



蓝天白云,美丽万州 摄/冉孟军

# 万州

## 畅游三峡新起点

畅游三峡,万州出发。作为大三峡旅游的集散中心和重要目的地,万州城,依水而生、靠水而兴、临水而发,形成了“城在山中、水在城中、人在山水中”的独特城市风貌,是典型的山水相依、湖城相融的城市型旅游区。

大江至此,万川毕汇。万州,是著名的“江城、山城”,而今更是一座千古文城、平湖之城、休闲都市、美食名城,承载着厚重的历史文化和现代人文风情。

畅游三峡,万州是新起点——

### 千古文城

上世纪八十年代末,一件巨大的虎钮铸于在万州重现天日,上面雕刻的“羽人击鼓与独木舟”被称为“太阳神舟”。这件巴国青铜乐器,在地下沉睡了2000多年,被誉为巴文化的杰出代表。

万州是三峡文明大通道的重要节点,是三峡文化的荟萃之地。一湖碧水,翠屏环抱,太白岩峭的飘香,天生城傲骨耸立,山写满诗意,水流淌着灵气,这是一座立体的城市。

太白岩紧靠城区,古称西岩,最高海拔405米,有“万州第一山”之称,集“雄、险、奇、幽”于一身。唐开元十二年(724年)李白游历西山后改称太白岩,成为人们心目中的千古名山。

岩的中部有60多处摩崖石刻,为晋代至民国时期名人雅士题刻,集儒、佛、道三教文化艺术于一体,其中“绝尘龛”三字已历1600余年,至今保存完好。

北宋著名文学家、书法家、江西诗派开山之祖黄庭坚,57岁时途经万州撰写的书法力作《西山碑》,也至今保存完好,不负“海内存存世,黄书第一”的盛誉。巴渝第一状元、南宋万州知府冯时行常登山游览,写下了“要知别后相思地,独上西山下夕阳”等诗句,“西山夕照”因此成为万州“古八景”之一。

“人惊远飞去,直向使君滩”“众水汇涪万,壅争一门”……万州,岂止是太白岩,这里的一山一水都写满诗意,初唐诗人陈子昂、女诗人薛涛、诗史杜甫、诗王白居易,宋代大文豪苏轼、名相寇准、陆游、田园诗人范成大,清代才子李调元等游历万州,都留下佳作。

2013年出版的《历代诗词咏万州》,收录了280位诗人1052首诗篇,吟诵着万州的自然美景和千古风情。太白岩内还有著名诗人何其芳、刘孟伉的墓园。1982年,太白岩景观被国家文物管理局列为“中国名胜”。

与太白岩遥遥相望的还有天生城。天生城绝壁凌空,峭立如堵,三国时刘备伐吴曾在此屯兵,故也叫天子城。天生城保存着大量南宋至民国时期的寨门、寨墙、崖屋、炮台、水塘、水井等防御性建筑遗迹,是全国重点文物保护单位。

南宋后期,蒙古铁骑欲打通长江航线,直取江南半壁河山。天生城作为山城防御体系,上演过激烈、悲壮的“天生城保卫战”。这里元代摩崖题记《宣相杨公取万州之记》记录了万州历史上最为惊心动魄的一幕。

诗情与战火,彰显家国情怀,历代万州人坚韧不拔的意志和勇气融汇成这座城市厚重的文化特质,源远流长。

三峡移民纪念馆既展现三峡移民精神的《伟大壮举辉煌历程》,又布展了从万州旧石器时期到民国时期的社会发展脉络的《万川汇流》。三峡移民纪念馆解答了破解百万移民难题的艰辛历程,彰显了“舍小家、顾大家、为国家”的三峡移民精神,展示了全国对口支援库区建设的辉煌成就,是万州城市的新地标。

游平湖,看曲艺。万州,三峡歌舞团、三峡川剧团、三峡曲艺团、三峡杂技团“四团同城”。在南浦剧场,三峡曲艺“周周演”,游客在这里观赏川东竹琴、金钱板、四川清音等带有三峡地域特色的艺术表演。

游平湖,看曲艺。万州,三峡歌舞团、三峡川剧团、三峡曲艺团、三峡杂技团“四团同城”。在南浦剧场,三峡曲艺“周周演”,游客在这里观赏川东竹琴、金钱板、四川清音等带有三峡地域特色的艺术表演。

游平湖,看曲艺。万州,三峡歌舞团、三峡川剧团、三峡曲艺团、三峡杂技团“四团同城”。在南浦剧场,三峡曲艺“周周演”,游客在这里观赏川东竹琴、金钱板、四川清音等带有三峡地域特色的艺术表演。

游平湖,看曲艺。万州,三峡歌舞团、三峡川剧团、三峡曲艺团、三峡杂技团“四团同城”。在南浦剧场,三峡曲艺“周周演”,游客在这里观赏川东竹琴、金钱板、四川清音等带有三峡地域特色的艺术表演。

游平湖,看曲艺。万州,三峡歌舞团、三峡川剧团、三峡曲艺团、三峡杂技团“四团同城”。在南浦剧场,三峡曲艺“周周演”,游客在这里观赏川东竹琴、金钱板、四川清音等带有三峡地域特色的艺术表演。

游平湖,看曲艺。万州,三峡歌舞团、三峡川剧团、三峡曲艺团、三峡杂技团“四团同城”。在南浦剧场,三峡曲艺“周周演”,游客在这里观赏川东竹琴、金钱板、四川清音等带有三峡地域特色的艺术表演。

游平湖,看曲艺。万州,三峡歌舞团、三峡川剧团、三峡曲艺团、三峡杂技团“四团同城”。在南浦剧场,三峡曲艺“周周演”,游客在这里观赏川东竹琴、金钱板、四川清音等带有三峡地域特色的艺术表演。

