

解锁熊猫家园的春日浪漫

□胡宇 本报记者 吕敏

正值四月，四川省绵阳市平武县春意正浓。从岷山深处的冰雪初融，到高山草甸的杜鹃怒放，这得益于大熊猫国家公园建设和持续向好的生态环境，平武县迎来一年中最具活力的“赏花季”。一幅以珍稀野生动植物为主体的生态画卷正徐徐展开，向外界展示“熊猫家园”的独特魅力。

高山初醒：
铁筷子花破冰迎春

海拔2000多米的王朗国家级自然保护区，春天虽来得稍晚，但被誉为“林间仙子”的铁筷子花已顶开尚未消融的冻土，在林缘溪畔悄然绽放。

作为我国最早建立的大熊猫保护区之一，王朗保存着完好的原始森林生态系统。铁筷子花的如期盛开，不仅是高海拔地区春季花信到来的标志，更成为保护区生态系统原真性与稳定性的重要指示物种。据监测人员介绍，今年花开密集，表明冬季降水和保温条件理想，为万物复苏奏响了序曲。

古树新姿：
六百年珂楠树繁花似锦

沿涪江溯流而上，在水晶镇新华村，一棵树龄超过600年的珂楠古树已进入花期，满树淡黄色的小花，格外美丽。微风吹过，朵朵小花荡起优美的舞姿。这是我国西部地区现存最大的珂楠树，淡黄色花苞已挂满巨大树冠，预计四月下旬迎来盛花期。

每年四月至五月，珂楠树繁花满树，靓丽无比，吸引了众多游客和科考探险者前来观赏。这棵绿色“活化石”见证了平武县多年来严格落实古树名木“一树一策”保护、守护生态文脉的成效。

视觉盛宴：
万亩珙桐与高山杜鹃蓄势待发

随着气温回升，平武四月最具视觉冲击力的生态奇观——珙桐花海即将呈现。在古城镇药丛山片区和大桥镇大安村，数万亩野生珙桐群落正酝酿“飞鸽”盛景。珙桐被誉为“植物界的大熊猫”，是与恐龙同时代的“植物活化石”，对生长环境要求苛刻。

平武境内的野生珙桐林规模宏大、保存完好。预计药丛山片区珙桐花四月下旬次第开放，大安村连片1.6万亩野生珙桐林将于四月底进入盛花期。花开时，洁白苞片如万鸽振翅，蔚为壮观。

此外，在虎牙藏族乡土地梁海拔3000米以上的高山之颠，成片百年高山杜鹃将在四月下旬与残雪交相辉映。花色红白相间，绵延至天际，花期可持续至六月。独特的垂直气候带让游客一日之内感受从春日繁花到雪域仙境的极致转换。

生态赋能：
春日经济助力乡村振兴

繁花似锦的背后，是平武县坚持“生态优先、绿色发展”的成果。近年来，平武县依托优渥的自然资源禀赋，以大熊猫国家公园体制试点建设为契机，持续实施天然林保护、栖息地修复及退耕还林工程，生态持续向好，野生动物遇见率稳步提升。

如今，漫山遍野的鲜花不仅美化了绿水青山，更带动了“春日经济”全面升温。平武县正积极完善赏花环线基础设施，提升精品民宿与农家乐接待能力，将生态优势转化为发展胜势，让游客在赏花海、品民俗、宿山居中感受乡村振兴的绿色动能。

漫游昭化古城
感受春日限定美好

踏青、露营、泛舟、溜娃……春和景明，万物清明。这个春天，不少四川省广元市本地市民和周边游客选择在节假日，驱车来到位于昭化古城旁的茅坪夜月·湿地公园，一站式解锁春日限定美好。

攀爬绳网、玩转趣味滑梯，孩子们在春光里尽情奔跑嬉戏，释放活力，家长纷纷举起手机定格温馨亲子瞬间。

开阔的草坪绿意盎然，激滟春光里，一家人携手搭起天幕，铺开野餐垫，一边品味美食，一边伴着微风与花香享受慢下来的惬意时光。

“我们免费观看了露天电影，星空为幕、草坪为席，氛围感直接拉满，一直要到晚上9点过才回家。”这已经不是市民周女士第一次来昭化了，此次她特意携家人与朋友再次打卡古城，一同畅享春日的浪漫，就是为了留住美好的记忆。

像这样的美好场景，在昭化古城景区随处可见。

昭化，古称葭萌，距今已经有4000多年的文明史和2000多年的连续建县史，是蜀道的重要节点和组成部分。它位于古蜀道的关键位置，是蜀道由陕入川的必经之地，也是蜀道文化、三国文化与驿道系统交汇的核心区域。昭化古城被评为国家AAAA

