

2021年 第1期 (总第70期)

博雅
刊

轻旅游



电话: 010-82781426

官网: www.onpku.com

地址: 北京市西城区车公庄大街9号院五栋大楼A3座12层

北京

休闲街区—感受都市里的慢生活
老北京的精神

胡同安放的文旅和休闲
北京赏花路线

中国幸福产业引领者

The Leading Player of Chinese Happiness Industry

北京博雅方略文化旅游集团（简称“博雅方略文旅集团”）遵循百年北大精神，秉承“中国幸福产业引领者”使命，充分整合旅游规划、景观园林设计、旅游品牌与营销、旅游地产服务、企业管理咨询、投融资、景区运营、IT 信息化、国土资源规划与整治等业务链条，开展一站式服务，已发展成为文旅行业全产业链综合服务商。2018 年以来，集团实施“1234”战略，围绕着“实业 + 资本”两个基点，聚焦三个业务：“咨询 + 资本 + 建运”和行业“旅游 + 文化 + 科技”，通过“四化”即集团化、资本化、平台化、本地化，目标打造十亿级企业。博观而约取，厚积而薄发。在为人民美好生活而奋斗之路上，我们始终不忘初心，孜孜前行。

管理咨询

战略咨询
管理提升
信息化咨询
营销咨询
博雅商学院
菲迪克认证培训

规划设计

战略研究与产业规划
城乡规划设计
旅游策划规划
土地规划与整治
建筑 & 景观设计
休闲农业规划

投资管理

旅游产业投资
基金管理
投资管理服务

景区开发

规划期咨询
建设期辅导
运营管理
项目开发
运营培训

科技旅游与营销

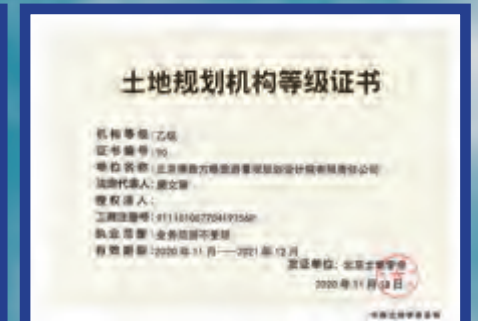
天枢信息服务平台
虚拟现实（VR/AR/MR）
3S 技术（GIS/RS/GPS）
旅游互动电影
文创产品



· 旅游规划设计甲级资质



· 城乡规划编制乙级资质



· 土地规划等级证书



· 高新技术企业证书



· 信息系统集成及服务资质证书



· 国际标准认证证书

2021年 第1期 (总第70期)

博雅
e刊

轻旅游



“点线面”三维度看城市轻旅游
——点、线、面是几何学里的概念，它也代表了看待事物的不同维度。本期e刊，我们以北京为例，将从点、线、面三个维度探索一个城市的“轻旅游”发展。

Authorities in Charge 主管 博雅方略文旅集团

Sponsor 主办 博雅方略研究院

Editor in Chief 主编 窦文章

Deputy Editors 执行主编 谢雯 李国栋 杜金桥

Text Editors 文字编辑 吴春玲 聂雯 赵玲玲

Visual Editor 视觉编辑 楚君

Advisors 顾问

于希贤 肖星 王尚义 李明德 邵春 王兴斌 寇有观 申元村 吕斌
冯长春 董锁成 郑忠林 武弘麟 李庚 郭焕成 王艳平 高建鹰
王兴中 尹怀庭 赵祖望 范家驹 李宝中 蔡克光 刘思敏 杨勤业
王英杰 徐仁立 吴浩 王聚英 张建国 王富德

Editorial Committee 编委会

窦文章 李国栋 苏凯诗 梁建军 吕洪梅 李国卿 王成武
陈惠民 杨文 林明珍 杜金桥 王宝刚 张一鹏 刘丽艳 夏冬利
董品伽 高慷 白涛 谢雯

Tel. 4000008916/010-62964309

Fax. 010-62979285

E-mail ekanboya@163.com

地址 北京市西城区车公庄大街9号院五栋大楼A3座12层

邮编 100044

网址 http://www.onpku.com

注：部分图片素材来源于网络，若涉及版权问
题，请与我们联系。

E D I T O R S W O R D S

看一个城市，不仅要看人们怎样工作，更要看人们如何生活。

——加缪

轻旅游，随心游。

何谓轻旅游？曰之轻便型旅游，所谓轻便型体现在这么几个方面：一是近距离旅游，随心所欲，想走就走；二乃装备轻便，无需大包小包，像搬家一样，随身携带几样必需品便可简装出行；三是行程轻便，出游不再是只是为了购物与看景，慢下来，以一种悠然自得的心态去品味周边的风景与生活，其旅游目的主要是为了“休闲与慢生活”。

2020年疫情的突发极大地推动了轻旅游的发展。一方面，受疫情影响，国内人员流动性大幅降低，为保障安全，很多人都将假日休闲游锁定在国内及周边，另一方面，伴随着经济提升，游客对于“重量不重质”的走马观花游产生了审美疲劳，更多的游客开始追求个性化与舒适化，对于旅游的需求由原来的观赏游转换为放松心情、品味文化的深度游。因此，轻旅游已经受到了越来越多各个年龄段，尤其是年轻一代游客的喜爱。

对于任何一个城市来说，都有着独具特色的文化内涵与休闲空间，这些构筑了一个城市轻旅游的原型。一家书店，一个博物馆，一条休闲绿道，一个艺术空间……城市的每一个角落都散发着自己所独有的气质，为置身其中的人带来一份逃离现实的、诗意的梦想空间……这样的轻旅行，你可以随时拥有。从那些细微之处的丝丝缕缕去探索一个城市的真实的风情与脉络。

2021 已来，新冠肺炎疫情已然进入下半场。这场疫情让很多人的远行计划泡汤，但是也让我们更多地感受到了周边的美丽。本期e刊，我们以首都城市北京为核心，既收录了名文名篇，透过名人看北京，又对轻旅游所涵盖的一些领域做出研究与探索，从点、线、面的角度切入，去发现北京城市休闲的角角落落，用心来观察、来体会这个城市的迷人魅力与轻旅游的未来发展方向，以飨读者。

谢雯

CONTENTS

003 / 卷首语

卷首语

006 / 美文欣赏 – 城市文化

林语堂：老北京的精神

014 / 北京“轻”旅游的点、线、面

点：“小”微空间展示城市“大”风貌

沈从文：北京的博物馆
胡同安放的文旅和休闲 —— 乡愁记忆和传承更新
大隐隐于市——徜徉于书店的诗意人生



CONTENTS



线：以线串点，打造复合旅游新路线

绿道建设和绿道旅游启示录
向往的生活：今夏，去徒步吧！
北京赏花线路

面：空间区域带动城市新活力

城市休憩系列：口袋公园流行记
休闲街区 – 感受都市里的慢生活
轻松发现美——探索城市艺术空间

108 / 博雅团队

集团智库

美文欣赏 城市文化



老北京的精神

文 / 林语堂 摘自《辉煌的北京》

在一九四九年中国共产党掌握中央政权之前，北京曾经是世界上最大的开放性的都城之一，它吸引着来自世界各地的人们。巴黎和北京被人们公认为世界上两个最美丽的城市，有些人认为北京比巴黎更美。几乎所有到过北京的人都会渐渐喜欢上它。它那难以抵御的魅力恰如其难以理解和描绘的奥秘。事实上，所有古老的大城市都像宽厚的老祖母，她们向孩子们展示出一个让人难以探寻净尽的大世界，孩子们只是高高兴兴地在她们慈爱的怀抱里成长。像北京这样的城市，人们每年都在对其增进了解。在巴黎生活了十年后，只有那些勇敢之士才会宣称他们已经了解了那个城市。北京也是如此。这是一个有待探寻的城市，绝不是周游几日就能了解的。要真正了解它，非长住其中不可。民国初期，我见到许多来北京作十天半月游的欧洲人，结果却是决定在此定居。

每个城市都有其自身的个

性。一位毫无个性的女士也可能很迷人，但一个城市却不同。所有古老的城市都是经历若干世纪成长演变的产物，它们饱经战争的创伤，蕴涵历史的积淀的痕迹，它们是已逝的人们的梦想的见证。就像拿破仑和奥斯芒在巴黎留下了他们的痕迹，玛利亚·特利莎女王和弗朗茨·约瑟夫一世在维也纳记载着他们的历史一样，永乐、乾隆皇帝也将他们的历史载入了北京城的史册。特别是乾隆，在六十年的和平、繁荣统治期内，重建、缮饰、美化了每一个历史性建筑物，使北京成为富丽堂皇的城市。

然而，一个城市绝不是某个人的创造，多少代人通过自己的生活方式和创造成就给这个城市留下宝贵遗产，并把自己的性格融于整个城市。朝代兴替，江山易主，可北京老百姓的生活依然如故。十六世纪，宦官们在文武百官头上布下一片恐怖气氛。宦官魏忠贤尤其嚣张，他将自己的画像悬挂于全国各地，迫使人们



林语堂（1895年10月10日~1976年3月26日），福建龙溪（今漳州）人，原名和乐，后改玉堂，又改语堂，中国现代著名作家、学者、翻译家、语言学家。



向其鞠躬示敬。他还出资修缮西山碧云寺，以使自己在北京留些痕迹，但同样是匆匆过客，与别人并无二致。城市永在，而他们的人生岁月转瞬即逝。可见任何城市都要比一时主宰它的人伟大。

有三个重要因素，结合起来便赋予了北京独有的个性：自然、艺术以及人们的生活。大自然提供了良好的自然环境；人类艺术体现于装饰北京的那些塔楼、宫殿；人们的生活方式、贫富状况、风俗习惯和节庆活动决定了城市生活是舒适、闲逸、富有朝气，还是充满了斤斤计较的、赚钱狂似的商贩们的喧嚣与粗俗，幸运的是北京的自然环境、艺术与人们的生活协调地结合在一起。北京的魅力不仅体现于金碧辉煌的皇朝宫殿，还体现于宁静得有时令人难以置信的乡村田园景象。就是从这样的城市中，人们既为它的艺术格调、建筑风格和节日风采而兴奋不已，同时也会享受到一种宁静的乡村生活。

北京的建筑为数众多，其中有宫殿、

寺庙和皇帝陵墓。可以说并不是埃菲尔铁塔代表了巴黎，而是蒙玛特区的咖啡馆生活和圣日耳曼林荫大道赋予巴黎以特殊的情调。北京同样如此，那些宫殿的确可以吸引游客，而北京的真正魅力却在于普通百姓，在于街头巷尾的生活。人们永远也不会理解究竟是什么使北京的穷苦百姓如此乐天而自信，原来这是他们的天性使然。

对北京的第一印象是它的气候。冬季，天蓝得让人无法置信，阳光灿烂，却又干燥寒冷；夏季，雨水充足，凉爽。其次是鳞次栉比、蔚然壮观的建筑群。

再次就是在传统习俗影响下的北京人所独具的幽默感、耐性和彬彬有礼。天空澄澈，令人心旷神怡。殿阁错落，飞檐宇脊纵横。黄包车夫们滔滔不绝地说着笑话，幸灾乐祸地拿人开心。宽厚作为北京的品格，融于其建筑风格及北京人的性情之中。人们生活简朴，无奢求，易满足——大约在几百年前就是如此。这种朴素的品质源于北方人快乐的天性和粗犷的品格，快乐

的天性又源于对生命所持的根本且较现实的认识，即生命是美好而又短暂的，人们应尽情享受它。现代商业活动的喧嚣吵嚷在北京却少为人知。在这种简朴的生活与朴素的思想的熏陶下，人们给精神以自由，创造出了伟大的艺术。

城市的自然特征主要取决于它的地理位置和气候，还有起着色作用的太阳光，起反射作用的天空以及我们周围的大气层。北京的气候似乎打定了主意要一成不变，通常它总是阳光明媚。冬季干燥，夏季湿润。雷雨在七八月份来临，要到十月初方可停歇；只是春天的雷雨来得较迟。天气变化界线分明。雨一下起来，就相当急骤；天晴起来，又是万里无云。在北京，人们体会不到那熟悉的四月小雨的滋味。（“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。”如这著名诗句所云。）一夜小雨过后，干燥的气候会使潮湿的地面很快地蒸干，树木又开始焕发精神，耀眼的绿装在清新的空气中更显明亮。玉泉山上的白塔在晴朗的空气中清晰可见，似乎离我们更近了。

在北京，人们既得享碧蓝的天空，又不得不吸食尘土。俗话说：无风三寸土，雨天满地泥。北京的确如此，但这主要说的是人行道。宽阔的哈德门车马大街，宽

达十五英尺左右，延伸在中央大道两旁。柏油马路没有尘土，在风天骑车经过总理衙门前铺好的柏油路时，你会明显地感觉到这种好处。此外，北京洛克菲勒医院的研究结果证明，由于北京有强烈的日光照射，尘土中细菌的百分比大大降低。太阳光将尘土晒至暗淡的深黄色和灰色。一色黄灰的房屋墙壁，被寺庙赤褐色的古墙点缀着，地衣覆盖的屋脊呈黑色或灰蓝色，如此单一凝重的色彩只有在阳光灿烂的大晴天，才会闪烁夺目，显出特色。

一个城市即使尚未臻于完美，人们也依旧会喜欢它，还要留恋其旁的山峦、河流。即使人们很少去浏览，有关那些胜地的古老故事也会使整个城市生活充满活力。北京城距西山十至十五里，西山越向远处越显高峻，上有数百年的古庙，从汨汨山泉中流出的清澈溪水，一直流淌进城中的太液池。香山狩猎公园占地面积广大，以其白塔、古树和岩石而著名，据说是乾隆皇帝的猎鹿场所，其中还建有许多富家别墅。如今要到此处，从西直门乘车只需半小时。玉泉山上用白色大理石建成的白塔，在阳光下灿烂夺目。颐和园中的万寿山也总是遥遥相对，依稀可见。北京城内的小溪都源于西边山中，其中有一些虽污浊滞缓，



但玉泉山的泉水却清得令人难以置信，凉得让人无法入浴，在阳光的照耀下如玉石般翠绿晶莹，因而其山得名玉泉山。

站在西山卧佛寺或碧云寺，人们得以鸟瞰这一辉煌的城市。五里长厚重的灰墙清晰可见，若在晴天，远处门楼看起来如同灰色大斑点。惊人的大片绿色呈现于闪烁的金黄色殿脊间，那就是远处的太液池。

许多世纪以来，由于北京一直作为中国的首都，南北方人口都聚集于此。他们大多数为北方人，身材高大、精力充沛、体质健壮。没有南方人的那种懒惰样子，不似白脸的苏州小伙子和纤细腰肢的上海小姐。人群衣服的主要颜色似乎多是暗灰色和蓝色，随处可见着蓝装的人们，与那些身着长袍的蒙古人、西藏人形成鲜明的对比。他们头发修剪得干干净净，高大的身躯骑在弱小的毛驴或蒙古小马上，模样可笑。暗红褐色或黄色的喇嘛教徒的长袍也对比鲜明，颜色区分了该宗教的两个主要的派别。节假日和春天来临时，女人们，尤其是郊区的女人们，出门都穿上颜色鲜艳明快的服装，诸如红、紫、绿等色。

在此先要简单聊聊作为北京特点之一的北方人的品质。他们基本上很保守，具有保守派所有的好、坏两方面特点。他们不愿意接受现代新观念，更偏爱千百年来在宗教信仰影响下形成的礼仪和行为准则，诸如长长的送葬队伍，古老的摇篮曲，男女相亲，在院子里种石榴树。现代的，受过教育的中国人感到面对老北京人的准则，他们为之骄傲的价值观受到骤然的抵制。再来看看旅居北京的外国人，他们迷恋北京的艺术，同时却对它幽默的谚语和风俗感到困惑。他们中有些人也过上北京式的生活，只是不要用庭院将正房与东厢房分开，电灯要明亮些，电话服务好一些；另一些人成了学者，学习汉语文字，钻研历史与古典文学。这些人被他们的同胞们称为“怪人”，是企图动摇公众对“白人声望”的信任的人。他



们的妻子则发誓不愿意离开北京，也离不开那些待他们的孩子如同己出的保姆。

不论在哪个城市，对于旅游者与居住者来说，真正要紧的是与之接触的人：家中的仆人、餐馆里的服务员、黄包车夫和出租车司机。他们可能偶尔会由于芝麻小事或无缘无故地找你的麻烦，但平时他们循规蹈矩、温和有礼、无偿地创造快乐的生活。黄包车夫们一路上总是说个不停，若是遇到一位能听懂的人，他们一路上会和你做一次漫长而愉快的谈话。他们更多时候是喜欢给予而不是接受他人的建议。北京的保姆多是温柔、朴素、极富自尊心的人。北京的服务员远近闻名，他们发明了既不失尊严，又周到热情为顾客服务的秘诀。东兴楼的服务员，身着蓝色的礼服，胳膊上搭着条白毛巾，站立一旁几乎是喊着而不是说出对顾客的亲切问候，似乎你就是最伟大的人物，他尽最大努力将你服侍得舒舒服服的，用坦率的眼神望着你，用淳厚的语调与你谈话。他心里明白，你同他一样也在努力谋生，而他却为自己的职业而骄傲。他们温和热情的天性为城市日常生活的运转添加了润滑油。当然还有些喜欢装腔作势、哗众取宠的狡诈政客和暴发户，但如果他们久居于此，甚至也会变得随和起来，并吸收城市古老生活方式中的朴素与庄重。北京就如同一位老妇人，教会人们如何去创造一种舒适、平和的生活。

什么东西最能体现老北京的精神？是它宏伟、辉煌的宫殿和古老寺庙吗？是它的大庭院和大公园吗？还是那些带着老年人独有的庄重天性站立在售货摊旁的卖花生的长胡子老人？人们不知道。人们也难以用语言去表达。它是许多世纪以来形成的不可名状的魅力。或许有一天，基于零碎的认识，人们认为那是一种生活方式，那种方式属于整个世界，千年万代。它是成熟的、异教的、欢快的、强大的，预示着对所有价值的重新估价——是出自人类灵魂的一种独特创造。^e

图例

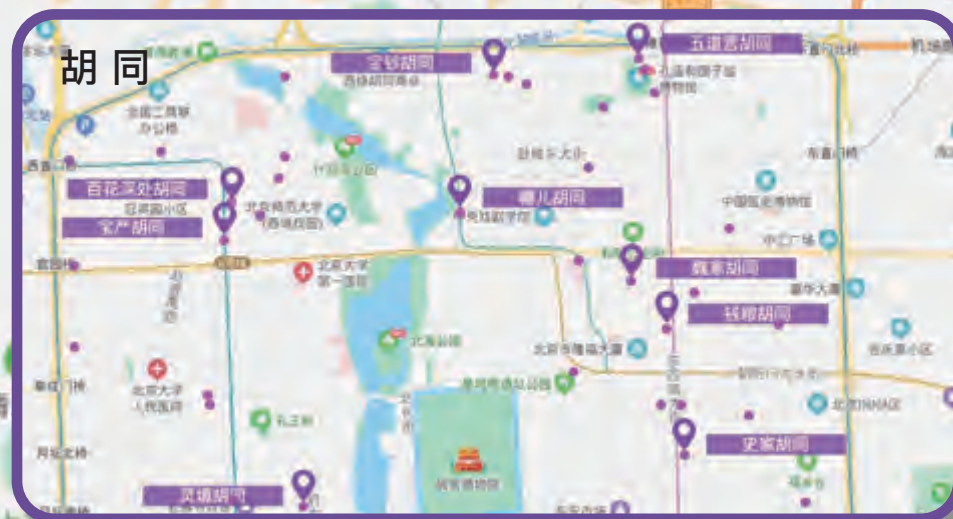
- 博物馆
- 书店
- 胡同

北京轻旅游 博物馆、书店、胡同分布图

博物馆



胡同



书店



北京的博物馆

文 / 沈从文



沈从文（1902年12月28日—1988年5月10日），男，原名沈岳焕，乳名茂林，字崇文，笔名休芸芸、甲辰、上官碧、璇若等，湖南凤凰县人，中国著名作家、历史文物研究者。

