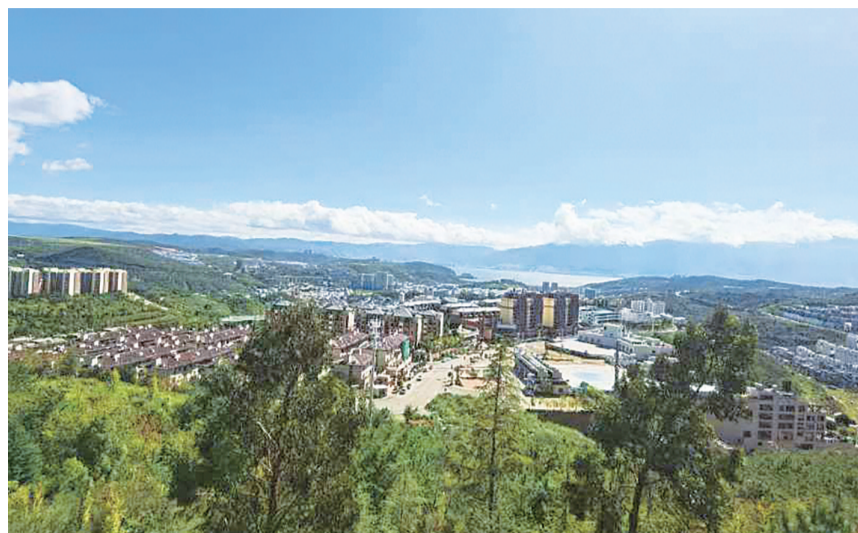


大美海东 花开四季



木莲公园。

□ 彭黎明 文 / 图

作为土生土长的本地人，周末的日常是到苍山徒步，到波罗寺参观林海云雾，到寂照庵喝茶吃素赏花，到清碧溪听水流潺潺……或者到洱海生态廊道，近距离亲近洱海，观水面鸥雁点点，赏沿途鸟语花香。一天，朋友邀约到海东山上新城的公园闲逛，改变了周末的日常，也改变了原有的认知，也由此对海东山上新城的公园有了全新的认识。

走进海东山上新城，这里俨然已变身为绿色之城、生态之城，区域内大大小小的公园有23个，有森林公园、湿地公园、雨水花园……各具特点和特色。这里是一个休闲度假的好去处，好玩处，门票全免，距市区近，风景好，绿化率，带上户外休闲装备，喝茶、野餐、露营皆可，最舒服的应该是溜娃，天地之大美，植被花草之丰茂，风景这边独好，把孩子带到自然中放飞，大人也得到锻炼和放松，可谓两全其美。对于外地人来说，这里是观赏苍洱美景的绝佳之处，也是避暑休闲的好地方。

在大理海东城市中心公园，我遇到了一名露营者，也是一名骑行旅游者，

在秀北山森林公园观景台远眺苍洱风光，那才叫锦绣山河之壮丽、风花雪月之秀美。苍洱间，水光山色变化万千，特别是当丁达尔光洒向苍洱大地，更见大理的神奇和灵秀。走进公园，丹桂飘香，花木葱郁，令人赏心悦目，心旷神怡。海东秀北山森林公园位于天秀路北侧，这里曾是海东新城最大的弃土场，公园占地632亩。公园以“一池山色，漫园花香”为主题，依山就势而建。园内景点丰富，有静颐园、洱月湖、花海融春、阳光草坪、童趣时光、松涛竹韵、山亭远眺及观景台等十多个特色景点。公园不仅有“大美”，还有“大用”，秀北山森林公园是大理生态修复、城市修补“城市双修”的典范和海东生态名片，是集泥石流沟谷及渣土弃土地质灾害治理、城市园林景观森林公园建设、雨水收集回用并形成自然水面景观、中水全覆盖使用的一个绿色生态环保示范工程。公园设计充分展现大理海东新城独特的地域山水和植物特质，运用海绵城市建设理念和生态修复、低碳环保、可持续发展的新技术新工艺重构了秀北山森林绿园。

木莲公园位于大理海东上和天秀路南侧，为区域内的制高点，交通区位和视野景观极佳，总占地面积280亩，原为洱海东岸的裸岩荒山。大理海东开发管理委员会成立以来，按照新城市主义理念，将其作为绿色共享的城市中心



秀北山森林公园。

花园进行规划建设。公园引种了木莲属植物16种，其它木兰科珍稀植物20种、红橡树6种，共3000余种，着力打造国内首个木兰科木莲属珍稀植物引种栽培科技示范园。这里也是大理观苍洱风光的最佳平台位置，公园拥有绝美的空中骑道和观景台，自行车赛道宽3.6米，总长约1415米，是户外休闲运动健身的绝佳之地。

