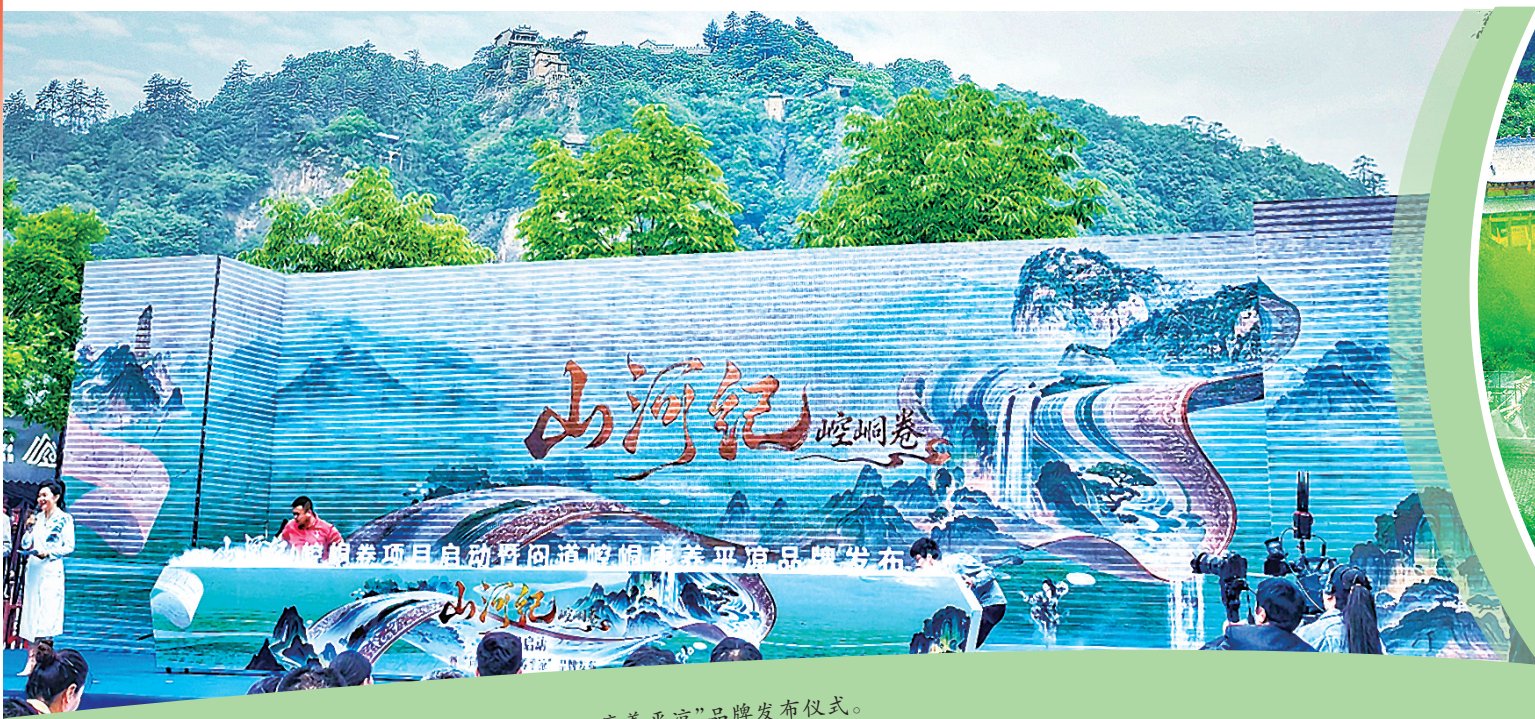




5月26日,《山河纪·崆峒卷》项目启动暨“问道崆峒·康养平凉”品牌发布仪式。



崆峒叠翠。徐振华

田丽媛

夏日的平凉,天高云淡。站在崆峒山下仰望,丹霞赤壁如刀削斧劈,云雾在峰峦间聚散舒卷,松涛自深壑中涌起,带着些许古老的肃穆与清凉。

6月15日,“问道崆峒·康养平凉”2026文旅推介活动将在崆峒古镇启幕。这场关于道、关于文化、关于生活的山河之约,将正式向世界发出邀请。



红牛涮锅宴。

康养新体验

5月29日,崆峒山景区“问道崆峒·音愈山海”静修营悄然开营。没有喧嚣的仪式,只有铜锣声沉、音声清远,穿透山间薄雾。

来自全国各地的学员在五天四夜里炼形、漫步山林,在讲师对黄帝问道典故的解读中内观本心。

这个静修营,是崆峒山“问道·康养”的一次新尝试,也是一扇观察平凉文旅康养产业纵深的小窗。

透过这扇窗,可以窥见千年道源崆峒山正如何将古老的哲思,转化为现代人养身怡心的生活方式。而更大的画卷,正随着中央广播电视总台《山河纪·崆峒卷》的落笔,徐徐铺展。

“那一刻,纷乱的念头忽然就沉淀了。”来自北京的学员赵小鹏描述初入静修营的感受。此前,他对“问道”的理解停留在书本上,而这几日的体验让他真切触摸到“抱神以静”的意蕴。

静修营音疗主理人刘奕杉介绍,东方音声疗愈包含浑厚的铜锣等,它们如同回响在山间的天籁之音,让人体会到内心的稳定,感受天地之间的本频和空灵。

静修营课程设计层层递进:炼形固本,修习崆峒养生功法,唤醒身体活力;漫步山林,以铜锣涤荡情绪、疏通身心;聆听讲师解读黄帝问道典故,于五音雅乐中内观本心;手作文创,将感悟收存于心,从容重返日常。

