



万宁龙舟竞赛激烈角逐。高林摄

## 拥有不同风土人情,孕育多元独特文化 遇见万宁 邂逅风情

百里海岸,天赐群峰,万宁这座山海之城拥有山的雄壮和坚定,也有海的辽阔与包容。在一年四季永不褪色的繁茂绿色中,勇于探索的万宁人,不辜负上天的恩赐,将令人艳羡的自然美孕育出独特和谐的文化:传统、活力、安康……行走万宁,你会愈发感受到这片土地的丰盈和风情。

### 龙文化 千年古城的盛名



万宁的舞龙文化在海南享有盛名。

端午节刚刚过去,许多人还在回味万宁和乐镇港北港的盛况:在“万宁杯”2015年海南省龙舟锦标赛现场,龙舟竞发、船桨翻飞,锣鼓喧天、人声鼎沸,几里长滩,欢声沸腾,来自万宁、定安、澄迈、文昌等市县9支参赛队伍竞渡龙舟,欢度传统端午佳节。而在今年“二月二龙抬头”时,在此举办的中华龙舟大赛首站比赛,更是吸引了数万观众前来观赛。

万宁的龙舟文化为何如此兴盛?这座千年古城流传已久的龙文化,无疑是其最夯实的根基。

《万宁县志》记载:万宁在唐贞观五年(631)建县,初为万安县。南宋高宗绍兴七年(1137),改为万宁县,这是万宁县名的最早记载。由万安到万宁,自古以来,万宁人对于幸福安宁的美好愿望没有改变,一直在延续。而当地传承千年的龙文化,则是人们对幸福和吉祥的祈盼。

万宁有四大主要河流:太阳、龙滚、龙首和龙尾河,从河流的名称似乎可以看出,太阳与龙在万宁人心中的份量。如今,在万宁,依旧可以看到各种龙图腾的痕迹,感受龙文化的传统魅力。

人们说,万宁市有两条龙,一条是出自万城镇西门社区的西门青龙,另一条是出自万城镇宾王村的宾王红龙。相传西门青龙为龙母,宾王红龙为龙公,两条龙一雌一雄,一青一红。无论是关于青龙还是红龙,已经延续着几百年来甚至更长时间,承载着万宁人对龙的崇拜与敬重。在每年的万宁元宵灯会上,总有两条长达几十米的巨龙翻飞,大人小孩总是在龙身下穿越,近龙摸龙,据说这样可以给人带来好运。万城镇西门社区70多岁的陈正平老人说,原来每年春节前只要扎龙的龙鼓一响,村里的妇女就会放下手中的活,带着针线来到固定的地点,缝制龙布。舞龙时节,只要龙鼓一响,村里的男丁聚集在婆祖庙前,各就各位,80多米长的龙转眼间由卧龙变飞龙。如今,缝龙布,扎龙身,舞龙都由专人来做,等龙扎好,就要带到流经万城的太阳河边去喝水,取意为:取天上甘露之水,地下泉脉之水,大海翻腾之水,江河奔腾之水,神水福水,下水显灵。相传只有龙喝水之后才会显灵,才会保佑风调雨顺,保佑人们幸福平安。

正是因为万宁人与龙的这种渊源和情感,万宁的舞龙文化在海南享有盛名,万城镇宾王村被誉为“海南龙乡”。在人称“中国第一大潟湖”的万宁小海,自宋朝开始,周边的村庄就保留着每年赛龙舟的传统,只为祭奠海神,祈求海龙王赐予捕捞好收成,并庇佑渔民出海平安归来。

### 归侨文化 无法忽略的 异国风情

无论是在万宁的沙滩篝火晚会上,还是在内陆城市的万宁城市推介会上,总有一个节目让人眼前一亮:伴着明亮欢快的音乐,身着印尼传统服饰男士们手拿沙锤舞动,女士们则扭动着手腕、腰肢翩翩起舞,跳到热烈之处,他们还会上前拉起在一旁拍掌的观众跳起舞来……这就是万宁侨乡的独特风情。

上世纪50年代,从印度尼西亚等东南亚国家归国的华侨分三批落户兴隆。此后10年间,一万多名来自21个国家和地区的归侨陆续在这里安了家,生活、文化、习俗大融合,形成兴隆独特的侨乡味道。



