

纪录片《慢慢到达》央视开播

## 带你领略海南多元魅力

2025年12月18日，海南自贸港将正式启动全岛封关运作。这座被海风与阳光浸润的海岛，正以开放包容的姿态，向世界铺展一幅兼具自然诗意与时代活力的画卷。

大型风光人文探索纪录片《慢慢到达》于12月15日起在CCTV-9特别播出，以8集篇幅、每集25分钟的精致体量，跟随多组中外嘉宾的环岛步履，将海南环岛旅游公路沿线的生态瑰宝、文化根脉与发展脉搏串珠成链，让观众在“慢旅行”的悠然中，读懂海南藏于山海、融于烟火的多元魅力。

## 生态之美：

## 山海相拥的自然秘境

海南环岛旅游公路串联起1933公里的海岸线，将热带雨林、火山岩地貌、红树林湿地等独特生态景观连珠成串，勾勒出“国家海岸一号风景道”的绝美底色。纪录片中，美国摄影师亚当夫妇、音乐制作人李星宇、舞蹈演员刘晓音等嘉宾深入自然，用镜头、声音与肢体语言捕捉着海南生态的纯粹与灵动。

儋州湾红树林滩涂之上，护鸟人陈正平携李星宇踏浪而行，栗树鸭清鸣、白腰杓鹬振翅，数百种水鸟欢歌交织；滩涂深处，中华鲎安然栖居……一帧帧画面，皆是海南生态守护的生动答卷。

澄迈湿地志愿者清苕苔护红树苗，陵水救助站助海龟“布栗”归海，乐东海岸汪敏江老人4年拾垃圾守洁净……这些散落于旅程中的生态故事，让海南的美不止于山海盛景，更在于人与自然和谐共生的温暖日常。正如嘉宾所言：“在这里，每一次呼吸都裹着自然的馈赠，每一步前行都能遇见生命的惊喜。”

## 文化底蕴：

## 千年积淀的精神密码

海南的文化魅力，藏于多元交融的历史长河，显于代代传承的生活智慧。纪录片循着中澳跨国夫妇杰瑞·格雷夫妇、南非小伙约翰、摄影师文静的足迹，循着环岛公路的脉络，探寻苏东坡的文脉遗韵，触摸黎族、疍家的族群风情，解锁这片海岛深埋的文化密码。

儋州东坡书院内，钦帅泉清冽依旧，见证着苏东坡“讲学明道”的千古佳话。如今，“洗笔泉”旁仍有游人驻足，以东坡诗句为魂的特色美食，将文人意趣探进市井烟火。昌化峻灵明王庙中，苏东坡当年祭拜的神石与碑文静静伫立，“天人合一”的哲思、“困境中亦怀希望”的人生智慧，让南非小伙约翰深深触动。

乐东白沙河谷的黎锦工坊，陈丹老师将农耕图景、民间传说织入纹样，在经纬交错间编织出黎族无文字的文化记忆；临高渔港边，渔娘们传唱的“哩哩美”民歌，始于南宋渔妇对出海丈夫的思念，千百年的深情随海浪声声代代相传……非物质文化遗产的活态传承，让海南的文化底蕴愈发鲜活，也让每一位慢行者都能在时光的褶皱里，读懂历史的厚度。

## 发展活力：

## 自贸港下的时代脉动

作为海南自由贸易港国际旅游消费中心构建的标志性工程，环岛旅游公路不仅是串联山海的景观廊道，更是涌动着创新活力的发展动脉，见证着海岛在守护生态与文化本真的同时，奔赴时代的崭新征程。纪录片中，新闻主播臧熹、脱口秀演员马浩佳、墨西哥厨师尼托与费尔南多的旅程，勾勒出海南旅游业态的多元图景，也映照出城乡面貌的日新月异。

文昌航天发射场的轰鸣声中，臧熹与航天爱好者王禹博共同见证天舟六号货运飞船升空，而“追火箭”已成为新兴旅游方式。王禹博团队不仅记录发射瞬间，更通过科普活动将航天梦种进孩子们心中，让科技旅游与文化传播相得益彰。

海口的帆船运动、万宁的冲浪体验、陵水的自由潜项目，让海洋资源转化为时尚运动IP。文旅融合与产业创新，更让发展有了温暖的底色。兴隆的可可园里，章斌卿培育的单一品种可可豆，让中国可可产业在海南扎下深根；澄迈桥头的富硒沙土中，一场“地瓜盛宴”让乡土美味成为乡村振兴的闪亮名片；潭门镇的赶海节上，传统开渔仪式与现代旅游体验相融共生，千年渔港重焕生机，渔民自发组建的龙舟队，在鼓声阵阵中，划出团结奋进的时代精气神。

从铺前镇糟粕醋小吃摊的市井鲜香，到三亚海南岛国际电影节的光影璀璨；从房车营地的悠然慢生活，到骑楼老街的老爸茶时光……纪录片以真实旅程、鲜活故事与精致影像，让海南环岛旅游公路成为展示中国生态文明成果、文化自信与发展活力的重要窗口。

在海南自贸港建设日新月异的“快发展”浪潮中，环岛旅游公路所承载的“慢生活”哲学，恰如一阵清润的海风，赋予这片热土以从容呼吸的节奏。这不仅是一场治愈视觉与心灵的旅程，更将“慢下来才能发现真美好”的生活哲学娓娓道来，让观众在光影间读懂海南的多元魅力。

据中国网

↓纪录片《慢慢到达》剧照。