

秀美程东村

陈俊东

闲暇时游览汉滨区程东村，在转过山头村道拐弯处，惊喜地看到了三家盆景园，其中要数 4 组邓小涛家规模最大。走进他的盆景园，就如同走进了修身养性的艺术世界。各种精心修剪的盆景错落有致地摆放着，每一件作品都仿佛在诉说着独特的故事。有的盆景苍劲古朴，枝干弯曲如同历经沧桑的老人；有的则生机勃勃，嫩绿的新芽展现出无尽的生命力……安康林业资源丰富，适宜制作盆景的素材繁多，技术高手更是人才辈出。交谈中得知他的盆景作品参加全国展览时，多次获奖。为传承和推广盆景艺术，他还为安康学院等义务收徒授艺，吸引更多的年轻人进入盆景行业，促进盆景业的发展，也为程东村旅游观光等特色经济收入添砖加瓦。我一饱眼福，欣赏这些各有特色的盆景，拿出手机拍摄，不觉忘了时间。

午后，恋恋不舍地离开几家盆景园，腹中开始有点空虚，遂前往文武山腰的民宿“青雾山林”就餐。这里四周古树遒劲、林木葱茏、竹影婆娑、蜂飞蝶舞，充满了山水相依的自然之韵。薄雾轻绕，如梦似幻，宛如一幅充满诗情画意的画卷，能让游客零距离与大自然直接对话，感受其宁静与美丽。

园主戴小男夫妇把家里老宅子拆旧翻新精心打造，开办了村上首家康养民宿。进入小院，房屋整体呈现出灰瓦白墙、飞檐翘角的样式，具有浓厚的传统建筑特色，与周边的自然环境完全融合，形成独特的自然景观。

漫步在民宿花园小径里，你可以静心倾听大自然音乐会。春天鸟儿枝头清脆歌唱，盛夏晚风蝉鸣虫吟，金秋观赏漫山红叶，隆冬围炉烹酒话桑麻，听雪观花品晚茶。也可以在此星空露宿，夜读万卷诗书，尽享难得的宁静时光。更能组织团建活动，结交志同道合的朋友，一同来感受大自然的美好，留下一段难忘的回忆。

民宿主人像对待家人一样接待每位客人。我们品尝到了肥肠鸡等农家特色美食，还有那一盘盘时令蔬菜、一碟碟山货土特产，原汁原味，热气腾腾。农家味道是这里的特色，美食让人回味无穷。贴心的服务，让人感受到了家的温暖。在很多人有乡愁情结的背景下，该民宿能让游客看得见山、望得见水、记得住乡愁，为游客提供一种精神上的慰藉和归属感。

“采菊东篱下，悠然见南山。”离开民宿，步行下山走进山坳里，就近去拜访好友张笑和他的“乡村艺术工厂”。2020 年从珠海退休回安后，他便在

站在蒿坪的恒紫路大桥，右手是下河，左手是上河，背后是黄家山、邱家堡，正面就是危家梁。蒿坪河，蒿坪河，蒿坪没有河，但危家梁绝对是一条梁。

经过蒿坪河河道梯级改造，现在已经是水波荡漾，鱼虾成群了，我们能有底气地说：蒿坪河有水了！

危家梁不高，也不陡，绿树成荫，植被丰茂。20 世纪 80 年代土地承包到户，危家梁庄稼地多，每一户都在地里挖一个土坑，用水泥砂浆铺底砌面，防止渗漏，上面盖一个棚子，遮挡雨水，农闲时节挑粪装在这个土坑里，农忙时好用。日出而作，日落而息，老少齐上阵，梁前梁后，干农活的人，星罗棋布，欢声笑语，一派热闹繁忙的景象。

危家梁的脚底是老油库、化肥库，在计划经济时代，这里是农民必到之处；在房地产时代，这里变成了“万和公寓”，五十多户人家在这里安家立业。再往下，就是蒿坪的经贸中心上茨坝、下茨坝，白天

五龙湾内石生韵

余佑学

站在旬阳市铜钱关“楚长城”上凝眸四望，这秦巴秘境，峰峦叠翠、松竹摇曳、风光旖旎。

铜钱关下五龙湾，夏日田垄间稻浪翻滚，绿意盎然。微风拂过，带来阵阵泥土的芬芳与庄稼的清香。田间小路蜿蜒曲折，连接着每一寸生机勃勃的土地。农人们头戴草帽，或弯腰劳作，或倚锄休憩，脸上洋溢着对丰收的期盼。远处的小溪潺潺流淌，为这片大地增添了几分灵动与活力。白杨树、麻柳上挂着摇摇欲坠的花絮，吐出鲜嫩的叶，阳光斑驳穿透层林，洒下束束光影。

