

畅游行

TRAVELLUTION

157 ^期 *issue*
三月号
March 2026

南韩忠清南道纪
Chungcheongnam-do, Korea

埃及开罗
Cairo, Egypt

印尼棉兰
Medan, Indonesia

新加坡乌节路
Orchard Road, Singapore

马来西亚南马线列车
ETS, Malaysia

中国

黑龙江 Heilongjiang

吉林 Jilin

辽宁 Liaoning

东北之春

Spring in Northeast China

中英双语版 Bilingual Version

新加坡 S\$6
西马 RM15
东马 RM17

ISSN 2010-1015



9 772010 101008

03

弹指之间 掌握最新动态

www.travellutionmedia.com



f Travellution
Singapore



Instagram Travellution
Media



文游世界



小畅带你
嗨玩Fun

线上视频

纸上得来终觉浅，预知更多网上行：各种活动幕后花絮、媒体邀约、餐厅推荐、酒店试住等，动态视频更精彩！

即时互动

有疑问？想聊天？“踢踢”我们的后台或在留言区留言，网编线上同你即时互动！

刊物下载

错过我们现场派发的免费文旅手册和折页？线上下载让你旅途中一机在手，轻松不愁！

旅游资讯

时时分享新马乃至全球旅游资讯、情报、活动、注意事项等，让你掌握最新旅游动态。



24°C

春日，晴

共同感受世界的温度

游记征稿

欢迎写下你在旅途上的所见所闻，
与我们分享你最真实的感受。

字数：300-950 字

旅游地点：不拘

照片：3-6 张，高清

发电邮：editor@travellution.com.sg

* 稿件若经刊登，将付以薄酬。

畅游行
TRAVELLUTION

CONTENTS

目 录

012

COVER STORY

封面故事

黑龙江 Heilongjiang | 吉林 Jilin | 辽宁 Liaoning

东北之春

Spring in Northeast China

乘坐黑龙江伊春号列车，驶入北国风光，森林河流交织，中国东北春意展开。吉林温泉蒸汽氤氲，葡萄酒庄果香四溢。辽宁北票天鹅节热闹，白羽轻舞湖面。辽河口湿地芦苇摇曳、水鸟成群，温润与原始气息在此交融。

Aboard Heilongjiang's Yichun Express, forests and rivers reveal spring. Jilin's hot springs and vineyards charm, Beipiao's swan festival excites, and Liaohokou Wetland blend city warmth with wild beauty.



Issue 157

March 2026

视觉中国 / 图
欧阳蕙雯 / 设计



018

北境序章 黑龙江

Heilongjiang: A Northern Prelude

028

吉林：有温泉、有酒香、有故事

Jilin: Warmth, Wine and Stories

035

通化葡萄酒

Tonghua Grape Wine

040

生态花海 春色辽宁

Liaoning: Ecology & Blooming Sea

046

春之舞：北票天鹅节

Beipiao Swan Festival

004 World Wave | 世界脉动 005 PSS Special | 手机摄区 007 Readers React | 你们的声音 008 Editors' Note | 编者的话
009 Column | 专栏 010 Eye on China | 中华之窗 108 Youth Voices | 艺文苗圃 109 Travel Notes | 心情游记
110 Editorial Choice | 编辑精选

DESTINATIONS

目的地

054 忠清南道纪行
A Journey through Chungcheongnam-do

064 千年开罗
A Millennium of Cairo

076 印尼棉兰
Medan, Indonesia

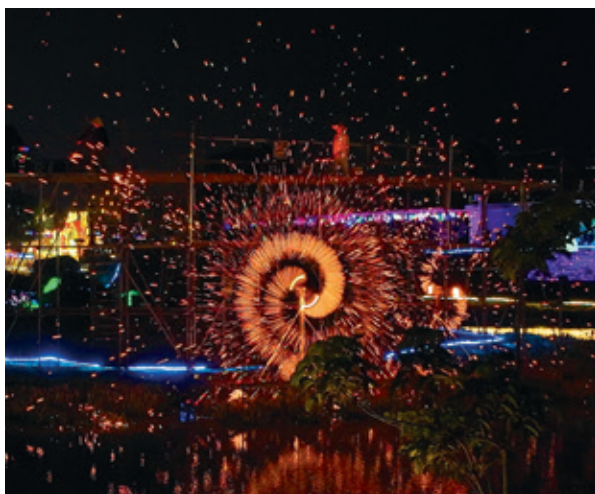
SINGAPORE

新加坡

086 探索：乌节路，从种植园到都会大道 1
Orchard Road, Beyond the Shopfronts

090 展览：冲泡回忆，新马泰古早咖啡店
Brewing Nostalgia

092 人物：林道锦 谁在缝隙里种光
Komorebi - Stories of Light



MALAYSIA

马来西亚

094 一趟从南到北的旅程
ETS: A journey from South to the North

CULTURE

文化

100 漫天绚烂打铁花
A sky aglow with iron flowers

FOOD

饮食

104 “勺”食光
A Spoon of Taste and Time

MARCH 2026



📍 日本

1 日

日本修二会

Omizutori Fire Festival

作为日本最古老和重要的佛教仪式，奈良东大寺将上演水火相容的戏剧性庆典，象征着净化与重生，民众有幸近距离观看震撼的火焰仪式，感受千年历史的传统文化。

📍 印度（北部）

4 日

胡里节 / 色彩节

Holi Festival

当人们互相泼洒彩色粉末和彩水、一同载歌载舞、分享美食，这场在马图拉和温达文的色彩狂欢正式开启，街道上顿时被五彩缤纷的“彩色人”占据，欢乐无比。



📍 新加坡

12 日

红楼梦芭蕾舞剧

A Dream of Red Mansions

一场中国经典文学作品舞剧将在滨海艺术中心展开，表演融合了东西方舞蹈技法和中国传统美学，给予观众沉浸式的《红楼梦》意境体验。



📍 希腊

14 日

葡萄酒与烈酒展览会

Oenorama 2026

希腊最大规模的葡萄酒展览将在雅典扎皮翁宫会展中心举行，活动包含葡萄酒与烈酒的新品发布与展示、专业品鉴与洽谈。

📍 马来西亚

19-22 日

布城热气球节

Putrajaya Balloon Fiesta

各种造型的热气球将在布城 Presint 2 升空，带领民众体验热气球飞行、固定绳系乘坐、直升机观光飞行等，让人一睹天际线的壮观景色。



角头热度

从角头望去，街头巷尾一览无遗，街道上的人潮却显得异常安静，唯独角头这家小店，格外亮眼，店面外候座的人潮排队有序，它的魅力，不止于美食，而是将那仅存的热度牢牢聚拢在角头。



新加坡摄影学会成立于1950年，由新加坡摄影师组织创办，是促进摄影艺术发展、传播摄影技术、提高摄影技巧的展示和交流平台，同时作为新加坡国家建设的一部份，通过成员的作品记录国家的进步。该学会也致力于通过开设摄影课和组织摄影活动以促进摄影艺术的发展，传播摄影文化。创立至今，学会孕育出许多杰出的国际知名摄影师。学会欢迎摄影同好的加入，有意者可浏览 pss1950.org

《排队吃好料》

摄影：侯俊伟

拍摄地点：松山市，爱媛县，日本

手机型号：iPhone 15 Pro Max

使用模式：手动模式（ISO: 40, 1/300 Sec, F: 2.2, EV: 0）

Issue 157
March 2026



社长 Publisher
李国红 Li Guohong

副社长 Vice Publisher / 总编辑 Chief Editor
刘小平 Lau Sheau Pyng

总经理 General Manager
秦永忠 Paul Chin

编辑部 Editorial

执行编辑 Managing Editor
吕美姿 Luo Mei Zi

助理总编辑 Assistant Chief Editor
洪慧玲 An Wei Ling

助理编辑 Assistant Editor
李昱宪 Lee Yi Shien

高级美术编辑 Senior Designer
欧阳慧雯 Au Yong Yvonne

美术编辑 Designer
林明桦 Amanda Ling

市场部 Marketing

高级经理 Senior Manager
(企划与发行 Project & Circulation)
钟议慧 Serene Chong

市场主任 Marketing Executive
潘嘉琦 Pua Jia Qi

出版 Published by
Travellution Media Pte Ltd
711 Geylang Road, #02-02
Oriental Venture Building, Singapore 389626
Tel: +65 6745 2268 Fax: +65 6745 2267
MDDI (P) 004/09/2025

Travellution Media Sdn Bhd
#12-18 Level 12, Austin 18, Jalan Austin Perdana 3,
Taman Austin Perdana, 81100 Johor Bahru, Malaysia
Tel: +60 7 707 8994

发行 Distributed by
Carkit (Far East) Pte Ltd

印刷 Printer
NPE Print Communications Pte Ltd

畅游行
TRAVELLUTION

每月一日出版 新加坡及马来西亚同步发行

畅游行传媒私人有限公司获委任为以下地方推广中心:



江苏旅游 (新马) 推广中心



徐州旅游 (新加坡) 推广中心

发行零售点

新加坡

POPULAR / KINOKUNIYA / CHEERS /
Fairprice Xpress / ESSO / SPC /
卓尔书店 / 地铁站各大小报摊

马来西亚

POPULAR / MPH / BORDERS / KINOKUNIYA /
MYNEWS.COM / 城邦阅读花园 / 诚品书店 /
有店 / 各书报摊

可在以下地点享阅《畅游行》月刊



《畅游行》电子杂志销售平台



支持单位



今天就关注我们以获取更多旅游资讯:



版权所有 翻印必究

本刊物严禁未得出版商书面同意前, 以任何形式或途径 (包括利用电子、机器、影印、录音等方式) 对本刊物的所有文字及图片内容全部或部份抄袭、复制、传播。出版商已尽一切能力以确保所刊登的资料准确无误。所有报道以采访当日所得资料为准, 资料仅供参考, 如有任何资料错误或由此而引致的不便及损失, 出版商不会承担任何责任。本刊物采用稿件投稿人文责自负。

READERS REACT

你们的声音

Issue 155

马来西亚 三重维度



本期得奖读者

新加坡读者 / Richard Ho

我经常在周末跑去马来西亚游玩，尤其是新山。如果时间充裕，也会顺道去马六甲、吉隆坡和檳城。原以为自己对马来西亚已经相当了解，但读了这期杂志后才发现，还有那么多新资讯和有趣的地点值得探索。

一直没有机会去东马，但东姑阿都拉曼海洋公园看起来非常吸引人。作者分享的志工日常，让我心生向往。可惜工作太忙，暂时无法成行，但能透过文字感受体验，也是一种满足。

还有 Cameron Valley 茶园也很值得一去，不仅可以品茶，还能坐四驱车深入茶谷。我跟朋友们分享了这个讯息，还约他们下次去金马伦的时候一起试试。读到关于马六甲的内容时，才惊讶地发现原来有个“马六甲故事馆”，立刻记下来。乔治市的文化遗产酒店也令人印象深刻，经典的设计、温暖的氛围，让人忍不住想在这里多停留一晚。

编按

Richard, 感谢你的来信，很高兴看到你从文章中发现了马来西亚的新趣点！希望你的下次北马和金马伦之旅能亲自体验这些美好，也欢迎继续分享你的旅行发现和感受，我们很期待！

更正启事：155 期《汤申路上段》中，汤申自然公园与贝雅士蓄水池毗邻，均位于旧汤申路上段，按第 95 页提供的乘车信息即可到达。169 号巴士行驶於兀兰与宏茂桥之间，并不经过碧湾站。若要搭乘 169 号巴士前往汤申自然公园与贝雅士蓄水池，应在汤东线的春叶站转乘。



马来西亚读者 / 林思涵

读着文字，油茶汤的香味、合菜的热闹、摆手舞的红蓝衣裳在篝火下轻轻翻飞，画面温暖而生动。土家人的笑声、篝火的温暖、雪地上翻飞的衣摆，让人感受到生活的热烈与传统的力量，心里涌上一种宁静而喜悦的感动。文章写得很生动，我也好想过那样的生活，很是羡慕。



聆听你们的宝贵意见



恭喜本期得奖读者 Richard Ho 获得由 Traveloc 送出的安全识别锁！有何特别感想与意见？我们希望你能不吝给予评语和建议，期待你的来信或直接在 Facebook 和我们联系！来信时请提供个人资料：英文名字、联络电话及通讯地址。



info@travellution.com.sg

EDITOR'S NOTE

编者的话



列车与远方

当中国东北的春天缓缓到来，伊春的林海在伊春号列车窗外悄然苏醒，溪流轻轻低唱；吉林聚龙温泉袅袅升起的热气，让旅途的疲惫在温暖中消散。通化葡萄园静待果实成熟，空气中弥漫着酝酿中的酒香与希望；吉林的高句丽遗迹以古老城墙和石刻低语辉煌文明。辽河口湿地迎来归来的候鸟，北票天鹅节热闹非凡；大黑山杜鹃花如火般绽放，将山野点亮，生机盎然。

此外，我们走访韩国忠清南道的田野与古村，感受宁静的乡野风情和当地生活的温度；在印尼棉兰，则探访印尼首富张耀轩的故居，聆听家族传奇与城市故事，远眺多巴湖广袤的湖面，感受火山湖的宁静与自然力量；开罗的新地标——大埃及博物馆如今已全面开放，让厚重的法老文明在光影中鲜活呈现。

在交通便利方面，同样值得期待的是新马 ETS 南马线列车已于 2025 年 12 月正式开通，这一消息让许多新马人欢欣鼓舞，也标志着两国跨境出行进入全新便利时代。无论是家乡的短途旅行，还是海外的深度探访，我们希望通过这一期内容，让每一位读者都能感受到旅途的生机、文化的厚度，以及探索世界的无尽乐趣。

执行编辑 - 吕美姿

✉ meizi@travellution.com.sg

◆ 黄匡宁

职业写手 / 旅游作者 / 美食博主

担任报章杂志记者 21 年，著有《台湾笔记》《北风呼啸的日子》等等。土生土长新加坡人，走得再远再放任，心灵深处还是留守于小小岛国，一隅陋室天地宽。

写给机场的私密记忆

旅途中从来都不介意提早到机场，或者必须在某个机场中转，停留几个小时。

航班延误另当别论，但是正常情况下，花点时间在机场里随意走走，对我来说始终是旅程的一部分。

某次公务出行，深夜在上海浦东机场转机，从国内走向国际航线时几乎见不到其他乘客，越往里走越空旷，巨大的现代空间冷清寂静。跟着指示牌一路向前，恍惚间仿佛穿越时空，跌入惊悚日剧里那座荒无人迹的诡异城市。一个人坐在冷冰冰的角落里半睡半醒，脑海里突然浮现起 20 多年前第一次到上海的回忆，那时还不是这个机场，早已远去的那些人那些事，却在这充满疏离感的角落里翻涌起来。

另一次在羽田机场转机准备回国，几个小时如何打发时间？机场航站逐层慢逛，上到 5 楼有个展望台，出去一看，刚刚搭乘的星球大战主题黄色飞机就在眼前，角度完美得像刻意等待着我。夜间天台凉爽宽敞，跑道灯火点点，情侣在风中相拥，闺蜜在小亭子里轻声聊天。看完逐层往下走，最底层的 B1 就是第一天下飞机的地方，走出去看到当天的车站入口，仿佛看到自己的孤单身影，拖着行李有点茫然地买票进站，再一次感受旅途开始的心情。

写游记的时候很少介绍机场，过境之地毕竟不是旅途重点。拍了照片随手发上小红书，却发现原来机场吸引来不少眼球，路过的读者在贴文下点赞留言，不同的旅人在不同的机场，留下了各自的故事。

机场不是旅游景点，却是城市的门面。机场设计总是走在城市的最前沿，尤其这些年来，各地主要城市或

志在成为交通枢纽的城市，都在大事翻修和兴建机场。时隔数年回到同样的城市，下飞机眼前一亮，旅人印象也随之更新。

机场设计趋势也在改变，不再一味寻求高效与冷冽科技感，而是更注重自然光线、材质触感与永续理念，让忙碌匆促的空间多了一分温度。

在班加罗尔转机回新时，还在为 6 个小时的等候时间而发愁，一下飞机简直大跌眼镜。航站楼摩登新颖，却不冷漠疏离，竹藤木材搭配绿植装饰，天花板宛如悬挂着圣诞树，自然采光洒满大厅。登机口在另一座大厅，以有盖户外走道连接，穿过一片绿色森林地带，让人一时恍惚：我是来搭飞机，还是在逛花园？

金边新启用的德崇国际机场同样令人眼前一亮，拱形天花板模拟热带大树，又透着传统竹编工艺的细腻；温暖木质，弧形线条与树影交织，白天自然采光，入夜柔和照明 成为离开柬埔寨前的最后一道亮丽风景。①



印度班加罗尔机场

清代“大禹治水”大玉山

Jade Sculpture: Da Yu Taming the River

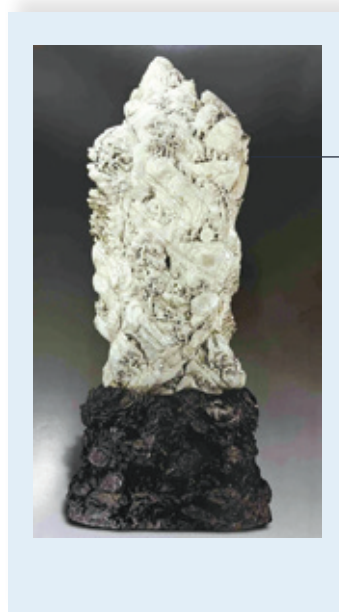
“大禹治水”大玉山的庐山真面目或许未曾见过，但“大禹治水”的故事却为世人所熟知。相传中国古代，洪水泛滥，百姓们饱受洪灾之苦。当时，舜帝曾命鲧治水，但鲧采取筑坝拦水的办法，最终未能奏效。后来，舜帝任用鲧之子“禹”接任治水。经认真考察地形，禹意识到治水之道不在强行阻隔，而是以“疏”为主。于是，他带领民众凿山开河、疏通沟渠，让洪水顺势分流入海。治水的30年期间，禹奔走于群山河谷之间，不畏艰辛，孜孜不倦。最为人称道的是他“三过家门而不入”，为了治水成功，连家门口也不踏进一步。最终，洪水平息，禹被推举为天下共主，还建立了夏朝。

如今，这座清乾隆时期制作的大型玉雕作品将“大禹治水”的故事诠释得格外细腻与精妙，也是中国玉雕史上用料最宏、运路最长、耗时最久的伟大创举，所用的玉料来自新疆和田密勒塔山，为质地坚致、色泽青润的优质青玉。

历经十一载：玉雕“巅峰之作”

庞大的玉料从新疆运抵北京，至少耗时3年。清代《造办处活计档》中，有详细记载其策划、设计、制作全过程：《大禹治水图》玉山子，以内务府收藏的宋代《大禹治水图》画轴为蓝本，经造办处如意馆初步设计，于乾隆四十六年（1781年）二月初十画得正、背、左、右四面纸样，随后由如意馆画匠贾全照图式在玉材上临画，同年3月27日在造办处拨得蜡样。

乃至乾隆五十二年（1787年），玉山耗时6年终于雕成，但乾隆再次下令，由宫中造办处如意馆的刻玉



馆藏 | 北京故宫博物院

材质 | 青玉

外径 | 高224厘米、宽60厘米、重5000公斤

年代 | 清乾隆（1787年）

匠朱泰在玉山上镌刻御制诗及两方宝玺印文。经3年运输，8年雕琢，玉山前后共计11年完工。最终也依乾隆旨意，将此文物置于宁寿宫乐寿堂内陈设，至今已有200多年历史。

仔细品鉴，整座玉山的雕刻精细繁复：山峦层叠、瀑布飞流，古松怪石遍布其间，洞壑深邃。在悬崖峭壁间，成群结队的治水大军正紧张作业，或开山凿石，或抬土运料，场面壮观生动。玉山正面中部的石壁上刻有乾隆的阴文篆书“五福五代堂古稀天子宝”印文。背面上部刻乾隆御制的《题密勒塔山玉大禹治水图》诗，下部则刻有篆书“八徵耄念之宝”的方玺。底座则是嵌金丝山形褐色铜铸座。

西汉 长信宫灯

Gilt Bronze Human-Shaped Lamp

一位西汉宫廷女子，眉眼细长，脸庞圆润，头戴巾帼，身着曲裾深衣，赤足而坐。2,000 多年来，她未曾移动分毫，却从西汉出发，带来了远古的一束光。她因灯而生，双手托举灯盏，将光明向前投射，身体则成为烟尘的容器。若想象她的温度，仿佛仍能感受到远而温润的暖意。

被誉为“中华第一灯”的长信宫灯，出土于河北省满城县中山靖王刘胜妻窦绾墓中，如今馆藏于河北博物院。因其精湛非凡的制作工艺与独具匠心的艺术设计，在汉代宫灯中独占鳌头，同时展现汉代匠人的智慧与审美追求。它也打破了传统青铜器庄重神秘的风格，整体造型与装饰更显舒展灵动，兼具轻盈与华美之感。长信宫灯既具实用功能，又富观赏价值，是难得的灯具珍品。它高 48 厘米，通体鎏金，由头部、躯干、右臂、灯座、灯盘和灯罩 6 个部分组成。全身共刻有 9 处铭文，合计 65 字，因灯座底部刻有“长信尚浴”字样，故名“长信宫灯”。

作为汉代物质和精神文明的体现，长信宫灯具有深厚的文化价值。从宫女的发式来看，她梳着汉代女性常见的锥髻，这种发式是当时女性审美的重要标志之一。其头上所佩的巾帼，本为一种头巾式饰物，可戴于头顶，也可覆于额前、环绕发际，两侧垂带。时至今日，“巾帼”已演变为女性的尊称，“巾帼不让须眉”“巾帼英雄”等俗语，都是对女性有所作为的高度肯定。

从服饰来看，宫女身着深衣，衣袖宽博，袖口饰边，衣领与袖口层层叠合，秩序分明，寓意天道圆融。深衣自汉代确立形制后，对后世 2,000 多年的服饰制度产生



馆藏 | 河北博物院

材质 | 青铜，外层覆盖鎏金

外径 | 高 48 厘米，重 15.85 公斤

年代 | 西汉（前 206 – 25 年）

了深远影响，逐渐成为中国礼服的典范，彰显出深厚而悠远的中华文化内涵。

从坐姿来看，宫女双手持灯，安然跏坐，身姿端正挺拔，双膝并拢，足背贴地，目光平视前方，展现出汉代庄重、谦恭的礼仪气质。跏坐不仅是一种日常坐姿，更被纳入礼仪规范，尤其在会客、宴饮、议事等正式场合中，若不跏坐则被视为失礼。

千年灯火：长信宫灯如何发光？

小宫女的左手托灯，灯盘亦可旋转，灯罩由两块弧形铜板组成，其中一片可左右移动，用来调节光线的亮度和方向。汉代灯具多以动物油脂为燃料，点燃后烟尘和灰烬容易弥漫室内，污染空气。小宫女的右手袖子并非普通衣袖，而是巧妙设计的虹管，用来吸收油烟。烟尘随热气上升，通过袖管进入中空灯体，冷却后在灯内沉积成灰，避免室内空气污染。灯座底部的通孔还能调节气压、促进空气流通，使灯芯燃烧更充分。灯罩的开合铜片在不使用时可密封灯体，减缓燃料蒸发，节约能源。这种兼具环保与节能的设计，乃汉代工匠的智慧结晶。①

东北之春

黑龙江 Heilongjiang

吉林 Jilin

辽宁 Liaoning

Spring in Northeast China

Aboard Heilongjiang's Yichun Express, forests and rivers reveal spring. Jilin's hot springs and vineyards charm, Beipiao's swan festival excites, and Liaohekou Wetland blend city warmth with wild beauty.



辽宁北票大黑山春天的杏花。Spring brings apricot blossoms to Dabai Mountain, Beipiao, Liaoning. 视觉中国图

北方大地瓜， Spirit of the Northeast 有酒有笑



资料图片

丹顶鹤来了, 春天就热闹了 Spring blooms with the cranes

中国东北平原肥沃广阔，北部、东部和西部多为山地和丘陵，形成平原与高地交错的地貌格局。长白山天池位于火山口之中，湖水清澈湛蓝。黑龙江、松花江、鸭绿江等大江大河流经东北，滋养湿地和农田，孕育丰富的生物多样性。春季冰雪融化，湿地苏醒，大批候鸟如丹顶鹤、白鹤、白脸琵鹭等迁徙至此。

The fertile plains stretch widely, bordered by hills and mountains. Changbai Mountain's Heavenly Lake glistens in its volcanic crater, while the Heilongjiang, Songhua, and Yalu rivers nourish wetlands and farmland. Migratory birds return as ice melts.

