成一座新的珊瑚礁，让鱼儿有了新的乐园。即使离开了马尔代夫，也可以通过在线平台观看它在海中的生长情况，意义非凡。📺





地球腹地的深邃，我们仍然徘徊在认知的起点。







对抗岁月，除了护肤品还能靠什么？

文 / Hugo Jessi

11月11日0点刚过1小时24分钟，天猫抗衰护肤产品成交额就突破了去年全天纪录：两小时内，30个美妆护理品牌销售额突破1亿元。最终美妆护肤品类总成交额在所有行业中排名第三。

相关机构调查显示，“90后”群体买走了其中约一半的高端抗衰护肤品，不到三十岁就开始“恐老”，抗衰意识异常敏锐。

除去年轻的恐老族，中国还拥有庞大的“已老族”。截至2017年底，我国60岁及以上老年人口已达2.41亿，占总人口17.3%，他们面临着由衰老带来的各种健康和社会问题，同时也给管理者带来严峻挑战。卫生领域相关负责人曾指出，在“健康中国”战略的推进中，迫切需要创新理念和服务，培育和发展“抗衰老”相关的新业态、新产业。

可见，不管是恐老族、已老族亦或是管理者，都亟待有效的抗衰解决方案。

护肤、医美、干细胞……

什么才是“青春不老”的真正密钥？

事实上，千百年来人类从没停止与衰老的斗争。在古代，由于科学和技术水平的桎梏，上流社会往往诉诸于迷信，寄望于神奇药水、不老仙丹来实现长生不老，结果都是徒劳。现如今，大多数人的抗衰手段停留在购买护肤品和医美服务上。高端护肤品价格昂贵，亦常被认为质量参差不齐，效果也差强人意，医美则大多是短期解决外在问题，且风险犹存。

真正由内至外的科学抗衰在全世界都是一个难题。

得益于分子与细胞生物学的迅猛发展，现代再生科学正在提供全新的抗衰解决方案，或将引领万亿级的抗衰老市场。

经过数个世纪的探索，科学家们已经能对衰老过程进行更精细地描摹，他们逐渐达成一致：衰老是一种岁月病，始于细胞，致病率高达 100%，同时是可以进行干预甚至逆转的。

科学家们加快了研究脚步，佼佼者都一致地把焦点放在干细胞领域，因为其强大的自我更新、激活和多向分化能力，被医学界称为“万用细胞”，也被认为是对抗衰老和改善健康的重要武器。

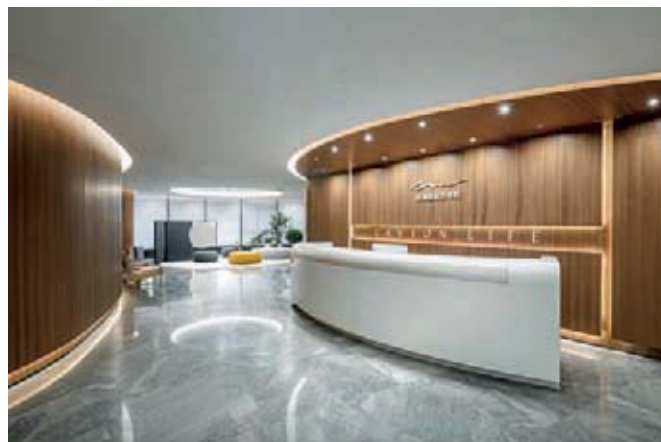


据报道，2018 年全球干细胞市场规模已超过千亿美元。

干细胞技术也已被纳入我国“十三五”战略性新兴产业发展规划及相关发展纲要。近年来，中央和地方都投入了大量的科研资金，并出台一系列政策措施，大力扶持和规范行业发展。目前，我国共有 30 多个干细胞临床研究项目进行了备案。今年 3 月底，国家卫健委发布《体细胞治疗临床研究和转化应用管理办法（试行）征求意见稿》，允许临床研究证明安全有效的、备案体细胞项目在不同机构进入转化应用。



优翔生命院是集私人健康服务和健康生活方式管理为一体的新型生命管理实体，是优翔国际耗资数亿资金、历经五年建设而成，致力于连接全球先进医学技术和健康生活方式，让人实现持久健康的同时，优享品质生活。



14 年来，优翔生命院凝练全球健康服务经验和资源，与中、美、德、日等全球多家知名机构合作，孜孜不倦地探索抗衰“密钥”，坚守“安全、科学、高效”的严苛标准，追求产品和服务的精益求精。

活到 150 岁？

在现代再生科学的加持下，人类的预期寿命被预言将在本世纪内突破 150 岁：

从分子级再生科学入手，可以细致入微到细胞层面，从生命底层注入青春源泉，激活细胞能量；同时，可以从外部进行机体修复和调整，由内而外编制抗衰保护墙，让生命持久运行在青春轨道。

也许目前我们还无法“治愈”衰老、实现“永生”，但科学正给予人类希望。我们可以通过科学、安全的方法干预衰老进程、缓解衰老步伐，让更多人享受更持久的青春、更有尊严地生活。

即使岁月无敌，我们愿您能健康而优雅地老去！🌿

L'AVION

Life

北京市朝阳区朝阳公园南路10号
中央公园广场A5栋

联系电话：
400-663-8500



扫码咨询



TEXTURE HOT DRINK COLOR 暖冬特调 质感热饮色

文 / Clare

榛子巧克力色、糖衣杏仁色、香浓奶咖色、
甜蜜焦糖色……自带温度感的大地色系真可
谓是秋冬专属色，不仅能搭配出高级
优雅的质感，更能给萧瑟寒冷的
季节带来温暖和温柔感。

Sweater



1



2



3



4



5

1. ULLA JOHNSON Lucille 罗纹羊驼毛混纺毛衣
2. MADELEINE THOMPSON 羊绒围裹式围巾
3. CAROLINE CONSTAS 罗纹棉质羊毛混纺毛衣
4. SEE BY CHLOÉ 双色罗纹羊毛毛衣
5. RE/DONE 90s 大廓形针织开襟衫

百变毛衣

当秋冬“限定”热饮色遇到毛衣，往往给人以温柔的印象。但当毛衣的款式不同，反而能打造出百变的 Style。宽松的高领毛衣温柔亲和；修身的针织款打造出利落的职场女性；非规则款的围裹式毛衣穿出强烈的设计感；带有纹理的毛衣适合俏皮可爱的你。



1

1. JIL SANDER 大衣
2. JW ANDERSON 配腰带羊毛混纺外套
3. KASSL EDITIONS 配腰带棉质混纺帆布风衣
4. SACAI Melton 羊毛纯棉华达呢风衣



2



3



4



百搭质感风衣

大地色风衣是任何年代任何潮流演变下都始终岿然不变的经典款。加之今年秋冬流行的oversize款风衣适合任何身材和身高的女生。如果想要在这个秋冬，打造出精致和高级感，只要在内搭上选择具有层次感的其他热饮色即可。而下半身的选择也很宽泛，无论是阔腿裤、包臀裙，都能与风衣完美匹配。

高频西装外套

即使你不是职场女性，衣柜里也少不了几件西装外套。秋冬热饮色西装外套一定会成为你衣柜里复穿率最高的 Top5 单品。榛子巧克力色的西装更适合成熟稳重的女性，甜蜜焦糖色的西装适合大多数人群，而浅奶茶色西装则是时髦女孩在这一季的爱用单品。

Suit



1. TIBI 亚麻混纺斜纹布西装外套
2. PREEN BY THORNTON BREGAZZI 羊毛西装外套
3. MOTHER OF PEARL Constance 缎布围裹式西装外套
4. CHLOE 格纹羊毛混纺西装外套





1.
CHLOÉ 手提包
2.
MIU MIU 牛皮单肩包
3.
TORY BURCH 单肩包
4.
DANSE LENTE 小牛皮斜挎包
5.
STAUD 水桶包



气质加分包袋

热饮色系的包袋其实在一众包袋中并不特别出挑，但放眼经典款，它们一定有着着一席之地。对于如今那些时髦出挑且款式多变的网红包款来说，热饮色系的包袋一般都是走低调沉稳的路线，不多变也不追求极致的时尚外观，但是却多了份温度与气质，与秋冬季节最为登对。

Scarf



1. FENDI 浅褐色 貂毛FF 围巾
2. PRADA 贴花初剪羊毛围巾
3. TWIN-SET 围巾
4. SIES MARJAN 经典羊毛围巾

“温暖牌”围巾

到了秋冬季，围巾往往是大家每年都会重复购入的单品之一。无论是羊绒质地，还是格纹款，热饮色系大概是每个人衣橱里都会备着的一款。无论搭配毛衣、大衣，或夹克，搭配裤装还是裙装，经典百搭。对于喜欢性冷淡风的人士来说，这绝对就是性价比最高且值得投资的秋冬季单品。🌀



景迈山云海



疏林茶园里的樱花争相开放



景迈山古茶林



柏联普洱茶——月光白

柏联普洱：千古茶韵 岁月留香

文/思远

在北方千里冰封、万里雪飘的时节，地处北回归线与澜沧江流域的景迈山，依然阳光明媚、温暖和煦。在这里，柏联的万亩茶园，冬樱花争相开放，以绚丽之姿滋养着茶园。当每年冬樱花开时，也正是景迈的云海季节，万顷茶园在云海的盛景里犹如仙境，在冬樱花的粉妆玉琢下，一切如梦似幻。

柏联普洱 欧盟有机茶庄园

景迈山柏联普洱茶庄园位于云兴霞蔚、樱花烂漫的景迈万亩茶林间。寒来暑往，秋收冬藏，生态多样化的有机疏林茶园里，花果树木与茶树共生，呈现出茶香、花香和果香芬芳四溢的景象。十余年前，柏联集团遵照欧盟国际有机标准，创建了集种植、生产、加工、旅游、文化、品牌、窖藏为一体的庄园模式，并以古茶园、茶山寨、疏林有机茶园、制茶坊、景迈茶窖、茶酒店、茶祖庙、茶博物馆、柏联茶道九大内容为核心竞争力，打造了中国以茶为主的标准化庄园，创造并引领了一种普洱茶文化的生活方式，传承并保护着一个茶文化的朝圣之地，开创了中国普洱茶的庄园时代。

柏联普洱 匠心传承景迈味

柏联普洱源自景迈山世界茶源地。在景迈山柏联普洱茶庄园里，茶树与亚热带雨林混生山野之间，多种兰科植物与茶树共生，茶树生长的地底下矿物质丰富，茶叶以稀有的兰花香著称，千年来以“景迈香”口口相传。庄园的制茶坊建于茶林之间，被称为“茶园里长出的制茶坊”，清晨新鲜采摘的茶叶，“不落地”进入初制和精制环节，经过清洗、摊青、晒青、揉捻、干燥、压制等数十道工序，最后再进入柏联原产地茶窖。

柏联庄园通过原产地茶窖和古法制茶工艺，熟茶突破传统，拥有浓郁的“枣香蜜韵”，生茶拥有千年“景迈兰香之味”，造就



柏联原产地茶窖

了柏联普洱的“兰香枣韵”，带给人们鲜明的口感记忆，柏联十年磨一剑，将景迈山的“一山一味”，以茶传播，让人们记住一座山的味道，记住柏联普洱，遇见即是一生。

景迈茶 古为贡茶 今为国礼

千余年前，布朗族的先祖帕岩冷带领族人在景迈山开始驯化野生茶树，至今这里还保留着世界上现存面积完整、历史久远的古茶林。历经千载，景迈山古茶林仍是当地少数民族生活与精神之源，每年四月，采春茶之季，景迈山各族人民都要举行盛大的茶祖祭祀仪式，延传至今千年之久。

元代开始，景迈山的茶叶已是孟连土司敬献皇帝的贡品。1950年10月1日，布朗族头人苏里亚把4.9公斤的景迈山古树茶送给毛主席，取1949建国之意，寓为国泰久安。2001年亚太经济合作组织（APEC）会议和2008年北京奥运会，景迈茶被选为国礼送给世界各国元首。

柏联原产地茶窖 缔造传世珍品

柏联茶窖回归茶之源头，继承传统，结合普洱茶后陈化原理，遵从自然法则，发挥景迈区域优势，让好茶岁月留香。景迈山拥有纯净的空气和适宜的干湿气候，为茶叶贮存提供了得天独厚的环境，在原产地的气候和菌群环境中，茶叶自然陈化，成就普洱茶越陈越香的时光韵味。

在茶山圣地景迈山拥有属于自己的私属茶窖，将柏联庄园特制的窖藏茶品，藏于茶窖之中，采天地之精华，实现生命的收藏，让普洱茶成为可观、可赏、可品、可藏的古董，成为家族代代相传的财富和文化遗产，铸就一代又一代人的财富与精神梦想。



柏联普洱



柏联酒店

柏联普洱高端定制热线：400-871-6989



景迈柏联酒店茶山朝圣之旅

酒店坐落于云雾缭绕的万顷茶林间，恍若云端上的酒店。人们循着柏联普洱的“景迈香”而来，定制酒店三、五、七天的茶山朝圣之旅，在柏联普洱茶庄园开始一段采茶、制茶、贮茶、祭茶祖的茶意生活，深度体验世界茶源地。



昆明柏联酒店中医养生之旅

位于昆明高原湖畔，湖景独栋别墅均设有私属温泉泡池，露天园林温泉池为客人提供温泉疗养；研习茶道、花道、香道、太极、瑜伽；入住酒店，可获得中医经络检测，并量身定制中医养生套餐；三、五、七天的瘦身养生套餐，疗效显著。



