

►全運會跆拳道項目在惠州體育館舉行。

蘇東坡名句「日啖荔枝三百顆，不辭長作嶺南人」無人不曉，但或許人們還不太了解這句詩背後的寶藏城市——惠州。作為十五運的辦賽城市之一，隨着賽事在此陸續舉辦，不少觀眾遊客因賽而來，感受鵝城山海間的動感與詩意。這裏匯聚了人文西湖、黃金海岸與嶺南名山，深厚文脈與壯麗山海歷經千百年對話，鈎織出這座城市的多面氣質。

大公報記者 李紫妍惠州報道

►全運群眾項目輪滑賽事剛於10月16至19日舉行。

►廣東隊滑板運動員鄭好好。

▼俯瞰惠州。

第15屆全運會惠州賽區比賽項目

項目	比賽時間
跆拳道	9月26至29日（已完賽）
滑板	11月10至11日
輪滑（群眾項目）	10月16至19日（已完賽）

「問汝平生功業，黃州、惠州、儋州」，紹聖元年（1094年），年近花甲的蘇東坡被貶謫於惠州，在此寓居近三年，同情、關心民生疾苦，深受當地百姓愛戴，也鍾情嶺南山水，留下許多詩文。循着他的詩篇，足以在惠州開啟一段穿越千年的文脈之旅。



▲惠州西湖鳥島上棲息的鷺鳥。

西湖覓蘇堤

惠州的人文底蘊約半來自西湖，歷代共有四百多位文人墨客吟詠湖上，留下最深刻印記的仍屬蘇東坡。此湖曾有郎官湖、豐湖之名，蘇軾被貶惠州後，這一池秀麗的嶺南湖光山色令他常常憶起杭州西湖，又因湖位於城西，於是蘇軾在詩文中也將其稱作「西湖」，惠州西湖自此揚名。

惠州西湖湖區狹長、湖岸線較曲折，孤島、半島等陸地形態豐富，無論漫步還是遊船其中，都可體驗移步換景之美。自古至今，景區內形成了「五湖六橋十八景」的景觀布局，其中不少與蘇東坡直接相關。

由城區鬧市步入西湖，可見一條寬闊石堤橫於湖水之間，蘇東坡在惠時，為減去民眾划船涉水過湖的不便，捐出皇帝賞賜的黃金，資助修建了連通西湖兩岸的堤、橋。後世為紀念蘇軾，將這條長堤命名為「蘇堤」。

漫步蘇堤，放眼平湖，孤山、塔影、朱樓、碧樹、花艇皆倒映水中。走盡長堤抵達孤山，這裏是惠州西湖蘇東坡名跡集中的地方，也是東坡園

所在。園內建有東坡紀念館，多處亭軒景觀以及東坡詩詞石刻、雕像等，展示蘇東坡寓惠生活。六如亭、朝雲墓亦是孤山名跡，其中生死相隨的知音之情，引無數後人瞻臨。

惠州西湖還有許多值得「把玩」之處。尋文脈，須到宋代廣東著名四大書院之一、惠州府的最高學府的「豐湖書院」一探究竟；溫歷史，可到惠城要塞飛鵝嶺，這裏歷來是兵家重地，在「辛亥革命惠州光復」「國民革命軍兩次東征」「抗日戰爭」多段歷史中均留下紀念遺址；喜自然，必不可錯過西湖鳥島，一萬多隻鷺鳥等鳥類棲息於此，可乘遊船繞行於湖心諸座綠島，悉心觀賞。

「尋仙」羅浮山

「羅浮山下四時春，盧橘楊梅次第新」，在蘇軾的「荔枝」名篇中，其實還藏着一處嶺南勝景——羅浮山，享有「中國十大道教名山之一」「百越群山之祖」等美譽。在以山地丘陵地形為主的廣東，主峰海拔高達1296米、80多座山峰海拔千米以上的羅浮山足稱壯觀，南來的海風與北來的氣流在此交匯，形成常年雲霧繚繞之景，也使其自秦漢以來就有「仙山」之名。



▲蘇東坡紀念館。

仙山引名士，從東晉開始，以道教理論家葛洪隱居羅浮山為契機，羅浮山成為聞名海內的道教名山，形成「五觀一沖」的景觀並保留至今，成為如今人們探尋道教文化的聖地。其中，始建於東晉的「沖虛古觀」至今保持着清代重修時的格局，名列國家重點文物保護單位。