“ ”

Northerners work fast and earnestly. In spring, after tilling fields, they enjoy drinks, chat, and play mahjong, truly working hard and playing hard.

豪爽直率, 民族味儿十足

Frank, vivid, traditional

汉族、满族、朝鲜族、蒙古族等长期聚居东北，形成融合格局。满族年节习俗与服饰、朝鲜族舞蹈与民歌、蒙古族草原节庆在当地仍被传承。东北方言幽默生动，二人转、秧歌、大鼓等民间艺术展现了东北人豪爽、直率、幽默的性格。地大人稀、冬寒刺骨，使人们硬朗、吃苦耐劳。东北人重视友情与乡情，热衷热闹生活，聚餐、喝酒、节日活动是重要社交场景。

Northeast China is a cultural crossroads of Han, Manchu, Korean, and Mongol peoples. Folk arts, festivals, and lively dialect reflect their bold, straightforward character. Northeasterners value friendship and local ties, thriving on lively gatherings, drinks, and festive celebrations.



摄图网图

东北菜, 大口吃才够味!

Hearty bites, true Northeast flavour!

重油重盐、分量足; 酸菜、猪肉炖粉条、锅包肉、地三鲜、溜肉段等菜肴体现了丰盛、耐寒、实用的生活哲学。冬季火锅和炖菜不仅满足味觉享受, 也是社交文化的重要组成部分。东北的粮食和畜牧资源丰富, 玉米、大豆、马铃薯等作物遍布乡野。

Northeast China's cuisine is hearty and rich, shaped by cold winters. Dishes like pickled cabbage, pork with vermicelli, Guo Bao Rou, and Di San Xian reflect warmth and practicality. Winter hotpots and stews are both tasty and social, supported by fertile soil and abundant crops like corn, soybeans, and potatoes.



古老文明遇上工业狂潮

Ancient Worlds, Industrial Waves

早在新石器时代, 红山文化与辽河文明已在此发展, 呈现渔猎与农耕并存的生活方式。汉代以后, 东北成为中原王朝与北方民族交往的前沿。辽金时期, 契丹族和女真族在此活跃; 明清时期, 封禁政策保护了原始生态, 同时吸引中原移民开垦。近现代, 东北成为工业摇篮, 沈阳、鞍山、长春以钢铁、机械和汽车工业闻名, 被称为“共和国工业基地”。

Northeast China has a rich history. From Neolithic Hongshan and Liaohe cultures to Han-era frontier exchanges, and Liao, Jin, Ming, and Qing periods, the region saw diverse peoples and preserved nature. In modern times, Shenyang, Anshan, and Changchun became industrial hubs for steel, machinery, and automobiles.

冰雪与工业的传奇

Legends of Snow and Steel

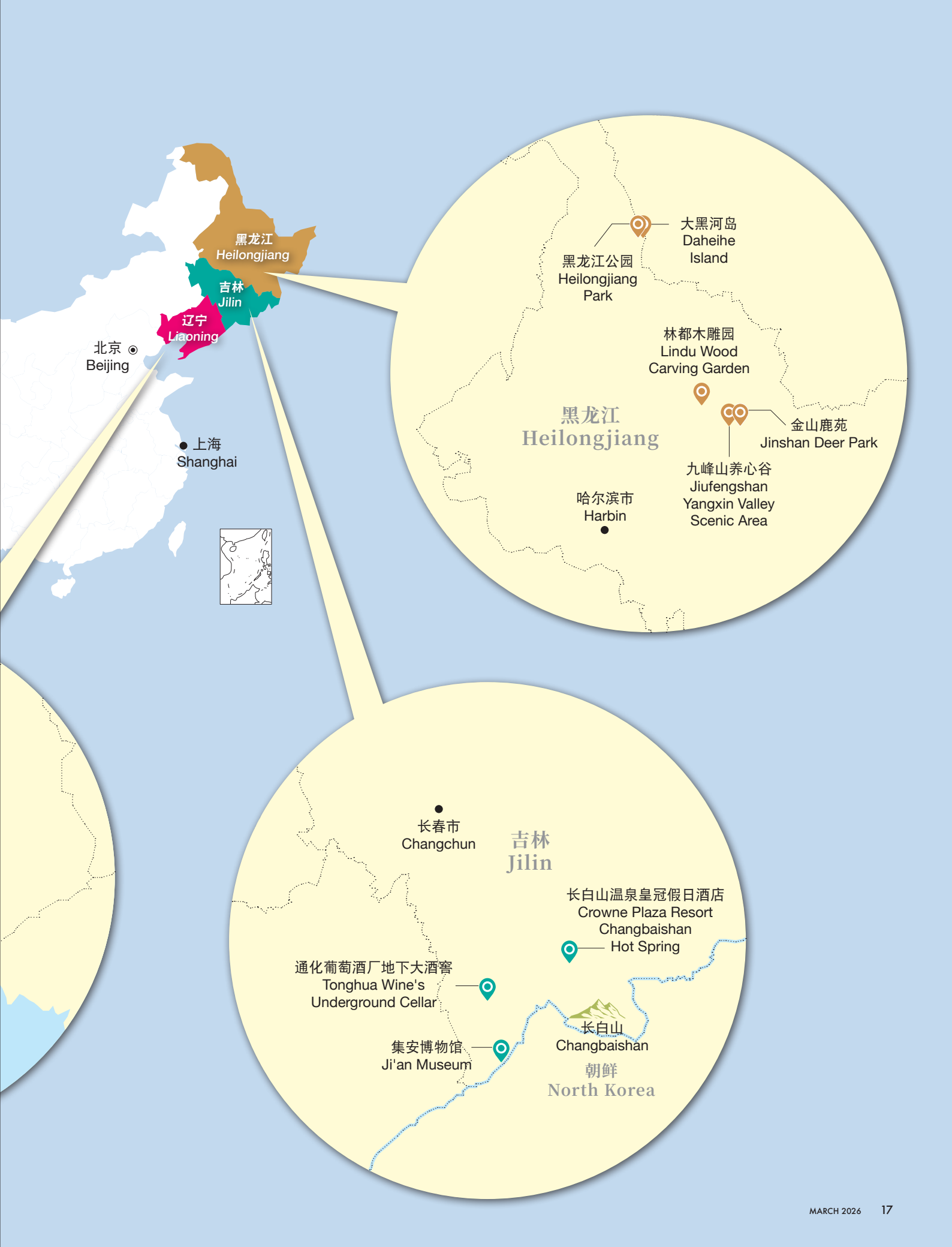
中国东北，传统上指辽宁、吉林和黑龙江三省，地处中国最北部。这里是中国最大的粮食生产基地之一，黑土肥沃使其成为国家重要的“粮仓”。该地区气候特征显著，冬季漫长且极为寒冷。自新石器时代，东北便有新乐文化、兴隆洼文化等古文化遗存，显示出早期农业与定居社会的萌芽。清代时东北是女真族的发源地之一，盛京（今沈阳）曾为清王朝的重要基地，留存有大量历史古迹，如盛京皇宫等。哈尔滨、吉林等城市也因历史上中俄交流、工业发展而形成独特的城市风貌。

如今，冰雪旅游、文旅融合、文化品牌开发等正在成为东北经济增长的新引擎。此外，随着中国网络文学的发展，从《盗墓笔记》的长白山青铜门到《春风故事》的老工业区记忆，网络文学通过年轻化和类型化叙事重构黑土地文化，并与文学深度融合，不仅激活了地域文化IP，也为文旅经济和东北振兴注入了精神动力。

Northeast China, comprising Liaoning, Jilin, and Heilongjiang, lies at the country's northernmost reaches and is a major grain-producing region, its fertile black soil earning it the title of China's "granary". With harsh winters, the area has a rich history, from Neolithic cultures like Xinglongwa to the Manchu origins of the Qing dynasty, with sites such as the Shengjing Imperial Palace. Today, ice and snow tourism and literary works—from the Bronze Gate in *Grave Robbers' Chronicles* to the industrial-era memories in *Spring Breeze Stories*, reinvigorate regional identity, blending culture and economy to energise the Northeast's revival.

中国东北 示意图
Map of Northeast, China





北京
Beijing

上海
Shanghai



黑龙江
Heilongjiang

吉林
Jilin

辽宁
Liaoning

黑龙江
Heilongjiang

黑龙江公园
Heilongjiang Park

大黑河岛
Daheihe Island

林都木雕园
Lindu Wood Carving Garden

金山鹿苑
Jinshan Deer Park

九峰山养心谷
Jiufengshan Yangxin Valley Scenic Area

哈尔滨市
Harbin

吉林
Jilin

长春市
Changchun

长白山温泉皇冠假日酒店
Crowne Plaza Resort Changbaishan
Hot Spring

通化葡萄酒厂地下大酒窖
Tonghua Wine's Underground Cellar

集安博物馆
Ji'an Museum

长白山
Changbaishan
朝鲜
North Korea

封面故事

东北之春

An aerial photograph of a train traveling through a vast, snow-covered forest in Heilongjiang. The train, consisting of a blue and white locomotive and several passenger cars, is positioned diagonally across the lower half of the frame. The surrounding landscape is a dense forest of tall, thin trees, all heavily laden with snow, creating a white and blue winter scene. In the background, rolling hills and a distant communication tower are visible under a clear sky.

Heilongjiang

A Northern Prelude



黑龙江

北境序章

In the northern latitudes, forests, rivers, and long seasons stretch across the land. More than just ice and snow, it is a place that rewards patience. On a train into the Lesser Khingan Mountains, the contours of Heilongjiang slowly come into view.

初春东北，厚雪覆小兴安岭，列车蜿蜒穿行银白林海。Early spring in Northeast China, snow blankets the Lesser Khingan Mountains as a train passes. 视觉中国图

认识黑龙江, 从几个关键词开始

Heilongjiang Highlights

森林 Forest

说到黑龙江, 脑中最先浮现的往往是无尽的林海。小兴安岭原始森林, 夏天绿意浓厚, 冬天雪白覆盖, 每一棵松树都像在守护着这片北境的哨兵。

Heilongjiang evokes endless forests, such as the primeval woods of the Lesser Khingan Mountains.

边境 Border

靠近俄罗斯的边境城市——黑河, 黑龙江江面宽阔。这里的河流和古老码头, 让北方边境的历史与现实并存, 形成了独特风情。

Heihe, a border city near Russia, has an old wharf where history and reality

湿地 Wetland

扎龙自然保护区是丹顶鹤的天堂, 每年冬春之交, 成千上万的候鸟在湿地停留。黑龙江的生态之美, 在每一年的此时显得格外生动。

Each year, at the turn of winter and spring, the Zhalong Wetland become a stopover for thousands of migratory birds.

冰雪 Ice and Snow

冰雪, 是黑龙江最鲜明的名片。哈尔滨冰雪大世界以宏大的冰雕与灯光艺术, 将严寒转化为震撼人心的奇观。

Ice and snow are Heilongjiang's most distinctive calling card. Harbin Ice and Snow World transforms the harsh cold into a breathtaking spectacle through monumental ice sculptures and luminous light art.

铁路 Railway

贯穿森林和河流的林区铁路, 不仅是交通, 更是穿行林海的旅程。坐上它, 黑龙江的纬度和节奏感才真正显现出来。

The forest railways that cut through woodland and along rivers are more than a means of transport; they are journeys through the landscape itself. A ride on these lines reveals the true latitude and rhythm of Heilongjiang—slow, expansive, and deeply rooted in its natural surroundings.





哈尔滨松花江公路大桥夜景。Night view of the Songhua River Highway Bridge in Harbin. 视觉中国图

这片富饶的“黑土”位于中国东北的最北端和最东端，既辽阔又多元，省会哈尔滨因其历史积淀与独特气候而闻名。黑龙江东、北两侧以黑龙江、乌苏里江等界河与俄罗斯相连，南邻吉林，西接内蒙古。全省面积约47万平方公里，人口约3,100万，汉族占主流，同时生活着回族、满族、蒙古族、朝鲜族等多个民族群体。其中，赫哲族的渔猎文化和古老叙事音“Yimakan”已被列为联合国教科文组织非物质文化遗产，代表传统口头史诗艺术。漫长寒冬孕育出当地的冰灯、雪雕等艺术形式，同时与俄罗斯及东北亚地区的交流，使音乐、建筑和饮食风格兼具欧亚融合特征。而今日，我们乘上伊春号，沿铁路线探访最美的森林、山谷与边境景致，感受黑龙江的四季风光与北国风情。

Heilongjiang is located at China's northernmost and easternmost reaches, is vast and culturally diverse. Harbin, the provincial capital, is famed for its history and climate. Home to around 31 million people, it includes Han, Hui, Manchu, Mongol and Korean communities. The Hezhe people's fishing and hunting traditions, and their "Yimakan" chants, are UNESCO-listed oral epics. Long winters have fostered ice lanterns and snow sculptures, while Russian and Northeast Asian influences shape music, architecture and cuisine. Aboard the Yichun Express, visitors can explore forests, valleys and border scenery, experiencing the province's northern charm.

伊春号列车

Yichun Express

5

The Yichun Express is a panoramic, multi-functional tourist train that connects cities, forests, and ecological landscapes. The carriages are designed in the styles of the five continents, with panoramic arched skylights offering unobstructed views.

第6车厢



欧洲风格：红堡之夜

European Style:

Red Fortress at Night

莫斯科红堡风格，古典建筑与历史厚重感并存。Inspired by Moscow's Red Fortress, featuring classical architecture and a sense of historical grandeur.



第4车厢



全景式多功能观光车

Panoramic Sightseeing Car

中国首创弧形侧天窗设计列车，沉浸式欣赏林海雪原美景。China's first curved side-window design, offering an immersive view of the snow-covered forests.

第5车厢

亚洲风格：行走的敖鲁古雅

Asian Style:

Walk through Aolu Valley

以使鹿部落的传统建筑撮罗子与森林元素融为一体。Blends traditional Deer Tribe architecture with forest elements to create a harmonious, cultural experience.



第7车厢



林都绿色餐车：列车饕宴

Green Forest Dining Car:

A Culinary Journey on Wheels

移动厨师团队烹制时令佳肴，中西合璧美味呈现。A mobile chef team prepares seasonal dishes, offering a fusion of Eastern and Western flavours.

第8
车厢

大洋洲风格：金海岸漫步

Oceanic Style: Stroll along the Gold Coast

大洋洲自然景观与海岛元素交融，治愈的度假风。Combines stunning natural landscapes with castle-inspired elements, creating a pure and enchanting scenery.



第9
车厢

非洲风格：撒哈拉的故事

African Style: Tales of the Sahara

神秘沙漠意象与文化元素结合，引发无限遐想。Merges mysterious desert motifs with cultural elements, evoking endless imagination.



8

9

10

11

12

第10
车厢

美洲风格：浪漫的温哥华

American Style: Romantic Vancouver

浪漫的温哥华风情充斥车厢，轻奢且复古的设计尽显尊贵。A romantic Vancouver flair fills the carriage, where light luxury meets vintage design to create an atmosphere of refined elegance.

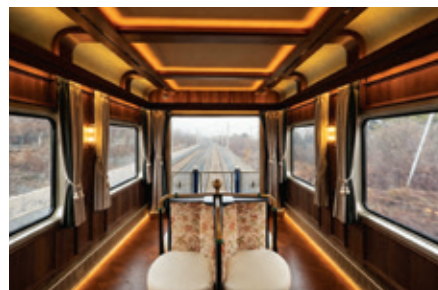


第12
车厢

怀旧式旅拍尾车

Nostalgic Photo Carriage

复古拍照空间，留住列车旅行的难忘记忆。A vintage-style photo space, perfect for capturing unforgettable memories of your train journey.



北方的渐进式展开

Where the North Unfolds

不同于点到点的快速移动，“伊春号”观光列车更像一条穿行于小兴安岭腹地的风景线。列车自哈尔滨出发，沿途停靠金山屯、新青、伊春等林区站点，把原本分散的森林、山谷与城市节点，串联成一段缓慢而立体的旅程。

当列车驶离城市边缘，高楼逐渐退场，窗外被针叶林、白桦林与起伏山势取代。伊春号并不是赶路的列车，而是让旅人有时间观察——林区小站的站台、远处的林海线条、以及不时掠过的溪流与湿地。“停站”本身，就是旅程的一部分。

Unlike point-to-point express trains, the Yichun Express functions more like a scenic ribbon threading through the heart of the Lesser Khingan Mountains. Departing from Harbin, the train stops at forested stations including Jinshantun, Xinqing, and Yichun, linking dispersed forests, valleys, and urban nodes into a slow, layered journey.

As the train leaves the city behind, high-rises faded from view, replaced by coniferous and birch forests and rolling hills. The Yichun Express does not rush; it gives travellers time to observe—the small forest stations, the distant lines of the forest canopy, and the occasional glint of streams and wetlands. Here, the stops themselves are an integral part of the journey.



2



3



4

1 2 伊春号列车白色的车顶取自雪覆屋顶，车身象征肥沃黑土地。The Yichun Train features a white roof inspired by snow-covered rooftops, with a body symbolizing fertile black soil. 3 身穿民族服饰的列车乘务员。Train attendants dressed in traditional ethnic attire. 4 高奢豪华的车厢设计。A high-end, luxurious carriage design. 图1为老铭 摄；图2至4均为五福旅游图



1

九峰山养心谷风景区

Jiufengshan Yangxin Valley Scenic Area

在金山屯一站，伊春号把旅人带入九峰山养心谷。9座山峰相连而立，却被茂密植被与山谷水系柔和包裹。这里以“康养”为定位，强调人与自然的平衡共处。山谷内步道依山势铺展，花海、林荫与水景交错出现。无论是放慢脚步慢行，还是静坐林间呼吸，都能感受到一种远离城市节奏的安定感。

At Jinshantun Station, the Yichun Express leads travellers into Jiufengshan Yangxin Valley. Nine peaks rise in succession, softened by dense vegetation and winding streams. Designed with wellness in mind, the valley emphasises harmony between humans and nature. Trails follow the contours of the land, weaving through flower fields, shaded groves, and water features. Whether strolling or pausing to breathe amid the trees can feel a profound.



九峰山养心谷风景区 Jiufengshan Yangxin Valley Scenic Area

中国黑龙江省伊春市金林区金山屯镇

Jinshantun Town, Jinlin District, Yichun City, Heilongjiang Province, China

8am-5pm

60CNY



金山鹿苑 | 林间与鹿共享的安静时刻

Jinshan Deer Park

金山屯一站不远处约5公里，还有金山鹿苑。群山环绕之中，鹿在草地与林间自由活动，人与鹿的距离被自然拉近，却不显突兀。这里没有刻意的观赏动线，更多是一种顺其自然的相遇。晨雾、树影与鹿群共同构成柔和画面，让人想起北方森林最原始的生命状态。

Jinshan Deer Park is about 5 km from Jinshantun Station. Here, the distance between people and deer is naturally shortened, creating a natural encounter.

金山鹿苑 Jinshan Deer Park

中国黑龙江省伊春市金林区鹤嫩公路

Henen Highway, Jinlin District, Yichun City, Heilongjiang Province, China

7:30am-5:30pm (Nov-Mar) ; 8:30am-4:30pm (Apr-Oct)

30CNY (Apr-Oct) ; 20CNY (Nov-Mar)

林都木雕园 | 把森林刻进城市记忆

Lindu Wood Carving Garden

回到伊春市区，林都木雕园为这趟森林之旅补上人文的一笔。园区以木雕艺术为核心，将林区历史、生产生活与艺术创作结合起来。粗犷的木材，在雕刻中呈现出细腻表情，使“林都”不只是自然标签，也成为可被理解与阅读的文化符号。

Returning to Yichun city, the Lindu Woodcarving Park adds a cultural dimension to this forest journey. The park centres on woodcarving, blending the region's history, daily life, and artistic creativity. Rough timber is transformed into intricate expressions, making "Forest Capital" more than a natural label—it becomes a cultural symbol that can be seen, felt, and understood.

林都木雕园 Lindu Wood Carving Garden

📍 中国黑龙江省伊春市伊美区花园路畔

Huayuan Road, Yimei District, Yichun City, Heilongjiang Province, China

🕒 8am-6pm

💰 20CNY



甜甜 摄



海不扬波 摄



Grace 摄

黑龙江公园 | 界江之畔的开放视角

Heilongjiang Park

行程向北延伸至黑河，黑龙江公园沿着界江展开。江水宽阔平缓，对岸的俄罗斯风景清晰可见，却又保持着恰到好处的距离感。公园以开放、交流为主题，将自然景观与边境城市气质融合在一起。在这里，黑龙江不只是地理分界线，更是一条承载交流与记忆的水路。

The journey continues north to Heihe, where Heilongjiang Park unfolds along the border river. The wide, calm waters mirror the Russian landscape on the opposite bank, visible yet held at a perfect distance. The park, themed around openness and exchange, blends natural scenery with the character of a frontier city. Here, the Heilongjiang River is more like a waterway that carries memories.

黑龙江公园 & 大黑河岛

Heilongjiang Park & Daheihe Island

📍 中国黑龙江省黑河市爱辉区王肃街

Wangsu Street, Aihui District, Heihe City, Heilongjiang Province, China

🕒 全天 Whole day

💰 Free

大黑河岛 | 边境岛屿上的历史与当下

Daheihe Island

与黑龙江公园相望的大黑河岛，曾在中俄贸易史中扮演重要角色，如今转化为集旅游、休闲与文化体验于一体的岛屿空间。岛上视野开阔，江风拂面，是理解黑河城市气质与边境文化的最佳角度之一。伊春号的旅程，在这里从森林走向江河，也从内陆走向边境。

Opposite Heilongjiang Park lies Daheihe Island, once a key site in Sino-Russian trade, now transformed into a space for tourism, leisure, and cultural experiences. The island offers wide-open views and a refreshing river breeze, making it one of the best vantage points to understand Heihe's urban character and borderland culture. Here, the Yichun Express journey moves from forest to river, from the heartland to the frontier.



卢法贝 摄



秋意 摄

伊春号 路线图 Map of Yichun Express



伊春号观光列车 Yichun Express

- ① 中国黑龙江省哈尔滨市南岗区铁路街1号(发车点)
1 Tielu Street, Nangang District, Harbin City,
Heilongjiang Province, China (Departure Point)
- ② 行程天数一般为7天6晚/8天7晚。The itinerary typically lasts 7 days 6 nights or 8 days 7 nights.
- ③ 5,799CNY above 成人 adult; 3,500CNY above 12岁以下儿童 Children aged under 12 (此价格不包含单独占床费用与景点门票, 价格浮动高, 需自行查阅官网为准 Price excludes single-bed supplements and entry tickets; rates may fluctuate—please refer to the official website.)
- △ 列车共12节车厢, 最大承载量330人, 需提前预约。With 12 carriages and a capacity of 330, the train must be booked in advance.
- ✎ 需通过旅行社或官方指定渠道, 通常以旅游产品形式出售, 目前可关注新东方快车官网、五福旅游等平台。Available only via travel agencies or official channels, typically as tour packages.



新东方快车官网



五福旅游

有温泉、
有酒香、
有故事

吉林

Jilin Warmth, Wine and Stories



吉林长春火车站连接京哈铁路、长吉城际铁路和哈大高铁等多条线路。
Changchun Station connects major lines across Northeast China. 视觉中国图



In spring, Jilin awakens: soak in Julong Hot Springs, sip Tonghua wine, and wander among Goguryeo relics as ancient stories unfold.

吉林
关键词

Appaloosa 摄

长白山体系 Changbai Mountain Range

长白山体系，是由火山孕育的一整套自然生命系统。火山喷发形成的长白山天池，不仅塑造了壮阔地貌，也成为松花江、图们江和鸭绿江的重要源头。随海拔升高，森林呈现出清晰的垂直带谱，从阔叶林到针叶林，再到高山苔原，层次分明。严寒气候孕育出人参、紫貂、东北虎等珍稀物种，也让这里成为东北亚重要的生态核心。对当地人而言，长白山既是自然屏障，也是被敬畏与守护的精神之山。

The Changbai Mountains form a complete ecosystem shaped by volcanic activity. Tianchi (Heaven Lake) not only creates dramatic landscapes but also feeds the Songhua, Tumen, and Yalu rivers. Forests rise in clear vertical zones, from broadleaf to coniferous forests, then alpine tundra. The harsh climate nurtures rare species such as ginseng, sable, and the Siberian tiger, making the region a key ecological core. Locals revere Changbai as both a natural barrier and a spiritual mountain.

