

長白山天池

夏遊長白山清涼消暑

當下正是前往天池觀景的最佳時機。8、9月份長白山的最高溫度約攝氏25至26度，對身處炎熱城市中的人而言，無疑是避暑勝地。吉林省正為國內外遊客舉辦消夏節，提供令人流連忘返的絕妙景觀。

本報實習記者王安琪 本報記者高乙菲、張靖唯



▶置身地下森林景區，倍感心情愉悅



▲一名七旬老太在研習吉林特有民間藝術——刀畫

海拔2150米的長白山天池位於吉林東南部，是中國最深的湖泊，也是中國與朝鮮的界湖。

天池被16座山峰緊緊包圍，這使得原本氣勢恢宏、景色壯美的天池瞬間化作一塊靜止的碧玉，不動聲色的浮在那裡。站在長白山上俯瞰天池，彷彿一面明鏡般將藍天白雲倒映其中，湖面沒有一絲波瀾，山水相連，水天一色。但山上的天氣是瞬息萬變，常常前一秒鐘還能將天池景色盡收眼底，下一秒鐘便雲煙氤氳，不知從哪兒飄來的霧團闖進視線之中，使天池在霧靄中若隱若現。

在距天池北側約1250米的地方，斷崖直立，河水經巨石分切改作兩股從懸崖上傾瀉而下，化作高68米的長白山瀑布。

綠淵奇潭 地下森林

從「望瀑坡」遙看瀑布，在陽光的照耀下泛着金光，似從天而降的綢緞，瀑布水飛流直下，飄逸曼妙，甚是好。而到瀑布腳下駐足觀賞，又是另一番感受。瀑布與河水中的巨石撞擊出四濺的水浪和雲煙般的水霧，折射出絢麗的彩虹，令人驚喜連連。

綠淵潭位於長白山景區內的岳樺林景觀帶，碧綠幽深，每逢下雨起霧時，潭上便水霧瀾漫，與周圍的岳樺、巨石融為一體，好似潑墨山水。

地下森林是長白山海拔最低的景區，為森林生長斷陷谷地之中，是在長白山主火山錐噴發時，伴隨而生的寄生火山口，經後期斷裂切割及地表的外動力的雕塑、塌陷形成的森林景觀。走在地下森林中，讓長期生活在都市中，被「鋼筋叢林」包圍着的人體會到了輕鬆愉悅之感。

地下森林中的參天古樹分為三層，谷壁高達50至60米，巨石錯落有致，置身於谷底深處，陽光很難透過層層樹木照射進來，使得原本處在低海拔的森林變得更加涼爽，可謂是大自然的「空調房」。森林谷底面積南北長約2500-3000米，遊人可一覽原始森林風光，感受領略到大自然古樸清新的氣息。

一山四季 十里變天

一山有四季，十里不同天。遊長白山，隨海拔升高可領略溫帶到寒帶不同的自然風光。

海拔1000米以下氣候溫和細潤，以紅松等常綠針葉樹和落葉闊葉樹混合形成了針闊混交林景觀帶；海拔1000米到1800米之間的玄武岩台地，則遍布雲杉、冷杉、落葉松等針葉林景觀；海拔1800米至2100米之間的岳樺和海拔最高處的株樺低矮的草本植物和地衣，則點綴着蒼茫壯闊的山嶽起伏。

被譽為「綠色明珠」的淨月潭位於長春市東南部，素有台灣日月潭姊妹潭之稱，距離長春市中心12公里。面積200平方公里，水面面積4.3平方公里，風景人工林80平方公里，森林覆蓋率多達58.6%，距今已有50多年的歷史，有「亞洲第一大人工林海」之美譽。

森林樹木種類繁多，以樟子松、落葉松、紅松、油松、赤松、雲杉、冷杉及天然次生林、山楊、樺樹、蒙古櫟、糠櫟和少量的楊、榆、胡桃楸等為主，形成了多結構、多層次、多種類獨特性的森林景觀，是旅遊、度假的理想環境。

樂川寨溝七潭八瀑

文、圖：本報記者 楚長城

炎熱夏日，暑熱難耐。在山清水秀的河南樂川縣寨溝風景區裡，有皇家御封「御竹林」，有中原一絕、相對落差為218米的洞天瀑，還有景觀落差680餘米的「七潭八瀑」，遊客可在此尋覓清涼，感受夏日裡的冰爽酷感。

樂川寨溝風景區海拔1670米，年平均氣溫18度，總觀賞面積16.8平方公里，有大小景點300多個。勝天湖總水面達25000餘平方米，碧波盪漾，泛舟其上，心曠神怡。翠屏灣峰迴路轉，河水穿棧其間，怪石倒置其中。

梨花寨海拔高1500多米，古兵營遺跡猶存，登高遠望。洞天河長約5公里，溪流淙淙，瀑布飛流。登天峽上接藍天，下臨深谷，原始林海遮天蔽日，山崖流水如萬馬奔騰，撞擊出一條條石槽和一個個石水潭。

寨溝山清水秀瀑布不斷，有十條大瀑布和幾十條小瀑布，密布在寨溝的山嶺，有「中原第一瀑布群」美譽，有趕石瀑、試劍瀑、白水瀑、洞天瀑等，最高的狂瀟瀑高達345米，最低的瀑布也在5米以上。

最令人嘆為觀止的是洞天瀑布，洞天瀑的成因非常獨特，水流自洞而入，沿穴而下，一會飛流入澗，一會叮咚似琴，瀑長228米，海拔1360米，一會跌入水潭，一會呼嘯轟鳴，聲震峽谷，堪稱中原一絕。

