

# 中国最有松弛感的地方,我选这里



最近的社交平台上,人人都在讨论“松弛感”。但如果要为这三个字找一个最适配的城市,我认为应当是这里——延吉。

对热门景点越来越不感冒,想远离城市,去小地方“反向度假”,找个地方躺几天,这些符合松弛感的旅行方式,你均能在延吉找到。

前不久,我便到东北走了一趟,深入挖掘美食宝藏,又直奔上长白山,度过了一段不疾不徐的美好时光。

延吉是公认的东北美食之都,东北风情、朝鲜民族特色,以及日韩时尚的舶来品都在这里交融呈现。选择之丰富,吃一周不会重样。

到了这个美食之都,许多人会将吃冷面安排在第一站。

这里是正宗冷面的发源地,味道十分出圈,面是现压的荞麦面,搭配牛肉、鸡蛋、西瓜和各种蔬菜,酸甜适口,清爽开胃,冰冰凉凉的,十分解暑。

冷面份量十分大,一人险些吃不完。细而质韧的面条,边吃边用剪刀“咔嚓”剪断。当地人吃冷面时,还会搭配刚出锅的锅包肉。趁热把锅包肉泡在冷面的汤里,外皮冰凉,内里滚热,入口外酥里嫩。

延吉人还常吃一道“辣炒海兔”,我这回也是头一次吃。初尝味道有点像鱿鱼,还误以为“海兔”是“小鱿鱼”的东北叫法。

但其实海兔是生活在浅海地的一种贝类,又称海蛞蝓。虽说是一种贝类,但它却属于软体动物家族,外壳已经退化,头带两个触角像兔子,长得挺别致。

当地菜品大多是辣的,火软糯的鸡爪、蒸汽腾腾的部队锅、爽脆Q弹的辣炒海灵菇(其实章鱼吸盘)……吃得人汗流浃背。这时候,再喝上一大口冰凉香醇的延边米酒,那真是无比舒坦。

而对于不擅长吃辣的人,延吉也不会轻易将其劝退。去东北菜馆,点一份相貌平平的小鸡炖蘑菇,那味道可不一般。蘑菇是吸收了天地灵气的蘑菇,鸡是吸收了浓郁蘑菇香气的本地大公鸡,汤汁更是充分萃取出了鸡与蘑菇的精髓。让同行中对吃鸡颇有研究的广东人大为赞叹:“嫩!鸡是新鲜的,你能感受到它活着时很爱运动。”

乱炖是东北最为常见的烹饪方法,一边吃一边加热,让人吃得云里雾里,搭配这里特有的大白梨饮料,不一会就吃迷糊了。

但这里的老板也是真实诚,在点菜的时候他就会摁住你:够了,先吃完这一个菜再说吧。

“人间烟火气最抚凡人心”,想体验最有特色的延吉生活,怎么能不逛菜市场?烟集河畔的东方水上市场,面积不大,但应有尽有,每天早上5点到8点是

早市时间,想要体验一番,可不能赖床迟到。当地人元气满满的一天也是在这里开启的。烟集河水缓缓流动,而一旁菜市场中的人也大都不紧不慢,排队吃早点,在一座泡菜天堂中游逛,仔细挑选那些叫不上名字的山珍。

朝鲜族的师傅会现场制作传统小吃打糕。他们会用木槌反复敲打已蒸熟的糯米,再将其抓成一小份,蘸上黄豆面、白糖或红小豆馅儿,做成Q弹的小零嘴儿。

延边是中国唯一一个朝鲜族自治州,全国43%的朝鲜族都生活在这里。当地人能够熟练地在朝鲜语和中文之间无缝切换,上一秒还是韩国偶像剧,下一秒就是东北老铁的大碴子味,有点可爱。连街边的招牌标识也统一使用双语标注。如果你是在朝阳川国际机场降落,很有可能会误认为自己出国了的幻觉。

走进百年部落景区,更是可以身临其境地感受朝鲜族生活。这里满眼都是青砖白墙的平房院落,简约而不失雅致。最老的房子屋主,是从朝鲜移民至此的商人朴如根,用长白山原木和瓦片,不带一根钉子,历时三年,修建完工。一路风雨,距今已有142年历史。