朝鲜族文化 Korean ethnic culture (in China)

吉林东部与朝鲜半岛隔图们江和鸭绿江相望，延边地区与朝鲜半岛接壤，地理上天然形成交流通道。河流、山脉虽阻隔，但也方便历史上人口跨境迁移与贸易往来。19世纪末至20世纪初，朝鲜半岛多次出现战乱、饥荒，很多朝鲜人迁入吉林、辽宁一带避难或谋生。1952年，中国政府在吉林设立延边朝鲜族自治州，朝鲜语与汉语并行使用，学校、市场、巴士站牌皆为双语。

Eastern Jilin borders North Korea across the Tumen and Yalu rivers. Historical migration and trade have long connected the region with the peninsula. Many Koreans moved to Jilin and Liaoning provinces in China during wars and famines in the late 19th and early 20th centuries. Today, Yanbian Korean Autonomous Prefecture uses Korean and Mandarin in schools, markets, and signage.



Korea.net 图



wjlee4284 摄



山珍药膳 Forest delicacies

长白山下森林覆盖率高，孕育着多种药用植物和野味，包括了东北“三宝”之一的人参。吉林省出产的人参占中国约 80%，其中野山参、林下参因活性成分高而极具药用价值，是许多药膳的核心原料。此外，吉林还有大量山野菌类与野菜，如松茸、黑木耳、野菜等。近年来，吉林还通过举办药膳大赛等活动推动药膳文化，强调食疗与健康结合，让山珍药膳在更广范围内被认可与推广。

Jilin's mountain cuisine draws on the forests of Changbai, rich in medicinal plants and wildlife. The province produces about 80% of China's ginseng, prized for its medicinal value. Wild mushrooms, vegetables, and herbs appear in seasonal dishes. Culinary competitions and events promote nutrition, wellness, and traditional flavours.

高句丽遗址 Goguryeo Relics

吉林的高句丽遗址主要集中在集安市，是研究古代东北亚文明的重要实物遗存。高句丽（公元前 37 年—公元 668 年）曾统治东北亚大片地区，包括今天的吉林、辽宁及朝鲜半岛北部，对区域历史影响深远。集安境内的高句丽遗址如国内部城、丸都山城，依山而建的城墙、宫殿遗迹清晰可见，展示出当时政治与军事体系的完整格局。此外，这里还有王陵与贵族墓葬群，部分墓室内保存精美壁画，描绘人物、神话与日常生活场景。著名的好太王碑刻录了高句丽战争与外交事迹。

Ji'an hosts Goguryeo sites (37 BCE–668 CE), key to understanding ancient Northeast Asia. The Inner City and Wandu Mountain City feature walls and palace remains; tombs preserve murals of people, myths, and daily life. The Gwanggaeto Stele records wars and diplomacy. These relics showcase Goguryeo's civilisation and remain a highlight of Northeast China's cultural tourism.



EditQ 摄



Wikiwand 图



聚龙温泉群

Julong Hot Spring

长白山不仅是休眠活火山，更是三江源头的守护者：松花江、图们江、鸭绿江的发源地就在这里。早在 1908 年，清末秀才兼诗人刘建封便踏遍长白山，勘察三江源头，撰写了《长白山江岗志略》。他在雪林与泉水间吟诗作画，为这片神奇山水赋予了文化温度。

长白瀑布自天池溢流而下，跌落约 68 米，壮观之景宛如银练飞泻。瀑布下方约 900 米，即是著名的聚龙温泉，它因地下热水如“龙喷涌”般涌出而得名，水温高、矿物质丰富，长期被当地人视为疗养和沐浴的佳地。步入长白山北景区老山门，空气里最先抵达的是森林的气息。顺着林间小径前行不久，热雾便在树影之间缓缓升起。泉群出露面积超过千平方米，泉眼百余，水温普遍 60℃ 以上，最高可达 82℃。

走近户外温泉池，只见泉水翻涌，宛如群龙吐珠。泉水直接由火山自溢的聚龙泉引入，热气氤氲中，我踏入富含硫化氢、铁、铜、镁、锰、钙的聚龙泉水，寒意随蒸汽消散，热度从脚底迅速蔓延，几秒钟便让全身彻底放松。随着身体的舒展，不久便感受到不同温度的泉水带来的微妙变化：低温温泉令身心宁静，缓解紧张与失眠；高温温泉则刺激血液循环，让整个人充满活力。



1 长白山北景区聚龙温泉群。The Julong Hot Springs Cluster. 视觉中国图 2 在酒店内享受温泉的女子。A woman enjoying the hot springs inside the hotel. 长白山温泉皇冠假日酒店图

21 座园林式温泉池散落在森林之间，池水与尚未完全褪去寒意的大地只隔着一步之遥。春日里，林间新绿悄然铺展，山风带着湿润的气息掠过水面。抬头望去，原始森林环绕四周，风穿过树梢，带来松木与湿土的气息，呼吸也随之慢了下来。

Changbai Mountain, a dormant volcano, guards the headwaters of the Songhua, Tumen and Yalu rivers. The Julong Hot Springs lie near Changbai Waterfall, surrounded by primeval forest.

Stepping into the hot steaming outdoor pools, rich in hydrogen sulphide, iron, copper, magnesium, manganese and calcium, the cold melts away as warmth spreads from my feet, relaxing my body within seconds. Cooler pools calm the mind and ease tension, while hotter pools stimulate circulation and invigorate. Twenty-one garden-style pools are scattered among the trees, with spring greenery and misty mountain breezes adding a tranquil, restorative atmosphere.

暖汤星空

室内温泉区则更加温润安静：草药池中淡淡的人参与药草香随蒸汽弥散，多功能水疗池轻柔水流按摩肩颈，为长途跋涉后的身体做了一次深度修复。温泉煮蛋入口即化，带着独特香味；将不老草、天麻等中草药融入泉水的药浴，更让温泉的养生效果与森林氛围完美结合。

泡汤间隙，我漫步到园内的萌宠乐园。羊驼悠闲踱步，白狐静静蜷伏，孔雀在不远处舒展羽翼。孩子们围着小动物欢笑，大人则在一旁放慢脚步。滑梯、丛林攀爬网、星空帐篷与秋千散落在林间，让整个园区多了几分轻松与童趣。当夜色降临，再次回到温泉池中，抬头是深邃的星空，耳边只有水声与风声。

The indoor hot springs are tranquil and soothing. Herbal pools release a subtle scent as steam rises, while gentle hydrotherapy jets massage the shoulders and neck, easing travel fatigue. Hot spring eggs melt in the mouth, and herbal baths with immortality herbs and Gastrodia enhance wellness.

During breaks, I wandered through the petting Zoo. Alpacas strolling, white foxes resting, and peacocks displaying their feathers. Children laughed around the animals while adults moved at a leisurely pace. As night fell, returning to the springs under a starry sky, only the sounds of water and wind accompanied me, creating a perfect blend of relaxation and nature.



1



2



3

1 长白山温泉皇冠假日酒店外观。Exterior of the Crowne Plaza Resort Changbaishan Hot Spring. 2 把身体交给热泉，把心交给天空。Private hot springs under open skies. 3 萌宠乐园有不少可爱的小动物。The petting zoo is home to many adorable animals. 以上图片均为长白山温泉皇冠假日酒店图

i 聚龙火山温泉 Julong Hot Spring

- ◎ 长白山北景区老山门 400 米处（长白山温泉皇冠假日酒店内）
400 metres from the Old Northern Gate of Changbai Mountain North Scenic Area (within Crowne Plaza Resort Changbaishan Hot Spring)
- 💰 238CNY 成人 adult; 119CNY 儿童 children

i 长白山温泉皇冠假日酒店

- Crowne Plaza Resort Changbaishan Hot Spring
- ◎ 中国吉林省长白山保护开发区二道白河镇长白山北门
North Gate, Erdaobaihe Town, Changbai Mountain Protected Development Zone, Jilin Province, China
- 💰 1,520CNY above/night



4 野生山葡萄。Wild mountain grapes. 通化葡萄酒官网图 5 鸭绿江河谷。The Yalu River Valley. 摄图网图

通化葡萄酒 *Tonghua Grape Wine*

鸭绿江河谷带是中国十大葡萄酒产区之一，这里的土壤富含有机质，砂质通透，长期休耕让大地肥沃而松软，非常适合独有的珍稀葡萄——野生山葡萄扎根生长。野生山葡萄晶莹小巧，果粒虽小，但果皮厚重，富含花色苷、多酚和芳香物质。这些葡萄从萌芽到果实成熟，需要 137 天的充分日照和 2985℃ 的活动积温。正因为生长环境天然原生态，它们拥有极强的抗寒能力，在零下 40℃ 的严冬中依旧能安然越冬；抗病力也强，对常见的葡萄病害几乎不受侵扰。

产区主要栽培的优质山葡萄品种包括“双红”“双优”“北冰红”等，高糖、高酸，芳香物质和多酚含量丰富，是酿造甜型葡萄酒和冰酒的理想原料。尤其是“北冰红”，是世界上唯一可以直接压榨酿成红色冰酒的葡萄，冰酒入口清爽甜酸。民间更喜欢用山葡萄汁及山葡萄酒养生，传说可软化血管、降低血脂，也有偏方用于缓解咳嗽和哮喘。

The Yalu River Valley, one of China's top ten wine regions, boasts fertile, well-drained soils ideal for rare wild mountain grapes. Small but thick-skinned, these berries are rich in anthocyanins, polyphenols and aromatic compounds, giving the wines their vibrant colour and intense flavour. With 137 days of sunlight and extreme cold-hardiness down to 40°C, they thrive naturally and resist most diseases.

The region's main wild grape varieties—Shuanghong, Shuangyou, and Beibinghong, are rich in sugar, acidity, aromatics, and polyphenols, ideal for sweet wines and ice wines. Beibinghong is the world's only grape pressed directly for red ice wine, offering a refreshing sweet-acid balance. Locals also drink the juice and wine for traditional health benefits, like improving circulation and easing respiratory problems.



百年酿造，通葡传奇

据《通葡股份纪事》记载，1946年，前往朝鲜的人只需持集安地方当局开具的一张介绍信，便可尝试过境。不过，到了桥边，守桥的苏联红军似乎并不打算放行。机智的向导笑着说：“苏联人喜欢喝酒，不妨给他们几瓶。”于是，他们买了几瓶通化葡萄酒，果然红军看到酒时笑逐颜开，挥手放行。几瓶酒，竟成了他们第一次出国的小“通行证”。

通葡股份自1937年起便以野生山葡萄酒酒，近10代酿酒人不断传承与创新，酿造出兼具东方风味与国际视野的佳酿。走进地下大酒窖，眼前就是10,340平方米的宽敞空间，772个百年橡木桶整齐排列，空气里弥漫着浓郁酒香。世界甜酒博览中心则是另一番体验：从国民经典“红梅”，到屡获国际大奖的“雅士樽”冰酒，每一款酒都有它的故事。

通葡酿造工艺

通葡股份的酿造工艺极为讲究。葡萄会根据不同酒种，进行除梗破碎或直接压榨等前处理，随后

进入发酵环节。酒庄结合传统发酵池与不锈钢控温发酵罐，根据酒种特点采用低温冷浸渍、带皮控温浸渍或天然酵母自然发酵，让酒液在葡萄皮的浸润下慢慢释放香气，色泽与风味随时间愈加饱满。

发酵完成后，酒液进入陈酿与储藏阶段：不同酒种分别存放在长白山橡木桶、进口小橡木桶、不锈钢大罐或冷冻罐中，低温或常温陈酿，让口感更醇厚、香气更丰富。酒庄内还设有专门的蒸馏室，紫铜壶式蒸馏器闪着光泽，不锈钢分馏锅整齐排列，用于酿制葡萄烈酒和白兰地。最终，酒液通过无菌隔氧灌装环节，借助意大利和法国进口的全自动灌装线：配备杀菌、氮气隔氧、多级微孔膜过滤及超高温瞬时灭菌技术，确保每一瓶酒都保持最纯净的风味。

参观行程在品酒区慢慢放缓。轻啜一口冰酒，甘润清甜在舌尖缓缓化开，细腻而通透，微风中仿佛夹杂着青草与花香的气息，像是将春日的阳光与山川的精华，悄然浓缩进这一滴酒里。随后再抿一口晚收酒，果香愈发馥郁饱满，甜而不腻，余韵悠长，让人不自觉地想多停留片刻。

In 1946, travellers to Korea were stopped by Soviet Red Army guards at the bridge. Quick thinking saved the day: a few bottles of Tonghua wine brought smiles and passage, making wine their first passport abroad.

Since 1937, Tonghua Wine Co. has crafted wines from wild mountain grapes, blending Eastern flavour with international vision. Walking through the 10,340m² underground cellars, 772 century-old oak barrels release a rich, intoxicating aroma. Classics like Red Plum sit alongside award-winning Yashizun ice wine, each telling a story.

The meticulous winemaking process uses destemming, crushing, cold maceration, skin-contact fermentation, and natural yeast, followed by ageing in Changbai oak, imported barrels, or stainless-steel tanks. Wines are bottled via sterile, oxygen-free lines to preserve pure flavour.

The tour slows in the tasting area. A sip of ice wine unfolds on the tongue, sweet with hints of grass and flowers, as if spring sunlight and mountain essence were captured in a drop. Late-harvest wine follows, fruity and full-bodied, sweet but never cloying, with a lingering finish.



1 通葡地下大酒窖外观。The exterior of Tonghua Wine's Underground Cellar. 2 葡萄经过去梗、破碎和压榨处理。The grapes are destemmed, crushed, and pressed. 3 酒液进入陈酿与储藏阶段，分别存放在不同的橡木桶。The wine then enters the ageing and storage stage, kept in separate oak barrels. 4 “红梅”经典山葡萄酒是通葡股份的代表产品之一。"Hongmei" Classic Mountain Grape Wine is one of Tonghua Wine Co.'s flagship products. 以上图片均为通葡股份图

[i](#) 通化葡萄酒厂地下大酒窖 Tonghua Wine's Underground Cellar

📍 中国吉林省通化市东昌区前兴路 28 号

28 Qianxing Road, Dongchang District, Tonghua City, Jilin Province, China

🕒 9am-5pm (weekend closed)

⚠️ 门票可通过携程、飞猪、同程等平台查询，通常为景区整体套票，包含地下大酒窖与世界甜酒文化博览中心参观，以及品酒体验和讲解服务，价格从几十元到一百多元不等，建议提前预订。Tickets, available via Ctrip, Fliggy or Tongcheng, usually cover the underground cellar and World Sweet Wine Centre, including wine tasting and a guided tour. Prices range from around 50CNY to over 100CNY; advance booking is recommended.



在集安, 没有人不知道高句丽 *In Ji'an, Goguryeo is known to all*



春风拂面，沿鸭绿江缓缓而行，集安的山水间隐匿着一段跨越千年的文明。这里曾是高句丽古都，自公元3年迁都至此，425年的辉煌在青山绿水间留下深深印记。到2026年，高句丽王城及贵族墓葬入选《世界遗产名录》已整整22年，其中42处遗迹位于集安市。去年秋天，晋朝册封高句丽的唯一金印——“晋高句骊归义侯”金印回归。这枚金印不仅填补了集安博物馆的空白，也与4枚铜印形成完整证据链，呈现了西晋时期高句丽与中原的联系，同时成为了集安文旅的新亮点。

集安博物馆新馆呈8瓣莲花形，由著名建筑师齐康设计，直径54米，高21米，融合传统风水与高句丽喜莲、尚石建筑特色，宛如盛开的历史之花矗立市中心。馆内千余件高句丽文物静静陈列，辅以多媒体、雕塑和绘画等，全面展示了高句丽的起源与发展、建筑风格、生产生活、军事力量、文化艺术及宗教信仰。展览分为6大板块：“汉唐古国”“雄踞辽东”“山地民风”“金戈铁马”“丧

葬遗风”“好太王碑”，共17个单元。

向导站在一把新石器时代石刀前讲述：“这把‘刀’见证了‘刀耕火种’，也显示高句丽先民早期与中原文明紧密联系。”接着，他指向旁边的“五铢钱”，补充道：“高句丽七百余年间沿用中原货币，从未独立铸币，体现了对中原制度的认同。”在他的讲解下，文物们犹如“活”了起来。

从集安博物馆北行约10分钟，丸都山城的轮廓在群山间起伏，如同一条盘踞的巨龙。沿着蜿蜒山路而上，瞭望台和宫殿遗址依次呈现。城内莲花池仍保留着“鲤鱼退兵”的传奇：公元28年，高句丽人以池中鲤鱼与美酒巧智退汉军，智慧与勇气令人赞叹。山脚下，431座错落有致的墓葬宛如露天博物馆，既有传统积石墓，也有封土墓，展现高句丽不同时期、不同身份的葬俗文化。最为壮观的长寿王陵，被誉为“东方金字塔”，由1,100多块精琢花岗岩筑成，顶石重达50吨。不远处的好太王碑，

高 6.39 米的整块角砾凝灰岩碑身刻满 1,775 字，记录了高句丽开国始祖邹牟王的传奇与好太王开疆拓土的功绩。在碑旁，游客可以亲手拓印局部碑文，将历史带回现实，让文化体验触手可及。

Ji'an Museum's new building, designed by renowned architect Qi Kang, is shaped like an eight-petalled lotus, 54 metres across and 21 metres high. It blends traditional Chinese feng shui with Goguryeo architectural motifs, standing like a blooming historical flower in the city centre.

Inside, over a thousand Goguryeo artefacts are displayed with multimedia, sculptures and paintings, showcasing the kingdom's origins, architecture, daily life, military, culture, and religion. The exhibition has six sections—"Han and Tang States," "Dominating Liaodong," "Mountain Peoples," "War and Weaponry," "Funerary Customs," and "The Gwanggaeto Stele"—with key items including gold needles and threads, rings, earrings, gilded saddle bridges, stirrups, pottery jars, jade discs, figurative cart fittings, and inscribed bronze bells.

集安博物馆 Ji'an Museum

- 📍 中国吉林省通化市集安市建设街与锦江路交叉口东 100 米
100 metres east of the intersection of Jianshe Street and Jinjiang Road, Ji'an City, Tonghua, Jilin Province, China
- 🕒 8:30am-5pm (May-Oct) ; 8:30am-4pm (Sep-Apr)
(Mon closed)
- 💰 30CNY

1 集安博物馆外观。Ji'an Museum exterior. **2 5** 集安博物馆藏好太王碑拓片与高丽人的雕像。Gwanggaeto Stele and Goguryeo statues at Jian Museum. 图 1、2&5 均为 EditQ 摄 **3** 集安博物馆造型的冰淇淋。Ji'an Museum-shaped ice cream. 集安市高句丽文物景区图 **4** 长寿王陵是保存最完好的高句丽大型方坛阶梯石室墓。Tomb of the General, the most intact large Goguryeo stone chamber. Prcshaw 摄

高句丽王城文化遗址

Capital Cities and Tombs of the Ancient Koguryo Kingdom

遗址范围涵盖国内城、丸都山城，以及分布其间的王陵 14 座与贵族墓葬 26 座。主要景点包括集安博物馆（高句丽文物展示中心）、长寿王陵、好太王碑、禹山贵族墓地与丸都山城。

The site encompasses the Inner City and Mardu Mountain Fortress, together with 14 royal tombs and 26 noble graves scattered between them. Key highlights include Ji'an Museum (the Goguryeo Exhibition Centre), the Tomb of the General, the Gwanggaeto Stele, the Yushan Noble Tombs, and Wandu Mountain City.

🕒 8am-5pm (1/5-8/10); 8:30am-4pm (9/10-30/4)

💰 30CNY 单独 single site; 70CNY 联票 combined ticket





1 开往辽宁春天的列车。Train to Spring in Liaoning. 视觉中国图 2 果树花和山花相继开放，成了“网红打卡地”。Orchard and wild flowers bloom, a popular photo spot. 葫芦岛市绥中县祝家沟村图



生态花海
春色辽宁

辽宁

As spring awakens, Liaoning is blanketed in blossoms. Wander among flocks of birds, stroll by swan-filled waters, and run through flowered meadows. Let spring reveal the city's culture, and discover the beauty of Liaoning in full bloom.

Liaoning

Ecology & Blooming Sea



1



2

在春天,认识 辽宁

Discover Liaoning in spring

鸟浪 Bird Waves

当春风拂过辽宁大地,鸟浪在湿地上翻涌而来。辽河口、卧龙湖成了候鸟的乐园,丹顶鹤、白鹤、白头鹤等成群结队,在水天之间翻飞,或在芦苇荡间悠然觅食,在湖面轻轻驻足,水光倒映出它们矫健的身影。

As spring breezes sweep across Liaoning, flocks of birds surge over wetlands. Liaohekou and Wolong Lake are havens for red-crowned, white, and white-naped cranes, flying in formation, foraging among reeds, or pausing on the water, their reflections mirrored on the shimmering surface.



辽宁文旅记录人 摄



盘锦市委网图



摄图网图

花海 Seas of Flowers

辽阔平原上、湖畔、湿地、田野间,百花竞相绽放,一片片花海铺展开来,染绿了春风,也染亮了旅人的心情。每一处都散发着花朵的芬芳,蝴蝶飞舞、蜜蜂嗡鸣,与微风交织出动人的自然旋律,眼前的每一簇花,都在用生命讲述自己的故事。

Across plains, lakesides, and fields, flowers bloom in unison, forming seas of colour that brighten the air and travellers' hearts. Butterflies flutter, bees hum, and the breeze carries the scent of blossoms, each cluster telling its own story.

非遗 Intangible Cultural Heritage

辽宁非遗丰富多彩，涵盖戏曲、民俗、工艺与生活技艺。京剧、评剧、二人台及社火表演展现传统戏曲魅力；唢呐、民间舞蹈、朝鲜族舞蹈丰富民间艺术；辽锦、掐丝珐琅、刺绣、木雕、玉雕体现精湛工艺。

Liaoning's rich intangible heritage spans opera, folk customs, and crafts, from Peking opera and ethnic dances to Liaojin silk, embroidery, and jade carving.



微博图



摄图网图

山野 Mountains and Countryside

大黑山苍翠挺拔，峰峦叠嶂间林海如潮，春日里山间溪水潺潺，野花悄然绽放，清新的空气混合着泥土与林木的芬芳，让人心旷神怡。沿着蜿蜒山径徒步，或在林间探寻溪流与湿地，每一次转角，都能邂逅生机盎然的景象。

The Dahei Mountains rise in verdant splendour. In spring, streams babble and wildflowers bloom. Along winding trails, hikers can explore streams and wetlands, encountering vibrant life at every turn.

人文 Culture

春天的辽宁，不只有花开鸟鸣，更蕴藏着厚重而温润的人文气息。暖阳之下，沈阳故宫的红墙绿瓦熠熠生辉，盛放的玉兰为古老的宫殿添上一抹生机。走进博物馆，历史仿佛也随季节苏醒，敬典阁内的“清掐丝珐琅百花葫芦瓶”，将百花与春意一并凝聚。

Spring in Liaoning blends nature with rich heritage. Shenyang Imperial Palace glistens under the sun, magnolias bring life to ancient walls, and Guandong residences' carvings appear vivid. Traditional crafts, folk festivals, and Manchu customs enrich the journey.