车进五龙湾生态休闲园，一条清亮亮的河水环绕其间，山形犹如五龙下山汲水，园区好似群山拱卫的聚宝盆。欣赏着五龙捧圣之地，惊叹大自然的造化神奇。

遐想间，园区主人杨厚根伸出双手迎接我们。中等偏胖的身板，头发乌黑，红光满面，话未出口，笑意盈盈。这里有好景，处处留胜迹，听其介绍，五龙湾生态园建设之初，秉承科学布局，规划先行，分步实施原则。主



盆景

村子里租了一户农舍，通过保护性设计改造，修旧如旧，在展示程东村原有特色建筑——陕南民居原始风貌的同时，免费给周围村民和游客提供绘画创作场所——乡村艺术工厂“南色 51 号”。现场夯土墙面上，一幅幅来自当地村民之手的成品画作，让人感受到时尚元素与乡土气息融合而成的随性、大胆独特文艺气息，让我们这些外行都着实惊叹不已。

下午归途中，在黄土梁民居中，我们顺着兰花的幽香一路追寻，参观了许波先生的兰花王国——八珍草堂。园主非常有礼谦和，虽初次见面，但那种古典典雅的风范令人赞赏。穿过陈列着崖柏根雕文玩、假山盆景的通道，让人有种曲径通幽的感觉。

来到后院，面前景象让人眼前一亮。半亩大的

院子园林式精巧布置，简约而不简单。脚下的石板路，带着岁月的纹理，每一步都像是在与过往对话。那潺潺的流水，似是永不疲倦的歌者，低吟浅唱着自然的韵律。周围的绿植有条理地生长，它们在这一方天地里，享受着属于自己的时光。生活常常匆忙得让人喘不过气来，可在这里，却能让人放慢脚步。随意地坐在茶几前，一边吮吸着兰花的清香，一边品尝着富硒茶的栗香，略有点疲惫的身子骨便渐渐放松下来，神仙般的舒适令人惬意无比。我们总在追寻远方的风景，却忘了身边这般宁静的一隅，也藏着生活的真谛。不必在喧嚣中迷失，偶尔回归着简单的自然，心也能找到栖息之所。

轻缓掀起帘幕，我们便进入了兰花园里。首先映入眼帘的是一株高大挺立的秦岭蕙兰金丝草，这盆兰花叶片似翠玉镶金，在光影中舒展。优美的姿态，仿佛在欢迎我们的到来，每一片叶，都藏着自然的诗意与生机。春兰、惠兰、建兰、墨兰，像极了一幅幅白黄绿相间的水墨画，让人产生了无尽的遐想。纯白色、金黄色、青绿色的花蕾，如同羞怯的少女，静静地绽放出灿烂的笑容。复色花、素心花、奇异花，如同一只只盘旋在花蕊上采蜜的蝴蝶，翩跹飞舞。还有各种金边、银边、中透的艺草，在片片翠叶中亭亭玉立，风格各异，尽显风骚。各种兰花幽香迎面扑鼻而来，似温柔手臂轻抚心田，让人陶醉不已。园中兰花既有当地独有的特色品种，也不乏省内外稀世珍品，每盆价格从几十元到数万元不等。

君子爱兰，喜欢它冰清玉洁的文雅，淡泊安静的品质，清而不浊的香气。古人赏兰就是将优秀的人格品德融入兰花之中，以兰修德，以兰会友，以兰怡情，从而达到舒缓身心目的。而现代人赏兰则是以兰株外貌为主体，一切以奇色、奇叶和奇形来评判品位的高低，外形越怪异，花色越美丽，并开出奇花者，当然就成为大众追捧的对象。我们一边赏析，一边赞叹不已，不由得钦佩园主。

“有朋自远方来，不亦乐乎。”程东村一日游，沿途所见，所闻日新月异巨大变化，既是当地政府高度重视的结果，也是群众思想巨变的成果。让人由衷地感受到，这是一片充满故事与回忆的地方，更是一个可以让人休憩身心的好地方。走进程东村，不仅可欣赏到沿途秀美的风光，参观到精美绝伦的盆景园，感受到清香四溢的兰花，还可品尝到原汁原味地地道道的安康味道，更有景区+民宿+基地互融共生等你来体验，也是文旅、农旅完美融合后和美乡村的真实见证。

