

梵净山水 景美韵深

市融媒体中心记者 朱子立



作为世界自然遗产地、全球首批“世界旅游名山”，贵州梵净山跳出“靠景吃景”传统路径，以“文旅+”为抓手，通过精准推介、精细服务、业态融合的组合拳，打破冬季旅游淡季壁垒。数据显示，梵净山今冬游客量同比增长30%，单日最高接待量接近旺季水平，在锚定世界级旅游目的地建设的征程中，交出了一份生态优势转化为发展优势的亮眼答卷。

这个冬季，梵净山凭借独特生态基底与多元文旅供给，吸引全国各地游客纷至沓来。“登顶能赏奇峰峻岭，下山可住特色民宿，体验土家风情，这趟旅行太值了。”游客凌玉玲的感慨，道出众多游客从“打卡观景”向“深度体验”的转变。辽宁游客关少博在社交平台分享见闻，直言“景区的暖心服务和周边的特色民宿，让冬游体验远超预期”。游客口碑口口相传，为梵净山冬季旅游市场持续聚拢人气。

“文旅+”的赋能效应，体现在“走出去”拓市场与“请进来”提品质的双向发力上。近期，“梵净山·桃源铜仁”文旅推介会先后落地广东、杭州，以东西部协作为纽带，促成铜仁文旅企业与外地旅行社签约合作，搭建起客源互送、客源互荐的稳定桥梁。与此同时，景区以精细化服务提升游客体验：提前启动冬季应急预案，对登山步道、观景平台全面开展防滑处理，增设安全警示标识；在预检区、索道站设置“爱心热茶”供应点，免费提供姜茶、应急药品、防滑设备；动态调整索道运营班次，实时发布天气预警与游览指引；更通过猜拳互动、文创赠送等趣味活动，让游客排队等候的过程充满乐趣。“一杯姜茶暖身，一份文创暖心，景区的

服务细节太到位了。”游客唐旭的点赞，成为景区服务品质的鲜活注脚。

“文旅+”的深层支撑，源于铜仁市高站位的战略布局。《梵净山打造世界级旅游景区总体规划（2025—2035年）》明确“生态保护优先、文旅融合发展”路径，锚定10万人承载量的发展目标，通过“文旅+体育”“文旅+康养”“文旅+非遗”的多元融合，推动景区向世界遗产保护示范区、武陵多元文化交融地、旅游幸福地迈进。“我们不光是做景观的展示者，更要做业态的创新者、民生的服务者。”市文体广电旅游局负责人表示。

“文旅+”的最终落脚点，是让生态红利实实在在惠及民生。梵净山脚，曾经外出务工的村民纷纷返乡创业，民宿、农家乐如雨春笋般涌现。印江紫微镇团龙村农家乐经营者算了一笔账：“入冬后每天能接待3到4桌客人，一年下来收入十多万元，比外出打工强多了。”江口县太平镇的民宿经营者们各出新招，“迎晓山居”推出围炉煮茶、暖脚药浴服务，“潇潇里民宿”推出冬季优惠套餐，行驿云舍通过线上直播推广旅居产品，两个月吸引超5万名网友关注，销售额突破10万元。“以前守着好山水没门路，现在靠旅游吃上了‘生态饭’，日子越过越红火。”当地村民的话，道出了文旅融合发展带来的民生温度。

从“淡季蛰伏”到“淡季逆袭”，梵净山的蜕变，是“文旅+”激活生态资源的有力证明。铜仁持续深化“梵净山+”战略，联动周边优质文旅资源融入贵州精品旅游大环线，不断擦亮“梵净天下山·梵净天下灵”的品牌名片，为打造世界级旅游目的地注入源源不断的动力。

德江：乡土邀约 美景如画

2026年初，宁波工地旁的一碗肉饭让58岁的德江汉子曾信金意外走红全网，被网友亲切称为“贵州子涵”。这位朴实的打工人没有华丽的辞藻，仅凭对家乡的深切眷恋就让“中国天麻之乡——德江”这个名字悄然走进了千万人的视野，当流量的聚光灯投向黔东北这片热土，人们才惊觉，这里藏着远比想象中更动人的风景、更鲜活的故事。

