

乌饭飘香喜迎客

邵阳日报讯（记者 朱大建 通讯员 罗法）5月30日，洞口县茆溪瑶族乡举办第五届“四·八”乌饭节，闻讯而来的千余名外地游客与当地乡亲齐聚大麻溪村，品乌饭、看表演、赏美景，尽享这个具有浓郁瑶族风情传统节日。

茆溪瑶族乡位于洞口县西部，自唐代就有苗、瑶、汉等族人在这里栖息，今天的茆溪瑶族同胞仍保留着传统的瑶族歌舞、服饰、民俗和饮食习惯。“四·八”乌饭节就是茆溪瑶族同胞的一个古老的节日，源于宋代，相传为大麻溪村聚居的杨姓后人为了纪念先祖，在每年农历四月初八这天，大家都要吃乌饭、杀猪宰羊、祭祀祖先、唱大戏、耍龙灯，还要把嫁出去的女儿请回娘家一起过节，同时，还要给亲戚朋友送节表达心意。

活动现场，洞口籍著名歌手、2016年中央电视台《寻找刘三姐》全国总冠军王馨应邀为大家带来了最新抗疫歌曲《红手印》以及《美丽家园》，赢得了观众们的阵阵掌声；茆溪瑶乡走出去的“金凤凰”阳韶芝演唱的歌曲《茆溪，美丽的瑶乡》《大美茆溪等你来》将活动气氛推向了高潮。节目大多为自编自演，既活泼有趣，又接地气，生动体现了瑶家人在劳动生产和日常生活中的乐观向上风貌。除此之外，瑶族乌饭节祭祀仪式、山歌王唱山歌吹木叶、瑶乡歌曲独



5月30日，农历四月初八，洞口县茆溪瑶族乡大麻溪村，瑶族同胞在进行民俗活动表演。当天，来自周边地区的千余名游客齐聚该村，与瑶族同胞一道欢度“四·八”乌饭节。

通讯员 滕治中 摄

唱、《四·八乌饭乡》等民俗文艺表演轮番上阵，精彩纷呈，让游客们大饱眼福。

洞口县境内有我省面积最大的茆溪国家森林公园，有平溪江国家湿地公园，洞口宗祠建筑群，还有大麻溪村、宝瑶村等传统民俗村落，山水风景优美，人文

景观资源丰富。近年来，该县以茆溪国家森林公园为核心，依托“四·八”乌饭节等特色节庆，挖掘地方民族传统文化内涵，将秀美自然风光和深厚文化底蕴深度融合，文化旅游产业得以迅速发展，让当地乡亲的脱贫致富之路越走越宽。

荷花初绽

荷叶罗裙一色裁，芙蓉向脸两边开，初夏，荷花初绽放，引来游客流连。5月31日，游客在市大祥区蔡锷故居纪念馆游玩，观荷赏花。

邵阳日报记者 朱大建 通讯员 李少平 摄影报道



天然氧吧！黄桑邀你来深呼吸

邵阳日报讯（记者 袁光宇 通讯员 李斌 宋三龙）5月30日下午，继绥宁县苗族四月八姑娘节开幕式之后，湖南黄桑国家级自然保护区负氧离子NAI指数发布仪式在黄桑生态景区西大门举行。从此，“深呼吸，到绥宁”有了权威依据。

当天，现场首次发布了5月21日湖南省森林植物园专家对曲幽谷和六鹅洞负氧离子的检测数据，其中，六鹅洞平均空气负氧离子瞬间浓度为14万个/立方厘米，瞬间最大浓度达21万个/立方厘米，达到

“优”级标准，具备良好的森林康养条件。

绥宁县的森林覆盖率高达76%，素有“神奇的绿洲”之称，其中黄桑自然保护区更是堪称“神奇绿洲”的心脏。从前，当地人民只是笼统地将黄桑和“世界长寿之乡”广西巴马相提并论，这次权威发布，等于给黄桑戴上了一顶正式的“天然氧吧”桂冠。

