

适合避暑度假,高铁直达!

江西七地 景美清凉

夏日的炙热,让人心生逃离的念头。树影婆娑,蝉鸣阵阵,一缕山间的清风,便是最美的救赎。累了,倦了,就去江西吧,那里的山水自有消暑解乏的神奇力量。在江西的青山绿水间,找回内心的平静,感受时光缓缓流淌的惬意,让心灵与自然合二为一。

1 庐山

云海翻腾,变幻莫测

自古“匡庐奇秀甲天下”,庐山以其云雾缭绕的神秘面纱吸引着无数游人。夏日的庐山,山顶平均气温仅21℃,是避暑的绝佳选择。漫步于仙人洞、含鄱口等景点,感受“横看成岭侧成峰,远近高低各不同”的磅礴气势,在云海翻腾中体验“不识庐山真面目,只缘身在此山中”的意境。

◆**交通攻略**:在南昌西站乘高铁至九江站,再转乘庐山景区专线车即可抵达。

◆**游玩景点**:如琴湖、美庐别墅、三叠泉、五老峰、芦林湖、锦绣谷。

◆**好吃美食**:庐山云雾茶、酥糖、杨梅、豆腐乳、九江米粉。

◆**住宿建议**:住牯岭镇周边,体验避暑胜地风情。

◆**最佳季节**:7月至9月,避暑效果最佳。

◆**网友说**:庐山的温度宜人,云海日出绝美,值得专程前往避暑。

2 三清山

奇峰怪石,山间清凉

三清山素有“天下第一仙山”之称,以其“奇峰怪石”闻名于世。夏季的三清山,云雾缥缈,山间清凉。南清园、西海岸等地,南清园、西海岸等地,巨石屹立云端,形态各异,蔚为壮观。云海日出、晚霞、佛光、雾凇,四大自然奇观让人流连忘返,在这里,感受人与自然的和谐共生。

◆**交通攻略**:在南昌西站乘高铁至上饶站,再换乘景区直通车。

◆**游玩景点**:玉京峰、南清园、阳光海岸、西海岸、三清宫、女神峰。

◆**好吃美食**:三清山笋干、山茶油、茶树菇、石耳、野生蕨菜。

◆**住宿建议**:住山顶景区内酒店,欣赏日出日落。

◆**最佳季节**:7月至8月,凉爽宜人。

◆**网友说**:三清山的奇石造型超乎想象,宛如仙境一般让人沉醉。

3 婺源

最美乡村,徽派建筑

虽说婺源春天油菜花最有名,但夏日的婺源别有一番风味。青砖黛瓦的徽派建筑,在夏日阳光下熠熠生辉。溪水潺潺,树影婆娑,篁岭、江湾、李坑等古村落,仿佛是时光的驿站,定格了最美的中国村落风光。漫步在古朴的小巷,感受岁月静好的诗意。

◆**交通攻略**:在南昌西站乘高铁至婺源站,再转乘公交车或包车前往各景点。

◆**游玩景点**:篁岭、李坑、江湾、卧龙谷、彩虹桥、思溪延村。

◆**好吃美食**:徽州臭鳃鱼、婺源糊豆腐、婺源荷包红鲤鱼、蒸蟹粉。

◆**住宿建议**:住古村落内民宿,体验原汁原味的乡村生活。

◆**最佳季节**:7月至8月,山村清凉宜人。

◆**网友说**:夏日婺源人少景美,比春季更适合慢慢品味徽派文化。

4 龙虎山

丹霞地貌,绝美画卷

龙虎山以“丹霞地貌”著称,是中国道教发祥地之一。夏季的龙虎山,翠绿色的植被与赤色岩石形成鲜明对比,似一幅浓墨重彩的中国画。漂流于清澈的龙虎河上,穿行于

神秘的仙水岩,感受那份超然物外的道家意境。悬棺、古越民居、云锦峰,处处皆是天然与人文的完美融合。

◆**交通攻略**:在南昌西站乘高铁至鹰潭站,换乘景区直通车。

◆**游玩景点**:上清古镇、天师府、仙水岩、龙虎山漂流、悬棺、云锦峰。

◆**好吃美食**:鹰潭肉圆、三杯鸡、糯米酒、龙虎山野生菌。

◆**住宿建议**:住上清古镇内民宿,感受道教文化氛围。

◆**最佳季节**:7月至9月,植被葱茏,避暑理想。

◆**网友说**:龙虎山漂流让人神清气爽,悬棺文化神秘震撼。

5 井冈山

红色摇篮,绿色生态

井冈山不仅是革命圣地,更是夏季避暑的理想去处。茂密的原始森林、清凉的山涧瀑布,构成了一幅绿色画卷。漫步于黄洋界、五指峰等地,感受那份英雄气概与自然之美的交织。夏季的井冈山,云雾缭绕,空气清新,是放松身心、感受红色文化的绝佳选择。