北京有许多博物馆，同时又是大型建筑博物馆。北京在世界上以古建筑著名。紫禁城里的宫殿，分布城郊的庙坛园林，每个单位都包括有一系列的建筑物，各有艺术上的不同风格，综合看来，又如同整体的一部分；是用故宫皇城大建筑群作中心，在五百年前北京建都总计划中就定下来，经过累代创修陆续完成的。设计规模的雄伟、谐调、明朗，以及每一建筑物装饰的华美精细，都给人留下不易忘记的深刻印象。

这些建筑物近年来一部分已改作各种博物馆，或一般性文化展览馆。论规模宏大，经常性展出和专题展出种类多，从伟大祖国文化艺术遗产方面给观众以爱国主义教育的，应数故宫博物院。以科学发掘出土文物为主，结合历史人物事件，生产发展，科学文化艺术的发明和创造，作通俗陈列，向群众进行新的爱国主义阶级斗争历史教育的，应数北京历史博物馆。其实说来，北京城本身，也就是一个大型建筑历史博物馆。

这个历史名城，战国时就已经是燕国都会之一，华北平原一个政治文化的中心。（近年来，围绕这个地区的外沿唐山和热河，不断都有大量古文物的发现，已证明这地区还可能更多重要遗物出土。）隋唐时代依旧是北方重镇，设立范

阳节度使，屯集重兵，当时主要是防御奚、契丹的内侵。安禄山镇范阳后，却用作根据地，利用诸胡族，举兵内犯，动摇了长安唐政权。即由金人正式建都“燕京”算起，也已经有了八百多年。世界著名横跨无定河的东方长石桥——卢沟桥，就是这个时期石工修造的。

元代在这里作“大都”，百年统治中，城郊庙坛园林还不断有补充。白云观、护国寺、东岳庙、白塔寺，都是这一时期建造的。当时尼泊尔的大艺术家安尼哥，和中国大艺术家刘元师徒二人曾经参加过这些庙宇园林的建筑设计和雕塑工程。长城口居庸关的过街楼，也是这个时期作成的。金代城池的建造，多取法北宋汴梁，间接还保留洛阳和长安汉唐帝都的规模。《金史·张汝霖传》中曾提起过，当时装饰一个宫殿，就使用过汉族和回鹘锦绣丝绣工人一千二，经时两年才告完成。今北海琼岛的建筑，虽从辽代创始，至于琼岛上的太湖石假山，却是金人攻下开封后，把“寿山艮岳”撤毁，搬运石头来京堆砌成功的。元代在这座小山上建“广寒殿”避暑，房屋花木布置得和想象中的月宫仙境一样。当时还用人工激水上升到山顶，水从一个龙头口里喷出，变成小瀑布缓缓流入浴池中。明太祖因为这座宫殿过于奢侈，派萧洵来督工，把它撤毁。萧洵才把



原来琼岛建筑情况，一一记载下来让后人知道。琼岛上石头透剔清奇部分，明代搬移过中南海，就成了现在的“瀛台”。元代虽已利用海运转输南方粮食，南北运河还贯通，运河粮船能直达北城后海一带，当时在琼岛上远望，还可依约见到千百艘大粮船，舳舻衔接、桅樯如林的动人情景。

金元旧都略偏西南北，经过长久的岁月，加上几次历史上的改朝换代大事变，目下只剩下些城垣遗迹和庙宇中碑石树木。明代永乐重新定都北京，前后修筑的内外皇城，和用紫禁城里三大殿作主体的故宫建筑群，虽历年五百，因明清两代不断兴修，大致都还保存得完完整整。此外围绕宫城的几个主要建筑群，例如南城的天坛和先农坛，西城的白塔寺和城外白云观与五塔寺，北城的钟鼓楼，东北城角的国子监、孔庙和雍和宫，城外的东岳庙，以及临近宫城的中南海、北海、团城、太庙和社稷坛，景山和大高殿，郊外西山一带的碧云寺，八大处，卧佛寺，玉泉山，大觉寺，……都是近五百年古建筑的结晶。这些古建筑或因年久失修，或前后曾遭受人力破坏摧残，解放后经过逐年修复，又回复了它固有的光彩。

外来游人到北京后，最先引起注意的是天安门。在一座高达三丈的棕红色台基上，高高矗起那么一座九楹重檐金碧辉煌的大门楼，两翼红墙向东西延展开去，给人印象是雄伟、华贵而又十分沉静

稳定。无论任何时候看来都是一种壮观。其实如就故宫建筑全部说来，天安门还只是宫城建筑体系前沿一部分。再前还有正阳门，后边又还有端门。由端门进去是午门，这才是紫禁城真正的大门。天安门建筑以华美壮丽见称，午门却给人一种端重严肃的感觉。一个熟习近五世纪中国史的游人，来到这座门楼下边时，这种严肃感会格外加深。

午门在历史上具有“凯旋门”意味。明清两代国有大事，出兵远征时，将帅受命成行，多在午门前举行出兵仪式。战争结束胜利归来时，帝王就坐在午门楼上阅兵，慰劳将士，检视俘虏和胜利品。明代晚期政治特别黑暗，宦官权臣为媚悦帝王，巩固宠信，利用锦衣卫作爪牙，不时突入人家，逮捕异己敢言事的正直大臣，用严刑酷罚罗织成狱，对名士大臣施行“廷杖”时，也就在午门楼下广场中执行。许多人就在这种专制淫威下当场死去。

午门楼下东西两廊，共有八十四间厢房连接端门，过去是百官候朝的地方。天明前即冠带袍服云集，到时候午门两侧角楼钟鼓齐鸣，才大小鱼贯进入午门、太和门，于太和殿前白石丹陛下等待召见。午门兴建于十五世纪，重修装金布彩于十七世纪末，距现今也有了二百七八十年。天安门前一切景象，令人对于祖国的当前和未来，充满欢欣的期待。午门却使人认识历史过去。让我们明白，世界上任何一个地区都有过帝王，一时节具有无上的权威，不

多久这权威总会消失无余。专制帝王在某种历史情形下，也能或多或少作了些对国家人民有益的事情。但凡是想利用残暴统治，鱼肉人民，满足一己私欲的，被人民推倒就更加快一些。至于人民由于劳动和智慧结合，在生产、科学和文学艺术领域中的发明和创造，对国家有益的贡献，却必然长远存在后人记忆中，而且会成为后人追求社会进步、建设共同美好生活的启发和鼓舞力量。午门作为历史博物馆后，午门本身的历史和系统通俗历史陈列，教观众更加清楚了解历史发展的规律。

试站到午门楼上高处四望，故宫以三大殿作中心的建筑群，及内外东西六宫建筑群，文华武英二殿建筑群，都如近在眼前。一重重明黄色琉璃瓦大屋顶，和秀挺不群矗立在城垣东西那两座转角楼，共同在明朗秋阳下烁烁闪光，后背衬托着的是一大片蓝空。围绕着宫城百万户人家，半笼在郁郁青青的一片树木绿海中。这一切，真是够庄严、深厚、沉静和一种不易形容的美丽！特别是我们如体会到这个历史上的大都名城，这一片绿海下边正在进行的万千种不同工作和活动，对于明天北京四百万市民和全国六亿人民的幸福生活、以及对于世界未来长久和平所起的良好作用时，会觉得蓝空下的北京一切，诗人即或想用文字来叙述赞美，不免会感觉

到难于措词。即色彩丰富的绘画，也只能画出部分的印象。或许只有某种伟大音乐，综合百十种不同器乐中所具有的豪放和精细、壮美和温柔的声音，融化组织不同时空下形成的种种旋律和节奏，写成一个乐章，才有希望能作出适当的反映。

在这片绿海中，这里那里，远近都可发现有崭新建筑物在高高矗起。十年二十年后的北京城，这百万户旧宅无疑会完全变更旧有的面貌，产生一种崭新的景象。那时节不论是学校、医院、工厂或戏院附近，以及大街上人行道边，大致都可按照一定计划，收拾得和目前公园一样，到处是花坛栽满各种美丽好花，到处有平整草地，可以供人休息散步。新建筑的专门博物馆和文化馆，也将成千累百，分布城郊各处，设备完美而又清洁舒适，教育观众以种种新知识。但是北京这些古建筑，却决不会就失去它固有的光辉，只会更加使人觉得可爱，因之也保护得更加周到。因为人人都知道，这些建筑不仅仅是祖国重要文化艺术的遗产，同时也是世界重要文化艺术遗产一部分，加倍珍重爱护它们，既能够增加人民对于历史过去伟大成就的认识，也可启发人民种种新的创造热情，对于保卫世界持久和平，作出更大的贡献！





大隐隐于市—— 徜徉于书店的诗意人生

实体书店是一个城市不可缺少的主体。实体书店作为文化的象征，不只是販售图书的场所，更是城市化进程中文明程度的一个符号，一个传播文化气息的精神家园。独立书店决定着一个城市的文化品味，是这个城市不可代替的气质。一座好的书店，是承载文化记忆的书店，是丰富而深厚的存在，于潜移默化中滋养着人们的精神文化生活。然而，网络化时代，电子书与网购图书网站的异军突起为实体书店带来了巨大的冲击。加之疫情的冲击，更是令困境中的实体书店“雪上加霜”。

一、实体书店面临着“重重困境”

· 经营成本上升

成本上升是现在大多数实体书店不得不面临的一个重大难题，一方面房屋租金在上涨，而书籍在市场上的价格却没有明显的增长，并且很多实体书店在这种情况下业绩还大幅度下滑，无疑是雪上加霜。

· 阅读方式逐渐多元

随着互联网技术的发展，读者的阅读方式也呈现出多元化的倾向，电脑阅读、手机阅读、阅读器的出现使人们可以直接从网络下载。电子书携带方便，价格低廉，给传统纸书阅读带来了不小的影响。尤其是对于年轻人和上班族，电子书可以随时阅读，而这也在客观上影响了纸质书的销售，加速了实体书店的消失。

· 网络书店的冲击

因为具有价格低，送货上门，查找方便等诸多优势，网络书店已经成为人们购买实体书籍的重要选择。传统的书店经营市场被大范围瓜分。

· 休闲娱乐方式多样

过去，读书是人们业余时间最主要的休闲方式。而现在，人们休闲娱乐有了更多的选择，包括最常见的电视、电影、游戏、旅游等等，而读书买书的时间也很容易受到冲击，这也会影响到实体书店的经营。

二、摆脱困境，需“外力助力内力提升” 双管齐下

· 外力助力 - 政府大力扶持，推动实体书店突破困境

2016年6月16日中宣部、国家新闻出版广电总局、国家发展改革委、教育部、财政部、住房和城乡建设部、商务部、文化部、中国人民银行、国家税务总局、国家工商总局等11部门联合发布的《关于支持实体书店发展的指导意见》。将实体书

店建设纳入国民经济和社会发展规划，纳入基层宣传思想文化工作考核评价体系，纳入文明城市、文明村镇、文明校园考核评价体系。进一步加大财政资金扶持实体书店的力度，完善标准，优化方法，更好发挥杠杆作用，对实体书店创新经营项目和特色中小书店转型发展通过奖励、贴息、项目补助等方式给予支持，重点扶持一批具有示范引领作用的品牌实体书店做优做强。

2020年北京实体书店扶持政策解读会上传出消息：新冠病毒肺炎疫情之下，北京市拟拿出1亿元扶持资金帮助实体书店渡过难关，在获评书店企业做出承诺的前提下，对其预拨付3月至6月的房租补贴。此次北京市欲拿出1亿元扶持资金来帮助实体书店，可以说在全国是领先之举，也是北京实体书店的一记福音。之所以北京能够有这样的魄力，如此“大手笔”补贴实体书店，除了有较强的财政实力外，一个重要原因是北京是全国的文化中心，书店数量多、规模大，北京对文化产业又历来十分重视。

北京市实体书店建设联席会议办公室获悉，截至2020年底，北京实体书店数量达到1994家，已实现全面建成小康社会“万人拥有实体书店”的指标任务。2021年起，北京将出台专项扶持政策，推进书店进校园、进商场、进园区。北京市委宣传部副部长王野霏表示，截至2020年12月31日，北京市已拥有特色书店200家，1000平方米以上的书城41家。

· 内力提升——实体书店要“自救”，多元化运营获取盈利

于近几年来实体书店转型升级、新开快开成为潮流，但相当多实体书店的商业模式并没有形成。大量的资金投入集中于书店空间、硬件等方面，而在会员系统、人员队伍等软实力方面的投入并不大。缺乏商业资源、缺乏商业模式的所谓新型实体书店在几年内快速增加，行业热捧“最美书店”等现象的出现也引发了一波跟随潮流，不少“网红书店”吸引消费者前去“打卡”，但持续经营能力依旧存疑。



书店真正赚钱的不一定是书，可能是文创产品，可能是咖啡，可能是在这里吃的一顿饭，也可能是在这里举办活动的场地费、参会费，总之是跟书的气质相融合的多元化经营。换个角度来说，也可以将这些书店看作是以书籍为纽带的百货商店，所倡导的是种有品质的生活方式。

这些年，实体书店为了适应现代人的生活节奏已经作了很多改变，譬如许多书店都在卖咖啡、卖西餐，有的还会主动拥抱分享经济，在书店内开设住宿体验项目。这只是最初级的复合经营，对消费尚未构成足够的吸引力。实体书店的复合经营需要更多元的产业元素，引入更多大文化范畴的产业形态。不论是文创产品、未来的信、沙龙场地、餐饮服饰，还是相关的艺术培训班、烹饪课、宠物美容院等，总之，要找到跟书籍气味相投的经营点。这样，实体书店才能更快地扭转传统经营模式走下坡路的现实。

三、实体书店要不忘初心坚守价值回归

书店打造美的环境，不应忘记扩展阅读的精神空间，不能只迷信畅销书单，而是应当提升选书品味，

发挥书店传递知识和思想的本能，为值得反复阅读的好书留有一席之地。

《2019—2020 中国实体书店产业报告》提出了“书店重做”的概念，这是一个关于未来书店核心价值的构想——消费者的“学习场”，即通过各种书与非书的内容，阅读与非阅读的形式，服务于读者的终身学习。

中国书刊发行行业协会理事长艾立民说，“书店重做”不是要丢掉书店的传统优势和本质属性，恰恰要坚持书店核心价值，把主业始终放在书店经营的核心地位。

网红书店可以倡导“成长在书店 / 学习在书店”的生活方式。徐智明说，我们应该生动地呈现“谁到书店做什么”的真实场景，如到书店听课、到书店听讲座、到书店开读书会、到书店上私教课、到书店头脑风暴、到书店上自习……让这些活动与书店直接关联，与消费者心目中的理想生活、理想形象直接关联，让书店进入消费者的生活方式。 

北京独具特色的 “打卡”实体书店

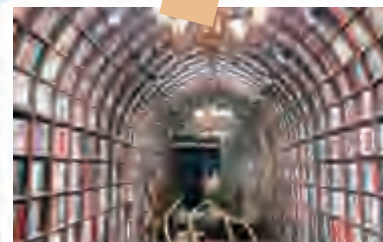


正阳书局

北京市西城区西四南大街

43 号

正阳书局可谓是一座“京味儿”十足的书店。正阳书局老店开在廊坊二条，大约只有二十平米，店里却被成堆的旧书和老物件塞得满满当当的。不久前正阳书局又在西四开了分号，就在万松老人塔院内，既是书店，也是茶馆。店里旧书很多，许多对老北京文化感兴趣的人和研究北京历史风俗的学者都会专程到这里来找书。店里零零散散的小说、画册、古籍轻轻地诉说着关于北京这座古老城市的幽幽传说与往事。运气好的话，你还能独到店主私藏的市面上已经绝版的珍贵图书。走到这里，会突然感觉时光仿佛静止。



钟书阁（融科店）

北京市海淀区中关村融科资讯中心

B 座负 2 层

钟书阁源自上海，是沪上文化地标之一，被行业协会评为“中国最美书店”之一，并十余次获国际设计大奖。钟书阁融科店，是其在北京的第一家门店，2019 年 6 月正式开业。开业没多久，就迅速成为网红店，每天吸引超过 3500 人前来打卡，人气旺盛。

门店设计新颖，镜面屋顶让书架虚实交错，让人如同走入一个魔法世界，又颇似盗梦空间，令人惊艳。稍有遗憾的是，书店空间显得有点狭小逼仄。



言几又书店 (王府中环店)

北京市东城区王府井大街
269 号王府中环 1 层

言几又，取意源于“设”。言，语言、沟通；几，差异、别致；又，多元递进。言几又是一家极富想象力和创造力，展现自我和个性的创意生活体验一体店，它有书，但它不只是书店；它有咖啡，但它不只是咖啡店；它有文创产品，但它不是只是创意市集；它有食品，但它不只是食品店；它有画，但它不只是画廊。它兼具产品空间、公共空间、活动空间，集合书店、创意市集、艺廊、咖啡、餐厅等业态。进入门店，浓郁的艺术气息扑面而来，用设计与艺术锻造出让人心驰神往的精神奢侈品，成为城市文化的造梦者之一。



模范书局 + 诗空间

北京市西城区佟麟阁路 85 号中华圣
公会教堂旧址

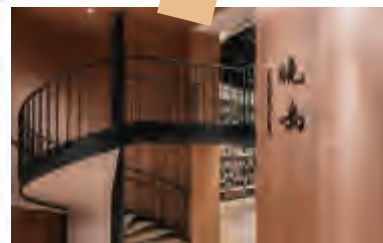
这家「模范书局 + 诗空间」是在基督教中华圣公会教堂原址上所改建的，是华北地区最大的基督教堂。这座教堂既有西方的设计，也有中国的传统结构，在这座始建于 1907 年的教堂里，可以看到高耸的穹顶、五彩玻璃窗、都完美的保留了下来。2019 年 6 月，模范书局 + 诗空间开始试营业。教堂书店，殿堂空间，可谓独树一帜，如同神一般的存在，迅速成为京城新晋网红打卡地。书店主要经营古典文史、诗歌、艺术书籍，辅以原创文创产品、雕版印刷体验等。



PageOne 书店 (前门北京坊店)

北京市西城区前门大街北京
坊东区 E1 楼

Pageone (北京坊) 位于北京前门，百年来第一家开在皇城根下最大的书店。这里是百年前北京坊的原版复刻，整栋巴洛克式建筑，3 层带观景天台，对面是天安门广场。阅读、咖啡、艺术设计、黑胶唱片、文创衍生品，各类高品质活动……Pageone 将这些元素完美融合在一起，文艺气息浓厚。店内设计令人惊艳，二层与三层的大落地窗可以看到极具帝都风范的正阳门。一层大书墙直达三层，具有极大的视觉冲击力。书店 2017 年夏天开业，如今已成为北京第一网红书店，吸引了无数的图书爱好者与文艺小资范儿的伙伴们到网打卡。(提示：Page 书店前门北京坊店一层 24 小时营业。)



晓岛

北京市朝阳区朝阳北路 101 号
朝阳大悦城 F9

“晓岛”是由作家高晓松与朝阳大悦城共建运营的公益性图书馆，位于朝阳大悦城 9 层主题空间“度刻”内。以他的私人收藏和推荐的书籍、音乐、影像作品为陈设，于 2019 年 1 月 9 日正式启幕，高晓松称之为“全副武装的文艺青年阵地”。在内部，由高晓松本人精选的 14000 余本书，全部供给光临晓岛的“岛民”免费阅读，同时，也会不定期开展相关的展览与活动。原木日式的装修风格，以大量的木元素搭配灯光照明和玻璃围栏，是每一处都透露着文艺的小心思。



胡同安放的文旅和休闲 —乡愁记忆和传承更新

文 / 博雅方略 白墨

北京，是重要的政治文化活动中心，也是中华民族传统文化的典型代表，历史发展中形成的带有鲜明地方特色的京味文化代表就是老城区的胡同。从元大都城开始，胡同一直是北京历史文化信息的载体，也是这个城市重要的象征。胡同街角是生活的史诗，砖雕石刻的银钩铁画埋藏着历史的沧桑，无字句处，自有文章。根据十四五规划，要坚持以人民为中心的发展思想，下足绣花功夫，从门钹品味故实，到檐角追踪时光，胡同带来的文化旅游和休闲时光，让广大人民群众获得感、幸福感、安全感更加充实、更有保障、更可持续。

