

中国体育公园多起来

本报记者 尹婕

北京冬奥会赛事正酣，能够近距离欣赏首钢滑雪大跳台的北京冬奥公园，吸引众多游客探访。2021年9月底正式开园的北京冬奥公园，不仅有郊野湿地、城市森林，也有工业遗址景观。北京首条全封闭马拉松路线更是它的一大亮点，这条42公里滨河马拉松路线，有着“智慧跑”“滨水跑”“公园跑”“堤上跑”等多功

能特色，受到跑步爱好者青睐。

近年来，体育公园不仅为市民提供运动场所，助力健康中国建设，也成为城市景观一大亮点。国新办日前举行的国务院政策例行吹风会上，国家体育总局群众体育司负责人表示，“十四五”期间，我国将新建改扩建1000个以上体育公园。

家门口的运动场

2月1日起，上海徐家汇体育公园综合馆“万体汇”开启部分试运营，开放部分羽毛球、乒乓球、网球场、室外篮球场及室外足球场，众多市民预约成为“尝鲜者”。徐家汇体育公园地处上海城市核心区，包含上海体育场、上海体育馆、上海游泳馆、东亚大厦以及此次率先投入部分试运营的“万体汇”，建成后的徐家汇体育公园将成为上海设施最齐全的体育文化聚集区之一。

能享受健身乐趣的体育公园，已经成为许多市民节假日休闲的新去处。2021年12月31日，300余名长跑爱好者在江苏省泰州体育公园里一起奔跑，以健康时尚的方式迎接新年的到来；今年元旦假期，安徽铜陵市民在城区架空铁路专线旁的一处体育公园篮球场打篮球；春节期间，广东省东莞市滨江体育公园举办春节嘉年华活动，丰富市民业余文化生活。

体育休闲能够成为市民生活中的主角，离不开我们身边日渐增多的体育公园。近年来，各地针对社区活动场地分布不均、数量不足、设施老化等问题，将目光投向中心城区的绿地、广场、小区、闲置用地等，规划建设起一批举步可及的小微体育健身场地。

江苏省宿迁市宿城区通过建设城市绿道、生态体育公园、健身步道等，构建城市“15分钟健身圈”，满足市民就近健身需求；福建省福州市鼓楼区西河智慧体育公园是鼓楼“15分钟健身圈”（西河片区）核心节点，以“免费+低偿”形式向公众开放，公园内设置的健身车、体质监测器等智慧健身设备，大大提升了市民参与运动的热情。

融入生态风景线

过去脏乱差，如今优美秀丽，这



京杭大运河江苏宿迁宿豫区段，市民在河边体育公园中健身。

马海峰摄（人民图片）

是铜陵市滨江生态体育公园的真实写照。该公园是铜陵市长江岸线生态整治工程之一，利用过去的废旧码头和船厂整治改造而成，建设有足球场、篮球场、网球场和门球场等，在这里，市民既能进行体育锻炼，也可悠闲欣赏江景。如今，滨江生态体育公园已成为当地一道亮丽的风景线，也是长江安徽段的新晋“网红打卡点”。

大运河沿岸，也不乏这样融生态风景与体育休闲于一身的体育公园。江苏省宿迁市宿豫区着力开展大运河的绿色生态廊道建设工作，在运河边建设了一批城市绿色屏障和“口袋”体育场所，方便周边居民休闲健身，真正凸显了运河“绿色”和“宜居”的特质。江苏泰州则利用当地溱湖、凤栖湖等湿地资源，充分发挥生态资源优势，打造湿地体育公园、水上运动中心、球类运动中心、体能拓展训练营等体育休闲旅游项目，受到市民和游客欢迎。

在许多地方，体育公园的诞生与当地生态蝶变密不可分。

天寒地冻，黑龙江鹤岗市东山区新一体育公园内仍然一派火热景象，市民在这里跳广场舞、舞龙或是跑步、打球，各得其乐。生态恢复和生态重建，让这座昔日的煤城有了生态美景。2018年，新一体育公园开工建设，一年后建成。这座以生态建设为主的体育公园，45万平方米的占地面积中，绿地面积达34.7万余平方米，四季有景，建设有1个大型文化广场、4个人工湖、9个主题植物园，还有1个田径体育场。如今，这里已经成为鹤岗市许多重大体育赛事的举办场所。

