

## 别样郴州 烟波浩渺

雾气升腾的江面恍如仙境，渔人撑桨划舟，至江中挥手将渔网往外撒出，一派祥和的渔牧之景，这里就是在摄影界声名鹊起的郴州5A级景区——小东江。

除了“人间天上一湖水，万千景象在其中”的小东江烟波美景，绵延百里、雾起弥漫的郴州“小漓江”，云深不知处的山顶草原，鬼斧神工的丹霞地貌以及中国原始生态第一山都足以让人流连忘返。日前，湖南省郴州在上海举行旅游推介会，展示“锦绣潇湘·别样郴州”。



### 小东江 湘南洞庭

位于湖南郴州的小东江，夹岸峰峦叠翠，满目葱郁的原始次森林，江面云雾升腾。每年9月，摄影师们都会扛着“长枪短炮”争相前来，10月之前都是观仙雾的好时节。

来到小东江，你一定要起个大早到江边，这时依水而生的仙雾萦绕江面而至，雾里隐隐约约能看见渔船穿梭往来。接近中午，仙雾散尽，倒映着两岸景色的如镜江面忽然宽阔清晰，一晨两景堪称人间绝境。

### 便江 郴州“小漓江”

领略小东江的风情之后，不如再到便江，此处又是另外一番风貌。自古以来，因湘南一带山路崎岖，车马不便，便江成为一条重要的水上要道。它绵延百里，上接东江，下泻耒水，素有“小漓江”之称。两岸含秀吐绿，丹霞地貌遍布。

### 仰天湖草原 南国的高山草原

过了盛夏的旅游旺季，仰天湖草原的人流开始减少。身处一千多米的高处，你会发现，它可能和你想象中

的南国高山草原大相径庭，却又带给你一种真实的震撼。没有那种风吹草低见牛羊、山峦叠叠、芳草萋萋，只有秋日的天高云淡、风车摇曳，更多了一种辽远宽阔的感觉。

### 高椅岭 丹霞地貌处女地

高椅岭是国内面积最大的丹霞地貌集中分布区之一，山、水、森林、悬崖峭壁等景色一应俱全。整个高椅岭就像是巨龙盘卧在碧蓝的湖面上，地貌周边有漂亮的水洼点缀，红岩绿水，景色甚是迷人。甚至有人给了它

一个超高评价，称之为“世之所有，此尽有之”。

### 板梁古村 一石一瓦藏玄机

板梁村家家户户石板路相连，连绵十多公里长。穿行于保存完好的明清建筑群中，看看经历千劫而不倒的古民居，欣赏雕梁画栋、飞檐翘角的精致木纹，感受古老的湘南文化，寻觅不曾体验过的古老宗法仪式，你可以细细品味“湘南第一村”的独特风貌。

(据《新民晚报》)

从85岁开始出国旅行，6年来走过了十几个国家，在旁人看来难以实现的事情，家住河南洛阳的李留成却做到了。近日，从德国归来不久的李留成打算把这几年的经历记录下来集结成册，和朋友们一起分享旅途的乐趣。

### 1. 替逝去的老伴圆出国梦

退休前，由于在铁路部门工作，李留成去过不少地方，但从没有真正游览过祖国的风景名胜，他的老伴常年在家操持家务，也没外出旅行过，因此，“将来有机会出去走走”一直是两个人的愿望。

退休后，他们终于如愿以偿。一开始，他们走的是“红色线路”，参观了南昌、井冈山、瑞金、延安等革命圣地。接着，他们去了上海、深圳等国际大都市，爬上了峨眉山、五台山、武当山和黄山，还去了宝岛台湾……在李留成家里的墙上，挂了很多放大并装裱过的旅游照片，两人的脸上笑意盈盈。“除了宁夏和贵州，全国其他地方都走遍了。”他说。

6年前，李留成的老伴去世了。“小时候日子苦，现在该过好日子了，她却走了。”处理完老伴的后事，85岁的李留成有了新的想法：走出国门，带着老伴的梦想一起旅行。

85岁高龄独自外出，要去的还是言语不通、人生地不熟的国外，一开始，旅行社不敢接收，李留成不服气，到医院做了全面体检，拿着体检报告到旅行社，还叫上孩子当“证人”，证明身体状况不错，终于，他如愿以偿。

6年来，他陆续去过美国、澳大利亚、新西兰、法国等国家，每次都会找熟悉情况的导游办

### 2. 看地图读历史选线路

理手续，避免“卡壳”。

出国的次数多了，李留成选择线路也有了自己的想法。他买来《世界地图册》《世界历史》等书，每次外出前，他会先仔细看书、看地图，最后规划具体出行线路。在美国，旅行团安排了游客自费体验奥斯卡红毯等环节，很多人报名参加，李留成却

不为所动。“美国电影，我都很少看，赶这时髦干啥？”在美国大峡谷，他在导游推荐的几条线路中选择了去西大峡谷的老鹰崖游玩，为啥？“其他地方地势陡，这条线路有一个特色玻璃桥，平缓却刺激！”他说，这些都源于出发前自己做的“功课”。

### 3. 旅途中总结出行经验

李留成有个习惯，走哪儿脖子上都挂着相机，一边走一边记录。6年时间，李留成还总结出一套适合老年人出行的经验：到景点自由活动，跟着旅行团的年轻人走，因为年轻人大多会英语，不至于迷路；从不参加夜间活动，只为保证睡眠；出门会带点洛阳烧饼、面包等，到国外的前几天搭配当地食物吃，以免水土不服；感冒药、腹泻药等常用药必不可少，还可以带个荞麦皮枕头，有助睡眠……

李留成笑言，这6年已走过25万公里的旅程，可以画上圆满的句号了。如今，他正整理照片，打算以图文并茂的形式记录，并和大家分享。(据《快乐老人报》)

## 带着老伴的梦想出门看世界



李留成老人(左二)在国外旅行时和当地人合影。