



▲浙江自然博物院安吉館的恐龍展區。
作者供图

如果帶孩子去浙江安吉旅行，除了竹海、山水，還有一個地方值得預留大半天，甚至一整天慢慢逛——浙江自然博物院安吉館。這座坐落於安吉縣的自然博物館，號稱亞洲規模最大、單體建築面積最大的自然博物館，場館本身已經足夠成為一個值得專程前往的目的地。

走進館內，地質、生態、貝林、恐龍、自然藝術、海洋、4D電影及臨展館八大專題展區次第展開，內容從遠古地球一直延伸到今天的自然世界。與一般博物館「看一圈就走」不同，安吉館的展覽資訊量相當豐富，好好逛一天，也未必能把每個角落都看得仔細。

其中，生態館與自然藝術館的展示更是亮點，相關展陳在全國乃至世界均屬首創。自然不再只是櫥窗裏的標本，而是透過空間、影像、藝術與互動展示，讓人重新思考人類與自然的關係。從岩石、化石到動植物，再到海洋生態，展覽像是一堂沒有課本的自然課，卻比課本多了一份親身觀看的震撼。

最能讓小朋友停下腳步的要數恐龍展區。巨大的恐龍化石和復原場景，對孩子來說有種天然的吸引力。看着一具具龐大的骨骼，遠古生物不再只是動畫片裏的角色，而彷彿真的生活在我們腳下這片土地。

最值得一提的是，環保主題幾乎貫穿整座博物館。從認識自然，到了解生態，再到思考人類如何與環境共存，展覽沒有停留在「看熱鬧」的層面，而是把保護自然的概念悄悄放進參觀者心中。對孩子而言，這是一場寓教於樂的自然教育；對大人來說，也是一個重新認識地球的機會。

博物館免費入場，但需要提前預約。比起匆匆打卡，這裏更適合一家人慢慢看、慢慢問、慢慢發現。



樂活

潘少

逢周一、二見報

蓋朗德鹽之花

往菜裏面加鹽，怎麼聽都不是技術活。可要真論起門道，法國西部城市蓋朗德有話說，這裏的人偏不甘心讓鹽只當背景板，硬是從大西洋的潮汐與陽光中，撈出了一種被捧上神壇的「鹽中鑽石」——Fleur de Sel（鹽之花）。

蓋朗德位於布列塔尼半島南岸，屬大西洋盧瓦爾省，是個產鹽產了上千年的地方。這裏本是熱鬧的海港，後來海水倒灌、泥沙淤積，倒成就了一片天然鹽田。

鹽之花可不是從池底挖上來的尋常貨色，它是每年夏天，只有風吹對了、陽光曬夠了，天時地利人和齊備，水面才會因快速蒸發浮起一層薄薄的結晶，宛如鹽開了花。它還嬌貴得很，鹽農需趕緊出動，用一種長柄工具小心翼翼地手刮採收，不能過度用力。正是可遇不可求的稀罕和繁複手藝，讓它拿下了「鹽」類別的最高讚譽。

蓋朗德鹽之花跟我們熟悉的餐桌鹽簡直是兩個物種。普通食鹽成分單一，鹹得直接，甚至帶點死板的澀。但它完全不同，保留了約一成的天然結晶水分，摸起來濕潤，顏色偏灰白，晶體呈薄片狀或是微小金字塔形。在舌尖不會馬上化掉，而是慢慢釋放柔和的鹹，因為富含礦物質，甚至能嘗出一絲紫羅蘭香。說到底，這兩種鹽，一個硬一個軟，吃過之後，就真的回不去了。

也因如此，它從不進鍋，加熱相當於暴殄天物。要作為「收尾」，在菜上桌前那一秒，捏小撮輕輕一灑，鮮味瞬間被吊上來。最經典的吃法是配牛排或鵝肝，一咬下，柔和的鹹香瞬間穿透油脂，口感立刻從二維變三維。當地人還發明了讓全世界難以忘懷的東西：鹹奶油焦糖。甜裏帶絲鹹，成了整個法國都眼饞的味道。對布列塔尼人來說，鹽從不是可有可無的配角，而是樂章中最後一個音符，對食物的最高禮讚。



