

周末去哪儿



俯瞰

深山水潭的悠悠传说

肖喜林

前言

龙潭水库建成于1960年,位于林海深处,地处洞口区龙潭镇紫云村、太花村和同古村境内,南距衡东县城洙水镇30公里。

龙潭水库地处洞口区最南端——龙潭镇,从市区驱车而去虽然要1个多小时,但那深山水潭的悠悠传说绝不会让你虚行。

蓬源仙人曾游历

龙潭有一座山唤作蓬源峰。山顶有一个“一脚踩三县”的地方,是洞口区、攸县、衡东县三地的交界处,不远处还有座“三邑亭”。登临蓬源山顶,三县的美丽田园风光尽收眼底,加之微风习习,到了这里,你的心情也便开阔了。山顶还有座蓬源峰庙,系后人为了纪念蓬源仙人而建,据传玉帝的外甥蓬源曾在此山游历,并与凤凰山的凤凰仙相约进行爬山比赛,因蓬源先到山顶,此山便得名蓬源峰。山底至今还留有石洞,洞内桌椅板凳一应俱全皆为石头做成,相传这些都是仙人在洞中生活而留。若是夏天到洞中去赏玩,保准会乐不思蜀,因为洞中凉爽无比,是个避暑的好去处。

春天,山上到处是鸟语花香,雨后的春笋像赶集似地争先恐后地冒出来了,山间云雾缭绕,雾流洞谷,青林扬风,绿水激涧……让人感到莫不是到了人间仙境!云海里的山色,其美妙处在若有若无之中。若说它有,它却缥缈在轻纱般的云影中。若说它无,它却在云雾中露出熟悉的容颜。云雾缭绕的崇山峻岭中隐藏着许多飞禽走兽,鹿、野鸡、野猪、山兔等,更有着许多不为人知的传说。

娥英、女皇二妃曾插秧

龙潭有一个叫竹垄的山洞里,生长着颇具神话色彩的竹子——方竹。该竹子拇指粗细,紫色,上圆下方,形状就好像我们餐桌上使用的竹筷。据说,这是舜帝南巡时用餐剩下的筷子长成的竹子。又

传,娥英、女皇二妃尾追舜帝,因怕迷路便插秧而记,这些筷子得二妃灵气长成了上圆下方的竹子。

第一次见到这种长相怪异的竹子,便萌生了将此竹挖回去种植的想法。没想到当地居民告诉我,这种方竹有一个非常古怪的脾气——认生,要是把它移栽到别处不是枯死,就是变身长成普通竹子。为此,心中纵有万般不甘,移植方竹的想法也只好作罢。

古龙潭、铜鼓塘,水悠悠

龙潭水库蜿蜒迤邐,水域面积达两千多亩,总容量700多万立方米。水库俊俏如娇羞的美女,两岸群山绵延,倒映在平静清澈的湖水中,让人分不出哪里是山,哪里是水;泛舟湖中,来回30里的水路,能饱览山的秀美、水的幽深;无数的港汊和小岛,风姿婀娜,令人遐想联翩。春天,环绕绿水的杜鹃花争奇斗艳,芬芳迷人。

水库上游有座闻名遐迩的“龙潭桥”,桥下有深不可测的古潭。传说,1500年前人们因早求雨而感动潭中青龙,青龙跃出水潭冲上云霄为百姓降雨,遂得名龙潭。

紧靠龙潭湖边还有一口名叫“铜鼓塘”的深塘也颇有渊源。相传,元末农民起义军在塘边驻扎过,在逃避官兵围剿时,战士们将战鼓滚入深塘而得名。每当下雨的时候,若仔细聆听,悠悠的水面会时不时地发出激昂的擂鼓声。

带上三五好友相约来水库垂钓,远离尘世喧嚣,静谧的深山水潭,对心灵更是一种舒畅的洗涤。

自驾线路:

从河西出发,途经京港澳高速、S339,约为1小时23分钟可到达。



龙潭水库



水库垂钓



山上的庙



全景



邓梦茹

职场故事

研究院的美女“工作狂”