摄图网图



春水初生，湿地生机

1

辽河口湿地

Liaohekou Wetland

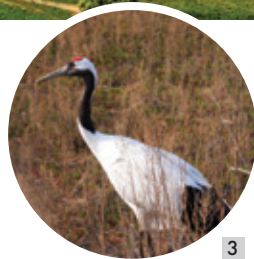
每年3月，随着冰雪消融，辽河口湿地逐渐苏醒，大批候鸟如约而至。这里是澳大利亚鸟类迁徙通道的重要停歇地，承载着跨越千山万水的生命旅程。丹顶鹤、黑嘴鸥、白脸琵鹭、东方白鹳等候鸟成群结队，在河滩与芦苇荡间觅食、栖息；绿头鸭在水面悠然浮游，凤头跃起身姿，跳起灵动的“求偶舞”。岸边，斑海豹慵懒地晒着春日暖阳。水天之间，飞羽翻动，“万鸟归巢”的壮观画面再度上演，此起彼伏的鸣叫声中，辽河口以最生动的方式，宣告春天的回归。

卧龙湖湿地

作为辽宁省最大的平原淡水湖泊，卧龙湖的生态画卷同样气势不凡。近年来，随着候鸟保护力度持续加大，成千上万只大雁或悠然踱步，或展翅高飞。每逢春秋迁徙



2



3

季，白鹤、丹顶鹤、白头鹤、白枕鹤、灰鹤、东方白鹳、大天鹅、苍鹭、鸿雁、凤头潜鸭等众多珍稀鸟类纷至沓来。多样且鲜活的生态物种，为卧龙湖染上了浓浓的自然春意。旅人至此，仿佛步入一座流动的“候鸟天堂”，在宁静与壮美交织的风景中，感受生命迁徙的恒久韵律。

若想真正走进卧龙湖的春日脉搏，乘船游湖无疑是最佳体验。湖上航线分为慢速游船与快艇两种，而更适合细细品味风景的，往往是节奏舒缓的游船。船只缓缓前行，清风迎面而来，湖水在船舷旁泛起细碎波光。远眺，水天一色，视野开阔；近看，鱼虾穿梭其间，候鸟不时掠过湖面，鸣声清亮。旅人的目光随岸边成片绿意游走，仿佛置身一幅徐徐展开的湖景画卷。这份被自然包围的静谧，让身心在不知不觉中松弛下来，旅途的疲惫与烦忧，也随湖风一并消散。

Every March, as the ice and snow melt, the Liaohekou Wetlands awaken, welcoming large flocks of migratory birds. This key stop along the Australasian flyway marks an extraordinary journey across mountains and rivers. Red-crowned cranes, black-headed gulls, pied avocets, and Oriental storks forage and rest among mudflats and reeds, while mallards glide serenely on the water. Crested birds leap gracefully, performing their lively courtship dances. On the shore, spotted seals bask lazily in the spring sun. Amid the shimmering waters, the spectacle of "birds returning home" unfolds, and the chorus of calls heralds the full arrival of spring.

Wolong Lake Wetland

As Liaoning's largest freshwater plain lake, Wolong Lake presents a spectacular ecological scene. In recent years, with strengthened protection for migratory birds, thousands of geese stroll leisurely or soar across the skies. During spring and autumn migrations, rare species such as white cranes, red-crowned cranes, white-naped cranes, hooded cranes, grey cranes, Oriental storks, swans, herons, wild geese, and crested pochards arrive in great numbers. This rich diversity brings the lake to life with the vibrancy of spring. Visitors feel as if stepping into a living "migratory bird paradise", immersed in the serene and majestic rhythm of nature's great journey.

1 漫步卧龙湖湿地，感受自然生态的静谧之美。Wolong Lake Wetland. 高队 摄 2 辽河口海豹享受着春日暖阳。Seal at the Liaohe Estuary. 3 丹顶鹤在湿地栖息。Red-crowned crane at the Liaohe Estuary. 图 2&3 均为野境东北图。4 群鸟腾空而起，卧龙湖壮观鸟浪令人震撼。Birds in flight at Wolong Lake. 摄影家边缘图 5 在卧龙湖捕捉候鸟身影。Birdwatching at Wolong Lake. 王赓尧 摄 6 卧龙湖乘船。Boating at Wolong Lake. 真我 摄



4



5



6



1



2



3

红村天鹅湾景区 Hongcun Swan Bay Scenic Area

◎ 中国辽宁省朝阳市北票市南八家子乡
Nanbajiazi Township, Beipiao City, Chaoyang,
Liaoning Province, China

⌚ 3月中旬至4月为最佳观赏期 The best viewing
period is from mid-March to April.

💰 Free

1 北票天鹅湾人潮涌动，共赏越冬天鹅
归来的壮观景象。Crowds at Swan Bay,
Beipiao. 朝阳 摄 2 天鹅振翅起舞，展
现冬日湿地的灵动之美。Swans taking
flight. 朝阳 摄 3 天鹅群栖息北票水域，
构成宁静而壮观的生态画面。Flock of
swans at Beipiao. Shining 摄

春之舞：北票天鹅节 *Beipiao Swan Festival*

以“天鹅之城”扬名的北票市，是辽宁春天的点睛之地。当百花争艳盛放，也是时候与天鹅共赴一场春天盛会。波光粼粼的水面，天鹅时而嬉戏追逐，时而展翅高飞，时而悠然游曳，一片生机盎然，绘就一幅与大自然和谐共生的美丽画卷。天鹅的舞蹈姿态优雅，被称为“天鹅之舞”，是当地摄影和生态旅游的亮点。然而，它们不仅带来美景，更提醒人们珍视自然生态的脆弱与宝贵。

越冬天鹅湾

天鹅作为中国二级重点保护物种，主要栖息于开阔且水生植物繁茂的浅水水域。每年2月中下旬，当春意初动，它们便离开繁殖地一路向南。随着生态环境的改善，北票市红村的天鹅湾景区逐渐成为越冬天鹅的“老家”，吸引大量天鹅踮跹而来。栖息于此的天鹅大致有4种：大天鹅、小天鹅、疣鼻天鹅与黑天鹅。大天鹅占多数，而前额长有黑色瘤疣的疣鼻天鹅最为罕见。它的喙端黑斑仅分布在嘴基处，宛如一副墨镜稳稳架在鼻梁上。这类天鹅性情警觉、视力敏锐，却鲜少鸣叫，因此被人称作“无声天鹅”。

这里不仅是候鸟的天堂，更是亲子与文化体验的空间。景区内的天鹅展馆与化石展馆全天免费开放。化石展馆巧妙融合卡通形象与声光电效果，让孩子们在趣味探索中领略自然奥秘。儿童民俗体验区则保留了磨豆子、搓玉米等传统农事活动，让小孩在观赏天鹅同时，也能感受田园生活的乐趣。园中的蒙古风情更添生动体验，如骑骆驼、策马奔腾、射箭或乘坐观光羊车，就像穿越草原的时光。每逢周末与节日，热闹的天鹅大集汇聚乡间风味：芥菜干、白菜干、地瓜干、梨干等手作农产品琳琅满目，

石磨豆浆、烤地瓜香气四溢，以及天鹅主题文创饰品。整个景区将生态观赏、亲子互动、民俗体验与地方特色文化完美结合，让游客在与天鹅近距离接触的同时，享受丰富多彩的游玩体验。

Renowned as the "City of Swans", Beipiao is a highlight of Liaoning's spring. When flowers are in full bloom, it is the perfect time to join the swans in a seasonal celebration. On the shimmering waters, swans play, chase, soar, and glide gracefully, painting a vibrant scene of harmony with nature. Their elegant dances, mirrored in splashing water, create a picture of serene beauty. Step onto this verdant land, feel the warmth of spring, and experience the unique ecological charm of Beipiao.

Swans, a Class II protected species in China, mainly inhabit shallow waters rich in aquatic vegetation. Each year, in late February, as spring begins to stir, they leave their breeding grounds and migrate south. With improving ecological conditions, Beipiao's Hongcun Swan Bay has gradually become a wintering "home" for many swans. Four main species can be found here: mute swans, whooper swans, tundra swans, and black swans. The whooper swan, identifiable by the black knob on its forehead, is particularly rare. Its black-tipped beak resembles a pair of sunglasses perched elegantly on its nose. Alert and keen-sighted, these swans rarely call, earning them the nickname "silent swans".

春日限定：大黑山杜鹃花海

The Azalea Sea of Dahei Mountain

站在海拔 663 米的大连大黑山之巅，观赏云海与杜鹃花海交织而成的壮丽画卷，感叹大自然赋予的视觉盛宴。这里位于大连市的东北方向，距大连市区中心约 25 公里拥有海拔最高、面积最大的高山杜鹃花海，逾 10 万株高山杜鹃沿着山脊与山腰次第盛放，紫红花朵缀满山坡，远看如云霞翻腾、近观则花影灼灼。每年 4 月至 5 月，整座大黑山被杜鹃点缀，山势因此更显雄浑而柔美。

花海之外，大黑山的人文底蕴同样深厚。关门寨、石鼓寺、唐王宫道院、朝阳寺、响水观、观音阁等历史景点散落其间。景区还特别策划了杜鹃非遗雅集，不定期邀请辽南刘氏面塑、金州泥塑、大黑山剪纸等多位非遗传承人走进山林，在自然花海中展示传统技艺，共同传承非遗文化。

At 663 metres, Dahei Mountain offers breathtaking views where clouds meet vibrant azalea blooms. Home to the highest and largest alpine azalea fields, over 100,000 shrubs blossom along ridges and slopes, their crimson-purple flowers like rolling clouds from afar, dazzling up close. From April to May, the mountain transforms into a grand floral tapestry.

Beyond its flowers, Dahei Mountain in Dalian is rich in culture. Historical sites such as Shigu Temple, Tangwang Palace Daoist Temple, and Guanyin Pavilion dot the landscape. Special azalea-themed events invite artisans to showcase regional crafts—dough modelling, clay sculpture, and paper-cutting—amid the flowering slopes, celebrating intangible cultural heritage.



1



2

大连大黑山 Dalian Dahei Mountain

📍 中国辽宁省大连市金州区凤祥路与杏林西街交叉口北 1000 米

1,000 metres north of the intersection of Fengxiang Road and Xinglin West Street, Jinzhou District, Dalian, Liaoning Province, China

🕒 4 月中旬至 5 月中旬为最佳观赏期 The best viewing period is from mid-April to mid-May.

💰 20CNY/person



“一山观两海，云中赏杜鹃”

1 大黑山杜鹃花海迎来盛放季，游客沿步道排队赏花，共赴春日花海之约。阿桃 摄 2 盛放的杜鹃花。Blooming azaleas. 迎夏 摄

最佳赏花路线

Top Flower-Viewing Itinerary

路线一：山林深度徒步路线 Forest Hiking Route

关门寨 Guanmen Village → 石鼓寺 Shigu Temple → 点将台 Dianjiang Platform → 杜鹃花观景亭 Azalea Viewing Pavilion → 杜鹃花观景台 Azalea Viewing Terrace

适合体力好，喜欢亲近大自然的旅人。沿途可欣赏仙人台、麻将石、十八盘等景点。

Recommended for travellers with good fitness who enjoy immersing themselves in nature. Along the route, you can admire sights such as Xianrentai, Mahjong Rock, and Shibapan (Eighteen Bends).

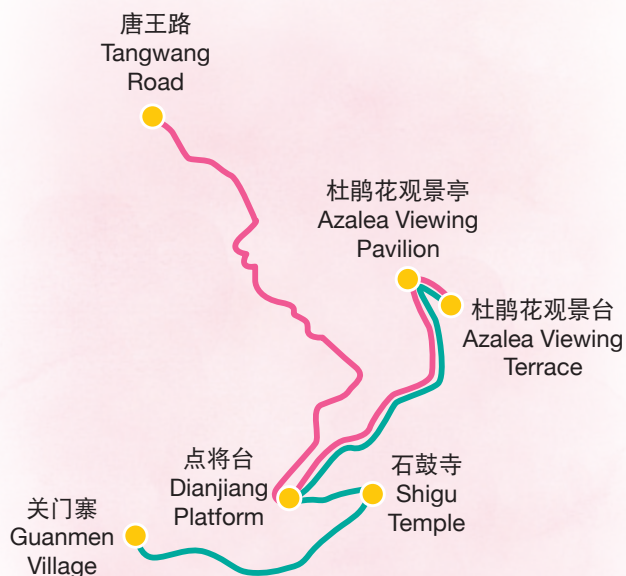
路线二：轻松观景线 Leisurely Viewing Trail

唐王路 Tangwang Road → 点将台 Dianjiang Platform → 杜鹃花观景亭 Azalea Viewing Pavilion → 杜鹃花观景台 Azalea Viewing Terrace

适合携带长者、小孩或希望节省体力的游人，可乘坐摆渡车，且沿线视野开阔，同时俯瞰金州、开发区及大连市区。

Ideal for visitors with elders, children, or those wishing to conserve energy. A shuttle service is available, and the route offers wide-open views, overlooking Jinzhou, the Development Zone, and central Dalian.

大黑山赏花 路线图
Map of Dahei Mountain Flower-Viewing



春意映红墙：沈阳故宫 *Shenyang Imperial Palace*



1

有别于自然春光，沈阳故宫的春色在红墙绿瓦间增添了几分古韵。九间殿前，玉兰如素衣仙子，在春风中轻盈起舞。洁白的花苞映衬着红墙，雅致而宁静，不与百花争艳，却自有一份高雅韵味。沿着回廊漫步，粉色与白色的桃花在院中竞相盛开，仿佛春姑娘用画笔轻轻点染。后花园的杜鹃花烂漫绽放，通往西路的角门旁，丁香花含苞待放；4月下旬，文溯阁的海棠与樱花盛开，后花园的绣球花也相继绽放；至4月末至5月初，仰熙斋的牡丹花终于绽放，为古老的宫殿增添了浓浓的浪漫色彩。

沈阳故宫不仅以春景迷人，这里的历史文化底蕴同样深厚。成立于1926年的沈阳故宫博物院，馆藏文物10万余件，具有极高的历史与艺术价值。其中，清代宫廷珍宝尤为引人注目，涵盖书画、玉器、瓷器、漆器及宫廷生活用具等门类，生动呈现清初宫廷的礼制规范与审美风尚。作为清太祖努尔哈赤和清太宗皇太极的宫殿遗存，这里完整保留了清初皇权政治与满族文化交融的历史印记。漫步殿宇之间，飞檐斗拱、雕梁画栋静静诉说着王朝兴起的往昔。



2

Unlike natural spring landscapes, Shenyang Imperial Palace adds ancient elegance with its red walls and green tiles. In front of Jiu Jian Hall, magnolias sway lightly in the breeze, their white blooms contrasting gracefully with the crimson walls.

Along the corridors, pink and white peach blossoms colour the courtyards, while azaleas flourish in the rear garden and lilacs near the western gate prepare to bloom. By late April, crabapples and cherry blossoms reach their peak at Wensu Pavilion, followed by hydrangeas and peonies at Yangxi Studio, adding a romantic touch to the palace and filling the air with delicate fragrance.

Beyond the blooms, the palace's artefacts reflect spring's charm. Inside Jingtian Pavilion, the "Qing Cloisonné Gourd Vase with Hundred Flowers" depicts peonies, magnolias, crabapples, lotuses, carnations, and morning glories, condensing the splendour of spring into a single exquisite piece.

 沈阳故宫 Shenyang Imperial Palace
📍 中国辽宁省沈阳市沈河区沈阳路 171 号
171 Shenyang Road, Shenhe District,
Shenyang, Liaoning Province, China
🕒 8.30am-5pm (Mon closed)
💰 50CNY/person



 1 大政殿外檐柱。Outer columns of Dazheng Hall. 沈阳故宫博物馆官网图  2 沈阳故宫航拍。Aerial view of Shenyang Imperial Palace. 视觉中国图

清掐丝珐琅百花葫芦瓶 Hundred-Flower Gourd Vase



除了自然花卉的盛放，沈阳故宫的文物仿佛也被春日的气息感染。在敬典阁内，清代掐丝珐琅工艺的“百花葫芦瓶”上，牡丹、玉兰、海棠、荷花、石竹、牵牛花竞相绽放，色彩斑斓，如将整个春天的芳华浓缩于精致器物之中。

这件葫芦瓶体态宏伟，高近一米，曲线柔美，寓意吉祥。口沿与底座鎏金，刻有整齐回纹，低调中透着华丽；瓶身满饰百花，枝叶繁茂、层次分明；瓶腰束以蝴蝶结形绶带，点缀暗红云纹，光影流转间尽显富贵雅致。全器采用乾隆时期的掐丝珐琅工艺：在铜胎上勾勒纹样，用细铜丝焊制图案，再填入彩色珐琅，经过多次烧制和精细打磨，最后镀金。繁复工序下，每一朵花、每一条丝线都被赋予生命，呈现出精湛而柔美的艺术之美。

The Qing Dynasty "Hundred-Flower Gourd Vase" captures spring in bloom with peonies, lotuses, and more. Nearly one metre tall with gilded rim and butterfly sash, it showcases Qianlong-period cloisonné craftsmanship—fine copper wire, coloured enamel, and gilding combine in elegant detail.

建议行程 Suggested Itinerary

黑龙江 Heilongjiang

Day 1: 哈尔滨启程 Departure from Harbin

哈尔滨站 Harbin Railway Station → 乘搭伊春号列车 Board the Yichun Express → 金山屯站 Jinshantun Station → 九峰山养心谷风景区 Jiufengshan Yangxin Valley Scenic Area

Day 2: 林都伊春 Forest City Yichun

金山鹿苑 Jinshan Deer Park → 伊春号发车 Return to board the Yichun Express → 伊春站 Yichun Station → 林都木雕园 Lindu Woodcarving Garden → 汤旺河站 Tangwanghe Station

Day 3: 中俄边境 China-Russia Border

伊春号出发 Depart on the Yichun Express → 黑河站 Heihe Station → 黑龙江公园 Heilongjiang Park → 大黑河岛购物 Shop at Dahehe Island → 返程哈尔滨 Return to Harbin

吉林 Jilin

Day 1: 聚龙火山温泉 Julong Hot Spring

入住长白山温泉皇冠假日酒店 Crowne Plaza Resort Changbaishan Hot Spring → 聚龙火山石林景区 Julong Volcanic Stone Forest Scenic Area → 聚龙火山温泉 Julong Hot Spring

Day 2: 品尝通化葡萄酒 Tonghua Grape Wine

通化葡萄酒厂地下大酒窖 Tonghua Wine's Underground Cellar → 世界甜酒文化博览中心 World Sweet Wine Centre

Day 3: 沉浸式高句丽文化 Goguryeo culture

高句丽王城文化遗址 Capital Cities and Tombs of the Ancient Goguryeo Kingdom

辽宁 Liaoning

Day 1: 沈阳故宫 Shenyang Imperial Palace

游览故宫 Shenyang Imperial Palace → 品尝沈阳特色（老边饺子、马家烧麦等） Sample Shenyang specialties such as Lao Bian Dumplings and Ma's Shaomai → 中原 / 太原街自由活动 Leisure time at Zhongyuan/Taiyuan Street

Day 2: 康平卧龙湖湿地 Kangping Wolong Lake Wetland

卧龙湖湿地 Wolong Lake Wetland → 康平县午餐（农家菜） Lunch in Kangping County (local farmhouse cuisine) → 湖畔日落拍摄 Sunset photography by the lake

Day 3: 北票天鹅湾 Beipiao Swan Bay

红村天鹅湾景区 Hongcun Swan Bay Scenic Area → 北票市区午餐 Lunch in Beipiao city → 拍摄天鹅归巢 Photography of swans returning to their nests

Day 4: 大连大黑山 Dalian Dahei Mountain

徒步大黑山 Hike Dahei Mountain → 前往大连市区晚餐 Dinner in Dalian city

Day 5: 盘锦辽河口湿地 Panjin Liaohe Estuary Wetland

湿地 Wetland → 返程 Return

Travel Tips

航空 Travel by air

新加坡 / 吉隆坡 → 黑龙江 ■ 无直飞航班，可乘搭中国南方航空（China Southern Airlines）、深圳航空（Shenzhen Airlines）等转机前往哈尔滨，飞行时间（不含转机）约 8-10 小时。

Singapore/Kuala Lumpur → Heilongjiang ■ No direct flights. Connecting services are available with China Southern Airlines, Shenzhen Airlines and others. Flight time (excluding transit) is approximately 8–10 hours.

新加坡 / 吉隆坡 → 吉林 ■ 无直飞航班，可乘搭中国南方航空、酷航等，飞行时间（不含转机）约 10 小时 35 分钟。

Singapore/Kuala Lumpur → Jilin ■ No direct flights. Connecting services are available with China Southern Airlines, Scoot and others. Flight time (excluding transit) is approximately 10 hours and 35 minutes.

新加坡 → 辽宁（沈阳）■ 可选择乘搭酷航直航航班，飞行时间约 6 小时。

Singapore → Liaoning (Shenyang) ■ Direct flights are available with Scoot. Flight time is approximately 6 hours.

吉隆坡 → 辽宁（沈阳）■ 无直飞航班，可乘搭中国东方航空、深圳航空等经转机前往，飞行时间（不含转机）约为 8 至 12 小时。

Kuala Lumpur → Liaoning (Shenyang) ■ No direct flights. Connecting services are available with China Eastern Airlines, Shenzhen Airlines and others. Flight time (excluding transit) is approximately 8–12 hours.

气候 Climate

黑龙江：3 月仍寒冷，4 月开始回暖，5 月可感到春意明显。风较大，昼夜温差大。河流解冻，森林和草地渐绿，北部仍有积雪。气温平均 0℃～15℃。

Heilongjiang: Still cold in March, warming in April, spring noticeable by May. Strong winds, large day–night temperature difference. 0–15℃.

吉林：偶有降雨。山野开始返青，花卉陆续开放。气温平均 2℃～18℃。

Jilin: Occasional rain. Countryside turns green, flowers bloom. 2–18℃.

辽宁：南北温差明显，沿海地区最早进入温暖阶段。气温平均 5℃～20℃。

Liaoning: North–south temperature difference noticeable, coastal areas warm first. 5–20℃.