万宁兴隆农场的印尼归侨。 水木 摄

几十年来,东南亚语言、普通话以及海南话的交融,逐渐演变出兴隆人独特的口音。在兴隆,“兴隆普通话”是唯一被华侨们接受的“官方语言”。这种“兴隆普通话”既带有一些海南话的语调,又保留一些客家话的口音,但基本的语音语调仍是普通话。如今,兴隆话里还留有很多如“巴萨”(市场)、“锅比”(咖啡)等东南亚词汇。在兴隆的大街小巷里,人们随处可以看见身着“落蒂”的人。这种花衬衫具有浓郁的马来风情,在兴隆,无论是印尼华侨、泰国华侨或是本地土生土长的海南人都喜欢穿这种花衬衫。而妇女们也大多烫发,涂着鲜艳的口红,别有风情,若遇到重要节日,很多妇女还会穿起独具东南亚特色的“纱笼”。

而在当地归侨的家里,异国特色则更为显著。庞朝民是兴隆农场的印尼归侨,不大的家里,摆满了各式从印尼带回来的工艺品,墙壁上印尼风情的油画甚是亮眼,身置其中的中国风老家具看上去别有趣味。东南亚元素与中国风格完美的交融,这便是兴隆归侨人家最常见的布置。热情的女主人则会为客人们准备印尼特色糕点——水晶糕。将事先调好味的板兰叶汁与木薯粉搅拌均匀后,倒入大锅中用大木铲快速地用力来回搅拌,直至木薯粉在几分钟后受热黏成一团后,便可用勺子盛出切成小块,在装满椰丝的大盘子里滚上一圈,沾满白色椰丝的绿色透明的水晶糕便很快被端上了餐桌。要知道,这只有在侨乡才能吃到。

### 书法文化 翰墨飘香 绵延至今

书法,或飘逸或遒劲的汉字带着墨香渲染纸上,是中华民族文化的瑰宝。书法在万宁,亦源远流长,兴盛不绝,安放万宁人的心灵旨趣。2014年,万宁挂牌成为“中国书法之乡”。“万宁拥有良好的书法文化氛围,作品众多,书法人才辈出。”中国书法家协会党组书记、副主席赵长青这样评价。

万宁的书法口碑,自古流传。现存古人书法作品中,以东山岭摩崖石刻书法最为有名。早在唐代,僧人雷真海在东山岭华封岩辟寺修道,是海南最早的“仙山佛国”。历代朝廷宦官巨吏、文人骚客登临东山岭吟诗作赋,在东山岭摩崖石刻上留下底蕴深邃的书法作品有118处,是海南最大的摩崖书法石刻群。

在当代,书法也已深深扎根在万宁民间,成为群众喜闻乐见的艺术和民俗活动。万宁书法大家有先生之风,草根也不乏能人。在被省书协评为“海南书法之乡”的万宁后安镇,就有许多农民书法家。当地的书法名人官国云就长期过着边打铁边写书法的生活,乐此不疲,不仅打出了远近驰名的“后安刀”,还



书法深深扎根万宁民间。 水木 摄

能写一手好毛笔字,被称为“铁匠书法”。而像他这样的日常时间辛苦工作闲时就练习书法的人,当地还有很多。万宁人对书法的热爱,从写对联活动的热闹上也可可见一斑。据万宁市政协副主席李家濠介绍,万宁堪称海南写对联最兴盛的地方之一,每年腊月廿三到除夕,街头巷尾,随处可见人们现写现卖春联的活动,个别有名气的书法家,则是登门求字者络绎不绝。

目前,全市有书法协会、书法篆刻协会、老年书画研究会、市政法书画创作室等多家书法组织;后安、东澳、兴隆等部分镇(农场)都有书协分会。万宁的书法组织数量之多、扎根民间之深,令人咋舌赞叹。为了把万宁的书法传统延续下去,万宁的书法培训从小孩抓起。据了解,从1980年代起,万宁书法协会分别在工人文化宫、市文化馆设立青少年书画培训基地,定期举办青少年校外书画培训班,培养了一批又一批的书画后备人才。全市中小学校普遍开设了书法课程,并列入开展素质教育的一项考核科目。如今,万宁市爱好书法、学习书法、传承书法之风盛行城乡。