宜居理念实践地

2021年12月4日，江苏泰州东环高架体育公园正式对外开放，这是泰州第一座高架体育公园，也是首次利用高架桥下的闲置空间来建设体育公园。该公园共建有2座篮球场、2座5人制足球场、3座羽毛球场，铺设了健身步道，并设置乒乓球桌10

张、棋牌桌5张，可以满足不同年龄层次市民的运动和健身需求。无独有偶，在江苏省淮安市内环高架西坝互通立交桥下，也建有一座体育公园，时常有市民在此打篮球健身。

通过对高架桥下空间的开发利用，建设体育公园，既满足了周边居民休闲健身的需求，也有效提升和改善城市空间环境。

改造利用城市“边角地”，不断盘活城市闲置空间，已成为绿色、宜居等城市建设理念的重要体现。乡村建设中，这一点也同样适用。近年来，各地乡村大力发展公共体育事业，助力乡村振兴，许多地方通过对乡镇零星的开放空间、公共绿地等进行合理改造、提档升级，建设了一批满足城乡居民体育运动、文化休闲的“口袋体育公园”。广西壮族自治区恭城瑶族自治县西岭村建设的体育公园中，既有足球、篮球、乒乓球、休闲步道等场地，还有智能设备，可以统计跑步步数、能量消耗等，丰富了乡村文化生活，提升了乡村生活品质。



钟灵毓秀大九江

梅曙平

九派大地，山高水长。东方霞起，遥接匡庐，跌宕昭彰，使人遥想。看水东流，长江、鄱湖蜿蜒流淌，潮宽岸平，端的一带江山如画。襟江带湖、枕水望山的地理格局，孕育出一片钟灵毓秀的土地。

江西九江2200年的悠久历史高蹈乎八荒之表，馥郁乎千秋之间。这里，儒道释虎溪三笑，崇文尚节，文教昌明；这里，魏晋风度，唐宋风韵；这里，纵横捭阖，海纳百川。九江人文带有浓厚的兼容并蓄色彩，中原文化、楚文化、吴文化契机入巧、尺牍寸附在九江文化的基因之中。西晋末年与唐“安史之乱”后的两次人口南迁，文化名人南渡江右，道教、禅宗自此进入了九江版图。禅学大师慧远在九江创立净土宗；陆修静在庐山简寂观修道。儒道释三家，是中国传统文化主要构成部分，九派文化在这三种文化体系中都占有不容忽视的地位。儒家“修身、齐家、治国、平天下”的理念，在九江自是根深蒂固。宋代，周敦颐、朱熹、陆九渊、张载等一批影响极大的思想家，在此开创理学先河，中国儒家思想哲学化、体系化，在九江这块热土上开枝散叶。自唐以来，九江渐次成为教育与文化传播的热土。白鹿洞书院、濂溪书院、景濂书院、凝之书院、龙潭书院、阳明书院、靖忠书院传灯接续。教育之风一灯点燃百千灯，明灭不绝。一时间，官学、私学的数量、质量、规模均是可圈可点。得天独厚的九江，人文教化可谓水到渠成。名江、名湖、名山构筑的自然优势，适宜放歌山水，适宜吟诗作赋。

九江，鸿儒汇聚，群贤毕至。这里是东晋田园诗人陶渊明的家园，也是苏门四学士之一黄庭坚的故里，诗宗陈三立的祖屋筑立在修河之滨，其人栖居在庐山之巅，浑融在月照松林。据史料记载，自唐贞元十二年始至清光绪三十年最后一次科举考试，九江登进士第的达1000余人，历史上出过南唐状元伍乔、宋代状元马适、胡旦、清代状元汪鸣相。这一方水土产生的人文根基与诗词文化相得益彰，吸引了大批文人墨客。

