

慢游张家界 休闲在湘府

文/廖兆文

■ 人物：小西 一场关于美丽的邂逅

在吴冠中的文与画中，张家界的山水是养在深闺人不识的妙龄少女；在张黎与李谷二的歌曲中，张家界的山水是魂牵梦萦一刻也不能分割的大好山河；在众多旅行者的眼中，张家界既有看不尽的山、阅不尽的景，品不尽的文化、唱不尽的赞叹，又能慢慢观景慢慢玩，悠然自得的享受惬意生活。

小西说：我们几个小姐妹都是非常喜欢旅行的人，兴致来了说走就走。但我们不是很喜欢跟着团队和很多人一起游玩，也不一定去很多景点。去到一个自己喜欢的地方打个卡就好了，更多的是慢慢玩，享受生活、放松心情。

5月的一个周末，小西和闺蜜来到张家界，想慢慢品味张家界这个浪漫小城，好好感受下这座城市的脉络气息。

起床一定不能太早，我们喜欢

睡到自然醒。小西说：坐动车到达张家界后，我们直接入住了湘府丽家酒店。走进一看，青砖黛瓦，白墙飞檐，门楣窗棂精雕细琢，一扇朱红大门，将繁华与静雅隔离开来，心想这绝对是一个可以发生故事的地方。

酒店布置极具特色，酒店长廊简约随性，或是一叶扁舟，或是一副国画，简洁干净，那随清风微微飘起的轻纱，更增添了几分唯美与感性。我们入住的是一间舒适套间，原木衣柜，原木茶几，原木沙发等使得会客室木色木香，平添几分质感。卧室大小合理，布局温馨，原木大床上悬挂了一幅白色纱帐，往床上一躺，弹性柔软，阵阵幽香。霎时间，只觉身体与心灵都漫步云端，别说是有多惬意。

闲时喝喝茶、睡到自然醒，这才是我们想要的旅途生活。小西如是说道。

外出旅行，拍照留念是必不可少，除了美颜相机之外，自己也要打点美美的。我们要到天门山去打卡，要到澧水河畔走一走，去大庸古城拍几张文艺照，肯定不能风尘仆仆蓬头垢面的。小西笑着说。

小西说，酒店的二楼就是湘府丽家美养汇，这里绝对是产生美的地方，布局精巧，木制屏风环绕精致雅座，既显优雅又增私密，最喜欢的是大厅与自助餐厅之间的那一路卵石，隐约中透着曲径通幽的感觉，分割槽中点缀的几盏灯笼与绿植，更将整个环境更变得如梦如幻，而几位漂

亮美容师热情的笑容，更为这个精致典雅的环境增添一丝活力。进入房间选择好了项目后，我们就开始了轻松愉快的体验过程。

洗个脸做完护理，美美的化个妆后，小西和姐妹们不慌不忙的开始了一天的美好行程。上天门山领略自然的雄奇险峻，在网红玻璃栈道上拍照打个卡，年轻人的旅游，处处彰显着个性和与众不同。

爬山累了，山下就有个湘府足浴水会，听说与我们入住的酒店是同一家公司的连锁店，可以享受会员待遇，我们便去洗个脚放松一下。在短暂的休憩和放松之后，夜幕降临了，我与姐妹们又有了精力晚上出去闲逛！

小西说，夜晚的张家界，灯火阑珊，小城显得格外迷人。沿着河堤，循着古城，或吹着晚风边走边拍，或把一杯小酒凭栏而望，我们的整个身心都融入澧水大地，这的确是一段休闲惬意的湘府时光，更是一次与美丽的邂逅。

■ 人物：老柏 偷得浮生几日闲

老柏是吃过苦的人，上世纪六七十年代出生的他，经历过改革开放，也经历过工人失业下岗，看着中国经济一路高歌猛进，也体会过经济转型期的阵痛与无奈。如今，已过知天命之年的他依然为事业忙碌着。

他看过九月份的苍山洱海，也游过五月份的九寨沟，他吹过三亚的海风，也登过泰山的金顶，每一次的旅程，也不过都是匆匆一瞥。唯独张家界的山水，深深契合他内心渴求的宁静。这里的崇山峻岭与潺潺溪流，小城的日出日落与烟火气息，最能让他忘却事业上的烦劳与工作中忧愁。他说，张家界在晴天时，天高云淡，日暮苍山，如若遇上如烟小雨，又是一副山在画中人、人在仙境的飘渺之感。