和顺柏联酒店温泉之旅

和顺古镇田园里的柏联酒店，四面火山湿地环绕，自然的气息在恢弘的现代中式建筑中流动。参加酒店三、五、七天的定制之旅可游和顺古镇、泡闻名天下的火山地热温泉、享尊崇无比的玉石SPA，体验田园牧歌式的休闲生活。



重庆柏联酒店禅修之旅

嘉陵江畔、千年禅寺深处，重庆柏联酒店沿江岸陡峻山崖顺势而建，错落有致地隐于山林之间。江景别墅设有私属温泉泡池，在缙云山和禅寺的强大磁场中，体验道家闭关养生之旅，以道家养生之法排毒、瘦身。



黄果树柏联温泉酒店山水之旅

黄果树柏联温泉酒店临近亚洲第一大瀑布——黄果树瀑布，酒店避开人流，独享安静私密，仅步行就能感受瀑布“飞流直下三千尺”的恢弘气度。定制酒店山水之旅，可以深度领略喀斯特地貌的原生态风情，还能感受贵州及安顺少数民族文化的源远流长，体验一场身心放空的山泉旅程。

肾上腺素的暴力表达

FAST AND FURIOUS — THE HISTORY OF POLICE CARS

文 / 路泞

Andre Benz 摄

缉盗捕恶，千里追凶，魔道之间此消彼长。烟尘过处，早已不是刀剑马蹄的披星戴月。鸣笛闪光，荷枪实弹，街头巷尾的巡护，或成雷霆一击，速度爆裂成为以力易暴的辙印，倏忽行止间，安天下太平。



01

人类自成社会，衍生种种规矩，是为方圆。逾越者，人会以规矩制约人，正邪交错。警察是社会的守夜人，洞察世间不平，正义值更朝暮。《长安十二时辰》里的“不良帅”张小敬——一个古典类型的刑警队长，马匹还不是常规装备，大部分时间掖着利刃以“跑酷”的形式螳螂捕蝉。那会儿的长安，路虽宽，车需牛马之力，其便溺倒也寻常。不过歹人也一样腿儿着，不妨碍正义终于落位。跟现在一样，张队长来一碗羊肉泡馍——四两饼的——加“软饮”火晶柿子，美国街头的执法者也是肉夹馍一样的汉堡，一成不变的喝可乐。唐刀与左轮，都可除暴安良。

后来执法机构装备了机动车——毕竟国家财政的必要支出首先要安定团结。不难想象有了汽车的干警初始插翅猛虎的模样。汽油动力的铁壳子，呼啦啦一群皂衣六扇门扑将上来，登时天地无所遁形。

三教九流五行八作没有贼人这一行，不过是个作为的统称，以法律为尺的衡量。历朝历代，他们不作为一个有共同追求的

群体，但也不会绝迹。他们也会有汽车的。你追得紧，那就逼我跑得更快。一定程度上，罪犯的器材迭代要比执法者更快速，汽车尤其是这样。自从有了警车，就有了一种威慑与响应同在的应激机制，因地制宜，却大有分别。

公路里程，机动车人口比例，汽车工业规模……罗列后会发现美国也是世界上警车装备量的大国，阿 Sir 的“坨儿”也都比较大，各州和联邦警力的车辆必须跟上。汽车在美国不是个事儿，局里人手一辆警车也不是什么问题。美国各州警车都有自己的涂装方式，警徽上可以辨别出警车属地。高强度的前碰撞装置在美国俗称 Pushing Bar，就是撞击用的钢条。警灯的颜色也各有区别，有的是蓝色频闪有的是红色灯泡。而联邦警察的车属于另一类，也还不同。这套繁琐我们可以不了解，主要看看都是些什么车。

经典的福特维多利亚皇冠在美国警车中占据了很大份额。很多电影里都有它出没。至于为什么更多的选择它出勤，也许

是因为一个时代的口味和平衡吧。原初这是福特的一款旗舰轿车——4.6 升 V8 发动机，250 匹马力，后轮驱动。警用款不一样：4.8 升 V8，底盘、刹车卡钳、刹车盘、内饰……只是壳子看着是维多利亚而已，一点也不菜。单看那保险杠就不一般：这就敢撞别的车了。不过它撞了别人自个儿一点事儿没有也不客观。

这又让人想起电影里的惨烈场面：车都多少个跟头炸成那样了，陀枪师兄踉跄逃出后，风那么快就让伤口有嘎巴儿了，出字幕……

02

如果回到 20 年前，张小敬的老家西安，你看到的碑林分局或者长延堡派出所的警车大约是小面包。不管是松花江还是北斗星，涂装、警灯不能马虎。各地都有自己的采购方向，基本还是随大流——什么车多买什么，桑塔纳、捷达、富康算是不错的了。不是我们不需要车有更高的性能，是犯罪分子的速度也就那样儿。早期



的中国警车状态与汽车工业程度匹配，整体的使用以日常出勤为主。高强度的追击行动一般就会由武警、特警来执行，他们的各色车辆算是专业装备，不在民用领域流通。

当代的中国警车早就不是“老三样”了，千变万化之后，电动车里的比亚迪、能越野的哈弗和吉利等等，也都喷上警徽上街执勤了。这也是匹配当今汽车工业体量的。

美国警车的车载终端接驳了堪称世界最强大的安全信息系统，完全是体系的先进性，能最大程度地提高办案效能。有可疑车辆在被拦截后，这个终端的信息识别能力细致周全，连电脑都是防水军用级别的，更别提动力性能的美式风格了。比如

“拦截者”，民用版是 3.5 升 ECOBOOT 发动机，前轮驱动，最大输出 263 马力和 338 牛米扭矩。FBI 探员的就不同：换性能更强的 3.5V6 直喷双涡轮增压发动机，365 匹马力，475 牛米扭矩，在 1500 转就输出最大扭矩，保证了强劲的加速性，使用四驱系统更保证了稳定性能。但事实上我们（在美剧里）看到的 FBI，总是喜欢带着墨镜从凯迪拉克“凯雷德”上下来，气场足得像是走秀。干活的时候才套上有 LOGO 的马甲。

作为警车的凯迪拉克丝毫不减豪华，CTS-V 的 6.2 升机械增压 V8 发动机最大可输出 565 马力，来一脚地板油的感觉像是坐着头“飞象”。另一款 XLR-V 警车就更可以了——敞篷超跑。那是为了前后架机枪

用吗？北极星 4.4 升 V8 发动机的动力让边上的车肝儿颤。雪佛兰也有警用跑车，70 升的发动机啊，还是干式油底壳——更好地降低发动机重心以提升操控感……一台比一台猛。雪佛兰在美国警车里比较独特，被选择的型号与众不同。Tahoe 作为拦阻警车装备 5.3 排量 V8 发动机，使用 GMT800 平台。4WD 四驱版本虽好，但为了成为警方追捕车辆还是使用 2WD 后驱设计，要的就是快，离地间隙下探 1 英寸，一脚下去轮胎必须冒烟儿。后来的新 Tahoe，搭载 6.2 升 V8 发动机，开始全面使用 AWD 四驱底盘，作为高速重型拦截车辆使用，破坏力就是震慑力。轿车的加速水平加上强悍的追击性，警察能不喜欢么。

车的选择代表了警匪双方的速度与力

量的水准。美国警车给你的感觉不仅是机械美学的夸张，或者威风八面的傲慢，所能想到的还有：得多彪悍的恶人需要如此震慑。它们普遍是马力巨大、肌肉张扬的大块头，又快又狠，视觉上就已经以暴力暴了。在犯罪率最高的国家之一，黑白相间的涂装必须显得凶狠。美式 SUV 警车平均高都在两米，如堡垒在疾驰，现实就是电影的既视感。我曾在美国一小镇上看到两车警察很认真地围着一个初中“黄毛”：为什么喝酒。当时感觉随便一个都能把那娃吓死，根本不用铐子。

03

隔海东瀛的警车是另一种风情，所不同的是，它们的功用似乎不止是为了震慑，就是涂装也掩盖不了骨子里的表现欲。真是被执勤耽误的穿花蝴蝶。

本田 NSX，算日本的法拉利，不是性能上的追捕能力，是发自制造者匠心的性能跑车，去执勤还是拉风，皆可。很多罪犯被拷上时大约还未坐过这么高级的车。齐名的日产 GT-R 同理，怎么看也非缉捕之用——别撞啊咱们比赛，要是你输了可以让我铐上吗？日本自己汽车的出产品类繁复，所以警车就不考虑别家了，连警用自行车也不考虑。按照数据，本田是日本警车的最主力，三菱、日产也不少。当然，丰田皇冠据说是警察评价最好的车型。估计是舱里宽敞巡逻舒畅。

宝马“原产地”，德国慕尼黑，警车当然宝马系，装备级别更高；斯图加特，警车除了奔驰 E 级不作他想。英国警车中的 Caparo T1，是世界最接近 F1 的跑车，0-100km 加速过程仅需 2.5 秒，已经可以去比赛了。意大利的法拉利等诸超跑也会作为警车亮相，兰博基尼还曾专门出过一辆警用版兰博基尼 LP。

迪拜不造车，但是架不住有钱——那里有一支清一色上千万的超跑警车队伍。兰博基尼、布加迪威航、阿斯顿马丁、宾利、法拉利……都有，巡逻的同时，炫富也许更是更主要的品牌塑造活动。🚔



Josh Hild 摄

MICRONEEDLE HAIR TRANSPLANT

种下“大麦”，就是种下希望

文 / 李兴东



我叫李兴东，
大麦微针植发的创始人。

初心

在我刚开始从事这个行业的时候，脱发还没有像现在这样如此困扰国人，但是通过植发可以帮助别人恢复自信，是一件极为有意义的事情，因此，我创立了科发源。

过去，国内无论是公立医院、三甲医院还是私立医院，由于没有较强的专业技术，在全球的植发业中不受重视。与之形成鲜明对比的，却是国内因脱发而焦虑的越来越多的人们。出于职业的操守和责任，我希望给更多有需求的人带来追求更美好生活的希望和好的效果。

“科发源”，寓意“科学生发的源泉”。植发是技术活更是艺术活，像极了刺绣，都具有匠心精神。为了毛囊的存活率提高1%、为了



植发的针头缩小0.1毫米，我和团队从2006年引进微针植发技术至今不断进行创新升级，5次获得国家专利技术。为的就是以科学、安全、轻松、有效的方式解决脱发这件“头等大事”。

拐点

面对植发这块诱人的蛋糕，参与者前赴后继。据市场调研公司 Market Research Future 发布的《全球植发市场报告》显示，预计到2023年，全球植发市场规模将达到238.8亿美元，未来5年的年复合增速将达到24%。

当植发行业从无人问津到成为风口，竞争如期而至。面对铺天盖地的植发广告，消费者们难辨真伪，陷入“随处可去，又无处可去”的怪圈。作为行业开拓者的科发源，一方面坚信优胜劣汰，只有技术过硬才能保障长远发展；另一方面，市场压力也让我们意识到不能只会埋头苦干，也要重视品牌的建设。

为了摆脱困境，获得更好的品牌认知，我们改名为“大麦”：这是一个既好听又好记的好名字——让发友们的头发能像大麦一样茂密繁盛，这同样也是大麦微针植发的愿景。

品牌的塑造并非朝夕，想要树立“正规靠谱的全球连锁植发机构”这一形象，少则数年多则十几年。消费者的口碑才是植发机构最好的“金字招牌”。更名标志着我们将迎来全新的突破。大麦微针植发已经经历了22年的风风雨雨，我们还有第二个、第三个以及更多的22年。

情怀

多年前，我曾经接诊过一个小男孩。由于意外烫伤，他头上

留下了难以恢复的伤疤。他刚来的时候很害羞,不愿意和别人交流。我们为他做了植发,挡住了疤痕。当他回来复查的时候,脸上洋溢着发自内心的感谢,那笑容让我终生难忘。正是这样点滴积累起来的发友故事让我们这么多年都在坚持做一件事情。

只有登上屋顶的人,才有资格评论四周的风景。2006年,我们“引进来”国外先进的技术,同步到中国。2018年,我们的全球战略升级开始“走出去”,把中国的技术推向世界。我一直有这样的梦想,让中国植发走向世界。作为一家历经22年的领先品牌,这是一份使命,这是大麦微针植发的星辰大海。

有人曾问我,美国的植发技术世界第一,大麦在美国芝加哥开设了分院,能赚钱吗?我认为,全球化战略部署势在必行,是否能盈利不是目前考虑的问题。我们需要在第一时间接触到世界最先进的植发技术,并一步步缩小差距,这远比赚钱重要得多。分院也只是一个开始,我们以分院为基础和更多国外一流的科研机构达成合作才能真正让中国植发技术获得长足进步。比如我们美国分院的院长就参与了牛津大学的冷冻毛囊克隆技术,这项新技术的应用将可能解放所有脱发患者;我们和植发机器人公司ARTAS达成合作,植发机器人、AI等智能化技术将在降低植发人工成本的同时增加手术精度。

水到渠成,这是我的理念,也是大麦微针植发的理念。我希望每一个有脱发情况的人,第一件事不是来植发,而是先判断自己属于什么脱发类型。我们不会对任何客人无差别推荐植发,而是会在进行细致的头皮检测后,定制适合的解决方案,不需要植发的客人我们则建议其去三甲医院治疗。这是我的原则,也是大麦微针植发发展至今最重要的坚持。

有人问我,更改“科发源”这个名字会不会可惜。毕竟22年间有十几万发友曾在这个名字的帮助下找回了自信。我想说,更名是为了更好的发展。当脱发正在成为越来越多人的“头等大事”,让他们不再因形象而焦虑也是大麦微针植发的“头等大事”。今天我们种下“大麦”,也是为更多人种下希望。☺