海东新城公园群的特点是大而美，逛了半天，才逛了三个公园。大理海东开发管理委员会的工作人员介绍，海东新城以公园和水循环流域治理模式建成森林公园、湿地公园等23个，其中，九溪湿地公园是我省首个按照住建部倡导的海绵城市建设理念规划设计的雨水花园；起风公园是海东新区生态保护、生物多样性的样板和科普教育宣传基地；花田公园也有雨水收集的作用，一年四季都有不同的花卉开放，不同的植物可观叶色彩变化。还有掬秀园、涉溪园、独秀园、叶脉公园、锦水润水花园、荷月洲湿地公园等不同类型的公园。这些公园不仅美化了生活，提高了城市绿化率，同时也提升了大理的城市形象。到海东新城游玩，步步有惊喜，季季有花开，映雪路和洱月路的樱花，沐月街的蓝花楹，丹阳路的红花刺桐，城市中心公园的红枫，秀北山森林公园的玉兰、李花、桃花、紫薇、夹竹桃、火焰兰等都开得很美！



公园设置了固定椅，让人们可随处小憩。

游踪

徐霞客笔下的弥蒙古道

□ 字加华

弥蒙古道，就是弥渡到巍山自东向西的八十里驿道，当地有“四十五里管（从弥渡新城村委会管门口村到龙箐关丫口）三十五里坡（从巍山五里坡脚到龙箐关丫口）”的说法，它既是闻名世界永昌史册的西南古丝绸之路的一条重要驿道，也是鸟类迁徙的重要通道。龙箐关丫口的“鸟道雄关”石碑很好地例证了这里是国际候鸟迁徙的理想通道。由于这里的地理环境和特殊的气候条件，鸟类飞越重重的横断山脉经过这里以后就进入红河河谷、澜沧江盆地、龙箐关成了鸟类迁徙的必经通道。龙箐关地势险要，山高林密管深，一夫当关，万夫莫开。可以说，是古代中国通向世界的一个重要关口，一直有重兵把守，现在还留存着军防保安团驻地遗址。同时，龙箐关也是鸟类迁徙的生死关口，不能飞越的，被浓雾迷路的就只好殉难于此，有名的凤凰涅槃、百鸟朝凤、双凤朝阳的传说都在这里代代相传。

明崇祯十二年（1639年）八月十九日，徐霞客在蒙化（巍山）北门辞别妙乐师傅，过教场，东走迷渡（弥渡）道，翻越龙箐关进入弥渡地界。清康熙《蒙化府志》邮铺条记载：“隆庆关，在府城东北，高出云表，西有沙滩嘴，望城廓如聚。东有石佛哨，两山如夹，人即咽喉。”这里的“隆庆关”即今“龙箐关”，是为山崖口往东至管门口的四十五里山管如一条巨龙而被当地人称作龙箐关。

八月的滇西高原，秋色正浓。弥蒙古道夹在如夹的两山之间，龙箐关丫口宛如一条昂首的巨龙张开血盆大口。

徐霞客辞别妙乐师傅择迷渡道一路“蹊脊”而上，过大俄塘、沙塘哨，站在龙箐关丫口，向东望去，弥川坝尽收眼底，更远处隐约可以看到祥云大坝子。秋天的弥渡坝子远山雾绕，秀美的村庄、田野，错落有致，踩着宽敞的石板路，顺势而下，一路鸟语花香，溪流潺潺，偶尔会有松鼠从林间的树枝上跳下来，欢叫着从你身旁大胆地跳下，也会有野兔从你的眼前蹿出来，飞快地钻入灌木丛中，行走其间，满眼都是绿，满鼻都是香，你一定不会感到孤单寂寞，旅途的艰辛会消散殆尽。

沿路直下不足五里，就是徐霞客笔下的石佛哨了，他在《旅滇游记》中写道：“蒙化……东向下者四里余，有数家居峡中，是为石佛哨，乃饭。”

石佛哨便是我的家乡，如今的石佛哨早已不是数家，也早不居于峡中了。村庄从峡中的石佛寺旁搬离到东南方向一公里多的山林间，数家住户已发展到130多户500多的人口，随着新农村建设的推进，又有30多户易地搬迁，从老村搬到弥蒙公路上的响水箐，建造起了又一个美丽富饶的新农村。

“又三里，有三、四家在北坡，曰桃园

生活笔记

“飞机木匠”的家风传承

□ 周应良

说起家风故事，让我不得想起了小时候被村里人称为“飞机木匠”的父亲。正是在父亲“勤俭、奋进、好学”家风的教导下，让我们兄弟4人学会了做人、做事、学习的道理，同时也让我们走进了校园，走出了大山，成为当时全村乃至全镇唯一一家有4名国家公职人员的家庭。

