



南岳衡山为我国五岳名山之一,主峰祝融峰在湖南省衡阳市南岳区境内,七十二峰,群峰逶迤,其势如飞。素以“五岳独秀”、“祭祀灵山”、“宗教圣地”、“中华寿岳”、“文明奥区”著称于世。现为首批国家重点风景名胜区、首批全国5A级旅游景区、国家级自然保护区、全国文明风景旅游区。

“南岳”一词,始于春秋战国时期。《周礼·虞书》云:“(舜)五月南巡狩,至于南岳。”以南岳称谓衡山,最早见诸文字是汉初《尔雅》,其《释山》篇有“江南衡”之说,意指江南衡山,后《尚书·大传》中解《虞书》云:“南岳,衡山”。但是据《周礼·职方氏》、《春秋》、《圣经》等典籍介绍,对南岳衡山的来历另有一番解释,它是按星宿的划分,说这地方上承轸宿玉衡星,所以叫衡山。衡山因地处五岳的最南端,故名南岳。

南岳衡山自然风光秀美。这里群峰叠翠,万木争荣,流泉飞瀑,风景绮丽。四时景色各异,春赏奇花,夏观云海,秋望日出,冬赏雪景。祝融峰之高,藏经殿之秀,方广寺之深,水帘洞之奇,自古赞誉南岳“四绝”。南岳衡山无山不树、无处不绿,核心景区森林覆盖率高高达91.58%。境内有树木600多种、1700多种,其中有国家级保护植物90多种,如号称活化石的千年银杏、水杉;濒临绝种、世界罕见、衡山特有的绒毛茛菪;以及摇钱树、同根生、连理枝等等。与之相伴的有珍稀野生动物黄腹角雉、锦鸡、大头平胸龟、穿山甲等,可以称得上是一座天然的生物宝库!

南岳衡山历史源远流长。五岳自古就是江山社稷的象征,炎帝、祝融曾在此栖息,尧、舜、禹均登临祭拜,历代帝王或遣使或亲临祭祀。自尧舜以来,南岳衡山作为五岳之一的历史已达四千余年。黄帝、舜帝曾在衡山



巡狩祭祀;大禹为治水,专程来南岳杀白马祭告天地,得“金简玉书”,立“治水丰碑”。宋徽宗、康熙等皇帝为南岳题诗吟咏。相传黄帝委任祝融氏主管南方事务并封他为管火的火正官即火神;祝融教民以火熟食,生火御寒,举火驱兽;制乐作歌,以谐神明,以和人声。人们为了纪念这位管火有功的火正官,便以他的名字祝融命名南岳衡山的最高峰,并在峰顶建祠用于长年祭祀。

南岳衡山文化底蕴深厚。南岳是中国南方唯一最古老的人文始祖的祭祀山。祭祀文化是南岳文化的源头,自舜帝南巡至隋唐至清,历史上有记载的朝廷遣使祭祀南岳的就有120次之多,民间祭祀就不计其数了。如今,每年都有数百万游人,怀着种种美好的心愿,从四面八方来到寿岳灵山寻求精神上的慰藉。福寿文化历史灿烂,蔚为自豪。宋徽宗在南岳金简峰皇帝岩御题“寿岳”巨型石刻。康熙皇帝亲撰的《重修南岳庙记》之中钦定衡岳为亿万臣民的“主寿之山”。中华祝颂词“福如东海,寿比南山”之“南山”即南岳衡山。《辞源》释“寿岳”即南岳衡山,南岳衡山因而称誉“中华寿岳”。宗教文化历史悠久,积淀深厚。南岳衡山不仅是风景名山,也是宗教圣山。这里道佛并存,互彰互显,同尊共荣。道教于东汉末年就在南岳筑观,佛教早在南朝梁天监二年(503年)扎根南岳。宗教文化积淀繁衍已达千余年历史。既有佛道儒共存共荣的南岳大庙、佛教禅宗尊为“六朝古刹、七祖道场”的福严寺,视为“天下法源”、“曹洞祖庭”的南台寺,又有道家立为《黄帝经》发源地的黄庭观等,道教“三十六洞天、七十二福地”中,南岳独占四处。特别是道佛两教共存一山,共融一庙,共值一殿,共尊一神称为中国乃至世界宗教文化一绝。书院文化、湖湘文化炽盛浓厚,成果丰硕。南岳书院文化始于唐肃宗时。清代曾国藩在《重修胡文定公书院记》中写道:“天下书院,楚为盛,楚之书院,衡为盛。”据《湖南通志》统计,清光绪年间,在现南岳区范围内,先后共有郭侯、文定、集贤等书院17处。