飛躍惠州山水

感受千年詩意



掃碼睇片

羅浮山的自然勝景也為登山徒步愛好者提供了多元線路。從輕鬆的獅子峰線路到有挑戰性的飛雲頂攀登，每條步道都藏着獨特風景，沿途可見從宋代至民國的摩崖石刻，既是指路標識，更是與歷史時空對話的窗口。乘坐纜車緩緩「凌空」而上又是另一番風景，蒼翠雲霧、飛瀑流泉都從腳下掠過，如同閱覽一幅磅礴的山水長卷。

今年，一條新建成通車的環兩山旅遊公路又為遊覽羅浮山帶來全新視角。這條旅遊公路全程218公里，以獨特的8字形串聯起南昆山和羅浮山兩

大山山勝境，貫通9鎮54村200多個景點，羅浮仙山、千年古榕、萬畝竹林、層疊茶田等沿路依次鋪展。

悠遊海岸線

281.4公里的黃金海岸線，讓惠州的濱海風光聞名全國，從空中俯瞰如新月相擁的雙月灣，到散落着百餘座島嶼的大亞灣，再到各具特色的巽寮灣與小徑灣，海洋之旅是探索惠州不可錯過的一條線路。

雙月灣堪稱大自然的鬼斧神工之作，兩個海灣酷似兩輪背靠背的新月，卻有着截然不同的海洋「性格」：西側的平海灣風平浪靜，細軟的白沙灘綿延數公里，是親子玩沙、悠閒漫步的理想去處。而東側的紅海灣則因直面外海而波濤洶湧，成為衝浪愛好者的樂園，在這裏可以感受大海最原始的力量與激情。

巽寮灣則是當地開發最早的濱海度假區之一，海岸線長達20多公里，有8個海灣，這裏的海灘平緩寬闊，沙質潔白細膩，還有億萬年前形成的奇特礁石群、浪漫神聖的出片聖地玫瑰禮堂、銀白色的小眾沙灘金銀灘、大型趕海公園等，配套設施完善、遊樂項目豐富，是休閒度假好去處。

大亞灣面積廣闊，星羅棋布着上百個大小島嶼，戶外愛好者可以在三門島清澈見底的海水中浮潛，與斑斕的珊瑚礁魚群嬉戲，或是在小桂灣騎行趕海，品嚐新鮮上岸的地道海鮮，抑或在黃金海岸的天然沙灘泳場中暢快游動。此外，大亞灣最精華的海岸景觀段還

建設有濱海綠道，可以沿路觀賞沿岸綿延的山景、蜿蜒的海岸線以及茂密的紅樹林濕地，是深受騎行愛好者歡迎的線路。

追憶崢嶸往昔

在惠州的土地上，還深藏着一段紅色記憶，這裏是東江縱隊的搖籃，是華南抗日的重要根據地，書寫着一部厚重的紅色史書。坐落於羅浮山麓的東江縱隊紀念館，是追尋這段歷史的首選之地，展館內通過大量的文物、史料和現代展陳技術，展示了東江縱隊從1938年組建到1946年北撤的完整歷史，從戰士們使用過的簡陋武器、樸素的生活用具，到民眾支援前線的推



▲羅浮山葛洪博物館。



▲惠州雙月灣黃金海岸線。

車，還有以生命為代價保留下來的珍貴的東江縱隊《前進報》印刷機等，都講述着一段艱苦卓絕的抗戰歷程。

除了紀念館，惠州還保存着眾多東江縱隊活動遺址。例如羅浮山中曾成為東江縱隊指揮中心的沖虛古觀，秘密大營救的重要中轉站之一東湖旅店，位於惠陽區秋長街道的葉挺紀念館，以及龍門縣低田村、惠東縣安墩鎮等仍保留着抗戰印記的紅色村落，這些散落在青山綠水間的紅色印記，與人文勝景融為一體，構成了這座城市完整而生動的歷史畫卷。

① 湖光山色citywalk線路：

惠州西湖—祝屋巷文創街區—朝京門—文筆塔—合江樓—水東街—白鶴峰東坡祠—野島文化生活社區

② 兩山秘境線路：

羅浮山—東江縱隊紀念館—沖虛古觀—朱明洞天—南昆山國家森林公園

③ 山海攬勝線路：

羅浮山—霞涌濱海旅遊度假區—小徑灣／巽寮灣—雙月灣

④ 東縱抗戰線路：

博羅縣東江縱隊紀念館—東湖旅店—惠愛人民抗日游擊總隊成立舊址

旅遊線路推薦

▲惠州西湖湖景。
大公報記者李紫妍攝