

## 成都市民胡先生推荐一条“运动路线”

# 骑行天府绿道：体验动感活力成都



在成都，夏日的限定阳光，留给向日葵，也留给每一个爱骑行的你。

全长近100公里的成都环城生态公园一级绿道，有绿浪翻腾的麦田、郁郁葱葱的草地、随风摇曳的树林，一年四季，景色不断变化，吸引了众多爱好骑行和运动的市民前往。

爱好健身和运动的成都市民胡先生就是其中之一。今年7月，他买了一辆自行车，就迫不及待地进入绿道“打卡”。胡先生说，环城一周约100公里的绕城绿道就像一串绿色的项链，将整个城市串了起来，很多骑行爱好者风驰电掣3小时就可以环绕一圈，但对于大众来说，不妨放慢脚步，在绿色之中感受这座城市的过去与未来。

由华西都市报、封面新闻推出的“到成都街头走走看看”——寻找“万象成都TOP10体验路线”暨“我是推荐官”大型策划活动正在火热进行中。在成都生活了30多年的胡先生，站在一个本地人的角度，推荐了一条成都体验路线：骑行穿越天府绿道。

### 快与慢

成都环城生态公园一级绿道，也就是平时大家俗称的“成都绕城绿道”“天府绿道”。它是一条沿着成都绕城高速修建的环城绿道，总长约为100公里。在这条绿道上，拥有78座独具天府文化特色的桥。骑行其中，不仅可以绕成都一圈，更可以360度感受这座城市的年轻



3月26日，2023年中国·成都天府绿道国际自行车车迷健身节（青蒲站）公路自行车比赛现场。

新华社发

与活力。

说它年轻，是因为在2022年1月环城生态公园一级绿道才全线贯通，这之后，露营、夜爬龙泉山和绿道骑行开始成为成都人的“三大项目”，有人甚至笑言：成都人分为三种，一种是公园里面露营的，一种是夜爬龙泉山看日出的，还有一种就是征服绕城绿道的和正在征服绕城绿道的。

“为什么说它是征服？因为，要完整地骑行完一圈并不容易。”胡先生说，他在保持全速骑行的状态下，能够达到4小时骑完一圈，而那些专业的骑行爱好者可能在3小时甚至更短时间就能完成。由于绿道上有20公里，下坡也有20公里，因此在掌握上下坡速度的同时，还要保证自己体力跟上，或许才能

够骑完一整圈。

胡先生告诉记者，成都环城生态公园一级绿道对于骑行新手而言，可以感受一下它的设计感和与生态环境连接的层次感，但在骑行之初，建议不要过于冒进，“100公里的骑行距离，对于大多数人而言还是太长了，不妨缩短一些距离，分阶段完成。”

与胡先生一样，骑行爱好者王女士说，其实，绿道附近有很多值得“打卡”的地方，像凤凰山体育公园、桂溪生态公园等等，都是能够凸显成都年轻、运动和休闲的地方，而骑行本身就是一件需要量力而行的事情，“不能因为走得太快，而忘了欣赏沿途的风景。”

在他们看来，天府绿道本身是一个容纳多种运动和休闲方式的地方，骑行

速度过快，存在风险，也容易引发事故，而如果慢慢地骑，约上三五好友一起，走走停停，反而会感受到成都这座城市的年轻与活力。

### 古与今

胡先生平时骑行绿道，会选择离家较近的位于青龙湖湿地公园内的绿道入口。平时，青龙湖湿地公园内都能看到露营的市民，环城绿道穿插而过，与湿地公园连在一起，形成独有的风景线。

除了绿色之外，这里其实还坐落着一个全国重点文物保护单位——明蜀王陵。相关资料记载，明蜀王陵以僖王陵为中心，是明代（1368年—1644年）藩王蜀王的家族陵墓群，根据考古发掘和探测，在这一地域方圆五千米的范围，已经发掘或者探明的就有僖王陵、惠王陵、昭王陵、僖王赵妃墓等10座明代蜀王、蜀王妃、郡王及郡王妃的墓葬。

“如今，蜀王陵的僖王陵、昭王陵地宫部分开放，游客可以进入地宫游览。”胡先生告诉记者，他之所以为大家推荐环城绿道，是因为这条环城“生态项链”不仅有年轻人的动感，更有成都这座3000年历史文化名城的厚重。

新鲜感在于，穿越天府绿道，你可以跨越锦江区、高新区、青羊区、金牛区、成华区、龙泉驿区、新都区、郫都区、温江区等成都多个区的边界，不同的区域，有着不同的生态景观，一路看下来的风景也会不一样。