一、古来今往话胡同

1.1 源远流长胡同记

“胡同”源于古代的“巷”，自汉代以来北方依“巷”的北音俗称“胡洞”，南方依“巷”的吴音俗称“弄堂”，元朝时开始出现代表街巷的蒙语“胡同”，明朝把加了行的“衙衙”为“胡同”，正式定为街巷通名，清末简写为“胡同”。“胡同”是我国北方城市建筑布局中的一个专用名词，既连通着居民院落，也是交通要道，在社会政治功能及文化诸多方面起着重要的作用。

北京旧城始建于元代，胡同也产生于元代，并伴随着元大都城的形成已七百多年了。公元1276年，元朝在金中都原址东北部，按《周礼》之制建立了“状如棋盘”的大都城。城内居民住房按片分开，中间辟有通道，这种通道在蒙古语中的读音为“火瞳”，后来北京人便逐渐读成了“胡同”。元大都当时仅记有29条胡同，并明确规定宽9.24



米的才叫胡同。胡同形成在元大都城的格局里，整个北京城建筑布局都以中轴线为依据的，街道胡同也如此。明清两代是在元朝城市格局的基础上建设而成，形成了胡同肌理风貌。

公元1420年北京城营建完工，明成祖正式迁都北京。公元1553年（明嘉靖三十二年），增建城南外垣，形成内外城“凸”字型平面布局。据《京师五城坊

巷胡同集》载：这时北京有街巷711条，胡同459条，共1170条。清朝定都北京后，街巷胡同格局“大抵袭元、明之旧”，但实行了旗、民分城居住制，内城汉人全部迁到外城，形成不少大小、长短规范或不规范的新胡同。彼时，元朝规定的胡同必须宽9.24米已逐渐模糊，“街巷”与“胡同”的界定早分不清楚了，总数已增到2077条之多。辛亥革命推翻

清朝统治，民国首都北京打通、增辟了新干道，带动了胡同发展，到上世纪四十年代北京街巷胡同已达 3200 多条。

北京胡同在过去的六十年内遭受过三次大拆改，但均造成了很大的破坏。随着旧城改造，胡同、街道与建筑格局的协调性被打破，传统的小尺度胡同也被宽敞的街道所取代，历史与文化的韵味荡然无存。原来蕴含“京味儿”的胡同已经逐渐沦为商业区，在胡同改造与更新过程中忽视了居民和使用者的的重要性，出现了大量随意拆除古建筑与销售无关小吃的情况，也忽视了胡同作为一种文化符号的意义。胡同是古都风貌的重要承载区和集中展示区，近年来政府对于胡同保护和发展已经越来越重视。

1994 年北京城市规划学会成立，着手《胡同保护规划研究及北京四合院风貌保护与修缮》工作。2005 年，学会完成《胡同保护规划研究》课题显示老城区胡同数量：1949 年有 3250 条；1990 年有 2257 条；2003 年调查时胡同仅有 1571 条。北京老城区已确定第一批、第二批、第三批共 33 片历史文化保护区范围内有胡同 660 多条，在文化保护区范围之外还有 900 多条胡同。创造一个新型首都的形象，建设国际一流的和谐宜居之都，要求胡同街巷应是文明胡同街巷，要扛起深化文明创建的旗帜——继承与发展。

1.2 胡同旅游

“胡同游”按照北京市旅游委的规范定义，即以北京城市特有的具有传统文化、风俗人情、历史风貌的胡同（一条或若干条胡同组成的街区）为载体，向游客提供吃、住、行、游、购、娱和文化展示等系列服务。“胡同游”是北京的一个独具特色的旅游产品，无论是内在丰富的文化历史内涵，还是独特的外在设计，均十分经典，破了北京旅游几十年来只看帝王生活、不看平民生活的历史；由于其丰富的人文内涵和特色浓郁的外在形式，胡同游的认知度越来越高。

“胡同游”对外宾保持了强大而持续的魅力，逛胡同与登长城、看故宫、吃烤鸭一起并列为北京吸引外国游客的四大金牌产品。

“胡同游”的魅力之一在于历史文化感的建筑与老百姓传统的生活方式有机地融为一体，真实而自然。胡同在全北京分布广泛，视野开阔，胸怀博大，尊卑清晰，含蓄致远，并且数量庞大，形成了其特有的风貌与景观。休闲旅游性胡同是以步行休闲为主的公益性胡同，具有明显的旅游特征，胡同宽度一般在 4~5 m，主要分布在什刹海、西四、国子监、东四、东单、前门大栅栏、鲜鱼口等。“胡同游”的主要区域弹丸之地的什刹海地区，占客源的 90%。胡同作为共时性和历时性的整体，每个时期留下的风貌都是历史沉淀的叠合，是特殊的印记符号。以胡同文化为基础，发展旅游产业。

胡同旅游在一定程度上改善当地人的生活，通过接待游客，获得了可观的收入，生活水平也有了明显的提高，环境保洁也将成为居民的自觉行动。随着城市城市建设的精细化，在老城区开辟新的适合游览的胡同区域，以减少什刹海、琉璃厂等地的压力。让游客怀揣一种探幽、探秘的想法，涉足有着历史文化底蕴和意境的深街小巷，希冀享受的，则是能够闹中取静地慢慢欣赏，放缓节奏地流连于“睹物思古”。

北京市旅游委发布北京市地方标准《胡同游服务规范》提出，胡同游应有明确的空间边界，边界标记应清晰可见，对很多硬件设施都有了详尽要求，胡同应设置盲道和无障碍设施，商户卫生间应向游客免费开放使用；北京市提出的服务规范要求“胡同游”至少要在文化、文物、历史和风俗人情等某一方面具有知名度，“各类活动不应影响周边居民的正常生活”。随着老城保护在北京文化中心城市建设中的作用越来越大，随着北京城市发展品质和人民物质和精神文明生活水平的提高，胡同作为北京城市的遗产的旅游和文化功能越来越受到重视。



二、胡同的文化旅游和活化休闲

2.1 胡同旅游盘点

1994 年 10 月 9 日，“胡同游”正式推出，“胡同游”进入的资金门槛不高，是服务型产品，具有生产与消费同步、容易被模仿等特点，向社会提供差异化的产品、将自己与竞争者区别开来较为困难。现代旅游往往不仅是休闲娱乐的方式，更多的是体验文化，来北京旅游的游客中有约 30% 的人明确表示有意游览胡同。“胡同游”市场呈两个显著特点：一、游客迅速增加，每年接待人数均以 30% 左右的速度增长，已接待海外游客数百万人，在北京旅游市场的地位越来越重

要；二、“胡同游”市场呈过度竞争态势，到旅游旺季，什刹海、南锣鼓巷等地就游人如织，品质受到威胁，极大地降低了游客的体验感。将“胡同游”作为北京的一个品牌积极加以保护和发展已迫在眉睫。

“胡同游”是典型的社区旅游产品，强调应将整个社区呈现给旅游市场，地方的友好、居民文化与生活方式都属于旅游产品。社区是塑造游客体验的重要道具，促进社区发展实质上是保护了文化的多样性。从 20 世纪 80 年代开始，国内外越来越认识到社区居民是旅游产品的核心。Murphy 倡导社区确定发展

目标，控制开发过程，追求景区经济、社会、文化与生态之间的平衡，称为社区旅游产品。游客置身于胡同中，对胡同的自然风光，历史街区，民俗风情将有一个直观的了解，如胡同里的居民清晨的散步锻炼，吃早点，出来遛鸟，逗蝈蝈等。“胡同游”必须与胡同安静、幽雅的环境相适应，其风情标签才能愈加熠熠生辉。

随着可持续发展与生态旅游理念的引入，胡同旅游开发开始重视资源环境利用的永续性与社会的代内代际公平。作为依赖自然和人文资源的“胡同游”，不适合自由、无限制的竞争，“胡



2.2 胡同的文化复兴

在当前全球城市竞争的背景中看，独特的“地方特质”是打造城市竞争力，吸引全球有限的流动资金的关键，而文化是城市的灵魂，是地方特质的重要组成部分。文化产业的多样性发展及其产值屡创佳绩，文化活动可以促进经济效益，振兴当地经济，引起各国的普遍重视。胡同是老北京文化的代表，北京发布的《北京市推进全国文化中心建设中长期规划（2019 年—2035 年）》

中提出“一街一策”要求，将重点打造：什刹海 - 南锣鼓巷、雍和宫 - 国子监、张自忠路北 - 新太仓、张自忠路南 - 东四三至八条、东四南、白塔寺 - 西四、皇城、天安门广场、东交民巷、南闹市口、琉璃厂 - 大栅栏 - 前门东、宣西 - 法源寺、天坛 - 先农坛 13 片文化精华区，胡同文化具有营造精华区地区文化和精神的巨大贡献价值。

文化被认为是旧城改造和重建再生的驱动力、强力催化剂及引擎，文化能够对需改造城市进行系统化、科学化的定位，使其沿着正确的方向发展。英国社会学家西蒙·弗里斯将西方的城市文化政策分为文化产业、城市旅游业与城市装饰三种，对于改善城市衰败面貌有着良好效果。文化导向的城市更新在世界起了巨

大贡献，诞生了文化区，以及文化节等文化导向的产物，“文化消费”一直都在城市发展进程当中扮演着不容忽视的重要角色。现今，众多国家都已经开始意识到城市政策中文化的重要性，并逐步付诸实践。是源远流长的中华文化不可或缺的一部分。

文化导向的旧城更新发展到二十一世纪，已获得全世界范围认可。胡同作为传统民居形式和城市文化的重要组成部分，在城市发展过程中形成内涵丰富，形式多样的胡同文化。从旅游介入从城市更新开始，发展到关注旧城整体的再生，转向文化导向的系统化改造，随着新时代胡同的变迁，如何通过传承和发扬历史文化积淀进行保护开发，胡同文化作为北京历史文化街区的复兴在全球化背景下更具重要意义。

上世纪后半叶，在欧美地区的一部分城市的旧城区改造工作开展过程当中，文化一直以来都扮演着重要的角色，成了改造的驱动力。20 世纪 70 年代末和 80 年代初，发达国家和地区开始了轰轰烈烈的文化导向的旧城复兴运动，旧城区采取的改造、重建手段包括促进经济产业转型、进一步发展文化经济及旅游业，为社区内部人员提供更多的就业机会等，旨在从根本上恢复城市活力，有效解决经济结构性衰退和内城空心化问题，衍生诸多城市

文化战略与旧城再生项目。胡同是北京文化的活化石，是北京人文环境构成中的重要组成部分，文化积淀深厚。文化导向的旧城胡同复兴，文化创意融入胡同旅游和社区营造作用不可小觑。

文化的背后是作为使用主体的“人”，是传承传统文化，优化社会结构，许许多多的人都对胡同充满了不愿割舍的感情，希望让胡同文化永存。东城区在前门东区留下 30% 的原住民，在南锣鼓巷及东四三到八条将适当比例的原住民视为城市更新的有机部分，希望通过居民日常生活的延续，使古都文化成为可感、可触、可体验的“活的博物馆”。在此基础上，通过产业调整，引入新人群，优化社会结构。深入到了文化的体验式、浸入式层面，形成文化资源与产业开发之间的良性互动，力求在保留传统的同时注入活力。

东四地区有着 750 年历史，将量身打造“文化探访路”，让文保院落成为整片区域的关键点，将现代的环境和后汇总的历史融合起来。通过“让历史说话，让文物说话”，将重点文物、名人故居、博物馆、老字号等散落珍珠般的文化资源串联起来，既扩大了保护的视野和深度，又可以让人们在触摸历史中增强文化自信。利用市场机制开展沉浸式文化体验，探索文化资源与产业

同游”规模需要充分考虑环境背景，控制环境承载力是关键。无论什刹海地区，还是琉璃厂地区，保护不可再生的人文生态资源的平衡比发展更为重要，北京对“胡同游”实行特许经营来保护资源和保证“胡同游”人文生态的平衡。通过有效限流和培育文化精神，保持适合的游客密度，产生了“风景和游人两相宜”的效果，避免拉低人们的旅游体验和开心指数。

随着提升北京 13 片文化精华区的品质，“胡同游”进一步创新和发展，强化产品专业化程度，提供多元的、差异

性细分、特色鲜明更接文化地气的胡同旅游产品。同时。继续挖掘胡同资源，对东城、西城、宣武、崇文 4 个老城区的胡同资源进行规划，降低什刹海、南锣鼓巷等地游客的旅游密度，促进“胡同游”从过度、无序竞争向有效竞争转化。前门东区和东四三到八条地区借助文物景观旅游，带动住宿、餐饮等各行业发展，开展“胡同精品酒店”或“胡同驿站”等民宿类的服务，“胡同游”这一极具北京地域特色的旅游产品长盛不衰。

每个胡同文化精华区都可以建博物馆，集中展示这些

区域的历史沿革、历史文化、历史建筑、历史人物，博物馆可以融合旅游咨询服务中心等功能于一体，史家胡同博物馆是北京市第一家胡同博物馆，是反映史家胡同历史文化的博物馆。2015-2016 年度，以史家胡同文史为坚实基础，该地区开展了一系列丰富多彩的人文教育活动，和广大社区群众的生活息息相关，将史家胡同文化淋漓尽致地体现，有效促进街区的文化复兴。并进行有区域特色的文创产品的研发、生产和营销推广，弥补胡同高品质旅游产品供给不足的问题。



开发的良性互动。让居民百姓切实感受到“皇城根儿”下居住的老北京味道，构成街巷胡同文化的精神内核，展示京城传统文化。

2.3 胡同的活化与休闲

胡同是一个社会与城市肌理和谐共存的具有历史意义的模型，一个为了人民而又为人民所造的空间。北京的中心地带，居住着将近 20 万的居民，人口密度低于大多数欧洲大都市地区，胡同密度可与乡村媲美，它创造了一种社会与环境相结合的生活方式。胡同中没有大型的机动车。狭窄的巷子和道路的缺乏使得街道成为了分享的地方，人们不但可以轻松的漫步，还可以吃，玩，工作以及互动。实现了最先进的可持续发展原则，这也是一种公共空间感。胡同紧凑型的混合使

用可以创造出一个坚实的社会网络。减少土地的使用、多元化的交通系统、自然景观与人文景观的相互联系、网络商店和餐馆，这些需求成为了社会的凝聚力、复杂性、关系性和创造性的元素。

胡同不仅是城市的脉搏，也是居民百姓生活的场所，是社会结构、生活习俗、经济文化状况在建筑、空间上的投射。居住在胡同中的北京人对胡同是热爱的，但同时也希望提高生活质量。随着历史变迁，由于北京胡同逐渐演变成多户共居，狭窄拥挤的“大杂院”，生活水平下降，居住环境破旧，安全隐患，胡同的交通功能混杂，占路停车和商业经营、交通不便基础设施的老化已经无法适应现代化生活。胡同内落后的基础设施极大地影响了胡同的更新和文化，提升胡同市政，解决雨污水分流、架空线入

地等基本问题，从技术上解决了古都风貌与现代生活方式兼容的难题。加强“路网”“绿网”和“蓝网”的建设，提升整体环境品格。胡同保护与利用相结合，才能得到可持续化的发展，古老的城市形态得以保存并适应现代化都市。

休闲是指在非劳动及非工作时间内以各种“玩”的方式求得身心的调节与放松，达到生命保健、体能恢复、身心愉悦的目的的一种业余生活。科学文明的休闲方式，可有效地促进能量的储蓄和释放，它包括对智能、体能的调节和生理、心理机能的锻炼，休闲是一种心灵的体验。胡同居民希望能够参与令人心情愉悦、有意思、有互动、并且能够发展自我，缓解压力的休闲活动，将胡同开发为公共文化空间，为胡同赋予公共文化服务的属性，有

效调动居民积极性，潜移默化地起到对居民的审美陶冶和教化作用，帮助在地居民了解街区历史文化，强化文化认同、社区身份认同和集体意识，是保护胡同的有效手段。

北京作为典型的“胡同城市”，胡同有着鲜明的地域特色和民俗风情，是对外展示城市形象和传播城市文化的窗口，也是当地民众进行社区活动和交往的场所。在胡同文化空间的营造过程中，统筹考虑院落改造、文物修缮、环境治理、景观绿化、居民生活的基础上，着力打造“胡同主题”公园，公园展示的“景儿”就是“胡同”和“胡同生活”。

通过打造胡同博物馆，胡同微改造、组织文化活动声乐、舞蹈、绘画、书法，话剧、插花、茶道等，引入艺术文化活动有利于调动居民积极参与社区活动，满足居民更多元的文化需求和更高的艺术追求。

胡同的生活是丰富多彩的，没有汽车尾气，也没有都市的喧嚣，让“静胡同，慢生活”继续保持下去，倡导胡同生活，绿色生活，健康生活北京胡同居民习惯于绿色出行的公共汽车，地铁或自行车，胡同生活将成为一种时尚与潮流。静下心来，种种花草，听听鸟语虫鸣，和邻居唠唠家常，也拉近了现代人之间渐行

渐远的疏离感。生动地讲述百姓的胡同生活，不仅是弘扬了胡同文化，也会使更多人怀念或者向往胡同生活，前门地区是目前唯一留存南北向胡同群，顺沿 700 多年前的古河道形成。杨梅竹斜街通过自愿腾退疏解了 35% 的原住户，同时引入 20 多家文化商业。希望恢复杨梅竹斜街“商居混杂”的历史特点，居民与新进驻的文化商业融合、互动。如今，修缮一新的胡同里，青砖墁道，花草点缀，电线埋进了地下，头顶的蓝天显得格外开阔，时不时，燕子一掠而过。从而更好地保护老城风貌，传承北京历史文脉。

三、胡同与城市更新、遗产保护

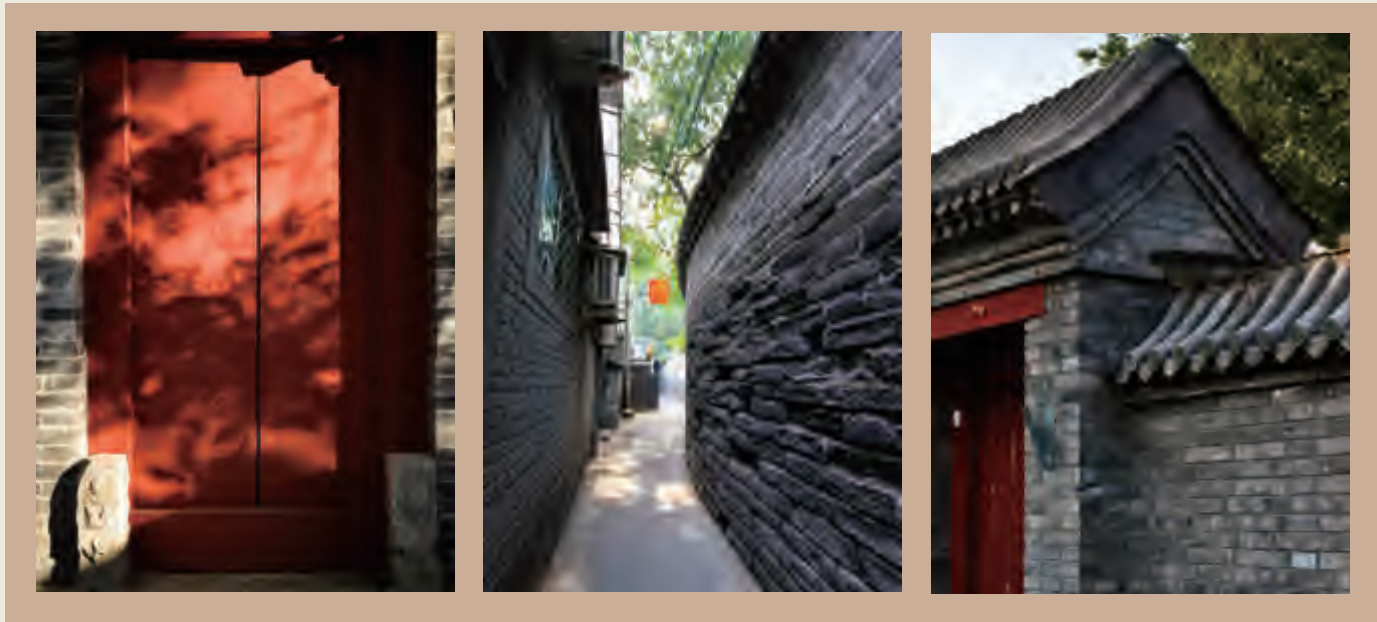
3.1 老城更新

“十四五”规划和 2035 年远景目标纲要草案提出，实施城市更新行动。实施城市更新行动，对不断满足人民群众日益增长的美好生活需要具有重要意义。胡同作为历史文化街区的保护与更新一直是城市建设和管理的难题，胡同的更新最为复杂，需达到统筹核心区职能保障、老城整体保护与改善人居环境的综合绩效目标。新形势下胡同保护最大的难点在于需要实现融合社会、文化、经济和物质空间目标为一体的全面复兴，更加注重空间的微更新与文化营造。要注重保留“更新”之前的文化根基，唤醒