道佛并存,互彰互显,同尊共荣。道教于东汉末年就在南岳筑观,佛教早在南朝梁天监二年(503年)扎根南岳。宗教文化积淀繁衍已达千余年历史。既有佛道儒共存共荣的南岳大庙、佛教禅宗尊为“六朝古刹、七祖道场”的福严寺,视为“天下法源”、“曹洞祖庭”的南台寺,又有道家立为《黄帝经》发源地的黄庭观等,道教“三十六洞天、七十二福地”中,南岳独占四处。特别是道佛两教共存一山,共融一庙,共值一殿,共尊一神称为中国乃至世界宗教文化一绝。书院文化、湖湘文化炽盛浓厚,成果丰硕。南岳书院文化始于唐肃宗时。清代曾国藩在《重修胡文定公书院记》中写道:“天下书院,楚为盛,楚之书院,衡为盛。”据《湖南通志》统计,清光绪年间,在现南岳区范围内,先后共有郭侯、文定、集贤等书院17处。

道佛并存,互彰互显,同尊共荣。道教于东汉末年就在南岳筑观,佛教早在南朝梁天监二年(503年)扎根南岳。宗教文化积淀繁衍已达千余年历史。既有佛道儒共存共荣的南岳大庙、佛教禅宗尊为“六朝古刹、七祖道场”的福严寺,视为“天下法源”、“曹洞祖庭”的南台寺,又有道家立为《黄帝经》发源地的黄庭观等,道教“三十六洞天、七十二福地”中,南岳独占四处。特别是道佛两教共存一山,共融一庙,共值一殿,共尊一神称为中国乃至世界宗教文化一绝。书院文化、湖湘文化炽盛浓厚,成果丰硕。南岳书院文化始于唐肃宗时。清代曾国藩在《重修胡文定公书院记》中写道:“天下书院,楚为盛,楚之书院,衡为盛。”据《湖南通志》统计,清光绪年间,在现南岳区范围内,先后共有郭侯、文定、集贤等书院17处。

荷泽市2015“年历宝宝”评选开始啦!

您,想让自己的宝宝成为万众瞩目的明星吗?
想把宝宝最漂亮最可爱的瞬间与大家分享?
想在宝宝的成长历程中留下一段难忘的回忆吗?

由牡丹晚报、中国荷泽网全力打造的“荷泽市2015年历宝宝评选活动”,将帮您与宝宝实现梦想。

别再犹豫,快快扫码,为宝宝报名吧!

活动专题二维码

菏泽通下载二维码

招商热线: 0530-6333800
18353006526 (张女士)
15905300960 (李先生)
13573062777 (李先生)

报名范围及要求:
全市0-6岁(2008年10月1日后出生)
身体健康的小朋友均可免费报名参赛。

主办:
牡丹晚报、中国荷泽网

协办:
荷泽乐创教育
东方爱婴(菏泽店)
荷泽皇家贝贝专业儿童摄影
荷泽mini未来城儿童职业体验馆

场地提供:
荷泽市七巧板幼儿园

中国荷泽网 官方地址: ttp://www. heze. cn/

“双十一”血拼 小心“刷爆”信用卡

下周二“双十一”电商大促日益临近,为了“抢”到心仪商品,不少人已经是摩拳擦掌。对于市民来说,刷信用卡方便又快捷,因此也成为“双十一”期间他们常用的支付方式。不过业内人士提醒,市民最好注意不要“刷爆”信用卡,否则会有超限费。