食色

判答

逢周二、三、四見報

國慶長假期間，坐落於廣州白鵝潭的萬象城全新亮相。這座坐擁一線江景、匯聚多元業態的新地標，一躍成為假期熱門的打卡地。幾乎同一時段，琶醍啤酒廠1985、聚龍灣太古里等一批特色商業項目也陸續開門納客。值得注意的是，這批集中面世的新商業地標，全都傍着珠江布局。一眾特色商業順着江岸依次排開，夜色隨之鮮活起來，帶着煙火氣息又不失潮流氣質的「珠江消費岸線」，就這樣漸漸成型。

對於老廣而言，珠江是刻在生活裏的城市記憶。以前的江邊，沒有林立的商圈，只有碼頭渡口、濱江步

道、臨江夜市，承載着廣州人簡單的閒暇時光，卻始終缺少沉浸式的生活場景，濱江體驗單一旦零散。

時移世易，水岸商業相繼落地之後，打造了一處處可供閒逛、玩樂的生活場景，廣州人的江畔生活也隨之改變。珠江不再只是供人觀賞的城市風景線，慢慢演變成屬於普通市民的生活線、消費線、社交線。由此也能看出廣州建設國際消費中心城市的思路：用好「一江兩岸」獨有的稟賦，打造一條既有廣州市井底色，又兼具國際氣質的濱水消費長廊，讓江景、文脈與消費場景彼此浸潤、相得益彰。

說起台兒莊，那在中國現代史上可是赫赫有名。一九三八年三月至四月，著名的台兒莊大戰就發生在這裏——這是自一九三七年抗戰全面爆發以來，中國軍隊打的第一次大勝仗。這一戰中國軍隊殲滅日軍萬餘人，繳獲了大量武器裝備，沉重地打擊了日本侵略者的囂張氣焰，粉碎了日軍不可戰勝的神話，鼓舞了全國人民的抗日鬥志，在中國抗戰史上留下了光輝的一頁，史稱「台兒莊大捷」。

其實台兒莊的聲名並不因「戰爭歷史」而起，早在明清兩朝它就因地處京杭大運河的中心點和蘇魯豫皖四



脾氣來了，福氣跑了。

漫條思理 鄭辛遙

逢周二、四見報

一個藝人的成功，除了自身的條件與運氣，內在修養亦是不可或缺的關鍵。「未紅先驕」的例子屢見不鮮，但即使能憑着運氣走紅，若內在涵養欠奉，終究會原形畢露，演藝生涯難以走得長遠。

日前看到男子組合MIRROR成員江熾生接受訪問的片段，因態度問題引發全城熱議，最終不得不公開致歉，風波能否平息尚屬未知之數。但就聯想起無數的天王天后，大多具備過人的親和力、禮貌與修養。面對媒體尖銳刁鑽的提問，總能輕鬆化解、面不改容。

在親身接觸過的藝人當中，如周潤發、劉德華、陳慧琳、容祖兒等，皆是自帶親和力的典範。每次見到「發哥」，他總是熱情地跟媒體打招呼，嘻嘻哈哈地說笑。「發哥」甚至會親自拿手機與大家自拍，角度精準，絕對是經驗豐富的高手。

劉德華不論在舞台上或大銀幕前，都是一位專業的表演者。每次

道、臨江夜市，承載着廣州人簡單的閒暇時光，卻始終缺少沉浸式的生活場景，濱江體驗單一旦零散。

時移世易，水岸商業相繼落地之後，打造了一處處可供閒逛、玩樂的生活場景，廣州人的江畔生活也隨之改變。珠江不再只是供人觀賞的城市風景線，慢慢演變成屬於普通市民的生活線、消費線、社交線。由此也能看出廣州建設國際消費中心城市的思路：用好「一江兩岸」獨有的稟賦，打造一條既有廣州市井底色，又兼具國際氣質的濱水消費長廊，讓江景、文脈與消費場景彼此浸潤、相得益彰。

省交界地帶而十分繁榮，乾隆的御筆「天下第一莊」如今就高掛在莊門之上——說台兒莊是個「莊」，不如說它就是個人口眾多、經濟繁榮的小「城」，「這座水陸重鎮的台兒莊，四周有如城垣一般磚砌的圍牆」，當年中日軍隊反覆拉鋸的巷戰，就是在台兒莊「城」內進行的。