胡同基因，文化精神和场所记忆。胡同历史文化的整体保护和全面复兴填充有温度的内核，充满文化要素的城市更新不但需要多方加强合作，强化市场运作，同时还需要相关政府职能部门的资金和政策扶持，突出由政府主导的城市更新的民生关怀和社会公益性。城市更新中，加大对在地特色的深度挖掘和充分活化关注文化中流动的、再生产的部分，充分尊重每个胡同独特的文化根基和历史过程。要注重胡同内不同阶层的社会融合，更新之后的业态与留住民日常生活之间的结合，要加大力度为留住民提供经济参与的机会。只有通过经济和文化两方面的利益共享，才能有

效地构筑社区共享认同，使老胡同与新生活和谐相融。

例如朝阳门街道搭建“东四南历史文化精华区治理创新平台”，片区内凝聚了博物馆、文创社、社区文化生活馆等多家新型在地创意机构，形成“朝阳门文化共同体”，从行动上注解了“当地居民作为保护力量参与”的新型更新模式。西总布胡同自 2017 年初正式启动环境整治，胡同实现了车辆单行禁停，增设了多处口袋花园，成立了胡同自管会，现在胡同路面宽敞干净，绿树繁花相互映衬，灰墙红门端庄大气，行人从胡同西口一路走来，远远地就能看到位于东三环高耸的“中国尊”。彰显历史街



区独有的特质和底蕴，延伸文化脉络。

北京胡同改造的“镶嵌式”更新，加强基础设施建设，叠加城市“路网”“绿网”和“蓝网”的建设，兼容古都风貌与现代生活，提升老城的整体环境品格。在西打磨厂胡同，小至老砖、水磨石地板以及街中老藤，大至院落的整体框架和标志性的装饰都被特意保留，尽可能延续原汁原味的历史多样性。西城区达智桥胡同，整治前，胡同拥挤不堪，周边环境脏乱，刺鼻味道、嘈杂声严重影响居民日常生活。整治后，胡同干净整洁，胡同两侧民居清一色的青砖、灰瓦、雕花窗，古色古香，京味儿十足。最后，城市更新是大城市再繁荣的重要的支撑手段，可以帮助北京保持持久的竞争力，拥有更好的发展机会，打造大国古都新面貌。

3.2 遗产保护与乡愁记忆

《北京城市总体规划(2016年-2035年)》强调要进行历史文化名城保护，挖掘名城的精神价值和文化内涵，激发文化创意产业、创新创造活力，表述好北京文化遗产背后的故事，彰显古都风韵，城市特色。城市更新和城市历史文化遗产保护面对的都是已建成的城市地区，无论是需要保护的地区还是需要更新的地区，都同时面临保护与更新两方面的问题。胡同是活着的城市历史，作为承载城市记忆的容器，记录着城市的变迁，彰显着城市的气质，传承着城市的文脉。胡同保护最大的难点在于需要实现融合社会、文化、经济和物质空间目标为一体的全面复兴。带动产业进步，

在胡同保护地区中，需要受

到保护的东西所占的比重较大，而在更新地区，需要更新的东西占了绝大多数。在城市更新过程中，文化遗产与社会结构变迁紧密相关。注重老城更新与日常生活的衔接，在传承传统文化中优化社会结构。北京胡同具有分级的网状、灵活多样的交通组织形式，并且具有与之相应的空间分级，形成空间立体主次分明，高低有序，绿地掩映，色调和谐，功能明确，分布合理，无论更新还是保护的目标都是为了通过塑造一个富有特色的首都城市形象，通过改善首都城市的生活品质，去实现适应并促进城市持续发展的共同目标。

从风貌、乡愁和文化入手，在保留胡同传统的同时注入活力。北京胡同整体传统风貌的保护创新与中国传统文化的结合，小至老砖、水磨石地板以及街中

老藤，大至院落的整体框架和标志性的装饰，尽可能地延续原汁原味的历史多样性。除了更加重视保留城市格局、胡同肌理、文物建筑外，更重要的是，深关注文化中流动的、再生产的部分，利用市场机制，力求形成文化资源与产业开发之间的良性互动，让胡同居民得到直接的经济利益，建立文化遗产与社会结构变迁之间的紧密关联。赋予胡同长久不衰的生命力。每个人都有享受美好生活、商业繁荣的权利，促成

人与人之间的文化交流与互动，兼顾美好生活与文化保护的工作。重建社区归属感，凸显中华文明千百年传承的生活方式相对于其他文明的独特性。

“胡同”被看作一种经历了两千多年的政府规划与自发改造共同形成的街区制住区，尽管存在诸多问题，但仍有其独特的生命力。为我国胡同传承文化传统，优化社会结构的社区营造提供了建设性的极具价值的参考。它承载了自上而下、自下而上两股力

量的碰撞，寄托了人民的生活期待，也承载了精英的智慧，充满了各种物质和非物质文化和老百姓的故事。对胡同生活坚持“活的保护”，以日常生活为基础，留住当地居民，胡同成为有绿荫、有鸟鸣、有老北京味儿的清静、舒适的公共空间。新时代胡同的变迁，通过传承和发扬历史文化积淀进行保护开发，使胡同文化进一步演义，成为中国文化复兴和中国梦的最美篇章。

参考文献

- [1] 王天淇. 环境整治提升 北京核心区 150 条背街小巷达标.《北京日报》.2018-07-05
- [2] 徐飞鹏. 北京集中开展背街小巷整治提升专项行动.《北京日报》.2017-03-28
- [3] 司马童. 胡同游的魅力是“文化味儿”.《中国旅游报》.2018-07-30.2018-07-30
- [4] 防止整治后“反弹” 北京首个胡同环境卫生监督队成立. 北青网.2018-08-14
- [5] 赵波平、徐素敏、殷广涛历史文化街区的胡同宽度研究.(2012-08-23
- [6] 赵知敬口述历史 008 | 胡同保护规划研究及北京四合院风貌保护与修缮. 微信号 City-IF.2018-05-30
- [7] 黄江松 董方. 让北京胡同活起来. 北京日报.2019 年 04 月 22 日 14 版
- [9] 胡同文化研究者：乡愁式的怀旧保护并不现实. 华夏经纬网. 2014-06-26
- [10] 董世斌 张怡斐. 胡同作为公共文化的传播实践研究——以北京老胡同为例
- [11] 李梦 戴俭. 历史街区胡同空间价值评估及更新改造研究.2018 中国城市规划年会.2018-11-24
- [12] 徐中煜. 近十年北京旧城、胡同与四合院研究综述.2011
- [13] 司马童. 胡同游的魅力是“文化味儿”.《中国旅游报》.2018-07-30
- [14] 施芸卿. 推进历史文化街区有机更新的路径探索——以北京市东城区的实践为例.《中国发展观察》.2020 年第 19-20 期
- [15] 韩娜. 北京胡同游下月实施特许经营 收费标准写入协议. 北京晨报.2007-09-20
- [16] 胡同文化研究者：乡愁式的怀旧保护并不现实. 北京日报.2014-06-28
- [17] 刘欢.2015 年北京棚户区项目改造 118 个 涉及 57377 户.《北京日报》.2015-04-29
- [18] 黄隽. 胡同游”的成长分析.《旅游学刊》.2005 年第 01 期
- [19] 黄隽. 明天我们怎样游胡同. 中国旅游报.2005-02-03
- [20] 罗勇. 西城区街巷胡同治理的研究与探讨. 城市管理与科技.2018 年 3 期

北京轻旅游绿道分布图



绿道建设和 绿道旅游启示录

文 / 博雅方略 白墨

19 世纪，城市开放空间规划的主导思想是建设公园。20 世纪，重点思想是建设绿带，即公园道或者绿色通道；21 世纪，人们渴望拥有多样化的城市开放空间，自然特征很强和很高的生态价值的绿道供了有效途径。最近几年，绿色通道被认为是保护城市生态结构、功能，构建城市生态网络和城市开放空间规划的核心。绿道旅游也成了最时尚最前沿的理念进入大众生活。

G r e e n w a y

一、概述

1.1 绿道和绿道旅游概念

绿道 (Greenway) 1959 年首次出现并被怀特 (Whyte) 所用，查理斯·莱托 (Charles Little) 的经典著作《美国的绿道》(Greenway for American) 将绿道定义为“沿着诸如河滨、溪谷、山脊线等自然走廊，或是沿着诸如用作游憩活动的废弃铁路线、沟渠、风景道路等人工走廊所建立的线型开敞空间，包括所有可供行人和骑车者进入的自然景观线路和人工景观线路。它是连接公园、自然保护地、名胜区、历史古迹，及其他与高密度聚居区之间进行连接的开敞空间纽带”。从字面上来讲，绿道“greenway”分两个部分：“green”表示自然存在——诸如森林河岸，野生动植物等；“way”表示通道。合起来的意思就是与人为开发的景观相交叉的一种自然走廊。

绿道定义强调 5 点：

- 绿道的空间结构是线性的；
- 连接是绿道的最主要特征；
- 绿道是多功能的包括生态、文化、社会和审美功能；
- 绿道是可持续的，是自然保护和经济发展的平衡；
- 绿道是一个完整线性系统的特定空间战略。

我国“绿道”具有景观设计学和社会学两个方面概念。一、指一种“绿色”景观线路。一般地，沿着河滨、溪谷、山脊、风景道路、沟渠等自然和人工廊



道建设，可供游人和骑车者徜徉其间，形成与自然生态环境密切结合的带状景观斑块走廊，承担信息、能量和物质的流动作用，促进景观生态系统内部的有效循环，同时加强各密近斑块之间的联系。二、社会学方面：我们不仅在大自然中建设“绿道”，还要在民众心中铺设政府与百姓顺畅沟通的“绿道”，让老百姓无障碍、少恐惧地表达自己的利益诉求，提高民众在精神生活上的“宜居水平”。

住建设 2016 年印发的《绿道规划设计导则》，绿道是以自然要素为依托和构成基础，串联城乡游憩、休闲等绿色开敞空间，以游憩、健身为主，兼具市民绿色出行和生物迁徙等功能的廊道。

旅游绿道是一种沿着河滨、溪谷、山脊、风景道路等自然和人工资源建立，连接旅游景观，内设游憩线路和服务设施，兼具旅游、生态、环保、教育、健身、休闲等功能的线性绿色开敞空间。这些“绿道”可供游人和骑车者徜徉其间，形成与自然生态环境密切结合的带状景观斑块走廊，承担信息、能量和物质的流动作用，促进景观生态系统内部的有效循环，同时加强各密近斑块之间的联系。

绿道旅游是以绿道旅行、游览为主要吸引物和纽带，沿着河滨、溪谷、山脊、风景道路、沟渠等自然和人工廊道，开展步行、骑行等活动的旅游。早期的绿道更多地强调了其生态环保、休闲游憩功能，绿道作为一种旅游载体或者旅游资源的经济价值并没有特别加以强调与突出，绿道更多扮演的是绿色交通的角色，是作为人为开发的自然景观走廊。

1.2 发展

从景观规划的角度来讲，绿道分为 5 个阶段，展示了绿道规划如何逐渐成为一项遍布全球的运动。

第一个阶段是 1867~1900 年，这是先驱弗雷德里克·劳·奥姆斯特德（Frederick Law Olmsted）、查尔斯·艾略特（Charles Eliot）以及霍拉斯·克里弗兰（Horace Cleveland）的时代。代表作品有最早的绿道是被誉为“翡翠项链”波士顿公园系统；通往大西洋和波士顿后湾区的查尔斯河绿道，明尼阿波利斯大都市区规划的绿道网络等。

第二个阶段是 1900~1940 年，包括了在 20 世纪的前 30 年致力于绿道规划工作的景观规划师们的作品。有奥姆斯特德的两个儿子，亨利·赖特（Henry Wright）和查尔斯·艾略特二世。代表作品有俄勒冈州波特兰市长 64.37km 的公园系统，简称为“40 英里环线”，后来扩展成 225.31km 的环线；亨利·赖特从森林恢复到河流廊道的规划以及创新性地将内部绿色空间和绿道网络连接；美国国家公园和旅游胜地等重要游憩景观联结起来的公园道、，最引人入胜的最美丽、最受欢迎的是 750km 的蓝岭公园道；长达 250km 广袤的绿色廊道“环湾规划”包围了波士顿大都市区并且联结了区域内主要的湿地和排水系统。

第三个阶段为第二次世界大战后，20 世纪 60~70 年代的环保 20 年。代表景观规划师伊恩·麦克哈格（Ian McHarg）、菲尔·刘易斯（Phil Lewis）、祖伯（E.H. Zube）、法伯斯（J.G. Fábos）及其同仁。菲尔·刘易斯在威斯康星确认了 220 处自然和文化资源，并命名为“环境廊道”，来规划全州范围内一个主要的绿道 / 绿色空间系统，并着重于保护环境敏感地区或河流廊道。麦克哈格所有的规划都大量运用绿色空间和绿道系统。

第四阶段是 20 世纪 80 年代和 90 年代的绿道运动的命名。威廉·H. 怀特（William H. White）首次使用了绿道这个词。查理斯·莱托 1959 年在《保



卫美国城市开放空间》中创造并使用了该词。总统委员会的报告《美国户外报告》(1987) 提到“绿道”，表明其支持态度。而且，委员会将河流网络描述成一个“有生命的绿道网络”。查理斯·莱托代表作《美国的绿道》1990 年出版，简要总结了 16 个绿道项目，对绿道进行了推广。

第五阶段是促进国际绿道运动的开端以及绿道影响到全世界。绿道规划和实施的发展在美国所有的规划和设计活动中是最快的，从上世纪 80 年代开始，绿道开始向全世界推广，全世界开始了对于绿道的探索。促进了绿道运动的发展。

也有学者将绿道的发展划分为 3 个阶段：

第 1 阶段为绿道的萌芽阶段 (约公元前 1700 年至 1960 年)，19 世纪中期，美国著名的国家公园运动与城市运动相互碰撞、相互交融，掀起了美国大规模的绿道规划与建设的热潮。经过一个多世纪发展，绿道建设当前已成为一项遍布全球的运动。主要有连接开放空间的各种轴线、林荫大道、公园道、河流廊道等形式，如奥姆斯特德 1867 年所完成著名的波士顿公园系统规划 (Boston Park System)；

第 2 阶段为以游憩为主要功能的绿道 (约 1960--1985 年)，在 20 世纪 80 年代，美国户外游憩总统委员会强调了绿道给居民带来的接近自然的机会，这些以游憩为主要目的各种小径提供了人们通往河流、山脉等自然廊道的非机动车交通方式；1987 年，美国户外游憩总统委员会为绿道的概念作了官方界定，认为绿道是指能够向人们提供接近居住地的开放空间，并用景观将乡村和城市空间联系在一起而形成巨大的循环系统。

第 3 阶段为多目标的绿道 (约 1985 年以后)，这一阶段，绿道运动蓬勃发展，世界上有数千个国际、国家和区域层次的绿道项目。其功能通常包括野生动物保护、防洪、水源保护、教育、城市美化、休闲和其他功能。

1.3 功能和类型

生态功能：对于受人为干扰的景观而言，绿道能发挥防洪固土、清洁水源和净化空气的作用，可以为植物生长和动物繁衍栖息提供充足空间，有助于更好地保护自然生态环境；同时，也可以为都市地区提供通风廊道，缓解热岛效应。因此，又称为生态走廊或环境走廊，被认为是一个维持生物多样性的有力策略。

社会功能：绿道为人类的进入和游憩活动提供了空间，可以为人们提供更多贴近自然的场所，可供居民安全、健康地开展慢跑、散步、骑车、垂钓等各种户外活动；同时，提供大量的户外交往空间，增进居民之间的融合与交流。

经济功能：绿道能够促进旅游观光、商贸服务等相关产业的发展，拉动消费，扩大内需，并为周边居民提供多样化的就业机会；同时，还能够提升土地使用价值，改善城市投资环境，促进经济增长。

文化功能：绿道可将各类有代表性的文化遗迹、历史建筑 and 传统街区串联起来，使人们更便捷地感受历史的风采；同时，可以彰显城市文化魅力，提升城市品位，对自然和文化遗产的保护起到了促进作用。

旅游功能：为居民提供充足的游憩和交往空间，使居民在贴近自然的场所安全、健康地开展慢跑、散步、骑车、垂钓等各种户外活动，服务大众康乐休闲。

遗产保护功能：绿道网络为人们提供重要的历史遗产和文化价值，大多数绿道覆盖的地区或廊道有将近 90% 是遗产和文化资源所在地，绿道有助于遗产保护。

绿道类型

(1) 城市河流型 (包括其他水体)：这种绿道极为常见，在美国通常是作为城市衰败滨水区复兴开发项目中的一部分而建立起来的。

(2) 游憩型：通常建立在各类有一定长度的特

色游步道上，主要以自然走廊为主，但也包括河渠、废弃铁路沿线及景观通道等人工走廊。

(3) 自然生态型：通常都是沿着河流、小溪及山脊线建立的廊道。这类走廊为野生动物的迁移和物种的交流、自然科考及野外徒步旅行提供了良好的条件。

(4) 风景名胜型：一般沿着道路、水路等路径而建，往往对各大风景名胜区起着相互联系的纽带作用。其最重要的作用就是使步行者能沿着通道方便地进入风景名胜地，或是为车游者提供一个便于下车进入风景名胜区的场所。

(5) 综合型：通常是建立在诸如河谷、山脊类的自然地形中，很多时候是上述各类绿道和开敞空间的随机组合。它创造了一种有选择性的都市和地区的绿色框架，其功能具有综合性。

二、国外的绿道旅游和发展启示

2.1 美国绿道：走经济型景观之路

美国绿道起源于美国，是绿道建设最早、经验最成熟的国家。经历了从公园道到开放空间系统再到绿道的演变过程，如今风靡全球。公认最早的绿道是 1867 至 1900 年的规划先驱奥姆斯特德的作品“翡翠项链 -- 波士顿公园绿道系统”。从 20 世纪 80 年代起，美国将绿道作为最大的经济产业进行建设，制定了许多政府法规。1991 年《地区多元交通运输效率法案》以及《迈阿密河绿色通道行动计划》等，都推动了绿道建设的蓬勃发展。同时，美国的绿道建设坚持以人为本。

当前，美国已形成多层次，多类型绿道全国综合绿道网。美国有一半以上的州进了绿道规划和实施，逐渐形成了具有游憩、生态、文化功能的绿色网络，绿道规划发展到国土规划层面。目前，美国已有及正在建设绿道达 1500 余条，已拥有各种等级的绿道 10 万 km，总长度列世界各国之首。纽



▲ 郭瓦纳斯海绵公园绿道观规划图

约的城市绿道体系建设虽起步晚，但发展迅速，已建成超过 100 英里绿道游径，实现了城市高质量发展。美国的绿道建设者们还注重为公众支持绿道建设创造条件。在绿道建设的工程现场还经常可见义卖 T 恤、地图、书籍等活动，既可筹集建设资金，又可有效推广绿道。其中“买一英尺绿道”巡游成为了这类活动的典范。