“有条件的人，尤其是老人孩子和常年工作压力较大的成年人，经常到黄桑去走一走、住一住，非常有益身心健康！”邵阳市第二人民医院副主任医师蒋新作介绍。

三天四点五星游

崑山全新产品亮相

邵阳日报讯（通讯员 颜克明 黄远庆）5月30日下午，在绥宁民族大酒店举办的“神韵雪峰户外休闲游—精品旅游线路推介会”上，新宁县委常委、宣传部部长、崑山管理局党委书记彭洪兵热忱邀请参加“2020年邵阳绥宁县苗族四月八姑娘节”的嘉宾，以及广大游客来新宁“游5A崑山、住五星民宿、观五百年刀山火海、品五千年华夏文明”，体验“三天游玩四个点，五星级品质游”的崑山全新游产品。

推介会上，崑山景区代表顾江以“崑山三天，回味千年”为题，从游客体验的角度详细介绍了拥有“世界自然遗产”“国家5A级旅游景区”品牌的崑山风景区，以温泉、民宿、儿童乐园为特色的太阳谷生态园，以“上刀山、下火海”非遗表演和“瑶王宴”为特色的崑山瑶寨，以及以“华夏五千年”根雕藏品为代表的满师傅生态文化产业园等特色旅游资源，全面阐述了崑山“三天四点五星游”的新产品、新体验。

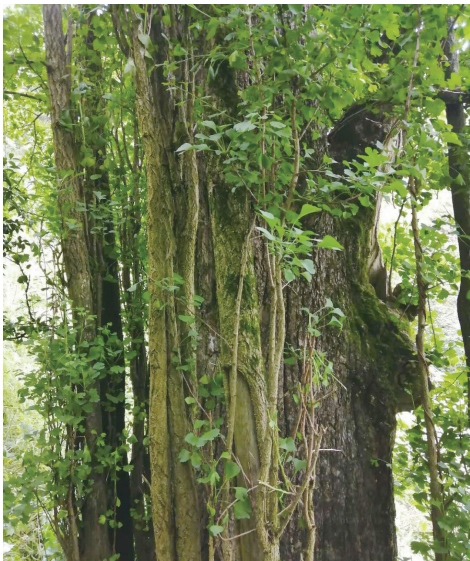
崑山旅行社负责人游成分别以“健康”“美食”“文化”“研学”为主题，把新宁崑山与绥宁黄桑、武冈云山、城步南山、隆回花瑶等周边兄弟县市的特色旅游资源进行深度融合，介绍了“森林洗肺休闲游”“山水清凉康养游”“卤菜瑶王宴美食游”“油茶鲜奶脐橙宴”“民俗风情探秘游”“古城古建探寻游”“地球探秘研学游”“英雄足迹红色游”八条全新的联线旅游产品。

彭洪兵表示，崑山作为世界自然遗产地和国家5A级旅游景区，在5+2“锦绣潇湘”湖南精品旅游线路中的“魅力湘西·世界遗产游(大湘西板块)”和“神韵雪峰·户外休闲游(雪峰山板块)”榜上有名。目前疫情还没有完全过去，“跨境游”“跨省游”也没有放开，崑山正在开展“湖南人游湖南”“邵阳人游邵阳”的各项准备工作，已联合邵阳市九县三区十四家景区推出了“奇美邵阳·惠游卡”活动。彭洪兵希望借这次推介活动与周边兄弟景区共同携手，打造新的联线旅游产品，共度难关。



漆树峰的『银杏王』

谢立军 尹任德



在洞口大湾区省级森林公园五龙山片区，有座漆树峰，海拔1220米，位于岩山镇菱角村境内。

漆树峰的命名，既无历史依据，也无神话传说，但风景秀丽，景观独特，更有一棵千年“银杏王”藏于海拔940米的山峰腹地。她的美，她的壮观，她的沧桑，她的价值，至今未被多少人所认识。

