

坐在异乡的窗前，一切既陌生又熟悉。一只小鸟却将我当成了旧主人，轻盈地飞落在窗前的平台上，不理睬我的存在，站定一方，叽叽喳喳的。一夜的雨，窗根下的水游丝一样往下淌，滴滴答答的。朝阳从东边树林里打着转四射开来，于是鸽子振翅声，林子里的蝉鸣，屋檐下的各种鸟儿的欢唱，夹杂着叫卖声，车流声一齐灌进了耳朵……



听夏

张峪铭

真是暑意悄然绕画梁，夏声新透绿纱窗。噤，闲来听夏！想必对我这客居他乡的人来说，别有滋味。窗外的小鸟在梳理着自己的羽毛，不时调皮地叫唤几声。这样的场景，让人不得不起周邦彦的词“鸟雀呼晴，侵晓窥檐语”来。可站在窗前的小鸟雀，引颈将整个身子的羽毛松开，左右甩动，好像甩掉一头的雾水。它并不十分闹腾，偶尔鸣几声，像人起床时，伸个懒腰后发出的快慰声。

不像那些小虫，如蝴蝶、蝓蚋，还有那纺织娘，那蛙，只在晚间才听到它们的大合唱。不过这个合唱，谁先开口，不得而知。若依谚语“蛴蛴叫，夏天到”，夏季虫们的领唱者应是蛴蛴。它先是“咯咯”得有些沉闷，就像声音从倒扣的盆中发出，尔后连成一片，有如金属的质感声，又如不停抖动干皱的薄膜声。至于纺织娘，让人想到亭亭玉立的姑娘练声的样子。它先“嘎织”十多下，好像清清嗓子，然后急转直下，才唱出主旋律——“织……”此时大地无声，百虫和鸣，将夏夜带进了无比喧嚣的欢乐场。你不得不感叹那一阵阵夏声如波涛一样起伏伏，错落有致，一点不逊于维也纳金色大厅的交响乐。我不知道它们有没有指挥者，倘若有，指挥者是谁呢？

微风拂开一叶莲 一朵粉白露出她的娇艳

盛夏蛙声成了这奏鸣曲中的主角。不信？有“鬻气为楼窗，蛙声作管弦”的句子作证。这时的蛙，感情充沛，它唱得喜悦，歌得欢快，真是丰年稻花香，蛙声情悠扬。

一位追求雅致的女子 在一片热浪下 默守着她的灿烂与娴静

当听到那首《夏天的风》时，一张张凉床早已用清水擦拭好，并摆放到门口。此时清辉满地，天空明净，我们躺在凉床上仰望星空，一只只鹭鸶像剪影样从头顶飞过，我们像赛歌似地诵起了童谣：鹭鸶鸟，衔绿草。做绿窠，孵小鸟。一孵孵到五更头，叫小姐梳油头，油头梳得二面光，插红花，插绿花。坐着轿子鸣啦啦……人声的加入，并没有破坏夏虫们的兴致，反而使它们唱得更欢。

夏日旅途的一次突然相遇 一朵小小的 静静的开在 烦躁的季节 定格一份悠然的心境

可最值得提起的是儿时的童谣声。人们说鸟是天空的使者，它们穿梭在天地之间，传递着彼此的信息，那么这些“虫”们是大地的代言人，至于何时又正辞严，何时缄默不语，甚而不可奉告，早已作了安排。

多少个月色清朗的夜 一叶舟子在如水的文字中荡漾 那舟上采莲的人 一颗心被水溶化

当然蛙是它们的敲钟人，当细草春风时，蛙睁开瞌睡的眼，轻轻地呼唤着大地，到了夏季，终于让蝓蚋、蛴蛴们，各自操起乐器，弹奏出绝妙的夏季奏鸣曲。直到

夜色莲塘 那些花朵 从黑暗中醒来 成为 夜的眼睛 多么潮湿 暗夜 在人群中一闪 没人睡眠的深处 月色被折叠在窗帘里 在日光的吹拂下 忽明忽暗

文字被人多做比喻，有把文字比作夜灯的，有把文字比作天空的明星的，有把文字比作灯塔的，还有把文字比作药的，而我喜欢把文字比作茶。

窗外 一朵花站在霓虹灯下 成为城市 和夜的一个点 像一枚钉子 钉住夜的苍茫

品茶，需心静方能品出真滋味，读书也要心静，方能读出书里的真思想。清茗一杯，手执一卷，守于一室，安静的读书，茶香与书香氤氲其间，是件多么美妙惬意的事。当茶香染醉书香时，我常常想到先贤哲人提倡的“和”。和，和谐之意，天地人和，万事皆顺。那么，茶生于天地之间，是草木之精华，又润泽于人心，是否为大爱大和呢？茶拆解开来，又意为人在草木间，这是多么奇妙的渊源。古老的中国文字将这些不可言说的缘分结合在一起，传递给我们一个“藏天下于天下”的虚静心灵，传递给我们永不消失的雅致隽永。