美国绿道建设成功案例分析

延绵 4500 多公里的东海岸绿道，是全美首条集休闲娱乐、户外活动和文化遗产旅游于一体的绿道。从缅因州的加拿大边境一直延伸到佛罗里达州，途经大西洋沿岸的 15 个州、23 个大城市 and 122 个城镇，连接了重要的州府、大学校园、国家公园、历史文化遗产。该绿道总造价约 3 亿美元，全部建成后可带来约 166 亿美元的旅游收入，为超过 3800 万居民带来了巨大的社会、经济和生态效益。

阿巴拉契亚山游步道蜿蜒于辽阔的美国东海岸，全长约 3300km，上世纪 80 年代平均每年都要吸引至少 500 万健身者。它每年都要举办一次“全

程徒步长征”大赛，据悉，总共约有 2000 多名参赛者成功地征服了这条“超级健身道”。

纽约布鲁克林的郭瓦纳斯海绵公园（Gowanus Canal Sponge Park）。属于城市滨河绿道，具有海绵效益的城市滨河公园，并将周围遗迹，社区设施列入规划，建设开放的绿色空间。在滨河地区建设绿道，不仅连接了格瓦纳斯运河码头和周边社区，也在沿岸创造一个供人游憩和休闲的生态绿廊。

纽约高线公园绿道 (High Line)。横穿纽约曼哈顿西区的 23 个街区，连接 3 个社区。其旧址为曼哈顿地区一条废弃的运输铁路。在 20 世纪 30 年代作为曼哈顿西区重建项目的一部分改造成公园绿道式的公共开放空间。位于西 26 大道和西 29 大道之间的野花花坛由硬质铺地，耐旱性的草坪和野花构成，简洁的直线形道路沿着两旁野花延伸开来，繁华盛开的花坛点缀在旧铁路道上，让行人尽情的欣赏这道绿色风景线并穿梭在城市之中。在开发中，筛选本地的植物品种发展绿地，形成了独特的铁路植物景观。同时，绿道设计与其他交通措施无缝隙



▲ 纽约高线公园全段鸟瞰图

衔接。其出入口与公共交通站点结合设计以提高绿道使用率。纽约高线公园被看成是旧城重建的典范。2012 年，纽约高线公园（The High Line）二期正式向市民开放。项目总长约一英里，位于第 10 和第 11 大道之间，并回收利用了 Gansevoort 大街到西 34 大道方向的旧货运铁路线。

加拿大横穿国家的绿道

1992 年，“横加步道”（Trans Canada Trail）连通加拿大东西两岸，全长 2 万 4000 公里，创下一项“全球最长绿道”世界纪录。不仅横穿东西，而且还能一直连接到西北部地区，穿过 13 个省份、3 个大洋，15000 个社区，沿途经过山脉、湖岸、城市、农村、绿道和荒野，是全加首条集休闲娱乐、户外活动和文化遗产旅游于一体的世界首屈一指的“超级绿道”！吸引更多的国内外旅游者和健身者，是加拿大人和各国旅客欣赏加拿大风景的绝佳机会。也为子孙后代留下一笔宝贵“遗产”。“横加步道”把成千上万的公园、大型绿地及许多大中城市以“绿色串联”，通过对全国范围长短、

风格、规格不一的数以万计“小绿道”整合、规划，加拿大全国性的综合绿道网络即将应运而生。

“横加步道”可骑车、旅行、散步、慢跑、越野跑甚至骑马。夏秋季开展游泳、蹼泳、水球、独木舟、皮划艇、帆船等水上运动，冬季可以开展滑冰、滑雪、拉雪橇等冰上或雪上运动。据悉，高达 80% 的加国居民走出家门 30 分钟以内，便可快捷方便抵达步道的任何一段，接着就可以随心所欲地开展丰富多彩的与步道相关的活动。横加绿道是一个非营利项目，在捐助者的资助下不断扩大。工程花费不菲，其经费主要来自捐款：包括政府、企业和慈善基金。过去十数年间，加拿大不同层级的政府部门共捐助超过 3500 万美金。这条全世界最长步道



▲ 英国伦敦“绿链”标识

除了能发挥教育用途提倡自然环保的观念之外，还有机会带动旅游业，促进当地经济增长，推动可持续发展。

英国绿道是城市开放空间的核心

1943-1944 年，由帕特里克·阿伯克龙主持伦敦开敞空间规划，引入绿道的设想：用绿色通道将开敞空间连接起来，创建伦敦的“绿色通道网络”，目的是让城镇居民从家门口通过一系列的连续性的开敞空间方便地进入乡村。二战后，为了保护具有英国特色的地区不被战后的快速工业发展所破坏，国家公园、国家杰出风景地区和远足路线运动得到发展。英国乡村局（Countryside Agency）在 1965 年规划建设了奔宁线国家绿道。1976 年后的伦敦开敞空间规划继承并发展了“绿道”理念，并将该理念加以延伸，形成包含不同类型的绿色通道组成的“绿链”理念，开发绿道的旅游休闲潜力。此后，英国绿道系统发展起来。到目前为止，英国共形成了长约 18000 多 km 的绿道。英格兰、威尔士和苏格兰共有 19 条国家绿道，总长约 4000km。绿道中的一部分可供骑马者和骑自行车者使用，如奔宁骑道可供骑马者和骑自行车者全程使用。英国人还创造性地将城市中不同类型的绿色通道组成“绿链”，规定城市发展只能限于“绿链”之内。“绿链”增加开敞空间可进入性和环境质量，对伦敦的绿地框架、游憩和自然保育都很重要。伦敦各区镇已在可能的地域，保护、创建和管理绿链。

法国：唯美的田园

法语“绿道”专用术语是“trame verte”。法国人热衷跑步和骑车，故专门考虑绿道设计。在繁华的巴黎，所有名胜都由密密的绿道串在一起，于奢华中又透着几分田园风味，令游客更为迷醉。法国的城市绿道常是一种细沙，晴天不尘土飞扬，雨天又不潮湿泥泞。滨海城市的绿道往往宽至 10 米，中间以白线划开：一半路面供跑步或散步，另一半则供骑车，两者各司其职，互不干扰。法国最负盛名的绿道首推位于法国中西部地区的卢瓦尔河

流域绿道，全长近 800 公里，横跨法国卢瓦尔大区和中央大区两个行政大区、6 个行政省、8 个大中城市以及 1 个地区级自然公园，沿途设有 14 个自行车租赁和维修服务点，150 个可接待自行车的餐饮住宿点，集休闲娱乐、户外活动和自然文化遗产旅游于一体。同时也是欧盟“绿道网”（规划全长 6 万 km）的重要组成部分。



▲ 法国绿道标识

德国绿道：工业遗产之旅

德国从一开始建立绿道就目的明确：将绿道建设与工业区改造相结合，控制城区肆意膨胀，重定居点，提高空气质量，提供休闲机会。德国鲁尔区将绿道建设与工业区改造相结合，通过七个“绿道”工程将百年来原本脏乱不堪、传统低效的工业区，变成了一个生态安全、景色优美的宜居城区。把燃气管、炼焦炉等鲁尔区的独特标志作为其 150 年的工业发展历程的见证，建设一整条鲁尔区工业遗产旅游线路。现今，鲁尔区作为借助于绿道成功地将百年脏乱的老工业区变为宜居城区的典型代表被广为传播。鲁尔区通过恩瑟尔河的治理，沿着以恩瑟而流域为主轴，串联了 7 个都会绿地和 19 个景观公园（包括自然景观公园和文化景观公园），规划了长 80km，面积达 300km² 的区域绿道，绿道由自行车道和步道贯穿起来，完整、连贯、不间断，便于人的参与，成为人们休闲娱乐的重要场所，极大的提高了人们的生活品质。在改善人民生活质量



▲ 德国鲁尔区工业旅游线路

的同时，也提升了周边土地的价值。鲁尔区成功整合了区域内 17 个县市的绿道，并在 2005 年对该绿道系统进行了立法，确保了跨区域绿道的建设实施。

瑞典的多功能绿道

瑞典建设多功能绿道，旨在改善高强度管理农业区域可达性、休闲活动可能性和生物多样性。绿道规划在瑞典历史很短，随着人口增加、农业集约化发展和乡村可达性的降低，人们认识到准城市地区缺乏户外休闲区域，在瑞典进行绿道规划的必要性。目前瑞典的绿道设计源自 20 世纪 80 年代末一位地产业主自发创造的原型，他将闲置的土地围绕田野形成长条状步道，用于散步或骑马，沿耕地边缘 4m 宽的条状余地播种混合草籽，创造了一个 14km 长的绿道网络。市政府欣赏这一为散步和骑马提供通道的主意，并向农民发放农业补偿金并一直持续至今。绿道被看作一项增强可达性和提高休闲活动可能性的适宜途径。绿道在瑞典不仅被当作创造通向乡村通道的工具，更被看作增强高强度农耕地区的生物多样性的工具。在大多数成功建立绿道的城市中，项目都是由区域或者国家资助的。瑞典农业部已计划在未来对空闲农田和水道沿线的野

生花带进行补贴。为市民休闲活动引入农业补贴，鼓励利益相关团体的倡议，改进市政绿地规划，瑞典绿道规划将具有极大潜力。

日本绿道串起名山大川

日本国土狭小、人口密集、自然资源匮乏，而建设绿道网可在一定程度上缓解这些矛盾。在东京等寸土寸金的大都市，政府在市中心修建尽可能多的绿道，为市民提供健身、游玩、放松的平台。绿道串联起沿线的名山大川、名胜古迹。绿道为城市居民提供了体验自然、欣赏自然的机会和一片远离城市喧嚣的净土。日本绿道网设计得异常精巧，多沿河修建。城市绿道还担负着为定居或路经城市的



鸟类等野生动物提供栖息地的重任。高楼林立的市中心随时能听到野生鸟儿快乐的啼鸣。日本通过绿道网的建设来保存珍贵、优美、具有地方特色的自然景观。日本对国内的主要河道——编号，加以保护，通过滨河绿道建设，为植物生长和动物繁衍栖息提供了空间；日本效仿西方建设大片的绿道开放空间，并逐步形成成为都市人们提供舒适环境的成熟新城绿道系统。另外，日本还通过滨河绿道建设来连接自然景点，将人们带回自然郊野中，同时，延伸了动植物生长活动空间。

新加坡绿道促进社会和谐

新加坡从 1980 年代末开始绿道运动，1991 年提出建设一个遍及全国的绿地和水体的串联网路，连接自然开敞空间、公园、体育与休闲用地、隔离绿带、局部的绿化通道及其他开敞空间等，与滨海地区连接，计划 20-30 年完成。该系统不仅为居民提供散步、慢跑、骑自行车的健身径，还可为野生

动物提供栖息之所，保持生物多样性。2001 年，提出提高绿地空间可达性的目标，要求通过公园串联系统将公园、新镇中心、体育设施和公共邻里连接起来。2002 年，《公园、水体规划及个性规划》，提出将串联绿化廊道总长度从 40 公里增至 120 公里。通畅的、无缝连接的串联绿化廊道为生活在高密度建成区的人们提供了足够的户外休闲娱乐和交往空间，提供了足够的场所和空间让人们去尽情娱乐和享受。同时，绿道系统为快速都市化的亚洲城市提供了绝佳样本。

三、我国的绿道建设和旅游发展

3.1 我国绿道发展和绿道旅游

20 世纪 90 年代是我国绿道建设的萌芽期，如今越来越多的人将“绿道游”作为一种休闲方式。



▲ 新加坡绿道理念图

珠江三角洲绿道网总体规划纲要



绿道作为后工业人文精神回归大背景下的产物，是一种连接公园、自然保护地、风景名胜区、历史古迹可供行人和骑车者进入的绿色空间通道，拥有生态、文化、休闲、景观、通行于一体的综合功能。2010 年以来，国内许多城市地区陆续开始绿道的规划和建设，在全国掀起了“中国绿道运动”。时至今日，我国各大城市都掀起绿道建设热潮。2017 年，《全国城市市政基础设施建设“十三五”规划》提出到 2020 年新增绿道 2 万公里的目标。据《人民日报》，截至 2018 年年底，全国共建设绿道 5.3 万公里，其中 2018 年就新增绿道 1.4 万公里。而真正意义上且骑行绿道既是一项民生工程，又是一种旅游新业态，它顺应绿色发展和全域旅游发展趋势。

在中国经济强劲发展的背景下，旅游业巨大的

发展潜力和机会开始显现。集环保、生态、低碳、康体、休闲、旅游等功能于一体的绿道旅游形式在我国的逐步开展起来，为城市旅游业的发展带来新的机遇。不断延伸的城市绿道，不仅是城市的颜值所在，更是市民提升生活品质所求、城市绿色发展所需。如今，在高楼林立、车水马龙的城市，绿道正悄悄改变着人们的生活。时至今日，中国各地的绿道建设方兴未艾，绿道正在一座座城市生根开花，南京环紫金山绿道、上海黄浦江滨江绿道、武汉东湖绿道等。建在百姓家门口的城市绿道大大提升了生活幸福感，是名副其实的“幸福通道”。事实上，建设城市绿道，不只是人行步道，更重要的是建设大绿色通道，编织城乡融合的绿道网，打通区域之间、城乡之间的生态廊道，城市绿道串连起山水人文资源。一条条城市绿道既是生态廊道，又是展现

总体布局图

珠三角区域绿道网由六条区域绿道构成,主线总长1000公里,绿化缓冲带总面积4410平方公里,可直接服务人口约2565万人,约占珠三角总人口的80%。

1. 调味料
 牛腩肉500克(切成块)、白萝卜2块(切片)、洋葱1个(切片)、胡萝卜1根(切片)、葱1根(切段)、姜1块(切片)、蒜1头(切片)、八角2粒、桂皮1条、丁香3粒、花椒10粒、盐1茶匙、胡椒粉1茶匙、料酒1汤匙、清水10杯。

[illegible]

1949年2月，国民党军第二兵团西渡，以宣北决河为屏障，渡河后在宣北地区构筑工事，阻止解放军前进。宣北地区是国民党军的重要据点，也是解放军渡河的主要障碍。为了突破这一防线，解放军采取了多种措施，包括组织突击队、利用水雷等。最终，解放军成功渡河，解放了宣北地区。

● 4月报道
随着五一长假的到来，以首都和京津冀为核心的区域生产消费链，面临巨大考验。由于长假期间高速公路拥堵，导致出行不便，加之长假期间由于城市周边下的拥堵和乡村地区，带来的2700公里，造成许多企业生产，为迎接长假期间消费热潮，企业纷纷，加班加点，生产商品和服务，可满足需求。人口约2000

“4月探得从岩洞逃出被擒山贼之徒等，快解与附近地方官看管。”^①

19. 本行董事、高级管理人员、监事以及持有本行5%以上股份的股东、实际控制人、关联方、一致行动人、最终受益人等各方主体不得干预本行经营自主权。

态、低碳、
旅游形式在

发展带来新
城市的颜值
市绿色发展

成市，绿道
中国各地的

生根开花，
道、武汉东
大大提升了

。事实上，
要的是建设
打通区域之

又是展现

厚重历史文化的“橱窗”。打通绿色出行的“最后一公里”，让城市绿道充满活力，为城市高质量发展注入蓬勃生机。

3.2 我国绿道旅游发展中存在的问题

随着绿道旅游活动逐年开展，有关绿道方面的问题逐渐显现，主要表现在：

1 概念不清，开发层次差异

绿道产生的关键是将林荫道、公园路、景观路与景观生态学提出的生态廊道理论相结合。部分设计单位将绿道建设看成自行车道建设,设计了大量占用机动车道和人行车道并与机动车道即没有绿色屏障隔离、旅游资源又匮乏的所谓“绿道”;部分绿道建设是将已有小道或荒道进行修补即为绿道,绿化功能和配套旅游服务功能不完善、维护管理亟待加强,产生理论认识偏差。

2 研究水平和实践水平不高。

作为舶来品，绿道在国内的发展还处于初级阶段，相关理论和方法还不成熟。虽然实践探索如火如荼，但是成功案例、影响和概念还没有被更多人接受，在三、四线城市中的实践也需要更多的探索。

3 基础设施配套不全，安全保障薄弱

目前很多绿道旅游点都匹配了相应基础服务配套设施，如绿道沿线停车场、医疗、环保、路灯、电信、厕所、商店、旅馆、餐馆等，但是很多绿道仍存在危险警示标志表示不清、路标注解不明、服务设施不齐全、救援系统不完善、绿道咨询服务提供不到位等问题。

4 规范管理水平不高，服务质量参差

绿道旅游的服务与管理工作却远远跟不上建设的步伐，绿道旅游涉及吃住行游购娱各要素，参与运营、维护和服务组织众多，提供服务人员素质差异，面临包括绿道绿廊系统、慢行道、标识系统、环境卫生的维护以及提供通讯系统、咨询、救护、

保安服务等运维监管问题，旅游服务、安全卫生等质量方面问题。

5 我国绿道可达性还比较差

目前,我国的绿道建设还比较初级,除了个别城市,大部分所谓的环绕城市的绿道,并不具备便捷的可达性,还不能满足城市中所有居民便捷地进入和享受城市绿色空间,没有形成的服务城市的满足社区休闲健身功能的绿道。

6 绿道的公共参与不足

绿道是一种具有经济、环境、社会价值的公共产品，在我国方兴未艾，但能否真正为广大市民所接受和享用，关键在于公众的支持和广泛参与。

3.3 我国绿道成功案例

我国广东省住建厅在 2010 规划建设珠三角绿道网, 计划用 3 年 (2010-2012) 左右的时间, 率先建成六条总长约 1690 km 的区域绿道, 构成珠三角绿道网的主体框架; 用五年时间完成广东全省绿道网建设。现经过两年的建设, 全长 2372km 的珠三角绿道网已全线贯通, 为 2565 万居民提供了新的游憩空间。是国内第一个规划并实施的区域绿道案例。例如广东省增城市建设了从市区到白水寨风景区长达 100 多公里的自行车休闲健身道, 以绿道串起沿线的村庄农家乐和乡村游, 编织生态休闲旅游产业链, 提升了居民的幸福指数, 同时促进了经济社会发展, 绿道网建设取得良好开局。

广州市作为我国重要的旅游城市,近年来旅游业发展较快。作为国内较早开始绿道建设的城市,广州市绿道建设较为完善,大力发展绿道旅游,提升城市观光旅游发展。在《珠江三角洲绿道网总体规划纲要》和《珠江三角洲绿道网总体规划》的指导下,深圳组织编制了绿道的建设规划,并将绿道建设规划纳入城市总体规划和城乡规划年度实施计划统一实施,将绿道规划与国民经济和社会发展规划

划、主体功能区规划、土地利用总体规划以及交通、环保、旅游、水利、林业等有关规划充分衔接和协调，增强了规划的可操作性。

南京自 2013 年全面启动绿道建设以来，相继建设环紫金山绿道、滨江风光带绿道、明城墙沿线绿道等共 863 公里，总投资超 15 亿元。苏州规划，到 2035 年绿道总里程要达 2000 公里。

西安绿道建设助力城市品质提升：以秦岭、八水为生态基底，充分依托区域内丰富的自然资源、历史人文资源以及城镇节点，构建起“区域级-市级-区级-社区级”四级绿道网体系，实现西安绿色奔跑 漫步生活。未来，大西安范围内将形成“一城、两山、八水、五环、十廊”绿道空间结构，串联全市生态区、遗址公园、小游园、街头绿地，形成全域绿化体系。未来，西安绿道将打造成民生之道、健身之道、休闲之道、幸福之道，不断提升城市品质和群众幸福感获得感。

成都自 2017 年起规划建设总长 16930 公里的天府绿道，被称为“世界最长绿道”，目前已累计建成 2607 公里。天府绿道穿越城市和乡村，沿着河滨、溪谷、山脊，连接湿地、公园、游园、绿地，由点到面、串联成网，塑造着公园城市的基础脉络。如今，天府绿道已经形成了慢行交通、文化展示、体育健身、生态景观等场景功能，形成了时尚消费、文化创意、流量经济、共享经济等新兴业态，天府绿道生态保障、慢行交通、休闲游览、城乡统筹、文化创意、体育运动、农业景观、应急避难的八大功能已开始彰显，而其“景区化、景观化、可进入、可参与”的理念，城市绿道大大提升了生活幸福感，是名副其实的“幸福通道”，变成市民触手可及的“绿色获得”。绿道经济初步成势、可持续发展内生动力初步显现，成为“绿水青山就是金山银山”的经典案例。