“贵州子涵”魂牵梦萦的家乡秘境，藏在距德江县城30公里的高山镇。这里是中国天麻之乡德江天麻种植的核心腹地，1200米的黄金海拔、肥沃的腐殖土，孕育出仿野生天麻的独特风味。作为明清时期的贡品，德江天麻个大肥厚，天麻素含量高达1.61%，是国家药典标准的6倍多。乡亲们和“子涵”一样勤劳朴实，春日里在松林下打理菌材，秋日里小心翼翼挖出裹着泥土的天麻，用“菌—麻—林”的生态模式，把山林馈赠变成增收的“金元宝”。

这颗“山珍”早已变身舌尖盛宴：天麻炖土鸡慢熬两小时，汤汁鲜得能舔碗；天麻饺子裹着山野清香，一口咬下满是鲜甜；更有创新的天麻啤酒，麦香与天麻醇香交织，微醺间还能滋养身心。搭配天麻露、天麻煨蛋、德江把“药食同源”玩出了新花样。而德江的烟火滋味远不止于此，清冽鲜爽的德江白茶、麻香醇厚的德江花椒、薄如蝉翼的丝娃娃、香甜软糯的麻饼、醇厚绵长的土家熬茶、卤香浓郁的稳坪豆腐干……每一口都藏着舌尖上的乡土风情。

从“子涵”家驱车3公里，就能闯进国家级4A级景区五彩洋山河的奇幻世界。这里天坑、天生桥与地下河错落相连，堪称喀斯特景观的“百科全书”。雄山洞内，清、红、白、褐、黄五色河水在岩壁间蜿蜒流淌，或如乳脂凝腻，或似丹霞漫卷；一块形似“荷包蛋”的奇石静卧水中，纹理天成，堪称亿万年时光雕琢的地质奇迹。300米高的云漫桥悬于两山之间，脚下是苍翠林海，身旁是云雾缭绕，悬崖栈道依壁而建，60度全视角玻璃步道让峡谷风光尽收眼底，走在上面既惊险又过瘾。

除了洋山河的奇景，德江的乌江风光更把诗意写到了极致。清晨，云海漫过山峦，将峰峦晕染成一幅淡雅的水墨画；

傍晚，夕阳铺洒江面，波光粼粼碎成满河金鳞。泛舟江上，“船在水中游，人在画中游”，虽非三峡，却胜似三峡。新滩梦屿景区、白果坨国家湿地公园，处处皆是让人流连忘返的自然画卷。

德江的民俗，有着千百年的鲜活传承。被誉为“中国戏剧化石”的德江傩堂戏，源于远古傩仪，“上山刀”“下油锅”等惊险绝技表演堪称一绝。每逢节假日，阡陌小寨还会上演傩堂戏、哭嫁等民俗表演，千年文化韵味扑面而来。到了元宵佳节，德江更是化身狂欢的海洋，国家级非物质文化遗产炸龙习俗热闹登场。这项从明永乐年间“舞龙求雨”演变而来的民俗，在正月十五夜里达到高潮：数十条龙灯队伍穿梭街头，赤裸上身的土家汉子挥舞长龙，在民众点燃的鞭炮烟火中腾跃翻滚，欢呼声、锣鼓声、鞭炮声交织震天，尽显土家男儿的彪悍血性。

“子涵”家的新生活，是德江高山镇变迁的缩影。易地扶贫搬迁后，漂亮的居民楼鳞次栉比，社区里幼儿园、便民服务中心一应俱全，出门就能坐上公交，再也不用翻山越岭。乡亲们依旧保持着善良热忱的性子，谁家有困难总会主动搭把手，闲暇时分享天麻种植技巧，傍晚的社区广场上，老人们闲谈说笑，孩子们追逐嬉戏，烟火气里满是幸福感。

最让人惦记的，还有这里的人情味。冬腊月里杀年猪、吃刨汤肉是土家儿女的传统习俗，新鲜的猪肉、血旺搭配刚采的白菜，配上一碗素辣椒，便是最质朴的美味。“子涵”和乡亲们总会热情邀请来客，围坐一桌热热闹闹，喝着天麻啤酒，聊着家常，让远方的客人也能感受到家人般的温暖。

若想感受德江的慢时光，不妨去中国传统村落走走：共和镇焕河村，青石板路蜿蜒曲折，古井水潺潺流淌，处处是烟火人间；沙溪乡大寨村藏在70%的森林里，年平均气温12.8℃，夏日坐在农家院里，喝茶看云卷云舒，连时光都变得慢悠悠。玉溪河畔的贵州音乐时光更值得驻足，这个零门槛百姓舞台上，悠扬歌声随风漫溯，满是土家人对生活的炽热深情。

