

# 听风 看云 观山海 洱海东岸美景等着你



彭黎明 文 / 图

旅行就要去有风的地方，而大理就是有风的地方。大理的风不仅仅是自然之风，还是风情万种的民族之风、风花雪月的浪漫之风、诗和远方的文艺之风……在大理听风，最适合的地方当数洱海东岸，在这里听风、看云、观山海，风恰好，景恰好，风景恰好。

当身心俱疲，到有风的地方去，让身体与风儿一般舒展放松，让心灵与风儿一般自在轻盈吧！而大理一直在等着你，在洱海东岸，你能够随时感受到风的轻盈与云的自在。环洱海路上，流动饮品车上的饮品不要太多，坐在露天的洱海边，喝上一杯清凉饮品，把视线落在眼前无边的美景，落向天边各种形状游荡的云，你的身心会瞬间被打开，这时你不会再惧怕大理的紫外线，身在景中，视线却在景外，是风景里的人，也是风景外的心路翱翔，这是一种神奇的感受。在此，你能感受到天地、城市、村庄与人同入画卷的震撼，让你动容的不仅是苍洱间的这份广阔，还有风，风掠过全身，风在向你耳语，抚慰着你

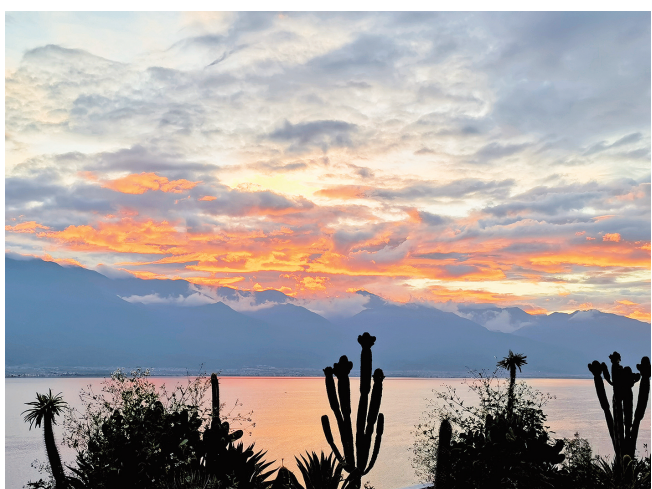
各种形态、不同色彩的云，我想，爱云的人实则却是热爱生活的。人在人间，恰如人生，恰如理想，我们的身体需要在人间，我们的心灵或者说理想则需仰望天空，看看天上的云，想想身边琐碎的小事，有时候很多的放不下，在山水间听风看云，不觉间也就放下了。大理的云在晚霞中最为动人，大理的晚霞也不是一般的晚霞，苍山为屏，洱海为镜，晚霞在苍山的衬托下更为绚丽多姿，洱海则在晚霞的投影下变得金光闪闪，诗意的天空就这样轻轻落在洱海水面上。

洱海东岸有古朴传统的古渔村，神秘的金梭岛溶洞，也有现代的综合体验，如大理海洋世界的奇妙之旅、大理华彬健康之都玛尔斯乐园的UTV全地形越野体验等。这里大多数景区景点以及网红打卡点的共性之一是可登高远眺，比如理想邦旅游度假区、理想的花园、大理罗荃半岛旅游区、大理华彬健康之都、文笔村、鹿卧山遗址。登上洱海东岸山头，苍洱大观、大理坝子、海岸线……美景美色尽收眼底，视野和心胸一并打开，其喜洋洋矣！共性之二是拍照打卡的人络绎不绝，放眼望去，山水美，俊男靓女成为一道流动的风景。为什么这么多人到洱海东岸

拍照打卡？大概是“天时地利人和”再加个“景美人美”。洱海东岸的确是一个优秀的摄影场，苍山洱海所构成的独特光影，加之典型的地域特点，曲折的海岸线、古朴秀美的白族村庄，风景随便一拍都是大片，人像随便一修，都可与明星叫板，不得不服。共性之三是可以临水亲风，海东镇、挖色镇、双廊镇，每个小镇都有其独特的历史文化和民俗民风，非常值得一试。

洱海环线全长140公里，这条线路是格兰芬多自行车赛的赛道，也是自行车爱好者练习的经典线路。海东环线是临海公路，全长约80公里，海西环线约40公里，是洱海生态廊道。海东环线公路一面临洱海，一面临村庄，一路美景、美食不断。可以从下关出发，一路游览大理海洋世界、金梭岛、理想邦旅游度假区、大理华彬健康之都、文笔村、小普陀、挖色镇、鹿卧山遗址、双廊古镇。也可以先到大理古城、喜洲古镇逛一逛，然后从双廊古镇村回洱海东岸。这条旅游线路可以一路逛一路吃，适时小住，深度体验大理的特色美食、文艺民俗和咖啡小店。如果不想全程旅游，也可以选择性打卡，同样惬意。

