

乐活达人

# 爱上高山探险 享受别样生活

□ 记者 冯莹雅 实习生 王亚飞 文/图

年至2009年,每个假期,他不是在家登山,就一定是在去登山的路上,春节也不例外。

## 家人的支持是他最大的动力

小虎说,登山的乐趣在于——到别人到不了的地方,看别人看不到的风景。

春节也不能在家,高山探险还有危险,他的家人怎能放心?

殊不知,小虎有着一位志同道合的漂亮妻子,妻子陪同其数次高山探险。妻子的支持,大大增强了他挑战自我的决心。

小虎选择的登山之地主要在四川境内,其中四姑娘山风景区是他的最爱。

以前他因工作关系,趁着去四川出差的机会,在工作之余玩高山探险。后来,他即使不再去四川出差,也要利用每年的假期,去四川登山。

四姑娘山的三峰、双桥沟里的尖山子峰、理县的雪隆包、半脊峰等冰川型山峰,是小虎常去的地方,其中双桥沟里的尖山子峰他就去过3次。

## 5万元投入,只要过程

大家都知道,登山需要的装备很多,也很昂贵。

当天,小虎向我们展示了他的装备,其中一把冰镐就近2000元,其余的各种小器械不计其数,每一样都不便宜。小虎粗略地算了算,他光高山探险的装备就价值3万余元,而加上其余的各项装备,总共有近5万元的投入。

投入这么多,又有怎样的成果呢?一般来说,登顶是登山者最大追求,但小虎坦言,他登过的山峰不少,但成功登顶的山峰只有3座。他认为登山者更需要的是团队协作精神和一颗平常心。

尖山子峰是小虎登过次数最多的一座山峰,但他从未登顶,有好几次攀登到距离峰顶100多米处时,因队员中有人体力不支,他为了顾全大局只好放弃。

“遗憾吗?”他也问过自己,但答案是“不遗憾”。小虎有一颗平常心,这很难得,他说“玩的就是过程”。

达人代表:  
小虎(网名)  
乐活年龄:  
8年  
乐活感言:  
到别人到不了的地方,看别人看不到的风景。

初秋一个闷热的傍晚,我在珠江路一家户外店里见到了小虎,外表俊朗、笑容阳光的他,留着寸头,穿着一件黑色运动背心,看上去十分健壮、硬朗而给人以安全感。

## 与户外结缘,爱上高山探险

现年36岁的小虎,在20岁之前,是一名职业武术运动员。他从12岁开始习武,因此练就了一身肌肉,为其后来登山探险打下了坚实的基础。

2002年的某日,他通过朋友介绍,认识了玩户外的一帮朋友。“第一次跟着他们玩穿越,让我终于找到了一种既能玩儿,又能锻炼身体的好方式,于是爱上了这项运动,而且一发不可收拾。”小虎在说这话时,脸上堆满了笑容。

有了几年的户外经验后,小虎越来越想挑战自己的极限。于是,他在做了充分的准备后,于2006年,第一次参加了高山探险活动。他这次探险的目标是四川省四姑娘山风景区,主攻三峰。

小虎说,登山分为两种,一种是体验式登山,另一种则是探险。体验式登山聘请高山向导、高山协助、高山厨师等作辅助,只要有耐力,掌握基本的技术就能完成,能满足许多登山爱好者的愿望。但高山探险就不一样了,没有高山向导、高山协助、高山厨师,可能出现的一切危险都需要自己去判断和应对,充满挑战性。

尽管四姑娘山的三峰是他后来多次探险中难度最小的,但这第一次的印象却是最深刻,最难以忘怀的。

从此,小虎便深深地爱上了这项刺激而又乐趣无穷的高山探险运动。从2006

亩鱼塘的鱼米之乡画面。

钓中的快乐就更多:你欣赏了鱼塘四周的美景后,选好钓位,全神贯注于渔漂,心随漂动,宠辱皆忘;遇到狡猾的鱼儿,你与它慢慢地较量,最终把它提上岸,那种痛快劲儿无以言表;中午,你若带有烧烤工具,现场烤几条鲜鱼,与钓友痛饮几杯,就更能增添情趣。有些钓友还能忙里偷闲,在鱼塘四周采一些野菜,或经塘主允许采摘一些新鲜瓜果,如此则能给家庭餐桌增添一些田野清新气息,当属额外收获。