级旅游景区、中国王牌旅游目的地、国家历史文化名镇……

近年来，昭化区围绕“千年古城·魅力昭化”定位，打造了一系列四季可游的文旅项目，茅坪夜月·湿地公园就是昭化古城春日日游的新晋热门打卡点。

不同于古城内厚重的历史感，这里把自然野趣和休闲体验揉进了春日的春光里，成为游客逛完古城后放松身心的绝佳去处。

除了已经火出圈的亲子游乐、草坪野餐和露天电影，日前油菜花开的时节，湿地公园周边连片的金黄花海铺展开来，吸引了不少摄影发烧友来此定格嘉陵江畔的春日盛景。

“依托昭化古城的历史IP，湿地公园巧妙融入了不少三国文化元素，在沿途的休憩节点设置了三国故事看板，草坪上的特色装置也结合了葭萌之战的历史背景，让游客在享受自然休闲的同时，也能悄悄触摸千年古城的历史脉络。”昭化区文广旅局相关负责人介绍道。

在昭化，白天逛古城触摸千年历史的温度，夜晚在湿地公园枕着星光感受春风，动静相宜的玩法刚好适配现在大家想要的短途度假节奏，成了川北踏青游的不二之选。

王菲菲

与青春重逢 奔向更加美好的未来
2026西南证券重庆沙坪坝半程马拉松暨第二届校友半程马拉松激情开跑

□孙凯芳 本报记者 李祥文 / 图

4月19日上午，2026西南证券重庆沙坪坝半程马拉松暨第二届校友半程马拉松鸣枪开跑。来自全球的8000名跑者，如潮水般从磁器口沙磁文化广场涌出，沿着嘉陵江岸的赛道，共同开启了一场融合体育竞技、青春记忆与巴蜀风情的聚会。

本届赛事以“青衿之约，共赴沙磁”为主题，按“周六欢乐跑、周日半程赛”双日赛制分别进行。4月18日（星期六）开启5000人规模的欢乐跑，4月19日（星期日）举行8000人规模的半程马拉松。

赛道依嘉陵江蜿蜒铺展，串联巴渝山水、古镇文脉与现代都市风光。自沙磁文化广场出发，紧邻千年磁器口古镇，沿途经过重庆大学创

意设计产业园，远眺歌乐山与双碑大桥，一步一景，尽显山城独特风貌。

组委会以大、中、小学校为单位设置了团体奖，吸引了市内32所中小学及37所高校，以及四川大学、中山大学等18所市外高校，共69所学校组队参赛。为凸显“校友”主题与巴蜀特色，赛事沿线设置了25个由大、中、小学师生组成的氛围加油站，熟悉的校歌与创意表演将巴蜀文化与校园情怀紧密结合。同时，为提升各校校友的参赛体验，组委会为每个学校团队定制了印有校名和校徽的专属号码布，完赛后免费塑封，让这份青春的凭证可以永久珍藏。



据了解，本次赛事深度融合“吃、购、游、住”消费场景，参赛者凭号码布可享专属优惠。组委会精心打造“可奔跑的文旅线路”，并推出“以花为媒 共赏沙磁”等20条赏花踏青旅游线路，实现“跟着马拉松游沙磁”。

沙坪坝区相关负责人表示，赛事的举办，擦亮了沙坪坝区的文化体育名片，为“巴蜀文旅走廊”建设和国际消费中心城市培育注入了蓬勃活力。沙坪坝区将持续汇聚全球校友的智慧与力量，共同奔向更加美好的未来。

“开秧门”启春耕 农文旅融合促振兴



4月19日，贵州省黔东南苗族侗族自治州从江县加榜梯田举行一年一度的“开秧门”春耕仪式，通过传统春耕仪式、农耕文化展示、梯田民俗趣味比赛等活动，展现古老梯田农耕文化的独特魅力，推动乡村文化传承与乡村旅游深度融合发展。

特约记者
吴德军 摄

全国弹弓高手齐聚四川德阳
十年赛事尽显传统体育活力

□姜强 本报记者 李鹏飞

近日，四川省德阳体育公园人声鼎沸，来自全国31个省、市、自治区的292名弹弓高手齐聚于此，一场跨越十年的弹弓盛会再度拉开帷幕。自2016年举办全国总决赛至今，德阳已成为全国弹弓爱好者公认的赛事之城，本届赛事人气再创新高，传统弹弓技艺在赛场之上尽显活力。

赛场上，选手们屏息凝神，将手中的Y型弹弓拉成满月，钢珠破空的清脆声响此起彼伏。大家都在规定时间内，用精准射击诠释着弹弓“稳、准、狠”的精髓。

对于弹弓竞技的技巧，选手们有着共同的感悟。参赛选手翟祚国表示：“要想有好的竞技状态，一方面靠平时多练基本功，另一方面靠

心理素质。”参赛选手王俊美则从爱好与练习角度分享经验：“真正喜欢这项运动，才会专注去练习。选一把适合自己的弹弓，若有教练或前辈指点纠正动作偏差，并坚持训练，进步就会很快。而且弹弓运动益处颇多，身边不少朋友接触这项运动后，身体得到改善，它也是很好的解压方式。”

