

广东三姐弟的愉悦牛杂摊

□ 记者 杨洁 张黎明

2019年，广东汕尾女孩阿芬只身一人来到大理。那时候，她没想过要在这里扎根，只是想来“旅游一下”。

但当苍山的风吹过洱海，她做了一个决定：“这里太舒服了，我想要留下来。”

阿芬在大理古城边上支起了一个牛杂摊。从此，一碗带着药膳香气的牛杂，成了连接岭南与彩云之南最温暖的纽带。

从“试试看”到“回不去了”

阿芬的创业，始于一种近乎本能的冲动。既然要留下来，总得做点什么。家里亲戚做牛杂，她便依葫芦画瓢，在大理摆起了摊。

起初，她是忐忑的。“当时也不知道能不能卖好。”这种焦虑是每个异乡创业者必经的阵痛。但很快，大理的“脾气”治好了她的焦虑。这里的人实在，

只要你东西好，生意自然就来。

“大理的黄牛肉，炖起来特别香。”为了保证这口鲜，阿芬坚持只买新鲜宰杀的本地黄牛，绝不碰冻品。每天清晨，她穿梭在菜市场，跟熟悉的老板娘讨价还价，那份熟络劲儿，早已让她从“外来妹”变成了“本地通”。

三姐弟的“大理集结号”

生意越做越红火，摆摊终究装不下阿芬的野心。当摊位面临取缔，她果断盘下店面。忙不过来怎么办？喊妹妹来。

“反正上班嘛，然后姐姐就叫我过来了。”小妹余丽璇说，“我就过来了，什么都没想。”

妹夫家胜也跟着来了，成了店里的“全能工”，早起磨肠粉，白天烧腊卤味，样样精通。

二弟余国才在广州本来有着稳定的工作，孩子也在身边。阿芬一个电话打过去：“姐要开店了，需要个自己

人来帮忙。”余国才犹豫了很久，最终还是选择了来大理。“单纯想帮我姐忙吧。”

至此，广东汕尾的余家三姐弟，在大理完成了集结。这不仅仅是生意上的合伙，更是一场关于“团圆”的迁徙。

恐高的阿芬与她的“连锁梦”

阿芬说，在大理的状态是她目前最满意的。

她享受给家人做饭的时刻，看着他们吃得开心，比赚到钱还幸福。这种幸福感支撑着她去挑战更高的目标。

她开始尝试把粤菜里的更多元素搬到大理，不仅仅是牛杂，还有白切鸡、豉油皇、烧腊……她想让大理人知道，广东的味道不只是清淡，还有一种让人安心的烟火气。

她也有自己的小私心：想要一个属于自己的院子，一半自住，一半养鸡种菜。当然，还有一个更大的梦想——

三姐弟合力，开一家属于自己的连锁店。

活在当下的愉悦

在这个牛杂摊里，时间过得特别慢，又特别快。

慢的是牛杂在锅里咕嘟咕嘟炖煮的三个小时，快的是孩子们转眼长大，店面从一个变成了两个。

阿芬回忆起小时候，三姐弟在家，小妹老是和二弟打架。小妹说，那时候不懂事，长大了才知道姐姐哥哥的好。如今，她们在大理互相依靠，把日子过得像那碗牛杂汤一样，浓郁而醇厚。

“环游世界，然后活在当下。”阿芬笑着说。对于她们来说，环游世界或许还很远，但此刻在大理，一家人围坐，灯火可亲，这就已经是最大的愉悦了。



“写生中国万里行”主题采风创作活动走进大理

本报讯(记者 辛向东) 7月26日，为期10天的“写生中国万里行”主题采风创作活动在大理市正式启幕。来自全国各地的知名画家齐聚苍洱大地，将以笔墨描摹滇西山水神韵，用艺术讲述大理生态人文故事。

据了解，“写生中国”是国内极具影响力的专业绘画写生艺术社团，分支机构遍布全国，是国内规模大、活跃度高、专业性强的民间文艺艺术团体。多年来，社团持续开展“写生中国万里行”品牌活动，走遍全国各地开展采风创作、学术交流、艺术展演等活动，搭建起全国书画创作者交流学习、作品展示的优质平台。系列活动不仅收获了丰硕的艺术创作成果，更有效赋能各地文艺创作繁荣、助力文旅深度融合发展，获得业界及社会各界的广泛认可与赞誉。活动启动仪式上，为“写生中国”大理分部新一届主席团成员颁发授权证书，同时为大理绿源春写生基地授牌，进一步夯实大理本土写生

