

海南“镇能量”⑤

临高东英，『国际慢城』的快与慢

□ 本报记者 陈昱璐

东英镇地处海南省北部、临高县的西北部沿海一带，坐山拥海。

正如她的名字一样，东英，日出东方，英采纷呈。

2023年10月28日下午，在土耳其赛费里西萨尔举办的国际慢城协调会上，海南省临高县东英镇获授“国际慢城”称号，成为中国第14个国际慢城，也是中国第一个滨海国际慢城。

截至2024年6月，全球共有301个国际慢城分布在33个国家和地区。其中我国境内拥有17个慢城城市。

海南这座名不见经传的小镇，为何能成为中国第一个滨海国际慢城？

在快节奏时代，人们渴望慢生活以平衡内心压力和焦虑，通过慢生活缓解压力、关注内心需求和感受，更好地欣赏生活美好。东英镇能满足人们对慢生活的想象吗？



临高东英海岸

在东英与慢生活“撞个满怀”

初到东英镇，走在街道上，眼见代表慢城的蜗牛元素在不同的角落出现，骨子里散发出慢悠悠的气质。

整个下午，周露一家在扶提西村民宿工作人员李大姐的带领下，趁着退潮好时机，带着工具直奔赶海。东英镇的美夏港退潮可退出20米，是赶海天堂。石头蟹、牛眼螺，他们提回了满满当当的渔获，晚上这些渔获将在李大姐的加工后端上桌，体味劳动的乐趣。

如果不赶海，在临海的民宿落地窗前静静看着大海发呆，是来自武汉的肖晓梦寐以求的场景。与海南省东海岸适合冲浪的海湾不同，位于西海岸线上的东英海面风平浪静，是真正的慢海。

慢城起源于慢餐运动。1986年，以激进而著名的意大利记者Carlo Petrini正漫步于罗马的Piazza di Spagna(西班牙广场)，这时从旁边的麦当劳里传出的薯条味让他倍感厌恶，于是Carlo决定发起一个名叫慢餐的运动。这一运动倡导的是对健康、营养的本土种植、本地烹调的食物的回归，呼吁人们“即使在最繁忙的时候，也不要忘记享受家乡美食”。

东英也有自己的慢餐。

无所事事的下午，你可以选择先去韭菜饼摊前，坐等老板给你炸几个韭菜饼，开始一天的下午茶，小圆饼在油锅里滋滋作响，有鲜虾的，有鲜肉的，鲜香酥脆韭菜饼一口一个。

有人笑称，这是临高人特有的omakase(指无菜单，交给厨师决定的日式料理)。

除此之外，你还可以骑着电动车前往县城，寻找海鲜路边摊，蹲在路边嗦螺。猪仔螺、宝塔螺、牛眼螺，造型独特让人眼花缭乱，一人一根针，嗦螺度过一个悠闲午后。

到了夜晚，人们回到海滨民宿，亲手烹制海鲜烧烤、土窑美食，家人朋友欢声笑语，新鲜的本地食材最能安抚人心。

创业乐土，慢城不慢

这个暑假，海南溯溪探索独立营在临高县东英镇黎安村耕读山房自然劳动教育基地火热开展，来自全国各地的小营员在东英赶海、划皮划艇、扎染，度过不一样的暑假。

耕读山房主理人陈江豪是本地人，他坦言：“我对东英镇有着深深的乡愁，在外投资不如回村建设家乡。”

据介绍，黎安村是东英镇美鳌村委会的一个自然村，有100多户500多人。世世代代质朴勤劳的黎安村人主要以种植水稻、蔬菜等农作物为生。

陈江豪介绍，耕读山房这个农文旅项目以临高产业4.0投建营一体化模式，采用乡村混合用地制度优化，盘活农村闲置宅基地，激活乡村闲置存

量建设用地资源，充分发挥乡村闲置资源效益，实现村民增加收入，集体产业兴旺，实现“村民”变“股民”。从2021年5月开业至今，该项目营业额约800万元，直接带动2960名农民受益。

东英镇的博纵村坐落在东英镇的海岸线上，拥有一线海景。

当你踏入这个村庄，便能感受到浓厚的渔家文化。这里不仅有风格独特的民宿，还有充满休闲氛围的咖啡厅，以及适合拍照留念的清新景点。

村民们的房屋正对着辽阔的大海。在这里，游客不仅可以远离都市的喧嚣，享受宁静的时光，还可以深入体验海边渔村的独特风情和人文气息。

2017年，陈小杰，一位在外闯荡多年的村民，在人过中年选择回到故乡。他在博纵村创办了村里的第一家民宿——“观海民宿”。这家民宿利用了村里独特的赶海资源，吸引了众多游客前来体验。