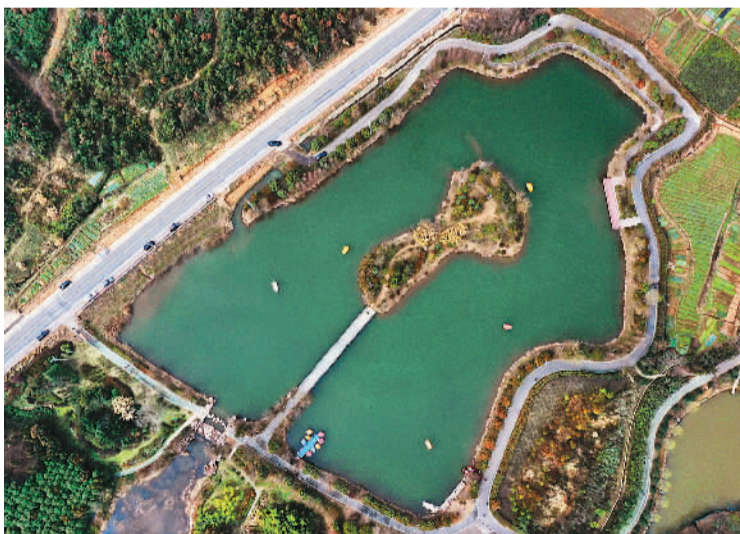
九江，大水行曲，大山雄浑。文人骚客但来九江，无不舒目缀景，游心太玄，触物皆留情。从东晋到清末，中国文化史上一系列文章大家在九江留下了足迹，如江淹、谢灵运、王羲之、李白、李勃、狄仁杰、韦应物、白居易、苏轼、苏辙、王安石、陆游、朱熹、岳飞、唐寅、王守仁、康有为等。据统计，历朝历代有3500多位诗坛巨擘络绎而来，留下了16000多首诗词文赋，灿然绽放出这一方水土的千古荣光。先贤诗词广征博引，以其独特的情感寄托、丰富的地域描写，成为这方水土上的传统文化、人文精神最为直接的底色。大量的诗词文章，在庐山的摩崖石刻上，在文物古迹的雕梁画栋上，在当下中小学的课本上，在八里湖诗词文化长廊中，立定脚跟。广博的诗词文献，穷究自然风貌与文化底蕴，赋予这片土地无限诗意。

这里是九江，诗词如同种子萌发，“啪嗒”地作响，惊天动地，生生不息。

题图为庐山云海。
洪永林摄（人民图片）

春到栖凤谷

高岳山



一轮朝阳喷薄而出，阳光带着丝丝暖意越过庐巢路，跃入安徽省合肥市栖凤谷景区中心大道，向四周缓缓弥漫开来；一缕缕春风从笔架山的凹口渗入栖凤谷景区，在这方土地上微微荡漾。

和风丽日，栖凤谷拉开了春天的序幕。

这里的红梅开得灿烂，开得热闹，开得忘乎所以，仿佛它们才是初春的主角。柳足劲地绽放之后，心悦诚服地把接力棒交给迎春花。

顾名思义，迎春花就是为迎春而生。迎春花是急性子，还没有长几片叶子，就迫不及待地孕育花骨朵，暖风一吹，蹭一蹭，哗啦一声缀满枝条，举起黄色的小喇叭，嘟嘟嘟地吹着春之曲。这高亢的音乐惊动了左慈溪里的几尾小鱼，小鱼心领神会，吐着一串串小水泡应和着，以鞭炮的形态演绎春之声。近水花先

