

东坡诗词背诵大赛和百万元大奖、民俗文化底蕴、西海岸原生态美景吸引游客——

黄金周：游千年儋耳 品东坡文化

一年一度的国庆黄金周又要来了。也许你正在规划出行。那么，来儋州吧。千年古郡儋州欢迎你！儋州准备了百万元大奖和东坡诗词背诵大赛等着你。东坡文化体验之旅五大惊喜等你来。美诗、美景、美食，和着儋州的山水岸线，与百万人民的热忱等你来。

儋州是海南岛上建制最早的两个古郡之一。2100年前，汉武帝设立儋耳郡，将儋耳纳入中华民族的版图。直到1000年后，宋朝文豪苏东坡被贬儋州，让儋州乃至海南绽放光华。

公元1097年，苏东坡被贬海南。他把儋州当成了真正的故乡，在这里建书院，办学堂，开民风。三年后北归，他依依不舍地写下名句：“九死南荒吾不恨，兹游奇绝冠平生”。苏东坡，用他的千古才情描绘了儋耳大地的绝世之美。

“沧海何曾断地脉，白袍端合破天荒。”在东坡的勉励和感召下，儋州渐成诗文荟萃之地，汇总成了“诗词之乡”、“楹联之乡”、“民间艺术之乡”、“书法之乡”。

雄踞海南西部的儋州，是海南新兴地级市和西部中心城市，也是中国优秀旅游城市。在这里，历史与人文交汇，湖光与山色掩映，大海与火山岩层激荡。西海岸的原生态美景，让人流连忘返。深厚的民俗文化底蕴，留下了众多历史古迹。在自然与人文胜景间穿梭，领略美丽儋州，是一件无比惬意的事。

来这里，感受历史人文之美：

走进东坡书院，东坡祠、钦帅泉不忘苏公恩情；春牛词、载酒堂永记夫子情怀。书声琅琅，弦歌四起，海南文脉，于斯为盛。

走进中和古镇，清润秀丽的北门江，悠悠流向大海。小桥、流水、断墙、古郡，二十年的流光写照，凝聚了海南的灿烂与辉煌。

来这里，感受火山海岸之美：

走进峨蔓海岸，我国唯一的火山岩



东坡书院调声美 吴文生 摄

岸。红褐色的火山岩石，静静地守护在西海岸。峭壁深深，脚下是一汪蔚蓝的大海和细腻的沙滩。龙门激浪，就是峨蔓海岸扔在北部湾的一个惊叹号，风卷浪涌，声如奔雷，气象万千。

走进盐丁古盐田，我国最古老的盐田，可以近距离观看传统晒盐工艺，品尝最原始日晒制盐和它的盐焗美食；

来这里，感受花鸟园林之美：

走进海南热带植物园，“一花一树一世界，一人一生一菩提”的风景令人陶醉。这里引种了40多个国家的热带、亚热带植物2600多种，让人目不暇接。

走进石花水洞地质公园，如临“洞天福地”，可以饱览最大热带溶洞的洞幽与石奇；

来这里，感受水色山光之美：

走进蓝洋温泉度假区，可以在暖暖

水流中，细细品味“温泉有佳气”、“新浴温泉体自香”的美妙情趣。

走进石花水洞地质公园，在群山逶迤、古木参天、渔舟唱晚的景观中，体验天湖那出尘般的如梦似幻。

来这里，感受饮食民俗之美：

走进儋州北岸，古老的山歌还在传唱：“长坡米烂洛基粽，王五狗肉香透胸。马井红鱼香破釜，排浦薯香吃肚膨。”独特

的文化，孕育了丰富的美食和民俗。

走进村庄田舍，还有享誉天下的“东坡美食”：东坡饼、东坡粽、东坡肉、东坡鱼、东坡羹、东坡绵蹄、东坡狗肉，无不让人大快朵颐。

“处处皆风景，随时有物华。”到儋州来旅游吧！

让我们一路向西，寻觅放飞心灵的那方山水！

(宗华 平宗 振安)



