

人在旅途

避暑氧吧金鞭溪

应红枫/文 吴晓瑜/摄

趁着暑假，又去了一趟张家界。虽看不够磅礴巍然的袁家界，惊叹于奇峰俊秀的天子山，沉醉在壮丽恢宏的黄石寨，但是最让我流连的，还是那葳蕤清凉的金鞭溪。金鞭溪是张家界国家森林公园的一个独立景区，被誉为“森林氧吧”，有着自己独特的温柔与宁静，它用那葳蕤的绿意、清澈的溪水、动人的传说深深地触动着每一个到访者的心灵。在这里，时光仿佛放慢了脚步，尘世的烦恼被远远抛在脑后，只剩下内心的宁静与对大自然的敬畏和怀恋。

踏入张家界国家森林公园，步行不到10分钟的距离，迎面便有凉风习习，浓荫密布，全长7.5公里的金鞭溪如同一幅清凉的山水画卷，欣然展现在眼前。它像是一条灵动的丝带，蜿蜒穿梭于峰峦幽谷之间。时值盛夏，骄阳似火，而金鞭溪沿岸却荫翳蔽日，凉意袭人。溪水淙淙，清可见底，大大小小的卵石历历可数，间或有几条小鱼悠然游过，影子投在溪底石头上，竟比本体更为清晰。金鞭溪最奇处当属“跳鱼潭”。潭虽不深，却聚集许多小鱼儿，游人脚步稍重，便见银光乱闪，鱼儿倏然躲入石缝中不见踪影了。忽而想起唐人柳宗元《小石潭记》中“潭中鱼可百许头，皆若空游无所依”的妙句，千载时空交错，情景何其相似。

金鞭溪，因溪边那高耸入云、



雄伟挺拔的金鞭崖得名而来。金鞭崖，仿佛是上天遗落在此的神鞭，直插云霄，在阳光的轻抚下，闪耀着金色的光芒，散发着震撼人心的力量。而金鞭溪，恰如一位温婉的少女，静静地依偎在金鞭岩旁，低声诉说着古老的故事。

相传很久以前，张家界面临的是一片汪洋大海，龙宫里的小龙女常与渔村里的水生相见，终于相爱。龙王得知后大怒，将小龙女锁在龙宫，不许外出。水生得知后悲伤不已，但四处求告无果。后受仙人指点，得到金鞭潜入龙宫携小龙女逃出。龙王暴怒，引发海啸欲报复渔村。水生为拯救渔村百姓，将金鞭猛然插入海边，化作金鞭崖，水生自己也在侧旁屹立成一座山

峰阻止海啸的侵袭。小龙女见水生为救黎民化作山峰，悲痛欲绝，便绕在金鞭崖下化作一泓流淌的清溪，和水生一起守护着张家界的绿水青山。

沿着溪边的游道缓缓前行，仿佛踏入了一个绿色的梦幻世界。两岸的峰峦好似被大自然这位神奇的雕塑家精心雕琢过，形态各异，有的如利剑直刺苍穹，有的似仙女亭亭玉立。茂密的植被像是给山峰披上了一件件翠绿的衣裳，层层叠叠，绿意盎然。阳光艰难地穿过枝叶的缝隙，洒下星星点点的光斑，宛如梦幻的精灵在林间跳跃。呼吸间，满是清新的草木气息，那是大自然最纯粹的味道，瞬间沁入肺腑，让人心旷神怡。

金鞭溪的水，是它的灵魂所在。溪水清澈见底，能清晰地看到水底圆润的石头和摇曳的水草，还有小鱼在水中自在地游弋，时而欢快地穿梭，时而安静地停歇，享受着这方宁静的天地。金鞭溪的水色会随着光线和周围环境的变化而奇妙地变换，有时碧绿如翡翠，有时又清澈得近乎透明。当微风吹过，水面泛起层层涟漪，波光粼粼，如同一幅流动的水彩画。溪水潺潺流淌的声音，是大自然谱写的最美妙的乐章，那清脆悦耳的音符，和着鸟鸣、风声，交织成一曲和谐的自然交响乐，萦绕在耳边，安抚着内心的浮躁与喧嚣。

一路前行，金鞭溪沿线的景点就像散落在人间的珍珠，颗颗都散发着迷人的魅力。“观音送子”处，一座山峰宛如慈悲的观音菩萨，怀抱婴儿，面容慈祥，仿佛在赐福人间；“神鹰护鞭”的画面则让人惊叹，一只“神鹰”威风凛凛地守护着金鞭岩，那锐利的眼神、展开的双翅，栩栩如生；还有那“千里相会”，两座山峰紧紧相依，好似久别重逢的恋人，倾诉着无尽的思念与深情，令人动容。