是我 还是那朵莲 在守卫梦 守卫 纯洁的黑暗

在寻求古老先贤的道路上，唯有多读书，能静心读书是人生极好的享受。世界这么大，天地这么广，书籍这么多，阅读也是一件很方便的事。我很庆幸，我依然保持着阅读的习惯，这说明我没有被喧嚣的世界所同化，我还是一个能平静下来的人。

在如今的社会里，网络的发达造就了许许多多电子书，读起来方便快捷，但电子书缺少一种厚重感与书香气，看一会儿就觉得眼累，心累。我将电子书或即食文化比作速溶咖啡或即时饮料，香精、色素勾兑

七月

宋伯航

七月，在这成熟的季节，回到牛肥马壮的故乡，草原静谧地躺在盛夏的怀抱里，湛蓝的天空映照辽阔原野，一直延伸到极目之外。一望无际的田畴被阳光切割成金黄的麦地和葳蕤的草场，微风中的庄稼与苜蓿们以优美的身姿舞动。

远处天边的云层之下，覆盖着天山之巅的皑皑雪线，被墨绿的松林衬托得格外晶莹剔透；在雪山与田野之间起伏跌宕的大草原上，成群的牛羊宛若星子在缓慢移动。夏天正在编织草原最生动的风景。仰望天边一只鹰隼，穿越雨季和酷热的暑夏，盘旋而来，守望生命中高亢如歌的翱翔。在夏天，大自然最平凡的精灵就这样将最饱满的激情献给了七月、蓝天和草原。

一只被乡亲们赐予庇佑故乡神灵的鹰隼，在七月的草原上展翅作优美的飞翔，锐利的目光穿越岁月壮丽的山河，定格成一幅夏天草原上鹰击长空上的优美画卷。

仿佛晨曦在缥缈的天际静穆飞升，缤纷的黄地毯与绿海浪如此规则方正地切割着草原的繁夏。大草原上有一些流水在款款的七月荡漾，有一派辉煌在七月的天幕下奔涌，有一种渴望在七月的火热中快速升腾……

七月的草原感觉妙不可言。阳光热烈而亲切，水一般的激荡在四野之上尽情倾洒，天空万里晴朗。一切世俗尘垢悄然退却，只有生命在永恒伸展，向着季节深处，直达草原心脏。在至纯至真至美的幻景中，世界袒泄出绚烂与辉煌。

七月蓄满活力，一如苍茫无际沙丘上嘶长的一株胡杨树，在夏日动人的韵律中迎风摇曳。当一只美丽的鹰隼以最朴素的方式来亲近草原的七月，满怀绝伦的健壮与閃亮的庄稼，如此自然和谐，如此幸福无比。

七月让人陶醉，天边无垠的花海绿潮，荡漾着无限的亲切和生动的明媚，弥漫七月的草原。就这样，七月的故乡，每一个角落都神采飞扬，光芒四射。

这个夏天，再没有一种热烈能如此神韵旷达，再没有一种热爱能如此震撼灵魂，再没有一种向往能更为狂热，令人陶醉而兴奋。无比激动的草原风作证，因为一只鹰隼的高高飞临，七月，辽阔而明快如画的故乡，如此生动而宁静。



文字如茶

廉彩红

文字功力没有经过系统学习，我的知识也很浅薄，我写不出高深奥妙的哲理，但热爱是最好的老师，因热爱而执著、坚持、坚守着这片心灵的纯净。

我喜欢读书，也喜欢写些小小的文字。这些小文字都是我内心真实的感受，我写东西常常一气呵成，任性挥洒，我感觉如果一篇文章不是出于真实的感受，而是生搬硬套亦或七拼八凑，这样的文字让人读之如同嚼蜡，不如不写。我知道，我的

洱海清 大理兴 保护洱海 爱护环境

大理时讯数字报刊平台 www.dalishixun.com 大理时讯 2016年7月26日 星期二 16℃~28℃ 第676期 编辑/陈曙娟

2016年“7·16全民游泳健身周”收官日主会场第19届全国公开水域游泳锦标赛暨七彩云南全民健身运动会·大理洱海畅游活动举行

崔大林宣布开赛 江巴吉才何池康杨宁孔贵华等出席下水仪式

苍山含笑迎宾客，洱海扬帆点画图。7月24日，2016年“7·16全民游泳健身周”收官日主会场第19届全国公开水域游泳锦标赛暨七彩云南全民健身运动会·大理洱海畅游活动在洱海公园海心亭洱海水域举行，纪念毛泽东同志畅游长江50周年，全面贯彻落实《全民健身条例》《全民健身计划》，大力弘扬“7·16”精神和游泳文化，促进全民游泳健身运动发展。



