

风情恩施

文化养心



吊脚楼



集生态观光、贡茶文化、休闲养生于一体的伍家台茶叶基地



巴盐古道

恩施土家族苗族自治州是土家族苗族聚居地，巴文化的发祥地。在这里，巴楚文化、巴蜀文化、巴渝文化积淀融合，红色文化、土司文化、民族文化交相辉映。

恩施土家族苗族自治州拥有世界文化遗产1处、国家级重点文物保护单位9处、国家级非物质文化遗产15项。世界文化遗产唐崖土司遗址，记载着齐政修教、因俗而治的中国土司治理历史。恩施土司城，可一日穿越千载，一城走遍土家。利川大水井、来凤仙佛寺，可聆听到盛世与历史的对话。这里还有被誉为“东方迪斯科”的土家摆手舞，东方情人节

的恩施女儿会，展示着土苗儿女的浪漫情怀和快意人生。

世界联合国教科文组织曾列选25首优秀世界民歌，其中一首《龙船调》就发源于恩施。《龙船调》中那句“妹妹要过河，哪个来推我嘛？”相信大家耳熟能详。

恩施是一方红色沃土。第二次国内革命战争时期，恩施是湘鄂西革命根据地的重要组成部分，贺龙元帅领导的中国工农红军在这里武装斗争八年之久。著名作家马识途曾以恩施革命斗争为背景，写下长篇名著《清江壮歌》。

在恩施城区，有一个窗口景区——恩施女儿城。这是一座旅游城、文化城、民族风情城，宛如一幅风情万种的土家现实版“清明上河图”。

在恩施，用心倾听，你一定会感受到与众不同的养心体验。

本报记者 熊云



土司城



土家迎亲