◆**交通攻略**:在南昌西站乘高铁至井冈山站,再转乘景区专线车。

◆**游玩景点**:井冈山革命博物馆、黄洋界、五指峰、笔架山、龙江书院、水口景区。

◆**好吃美食**:井冈山烟笋、红米饭、山野菜、井冈蜜桔、井冈糍粑。

◆**住宿建议**:住茨坪镇周边,方便游览各大景点。

◆**最佳季节**:7月至8月,避暑效果显著。

◆**网友说**:井冈山的红色文化与绿色生态完美结合,让人身心俱净。

6 明月山

峰林奇特,温泉闻名

明月山素有“小黄山”之称,夏季平均气温仅21℃,是江西省重要的避暑胜地之一。这里云海壮观、峰林奇特,更有天沐温泉闻名遐迩。漫步于月亮湾、明月湖畔,感受微风拂面的清凉;傍晚泡一汤温泉,舒缓身心的疲惫,是夏日最惬意的享受。

◆**交通攻略**:在南昌西站乘高铁至宜春站,再转乘景区专线车。

◆**游玩景点**:禅源谷、罗汉岩、明月湖、月亮湾、天沐温泉、天街。

◆**好吃美食**:明月山笋干、天沐野菜、有机蔬果、宜春月亮糕、明月山茶。

◆**住宿建议**:住明月山温泉度假区,享受泡温泉的舒适惬意。

◆**最佳季节**:7月至9月,清凉舒适。

◆**网友说**:白天登高望远,晚上泡温泉,明月山的避暑之旅堪称完美。

7 龟峰

千峰竞秀,万壑争流

龟峰以其形似巨龟的山形和壮观的丹霞地貌闻名。夏季的龟峰,山林葱茏,飞瀑流泉,空气中弥漫着清新的气息。登上景区最高点,俯瞰群峰起伏,云雾缭绕,仿佛踏入仙境。漫步于仙人洞、观音洞等景点,感受大自然鬼斧神工的杰作,让心灵在绝美山水间得到洗礼。

◆**交通攻略**:在南昌西站乘高铁至抚州站,再转乘直达龟峰景区的班车。

◆**游玩景点**:观音洞、龟峰塔、龙潭飞瀑、仙人洞、一线天、摩崖石刻。

◆**好吃美食**:抚州炒粉、臭鳃鱼、蒸鱼、豆腐包、糖墩子。

◆**住宿建议**:住景区附近农家乐,体验乡村生活。

◆**最佳季节**:7月至8月,清爽舒适。

◆**网友说**:龟峰的丹霞地貌令人震撼,比起张家界,少了人山人海,多了一份静谧。

初见

猫儿山巅纵览云飞

□ 文/图 彭镇强

从广西桂林市兴安县城出发,一个小时便到了猫儿山景区游客接待中心,换乘接驳车后,车子沿着蜿蜒的盘山公路缓缓前行。山路九曲十八弯,一侧是陡峭的悬崖,一侧是茂密的山林,道路极为狭窄。好在司机师傅车技娴熟,会车时仅有几厘米的间距也能轻松通过,在这蜿蜒的山路上行驶自如。车如小舟,在翠色波涛间起伏航行,沿途风景如画,山峦连绵不断,森林郁郁葱葱,像是一片绿色的海洋。沿途偶见山居人家,几缕炊烟从黛色山影里袅袅升起,像大地无声吐纳的呼吸,宛若世外桃源。

途中,我们经过了老山界。这里是红军长征途中翻越的第一座难走的山,陆定一笔下的《老山界》让这里声名远扬。站在老山界的纪念碑前,我们仿佛看到了当年红军战士们不畏艰难、勇往直前的身影,心中涌起对革命先辈们的崇高敬意。他们在那样艰苦的条件下,翻山越岭,为了理想和信念不懈奋斗,这种精神令人敬佩。

