醉氧醉景 大长白山初现旅游圈

本报记者 赵 珊

美丽中国 Beautiful China

7月底，从炎热雾霾的北京来到长白山，一下飞机，扑面而来清新凉爽的空气和满眼苍翠的森林顿时令我陶醉，既醉氧，又醉景。

长白山地处吉林省东南边陲，巍峨峥嵘，奇崛瑰丽，是联合国“人与生物圈”自然保留地、国家级自然保护区、国家5A级旅游景区。长白山既是中国与朝鲜的界山，又是图们江、松花江、鸭绿江三江之源。它以神奇、神圣、神秘的自然景观，吸引着越来越多的中外游客。尤其引人注目的是，一个集“观赏乐园、避暑胜地、冰雪世界、休闲天堂”于一体的世界级旅游目的地，正在这片神山奇水间崛起。

长白山上，生态天堂

行前，朋友告诉我，到长白山，天池不能不去。而能否看到天池，就全凭运气啰。

一大早，打点行装准备上山，窗外突然传来淅淅沥沥的雨声。据说一遇雨天，天池的真容就会被掩藏起来。我真担心天公不作美。

驱车来到西坡山门，长白山管委会旅游局局长孟凡迎已在此迎候，领我进山。

树木是长白山之魂，八千里林海是长白山最为壮观的美景。我们走在拔地撑天、参错罗列的森林中，脚下布满了苔藓、地衣、裸露的树根和整棵倒下的大树，感受着生命原始如初的呼吸。原始森林是生命的源头，一声鸟啼，会使心灵发出共鸣；一滴水响，能令生命流淌出激情；一缕山风，可把肌肤轻抚得格外舒展轻松。森林中竖有环境实时监测显示屏，我们经过时它的显示为：富氧离子14179个，温度18.7摄氏度，湿度88.7%，含氧量22.6%。

穿过一段原始森林，眼前突然变幻成了千峰竞秀的大峡谷。长白山是一座活火山，峡谷就是火山喷发时形成的山体割裂。这里是熔岩的雕塑世界，人们富于想象地给它们命名为百兽争雄、怪兽出水、恐龙探首、锦绣屏风、万里长城等。凝固的时光变成了迷人的景观。

我们换上保护区的环保车，沿盘山道向天池进发。窗外的景色不断变幻，依次出现了针阔混交林、针叶林、岳桦林、高山苔原4个垂直景观带。7月是长白山西坡最佳的观花时节，金莲花、高山杜鹃、溪荪花等数百种鲜花在林间、平地、山脊、山坡、山谷间恣意铺排，竞相开放，形成了落差2000多米的立体式花园。

生态美景出于保护。孟凡迎告诉我，多少年来，人们一直竭力保护着长白山的原始风貌。从清代康熙、乾隆年间两次下令封禁，到2005年长白山保护开发区管委会的成立，长白山的保护一直在延续。如今，在长白山景区，木栈道、环保公厕、环保标识、环保大巴随处可见，已成为一道道独特的风景。

环保车在临近天池的游客中心停下，我们需要由此步行1236个台阶。此时，忽然又下起了瓢泼大雨，我们和众多游客一道，冒雨登顶。担心变成了遗憾：我们只看到了水气、雾气包裹着的天池，只能在脑海中遥想那“一泓天池水，倒映千丈峰，长白云袅袅、飞来万道虹”的景象了。

长白山下，休闲度假

在山中，一日时光过得飞快。西坡的锦江瀑布、梯子河、王池等著名景点只能下次再会了。目前，长白山游览区分为北景区、西景区和南景区。由于管委会坚持在保护生态的前提下适度开发旅游，景区内除了统一管理的几家餐饮外，没有住宿、娱乐等其他设施。游客的长白山之行难道仅限于体验山上的原生态吗？

我们来到长白山脚下、保护区之外，看到的是一派惬意舒适的山地度假生活景象。

从西坡山门向西40公里，是刚开业一年的万达长白山国际度假区，这是目前国内唯一的高端山地度假体验地。它给我的第一印象是像三亚的亚龙湾度假区，只是将蔚蓝的海水换做了青翠的山林。漫步在度假区，由柏悦、威斯汀、凯悦、喜来登、假日等品牌组成的木屋风格酒店群，透着国际范儿。

最值得称道的是国际滑雪场。它位于北纬41度的黄金滑雪度假带，占地面积7平方公里，降雪量为1.5米-2米，雪期为每年的11月中旬至次年4月中旬。现已建成初、中、高级滑雪道43条，总长30公里，可同时承载8000人滑雪，其中包括9条冬奥会标准的高级雪道。长白山的自然优势，其壶状地形，迷宫般多变的雪道，增加了滑雪的神秘感和趣味性。

古筝响起，如山间流水，奔放的二胡，演奏出长白山的苍劲。我们在可容纳660名观众的长白山大剧院，欣赏过艺术家们倾力表演的文化大戏《天地长白》，又走进萨满文化体验馆，感受远古时期萨满氏族的祭祀、围猎、捕鱼、篝火等原始的生活。