发友故事：

植发带给我的,不仅是形象的提升,还有心态的转变,以及更美好的人生轨迹。

我叫邓国凯,26岁,之前是一个普通的上班族。

2017年,我迎来了人生“滑铁卢”:脱发。经常加班熬夜、工作压力大、作息不规律,导致脱发严重,头顶稀疏到可见头皮。那时候我是拼着一口气想要证明自己,比以前更加努力工作,加班熬夜成了家常便饭。我工作上确实取得了一些小成就,但不可避免地,脱发也越来越严重。

一天早上,我洗完脸看着镜中的自己,越看越扎眼,镜子中这个看起来快奔四的人,真的是只有二十多岁的我吗?这时我才有所醒悟,工作能带给人成就感,但填补不了缺失的自信。

于是我开始四处寻找解决方案,仔细了解了几大植发机构,联系过身边做了植发的朋友,对比了植发机构各自的特点和不足,详细考察了一段时间,最终于2019年年初在大麦微针植发做了毛发移植。

现在,可以重新认识一下。

我叫邓国凯,26岁,之前是一个普通的上班族,现在偶尔会接一些商业活动。

形象是行走的名片,植发带给我的,不仅是形象的提升,还有心态的转变,以及更美好的人生轨迹。

2019年11月,作为微针植发术后的中国代表之一,我被邀请参加了第27届世界植发大会,向世界展示我们国家的植发效果,吸引了众多国际专家的围观和赞叹。

其实脱发并不可怕,只要找对方法,早睡早起,少熬夜多运动。剩下的,就交给专业的机构吧。



全球咨询热线：400-888-4199





恭王府这个“福”字， 为何被称为“天下第一福”？

在北京恭王府的秘云洞内，珍藏着一块由康熙皇帝御笔亲书、号称“天下第一福”的福字石碑，距今已有四百多年的历史。老北京人常道：“到故宫要沾沾王气，到长城要沾沾霸气，到恭王府就一定要沾沾福气！”为什么这么讲呢？

话说康熙十二年，康熙皇帝的祖母孝庄太后突患恶疾，宫里的太医都束手无策。百般无奈之时，康熙决定为祖母向上天“请福续寿”。在斋戒沐浴三天后，他一气呵成写下了如今被称为天下第一福的“福”字，并加盖了“康熙御笔之宝”的印章，以此诚心祈愿祖母能够福寿绵延，健康平安。孝庄太后自得到了这“福”字之

后，果真很快痊愈，最后活到了 75 岁的高龄。因此民间将康熙所写的这个“福”称为天下第一福。

仔细端详康熙所写的这个“福”字，真是绝妙：福的右半部分，正好是王羲之兰亭序中“寿”字的写法，因此这个福字成为现存的历代墨宝中，唯一将“福”和“寿”写在一起的福字，被称之为“福中有寿，福寿双全”；不仅如此，福字中还包含了“子”“才”“田”“寿”“福”的笔画，有“多子、多才、多田、多寿、多福”之意，是真正的五福合一。而且由于其中的“田”部并未封口，因此更是有鸿福无边、无边之福之意。另外，恭王府内遍布着



天下第一福® 新年定制茶

9999 只蝙蝠图案，算上这块福碑恰好是“万福”，而万福之首，正是这“天下第一福”。

快过年了，老百姓都忙着置办吉祥如意的年货，请福送福，希望亲朋好友来年五福临门、福气旺旺。于是在今年春节，现代派中国茶小罐茶再度联合恭王府，将这种美好民俗进行传承和创新，首次推出红罐礼盒——“天下第一福”新年定制茶，限量 20000 盒。用中国人心中的红色，和“天下第一福”的绝妙福气恭贺新禧，祈愿新的一年“红”福齐天下。

小罐茶“天下第一福”新年定制茶，20 罐 5 拼装，给每一个小罐茶都赋予了“天下第一福”的福气加持，寓意“红”运当头、“红”图大展。其中内含大红袍、小罐红、铁观音、冻顶乌龙和茉莉花茶 5 款中国名茶，由 4 位大师匠心监制，每一罐都源自正宗原产地，邀您新春尽享口福。

除此之外，小罐茶还推出一款新春特别定制的限量产品：茶代酒新年礼盒·大红袍味士忌。巧妙地将茶饮料以威士忌瓶装呈现，将饮酒的仪式感融入茶饮，乃中西合璧的创新之作；严选武夷山核



小罐茶·大红袍味士忌

心产区茶叶原料后精制而成，口感层次丰盈，岩韵香醇涌动，“酒”劲风味十足，入喉醇厚悠长，带来犹如真正威士忌般的味觉感受，开启全新茶饮体验。

春节家人老友聚会，难免需要喝酒助兴，大红袍味士忌零酒精配方，真正实现“以茶代酒”，给不便饮酒的人士一份表达心意的选择。欢聚是福，健康是福，小罐茶以茶代酒心意到，举杯健康更美妙！

福，寄托着百姓所有的美好憧憬：对于农人来说，风调雨顺是福；对于商人来说，财源茂盛是福；对莘莘学子来说，金榜题名是福；对老年人来说，健康是福，子女顺遂是福……随着社会文明进程的发展、民俗文化的丰厚，福的内容也愈加丰富。小罐茶用与时俱进的方式，在这个春节再次解读“福”；不忘初心，让古典沉静的中国茶焕发出更年轻时尚的活力，让更多人发现中国茶之美、爱上中国茶。打造更符合现代人生活习惯的茶产品，为国人的春节，增添一份“天下第一”的旺盛福气，愿您在新的一年里，事事都能红红火火。



心犹豫而狐疑兮 纸本设色 95x178 cm 2019

YAN BEI'S ART WORLD

飘逸的笔墨与多维的人生
——关于雁北和他的绘画

文/杨卫

雁北是一位很有故事的人。我说他有故事，并不是说他的人生有多么大的跌宕起伏，而是就他的职业身份而言，比较丰富，不只是作为画家，而且还当过教师，做过记者，等等，涉及的工作，可谓多种多样。他的成就，也不只是局限于艺术领域，其他方面也都是成绩斐然，甚至可以成为一个励志的榜样。

不过，尽管雁北做过许多职业，尝试过多种不同类型的工作。但他所做这一切物质铺垫，都是为了能够让自己有充分的条件从事艺术创作。所以，连贯起来看，雁北所做的其他工作，也是他艺术人生的一部分，甚至是非常重要的一部分，我们不能分割来看。

雁北出生于二十世纪六十年代。跟这个年龄段的几乎所有中国人一样，他也经历了“文革”的动荡，以及门户再度开放以后的社会变迁。不过，雁北不是被动的经历，而是主动地参与，尤其是后来把握社会开放的契机，双管齐下，既搞艺术创作，又兼及其他工作，从而使他的艺术人生，变得非常之饱满，同时，也获得了世俗意义上的成功。

早在八十年代，雁北就开始学习绘画，并以优异的成绩考上了首都师范大学美术系。那时，正值中国的“文化热”，全国上下掀起了学习的高潮。在这样的背景下，能进入到大学系统地学习，无疑是一种幸运。雁北正是把握了这个机会，一方面从西方现代艺术中吸取营养；另一方面从自

己的传统艺术中发现价值，互为补充地进行学习，不仅为自己拓宽了艺术的视野，也由此打下了坚实的造型基础。

我看过雁北当年的一些创作，有水墨、油画，也有水彩、素描、插画等，语言形式可谓多种多样。由此，我感受到了雁北的绘画才能，不是局限于一技之长，而是全面地、立体地向纵深发展。这正是师范生的特点，由此带来的益处，就是有很强的综合能力。雁北那时的作品，大都倾向于写实，与当时画坛盛行的乡土绘画与风情画相关联，表达了那个时期的整体审美倾向。

大学毕业之后的雁北，曾做过美术教师，其间创作了大批风情画作品，也拥有了一定的市场。不过，雁北显然不满足于此，更不愿意为市场而画画。他希望有朝一日能够完全为自己创作，画自己所思、画自己所感。于是，他趁着商业大潮来临之际，尝试过记者、设计等多项工作。可尽管雁北那些年身在其他领域，但心却一直在艺术之中，多年来始终坚持创作，笔耕未停。画画不仅成了他生活的兴趣，也成了他的精神寄托。

正是因为雁北心有所系，对艺术一直情有独钟。所以，当他在商界摸爬滚打多年，打下了一定的经济基础之后，最终还是决定放弃经商，回到艺术的自由状态。雁北的这种选择，无疑使他的艺术人生变得更加丰富，也更加精彩。因为有了经济基础，他可以从容不迫地为自己创作了；



雁北

本名张国辉，字雁北，号垒。北京市平谷人。1988年毕业于首都师范大学美术系。曾从事美术教师、记者、职业画家等工作，并创办广告公司和环境艺术公司，现旅居欧洲潜心创作。出版画册《风雅颂》。

同时，由于有过教书、做记者、从事环境艺术等诸多社会经验作为铺垫，又使得雁北的笔下，有了丰富的生活意向与饱满的生命内容。所以，他的创作一发不可收拾，短短几年时间，便画出了百多幅作品。

就雁北的新作而言，主要还是倾向于水墨。但他的水墨画，又不是走的传统水墨的路径，而是以新水墨为语汇，来表现自己的生命情绪。无疑，新水墨带有的实验性，更加吻合雁北的内心需要。因为传统水墨经过历史的演变与沉淀，早已形成一套完整的程式，艺术家在这套程式里进行创作，必然会受其束缚。而新水墨则是对传统水墨的一种解放，是将其他艺术的表现手法收入进来，丰富水墨画的语言形

态。二十世纪以来，以徐悲鸿、林风眠等为代表的新派艺术家，提倡水墨画的革新，不仅只是为了迎合时代需要，更为重要的是，希望藉此来表达自己的存在经验，反映自己对时代的真实感受。

雁北的水墨画，上承了林风眠一路，但没有林风眠作品中的朴拙、凝重和晦暗，代之而出的，是一种绚丽、灿烂甚至情绪激昂的画面。这当然跟人的性格和经历有关，林风眠生逢乱世，后又经历了一个极度压抑的时代，他作品中出现的那种阴郁气质，正是他的切身体验。而雁北却是赶上了一个社会开放的时候，他能穿梭于各种职业之间，甚至还能游走于世界各地，正是开放时代带来的自由与解放。所以，

他的艺术语言奔放、热烈，充满澎湃的激情，正是这个开放时代的反映，也是他性格的一种真情流露。

就我个人而言，比较喜欢雁北表现乱草丛生的那批作品，尤其是他的侧锋用笔，抑或是侧锋泼墨，犹如刀劈，给人一种强烈的气势；同时，他作品的色彩，也非常饱满，清新而不柔媚，艳丽而不喧闹。可谓洒脱飘逸，酣畅淋漓。我以为，从这个角度出发，向纵深探索和拓展，则最有可能走出自己的一片新天地。因为就其语言方式而言，雁北的绘画已经超越了笔墨关系，而跟西方的表现主义绘画打通了经脉。

事实上，水墨画的发展，已经面临一个新的瓶颈，包括新水墨，如何跳出传统笔墨的理解，来表现当代人的生命经验与思想情感，已是一个迫在眉睫的话题。雁北打破身份的限制与艺术门类的束缚，借用多种方法和手段，尤其是以西方表现主义绘画来充实水墨的语言，拓展自己艺术表现的张力，至少提供了一种可能性。至于他的作品是不是水墨画，已经不重要了。因为对于变换过多种人生角色，而今旅居在海外的雁北而言，他要的仅仅只是艺术的表达。

这是一个水墨渲染而成的新世界，代表着他心中的主观性真实，也是物象经重构后形成的另一层真实空间。

——摘自《状之状 心象之维——雁北的绘画》

姚远（中央美术学院博士）



五音纷兮繁会 布面丙烯 120 x 120 cm 2018



被束缚风景 No.1 布面丙烯 120 x 80 cm 2019

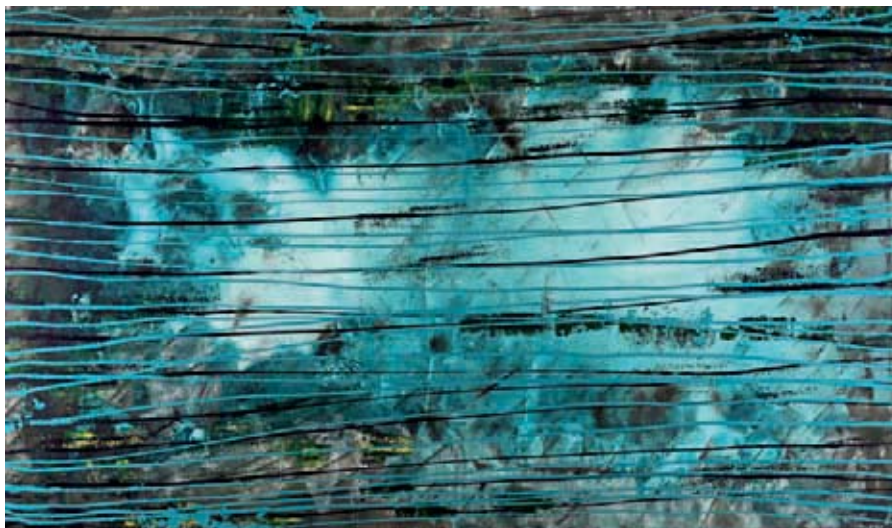


被束缚风景 No.2 纸本设色 178 x 95 cm 2019

雁北的作品中最为有意义的部分，其本质就是将东方的传统文化精神与西方现代文明相结合之后，进而再将这种东方文明的智慧在西方的文化框架中重新转化出新的能量和价值。

——摘自《文明的摆渡：雁北绘画作品中的主体间性特征》

吴鸿（艺术批评家、策展人，艺术国际主编，北京宋庄当代艺术文献馆执行馆长，吉林艺术学院客座教授）



吉日兮良辰 布面丙烯 120 x 80 cm 2019



路修远以多艰兮 纸本设色 105 x 200 cm 2019

自述

我小时候就喜欢涂涂画画，那会儿家里没有太多的纸，就在书的边角上画。上师范中专以后就开始跟美术沾边了。1981年工作之后，一个月有32.5元的工资，我会拿10元钱来买书。记得有一次去香山玩，人家都上山了，我一个人在书店里津津有味地看《芥子园画传》，最后用身上所有的钱把这套书买了下来，连吃午饭的钱都掏出去了。要说入门，应该就是从《芥子园画传》开始，至今我还留着那四本书。

