

# 咸安春季赏花游全攻略

## 1 学史赏花人文游

### 线路总览：

马桥建国畈(油菜花海)—马桥垅口冯(名相故里)—桂花源(千年古桂)—桂花金桂湖(休闲山水)—刘家桥午餐(刘邦后裔古民居)

马桥建国畈油菜花海油菜花一团团一簇簇,犹如金色的海洋徜徉其中,仿佛将春天握在手心里踏实又舒服。



马桥建国畈油菜花海



马桥垅口冯(名相故里)

相传这里是冯京后人迁回咸宁,在此世代繁衍,故全村人是冯京后裔。村前村后有200年以上古桂、古侧柏、古杨树、古柏多株。前后山脚下各有一条河流,宛如玉带,山环水绕。古民居根据地形,依山而筑,疏密有序,错落有致。

桂花源风景区被评为咸宁八景,它是特色旅游代表。这里有中国最大的古桂花群落,有风香十里,无风十里香,香城泉都之“香”在这里有着最集中展示,桂子月中落,天香云外飘,它也是咸宁嫦娥文化的源头之一。



桂花源(千年古桂)

金桂湖群山林深竹茂,景色秀美,山林面积两万多亩,基本处于原始状态。

有碧波万顷的湖面,万亩松林竹海,山水相映,白鹭翔集,是品不尽的风光画,读不完的抒情诗。



金桂湖

水秀山青古道紫纤罗第,峰回路转小桥飞跨刘家桥,刘家桥的美早已深入人心。古朴典雅,碧葱葱,几株古柳掩映,清悠悠一脉白泉映照,有道不尽的诗情画意,在如此美丽的环境下吃着天然农家菜美味哉。



## 2 生态田园风情游

### 线路总览：

汀泗黄荆塘(油菜花田、万亩茶园)——汀泗古街(茶麻古道、明清古街)—午餐(汀泗农家乐)

这里一到春天就是金色的世界,金色的油菜花与蓝蓝的天空交互相映,田园风情美轮美奂,形成精妙绝伦的风景。



汀泗黄荆塘油菜花海

伴随着清晨新鲜的空气,清脆的鸟鸣,在茶园里走一走,周围氤氲着茶的香气,你与春天的距离似乎触手可及。



汀泗黄荆塘万亩茶园

这里,是革命先烈的功勋地,这里,写下了中国革命史上光辉的一页,漫步汀泗古桥,每一脚都踩到历史,徜徉汀泗古街,每一步都穿越时光,重访汀泗遗迹,每一刻都烽火硝烟,感受完历史遗迹,便可以前往农家乐就餐了。



汀泗古镇

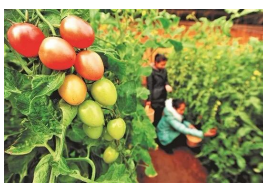
## 3 美食美景养生游

### 线路总览：

双溪油菜片(油菜花海)—双溪杨堡(蔬菜采摘)—贺胜铁军大道(万亩花海)—梓山湖航天科技馆(探索宇宙奥秘)—贺胜鸡汤小镇(特色美食街)



双溪油菜片(油菜花海)



双溪杨堡(蔬菜采摘)

梓山湖航天科技馆是我国首家以航天科技为主题的科技馆。

集教学、科普、文化传承为一体,由中国青少年研究中心授牌,是航天国家级科普教育示范中心的重要组成部分,也是航天科普与文化,以及宣传航天精神、爱国主义、国防教育的



梓山湖航天科技馆

重要基地。在这里你可以尽情探索宇宙的奥秘。

在贺胜鸡汤小镇,清澈明亮的汤底,爽口顺滑的粉丝,那人口醇香的土鸡肉,都让你欲罢不能。



## 4 赏花品竹民俗游

### 线路总览：

大幕东源畈(油菜花海、万亩竹林、万亩樱花)—高桥白水畈(油菜花、龙泉寺、白云寺、民俗活动)午餐(大幕、高桥农家饭)

星星点点,鹅黄璀璨,大幕乡万亩竹林,浩瀚如海,节节坚韧。



大幕乡万亩竹林

粉的似霞,与青天掩映,美不胜收,咸宁花类品种多样,并且每个地方都美的很别致。



大幕乡万亩樱花

在这里不仅能看到大片油菜花海,还能体验各色民俗活动,民俗活动有哪些?体验完民俗活动就可以尝到自己的劳动成果咯,高桥白水畈还是著名的萝卜小镇哦,在这里尝一次萝卜宴也是极好的。



## 5 湖鲜历史文化游

### 线路总览：

向阳湖湿地花海(四季花海)—历史文化乡(向阳湖笔峰塔、五七干校)—果蔬采摘园(宝丰农庄)—向阳湖午餐(享受湖鲜美味)

