

□山娃

初夏,高原的阳光倾洒下无尽的暖意。此时,人们内心对大自然的向往愈发浓烈。尤其渴望走进每时每刻都在释放氧气、净化空气,被人们称作是“地球之肺”“天然氧吧”的森林,尽情呼吸无比清新的空气,让身心得到最惬意的放松。

在很多人的印象里,青海是草原与雪山的世界,森林似乎难觅踪迹。可地处黄土高原与青藏高原过渡地带的海东,却有着丰富的森林资源。端午之际,走进海东的部分森林公园,在“森呼吸”中去感受海东的魅力。

北龙山国家森林公园

北龙山国家森林公园位于互助土族自治县东北部,总面积1127平方公里,森林覆盖率达64.3%,森林蓄积量428.86万立方米。境内群峰巍峨,山清水秀,天高云淡,空气洁净,高原特色突出,是旅游避暑、疗养度假、科普考察的胜地,是首批全国保护母亲河行动生态教育基地之一,也是青海省唯一的以森林自然景观为主体的生态公园,2000年被国家旅游局评定为AAAA级旅游风景区。

北龙山国家森林公园植物种类十分丰富,达千余种,居全省之冠,其中被誉为高原三大名花的杜鹃、龙胆、报春在这里广为分布。野生动物有198种,其中鸟类139种、兽类40种、鱼类14种、栖类3种、爬行类2种,被称为是天然的植物园和动物园。这里自然条件优越,气候温暖湿润,空气清新,境内植被茂盛,享有“青海江南、绿色海洋”的美称。

森林公园内主要景点有河流湍急的大通河,有卡素峡、青岗峡、下河峡“三峡”美景,有海拔3500米的风雪之库“黄坛豁”以及“九曲十回”的“十二生肖弯”。整个森林公园由浪士当沟、卡素峡、元甫达坂、扎龙沟和下河五大景区构成。



北龙山国家森林公园

峡群森林公园

峡群森林公园是平安区最著名的景区之一,位于平安区西南部,距平安城区29公里,是国家3A级景区,公园总面积3558公顷,海拔在2600米至3200米之间,是集森林与寺院于一体的自然人文景区。进入森林公园大门,远望东面山坡,成片的天然云杉、山杨纯林,少量的云桦混交林及人工青杨林,郁郁葱葱,林相整齐,植物景观绚丽多彩。

林区深处野生动植物资源也非常丰富,有野狐、野兔、野鸡等众多珍禽异兽,有蕨菜、蘑菇、鹿角菜、石花菜等野生植物,有大黄、黄芪、党参、秦艽等药用植物。

林区西侧是享有“安多四宗”声誉的夏宗寺,距今已有1600多年的悠久历史。

仓家峡森林公园

仓家峡森林公园是1996年3月经原青海省农林厅批准成立的省级森林公园,位于乐都城区以北,距离城区30公里,面积188平方公里,海拔在2000米至3000米之间,园内苍松翠柏,奇峰怪石,林木葱茏,水溪流水潺潺,水质清澈见底,草原与森林镶嵌分布,千姿百态,呈现出高原特有的植被自然景观,给人一种心旷神怡的感受。

这里的美,在山,在水。山是翠绿的,一层一层往高处延伸,以至贴着云彩,让你觉得连太阳也是嫩绿的;两山之间夹着一条细水,一动两静,刚柔相间,远看,那水似乎是拥在两山怀中。山又是绵长的,近看是苍茫的,远看是翠的,再往远处看是绿的,让你觉得山外无山,天外无天。夏日,满山翠绿,青青草坪,马莲花泛着星星点点的幽蓝,蘑菇状的凉伞是唯一的人工景观,三人一群,五人一

团,或把酒豪歌,或载歌载舞,席地就坐,舒适随意,微风过处,野生花草,美味佳酿,芬芳扑鼻。山是幽静的、典雅的,水是柔的、纯的,除叽叽喳喳的云雀,再也听不到一点声音。偶尔有“花儿”从松林深处徐徐溢出,更添旅人之喜。