子水井，滋养着周围的住户。

从橡子湾再往西李家茨坝的正后方，是一片五六亩的柏树林。在危家梁一片庄稼地中是一个醒目的存在，也是蒿坪的老印记。蒿坪的老印记消失了很多，“戏楼”“供销社”“凉水井”“煤管处”，年轻一代已经不知道这些名称的意思了。

危家梁的梁顶是一片开阔的平地，各种树木都有，以枫树、柏树、板栗树为多。梁顶有一个垭口，从垭口往后走，是危家梁的背后，一个叫竹园湾的地方，以前住着一户富贵人家，门庭若市，生气勃勃。如今是人已去，楼已塌，残垣断壁，荒草丛生，只有那片竹园，繁茂丰盛，苍翠欲滴。

危家梁像一位智者，慈眉善目，张开怀抱，右手伸到薛家沟口，左手伸到下茨坝，把蒿坪集镇搂在怀里，哺育呵护，舐犊情深，任河水东流，世事变迁。

危家梁，是蒿坪的屏障。危家梁，是蒿坪的靠山。

危家梁

危才军

人潮涌动，夜晚灯火通明，门店林立。

危家梁靠东的梁上是转播台，在 20 世纪 80 年代初建起，那时，谁家有一台电视，就是富庶之家，算豪门了，左邻右舍都来看，没有谁嫌弃谁，诚信友善，其乐融融。

橡子湾在危家梁的中间，这一口古井，细水长流，沿用至今。20 世纪 60 至 70 年代蒿坪有驻军，部队把蒿坪境内多处水源拿去化验检测，最后确认橡子湾的水质最好，部队把橡子湾的水作为生活用水。现在老水井还在，老水井的周围又增加了一些

体厂房建好后，对农业园区进行功能性辅助建设，利用当地生态、文化、旅游资源，把这里打造成绿色环保、健康舒适，功能多样的和美乡村、休闲胜地、品茗目的地，让客人体验回归自然的惬意。

占地 60 多亩的产业园，绿植掩映，花卉遍地，亭台楼阁，石雕园林，地上美化，地下宝藏，小桥流水，曲径通幽。园区矗立着大小不一的石雕，在杨厚根眼中也是珍贵的护园镇宅之宝。石龟引路，雄鸡弄潮，天赐元宝，石来运转等等，都被诠释得妙趣横生，引人入胜。“铜钱关下五龙湾，五龙汇聚饮河滩。雄鸡弄潮迎旭日，神龟奋起不迟疑。耕作强体又养心，宝石祈福美愿景。”

岁月无声，惟石能言。天赐石是一块重达 30 余吨的天然石，在长江、黄河两大水系滋养下，展振兴之志。山河秀丽，祖国就在心中。天赐福至的金币石，寓意“天赐百福百姓福，地生万物万物兴”。园区的石雕、石柱、石扇大小 20 多座，浓缩地理山川，文化传承，神话故事诸多内容，浸润着爱国如



五龙湾生态休闲园区



书店摄影

一曲古琴悠扬，一间书屋弥香。丝丝感动，在心湖荡漾，圈住美好时光。

下班途中，下了几日的绵绵细雨停歇后，太阳探出了脑袋，路边的树叶在阳光下泛着金光，温暖无比。雨过天晴，空气清新，微风轻拂，带来泥土和青草的芬芳。远处的天空澄澈如洗，几片白云悠然飘过，映衬得整座城市如同画卷一般静谧美好。街道两旁的花坛中，各色花朵在阳光下显得格外鲜艳，仿佛是大自然为雨后世界点缀的礼物。

我远离喧嚣的大街，绕道而行。拐进了一条巷子没走多远，便见一书屋，书屋的主人正在将一排排旧书整齐地摆在木质案几上，阳光洒在上面，散发出暖黄色的光，那种柔和、温暖的光瞬间安抚了浮躁的心。

走近书摊，信手翻开一本名为《文苑》的旧杂志：“要做的事情还多着呢！为那些老作坊、小人物、石头缝里的草和山坡上牲畜写个小传；和亲人一起品尝小吃，看电影；去送别晚霞，再迎来一次霞光……”简短的几行文字如同一股清泉，随着我的目光缓缓映入心田。我仿佛找到了失散已久的灵魂伙伴，心中涌起了莫名的感动。在城市的喧嚣中，人们往往忽略了那些微小而珍贵的事物，而此刻，我却在这些杂志的文字中重新发现了它们的价值。书页间散发出的淡淡墨香，混合着雨后清新的空气，仿佛将时间凝固在这一刻。这种久违的宁静让我意识到，生活的意义并不总是藏在轰轰烈烈的追求中，而是蕴藏于这些平凡却动人的瞬间里。

