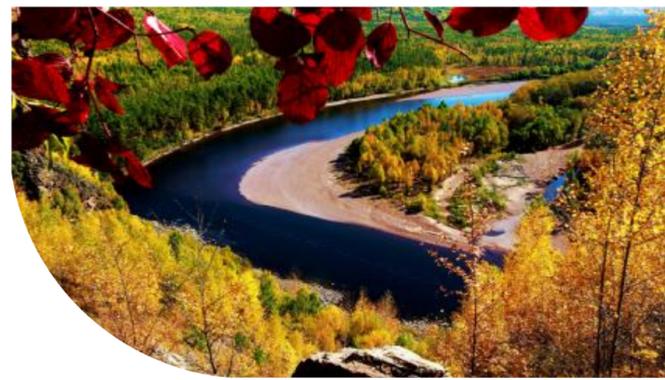


# 伊克萨玛

## ——大自然私藏的“世外桃源”

□ 张俊云



林文化小镇”等美誉。

大自然的鬼斧神工，还造就了美丽的满归伊克萨玛国家森林公园，它是国家AA级旅游景区。伊克萨玛的风光，在传说、靛靛文化。这里的地貌主体为山地，海拔在507米—1409米之间，四季分明的气候造就了特色景观：春看杜鹃踏青、夏观云海松林、秋游五花山色、冬赏雪景雾凇。弯弯的河谷随山势而赋形，不同的树种随季节而多彩，构成了一幅幅奇异的天然画卷。景区内原始森林遍布，融合了森林动植物景观、地貌景观、水文景观、人文景观，有月牙湾、脚印湖、鲑鱼湾、姊妹湖、连心岛、北疆怡园、激流河公园、宝格松岭、西伯利亚红松林等近20个主要景点，是大自然恩赐的人间美景。而这里的原始森林、奇石、峭壁峡谷和熔岩石海景观更是独具色彩，为景区增色不少。

如果把祖国的版图比喻成一只啼晨报晓的雄鸡，那么满归就是镶嵌在鸡冠上的一颗闪闪发光的绿色明珠。这里的生态功能为39.1万公顷，森林覆盖率达97.46%，是名副其实的绿色宝库，号称“人间仙境”，这里因毗邻黑龙江漠河市闻名遐迩的“北极村”，偶尔会有北极光出现；这里因盛产红豆而闻名，享有“森林康养基地”“森林中国”发现森

林文化小镇”等美誉。如果能把祖国的版图比喻成一只啼晨报晓的雄鸡，那么满归就是镶嵌在鸡冠上的一颗闪闪发光的绿色明珠。这里的生态功能为39.1万公顷，森林覆盖率达97.46%，是名副其实的绿色宝库，号称“人间仙境”，这里因毗邻黑龙江漠河市闻名遐迩的“北极村”，偶尔会有北极光出现；这里因盛产红豆而闻名，享有“森林康养基地”“森林中国”发现森

面纱。传说不知何年何月，有位仙人来到伊克萨玛，在激流河边留下一个清晰的脚印，“脚印湖”便从此得名。湖水终年不干，清澈见底，鲫鱼穿梭，引人入胜。临近伊克萨玛公园大门300米处，有一大一一小两处幽静的水面隔路相望，占地面积11.5公顷，宛如两位美丽的鄂温克少女凝望群山，守望森林，这就是令无数游人流连忘返的“姊妹湖”。多情的激流河调皮的一转身，便将河中的沙滩冲刷成月牙状，远远望去，就像挂在夜空中明亮的月牙，人们称为“月牙湾”。月牙湾的周围有九座山，就是著名的九头山。相传远古时有一位仙人到这里云游，登上山顶，见山脚下激流河像一条蓝色的飘带在飞舞，而激流河两岸生长着各色树木，十分好看，仙人流连在这些美丽的景色中，不想复返，于是只身化作山岭，终生相随。

水亦是伊克萨玛的主角，这里山间溪流不断，河水潺潺，带着几片树叶缓缓流过，河岸所有的景色皆因水而愈加美丽。伊克萨玛意为鄂温克语“美丽宽阔的河”，名字就源自贝尔茨这条河，贝

尔茨河又名激流河，犹如一条蛟龙游走于森林与浅滩间，形成多处河湾和形状各异的湖泊，是北部原始林区水面最宽、弯道最多、落差最大的原始森林河。在这里，你可以感受清凉急速的漂流体验，还可以穿行青山绿水之间，荡波清澈河流上，有“人在画中行，画在人生情，无处不是景，处处绿意浓”的感觉。