万达长白山国际度假区总经理马春野介绍说，度假区以长白山这一稀缺旅游资源为依托，将观光、休闲、度假、娱乐、运动、商务、会展、居住、购物等不同功能的产品项目进行整合，从而在长白山构筑了融观光休闲于一体的旅游度假新模式，打造出了一个适合游客各种消费需求的旅游综合体，将西欧、北美国家历经百年沉淀的山地度假生活方式，在长白山给予演绎与超越。以此提高了长白山旅游知名度，为景区吸引了更多的游客。2012年，长白山景区旅游人数达到167万人次，同比增长17.6%。

构建大长白山旅游圈

在日前召开的长白山区域发展合作座谈会上，长白山管委会主任谢忠岩表示，长白山目前正处于重要的历史转型期，单打独斗将造成更大的资源浪费，应努力使长白山从单一自助式发展转向融合共赢式发展，从自然观光式的旅游向自然、文化、生态、养生、度假式发展，从本土化的旅游发展向国际化的旅游发展迈进。

记者在采访中看到，构建大长白山旅游圈的基础设施正不断完善。随着长白山机场新航线的不断开通，由机场、高速公路、铁路、环长白山旅游公路、景区旅游公路等构成的立体交通网络已基本形成。截止2012年年末，长白山保护开发区共有宾馆、酒店312家，成规模旅游购物、餐饮及娱乐服务企业128家。景区实行了数字化管理，实现了网络查询、订票和投诉等服务功能。长白山门区、中转服务设施、标识系统、环保公厕等服务设施已全部建成。

孟凡迎介绍说，管委会已确立了“大长白山”的发展战略和“大旅游”的发展格局。旅游总体规划确定了一个长白山主景区、三大旅游服务基地、七个特色主题功能小镇的布局。全国工商联旅游业商会会长王平建议，长白山的旅游发展要和这一地区的林业、水电、人参、矿泉水、蓝莓等优势资源相结合，打造新型产业模式。

长白山脚下的白山市将重点发展生态观光旅游、冰雪娱乐旅游、休闲度假旅游和边境旅游，将长白山发展成为辐射和带动整个东北地区的重要产业轴心，打造东北地区第一旅游集散地和目的地。

显然，长白山保护区及其周边区域正在做长、做全、做强旅游产业链条；一个联动多地、辐射东北地区的“大长白山旅游经济圈”雏形初现，即将大展宏图！

①长白山天池
②万达度假区《天地长白》演出中的朝鲜族舞蹈
③万达度假区酒店一瞥
④长白山大瀑布
⑤长白山西坡的高山花园
①⑤由**长白山管委会旅游局**供图，其余图片由本报记者 **赵 珊**摄

森林公园需挖掘文化内涵

牛献忠

随着人们生活水平的不断提高和自由支配时间的增多，走马观花式的观光游已不能满足人们的需求。走进森林、感受森林文化魅力的“知性之旅”，正逐步成为人们扩大精神文化消费的热点。

我国森林旅游文化传统悠久，孔子早就说过“仁者乐山，智者乐水。”古代涉及森林旅游的诗辞歌赋等文学作品颇多，大多抒发了作者对自然山水、森林风光的赞美和欣然回归自然的情怀。

目前，我国森林旅游的主要载体是融自然景观与人文景观于一体的森林公园。然而，现有森林公园的旅游内容，大多是通过博物馆、标本馆、游客中心、科普长廊、解说步道等形式表现，缺乏参与性、娱乐性，旅游吸引力不强。笔者以为，应深度挖掘森林公园的文化内涵，以博物馆室外化、森林知识趣味化、森林景观养生化为表现形式，使森林公园成为游人增长知识、感受并享受自然的乐土，将森林公园的普通视觉享受之旅变为知识与思想意识的探索之旅。

森林覆盖率高、负氧离子含量高、空气清新也是森林公园的旅游卖点。可选择种植具有不同保健功能的色叶植物、芳香植物、松柏类植物，同时栽植各类色泽或鲜艳、或淡雅的花卉，结合地形地貌营造视觉、听觉、嗅觉相结合的森林保健植物群落，形成不同类型的自然景观。让游客置身于生机盎然的森林中，或漫步，或歌舞，或小憩，或骑马，开展动静结合的活动，直接接受绿色植物所散发出的各种保健物质，达到养生保健、强身健体的功效。

森林公园拥有众多的历史遗迹、文化遗址、古驿道、旧战场，具有丰富而多样的人文资源和丰厚的森林文化底蕴，是建立各类教育基地的理想场所。应探索多种传播、弘扬森林文化的途径，根据森林公园资源和环境特点，突出公园森林文化、养生文化、花文化、茶文化、松文化、竹文化、中药文化、古树名木文化、民俗文化等文化内涵，提高文化品位。针对森林公园良好的生态环境、丰富的物种资源和原始自然的生态环境，可以开展多种森林文化旅游项目，如森林草地游、珍禽水鸟观赏等，观察沼泽植被及动物生活习性等。结合现代旅游的发展趋势，除观光外，可开发科学考察、科普教育、度假休闲、健身、探险等对环境影响较小的精品生态旅游项目。此外，养生文化是森林生态旅游的突出内涵，森林公园可以借此开展避暑、疗养等生态旅游度假项目。这些项目既能体现森林公园开展生态旅游的特点，又能满足现代人回归自然的愿望。

