



生活周刊 × 张得欣

资深背包客 广告人



张得欣 Emily

10年里,我走过60个国家

Q: 你为什么会把这个旅行博客定义为“一起去流浪”?

A: 想到流浪,可能很多人脑中一闪念的人物就是三毛,三毛也是我非常喜欢的一个女作家。流浪的过程中,人生亦经历一场未完待续的旅程。流浪,其实就是一个人探索世界的方式,也有些人对旅行的概念就是住酒店,晒一下你的幸福时光。可是,我以前的流浪真的是自己一个人背着一个超级大的背包,20-23KG的那种大背包,去往那些不为人所知的相对落后的地区。买一张火车票然后说走就走,去到一座城市,有时目的地也不是很固定,整个过程很潇洒。你在旅程中探索到的东西,其实是对你的生命有启发,也会带来灵感的,透过文字,透过社交网络,怎样把启发你一个人变成启发到更多人。所以我就起了这个名字“和我一起去流浪”。

Q: 你在上海创业2年,经营一家20多人的广告公司,同时还在定期组织跨国跨界的精英论坛;还有这么多时间背包旅行吗?你是如何保持这么好的生活状态?

A: 有很多朋友会来问我:你一天做这么多事情,难道都不用睡觉吗?为何精力这么充沛?我会说,因为这个热情,是你对整个生命的热情。你有热情才能启发别人,感染别人,所以你要时刻保持自己的热情,把快乐传递给别人。

Q: 你旅行的意义,你觉得旅行中你最大的收获是什么?

A: 我觉得每一次旅行都是你和自己的一次深度谈话,我的大部分旅行经历都是一个人的,当你遇到一些困难时,就需要很冷静,思考方法去解决问题。你可以体会到,当你自己面对困难时,需要如何去解决,这跟你设想中旅行中会遇到的问题,其实是两件事。

Q: 作为女生,从18岁就开始背包客,一个人上路时会有恐惧吗?很多时候,我们看到一些“一个姑娘穷游世界”的故事,这些故事放大了旅行的美好,却完全不讲一个人上路时的风险,诸如此类的舆论也会误导一些年轻女孩去拿生命冒险?你有什么看法?

A: 可能我来自香港,所以从大学开始我就有很多机会去各地进行交流,在做交流生时我会认识全世界各地的朋友,也通过网络让自己有了更多抗风险的能力。当然不是说,我一个人一定要去印度这种地方。我可以有选择性地一个人去一些发达国家发达地区。去往不同的地方,必要的安全措施是一定需要的。像我一个人在意大利时,会看到很多小偷。你就需要加强对自己的财务保管,尽量避免一个人午夜十二点在街上行走,你不能自己主动给危险创造条件。

过去十年,我一个人行走的过程,从来没有被偷被抢,我会知道怎样保护自己。我也不会在路上莫名其妙拦一辆车,把自己投身于危险中。我并不太喜欢这种类似“穷游”的方式,或者说拿自己的生命去冒险的方式。我觉得年轻人可以酷,但是这种酷,不是用了什么样的旅行方式,而是你在旅行中拥有的感悟,你收到的启发,才是酷。

Q: 10年60个国家80多个城市,这些地方中你印象最深刻的是哪里?

A: 我个人非常喜欢冰岛,我已经去过两次了,我还想去第三次。第一次去冰岛,我是坐着巴士去的,去往每一个景点使用的都是公共交通。我通过微信,认识了几个当地很好的中国朋友,后来我们还在上海重逢。第二次去我是开车的,环岛一圈。开车时,让我有几个人生感悟:很多时候,城市人非常浮躁,谈的东西也很表面,开的是什么车,背的是什么包;可是在冰岛,我没有看到过法拉利、兰博基尼,没有看到特别物质的东西,我甚至在机场都没有找到一家星巴克,可能在很多人眼里,这个地方没有星巴克,说明它很落后。但是冰岛人每天16点钟下班,北极圈的生活是很早天就黑了,大家和朋友们来到酒吧,一起聊天一起吃饭,进行简单的社交。不太像中国人,一起吃饭还要拿着手机,彼此不交流。在冰岛,每年有一个户外音乐节,人们就在大自然的包围下享受着音乐的节拍。

冰岛人对快乐的理解,就是知足。快乐就是每天下班之后,家人和朋友可以在一起吃饭、喝酒,一起享受日落。大城市走得如此之快,可能我们会以为为了这些物质的快乐,我们的牺牲很少,实际上,我们失去了很多。



2012年沉思在波兰的奥斯维辛集中营

选一瓶好油,在挑剔食材之前



中国人于“吃”上讲求精细,挑剔时令产地、挑剔营养口感,而后烹调盛盘上桌。烹调中油的使用贯穿始终,选一瓶好油,在挑剔食材之前,让饮食愈加丰满。

在所有的烹调油中,芥花油堪称营养卓越,素有“东方橄榄油”的美誉,它的饱和脂肪酸含量是所有油类中较低,而不饱和脂肪酸含量高达92%。天然芥花油的口感也较为清淡纯净,煎炒烹炸皆能很好地保留菜品的原味。

北纬49度至52度,全球公认“黄金”油料产区。只有这里才能种植出符合国际标准的双低油菜canola,也即中国人称呼的芥花。而在中国,呼伦贝尔是芥花的唯一种植区域,也是品生态天然芥花油的发源地。

内蒙古海拉尔农垦集团坐落于呼伦贝尔市,是一家以农牧业为基础的大型国有

企业。农垦在呼伦贝尔草原腹地开辟了200万亩垦区,专门培育和种植双低油菜。垦区拥有肥沃的黑钙土地,土壤富含丰富的有机质,蛋白质含量更高达17%,引入大兴安岭流下的山泉水灌溉,兼之年平均气温零下2摄氏度,种种独特的地理环境保证了农垦双底油菜籽的品质。

每年从垦区里,有30万吨双低油菜籽被运往农垦加工工厂,这些种籽经过精选、软化、轧胚、低温压榨、物理精炼等多道工序纯物理压榨而成,年均产出约12万吨品生态芥花油。呼伦贝尔品生态芥花油,经由中国电信114MALL电子商务平台,通过线上购物平台和114MALL线下门店销往全国。



扫码即可抢购