罗小玲

“愿你有高跟鞋也有跑鞋,喝茶也喝酒;愿你有勇敢的朋友,有牛逼的对手;愿你对过往的一切情深义重,但从不回头;愿你特别美丽,特别平静,特别凶狠,也特别温柔。”

这是邓梦茹最喜欢的一句话。在同事眼里,这位研究院的美女是“工作狂”,她形容自己则是“温柔、彪悍”。

“拼命三娘”与千金药业渊源深厚

邓梦茹是湖南邵阳人,硕士就读于中南大学湘雅医学院,学的是药剂学专业,在研究生期间即参与了千金药业与湘雅医院合作的制剂研发项目,如此,她与千金药业的渊源算深厚。2012年硕士毕业后,她选择了到千金药业就职。

加入千金大家庭的7年来,她先后从事了信息调研和临床研究工作,目前担任临床与信息所的副所长。药物临床研究作为药品研发的一个重要环节,对公司来说是一块相对空白的领域,2016年临床研究被提到前所未有的高度,临床研究任一环节出现问题都将被拉入黑名单,三年内禁止项目申报。

2017年,邓梦茹凭借自己扎实的专业和临床方面的资源,果断挑起重担,组建临床研究团队。组建初期,团队全部为零基础的新人,作为带头人,一边要面对任务压力,一边要培训新人,困难重重。当时她心里只有一个念头:“临床研究和销售一样,距离医生和病人最近,必须专业,必须树立最好形象。”功夫不负有心人,经过一年的加班加点,一线驻点,一支备受临床机构好评的团队亮相临床研究界。

为了进一步锻炼团队力量,同时也是因为认识到外包项目的弊端,2018年,临床研究决定由外包逐步转变为自研。为保障项目的进度和质量,邓梦茹全年出差230天,节假日都驻守在项目上。

家庭的支持和温暖坚定了她步伐

在千金大家庭的7年,邓梦茹完成了人生几个角色的转变,结婚,生子。现在她在株洲工作,家安在长沙,不出差的时候每天往返两地之间。虽然辛苦但是很踏实,工作时极度专注,陪伴家人时极度专心,家庭的支持和温暖坚定了她的步伐。

因临床工作出差多,天南海北,始发终到是一种常态,每次深夜出站,丈夫一定在等着自己,让她感受到比起给家人做一顿晚饭,认真努力的自己更让家人觉得骄傲和自豪。

对繁忙的邓梦茹而言,业余时间极少,她喜欢在行李箱里备一本书,高铁上或者是等车的时间,随便看看朋友推荐的书,也是很惬意的事情。

对于有同事评价自己是“工作狂”,她的答案是否定的。偶尔闲下来大家能一起喝茶聊天,也会为了工作进度加班加点,为了申报一个项目,团队曾经连续一周每天加班到凌晨4点。团队里的氛围是能嬉闹,更能拼搏,其实,大家都是“工作狂人”。

千金影讯 4月15日

反贪风暴4(2D中文):10:20 13:00 14:10 15:20 16:15 17:10 18:05 19:00 19:30 20:15 20:45 21:25 22:10

调音师(2D原声):13:20 14:20 15:30 16:40 19:30 20:30 21:10 22:20

祈祷落幕时(2D原声):10:10 13:20 14:30 15:40 16:50 18:30 19:20 20:20 21:30 22:10

我的宠物是大象(2D中文):10:10 13:30 15:20 17:10 19:20

最佳男友进化论(2D中文):12:10

欲念游戏(2D中文):16:20

雷霆沙赞(4D英文):20:00

波西米亚狂想曲(2D英文):16:50 19:00

老照片



合影

我家的第一张彩色照片

陈曈

近日,在整理老照片中,发现了一张我与太太和小女儿合影的彩色照片。认真辨认这张照片后,我想起这是我们的第一张彩色照片,也是我与我们第一次一同外出“旅游”拍摄的留念照。

1979年3月,我作为商业批发公司的业务员,去广州参加业务活动。那年,国家对港澳地区的开放,相对原来明显大了许多,港澳同胞往来大陆的通道更畅了。

我在商业部门工作时的一位广东籍同事杨明健先生,听说我去广州市参加全国业务会议,特地托我帮他带些东西,送给他那从香港到广州出席会议的叔叔。他叔叔当时已经到了广州市,住在广州海珠广场一侧的华侨大厦,他说叔叔也有东西要送给他,让我帮他带回株洲。