这与五千年前的那场对话遥相呼应。据《庄子·在宥》记载,黄帝为求治国养身之“至道”,西行崆峒,向隐于石室中的广成子虚心求教。广成子答以“无视无听,抱神以静,形将自正”的箴言。寥寥数语,奠定了道家内修思想的基石。

今天,这份古老的养生智慧正被重新激活。在静修营之外,崆峒山已引入李少波中医真气运行、道源崆峒易筋经修炼营等体系化康养课程,形成“文化导师+实修导师”的“双师导师”模式。

文化导师由学者姬英明担任,从华夏道统文明高度阐释“天人合一”“重人贵生”的生命哲学;实修导师由崆峒山道源文化馆馆长安冠林担任,传授易筋经、古法桩功等功法,他说:“我们教的不是花架子,是实实在在能让身心受益的东西。”

平凉文旅投公司相关负责人表示,静修营不仅是文旅融合的创新产品,而且是对传统文化当代价值的深度挖掘。将来,项目将持续迭代,陆续推出四季主题静修营、企业专属定制营等产品,全力打造全国知名的道文化静心康养目的地。

崆峒深处问「道」来

——写在《山河纪·崆峒卷》文旅推介活动启幕之际

如果将目光从崆峒山巅投向更广袤的平凉大地,会发现这张“问道·康养”的答卷正在全域铺展。

平凉正全力构建“问道·康养”旅游大环线。这条环线以崆峒山为核心,辐射带动周边多元景区协同发展;

从崆峒山道源圣地出发,串联柳湖暖泉和海寨沟的生态休闲板块;深度融合泾川王母宫、大云寺的佛教与西王母文化,以及灵台皇甫谧故里的中医康养资源;将崇信龙泉寺、华亭莲花台的自然风光,与庄浪云崖寺、朝那溪、静宁界石铺的历史人文紧密相连,形成一条跨越山河的“环游”珠链。