东坡书院载酒亭 舒晓 摄



游客在钦帅泉边汲水。宗华 摄



学子身着汉服，体验古时候读书的情形。舒晓 摄



魁星塔 儋州旅游局提供

中和古镇 久远的回忆

中和古镇是儋州的古州城，历史悠久。梁朝大同年间（公元546年），岭南巾帼英雄冼夫人收复海南，驻军南滩浦。这年灾荒困扰南滩浦，冼夫人遂将郡治迁至美丽富饶的宣伦河（今北门江）畔的中和。

中和文化古迹众多，现存城垣、州治、书院、庙宇、庵堂、井泉、街巷、石塔等古迹13处。其中，建于明洪武六年（1373年）的古城垣现存西（镇海门）、北（武定门）及瓮城（月城）和两城门相连的城墙，是海南年代较早、保存较为完整的古城址。

古镇内还有保存完好的古街道和古民居。青石板铺就的街巷，青石铸造的古民居四处可寻，过往的繁华依稀可见。

此外，古镇内还有关帝庙、宁济庙等古迹，其间收藏有众多碑刻、石雕，游览之余，不仅可感受当地浓郁民俗文化，亦可追溯古城的历史。

苏东坡也是美食家，在中和留下了众多经典美食。他就地取材，创制了名扬后世的膳食，如长坡米烂、中和干糕、东坡饼、不老嫂、芝麻馍等。

如今，东坡先生与美食的逸闻趣事，仍在古城流传。东坡书院旁，当地百姓开起了“不老嫂”农家乐，为游客烹制东坡小炒、东坡黄皮鸡、东坡豆、东坡饼等美食。

（白竹 振安）

东坡书院

把酒颂儋耳 穿越会东坡

儋州市北部的中和镇，应该是海南最具文气的地方之一吧！蜚声海内外的东坡书院就坐落在这里，虽历经近千年的风风雨雨，仍散发着独特的魅力，享有“天下名胜”之称。游儋州，首推去东坡书院。

北宋绍圣四年（公元1097年），苏东坡以“琼州别驾”的虚衔贬昌化军（今儋州市中和镇）安置，历时三年多。谪居儋耳期间，苏东坡设帐讲学，弘扬中原文脉。

东坡书院原名载酒堂，始建于1097年。是年11月，军使张中邀苏东坡同访城东僧人黎子云。为苏公讲学

院内展出苏东坡诸多书稿墨迹和

文物史料。载酒堂内陈列着历代名家诗画的碑刻。明初，宋濂题写的“东坡笠屐图”勒石也在其中。此外，还陈列着郭沫若、邓拓、田汉题咏的诗刻及书画名家的艺术作品数百件。

去年底修缮后重新开业的东坡书院，新设东坡私塾，每周六开课。学童、先生均身着汉服，教习东坡诗词、弟子规等国学经典。游客于此，有一种穿越时空的即视感。

“我本儋耳人，寄生西蜀州。”东坡先生对儋州的感情，在诗中显露无疑。感念先生深情，儋州人不断挖掘、传承

和弘扬东坡文化，并将其与旅游结合起来，扩大东坡文化的影响力。

今年2月，儋州市启动了“东坡文化体验之旅”活动，推出了背诵东坡诗词免费游览东坡书院、东坡诗词背诵大赛、东坡诗书法大赛、“发现儋州之美”摄影大赛、东坡美食和儋州特色美食推荐等五项活动。