江南的五月，阳光下还是有点热了。天公作美，我们攀登漆树峰的时候，恰逢阴天。一条并不太陡峭的弯曲小路，把我们一步步地引进密林深处。

绿树、荆蔓，翠竹，织成一张绿色的网。一簇簇、一片片的大南竹，迢迢挺拔。翠屏绿嶂，山岚飘逸，低道巡回，芳草萋萋，野花艳艳，小溪潺潺，一派未染杂尘的自然境界。我想起林语堂说过的一句话——大自然本身始终是一间疗养院，一个人像婴孩那样地偎依在它的怀中时，是觉得很舒服的。的确，身临其境，将这绿色的气息吸进肺腑，沁人心脾，如饮甘霖！

突然，一尊似顶帽子的石峰巍然屹立一片竹林丛中。就在我由衷地赞叹大自然的鬼斧神工、造化之妙时，走在后面的同事有板有眼地说起了它的传说：远古时代，菱角境内有一尊叫石仁菩萨的石峰生长速度极快，后来，观音菩萨路过此地，从净瓶中取出杨柳枝，轻轻挥了挥，石仁菩萨的帽子便被掀掉了，落于现在这片竹林丛的位置。

大约走了一个小时，终于到达了“银杏王”的家园。“银杏王”树高24余米，地围4.2米，地径1.37米，冠幅10米×12米，需要7人才能围住。“等闲日月任西东，不管霜风著鬓蓬。”她扎根在漆树峰里上千年，不知饱经了多少岁月的风霜，历尽了多少生命的坎坎坷坷，但它还是顽强地生存了下来，枝繁叶茂，生机盎然，散发生命的芬芳、显示生命的价值，而且“添子添丁”。12丛丛生萌芽条好像12个孩子围绕她的周围，绿油油，活生生，更是给人一种生机盎然、老当益壮的直观实感。她的身世没有人确切地知道，或是飞鸟衔之种子落地发芽生根、或是哪位无可考证的先人亲手栽植……但是，她走过千年的岁月，确确实实地向我们展示了不朽的活力，带给了我们清新的享受与心灵的震撼。

作为洞口大湾区省级森林公园里一颗绿色明珠，漆树峰“银杏王”已逐步被人们认识。随着森林公园建设深入推进，到那时，她的生机无量、蔚然之美将出现在千千万万人面前，赢得更多的啧啧称奇……

龙门石窟随想

唐文富

河南洛阳龙门石窟，我国三大佛教石窟之一，2000年被列入《世界遗产名录》，国家5A级风景名胜。自北魏起断续营造400余年，现存窟龕2345个，题记和碑刻2680余品，佛塔70余座，造像10万余尊，碑刻题记2800余品。

走进古老龙门，一座龙门大桥巍然屹立在伊河上。站在桥上，龙门风光一览无余，东西两山夹峙，一水中流，气势非凡。东西山长达一公里的悬崖上，雕凿着一尊尊佛像，小的只有十几厘米，大的高达十几米，一个个形态生动，优美多姿。特别奉先寺内的那尊女像，高17米，面容丰腴饱满，修眉细长，双目如一泓秋水般深邃，传导着安详与慈爱。全身衣饰雕刻，仅寥寥数笔，朴实无华中又显洗练流畅。观赏着，遐想着，耳旁似闻阵阵凿石声，心灵被远古那响彻云霄的叮当所震撼着。

离开了奉先寺之后，继续参观了十几个佛洞，发现不少窟洞内的佛像或被击碎、或缺胳膊少腿，甚至头部被凿走。看到龙门石刻艺术遭到无法弥补的损失，我的心情变得沉痛起来。

据导游介绍，这种破坏现象，绝大多数是上世纪三四十至四十年代外国侵略者所为，他们在龙门刮起了一阵阵盗凿之风，使无数件艺术精品流散到世界各地。现在，在美国的几个博物馆里，还藏着好些龙门石刻艺术的珍品。如宾阳洞两壁的“皇后礼佛图”和“皇帝礼佛图”、万佛洞里的飞天和一对雄狮等。

作为中华民族的一员，我衷心希望流散到世界各地的中国历史文化精品能尽快地回归祖国的怀抱。



▲绥宁老奶奶代言『深呼吸，到绥宁』。