距离满归镇约80公里，进山后只有一条简易公路通往山顶，越往上坡越陡，路一侧则是悬崖峭壁，正如《世说新语·言语》所描述的：“千岩竞秀，万壑争流。草木葱茏其上，若云兴霞蔚。”快到山顶时，漫山遍野全是偃松。这就是著名的1409高地，亦称“宝格松岭”，是摄影爱好者喜欢的地方。登上峰顶，可赏“松涛涌动”“波飞浪卷”林海奇观；可赏郁郁葱葱、万木争荣的青山滴翠；可观“一目九岭”、云蒸霞蔚的人间仙境，是“中国最美偃松林”。石海与花海相间，石海与林海相邻。在通往1409高地的公路沿线，有全长1170米的“熔岩石海”风景线，由一亿年前火山喷发形成的火山熔岩碎石带构成，石林高5米到

20米不等，这里的象形石丰富，远望犹如远古城堡，平地凸起，峰峦险峻，近观宛若百变金刚，千姿百态，栩栩如生，好似人工雕琢，被誉为“最美冰川石林遗迹”，堪称中国罕见的地质奇观。这里还长有罕见菌类“卡诺里石耳”，素有“天然火山地质陈列馆”的美誉。

而引人入胜的民俗风情、各种文化的沉淀，为伊克萨玛注入了灵魂，增添了无限韵味。满归与莫尔道嘎交界处发现的黄土地，据考察论证，是蒙古族祭祀祖先的地方，因此这里成为蒙元文化的重要发源地，记录着历史的足迹。萨满文化。“敖鲁古雅”意为生长白桦林的地方，现距满归镇17.5公里处河湾林场内民俗风情园和狩猎场，是在鄂温克民族整体移民后的生活旧址上建的，不仅真实完整保留了鄂温克民族生活的原貌，也是对千年民俗文化的展示与传承。原始红松林文化。从伊克萨玛度假村向北约25公里处，有一片西伯利亚红松林，共61棵，均为中龄林，堪称“泰加之王”，被鄂温克人尊称为“神树”，每次有人经过，便在树上挂各种饰物顶礼

膜拜，那是生命的尊重，也是对大自然的礼赞。关于它的来源，至今仍是个不解之谜。有人猜想种子是鸟儿衔来的，因此又称其为“飞来松”。

山青、水绿、天蓝。来到满归，你能领略到大自然的广阔。在这里，山山有景，树树有奇。漫步激流河公园，这儿的每一棵树，都有自己的故事，这儿的每一株山花小草，都萌发诗意，山花五颜六色尽情绽放，众多具有特色的雕塑为公园增添了几分悠闲与欢乐。空气中弥漫着清新和淡淡的香气，沁人心脾。林间时不时有狍子、黑熊、兔子、山鸡出没，是鸟儿的天堂。登上凝翠山顶凝眸远眺，满目翠绿，披挂在雄峰上，无法用语言描述莽莽林海的壮观景象，只有无忧无虑的自在荡漾心头，让人与大森林融为一体。

莽莽原始森林，淳朴的人文风情，神秘的大兴安岭怎能不令人心驰神往？一路向北，越走越美，朋友，到满归伊克萨玛这片世外桃源来吧，用你一往情深的眼神，放飞自由的心境，感受原始森林的美，畅享人与自然的和谐！

在北纬49°—53°之间的广阔地区，有一块绿色的翡翠，镶嵌在祖国的北部边疆，这里有令人向往的“绿色净土”。以山称奇，以水叫绝，奇异之美、生态之美、四季之美变幻多姿，无论是森林、河流、湿地，都有着天然雕饰的自然之美，令人叹为观止。

如果把祖国的版图比喻成一只啼晨报晓的雄鸡，那么满归就是镶嵌在鸡冠上的一颗闪闪发光的绿色明珠。这里的生态功能为39.1万公顷，森林覆盖率达97.46%，是名副其实的绿色宝库，号称“人间仙境”，这里因毗邻黑龙江漠河市闻名遐迩的“北极村”，偶尔会有北极光出现；这里因盛产红豆而闻名，享有“森林康养基地”“森林中国”发现森