货币 Currency

人民币（CNY）

10CNY=1.85SGD=5.82MYR (02.02.2026)

签证 Visa

新加坡和马来西亚护照持有者可免签入境中国 30 天。

Holders of Singaporean and Malaysian passports may enter China visa-free for up to 30 days. ①



A Journey Through Chungcheongnam-do 忠清南道纪行

忠清南道，韩国腹地的一颗璀璨明珠，融合了丰富的历史遗产与自然风光。山川河谷、寺庙，或是热闹的地方节庆，每一处都散发独特魅力。在这里，你不仅可以探索千年故事，感受自然馈赠的美景，也能体验地道的人文风情，让旅程充满惊喜与回味。

夜幕下的忠清南道公州，百济大桥横跨蜿蜒锦江，灯火点亮城市，也勾勒出群山起伏的静谧轮廓。视觉中国图



1

走进 百济古都公州



2

1 公州公山城石砌城墙与城门。忠清南道官网图 2 每个星期六于公山城举行的熊津守门将交接仪式。公州官网图 3 武宁王墓所在地。Wikipedia图 4 5 公州韩屋村是为迎接世界大百济典而开馆的。4&5 均为 VisitKorea 图。

第一次走进公州 (Gongju-si)，是从一只“熊”开始的。“熊津”和“熊川”——是百济时期 (公元 475 年至 660 年间) 对这片土地的称呼，也是一切故事的起点。循着这一段至今仍在锦江河畔流传的古老传说，于是，我们从河边开始这趟旅程，从故事走进城市。

旧时，往来于锦江的船只在这里靠岸歇脚，使渡口逐渐兴盛。而比航运更让人记住这片河岸的，是关于一位“熊女”的传说。据说，锦江对岸的燕尾山下，曾住着一个熊女。因爱上了一名樵夫，却奈何身份与现实的阻隔，始终无法真正被接纳。短暂的相守并未改变结局，最终留下的，是一段关于背离与等待的悲伤故事。如今，熊女是否仍在守望那段未完的情感？我们不得而知。

登高回望百济

沿着步道向上，便来到了公山城。这里便是王宫所在地。公元 5 世纪，百济王朝将都城迁至熊津，公城成为政治与军事的核心。城墙依山而建，有 2.6 公里之长。登上城墙远眺，锦江蜿蜒流过城下，新旧城市景观交织在视野之中。

每逢天气转暖，公城也会变得格外热闹。每年 4 月至 10 月 (7、8 月除外) 春秋季的周六，锦西楼前会上演熊津守门将的交接仪式。身着百济服饰的守门将列队而出，伴随着传统仪式与射箭表演，仿佛让人短暂回到百济时代。游客还能在现场体验穿着古装，动手制作王冠或面具，让历史不再只是观看，而是真正参与其中。



3



4



5

从公城离开，我们前往武宁王陵所在的宋山里古坟群。这里安葬着百济第 25 代君主武宁王及王后，也是朝鲜三国时代（公元 4 世纪至 7 世纪，高句丽、百济、新罗三国并立）少数能够明确墓主身份的王陵。陵墓并不张扬，低缓的土丘散落在绿地之间，更像是一座静静沉睡的历史公园。在陵区内漫步，很难不被那份肃穆打动。

在韩屋村感受传统

在公州停留一晚，可以选择在公州韩屋村歇脚。推开木门，传统火炕的温度从脚底缓缓传来，让人立刻感受到老式韩屋独有的安心感。韩屋村的房型多为独立建筑，房内保留传统外观，却配备现代化的门锁与卫浴设施，既有古代朝鲜氛围，也不失舒适与安全。夜晚在庭院中散步，四周安静，只剩风声与虫鸣。

韩屋村也提供多样的文化体验，如穿上百济服饰，学习简单的茶道礼仪，或动手制作以公州板栗为灵感的传统茶点，这些体验仿佛暂时住进了王朝时代的光年里。隔天一早，与这座古老的城市作别后，继续踏上旅程——下一站，是群山环绕的鸡龙，在那里，自然将成为主角。

公山城

◎ 280 Ungjin-ro, Ungjin-dong, Gongju-si, Chungcheongnam-do, South Korea

🚌 可以选择从首尔龙山站搭乘高速列车到公州站，或是从首尔中央客运站搭乘大巴到公州综合汽车客运站，车行约 1 小时 30 分钟。

武宁王陵

◎ 35 Wangneung-ro, Gongju-si, Chungcheongnam-do, South Korea

🕒 9am-5pm（每天）

④ 成人 1,500KRW；青少年 1,000KRW；儿童（7 岁以下）700KRW

公州韩屋村

◎ 11 Ungjin-dong, Gongju-si, Chungcheongnam-do, South Korea

④ 5,000-10,000KRW/ 晚

△ 可以到携程或客路等第三方平台预订

欲查询更多，请扫描



走进群山之间 鸡龙

从公州出发去鸡龙（Gyeryong）可以选择乘搭巴士，车行约 30 分钟，巴士逐渐驶入群山深处，鸡龙山在眼前展开。我们选择从甲寺作为进入鸡龙山的起点。这座创建于百济久尔辛王元年（420 年）的古刹，有着近 1,700 年的历史，是华严宗的重要寺院之一，也是一处能让人慢下脚步的好地方。

从停车场步行至甲寺，要穿过一段不足 2 公里的林间小道。赤松、枫树与银杏在两侧延伸，树影交错，脚步不自觉放轻。走进寺域，铜钟阁、大雄殿、禅堂与附属小殿依山势而建，分布在各个山脚与谷地之间，让人感受到一种与自然共生的秩序。

继续往山里走，连接甲寺的龙门瀑布、水晶峰、天真宝塔、君子台等名胜风景尤为动人，尤其是南边溪

谷中，有着“甲寺九曲”之称的 9 段景色亦是堪称绝伦。岩壁上刻着从一谷到九谷的名称，清溪在石间流淌，古树从峭壁间生长而出，山谷的层次与时间的痕迹交织在一起。这里不仅是登山徒步的一部分，更像是一条让人感受鸡龙山“仙气”气息的修行之路。

鸡龙山山神祭

鸡龙山因主峰天皇峰与周围山峰连成的山脊线形似鸡冠而得名。站在山间远望，连绵起伏的山势与锦江流域的地形相互映衬，既雄伟又不失灵秀。自古以来，这里被视为韩国重要的风水名山之一，也因此孕育了深厚的山岳信仰。

若在春季到访，每年的 4 月份恰逢鸡龙山山神祭，



2



3



4



5

能看见这份信仰如何在当代被延续。每年农历三月前后举行的山神祭，源自百济时期的山岳崇拜，后来逐渐发展为融合儒家、佛家与巫俗的综合性庆典。祭仪主要是在鸡龙山阳化里新元寺一带举行，任何人都可免费到访参与活动，感受韩国最古老的文化庆典之一。

祭典期间，传统祭祀仪式、民俗表演与无形文化展示轮番上演，既庄重又充满生活气息。对旅人而言，这不仅是一场节庆活动，更是理解鸡龙山精神内涵的入口——人与山之间，并非征服与被征服，而是一种世代相传的敬畏与共存。

在离开鸡龙山时，山势依旧静默伫立。甲寺的钟声、山谷的流水，以及祭典中人们虔诚的神情，都让这趟旅程多了一层厚度。鸡龙山不只是一个目的地，更是一座仍在呼吸的信仰之山。

甲寺

567-3 Gapsa-ro, Gyeryong-myeon, Chungcheongnam-do, South Korea

日出至日落

门票免费，停车费另算

欲查询更多，请扫描



1 韩国忠清南道锦山郡鸡龙山全景。视觉中国图 2 拥有 150 多年树龄的古树挺立在幽静山谷里的甲寺庵堂。忠清南道官网图 3 4 5 鸡龙山山神祭祀典礼现场。图 3 至 5 均为 VisitKorea 图



走进乡间情怀 论山

离开鸡龙山后向东南行进，乘坐火车（KORAIL）是最便捷的选择，不到 30 分钟便可抵达论山市（Nonsan-si）。这座位于朝鲜半岛“丹田”位置的城市，自史前时代起就有人类居住，三韩中的马韩部落（公元前 2 世纪末至公元 4 世纪）与百济文化皆在此落脚。古代战役曾在此演绎，论山在历史的长河里既承载了时代的硝烟，也见证了土地的复苏与延续。如今，这里除了古迹和山水，更以丰富的乡村文化、影视场景与农业庆典而闻名。

穿越百年，与古人同住

论山的第一站，也是落脚之地——明斋古宅。走进这座朝鲜肃宗时期文人尹拯的百年故宅，这里没有高耸的大门，只有一片宽阔的长方形池塘，中央的小岛上屹立着一棵百年紫薇树，与庭院屋宇相依，景致纯粹、雅致而安静。

古宅的整体结构朝向村落敞开，背倚鲁城山脊，屋檐下的木质梁柱与石砌阶道。韩屋共有三处舍廊房，以及院落角落的草房、别苑和配备现代设施的超然堂入住明斋古宅期间，并不只是用来休息，更是一处文化体

验空间。旅人们可以参与传统茶道，在低矮的木桌前学习如何温杯、注水、静坐，动作缓慢而克制；染色课程中，用植物染料反复浸染布料，完成一件属于自己的纪念品；又或是伴着韩国国乐的旋律，一边品茶，一边聆听传统乐器的节奏。这里的体验更像是一场私人定制的慢节奏之旅，也让你在一次次细微的动作中，真正体会古宅所承载的生活方式。

漫步在时代影像里

论山有一处独特的，类似中国横店的场景呈现：这里原是热门韩剧《Mr. Sunshine》的拍摄基地阳光工作室（Sunshine Studio），如今对公众开放，让影迷与旅人都能在影像与现实之间来回穿梭。

漫步在复原的街道、老式建筑与剧组搭建的场景之间，你仿佛真的走进了上世纪初的朝鲜半岛城镇。这里不只是静态布景，还可以换上时代服饰，在旧时街巷中拍照留念。即便不是剧迷，也会被这种影视场景的立体感所吸引——在现实中体验与回味剧中角色曾在此穿行的风景，是很特别的旅行感受。



3



4



5

1 拥有百年历史的论山明斋古宅。2 古宅外摆满了大陶缸，主要用途是储存和发酵泡菜、大酱、辣椒酱和酱油等。视觉中国图 3 明斋古宅大厢房内部。图 1&3 均为 VisitKorea 图 4 阳光工作室曾经用于电影拍摄的场地布景。5 论山草莓节庆典活动。图 4&5 均为阳光工作室官网图



VisitKorea 图

论山草莓节

每年 3 月份，草莓的香甜气息笼罩论山市。这是来论山不能错过的活动——草莓节。论山以其纯净香甜的草莓而闻名，栽培已有近百年的历史。庆典期间有集市、文化表演与互动体验等活动，不似首尔市中的大型活动那样拥挤，却有一种自然风味与地方热情，让人既满足味蕾，也感受到当地民风的淳朴。

i 论山明斋古宅

④ 50 Noseongsanseong-gil, Noseong-myeon, Nonsan-si, Chungcheongnam-do, South Korea

⑤ 150,000KRW 起 / 晚

△ 可以到携程或客路等第三方平台预订。

欲查询更多，请扫描



i 阳光工作室

④ 90 Bonghwang-ro, Yeonmu-eup, Nonsan-si, Chungcheongnam-do, South Korea

⑤ 10am-6pm

⑤ 10,000KRW (主乐园) ; 15,000KRW (VR 体验) ; 2,000KRW (室内射击)

△ 可以通过 Traveloka 或 KKday 等平台购买包含包车和门票的一日游套餐。

阳光工作室官网



食在忠清南道

在忠清南道，你会发现这里的饮食习惯更像是一种日常生活的方式。这里的料理更多是顺着土地与季节的节奏展开，什么时候吃什么、什么食材适合用什么做法，早已成为生活的一部分。而正是在反复咀嚼中慢慢显露出的层次，让人从餐桌上读懂这片土地一贯的从容与节制。

01

Gomanaru 1999

位于公州公山城，是品尝地道韩式料理的好去处。铁锅饭以公州米现煮，米粒晶莹饱满，搭配白切肉、直火调味烤猪肩肉与烤明太鱼干，风味朴实却耐吃。佐以智异山产的新鲜生菜，展现忠清南道讲究原味与健康的饮食特色。

☎ 5-8 Baengmigoelgil,
Gongju-si, Chungcheongnamdo,
South Korea

🕒 11am-9pm



03

Gimjaeseong 豆腐村

主打手工豆腐料理，选用韩国大豆，遵循传统工法制作，豆腐口感柔软清淡。搭配陈放三年的熟成酸辛奇，豆香与发酵风味层次分明。无论是豆腐套餐、豆腐菜包肉，或豆腐火锅，都展现忠清南道质朴而细腻的饮食哲学。

☎ 595 Buchang-dong, Nonsan-si,
Chungcheongnam-do,
South Korea

🕒 10am-9pm (星期一至六)



02

连山奶奶血肠

血肠是韩国常见的传统小吃，以猪肠灌入猪血、糯米与蔬菜制成。连山奶奶血肠传承四代，坚持手工制作，招牌血肠汤饭以大骨慢熬，汤色清白却滋味浓厚。血肠仅用纯猪血与葱花，口感扎实，是最具地方特色的暖胃料理。

☎ 357 Yeonsan-ri, Yeonsanmyeon,
Nonsan-si, Chungcheongnam-do,
South Korea

🕒 8:30am-7:30pm

韩国忠清南道示意图



Travel Tips

航空

新加坡 / 吉隆坡→忠清南道 ■ 无直飞航班，可乘搭大韩航空（Korean Air）、新航（Singapore Airlines）、亚航（AirAsia）等抵达首尔转而前往，飞行时间约 6 小时 50 分钟。

交通

从首尔搭乘 KTX 高速列车或高速大巴前往忠清南道，前者约 1 小时 30 分钟；后者需时 2 小时。

货币

韩元 (KRW)
1,000KRW=0.87SGD=2.74MYR
(20.1.2026)

签证

新加坡和马来西亚护照持有者可免签入境韩国 90 天，但需事先申请 K-ETA。①



忠清南道旅游网





开罗，一座被时间反复书写的城市。尼罗河从城市中央缓缓流过，见证法老王朝的兴衰、伊斯兰文明的崛起，也映照当代城市的喧嚣与脉动。金字塔、清真寺与车流、人声并肩存在，这里不是停留在过去的文明标本，而是一座仍在延续的历史之城。



埃及开罗汗·哈利里市场的日常，人潮喧闹而鲜活。Alex 摄





1

胡夫金字塔入口



上方的入口为马蒙于公元 820 年召集工人挖掘的盗墓通道，目前已封闭；现今游客参观则需由下方后来开辟的洞口进入。



行走在历史古城

初到开罗，最先感受到的并不是某一座具体的地标，而是一种难以言喻的“时间厚度”。这是一座没有明显边界的城市——古老与当下彼此叠合，宏大的文明遗迹与日常生活并行不悖。对旅人而言，开罗的景点更像是是一条条通往历史深处的入口，用不惧艰险的精神与步伐一步步深入探索神秘的塔下墓穴，窥探古埃及鬼斧神工般的伟大奇迹。

奇迹之地吉萨



在开罗城西缘——吉萨（Giza），金字塔群与狮身人面像静静矗立了 4,500 多年，是几乎所有人对埃

❶ 彰显出时间厚度的开罗老城。Martijn 摄 ❷ 狮身人面像与胡夫金字塔。Francisco 摄 ❸ 从近到远，分别是 3 座小金字塔、孟卡拉和卡夫拉金字塔。Ricardo 摄



及的最初想象，然而，唯有真正站在它们面前，才能理解那份超越时代的震撼。巨石所构成的并非单纯的陵墓，更是一整套关于权力、信仰与宇宙秩序的象征系统。

胡夫金字塔（The Pyramid of Khufu）是吉萨最大的金字塔，这座由巨石建造而成的巨大三角锥，高达146.5米、边缘长约230米。直到巴黎埃菲尔铁塔建成前，它曾是世界上最高的建筑体。它的尺度让人产生一种本能的沉默感，也让人禁不住去思考一个问题：四千多年前的人类，为何愿意倾尽一生，只为建造一座通往永恒的陵墓？

卡夫拉金字塔（The Pyramid of Khafre）在视觉上则显得更加完整。它略高的地势让顶端仿佛仍保留着当年的高度，与不远处的狮身人面像形成最具象征性的画面。这里不只是墓葬群，更是一套精心设计的权力景观，法老的形象通过建筑被永久地投射到大地之上。

深入胡夫金字塔

除了在塔外骑骆驼和拍拍照，也可以选择购票进入胡夫金字塔内，亲自揭开古老文明的神秘面纱。然而，想走进这不可思议的“权力体系”中，考验的是你的耐力、体力和勇气。内部的通道狭窄且倾斜、干燥又闷热，通往主要的法老墓室以及王后墓室。也许许多人会期待

看见埃及木乃伊和金光闪闪的宝藏，然而事实上，金字塔内的所有物件早已被搬空。但深入塔内是一种体验，而非观赏。抵达墓室时你会看到巨大的花岗岩石棺，让人仿佛穿越千年时空，与之相见，这才是金字塔的魅力所在。

走出金字塔，再次面对刺眼的阳光与辽阔的沙漠，现代世界重新回到眼前。城市就在不远处继续忙碌，而这些巨石依旧沉默地守望着地平线。吉萨金字塔并不试图讲述故事，它们只是存在本身，就足以让人重新思考人与时间的关系，使人意识到，文明并未中断，而是在同一片土地上不断更迭。

吉萨金字塔群 Giza Necropolis

📍 Al Haram, Giza Governorate 3512201, Egypt

🚗 建议搭乘 Uber 或 Careem 出租车

🕒 7am-5pm

🎫 票价详情可以扫描查询



目的地

埃及 开罗





伊斯兰老城

若说吉萨象征着永恒，那么伊斯兰老城则呈现出开罗最真实的脉动。清真寺的宣礼声在街巷间回荡，拱门、圆顶与宣礼塔构成天际线，也定义了城市的节奏。穆罕默德·阿里清真寺高踞城堡之上，以其恢宏的奥斯曼风格俯瞰着整座城市的变迁。不远处的汗·哈利里市场则展现了开罗最鲜活的一面，香料、金器、讨价还价与车流的声响交织成日常的风光。

这一座城市，无法被单一景点定义。开罗真正吸引人的地方，在于它如何让不同时代共存于同一空间之中。行走其间，旅人并非只是历史的旁观者，而是站在一座仍然生长的文明里，寻找属于自己的位置。

信仰塑造的圣地

穆罕默德·阿里清真寺位于萨拉赫丁城堡之内，是开罗最具辨识度的宗教建筑之一。它并非中世纪遗迹，而是建于 1830 年，其主人是近代史上著名的伊斯兰君

主——穆罕默德·阿里。这位被视为“现代埃及奠基者”的统治者，借由这座清真寺，将权力、信仰与政治象征凝聚在同一座建筑之中。

清真寺灰白色石材覆盖的巨大圆顶与成对宣礼塔，使它在外观上成为埃及独有的清真寺建筑风格。步入内部，宽阔的空间以对称结构展开，中央吊灯垂落，光线自高处洒下，大理石地面也映射出了对称面，营造出肃穆而不压迫的氛围，既秩序又彰显威严。站在清真寺外的平台上，整个开罗尽收眼底。这种俯瞰并非偶然，而是刻意的城市设计——宗教在此不只是信仰场所，更是一种统治视角的延伸。简略一提，城堡本身由萨拉赫丁为抵御十字军而建，使这里同时成为军事、防御与精神权威的象征高地。

街道围绕清真寺延伸，商铺、住宅与之相连，城市的布局本身就反映了信仰的优先顺序。行走其间，很容易理解为何开罗被称为“千塔之城”——这些塔尖并不追求视觉奇观，而是长期守护着城市的精神重心。

- i 穆罕默德·阿里清真寺 Mosque of Muhammad Ali
- 📍 Salah al-Din, al-Ayyubi, Saladin, Cairo Governorate 4252360, Egypt
- 🕒 9am-5pm (最后入场 4pm)
- 💰 300EGP (萨拉赫丁城堡门票)
- ⚠️ 需要注意宗教场所着装 (遮盖肩部与膝盖)

1 清真寺中间一个大圆拱顶，四周的小穹顶作为扶垛支撑着它，对角线上有两座细长的光塔，肃静且庄严。2 清真寺西侧正中的盥洗室，是供穆斯林礼拜时做小净用的。Fady 摄 3 殿堂内悬挂许多玻璃球灯，金光线影交织成神秘且辉煌的气势。Frames 摄



仍在运转的中世纪

从穆罕默德·阿里清真寺驱车约 15 分钟就来到了从中世纪至今仍在运转的古老市场——汗·哈利里市场（Khan el-Khalili）。这里是理解开罗日常脉搏的最佳点，更可以说是埃及之旅无法绕开的一站。这个始建于 14 世纪的市集，至今仍保持着中世纪商业网络的基本形态。狭窄的巷道、密集的铺面与不规则的布局，并非为观光而设，而是顺应贸易与人流自然生长的结果。

走进这里，仿佛走入《一千零一夜》中的阿拉伯故事：彩色玻璃投下斑斓光影、拱形门廊透着历史的温度、古老石墙上有难以辨认的古阿拉伯文。市集里多家店铺已传承数代，有的家族甚至在这里经营了超过 200 年。市集中的摊贩类型极为丰富，可以称得上是“只有你不知道，没有你想不到”。



Thales 摄



令人着迷的铜灯店

在汗·哈利里市场里的某个拱门下，藏着一座“光之王国”。各式各样的彩色阿拉伯花纹灯具层层叠叠，从头顶垂落到脚边。临近夜晚，商贩便会点亮每一盏灯，几百盏灯在昏暗中同时亮着，宛如星海倾泻，散发着神秘的光辉，把古老的石墙映得金黄斑驳。走在光影交错的细巷，宛如走进天方夜谭中的场景，古老、绚烂、充满埃及的神秘与故事。

Aficionado 摄



百年市场休憩地

作为开罗最具传奇色彩的老咖啡馆之一，费沙维咖啡馆（El Fishawy Cafe）已有 200 多年历史。人们坐在镶着铜镜、略显陈旧的木椅上，品味浓郁的阿拉伯咖啡或传统阿拉伯茶（Shai），聆听着周围人的故事。不时飘来的水烟更是融入了市井的一部分，无论是当地居民还是远方旅人，在费沙维都能感受到开罗最真实的脉动与魅力。



i 汗·哈利里市场 Khan el-Khalili
 ④ El-Gamaleya, El Gamaliya, Cairo
 Governorate 4331302, Egypt
 ⌚ 9:30am-12pm (因商铺而异)

i 费沙维咖啡馆 El-Fishawy Café
 ④ 27X6+5XQ, Haret Khan Al Khalili,
 El-Gamaleya, El Gamaliya, Cairo
 Governorate 4331302, Egypt
 ⌚ 12:30pm-1am

1 汗·哈利里市场是感受复古阿拉伯风情的必到之处。Orworkshop 摄

Laporte 摄



阿拉伯商品宝库

这里处处藏着惊喜，汇聚着中东工艺的灵魂：精致的银器与金饰，皮革制品、服饰、香料、电器等等。你还能找到埃及棉围巾、小型金字塔、纸莎草画与木雕猫神像，以及散发温暖触感的中东香水。有趣的是，市集里不少物品虽然贴着“Made in China”，却是专为埃及设计、在原产地反而买不到的款式，也让汗·哈利里增添一种独特而微妙的魅力。

A photograph 摄



在埃及，你会看到这样一幕：人们用头顶搬运物品。这其实源自古老的生活传统与实用需求——开罗的街巷狭窄、路面不平，使用手推车并不方便。将物品顶在头上，可以让重量均匀分布在身体中轴，比手提更省力，也能搬运更重的物品。

Omar 摄



在埃及的街巷中能看到一种向外凸出的木制窗饰——马什拉比耶窗 (Mashrabiya)。精致的木格栅与细密的孔洞，使其在遮阳与通风的同时，也巧妙地保护了室内隐私，使外界难以窥见室内。这种设计，正体现了伊斯兰宗教中对“哈拉姆” (Haram) 空间与私密性的重视。



文明的新容器



开罗的新地标——大埃及博物馆（The Grand Egyptian Museum），不仅是一座博物馆，更像是为古埃及文明量身打造的时间容器。它坐落在吉萨高原附近，遥望金字塔群，仿佛在现代与古代之间架起一座桥梁。走进这里，你不只是看文物，而是被邀请去理解整个文明的脉动，从法老王朝的荣耀到现代考古学的严谨，每一件展品都在讲述历史如何被书写和延续。

博物馆收藏了将近 10 万件珍贵文物，这里的每一寸空

间，都体现了对时间的尊重。高大的展厅、通透的自然光线、简洁而庄重的动线设计，让游客在行走中自然而然地感受到文明的重量。博物馆不是堆积古物的仓库，而是一部立体的史书，让人看见几千年的尼罗河文明。

图坦卡蒙与法老的时代

博物馆的镇馆之宝无疑是图坦卡蒙的遗物，数量高达5,000多件。其随葬品从珠宝首饰到战车，每一件都身价不菲，其中属黄金面具的“分量”最重，仿佛能让人透过它们窥见古埃及人的审美与信仰。

然而，大埃及博物馆不仅仅停留在展示这些稀世文物，它还通过互动和多媒体技术，让游客理解法老王朝的政治结构、宗教仪式及日常生活。例如博物馆中就设立了一个“混合现实体验”（Mixed-Reality Experience）展厅，戴上虚拟现实眼镜站在展厅中，穿越到几千年前聆听尼罗河畔的喧嚣，感受古埃及人对于生死到重生的理念、见证与理解金字塔那令人惊叹的建造过程，一次沉浸式的体验能让历史再一次地鲜活起来。

让文明呼吸

这座“代表了埃及第4座金字塔”的博物馆本身就是一件艺术品，而这耗资超11亿美元的艺术品出自华裔设计师彭士佛（Shih-Fu Peng）之手。博物馆的外墙采用现代简洁的雪花石膏与玻璃，线条延伸出宏大的视觉效果，与不远处的金字塔相互辉映、和谐共存。而内部展厅的空间规划则注重光影与历史节奏感，墙上雕刻的古埃及象形字更显历史的厚重感。高挑的穹顶与落地玻璃指向胡夫金字塔，眺望时会使人产生敬畏之感、也使人慢慢沉浸在历史的叙事中。

大埃及博物馆不仅为历史留下了安全的存放空间，也让现代人得以重新认识埃及。每一件文物、每一段故事都在提醒我们：文明从未消失，它只是换了一种方式，继续在今天被讲述和理解。



3



4

- 1** 大埃及博物馆 The Grand Egyptian Museum
📍 Cairo - Alexandria Desert Rd, Kafr Nassar, Al Haram, Giza Governorate 3513204, Egypt
🕒 8:30am-10pm (星期三 & 六)
8:30am-7pm (其它天)
💰 1,450EGP 成人; 730EGP 儿童

查询更多和预约



1 大埃及博物馆的建筑外观。**2** 大楼梯作为通向12个展厅的一个过渡展区，摆放了近乎60多件文物。图1&2均由Kenneth摄 **3** 从大埃及博物馆顶层的大落地窗眺望吉萨金字塔群。Wikipedia图 **4** 图坦卡门的黄金面具。Patty摄

好吃的埃!