参加工作以后，一位很有学识的乡绅老先生吴郁洲，教了我传统的中国古代画法，梅兰竹菊，山水一派。另一位亦师亦友陈克永，我经常向他讨教问题，和他一起出去写生，他帮我解决了艺术上很多疑惑。上了大学后，我遇到了很多良师，王琦老师是我绘画启蒙最原点的老师，他从苦难中走出来，为人诚恳勤奋，教我绘画和做人的气度；王功新老师活跃的思想和对艺术探索的激情，到今天还一直激励鞭策着我；何大桥老师是一个把画画当做乐趣和享受的人，对他来说，坐下来画画是天底下最快乐的事，我今天才做到和何老师一样，把画画作为生活的一部分；孙志军老师说过一句话，我至今还印象深刻：“任何一张画都有一团气，这气不能散。”；崔子范老师当年我们学校上了半天课，他画前会先用水打个稿，这个举动启发了我：“水墨水墨，以水先行。”并且他落笔肯定，寓巧于拙，返璞归真。

东方画家中，林风眠、吴冠中、赵无极、傅抱石和朱德群这几个艺术家给我的影响最大。林风眠的画风创造了一种新的语境，人们能一眼看出有中国韵味，但又不同于传统，是他自己独创的一种风格；吴冠中能把看到的東西提炼出一种自己独特的形式美；赵无极的作品是世界公认的，他很优雅，就像东方古代的绅士，虽是油画，但无形之中显露出中国的山水气质；朱德群的画你能从中看到跳跃的书法精神；傅抱石用传统的技法独创了自己的“气”，没有去描摹老的东西，而是又登上了一个山峰，在精神上往前走了。他们几个都是专心做艺术的人，对他们来说艺术就是生命，这让我十分敬佩。

西方的画家，给我影响和启发的大师有很多，比如伦勃朗的光影、雷诺阿的色彩、梵高的激情、塞尚的理性、毕加索的变幻无穷、罗杰斯的精神诱惑等等。我还很喜欢马蒂斯，他解决了梵高之后欧洲艺术上的色彩问题，我也想解决中国国画的色彩问题。我的画用色就没那么局限，因为颜色可以表达人的情绪。墨分五色确实有气韵，但不应是国画的全部。在当今瞬息万变的时代，中国画应该有更多丰富的色彩参与进来。❶

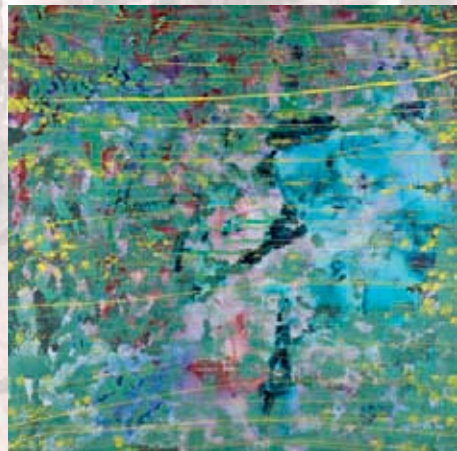
雁北将生命赋予纸张，以抽象视觉的形式积累了多种想法和记忆，这种与印象非象征性相关联的诗意感，似乎被强大的力量所困住或包围。

那种由漂浮和不确定的彩色斑块所传达的诗意自由，似乎以某种压倒性的威逼力量，威胁着你的记忆、梦想和个人向往。这些画作中还存在着强大的反作用力，这是由永久运动中旋转的彩色斑块以及赋予它们生机的喜悦所体现的。信念，希望和更广阔创作自由胜过了铁栅网格带来的可能威胁。

——摘自《一场被束缚的艺术》

Luís Urbano Afonso

（里斯本大学教授、艺术史学家）



飘风屯其相离兮 布面丙烯 120 x 120 cm 2018



雁北个展《被束缚的艺术》

展览时间：2019.10.16 ~ 2020.2.23

展览地点：巴西雷纳托鲁索文化中心

艺术家雁北受第十四届库里蒂巴国际当代艺术双年展组委会邀请，在巴西雷纳托鲁索文化中心举办个展《被束缚的艺术》。展览中呈现的系列作品是雁北移居葡萄牙后的感觉和记忆回流。诚如葡萄牙阿方索教授对此次展览作品的评价：“雁北如今已经达到中西方绘画传统研究的新平衡点。这种由漂浮和不确定的彩色斑块所传达的诗意自由，似乎以某种压倒性的威逼力量，威胁着你的记忆、梦想和个人向往。”

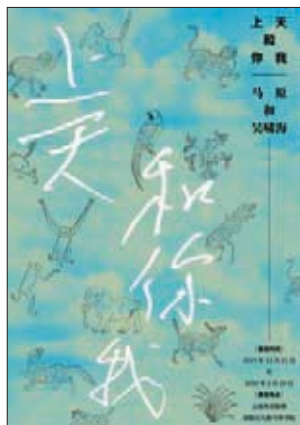


吴俊勇个展《山海不惧》

展览时间：2019.12.13 ~ 2020.2.14

展览地点：北京金杜艺术中心

展览标题出自中国志怪古籍《山海经》，蕴含着文字游戏般的趣味，是艺术家吴俊勇对《山海经》进行的一场自我解读。中国美术学院版画系的专业培训赋予吴俊勇超强的动手和造型能力，他可以不画草图，徒手雕刻，艺术对他来讲更像是一种玩耍。此次展览包含吴俊勇 2016 年至 2019 年间创作的超过 20 幅纸上水墨作品及一件最新创作的 6 屏动画装置作品，旨在传达艺术家的“慢”创作在这个“快”时代的一次滞留，同时也是一段传统和经典的回声。



马原、吴啸海双人展《上天和你我》

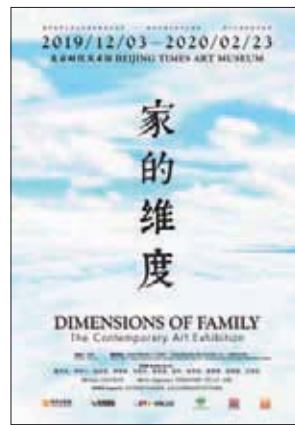
展览时间：2019.12.21 ~ 2020.2.20

展览地点：西双版纳南糯山九路马书院

马原，著名先锋作家，中国当代“先锋派”小说的代表人物之一。其著名的“叙述圈套”开创了中国小说界以形式为内容的风气，对中国当代文学的发展起到了重要影响。

吴啸海，1972 出生于湖南，2003 毕业于中央美术学院壁画系，获硕士学位，任教于中央美术学院壁画系。

两人相识短暂，相隔遥远，却有了几个回合的交道。这令马原萌生了再画油画的心意，而更大的动力来源于吴啸海的鼓励。二人经验背景各不相同，但是有一点相同，就是都有一颗感恩的心，不把名利放在心上，都对上天创造的一切敬畏和热爱。所以马原说：此次画展是三者联手，上天，你，我。



《家的维度》

展览时间：2019.12.3 ~ 2020.2.23

展览地点：北京时代美术馆

展览《家的维度》划分为“时间之家”“时空之家”“温度之家”三个单元，以丰富的史料文献、当代艺术作品、公教与互动相结合的展陈方式，集学术与体验一体，重构“家”的概念，邀请观众在美术馆“回家”。

“时间之家”以时间轴的形式呈现中国家庭的历史演变脉络。“时空之家”由家族的变迁、房屋的变迁、社会的变迁三部分组成。展览同时邀请 10 位当代艺术家，从各自的角度勾勒出家的维度。“温度之家”由时代美术馆所坐落的五棵松地区的发展历程、“家的记忆博物馆”及观众互动区三部分组成，并以调查问卷的形式邀您共织一幅对“家”的印象图鉴。

斑头雁，世界上飞得最高的鸟。

它们一次次地，穿越喜马拉雅世界屋脊，
回到三江源，繁衍，孵化，再次出发。

那是本能，但我更愿意说，
是生命的传承，是爱的传递。

斑头雁为了延续爱而高飞，我为了守护爱而远行。

爱是它的引擎，爱是我的翅膀。

每段旅程，都有爱的目的和意义。

#为爱飞翔#





GREEK WINE – RICH HISTORY AND RECENT REBIRTH

酒神眷顾之地的美酒复兴

文 / 杜慧娟 图 / EDOAO

你若将希腊层层揭开，最后剩下的将仅有一棵橄榄树、一片葡萄园和一艘船。
——诺贝尔奖得主奥德修斯·埃里蒂斯（Odysseas Elytis）

关于希腊葡萄酒，你可能听说过酒神狄奥尼索斯（Dionysus）的传说；你可能知道这里拥有几千年的葡萄酒历史，这里是葡萄酒文化的发源地，这里最有名的葡萄品种是希诺玛洛（Xinomavro）……

可是你是否知道这里有三百多个本土葡萄品种；这里的葡萄园分散于山坡与海岸平原，土壤贫瘠，面临强风与干旱的威胁，却免受根瘤蚜虫的侵袭；这里有古老葡萄园与百年老藤，产量稀少；这里的农场主充满智慧与激情，用独特的栽培方式如杯形式（Goblets）、花环式（Kouloures）、拖地式（Aplotaries）来对抗自然的严酷；一些产区甚至在险峻的山坡上建造了令人惊叹的石阶梯田，酿造出潜力惊人的佳酿……

历史与风土

从远古开始，葡萄藤与葡萄酒就与希腊和希腊人紧密相伴，迈过历史长河，不断前进，从未停息。

有证据表明，最早的野生葡萄藤可追溯到冰河时期以前，而希腊人在史前时期（石器时代后期）就已经开始种植葡萄并酿造葡萄酒。根据生活在公元前 8 世纪的荷马的记载，爱琴海北部地区的利姆诺斯岛（Lemnos）和色雷斯曾向特洛伊城出售了数量惊人的葡萄酒。大约公元前 8 世纪中期，希腊城邦在黑海和西地中海沿岸建立殖民地，他们传统的葡萄种植和葡萄酒酿造技术也随之开始广泛传播……

希腊的葡萄园大多分布在北纬 34 至

希腊葡萄酒关键数据

希腊是一个中等大小的国家，特别是在葡萄种植方面，大约有 61500 公顷葡萄园。葡萄种植面积在过去的 10 年中一直非常稳定，尽管未来可能有细微的增长。种植者的数量接近 180000 人，约占所有农业生产者的五分之一。因此，就葡萄园而言，平均土地持有面积略高于半公顷，这表明希腊葡萄栽培是一个非常分散的产业。希腊拥有九百多家酿酒厂。2017 年葡萄酒年平均产量为 2.5 亿升，仅位列全球第十七大葡萄酒生产国。希腊以白葡萄酒为主，红葡萄酒约占总产量的三分之一。希腊本土葡萄品种占据绝对优势，约占总产量的 90%。种植面积最多的三个葡萄品种是莎娃夏（Savatiano）、荣迪思（Roditis）和阿吉提克（Agiorgitiko）。



42 度之间，属冬季短暂、夏季炎热的地中海气候。南部地区时有旱灾，与岛屿上的葡萄园一样经常面临缺水困境，因此常常需要灌溉。而北部或内陆中部地区则很大程度上呈现了大陆性气候，较为凉爽，某些地方的葡萄甚至无法完全成熟。

希腊境内四分之三均为山地，沿海有低地平原。其葡萄园的土壤类型十分多样，有黏土、壤土、片岩、泥灰岩、砂质黏土和白垩土。大陆地区的底层土一般为石灰岩，而岛上的底层土为火山岩。这些独特的风土条件在塑造葡萄酒的独特性中起着关键的作用。

古老与小众葡萄品种

希腊拥有许多古老而小众的葡萄品种，如阿塞蒂克（Assyrtiko）、莎夏娃（Savatiano）、莫斯菲莱诺（Moschofilero）、阿吉提克（Agiorgitiko）、希诺玛洛（Xinomavro）等。正是这些种类繁多、表现各异的葡萄，才造就了个性鲜明、品质独特的希腊葡萄酒。

阿塞蒂克（Assyrtiko）是原产自圣托里尼岛的白葡萄品种。阿塞蒂克结构良好，拥有新鲜爽脆的酸度，以及高酒精度；风味上具有非常明显的青柠果香和强烈的矿物味道，陈年佳酿则展现出更为坚实的结

构和更复杂的香气。

莎夏娃（Savatiano）是阿提卡产区最重要的葡萄品种，产量也位居希腊前列。它主要用来酿造希腊传统而独特的——松香葡萄酒“热茜娜”（Retsina）。“热茜娜”在希腊拥有超过 2000 年历史，带有独特的松脂香味，是希腊葡萄酒的始祖。

