

难忘之旅

到彩石溪赏冰瀑

近日,我和家人到山东莱芜彩石溪游览。

彩石溪又名莲花峪,位于莲花山的后山官山。官山有三十六个山头、七十二处深谷,彩石溪就是其中一条大峡谷,峡谷内的石头五光十色,色彩斑斓,这里风景秀丽,在冬季,更有一种别样的美,被誉为“齐鲁第一冰瀑”。

在村口停好车,我们沿山涧上行。冬季的彩石溪宁静致远,有银装素裹的树林,有形状各异的冰瀑……步入峡谷中,置身于冰的世界,似乎一



彩石溪冰瀑

下子读懂了“人间仙境”的诗意,也似乎真实地感触到了童话世界的灵魂。

我们走到一片瀑布脚下,才发现恢宏的气势被定格了,真是:数九寒天一奇观,晶莹冰瀑崖壁挂。千叠万叠

净无埃,素车白云空中飞。仰望,冰笋、冰凌、冰花、冰瀑,玲珑剔透,像佛珠,如剑戟,似盛开的水莲花,姿态万千,神秘奇幻。低头看,冰瀑下的潭中,结冰的水面并不平坦,层层涟漪,似水落溅起的褶皱。环顾四望,大峡谷的大小冰瀑比比皆是,有的宽似倒挂的河面,有的细如少女的轻纱,眼前是冰凌瀑布,脚下是乱石冰层,旁边突出的岩石上,一条条冰柱晶莹剔透,在阳光照耀下,几颗水滴像耐不住寂寞的孩子徐徐落

下。或许不久的春日,就会流淌出汨汨山泉吧?沉吟间,在那缓坡的地方,我很快地滑下去,欢笑声被山风传出去,思绪回到儿时冰上嬉闹的时光。一股冰凉、纯净的气息吹进嘴巴里,甜甜的,那是冰瀑、雪水的味道吗?

我不禁感叹大自然的匠心独具,她是如此慷慨,赐予人类有灵性的礼物,让我们肆意放飞心情,在细腻或苍茫、温婉或粗犷、茂盛或荒凉的风景中,找寻生命存在的意义。

山东 单淑芹/文

最近我去哪儿了

邢台玉清山

何卫东(邢台):去年11月,我到邢台玉清山游览。

玉清山位于邢台市信都区将军墓镇,这里山青水秀,气候宜人。当天,太阳绕过山峰,把温暖的阳光倾泻到我们身上,沿途,树上的柿子挂在枝头,把山谷映红。这里绝壁直立,悬崖陡峭,红岩石层次分明。

不一会儿功夫,我发现直壁上有一个自然形成的山洞,深十几米,有牧羊人栖息的痕迹。继续攀登中,石阶越来越陡,风越来越大,停步上望,只见一座立石站在高峰的肩上,状如麒麟。我们迎着吹过来的山风,压低身姿,一口气登了上去,极目远眺,只见重峦叠嶂,绵延不绝。



邢台玉清山

行行摄摄

魏征公园



魏征公园位于晋州市区西部,占地108亩,是一处环境优美的省级公园。

近日,我到晋州游览时,拍下了这张照片。

石家庄 王金良/文图

寻味

成都回锅肉

近日,我到成都旅游,品尝了美味的回锅肉。

据介绍,回锅肉在成都也称作“熬锅肉”,其由来源于民间的祭祀。川蜀地区民间有个传统,每月初一、十五打牙祭时,都将煮熟的五花肉作为祭品,去祭祀鬼神和祖宗。仪式结束后,便将肉拿回去改刀加工,回一下锅食用。由于是第二次对猪肉进行烹饪,于是便有了“回锅肉”的名字。

四川人做回锅肉讲究两个标准:其一是肉片下锅爆炒后,必须熬至肉片呈茶船状,成都人谓之“熬起灯盏窝儿了”;其二是用筷子夹起肉片



成都回锅肉

时,肉片会不断抖动且不会脱落。达到这两个标准的才是合格的回锅肉。

服务员将回锅肉端上桌,只见肉片肥瘦相连,金黄油亮,蒜苗清白分明,透着生机与灵性。入口后,肉片肥而不腻,配菜微辣回甜,令人唇齿留香,欲罢不能。

辽宁 钱国宏/文

异域风情

荷兰“养老小镇”

前年3月,我到荷兰出差,当地朋友普克斯邀请我参观了荷兰的“养老小镇”。

出阿姆斯特丹市区,驱车半小时我们便来到一座袖珍小镇。远远地,普克斯指着小镇对我说:“这就是我们荷兰的‘养老小镇’,它的名字叫‘博爱’,住着260多位80岁以上的老年人。”“好一个世外桃源啊!”我望着掩映在绿树青山中的博爱小镇,不禁脱口赞道。

走进博爱小镇,真是让我大开眼界。小镇虽小,但设施一应俱全,有广场,有公园,有超市,有邮局,街道平坦而整洁,两边种着各种花卉。广场上有喷泉,有长椅,公园里有树木、花草和各种健身设施。广场上,三两个慈眉善目的老人在喂鸽子,五六个神态安详的老人坐在长椅上聊天晒太阳。公园里,几个须发皆白的老人在悠闲地散步或健身。超市门前,几位鹤发童颜的老人正乐呵呵地从里面走出来,手上拿着商品。邮局里,几位老人坐在桌子前提笔给自己的亲人写信。忽然,我看到不远处的树荫下坐着几个正在看书的大学生,便问道:“这几个大学生怎么在这里看书?他们是来看望亲人的吗?”普克斯说:“不是的,他们是养老小镇‘陪伴换住宿’项目的志愿者。”原来,为了给养老小镇带来一些青春的气息,小镇推出了一项“陪伴换住宿”的创意项目,吸引一些年轻的大学生免费前来住

宿,唯一的条件是,他们每个月需要陪伴老人30个小时,陪着老人吃饭、聊天、闲逛、看电视、举办生日聚会、去超市购物等。不仅如此,“博爱镇”官方网站上每天还会贴出各种聚会通知,邀请社会各界人士前来,与老人们一起举办各种茶话会、庆祝活动,还定期邀请幼儿园的小朋友来与老人一起画画、玩玩具、做手工,老人们通过与年轻人的互动,心情也特别舒畅。



荷兰“养老小镇”

普克斯告诉我,和传统的养老院不同,“养老小镇”就像一个小型的老年社区。传统意义上的养老院与社会隔绝,非常不利于老年人的身心健康,而荷兰的“养老小镇”打破了这种状态,让老人们仿佛置身于原来的生活环境中,比在传统的养老院里生活得更加舒心和开心,这也是小镇受老人们青睐的原因。

黑龙江 佟雨航/文

图说 核心价值观

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

母亲哺育我 我报慈母恩

中宣部宣教局 中国文明网