是夜，宿于景区客栈，听窗外水声潺潺，如歌如诉。想那溪水千年如一日地流淌，见证了世间繁华，人来人往，而它只是静静地，沁润着每一个愿意驻足谛听的心灵。

山水之美，终究在于能让人内心安宁。金鞭溪便是如此。

似水流年

槿树叶里的乡愁

邵友娣

那天很幸运又拍到了槿树。盛夏高温蒸煮，烈日烤晒，槿树的花依然不改其色，叶子们依然浓密葱翠。真想采一点回家，像小时候奶奶教我们的那样，把它们细细揉搓，揉搓成这世上最天然、最凉爽的洗发露。可理智告诉我：不能采，那不是野生的，是人家辛苦种植的；而且即使人家愿意给你采，穿越了半个世纪的时光隧道，你还能找到小时候的感觉吗？

不过，半个世纪前的动人场景还是在脑海里清晰地浮现了：每逢农历七月出头，槿树花盛开的季节，那个精致美丽的小脚女人——我慈祥的奶奶，总是要带领我们几个小姑娘进行一场仪式感满满的洗头活动，洗发露就是用槿树叶揉搓出来的绿色汁液。

那丝丝滑滑带着天然草香味的汁液里，流淌着老一辈人对晚辈慈祥的爱意，同时也流淌着小字辈们后来无论在哪里都会想起的浓浓乡愁。

那乡愁里，有一大片伸出院墙外的开着粉紫色花朵的槿树，有故乡那面向阳的小山坡上无数野生的槿树叶，还有红紫色的紫苏叶。几个小姑娘在奶奶的带领下，每人挎着竹篮子，小心翼翼地把其中一些嫩叶子采摘回来，在院子的前道地、后道地都放上几大桶从附近水井里挑来的清清凉凉的井水，放上竹编的笕箕，把叶子放在笕箕上，来来回回使劲揉搓。不一会，就有缕缕汁液流到预先准备好的水桶里，直到桶里的水变成清清凉凉、丝丝滑滑的汁液，然后

用葫芦瓢舀到脸盆里开始洗头。最后一遍，还要在脸盆里滴上几滴自家打的菜籽油，用紫苏叶蘸着擦头发。洗完，只觉得头发顺滑丝滑，还散发着缕缕纯植物的清香。

奶奶虽然是个不识字的小脚女人，却是一个很有智慧的人，她教给我们许多书本上没有的生活知识，也会给我们讲许多神话和民间故事。牛郎织女相会的故事就是她讲给我们听的。

等大家用自制的“纯天然洗发露”洗完头发，她就会问我们：你们知道为啥我已经七十多岁了，头发还是那么好？除了你们都知道的我每年用槿树叶揉搓出的汁液洗头外，还有一个秘密告诉你们，每年七月初六的晚上，我都会把前一天揉搓好的槿树叶汁液，放在道地里，让它接收牛郎织女相会时悲喜交集的泪滴，这样的汁液更有一种神奇的效果来滋养我们的秀发，让我们的秀发始终乌黑油亮……每当此时，她那自信而带点骄傲的神情总会感染我们，这个传说的真假无法考证，但奶奶的长发到七八十岁了还是乌黑发亮却是事实。

这么多年过去了，我们用过的洗发水数不胜数，但是，最难忘的还是和奶奶一起用过的槿树叶揉搓成的“纯天然洗发露”，那是真正的“纯天然”啊。我们几个当年的小姑娘、现在的“小老太”回忆起那时的情景，都会感慨良多：那种丝滑感，那种清凉感，那种仪式感，至今难忘啊！因为，那带着各种植物清香的绿色汁液里，流淌着浓浓的乡愁。

诗情画意

再见炊烟（外三首）

丁小波

让我再见一见炊烟吧
那老去的村庄稀疏花白的头发
像人间的忧伤，那么长
随风飘散之物，如爱，如雪
如柳絮、芦花……
因风起，随四时缘散

山恋

多少个夜晚，野草在月光下疯长
荒芜多年的山头，草木丰茂
我见过一座山隔着一片海恋着另一座山
那里思念长草，爱欲成木
当一座山的风吹到另一座山上
草木微微颤抖，海浪轻轻敲响山门

我的家在山海间

远离人群的荒野让我感受过片刻自由
就像流云的影子在山间有过短暂的停留
我的家就在山海间，回家来看看山也看看海
每天下午三四点，大海在此沉睡
它粗重的鼻息带来了山海间的风
啊，自由的风，疲惫的风
在某个夏日午后，我和我的孩子
哪儿也不去，就这样躺在大树下

老街

老街旁有一条河，不知流向什么地方
河上有座桥，也不知道存在了多少个年头
每年雨季，失修的老屋里泛着潮湿的味道
庭院里的草啊，长到了我的心头
水汽漫漶的街道，过去的事若隐若现
我认识的水草在这里过着隐姓埋名的一生