老柏再来张家界时正值深秋，不冷不热，气温适宜，停下来，休息几天，这也算是给他日常快节奏忙碌生活的一丝调剂。老柏说，他非常忙碌，根本没有时间休息，但身体亮起了红灯，医生和家人也给他下了黄牌警告，强制让他休息一段时间。这次来张家界，就是为了放下一切，在这里休养至少10多天时间。

老柏终于慢下来了。在张家界，

他优哉游哉的游玩着，去过天门山与森林公园这些知名景点，也领略过王家坪与牧笛溪这些村落风光。他说，这些地方的优质空气与祥和安静，才真正让他着迷。

在吃的方面，他喜欢去一家叫湘府鱼庄的店。鱼庄依山而建，风景如画，绿树成荫，远处溪水悠悠，正眺望天门山，老柏觉得心情舒畅。

他家的菜我几乎尝了个遍，像鱼庄的招牌菜机雄鱼三吃、娃娃鱼两吃、湘府黄金甲我都吃过。我也是个对吃有研究的人，和店里的工作人员混熟了，我也经常自己买菜和厨师们一切研究探讨怎么做。老柏笑声爽朗的说到。

老柏告诉我，鱼庄有三绝，让他印象至为深刻，一是茶，云台山上云蒸雾绕，叶肉肥厚，茶茎粗壮，天然有机，富含锌硒，饮之韵味悠长，唇齿留香；二是酒，鱼庄的酒均采购自贵州茅台酒，酱香突出、幽雅细腻、酒体醇厚丰满、回味悠长、满室飘香；三是鱼，鱼庄内建立了大型的生态养殖系统，确保鱼的鲜，并将湖南特色鱼的烹饪方法集于一身，鱼汤鲜美，鱼肉味道层次多样。

我在张家界的这几天，不是在湘府，就是在去湘府的路上。在武陵源的那几天，我住在湘府国际温泉酒店，在景区走累了，就在那里洗个脚放松一下。从天门山下来，我就又住到了湘府丽家酒店，除了每天去湘府鱼庄吃饭之外，还去过湘府的几家足浴店都洗过脚。他们这几家店各有特色。老柏说。

老柏最喜欢的是按摩和SPA项目，伴着轻柔舒缓的背景音乐，技师的双手在他背上细细揉按推拉，一切都是娴熟与恰到好处。在淡淡的幽香中，他闭上眼睛，静静体会着当时的一切，如漂浮在云端，而心灵也会在芬芳中得到了升华，让他忘却尘嚣中碌碌的追逐。他说，每次按摩后，他都会感到身体愈发轻盈，因多年伏案工作，肩颈的不舒服也得到了明显的改善。

老柏喜欢上了张家界，这里可以让忙碌的生活按下暂停键，在张家界、在湘府体会的康养休闲的慢生活，为后续的生活充了电、加了油。我现在脾性也不急躁了，晚上睡觉也不失眠了，吃饭也更香了。我现在是真正的乐不思蜀了。说到这里，又传来了老柏爽朗的笑声。



湘府实业集团

足浴 按摩 餐饮 酒店 茶楼 美容 汽修

● 湘府足浴总部：0744-2832999

地址：湖南省张家界市永定区子午路紫舞公园旁

● 湘府足浴逸臣店：0744-2193999

地址：张家界市永定区逸臣广场商会大厦15楼

● 湘府国际水会：0744-8897777

地址：张家界市永定区华天城商业城休闲区三层四层

● 湘府国际温泉酒店（武陵源店）：0744-2881888

地址：张家界武陵源区军邸路和桂花路十字西北角（武陵源汽车站旁）

● 湘府国际新天大酒店（桑植店）：0744-2887666

地址：张家界市桑植县澧水镇和平西路

● 湘府鱼庄：0744-2899777

地址：张家界市永定区机场路转三那路（天门中学斜对面）

● 湘府丽家美养汇：0744-8256785

地址：张家界市永定区子午路369号（宏力大厦旁）

● 湘府丽家酒店（湘府茶楼）：0744-2839888

地址：湖南省张家界市永定区子午路369号（机关幼儿园旁）

● 安适汽服（爱车巧手、百援精养）0744-2837999

地址：湖南省张家界市永定区S306体育馆路（丽景天下旁）