创作阵地，为常态化开展全国性书画采风交流活动筑牢基础。

此次活动以“苍洱经典·滇西山水”为主题，汇聚全国45位知名画家，将深入大理市、洱源县多地开展实地采风、写生创作。画家们将聚焦苍山洱海生态风光、滇西独特自然景致、大理深厚人文底蕴，沉浸式搜集创作素材、潜心创作和打造一批绘画艺术作品。

“写生中国”德宏国画分部主席、知名画家尹宏见在接受记者采访时说：“大理风光秀美、气候宜人，历史人文底蕴深厚。近年来，大理持续深耕洱海保护、苍山治理，生态文明建设成效显著，成为全国生态保护的标杆典范，文旅产业蓬勃发展、亮点纷呈，为文艺创作提供了得天独厚的素材与灵感。此次全国画家齐聚大理采风创作，各位画家将以笔墨为媒、以丹青寄情，用心描绘苍洱山水之美、人文之韵、生态之优，全方位、多角度向全国展示大理的独特魅力与时代新风。”

云南振英润云公益基金会“立东教育基金”向巍山捐资30万元

本报讯(通讯员 陆向荣 左希义) 7月24日下午，云南振英润云公益基金会“立东教育基金”捐资签约仪式在巍山县举行，云南润城集团再度爱心捐资30万元，专门用于表彰巍山县公办普通高中优秀教育工作者、帮扶巍山一中品学兼优、家庭经济困难的在校学生及应

届本科录取新生。

自1998年“立东教育基金”设立以来，云南润城集团始终坚持捐资助学、回馈社会，二十八年间累计向巍山县捐赠资金438.61万元，表彰普通高中骨干教师339名，助力1100名家境贫寒的优秀学子圆梦大学。

上海孩子到大理开展夏令营研学活动

本报讯(通讯员 杨世明) 近日，来自上海浦东新区的30多名小学生在夏令营老师的带领下，分别来到上海浦东援助的公益项目——洱源和巍山两所乡村学校，与当地项目学校的部分学生代表联谊开展以“牵手向远方，走进田野课堂”为主题的夏令营研学活动，让沪滇两地的孩子一起交流，相互了解，彼此增进友谊，促进共同成长。

在项目学校和滇沪两地老师的精心策划和指导下，两地孩子以学校附近的田野和山林为课堂，互帮互学，联手互助，一起合作开展了“进山采菌”“白族扎染”“种子拼画”“彩蛋绘画”“书法展示”“盒炸玉米花”“烧烤青苞谷”“搭灶烧火”“铺床叠被”“竖大火把”和“篝火晚会”等丰富多彩的研学活动，体验了别样的“一种叫大理的生活”。



近日，首都图书馆组织开展的“跟着典籍阅山河”文化研学行主题活动在大理州举行。家长、孩子共22人组成了读营团参加了本次活动。(摄于7月13日)

文化行读营团队的学员们走进了国家历史文化名城巍山。参观南诏博物馆、崇正书院，一睹巍山珍贵文物和古代书院的风采。逛古城，领略古城风土人情。通过活动，让孩子们开阔了视野，增长了知识，近距离体验非遗，感受巍山深厚的历史文化底蕴。

[通讯员 茶慧娟 摄]

探秘湿地生物多样性 行走思政研学课堂——剑川生物多样性科普馆开启暑期研学热潮

□ 通讯员 赵玉梅

暑期研学启新程，生态育人赋新能。近日，剑川县科技馆群(生物多样性科普主题馆)迎来暑期首批研学师生团队，开启暑期生态科普研学活动热潮。作为县域重要的生态文明科普宣教与思政实践育人阵地，场馆依托剑湖高原湿地独特生态资源，融科普展示、生态宣教、自然美育于一体，以珍稀鸟类邮票为核心特色，搭配鸟类摄影作品、湿地动植物标本等优质静态展陈资源，系统展示高原湿地生态风貌与保护成果，为青少年搭建专业化、本土化的校外实践育人平台。

研学过程中，在工作人员与专业讲解员的有序引导下，师生们依次参观主题展区，系统学习剑湖湿地生物多样性知识，直观见证县域湿地修复与生态保护工作成效。场馆标本展区、鸟类邮票专题展、湿地生态系统展区相辅相成、系统完备，集中呈现剑湖湿地常见鸟类及丰富的高原水生动植物资源。同时，场馆设立彩鹳、黑鹳等国家重点保护野生动物专题展示板块，通过监测数据、物种图鉴、图文档案与实体标本，清晰展现剑湖湿地种群恢复、生态提质的蜕变过程，生动诠释剑川县持之以恒推进湿地综合治理、守护生物多样性的筑牢高原生态安全屏障的扎实成果。

