

周末去哪儿



层峦叠嶂

到水好菜鲜的青石岗 享受自然

万曼红

炎陵县十都镇青石岗是周末休闲可以去的好地方,好在哪里呢?跟着走一趟就知道了。

从十都镇南流村过桥,往左手乡道开车进去,车子在山间蜿蜒爬坡,十几里山道之后,车子在溪河岸边回环转折,眼前看得见一幅崭新的村委会楼房了,这就到了青石岗村。

沿着村子东边的山谷进去,有一个九曲水瀑布群。因为山峰高矗,峡谷纵横,溪水在群峰中穿来绕去,蜿蜒而出,便有了“九曲水”的名字。“九曲水”地形复杂,森林茂密,峰峦有多高,流水就有多长,流水顺着山势跌宕,沿着不同形状的悬崖峭壁,奔流倾泻,形成了大大小小的瀑布。瀑布千姿百态,变幻奇丽,负氧离子含量非常高,是休闲养生的极好去处。

从“九曲水”下游往上走,迎面看到一个约三十米高的瀑布,水流从悬崖豁口往下倾泻,形成一道水帘,顺着逐渐突出开凿的崖壁,水帘慢慢变宽,散落下来形成飞珠溅玉的景象,这就是“九曲水”的第一道瀑布——猴寨瀑布。瀑流两边古树环绕,藤萝穿梭,神秘而瑰丽。

再继续往峡谷深处行走,转过一道山梁,突然感觉有一股清凉中带有雾气的空气迎面飞来,轰隆隆的水声也随之而来,再沿着一段比较平坦的小溪继续前行,隆隆的响声越来越大,雾水越来越浓,越来越凉爽,瀑布却像捉迷藏的孩子一样,被一座形如屋角的峭壁挡住了。沿着小溪左边的石壁迂折过去,一个如同山洞大厅的峡谷跃然突现在眼前,“洞厅”高约十余米,洞顶中央有一个一米见方正方形的天窗,下面是一个深潭,一道瀑流从天窗中泻下,落入水潭中,发出隆隆的响声,而这个“洞厅”又像一个个巨大的音箱,产生共鸣,所以这道瀑布声音特别洪亮,以至于在峡谷远处就能听见它的响声。由于瀑布形状如农家粮仓的一个楼口,看上去像客家人把晒干的谷子用绳子从楼门口吊上去的情景,所以当地人把它取名为“吊谷上仓”瀑布。

从吊谷上仓瀑布的上游,继续前行五六百米,一道高约一百余米的瀑布在峭壁上凌空下泻,崖壁中巨石将瀑布分成上下两段,第一级下落后还是水,形如一条玉带悬在半空,第二级下落后就散成一片水雾,长长的雾水从悬崖峭壁上自上而下飘逸下落,远远望去像是一条银河镶嵌在石壁上,犹如“天女散花”般美丽绝伦,又似“银雨落下千堆雪,瀑布飞起万缕烟”。阳光照射过来,水雾飘扬成一道五彩斑斓的彩虹,这便是“九曲水”的第三道瀑布——飞寨瀑布了。相传飞寨之水为天上的仙女,到这里沐浴可冲走身上的晦气。困难时期,当地民间有一句俗

话:“要想有新衣穿,就到飞寨里去造净下子”,“造净”就是“冲干净”,所以,当地人为了去晦气,经常会去飞寨里冲瀑水洗。

“九曲水”除了瀑布,还有两条暗河,一处是“九曲水”上,另一处在其支流上,都是河床里的水突然不见,消失于地面以下,过了几十米又突然从别的大石头或者小溪底冒出来。这是一个很有趣味的地方,给“九曲水”增添了几分神秘感。

青石岗村不仅自然风光好,而且是井冈山革命根据地的核心区域。“九曲水”植被茂密,山峰诡奇,峭壁峻岩,加上暗河曲折,便成为易守难攻的地形优势。加上八面山矗立峡谷东北,鸡公岩雄峙西北,构成了井冈山腹地的西南天然屏障。在井冈山革命斗争时期,青石岗赤卫队把后方根据地设在“九曲水”深山之中,这里到处留下了红军的足迹和红色革命的遗址。1928年5月,井冈山革命斗争的全盛时期,酃县成立工农兵政府,青石岗成立中共青石岗区委、区苏维埃政府,区政府驻地就设在张家祠堂,并成立青石岗赤卫队。