发。临溪的迎春花吸收天地的精华，幽幽吐出一列列嫩黄，醉了一溪春水，亮了游客的眸子。那迎春花的丝绦垂下去，有柳树的风范，它深深地懂得，柳树才是初春的主角。

杨柳依依，柳树从《诗经》里款款而来，带着诗情画意。柳树是春的标签。试想，没有柳树的春天还算得上是真正的春天吗？柳树上现出鹅黄，人们就意识到春迈着轻盈的脚步匆匆而来。七星湖周围遍植柳树，柳条抽了身子，尽量往下坠，向着湖水靠拢，水里的柳条也如法炮制。靠近，靠近，再靠近，假以时日，即将成就一个繁花似锦的阳春。九曲桥的两端各有两株柳树把门，这是通向春天之门。人由桥上走，如在画中行，一湖的风景动了起来。环湖走一圈，柳芽的清香渗入我的鼻孔，我深深地呼吸，馨香在鼻腔里、胸腔里

人们经常忽视一些早春的配角，但它们也是不可或缺的参与者。譬如菖蒲，别看它们耷拉着脑袋，枯坐在水边，可用手一拨，翠绿的剑状叶片虎虎有生气；譬如芦苇，挺立腰杆，舞动着灰色的旗帜，可根部已有芦芽萌动；譬如茭白，看似奄奄一息，实则新生命正在水底下搏动；譬如七星瀑布，滴滴答答的细流，无精打采，可春雨一下，冷父山之水从孔家小河灌入七星湖，一匹匹白练磅礴壮观……还有桃花源、牡丹园，看似没有动静，其实都在潜滋暗长，蓄积能量。这些初春的旁观者弹拨着春风的弦，一旦爆发，就将把春推向高潮。

扑棱一声，一只野鸭急速地在水面滑行，溅起了水花，漾起了春光。

上图：早春栖凤谷。
张小明摄

游去，熨帖着心扉。打开心扉，让春天走进心房。柳芽的清香滴落湖面，泛起微波，徐徐地漾向西岸。和风习习，柳树摇曳生姿，编织着七星湖春天的梦想和春天的希冀。

让我惊喜的是幸福门前的玉兰开了。一朵朵紫色的玉兰花展着翅，鸣着鸟鸣，唱着春之歌。有一朵花也许是想唱高音，一使劲，把花瓣外毛茸茸的绢毛顶在头上，恰似戴了一个滑稽的瓜皮帽，令人捧腹大笑。也有毛笔形的花蕾，蓄势待发，欲书写春天，让人心生怜爱。“朝饮木兰之坠露兮”“辛夷车兮结桂旗”，紫玉兰是《楚辞》里的常客，能在幸福门前一睹芳容，自然幸运之极，幸福无比。

也许是暖冬的缘故，花期3月伊始的含笑也赶趟儿次第绽放。白色中泛着淡黄，醇厚的浓香无线电波似地发射，老远就能闻到香味，沁人心脾。

人们经常忽视一些早春的配角，但它们也是不可或缺的参与者。譬如菖蒲，别看它们耷拉着脑袋，枯坐在水边，可用手一拨，翠绿的剑状叶片虎虎有生气；譬如芦苇，挺立腰杆，舞动着灰色的旗帜，可根部已有芦芽萌动；譬如茭白，看似奄奄一息，实则新生命正在水底下搏动；譬如七星瀑布，滴滴答答的细流，无精打采，可春雨一下，冷父山之水从孔家小河灌入七星湖，一匹匹白练磅礴壮观……还有桃花源、牡丹园，看似没有动静，其实都在潜滋暗长，蓄积能量。这些初春的旁观者弹拨着春风的弦，一旦爆发，就将把春推向高潮。

扑棱一声，一只野鸭急速地在水面滑行，溅起了水花，漾起了春光。

上图：早春栖凤谷。
张小明摄

云南鸡足山天柱峰上的“绝顶四观”，让历览天下、任意东西的明代地理学家、旅行家徐霞客大为惊奇。第一次登临天柱峰时，他站在金顶之上，东观日出，西望苍山洱海，南瞻祥云，北眺玉龙雪山，被眼前的景致所折服，不禁惊叹：东日、西海、南云、北雪，四者之中，海内得其一，已为奇绝，而鸡足一顶，已萃天下之四观，此不特首鸡山，实首海内矣！