Adam 摄



烤饼 Eish /
皮塔饼 Pitta



埃及作为“麦之国”，面包成为了日常主食。烤饼外脆里软，可搭配豆泥、烤肉或沙拉。圆形烤饼轻薄灵活，是夹馅、蘸酱或做早餐的完美选择，几乎每顿都少不了它。



Yoad 摄



沙威玛
Shawarma



沙威玛在阿拉伯语意为“转动”，将腌制肉片烤至金黄，卷入薄饼中，配上新鲜蔬菜和塔希尼酱。是埃及街头经典美食，香气扑鼻，方便携带，是开罗最受欢迎的快餐之一。

Wikipedia 图



鸽子塞饭
Hamam Mahshi



埃及特色佳肴，顾名思义就是把米饭塞入乳鸽里与香料混合烤制。外皮焦脆、肉质鲜嫩、香气浓郁，既是家庭聚餐必备，也是节庆或招待贵客的传统美味。

Michael 摄



巴克拉瓦
Baklava



香甜酥脆的传统点心，层层酥皮中夹碎坚果，再淋上蜂蜜或糖浆。每一口都甜得唇齿流蜜，入口酥脆，是埃及和中东地区必备的甜品。

Burak 摄



炸鹰嘴豆
Falafel



街头最常见的素食小吃，将鹰嘴豆捣碎调味炸制而成。外酥内嫩，搭配蔬菜和酱汁，风味丰富，是早餐、午餐甚至宵夜的绝佳选择。

开罗示意图



Travel Tips

航空

新加坡 / 吉隆坡→开罗 ■ 新加坡和吉隆坡均无直飞开罗的航班，可以选择卡塔尔航空或阿联酋航空于多哈或迪拜转机。飞行时间（不计转机）约 12 小时 10 分至 14 小时 20 分。

交通

开罗的各个景点之间主要以乘坐 Uber 或 Careem 出租车为主要交通工具。

气候

埃及属于热带沙漠气候，全年干燥少雨，夏季炎热漫长，冬季温和凉爽但昼夜温差大，3-4 月可能有沙尘暴（坎辛风）。最佳旅游时间通常在春秋两季，3-5 月以及 10-11 月，天气较为舒适。

货币

埃及镑（EGP）

10EGP=0.27SGD=0.84MYR (02.02.2026)

签证

新加坡和马来西亚护照持有者均需申请埃及旅游签证，逗留期限为 30 天。①



1

1 棉兰清真寺。Ikhsan 摄 2 沙摩西岛。Fahrul 摄

印尼棉兰

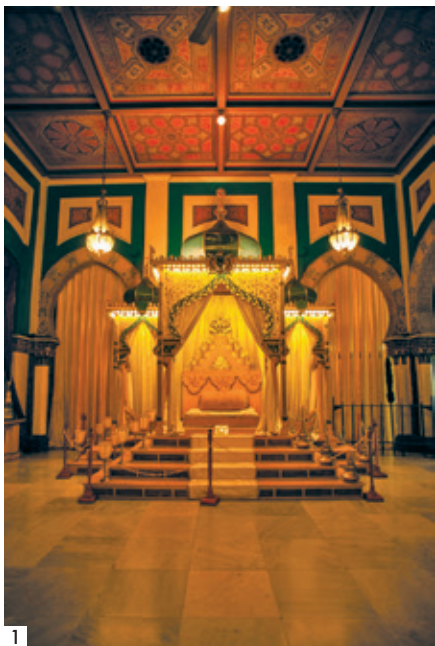
文化熔炉 自然宝地

Medan, Indonesia

位于苏门答腊的棉兰，是一座多元文化交汇、保有原生态气息的魅力之城。市区中巍然耸立的美满苏丹宫，以及承载华族历史的张耀轩故居，皆诉说着这座城市深厚的文化底蕴。得天独厚的自然馈赠，更为棉兰增添无穷魅力——群山环绕、火山耸立，瀑布飞泻、湖泊静谧，壮丽景观一览无遗。



2



1

美满苏丹宫

📍 Jl. Brigjend. Katamso no. 1, Medan,
Sumatra Utara, Indonesia

🕒 8am-5pm

💰 10,000IDR-15,000IDR



文化宝藏



刚踏上棉兰这片土地，还未上山下岛前，想先了解这座城市文化，让旅程除了自然风光，也留下深刻的人文记忆。这座以金黄色为基调的美满苏丹宫（Istana Maimun）是棉兰保存最好、最豪气的皇宫。由昔日德利王朝的苏丹马穆恩下令兴建，并于 1888 年竣工。在高耸的棕榈树与郁郁葱葱的椰树环绕下，整座建筑更显得金碧辉煌、气势非凡。

正门前的广场设有一座用于祭祀的圆形台座。步入皇宫内部，高高的穹顶以红、黄、白、黑四种颜色绘满精致纹样。大厅中央悬挂着一盏巨型吊灯，灯下的装饰相互映衬，流光溢彩，充分展现出皇室的尊贵气派。皇宫的设计风格融合了马来传统、莫卧儿（Mogul）及意大利等元素，展现出 19 世纪东南亚王权建筑兼容并蓄的特色。宫殿内的装饰也带有中国风特色，如门上的雕刻以及金光闪耀的皇位等。

此外，会议厅沿线也展示着大量王室遗物，如荷兰殖民时期赠送的古董家具、各式武器等，处处可见历史痕迹。建筑细节上亦能发现明显的荷兰与西班牙风格，例如门窗比例、拱门设计，以及大理石台阶前以荷兰文刻写的铭文，见证了殖民时期与本土王权交织的历史古迹。

2





3

印尼首富之家：张耀轩故居

矗立在棉兰市最中心地段的豪宅，正是被誉为“棉兰王”的华裔富商——张耀轩的故居（Tjong A Fie Mansion）。其豪宅面积达 8,000 平方米，设有 35 间房间，在当地属于规模宏大，布局宽阔、房间多、庭院大的私人府邸。尽管建筑已有超过百年历史，但整体保存完好，约百分之七十的区域仍保持原貌，家具陈设也几乎未作任何改动，仿佛将不同时代的人相聚在同一空间。

此外，建筑的内部设计更融合了中式、南洋式和娘惹式风格：中式风格体现在整体布局和雕梁画栋的家具上；西式风格则体现在地板花砖、天花板、吊灯及部分家具；而楼板、楼梯等细节则采用马来及娘惹风格。三大文化在此交织，使张耀轩故居成为一座独具特色的文化熔炉，既气派恢弘，又典雅精致。

作为南洋一带著名的企业家，张耀轩在苏门答腊一带从事种植业、开辟油棕园、糖厂、银行及铁路。因他与棉兰日里王朝的苏丹及荷兰殖民统治者维持良好的合作关系，也被誉为棉兰市的“华裔大尉”。由于对其叔叔张弼士豪宅的兴建风格情有独钟，因此他在自宅采取了同样的设计理念。若参观过位于檳城的张弼士故居，就会觉得两者风格相近，都展现了浓厚的南洋特色。



4



5

张耀轩故居

📍 J105 Jl. Jend. A. Yani, Medan
20111, North Sumatera, Indonesia
🕒 9am-5pm
💰 35,000IDR



1 皇宫主殿。Ahmad 摄 2 美满苏丹宫。Istana Kerajaan 图 3 故居内部装潢。4 故居家具摆设。图 3&4 均由 Edwin 摄 5 张耀轩故居。Riana 摄

自然奇观

位于卡罗县、海拔约 2,212 米的西巴雅克山（Gunung Sibayak）是登山爱好者的热门胜地。这里不仅可以欣赏壮丽的日出，活火山口不时喷出的地热蒸汽，也为山峰增添了一份神秘气息。想看日出，就得“摸黑”开始登山。

沿着蜿蜒的登山小路前行，踏在松松的火山土上，脚下却是滚滚的岩浆。空气中偶尔夹杂着硫磺气味，让人兴奋又警觉。山路两旁，茂密的热带植物簇拥而生，藤蔓缠绕，仿佛为登山者铺设一条通向未知的绿色隧道。偶尔抬头，远处的村庄在晨雾中若隐若现，犹如仙境。

随着海拔逐渐升高，山路也变得陡峭。一边呼吸着清新的山风，胸腔瞬间被新鲜空气填满。沿途的风景让人目不暇接：偶尔可以看到小溪从山间缓缓流下，映照出早晨的金色阳光；偶尔火山岩裸露，灰黑色的地表与周围翠绿的植物形成鲜明对比。

接近登顶时，一股热蒸汽从岩缝中冒出，伴随浓烈的硫磺气味，让这片景观显得神秘而奇特。放慢脚步，俯瞰脚下云雾缭绕的山谷，如同进入了人间仙境。远处，多巴湖的湖面在晨光中闪烁着银蓝色的光芒，犹如一颗镶嵌在火山环抱中的宝石。变幻的云海缓缓流动，湖面与山峦交相辉映，日出的光芒洒在火山岩上，形成美丽的光影。

据说，登山客千万不可往硫磺喷气孔里扔石头，因为这将产生蝴蝶效应。由于此火山与不远处的锡纳朋火山（Gunung Sinabung）紧密相连，一颗小石子可能将引发火山喷发！



1



2



3

印尼最高瀑布：斯皮索皮索瀑布

誉有“彩虹瀑布”之称的斯皮索皮索瀑布（Air Tejun Sipiso-piso）是印尼高约 120 米的瀑布，四周环绕着青翠的群山，水流从陡峭的悬崖上奔腾而下，景象壮丽震撼。其名称“Sipiso-piso”源自巴塔克语中的“piso”，意为“刀”，用以形容瀑布水势凌厉似刃，倾泻而下，力量十足。这里也是欣赏多巴湖全景的绝佳观景点，从远处俯瞰湖光山色，让人沉浸于大自然的壮阔之美。

瀑布下方的水潭清澈见底，当水花溅起时，水雾扑面而来。沿着瀑布两侧的小径漫步，能听到鸟鸣与水声交织成的自然乐章。每当阳光穿透雾气，彩虹便横跨在瀑布之上，绚烂而短暂，却令人久久难忘。无论是静坐观赏，还是近距离感受水流的冲击力，斯皮索皮索瀑布都让人心旷神怡，仿佛与大自然融为一体。



4

图 1 从西巴雅克山顶峰眺望远处的锡纳朋火山。Berastagi Adventure 图 2 登上西巴雅克山之路。northaboard 图 3 瀑布水雾营造的仙境景观。mawardiyunus 摄 图 4 瀑布周围是郁郁葱葱的绿色山坡，从远处观望，瀑布像一条白缎带，从大自然的怀抱中垂坠下来。Ivan 摄



多巴湖探秘

距离棉兰市约 4 小时车程的多巴湖（Danau Toba）是东南亚最大的火山湖，湖水深达 505 米。因其独特的地质历史、丰厚的文化底蕴与壮丽的自然景观，多巴湖被誉为群岛心脏的一颗璀璨宝石。

从清晨第一缕阳光反射在湖面，到傍晚火烧云映红天际，多巴湖的日出日落绝对是必看的自然奇观。若想俯瞰湖光山色，多莫村（Desa Tomok）无疑是最佳观景点：站在村中远眺，群山环抱的湖泊尽收眼底，湖面明净如镜，倒映着周围的山峦，让人投奔大自然的怀抱里。

身处这片辽阔而深邃的湖畔，难免让人错觉自己正面向一片淡蓝色的海洋。此刻，心灵在这

片纯净的自然宝地得到治愈，视野也浑然开阔。湖面的纯净与宁静，也让人不由自主地将思绪定格在这一刻，感受大自然的鬼斧神工。

水面下的神话

这片湖的“美”你可能见过，但它“神秘”的面纱你是否揭开过？当地流传的“多巴湖传说”，讲述北苏门答腊住着一位善良的农夫，他钓到一条美丽的金鱼，金鱼实为被诅咒的公主，只有善良男子的触碰才能解咒。农夫触碰后解除了诅咒，与公主结为夫妻，并育有一子。后来，儿子不小心泄露了母亲的身份，违背了诺言，引发天地变化，山洪暴发，淹没了整座瑞希山，形成了今天的多巴湖，而湖中央仅存的山峰便成了沙摩西岛。

沙摩西岛之谜

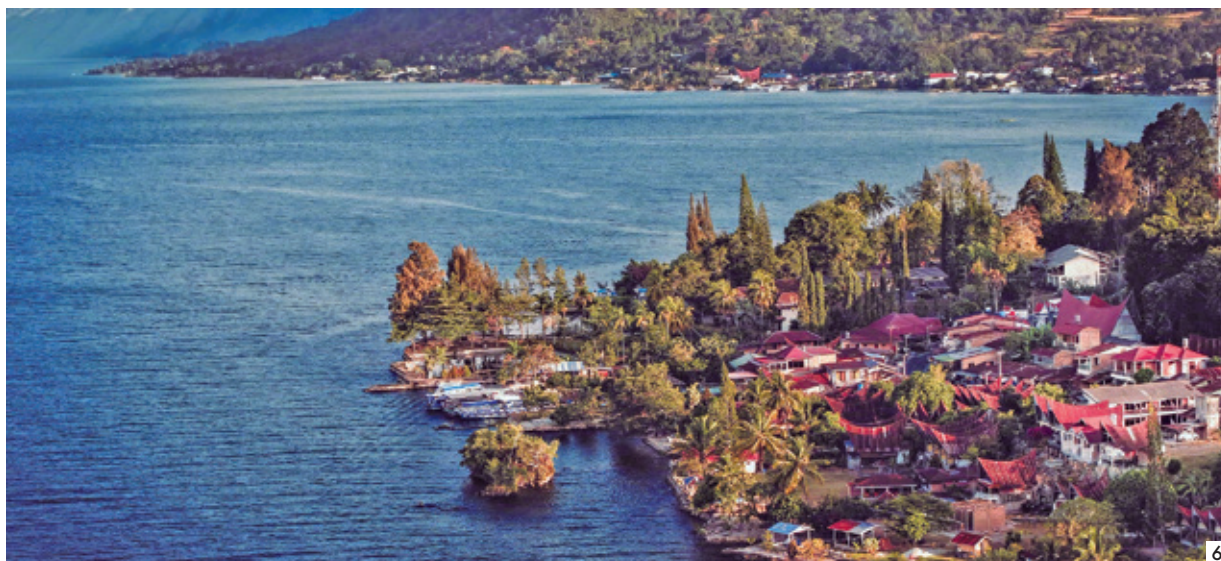
来到多巴湖，一定要登上位于湖中央的沙摩西岛（Pulau Samosir），目睹因火山喷发的碎屑形成的世上少有“湖中岛”现象。这里也是巴塔克族的文化中心，保留了许多传统巴塔克房屋（rumah adat）、古老墓地和雕刻。岛中最著名的三个村有：多莫村（Desa Tomok）、安巴里达村（Desa Ambarita）、西曼林多村（Desa Simanindo）。

在多莫村，有一座希达布塔国王的棺木（Makam Raja Sidabutar），墓地建在高台之上。墓碑上也雕刻着他的肖像，同时也刻有贴身卫士，以及一名名为“Anteng Melila Senega”的女子。据说，国王对她情深意重，此后多年始终未再迎娶他人。王墓周围还装饰着“singa”雕像，这是一种传说中的神兽，头顶长有3根奇异的角，双眼外凸，造型神秘而震撼。

另一组具有300年历史的神秘石椅（Batu Kursi Raja Siallagan）矗立在安巴里达村。这里曾是村落进行议事与审判罪犯的场所。犯人会被押解至此拘禁并接受裁决，而隔壁院落中的另一组巨石，则是执行刑罚之地。依据罪行轻重，罪犯可被判处斩首或凌迟。



1 多巴湖日出。Ahmad 摄 2 在多巴湖进行立式桨板和皮划艇活动。CHADS 摄 3 小小渔舟漂浮在多巴湖上，映衬出湖光山色的宁静。Thomas 摄 4 神秘石椅曾是古代王族、族长、神职者、贵族共商大事、裁定纠纷，甚至判定罪责，每一个座位都象征着权威与责任。Taihiong 摄 5 巴塔克族文化表演。egonwegh 摄 6 沙摩西岛全景。Eric 摄





棉兰风味

丰富的香料、浓郁的椰奶、辛辣口味，唤醒棉兰人的味蕾。

reveries 摄



巴东饭 (Nasi Padang)

棉兰极具代表性的米饭套餐，搭配咖喱鸡、椰香牛肉等丰盛配菜。再加上香料、咖喱、椰奶、辣椒，不仅香气四溢，口感层次也非常丰富。“Hidang”上菜方式更是巴东饭的特色。食客无需点菜，服务员就会将 12 至 14 碟菜肴一字排开，色香俱全。若学着当地人用手吃，更添地道风味！

subagus 摄



特色汤 (Soto Medan)

以浓郁椰浆为基底，口感香滑、味道鲜美。与其他地区的 Soto 不同，棉兰特色汤加入香茅、黄姜、香菜籽等香料，散发独特芳香。汤中通常有鸡肉或牛肉、土豆和水煮蛋，口感丰富。搭配热腾腾的米饭，再加一点辣椒酱，风味更加浓郁可口。

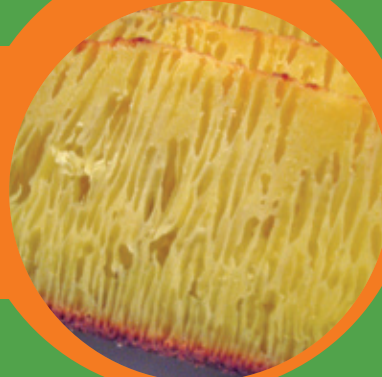
Rendy 摄



亚齐面 (Mie Aceh)

亚齐面使用粗黄小麦面条，可炒或浸泡在咖喱般浓郁的汤汁中，汤底融入大量蒜、红葱头、辣椒、姜黄、芫荽、孜然和咖喱粉，香气扑鼻，辛香浓郁，每一口都能尽情感受亚齐风情。这道美食主要有 3 种吃法，即干炒版本，略带汤汁或汤面版本。

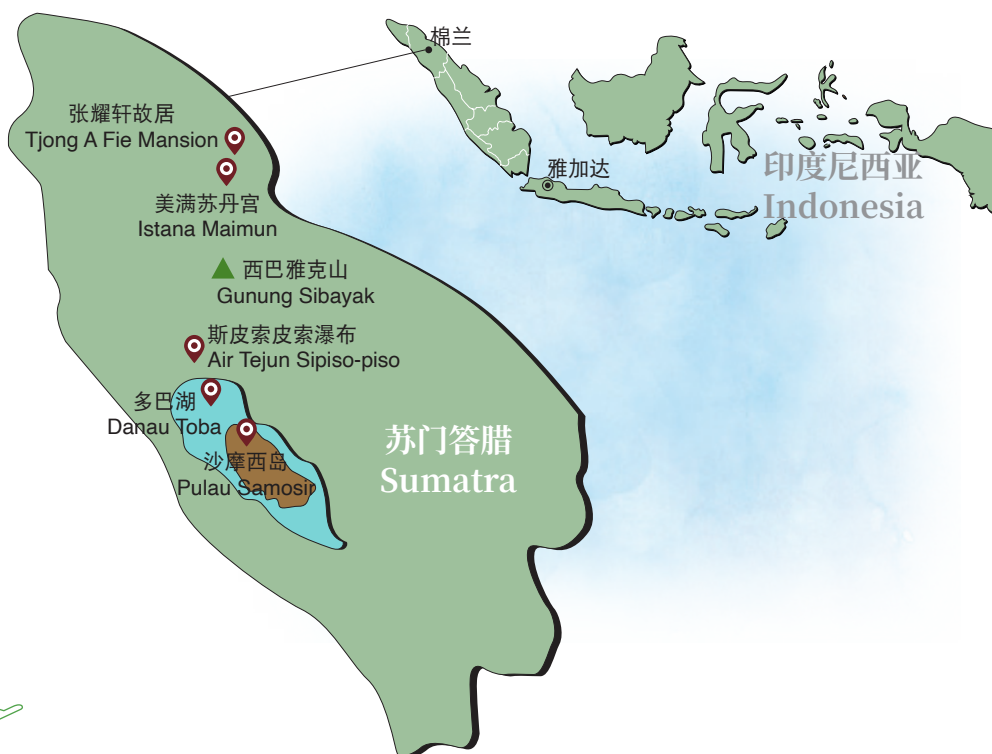
katte 摄



黄金糕 (Bika Ambon)

棉兰最有名的蜂窝蛋糕，呈现出诱人的淡黄色，表面布满蜂窝状的小孔。咬下去柔软有嚼劲，口感香甜，非常适合作伴手礼。如今，黄金糕不仅在棉兰出售，也能在印尼各大城市买到。它常见于糕点店、传统市场，甚至网店都有出售。

棉兰 示意图



Travel Tips

航空

新加坡→印尼棉兰 ■ 新加坡航空 (Singapore Airlines) 和峇迪航空 (Batik Air) 有直飞棉兰，飞行时间约 1 小时 25 分至 1 小时 35 分。

吉隆坡→印尼棉兰 ■ 印尼亚洲航空 (Indonesia AirAsia)、马来西亚航空 (Malaysia Airlines) 和巴迪航空 (Batik Air) 有直飞棉兰，飞行时间约 1 小时至 1 小时 10 分。

交通

抵达棉兰国际机场后，可乘搭机场快线 (Kualanamu Airport Rail Link) 到棉兰市中心 (Medan Station)，车程约 30 至 40 分钟。当地也可乘搭出租车 (Blue Bird) 或网约车 (Grab/Gojek)，车程约 45 至 60 分钟。

西巴雅克山

搭乘小巴或公共交通到 Berastagi 镇，再从镇上步行或包摩托车前往登山口。

斯皮索皮索瀑布

先搭乘巴士或小巴到 Tongging 村，再步行至瀑布底部或观景台。

多巴湖

可在棉兰市中心搭乘开往 Parapat 码头的巴士。

沙摩西岛

从 Parapat 码头乘渡船进入岛上，船程约 30 至 45 分钟。

气候

棉兰属于热带雨林气候，全年温暖湿润，平均气温约在 27°C 至 32°C 之间。全年雨季明显，特别是 10 月至次年 3 月是主要降雨期，最佳畅游时间是 5 月至 9 月的旱季，天气相当清爽，但仍可能下雨。

货币

印尼盾 (IDR)

10,000IDR=0.76SGD=2.35MYR (02.02.2026)

签证

新加坡和马来西亚护照持有者均可免签入境 30 天。①

探索

乌节路， 从种植园到都会大道①

Orchard Road, Beyond the Shopfronts



乌节路作为国际知名的购物天堂，已不需多加介绍。随着郊区商场遍布全岛，逛街购物未必要跑到乌节路来，但乌节路在新加坡有不可替代的地位。换个角度作为一个旅游景点来探索，带着观光客的眼光重新发现乌节路，逛起来依然有无穷乐趣。



ION 乌节商场不仅是购物中心，也体现都市生活方式与文化交流。内部经常举办艺术展览、时尚活动和文化展示。Erwin Soo 摄

新加坡的城市发展始于新加坡河一带，早期的乌节路不是市区。1820–30 年代，乌节路只是郊区的泥土小道，两旁是起伏的丘陵与肥沃土地，遍布胡椒、香料与肉豆蔻种植园。

“Orchard Road”之名，正源自这些种植园。

许多人从 Orchard 联想到热带果园，其实当年的主要经济作物是肉豆蔻。随着全球肉豆蔻价格崩跌与植物病害肆虐，种植园在 1850 年代逐渐凋零，土地才被重新划为住宅用途。

乌节路中段一带，曾分布着犹太人和华人的坟地。附近的翡翠山成为种植园主聚居之地，环境清幽。商业活动最初从靠近市区的多美歌一端逐渐延伸。1905 年，新加坡最早的超级市场冷藏公司（Cold Storage）在乌节路开设第一家店铺。1958 年，诗家董百货公司在现址开业，成为当时最醒目的商业地标。到了 1970 年代，酒店、购物中心和现代交通系统陆续进驻，逐步奠定乌节路作为城市核心商业带的地位。

购物街上读历史

国家文物局规划的乌节路历史走道，从多美歌到东陵，发布时共列出 71 个历史景点。短短一条乌节路，竟隐藏如此密集的历史记忆？细看名单才发现，不少地点本身早已成为历史：义安城前身是潮州坟场、威士马广场原址曾是印尼大使馆、太平洋广场所在之处曾是 Tropicana 夜总会。对照今昔名称，仿佛翻阅城市的前世今生，走在同一条路上，却置身不同时代。

名单中也有许多仍在营业的熟悉建筑，如幸运商业中心（Lucky Plaza）、远东购物中心（Far East Shopping Centre）。对我来说只是带点年代感的老商场，没想到已经达到“历史”的地位。所以，文物局网站上列出的站点只有 28 个，而设有讲解标牌的共有 10 处看点，可以逐个走访打卡。未设牌子的看点，没有特别指出的话，路过也未必知道已经走进历史当中。



Orchard



1



2

乌节路历史之旅，就从乌节路地铁站开始。地铁站出来，先打卡肉豆蔻。ION 乌节商场如今的位置，1830 年代就是一大片的种植园。商场面向乌节路的公共活动空间，本地艺术家 Kumari Nahappan 的青铜雕塑“肉豆蔻与肉豆蔻衣” (Nutmeg and Mace)，唤起历史回忆。

马路对面，诗家董是乌节路上第一家百货公司，建于 1958 年的中国风建筑是几代人的集体回忆，1982 年扩建成董厦 (TANG Plaza)，傲然耸立于乌节路和史各士路交汇处，在时间和空间意义上来看，都是乌节路的重要地标。本地百货公司支持本地品牌，也引入本地特色餐饮。门口看到显著的 Tiong Bahru Bakery 店面，地下层去年翻新重开，美食广场 Hawkers Street 甄选优质摊贩，历史悠久的老字号和深受喜爱的本地风味汇聚一堂，也是最多米其林摊贩的食阁，新加坡街头风味一次吃遍。

往前走到幸运商业中心气氛突然转变。1980 年代红极一时的商场，如今是菲律宾帮佣的重要聚点。避开星期天，平日来访少了呱噪人潮，同样能够感受到浓浓的菲律宾特色。汇款公司、邮寄服务、美甲店、小超市与平价商铺林立。小杂货店逛起来相当有趣，能够找到一些别处少见的菲律宾特产，让人看见城市里另一群劳动者的生活轨迹。

史各士路这边，最亮眼的历史建筑莫过于良木园酒店 (Goodwood Park)。1900 年落成时是德国人俱乐部 Teutonia Club，一战后物业易手改名 Goodwood Hall，1929 年发展成酒店。良木园酒店目前属于邱氏家族，自 1968 年由新加坡银行家邱德拔购入后，成为家族旗下的旗舰酒店。值得一提的是，新加坡知名电影导演兼制片人 Eric Khoo 正是邱德拔的儿子，其代表作品包括《面条人与十二层》 (Mee Pok Man & 12 Storeys)。酒店塔楼

1 良木园酒店塔楼现为国家古迹。2 青铜雕塑“肉豆蔻与肉豆蔻衣”。3 在董厦的“美食广场”是新加坡最多米其林摊贩的食阁。4 邵氏大厦。以上图片均为黄匡宁 摄



3



4

More!