经过近一个小时的车程,我们抵达了猫儿山科研接待中心,在这里下车。这是山上重要的科研和接待场所,建筑风格简洁大方,与周围的自然环境融为一体,想在山上观日落日出的游客,可在这里住宿。

短暂停留后,我们步行继续向山顶进发。一路上,山道两侧,春光已悄然攻陷枯寂的枝头。槭树舒展胭脂色的嫩掌,山樱绽出点点羞涩,无数不知名的新芽,在阳光里怯怯探出玲珑的小头,嫩绿的叶子如同大地初醒时懵懂的眼眸,在阳光的照耀下闪烁着生机。

通往山上的是较为宽阔的水泥公路,坡度较陡,我们走的步伐稍快了些,有点气喘。转了几个弯,来到



猫儿山“华南之巅”。

位于桂林广播电视转播塔下的露营地。这里是景区专门为露营爱好者设立的露营地,用木板搭成不同层级的平台。营地里一顶顶色彩鲜艳的帐篷错落有致地分布,像是盛开在山间的花朵。周围是茂密的森林,空气中弥漫着清新的草木香气。远处,山峦绵延不绝,与蓝天白云相映成趣,构成了一幅如诗如画的美景。

休息片刻后,我们向“华南之巅”(海拔2141.5米)进发。沿着山路拾级而上,道路两旁的杜鹃花散落山间,红的像火,粉的像霞,白的

像雪,在微风中轻轻摇曳,仿佛在向我们述说着春天的故事。它们有的独自绽放,孤芳自赏;有的簇拥在一起,形成一片花海。我不禁沉醉在这美好的景致中,时不时停下脚步,用相机记录下美好的瞬间。

越往山上走,地势越险峻,景色也越发壮观,天地愈显浩荡。当我终于站在“华南之巅”的顶端时,一种“会当凌绝顶,一览众山小”的豪情涌上心头。“荡胸生层云”,凭栏极目远眺,连绵的山峦尽收眼底,千山如涛奔涌至天际。最为奇绝的是,从谷底升腾而起的云雾,时而如柔

曼轻纱缠绕峰腰,时而如澎湃怒潮翻涌激荡,时晴时雾,如梦如幻,令人仿佛置身于仙境之中。阳光透过云层的缝隙洒下来,形成一道道金色的光柱,照亮了这片神秘的山林。远处的云海在风力的作用下,如波涛般汹涌澎湃,不断变幻着形状,让人不禁感叹大自然的鬼斧神工。

在山顶上,我静静地坐了许久,山风如清凉的溪流漫过周身,鸟叫声自深谷隐隐传来,如鸣佩环。感受着山风的轻抚,聆听着鸟儿的歌唱,我沉浸在美妙的大自然之中。

布宫不语见匠心

□ 邓剑



布达拉宫。 谢琪平 摄

来到西藏的人,几乎都会前往布达拉宫,哪怕是远处望上一眼,或是在跟前打卡拍照,也算圆了一生的心愿。同事志明是学建筑的,我也曾从事城建工作,我们俩对古建筑都情有独钟,这次有机会身临其境地感受这座古建筑的神奇与巧妙,真是不虚此行,收获满满。

为尽早进入布达拉宫,司机兼导游次仁师傅天未亮就带我们来到布达拉宫广场。此时,家乡雷州半岛的孩子们应该已在课堂放声早读,上班人群正匆匆赶往单位,而这里,广场的东方才泛起鱼肚白。次仁师傅给我们介绍,封建王朝时期,布达拉宫是藏王宫殿,政教合一后演变为政治中心。它依山而筑、居高临下,彰显着至高无上的威严。

晨光映照,宫殿上红、白、黄三色鲜明夺目。上端的红宫庄重肃穆,由佛殿、灵塔殿和经堂组成,是藏族人民对宗教信仰和历史传承的象征;中间的白宫洁白如云,其建筑风格简洁明快,是喇嘛的冬宫和原西藏地方政府的权力中心;而最底层的雪城是旧时综合办公区域,包含行政机构、税收部门、铸币厂及司法监狱等附属设施。正是这样的设计与布局,布达拉宫建筑依山就势,收分结构,分区分明,将宫殿、城堡、寺院功能合一,是世界罕见的立体建筑布局与多功能集于一体的典范。