寨溝裡，與瀑布相映成趣的是一個個明鏡式的碧池深潭，個個晶瑩剔透，游魚如細，蝌蚪、青蛙、螃蟹穿梭其間，又是夏日消暑的天然桑拿浴池……

寨溝的「御竹林」綠竹成林，茂密清爽高聳入雲，大小竹園60多個，面積達850餘畝，留有「御竹林」千古美妙的傳說。

寨溝兼有山、水、洞、高、險、峻、奇無所不精，竹林、森林、喬灌木鱗次櫛比，藥材野果動植物種類繁多。盛夏林蔭颯颯，清爽宜人，是休閒度假、旅遊觀光、消暑避暑、尋幽探險的好去處。



▲樂川寨溝瀑布飛流

瓊海粗糧吃出健康

本報記者 劉波、林慧慈

海南瓊海的粗糧小吃街有數十家粗糧店，有些已經經營了十五年之久，成了老字號。無論本地人還是遊客，下午閒暇時就會光顧這些粗糧店，一杯茶，一份粗糧甜品，享受閒暇愜意的午後時光。

粗糧，即五穀雜糧，含有豐富的不可溶性纖維素，有利於保障消化系統正常運轉。以前的粗糧在瓊海，是便宜的充飢品。後來當地人在傳統粗糧的基礎上進行加工改造，製作出許多以粗糧為主材的精美甜品，作為當地民間紅白大事，如結婚、壽宴、彌月、周歲、蓋房等互送的禮品類小食品，表示慶賀，後分送村裡各家，以示親情與同喜。

瓊海的粗糧可分禮品、節慶、家常、南洋風味等四大類。這些都是用糯米粉、白砂糖、椰子絲、豆類、大米粉、肉類、蝦米等原料製作而成，甜鹹都有，種類繁多，款式新穎，令人垂涎欲滴。除了味道好之外，這些食品還有特別的含義，如用於禮品的「油糰」，它有越打（擠壓）越大，團團圓圓之形。作為結婚、建房上樑的禮品，祝福主人家生活幸福美滿，日子越過越興旺；再如一種叫「光粿」的甜品，它是用糯米粉製成糰，裡面裹着冬瓜糖、花生米碎粒、甜椰子絲等餡兒。這種食品多為閩女帶回娘家為父過大壽的壽禮，也彌月、周歲之賀品。因為糯米「黏」，取海南方言諧音好養、壽長之意。

旅遊TIPS：鄭州至樂川寨溝景區自駕路線：
路線一：鄭州—鄭少洛高速—伊川北下高速—洛樂快速通道—過養子溝前行600米—寨溝路牌左轉—寨溝風景區。
路線二：鄭州—鄭石高速—堯山下高速—311國道—合峪左轉—洛樂快速通道—過養子溝前行600米—寨溝路牌左轉—寨溝風景區。



▲海南瓊海粗糧小吃和樹南瓜卷

劉波攝



馬氏莊園堪比喬家大院



▲馬丕瑤故居

文、圖：本報記者 柳海林

馬氏莊園位於河南省安陽市西21公里處的蔣村鄉西蔣村，為清末兩廣巡撫馬丕瑤的故居，光緒年間始建，至民國初年完工，佔地2萬多平方米。

讀書樓見證嚴謹家風

莊園建築全為磚木結構，灰瓦蓋頂。屋頂為硬山頂式，另有懸山及平頂等。建築特點既有北京傳統四合院特色，又有中原地方民間建築特色，兼有山西雕刻藝術特色，規模恢弘氣勢，足以媲美山西的喬家大院。

儀門後，穿堂過廳，第四進院落是馬丕瑤的居處。二層高的小樓極為普通，裡面的布置也極為簡陋。但兩層樓的書房卻寬敞得令人咋舌。「讀書」向來是馬家子弟的第一要務，正如正房門口馬丕瑤編撰的楹聯「一等人忠臣孝子，兩件事讀書耕田」，他對讀書的重視深入骨髓。

讀書樓的奇特之處在於沒有建造樓梯。馬家子弟吃過飯後，由僕人搭上特製的樓梯，大家一起上去，梯子就撤去，由先生領着授課讀書，未成學業，是不准下樓活動。

慈禧太后曾在此下榻

1900年，八國聯軍攻入北京城，慈禧攜光緒趕往西安避難，回京途中，時任護國大臣的馬家次子馬吉樺奏請帝

后下榻馬府。於是一行人等於1902年1月1日抵達彰德（安陽），下榻馬氏莊園，慈禧太后就住在馬丕瑤繼母楊氏晚年居住的房間。

1947年6月，劉鄧大軍司令部設在馬氏莊園，劉伯承和鄧小平分別下榻東西廂房。

龍抱槐是馬府的一大奇觀，一株胸徑約20公分的紫藤猶如一條巨龍，平地騰起，纏繞在附近的一棵古槐樹上，因此而得名。

馬家會傳說龍抱槐非常有靈氣，在龍抱槐下面學習三天三夜，可中秀才；學習五天五夜可中舉人，七天七夜可中進士了。這當然是激勵孩子讀書的一種說法。不過凡去的遊客必定過去撫摸一番，似乎是要沾染一些靈氣回去。

走進馬氏莊園的南院，視線豁然開朗許多。它的建築規模及規格都明顯高於老宅。不僅是寬門大戶的開闊，精美的石雕、木雕和磚雕更是讓人眼前一亮。這是由馬丕瑤三子馬吉梅在民國初年所建，這時的住宅已經沒有等級制度的規定和限制，建築風格也開始趨向於自由。

對於建築學家來說，馬氏莊園是清末民初建築的典型代表，是研究建築史的寶貴資料；對於我們這些普通人來說，生活在這個豪宅裡的那些人和發生過的那些故事，才更能觸碰到我們的心靈深處。

馬氏莊園全景