我想到既然在广州市要待好几天,而我有位老同学在广州工作,多次写信要和我去见见面,述述旧,并再三表示要将嫂夫人一块带去,于是,就有了第一次与太太和小女儿一块去广州游玩的事,让她们见识见识广州市这个我国华南第一大都市的风采。因此,也就有了第一次一家三口同去广州的经历。

我利用晚上的时间,和家人一道,专程去拜访同事的叔叔,为同事送去托带之物。进门刚递上茶不久,杨老先生就拿出随带的袖珍

相机,十分友好地提出要为我们拍摄彩色合影,并称是用刚投放市场不久的新产品彩色胶卷拍摄。

当年照相跟过年一样,一年难得一回。因为那时的月工资只够基本生活,个人没有谁买相机,更没有听说过拍摄出来的是彩色照片。之前看到的少数“彩照”都是照相馆的技师在冲洗出照片后,再人工着色才成的彩照。而杨老先生的胶片就是彩色的,拍出来就是彩照,不用人工着色。

听了杨老先生的介绍,我很高兴,一来不用花钱,二来又是新产品。当时杨先生给我们拍摄了3张,我们三人一张合影,太太与女儿合影,我与女儿合影一张。相照好后,杨先生说他们到香港冲洗好再邮寄给我们,当年内地还没有冲洗彩照的设备。没过多少日子,杨老先生就将彩照通过挂号信邮寄给我了。看这彩色照片,我们十分高兴,因为这是我们人生第一次拍摄的不经人工着色的彩色照片啊!

现在翻出来,重新看那人生第一次拍摄的彩色照片,让全家人哈哈大笑了一回。与40年后的今日比,合影显得有些呆板,而我们的打扮更是当时的特色:我上穿黑色中山装,下着军绿色裤,脚穿草绿色解放鞋,太太上穿军绿色列宁装,下穿蓝色裤,脚穿自做带搭扣的黑色布鞋,女儿的着装也比现在的小孩土气多了。

靓妆堂

随性休闲地去旅行

有范花菜



莺飞草长的春天,我们都有一颗想出去走走的心,是时候放下压力,给自己一场说走就走的旅行了。

旅行的时候,需要准备几套随性休闲的穿搭,搭配一款时尚又酷酷的包包,这样才会让旅行更加有趣。

灰绿色廓形针织衫搭配灰色休闲裤,简约而随性,看上去非常舒服,选择一款水洗棉的灰色双肩包的包包,大大的双肩包包,复古而怀旧,灰色与红色的颜色设计,更加时尚有范。

如果喜欢黑色毛衣开衫的话,不妨选择一条灰色的卫裤来搭配,

宽松的毛衣开衫既保暖又很大方,搭配舒服的卫裤,率性又洒脱。这时候可以选择一款拼色的帆布大包,藏蓝色与玫红灰色的拼接,让包包看上去更加质朴、自然,非常可爱。

越来越喜欢单肩包的棉布包包,有一种回归自然的很本真的美,那种怀旧的水洗颜色也让旅行搭配更显得文艺而质朴。

黑色开衫搭配灰色棉T恤与军绿色萝卜裤,看上去显得非常舒服休闲,搭配一款灰色的斜挎包,更加休闲有范。今年大大的斜挎帆布包包成为文艺女生旅行的首选,简单而自然,大大的包包,可以装

很多东西,最重要的还是可以遮避我们腰间的肉,简直太喜欢了。

酒红色毛衣开衫搭配黑色棉T恤与牛仔中裤,保暖又随性的大毛衣开衫,非常随性,选择一款小巧的军绿色双肩包包,很休闲,很可爱。

黑色针织开衫搭配灰色棉麻阔腿裤,很慵懒,有一种漫不经心的闲适味道,搭配一款枣红色的帆布包包很好看。

一直以来都会喜欢帆布的包包,配舒服而随性的休闲装,更有一种慵懒而自然的味道,这就是自己的腔调,不做作,不被时尚左右,做自己就好。