### 长寿文化 城市宣传 新亮点

80岁的阿婆挑海水来煮盐,88岁的老人一天骑行20公里,一对百岁夫妻加起来210岁……这就是万宁的长寿印象。目前,海南全省有百岁及百岁以上长寿老人1944人,平均每10万人就有百岁老人19人,是全国百岁老人密度最大的省份,是名副其实的“长寿岛”“健康岛”。2013年11月,国际人口老龄化长寿化专家委员会授予万宁市“世界长寿之乡”称号。据第六次全国人口普查显示,万宁市80岁以上老年人19564人,轻松享受着自娱自乐的优雅人生。截至目前,百岁以上老人192人,人口长寿数据水平在全国名列前茅。

在这里,长寿密码是什么?全程参与了万宁申报“中国长寿之乡”活动的中国老年学学会常务副会长赵宝华这样解释:优美的生态环境是万宁人口长寿的重要基础;这里没有大都市的污染和喧嚣,是民众放慢脚步放松心情休闲养生胜地。

这个看似简单的说法,背后蕴含着十分丰富的内涵:万宁年平均气温24.8℃,森林覆盖率66.13%,环境空气质量达到国家一级标准,生活饮用水达到国家地表水Ⅱ级标准;土质主要为红壤和沙土壤,且都富含硒等多种人体所必须的微量元素,含量为66%,是海南的富硒地区,因此万宁所生产的农作物对人体健康长寿有明显的促进作用。而在万宁,悠久的历史,造就了万宁人百事孝为先、孝敬长辈的良好风尚。不仅如此,万宁人的长寿文化还包含了优良的生活方式:知足常乐、松弛有度,幸福指数高。

2014年“五一”期间,一场“万岁·万宁——来自世界长寿之乡的影像”摄影展在北京王府井开展,引爆京城。10名摄影界新锐大师拍摄以长寿为主题的“万岁·万宁”影像,通过摄影师们的独特视角



优美环境吸引了众多候鸟老人。水木 摄

向大众展示万宁之美,直接、感性地反映万宁独具魅力的自然景观和人文景观,彰显万宁独一无二的生命质量和生存质量,并涵盖了万宁的生态环境、市民生活、风俗特色等方面,系统地展示了万宁独具魅力的自然景观和人文景观。凭着“世界长寿之乡”称号,近两年万宁的城市推广,便打出“长寿”牌,将自身得天独厚的自然资源和独树一帜的旅游产品推介出去,进一步扩大城市知名度和美誉度。

### 冲浪文化 浪尖上的 时尚动感

波涛阵阵,海浪翻滚。在这片蔚蓝中,许多勇敢的身影甩开一切,冲向大海,追逐着海浪的节奏,迎浪起舞,自由如风。在万宁日月湾,黄头发蓝眼睛、黑头发黄皮肤、英文普通话和海南话,奇妙而又和谐地交织在一起。这些为日月湾、为冲浪而停留的人们说,他们爱的是简单自由和纯粹——一块板,一个人,一种生活。

日月湾水质清澈,水温适宜,年平均温度在24--28℃的海水,让冲浪者即使在冬天也可以穿着裤衩尽情追浪;加上年平均1-2米的浪高,绵长且有力,海浪起浪频率多,日月湾是一处天赐的冲浪胜地。随着2010年首届中国海南万宁国际冲浪赛事的成功举办至今,万宁日月湾得到了来自世界各地的冲浪选手和爱好者的认可,在世界冲浪的版图上,成为后起之秀。这不仅有力地推动了冲浪产业在海南乃至中国的发展,也培育出了万宁健康、时尚、动感的冲浪文化。