阿吉提克（Agiorgitiko）是全希腊种植面积最大最广泛的红葡萄品种，主要分布在伯罗奔尼撒产区（Peloponnese）。阿吉提克适合种植在贫瘠的土壤之中，海拔最好在 500 ~ 900 米之间，在这种气候下生长的阿吉提克所酿造的葡萄酒酸度中等或较低，带有红色水果风味。

如星光洒满岛屿的葡萄园

希腊拥有世界上最古老的葡萄园，以及数千年葡萄酒酿造历史，葡萄园散布于各处的陆地及岛屿，人们形容这里是栽培葡萄的“星星岛”。从地理意义而言，希腊产区分为希腊北部、中部、伯罗奔尼撒（Peloponnese）及伊奥尼亚群岛（Ionian Islands）、爱琴海岛群（Islands）和克里特岛（Crete），这也造就了希腊各地葡萄酒极其多样和独特的风格。

位于希腊中部的阿提卡产区（Attica），是希腊首都雅典所在的大区，也是希腊葡

萄酒产量最高的产区。雅典是很多文明的诞生地，也是葡萄酒贸易的中枢。阿提卡葡萄园主要位于美索基亚（Mesogia）地区，遍布维奥蒂亚和埃维亚岛。哈尔基达（Chalkida）山谷和丽兰提欧（Lilantio）平原是热茜娜（Retsina）的主要生产地。由于受到河道、湖泊泥沙冲积，加上多沙黏土缺少有机物质，阿提卡的土壤偏钙化。阿提卡也是全国最炎热干燥的地区之一：年降雨量不过 19 英寸，夏季降雨量仅 4 英寸。莎夏娃（Savatiano）嗜干，将其栽培在密度葡萄园内，葡萄藤修剪成高脚杯状，正适合在这样的条件下种植。

希腊也许不是第一个酿造葡萄酒的国家，但古希腊对于葡萄酒的贡献涵盖各个方面：葡萄种植，葡萄酒生产、立法和贸易，当然也包括了品酒艺术。交际酒会上必不可少的 Oinohos（即今天的侍酒师）就起源于这里。

在今天，新希腊葡萄酒不仅承载着古老起源地的传统特色，还表现了独特而具历史意义的地域风土——规模与生产力很有限，只能限量生产。如果你选择一瓶希腊葡萄酒，不只是品味美妙而独特的风味，也是主张葡萄酒多样化的个性表达。新希腊葡萄酒拥有令人惊叹的潜力与魅力，值得畅饮品味！🍷



常德米粉

一碗热腾腾的粉 治愈严冬的良药

文 / 觅小胖

食物有地域属性，但它们又能打破这种属性在各个地方广受欢迎，比如米粉。如今，过桥米线、重庆酸辣粉、桂林米粉、螺蛳粉的食店随处可见，不知道下一个走向全国的会是哪一款呢？

虽然我生长在北方，但是跟粉的缘分可真不浅，老妈就是个粉控，北方人在福建长大，平时动不动就拉着我去吃粉。前些日子跟一帮发小回福建聚会，回来后反复地念叨“在那边天天都有粉可以吃，吃不腻呀，怎么就这么好吃呢，好像回到童年一般”；大学跑到另一个北方城市遇上6个南方来的舍友，都是离了粉没法过日子的，同住4年给我不断科普他们家乡的米粉，让我有种虽未到访却已用意念尝过的感觉；再就是常到南方城市旅行，但凡去南方城市，几乎日日不离粉。

最近的一次旅行是上个月在顺德，这是一个可以为了美食而多次到访的地方，其中有一道特色菜——陈村粉，出自顺德陈村镇，最初由陈村人黄但制作出这种薄、爽、滑、软的米粉，当地人称之为黄但粉、但记粉，后来慕名而来的人越来越多，这种米粉也以“陈村粉”之名大众所熟知。陈村粉的制作可谓完美诠释了当地人对吃的讲究：首先，米必须是放置半年以上的陈米，里面的胶质大部分都已流失，做出来的粉才爽；接着把米放到木盆里使劲搓上二十来分钟，然后再浸泡约1小时；之后用青石磨将其磨成浆，也许现在很多食店都换成电动磨米浆，但是那些百年老店会将转速控制在与手磨速度一致的状态下，使米浆均匀，也将米香完好地保留。

制作好的陈村粉厚度只有0.5~0.7毫米，比一般的米粉薄，却韧性十足，烹饪的方法也有很多种，可蒸，可炒，可拌，配菜也不拘条条框框。那天是个周末，我特意起个大早去一家酒楼吃早茶，点了陈村粉，切成段的陈村粉放置笼屉中，上面的盖码是豉汁排骨，还配了一小碟蘸料。蒸后的粉颇有嚼劲儿，米香浓郁，排骨的味道也恰到好处，听当地人说这种算是比较经典的做法之一了。

三年前去长沙参加同学婚礼，同学老公是这样跟我们推荐当地米粉的：“我们

这的米粉呀，嗦上一口，就像被你深爱之人拥抱一般幸福。”我想我这辈子都忘不了他的形容。

在长沙，男女老少都爱“嗦粉”，“嗦”就是“吃”，发出“嗦嗦”的吸溜声才过瘾。粉店在街头随处可见。从外形上看，长沙的米粉有圆粉和扁粉，做法以汤粉和炒粉为主，汤粉的出镜率更多一些，盖码种类十分丰富，比如肉丝码，辣椒炒肉码，红烧排骨码，香辣牛肉码等等。通常当地人的一天就是从一碗米粉开始，如今很多年轻人为了方便快捷，也会用来做午餐和晚餐。《挑战主持人》节目中，湖南卫视主持人李莎旻子在演讲中说：“每天早上叫醒你的是什么呢？是闹钟吗？是梦想吗？我的答案是‘我想吃长沙早上6点的一碗米粉’。”或许能对抗赖床的终极杀手，也只有美食了吧。

是不是如与相爱之人相拥般的温馨，

当时单身的我并未感同身受，但这不妨碍它用美味征服我的味蕾。抵达的第一天晚上被朋友带去坡子街的一家，吃了一顿辣椒炒肉粉，朋友说当地每家的辣椒炒肉味道都会有些许区别，但辣椒的香和肉的嫩是一定都有的。最为正宗的做法是使用螺丝椒，它的皮肉连接紧密，炒的时候不易出水 and 起皮，香辣回甘不那么横冲直撞，肉片的厚度刚刚好，炒至香气十足后出锅码在汤粉上，香与辣缓缓渗入汤中，嗦一口，什么舟车劳顿、精神头不足全部抛之脑后，我与朋友达成一致：嗦完粉再聊天。虽然我被辣得不行，但就是停不下来；第二天吃了一顿卤粉，就是干拌粉，需要自己加配料。通常店里提供酸豆角，酸萝卜，剁辣椒等，根据需求来加，卤粉配上一片卤豆干或者腐竹、卤藕来吃，风味更佳。

再往北一点去到衢州，也是粉儿的天堂。若不是一位大学舍友是衢州人，我对

这个地方的了解少之又少，哦对了，这里也是周迅的老家。

“我们这的米粉叫粉干，前期通过浸泡、润米、粉碎搅拌、磨浆、晾干或晒干的工序制作，每一道程序都马虎不得。晒干后的粉干煮熟，接下来就看你想怎么吃了，凉拌、汤粉还是炒的？还要提醒一下，我们这里的人很能吃辣，粉干也多有辣口的。”

衢州人能吃辣，这倒是打破了我以往认为江浙一带饮食清淡的固有印象。既然如此，何不试试到底有多辣呢？一碗肉片青菜粉干让我辣得冒汗，跟长沙试过的辣度有一拼。配菜给得更实在，笋干、肉末、豇豆、榨菜丝、花生米，铺了满满一层，再加上老板秘制的酱料，光是卖相就足够吸睛。

如今，我的愿望清单之一便是“吃遍天下所有粉”！🍜



陈村粉

Tips:

1. 有资料记载，顺德黄但记是陈村粉诞生的地方，由陈村人黄但创制，之后第二代传人黄铨辉和黄志均分别经营黄但记和黄均记，恪守传统制作工艺，想必应该是最正宗的陈村粉店。不过由于日程安排，我未能到访，反而是在香云纱园林酒店吃早茶时点了陈村粉，这家的陈村粉很好地保留了米香，排骨蒸制得十分香嫩，蘸配好的酱料吃粉，一口粉一口肉，开启幸福的一天。另外强烈推荐这家的水牛奶蛋挞，颜色较淡，几乎不怎么甜，刚出锅的蛋挞表层还能看到奶皮在“舞动”，奶香浓郁却不会腻，挞皮更是酥香可口。

2. 在长沙嗦粉建议去坡子街的肆姐面粉馆，虽然因为长沙小骄傲张艺兴的影响下越来越火，但味道一点都不打折扣。推荐辣椒炒肉粉和牛肉粉，只有试过才明白，就算辣到一把鼻涕一把泪，也要吃到光碗。

3. 衢州的“胖子凉拌粉干”“老高粉干”名气比较大，前者的粉干试过偏甜口的，汤汁很多。后者的配料特别多，想怎么搭配就怎么搭配，而且都很新鲜。不过衢州的朋友说过，不一定非要找某一家吃，在到处都是粉干店的衢州，随便在路上找一家吃味道都不差的。

POPULAR SMART GADGETS OF NEW YEAR 爱智迎新

文·图 / 徐晓鹏

Dig

不知不觉 2019 年已经过去。我们的生活被电子、数码和网络悄然改变。在新的一年里，用时尚又有趣的数码产品为生活添彩，让全家人享受科技带来的乐趣。



智能路由器

关键词：游戏路由、低延迟、游戏加速

游戏陪伴了很多人的年少青春，是很多人的韶华璀璨。适度的游戏让人们在工作学习之余自我放松，在浮躁中寻觅一方净土。很多用户在玩游戏时经常遇到卡顿，请求超时，信号弱导致无法正常游戏。荣耀从游戏玩家的角度出发，进行游戏发烧友级别的软硬件规格升级，为游戏对战设计，是一款针对游戏实时加速的游戏智能路由。

荣耀猎人游戏路由专门针对游戏而设计的 Game Turbo 减少丢包（网络延迟引起请求超时），Game Wi-Fi 天线，使用了三频 2034Mbps 无线和凌霄四核 1.4GHz 处理器，搭配了四个全千兆网口，256MB 大内存满足多设备同时稳定连接。这款路由还支持双网双通功能，可以同时接入两条网线，避免网络拥堵。这款路由拥有丰富的应用插件，独立应用加速核保障同时稳定运行多个应用插件，能够不干扰 Wi-Fi 上网。

智能手表

关键词：安卓开放系统、eSIM 虚拟卡、一号双终端

随着智能手表的快速发展，人们对它要求近乎完美无瑕，期待尽可能全面的功能。对全天候长续航的要求，目前尚不能全部满足。

支持安卓系的智能手表种类多样，但相互之间的兼容不算完美，基于此，小米最近推出了一款手表，对安卓系统有很好的兼容性，并能支持 iOS 系统，价格也比较实惠，也支持 eSIM 虚拟卡和一号双终端服务。

小米手表使用 1.78 英寸 AMOLED 方形大屏，外观惊艳，支持 36 小时的续航。小米手表与 FirstBeat 合作，采用欧洲赛级运动测算技术，根据用户运动过程中产生的个性化数据：运动时长、距离、卡路里消耗、心率、步频、无氧 / 有氧的训练效果、训练得分等，通过算法分析给出科学的运动建议。



科技手机壳

关键词：石墨导热、防摔防护

雷蛇是一家专门为电竞玩家设计电竞装备的品牌。最近他们为 iPhone 玩家设计了一款黑科技导热手机保护壳：雷蛇 iPhone 11 冰铠轻装专业版 THS 手机壳。

这款手机壳能够保持手机持久清凉，应用了雷蛇独家的 Thermaphene 石墨导热中间层，用以吸收手机散热并快速传导至外部，帮助手机散热，同时起到防灰防尘作用。使用这款具有散热功能的手机壳，手机温度平均降低 4 ~ 5℃，起到延长电池寿命的作用。同时，这款手机壳能提供 3 米的防摔保护，全面保护手机。

冰铠轻装专业版 THS 手机壳的外层使用类肤涂层，防滑效果出众。对手机周围进行了 360 度全包裹，在四边角做了软胶防震侧壁设计，通过防震测试认证。手机壳外观略厚实，但能够兼容 Qi 认证的无线充电器。