为何父亲被称为“飞机木匠”？是因为父亲做木活的速度快、效率高、质量好，盖一间土木结构的房屋，从破土开工到盖瓦封顶只需20余天。对此，父亲被乡亲们尊称为“飞机木匠”。我们兄弟4人也是在父亲“飞机木匠”严厉家风的言传身教下受益终身。

1950年3月，我的父亲出生在南涧县小湾东镇（原新民乡）的一个小山村，家中排行老二。在那个读书不易的年代，因父亲8岁那年爷爷不幸去世，家里只有奶奶和年仅11岁的大姐，7岁的叔叔及父亲，为了维持生计，父亲连小学二年级没读完就被迫辍学。一直到20岁时与母亲结婚后，父亲开启了他那艰辛的木匠生涯。

父亲和母亲成家后，他们用辛勤的汗水，在艰苦的环境下生下了我们兄弟4人。那时，只要家里有足够多的粮食，就没了后顾之忧。因此，在种包产地的基础上，父亲带领我们一家还自行开垦了部分山地，全家坚信一分耕耘，一分收获，从不奢得撂荒一寸土地入手，以全员劳动为号召家人们勤奋拼搏，勤俭持家。在我小时候的记忆里，放学后，周末和假期里，家里总是有播不完的秧子，耕不完的田地，锄不完的庄稼，施不完的农家肥，收不完的粮食，还有打不完的猪草、牛草，闲暇之余，我们还得上山打柴、洗衣、做饭、刷碗……这一切的一切都成为家常便饭。

而最难忘的是每到假期，我们兄弟

美食地理

七宣农家菜

□ 徐丽华

以“哑巴节”而引人关注的祥云县大营镇七宣自然村，是一个生态优美、民风淳朴的彝族古村落，而这里的农家菜，让我记忆深刻。

七宣村里有个彝家山庄，因餐厅位于一排大柳树下，大家叫它柳下餐厅。罗红武是这家餐厅的老板兼厨师。

罗红武从小练就的一手厨艺在村里颇负盛名，谁家办客事都是他做厨掌勺。为满足各地游客的口味，他参加过乡村厨师厨艺培训，闲暇时还会琢磨App菜谱里的各地菜式。“彝家传统的菜式我都会做，其它的家常菜你说个大

概，我就能做出来。”罗红武说。美食不仅在于做法，更在于食材新鲜。罗红武说：“猪和鸡是自家养的，酒也是自家酿的，时令蔬菜大多是自家种的，也有从村民那买的，很新鲜。”

来自四川的张先生说：“这里的食材很新鲜，炒青黄豆米听起来很普通，但亲眼见证老板娘现剥豆米，随即现炒，有种去到乡下老家吃饭的感觉”。在身心放松的环境中，品尝新鲜、带有泥土气息的美食，是柳下餐厅独有的特色。

这里不用菜单，客人看菜点菜。每日菜品约莫二三十种，均是本地家常菜。除苦里巴鸡、芸豆炖猪脚、红烧山

羊肉、凉拌树花等彝族同胞待客的家常菜外，还有时令蔬菜、蕨菜、棠梨花、野生菌等等，食材新鲜，土灶现炒。如果说什么能代表乡村的风味，莫过于这样地道的农家菜。

在这里，游客还可以自备食材，和家人朋友一起享受自己动手做烧烤的乐趣。在柳树下、竹屋里听着淙淙的水声，烤着各种小吃，喝着酒水饮料，聊着天南地北的趣事，在唇齿碰撞间，深切领略乡村生活的淳朴与快乐。

农家菜满足的不仅是游客的味蕾，更是一种故乡情怀的寄托。“到这里来，不仅能欣赏清新的田园景色，了解彝族特有的文化，这里的农家菜味道也特别

好，像小时候吃的柴火饭。”昆明游客顾女士对这趟乡村游特别满意。

随着健康生活理念深入人心，人们越来越青睐农家菜的生态自然和简单朴实。用生态食材和本地传统做法做的饭菜，让游客吃出不一样的感觉，吸引更多的人来七宣，欣赏七宣的风景，了解七宣的文化，品尝七宣的农家菜。

这里的乡村美食，都是来自大自然的馈赠。当你想远离城市喧嚣和乏味的冷冻食品，回归自然怀抱时，不妨到七宣村彝家山庄来，与新鲜的美食约会，品尝烟火气带来的七宣味道，让味蕾回归故乡的记忆。

随手拍



拍摄时间：七月二十六日 拍摄地点：祥云县沙龙镇水源地荷塘 作者：徐翔

乐美村庄