信用卡也会“超限”

“我有三张信用卡,早知道分开刷就好了,要不然就不会有这几十块的超限费。”去年“双十一”,着急抢货的管女士不停用一张信用卡刷卡购物,没想到还信用卡时发现还有一笔37.5元的超限费。联系到银行工作人员后,管女士得知,她在一个账单周期内,累计使用的信用额度超出了信用卡的实际信用额度近千元,因此银行针对这部分超限额度收取了超限费。“一般银行的信用卡都有一个10%左右的超限额度。”某银行的理财经理表示,有些市民对自己信用卡所刷数目并没有太确切的计算,因此一不小心就会“刷爆”。同时记者了解到,仅有部分银行在持卡人刷卡超过限额时给予提醒,同时在信用卡10%的超限额度内,持卡人都可以很顺利地刷卡成功。



信用卡超限之后就会收取“超限费”,记者发现关于“超限费”的标准各家银行并不相同。有业内人士表示,收费标准一般根据央行的规定,按照超限金额的3%到5%不等来收取。如果持卡人的信用额度为20000元,那么其信用卡最多可刷卡消费22000元,如果超出信用额度2000元,银行则会收取60元到100元不等的“超限费”。

是否超限可以选择

记者咨询了多名持有信用卡的市民,发现多数持卡人都不知道信用卡有超限额度。为了避免不小心“刷爆”卡产

生超限费,业内人士建议,市民最好经常查询信用卡账户的余额,随时了解自己信用卡的可用额度。此外,在信用卡透支额度自动降到原来的额度前,应该先把超额部分还掉,把未还部分的金额控制在透支额度之内,这样就能避免支付“超限费”。

近日,中国支付清算协会发布了《银行卡业务风险控制与安全管理指引》,对于信用卡的使用和发布做了新的规定。其中第四十四条规定:信用卡未经持卡人申请并开通超授信额度用卡服务,不得以任何形式扣收超限费。持卡人可以采用口头(客户服务电话录音)、电子、书面的方式开通或取消超授信额度用卡服务。记者了解到,目前部分银行已经不再给予信用卡超限的功能。不过市民在申请信用卡时最好要看清楚自己签名的信用卡申请表介绍中,是否写明了自己持有的信用卡可以超限,以防在不知道的情况下使用了超限额度,被收取费用。

王晓磊



颈上风情



风尚中,已经有达人成功演绎了将复古图案的顺滑丝巾绑在手提包的把手上,或者随意地围在腰间,围巾俨然成为百搭的服装。丝质围巾也是上班族最主要的选择,因为丝质围巾质感柔,围起来不会有一种下坠感,这让上班族佩戴起来会觉得比较轻便,既能搭配衣服又能带来温暖,所以丝质比较受大众上班族欢迎。

过去的丝巾造型一般以简洁、短小的长度为特点,但今年的丝巾也采用了更为飘逸的加长长度。简单搭在脖子上,用腰带将过长的围巾束在腰间,一个简单的造型就让围巾成了一件如长裙般的衣服。加上夸张而浪漫的复古图案,这样的造型更适合成熟的上班族女性。同样,如果想让丝巾发挥更多装饰功能,还可以将丝巾缠绕在皮包的把手上,再搭配一个毛绒的挂件,就能让包包也重焕靓丽。

时尚小方巾 花色最重要

从夏季开始,从日韩的时尚潮流中,小方巾的频繁亮相也预示着它在今年秋冬的重要作用。可以像美国牛仔一样,将其对折系成领巾;同样也可以将方巾系在发间。方巾的造型地位,就是凭借着百变的搭配可以称霸配饰界。想要运用好方巾,最重要的就是挑选尽量多的花色进行搭配。卡通图案、田园碎花、和风系列、油画系列、抽象几何图形……这些都可以选择图案花纹,根据服装风格进行搭配,小方巾就能产生让人眼前一亮的魔力。方巾不仅适合时尚的年轻一族,俏皮感十足的方巾同样也受老年人的喜欢。

