

暑假朋友圈里画『一路向西』

新西游记

国内西部游、出国往西走成时尚

世界那么大,你出去看过几回了?这个暑假,是不是又被朋友圈“出游大赛”刷屏了。相对海岛游、避暑游等传统度假线路,往西走的旅行者逐渐多了起来。浪漫的巴黎、神秘的 中东(亚洲西部)、梦幻的丹麦……以往影像里的欧洲,越来越多地出现在朋友圈里。除了跨国西游,国内游也悄然流行往西边跑,四川稻城亚丁、青海可可西里等小众旅游地逐渐热闹了起来。

现代快报/ZAKER南京记者
徐岑 徐红艳
本版图片均由受访者提供



小徐在沉船湾



徐萧雪在普罗旺斯



李紫薇在徒步途中



沈同学在以色列耶路撒冷

旅游地:四川稻城

南京80后夫妻使出洪荒之力 罪受了,眼福也享了

“凌晨4点多的成都双流机场,人多得跟春运一样。送机的师傅说光早晨就一百三十多架航班起落。”8月13日,张颖(化名)在网上发出了这样的感叹。她和老公筹划了许久的西部之旅开启了。夫妻俩都是土生土长的南京人,80后,热爱旅行。西部旅程刚刚开启,张颖就预感到这将是一场“不轻松”的旅行。

翻过海拔4513米的波瓦山,经过途中300米的断氧层,两人总算到了香格里拉。可高原反应也随之而来,呕吐发热,晚上头疼得都睡不着。张颖告诉记者,为了膜拜亚丁的仙乃日与夏诺多吉两座神山,自己使出了洪荒之力。“爬栈道时三步一喘五步一歇,氧气瓶就是我的命啊。”旅行第三天,张颖在微博上说,总算明白了很多人一下飞机就难受到想立刻买全价票飞回去的绝望心情。

“鬼知道我经历了什么,但一切都是值得的。”看到亚丁牛奶海的那一刻,张颖内心一阵激动。“有些事,如果不去挑战一下极限,可能永远不知道自己可以多么不可思议。”从成都出发,到了四川稻城亚丁,盘山去了云南腾冲,最后是大理,罪受了,眼福也享了。西部和沿海有什么不同?“画风不同,西部比较辛苦(豪放),沿海城市比较李商隐(含蓄)。”在与记者的聊天中,张颖开了个玩笑地比喻。

她告诉记者,夫妻俩每年都会计划一次长途旅行,但以前的旅行都是度假享乐型的,多集中在沿海城市。“西部对我来说充满了风情。以前总是克服不了自己的畏难情绪,觉得海拔太高的地方就是受罪,现在有了改观。”张颖说,接下来的旅行目的地,夫妻俩都想好了——不是新疆就是内蒙古。

旅游地:巴基斯坦、阿富汗

95后南京大学生花两个暑假八国游 旅行就像是与世界谈恋爱

李紫薇是南京航空航天大学大三学生。刚满20岁的她,已经游玩过20多个国家。在新西兰蹦极、在非洲拿到潜水证、在约旦死海上看书……胆大热情、对新鲜事物保持高度热情并勇于挑战,这让她的生活极为多彩。大二和大三两个暑假,她的足迹遍布肯尼亚、坦桑尼亚、约旦、土耳其、埃及、伊朗、巴基斯坦、阿富汗8个国家。

前两天,她刚从巴基斯坦和阿富汗回国。在外面呆了近两个月,小姑娘晒黑了,也更开心了。她告诉记者,这是一次梦想之旅。“一年前我就想去巴基斯坦乔戈里峰,由于经费不足,就搁浅了。”李紫薇说,高中毕业以后,每逢暑假,她都会出门走一走。第一次独自出门旅行的目的地就是西藏。没能买到坐票,她就偷爬上了开往西藏的火车。站了将近50个小时,中途还遇上火车着火故障,在无人区徒步从白天走到黑夜。西藏之旅的不平静,让当时18岁的李紫薇疯狂地爱上了旅行。

第二次出发还是往西走,非洲成了她的首选。大一暑假,李紫薇报名参加了肯尼亚支教活动。在一个叫做Lucky summer的小镇,李紫薇成为了临时支教学校的汉语老师。教室仅用铁皮板和木桩拼接而成,上课环境恶劣,但她热情十足。她给孩子们上汉语课,给孩子们展示自己的书法作品。让她没想到的是,那些非洲孩

子表现出了强烈的求知欲。这次,她看到了一个不一样的世界,她也更明白了自己旅行的意义。那次非洲公益之行是以登顶乞力马扎罗山为终点的。经过5天的艰苦跋涉,她成功登顶了海拔近6000米的非洲之巅。但乞力马扎罗山远不是终点。这个暑假,她的目标是世界第二高峰乔戈里峰。7月初,她在网上结识了几位徒步旅行的高手,大家说好一起从巴基斯坦斯卡都出发,以乔戈里峰大本营为终点。走了半个月,200公里的路程,爬坡蹬冰川,小姑娘愣是坚持下来了。她告诉记者,一同去的很多队伍都没能走完全程,有人高原反应严重,有人在半途因塌方、滑坡受伤。

