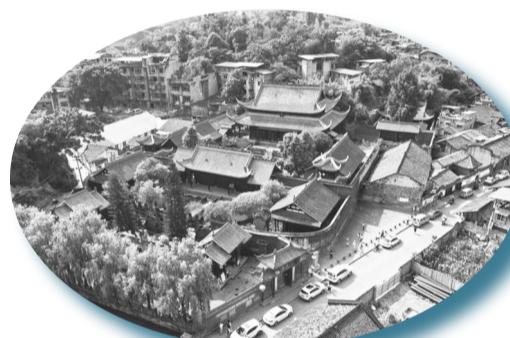


这些隐匿山野的小城，藏着耐人寻味的风景

大城市有大城市的繁华与便捷，小县城也有小县城的恬静与悠然。在全国各地风格各异的县城中，有很多小城令人念念不忘。这些隐于山野里的小城，初看上去都很普通，但正是这些鲜有游人踏足的角落，往往藏着耐人寻味的风景。去够了网红打卡地，这样慢节奏、充满人文底蕴和烟火气的地方值得来。



1、陕西——佳县

黄河畔的陕北小城，崖壁上的香炉寺，山谷里的千年枣林，沟壑里的窑洞，都是值得人们探访的旅行佳处。香炉寺上，遥望黄河蜿蜒与黄土山川；泥河沟里，探秘千年枣树与窑洞民宿。

2、四川——资中

资中有着两千多年的悠久历史，文风鼎盛，独特的自然环境和深厚的历史底蕴给当地留下了包括重龙山石刻、文庙、永庆寺、宁国寺、杨柳滩等多种自然人文景色。

3、陕西——留坝

近些年有些热度的秦岭小城，是西安人避暑纳凉的好去处。除了夏天“小森林”般的幽静美好，这里的秋天也是异常的美好：长长的水杉之路，高高的千年银杏，清幽的张良古庙，隐世的青瓦老村，还有那别具特色的狮子沟牧场，一切都美得超乎想象。

4、河南——修武

修武，一座隐匿了二千年的古县城，八百里太行，最美的留给了云台山。去修武，除了游弋云台山的山水，隐居于大南坡的乡野民宿、纵揽青龙峡的碧水青山也是非常不错的选择。

5、湖北——房县

位于神农架北部的房县，有着与神农架相似的山岭地貌。野人谷、酒神湾、密林深处的村庄，都被云雾笼罩着，很有隐世山野的美好意境。

6、云南——石屏

云南红河藏着一座生活化的历史小城，拐进古城的巷子，几乎都是夯土墙建筑，各种木雕和石基完好保留，让人觉得回到了上世纪80年代。老饕们围坐在火炉旁烤着豆腐，是小城独有的烟火气。

石屏的铁路1936年通车，也是滇越铁路的一部分。法式复古风情的米轨车站，缓慢行驶的橘色状元号小火车，随手一拍都是上世纪的感觉。

7、贵州——黎平

这里拥有国内最大侗族村寨——肇兴侗寨，曾被《国家地理》评选为“中国最美的六大乡村古镇”之一，既原始又古朴。侗寨被树木梯田、水稻包围，五座鼓楼非常壮观，不喜欢商业气息太浓的人们不妨来这里看看。

8、四川——道孚

道孚县位于四川甘孜州东部，有很多还未被关注到的小众美景，墨石公园作为中国唯一的高原石林景观，仿佛来自异域星球。从塔公草原到八美一路上都是风景绝佳，很长一段路都可以看到雅拉雪山。八美也是一个很漂亮的小镇，从八美到道孚会经过龙灯草原，虽然不如塔公草原闻名，但是可以看到雪山，还可以骑马。

9、广东——仁化

这是一个不被人熟知的岭南小城，丹霞地貌命名地——“丹霞山”就坐落在此。节假日的丹霞山游人还是挺多的，但除了核心景区之外，周边的河流溪畔、古村田园基本都没有游客踏足。

来源：新华网

随手整理 家里不乱

你的衣服是否“堆积成山”放在衣柜里，物品四处乱放经常找不到，房间到处是污垢和灰尘……看着家里乱糟糟的，心情也跟着烦躁起来，更不想收拾了，如此陷入循环。事实上，想让家里保持整洁，物归原处、随手整理的好习惯比一次大扫除有效，生活质量会提高不少。刚开始可能有点难，因为大脑需要像安检员一样，一件物品一件物品地查看，但慢慢就会熟练，家里变得越来越整洁。

有研究指出，桌面凌乱容易影响情绪，失去打扫的动力。因此，先给大脑设定：所有的台面、家具，例如沙发、床、椅子上，都应空无一物或留有80%的空白；当视线划过每一件物品时，问问自己：它用完了吗？它从哪来？随即，立刻将它放回原位。具体建议如下：

1. 早晨起床时，把床铺整理一下，睡衣脱下来叠一叠或挂起来，打开窗帘，开窗通风。

2. 在洗手台上放一包抽纸，洗脸刷牙后，顺手用纸巾将台面擦干净；用完护肤品、化妆品后立即

归位，并将用过的化妆棉、棉棒等立刻扔进垃圾桶。

3. 出门前，把鞋柜周围散落的鞋子重新放回鞋柜，玄关处的杂物收回原处。

4. 回家后，把脱下来的衣物立刻挂进衣橱或衣架上。

5. 买回来的蔬菜、水果等，及时放进厨房或冰箱，并随手把购物袋收起来或扔掉，其他物品也要从包装袋里拿出来放到该放的地方。

6. 做饭空闲时，如等水烧开、炖煮食材时，把用完的调料瓶放回原处，用完的刀和菜板洗净、擦干，并收好；做饭时留下的水迹、油渍随手擦掉。

7. 看电视时，在广告时间或电视节目开始前，把沙发上乱扔的衣服、物品放回原处，并整理茶几上的杂物。

8. 给浴缸放水的等待时间，随手整理洗手台。

9. 一些打算用却没有用的物品、打算吃却没吃的食品滞留桌面时，要马上清理、归位。



完成以上基础物品整理后，生活中还要学会断舍离。例如，想从外面带新物品回家时，思考一下同类物品是否清理，如功能相同，尽量只保留一件；出现损坏、长期不用、不好用的物品，要及时舍弃。

杨盈琳