“绝顶四观”中，“西海”“南云”“北雪”相对易得，但要观“东日”，需凌晨便置身金顶。

2021年深冬，为在天柱峰一睹群山之上云海翻涌、红日喷薄而出的美景，我们一家夜宿金顶寺外的一家宾馆。入夜，一轮满月悬在金顶之上，万籁俱寂，耳畔唯有禅音萦绕。我突然想到金顶寺东门的楹联与此情此景正是契合，于是趁着月色又去读了一遍：“四围山色观无相，千里月华听有声”。极目四望，月光洒遍千山万壑。闭上眼睛，月华如水，拂过千年往事，也拂过我此刻安宁的心。山风安

静下来，站在寺门前的曙光台上，惬意无比。这曙光台，主要是为看日出而建，此时站在这里看月亮，也别有一番情趣。回到寺院中，踏着月光又游历了一番，直到要关寺门，才戴月而出。

翌日凌晨5点半我便醒来，约着妻子出去先查看一下。外面还一片漆黑，只觉山风凛冽。才出宾馆，脚下便传来“咔嚓”声，打开电筒一看，地上已有一层积雪。下雪了！我们生活在金沙江干热河谷地带，想要置身于一场飘雪之中，一生也难遇几次。

本是要看一回壮丽的日出，不想却遇上了一场婉约的南方飘雪。

不到6点，金顶寺的大门已经打



鸡足山听雪

安羽文/图

开。迎着寺门的灯光，便可以看见细碎的雪花飘飘而下。进入寺内，大雄宝殿里僧人们已经开始早课，有几个信众在雪中上早香。我绕着院内的楞严塔和金殿走了一圈，院里已有一层积雪。天尚黑，看不清空中的飘雪。楞严塔的身影静默而朦胧，影影绰绰直指苍穹。据说抗战时期，它曾是驼

峰航线上一个航标。

山风又起，寒冷当，我又回到大殿外的廊檐下。

廊檐的灯光照到了飘飘的雪花。风向飘忽不定，落雪时大时小。被灯光照耀的雪花，细碎碎，忽东忽西，有时甚至打起旋儿。灯光之外，雪花隐匿在沉沉的黑暗之中。大殿里的诵经声低沉而浑圆，透过格子窗缓缓向外溢流，与轻灵的雪花交融在一起。我忍不住又走下台阶，站在院中，仰头，闭上眼睛，任雪花落上我安宁的喘息。整个世界，仿佛都是一片无瑕的白和无边的清冷洁净，将所有的杂念冻结。

天蒙蒙放亮，四围的群山间起了雾了。心心念念的日出，终究无缘见到。不期而遇的雪，却让此次鸡足山之行变得趣味盎然。

回到宾馆，一双儿女都已醒来。女儿迫不及待地问：“可以看日出了吗？”我拉开窗帘，让女儿过来看看。她走到窗前一瞥，激动地叫了几声，把窗子打开，探出头去看。宾馆建在山巅之侧，窗外都是树，一直顺坡而下。松树、栗树、杜鹃树，树冠上洁白一片。眼前的雪景，加上远山的云雾缥缈，这样的清晨，真如置身于仙境一般。

小儿穿好衣服走到窗前一瞥，高兴地呼喊：“下雪啦！下雪啦！我们要去玩雪啦！”这是他人一生中第一次看到飘飞的雪花。他拉着我的手，迫不及待出门去。

天已全亮，我们一家走出宾馆赏雪玩雪。金顶寺红色的院墙下，雪白得让人心静。石板路、石栏杆、石阶、瓦檐屋顶、松树柏树栗树，全都覆上了一层洁白的雪。山下的游客还未到来，夜宿金顶的游客不多，所以路上、院中的雪都非常洁净。姐弟俩打起了雪仗，打着打着，冷不防就开始“攻击”我和妻子，于是一家人开开心心“混战”了一番，欢笑声像雪一样洁净。女儿摇动树干，白雪簌簌落下，那声音，仿佛能荡涤世间所有疲惫的尘埃。

题图：雪落鸡足山。