今年“五一”假期的数据印证了这种全域布局的成效。崆峒山单日接待游客量飙升至1.5万人次,而山下西沟村的罐罐茶摊前同样座无虚席。游客围坐在农家院

一山联全域

落的火炉旁,看着陶罐中的茶叶、红枣、桂圆在炭火上慢慢翻滚,煮出一罐罐色泽酡红、滋味醇厚的茶汤。

“一个假期接待的游客,用掉的茶叶是以往一个月的量。”西沟村露营老板龚瑞朴实的话语,道



灵台皇甫谧文化园。徐振华

心安是吾乡



崇信“华夏古槐王”树龄达3200余年,曾入选“全国100株最美古树”。

从崆峒山的缥缈云海,到西沟村的袅袅炊烟,变化的不仅是场景,也是平凉对“问什么道、在什么地方问道、向什么人问道、让什么

人来问道、怎么问道”这五个核心命题的系统性作答。

“问什么道?”平凉的答案是:可品味、可参与的复合型人文体

出了“慢生活”体验的热度。

与此同时,5月2日的崆峒半程马拉松鸣枪开跑。赛事创新推出“跑马+旅游”模式,选手凭号码布即可免费游览崆峒山。

赛事期间,平凉中心城区及景区周边酒店、民宿预订率飙升至

95%以上,广成大酒店连续3日实现客房与宴会厅“双满”。一场马拉松,跑出了文体旅商融合的“乘数效应”。

在更广阔的乡村,静宁苹果花海如云似雪,吸引摄影爱好者纷至沓来;华亭山寨千亩油菜花梯田铺成金色海洋,成为自驾游热门目的地;灵台康家沟亲子农耕体验项目假期预约日日爆满,城市家庭扶犁播种,在劳动中感受田园之乐。传统的乡土资源,通过景观化、体验化开发,释放出全新的情感价值与经济活力。

而舌尖上的“道”,同样是平凉康养的生动注脚。“平凉红牛”从牧场直达餐桌,成为美食消费的绝对主角;羊肉泡馍、静宁烧鸡、饴饴面等地方小吃借着旅游热潮销量大增,多家老字号餐馆营业额额翻倍。

清晨一碗滚烫的羊肉泡馍,午后一罐枣香四溢的八宝茶,傍晚一席红牛养生宴——平凉的“滋味之道”,通过味觉完成了对游客记忆最深刻的植入。

它是崆峒山上“天人合一”的养生实践,是乡村庭院中道法自然的闲适节奏,是田园农耕里返璞归真的情感追求。一言以蔽之,是市场渴求的、能够安顿身心、愉悦精神的现代美好生活方式。

“在什么地方问道?”核心在崆峒,体验遍布全域。今天的崆峒山已变身全景开放、深度沉浸的“仙侠江湖”——巡游的“机甲四大天王”与古典山景碰撞出时空交错感,“广成子”可能在某个转角与游客邂逅,中台、朝天门的崆峒武术实景展演刚柔并济,游客连呼“仿佛一脚踏进武侠小说里”。而全域环线将一颗颗散落的“珍珠”重新擦亮、有序连接,让“问道”从一个核心景点,扩展为一座充满惊喜、值得深度探索的活力之城。

“向什么人问道?”向承载道源文脉与地方智慧的贤达学者、传承人问道。这种“问道贤达”的模式,

已融入平凉文旅的多个层面:非遗工坊里老匠人指尖流淌的技艺,乡村讲述人口耳相传的故事,地方学者对一山一水的文化解读……通过他们的讲述与传授,深奥的传统文化变得可感、可触、可学。

“让什么人来问道?”平凉以精细的产品设计迎接多元客群。在崆峒山闭目调息的,是追求深度康养的都市白领;在马拉松赛道上挥洒汗水的,是用脚步丈量城市的运动达人;在乡村露营地为孩子烤制食物的,是珍惜亲子时光的年轻家庭;在苹果花海中举起相机的,是用镜头记录美好的摄影爱好者……每一种期待,都能在此找到出处。

“怎么问道?”关键在于推动“观光旅游”向“康养度假、深度体验”全面升级,构建文体旅商深度融合的产业生态。以“节赛营城”为引擎,以“环线串联”为脉络,以“近悦远来”为追求——平凉正将自身从旅游目的地,升华为一种值得向往、可以反复体验的长期生活方式。

泾河的水依旧日夜流淌。变化的是,越来越多的“问道者”正从远方赶来,在这片山水间养身怡心。他们或习练养生功法,或煮一罐罐茶,或在马拉松赛道上挥洒汗水,或在苹果花海中按下快门。

这座素有“西出长安第一城”美誉的历史文化名城,正以其坚定的文化自信、自觉的生态守护、主动的产业创新与发自内心的待客至诚,在古老的智慧与当代的向往之间,架起一座坚固而美丽的桥梁。



庄浪朝那溪。



华亭莲花台。