游平湖,看曲艺。万州,三峡歌舞团、三峡川剧团、三峡曲艺团、三峡杂技团“四团同城”。在南浦剧场,三峡曲艺“周周演”,游客在这里观赏川东竹琴、金钱板、四川清音等带有三峡地域特色的艺术表演。



国家文物保护单位——万州天生城 摄/包红明



繁忙的万州港 摄/冉孟军



平湖万州,景色迷人 摄/冉孟军

WANZHOU



靓丽一新的音乐广场 摄/竹作侠

### 休闲都市

“黄葛树,黄葛树,黄葛树下就是我的家……”有黄葛树的地方,就有家。北滨路上的黄葛树长葱,黄葛树如伞如盖,郁郁葱葱,成为万州一道独特的风景线。这里的黄葛树景观带,成为市民和游客回味无穷、祈福许愿之所。

南门口广场是万州建城的发源地之一,记录着西魏文帝二年至今千百年来万州古城历史演变和政治、经济、军事、文化的发展,是万州人民的母城记忆。三峡工程蓄水后,曾经的南门没入水底,复建的南门口广场将南北两岸尽收眼底,与北岸十七码头和南岸三峡移民纪念馆相望。

一棵树、一座公园、一个广场,既承载着历史的记忆,又展示着万州的飞速发展,更成为三峡平湖景区的景点景观,吸引着游客去读懂这个城市的过去、现在和未来,去做一个临时的万州人。

西山公园始建于1925年,为纪念1926年万县“九五”惨案,朱德曾亲笔题名“九五公园”。园内古木参天,曾被评为中国百家名园之一。2016年成功创建为“国际杰出茶园”,公园内现有钟楼、五洲池、古茶园、库区中科院烈士墓园、动物园、静园6个主要景点。

西山钟楼是万州标志性建筑,融中西建筑风格于一体,共12层,高50.2米,周恩来、冯玉祥等曾登楼观赏万州风景。这里

的库区中科院烈士陵园被命名为“第五批全国重点烈士纪念馆文物保护单位”,列入第一批国家级抗战纪念设施、遗址名录。

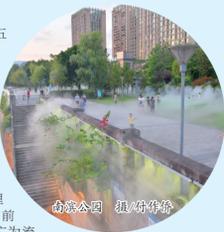
“隔岸相对目传情,三生有幸遇到君。”三生有幸广场与西山钟楼隔江相望,面积约1.5万平方米,“三生石”广场标志性质建筑。据苏轼《僧圆泽传》记载,唐代僧人圆泽与名士李源同游三峡,圆泽在万州投胎转世;李源千里赴约,与再生的圆泽相会于杭州。前世、今生的缘,今生、来世的情,广为流传。“三生缘”景观墙镌刻有三生有幸典故和诗词,是青年男女“缘定三生”见证之地。

江南新区江畔的南滨公园,北望太白岩,南临临江门,上起联合坝,下至密溪沟,公园全长11.68公里,为滨江带状公园,临江设置6米的观景通道,内有2.1米宽的彩色休闲步道,配套景观小品、艺术灯光、智慧互动导览设备、清凉喷雾系统等,打造出曲径通幽、园艺人文的游览意境。

万州牌楼长江大桥桥头,充分利用户崖资源,复建万州古八景之一“岑澗水帘”,结合桥下空间打造库区首家沉浸式灯光表演秀,是集休闲观光、赏花科普、运动健身、文化感受等功能于一体的城市滨江休闲公园。

川东竹琴作为国家级非物质文化遗产,迄今已有200多年历史。音乐广场有水幕电影、音乐喷泉、旱泉等,采用现代技术修建主题音乐廊架,加入川东竹琴,运用交互式地面声光设备,可产生竹琴等乐器的声音。

此外,万州城区还有红砂砾滨水生态公园、万县旧城墙等自然、人文景观,都值得游玩。



合欢公园 摄/胡作侠



川东竹琴 摄/包红明

### 美食荟萃

在三峡移民纪念馆,珍藏着反映烹饪烤鱼场景的东汉沉厨厨。这将万州烤鱼文化溯源到距今约1800多年的汉代。

万州烤鱼是重庆特色传统名菜,久负盛名。万州格格很有特色,色、香、味俱佳,属于川菜渝菜系下河帮菜,主要是由肉类和土豆一起蒸,味道偏辣,系万州餐饮业一大亮点。

当然,还有万州凉面。万州凉面的特色就是在凉面里放芥末!红彤彤的油辣子换成了自制的鲜芥末酱。一碗凉面里拌上数十种调料,五味俱全,彼此互不压抑又十分和谐。一口凉面下肚,冲得人滋滋欲汗。

游在万州,清晨,来一碗万州杂酱面开启百味人生,神清气爽;午间,几个万州羊肉格格感受麻辣鲜香,蒸蒸日上;夜晚,数十种味道的万州烤鱼让你回味无穷,“鱼”要不能。如果喜欢,还可以来一碗万州凉面。

万州的美味真是不少,还有好礼三绝诗仙太白、鱼泉榨菜、鲜香嫩脆,有“妈妈的味道”“乡愁的味道”,是“中国人的餐桌必备品”;万州牛肉干,取材于三峡库区生态养殖的山地黄牛,采用传统配方与现代工艺精制而成,是老少皆宜的“老字号”。

离开万州,游客还可以为亲友带上文创三绝——谭木匠木梳、三峡绣品、三峡石。



万州凉面 摄/包红明



万州格格 摄/包红明



万州绝美黄昏人 摄/包红明