

2016年7月9日 星期二  
 主编 慎重 校对 邹晓梅 版式 宋笑娟



# 避暑清凉游 七月国内精彩目的地推荐

七月是生命最为繁盛的季节。南方必不多言，早已是葱葱茏茏的一片，但在北方，尤其是高山草地，漫山遍野的花朵竞相绽放，大地退去了荒凉的旧衣，转而穿上了五彩的盛装。

七月，有很多值得一去的地方，本报精选了些精彩的出游地，推荐给急于出门避暑的你。

郑州晚报摄影会 赵建洛 图

## 坝上草原，风吹草低见牛羊

每一个人都有一个草原梦，每一个夏天，我们都试图到草原去寻梦。一望无际的绿色海洋，悠闲吃草的牛羊群，从身边策马疾驰而过的放牧人，蓝天上飘逸的白云……风吹草低见牛羊，那句诗词勾起了太多的草原梦。

坝上草原位于河北丰宁满族自治县，是离北京最近的天然草原。盛夏时节，是去坝上的最佳时节，此刻的草原，一片碧绿，零星的野花镶嵌在碧绿的草带上，偶尔能看到的羊群、牛群或马群，让寂静的草原多了一份活力。

去坝上草原，最好是自驾，辽阔的草原若是徒步游玩，会消耗大量的体力。从郑州自驾坝上，耐力好的一口气一天能到达。建议第一天往北京附近的怀柔，这里距离坝上草原只有200多公里了，休息一晚第二天中午就能到达坝上。



## 烟台，宁静的海滨小城

烟台，这座位于山东半岛的小城，依山傍海，一座与仙有关，与长寿有关的城市。蓬莱仙境在临海的丹崖山巅矗立了近千年，当海上雾气弥漫时，蓬莱阁仿佛是天上的一处乐园。如果运气好，还能看到海市蜃楼的奇观。这里是秦始皇三次东巡的地方，在烟台能找到很多与秦始皇有关的东西。传说中长岛是秦始皇眼中可望不可及的长生岛，芝罘岛是秦始皇东巡三次登临祈福的地方，养马岛是秦始皇当年皇家御用的养马场……

大同有着更多民族留下的痕迹。

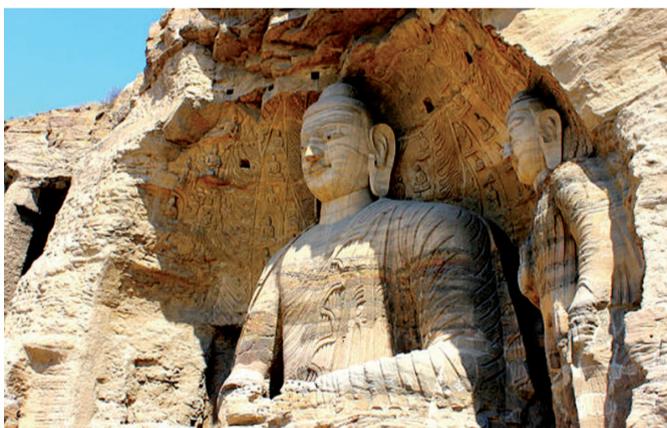
大同，是儒家在《礼记·礼运》中提出的一种理想社会，山西大同作为人类文明的起点，晋北的灵魂，在历史上一直是中国北方比较具有影响力的大城市之一，素有“三代京华，两朝重镇”之称。

大同，曾作为一朝首都的地方，无论如何也应该留有几许王气、数处废墟。那种由北方草原民族和汉族交流汇合而成的古拙、雄强的北方文化，在不知不觉间透露着历史的沧桑。

云冈石窟便是最大的代表。北魏，占领此地的拓跋家族主持开凿了云冈石窟，在武周山的正面，分布着主要洞窟45个、大小窟龛252个、石雕造像51000余躯。与中原大多数寺庙里所常见的佛像丰满圆润不同的是，北魏时期的造像，一般的特点是清瘦秀气、宁静纯朴，脸庞显得有几分棱角，体态虽端凝但仍显清瘦。

