

海螺沟公园是我国最大规模的冰川公园之一，它具有极大的魅力，以色彩斑斓的自然奇观让人留连忘返……

四川西部贡嘎山的海螺沟，是亚洲最东部海拔最低、规模最大的现代山谷冰川地区。海螺沟全长30.7公里，沟内高差范围达六千余米。亚热带、暖温带、寒温带、亚寒带、寒带的不同气候、地质地貌，以及珍稀动物、奇特植物等不同景观都汇集到这个方圆二百平方公里的宝地中了。

四川贡嘎山海螺沟： 冰清玉洁的童话世界

□颜士州 文/图

壮丽的冰川和原始森林

这儿，灰蒙蒙、茫苍苍的大冰川，犹如一条巨大的“冰龙”，静卧在崇山峻岭之间中。这条冰龙把6公里长的龙头伸进森林，整个身段足有24公里，倾斜着翘进雪山，插入蓝天，而它的冰晶之躯，最厚处可达300米。

攀登冰川顶巅，一路上看不尽的冰洞、冰湖、冰蘑菇、冰门、冰梯、冰人、冰兽……真是美轮美奂的冰的世界！冰窟窿随处可见，有的深不见底。拣起冰川上的石头朝冰窟窿扔去，只听见叮咚铮琮地响起回声，好比美妙的仙乐，许久才渐而逝去，最后还有“咚”的一声回响。天下绝对找不出哪种乐器能奏出如此精妙的乐声。

奇妙的是，人走在这条巨大冰龙的身上，并没有寒冷的感觉。两边山上，依然是杂花生树、莺飞草长的旖旎风光！

海螺沟的原始森林，方圆约有70平方公里。不同海拔与特殊气候条件下的奇花异树组成了海螺沟独有的植物王国。康定木兰、天麻、贝母、中华猕猴桃等珍稀植物，在这儿特别惹人喜爱。

古树林林总总，有些树龄在百年以上。森林与冰川共存，海螺沟现代山谷冰川的原始森林，千姿百态，具有很高的观赏价值，同时也有着不可低估的研究价值。

巨大的冰瀑布和冰川舌

以往人们都认为国内最大的瀑布当属黄果树瀑布，它以水势浩大著称。瀑布高度为77.8米，其中主瀑高67米；瀑布宽101米，其中主瀑顶宽83.3米。然而黄果树瀑布如若和海螺沟的冰瀑布相比，那则是小巫见大巫了。海螺沟的大冰瀑布最高海拔6750米，宽度竟有1100米，是我国最大的冰瀑布。冰瀑布凌空飞悬，晶莹洁白，亮光闪闪。映衬着蓝天白云，巍巍山峰，那景致的壮伟，风光的奇特，任你思绪犹如驰骋的野马，想象出无数美丽动人的神话故事来哟！

尤其令人惊叹的是冰川舌。冰川舌是冰川前端呈舌状的部分，因冰雪补给量和消融量比值大小的变化而有进有退。海螺沟的冰川舌位置大约在海拔2850—3200米之间，和喜马拉雅山或者美国、加拿大的冰川舌相比，这儿处于



一种超级伸张流的阶段。因此，这里的冰川舌更年轻化，更具有魅力。海螺沟的冰川景观名目繁多，有冰川城门洞、冰桥、冰桌、冰下河等，也正是冰川舌进退交替变化所致。不仅地理学家对这儿的冰川地貌极感兴趣，而且旅游爱好者到了这里，也会被奇特的场面所深深吸引：这儿既有冰川堆积而成的鼓丘、终碛垄等，又有冰川侵蚀作用下形成的冰斗、角峰、冰川槽谷、羊背石……

热矿泉和珍稀动物

在海螺沟观赏现代山谷冰川的特有景观，攀登峰峦，远眺群山，一天下来颇感劳累。这时候，可以到温泉去痛痛快快地洗个澡。

冰龙归冰龙，静卧在一旁。距离不远处，是能很容易找到的温泉。这就形成了一幅反差强烈的风景画。

海螺沟冰川公园有着大流量的热矿泉。这儿的温泉晶莹透明，属于碳酸氢钠型或是碳酸氢钙型中性温泉，因此具有良好的浴疗效用。在海螺沟，有三处热矿泉。上游是热水沟温泉，中游是窑坪温泉，下游是沙树坪温泉。三个温

泉溢出水的温度为50—80℃之间。要注意的是，谁要是在80度的地方下水的话，准会被烫得“体无完肤”的。当地居民介绍说，他们吃鸡时，杀了鸡就放在温泉中去烫，一会儿取出，便可拔毛了。

这里有数百种野生动物，还有很多珍稀动物。猕猴、盘羊、腹角雉、绿尾红雉以及小熊猫等近几十种都是国家重点保护动物，还有国家一级保护动物羚牛和野驴，这些形态奇特的飞禽走兽，组成了海螺沟冰川公园的野生动物的生活乐园。动物和冰川共恋，游赏海螺沟冰川公园时，还能见到这么多的野生珍稀动物，真是太幸福了。

上方山香椿采摘周活动启幕 打造春日乡村嘉年华

本报讯(记者 博雅)眼下，正是品尝香椿的美味时节，而采摘香椿更是让市民们体验到了春日乡村游的乐趣。4月19日至25日，为期7天的以“椿风十里 我在上方山等你”为主题的第五届上方山香椿采摘周暨“椿跑圣水峪 绿动韩村河”农文畅游活动启幕。作为北京市乡村振兴的特色品牌活动，本届采摘周，深度融合香椿产业与生态文旅资源，通过“香椿+”多元创新模式，全面展现韩村河镇以“小香椿”激活“大产业”的创新实践，为市民打造集采摘体验、文化消费、生态观光于一体的春日乡村嘉年华。