随着“观海民宿”的成功，博纵村的旅游业逐渐兴旺起来。目前，这个小村庄周边已经发展出超过10家滨海民宿，同时还有10多家餐饮店相继开业。这些新兴的旅游设施不仅丰富了当地的旅游业态，还带动了100多人的就业，为村庄的经济发展注入了新活力。

近年来，东英镇为返乡创业青年们打造“回得去的故乡”，探索创新4.0“投建营一体化”产业发展模式。

创新产业项目使用村集体土地报建制度，有效推动观海民宿、海堂休闲农庄、服装加工“扶贫车间”、浪花小筑民宿、耕读山房等重点农旅文旅产业项目。其中头洋海堂休闲农庄获评海南省五椰级乡村旅游点，助残车间负责人获得了全国第八届劳动模范提名奖。

东英民宿协会会长陈江豪表示，随着海南环岛旅游公路的开通，越来越多的游客在东英过夜，甚至待上一段时间，对住宿的需求增加，因此当前民宿协会正在引导东英民宿业进一步从非标准化服务提升为标准化服务。

此外，2023年“端午”及“中秋”期间，东英镇积极扶持耕读山房开发“陈家铺粽”以及“耕读中秋月饼”开展线上直播和线下营销活动，订单量分别为2.3万个、6015盒，营业额分别为34.5万元、46.03万元。

东英国际慢城的想象力

“慢城”的“慢生活”理念并不是对快速发展的现代生活的否定，也不是要完全摒弃现代文明，退回原始的生活方式。它所倡导的，是保留那些逐渐消失的乡土生活的精神内核，这正是“国际慢城”所定义的，也是我们一直在追求的“桃花源”。

作为中国第一个滨海国际慢城，东英镇拥有约15公里的原生态海岸线，海水清澈，生态环境良好，为发展滨海休闲旅游提供了得天独厚的条件。

当地以民宿产业为引领，发展了多类型民宿，如头洋海堂、耕读山房等，这些民宿不仅提供了住宿服务，还融合了当地的文化和生态特色，为游客提供了深度体验当地生活的机会。

依托其自然资源优势，东英镇打造了一系列慢生活体验项目，如乡村慢食餐厅、瓜果采摘园、农耕教育基地等，让游客在享受自然美景的同时，也能体验到乡村生活的宁静与惬意。

此外，东英镇注重渔耕文化的保护和传承，举办如开渔文化节等节庆活动，其中包括海钓大赛等，吸引游客参与并体验当地渔耕文化。

通过这些产品力的展现，东英镇国际慢城成功地将现代化技术与传统生活方式相结合，打造出了一个具有独特魅力的慢生活休闲体验区。

南京高淳桤溪镇作为中国首个国际慢城，以其优美的自然环境和深厚的文化底蕴，成功地将慢生活理念融入到当地的乡村振兴中。

高淳桤溪国际慢城通过整合丘陵生态资源，形成了集旅游观光、农事参与为一体的休闲度假区，推动了当地经济的发展，并提升了居民的生活质量。

然而，高淳桤溪国际慢城在发展过程中，过于偏重经济发展，导致慢城模式的发展并未带来生活理念和态度“质”的改变，相反使得当地居民的生活节奏在一定程度上加快了。

因此，东英镇国际慢城在建设中也应合理控制旅游开发的力度与节奏，减少资本介入对村镇生活秩序的冲击，保障居民生活及环境的原真性，避免旅游绅士化。同时也要避免“千村一面”的现象，加强村镇原生态、原风貌、原滋味的特色培育，推动个性化发展。

在临高东英镇国际慢城规划设计中，东英镇将打造成为热带山海创意国际慢城，落实自贸港要求，推动临高进入国际开放前沿，把东英打造成滨海特色的国际慢城核心区，辐射示范全县域，促进人居环境提升及产业结构优化。

以慢城为内涵，以设计为策略，东英镇国际慢城打造慢渔、慢农、慢文产业集群。

此外，还将海岸带、美夏港、东英镇区、高山岭四大重要区域打造为慢海、慢港、慢镇、慢山。

慢生活是一种悠闲自在、优雅从容的生活态度，也是一种日常的、非潮流化的生活方式。它倡导减少生活的匆忙和压力，降低生活节奏，追求一种更加人性化、环保的生活模式，这不仅对当代人有益，也是对未来世代负责任的表现。

东英镇因“国际慢城”开始被人知晓，当地老百姓获得了足够的自豪感，他们不再认为家乡是个名不见经传的小地方。

东英镇正进一步巩固和深化国际慢城发展理念，全力打造海南自由贸易港第一个滨海国际慢城休闲体验区，让老百姓的生活更加丰富多彩，内心更加宁静。

关于滨海慢生活的一场具象化实验正在东英徐徐展开。



东英海岸一景