抬头凝视，发现这是一个旧书屋，名叫“新城旧书”。屋子不大，四面，的书架上都整齐地摆放着旧书，涵盖了文学、科学、医学等。书安静地躺在那里，每一本都充满了历史的痕迹和岁月的味道。我轻抚着一本本泛黄的书籍，百感交集，似乎能感受到书本上留有曾经主人手指的温度。尤其是走到小人书旁，这些老旧的连环画，带我回到了幼年时光：在老家的土房子里，和伙伴们聚在一起，一边啃着玉米，一边读着小人书，欢声笑语充满了房前屋后。也是在那时候，我深深地爱上了读书。

“咚咚咚”的敲击声打乱了我的思绪。抬眼望去，书屋主人正在用小锤子修补一本破损的书，专注的神情似乎没有发现我的到来。他约六七十岁，戴着一副金丝边老花眼镜，皱纹里藏着从容。他微微弯着腰背，动作轻柔且专心致志地修理着书籍，一边听着舒缓的琴声，似乎外界的喧闹对他而言不复存在。他安静祥和地生活在自己的世界里，那一刻，音乐、书籍、老人和落日的酡红融在一起，缓缓流淌，光阴如箭，岁月静好。

书屋外面，匆匆而过的人们似乎依然忙碌、疲惫，但我想他们肯定也会和我一样，忙碌之余会驻足在这里，感受一位老者对生活的热爱，对生命的热忱。

我挑选了心仪的书籍，信步走出书屋。此时，暖风轻拂，云朵悠悠，天空湛蓝如洗。一种难以言喻的感动在心底一圈一圈地荡漾开来，我不禁感慨：心之所爱，甘之如飴；心安之处，便是园庐。

迷彩时光

MILITARY TRAINING CAMP

夏令营

提升自理能力、提升凝聚力、提升独立能力
培养团队精神、培养良好习惯、培养学会感恩
[孩子蜕变·从这一刻开始]

摄影瞬间

2025“迷彩时光”军事夏令营七天六夜实施计划	
日期	内 容
第一天	早晨：迷彩少年集结：登车出发营地、入住营地，开启军旅生活。
第二天	上午：军事基础素养训练、 下午：泰拳训练养成课。 晚上：大比拼：报告魔王、表彰兵王
第三天	上午：真人CS实战实景对抗、军事射击/军事动作/军事装备，讲解与教学实地体验。 下午：迷彩少年最强大脑挑战：数字华容道。 晚上：军事基础战术教学：拳术动作教学。表彰兵王
第四天	上午：体能拉练大比武：野外拉练。 下午：环绕迷彩少年艺谷湖皮划艇大赛。 晚上：树立榜样，感恩父母主题：写给父母的一封信。表彰兵王
第五天	上午：团队（自律、自强、自信）大比武：团队趣味小游戏、 下午：魔鬼训练、泡沫之夏、集体洗衣服。 晚上：团队手势操教学《感恩得人心》，表彰兵王
第六天	上午：军事枪械讲解与实操：激光打靶。 下午：迷彩少年快乐温泉游泳及游泳知识讲座，集体洗衣服、野外生存体验。 晚上：迷彩时光主题生日晚会。表彰兵王
第七天	上午：个人物品整理、复盘及彩排。 下午：结营仪式、训练成果汇报表演、亲子励志感恩教育，颁发兵王证书及纪念品、合影留念。

7天勇者 历练营

[适合6-12岁·0门槛对新兵十分友好]

第一期:6月29日-7月05日
第三期:7月06日-7月12日
第五期:7月20日-7月26日
第七期:8月03日-8月09日
第九期:8月17日-8月23日

第二期:7月02日-7月08日
第四期:7月13日-7月19日
第六期:7月27日-8月02日
第八期:8月10日-8月16日
第十期:8月19日-8月25日

1980

RMB

安康起止

西安市迷彩时光素质拓展训练营

地址：陕西省西安市长安区

西北大学现代学院院内

李老师：18091587823
沈老师：13227843399
刘老师：18509243206

让我们一起培养面向未来的孩子吧！