当我们跨入布宫那扇高大厚重、刻满岁月沧桑的大门,穿过一个小广场,便来到通向白宫“圆满汇集道”的阶梯口。布达拉宫的台阶很有特色,宽度在5至8米,近千级。台阶一端是高大的白色“牛奶墙”,临崖的一端是底宽上窄、锯齿状的防护墙。墙里结构虽无法细究,但墙面抹上阿嘎土,看起来非常坚固。

我们拾级而上,边攀登边欣赏风景。向南,布达拉宫广场熙熙攘攘,好一派热闹非凡的人文图景;向西,整个药王山上的建筑与周围的自然景观相互映衬,蔚为壮观。转过“之”字转角,一阵“咚咚”的声音传入耳中。我循声望去,只见十几位藏族工匠正手持木夯,一下又一下地捶打防护墙雨檐上的泥土。

见到我满脸不解,次仁师傅便讲解道:“他们是在打阿嘎,修补雨檐。你们可真是有眼福,我当导游这么多年,也就第二次在布宫见到打阿嘎呢。”阿嘎土是藏族建筑中特有的材料,这种土取自当地质量上乘的黏土,再掺入碎石和稻草混合。将混合泥铺在墙上或地板表面,然后用水夯不断夯打,使黏性越来越大,密度也越来越高,凝结后阿嘎土堪比混凝土,而且还具备防水透风的功能,是非常优质的建筑材料。我不禁对这传承千年的古老建筑工艺赞叹不已。眼前这普通的劳作场景,却凝结着藏族建筑文化的深厚智慧。

进入白宫,首先踏进面积约2700平方米的“东欢乐广场”——德阳夏。这里曾是官员和喇嘛观赏跳神、藏戏和举行重大仪式的场所。广场地面平坦如镜,光亮照人。次仁师傅介绍说:“工匠们用羊皮裹着酥油与碎石,在阿嘎土地面上反复拖擦。随着时间推移,羊皮的纤维与油脂逐渐渗入土中,不仅让广场地面自带温润光泽,还形

成了天然防水层,使得地面历经岁月磨砺,依旧坚固平整。

怀着满心期待,我顺着广场北侧木梯,穿过雕梁画栋的门廊,豁然映入眼帘的便是白宫内最宏大的东大殿。670平方米的空间,由44根巨型立柱支撑着。殿中央,暗红匾额上的蓝底金字“振锡绥疆”高悬,这是顺治皇帝的御笔,尽显朝廷对西藏管辖的绝对权威和对边疆稳定美好的祈望。立柱上精美的雕刻,默默记录着朝代的更迭与岁月的流转。

抬头仰望,这座大殿全部采用柱梁结构,无一颗铁钉。木柱上方梁、檩、枋交错,依靠榫卯工艺,凹凸咬合连接,却能承受巨大荷载,兼具良好抗震性。这一构造采用独特材料与建造方式,既展现了藏族工匠对材料特性的掌握和力学原理的运用,也是西藏千年建筑文化的传承与智慧的有力见证。

我登上红宫,站在回廊面对半人高的窄窗仔细观察。赭红色石墙上,木质窗框镶着鎏金雕

花,刻满忍冬纹。这窗洞非常特别,呈外宽内窄的形状,把刺眼的阳光变得柔和,再送入殿里。而墙的构造坚实,5米厚的石墙把白天的热量存起来,到夜晚慢慢释放,使殿内达到冬暖夏凉的恒温效果。抬头看穹顶上的八角形天窗,通过“烟囱效应”让殿里热气升腾,不断把凉风吸进来,形成空气对流,保持空气清新。也正是这样的设计,宫中的空气湿度让墙上几百年的壁画颜色永葆鲜亮,这极致的构思让人兴叹不已。

沿着宫殿后的陡坡缓缓下山,准备返程。途中留意到建在山壁上的人流疏导通道,其设计颇具卓见。通道陡坡的角度经过细致考量,坡度平滑,即便行走其上,也不觉得疲惫。道侧偶见小平台,那是人力运送物资的歇脚喘息点和缓冲带,可谓匠心藏于细微。

回望这座建筑艺术宝库,砖石土木间凝固的是千年风霜,也是雪域先民智慧与勤劳的壮丽篇章。