赛场之上，不仅有成年选手的同台竞技，更有少年选手闪耀亮相。今年第二次参赛的少年选手李泽帆，与爷爷一同上阵，一登场就打出了满意成绩。他说：“今年是第二次来德阳参赛，10米靶项目打中了3个靶心。”

据悉，本届赛事设个人精准赛

和团体赛，预赛中选手需参与10米、15米、20米距离的直径5公分圆形实体起倒靶，最终决出个人、女子个人、少年组、老年组及团体赛冠军。经过一天的激烈角逐，各奖项各归其主：广西选手唐海棠斩获个人精准赛冠军，德阳选手刘先英夺得女子个人精准赛冠军，云南选手黎明拿下老年组冠军，陕西选手李泽帆摘得少年组冠军，余伟雄带领的四人团队斩获团体赛冠军。

作为赛事常客，唐海棠有着深厚的德阳情结。“这是我第四次来德阳参赛，也是我连续两次夺冠，这次发挥比往常稍好，希望能有更多的弹弓爱好者来德阳参加比赛。”唐海棠说。

十年磨一剑。德阳从2016年举办中华弹弓竞技联盟全国总决赛，到如今举办城市公开赛，赛事规模与影响力逐年攀升。这既是对传统非遗文化的传承与创新，也是德阳打造“绿色体育、文明竞技、安全运动”品牌的生动实践，让弹弓运动的魅力被更多人知晓，也让德阳文体名片愈发闪亮。

德阳市弹弓竞技运动协会会长罗丽君表示，本次比赛为大家搭建了安全规范的交流平台，既传承传统体育技艺，也推动全民健身。该协会将继续秉持绿色竞技理念，规范运动发展，以弓会友，让更多人认识这项健康文明的传统体育项目，丰富市民文体生活，展现德阳良好的城市风貌与体育氛围。

感恩母爱

胡菲菲

让我感动，那是父亲、哥哥和母亲共同的爱。母亲更是操碎了心，她为我准备了各种补身体、补脑子的营养品，像监督小学生一样，让我早上7点必须起来背书，晚上又怕我熬夜太晚。也是在这一年，我听到了那个让我至今手抖的故事。那天午后，阳光斜斜地打在客厅的地板上，侄女正坐在母亲膝边玩耍。孩子稚嫩的声音突然响起，打破了午后的宁静：“奶奶，你希望你的女儿以后成为什么样的人呀？”这个问题像一颗小石子，投入了平静的湖面。我手中的杯子停在半空，下意识地竖起了耳朵。只见母亲的动作顿了顿，她低着头看着孙女，嘴角先是浮起一丝带着点不好意思的浅笑，仿佛在说一件既羞涩又理所当然的事。然后，她才轻声说，那声音很轻，像是怕惊扰了什么，却又字字清晰地砸在我心上：“我的女儿呀，我希望她能健康快乐地长大。”母亲顿了顿，目光似乎穿

透了时光，落在了我身上，又仿佛落在了遥远的过去：“不用非得考第一，也不用总想着以后要多有出息。就健健康康的，每天开开心心的，妈就知足了。”

那一刻，我手中的杯子差点没端稳。记忆的闸门轰然打开，我回忆起的，却是另一个“严厉”的母亲，那个从小到大，总希望我次次考第一、凡事都要名列前茅的母亲。我曾偷偷抱怨过，觉得她眼里只有成绩，没有我的疲惫。我甚至误解过，认为她的爱是有条件的，必须建立在“有出息”这三个字之上。直到那天，听到她对侄女说出那样的话，我才明白，原来我所有的误解，都源于我从未真正读懂她。我想起了小学时的一次入学考试，我没考好，母亲打了我，她边打边哭。那时的我不懂，疼的人明明是我，为什么她会哭得更伤心？现在我懂了，她打在我身上的巴掌，其实都落在了

她的心上；想起第一次住校，她在宿舍帮我铺床，转身时偷偷抹眼泪。那时的我以为她只是不舍，现在才明白，那是她第一次放我独自飞翔，那份担忧与牵挂，如影随形；想起工作不顺心时，我打电话哭诉，她没有讲任何大道理，只是在电话那头轻轻说：“累了就回家吧。”那一刻，家就是我唯一的避风港，她的怀抱就是我唯一的依靠。

原来，那些被我解读成“严苛”的瞬间，藏着的全是她没说出口的柔软。她不是要我成为多么了不起的人，她只是怕我不够优秀就会受委屈，怕我不够强大就会被欺负。她用最笨拙的方式推着我去往前走，心里却只盼着我跑得轻松点、快乐点。那一刻，我才真正读懂了母爱。母爱就像一颗坚果，外表坚硬，却包裹着最柔软的果仁。天下的母亲大抵都是这样，把最沉的爱藏在最硬的壳里，等我们终于看懂时，才发现那些被我们忽略的细节里，早就写满了“我爱你”。

（作者系昆明学院人文学院现当代文学专业硕士在读研究生）