如今行走在這個「天下第一莊」中，戰爭的殘酷身影（如彈洞牆）依然矗立，而宛如江南的小橋流水和迴盪在台兒莊上空高亢的柳琴戲（拉魂腔），則昭示着和平的可貴與來之不易。

重，故此需要卧床恢復體力，減少跌倒的風險。

母親可以順利出院，令我如釋重負。不過，後續的康復治療，同樣重要，而且母親畢竟年紀老邁，大病過後的日常生活亦要小心護理，我作為照顧者必要仔細安排。

首先，中風之後的三個月是黃金康復期，除了服用固定藥物，更重要的是物理治療，藉此讓身體機能盡量恢復，爭取較多自理能力。母親入住的公立醫院，在病人出院後約一周便提供上門觀察服務，兩位物理治療師

今次回京，住在復興門外大街的一間酒店，右邊是中國人民革命軍事博物館，對面是中國國家博物館，斜對面是中華全國總工會。

有幾天沿長安街從西往東接連跑王府井，網約車司機大多來自河北、東北、河南等地方，有一次碰到的司機是北京人。塞車時，司機講着幾代人在北京的故事打發時間，並說「（想來）你也是打小在北京長大的。」只因為聽我說「大拾臘兒（大柵欄）」，肯定不是遊客。

好幾年沒回京了，再次做回北京人，雖只停留了十來天，但走走看看，立即便知北京有哪些變化。在西城，第一感覺是路牌更加規範，比如我家居住地月壇、三里河一帶，以前都是部委機關及宿舍大院，如今許多低矮紅磚樓改建後，每條路口必有路牌，按主馬路的東南西北標示是什麼街、第幾巷。

要說西城最大的變化是金融街，那不單是一條街，而是一片拔地而起的壯觀城區。



霏常娛樂

文霏霏

不少人都認為，隨着線上電商不斷發展，線下逛街或許會慢慢淡出生活。但這一波濱江商圈的火熱證明了，實體商場依舊有着不可替代的價值。電商勝在高效便捷，線下商場打動人心的，則是真實可感的現場氛圍——是江邊晚風迎面拂來的舒爽；是街角麵包房悠悠散出的甜香；是漫無目的隨意溜達，轉頭偶然碰上老朋友的驚喜。這些零散隨性、意料之外的瞬間，恰恰是線上算法很難給予的鬆弛感。

同為臨水濱海都市，廣州以開放式水岸商業打通公共空間與消費場景的實踐，或許也可為香港激活維港價

值、豐富濱水業態，提供可資借鑒的思路。

實體商業正在逐步跳出單純售貨的功能，轉變為一座城市向市民敞開的公共客廳。珠江消費岸線的迭代升級，背後藏着廣州的城市治理巧思。未來的廣州，或將在這條流動的經濟帶、文化帶和生活帶上，繼續書寫「城水相依、人岸相親」的城市故事。

加中華全國文藝界抗敵協會慰勞團前往台兒莊，在台兒莊他寫了《台兒莊歌》：「台兒莊，二十世紀大戰場，自由自由血之花，最後勝利最後勝利屬我中華」！

一段歷史一場大戰和一個作家，就這樣神奇地在「天下第一莊」相會了。

我們還去了朝陽區的奧林匹克公園，登頂鳥巢環看北京城，並在森林公園遊覽，因面積太大幾乎走不出來，後來得知，公園允許遊客叫車去公園內接送。又去海淀區的圓明園，也是十分遼闊，走得很累，但非常值得參觀。

「秒入秋」，而是「秒入冬」。

暖秋的周末更是要好好利用，很多家庭會把暑假玩水的裝備——皮划艇、槳板、充氣船等等——開車拉到柏林周邊的湖區，抓住夏天的尾巴，再好好玩上一把。而斯普里河和周邊湖區的皮划艇及小船租賃商舖也把原本的營業時間從九月初延長到了九月底。他們說，這些年營業時間一年比一年長——春天暖和得越來越早，秋天也來得越來越晚。

讓小孩們最開心的，莫過於公園裏依然開着的冰淇淋店了。陽光下蹦跳着排隊的小孩，掂着腳翹首以待；拿到冰淇淋的小孩一邊走一邊吃，臉上充滿了滿足的笑容。

這個溫暖又快樂的秋天，空氣中都瀰漫着甜甜的味道。

十八彎

關爾

逢周二見報

過眼錄

劉俊

逢周二見報

文藝中年

輕羽

逢周一、二、三見報

紅塵記事

慕秋

逢周二見報

柏林漫言

余逾

逢周二見報