

人间四月踏歌行 八境寻芳醉山河

人间四月，风暖昼长，万物舒展。褪去早春微寒，未入盛夏喧嚣，天地间晕染着一层温润柔光，山水含情，烟火藏韵。从徽州江畔的水墨古村，到烟火浓郁的古城街巷，每一方山水都沉淀着千年文脉，每一处风光都藏着春日限定的美好。避开人潮，慢赴山河，在四月柔光里，揽山水清欢，品人间烟火，邂逅独属于春日的岁月静好。



微风歙县，水墨江畔

安徽歙县是古徽州府治所在地，自秦置县，两千余年文脉绵延，是徽文化的核心根脉。这里崇文重教风气盛行，“十户之村，不废诵读”，先后孕育八百余位进士，黄宾虹、陶行知等名人雅士皆出自于此。新安江穿境东流，勾勒出百里山水画廊，江畔古村白墙黛瓦、马头墙错落，碧水映古建，晨雾漫江岸，自成一幅灵动的徽州水墨画卷。

境内棠樾牌坊群七座古坊次第排布，镌刻着忠孝节义的千年伦理；许国石坊八角凌空，精雕细琢，见证明代徽仕的荣光。渔梁坝素有江南都江堰之称，千年活水潺潺，承载着古徽州的水利智慧。春日漫步江畔，炊烟袅袅，溪水淙淙，古村静谧悠然。地道徽味在此汇聚，发酵入味的臭鳊鱼醇厚鲜香，是徽菜灵魂；煎制毛豆腐外焦里嫩，风味独特；酥脆绵软的徽州石头粿，藏着江畔人家的日常烟火。

霞浦滩涂，光影诗行

福建霞浦是闽东最古老的县域，四千年前便有先民繁衍生息，三国时为东吴重要造船基地，千年耕海岁月，孕育出独有的山海风情。四五月份正值海带丰收季，是霞浦最美的时节，广袤滩涂受潮水冲刷，光影变幻万千，林立的养殖竹竿、错落的渔船、粼粼波光交织成景，是享誉全国的摄影秘境，晨昏落日更是绝美治愈。

山海之间藏着深厚人文，畲族文化在此落地生根，三月三畲歌飞扬、民俗热闹，乌米饭、营时粽香气四溢。唐代空海大师于此登陆，开启中日文化交流佳话，千年古刹建善寺香火不绝，见证岁月沧桑。世代渔民耕海

牧渔的质朴劳作，成为滩涂最动人的风景。海鲜风味是霞浦的底色，软糯清香的畬族乌米饭、外酥里鲜的海蛎饼、清甜酥脆的地瓜杯，每一口都是大海的馈赠。

丫髻仙山，庙会祈福

北京平谷丫髻山，因双峰形似少女发髻得名，自唐贞观年间建寺兴道，千年道教文化浸润，素有“近畿福地”“北方泰岱”的美誉。每年农历四月初一至十八，盛大的京东第一庙会如期开启，高跷、秧歌、舞龙舞狮轮番上演，锣鼓铿锵、香火缭绕，游人络绎不绝，满是浓郁的民俗烟火与祈福氛围。

春日登临，青山叠翠、云雾缭绕，道观错落山间，仙气氤氲。京郊农家风味质朴醇厚，汤汁浓郁的铁锅炖大鹅、吸满汤汁的粘卷子、酥脆咸香的炸咯吱盒，尽显北方民俗烟火味。

潮汕风情，民俗浓韵

广东潮汕自古为“海滨邹鲁”，隋代设潮州府，千年文脉绵延，韩愈治潮兴教，滋养出崇文重教的地域风骨。四月的潮汕民俗荟萃，汕头港口村“龙尾老爷”巡游、潮州大锣鼓、英歌舞展演接连上演，热烈奔放的民俗场面，尽显潮汕儿女的热忱与奋进风骨。

背山面海的格局，造就了潮汕包容坚韧的人文特质。潮剧婉转、英歌豪迈、工夫茶清雅，构成潮汕文化独特符号。妈祖、三山国王信仰代代传承，祭祀仪式庄重肃穆，承载着民众对平安顺遂的祈愿。古村老宅雕梁画栋，沉淀着百年家族文脉。潮汕美食享誉天下，鲜切现涮的牛肉火锅、外酥内甜的蚝烙、精致软糯的红桃粿，搭配慢斟细品的工夫茶，藏着潮汕人的生活仪式与烟火真谛。