3.4 国内外绿道建设带来的启示

绿道作为一种新型游憩空间进入居民生活，覆盖整个城市，深入到社区，使居民可以方便进入城市的主要公园绿地和公共游憩场所，使单个游憩空间的生态效益、游憩效益和历史文化效益得以更好的发挥。

绿道要求所有的绿道首先要建立在城区附近，所有居民都应能在 15 分钟内从家或工作场所到达最近绿道；建立在风景区内或偏远的国家历史线路沿线，其绿道建设兼顾生态、游憩和社会文化等功能的协调，其中游憩功能更为重要位置。

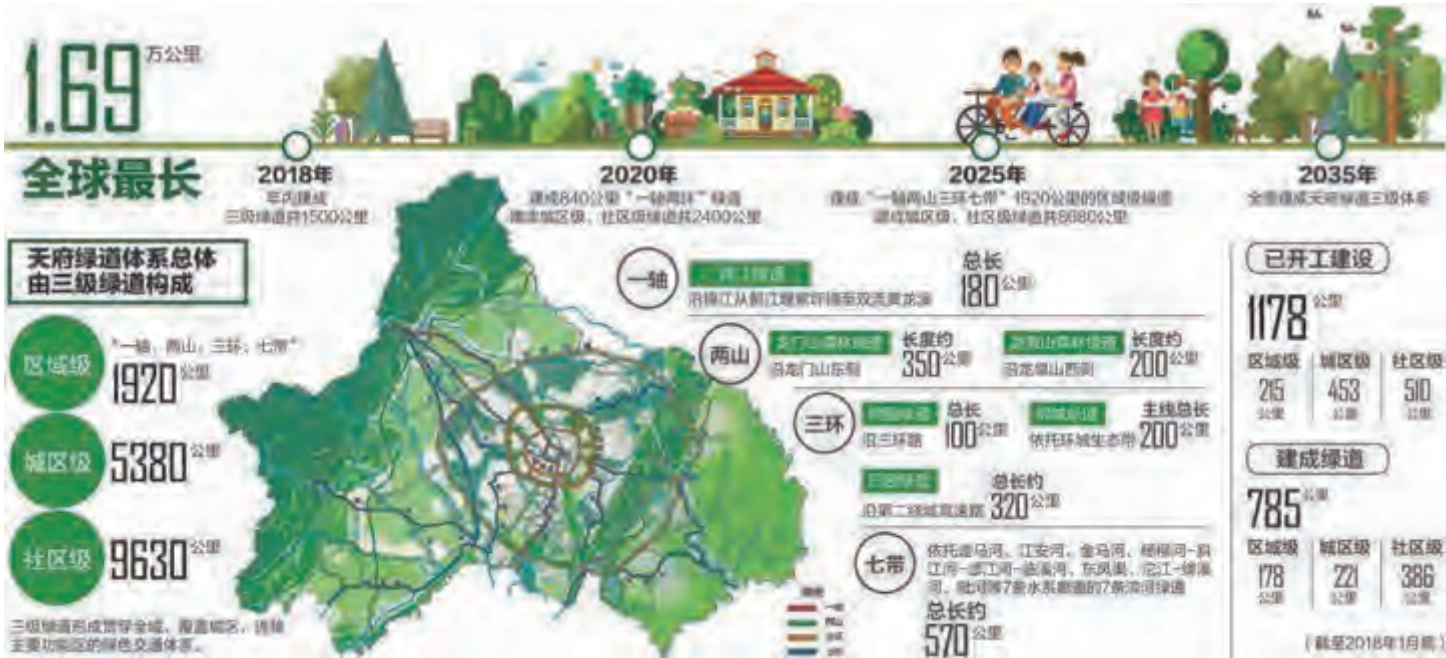
成功的绿道是公园、绿地、历史遗迹、人文景观与其他开敞空间的联系，人与自然、人与社会的联系，经济发展、环境保护与生活品质的联系。注重发动社会公众参与规划建设和运营维护，确保绿道的公共产品属性得到切实体现。

城市绿道不断延伸，既满足了市民放松身心的“慢生活”渴望，也适应了低碳出行的绿色需要。

城市需要延伸到家门口“最后一公里”的步道、跑道、骑行道。通过绿道，倡导绿色出行、健康生活、绿色消费等生活新风尚。绿道为高密度城市提供弹性空间，为居民的休闲活动提供场地，打造出理想的人居环境。

绿道建是扩大内需、刺激消费，推动经济发展的有效举措之一。还可以全面提升城乡居民的生活质量，完善城市功能，强化地方风貌特征，提升发展品位。

绿道将成为 21 世纪户外开敞空间规划的主题，绿道是城市慢行系统的重要物质载体，既承载休闲游憩、文化体育等多元功能，亦反映城市发展方式和生活方式的转变。^[e]



参考文献

- [1] 孙帅.《都市型绿道规划设计研究》.北京林业大学博士学位论文 .2013-06
- [2] 张苗荧.《强化区域资源整合 做足绿道旅游文章》.中国旅游报 .2019-06-05
- [3] 吴学安.《绿道为城市发展注入生机》.中国交通报 .2019-05-22
- [4] 蔡瀛.《公众参与是绿道建设的原动力》.南方周末 .2011-09-15
- [5] J.G. 法伯斯.美国绿道规划：起源与当代案例.景观设计学
- [6] 向守乾：国外“绿道”建设略谈 .2010-07-29
- [7] 于思洋.绿道旅游及其标准化现状研究初探.第十一届中国标准化论坛.

向往的生活： 与健康同行，去徒步吧！

文 / 博雅方略 白墨

“医学之父”希波克拉底年前就讲过：“阳光、空气、水和运动，这是生命和健康的源泉。徒步运动将这四者完美的结合在一起，使人们在与自然地对话中健康体魄，舒缓神经，陶冶情操，培养自信和乐观精神。“后疫期”的徒步使得人们将更加向往绿水青山承载的美好生活幸福感。

一、徒步概述

1.1 相关概念

徒步（Hike）：亦称远足、行山或健行，是出于徒步者的主观愿望，是一种主动性的步行和休闲运动方式。从运动方式上来讲，徒步指有目的的城市、郊区、农村或者山野间进行中长距离的走路锻炼，徒步也是户外运动中最为典型和最为普遍的一种。短距离徒步活动相对简单，不需要太讲究技巧和装备，如果是长距离徒步应具备较好的户外知识技巧及装备，常被认为是休闲运动。而长距离徒步，有着极大强度和体力要求，挑战着人们的心理素质 and 身体素质，是极限运动的一种，有着广泛的参与基础。

广义上，“徒步”一词既是相对于乘车、乘马而言，又是相对于跑、疾走而言，它泛指一切步行的行为。狭义的“徒步”一般专指“徒步运动”。“徒步”，同地把它当成茶余饭后休闲的一种随意活动；远足亦称作徒步或健行，可理解为“长途步行运动”，也包含“翻山越岭的长途步行”，多数是在城郊和乡村间进行；“徒步”与“远足”都采用步行，但远足更强调“长途”，强调出行距离的远近，而“徒步”的目的性和运动性更强。徒步活动可在自然或半自然环境下进行，如城市、乡村、山林、草原、高原、沙漠、雪原、溪流、峡谷、海滨等。

徒步旅游：经常被认为是最亲近大自然的一种活动，指沿着山间小径行走，旅游者边走、边游、边看，不受时间或季节限制，从容不迫，自由自在，徒步旅行线路可长可短。国际市民体育联盟中国总部（China Volkssport Association，简称 CVA）关于更丰富的解释：徒步旅游是指旅游者以徒步为主要旅行方式的一种旅游形态。即旅游者具有明确的旅游意识，用行走的方式在走近自然景观和人文景观中获得强烈的旅游体验。

“徒步旅游”不同于一般意义上的旅游，是对传统的旅游概念从内涵到外延的新延伸。与传统旅游比，旅游者具有更加明确的旅游意识，旅游行程可弹性变化。由于徒步旅游的高参与性和简单易行，旅游者不仅能从自然和人文景观中获得强烈的旅游体验，而且作为一种体育健身的方式，能有效地增强旅游者的体质，锤炼旅游者的意志。

户外运动（Outdoor Sport 或 Outdoor Recreation）是体育的重要组成部分，是亲近自然、走向自然的方式之一。户外运动是以走出家门、摆脱狭小空间的束缚、贴近大自然为特征的运动。户外运动已经发展为大众化的休闲行为。国家体育总局登山运动管理中心对户外运动下的定义



是：“户外运动是一组以自然环境为场地的伴有探险性质或体验探险性质的体育运动项目群”。

步道：步道指的是绿色景观线路，是沿着河滨、溪谷、山脊、风景道路、沟渠等自然和人工廊道建设，可供游人和骑车者徜徉其间，形成与自然生态环境密切结合的带状景观斑块走廊，承担信息、能量和物质的流动作用，促进景观生态系统内部的有效循环，同时加强各密近斑块之间的联系。

休闲旅游步道是指位于山岳、海岸、郊野或城



区园林中，经过审慎勘察，规划设计建造的国民徒步休闲体验廊道，是一种以自然生态环境为背景，以户外休闲游憩为主要形式，融交通通达、徒步观光、散步健身、生态教育和娱乐体验等多功能于一体的户外休闲产品形态。

国家步道：国家步道是指跨越国家典型自然特征地，以及各类遗产地的长跨度、高等级的步道，是由国家或国家部门负责管理的步行廊道系统。国家步道是通过徒步、骑行、骑马、划船、滑雪等方式向世界展示能够代表国家形象与特征的风光、文化、历史风貌的步道。各国对国家步道的基本的共识是指跨越国家典型自然特征地，如高山、峡谷、河流、森林、沼泽、沙漠或草原，以及各类遗产地的长跨度、高等级的步道，并由国家或国家部门负责管理的步行廊道系统。

国家森林步道指位于全国重要生态功能区，跨度长，具有自然与风景、历史与文化的国家代表性，



跨越众多名山大川、典型植被类型或生态类型的一系列线性通道网络。

徒步运动在国外有悠久历史，并有最广泛的群体参与，其主要原因是建设了发达的国家步道系统。

1.2 徒步辨析

“徒”“步”在古文献中最初都是单用，“徒”最初表步行，一般相对于车、骑而言，而“步”表步行则多是相对于“走（跑）”而言的。随着语言

的发展，“徒步”结合使用代指平民。从近代开始，重新被用来专指步行。英语中徒步一般译为 Hiking，也译为 Trekking，区别是 Hiking 较偏重运动，而 Trekking 则更偏重旅游观光和休闲。在以英文为母语的国家：美国，徒步一般叫作也经常译为远足、徒步旅行，在英澳被称为艰苦跋涉。在澳大利亚这种形式的徒步背包或丛林行走背包也叫作 bushwalking。

现代城市的拥挤喧嚣、竞争激烈，机械化的惯性生活方式使人们渴望接触外部自然，摆脱常态，是徒步活动的主要动机。从体验上来讲，徒步更多是为了体验环境，享受徒步过程的乐趣。徒步运动是建立在对自然的尊重和理解的基础上的人类体验活动，其终极目的是主张一种自然条件下身体和心理的舒适体验。徒步者体验获取的多寡受其参与程度制约，通常情况下，参与程度越高，越能得到更深层次的体验。徒步的体验性与参与性呈现出一种相辅相成的关系，两者互为前提，互相促进。

一般徒步空间分三种：一是人文空间，如老建筑街区、历史遗迹、传统文化等，空间徒步者在徒步过程中主要的体验内容为人文特色氛围；二是自然风景空间，主要体验内容为自然环境，如森林公园、林荫步道、河畔湿地等，给人们回归自然的体验；三是两种空间结合，在自然中穿插人文要素形成混合空间，如修剪成几何形态的植物、自然公园中的雕塑等，城市徒步空间既包含自然空间也包含人文空间，实现自然与人文的双重体验。

国际上对徒步的难度与距离的关系阐释如下表所示：

国际步行难度分级系统			
难度等级	步行时间 (h)	旅行距离 (km)	高程变化 (m)
容易	<3	0-9.6	从开始到 305
中等费力	3-5	9.6-19.2	0-610
难	5-8	19.2-24.0	0-915
非常难	8-10	24.0-28.8	0-1220
极为困难	10-12	28.8-40 以上	0-1525



徒步的分类：按参与动机和目的划分大致可分为探险挑战型和休闲娱乐型；徒步过程中人与自然的联系程度，可分为全自然徒步和半自然徒步；按徒步线路所在地理环境可以划分为山地徒步、城市徒步、公路徒步、高原徒步、沙漠徒步、海滨徒步等；按徒步运动的专业性来划分，可分为大众休闲徒步运动和专业徒步运动；按照徒步旅游线路所在地理环境可以划分为山野徒步旅游（M-）、城市徒步旅游（C-）、山地公路徒步旅游（MC-）等；按徒步旅游资源并结合线路形式分为：自然类休闲徒步旅游、人文类徒步旅游线路和特殊综合类徒步旅游线路；从行走距离上来讲，徒步包括短距离和长距离两类。

为参与个体提供判断自己的徒步行为的标准，通用的划分方法是按照时间、经济花费及体力、技术要求和危险、挑战程度的不同，将徒步运动划分为硬型徒步运动和软型徒步运动。这种划分是合理区别徒步人群、指导徒步者循序渐进的理解和开展徒步运动的很好的分类工具。

1.3 徒步的意义

徒步运动从现代城市生活中破苗而出，现代徒步运动呈现更加便利化、生活化的发展趋势活动空间也慢慢扩展到一些半自然场所，如城市公路、绿道、公园等。徒步理念益融入人们的日常生活，在城市环境中的徒步则为体验城市独特的文化传统及民俗风情，历史古迹会给徒步者回想，现代建筑则会给徒步者感慨，让徒步者更容易理解生活。

“回归自然”依然是徒步运动的魅力所在。强调人与自然的深度融合。同时，徒步使人类因“爱自然”而“护自然”，有助于提高人们的环保意识，形成人与自然和谐相处的良好局面。这种“自然”体验不但对身体和心灵的健康有不可估量的价值。有这种体验的人会更热爱自然，而放弃对自然的掠夺。

徒步是自然人性的一种回归和外显，体现了人们对呆板单一生活的反叛，及对生活真谛的向往和不懈追求。真正的徒步者，是坚持人与自然和谐发展的绝对拥趸者和实践者。

徒步是时代发展的产物，不断适应着人类社会发展的新的要求以便更好的为人所用。徒步的产生、发展完成了“生存方式—运动方式—环保方式—生活方式”四层次的转变，其功能、目的也随着内涵的丰富而偏移，由满足交通需要、满足个人生理和心理需要向满足社会需要过渡。

二、国外的徒步：案例和借鉴

2.1 国外徒步发展的历史和现状

19 世纪，英国中部旅游业开发出像曼彻斯特高山区、阿尔卑斯山这种高山旅游胜地，徒步运动最早便起源于这种户外登山活动。1857 年，世界

上最早的户外运动俱乐部在德国诞生，这个以登山、徒步为主要运动项目的民间组织是现代户外运动俱乐部的雏形。荷兰是有组织的徒步运动的发源地，第一次由组织的徒步活动可以追溯到 1893 年。“徒步运动”这个词语最早是用来指 19 世纪 60 年代在尼泊尔的远足旅行，从那以后徒步旅行就开始在世界各地流行了起来。国外 20 世纪 80 年代流行一时的“城市暴走”也是徒步运动的直接表现。

现代意义的徒步运动最早源自阿尔卑斯山脉的一种流行的徒步健身方式，已有一百多年历史。现代徒步运动的大众化发展，是伴随西方工业化和城市化的进程进一步发展壮大的，与社会经济的发展、人口素质的提高、技术手段的革新和后现代思想解放潮流等因素密切相关。20 世纪五六十年代之后，越来越多的西方人重新回归山野，返璞归真，用特立独行的运动和旅行方式追求独特体验与最佳价值的体现，这种活动也逐渐向世界各个地区延伸。

世界上，世界上最著名的徒步组织有 1968 年成立的国际市民体育联盟 Internationaler Volkssportverband 简称 IVV, 和 1987 年成立的国际徒步联盟联盟——IML Walking Association，简称 IML。IVV 最初主要由德国、瑞士、列支敦士登及奥地利四国俱乐部组成。截至 2012 年，在范围内拥有会员国 53 个，会员俱乐部 6000 多个，会员近 2 亿；“Nos lungat Ambulare”是国际徒步联盟的官方口号，意为“愿徒步拉近你我”；1909 年开始的荷兰奈梅亨徒步大会，截至 2012 年，拥有会员国（城市）22 个。徒步 NGO 倡导和鼓励人们热爱自然、贴近自然，通过非竞争性的户外运动促进人们的身体健康。

在西方经济发达国家，徒步很受人们欢迎，已成为民众最喜爱的运动项目。尤其在联邦德国，“弗尔克斯徒步旅行”（德语“弗尔克斯”意即“人民、国民”）几乎成为全民性活动。据统计 1968 年全国有 2.4 万人徒步，到 1977 年剧增至 700 万，占

全国总人口的 1/9 以上。这种群众性徒步通常始于周末，距离 10 公里至 40 公里不等，速度自行掌握；有的还利用假日进行长途徒步旅游，如到风景幽美的阿尔卑斯山，甚至到达丹麦、卢森堡等邻近国家的名胜古迹或乡村城镇。目前此种旅游方式已扩散到欧洲其他国家。据德国登山协会数据显示，2007 年约有 3700 万德国人定期地参加徒步运动，近总人口的一半；日本有 3000 万徒步人口，在北美洲 8000 万人参加徒步运动。新西兰政府设立了 1.02 亿新元的旅游基础设施基金，并向自然资源保护区、徒步线路新增拨款 7600 万新西兰元，用于升级和改善旅游设施。

徒步市场产业链完备，呈现与旅游市场亿渐融合的态势。徒步运动是一种久盛衰的户外休闲方式，培育了相当规模的市场，分别形成了徒步运动用品销售市场和徒步运动服务市场两个市场，打造了一套完整的徒步运动产业链，在政府的扶持下进行市场化运营，取得了不错的经济和社会效益。此外，徒步运动作为一种贴近自然的出行方式受到人们的普遍欢迎，它的发展在一定程度上引领了旅游消费

方式的创新，徒步运动可能对旅游市场造成某种程度的冲击，但更多的是两者之间的融合。一个跨越体育和旅游的中间产业—体育旅游产业，逐渐崛起并形成了可观的市场规模。

2.2 步道与徒步

徒步运动在国外有悠久历史，并有最广泛的群体参与，其主要原因是建设了发达的国家步道系统。从 19 世纪的美国开始，经第一次自然资源保护运动、保留主义与保护主义之争、城市环境运动，正式确立了美国国家森林体系，并以立法关注自然荒野，而在欧洲，以歌德为代表的浪漫主义思潮、自然崇拜，促进了各国环保主义运动风起云涌，各国陆续推出保护自然荒野的法律法规，极大促进了国家步道的建设。各国建设国家步道的首要目的都是为民众提供在荒野、乡村和自然区域的休闲游憩空间，并保护环境和生态。在美国、瑞士、英国、加拿大、澳大利亚等徒步发达国家，都分布有密集的步道体系，这些步道大都可以延伸到居民的生活区，





把自然资源与人们生活紧密的连接起来，为民众参与徒步运动提供了极为便利的条件。

在欧美国家，国家步道发展历史悠久，早已成为国民生活的一部分，而中央政府或政府部门在国家步道建设中起到了关键作用，以立法确定国家步道在国家制度中的地位，各国对国家步道也有了基本的共识。政府部门重视并大力支持徒步运动的发展，徒步运动在国内开展广泛，深受群众喜爱。欧美各国的国家步道都是多用途（multi-use trails）步道，就是步道、直排轮滑道、马道和山地车道多用途合一，美国叫 trail，英国叫 way 或 long-distance footpaths。欧美的国家步道系统是成熟的长距离徒步线路，至少 50 公里以上、最长有数千公里，步道重要节点设计了专门的标识系统，不允许各种机动车上路。

