

去新沂!

在山水之间， 赴一场“心怡”之约

当“五一”假期的脚步渐近，关于“诗和远方”的想象开始在心中涌动。在这个节点，与其在人潮拥挤中走马观花，不如将目光投向江苏北部的这座宝藏小城——新沂。这里既有马陵山的雄奇险峻，又有骆马湖的烟波浩渺，更有花厅文化五千年的文明回响。作为扬子晚报“文旅江苏”特刊的重磅策划，今天我们将以诗词为引，以传说为线，带您走进这座被乾隆盛赞为“第一江山”的苏北明珠。

认识新沂，首先要读懂它的山水之“和”。新沂之“新”，是破晓时分的希望曙光；新沂之“沂”，源自悠悠沂水之滨。这里地处苏鲁交界，南北文明在此交汇，也是中华民族“和”文化的重要发祥地之一。漫步今日的新沂，你会发现这座城市既有北方的豪迈大气，又不失江南的温婉灵秀。马陵山的苍松翠柏掩映着千年古道，骆马湖的碧波荡漾倒映着万里晴空，这种山水相依的永恒约定，正是大自然对新沂最深情的馈赠。

登高方能望远，来新沂必登马陵山。这不仅是一座山，更是一部流动的地质书。作为国家4A级景区，马陵山以罕见的丹霞地貌著称，怪石灵泉、苍松叠瀑，自隋唐以来便被誉为了“淮北胜概”。这里曾是孙庞斗智的“马陵之战”古战场，古道上似乎还能听到战马的嘶鸣；陈毅元帅曾在此运筹帷幄，取得了宿北大捷。当然，最让文人墨客倾心的，莫过于纪晓岚笔下“人言从此去，山水渐清柔”的诗意画卷。如今，当你漫步山间，七湖湿地如云朵遗落的翡翠镜泊，241种动物在此栖息，负氧离子充盈其间。你可以选择乘滑索飞越丹霞，感受速度与激情的碰撞；也可以选择日暮在花厅部落搭起帐篷，生起炭火，烧烤配星空，感受不一样的人间烟火。乾隆皇帝六巡江南，五次驻跸于此，御题“第一江山”，足以证明马陵山的独特魅力。

如果说山是城市的脊梁，那么湖

就是城市的眼眸。骆马湖，这颗全国第七大淡水湖的明珠，宛若一枚碧玉镶嵌于苏北大地。湖风拂过，水波温柔，仿佛在低声诉说着南水北调的世纪故事。在这里，你可以泛舟湖上，任清风吹乱发丝；也可以挑战自我，体验乘风破浪的快艇；更可以借一顶滑翔伞腾空俯瞰，将“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”的壮丽景色尽收眼底。湖畔的渔歌晚唱，不仅是对丰收的喜悦，更是对人与自然和谐共生的最好注解。

除了自然山水，新沂的灵魂还藏在运河边的青石板路上。窑湾，这座拥有1300年历史的古镇，至今保留着完整的明清建筑群。青石巷、老会馆、钱庄票号，每一块斑驳的砖瓦都在诉说着京杭大运河畔曾经的商埠繁华。当夜幕降临，运河两岸红灯笼次第亮起，整个古镇仿佛穿越回了古代。《巾帼英雄梁红玉》的实景演绎让人热血沸腾，《运河画卷》的声光电演绎，以光影为墨，将运河文化晕染得流光溢彩、如梦似幻。最令人震撼的，莫过于非遗打铁花的表演，1600℃的铁水被泼洒向夜空，瞬间化作漫天星辰，配合绚烂的烟花秀，将“东风夜放花千树，更吹落，星如雨”的宋词意境照进现实。

当然，旅行不仅是眼睛的盛宴，更是味蕾的狂欢。新沂的美食，深得“水陆两栖”的精髓。清晨，唤醒新沂人味蕾的是一碗热气腾腾的辣汤，鸡丝的鲜美、胡椒的辛香，搭配一根酥脆的油条，这就是最地道的苏北早茶。捆香蹄更是逢年过节少不了的一道菜：剔除主骨，保留蹄皮，内裹腌制猪精肉，皮香肉嫩。还有骆马湖青虾、银鱼抱蛋、窑湾扣肉……每一道都是对“老饕”的精准投喂。清晨钓上来的湖鲜，清蒸白鱼、红烧螃蟹、辣椒炒小鱼，主打一个“鲜”字。尤其鱼头汤，熬得奶白浓香——当地人常说：“不到骆马湖，不知鱼鲜美。”枝头的“甜蜜蜜”同样令人垂涎。阿湖葡萄

晶莹剔透，新沂水蜜桃是国家地理标志产品，撕皮就能爆汁。还有一份特别的礼物——窑湾绿豆烧，它不仅是酒，更是历史与工艺的沉淀，入口醇厚，回味悠长。这就是新沂的味道，质朴扎实，直抵人心。

在新沂，文化不再是静止的展品，而是可以触摸、可以参与的鲜活体验。走进窑湾古镇，非遗不再是晦涩的名词，而是融入街巷的烟火气。这里汇聚了剪纸、柳琴戏、草桥柳编、东明粮画、新沂甜油等30多项非遗项目，游客可以亲手体验拓印、学粮画，甚至跟着非遗传承人学制酱。乘船入水，桨声灯影里，非遗鱼灯与火壶表演轮番登场，游客从“旁观者”变身“剧中人”，沉浸式感受运河文化的魅力。此外，新沂还以“音乐+露营+美食”的创意组合，打造出花厅·河流音乐节等爆款产品。每年一届的音乐节，5000顶帐篷如繁星点缀山野，形成壮观的“帐篷海洋”。美食区长达百米，新沂特色美食集聚，让乐迷在音乐中品味地道风味。这种“小而美”的音乐节模式，成功撬动了“大消费”，为县域文旅持续升温打开了新的发展思路。

从马陵山的烽火硝烟到骆马湖的渔舟唱晚，从花厅遗址的文明曙光到窑湾古镇的商贾云集，新沂用它五千年的历史厚度和现代化的生态颜值，向世人展示了一个既古老又年轻的苏北明珠形象。在这里，没有仓促的行程，只有恰好的清风和等待的舟楫。

这个“五一”，不妨暂别都市的喧嚣，来新沂赴一场跨越千年的约会。



马陵山 伏杰 摄



新沂美食



葡萄丰收 丁永 摄



夜色窑湾



傍晚的古镇 徐莹 摄

扬子晚报/紫牛新闻记者 马志亚
通讯员 赵娣



晨曦映照下的窑湾古镇 马绪东 摄