旅游漫笔

到华山体验道家养生游

翁 鹏

五岳之一的华山素有“奇险天下第一山”的美誉，不但自然风光奇秀天下，而且文化资源博大精深。“劈山救母”、“吹箫引凤”、“博台胜棋”等典故妇孺皆知，以李白、杜甫等为代表的文人墨客在这里相继留下了浩如烟海的诗歌名篇。

华山是我国道教的发祥地之一。道教文化是华山文化的核心。华山是道教有名的“洞天福地”之“第四洞天”，历来是道教徒向往的修炼之地，山上现存72个半悬空洞，道观20余座，其中玉泉院、东道院、镇岳宫被列为全国重点道教宫观。

华山景区目前正全力打造大华山旅游圈，开发了一系列颇具文化内涵的旅游产品，形成了以旅游、宜居、休闲、养生为一体的多元化、全方位的生态旅游格局，为广大游客提供了更多的体验式旅游新服务。“传世道家养生研修班”便是颇具人气的体验项目。游客在为期5天的体验中，可聆听到华山全真派第43代传人邹通玄及道家名师讲授道家常识、修身养性基本理论、《论修真、论大道》、《论儒、释、道同宗》、《河图、洛书与养生的内在关系》等课程。另可入住华山道教会所云水堂感受道家生活，食用养生斋饭，游客跟随师傅每日晨练打坐，做早课，学习道教呼吸之息和脉行之数，徒步下山学习行走之道等。

曾 昕

29岁的燕庄山，一直梦想能骑自行车去拉萨。2008年，燕庄山到新疆开始第一份工作，在那里跟骑行结下了不解之缘。他骑着一辆折叠自行车，领略了天山的圣洁、喀纳斯湖的神秘和伊犁大草原的广袤。骑行经历不断呼唤着燕庄山对自由的追求。2012年秋，他决定实现自己沿318国道骑行川藏线的梦想。

燕庄山的车队从成都武侯祠出发，打算用20天完成骑行。前5天，车队顺利经过雅安、泸定桥，到达茶马古道必经的二郎山。第7天，车队达到了摄影家的天堂——康定县新都桥。奇幻的光线，无垠的草原，童话般的藏族寨子，双眼所及美丽异常。然而，还没来得及仔细欣赏美景，3300米的海拔已令大家开始出现剧烈的高原反应，不得已只能停下休整。

进入芒康后，路况开始变差，体力消耗严重。几经波折到达巍峨的觉巴山后，燕庄山做了一首打油诗：“澜沧江水混黄泥，气势磅礴卷山峦。俯瞰澜沧江底穿，仰视觉巴云雾绕。”然而，真正的危险和挑战还没有到来。

穿过“怒江72拐”的时候，3个骑友在下坡过程中受伤，不断有人放弃骑行直接搭车去拉萨。向号称“死亡路段”的通麦天险出发时，队伍只剩燕庄山一人。

通麦天险有“世界第二大泥石流群”之称，尽管出发前已经做了充分准备，但实际情况还是超乎想象。因为找不到补给，他不得不吃过期的馒头，夜晚气温骤降，漆黑一片，衣服全被汗水打湿，体能撑到极限。当到达计划休息的鲁朗镇时，竟发现全镇已拆迁搬走，没有人烟，这时他第一次感到绝望和恐惧，但也只能继续无目标地前行。不知过了多久，燕庄山在路边遇到了另一个和他同样绝望的孤独骑行者，结伴推车前行2公里，终于到了迁徙的鲁朗镇人临时搭建的驻地。凑合休息了一晚，第二天又穿上湿漉漉的衣服继续前行。

到达八一镇和搭车骑友会合时，燕庄山已全身虚脱，高原反应令他嘴角流血、头晕。然而仅休息了一个晚上，他又和队友们一起出发，骑行178公里，当天到达了拉萨。车队到达布达拉宫的那一刻，所有人都忘记了旅途的艰苦和疲惫，拥抱在一起欢呼，举起自行车骄傲地合影、庆祝，那是梦想实现的幸福一刻。

川藏之旅是燕庄山最引以为骄傲的骑行经历。今年春节，他又完成了环海南岛的骑行。燕庄山说：“骑行是我的梦想，我想证明自己是一个勇敢坚强担责任的男子汉。”

题图为燕庄山到达布达拉宫前举起自行车的幸福一刻。

广告专版 电话 65369288 传真：(8610)65003109 总编室 65369316 经营部门 65369405 发行部 65369319 零售周一至周四1元/份 周五1.5元/份 周六1元/份 国内定价全年280.80元 国内统一刊号：CN11-0066 广告许可证：京朝工商广字0153号