本届香椿采摘周期间，还有“香椿采摘体验”“春季游园会”等项目，游客可走进田间参与香椿采摘，在文化广场品尝炸香椿鱼、香椿酱等特色美食，在“韩村河农文旅特色产品展示区”选购房山文创、镇域特色农产品等产品。或者到天开自然农社参加春季游园会，与大自然亲密接触，共赴一场春日盛宴。

据介绍，近年来当地依托上方山独特的地理环境，建成香椿种植基地4500余亩，年产量近30万斤，带动超300户农户实现增收20%以上。本次活动以“生态为基、产业为核、文化为魂”，不仅为市民提供了亲近自然、体验乡土文化的窗口，更通过“香椿+文旅”“香椿+电商”等模式，探索出一条“小特产撬动大产业”的乡村振兴新路径。未来，韩村河镇将继续深耕“农文旅”融合赛道，打造京郊特色生态旅游目的地，为全面推进乡村振兴注入持久动能。

同时，本届香椿采摘周品牌回顾展通过图文展示，系统梳理五届活动从单一采摘到“产业+文化+旅游”多元融合的升级路径，成为房山区农文旅融合发展的特色缩影。

周末推荐



“因为热爱，所以虔诚”，这句话适用于把工作当事业来干的各行各业的人，也适用于我国石经刊刻事业的工匠们。在中华文明五千年辉煌灿烂的历史进程中，石经刊刻事业对于佛教的传承和发展起了十分重要的作用，在北京房山石经山上，就流传着一段绵延千载的石经刊刻佛教大藏经的感人故事，引得我曾两度瞻仰石经山。

石经山，因刊刻石经、洞藏石经而得名，位于北京西南约75公里处，距云居寺1公里多，从周张路一个小岔路口上行，在山脚下，张贴在路口旁的一幅幅连环画引得路人不时驻足观看，连环画以图文并茂形式讲述了房山千年石经镌刻史，在1400多年前的隋朝大业年间，高僧静琬鉴于历史上的灭佛运动，为使佛法永传万代，在风景秀丽的石经山开启了千载刻经伟业，他开凿雷音

朝圣石经山

□洪建国 文/图

洞，秉烛刻经，募集经费，组织人员开山采石，运碑上山……后历经唐、辽、金、元至明末，在长达千年时间里，相继刊刻石经1122部、3572卷、14278块。

沿着一条蜿蜒曲折的盘山小道前行，山路崎岖不平，树藤杂草丛生，走起路来深一脚浅一脚，可以想像当年古人肩扛手抬一块块石碑，一趟一趟地运碑上山，是多么的艰辛和不易！好在如今途中设置了多个打卡地，让你在登山过程中不会觉得很累，先是一块巨石引起很多人观赏，该石天然雕就，鬼斧神工，取名“神龟护宝”，有诗曰：神龟朝拜小西天，西天藏经不一般，神龟护宝又迎客，化作顽石已千年。石经山还被称作小西天，缘自山上有五座突出的高台，俨然印度古天竺圣地，故有此称。路上还有自然形成的“背靠石”“神仙塌”巨石，还修建了施茶亭，让游客可以靠靠背、歇歇脚，还能让人细细咂摸下对“佛”“悟”“缘”的理解和认识。

拾级而上，有一条开凿于大隋年间的千年古道，距今已有千年历史，每级台阶都饱经过风雪的冲刷、岁月的洗礼，或光滑，或粗糙，或圆润，或平整，先人曾在这里运送过无数经版，古道上留下了先人不朽的足迹。半山腰有一口深水井，被称“圣水井”，是刻经先人凿岩

而成，在此他们可以喝水小歇，也可以欣赏石经山色，飘飘云朵下，山峦连绵，有他们的诗和远方。小歇过后，再走108个台阶就能到藏经洞。据说，108个台阶代表了人生108种烦恼，每登一级，就能消除一种烦恼，登完108个台阶，就意识着消除了一切烦恼。其实，烦恼人人有，不捡自然无。刻经人上山的每一步，刻经的每一时，都是向着自己的信仰和信念在前进。

登过108级台阶，基本到达石经山颈部，这里就是藏经洞所在地了，共有9个洞，分上下两层，它们大都刻在悬崖峭壁之上，相连的台阶有些部分还是悬空的，洞内存放自隋至明朝的刻经石板4559石，规模之大，历时之长，实乃世界文化史上罕见的壮举，为了更好地保存这些珍贵的石经，藏经一洞、二洞、三洞、四洞、六洞、七洞、八洞、九洞都是关闭的，只留了一个透气的石窗户。唯一开放的是五洞，也就是有名的雷音洞，也叫法华堂、华严堂，是石经山最早开凿的佛殿和藏经洞，雷音洞较为宽阔，有三四十平米大小，洞中有四根石柱，石柱上雕刻1056座龕，每座龕里雕刻一尊佛，共有佛像1056尊，故称千佛柱。洞壁四周镶嵌着一块块经版，有《法华经》《金刚经》等19种经，据说都是静琬大师早期所刻。山顶还有不少历史遗迹，有曝经台、金仙公主塔、单层小唐塔等。

朝圣石经山，这里是房山石经刊刻的起源之处，也是佛祖舍利的出土之处，还有堪称“国之重宝”的4000多块隋唐石经。