的各种焦虑和不安。当和风抚平了你的躁动，这时你会注意到大理的云，大理的云被称为大理的第五景，是继“风花雪月”四景之后的“后起之秀”。大理有很多云痴，我在朋友圈看到有的朋友的主题永远是云，各种场景，



## 游踪

# 乌龙坝山

杨宏毅

金秋九月，冒着绵绵细雨又一次进入宾川县乌龙坝山顶山森林草甸保护区，感受大自然的秀美，参观宾川南部山区生态保护发展的成果，用摄影和书画记录人文自然美景。

金秋的乌龙坝，没有你碰不到的美景。沿着风电站的公路前行，成片成片的白芸豆、秋蚕豆、秋豌豆盛开着白色、红色的花朵，在蒙蒙细雨中沿山坡绵延起伏。秋天的雨总是和白云、蓝天相伴，形成独特的“太阳雨”，这更加映衬出乌龙坝“三豆”（白芸豆、秋蚕豆、秋豌豆）产业的独特优势。规范化栽培的蔬菜、青山之巅的风电塔、成林成片挂满果实的松树……远山近影，在晨光中铺成一块巨大的七彩棉毯，展示着初秋乌龙坝高山独有的青山绿水秀美图。

车到乌龙坝山顶山草甸，一望无际的草甸被青山绿树环抱，成群的牛羊自由地享受着大自然赐予的美食，草甸上盛开着各种各样美丽的花朵。地毯式的绿草间，粉红的、纯白的、淡粉的各种花

朵好像一群亭亭玉立的美少女，和着雨后的阳光翩翩起舞，美丽又可爱！娇嫩的花蕾探头探脑，羞羞答答，漂亮至极。

与杨柳村大草甸的红土绿草不同，这里以黑土为主，这就为各种生态绿草生长提供了独有的环境，造就了绝美的生态美景。土肥草绿，阳光和煦，伴随着清凉的山风，高山草甸的植被如海浪一般绵延，报春、鸡蛋参、各类菊科豆科作物，还有许许多多不知名字的野花，蓝的、紫的、红的、黄的……或稀疏或紧凑着生长；湛蓝的天空中，白云自由舒卷，绿草如茵，牛羊和牧人点缀在这如画的天地间；勤劳的蜜蜂扇动着小翅膀，不知道停留在哪一朵花儿上才好，眼前所见山峦草甸，远远地铺向绿色的林海……身处在这梦幻般的风光中，似乎忘记了所有的烦恼。欣赏美景，走进阳光，回归自然，在山水间放飞心情，大自然让我们的眼睛更加明净，让我们的心胸更加宽阔，让我们的情感更加友善，让我们的身心和肉体更加健康！

一岁一枯荣，坐在柔软的草甸上，那种酥酥而富有弹性的感觉非常美妙，可以

尽享草原风光，清静幽雅。也可以无限拓展想象的历史，任意展开联想的翅膀，追忆梦幻中的历史和传说，宁静！美妙！如诗如画！

明崇祯十一年（1638年）农历十二月二十一日，著名旅行家、地理学家徐霞客过宾川时，远远地观察了乌龙坝山形美景，他在游记中多次记录了宾川乌龙坝的山形走势：“又东南峙为乌龙坝山，为赵州、小云南界”“二里，西逾冈脊，望见南山自西屏列而东，是排沙北界之山，西自海东，东抵宾居，南与大脊乌龙坝山并夹者，土人称为北山”（见朱惠荣《徐霞客游记校注》）。

1943年2月，当代著名社会学家、人类学家、民族学家、社会活动家，中国社会学和人类学的奠基人之一费孝通先生前往大理讲学，途中与众友人前往佛教名胜鸡足山旅行，回程过宾居乌龙坝时留下了宝贵的文笔；幸亏从宾川到凤仪的一段山路，虽没有金顶的高寒，却还峻险。盘马上坡，小心翼翼，松弛的笑脸也愈走愈少。走了大概有三四个钟点，山路才渐渐平坦。这一片山巅上有个小小的高原，划

出一个很别致的世界。山坡上一路都是盘根错节的古松，到这里却都改了风格，清秀挺拔，一棵棵松松散散地点缀在浅草如茵的平地上，地面有一些起伏，不是高低小丘，只是两三条弧线的交叉，“平冈细草鸣黄犊”大概就是描写这一类的景色。清旷的气息，使我想起英伦的原野和北欧的乡色，唯一使我觉得有一点不安的，只是那过于赭红的土色。

斗顶山位于宾川南部宾居镇乌龙坝村，毗邻大理市凤仪镇，祥云县象鼻乡，是著名的乌龙坝柳村草甸风光的重要组成部分。《宾川县旅游总体规划（2008—2020年）》中，将《徐霞客游记》中所提到的宾居乌龙坝高山草甸列为宾川县乡村旅游开发重要景点。2017年3月编制的《宾川县杨柳村——乌龙坝森林生态旅游总体规划》中，提出依托乌龙坝“山”“草”“花”“林”“湖”等自然旅游资源和“村落”“田园”人文旅游资源，打造杨柳村——乌龙坝森林生态旅游带。

