

234小时1200公里 从无锡滑到北京

讲述 袁国轩

整理 见习记者 朱冰冰

| 你讲故事 我来记录 |
世象微纪录

“世象微纪录”致力于真实记录时代浪潮下的世象百态、人生百味，欢迎提供您自己的、熟人的精彩人生故事线索，一经采用，给予报料奖励。

电话:0510-88300000

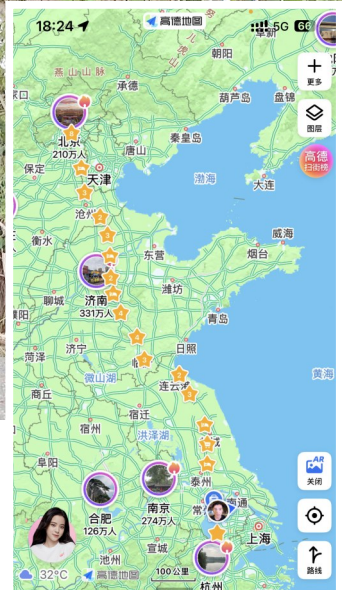
也可关注江南晚报微信公众号,通过“新闻+”菜单下的“新闻报料”提供线索。

微信号:jn88300000



从无锡去北京要多久?地图导航给出的答案是:高铁6小时,开车12小时,骑行60小时。那滑着滑板去呢?需要234小时。滑滑板去北京,这是无锡学院2025届毕业生袁国轩送给自己的一场特殊的毕业典礼。

在长达两个月的旅途中,他面临孤独、迷茫、疲惫,历经挣扎、审视、自我找寻,最终获得心灵的平静。他说,这是一场回归自我、意义非凡的成人礼。

从无锡去
北京路上住过
的酒店标记

说走就走:一场特殊的毕业典礼

我是无锡学院2025届毕业生,早在进入大学那一天,滑滑板去看北京天安门的念头就已悄悄萌芽。多年来,这个想法从未消失,反而随着时间愈发清晰。

今年6月20日,我正式毕业。“是时候出发了。”我告诉自己。当天下午,我带上几套换洗的衣服、水杯、笔记本电脑、口袋云台相机、运动手表,踩上滑板,

踏上了这场特殊的毕业典礼。为什么选择滑板?从初中起,它就是我最忠实的伙伴,带给我很多快乐,逐渐变成了我生活里的一部分。

出发前,我并没有做详尽的旅程计划,甚至连具体的路线规划都交给了导航软件。整件事中,我考虑最少的,就是旅途本身。说走就走的率性,也带来了一些困扰,比如我需要绕远路抵

达附近的酒店住宿。随着在路上的时间变长,我慢慢有了一些规划,不再横冲直撞,而是沿着路上的酒店北行。串联我住过的40家酒店,就是这趟旅程的轨迹。



一路向北:逐渐清晰的风物人情

旅途中,我的一天通常是从凌晨三点开始。吃过早饭,收拾行囊,五点从酒店出发。那时天微亮、气温尚低,来往的车辆很少,比较安全,正适合滑行。等到太阳爬到最高点,温度升高,我就会停下来。接着找酒店、吃午饭、整理拍摄素材、剪辑视频,再准备好第二天的早餐,尽量早点休息。

这样的节奏并非一开始就有。最初我白天有七个小时都在路上,效率虽高,但身心却太

累了。后来,我调整时间安排,虽然每天只滑四五个小时,节奏慢了,我反而更加愉悦地享受旅程。

走出校门,真真切切行走在路上的时候,绵延不绝的土地不是能看到的唯一风景,日常被忽视的气候风物会在缓慢的滑行中逐渐清晰。在南方,随处可见的是小桥流水,往北,能看到广阔的平原。南方的风吹在脸上,是潮湿温润的,北方的风是干燥清爽的。

路上,我遇见形形色色的人:国道旁休息的卡车司机、路边摆摊谋生的小摊贩、小商店里打闹玩乐的小孩……站在一个过客的位置,路上的一切会对我敞开,人们愿意畅所欲言。我偶尔停下来,和他们聊聊天,听听不同的故事。