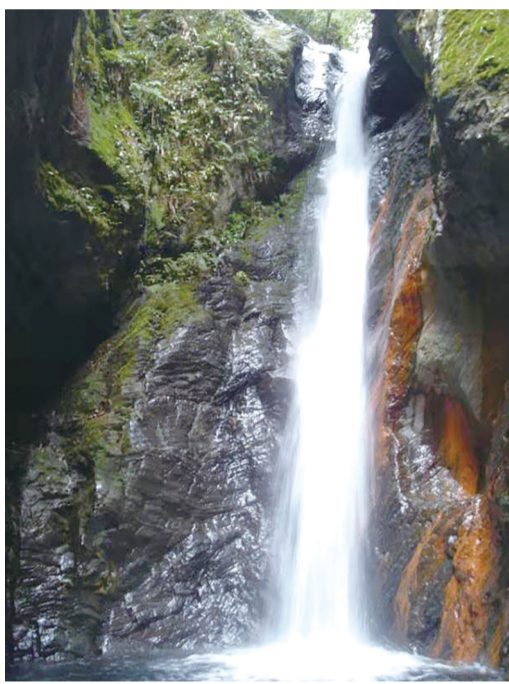
区政府利用九曲水地形险要,森林茂密,易守难攻的优势,在九曲水入口的狭窄山口上设立哨口,安排炮台和赤卫队员把守哨口。在九曲水中游湖湾溪岸平坦开阔地则建造粮仓,储存红军赤卫队从酃县、茶陵等地打土豪收缴来和采购来的粮食,经九曲水后山的小路转运到井冈山。1933年9月,蒋介石政府大举“围剿”红色苏区,村村建碉堡,处处设哨卡。南流乡革命群众在韩三妹的带领下,撤退到青石岗深山老林中,风餐露宿,坚持与敌人斗争至次年2月,山上还留有他们当年搭建的草棚。

青石岗村的名字也有来历。青石岗原名“青石江”,因山谷小河多为青色石头而得名。客家人“江”“冈”都读“冈”的音,青石江被写作“青石冈”。“文革”大串连时,“青石冈”成为“重走红军路,重上井冈山”的要点,“青石冈”一时名扬全国,后把“障下大队”更名为“青石岗大队”,“青石冈”就变成了“青石岗”,一直沿用至今。

青石岗村经常有游客前来探险消暑,它的农家乐也是很有特色的。青石岗村的民宿在炎陵县首屈一指,可以和密云山山庄相媲美。每年暑期,到青石岗避暑的游客,除了感受山村的美好风景和清凉清幽之外,十分推崇的就是民宿的农家菜肴,竹笋、竹荪、香菇、木耳、土鸡、土鸭、黑山羊、黄牛肉、黑山猪肉、烟熏腊肉、腊鹅……山里的佳肴,没有农药化肥的菜园蔬菜,真的是一番天然享受!

自驾线路:

从长江广场出发,途经武深高速、岳汝高速,用时3小时31分钟,车程235.1公里。



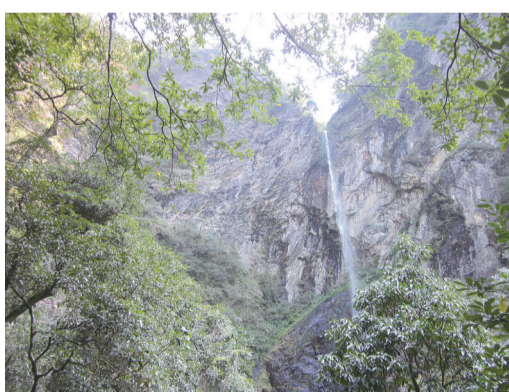
飞流直下



峭口工事



潭水清清



山间

冬季到底该不该进补

现在正值严冬,气候寒冷。在人们的传统观念中,冬季是进补的最佳时机。一般的家庭都在冬天大肆进补,什么人参鹿茸啊,当归黄芪啊,都派上了用场,只要觉得在冬天可以补益一年来消耗的都该吃一吃。

是的,冬季是一年之末,从春天走到冬天,这一年的时间也看着将尽了,身体又经过了一年的时间的消耗,但是,进补是一门科学,可不能盲目进行。

所谓进补,是要根据人体的需要科学的进食一些对身体有益的东西,并不是每个人都该在冬季进补,也不是上等的滋补用品都是冬季进补的最佳食材,要根据自身情况适宜的进行。

一般来说,在冬季需要进补的人群是那些体弱多病的患者,抑或老年体虚的人群。在多数情况下,身体健壮和没有多大毛病的人群是不用在冬季特别进补的。因为这样不会对身体造成多大的补益,除了堆积脂肪别无他好。