继续朝东陵方向前行，一路都是历史坐标：

- 泰国大使馆原是 19 世纪豆蔻园别墅，由泰王朱拉隆功购置；
- Liat Towers 里的麦当劳是 1979 年新加坡第一家麦当劳旧址所在；
- 1974 年落成的远东购物中心至今保留原貌，6 楼的 Shashlik 仍供应老派海南式俄餐；
- 1971 年的前希尔顿酒店（今 voco Orchard）门面上的大型浮雕《Eulogy to Singapore》，早已成为经典街景；
- 1970 年的前 Ming Court Hotel，曾以明朝宫廷风著称，现为 Orchard Rendezvous Hotel。

乌节路 示意图



（Tower Block）现为国家古迹，保留了古色古香的历史感。酒店里设有历史文物展柜，展示历史照片与实体文物，如早期的餐盘、杯子、纪念邮票、不同年代的客房钥匙与房卡等等，静静讲述百年变迁。

屹立路口的还有邵氏大厦，一代人的集体回忆。1958 年落成时是一座戏院（丽都）与一座办公楼（邵氏楼 Shaw House），楼高 10 层的建筑当时是乌节路和史各士路交界的第一座现代化高楼。70 年代又在旁边增建 28 层楼的邵氏大厦（Shaw Centre）。数十年来历经多次发展变迁，如今是一整组的综合建筑，涵盖电影城、百货公司、商场、多层停车场、办公楼。特别推荐邵氏楼的 Johan Paris Isetan 日式风格面包店，其法式烘焙技艺与日式精致口感相结合，是面包爱好者的必打卡之地。

待续

若想真正读懂乌节路，不妨放慢脚步，把它当作一条可步行的城市展览线。为方便探索，本文将以南北线地铁站为坐标，把整片乌节路分成 3 个区块：乌节、索美塞与多美歌，下期逐段细看索美塞与多美歌的不同面貌。①

冲泡回忆

展览

新马泰古早咖啡店

Brewing Nostalgia



- 1 《冲泡回忆：新马泰古早咖啡店》摄影展
 ② 新加坡华族文化中心一楼广场
 Singapore Chinese Cultural Centre
 Concourse, Level 1
 1 Straits Boulevard, Singapore 018906
 ③ 即日起至 30/4/2026
 ④ 9am-10pm
 ⑤ 免费

尽管全球咖啡馆业态不断演变，从星巴克到第三波咖啡热浪，许多店铺纷纷采用了现代时尚的设计风格，但南洋传统咖啡店 (Kopitiam) 依然深植于新马人的集体文化记忆。为了捕捉这种独特氛围，常住新加坡的菲律宾籍摄影师 Lester V. Ledesma 选择使用黑白胶片和复古旁轴相机进行拍摄，包括 Kosmo Foto Mono 100、Fomapan 200 和 Luckypan 400 等胶卷，以及 Zorki-6、Voigtlander Bessa R、Leica-Minolta CL 和 Canon 7 等旁轴相机。他在家中显影，再通过扫描仪将胶片影像数字化，力求保留老咖啡店的原始质感与岁月痕迹。

Lester 常常在新加坡东部的庆华松咖啡店 (Keng Wah Sung Cafe) 驻足观察并拍摄店内景象。二代店主 Uncle Ong 总在柜台忙碌，为老顾客准备他们常点的咖啡和椰子酱吐司。Lester 会选取最佳拍摄角度，捕捉热闹的用餐区、背光下的户外景色，或是店主清理锡壶、换咖啡布袋的瞬间。这里没有刻意营造的怀旧氛围，没有 Wi-Fi，也绝无牛油果吐司，只有上世纪劳动阶层的真实日常。

黑白咖啡日记

Lester 也注意到，不同地区的老咖啡店各具特色。在曼谷，他再次拍摄了已有 98 年历史的 Eiah Sae 咖啡店，新刷的墙面仍保留着 20 世纪 20 年代风格的硬木家具。如今，虽然老顾客有所减少，但新一代年轻人依然被吸引而来。店主会根据顾客群体调整服务方式：新顾客使用塑料外带杯，而老顾客仍按旧习惯，将咖啡盛入大塑料袋中。在马来西亚，一些咖啡店保存得尤为完好，许多甚至可追溯至英国殖民时期。在麻坡的 Kedai Kopi Juan Dong，热情的阿姨自豪地展示店内的古老冰箱、1930 年代餐具，以及仍在使用的木柴咖啡炉。而海南人经营的 Kedai Makanan New Eastern 则保留了曾为英国军官设立的私人包间，如今虽已向公众开放，但空间和木墙仍诉说着无法被历史书记录的故事。

在 2 年的拍摄过程中，Lester 遇过光漏、设备故障、胶卷问题等，但这些小插曲有时反而为照片增添了趣味，也激励他继续创作。尽管已记录了 50 多家咖啡店，他仍计划逐一探访更多咖啡店，结识更多咖啡叔叔与阿姨，慢慢品味无数杯热腾腾的南洋咖啡。

《冲泡回忆：新马泰古早咖啡店》摄影展由新加坡华族文化中心呈献，获文化、社区及青年部支持，并与马来西亚驻新加坡最高专员公署及泰国驻新加坡大使馆合作举办，旨在纪念新马泰建交 60 周年。⑥



1



3



4



2



5

1 3 4 Lester 的部分摄影作品。Lester 摄 2 摄影师 Lester 亲临摄影展。5 《冲泡回忆：新马泰古早咖啡店》摄影展现场环境。图 2&5 均为新加坡华族文化中心图。



Lester V. Ledesma 为《Travel+Leisure》《Conde' Nast Traveler》和《Asian Geographic》等国际知名媒体撰写旅行与摄影作品。他还亲自带领摄影团，前往亚洲各地风景独特的目的地捕捉影像。关注他的 @skylightimages，可欣赏更多精彩作品。



林道锦

马来西亚生，新加坡驻 20 余年。2010 年创办电子旅游杂志《大脚印》，旅行中猎奇，生活里写故事，作品散见新马中英文报章杂志。

林 道 锦

人 物

谁在缝隙里种光

Komorebi - Stories of Light

有些旅行，不只是从一座城市到另一座城市，而是穿越光影、穿越瞬间。林道锦的新作《谁在缝隙里种光》正是这样一本书。书中 380 幅摄影作品被制成 B2 尺寸海报，既可逐页翻阅，也能完全展开，仿佛将整个世界折叠进你的手中。翻开文集，你会看到缅甸晨雾里僧侣轻缓的步伐，埃及沙漠中光影流动的律动，格陵兰冰川的纯净寒冷，以及土耳其市集里热闹而温暖的烟火气息。短篇散文像旅途的脚步声，在画面间轻轻回响。每一张照片都不只是孤立的景象，它们是林道锦多年旅行的注脚，是他眼中的世界，也是他心里的风景。

对林道锦来说，摄影是一种“留住”。他说：“透过取景器看世界时，仿佛只剩下自己和那个瞬间。”自从拥有第一台单反相机，他已用镜头记录了 15 年的旅程，把世界的辽阔、陌生人的善意，以及触动心灵的光影，一一留存。



① 林道锦、NZ / 图 吕美姿 / 文 & 设计

“酝酿 8 年，用光作笔，世界纵有裂缝，却依然透着光。”

慢下来，才能看见世界

林道锦 1979 年生于马来西亚霹靂州莫珍歪。小时候家境并不宽裕，每天唯一的阅读，就是几毛钱买来的报纸。小学 4 年级，他把稿子投给《星洲日报》，拿到 3 令吉稿费。“那一刻的喜悦，我至今都记得，”他笑着说：“也是从那时起，我开始对文字产生敏感。”中学时期当学生记者的经历，让他学会用眼睛捕捉故事，用笔记录旅程。成年后，他在澳大利亚完成通讯学士学位，随后在新加坡生活 25 年，之后辗转至澳大利亚珀斯和美国俄亥俄州。回到新加坡后，他担任公关经理，并于 2010 年创办电子旅游杂志《大脚印》，兼任主编。

他走过的地方超过 50 个国家及地区：缅甸、伊朗、埃及、法罗群岛、地中海沿岸、中国香港、挪威、瑞士、格陵兰、土耳其、日本、印尼、毛里求斯、塞内加尔、吉尔吉斯斯坦……每一次旅行，他都把所见所感化作文字与影像。谈起这些旅程，他眼中闪过光亮：“有时候，一个瞬间的光影，会比任何语言更直接触动心灵。”

这次推出的摄影文集《谁在缝隙里种光》，在形式上也很特别。灵感来源于报纸和 2018 年的独立文学刊物《Seal》。林道锦找来作家黄子扬担任文字编辑，李伟伦负责美术设计，3 人跨越新加坡与吉隆坡协作完成。每张海报都需手工折叠收纳，制作过程缓慢而精致。他希望读者在翻阅的过程中，能重新感受到纸张的温度和重量，“电子屏幕无法替代这种触感，也无法承载那份仪式感。”

对林道锦而言，旅行、摄影和出版，不只是记录，更是一种生活态度，一种对快节奏世界的从容反叛。在林道锦的镜头下，世界不仅被看见，也被细致收藏。正如他想传递的旅行哲学：在快节奏的世界里慢下来，去感受光、去触碰世界、去留住瞬间。①



① 迄今为止，林道锦的足迹遍及全球逾 50 个国家。图为作者于吉尔吉斯斯坦拍摄。NZ 摄 ② 《谁在缝隙里种光》宣传设计。③ 书中的图文取材于作者全球行旅的所见所感，封面设计则保持低调简约的风格。

《谁在缝隙里种光》已在新马各大书局和网络书店上架，售价为 50SGD。也可透过作者官网购买。

扫描购买



一趟从南到北的旅程

ETS: A Journey from
South to the North

新山→吉隆坡
电动列车初体验

以往从新山前往吉隆坡，不外乎是自驾、搭乘巴士，或飞机，一路直奔目的地，旅程本身只是抵达的过程。如今，随着电动列车的开通，它不再只是交通工具，而是一条串联城镇的风景线。让人得以在通往目的地的途中放慢脚步，沿途停靠，重新发现那些被忽略的城镇魅力。



1 从南到北列车旅程示意图。摄图网图 2
2011 年怡保站电动列车。Gaudi 摄

对于喜欢慢游的旅人，火车无疑是最理想的交通工具。2025 年 12 月 12 日正式开通的南马线列车（ETS 3），不仅省去了高速公路上堵车的时间，也为旅途增添一份安全保障。车内设有标准车厢和舒适宽敞的商务舱，设备相对齐全，每趟可承载多达 346 名乘客。若想开启一场与众不同的旅行，只需做好站点规划，便能从容踏上列车之旅。

穿越 ETS 的时光轨迹

早在南马线列车开通当日，就吸引了大批乘客前来见证这一历史性时刻。毕竟这个被盼了 9 年的列车，终于“活生生”在眼前行驶。回顾 2010 年，马来西亚铁路服务公司为了应对城市交通需求而推出提升速度与舒适度的电动列车。

正式投入运营的电动列车最初路线主要是从吉隆坡（KL Sentral）至怡

保（Ipoh）。直到 2015 年，列车的北部服务进一步扩展至从怡保到巴东勿刹（Padang Besar），中间经停在檳城北海（Butterworth）、大山脚（Bukit Mertajam）和太平（Taiping）等站。在 2015 年 10 月，列车再度扩展至更南端的金马士（Gemas）。就在去年，从 2017 年开始建设的南马线终于完工，路线从金马士延伸至新山（JB Sentral），途经昔加末（Segamat）、居鑾（Kluang）和古来（Kulai）等站。

随着列车贯通西马半岛，这意味着乘客可以从最南端的柔佛州中央车站，一路直达最北端的玻璃市州巴东勿刹站点。若从吉隆坡往北部方向行驶，称为北马线；从吉隆坡至南部的新山则属于南马线。由于列车采用平行双轨运作，因此南下北上都可同时行驶。最让乘客期待的莫过于增加行驶班次，从而缓解佳节时期“一票难求”的情况。

4

古来 (Kulai)



ETS 之旅首站：古来普陀村

当列车缓缓驶离新山中央车站的月台，一趟从南到北的旅程悄然开启。依照原计划，一抵达古来站后，就直奔当地著名的普陀村。那是一处兼具禅意与自然美学的文化胜地，占地约 43 英亩，依托一片茂密的竹林，将佛教文化、艺术与绿色生态巧妙融合，成为城市人寻一丝宁静的好去处。

步入普陀村，首先映入眼帘的是禅意如画、苍翠秀丽的紫竹谷。成排竹林与曲径交错，被五彩飘带和斑斓小径点缀，精巧的内部设计将自然与人文趣味完美相融。沿着蜿蜒小道漫步，彩虹步道穿林而过，缤纷旗帜随风摇曳，吊巢座椅、秋千与气泡屋等造景仿佛让人置身童话世界。节日时，竹林还会更换主题装饰，为访客增添互动与趣味。

在竹林深处的观音堂，静谧而庄严。殿外入口处矗立的“掌门龙”，气势非凡，仿佛为整座殿堂把守门户。殿内供奉着东南亚最大的室内准提观音像，周围还有祈福树与经轮长廊等佛教元素，供访客参与祈愿、转经等传统仪式，感受心灵的平和与沉静。

普陀村不仅充满禅意，也兼具休闲与文化体验。村内的肥竹咖啡馆“Fat Bamboo Cafe”提供了竹香料理和特色甜品，让人边品茶点，边沉浸在竹林氛围中，惬意自然而生。

古来普陀村

📍 1488, Jalan Kampung Felda Taib Andak, Kulai, Malaysia

🕒 9am-5pm

💰 免费入场；竹林文创园区：成人 10MYR、儿童（12 岁以下）& 长者（55 岁以上）5MYR



1



2



3



4



5



1 气势非凡的掌门龙，为整座庙宇增添庄严肃穆的氛围。2 五彩缤纷的祈福彩灯，寄托信众美好愿望。赖美莹 摄 3 许愿树上系满红色许愿带，承载满满祝福与期盼。4 肥竹咖啡馆甜品。赖美莹 摄 5 千手观音像。图 1、3&5 均为普陀村图 6 居銮火车站咖啡店，充满怀旧风情的用餐空间。7 咖啡店营业时间。8 椰浆饭。图 6 至 8 均为 Liew 摄 9 各式特色美食汇聚，展现地道风味。Ray 摄



6

居銮 (Kluang)



ETS 之旅次站：居銮火车站咖啡店

从古来站上车后，下一站落脚之处便是充满怀旧风情的居銮。这座位于柔佛内陆的小镇，因铁路发展而崛起，也因一间百年咖啡店成为独特的旅途亮点。

居銮火车站咖啡店 (Kluang Rail Coffee) 自 1938 年开业以来，一直坐落在火车站旁，至今已传承数代。它是马来西亚最具代表性的铁路咖啡店之一，甚至被列入大马纪录大全，成为历史最悠久的火车站咖啡店。

走进这间咖啡店，仿佛穿越回旧时光：木框铁网窗、古朴的大理石桌椅、吊式风扇轻轻转动，空气中弥漫着浓郁的烘焙咖啡香，让人瞬间融入这个充满故事的小镇日常。这里最经典的当属一杯传统咖啡 (Kluang kopi) 搭配碳烤或蒸烘咖椰牛油吐司 (Keping Butter

Kaya)，再来两颗半熟蛋 (Telur 1/2 masak)，简单却令人难忘。另外，店内还有其他美食如叁巴酱面包 (Bun Sambal)、椰浆饭 (Nasi Lamak Bugkus)、江鱼仔菜饼 (Cucur Ikan Bilis)、柔佛叻沙 (Johor Lasak)、马来炸豆腐 (Tauhu Sumbat) 等。

许多当地人习惯在清晨或午后到这里一坐，就是一整段时光，而旅客则常常排队等待一席之地，只为体验这份与火车呼啸声相伴的地道风味。在居銮停留的这一刻，坐在这家百年咖啡店里，让一杯热咖啡慢慢唤醒旅途的疲惫。

i 居銮火车站咖啡店

① 1, Jalan Station, 86000 Kluang, Johor, Malaysia

🕒 7am-6pm (星期五至三)

14

芙蓉 (Seremban)

ETS 之旅第三站：芙蓉蜈蚣山

这趟南北列车之旅的第三站就在森美兰下车，即将去探访的是隐藏在山林间、兼具灵性与自然美的文化地标——蜈蚣山。这里拥有一座自 19 世纪叶建成的道教庙宇，已有超过 160 年历史，如今庙宇的香火仍然鼎盛。

蜈蚣山天师宫坐落于芙蓉郊外一处山丘之上，被当地人称为“蜈蚣庙”或“百足山庙”。传说，山中曾有蜈蚣出没，凡有幸一见便会带来好运。这个民间传说也为庙宇增添了几分神秘色彩。

走上大约 264 级阶梯，一路穿过绿意盎然的山径，你会发现外围不仅有传统中式庙宇的飞檐与石狮，还有色彩鲜艳的神像和庭园景致。山顶视野开阔，可以俯瞰周围的芙蓉市区与郁郁葱葱的丘陵景致，既有文化探索的深度，也兼具自然漫步的体验。

值得一探的是，这里还保留了不少具历史性的文物，当中包括圣水观音神像、招财蛤蟆以及《西游记》中的唐僧师徒四人模型等。据早期报道，这座庙宇曾于 2018 年发生一起行窃纵火案，许多具有历史意义的神像和文物已大量损毁。如今，仅剩的文物只能封存于玻璃柜内，供访客一睹神像金身。

据虔诚信徒所述，庙内供奉的神明特别有“灵性”，吸引不少访客到这里求签祈福，也有工作人员协助解签，让人跃跃一试。

芙蓉蜈蚣山

📍 Jalan Bukit Termiang 1, 70200 Seremban,
Negeri Sembilan, Malaysia

🕒 9am-7pm

💰 免费入场



1 蜈蚣山雕塑。2 蜈蚣山地标。芙蓉蜈蚣山天师宫图 3 庙宇神像和文物。图 1&3 均为马来西亚华人神庙集图 4 电动列车新开通。KTM 图

看透 ETS 全站点：南马线站点 示意图



Travel Tips

购票

可直接到自动贩卖机、前往 KTMB 官网或手机应用程序购票。

车厢设备

设有电插座、可旋转座位、每节车厢设有厕所、上方可存放行李、有售卖食物区。

路线与时长

从新山→吉隆坡（南马线）：全长约 338 公里，时长约 4 小时 20 分钟

从吉隆坡→巴东勿刹（北马线）：全长约 500 公里，时长约 5 小时 15 分钟

从新山→巴东勿刹（南北火车全通）：全长约 900 公里，时长约 10 小时。

更多详情扫描：



购票贴士

据官方消息所述，列车会依不同等级提供不同的停站模式。若想停站次数最少，可选择“ETS Platinum”；想在指定站点下车可选择“ETS Gold”；最后是每站都停的“ETS Silver”。无论是线上或线下购票，都凭票上的二维码扫码进出。建议发车前 30 分钟抵达出发车站，最迟 5 分钟前扫码进站。Ⓣ



漫天绚烂 打铁花

A sky aglow with iron flowers

富人放烟花，穷人打铁花”，说的是昔日有钱人放烟花，铁匠想出替代方式——把炙热铁水有技巧地泼洒打散，造出万朵铁花迸发的景象，壮观程度不亚于燃放烟花。古代铁匠从打铁时四溅的火花得到灵感，催生出相对小众的“打铁花”技艺，经历千百年的发展，从传统民俗活动逐渐变成大型焰火秀。



1 如金丝般的打铁花表演。摄图网图 2 当铁花飞溅如火雨时，与舞龙结合，就形成“火龙”“火树银花”的视觉意象，象征新的一年兴旺、气运旺盛。南岳 摄 3 河边打铁花。石榴 摄

春秋战国时期，冶铁技术已经兴起，但尚未普及，这时的兵器多为青铜器，间杂铁质兵器；民间炊具农具以青铜器、陶器、木器为主，铁器还不多见。到了唐宋年间，铁炊具普及率大大提升，民间小炉匠也大量出现，为打铁花的诞生奠定了基础。同一时期，道教文化在民间盛行，让打铁花活动充满了道教色彩和行业特征。

在业界祖师信仰中，金、银、铜、铁、锡五门工匠因为冶炼过程中会用到坩埚融化金属，于是把坩埚与太上老君的炼丹炉附会到一起，与道士同尊太上老君为祖师。每逢祭祀节日，工匠们发挥所长打铁花，将铁水往空中、土壁或树枝上击打，散开时如满天星光，繁花点点，借此祭祀祖师，祈求保佑全年平安、生意兴隆。遇到道教的重庆典，道士们也请来工匠打铁花，吸引人潮驻足，十分热闹。历史上确山打铁花总是与铁匠、道士两个群体分不开，还流传着民谣：“道长、匠人是一家，老君堂众有缘法，师兄师弟同叩首，保佑平安打铁花。”

火树银花的民间记忆

打铁花中，“花”谐音“发”，有说“打花打花，越打越发”，寓意着富贵吉祥。与此同时，民间还流传着“铁花降五鬼”的传说：道士用丹炉炼出仙汁，用柳木棒击打，噼啪作响，铁星四溅，天空五彩祥云环绕，以此来驱鬼神镇妖孽，就能逢凶化吉、遇难呈祥。人们认为，这项民间表演艺术不但喜庆，还可驱邪，于是打铁花从原来的工匠开业庆典或玉帝、老君、王母娘娘诞辰等道教祭祀活动，扩展到了升迁、嫁娶、高中、建宅等活动中，形成独特的娱乐表演。

明清以来，诗文或民谣中开始出现民间逢年过节打铁花的记载，明朝民谣“朱洪武、坐南京，鞭炮响、铁花红，又玩狮子又玩龙，五谷丰登享太平”，反映当时人们的节庆活动少不了鞭炮、铁花与舞狮舞龙。清朝以后，民间冶铁业迅猛发展，铁价低廉，打铁花活动更盛，清代诗人延君寿《打铁花行》如此记述：“并州产铁人所知，吾州产铁贱如泥，巨炉炽炭镕铁汁，打铁铁花飞红霓。”时移世易，每逢春节、元宵节打铁花的民俗已被烟花爆竹取代，但在山西、河南、河北等冶铁历史悠久的地区，仍把这项民俗保留了下来。



1



2

1 打铁花动作。非遗风火轮图 2 火龙穿花。3 一群人一棒接一棒打铁花。图 2&3 均为精彩 摄影 4 暖泉古镇夜色中，千年非遗“打树花”腾空绽放，铁水化作漫天火雨，点亮古镇。淡墨 摄