明月禅泉，月照青山

江西明月山因山形如弯月得名，集月亮文化、禅宗文化于一体，是得天独厚的康养秘境。唐会昌年间，沕仰宗祖师慧寂在此开山建寺，千年禅风悠远。五月中下旬，山间高山杜鹃次第绽放，漫山姹紫嫣红，云海翻涌、山峦隐现，富硒温泉氤氲缭绕，山月相映，禅意与浪漫浑然一体。

南宋范成大曾在此记录梯田风貌，《天工开物》留存此地农耕智慧，月亮诗词碑林、中秋拜月习俗，为山水赋予诗意底蕴。明代李时珍盛赞此地温泉为“天下第一晒泉”，千年温泉滋养一方水土。山间古刹钟声悠扬，仙气悠悠。当地美食依托富硒食材，鲜醇地道，软糯带香的温汤发糕、外焦里嫩的富硒黑豆腐、锅气十足的宜春炒粉、嫩滑流心的温泉蛋，皆是不容错过的山间风味。

平遥晋韵，大院风华

山西平遥古城位列中国四大古城，是千年晋商文化的活化石。古城始建于西周，明清鼎盛之时，票号、镖局、商铺遍布，晋商自此启航、汇通天下。五月的平遥气候温润舒适，游人稀疏，青砖古街、巍峨城墙沉淀着岁月沧桑，漫步其中，仿若穿越明清。城郊的王家大院被誉为“民间故宫”，建筑群以五瑞兽为布局，砖、木、石雕精巧绝伦，尽显晋商鼎盛气象。

王氏家族从豆腐作坊起家，以商养学、以学入仕、以仕护商的家族智慧，藏于古建一砖一瓦之中，各式雕刻纹样寓意吉祥，诉说着家族传奇。地道晋味醇厚浓郁，百年传承的平遥牛肉咸香鲜嫩，筋道爽口的刀削面配秘制浇头，酸辣开胃的平遥碗托，肥而不腻的王家蒸肉，尽显三晋

大地的烟火气派。

崇左秘境，瀑布田园

广西崇左坐落于中越边境，是藏在南国的山水秘境。五月降水充沛，亚洲第一跨国瀑布德天瀑布水流磅礴，飞瀑流泉、水雾升腾，时常彩虹高悬，边境风光壮阔动人。毗邻的明仕田园素有“小桂林”之称，凤尾竹依依、峰林倒映碧水，稻田村落错落，竹筏轻荡其间，静谧如画。

这片土地承载着千年骆越文明，古老的花山岩画留存着先民的神秘印记，是世界级文化遗产。古时土司文化、边境马帮贸易源远流长，壮族山歌、抛绣球、三月三歌圩等民俗鲜活热闹。边境美食独具风味，食材丰富的壮族簸箕宴、清爽鲜美的越南春卷、香气独特的鸡皮果焖鱼、寓意吉祥的五色糯米饭，酸辣鲜香，尽显壮乡风情。

峨眉仙山，佛国春色

四川峨眉山、乐山山水相依、佛韵绵长，峨眉山作为普贤菩萨道场，位列中国四大佛教名山，自古有“蜀国多仙山，峨眉邈难匹”的美誉。五月山间杜鹃盛放，漫山芳华烂漫，金顶云海翻腾、佛光乍现，日出圣灯、云雾松涛，尽显仙山盛景。乐山大佛临江而踞，千年守护三江流水，气势恢宏、震撼人心。

峨眉山自东汉便是佛教圣地，北宋万年寺普贤骑象铜像历经千年完好留存，李白题咏的峨眉诗句流传千古，峨眉武术、禅茶技艺等非遗文化代代传承，儒释道三教文化交融共生。乐山、峨眉美食名扬四方，鲜香滋补的跷脚牛肉、麻辣爽口的钵钵鸡、鲜香细腻的峨眉豆腐脑、皮脆肉甜的乐山甜皮鸭，地道川味，回味无穷悠长。

言文