换上柔软的丝绸长裙与短袄,变身成《大长今》里的角色;或是欣赏美妙的非遗舞蹈象帽舞,看舞者帽上的飘带旋转如风,变化出一个个耀眼彩环。朝鲜族人娴静与热情的一面,就在不同的场景中切换。

韩剧同款美食,也是来延吉必打卡的项目。比如烤肉店里那像砖头一样上桌的五花肉,肥瘦相间,它最终会在高温的加持下,生菜和蘸料的包裹下,演绎出完美的协奏曲。比如以一整只鸡为主角的参鸡汤,看似简单清淡,但其实鸡肚子里还包含有糯米、红枣、栗子等种种乾坤,用清甜之味直接勾起你的味蕾。

酒饱饭足后,许多年轻人还会到延边大学门外的“韩语弹幕墙”打卡留念,双手插袋假装不经意路过,或是牵手相拥秀恩爱,可以一下将氛围感拉满。

维柯曾在《新科学》说:“人类事物或制度的次第是这样的:首先是森林,接着就是茅棚,接着是村庄,然后是城市,最后是学院或者学校。”

森林,便是人类最初的底色。到东北,当然要在没有天花板的长白山树林里悠闲地散步,感受内心的宁静与舒畅。

长白山因其主峰多白色浮石与积雪而得名,素有“千年积雪为年松,直上人间第一峰”的美誉,还有“长相守、到白头”的美好寓意。即便是夏季,这里的平均气温也仅有15℃~25℃,非常适合避暑。到了冬天,这里又成了白雪皑皑一片。

据闻,长白山正处于世界滑

雪黄金纬度之上,与阿尔卑斯山、洛基山并称世界三大粉雪基地,呈絮状的松散雪质是天然的滑雪胜地。当然,浅打一下雪仗也合适。茂密的树木让长白山成为天然大氧吧。夏天进山,凉意袭来,深吸一口气,感觉每一个毛孔都打开了,对于长期生活在城市里的人来说,来这片森林,就是“洗肺”之旅。

世卫组织规定:清新空气的负氧离子标准浓度为不低于1000~1500个/立方厘米。我在绿渊潭看到环境实时监测数据显示,负氧离子浓度高达17563个/立方厘米,数据不会骗人,开始有点“醉氧”了。这里的树木保护得极好,我们的导游略有自豪地说:“就算树自己倒下了,也不能砍伐带走。”

放眼望去,这里的每一棵树保持着最原始的模样,构成一幅赏心悦目的绿色油画。从山脚到山顶2600多米的海拔高差,依据海拔变化依次形成:针阔叶林混交带、针叶林带、岳桦林带、苔原带四个植物垂直分布带,界限非常清晰。

乘坐景区的旅游车上山,一路惊叹植被的变化,地理课本上学到的海拔与植被的关系,在这里能直观感受到。窗外的树木慢慢变矮,绿意渐退,最后消失剩下一片片苔原在光秃秃的坡上,山路蜿蜒曲折,风呼呼吹,视线越来越模糊,这时山顶就到了。

“一山有四季,十里不同天。”长白山的天气变化多端,山脚朗朗晴天,山上可能乌云密布,人们来长白山都想一睹天池的容貌,但这完全要靠缘分。所以,去长白山能看到天池的朋友们,你们真的很幸运,是“天选之子”。

我这次与天池有缘无份,从北坡抵达海拔2620米位置时,眼前白茫茫一片,风吹雨水噼里啪啦打在雨衣上,大家裹得严严实实地等待大风将云雾吹开,隐隐约约窥见一点儿天池的容貌,就能引起一片欢呼声。

长白山天池是一座休眠火山,火山口积水成湖,被16座山峰环绕,没有外流河注入,在天豁峰和龙门峰间有一狭道池水溢出,飞泻成长白山瀑布,是松花江的正源。

三浦展在《第四消费时代》一书中说过:“有这样一个社会,人们不再追求‘经济飞速发展’和‘效益最大化’,而是享受简约的生活方式;不再终日奔波、蜗居在大城市,而是重新发现地方的特色和自然的力量;不再努力工作拼命挣钱、苦心钻营如何升迁,而是帮助他人、共享快乐、获得内心的平静与幸福。”

从延吉到长白山,好吃且松弛,让人还想“二刷”。短短的几天东北行程,没有细致的攻略,一切随遇而安,不慌不忙,“松弛感”这不就到位了。

(来源:凤凰网 作者:邱欣)