千年之后，我们吟诵着东坡诗词游览书院，感受先生的情怀，品尝先生传下来的美酒佳肴，与先生来一次穿越时空的对话，岂不美哉！

（白竹 振安）



中和镇武定门 袁才 摄

“东坡文化体验之旅”线路

（一）“二日游”线路：

2天1晚旅游线路（两条），旅游方式为组团游或自驾游。具体行程由旅行社、自驾游客根据实际情况和需要进行调整。

A线：从海口出发

第一天：海口—东坡书院—铁匠黄花梨手工艺品村—峨蔓火山海岸（含龙门激浪景点）—峨蔓盐丁村古盐田—鹭鸶天堂景区（每年4—9月为观鸟期）—力乍村—那大镇。

第二天：从入住酒店—松涛天湖风景区—蓝洋温泉—海南热带植物园—石花水洞地质公园—返程。

第二天：从入住酒店—海南热带植物园—石花水洞地质公园—返程。

园—石花水洞地质公园—力乍村—返程。

B线：从三亚出发

第一天：三亚—东坡书院—铁匠黄花梨手工艺品村—峨蔓火山海岸（含龙门激浪景点）—峨蔓盐丁村古盐田—鹭鸶天堂景区（每年4—9月为观鸟期）—力乍村—那大镇。

第二天：从入住酒店—松涛天湖风景区—蓝洋温泉—海南热带植物园—石花水洞地质公园—返程。

（二）“一日游”旅游线路：

“一日游”旅游线路（两条），旅游方式为组团游或自驾游。具体行程由旅行社、自驾游客根据实际情况和需要进行调整。

A线：光村雪茄风情小镇—东坡书院—铁匠黄花梨手工艺品村—峨蔓火山海岸（含龙门激浪景点）—峨蔓盐丁村古盐田—鹭鸶天堂景区（每年4—9月为观鸟期）—海南热带植物园—石花水洞地质公园—大成镇南吉村。

B线：东坡书院—铁匠黄花梨手工艺品村—鹭鸶天堂景区（每年4—9月为观鸟期）—力乍村—蓝洋温泉—松涛天湖风景区（大坝）。

东坡文化体验之旅

主办 | 儋州市人民政府

承办 | 儋州市旅游局

协办 | 恒大集团海花岛公司
金碧天下
(热线 0898-31137777)

兆南集团·兆南熙园
(热线 0898-23399999)

儋州夏日国际商业广场
(热线 0898-23683333)

儋州鼎尚时代广场
(热线 0898-23881111)

儋州旅游团队推荐接待餐馆

序号	单位名称	地址	联系电话
1	东成四季饭店	东成镇	23501339
2	东成春冬饭店	东成镇	13876619832
3	那大好日子农家菜馆	那大兰洋南路	15008051591
4	渔蒙村休闲农庄	那大兰洋南路	23336889
5	力乍村竹林农家乐	那大镇力乍村	13700480684
6	那大食为天绿色庄园	那大兰洋南路南侧对面	23383168
7	茶山娘子军农家乐	那大迎宾大道茶山村入口	23312299
8	龙群海鲜酒楼	那大中兴大街中段	23311228
9	八一好运楼酒家	八一总场场部	31126277
10	儋州睿卿度假山庄	八一总场场部	13807683766
11	松涛天湖风景区餐厅	松涛水库大坝	23359259
12	文明酒家	那大文化中路	23881538
13	那大天乐农家乐	那大兰洋北路	23368888
14	那大乐章美食店	那大先锋东路	23327830
15	韶山冲湘菜连锁	那大中兴大街中段	36973111
16	天天渔港	那大中兴大街东段	23886986
17	不老嫂农家乐	东坡书院旁	23572626
18	南吉村农家乐	大成镇南吉村	13876619727

东坡文化体验之旅 组团联盟体

海南康泰国际旅行社有限公司

地址：海口市龙昆南路昌茂花园首层公馆19楼1905室
电话：0898-66502201 66503059

海南中旅控股国际旅行社有限公司

地址：海口市大同路17号华侨大厦首层
电话：0898-66663631 66663632

海南海之缘国际旅行社有限公司

地址：海口市红城湖路115号水工大厦二楼
电话：0898-66668888 966669

海南通达假日旅行社

地址：海口市大英路69号嘉茂大厦三楼3018室
电话：0898-66669611 66765233

儋州旅游咨询服务电话

0898-23315151

(24小时开通)