笔记本电脑

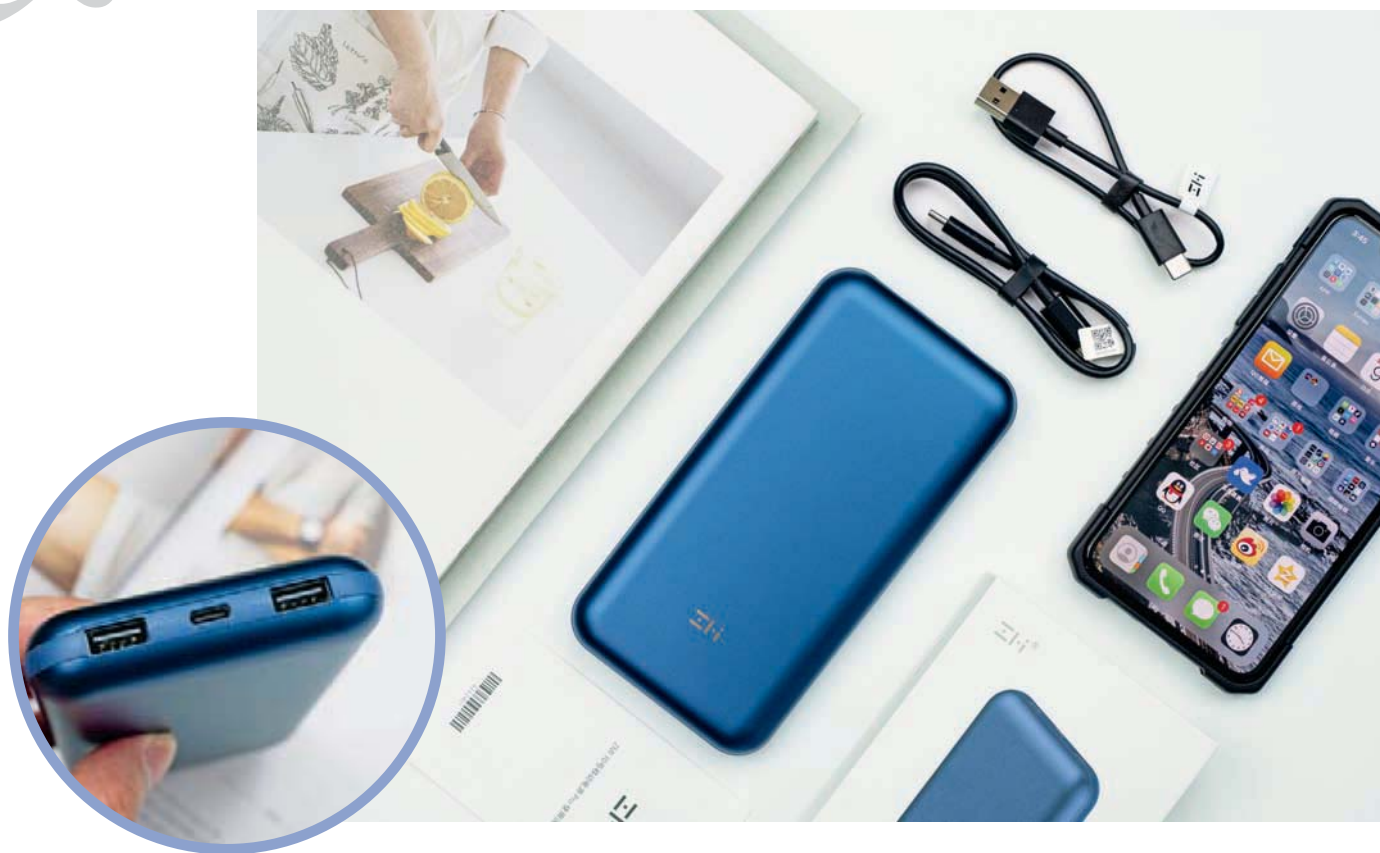
关键词：全面屏、轻薄设计、指纹解锁、多屏协同

近期荣耀 MagicBook 的更新迭代非常快速，新推出了荣耀 MagicBook 14。全新 MagicBook 尺寸更加小巧方便便携，重量也减轻不少，重点是散热进行了改进，整体设计也做了微调。

荣耀 MagicBook 14 的屏幕是三边 4.8mm 微边框的全面屏设计，笔记本整个屏幕的屏占比非常高，屏幕视野空间明显拓宽了很多，全新的视觉体验无论是日常办公还是娱乐影音都有更好的视觉效果。

此外，新产品还有一个魔法互传功能。能够实现手机与 PC 之间智能互联，这个功能区域设计在键盘右下角的 HONOR Magic-link 的 NFC 标签贴处，只需把手机触碰标签贴，即可将手机里的图片、视频、office 文档等瞬间传输至电脑。还可以实现多屏协同，在电脑上操控手机、编辑手机文档内容，进行之间的文件拖拽共享，带来舒适轻便的移动办公体验外，也解决了移动办公的痛点，再也不用担心忘带数据线或者没有网络了。





多功能 HUB 充电宝

关键词：快速充电、65W 大功率、支持 HUB 功能、笔记本电脑充电

目前市面上有大量的 PD 快速充电器和 PD 快充技术充电宝，但是大部分都是小功率，65W 以上的少之又少，大功率 PD 快速充电器和移动电源凤毛麟角。很多笔记本电脑开始使用 Type-c 接口，充电功率为 45W ~ 65W 不等，所以一款大功率的充电宝是非常实用的。

紫米 10 号 Pro 充电宝是一款升级版充电宝，兼容多种快充协议，由原来老款 45W 功率升级到 65W 功率，不仅支持 PD 快速充电的手机，还支持笔记本电脑充电，并且可以拓展笔记本电脑的 HUB 集线器功能。目前新款的笔记本电脑，都采用了 Type-c 接口，而没有 USB-A 接口，所以使用一些传统的移动硬盘存储设备或者无线鼠标 USB 接收器就无从下手了。紫米 10 号 Pro 充电宝自带 HUB 集线器功能，可以通过使用 Type-c 数据线接入，通过充电宝身上的 2 个 USB-A 接口拓展变成笔记本电脑的 USB-A 接口使用，非常方便，满足多场景用途。



[日]佐野洋子
《活了一百万次的猫》

油画画具实在深不可测，一两天内根本不会乖乖听话。一直啊，一直也看不到它的尽头。

马未都
《都嘟》序

我是一个极爱聊天的人，年轻时尤甚。聊兴一来，摠都摠不住。加之年轻时朋友很大多数都是侃爷，一个比一个能侃，日久天长，聊技自然就有长进。

可岁数大了，能聊的朋友都各奔东西了，都有自己的营生；过去说棋逢对手，将遇良才，我这下棋找不到对手，冲着棋盘发愣也不是办法，恰巧互联网悄然兴起，于是乎，对着空镜头空聊，以解口舌之快。

人生理上有许多快感，最快乐的快感因人而异。口舌之快娓娓道来算一种，火山喷发算另一种，二者兼顾就更高级一些，让说者听者情绪都得以满足。《都嘟》说的时候时好时坏，冷暖自知。

[美]雷纳德·科伦
《侘寂》谷泉 译

侘寂，乃事物一种未满、无常、残缺之美。它适度、谦逊，同时远离世俗。

鲁敏
《纸醉》

显然，小元是个有野心的孩子，这野心，大到一个地步，高到一个地步，已远离了日常事故与儿女情长。这当然是件好事，也是伊老师跟两个儿子一直灌输的道理之一，那许多古今中外的成功人士，都似是无情无义的，为着事业与趣好，可以完全地撇开私情杂念……但真的看到自己的儿子也是如此，伊老师却感到一点秋意似的，他头一次对自己树人之道的正确性若有所惑。

1919年7月，胡适
在少年中国学会上的
演讲，后收录于
《读书与治学》

少年的中国，中国的少年，我们也该时时刻刻记得这句话：

如今我们回来了，你们看便不同了！
这便是少年中国的精神。

[比]阿梅利·诺冬
《幸福的怀念》
段慧敏 译

直至今日，我与日本之间的田园牧歌都是完美无缺的。其中包含了传奇之爱所必不可少的要素：童年时代的难忘相遇、生离死别、怀念、二十岁时的重逢、艳情、充满激情的关系、发现、波折、暧昧、婚约、逃离、原谅、遗患。



《典藏民航70年》
中国民用航空局综合司编著
中国民航出版社

国内第一本全面展现民航百年发展的史册。细数新中国民航成立70年来走过的辉煌历程，以时间为轴、重大事件为切入点，用珍贵历史图片展现中国成为世界第二大航空运输大国的基本状况。



《国史讲话：春秋》
顾颉刚 童书业
上海人民出版社

不懂春秋就不懂中国。春秋，是野蛮向文明的过渡，是不同种族混合而成中华民族的时代。顾颉刚是中国现代学术大师，现代民俗学、历史地理学的奠基人，著名藏书人，钱穆、谭其骧、童书业、杨向奎、白寿彝等史学名家的伯乐，毛泽东钦定标点《资治通鉴》小组总校对。全文通俗讲述，行文质朴，精彩不断。



《侘寂：致艺术家、设计师、诗人和哲学家》
[美]雷纳德·科伦 谷泉 译
新星出版社

本书中有作者对日本文化中“侘寂”的理解：事物的一种未满、无常、残缺的美。作者在20世纪60年代末美国社会的青年运动中与“侘寂”不期而遇，深邃、多维、莫辨的侘寂恰是圆滑、甜腻的美国社会一剂对症的解药。

唐诺
《眼前：漫游在<左
传>的世界》序言

这本书有一参照之书，那就是博尔赫斯写《神曲》的《有关但丁的随笔九篇》，他五十岁左右的作品。我仿用的不只是他的书写体例而已，更重要的是他的书写和《神曲》这一文本的“关系”，尤其是其中的信任关系。也就是博尔赫斯多次引用的诗人柯勒律治名言：“诗的信念，就是自愿地把不肯轻信的念头高高挂起。”进一步明说便是：“当你下定决心不再怀疑，你就能读到一本好书了。”——《神曲》写出了我们今天或更不愿相信就是那样的地狱、净界（炼狱）和天堂，我们当然可以就此大大争辩一番，但这势必把我们困在这个可能是无止无休的话题里，而这只是《神曲》的设定或说背景而已，也就是我们根本还没出发还没真正开始，也就是诗本身；而且，当我们的心思集中在这样的真假分辨上，我们就很难去听但丁实际上说了什么，这是一定的。所以博尔赫斯说他宁可先相信但丁所讲都是真的，好真的进入，“我认为有这样天真的观念，即我们正在阅读一个真实故事的想法还是合适的，它可以让阅读把我们牵住……至少在开始的时候应该这样，最好能跟上故事的线索。我想谁也不会拒绝这么做。”

[瑞士] 奥德·霍瑟·莫蒂尔著《音乐的伤痛》中的序言，出自钢琴家路易·史威兹贝尔，高朋翻译

从心理学的角度，演奏带来的快乐是最好的放松，所以我们应该充分享受这本就蕴含于音乐之中的快乐。而不要为了某些目的或者炫技而演奏，不要纠结于证明什么，要体验的是演奏的乐趣。这些宝贵的建议来自奥德·霍瑟·莫蒂尔医生，在此我要向她表示深深的谢意。

我讲一个亲身经历：几年前的一场音乐会上，我在演奏过程当中，突然感觉压力袭来，大脑一片空白。幸运的是，我还能赶上演出的节奏，但已经无法保持稳定。那时我想起医生的叮嘱：“保持快乐。”就是她的这句话，拯救了那场音乐会上的我。

瑞典当地时间2019年12月7日，备受争议的新晋诺贝尔文学奖获得者彼得·汉德克演讲的开始。

在我小时候，一旦有合适时机，一旦时机允许，我的母亲就会反复向我讲述村里那些人的事——村子在斯洛文尼亚语里叫Stara Vas，德语叫Altes Dorf（老村）：至少在我听来，并非故事本身，而是那些短小的叙述，听起来就像“独一无二的事件”——用歌德的句子来说的话。我母亲很可能和我的兄弟姐妹也描述过这些。但在我的记忆中，我永远是她唯一的听众。



《我想要始终不渝地生活》
[日] 松浦弥太郎 郑悦 译
浙江大学出版社

出版人松浦弥太郎是畅销书作家，生活方式倡导者。这本书包含着他人生的重要“基本”经验，写给在现实世界中挣扎的你。



《德国的细节》
叶克飞
江苏凤凰文艺出版社

一位媒体人眼中的德国细节。试图从可看、可感的德国人的公共意识、工业生产、社会生活、高速公路、高等教育解读一个真实的德国。



《字间浮生》
鱼山 绘著
中信出版社

建筑界绘画才子鱼山用181幅画作演绎57组汉字、59个熟语和65首古诗。“字间”系列不仅包含对汉字熟语的揣摩、对唐诗宋词的打趣，还有对境遇浮沉、世间百态的描画与感叹。和鱼山的其他画作不同的是，“字间”系列用当下中国人的生活情趣去表达汉字中的古老哲学，让传统文化焕发新生。

霍城听歌



刘齐

作家，曾任《当代作家评论》杂志编委、辽宁省作家协会书记处书记，现任北京杂文学会副会长。出版有《刘齐作品集（八卷）》、《我的串联生活》、《中国式幽默（法文版）》等二十余部作品。

边境霍城，初雪次日，有内地报人文学人一行，往城外采访。空气原本就好，雪霁尤佳。穹苍之下，天山白头，沃野泛香。什么香这么香？停车看，是万亩熏衣草花田。收获季已过，紫花谢幕，苍枝绿丛不过瘾，探出雪层，犹吐余芳。油烟卷烟熏衣，鼻仄心烦，唯此物薰衣沐体，最是怡神。霍城是全国熏衣草主产地，质好量多，堪当芬芳首领。

嗅觉享福，视觉也快乐，胸襟也开阔。绕过群山，新疆第一大高山湖，地处丝绸之路要冲的赛里木湖，渐次舒展而来。

湖好大，看完这边，眼睛得转过去，往那边“够”，“够”也“够”不到头，照相不用躲人群，人再多也挡不住景。

湖好蓝，蓝得叫人发呆。先前有文章说，仿佛里边倒进了蓝墨水。什么话？这么好的湖，怎忍心掺入化学东西？那是仙色，是湖底有神镜，跟天互动，天有多蓝，湖有多蓝。湖一高兴，还影响天，我有什么蓝，你也跟着这么蓝。