健康人群在冬季该如何正确进补呢?科学地说,冬季由于气候严寒,人体需要更多的能量来抵御寒冷,所以,在冬季,多吃一些富含热量和高蛋白的食物是有必要的,比其他季节多吃一点肉类也是可以的。

比如,在严冬,人们爱吃热量丰富的牛羊肉,甚至喝一点狗肉汤来抵御严寒,这都不为过。冬天的人体确实要比其他季节消耗的能量要大,人体要保暖,就会消耗更多的能量。

冬天多吃一些炖品,也是有必要的。比如,隔三岔五炖一只鸡、煲一锅排骨或者羊肉汤、蹄花汤等来吃一吃,就是很好的冬季进补方式。这种自然进补是最好的,不是用滋补药材才算进补。

民间有一句俗语说得好:“药补不如食补;食补不如神补。”这意思就是说,只要我们的身体是健康的,根本就不用不着特意去进补。在冬天只要摄入足够的身体所需的营养,一日三餐都吃好,就不用专门进补了。(本报综合)

千金影讯 1月3日

- 宠爱(2D中文): 10:00 12:05 13:00 14:10 14:40 15:05 16:15 17:10 18:20 19:15 19:30 20:00 20:25 21:10 21:40 22:30
叶问4:完结篇(2D中文): 10:40 13:10 14:15 15:10 16:15 17:10 18:15 19:15 20:15 21:35 22:15
误杀(2D中文): 10:10 12:15 13:10 14:20 15:15 16:25 17:20 18:30 19:25 20:35 21:30 22:40
勇者游戏2:再战巅峰(4D英文): 19:25 21:45
美丽人生(2D原声): 18:15 22:30
变身特工(2D中文): 19:20



愚人码头 为什么是《庆余年》?

安迪斯晨风

最近一个月,一部名为《庆余年》的电视剧很火,它的出品方腾讯视频为了多赚一笔,还搞出了“VIP用户观剧还要额外加钱”的规定后,仍然有人趋之若鹜。

《庆余年》为什么能够火?不可否认,很大程度上得益于靠谱的制作团队。导演和编剧能在吃透剧情的基础上写出了新意,陈道明、吴刚等老戏骨演出了剧中人物的风韵,张若昀、郭麒麟等年轻演员也毫不懈怠,颜值跟古装扮相相得益彰。作为一名有20年网文阅读的老读者兼《庆余年》书粉,我认为这部剧的成功很大程度上得益于小说原著的优秀。尽管编剧王倦对剧中呈现出的一些剧情和设定有所修改,但是如果没作者猫腻原著中就有背景设定、情节框架和人物描写,这部剧不可能这样好看。

《庆余年》的世界里,有近似于中国古代的皇朝体制和南北两国对峙,也有现实中并不存在的武功和秘术,书中拥有强横个人武力的“大宗师”们甚至可以对抗一整支军队。另一方面,第一代穿越者、现代理科博士叶轻眉给这个世界带来了肥皂、玻璃、水泥、狙击步枪等,以及陈萍萍执掌的极具现代风格的监察机构。

《庆余年》中的男主角范闲在现代社会中不过是一个“传统意义上的无用好男人”,平平庸庸、胸无大志,但是穿越之后他却能够一遇风云便化龙。他可以写出前世记忆中的《红楼梦》,赢得女文青的倾心崇拜,还可以背诵唐诗三百首一跃变成庆国人心目中的“诗仙”。这种爽快感正是穿越带来的红利,或者用网文的说法叫“金手指”。范闲的母亲叶轻眉女史毫无疑问是穿越者中的佼佼者,尽管小说开篇时她早已逝去,但她不仅仅给庆国带来了肥皂和玻璃等便利的现代科技产品,不仅仅帮助庆帝登上了皇位,更给庆国人带来了现代的思维与意识。

如果只看表面,不往深处去想,《庆余年》是一部适合大人小孩团团围坐看的合家欢喜剧片。但是如果我们揭开覆盖在表层的笑料百出,把整个故事连缀起来读就会发现,这又是一场极具古希腊悲剧韵味的英雄之殇。