本次科普宣讲立足本土生态实践，紧扣“绿水青山就是金山银山”“人与自然和谐共生”的生态文明核心理念，以剑湖生态治理真实案例为抓手，将课本抽象理论与湿地修复、日常管护、物种保育等实操工作深度融合，让生硬的理论知识变得直观易懂。同学们认真观摩展品、聆听科普讲解，细致了解鸟类邮票特色，主动学习群众参与湿地管护、生态资源合理利用、生态保护赋能乡村文旅发展的实践路径，深刻领悟生态保护与区域绿色发展高质量发展协同共生的深刻内涵。

依托场馆静态精品展陈的实地研学模式，有效弥补了传统课堂理论

教学的短板，育人成效显著。滇西应用技术大学带队教师表示：“传统课堂生态教学多以理论灌输为主，学生认知较为浅显。科普馆丰富的本土生态馆藏资源，为思政教学搭建了优质校外课堂。群众护湖守绿、政府系统治理、全社会共建生态家园的鲜活实践，让生态教育更具温度与说服力。未来教学中将持续深挖本土生态资源，打造高质量‘行走的思政课’，以实景实践赋能立德树人的育人实效。”

此次暑期首批研学活动，构建了“理论+观摩+感悟”的立体化育人体系，实现科普教育、生态文明教育与思政教育深度融合。

野菌飘香季 安全莫大意

□ 赵正琳

进入雨季以来，苍山洱海间的山林里，各类野生菌纷纷破土而出。鸡枞、牛肝菌、青头菌……这些大自然的馈赠，是大理人夏日餐桌上不可或缺的时令山珍。然而，鲜美背后暗藏杀机，近期各地野生菌中毒事件时有发生，再次向全社会敲响了食品安全的警钟。

早在今年5月，大理州卫生健康委员会便发布防范食用野生菌中毒预警公告，明确指出我国已知有毒野生菌达600余种，其中含剧毒可致人死亡的有40余种，常规烹调方式不能破坏其有毒成分。各县市也通过悬挂横幅、摆放科普展板、发放宣传资料、现场看识菌等形式，发布预防食用野生菌中毒预警公告，向群众普及毒菌辨别方法、中毒典型症状及应急处置知识，落实“预防为主、宣传前置”理念。

在官方预警持续发力的同时，一些危险的苗头正在滋生。部分社交媒体平台上出现了以轻松笔触、调侃描述甚至趣怪视频呈现菌子中毒现象的内容，极大稀释了菌子中毒的可怕危险。这种把致命风险当作“段子”消费的心态，令人不寒而栗。与此同时，去年以来，商业化采菌团大量涌入苍山，游客手持铁耙翻挖林地，对野生菌进行无差别采摘。这种不计后果的“野趣”追求，不仅破坏生态，更将参与者自身置于中毒风险之中。

令人欣慰的是，近期大理州各级各部门已密集行动起来，从市场准入到日常巡查，从源头管控到终端监管，全力织密野生菌安全防护网。野生菌交易环节是防控中毒的关键关口，各地集贸市场专门划定野生菌销售专区，实行分区集中管理，从准入、巡查、宣传三方面严格管控野生菌交易，严禁来路不

明、辨识不清的菌类入场。针对苍山“采菌游”乱象，大理蝴蝶泉景区依托优越的自然生态条件，打造了140多亩的“菌香森林”仿野生菌类采摘体验区。园区通过人工提前筛除全部有毒菌类，从根源上规避误食中毒风险。游客在专业向导带领下，可以安全、规范地体验采菌乐趣，采完还能将鲜菌加工成油菌子或冷链寄送回家。

遏制野生菌中毒事件，最终要落实到每一个人的行动上。广大群众要牢记“不采、不买、不卖、不食不明野生菌”的安全准则。民间流传的各类“辨毒经验”均不可信——颜色不能辨毒、大蒜不能验毒、虫蛙不能证明无毒。烹饪野生菌必须严格执行用沸水先煮漂等安全的烹调加工方法，彻底炒熟煮透，严禁生吃、凉拌、烧烤，更不要将多种野生菌混合食用。食用野生菌期间严禁饮酒。一旦出现头晕、恶心、腹痛、幻觉等症状，应立即催吐并前往医院就诊。

在大理这座以“风花雪月”闻名的城市里，山野菌香是人间烟火的诗意表达。但诗意的前提是安全，美味的底线是生命。无论是蝴蝶泉“菌香森林”的安全采摘体验，还是遍布城乡的毒菌图谱科普宣传，指向的都是同一个目标——让人民群众既享受到野生菌的美味，又远离中毒的风险。唯有全社会共同绷紧食品安全这根弦，才能让每一口鲜香都安心落肚，让每一个夏天都平安祥和。

时评