在去年刷爆朋友圈的向阳湖湿地花海,是咸宁八景的赏花旅游代表,一朵小小花蕾,绽放美丽云朵,一缕浓浓花香,编织神奇梦想,向阳花海,枝枝连长,向阳花海,朵朵飘香。



向阳湖湿地花海

笔峰塔又名慈恩雁塔,俗称宝塔,清道光18年(1838年),由知县夏延楹主持募资重建。

宝塔在咸宁人眼中是一个代表性的建筑。风吹铃响,悠扬悦耳,数里以外可闻。如果风和日丽,登塔览胜,万倾碧



笔峰塔

波开视野,无限风光入眼帘。

向阳湖“五七干校”是全国规模最大的干校之一,许多文化名人留下不少佳作,在这里感受革命先烈的峥嵘岁月,品味历史风云。



五七干校

来到果蔬采摘园,亲手摘下那一簇簇绿色,亲身体验农家欢乐想必心情一定巨好,来到向阳湖一定不能错过的就是湖鲜宴了。



# 云溪·黄龙寺游记

○ 方国斌

大年初一,山庄静好。一起床,雾锁城关。沐浴毕,去祠堂祭拜先祖。只可惜正堂未开,只好在大堂鸣放鞭炮。吴斌来电,说太座想去寻访寺院,黄袍山兰若寺如何?我答道,正准备和云溪学校潘广校长参访修水黄龙寺,黄龙禅寺乃禅宗黄龙宗祖庭,离通城仅四十公里,值得一去。

鸟儿校长住云水,正好在云溪水库大坝西岸,顺便参观了下水库大坝,雾中云溪,别有一番风味。关刀桥边,我们与吴斌汇合,过麦市,上南岭,山路崎岖,山雾缭绕,车行缓慢,能见度只有三五米,不得打开车灯,以二十码的车速蜗行,白云深处真有神仙?诗曰:

暮阜有黄龙,修炼成真佛;  
就在此山中,云深不知处。

大约一小时,终于得见黄龙寺真容。相对于大多数庙宇,黄龙寺十分简陋,蛮像这一带的民居,由于文革浩劫,昔日的辉煌已不见踪迹。

黄龙宗是中国佛教禅宗五家七宗之一,临济名僧慧南入主黄龙寺,创立黄龙宗,慧南在黄龙“传石霜之印,行临济三命”,创“生缘”、“佛手”、“驴脚”“三关”,开看话禅之先河,“黄龙三关”的创设,从平常入手,步步为营,层层深入,环环相扣,启发学人,跳出窠臼,扫除执解,展示了慧南禅师所开创的险绝凌厉的禅风,也体现出其提携后学、造就僧才的婆心。千载岁月,弥久不息的禅学,在晨钟暮鼓中,萦绕着他所追求的至纯、至真、至美、至善的川流,从而似修河之水的源头沾沾而出,川流不息影响和孕育着芸芸众生。

据史料记载,黄龙寺建于唐乾宁年间(859年),创建者超慧降伏吕洞宾为侍客童子,声名鹊起。据寺前的慧南墓石刻记载,慧南俗姓章,江西玉山县人。11岁时出家,19岁时受具足戒。先拜靖安县宝峰寺云门宗澄澄为师,后学衡山福严寺临济宗石霜慈民,先后住持永修同安寺、庐山归宗寺,

晚年住持黄龙寺至圆寂。慧南在黄龙“传石霜之印,行临济三命”,创“生缘”、“佛手”、“驴脚”“黄龙三关”,开看话禅之先河,箭锋振耳,赢得“三关陷虎,坐断十方”之美名,自成黄龙一宗,名动天下,声振丛林,被奉为一代宗主、黄龙祖师。在寺前三关桥边石亭上即有“已过关者”等文字记载,寺右化人坑石壁上“三关”仍清晰可见。

在慧南影响下,其后高僧辈出,弟子及再传弟子则“横被天下”。据说慧南得法弟子83人,皆为名山大寺的住持,而且这些高僧与朝廷权贵相交甚厚,可见当时黄龙寺的影响之盛。

在黄龙宗风的巨大影响下,高丽国师坦然欣然奉佛,皈依在黄龙五世王介湛门下,坦然嗣王位后黄龙宗在朝鲜传播日广;日本僧人明庵荣西,则拜黄龙第八世虚庵怀敞为师,宋光宗绍熙二年学成回国,即被升为僧正,更是在日本大倡黄龙学术,使黄龙后裔遍布日本全国,至今还有黄龙宗

支派15个。

清代康熙年间,冰鉴禅师入主黄龙寺后,创佛印、教海、南禅三院,已传70余代。黄龙山虎,五百年醒,五百年睡。愿诸山长老世间善信合力重建丛林,光大黄龙禅宗,弘法利生,福泽南楚。

下午一点半,车回云溪,云开雾散,一路顺风,饥肠辘辘,在云水,在鸟儿校长家吃过苕粉腊肉汤,外加荠菜和鸡蛋,世间美味,再难超越。阳光下的云溪水库,波光粼粼,妙处难与君说。游性难减,又参访了白沙岭的千年银杏,本来有雄雌两树,文革时另一树折于雷电,五十年孤独,她仍然屹立在村头,看世间百态,也许她早已参悟成仙,只将躯干留于人间。