欧洲在各国步道基础上，构建了 2 个体系的跨国长程步道，在法国、比利时、荷兰和西班牙，一系列长距离步道所组成的体系被称作欧洲 GR 步

道。以英国、法国、德国和意大利为代表的诸多欧洲国家，建立的另一个长程步道体系，被称作欧洲远程跨国步道。1965 年，英国官方设立第一条步道—奔宁步道，之后又相继设立了 14 条国家步道，建设成总长度超 4000 公里，纵横英格兰岛的国家步道系统，而英国国家步道由英格兰自然署和威尔士自然资源署统一管理。这些“绿色长路”连接了英国最美的自然风景和历史遗迹，英伦三岛有世界上精心设计开发和维护最好的国家步道系统，长达 4000 公里，由 15 条步道组成。同高速公路一样，被视为该国家重要设施的一部分。

美国在《国家步道体系法案》中阐明国家步道体系的建设和为了满足随人口扩张而日益增长的户外休闲游憩需求，不遗余力地走徒步运动产业化发展道路。美国的森林步道历经近百年的历史，“Trail”成为健身休闲道路的专有名字，在美国家喻户晓，步道成为生活方式的一部分。1876 年民间创立的“阿帕拉契亚山野俱乐部”是美国历史最悠久的民

间户外组织，而常年在内华达山脉探险的约翰·缪尔，与受超验主义哲学影响的政治活动家创立了“西耶拉俱乐部”，推动了美国国家公园体系的建立，官方力量在美国国家步道体系的建设中起到了重要作用。美国国家步道分为景观步道（共 11 条），历史步道（共 19 条），休闲步道（有 1000 多条）以及连接步道，参加越野行走的美国人达 8600 万之多。

美国第一条公认的步道是 1921 年提出直至 1937 年开通的阿巴拉契亚国家步道，全程 3575 公里，穿越自然保护区、河流山脉、乡村小镇、高速公路等。目的是让美国人民浏览自然景观和享受徒步健身。美国 1950 年代开始动员联邦资源研究休闲产业，通过一系列旨在改善民众休闲娱乐条件的法案，1968 年国会通过了国家步道系统法案，规定“创建步道系统的目的是为促进公众保护、使用、享受和欣赏国家自然和历史资源。”并开始了国家步道系统建设。1987 年美国总统里根签署了一个开

展户外运动的总统令，号召美国民众到遍布城乡的小道上去锻炼身体；1993 年在美国步行者协会与民间与官方组织的倡议下把每年 6 月第一个星期六设立为“National Trails Day”（国家步道日），可和“地球日”、“国土日”相提并论，足可以看出相互其在美国的重要性。

2.3 国外徒步和步道建设的借鉴和启示

徒步运动的借鉴：

一、国外政府采取行之有效的措施支持徒步运动发展，主要体现在三个方面：

①规范管理，健全户外法律法规。加强法律法规建设，规范俱乐部运营管理；制定行业标准，保障徒步市场健康有序发展；加强监管，建立科学预警和紧急救援机制，保障徒步者安全。

②制定合理的政策，加强产业引导。在全球进行针对徒步者的促销活动，辅以健全的徒步配套设

施和专业的配套服务，对徒步市场进行大规模开发。

③重视以步道建设为代表的徒步设施建设。规划设计专供徒步的路径、营地和配套设施，建设可供徒步者休憩的青年旅社和客栈。利用现有道路网，统一布局国家步道体系，并颁布专门的《步道法》予以保护，组织志愿者定期维护。

二、“国际组织—国家协会—俱乐部”组织体系作用显著。

西方国家多采用政府和社会相结合的体育体制，而作为典型的群众体育运动，徒步运动的组织和管理大多依靠社会的力量。在欧美等徒步运动发达的国家，国家间设有大型国际性徒步组织，各国内部设有与国际组织相对应的徒步协会，并发展多样、有效的基层组织（俱乐部），形成“国际组织—国家协会—俱乐部”三位一体的组织体系。在美国，约有包括“美国远足协会”在内的 20 多个国家级别组织。全球范围内，仅在注册的会员俱乐部就有近 6000 家，总人数接 2 亿。

建设步道的重要启示：

- 1、步道建设是国家徒步事业走向专业化、国际化的必由之路；
- 2、通过步道提高当地在国际、国内的知名度和吸引力；
- 3、推动当地体育、经济、文化、旅游及服务业建设发展；
- 4、推动徒步休闲产业化发展，提高步道工程建设投入收益；
- 5、改善环境，保障居民身心健康，开展教育，提高人口素质，文明建设；

三、国内徒步生活

3.1 国内徒步发展回顾

徒步运动或旅游分为四个阶段：

第一阶段为探险英雄神话阶段：国内现代的徒步运动的产生与壮大，起源于民间的户外探险活动，并在户外运动整体发展过程中不自觉的成熟并逐渐分离。1986 年的长江漂流被视为中国当代民间探险史的开端，同时期也出现了徒步走长城、黄河、长江、“丝绸之路”、常人难以到达的西藏西部无人区、墨脱及沙漠。在当时，徒步探险只是少数人勇气和梦想的体现，与大多数普通人太遥远。

第二阶段，星星之火不断燎原：20 世纪 90 年代，我国经济发达地区的大中城市，经历着传统社会向现代信息社会的转换，徒步运动自西方传入，强调开放、体验、激情、个性、反对束缚、凸显个性，代表了后现代的生活方式和思维观，迅速被经济能力和知识水平较高的青年人接受，成为少数“另类”青年热衷的生活观念与行为倾向。当时，一些前卫大学相继组建登山队，如 1989 年成立的北大山魔社；在北京、上海、广州等经济发达城市，一些户外运动俱乐部也开始出现。整个 90 年代直至新世纪的前年，徒步运动逐渐以星火之势燎原，民众徒步的浪潮席卷了整个华夏大地。

第三阶段 21 世纪的黄金十年。21 世纪的前 10 年，是徒步运动在中国蓬勃发展的“黄金十年”。我国经济社会实现了跨越式发展，以强身健体、愉悦身心为主要目标的徒步运动被大众广泛认同，成为人们追求时尚休闲生活的标志。大部分徒步活动由民间自发或市场有偿组织，政府部门并没过多关注，也没设立专门管理机构。徒步运动的发展民间先于政府，地方先于中央，表现为自下而上的过程。从 1999 年起，在中国登山协会注册的户外俱乐部每年翻一番，结构松散的民间团体就更多。有代表性的组织有北京每日徒步运动中心、绿野户外网、户外资料网、大连徒步大本营、深圳徒步大本营等。

第四阶段，最近十年是大众徒步旅游并走向国际舞台。最近十年，徒步运动已经在国内开展的如火如荼，参与人群益广泛，参与人数呈几何倍的增

长徒步旅游呈现出大众化的趋势。徒步旅游者群体从户外精英变得日趋大众化，但徒步范围逐渐缩小，设施利用明显增加，徒步难度显著下降；徒步旅游者的客源地逐渐分散，女性比例明显提高。与此同时，国家开始介入步道建设，并有序组织国内国际活动，徒步旅游成为“健康中国”和满足人民“美好生活”需求的重要组成部分。同时，我国的徒步旅游也进入了国际视野，参与国际的深度力度不断加大，并有了很大的影响力。如北京国际山地徒步大会自 2010 年创办以来，该赛事至今已办至第七届，每届都吸引数万名中外徒步爱好者参加。首届北京国际徒步论坛以“徒步，走进美好生活”为主题，发布了《国际徒步北京倡议》，号召不同肤色、不同年龄、不同职业的人，因徒步而结缘、因徒步而共处、因徒步而共同发展。国际市民体育联盟 IVV2018 年 5 月在意大利西西里岛隆重启动“一带一路”国际市民徒步（城市）接力赛，调动其 50 多个国家和地区数千万徒步旅游爱好者参与，以绿色、健康、和平为理念，为“一带一路构建人类命运共同体”传递出群众呼声。

随着经济的发展与人们生活水平提高、闲暇时间的增多，及新观念和新文化的发展，我国徒步旅游经历了从民间自主到顶层设计引领的跨越，徒步旅游相关政策组合拳不断发力，如何将制度优势转

化为治理效能将是徒步旅游可持续发展的关键；徒步作为户外基础项目拥有着极强的融合性，兼具体育、旅游、文化和教育功能的融合性业态，将通过跨界融合催生新产品，引领新业态；大数据、5G、物联网、云计算等新技术的开放、分享、改变与创造，也将带来徒步旅游的智慧化发展。

3.2 国内徒步现状和问题

旅游业的快速发展和徒步运动的普及，使得“徒步旅游”作为一种崭新的旅游模式迅速受到广大旅行和徒步爱好者的青睐。徒步运动是在自然或半自然中进行的满足身体和精神需要的文化审美活动，与旅游线路价值契合。线路经过户外俱乐部、旅行社、景区的市场化运作，逐渐成为众所周知的成熟的线路产品。对自然、人文景观的偏爱，使得徒步者热衷于穿梭在各旅游目的地之间，或者探奇求新，自己开发新的徒步线路。我国以旅游线路为支撑的线路型徒步运动体系，并用交通线把若干旅游目的地合理贯串起来的路线，是以自然、人文资源为基础的旅游特殊产品。徒步线路云集了国际国内的徒步者，组成一道密集交织的线路网络，对徒步运动起到了重要作用。

各地政府认识到“徒步”的意义和作用，为发



掘当地的特色旅游资源，利用组织徒步活动的方式，取得了不错效果。每年在全国范围内举行的大型徒步大会，著名的有北京平谷桃花节徒步大会、广东肇庆国际市民七星湖徒步大会、大连海滨徒步、桂林漓江徒步等。2019 徒步中国·全国徒步大会天峻站活动在青海省海西州藏族蒙古族自治州天峻县举办，以“探寻天峻高原美景体验徒步行走乐趣”为主题，将天峻山、秀龙沟、扎西郡乃神山等众多当地景区、景点设计到徒步线路中，在充分展现天峻高原壮美自然地貌景观和丰富多彩少数民族历史文化，吸引了 17 个省区市的 800 余名户外徒步爱好者参加。

随着消费者对于旅游体验要求的提高，徒步旅游的价值经历了“实现自我”“标榜身份”“逃避现实”，户外徒步这一富有自主性的活动越来越受欢迎。2020 年 3 月 4 日发布的《中国徒步旅游发展报告（2019）》指出，徒步连续第四年成为户外人口最常参加和最喜欢的户外运动项目。由于徒步运动的广泛开展，徒步者徒步素养提升，对于生活品质、生命质量和精神生活的追求促使其已不单单满足于徒步强身健体，游玩享乐的功能，而更加追

求在徒步中欣赏自然美景、探奇求新、开拓视野、体验不同区域民族、古今中外的民俗文化。在徒步选择上，大家偏向自然的野外环境，其次是经认证的专业徒步系统步道。我国徒步旅游正在呈现场景化、智慧化和融合化的发展趋势。

但是，由于我国的徒步步道建设欠缺，各地对于徒步旅游的管理和经营仍存在欠缺，相应的管理措施存在缺陷，救援和应急能力不足。我国徒步旅游发展由于多处于“自下而上”的自发状态，徒步旅游组织的专业程度仍不高，因此容易造成风险。与此同时，对徒步旅游和徒步运动来说，虽然制定一些好的政策的制定，能否真正有效地执行才是关键。同时，现阶段户外徒步的管理仍需要探索，在细化相应措施的同时，如何保证执行，并配合相应的救援、应急、安全、惩处措施以及宣传引导措施，应该成为主要的发展方向。

3.3 步道建设

我国作为山地众多，地貌景观丰富的国家，在广袤的大地上，有无数深藏在险峻荒野之中的美景，像天上的群星洒落在大地上，拥有建立世界级步道系统的自然条件。“久在樊笼里，复得返自然”，无数徒步者都盼望着有朝一日，我国的国家步道能将散落的美景连接起来，成就无数探险家心中的梦想。我国一些政府部门已率先提出布设十三条长距离国家步道的前期设想，路线将覆盖小兴安岭、阴山、太行山、昆仑山、横断山脉、喜马拉雅山脉等全国著名山脉和重点森林区。其中“横断天路”徒步路线，从云南大理出发，从南到北纵穿横断山腹地，直达甘肃合作市，全长约 2500 公里，这是迄今为止规划中的国内最长的徒步线路。“自下而上推动“中国首条长距离国家步道”的建立”。

2010 年，国家体育总局中国登山协会颁布《国家登山健身步道标准（修改稿）》，将登山健身步



道定义为以登山为基本方式，在山地上修建的、以健身为目的的步道（区别于游步道等）。

2012 年，中国城市规划设计研究院编制《顺义五彩浅山国家登山健身步道规划》，2013 年 4 月，审查通过，成为指导步道建设的依据；2014 年，编制完成《北京昌平国家登山健身步道规划》，北京市旅游发展委员会编制《北京旅游休闲步道总体规划》，2015 年初编制完成；2016 年国务院办公厅发布的《关于加快发展健身休闲产业的指导意见》国办发〔2016〕77 号中明确指出，要求各地“充分挖掘水、陆、空资源，研究打造国家步道系统和自行车路网”。

2016 年，由国家林业局和北京诺兰特生态设计研究院共同编著的《国家森林步道》提出构想，将用十三条长程步道覆盖全国著名山脉和重点森林区。中国未来的国家步道将有赖于“国家主导，顶层设计”、“国家推动，地方建设”，以国家为主导，

自上而下的推动国家步道的发展，并且将会制定长期系统的步道发展规划，由国家和公众共同募集资金，在管理和维护上，号召公众广泛参与。

未来，我国国家步道的建设，将包括几大特征：一保持自然的荒野性，即围绕徒步者的自然荒野体验，凸显步道的自然性与生态性、优先穿越各类自然遗产地，同时避开敏感区域、保持步道原始风貌；二是自然与文化交融，荒野气息与城市气息并存，将会把散落在各地的古道、古村落作为文化遗存加以保护，镶嵌在步道沿线；三是国家步道会提供满足徒步者最低限度需要的设施，并且面向普通百姓无偿开放。

目前，我国的国家森林步道第一批、第二批名单包括秦岭、太行山、大兴安岭、罗霄山、武夷山、天目山、南岭、苗岭、横断山等国家森林步道，第三批国家森林步道包括小兴安岭、大别山、武陵山 3 条路线，全长 3466 公里。截止 2019 年 9 月，我



国已有 12 条国家森林步道，全长超 22000 公里。未来，如何让“负责任的徒步、可持续发展”变成行为准则？如何敞开令无数探险家赞叹的世外桃源之门，让国人享受到绝世美景，让荒野真正成为中国人美好生活的一部分？还需要继续努力。

四、今夏与健康同行，徒步去吧！

2020 年是让世界改变的一年，2020 年的夏天注定不同以往年，经历过疫情的宅居城市中的人更渴望自然的抚慰，青山绿野，碧水蓝天，风景秀丽，气候怡人，更希望得到大自然的治愈。徒步、健身，呼吸新鲜空气，饱览大好风光，最最重要的是还可以锻炼身体！！斗折蛇行，曲径通幽，包围在一片地被茂密、鸟语花香中，山水美景和谐共生，自身又成为一道亮丽的风景线，是广大市民健身休闲的好去处。漫游于山水之中，或曲径通幽，或柳暗花明，或登顶崎岖，但都能饱览美景、锻炼身体、陶冶情操，走出一条独属于自己的足迹。

城市徒步运动本身动作简单、老幼皆宜。城市徒步空间分散并回融到城市各类公共空间中，以期满足多种多样的城市徒步运动的需求。北京上海广州等很多城市，都是适合城市徒步的城市。上海，

是一座适合行走的城市。那些历史的文化气息，散落在弄堂深处，隐匿着很多历史久远的老公寓和私家洋房，它们如隐士般在岁月变迁中保持着自己独有的姿态。偶而开合的铁门，备显神秘，只留给路人匆匆一瞥。路两边浓密的梧桐蔓延了好几个街区，悠远的历史使树的枝叶异常繁茂，经过修剪的树枝密密地遮盖了路的上空，整条路变成长长的拱形走廊。走在马路上，沉淀内心放到最低，让自己变得安静起来，放慢身心的节奏，一起去用心感受迷人的城市！

北京市内的健走步道，让徒步爱好者在锻炼身体的同时还能欣赏到美丽的风景。北京二环的“绿道”长达三十五公里串起北京市许多散落的经典，北护城河的太平湖，健德门的城楼，一圈的徒步行走，也走过了北京建都数百年的历史；还有北京中轴线的徒步步道，奥林匹克森林公园健走步道、香山公园健走步道、玉渊潭公园健走步道、陶然亭公园健走步道、红领巾公园健走步道、北京西山国家森林公园健走步道、通州大运河森林公园健走步道、南海子公园健走步道、二环路健身步道、百望山健身步道。一条条旅游休闲步道好比一根根血管，将市内的秀美景色串连起来，使城市徒步更有魅力。

郊区的步道更多样，步道分为土石道、石板道、

砾石道、木栈道、落叶步道等，串联水库、景区、田园、村落等旅游资源，气温凉爽风景宜人，使人畅游在山水之间，感受悠久历史文化，品味乡土民情。上山时，蜿蜒小道曲折而上，潺潺小溪足下流淌，颇具诗意。登山步道两旁峰涯陡峭，谷深路窄，山峰神奇俊秀，甚是雄伟壮观；登上山顶，环顾群山，群峰竞秀，山峰姿态各异，组成一幅石刻画廊，大自然亿万年的鬼斧神工雕琢而成的杰作。徒步旅行中景色也许是最吸引人的，但旅行者们还发现了其他的诱人之处：美丽的小山村，别具风格的房舍，整洁的山野，引人入胜的庙宇 步道依托山脊依山势修建，其间设有供人休息的凉亭及景观平台，漫步于“空中走廊”般的步道，融入自然，远眺山景，

舒展身心，好不惬意。

这个夏天，周末哪里还有宅家里的理由，拉上三五好友去徒步，亲近自然、有助身心愉悦和健身，当然，你的徒步旅行同伴也是快乐旅行的一个重要原因，徒步增进朋友之间的情谊。“后疫期”时代，徒步旅游正成为大健康时代户外体旅融合新动能，人们更加向往绿水青山承载的美好生活幸福感，徒步使得你与健康同行，与美好生活相伴！徒步旅游既是幸福产业也是民生经济，做大做强徒步旅游是满足人民美好生活需要的小而美的便利贴，今夏，与健康同行，徒步去吧！徒步旅游也将成为后疫情时期美好生活新场景！

参考文献

[1] 王章郡 温碧燕 梁明珠. 徒步旅游者的行为模式演化及群体特征分异—基于“方法 - 目的链”理论的解释.《旅游学刊》.2018 年第 03 期

[2] 宿亮. 新西兰政府拨款改善旅游基础设施. 新华网.2017-05-15

[3] 曹彧 冯蕾.《2017 年中国徒步旅游分析报告》发布.《中国体育报》.2018-03-29

[4] 肖玮 薛晨. 急补政策短板 各地陆续出台徒步游新规.《北京商报》.2018-01-23

[5] 李萍周彬 Chris RYAN Chris RYAN 文俊 基于模糊综合评价的徒步休闲满意度研究以浙江省宁波市为例.《旅游学刊》.2018 年第 5 期

[6] 关子辰. 京城十大健走步道. 高端旅游周刊. 2014-05-08

[7] 陈晨. 青海天峻借赛事推广户外旅游资源.《中国旅游报》.2019-05-30

[8] 王冰. 云南迪庆旅游产业全域升级.《中国产经新闻》.2019-04-10

[9] 王桀王桀 章琴 贾晨昕. “跨境游道”建设的国际经验与启示.《西部论坛》.2020 年第 3

[10] 北京入秋啦！这 22 条休闲步道可欣赏到北京最美秋色 北京晚报官网。9-09-231

[11] 黄志阳." 徒步 走进美好生活 " 首届北京国际徒步论坛举行. 北京日报.2016-05-10

[12] 春游去！北京这些最美徒步步道你走过几条？ 2018-04-08 00:02

[13] 五岳联盟：联动发展再谱时代新篇.《中国旅游报》.2018-12-10

[14] 韦夏怡. 出行目的地“新风向” 亲子游预订量激增. 经济参考报.2019-07-05



“鲜花”里开出的产业—— “赏花经济”如何才能长盛不衰

阳春四月，春意萌发，全国各地纷纷开启赏花模式。我国地域广阔，花卉资源丰富，全国各地各种种类的花卉每年都吸引大量的游客到往。花卉文化由于旅游业热被不断地开发和利用起来。据旅游业内数据，我国春季游中 60% 游客的旅游活动都与花卉有关，尤其踏青赏花已成为清明假期最热门的出游主题，人气指数和消费指数逐年攀升。然而，“赏花”只是“赏花经济”的表面形式，如何让“赏花产业”突破单一的赏花形式，释放出更多的消费能力与价值创新，成为大家普遍关注的问题。