经过多年的保护，乌龙坝斗顶山生态保护区已经成为宾川最具特色和潜力的生态“处女地”。

# 安静的站台

黄孟略

在城市的喧嚣中，总有一隅静谧，如诗如画，让人在忙碌与浮躁中找到一片宁静的栖息地。川流不息的马路边，隐藏着这样一处安静的站台，它仿佛是喧嚣中的一抹幽蓝，让疲惫的心灵得以暂时地休憩。

我的工作地，是一所小学，坐落于“川”字形道路的一撇之上。站台，则位于道路的中间一竖，与教室遥相呼应，两者同向而立。虽然紧邻居民区，但因远离主干道，加之周围没有繁华的商业区，这里显得格外静谧。偶尔有行人经过，也是步履匆匆，仿佛这里的宁静与他们无关。

站台与教室之间，隔着十来米左右的距离，中间是一片绿化带，以及人行道与车行道。绿化带设计独特，呈阶梯式，生长着茂密的蕨类植物，其根部低处堆积着枯败的枝叶，成为鸟儿和虫子的乐园。偶尔，小鸟会飞下来觅食，在粗糙的石板路面上悠闲踱步。随后又迅速飞走，留下一串清脆的鸣叫声。

我常常站在教室外，让风拂过发梢，感受着室内的欢声笑语与门外的城市喧嚣声交织在一起的奇妙。眼前的站台，空无一人，却如同一幅静谧的画卷，让我的思绪飘向远方，回味起许多悠远的往事。站台旁，几株高大茂盛的小叶榕树，枝繁叶茂，它们的存在，仿佛为站台筑起了一道绿色的屏障，将外界的喧嚣隔绝在外。

置身于此，仿佛被包裹在一片安宁之中，心中生出“任尔风吹雨打，我自闲庭信步”的感慨，安全感与惬意油然而生，如同在疲惫之后，沉入柔软沙发的怀抱。

树木的绿意深沉，枝叶如瀑布般倾泻而下。一阵风吹过，狭长的叶片轻轻摇曳，仿佛一道绿色的琉璃墙，在阳光的照射下，闪烁着点点光亮。风儿漫不经心地卷起地上的枯叶，将它们团团围住，飞舞至半空，最终不知散落于何方。行人，被风拉扯着头发和衣服，后背鼓鼓囊囊，表情淡然，仿佛这一切，只是他们行进过程中的一个小插曲，无关紧要。

站台，就像人生旅途中的一个标点符号，往往被人们忽略。人们总是在期盼中开始，或沉溺于对未来的担忧与焦虑中，又或是过于迷恋于预期的结果，而忽视了过程本身的意义。然而，生命的本质，正是一段体验的过程。我们无法预知未来，也无法改变过去，唯有珍惜当下，坦然接受并面对生命中的每一个瞬间。正如苏轼所言：“人生到处知何似，应似飞鸿踏雪泥。”无论我们身处何方，经过的地方，都将作为生命中不可磨灭的风景。

在这样的站台旁，我学会了放慢脚步，学会了欣赏过程中的每一个细节，学会了以内心的平和去面对生命的无常。站台，不再仅仅是一个等待的地点，它成为了我心灵的港湾，让我在忙碌与喧嚣中，找到了一片属于自己的宁静天地。

## 随手拍



## 悠闲的市场

拍摄时间：8月23日  
拍摄地点：巍山县庙街街  
作者：饶国生

# 散文集《美丽乡村》出版发行

本报讯（记者 王晓云）近日，由我州作家纳雍元、北雁、李达伟合著的散文集《美丽乡村》由云南人民出版社、云南美术出版社联合出版发行。

为从一个侧面反映云南26个世居民族在这块土地上的生存状况，三位作者以“美丽乡村”为题，在全省数以万计的村寨中选取了一部分较有代表性的民族村落作为写作对象，并坚持从与这些村落相关的神话、传说、故事、歌谣、民俗习惯及相关文献资料入手，以文学和人类学的眼光挖掘和剖析属于每个民族、每个村落里最为独特的心灵世界，

同时对这些村落和民族的变迁进行深入细致而又独具个性的思考，以此展现美丽神奇的云南风土人情。

《美丽乡村》共分为六个章节，总计20余万字，分别取名为“茶香四溢的村寨”“歌谣飘荡的村寨”“众神庇佑的村落”“自然滋养的村落”“手工传承的村落”和“盐巴沉积的村落”，并各有一条主线，用47个传统民族村落串联起了广袤的云南大地，同时也让全书脉络更加清晰。

该书先后入选2019年度中国作协重点作品扶持项目、云南省文艺精品创作专项扶持项目等。