天微笑，想让湖更美，就从千山万国那边，呼呼开出一条西风带，把大西洋的暖湿气流引到这个沙漠边缘、戈壁近邻，人称“大西洋最后一滴眼泪”。叫我说，也是大西

洋和西风带送给这里的第一曲歌声。受其润泽，树茂草丰，马壮羊肥。所憾山高水冷，湖中过于僻静，自古无鱼。今人招儿多视野广，从俄罗斯引进北冰洋冷水鲑鱼，养殖成功，无鱼之湖变水产基地。天鹅鸭雁亦来添彩，翔游鸣唱，得其所哉。

又去附近果子沟，伊犁门扉，咽喉要道。巨型斜拉桥雄壮，跨越二百米深峡，蜿蜒直行七百米，钢梁钢索，雪峰雪壑，云海林海，呼啸飞掠而过。欲查成吉思汗命太子凿石而成的险路，目不暇接。

天色向晚，在果子沟哈萨克小村歇息。公路一边，铺长长一溜金黄玉米，如同中原乡人，借地晾晒。沟内无果，果生坡上，或已收入家中，酿至酒中，贩于途中。

哈萨克一人家，院门敞开，摆席迎客。

客脱鞋，盘腿而坐，盘不惯者自选姿态，舒服为要。

主次位置若家中排序，不分职务名气，只论年齿长幼。

墙挂大壁毯，奇花配异朵，栗色衬米黄。

羊肉嫩，馓子酥，醇酒烈，奶茶香，众人情绪高涨，说段子，唱京剧，笑语喧哗。

主家一女童，五岁，爬上席间“搅局”。问其名，答：阿亚拉。请唱歌，张口即来，稚声可嘉，却是全球通用的“祝你生日快乐”。众大笑，无人过生日，却比过生日快乐。听罢，不满足，请女童唱民歌，摇头，再请，再摇头，小脸艳红，如果子晒太阳。

一女客技痒，唱起哈萨克民歌《燕子》。门外悄入三女，含笑听歌。年轻者是女童妈妈和姑姑，年长者是祖母。妈妈秀美，姑姑俊俏，应众人邀，唱本族曲，鲜花牧草，蘑菇雪莲，一首接一首，清脆婉转。客人击节叹赏，说这些歌真好，亲切爽朗，没有空洞话和抽象词。

祖母面色稍暗，戴民族小帽，立窗帘旁，沉默。刚才在灶间忙碌，挽上的袖口尚未

复原。

出于礼貌，人们请她也唱一个，就一个，欢迎啊，大家欢迎。

老人稳稳当当，不推辞，不清嗓，歌声脱口而出。众人马上震惊，哎呀，简直，太好听，太有意味。小姑亦即女儿，将歌词译成汉语：告别了二十岁，美好的二十岁，一去不复回。众人又惊讶，这个老太太不简单，她哪里告别了二十岁，她仍然留在二十岁。

起初，女儿句句都译，渐渐跟不上趟，或者沉醉其中，偶尔才译一下，故乡，儿子，葡萄，土地，一个词一个词往外涌。听者全身融入旋律，不求甚解，反倒得其韵致。老人毕竟不同晚辈，歌虽年轻，亦含沧桑，深沉朴实，发自内心的，真诚，无邪，又有孩童般清纯在其中。

屋里静下来，人们停止吃喝，不再点评，甚至忘了鼓掌，唯有长方火炉上的水壶嘶嘶响。

告别时分，院里站成排，远方客把老奶奶让进来，跟她合影。

房檐树梢以上，一轮圆月高悬夜空。又是一个十五，中秋以外的十五。哈萨克族不过中秋节，过肉孜节、古尔邦节。但与其他民族一样，也喜欢月亮。地球人都喜欢月亮。

归程，由小路上高速。

车窗遇冷蒙水雾，抹一把细瞧，银色月光铺满霍城大地。林则徐曾在此兴修水利，率众拓荒。伊犁将军在此平定叛乱，巩固边防。

今日边防与古时不同，距此间仅几十公里，建有国际贸易重镇，名叫霍尔果斯边境口岸，是连霍高速公路终点。起点在江苏连云港，全长四千三百多公里，横跨东西中国。车流汹涌，物流澎湃，卷起一条风带，人类造的风带，滚滚向西，一路唱歌，唱到哈萨克斯坦，唱到中亚西欧，唱到全世界。

王三



鲍尔吉·原野

蒙古族，作家，出版散文集、短篇小说集 70 多部。全国无偿献血获奖人，全国消防公益使者，沈阳市马拉松协会名誉会长，辽宁省作家协会副主席，赤峰学院特聘教授。

我来草原，已入九月。本应该翠绿无边的草原褐黄无边，是土的本色。不少牧民早上醒来，一看窗外眼泪就下来了——土地跟冬天一样，这哪是夏天啊！

我住在苏木（公社）招待所。院子里栽种的西瓜、茄子和白菜绿得抢眼，跟夏天一样。院子里有机电井。

头一天早上，我让骂声吵醒。一个女人骂：你个臭不要脸的王三，臭流氓！趴窗看，做饭的妇女手指着天空骂，脸涨红，用围裙擦嘴角的白沫。她姓田。

奇怪，这么偏僻的地方，一清早就有人上公社要流氓来啦？也可能贼偷了厨房的东西，跳墙跑了。

早饭是奶茶和肉包子，有切得整齐的咸菜条。女厨师忙着上茶、端包子，我想问王三的事没好意思张口，兴许是他们两口子吵架呢。

吃完饭，到菜园溜达。红砖尖角砌的畦子里，白菜舒卷肥硕。畦子外边的青草快枯死了，闭眼睛等咽气呢。从开春到九月份，这儿没下过雨。菜畦子里的青椒、柿子长得都好，扑扑拉拉的。跟青草比，菜就是国家干部，人到这儿都想当菜种上。

再看，畦子里晾着打开的西瓜，白瓢就开了，不好吃扔掉。也有红瓢扔的。在乡下，败家子才这么干。

公社的院子大，赶上两个足球场那么宽绰。红砖墙围着一排天蓝色彩钢瓦屋顶的房子。出太阳前，几百只雨燕在彩钢瓦上空兜圈子，落下，全站檐上，脑袋对着院子，好像特听话。墙边种一排向日葵，近前瞧瞧，花盘的瓜子少了挺多，露半拉白脸。

傍晚，我在屋里点燃艾草，准备熏蚊子。窗外又有女人骂：“有种的出来，看我怎么收拾你？臭养汉老婆王三，你个挨刀的货！”

王三是女的？当然女的也可以叫王三。我有个女同学就叫周三。再趴窗看，院子里没人。这一阵儿，苏木干部到各村抗旱，不来上班。我尽视野扫视从大门到菜地到办公室到简易厕所的大院之内，没人啊？只有一排喜鹊站高压线上。王三躲哪去了？也许这个女厨师有妄想症，独自说话。我耐不住好奇心，出了门。女厨师见我，羞涩而灵巧地转回自己房间。她四十岁出头，还会羞涩几年。

大片的火烧云在西天布阵，预示明日又是无雨的响晴天。喜鹊像跳水一样从电线上钻下来，在墙根奔走。公社大铁门已经关上了。王三看来挺阴险，不现形，却没停止骚扰活动。

第二天我起得早，沿公路跑步回来，见女厨师用铁锹头端两只死喜鹊往外走。

我问咋回事？

我药死的。

你咋还药喜鹊呢，多不吉利？

要什么吉利？这帮家伙把葵花、西瓜、柿子都祸害得不像样了。

噢，喜鹊干的坏事。

她把死喜鹊扔到公路边的垃圾堆上，

说，可惜没药死王三这个坏种。她拿铁锹头往高压线瓷壶上指，那儿站一个大喜鹊。

王三是喜鹊啊？

对，我给它起的名。它是这帮坏喜鹊的头子，指挥喜鹊往下冲、上墙、祸害瓜菜。都早成这样的了，还祸害东西，真不要脸。

王三认识你不？

认识。你说它不要脸到了什么程度？把我洗晒的衣服叼下来，拿爪子踹、拉屎。它跟我记仇了，报复我，还站窗台上隔着玻璃朝我瞪眼睛。它们嗑瓜子不吃仁，光嗑，这叫啥玩意儿？

没过两天，女厨师撒在墙根用农药泡过的菜被一只溜达进院的牧民的羊吃了，羊死了。女厨师用工资赔了羊，被辞退回家。

这个院子只剩下我和王三。它与我对视几天之后飞进院子，甚至到我身边散步。我对它说，你害死了你的同事，害死了羊，害得女厨师下岗了。

王三像沉思，尾巴翘起来如令箭一般。它翅膀上的黑羽并非纯黑，有宝石的潜蓝色泽。

我忘了问女厨师，为什么管它叫王三呢？我怎么看都看不出这只喜鹊哪一点像王三。

那些被我玩过的古迹



潘采夫

河南濮阳人，作家，媒体人，曾任职于新京报、南都周刊等，业余曾担任中国之声评论嘉宾、锵锵三人行评论嘉宾、博雅小学堂主播等，著有文化批评集《贰时代》、散文随笔集《十字街骑士》。

小学五年级时，班里组织春游。大家带着食物零点一路步行，走过三号路，就到了大片苹果园，再往前走是麦地，麦地中间凸起一横一竖两道土丘，上面长满高大的榆树、低矮的刺枣和荒草。

刚刚开春，植物还没返青，半人高的黄色荒草随风飘摇。爬到土丘，老师说这就是孔悝城，然后一声令下，大家埋锅造饭，并在荒草岗上玩耍做游戏。后来我们经常去那个地方，因为在一马平川的濮阳，难得有那样高大的土丘，又荒芜得可以，随便藏身就没人发现，是男孩子最好的打仗之所。

土丘约有一公里多长，最下面宽有

七八米，约两层楼高，土质明显比黄土坚硬，到处有雨水冲刷或村民取土挖的沟壑，还有一些圆洞，也不知挖了多深。我们自顾在上面疯玩，在土丘冲上冲下，扒着陡峭的土墙玩攀岩。

大土丘的东侧，有一大一小两个大土台，大致呈不规则的圆形，没有树木，也少有灌木丛，满地茂盛的荒草。夕阳西下时分，八面风来，长草飘飘，颇有几分苍凉的古意，远处有座大圆丘，还长着几棵扭曲的老柏树。我们玩累了，喜欢在大土堆上歇会儿，待太阳落在远方的树林之后，就慢慢往家走，正好能赶上晚饭。

但有时会遇上戚城的野孩子，戚城是一个村子，看见我们在土台上玩，就悄悄过来，一阵恐吓，抢走几角零钱，或用脚踢上几脚，宣布孔悝城是他们的地盘，市里的孩子不准过来。那时候村里的孩子都“任武”（即威风），经常欺负市里的孩子。总体来说，只要没有戚城孩子骚扰，那儿是我们最爱去的乐土。

慢慢长大以后，读的书多了，才倒抽一口凉气，敢情我们的乡间乐园，都是大有来头的。那个叫戚城的村子，名字来源于春秋时期卫国的重要城邑戚。早在殷商时代，戚就已经是著名城市，周武王伐商，曾朝食于戚，幕宿于百泉。别小瞧那些野孩子，他们住的村子实在是历史悠久。

那道荒凉的土丘，竟然就是春秋时期戚的城墙，距现在有两千多年的历史，土丘中间的豁口，就是当年的城门遗址。当年孔子周游列国14年，其中在卫国住了10年，很难想象，我攀爬过的大豁口，就是他当年大袖飘飘，率领子路、子贡等弟子走过的城门。

戚城在当地民间都叫孔悝城，因为孔悝曾治理过戚。孔悝城上我看到的圆洞，有可能是考古学家发掘考古的痕迹，也可

能是盗墓贼干的。看了濮阳的文史资料，考古学家对戚城进行了试掘，发现从下而上，存在着裴李岗文化，仰韶文化，大汶口文化，龙山文化，商周文化，西汉、南北朝文化。可能在秦二世时期，卫作为一个诸侯国彻底消亡，戚城也一起废弃了。

我们站在上面看夕阳的大土堆，学名叫做会盟台，由于戚当时在古黄河南岸，处于各诸侯国的地理中心，水陆交通便利，就成了一个会盟场所。在公元前626年到531年的近一个世纪内，以晋为首的诸侯国在卫国会盟15次，其中7次在戚城，也就是那个大土台上。历史人物在台上宰杀牺牲，歃血为盟，议论天下大势，我们这些顽童，在上面嬉戏玩闹，拳来脚往，真令人感慨万分。不由对孟浩然的诗“人事有代谢，往来成古今。江山留胜迹，我辈复登临”，多出几分感同身受。

濮阳文史资料里说，会盟台东侧那条柏油马路京开大道，春秋时期就是进出卫国的主干道。两千年过去，国道竟依古道而建，说明这条路一直发挥着作用，那么城濮之战的辘辘战车、曹操与吕布大战濮阳、寇准和萧太后的萧萧兵马，都曾在这条官道留下他们的印痕。

子路坟就在孔悝城东南角，京开大道的西侧。当年子路当过孔悝的邑宰，不幸被卷入卫国内乱，于大道上被暗杀，成就史上著名的“结缨赴难”，应当就在这条官道附近。子路遇难以后，卫国人将他的头颅掩埋，并立坟纪念，就是现在的子路坟。

现在子路坟经过整修，成了一个小型院落，我小时候去子路坟玩，子路坟只是孤零零一堆土馒头，坟前杂躺着石羊石马，石碑散落在地上，几株柏树瘦骨嶙峋，在一片荒地中倒显得高耸入云。