胡先生眼中的绿道，是记录成都发展、传承天府文脉的一条纽带，对于前往成都游玩的游客而言，绿道骑行也是打开这座城市的快捷键。

华西都市报·封面新闻记者 宋潇

## 东周社创始人周东推荐一条“文脉路线”

# 成都人文探寻之旅：少不了杜甫草堂、菱窠和华兴街

若要深切地了解成都的城市精神，总要去到一个个城市文化地标，它们是城市的眼睛，通过它们看见过往、现在和未来。

成都的城市地标将历史娓娓道来，在山水入城融合的景象中焕发蓬勃生机，而所有文化地标的背后都隐藏着不同的成都故事。时下，到成都的街头走走看看，正在成为一种潮流，游客不远千里来到这里，只为沉浸式感受巴蜀文化底蕴。

8月7日起，华西都市报、封面新闻推出“到成都街头走走看看”——寻找“万象成都TOP10体验路线”暨“我是推荐官”大型策划活动，引起广泛热议。8月19日，东周社创始人、主讲人周东作为推荐官，分享了到成都走走看看的文化路线。

### 杜甫草堂和菱窠

#### 两座草屋延续传承千年文化底蕴

“在成都这座历史文化名城，蜿蜒的锦江河道穿过东门码头，延续着精神文脉的故事卷轴由此展开。当人们走进千年历史的城市画卷，会发现成都两座精神文化的丰碑，一个是浣花溪畔的杜甫草堂，一个是傍水而建的李劫人故居‘菱窠’。”周东认为，这两座凝聚着文化气息的草屋遥遥相望，极好地延续了传承千年的文化底蕴。

作为一位具有世界性的作家，李劫人不仅学贯中西，国学功底深厚，还对今天的城市建设产生了很大影响，奠定了如今成都城市轮廓的基础。周东补充



东周社创始人周东。受访者供图



游客打卡华兴街。

道，“值得一提的是，李劫人和杜甫草堂有一段奇妙的缘分。上世纪50年代，李劫人曾任成都市分管文化和城市建设的副市长，主持了杜甫草堂的整修工作，同时还找出了明清时期的草堂示意图，以及草堂残存的清代石刻图。成都的城市中轴线人民南路也是他主持建成的，他在法国留学期间开拓了视野，提出参考香榭丽舍大道来修建城市主干道，让成都人民感受到城市建设的魄力和成就。”

在李劫人所在的年代，成都的中轴线向北越过旧皇城，经由后子门、骡马市、人民中路、人民北路，通长四公里（从人民南路的北口算起），而达今天的宝成铁路、成渝铁路两线交汇的成都火车北站。人民南路处于这条中轴线的南端，如今已成为成都最主要的交通干道，两侧有不少现代化的宏伟建筑。周东认为，“李劫人一生积极进取，认真做事，奉献社会。他给我们的启示是，我们也要尽自己的力量，作出应有的贡献，让成都这座包容开放的城市更加美好。”

### 华兴街和川剧艺术中心

#### 爱成都就要了解这座城的前世今生

周东介绍，李劫人与成都锦江区也有着不解之缘，他出生于经历司街，也就是今天的锦江区华兴街。“如果说探寻老成都记忆，感受老成都的烟火气，我非常推荐大家去华兴街。这条临近春熙路、王府井的百米老街，曾是川剧‘戏窝

子’悦来茶园的发源地，当时并没有剧场或戏园，看戏的人就坐在茶桌后面，一边看戏一边喝茶。悦来茶园后被改建成锦江剧场，成为成都近代文化史上第一个大型的正规剧场，繁荣的商业为这里聚集了不少人气。如今，锦江剧场已被改建成为成都川剧艺术中心，依托传统文化底蕴吸引着更多人来到这里。”

华兴街藏着数不尽的川剧故事，不远处的红星路二段85号是《星星》诗刊的所在地，也是许多文学青年心中的圣地。从充满传统意蕴的华兴街，人们只需要多走几步，便仿佛打开了跨越时空的大门，步入改造后充满欧洲风情的纯阳观街。这里不仅见证着历史变迁，也有着休闲游憩的氛围，正逐渐成为年轻人的时尚聚点。周东数次用脚步丈量那里的每一寸土地，开启自己的人文探寻之旅，“在我看来，生活在成都的方式有很多，但判断一个人是不是真的爱成都，要看他对成都的历史了解多少，在游览成都的同时寻到多少情感共鸣。”

从2014年创立东周社至今，周东深耕天府文化，已推出上千部反映“天府文化”深厚积淀、成都生活美学的电视专题纪录片，无论是计划将诗圣杜甫的1450首诗全部诵读并解读，还是继续讲好四川和成都的国际友城故事，他始终带领着活跃的团队，为成都打造“中国书香第一城”而进行文化推广。

华西都市报·封面新闻记者 罗海韵