### 旅游资讯

11月9日，内蒙古自治区文化和旅游厅举行新闻发布会，发布全区冬季冰雪旅游总体方案。

## 这个冬天，与内蒙古相约『梦幻冰雪』旅游季

□ 富丽娟 郭上菲

据悉，内蒙古自治区将在冬季推出“1+12+132”独具特色、内容丰富、形式多样的冰雪文化旅游活动。“1”即自治区冰雪那达慕，计划于2023年12月—2024年2月底，在呼伦贝尔市举办“喜迎十四冬 遇见那达慕”内蒙古自治区第20届冰雪那达慕。“12”即满洲里“雪韵冰魂·寻旅边城”第21届中国·满洲里中俄蒙国际冰雪节，赤峰“传承红山文化·点燃冰雪激情”达里湖冬捕旅游季、呼和浩特“浪漫青城·梦幻冰雪”包头“冰雪奇缘·包您满意”冰雪文化旅游季等12个自治区重点冰雪活动。“132”即各盟市发挥当地文化特色、非遗旅游、自驾旅游、乡村旅游等优势，推出132项内容丰富的特色冰雪节庆活动。

除此之外，为助力打造“北疆文化”品牌，将推出一系列冬季文艺演出活动。包括“陕北民歌音乐会”全国巡演内蒙古演出、2023年全国科技文化卫生“三下乡”集中示范活动、国家直属院团联合基层乌兰牧骑开展集中示范演出等。各盟市、旗县也积极布局冬季演出活动，包括呼和浩特市民族剧院经典剧目驻场演出、清水河县大地欢歌“全国乡村文化年”活动、包头市艺术剧院市民音乐会以及鄂尔多斯市文化产业博览交易会演出等。到年底，全区各盟市有基层文艺院团共安排“四季内蒙古演出季”文旅融合冬季演出活动974场，为2023年内蒙古冬季旅游营造浓厚、热烈的文化氛围。

除了活动外，内蒙古自治区还将围绕“十四冬”推出全区25条冰雪旅游精品线路，让游客全面感受内蒙古冬季文旅活动的魅力。

同时，为更好满足群众冬季出游需求，内蒙古自治区将调增冬季游客招徕奖补标准，自今年11月15日至明年4月30日，不论区内、区外过夜游客，经旅行社企业组织，通过专列、包车、包车方式在内蒙古旅游的，均可享受专项奖励政策。自治区各盟市及各旅游景区也将推出优惠政策，全方位推动内蒙古冬季旅游高质量发展。

据介绍，相较于去年，今年内蒙古冬季旅游在规模、范围、活动等方面均有大幅提升。活动方面，比上各冬季旅游季增加了20%。其中，自治区重点冬季文旅活动13个，同比增加200%。盟市各类冬季文旅活动132个，同比增加13%。内容拓展方面，围绕“冰雪+赛事”“冰雪+自驾”“冰雪+露营”“冰雪+度假”“冰雪+康养”“冰雪+民俗”“冰雪+研学”“冰雪+演艺”等进一步拓展冰雪项目。

(据人民网)

## 中国人的冬天，到底要吃多少羊？

对于中国人来说，冬天的标志有很多，是太阳已到达黄经225°，是水开始结冰、土地开始冻结、候鸟往南飞，是人们开始相约吃羊肉火锅的季节。

天气寒冷，羊肉火锅的香味便

从中国的家家户户飘出。从东北平原到内蒙古草原，再到西南山区，在中国的大江南北，没有人能在冬天拒绝一口热气腾腾的羊肉火锅。同时，也因着不同的饮食文化、口味偏好，肉羊品种，各地的羊肉火锅味道有辣有

鲜，口感有弹有嫩，精彩纷呈。

背靠内蒙古大草原，鲜嫩少膻的内蒙古羔羊在北方人的手里做成了老北京铜锅涮羊肉、北京羊蝎子火锅等各种风格的火锅。内蒙古之外，中国北方还有黄河滩羊和盐

池滩羊，做出的红焖羊肉、涮羊肉，给了人们寒冷冬日里无限暖意。南方则以山羊为主，吃法也与北方形成了鲜明的对比，羊肉带皮吃，做出的四川简阳羊肉汤、广州羊腩煲和杭州掏羊锅风格各异。



羊肉火锅，中国人冬天最爱的食物之一

在一万八千年以前，华北地区的山顶洞人就开始捕食野羊，3000年前的商周时期，人们开始使用青铜器“温鼎”来煮食肉类，而后千年的历史长河里，羊肉与火锅这两个中华饮食中重要的组成部分相遇，并碰撞成了羊肉火锅，这穿越千年的美味流传至今，温暖着中国人的每一个冬天。