我是1987年到的濮阳，正是在那一年，在孔悝城西南十来里地，挖城市蓄水

湖时挖出大片古墓，有仰韶文化时期的房基10座，墓葬一百多座，发掘东周墓葬145座。最轰动的是在45号墓坑，发现一距今6400年前的老年男性，仅骨架就高1.84米（按当时的平均身高，不下于现在的姚明），骨架东西两侧，分别有蚌壳拼成的龙虎图案，龙长1.78米，被考古学家认定是中国迄今发现时间最早的龙，轰动了考古学界。

这位被有些考古学家认为是伏羲氏的男性，确定是当时地位无与伦比的大巫，一个最高级别的王。六千多年前如此规格的先王遗骨，目前在中国仅此一具。

濮阳、菏泽一带，在远古时期叫雷泽，是伏羲部落和炎黄部落繁衍生息的地方，可惜夏代以前的历史，由于没有文字记载，一直难以精确判定。西水坡的部落遗址，以及那位伴着北斗星图和龙虎蚌壳的大巫，也许会提供重要的历史信息。但让人痛心的是，当我后来发现这个遗址的重要性，再去西水坡遗址，那里早已成了一个几千亩大的水库，一百多座古墓遗址踪迹不见，大片的仰韶文化的村落、灰坑也都没了。问起参与施工的工人，说文物挖走了，没剩下啥东西，也就继续挖成水库了。

一处珍贵的文明遗址，就这样被取走精华之后毁于一处平庸的水库。那时候文化意识实在淡漠，如果放在今天，保存完好西水坡很有可能像我们的邻居安阳的殷墟一样，成为又一处世界文化遗产。每想到这里，就忍不住跺脚长叹。

六年级我们被组织去参观中华第一龙。那是我此生唯一一次见到那位神秘的大巫师。但后来才被告知，大巫和龙虎早就被运走，放进了中国历史博物馆的首要位置，我们看到的只是用贝壳拼成的复制品。❶

老卢肚里有货，主席诗词张口就来。小杨闲着没事，想跟老卢学两手。老卢很高兴，说：“我先教一句，你能记下来，我再接着教，听好了，就这句：‘春风杨柳万千条，六亿神州尽舜尧’，你背一下给我听听。”小杨就背：“春风杨柳多少条，六亿神州顺着摇。”老卢愤愤地说：“小杨啊，倒退几十年，就冲你这表现，肯定没好果子吃，一定被斗得……”老卢想说“焦头烂额”，一生气，说成：“交头接耳了”。

——选自刘齐《保安故事》

感觉是心理学或生理学的术语。比如一个人要挨刀（阑尾手术），医生注射麻醉剂之后，用针在他腹上轻刺，问“有感觉吗？”病人答“无”，刀破腹。

而人在冰雪中捂耳朵、跺脚，何故？低温造成人（恒温动物）体组织降温并疼痛。这叫什么？叫感觉。

所以，有什么感觉就说什么感觉，或痛或痒，别说“有感觉”。

有人以为，说“有感觉”显得有品位，其实不及小孩谈吐透彻。小孩喝凉水（胃痉挛）说“肚子疼”，大人一听而知。如果手捂着肚子说“有感觉”，那是智障。

——选自鲍尔吉原野《最流行的七句蠢话》

在足球场上，寿则多辱是永恒真理。老就避免不了嘲笑与口水。朝鲜战争时，麦克阿瑟已经处在他职业生涯的晚期，他说“老兵不会死，他只是悄然隐去”，给自己找台阶下。我也处在了自己职业生涯的晚期，我也不会死，但将会被抛弃，或者自弃。

这篇文字是一个非职业球员的末日挽歌。很少有人理解一个非职业球员对足球的感情，那是我从青春期以来唯一不离不弃的情人，离开球场，就远离了自己的青春时代。一群小孩子在空地上踢球，旁边经常有一衣冠楚楚的中年人流连不去，甚至苦苦哀求加入踢一脚，被孩子们派去守门都乐意。

——选自潘采夫《能踢上一场球，是无趣人生的最后底线》

我跟我的家乡总是有一种若即若离，隔岸观火的关系。如今，三两年回来小住几个星期，关系就更是淡了下来。可这个地方毕竟有我全部的家人、童年、青春记忆，每次回来还是很有一点近乡情怯的纠结的。只是我受不了那种含情脉脉的凝望，所以我讲长沙的调子总是戏谑的，一切居于此间的亲朋好友，鸟兽虫鱼都成了我嘲讽，打趣的对象。我把他们脸谱化，并在讲述里夸大，没恶意，但也算自私，为自己标记一个回家的坐标，离家越远、越久，就需要一个越鲜明的记号。长沙在我，不再是一个城市，而是一串无尽头的句子。一个历久的城市需要被讲述，被朗诵，被歌唱，被评论。经典的句子和旋律让这个地方有持久的生命力。“晴川历历汉阳树，芳草萋萋鹦鹉洲”，让我对武汉有了记忆，《巴黎——十九世纪的首都》，让我对巴黎有了向往和思考。崔颢是开封人，本雅明是德国人，都是匆匆的过客。过客比居民更敏感，他们也是文艺的知识分子，有好的视角观察一座活色生香的城市，并把自己敏锐的观察整理成理性的表达。我也想如此，不知何解，这是我跟长沙和解的唯一方式。回是回不去了，只能写出来。写出来才能真正回去，此心安处是吾乡。

——选自彭涛《你要何解咯》

其实，能够耐得下心境静听这种声中的幽幽禅意的人，必有足够的禅心与淡泊，内在的修养与品性才能让心灵和钟声产生共鸣。

生与死，得与失，灾与祸，幸福与痛楚，一切都是常态，宛若秋风中的枫叶，或尽情绽放，倾国倾城，或叶落归根，化为春泥，或零落颓败，冷月泣花。多少人才情似海，却怀才不遇，多少英雄豪情万丈，却难成霸业，人生如一场华丽的绮梦，苦苦追寻，却终于两手空空。空是一种解脱，一种释怀，世间的功名利禄、尔虞我诈，没了这些，反而成就了清淡脱俗。怕只怕，纠缠与失望之中，无数人迷失了自我，这才是人生最大的悲怆。

——选自宋羽《寒山寺听钟》



厦门航空、河北航空、江西航空 统一常旅客计划 即将推出

厦门航空携河北航空、江西航空将于2020年3月合并常旅客计划，统一会员礼遇，共享“白鹭俱乐部”。

届时河北航、江西航会员身份将自动转换，积分平移，三家航司会员权益共享，快捷升级。



三家航司会员享用统一的
白鹭俱乐部电子账户



三家航司会员享用统一的
白鹭俱乐部5级会籍服务



三家航司会员享用统一的
积分累积和兑换单位



享受三家航司近500条航线
及天合联盟上千目的地



享受更丰厚的贵宾服务权益
及天合联盟服务礼遇



享受更广泛多样的合作伙伴
积分累积和兑换产品

快捷升级: 2019年4月1日至2020年3月31日，三家航司会员乘坐厦航、河北航或江西航总定级航段达到15次（含）以上，其中北京进出港航班达到6次（含）以上，2020年4月1日即可升级为白鹭银卡贵宾。





金徽体育落地陕西, 金徽能量璀璨三秦

文 \ 金徽酒融媒体中心 柴春

近日, 金徽陕西宝鸡网球俱乐部成立大会在宝鸡市隆重举行, 金徽企业投资人、金徽网球俱乐部主席杜楠女士与来自社会各界领导、网球协会负责人以及数百名网球精英欢聚一堂, 共同见证了金徽第六家网球俱乐部——“金徽陕西宝鸡网球俱乐部”的诞生, 金徽体育正式落地陕西。



金徽投资人杜楠女士

文化金徽与体育精神相融

金徽网球俱乐部由金徽企业投资人、上海会蒙集团有限责任公司董事长、金徽

网球俱乐部主席杜楠女士发起。她的网球情缘源自她小时候的梦想, 她始终相信体育改变世界。

杜楠女士在成立大会上表示: 今天社会各界人士、网球爱好者们相聚在炎帝故里、青铜器之乡的宝鸡, 网球这项高贵的运动, 网住了快乐、健康、友谊, 网住了我们和金徽之间最美好的情感。金徽网球是我们金徽体育和金徽能量的新起点。金徽能量的体育精神和金徽的荣光、金徽的品牌、金徽的团体都一如既往地始终向前, 一代又一代的金徽人不断弘扬金徽精神, 传承金徽能量。我们期待 2020 年全

国 100 支网球队伍相聚在北京, 再次情牵金徽, 再次一网情深。

金徽体育大事件

金徽体育旨在倡导并践行“绿色大健康, 全民大健康”的健康中国理念。2019



年8月,由金徽企业主办的“金徽杯”2019全国网球精英团体邀请赛在金徽企业集团成功举办,赛事期间发布了金徽体育 logo 和金徽吉祥物——金徽徽。

金徽网球俱乐部于2015年10月22日在北京成立,目前已在北京、武汉、上海、深圳、山东等地相继成立俱乐部,在全国业余网球界打出较高知名度的同时,也积极参与扶危济困等各种社会公益事业,大力弘扬正气,广泛传递正能量,赢得了社会各界的广泛赞誉。

金徽网球俱乐部由金徽酒独家冠名赞助,延续了“金徽金徽正能量”的企业文化!而“不做百强,愿做百年”更是金徽网球俱乐部响亮的口号。



金徽体育,落地陕西!用激情沸腾宝鸡,用青春拥抱宝鸡。

金徽体育与西府宝鸡相映

邀请赛现场,由来自全国各地的网球精英们组成的五大团队分组进行循环比赛,他们不畏严寒,以球会友,拼搏厮杀。最终,金徽陕西宝鸡网球俱乐部勇夺冠军。



宝鸡的精彩从白天的球场延续到颁奖晚宴上。杜楠女士为金徽陕西宝鸡网球俱乐部部长颁发聘书。



金徽网球俱乐部总秘书长郑辉先生为俱乐部授牌、授旗。

金徽企业投资人、金徽网球俱乐部主席杜楠女士引用歌德名言,寄语在场所有人:“辽阔的世界,宏伟的人生,长年累月,真诚勤奋,不断探索,不断创新,常常周而复始,从不停顿,忠于守旧,而又乐于迎新,心情舒畅,目标纯正,这样又会前进一程!”

金徽陕西宝鸡网球俱乐部会长徐进伟表示:金徽的正能量精神一直感动、激励着我们,金徽的文化、人文关怀我们处处都能看到,感谢金徽企业把快乐和正能量传到宝鸡,祝愿金徽企业发展越来越好,金徽网球蒸蒸日上。

“使君能得几回来?便使樽前醉倒更徘徊。”晚宴现场,金徽酒为体育爱好者带来的是金徽正能量一号酒,这款佳酿曾在国际舞台斩获两项大奖——第50届国际葡萄酒暨烈酒大赛(IWSC)烈酒金奖和布鲁塞尔国际烈性酒大赛金奖。

寒冬下小酌,星空下畅饮,金徽美酒,酒香不怕山高水长。球场上奔跑,江湖上闯荡,金徽体育,网球伴君天长地久。

觥筹交错间,品的是白酒的香醇,展现的是球友的风度,见证的是精英的友谊。网球运动的健康时尚、积极向上、品味高雅的特质,与金徽酒“高尚品味、卓越品质、有机健康”的品牌文化高度契合,相得益彰。大家享在金徽酒,乐在金徽体育,爱在金徽正能量。

金徽酒在陕西市场广受好评

多年来,在省外市场销售方面,金徽酒用“不对称营销”策略,集中资源聚焦

核心消费群体,精准营销。通过这一系列的差异化营销策略,金徽酒在陕西市场全盘启动开发计划,同时宁夏、新疆、青海、内蒙古市场也迅速发展,2019年前三季度,省外市场同比增长65.61%,创历史新高。整个三秦大地,金徽酒无处不在。金徽正能量系列酒创新采用绿色为主题,干净、简练、大气,锁定中高端商务人群,是金徽酒超级大单品中的战略产品,也是金徽酒拓展省外市场的核心产品,自上市以来广受好评!



金徽体育助力金徽品牌再向前

在金徽正能量理念的感召下,金徽体育志在遍地开花,全国结果。每一次金徽网球俱乐部的成立都是金徽跨越式发展的又一进步。

金徽酒历来重视体育文化交流活动,常年积极支持网球、篮球、羽毛球、高尔夫、自行车等一系列“金徽杯”赛事;组队参加了韩国高尔夫球赛、“诺亚杯”全国帆船赛、美国篮球训练营等体育活动。金徽酒一直致力于将中国白酒、中国优秀的传统文化带向世界。

金徽体育,突破自我。2010年和2011年,金徽酒先后到达南北极点,金徽酒一直在身体力行地诠释着不断挑战自我、超越极限的正能量精神。

光辉岁月,风鹏正举。金徽酒作为一个有担当、有责任心的企业,大力推动这项时尚健康的运动在祖国各地落地、扎根。金徽酒旨在引导人们用乐观积极的态度面对生活,享受体育带来的欢畅。白酒与体育同频共振,让更多的力量在金徽正能量之下汇聚,也让金徽品牌更有文化,金徽文化更有张力。



金徽酒 正能量



只有窖香 没有泥味



金徽酒股份有限公司
股票代码：603919
地 址：中国·陇南
服务电话：400-889-6599
网 址：www.jinhuijiu.com

为大兴 更用心

南航北京大兴国际航空枢纽
为您带来全新出行体验



机务工程师

“我的荣誉感，来自给你的安全感。”



扫码感受大兴

南航北京大兴至广深往返，每天一班，诚邀体验。
此外还有11个城市的航班转场大兴。



中国南方航空
CHINA SOUTHERN