小步徐行,上得山来,不见流水,但听幽深的翠绿中汨汨潺潺,走几步,是一种声音,再走几步,又是另一种声音。小憩于山腰,细细听来,方能辨别声音之大小、远近,水流之缓、之急。叮叮咚咚处,落差必大,不是水击石,就是石击水;汨汨潺潺处,必是一方泉眼,或是一处小涧。看一会儿水,是墨的,再看一会儿,又是绿的,这水,似乎是为养育整个仓家峡翠绿而来的;这水,似乎是为洗涤人们的困乏而来的,大自然的生命似乎在这里有了天造地设的和谐。



仓家峡森林公园



药草台林场

药草台林场

风景秀美怡人的药草台林场位于乐都区瞿昙镇境内,面积8603公顷,其中有林地607.8公顷,灌木林地308.25公顷,它因寄生着冬虫夏草和许多名贵的中草药而得名。这里不但盛产药材,而且独具秀美的自然风光。花抱山是乐

都境内第一高峰,海拔4200多米,山顶积雪终年不化,为乐都南山积雪第一景,是夏天观雪景登山探险的好去处。山下灌木峥嵘、苍翠柏遮天盖日,山涧怪石嶙峋,一眼清泉似银涛飞飘,撞击山石潺潺而下,文人墨客誉它为

“药草台飞泉”,这是富有多种矿物质的纯天然的矿泉水,掬水入口清香甘甜,隐入灌木丛中如同进入万花的迷宫。

游在药草台让你有回归自然的感觉,玩在药草台让你心旷神怡,吃在药草台更是珍饈佳味,在药草台野餐最好不要错过这里的羊肉,它肥而不腻、爽而不干、清香缭绕、回味无穷。

央宗林区

在乐都区中坝藏族乡境内“南山积雪”景观的东边,有一处“天佑八幅金轮,地有八瓣莲花”之称的地方,这就是央宗林区。

央宗林区依托南大山坐南面北,茂密而高大的松树,四季常青地装饰着这块风景秀美的胜地。这里每逢春暖花开、满山新貌之时,整个山林古树盘曲,千姿百态,翠绿一片,花香扑鼻,出自深山的溪水一路欢歌奔流向东。当晨曦穿过茂密的树林,射来道道光束的时候,高大的树林,绿

莹莹的草地,显得十分美丽,韵味十足。夏天,由于地面温湿、水源充足,浓密的央宗林更是百花争艳,风景优美。绚丽多姿的秋天,绵延的山岭上,绿绿的松树映着皑皑白雪,远远望去好似千条玉龙飞舞,山腰游云缭绕,犹如一条玉带随风飘浮。

央宗林区,林在山头,寺在林中,山寺相连,可谓一种独特的风貌。火红的丹霞地貌,墨绿的松柏林木,熠熠生辉,真是“暮色苍茫看劲松,乱云飞渡仍从容,天生一个仙人洞,无限风光在险峰”。



央宗林区

民和西沟林区

民和回族土族自治县西沟乡西南面,是山势高耸、山体连绵的积石山,西沟乡这段山坡野花遍地,格外美丽,当地人也叫野花山,是集原始森林、人文风情于一体的自然森林风景区。西沟林区面积为6401公顷。这里有天井峡、照壁峰、尕冰台、一线天等自然景观。西沟天井峡口峭谷窄,水流湍急,地势险峻,山林叠翠;车场滩、林棵台、赛马场、射箭场等古迹遗址犹存,令人流连忘返。天井峡长约10公里,与化隆回族自治县马场沟丫豁通达。峡内有一井,深不见底。

继续深入西沟腹地,你会发现一座形似扬首引颈、势若腾飞之马的石峰,称为“马头崖”。左边形似鹦哥嘴的石峰拔地而起,鸟头深锁云雾之中。瀑布所在的“马头崖”是一座黄褐色峭壁,像一块巨大的立体电视屏幕,展现大自然的绝伦风景。入谷数百米,南侧山峰石门洞开,一道激流飞落而下。瀑布高近100米,宽约3米,分两级落差,形成自天而下的磅礴气势,如同银河落下,泻珠溅玉。远望素帛飘飘,近看明珠闪烁,谷风吹来,如云翻滚。