### 中国人的立冬是羊肉火锅味儿的

在展示中国各地的特色羊肉火锅之前，我们先来一个问题，为什么在立冬这天，人们不约而同地选择了羊肉火锅？

我们先从羊肉说起，董仲舒在《春秋繁露·仁义法》里有记：“羔有角而不用，如好仁者；执之不鸣，杀之不号，类死义者；羔饮其母必跪，类知礼者”，因此羊在中国人的心中也是吉祥的象征，既是祭祀天地祖先的牲品，也可用在青铜器上做装饰，比如国宝“四羊方尊”四角就有各塑羊一只。

羊在人类生活中扮演了重要角色，是祈祥昭德时重要的象征物，也贯穿了中国人的日常生活，羊毛、羊皮可以制衣，羊奶可以哺育幼童，更重要的是给人带来极致的味觉享受。早在汉代，人们就开始探索羊肉的多种吃法，在马王堆汉墓出土的遗册上，就记录有羊肉的羹、脯、臠、炙、腊等多种加工方法，而后北魏的《齐民要术》里也有记臠炙、肝炙、豉丸炙(煎丸子)、筒炙、五味脯、胡椒肉、蒸羊、羊盘肠等十四种羊的烹饪法。

再到清朝，中国人吃羊的水平已经到了登峰造极的地步，其中《清稗类钞·饮食类》中有记全羊席：“蒸之、烹之、炮之、炒之、爆之、灼之、熏之、炸之、汤也、羹也、膏也、甜也、咸也、辣也、椒盐也。多至七八十品，品各异味”。《清异录》中也有摘录羊肉菜名58项，如通花软牛肠、羊皮花丝、透巡酱、升平炙、五生盘等。其中通花软牛肠是用羊骨髓掺料加工的牛肉香肠，做法令人惊奇。

羊肉深受中国人的喜爱，比如在宋代有位寒士叫韩侂儒，家中贫穷，却爱吃羊肉，于是某天将苏轼的书信换作羊肉吃，因此苏轼的书法还被朋友戏称为“换羊书”。中国人对羊肉的偏爱，一方面因为其鲜美的味道，另一方面，《本草纲目》中写羊肉：“能暖中补虚，补中益气”，立冬后是草木凋零、万物闭藏的时节，在入冬后吃羊肉，也是人们“贴膘”的最佳选择。

把羊肉做成火锅，则要回望中华大地那几千年的农耕文化，立冬作为农耕的重要节点，劳动了一年的人们，每年都会利用立冬这一天休息一下，全家聚会，犒赏一家人一年来的辛苦，而羊肉火锅便是最适合立冬聚会的美食。

老北京涮羊肉、简阳羊肉汤、广州羊肉煲……

中国哪里的人最会吃羊肉火锅？

最早吃羊肉火锅的人是谁我们已无从查起，但最爱在火锅里涮羊肉的人，康熙和乾隆一定有姓名。康熙六十二年，康熙在乾清宫举办千叟宴，宴中每桌设火锅两个，其中一等桌的饌品就包括羊肉片一盘、羊肉一盘。而后八十五岁的乾隆禅位嘉庆，再次举办千叟宴，据记载，这次宴席共用火锅1555个，堪称盛况。清代的火锅多为清水锅底，到了现在，中国各地的羊肉火锅因物产丰富、物流发达，堪称百花齐放，各有特色。

如果北方人来自南方吃羊肉火锅，大约会觉得很不习惯。南方羊肉火锅里的羊品种大多都是山羊，山羊的膻味通常会比北方羔羊要重很多，且因为没有剥羊皮制衣御寒的需求，所以通常带皮吃。

也许是南方羊肉的羊肉味更重，所以南方人在羊肉火锅的调味上，也下了更多的心思。四川的简阳从汉代开始就养羊吃羊，汉代《简州志》里有记“户户具鸡豕，十里闻羊香”。如今简阳人每到冬天就会开始吃简阳羊肉汤，煮好的羊肉蘸上本地香辣的蘸水，刚好能和山羊的膻味完美调和。同样是冬日吃羊肉火锅，广州人则选择了羊腩煲，羊腩煲暖胃暖胃，滋味香醇，尤其是入冬天气寒冷，便成了广州冬日打边炉的首选。

老北京涮羊肉只是北京人冬天吃火锅的选择之一，更有想象力的要数羊蝎子火锅。羊蝎子并非真蝎子，其实是带着里脊肉和脊髓的羊脊骨，因其形状跟蝎子相似，故而俗称羊蝎子。羊蝎子虽然骨头多，没有大口吃肉的快感，但每一口肉都是连骨肉，连骨肉因在关节处，肉质要比其他部位更嫩更香。而且吃羊蝎子时，通常要上手来啃着吃，不拘小节的吃法更能拉近人们的距离，充满冬日热闹团聚的氛围。



(据凤凰网)