（德江融媒综合报道）

石阡：一池暖汤 千年文脉

吴韵

四百余年时光，石阡温泉早已超越了单纯的洗浴功能，融入当地人文，温暖着一代又一代人的记忆。

清晨四五点，古城尚未苏醒，通往温泉的路上已人影幢幢。当地人将赶早泡温泉称为“头锅水”，这不仅是一种洗浴，更是一种代代相传的仪式。尤其在大年除夕，泡温泉是石阡人雷打不动的习俗。水汽氤氲中，百人同浴的盛景，承载着“年新人新、气运兴”的朴素祈愿。

“我们石阡人从小到大，过年都会泡个温泉，洗去一年的疲惫，迎接新的开始。”一位当地老人说。

石阡温泉的文化脉络，可追溯至三国时期。传说诸葛亮南征时，当地人曾在温泉旁建武侯祠以表纪念。盛唐时，李白流放夜郎途经此地，于温泉编草亭滞留，留下“温泉浴日”的墨宝，为石阡添上一笔璀璨的文化印记。

明永乐十一年（1413年）建府后，温泉逐步扩建。至万历三十四年（1606年），知府江大鲲主持修建，首次形成规模。清光绪二十年（1894年），知府赵尔巽修石槽引水入街，暖流贯通全城，每十户建一水池，供日用与消防，极大便利了居民生活。为感念其贡献，当地人建“赵公亭”、“修赵赵门”，这份感恩至今仍在当地流传。

凭借独特的温泉文化，石阡在古温泉旧址上修建了温泉博物馆，整体融入明清元素，古朴典雅。一层更是复原了官塘、民塘、女塘的旧貌，巧妙融合了石阡少数民族文化与温泉洗浴文化，使博物馆不仅成为展示空间，更成为活态的传承基地。

石阡温泉的水源形成堪称自然奇迹。梵净山西坡的雨水渗入岩层，沿断裂带进行一场百米深循环与地热淬炼，终于在石阡背斜构造中涌出。这一独特的地质过程，造就了温泉“久晴不涸、久雨不涨、四时如一”的恒常品性——日涌水量超6000吨，恒温45℃。

经专业检测，泉水富含钙、镁、偏硅酸等珍稀元素，是“可饮可浴”双认证的温泉，被誉为“天下第一神汤”。古人早已证明：“冬浴则身暖寒退，夏浴则体轻凉生。”现代科学印证其为珍贵温泉，对调节血糖血压、缓解关节疼痛具有独特价值。石阡成为“长寿之乡”，与这“洗身涤心，日新又新”的千年汤浴传统密不可分。

如今的石阡温泉，已发展为集休闲、康养、旅游于一体的综合景区。在温泉博物馆内，四百年前的泉眼依然喷涌不息；馆外138个室内外泡池依山而建，森林泡池、石林泡池各具特色。

“我们正在全力做好‘温泉+’的大文章。”景区

负责人介绍，“除了传统的泡浴，我们新推出了能量康养中心，融合热疗、盐疗、芳香疗等现代康养技术，让古老的温泉焕发新的生机。”

温泉还融入了“火龙传说”“敬雀节”“说春”等石阡特色的历史典故与非遗元素，打造出思赵池、翰林池、醉仙池、将军池、火龙池等主题泡池，每个池背后都有一段动人的故事。

来自重庆的游客李华带着全家在此度假：“没想到温泉可以这么好玩，孩子在水上乐园玩得开心，老人在康养区做理疗，我们中年人可以在主题泡池里了解当地文化，真正做到了老少皆宜。”

在温泉博物馆出口处，“温泉漱玉”“涤虑”“洗心”几个大字历经岁月依然清晰。这或许正是石阡温泉最珍贵的传承——它不仅是身体的沐浴，更是心灵的涤荡。

清代石阡进士成世瑄曾留下诗句：“浴罢凭栏立，临风意欲仙。”如今，游客在洗去尘劳后，依然可循温泉八景登楼远眺，感受这历经沧桑依然滚烫的泉水所带来的身心净化。

这源自大地深处的热泉，从古流到今，从历史流向未来，不仅滋养着石阡人的筋骨，温暖着岁月，也康养着每一位沐浴者的心灵。