乐都南山风光

雄先森林公园

雄先森林公园位于化隆回族自治县西部,面积12560公顷,是化隆地区面积最大、风景最美的天然林场。林区气候湿润、植被茂盛、动植物资源丰富,既有江南风光的秀美,又有青藏高原的雄伟。

赛岗峡是雄先森林公园有名的风景区,景区山体玲珑别致、雄浑粗犷,林相整齐、群峰竞秀,环境清幽秀丽,集“雄、奇、

险、秀、幽”于一身。林间经幡迎风飞扬,“招手”欢迎四方游客。堪达佛学院矗立于林间,古色古香,庄严肃穆。堪达佛学院为赛岗峡景区增添了画龙点睛的妙笔丹青,一种山外青山楼外楼的唯美画面不言而喻。这里远离世俗的喧嚣,山水至高至净处,游客在享受大自然鬼斧神工的同时,也能领略到藏传佛教文化的博大精深。

尕楞林区

距循化撒拉族自治县积石镇西南30公里的尕楞林区,山清水秀,景色幽雅迷人,知名的“尕楞松涛”景色就源于这里。尤以柴沟左右两山的松、柏、桦树林生长茂盛秀美,与相玉沟、中库沟林区依山傍水连成一片,交相辉映。9333公顷的天然松林给这个多彩藏乡披上了冬夏不卸的浓绿彩装,成为“绿色循化”的天然氧吧。雨后观赏松涛美景更显云雾缭绕,令人心旷神怡。有诗曰:

远眺青山烟波淡,溪水常流尕楞川;
风吹森涛似龙吟,苍松古柏迎云汉。

芳树林丛花争艳,绿荫深谷流清泉;
鹤飞不知何处去,唯有精神傲岁寒。

钻进密匝匝的山林,将会看到一棵高拔松树巍然挺立,浑身长满枝杈,似乎在诉说着这片山林的久远年代。那些步调一致、密而不乱的松阵,让人联想到集体力量的伟大。在降雨量相对偏少的低位浅山,能孕育如此雄奇的松林,无疑是大自然对方土地的恩宠。

走出森林后,迎面而来的是尕楞的高山草甸。夏季时分,草甸上开满了五彩斑斓的野花,将大地装点得宛若一幅



雄先森林公园



尕楞林区

仲夏时节,清澈见底的小河把赛岗峡林海一分为二,清泉石上流的诗意境界自然呈现。雨后,山窝里,几缕淡淡的云雾缓缓升腾,在半山腰萦绕飘荡,如梦如幻,宛若一条洁白的哈达轻挂在仙女脖颈,使人飘然乘云欲归。牛羊三五成群,悠闲自在。梅花鹿、狐狸、兔子、松鼠、野鸡、麻雀、画眉鸟、布谷鸟扑棱棱飞来飞去,穿梭林间觅食。牧羊姑娘拿着细细的皮鞭拍打着小羊,轻轻哼唱着牧歌,演绎着王骆宾的《在那遥远的地方》。

巨大的油画。牛羊悠闲地吃着青草,牧民骑马穿梭其间,构成了一幅和谐美好的画卷。如果你喜欢摄影,这里无疑是绝佳的取景地。无论是晨曦初现还是夕阳西下,每一次按下快门都能捕捉到不同的壮丽景象。

此外,还可以探访尕楞森林周边的藏族村落。这些村庄依山傍水而建,保留着浓郁的民族特色。木制房屋错落有致,屋檐下的经幡随风飘扬。村民热情好客,会邀请你品尝地道的酥油茶和糌粑。如果运气好的话,还能赶上一场传统的藏族歌舞表演。伴随着悠扬的弦子声和激昂的鼓点,舞者身着华丽服饰翩翩起舞,展现出他们对生活的热爱。