“一路走下来,我都觉得神奇。有人会问我,走半个月有什么意义,我想告诉他们,如果他们也有这样的经历,亲眼看到大片的冰川、巍峨的高峰、震撼的景色,我想他们就不会这么问了。”李紫薇说,之所以喜欢往西走,是因为那里有自己不知道的一切。旅行就像是与世界谈恋爱,只有尝试了,才会觉得舍不得,征服世界第二高峰,就像亲眼见到了朝思暮想的男神。

融入当地的生活,也是促使李紫薇旅游的重要原因。“出门旅行看的不仅是绝美的风景,还有别样的人情。”

太喜欢一个城市的时候,她

旅游地:巴基斯坦、阿富汗

会呆上好久。她会去当地菜市场买菜做饭,去认识周遭的一个个友善的陌生人,过一过本地人的生活。她在旅途中尽力帮助别人,同时也接受着很多人友善的相助。她参与国际义工工作,她参加当地地沙发客志愿服务,她帮青年旅店打扫卫生,她给孩子们派发五彩的糖,她为老人吹奏乐器,给每个与她相识之人留下纪念品。中国结、明信片、小乐器……走过20多个国家,馈赠必不可少。她说,这是在与当地人“套近乎”。去年暑假,她去了土耳其和伊朗,她发现,外国人对中国的了解,还停留在上世纪90年代。对港澳了解相对多一些,但对中国内陆则完全不清楚。“我本来带了一些中国的明信片,想要送给当地的朋友。”李紫薇说,但经过与当地人的聊天,她觉得自己能够做得更多。

她主动与当地中国人聊起中国,让外国朋友将对中国的印象写在明信片上。有时,她会席地而坐,演奏口琴、巴乌等乐器。有时,她还会将平时写的毛笔字拿出来,告诉大家自己来自中国。她回忆说,有一次在越南,身上旅费紧张,她就在街头卖艺,吹起了巴乌。没想到引来很多外国人围观。一对欧洲夫妇听得着迷,不断给她竖大拇指。在泰国清迈大学孔子学院,一台布满了灰尘的古琴,引起了李紫薇的注意。古筝九级的她,主动给孔子学院的外国学生们演奏起来。

旅游地:以色列

苏州姑娘的游学感悟 和平原来对有些人是求之不得的

“世上若有十分美,九分在耶路撒冷。”暑假前制订游学计划时,24岁的苏州姑娘沈同学,便确定了要去以色列。“以色列是国土小国,却也是科技创新大国,推崇和平却纷争不断。它的这种矛盾,对我而言有着莫名的吸引力。而且中东地区是这世界上最古老神秘的地区之一,我一直都想找机会去感受一下。”为此,她申请了学校的全额奖学金,6月份便和三个小伙伴踏上了以色列,开启为时一个半月的游学之旅。

“初到时真有点不习惯。因为以色列大部分国土是沙漠,又干又热,见不到一滴雨。”沈同学表示,这个国家很特别,“到处都是

武装人员。公共区域的武器装备和安保设置特别严格,凡是进出商场、车站等,都要例行安全检查。大巴车上有持枪士兵;著名景点有巡视的持枪士兵团,这在我以前旅游过的城市是没有的。”

而最吸引她的则是别样的城市魅力。“这次游学我们几乎踏遍了以色列全国,还去了巴勒斯坦控制区和邻国约旦。探险过程中,我们就发现除了以色列著名的旅游城市特拉维夫多是现代风格的建筑外,其他大部分城市都充满了宗教和历史的厚重感,完全是不一样的文化氛围。游学的带队老师会给我们沿途介绍当地的文化和历史故事,感触更深刻。”其

间,在学校的组织下,沈同学去了两块具有争议的领土。“带队的是以色列人,他从他的角度讲述了这两块地区的历史,而后来一位巴勒斯坦老爷爷又给我们讲了另一个版本的故事。两个版本对比起来听,很让人感慨。”一趟“西游”中东之旅,沈同学表示,自己对和平的理解又多了层深刻含义。“平时觉得和平太习以为常了,这次游学才真切感觉到,世界上的冲突和纠纷太多,和平对有些人来说是求之不得的。这次西游归来,就特别能感受到国家带给我的安全感和幸福感。走得再远,也不能忘了回家的路。”