在日月湾的海边,有年近50岁、曾经当过飞行员、高级调酒师,曾经生活在大城市拿着高薪的法国人Christophe,中文名叫“豆腐”,而现在,他是国内首支少年冲浪先锋队的教练,扎根在了日月湾。经过两年多的培训,冲浪先锋队这群十几岁的孩子冲浪水平进步飞快,已经在今年的冲浪公开赛上集体亮相,傲立潮头,踏浪而行,这让豆腐觉得十分满足。在这里,每个周末和假期都会聚集着一群年轻人。他们在繁忙的都市生活中,寻求工作与生活的平衡点,他们说,冲浪是一种享受,在与自然的合作中,让自己回归天性。来自上海的周立是位70后,从事地产行业的他因此此前过于忙碌,肩颈疼痛等身体亚健康状态时常常伴随着他,现在,在日月湾冲浪俱乐部里,周立面朝大海,脸上的笑容满足而从容。“站立在浪板上感受飞翔般的速度与刺激,这是一个不断挑战自我的过程。”

在逐渐成长为全球冲浪运动重镇后,万宁已将打造日月湾冲浪小镇列入筹划建设之中。未来,这里将集中展示海洋文化、沙滩文化、水上运动文化、时尚旅游文化,并以万宁国际冲浪节这一节庆旅游为媒介,融文化、论坛、经贸、体育等板块活动于一体,大力发展旅游和休闲文化产业,使万宁成为海南省面向国际开放和展示形象的重要窗口。



在兴隆有机咖啡园品尝咖啡。乐凯 摄

#### 链接

### 万宁美食文化



美味的后安粉。 乐凯 摄

美食就像美景,总是让人惊喜迷恋,在万宁,更是如此。不管是独具侨乡风情的咖啡、点心,还是大海里的各色海鲜,总有一款能抓住你的胃,抓住你的心。

#### 美味“龙须”： 后安粉

后安粉是海南早餐中有名的“快餐”,从点餐到端上桌可在三四分钟内完成。后安的渔民满载而归时,天还未大亮,为尽快吃上一碗热腾腾的早点,他们往往前一天夜里就熬好汤,吃时只要将滚烫的汤注入粉条即可。因此,后安粉的关键在于汤底,要用猪骨头、粉肠、大肠、猪内脏等熬成浓汤。后安粉很有“海”的特色,渔民往往把捕获来的小鱼小虾和米粉一起煮,很快就能吃上一顿美味。因此,后安粉的制作传统上,海鲜、猪肉、咸海鸭蛋、炸虾米的配料是必不可少的。

#### 海南名菜： 东山羊

海南四大名菜之首——东山羊产于万宁市东山岭。其美味据传是因羊食东山岭的稀有草木所致,因此肥而不腻、食无膻味、味道鲜美。在万城很多大排档的东山羊火锅都非常好吃,羊肉不膻,肉质很有嚼劲,肉汤鲜美,温热滋补。吃过羊肉的汤还能接着煮芋头、豆腐或者涮菜,一行人围坐在一起吃,别有一番乐趣。

#### 市井情怀： 兴隆咖啡

兴隆小镇有大大小小100多家咖啡店,可最有当地风情和特色的,就是兴隆老咖啡。环顾四周,聊天休闲的既有市民,也有慕名来此的各地游客,别具市井味道。瓦西里、根据地、Aone、老华侨等几家咖啡店最具代表性。点上一杯香浓咖啡,搭配椰糕、千层糕、木薯球、板兰糕等印尼风味美食,尽情享受最接近幸福的兴隆咖啡时光吧!

#### 异国风味： 印尼餐厅

兴隆很出名的伊萨娜印尼餐厅,餐厅以印尼风味美食为主,也有东南亚和侨乡风味的菜式。最有特色的就是这里的风味咖喱,还有甜辣酱等风味酱搭配的海鲜和蔬菜,深爱咖喱和东南亚美食的一定要来品尝。整个店的装修风格也颇具印尼特色,用餐的时候听着印尼传统音乐,仿佛已置身异域,别有一番乐趣。

#### 自然的馈赠： 港北鱼排海鲜

港北沿岸的鱼排海鲜,也叫水上餐厅。排档的海鲜大都是出海的渔民捕捞回来的,野生虾、和乐蟹、石斑鱼、各种螺和扇贝任君挑选,鲜活的味道自然不用说,而且价格公道。在这里可不能错过和乐蟹,和乐蟹个大肉肥,满满的蟹膏配上海南特色金桔蘸料,满口的鲜美滑嫩入口难忘。吹着海风,品着海鲜,大快朵颐,岂不快哉?

(本版撰文/晃悠)

在万宁日月湾激情冲浪。西海 摄