

周末不忙
来趟朝阳

主笔 王海涛

北京往北,朝阳,很美。这座城市的名字从《诗经》里来,乍一读上去,可能弄错了发音,念着念着,便觉得有如春风从远古吹来,带着辽西大地的温暖与问候。

凤凰山在孕育着绿的底色,大凌河面已裂开了一道道缝隙;北票红村天鹅湾,雪白的精灵把水面铺成云锦,人们站在岸边,它们不惊不飞,自在地游着——这是人与自然之间,不必言说的信任。

这座城市,在春日里苏醒。从山水间抬起头,你会发现,古城的每一寸土壤之下,都埋着时间的秘密。两万平方米土地,一半以上埋着化石;狼鳍鱼仿佛还在岩层里游弋,中华龙鸟保持着奔跑的姿态。走进鸟化石国家地质公园,便推开了通往侏罗纪的门,地质长廊里,长150米的巨型地层剖面把沧海桑田摊开在眼前。

这是“第一只鸟起飞,第一朵花绽放的地方。”一眼望亿年,说的就是这里。牛河梁之上,5800年前,红山先民在这里筑起“超级工程”——九座台基,主体建筑面积约6万平方米。那些积石家静卧山岗,玉猪龙在橱窗里泛着温润的光,与真人等大的女神像凝望着远方……考古学家说,这里是古国时代第一阶段的典型代表,把中华文明的起源向前推进了五六百年。

马化石、牛河梁,朝阳的市井街巷间,藏着24座博物馆和纪念馆。

超13万件文物存身其中,近700件国家一级,辽宁省1/4的宝贝都在这儿。红山玉器、商周青铜,三燕马具、唐三彩,还有那些金步摇,仿佛还在风中摇曳。这座城的历史太过厚重,许多展馆面积有限,文物只能轮流展出。

走进街巷,便是另一种温度。

慕容街连接着北塔与南塔,老人们在街中心摆上龙门阵,边喝茶边聊天。历经千年的古道如今还在,而那些金戈铁马,早已沉淀成寻常日子里的烟火。

给你“好看的”,岂止这些。往传统古村落看看。

朝阳县的三道沟村,青砖黛瓦间藏着“举人故里”的脉络。八盘沟的梯田从山脚叠到半腰,石坝多达160余级,是人力与天工合作的诗。石灰窑沟的石板路上,300年时光静静流淌着。

走得乏了,寻一处小馆坐下。

凌源街角,羊杂汤的热气模糊了玻璃,撒上胡椒粉、香菜,一碗下肚,从喉咙暖到胃里。红炉烧饼刚出炉,形如圆鼓,色泽焦黄,咬下去“咔嚓”一声,酥脆里是辽西阳光的味道。

若是三五好友同来,酸菜铜火锅最相宜,老母鸡配海米高汤熬制,佐以鲜绿酸菜、醇香五花肉、海兔,最是美味。

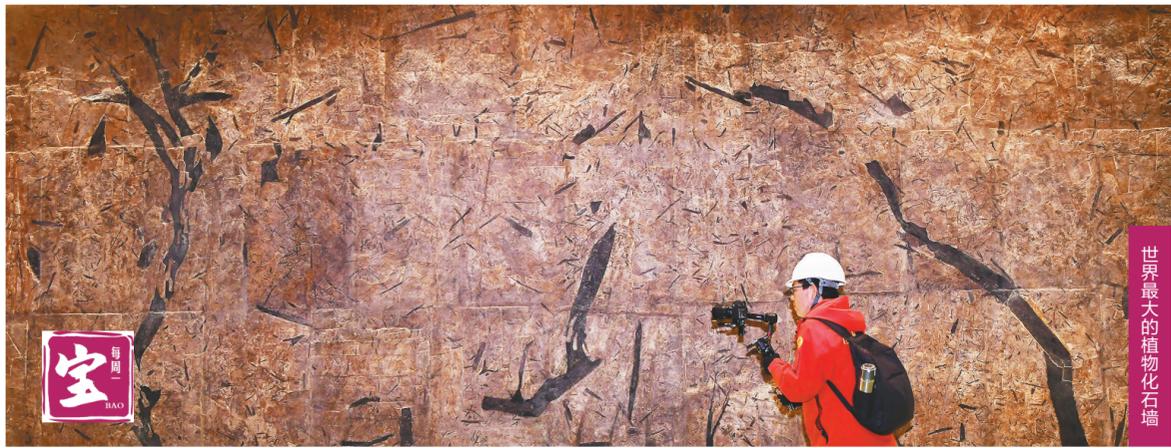
千百年来,朝阳酿造出的美食、风味小吃达百余种,每一道滋味,都是这座古城在岁月长河中用最质朴的方式留存下来的生活真味。

这座城,把5800年光阴都炖进了烟火里。你来,它就用最质朴的方式,把时间的味道、人情的味道,一样一样端到你面前。

正如金庸先生所题:“龙城朝阳,三燕故都;传奇慕容,华夏一脉。”而我想说,朝阳的传奇不止在历史里,更在当下的每一个寻常的日子里——在豆腐脑升腾的热气里,在慕容街悠闲的茶摊上,在红山遗址的瞬间,在博物馆讲解员带你寻找玉猪龙的温暖里。