旅游地:希腊

20岁姑娘追剧追到“沉船湾” 这里韩国人和中国人相当多

去年《花儿与少年》在英国、土耳其、迪拜等地拍摄,到今年又一拨韩剧热播,希腊沉船湾火了。碧海蓝天的异国风情,让大批人赶往拍摄地抢鲜看。

20岁的杭州姑娘小徐就是其中一位。“脑子一热就去了希腊,不过沉船湾真的好美啊!”她也在微博上如实记录了自己的希腊之旅。

“本来就计划出去旅游,但是一直没想好去哪儿。如果是中国周边游的话,感觉小长假加周末也就够了,假期比较长的话,还是想去远一点的地方。”小徐表示,

“当时正好在看一部韩剧,看到剧中当地风景很漂亮,我就到微博上搜了一下。”小徐表示,正好也想去雅典和圣托里尼,最后就决定去希腊旅行。“古希腊神话和中国神话都很有名,而且他们的神话人物跟中国完全不一样,感觉特别神圣。所以也很好奇这个古神话城市到底长什么样,有什么神奇的地方。”

到了之后,小徐非常喜欢。“沉船湾真的太美了,完全超出期待!海水特别蓝,很适合度假。不过,说真的,大部分地方都被韩国人和中国人占领了,多数都是看了电视剧去的。”而其他地方,则没有她原先想的那么恢宏。“古神迹、古建筑真的会让你震撼,但是很难融入进去,因为整个城市给你的感觉比较乱,路边乱七八糟的小摊、大排档很多,没有太多古典的气质。”而很多景点也只有参观的一小块地方比较美,周围都是破破烂烂的,显得有些荒凉。旅途中当然也有很多趣事,奔放的当地民众让小徐吓了一跳。“海边不分男女,所有当地人都是袒胸露乳,很自在地享受沙滩、阳光、海水,让你感觉生活很舒服。”

“当时正好在看一部韩剧,看到剧中当地风景很漂亮,我就到微博上搜了一下。”小徐表示,正好也想去雅典和圣托里尼,最后就决定去希腊旅行。“古希腊神话和中国神话都很有名,而且他们的神话人物跟中国完全不一样,感觉特别神圣。所以也很好奇这个古神话城市到底长什么样,有什么神奇的地方。”

今年6月30日,徐萧雪终于踏上了法国的土地。比起去逛景点,她的最大乐趣是走遍了老公跟她煲电话粥时走过的路。“比如从学校到出租屋、出租屋到打工的餐厅、每次逛的超市等。以前他电话里给我形容过的东西,终于能亲眼看到了,而且觉得很熟悉。”她说,法国小镇很有自己的味道,民风淳朴、生活悠闲,环境和空气都

旅游地:法国

南京姑娘结束三年异国恋 去恋人留学地玩一遭

去法国蜜月旅行前,27岁的南京姑娘徐萧雪就对那里充满了憧憬。“提到法国,大家都会想到浪漫、鲜花这些关键词。我也特别想去看下薰衣草、埃菲尔铁塔。而且人生中难得得蜜月旅行,肯定得去远一点的地方,甜蜜一点的地方。”不过,最重要的是,那里也是她老公留学的地方。他们今年刚刚结束三年异国恋。去老公学习、生活过的地方看一看,是她一直以来的心愿。

“异国恋挺难的,他在法国上学,我在南京上班,只有他暑假回国,两人才能见到面。前后三年,基本上就是靠电话联系。”这中间最痛苦的就是时差问题。“看夏令时还是冬令时,差了六七个小时。基本上我下午上班,他才起床。然

后我下班了,他午休。他下午放学休息的时候,我已经睡觉了,而等他睡觉,我又起床了。真的是抓狂一切时间打电话、微信聊天。”徐萧雪骄傲地说,坚持了三年,其实也不觉得苦,主要是彼此信任,能给对方安全感。“很多天天能见面的情侣,也许聊天时间反而没有我们多。”

如今,出现在欧洲的中国人越来越多。西方人对中国人也越来越重视、越来越客气了。

“2010年,我第一次到法国旅游,感觉不好。外国人对华人很不尊重,连旅游景点排队都区别对待。但是6年后,这次再去法国,真的有很大变化。”徐萧雪说,比如,很多景点参观,除了当地语言、英语,还有中文版本。大商场的工作人员基本上都会一点简单汉语,大大降低了

自由行的难度。“真的让你感觉到国家地位提升了,中国人在外面旅游也受重视了。”由于签证便利,今年中秋、国庆小长假期间,一些新的目的地备受瞩目。来自携程的数据显示,乌克兰今年6月到9月对中国游客签证,7-9月乌克兰线路跟团同比大增200%。而摩洛哥6月1日实施免签后,也受到中国游客欢迎,增长近500%。

以往去欧洲旅游,动辄每人好



徐萧雪和老公在凯旋门留影

中风偏瘫 别发愁

大多数中风患者会有不停地流口水,想说话说不清楚,想伸胳膊伸不开,想走路走不利索的现象。这些都是因为血管内有血栓堵塞所致,所以只有针对血管内的血栓清除,温经通络用药,中风患者才有可能好起来。

消栓通络片,专治中风(脑血栓),用于中风恢复期,半身不遂,肢体麻木。

咨询电话:400-860-5389