抵达终点:活在当下的真正意义

在路上,我会面临很多这样的时刻:拂晓时分,我经过农田、房屋、树木,身旁空无一人,像被扔进了一颗荒无人烟的星球里。与此同时,我的白天不再被繁忙的学业、工作挤占,只剩下滑动滑板向前的单一动作,我有了大量时间思考。自然而然,我开始思考人类的终极命题——“活着”的意义。我向路上遇见的陌生人请教“人为什么而活?”答案五花八门:为了孩子、为了赚钱、为了快乐……

一路走下去,我遇见了很多,约见了不同的朋友,我逐渐明白:人活着是为了此时此刻。在这趟旅程中,我才真正明白

“活在当下”的含义。

8月25日,我滑过天津界碑,正式进入北京的那一刻,内心异常平静。回首这一段艰辛的旅途,我有迷茫、有抱怨,也有收获和成长。我知道,旅程结束后我还是会回到日常生活里,可我不再悲观,我活得更自洽,内心也更平和。

滑行的第68天,我抵达了北京天安门。我隔着围栏,和天安门拍了一张合影。这一刻,有没有走进天安门对我而言已经不重要。从无锡学院到北京天安门,1200公里,我用滑板丈量过。现在,我已经成功抵达了旅途的终点。

采访袁国轩的过程中,他对旅程的生动描绘与独特见解,让人仿佛亲临这场“远足”。一人,一板,一路向北,用一种近乎原始的“慢节奏”从无锡去北京。初看是一个关于勇气和青春的冒险故事,实际上却是一场寻找自我的旅途。他说,他并不是在提供一个可复制的旅行攻略,只是用这段旅程,告诉同样迷茫的年轻人,勇敢地走出家门去做些什么。也许生活中问题的答案不在某个终点,而是在与人的每一次交谈、与自己的每一次和解中。

白桦树汁 成饮品界新宠

专家提醒:是饮料不是保健品

透明似水、口感甘冽,近期,一款原本小众的植物饮品——白桦树汁,逐渐成为“网红单品”。记者注意到,养生堂、汇源等品牌纷纷推出相关产品,线上销售热度也随之升温。数据显示,2025年上半年,仅抖音电商平台的白桦树汁销售额已突破12亿元,同比激增834.8%,成为植物饮料细分赛道中销售额增速最快的品类。

记者探访无锡各大商超发现,去年单瓶售价15元以上的白桦树汁,今年的价格已被“打”下来了。山姆超市成箱售卖的300ml白桦树汁单瓶价格约8.6元。在线上平台,多款330ml装的白桦树汁饮品单价均在10元左右。

记者注意到,部分电商平台上,不少品牌在宣传中打出“健康”“天然”“纯净”的标签,称白桦树汁含有十几种氨基酸及多种微量元素,将其誉为“液体黄金”。更有商家打出了“解酒护肝”“抗衰老”“提神”等标签,吸引消费者购买。

其养生效果究竟有多大?江南大学食品学院副教授吕文平表示,白桦树汁含有多种营养物质,如多酚、类黄酮、氨基酸,然而很多常见健康食物也可以提供类似甚至更丰富的营养。“从食品科学角度来看,商家对白桦树汁‘解酒护肝’和‘抗衰老’功效的宣传,缺乏证据来支持。”吕文平建议消费者将白桦树汁视为一种风味独特的天然饮料,而不是一款功能性的保健品或药品。

2025年5月17日,由中国营养保健食品协会发布的《天然白桦树汁》团体标准(T/CNHFA 424—2025)正式实施。该标准首次对天然白桦树汁从感官、理化、污染物和微生物等维度进行了规范。吕文平提醒,规范的采集方式必须严格限制钻孔数量和深度,并做好封孔处理,否则可能对白桦林生态造成损害。

“白开水永远是最经济、最健康的选择。”吕文平说,白桦树汁本质上是“有味道的水”,从“补水”这个核心功能上看,饮用白桦树汁和喝水的差别不大。对于市场来说,白桦树汁的出现丰富了饮品结构,但能否走出“网红”效应,最终还要看其长期的消费基础和生态可持续性。(蔚来)