此刻,早春的风还凉,但阳光已经很暖。

周末不忙,来趟朝阳。



世界最大的植物化石墙

化石宝藏·一眼望亿年

辽宁朝阳鸟化石国家地质公园是目前世界上唯一在原址建设的遗址性化石主题公园,建有国内最大的古生物专题博物馆、世界最大的迁地保护木化石林、世界最大的中生代地质长廊,国家4A级旅游景区。

上世纪90年代发现的辽宁古果、中华龙鸟两件化石标本,为被子植物起源、鸟类起源、羽毛起源提供了直接的实物证据,被中外专家誉为“20世纪重大的科学发现”,朝阳因此被誉为“第一只鸟起飞,第一朵花绽放的地方。”



周一 景 JING

天鹅湾·凌河羽境

红村天鹅湾,坐落于辽宁朝阳市北票市南八家子乡大凌河红村段,是中国最北端越冬天鹅的重要栖息地。

福 朝阳文旅

最辽宁

2026年3月9日 星期一

正月 廿一

丙午年 辛卯月 壬午日

04

编辑 邢宇 视觉设计 隋文峰 校对 冯赤 赵琢

每年10月中旬至次年3月中旬,是观赏天鹅的绝佳时期。尤其是腊月至春节假期前后,冬季的水汽在河面上凝结,形成如梦如幻的“雾凇天鹅”奇景。红村天鹅湾不仅是天鹅的家园,也是人们亲近自然、感受生态之美的绝佳去处。



烙馍



凌源羊汤



排骨蒸饺



朝阳小米



品



朝阳大枣

三珍凝萃

朝阳的美食、风味小吃达百余种,这里有三宗宝:碗坨、烙馍、豆腐脑,它们是当地美食文化的精髓。

碗坨用荞麦仁加水渗透碾成糊状,盛碗入笼旺火蒸熟后晾凉,食时切片,状若柳叶。烙馍以绿豆为主料,经泡发、磨浆、摊制等工序制成薄饼状。豆腐脑选用优质大豆加工而成,具有白、嫩、软、滑、鲜等特色。

这厢有礼

红山文化时期先民已掌握轮作休耕技术,种植的“红谷子”正是现代朝阳小米的祖先。以小米为代表的朝阳杂粮种植面积和产量占全省八成左右。

多年来,朝阳大枣持续“走红”,是辽宁省特色农产品,也是“国家地理标志产品”,其主要品种包括大平顶、小平顶、三星大枣、金丝枣和大铃铛枣等。

数说文旅

朝阳市创新“文体旅活动+消费促进”联动模式,推进文旅体商融合发展。2023年至2025年累计举办文体旅活动1500多场,迎春灯会、秧歌展演、天鹅节、化石节、龙舟赛、马拉松等活动贯穿全年,吸引游客超千万人次;朝阳龙舟大赛入选2025中国体育旅游精品赛事项目;2025港澳青少年内地游学联盟大会激发来朝研学热潮;举办大型演唱会3场,推动演唱会经济持续向好。



彩陶瓮



玉凤



玉人



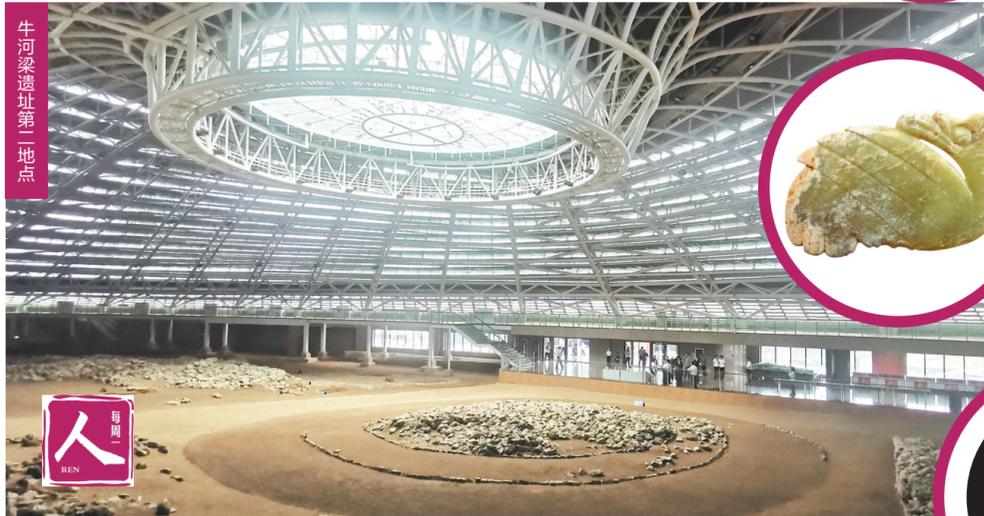
玉猪龙



龙凤佩



女神头像



牛河梁遗址第一地点

周一 人 REN

红山先民·古国牛河梁

牛河梁遗址属于新石器时代晚期的红山文化,2023年被确定为古国时代第一阶段代表遗址,大约距今5800年~5200年前后,是目前国内发现的最早的文明形态。

考古发掘确认,牛河梁遗址第一地点是由至少9座台基构成的大型台基建筑群,能筑造起如此浩大的工程,可见当时红山先民已经有了一定的组织动员能力。

红山文化时期已经初步形成与《周礼》所记载相似的以婚祭、瘞埋、裸礼分别祭祀天神、地祇、人鬼(祖先神)的祭祀礼仪体系;出现了以玉器的种类、大小等区分社会等级地位的相对复杂的礼制系统。

本版图片由本报特约记者仇一军摄及王群、肖景昕、朝阳市宣传部提供