小说中讲述了范闲从无名小卒到朝中重臣再到幕后掌控全局的全过程,但小说的主线却是范闲一点一点从他人的口中获知自己母亲和父亲所经历的历史,用他人讲述的碎片拼出当年那个黑暗阴谋的全貌——那个让读者毛骨悚然而又理所应当的真相:杀害叶轻眉的人正是现在的庆国皇帝,也是范闲的父亲,那个叶轻眉唯一爱过的男人。

悲剧之美是文学艺术中最容易让读者铭记的美学,而叶轻眉的一生毫无疑问是一场闪烁着崇高和壮丽的悲剧,它如同一曲苍凉的悲歌,带给读者深刻的艺术感染力。

从2011年热播的穿越剧《步步惊心》至今,已经有大量网络小说被改编为影视剧作品,其中也有不少大获成功,如《甄嬛传》《琅琊榜》等都是既叫好又叫座的改编范例。不过,长期以来有一个奇怪的现象,改编成功的网络文学小说绝大多数都是大女主戏,而网络上大受欢迎的大男主戏几乎全部惨遭滑铁卢,包括拥有众多书粉的猫腻作品《择天记》和《将夜》在市场上的反响也都只能算是平平。这一怪现象直到《庆余年》横空出世才终于被打破了,不管男性观众还是女性观众对它均是好评如潮。

老照片

出生证背后的故事

陈瑛

前段日子,无意中发现了50年前大女儿的出生证的照片,令我十分欣喜,这张半个世纪前的出生证拍摄的照片保留了许多计划经济时代的特征。

出生证长33厘米,宽12厘米,第一面印“株洲市婴儿出生证”,翻开第一面就是毛主席语录:“世间一切事物中,人是第一个可宝贵的。在共产党领导下,只要有了人,什么人间奇迹也可以造出来。”接下是育儿知识,当母亲的知识,提倡计划生育的宣传,婴儿防病知识等。出生证除了印刷的规定内容之外,还有多处钢笔批注,这些批注充分反映了计划经济时代独有的特征:购白糖1.5斤,购奶粉1斤,购奶粉1瓶等。

出生证除记录了女儿1969年11月14日20点50分出生外,还有多个特殊批注,如“户口已上,73.11.7”“粮食已上,73.11.27”。女儿1969年11月14日生,为什么会到4年后的1973年11月7日才“户口已上”,11月27日才“粮食已上”呢?因为当年实行的是计划经济,什么都以计划为根据。户口是城市人口中重要的“计划”内容。本人因为是商业公司职工,在计划经济年代工业企业最吃香,工人找对象远比商业职工容易。加之本人长相平平,还不善交际,故而,城里妹子都看不上我。尽管商业部门有许多女职工,她们也看不上商业单位的同事,都把眼睛盯着“工人阶级”。二十六七岁的我找不到对象,母亲十分着急,托人到浏阳农村老家为我找对象,所以,我的太太是当年农村户口的乡里妹子。

计划经济年代,基本生活物资的“粮、油、煤”都是严格按计划供应,没有城市户口,就得不到基本生活物资供应。计划经济年代城市还有个规定,小孩户口随母亲,母亲是农村的,小孩子的户口只能到母亲的户籍地上户口,获取基本生活物资。农村也有农村的利益考虑,女嫁出去了应该将户口迁出去,否则就占了他们的土地粮食指标,因此,坚决遵循老规矩:“嫁出去的女,泼出去的水。”我的女儿出生4年,在城市、农村都没有上到户口,得不到粮、油、煤基本生活物资供应,被戏称为“非洲人”,即“黑人”,没有被政府认可的。

为了生计,太太生了女儿没多久,就去找临时工做,以解决生活之资。

1972年7月,在某基建工地当副工。副工就是有别于技术工的砌匠、木匠,即打下手的工人。当年的建筑都是红砖砌就,基建工地没有今天的吊塔,红砖都由人力挑上屋架,副工就是挑砖挑砌灰的人力工人。某日,太太在挑红砖上到屋架上的时,因踢上没有搭牢的架板,从10多米高的屋架上掉下地负伤了,医院诊断为“胸十二椎骨折”,3次接骨,住院治疗7个多月。出院时医院出证明,证明太太不能再从事体力劳动。太太这次负伤是“祸”,对于家庭来说却“因祸得福”。“因伤致残”为由,1973年10月,经公安局批准,获得了株洲市的城市户口,所以,1969年11月出生的女儿,1973年11月才“户口已上”“粮食已上”。

出生证的一面