钓后,总结战果,打道回府,一路畅谈感受,觉得这一天过得真有味。如果钓到大鱼,又可向

好友炫耀好长时间;要是战利品较多,送一些给亲友,既能增进感情和友谊,又能显示你的“能耐”,收获就更大。

当然,整个过程中还可能有很多故事发生,钓一次鱼会让你回味无穷。即使空手而归,你也不必懊丧,至少,你饱览了田园风光,你与朋友在蓝天碧水间进行了交流,你钓鱼途中品尝了风味小吃……于是,你的心理压力得到有效释放,你的心灵会变

得闲适而宁静。

所以有人说,钓鱼能健身,治疗失眠、内分泌失调,放松心情。对年轻人而言,钓鱼有助于培养耐心;对中老年人而言,钓鱼能延缓大脑变迟钝的速度。

钓鱼重在过程,不必太在意战果。丘吉尔说得好:“一个钓鱼者的首要品格,不以钓多少鱼来衡量乐趣。”

潮人潮物



## 魔法玉米

来自韩国的魔法玉米玩具,采用玉米淀粉制成,不用任何胶类,产品安全、环保。玩具遇水便自然黏合在一起,人们可以根据自己的想象塑造出不同的动物、植物形象。

其实它的原理很简单,就像小时候吃的爆米花,遇水便可以粘连起来,通过不同颜色的搭配,即可制作出很多造型来,孩子们都很喜欢。没想到爆米花也能火成这样,这个世界太疯狂了……

《盗梦空间》

和莱昂纳多一起



由莱昂纳多·迪卡普里奥等国际巨星联袂主演的科幻动作大片《盗梦空间》9月1日在新都汇奥斯卡影城上映,带领观众进入匪夷所思的梦境世界。

《盗梦空间》展示了一个结构复杂的“梦中梦”世界——莱昂纳多扮演的科布是个盗梦者,商业大亨齐藤要求他在另一个大亨费舍尔的脑袋中植入“我要毁掉我父亲的事业”的意识来获取商业成功。为了成功完成这个盗梦任务,科布和他的团队为费舍尔设计了3层梦境。整个任务完全失控后,科布不得不来到最可怕的第四层梦境,在这个混沌的世界里,他遇到了已经死去的妻子梅尔……

## 奥斯卡上周电影排行榜

花城影事

奥斯卡影城  
地址:洛阳新都汇购物广场4层  
团购热线:15136370108  
影讯热线:0379-63106788

第一名  
《敢死队》  
第二名  
《线人》  
第三名  
《恋爱通告》

秋季垂钓

系列之二

# 钓鱼乐趣如何寻

□ 记者 徐礼军

节假日或周末,邀三五好友到风景如画的水库、山庄、河渠边垂钓,是很惬意的事儿。

这是因为,一来远离城市的喧嚣,忘记生活的烦恼,让人有一种融入大自然、忘情山水间的畅快感;二来钓友相聚,谈笑自如,若有新鲜鱼肉下酒,更助谈兴;三来跟鱼儿斗智斗勇,钓到鱼后会有一种成就感。

钓鱼的乐趣体现在钓前、钓中、钓后。钓前的趣味主要体现在你准备鱼饵、渔具的过程中,同时,你在期待中想象着鱼塘周围的美景、你与朋友谈笑风生的情景、鱼儿上钩时的场景等,会觉得美滋滋的。如果你打算去小浪底垂钓,先想象一下高峡出平湖的秀美风光,就等于神游了一次小浪底景区;假如垂钓点定在黄河岸边的鱼塘,你不妨先在脑海里勾勒出千亩荷田、万

副刊

投稿:lywbly@163.com  
电话:65233688