围巾造型 不得不学

围巾的围法最常见的就是平衡结,即把围巾绕在脖子上,前后交叉打个结或将前面那段围巾从脖子后面绕过去(这是最常见的),把从后面绕过来的围巾穿过空隙再绕到前面来。还可将围巾围成蝴蝶结,大小蝴蝶结均可围成,方法为:把围巾绕在脖子上,左右打个结,左边在上,右边在下,或把右边的那段围巾对折重叠,把围巾在脖子上绕一圈,交叉打一个结。在使用丝巾的时候还可以打成领带结,领带结不适合毛线因为那样会显得很臃肿。首先把围巾绕在脖子上,右边在上,把后边那段围巾从后往前绕一圈,绕好后,再将围巾从空隙中穿出来。

雅媛



超市的酸奶区总是琳琅满目,品种也越来越丰富,不少曾经摆放传统酸奶的柜台,已被酸奶慕斯、酸奶布丁、酸奶凝酪等新面孔所占据。很多家长在给孩子买酸奶的同时,看到这些新鲜玩意,很容易一并收入筐里。然而,这些听起来很洋气的乳制品是酸奶吗?它们与酸奶有什么不同?营养价值又如何?

酸奶圈“洋味足”售价高

近日,记者走访了几大超市看到,几乎国内所有知名乳制品品牌都有“洋味十足”的新产品。法式酸奶凝酪、欧式酸奶酪、酸奶慕斯等充满了洋味的货品摆放在货架最显眼的位置。除了外观上的差别外,从零售价看,这些新式洋名乳制品的售价和普通酸奶也存在明显差距。记者发现,140克左右的洋味乳品,产品售价在7元至11元不等。而一般的100克普通原味酸奶售价在2元左右。销售人员告诉记者,虽然这些洋味乳品价格较高,但卖得很好:“很多顾客都给孩子买这种贵的。”

看“产品类别”可辨真相

记者在几家超市购买了几种酸奶慕斯、布丁、酸奶凝酪等品尝发现,这些产品口感甜度都很高。那么,它

们到底属于哪类食品呢?

对此,青岛农业大学食品学院教授张家程表示,最好直接看包装上的“产品类别”一项。如果上面写着“发酵乳”,就是酸奶。如果酸奶里加了奶、糖、发酵菌种和增稠剂以外的配料,它就被叫做“风味发酵乳”。至于包装上面的名称,无论如何新颖,都是企业给自己的产品起的好听名字,无非是为了吸引消费者注意。记者注意到,这些洋味乳品类别标注各有不同,有的是“风味发酵乳”,有的是“未成熟干酪”,“全脂调制凝固牛奶”。这意味着,有的是属于酸奶,而有的则不是,因此消费者一定要仔细查看。

这类食品营养不高只是甜品

专家指出,布丁也好,慕斯也好,都是含奶的甜点,不属于酸奶类。它们的特点是蛋白质低于普通酸奶,而脂肪比普通酸奶高得多,糖分也相当高。记者对一款布丁和一款普通酸奶进行了营养成分对比。法式布丁的蛋白质含量为4%,脂肪含量为8%;而普通酸奶的蛋白质含量为10%,脂肪含量为5%。相较之下,布丁的脂肪比普通酸奶高得多,蛋白质则低于普通酸奶。“这类新奇产品,在营养价值方面,都比正常的酸奶低得多。”张家程说。

专家表示,对于这些洋味乳品要注意包装上的营养成分表,比较一下它们的蛋白质含量和碳水化合物含量。一看就明白,无非是用更甜的口味吸引嗜甜的消费

钟尚磊