应县木塔，正式的名称应是“佛宫寺释迦塔”。它是现存年代最久的木塔，建于辽清宁二年(公元1056年)，对于一座木建筑来说，在干燥的、多次经历战争的北方边城生存近千年。

悬空寺始建于北魏王朝后期，这座建于悬崖上集佛、道、儒三教合一的寺庙，让前去参观的人生出不少敬畏。站在逼仄的走廊里，人被山风一吹就摇摇欲坠，身边是高不过腰的、细细的木栏杆，这样宏大的建筑，当年的修建场面又该何等壮观。而就是在这样的环境中，依然有修行者在此居住。



## 门源此时是油菜花的海洋

七月的门源是人间天堂，纯净的蓝天白云舒卷苍鹰盘旋；辽阔的草原草青花红，牛羊如云；仙米林区群岭竞秀，万木争荣；60万亩油菜花形成的百里油菜花海成就了博大壮阔的特有奇观。

门源北部祁连山麓群峰耸立，南部达坂山海拔陡峻。登上门源高处眺望，门源风景犹似瑞士，雪山下的世外桃源，令人陶醉。海圆山和照壁山都是俯瞰门源万亩油菜花田的最佳地点，登上这两处观景台极目四望，美景尽收眼底。

这里油菜花的种植范围是，西起浩门河畔的青石嘴，东到大通河畔的玉隆滩，北到与甘肃省交界的冷龙岭，南至高峻的大坂山，绵延数十公里。

从每年的七月初开始，这里就进入了油菜花盛开的季节，开花时间是7月5日至25日，最佳花期是7月10日至20日。

## 阳朔，非去不可

桂林山水是否甲天下，来过阳朔才知道。这个人口刚过30万的小县，有着漓江流域最美的一片山光水色，“山作青罗带，水如碧玉簪。”这里有刘三姐，这里有洋人街，这里有兴坪古镇，这里是攀岩胜地。

阳朔是一个比北京和上海都要洋气的地方。信步街头，很多时候遇见的外国人要多过中国人。本地最有名的步行街——西街，因为汇聚众多外国人，故又称“洋人街”。

也许是受到了太多国外游客和定居者的抱怨，后来改称“地球村”，牌子立在西街靠近码头的一侧。到阳朔，西街的酒吧是无论如何都要去坐一坐的，传说中艳遇绝佳的地方，无论是有意还是无意，一切随缘最好。

泛舟漓江，体验人在画中游的诗意。造型各异的阳朔山水激发了往来游客的想象力，也因此诞生了许多趣味盎然的名字，如老人牵马、白鹤迎宾、拇指峰、秀才看榜、雄狮守江、小鸡爬山、八仙过江、雪狮岭、双马过江……漓江两岸的山不仅奇，而且有层次感，感觉山后有山，层层叠叠，在烟雨笼罩中颇有中国水墨画的写意。 郑州晚报记者 慎重

## 重拾黄河记忆

### 郑州黄河风景区征集老照片

据悉，7月9日至11月9日，郑州黄河风景名胜名区将进行为期四个月的老照片征集活动，活动以“美丽郑州我和黄河风景名胜区的老照片”为主题，照片能够对照体现郑州黄河风景名胜名区在历史变迁、文化底蕴、与黄河风景的合影、古今郑州黄河风景名胜名区照片对比、亲朋好友在景区的游玩照，文化活动等老照片，专题活动将在中原网展示。

市民只需将2005年之前照片上传至指定页面，照片如被审核通过即可获得50元话费，郑州黄河风景名胜名区还将为参与者提供100张门票、30张景区年卡作为优胜奖品。

为回馈市民，郑州黄河风景名胜名区拟于7月9日至7月14日，推出凭云中原客户端、半价游景区活动，市民凭下载云中原手机客户端前往景区可享受门票半价优惠。