确山打铁花

2008 年被列入中国非遗名录的河南确山打铁花，由数十名表演者轮番用木棒或木板将铁水击打到花棚或空中，有时还加入舞龙，呈现“火龙穿花”的视觉盛宴。

表演前，先在空阔之处按照“一元、二仪、四象、五行、八卦”搭建一座 6 到 7 公尺高的双层高棚，称为“花棚”。花棚铺上一层柳树枝，并在柳树枝上绑满烟花和爆竹。花棚顶部正中竖起一个丈余高的杆子，称为“老杆”，老杆上会绑上更大的烟花与爆竹，名为“设彩”。

打铁花的用具叫“花棒”，是两根手腕粗细的新鲜柳木棒，分为“上棒”和“下棒”，各长尺余。上棒的一

端侧面挖有一个直径 3 厘米大小的圆形坑槽，用以盛放滚烫铁水。演出过程中，打花者手拿两根花棒，用下棒猛击盛接铁水的上棒，当铁水击打到花棚上的新鲜柳枝迸散开来，铁花瞬间飞溅，光彩夺目。过程中铁花点燃花棚上的鞭炮和烟花，一时鞭炮齐鸣，烟花绽放。

数十人或赤裸着上身，或穿着特制防护服，往来于熔炉和花棚之间，一棒接一棒不间断打花，期间又有舞龙在铁花飞溅的花棚下穿梭，衔接紧凑且有条不紊，场面热闹非凡。如果有人击中“老杆”，点燃最高处的烟花和长鞭即为“中彩”，中彩者会被当众喊出名字，披红戴彩，予以丰厚奖励。

暖泉古镇打树花

“打树花”专指河北张家口蔚县暖泉古镇的铁花类表演，表演者把铁水泼洒到古堡城门上方的砖墙，铁水遇冷迸溅形成万朵火花，犹如枝繁叶茂的树冠，是以称为“树花”。

发源于明代冶铁业兴盛时期的打树花活动，通常在元宵节期间举办，是当地独特的庆祝方式，2021 年正式被列入中国非遗名录，暖泉镇为此专门打造了树花广场，编排《火树金花》节目，吸引游客前往观看。

打树花表演主要由掌炉者及掌勺者组成。炼铁，炼铁炉需要烧到 1,600 多度，把铁锅、生铁炉子等各类废品铁完全熔化，成为金灿灿的铁水。铁水随后倒进特制的耐火煲内，被抬至舞台上。负责表演的掌勺者拿着经冷水浸泡后的柳木勺，将一勺勺铁水奋力泼向砖堡冷墙上，技艺高超的师傅能打出形形色色的火花，有的像天女散花，有的像成串珍珠，有的像飞流直下的瀑布，令人目不暇给。作为防护措施，表演者会身着草帽、厚重羊皮袄、特制手套和皮鞋。另外，演出多选在冬天进行，因为气温低，散开的铁花可迅速降温，对表演者来说更加安全。①



暖泉古镇打树花

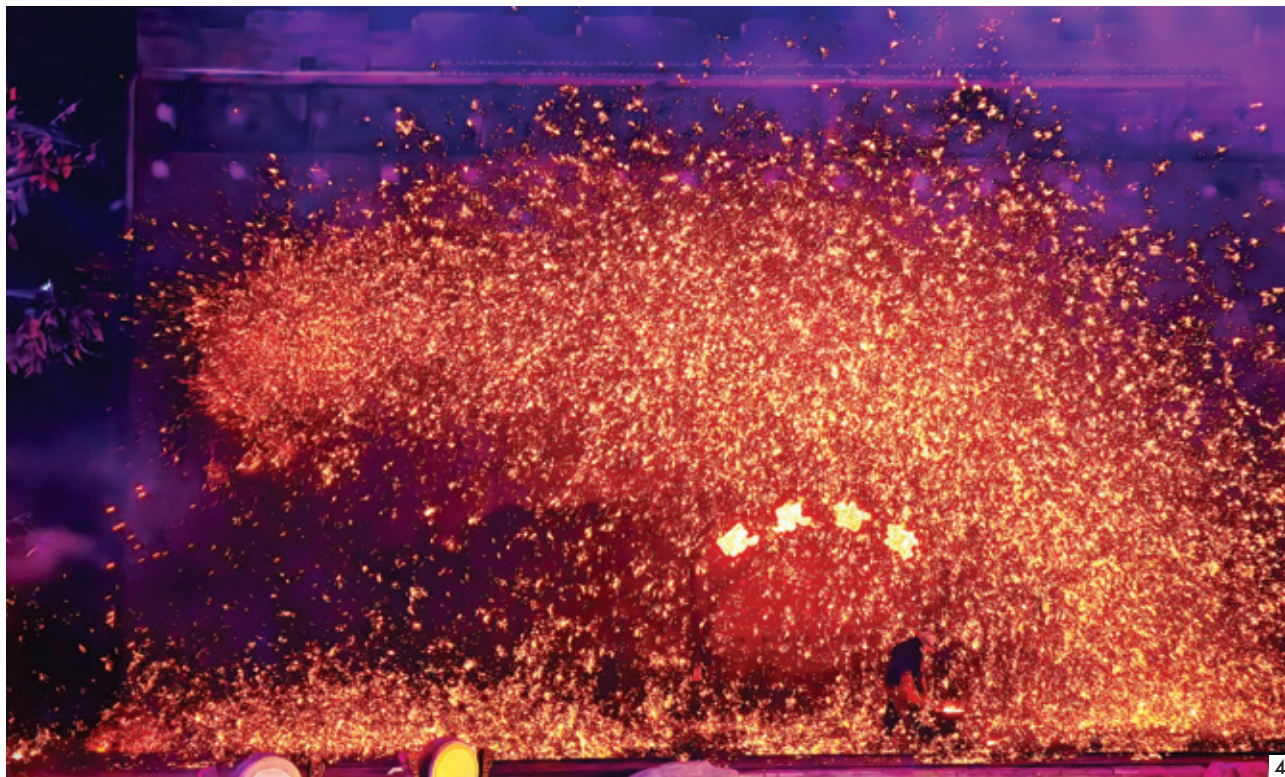
📍 中国河北省张家口市蔚县暖泉古镇内

🕒 7pm-8pm（因季节及节庆调整）

💰 CNY100-120（古镇景区门票）

CNY160-180（打树花演出）

🚌 从北京：乘长途巴士至蔚县（约 4-5 小时），再转出租车前往暖泉古镇。
从张家口：乘班车至蔚县，再转车到古镇。



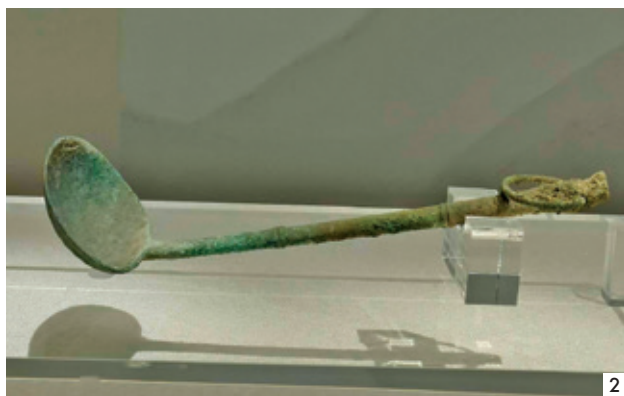


A Spoon of
Taste & Time

英国美食作家比·威尔逊在《杯盘之间》一书提到：用手握勺是人类发展史上最早的里程碑之一。中国考古研究亦证实，勺子甚至比筷子更早出现在餐桌上。惟其时代不同，勺子形态不断演进，映照出各时代的生活面貌与文化气息。



1



1 勺子示意图。摄图网图 2 西汉南越国时期铜勺。南越王博物院图 3 河姆渡文化勺子。连海 摄

在“茹毛饮血”的年代，古人对付肉类最得心应手的餐具自然是刀，当时的餐刀被称为“匕”。不过，出土的青铜匕实际上兼具了两项功能：一为“勺”，二为“餐刀”，既可切，又能舀。先秦时期，“匕”就是从刀具演变而来的，而随着饮食文化的发展，“刀”和“勺”就此分开。之后，“匕”只代表勺子，甚至被引申成美食和美味的象征。乃至汉代，人们才开始称“匕”为“匙”，东汉文字学家许慎在《说文解字》中记载：“匙，匕也”。

勺子的发明可追溯至七八千年前的新石器时代，其中与农耕文化密切相关。当时的农作物主要是水稻和粟，而这两种谷物的烹饪方法极其简单，即可直接煮食，也能加水煮成粥饭。但是热粥滚汤自然不便于用手抓取，人们需要一种能“舀食”的餐具，于是最简单粗糙的“勺子”就应运而生。古人制勺大多就地取材，随手捡起兽骨片或蚌壳作为舀取的食器，甚至未加修整就派上用场。但是，随着需求增加，天然形态显然无法满足人类。经加工改造后，真正意义上的“勺子”由此诞生。

— “勺” — 时代

商周时期，青铜勺与青铜酒器都是构成当时权力与富贵的象征。在华夏文明形成的早期，青铜器不仅反映了当时的生产力水平，也真实呈现了贵族的生活方式。

来到春秋战国时期，生产力大幅提升，不仅改善了人们的生活条件，也推动了饮食器具的创新与分化。人们的饮食结构趋于固定，食物形态更加细碎，餐具的使用也变得多样化。例如，勺与匕的增多，以及勺与匕结合的“匙状”器物出现，都说明了饮食器具正朝着更方便、更轻巧实用的方向发展。

之后，随着经济发展与饮食结构演进，秦汉之后的勺子迎来了属于它的“黄金时期”。从大量同期墓葬和遗址出土的陶勺、铜勺来看，勺子已经摆脱了过去“舀酒”的附属品，逐渐演变为与平民生活密切相关的汤粥类餐具。勺体通常采用易于成型、低廉成本的陶土制作，勺口浅而略前突，便于在浅碗或平盘中舀取食物，柄端则设计成可套装竹杆的接头。这些简而实用的改进完全源于生活的需求，也体现了民间智慧。

进入唐宋乃至明清时期，勺匙的世界更加多样化，民间使用率和收藏也日益广泛。这时候诞生的勺子色彩和想象空间格外丰富。尤其在中外经济文化交流频繁的唐代，也推动了中国瓷器的发展和传播。在众多器物中，邢窑白瓷勺尤为迷人。即便如今看到的器物，勺柄多为后接的紫檀件，仍难掩其“玉骨不朽”的风华。另外，随着明代医药业的发展，《本草纲目》中有记载，小巧精致的药勺不但能够摄取药粉，也是配制中药的量具，勺子也因此具备非同寻常的意义。

勺之称谓



白瓷汤勺。摄图网图。

勺子的称呼除了以往的“匕”“勺”“匙”之外，现今南北方对其叫法亦不尽相同。“勺子”一般是北方人的叫法，南方人则把它称作“调羹”。“羹”最初是指用肉或肉菜调味、熬成的浓汁食物。后来，“羹”也被指用水果或蔬菜制作的汤汁。

喝羹时，人们习惯使用汤匙，在饮用前会先搅拌羹汤，使味道均匀，或者加入佐料以增添风味，这一过程称为“调羹”。《新唐书·李白传》记载，李白因才华出众受唐玄宗赐食，皇帝还亲自为他调羹：“帝赐食，亲为调羹。”因此，“调

羹”的名称也被用来指喝汤用的汤匙。《说文·匕部》中也记载“匙”，朱骏声通训定声：苏俗所谓茶匙、汤匙、调羹、饭燥者也。大意是民间俗称的“茶匙、汤匙、调羹、饭燥”等，都属于“匙”的范畴。

至今，陕西汉中等地的农民仍习惯把勺子称作“调羹”；而上海人也把喝汤的小勺叫作“调羹”。但与古代相比，现代的“调羹”不仅形状多样，也变得更加实用和精致。材质主要有木质、塑料、不锈钢、陶瓷，也有用植物谷壳制作的勺子。



摄图网图

用“勺”礼仪

从古至今，用勺细节往往会彰显一个人的涵养与尊重。首先，用勺取菜时，应当使用筷子辅助，避免单用勺子去取。取菜时也切勿过满，避免溢出来弄脏餐桌或衣服。取了食物后，需停留片刻，待汤汁不再往下漏，才移回来享用。用勺取食后也要立即食用或放入自己的碗碟，切勿放回原处。若暂时不用勺子，也不要把它直接放在餐桌，应当放在自己的碗碟上。当端上餐桌的食物太烫时，也不宜用勺子舀来舀去或直接用嘴吹，应当先放入自己的碗碟使其散热后再食用。用餐时也要避免把勺子塞入嘴里，反复吮吸、舔食。

本页其余图片均为摄图网图



餐勺

用于盛饭或普通餐食，其有柄有凹和大小适中的设计使它具备多样功能。



汤勺

喝汤或盛放较多食物时使用，其长柄设计是为了方便用户搅拌和煮汤。



咖啡勺

比茶匙小，其勺头小巧圆润且具有测量功能，某些勺柄还具有条形开口，能够夹住咖啡包装袋。



漏勺

过滤和捞取食物时使用，其表面布满过滤小孔能够快速沥水，比传统的竹篱更小巧。



茶勺

用于茶文化中的辅助工具，其细长的柄和小巧的勺头主要用于精准取茶，避免浪费。



冰淇淋勺

形状为半球形，其导热性和铝材质能迅速将手部的热量传递到勺子上，挖取硬邦邦的冰淇淋，特殊刮环也易于分离和成球，方便食用。①

◆ 张巧函

南桥中学

我的妈妈是个“女巫”



我的妈妈是我在世界上见过最特别的人。每次我闯祸时，她不需要开口，总能准确地猜到我做了什么。每次我读书快抓狂时，妈妈总会悄悄进来我的房间，把一盘零食放在我的桌子上。她能一眼看穿我的心思，就像拥有某种神秘的力量，让我无处可藏。

在小学三年级时，我有一场华文考试。那时顽皮不懂事的我，没有好好准备，结果考得不及格。一回到家，我就看到妈妈在厨房做饭。她看了我一眼，问：“今天在学校过得怎么样？”我决定撒谎，不告诉她成绩，只是说：“很好！”我以为自己逃过了这一劫，逃脱了妈妈的怒火，然而她突然出现在我的房间，问道：“你考试不及格吗？”那一刻，我愣住了。她怎么知道的？她是不是心灵感应者？我知道自己被抓了个正着，只好承认了真相，结果被狠狠训斥了一顿……

还有一次，是我在五年级时，和朋友发生了争吵。我感到非常沮丧，但我没有在家里表现出来，因为我不想让妈妈担心。然而，我没能藏得太久。有一天，当我正在看书时，妈妈走了过来，问：“学校里一切都好吗？”天啊，她又是怎么发现的？我的心里瞬间五味杂陈，最终我把发生的一切都告诉了妈妈。

我总以为自己伪装得很好。生气时故作镇定，难过

时装作无所谓，撒谎时强装镇静。然而，每次妈妈总会露出意味深长的微笑，然后轻描淡写地指出我内心真正的想法。她不需要任何咒语，也不需要水晶球，只是一个眼神，一句简单的话，便让我哑口无言。我曾试图抵抗这种“魔力”，装傻、假装不知道，甚至刻意避开她的目光，但这一切都无济于事，妈妈依然能准确地看穿我的心思。

随着年龄的增长，我渐渐明白，这并不是魔法，而是妈妈深沉的爱。她理解我，关心我，所以当我隐藏自己的时候，她能看透一切。妈妈的爱就像那床旧被子，虽然褪色了，但依然温暖；虽然磨损了，但依然坚韧。我的妈妈并不是女巫，但她的爱比任何魔法都要强大。这种力量不是咒语的力量，而是岁月的积累和陪伴。我终于明白，真正的魔力并不是她如何看透我，而是她愿意一直注视着我、陪伴着我。无论我如何试图逃避，她的目光总能找到我。

《艺文苗圃》是为鼓励中学生进行华文阅读与写作而设立，本栏开放予新马两地中学生投稿，题材不拘，以不超过 1,000 字为宜。有意投稿者可将姓名、在读学校、班级与作品电邮至 info@travellution.com.sg，电邮主题请注明《艺文苗圃》投稿。

比利时 根特 | Ghent, Belgium

欧洲的秘密花园 - 根特 (一)



对根特的宁静与古老，我魂牵梦萦。春天温煦，漫步美丽的根特，仔细咀嚼这座中世纪古城。无车的街道少了喧哗，亚洲旅客也寥寥无几。整座城市，丝毫感受不出半点商业气息，我向朋友如是表示。或许这样的氛围，才能体会到根特的宁静与舒适。

根特是比利时自治市，东弗兰德省省会。13 世纪兴盛的年代，亚麻与羊毛纺织业蓬勃发展，属欧洲繁荣的大城市。

站在圣米歇尔桥上，一览根特经典的古城风貌。远方的鸟瞰，顿时捉住我的目光，三塔连线的中世纪天际线，即钟楼、圣尼阁教堂及圣巴夫主教堂，是旅人到根特的目的之一。圣米歇尔桥底下，是一条古老的利斯河。右边为圣米歇尔教堂；左边是城内最著名的香草及谷物河岸。桥的尽头，是根特旧邮局及穀物广场，电车与人行纵横之地。

庆幸，比利时友人带路，才得以认识这座“欧洲的秘密花园”。沉醉在古老的建筑风格、河畔的惬意生活、欧洲人的悠哉步伐。

谈及根特的古老历史，莫过于砖石外观的伯爵古堡（Gravensteen），一座中世纪城堡，壮观无比。它完美无瑕地矗立在根特市内。最独特的是，城堡由护城河环绕，是这里名气最高的历史古迹之一，里头展示着中古世纪欧洲武器与各种刑具，像是断头台。伯爵城堡由曾参与过十字军的菲利浦兴建，于 1180 年落成，设计则仿造十字军城堡样式。城堡在 14 世纪被废弃，之后先后被改为监狱、法院、铸币局，甚至是纺织工厂。直到 1885 年，根特市买下城堡并进行修复。伯爵古堡，历史悠久，吸引了大量的游客到访。

（下期待续）



让美好永存：拾光花艺工作坊

@hashtist.studio

从修饰花泥、挑选主花与副花，到亲手完成插花，在花艺师细心地引导下，一座独一无二的花卉烛台逐渐成形。这是一个没有标准答案的创作空间。你可以随心挑选心仪的永生花材，自由组合色彩与层次，亲手打造心中的花花世界。店内空间宽敞、氛围静谧舒适，让人沉浸式享受花艺课程。除了花卉烛台的制作，花艺师也推出了多款花艺手作体验，如永生花玻璃罩、花艺相框、小花盆等。花期虽短，但花艺师秉持着“珍惜时光，记录生活”的理念，让花卉以永恒的姿态延续绽放。



读者
优惠

即日起至3月31日期间，只要到新山百万镇的Hashtist Flower Studio出示本页（电子版或实体版），即可享受永生花工作坊体验10%折扣。



@the.esperanza_official

希望餐厅 The Esperanza

想要品尝食材新鲜、用料十足、口感到位且性价比出众的西餐，“希望餐厅”是不二之选。这家由平凡家族共同经营的餐厅，却烹饪出一道道诚意十足的不凡料理，主厨的温暖隐藏在毫不吝啬的分量里，“手掌”般大小的鱼扒，让你吃得过瘾。”餐厅也会配合节日推出限定特色料理，还不定期送上用餐福利。正如其名，“The Esperanza”源自西班牙语，意为“希望”，期望食客在美食的世界里放慢脚步，卸下角色，做回最真实的自己，也为赶路的人打造一处安心歇息的空间。

读者
优惠

即日起至3月31日期间，只要到新山百万镇的希望餐厅出示本页（电子版或实体版），即可享受10%折扣。

SUBSCRIBE

订 阅 专 区

Issue 157

March 2026



方案 A 订阅电子杂志
《畅游行》官网订阅优惠价

S\$ **38** / RM **60**
1 年 12 期

S\$ **67** / RM **105**
2 年 24 期

方案 B 订阅实体杂志 (含邮费)

S\$ **85** / RM **204**
1 年 12 期

* 送电子杂志 1 年

S\$ **158** / RM **360**
2 年 24 期

* 送电子杂志 2 年



电子杂志: ☐ 1 年 12 期 S\$38 / RM60
☐ 2 年 24 期 S\$67 / RM105

实体杂志: ☐ 1 年 12 期 S\$85 / RM204
☐ 2 年 24 期 S\$158 / RM360

我要从 _____ 期开始订阅 (新读者 / 续订者)

共计 S\$/RM _____

订户资料

姓名 (中) _____ ☐ 男 ☐ 女

(英) _____

地址 _____

职业 _____ 出生日期 _____

电邮 _____ 联络电话 _____

请将订阅表格, 连同支票、转账明细一起寄到

新加坡总社
Travellution Media Pte Ltd
711 Geylang Road, #02-02, Oriental Venture Building,
Singapore 389626

马来西亚办事处
Travellution Media Sdn Bhd
#12-18, Level 12 Austin 18, Jalan Austin Perdana 3,
Taman Austin Perdana, 81100 Johor Bahru, Malaysia
或电邮至 info@travellution.com.sg

付款方式

新加坡

☐ 支票付款
请注明收款人为: Travellution Media Pte Ltd

☐ PayNow 付款
UEN ID: 201527813N

☐ 银行转账
Travellution Media Pte Ltd
UOB A/C: 422-305-0551

马来西亚

☐ 支票付款
请注明收款人为:
Travellution Media Sdn Bhd

☐ 银行转账
Travellution Media Sdn Bhd
UOB A/C: 221-300-473-7

* 本订阅优惠期限至 2026 年 3 月 31 日。《畅游行》有保留活动解释、变更与终止之权利。

* 本人同意《畅游行》以电脑资料库处理本人资料, 并接收相关产品与活动讯息。如不愿收到相关资讯, 请电邮至 info@travellution.com.sg 取消。

WHAT'S NEW

下期预告



封面故事
COVER STORY
4 月 上 架

400年后遇见莎士比亚

A Date with Shakespeare

 Marcin Nowak / 图 吕美姿、赖美莹 / 文

2026 年是莎士比亚过世 410 周年，这位文学巨匠的足迹从出生地英国斯特拉特福德一直延伸到伦敦。在小镇上，莎士比亚的故居、教堂和博物馆仍保存着他的成长记忆。而伦敦，则是他成名与创作的舞台。从环球剧场的经典演出，到街头的雕塑、书店和咖啡馆，每一处都弥漫着他的文化气息。现代剧团用创新方式重新演绎经典，让 400 年前的故事焕发新生命。莎士比亚的魅力跨越时空，让旅行本身，如同翻开一页页生动的莎士比亚经典。📖

畅游行 TRAVELLUTION

旅游杂志出版

《畅游行》月刊创刊于2009年，已有15年历史，为第一本也是唯一一本新马两地同步发行的旅游杂志，每月发行58,000本。它也是新马第一本以中英双语报道封面故事的旅游杂志。



文创品设计 & 制作

畅游行传媒拥有优秀的文字与设计团队，曾与不少海内外单位合作推出各种性质的书籍、宣传手册、刊物和文创品。合作单位包括中国驻新加坡和马来西亚两国之大使馆、中国江苏省文化和旅游厅、马来西亚华人旅游业公会等。



媒体宣传

与海内外单位合作，承接各种活动和项目之媒体宣传工作。涵盖范围包括平面宣传（杂志与报章）和新媒体宣传（网页与社交媒体），宣传内容包括但不限于文字、图片、视频等。



承办旅游、文化 & 艺术活动

承办文旅和艺术相关活动，包括进行构思与初步策划、场地接洽与布置、资料和产品制作、来宾邀请、媒体宣传等各阶段工作，涉及平台除了线下实体宣传，也包括各种线上活动，如嘉年华、展览和比赛。



伴你同行

媒体与出版合作，请洽 +65 6745 2268 或
电邮至 info@travellution.com.sg



2026

冬季入境旅游推广季

CHINA ICE & SNOW INBOUND TOURISM PROMOTION SEASON



中国文化中心 | 吉隆坡
CHINA CULTURAL CENTRE | KUALA LUMPUR



脸书粉丝页 FB Page
@chinaculturalcentreKL



微信公众号
Official WeChat Account
吉隆坡中国文化中心



Youtube 频道
China Cultural Centre
in Kuala Lumpur



TikTok
@ccckualalumpur

www.chinaculturalcentre.my