

壮族老家 养生上林

大龙湖 黄云清摄

这是一片神奇美丽的热土，
这是一个生态优美的地方。
这里，天赐钟灵毓秀，
这里，地承厚德璀璨。

覃排风光



万寿节缤纷。何伟荣摄



快乐达达节。温玉明摄



百岁老人的悄悄话。吴兰摄

这，就是广西上林——被誉为“长寿之乡”、国家生态示范区、广西首府南宁的“后花园”。明代著名旅行家徐霞客曾经在上林逗留54天，留下1.4万字游记。上林，成为徐霞客在旅行中逗留时间最长、留下游记最多的地方。

壮族老家，文化上林。悠久灿烂的文明给上林留下了一笔珍贵的历史遗产。这里有可考究的有关壮族传说——渡河公传说，有可考究的壮族先民最早活动遗迹——石南海，有唐朝统治下桂西南地区的“壮都”——智城，有岭南地区目前可见最早的石刻——《六合坚固大宅颂碑》、《智诚碑》，有清代壮族夯土建筑古村落——鼓鸣寨，它们似散落在山林的珍珠，串起了壮族老家最久远的物证。

奇山秀水，美丽上林。北回归线横贯上林县境，造就了上林神奇秀美的自然风光和地形地貌，被誉为“水上桂林”“中国下龙湾”的大龙湖碧水连天，奇峰簇簇；金莲湖犹如一朵巨大的金莲宝座，超凡神秘，将建成东南亚最大佛教圣地的莲音寺规模宏大、气势磅礴；享有“小桂林”美称的三里——洋渡景区，山清水秀，奇峰竞姿，一河如带，穿珠系澜，形成一派秀美浓郁的田园风光；被誉为“南国庐山”、“绿色明珠”的大明山，是国家森林公园，云海蒸腾山巅、溪流纵横幽谷、飞瀑破壁直泻，蔚为壮观。

生态福地，养生上林。上林属亚热带季风气候，阳光充足，雨量充沛，空气清新，每立方米含有负氧离子20000个以上。独特的生态环境、丰富的养生产品、和谐的人文环境，使得上林成为长寿福地。这里寿星辈出，现有百岁老人63个，10万人中就有13人，远远超过10万人有7人的国际标准。上林有言：万寿龙母千秋地，十里常逢百岁人。

特色旅游，腾越上林。2013年7月，上林被

列入广西壮族自治区首批20个特色旅游名县创建单位。为高标准、高规格、高品位推进旅游建设，上林着力构建以大明山为核心的户外运动健康之旅，以大龙湖为核心的壮瑶民族风情体验之旅，以金莲湖为核心的佛教文化之旅，以云里寿翁为核心的生态农业观光之旅，以三里洋渡清水河一带为核心的徐霞客文化体验之旅，以鼓鸣寨为核心的生态休闲之旅等6条精品旅游线路，重点推进“三湖一寨”等重大旅游项目建设，并充分挖掘历史文化传统，重点对徐霞客文化、龙母慈孝文化、唐城唐碑文化、渡河公文化等民俗文

化和人文景观进行研究、包装、宣传和推介。同时，深入实施“美化”、“绿化”、“彩化”、“亮化”、“净化”等“五化”工程。

澄江河畔，千帆竞发，大明山下，春潮涌动。作为联合国人居奖获得者城市和中国—东盟博览会的永久举办地，南宁成为东盟经济圈、泛珠三角经济圈、泛北部湾经济圈的交汇叠加之地。依托南宁激发经济活力、践行国家战略、深化区域合作的开放发展态势，上林县，正以时不待我、只争朝夕的开放、创新精神，乘风破浪、砥砺前行，走出广西、走向全国！



醉美金莲湖。李德明摄