## 行者无疆

## 出行贴士

## 春天赏花注意事项

烈日当空,许久不见阳光的皮肤受到较强日晒后,容易诱发日光性皮炎,表现为面、颈、前臂、手背等部位出现红斑、丘疹、水泡等皮疹。有家族病史的人需要特别小心,最好涂上防晒霜。有过敏病史的人,更要注意所选择的春游地点,应尽量回避花盛之所,也可事先口服扑尔敏等抗过敏药物,预防花粉过敏。随身携带风油精、云南白药等常用药。

赏花的同时要远离花毒,以避免皮肤过敏。常见的杜鹃花、含羞草、夹竹桃、一品红、马蹄莲等,均含有有毒物质,误食可导致中毒;五色梅、洋绣球、天竺葵等均可引起过敏。像冬珊瑚、龟背竹、石蒜、百合花等,都含有不同的有毒物质。所以,赏花时最好以“眼观”为主,更不能随意将花草放入口中,特别是小朋友。

专家支招,赏花时不要去碰蜜蜂,更不要去招惹马蜂。若不慎触动了蜂巢,应就地蹲下,待蜂群活动恢复正常后再离开。遭受蜂蜇,应立即拔出毒刺,然后用清水冲洗伤口并立即上医院治疗,切不可用手挤压,以免毒液扩散。避免蜂扰最简单的方法是“不留香”,不喷香水、不携带甜食和含糖饮料。另外,蜘蛛、蚂蚁、毛毛虫等一些小昆虫也要引起注意。赏花时,尽量减少皮肤外露,最好不要随便在山林或草丛中躺卧。(本报综合)

### 温馨推荐：

## 咸宁春季踏青赏花游吃住好去处

咸宁市长印温泉酒店  
咸宁市兴安酒店  
赤壁市威利斯商务酒店  
赤壁市莱克假日酒店  
赤壁市嘉宁大酒店  
赤壁市陆水渔村  
九宫山大酒店  
九宫山大饭店  
通山县龙图生态旅游度假村  
通山县九宫山一家人农庄  
通山县禾氏土楼  
通城英皇大酒店  
通城米兰时尚酒店  
嘉鱼县官桥生态农业发展有限公司

## 美食大观

## 荠菜饺子

咸宁日报全媒体记者 陈希子



春回转暖,咸宁山间地头的野菜也悄然生长。踏青挖野菜做饺子,就成了爱吃之人最休闲的趣事!

荠菜又名地菜,十字花科荠菜属,为一年生或两年生草本植物,本身带有清香。荠菜的营养价值很高,其内含有蛋白质及一些微量元素,并含有丰富的维生素,对人体有益。我最喜欢的是荠菜饺子,极为美味。

自己做菜绝对是一项惬意的活动,荠菜饺子就是一道来自舌尖幸福感十足的美味菜肴。趁着周末在家,我准备自己做碗荠菜饺子。

准备100克猪肉,盐、料酒,蚝油,生抽,味精等调味料。先调馅,将猪肉切成肉末,再倒入料酒,用筷子沿着同一个方向搅动,直到肉的口感更上劲。

荠菜择洗干净,焯热水去涩味捞出沥干水,切成碎末倒入猪肉末里,继续按同一方向搅拌均匀。加入盐、蚝油、生抽、味精,在碗中拌匀所有的调料,放置一边。

接下来是擀面皮:先在面粉中倒点盐,然后一只手倒冷水,一只手把面粉按同一个方向搅动,直至面粉初步成团块。用手搓揉,把面团块揉搓成表面均匀光滑的大面团,放置一边醒面团片刻。因为南方春天室内潮湿,醒面团就不用盖湿布了。

面团醒好后,用擀面杖把面团再擀擀,把面皮修成厚薄均匀的饺子皮。将饺子皮摊在左手掌心,取适量荠菜馅填在面皮中间,按照一般包饺子的方法,将面皮和荠菜肉馅合实,即成饺子。

煮饺子也有技巧,水开时下饺子,待第二次水开,倒一碗冷水入锅,接着盖盖煮,第三次水开,再倒一碗冷水接着煮,直到最后水沸腾,饺子全部浮在水面上时,就彻底煮熟透了。

调点小麻油、香醋,舀上一勺清汤,一碗热腾腾,香喷喷的荠菜饺子历经了“找、挖、择、洗、剁、调、包、煮”,终于被端上饭桌。零星的油花,青翠的小葱浮在清汤上。敞口瓷碗里,圆润饱满的饺子叠摆着,青绿色的馅儿在白面皮下若隐若现,一口一个,才叫痛快。

荠菜饺子不仅味美,营养也极丰富,是春天不妨多吃的养肝养肺的食品,但荠菜中含有草酸,吃的时候用热水焯除,对身体会比较有益。