国家体育总局原副局长崔大林，省人大常委会原副主任江巴吉才，省体育局局长何池康，州委书记杨宁，省体育局副局长吴亚敏，州委副书记、市委书记孔贵华，中国游泳协会副主席、省游泳协会主席沈俊铨，州人大常委会副主任李红卫，州政协副主席陆璐，州委秘书长靳汝柏等领导以及州市相关部门领导出席2016年“7·16全民游泳健身周”收官日主会场第19届全国公开水域游泳锦标赛暨七彩云南全民健身运动会·大理洱海畅游活动下水仪式。副州长李泽鹏主持仪式。

吴亚敏、孔贵华在仪式上致辞，崔大林宣布活动开始。吴亚敏在致辞中说，云南省水资源丰富，各族人民热爱游泳运动，推广游泳项目具有得天独厚的资源优势和群众基础。省委、省政府高度重视和支持体育事业，大力开展全民健身活动，推广游泳项目，打造了多个连年举办的群众性游泳活动。此次比赛既是全国公开水域游泳锦标赛，也是云南省七彩云南全民健身运动会系列活动之一，从内容和形式上让本次游泳周成为名副其实的群众的节日、体育的盛会。孔贵华在致辞中说，大理生态良好、风光秀美，历史悠久、文化灿烂，气候宜人、四季如春。“苍山不墨千秋画，洱海无弦万古琴”“风花雪月地，山水光城”的自然美景举世闻名，是宜居宜业宜游的生态家园、幸福乐园。苍山洱海是户外运动的天堂，世代生活在洱海流域的大理各族人民与山相伴、与水结缘。洱海不仅是休闲度假的胜地，也是运动体验的福地，运动因洱海而精彩，洱海因运动而增辉。我们将以此次活动在大理举办为契机，进一步加强城乡体育基础设施建设，完善全民健身组织体系，积极推进群众体育与旅游度假、康体健身、休闲养生等融合发展，着力把大理打造成为全民健身的热土、户外运动的圣地。

畅游洱海显身手 和谐大理添活力

记者 陈曙娟

“加油、加油！”7月24日的洱海海心亭彩旗飘扬，人头攒动，鼓劲呐喊声此起彼伏。2016年全国“7·16全民游泳健身周”收官日主会场第十九届全国公开水域游泳锦标赛暨七彩云南全民健身运动会·大理洱海畅游活动在这里精彩进行，吸引了众多观众驻足观看。虽然细雨纷飞，但发令声一响，游泳健将们争相跃入洱海水中，全力向目标进

发。选手们劈波斩浪，不时变换泳姿，各显身手，你追我赶，场面蔚为壮观，一旁的观众也为选手们加油鼓劲，拍手叫好，好不热闹。不管年纪大小，选手们坚持不懈，全力以赴，充分展现了朝气蓬勃、昂扬向上的精神风貌。来自青海大漠体育发展有限公司的游泳爱好者赵超激动地说：“尽管下着雨，我们也不怕，因为我们已久经风吹浪打的考验。”



“这次来到大理，看到洱海水域非常宽广，我们很兴奋。而且洱海水温也很合适，大家都觉得很不错。”来自四川成都的丁伟坚持游泳10多年，很享受与洱海的零距离亲密接触。此次活动共吸引了来自天津、江苏、黑龙江、江西等省市及我省各地的528名游泳爱好者参加。选手们本着重在参与的全民健身精神，畅游洱海，在竞技的同时也感受到洱海的和谐、自然之美。大理州游泳协会作为东道主，精心准备、敢拼敢先，最终以334的积分获得团体总分第一名的好成绩。“在大理举办纪念毛主席畅游长江活动，对游泳爱好者来说是我们的盛大节日。我们大理队把队伍组织起来，全力支持这次活动。”州游泳协会会长李那国印由衷地说，在健康运动的同时，增加了友谊，传播了正能量，更激发了热爱“母亲湖”、保护“母亲湖”的热情，将有力助推洱海保护，促进大理游泳竞技运动和全民健身事业蓬勃发展。

“第一届云南大理创新发展策划大赛”参赛学生到我市参观考察

7月19日至27日，由复旦大学主办、州政府协办的教育部香港万人计划项目“第一届云南大理创新发展策划大赛”参赛学生到我市参观考察。

2011年12月18日，时任国务院副总理的李克强同志在香港大学100周年校庆典礼上宣布中央政府每年支持香港大学一千名师生访问内地，揭开了“香港与内地高等学校师生交流计划”（即香港万人计划）的序幕。此次云南大理创新发展策划大赛旨在让香港学生深入认识祖国内地的国情，加强与内地学生的交流，为大理州“十三五”跨越式发展出谋划策。

考察期间，参赛学生实地考察了大理皇氏来思尔乳业公司，详细了解发酵乳生产工艺及我市乳制品企业发展情况；参观下关沱茶博物馆、白族扎染动植物馆，考察下关沱茶百年历程及白族扎染传统技艺，并与国家非物质文化遗产传承人座谈；参观喜洲古镇喜林苑林登园，并与林登先生座谈交流大理的发展