一、鲜花里开出的“大产业”

2020 年旅游业遭受了严重的疫情冲击，受到了重挫。2021 年疫情虽然得到初步的控制，旅游业逐步实现复苏，但相较于往年，周边游以及本地游成为大部分游客旅游的最佳选择，因此更大力刺激了赏花游的发展。携程集团最新报告显示，2 月底关键词“赏花”在携程平台的搜索量较 1 月底时增长 280%；近段时间，在携程预订赏花类景区的人数相比 2019 年同期增长 115%。同程旅行大数据也显示，近期同程旅行平台“赏花游”产品的预订量增长显著，较 2019 年同期增长超过 100%。

“赏花经济”为各地也带来了巨大的经济效益。以婺源为例，2018 年，婺源春季赏花期间吸引游客 537.5 万人次、单日最高达 27.8 万人次；全年接待游客 2370 万人次，门票收入 5.1 亿元，旅游

综合收入 220 亿元。

此外，“赏花经济”还带动了婺源的民宿、体育等产业发展。据了解，婺源现有 100 余家精品民宿和 500 多家以农家乐形态为主的大众民宿；每年举办或承办 50 余项省级以上品牌体育赛事，吸引游客近 200 万人次，创造综合效益近 12 亿元。

林芝意为“太阳的宝座”，平均海拔 3100 米。每逢初春，漫山遍野桃花次第盛开，与蓝天白云、雪山冰川交相辉映，成为独特景观。借助得天独厚的自然资源，林芝市“以花为媒”大力发展桃花经济，美了高原，富了百姓。2002 年，林芝市开始打造“桃花节”特色旅游产品，真巴村下辖的嘎拉自然村万亩桃林成为林芝桃花节举办地首选。2019 年，林芝桃花节门票收入达 400 多万元，其他消费收入 50 多万元，为当地带来了巨大的收益。

每年 4 月，新疆都将开启赏花季。今年，新疆“赏花经济”开局火热，清明节假期吸引国内游客

约 180 万人次，同比增长近 30%。近年来，新疆各地发挥花卉资源优势，以花为媒、以花惠民，大力发展“赏花经济”。“赏花经济”已成为新疆旅游产业的亮丽名片、促进乡村振兴的重要抓手。

二、赏花经济存在的瓶颈

1、花开周期短，错峰出行难

当前，国内花卉旅游产业仍然处于“靠天吃饭”的境地，多数景点或景区赏花游开展主要依附于花卉花期，出游时间集中在每年三月，三月下旬——四月上旬为出游最高峰，一般最晚延续到 5 月。且易受天气等因素影响，产品形式以观光为主，形成“花开时忙，花落时闲”的潮汐现象。

2、开发层次低，文化体验弱

随着国内旅游快速发展，我国已进入体验旅游时代，游客开始由传统观光式的浅层面旅游向深度体验式文化旅游转变。而目前国内很多地方花卉旅游仅限于资源的初级开发，参与性、体验性、文化性等深层次的花卉旅游项目开发力度明显不够。花卉旅游景点或景区的产业开发主要集中在花卉种植和花卉观光上，一、二、三产融合度低，花卉工业旅游、花卉乡村休闲、花卉婚庆、花卉养生、花卉特色旅游商品缺乏，造成花卉旅游地旅游弹性收入低，旅游产业链和综合经济效益尚未全面激活。

3、同质化严重，特色品牌少

在国内花卉旅游发展过程中产生了大量超强人气“网红”植物，如柳叶马鞭草、粉黛乱子草、芝樱、油菜花、桃花等，对花卉旅游的发展起到了不小的推动作用，但也引发了各地在项目开发过程中的盲目追风，多是“规模+造型”、“生产+观光”，缺乏鲜明的主题，区域性个性化品牌缺失。除了品种和造景方式雷同外，花卉旅游节庆活动也大同小异，主题和品牌之间没有区隔，与游客之间难以形成情感粘性，且活动时间相对扎堆。

4、标准化不足，配套要素差

如今服务标准化、便捷化已成为旅游景区品牌营销战略体系的重要组成部分，正从“被动”走向“主动”，成为旅游产品体验中不可或缺的重要内

容。国内花卉旅游景区、景点运行和服务模式有别于传统景区，多属于开放或半开放型场所，对各项旅游保障要素要求较高。但是，从目前各地花卉旅游服务现状看，由于客流量超过景区的接待能力，随之带来厕所、停车位告急，大客流缺少预警引导，陷入“人挤人”境地，加之各种不文明现象，令人大煞风景。

三、如何实现赏花经济“常开不败”

第一，要增加品种，延长花期，提升游客赏花体验。比如，江苏省句容市天王镇就在樱花园内移栽补种了 2000 棵樱花树，3000 亩园区樱花成海，不同品种的樱花开花时间不同，花期长短不一，次第开放，有效地延长了花期。

其二，以花为媒，多元融合，发展“花海+”产业，让花期更长久。在各地赏花游一片兴旺的背后也存在明显的短板，那就是受到花期的限制，赏花经济昙花一现，短则一周左右，长也不过一月左右，一旦花期结束，一切都归于沉寂。有鉴于此，各地发展赏花游，要不断完善交通、餐饮、厕所等配套设施，力求内容上有所创新，结合各种文化、经贸活动，挖掘特色与亮点，提升游客的旅游体验，全方位聚集人气，把赏花经济做大做强。

近年来，潼南坚持农业与旅游融合发展，围绕



农业抓旅游，经过多年经营打造、沉淀提升，将菜花节办成了独具地方特色的全国知名乡村休闲旅游品牌，用一朵小菜花撬动了潼南大发展，油菜花现已成为农民增收致富的重要支柱产业。区文化旅游委相关负责人表示，潼南陈抟故里景区是目前全国为数不多可以立体观赏的油菜花景区，能让游客感受到不一样的赏花体验。种植面积已扩展到500亩；核心景区直径长达236米的“八卦图”，改用小麦与彩色油菜组合，为游客带来新的视觉感官；全新种植的3D陈抟像、3D倒福等大地艺术图案，以及火车沿线新种的4公里的粉色桃林，与轨道两旁的彩色油菜花错落有致，透露着层林尽染的诗意，极大地提高了花海的艺术性和观赏性。新增1万平米的彩色花海迷宫和长达200多米的极速旱滑，

进一步丰富游客的体验感。节会期间，景区每周还会推出丰富多彩的体验活动。新春登高、潼南非遗文化展示展销、白沙村花海美食文化节、养生太极文化展演、陌上花开杂技艺术SHOW、最忆花海·童年游戏园游会、COSPLAY动漫秀等活动应有尽有。

另外，景区将延续游船、小火车和直升机观光项目，打造水陆空一体游乐项目，全方位观赏油菜花。

在新疆，一些地区将赏花与本地其他旅游资源结合，让特色叠加、打造“特中之特”，有效推进了“以花兴农”。记者在阿克陶县塔尔塔吉克族乡看到，今年当地不仅推出杏花游，还举办了鹰舞、鹰笛、民俗婚礼等本地特色活动，并让当地群

众参与其中，拓宽了农牧民增收空间。

第三，要摆脱“门票依赖症”，倒逼赏花旅游产业升级，延长价值链。对于各地的旅游业来说，如果不及早、不肯花心思提高旅游产品和服务的供给质量，依然停留在低端的赏花游、观光游阶段，势必错过文创、演艺、休闲等二次消费蕴含的商机。

2019年3月中旬，北京玉渊潭公园第31届樱花节正式开幕。除了在“人从众”中抽空拍一张照片以外，更有网红“樱花雪糕”一花难求。2018年举办的雁塔国际樱花节和西安首届樱花节，不约而同地引入了“樱花邮局”，设立樱花邮筒，免费发放带邮资的手绘旅游明信片，搭配专属樱花印章。

湖北武汉的东湖樱花园，除了缤纷浪漫的樱花外，还推出了“鹿凤争樱”“楚樱”“夜樱”“赏樱女孩”“汉味”5个系列近40款樱花主题特色文创产品。樱花香皂、樱花丝巾、樱花饼干、樱花汽水……这些特色旅游文创产品将樱花与楚文化结合起来，让游客们爱不释手。

在江苏苏州，花艺文创也备受瞩目，花艺师将花艺文化和苏州传统文化融合在一起，极具巧思地将繁花“绣”进团扇之中，还推出了兼具观赏性和功能性的花艺蓝牙音箱、空气加湿器、迷你小台灯、香氛、饰品等产品。e



北京最美赏花路线推荐



玉渊潭公园 - 樱花

说起在北京赏樱花，玉渊潭公园必然是榜上有名。玉渊潭，因水得名，辽金时称钓鱼台，元朝又名玉渊潭，清朝乾隆皇帝在此修建行宫。800多年来一直是北京城著名的游览胜地。在玉渊潭公园里，栽种着多达3000余株樱花，涵盖了大山樱、山樱、染井吉野、垂枝樱、八重红大岛、杭州早樱、大岛、关山、一叶、普贤象、麒麟、松月、有明、郁金等多个品种，每年三四月份，都在北京上演一出轰轰烈烈的赏樱大戏。

在公园西门入口有冰心亲题的礼赞石刻，西门附近有不少被认养和栽种的纪念树；后山还有日本前首相小渊植下的苍松。园内植被繁茂，成林的水杉，成径的竹溪，与片片粉红樱花构成了一幅绝美的春日盛景。玉渊潭公园樱花种植培育已有40余年历史。近些年，公园在打造新品赏樱景区的过程中，充分考虑了早花品种的颜色、与之相配套的景观元素、文化底蕴，持续打造了“千米樱堤”水岸樱花、山体樱花新景观，每到赏樱时节人潮如织。

北京植物园 - 桃花

4月，正是春季踏青赏花的最好时间，桃花、杏花、樱花、梨花...陆陆续续都开了。作为植物园的“杠把子”，漫山遍野的桃花足以给人以最浪漫的想象。每年春天前往北京植物园，可以观赏到碧桃园内红白碧桃、绛桃、寿星桃、菊花桃等近70个品种，逾万株桃花。朵朵桃花色彩艳丽，花姿优美，无不令游人心醉。2021年3月27日，北京植物园第33届桃花观赏季暨第18届世界名花展将正式拉开帷幕。在观赏季期间，除了桃花，园区内还有梅花、郁金香、海棠、丁香等近百种（含品种）逾百万株春花群芳荟萃，竞相开放，为游客带来一场“养眼”的视觉盛宴。





香山公园 - 玉兰、山杏花

进入3月底4月初，北京香山公园的迎春、梅花、山桃花、连翘、山杏花、玉兰等花朵将陆续进入观赏期。枫林村至松林餐厅可欣赏到白玉兰和紫玉兰；索道中站、山杏林、香炉峰附近的山杏花已绽放。连翘多在建筑、亭子和甬路之旁，鲜艳的颜色形成点缀，与古建、古松相映成趣。迎春花主要集中在南北主干道旁，与园林建筑、湖面、山石等相依，相映成趣。五彩斑斓的各色春花将整个香山公园点缀成一座充满诗意的浪漫花园。



好多地方都有中山公园，基本上都是为了纪念伟大的民主革命先驱孙中山先生而建立的，相对来说，北京的这座历史更加的悠久一些。原来是作为明、清时期皇帝的社稷坛，1925年孙中山先生逝世，在园内拜殿（今中山堂）停放灵柩，

天坛公园 - 杏花

天坛的知名度不输故宫，来这里游玩的人数不胜数，除了众所周知的祈年殿、圜丘坛等，春天也是赏花拍照的好去处。天坛公园的杏花林是五环内最大的一片杏花林，每年早春，杏林都是公园内一道亮丽风景。这里的杏树是从清代就开始种植的，树冠高大，枝干很有历史沧桑感。近万平的杏花，形成如云如雾的粉色杏花林。春风从杏林中悠悠掠过，片片花瓣在空中飘落，阵阵清香环绕身边与广袤的林域、青青的芳草、粉红的花海，形成了自然野趣的林地景观，不出城就可以品味一番郊野风貌。



中山公园 - 玉郁金香

举行公祭，在1928年，改名为中山公园。

中山公园一直是北京的主要赏花场所之一，园内的「唐花坞」，就是民国时期修建的养花温室，还是梁思成先生参与设计的。公园内大面积种植郁金香，有多个品种，颜色丰富，令人赏心悦目，不用去阿姆斯特丹的库肯霍夫花园了，来中山公园就可以了。

中山公园自1996年举办第一届郁金香花展以来，已经有25个年头，中山公园也成了京城百姓春季赏花的好去处。中山公园2021年“锦鲤送福”春花暨郁金香花展活动中，来园的游客可以陆续欣赏到95个品种、25万余株郁金香及洋水仙、葡萄风信子等球根花卉的风采。届时，海棠、丁香、碧桃、牡丹、紫藤、月季、芍药等众多中国传统名花也将相继绽放，海棠飞雪、牡丹呈艳、桃花灼灼，色彩缤纷的郁金香、中国传统花卉交相辉映，邀游客共赴一场繁花盛宴。

紫竹院公园 - 玉兰花、梅花

玉兰是我国特有的植物，又名望春、玉堂春、木笔，是春季开花最早的植物之一。每年3月中下旬，紫竹院公园行宫景区的玉兰就进入了开花期，其花洁白如玉、香味如兰，花朵在长叶之前就盛开，花型大、花量多，繁花满树、颇为壮观。从含苞待放的花蕾到完全开放的盛花，不同花期有着不同的美。行宫景区的玉兰是紫竹院公园最好的春季花景之一，透过玉兰花，报恩楼灿金的云纹和朱红的栏杆影影绰绰，互相映衬得更加妩媚。

近年，紫竹院公园从南方引种了梅花，以往生在南方的特色花卉已经在紫竹院安家落户。3月中下旬，在筠石苑梅亭景区、文化广场景区、西南门景区，白色花朵的绿萼、玉蝶，粉色花朵的朱砂、宫粉，四大类、数十株梅花已经进入花期。“疏影横斜水清浅，暗香浮动月黄昏”，伴着咏梅的名句，在紫竹院公园不仅能欣赏梅花雅致的花姿，更能体味梅花蕴含的丰富文化。

此外，园内迎春、连翘、山桃等花卉也都在三月底四月初进入最佳观赏期。



景山公园 - 牡丹花

刘禹锡在《赏牡丹》中写道：唯有牡丹真国色，花开时节动京城。这脍炙人口的诗句，无疑是对牡丹最好的诠释。牡丹素有“花中之王”的美称，长期以来被人们当做富贵吉祥、繁荣兴旺的象征，更承载着中华民族丰富的传统文化、精神象征和情感寄托。景山栽培牡丹历史悠久，是北京地区首屈一指的牡丹观赏地，汇集了国内外牡丹品种569种，两万余株牡丹，涵盖了九大色系、十大花型。其中中原牡丹346种，包括了皇家御园传统牡丹品种，久负盛名的洛阳牡丹、菏泽牡丹；国内珍贵品种西北紫斑牡丹109种。每年4月中旬左右，北京景山公园牡丹花进入盛开时节，置身皇家园林之内，苍松古柏为伴，牡丹花彰显出雍容华贵的气质。



陶然亭公园 - 海棠花

海棠素有“国艳”之美誉，有着悠久的栽培历史，在中国，自古以来就有“种海棠、赏海棠”的习俗，她是吉祥美好的象征，人们常以海棠寄托祝福。陶然亭公园作为宣南文化的载体，北京市重要的城市公园，已连续多年种植营造以海棠为主的春季观花植物景观，目前集齐海棠四品（即：西府海棠、垂丝海棠、贴梗海棠、木瓜海棠），园区内大量栽植了‘绚丽’、‘王族’等观赏海棠品种。现今，全园共栽植和摆放40个品种、3000余株各色海棠。每年三四月份，桃红柳绿之时，随着气温迅速回升，陶然亭公园内的海棠悄然绽放，浅粉淡白的花瓣如纱似梦，风韵天成，点缀出春的灿烂，令人陶醉。陶然亭公园举办的海棠春花文化季中，

不仅能够领略到全国种植和摆放的40余个品种3000余株的各色海棠，还能通过丰富多彩的文化活动，感受到春日的浪漫与生机。



北京轻旅游公园、艺术区分布图



城市休憩系列： 口袋公园流行记

文 / 博雅方略 白墨



1 概述

1.1 口袋公园的起源、概念和特点

口袋公园的概念最早是在 1967 年 5 月 23 日纽约公园协会组织的展览会上由美国风景园林师罗伯特泽恩提出来的，其提议的原型是“为纽约服务的新公园”，指的是散布在人口和建筑密集的缺少绿地的高密度城市中心区、呈斑块状分布小公园系统，或可以称之为口袋公园系统。泽恩认为的口袋公园有这样几个要点：处于高密度的城市中心区；一般面积较小；与交通系统相隔离，能够提供围合的、躲避城市喧嚣的、有安全感的小型室外空间。

百度百科对口袋公园的定义：可称为袖珍公园，是指城市中规模很小的开放空间，能够为当地居民提供日常的活动场所，因其不占据大片土地，所以常常会隐藏于城市的整体结构中。城市中常见的口袋公园类型有：各种小型的街旁绿地、小游园、街

心花园、小广场、社区的小型运动场所等。

从广义上说，口袋公园可以是小型公园，也可以是小广场、林荫步道、庭园、居民区或大学校园内的公共绿地等。

狭义的口袋公园：我国《城市绿地分类标准》中作了规定，狭义的口袋公园应当包括这样一些公园的小类：带状公园、街旁绿地、道路绿地（部分具有口袋公园功能的绿地）、部分小区游园（开放式的）及非城市绿地的小型开放空间。

张文英在《口袋公园——躲避城市喧嚣的绿洲》一文中对口袋公园定义是：“口袋公园，也称袖珍公园或是指规模很小的城市开放空间。首先它们是规模很小的城市开放空间；其次是直接为当地的居民提供服务；常呈斑块状散落或者隐藏在城市结构中。

口袋公园在世界范围内有着不同的名称，在欧洲会被称为绿亩公园、迷你公园、小型公园等，在日本则被称为贴身公园，在我国经常被译作袖珍公

园，它们都是指城市中的一些小型开放空间。世界上有许多场所是在人们集会、交谈、交往等日常生活过程中自然而然所形成的，比如东京的下町、浅草等地的小胡同和大街中的狭窄通道都在逐渐变成现代意义上的口袋公园概念。

藤本信义解释口袋公园的本质，主要包括两个方面涵义：口袋公园应当分散在城市的室外空间中，方便人们使用；口袋公园应当提供给人们自由选择停留与否的机会。

对于城市中的居民来说，口袋公园是一种慰藉物，也是社会生活的发生器和舞台，它的合理存在能够对市民的视觉、生理、心理都产生积极的影响。岩下肇在《袖珍公园——一个“憩”与“用”的场所》一文中说，就是“内衣口袋”的意思。我们平常不太会注意口袋，只有在冬天，当我们把手插进口袋时就会感觉到温暖，并且有时候也会在口袋里放置硬币或者贵重的东西，因此口袋是一个能使我们感受到体温、安全感和秘密感的空间。

口袋公园“麻雀虽小，五脏俱全”是对其空间结构的完美全释。口袋公园更像是一个等比例缩小的大中型公园，小型的活动空间、人际交流空间、儿童游乐空间等，能满足大部分的休闲需求。口袋公园可以随时自由出入，没有开放时间的限定和开放式的出入口设计能够让人们更随心所欲地使用。

口袋公园的尺度规模：泽恩所提出的口袋公园是为了给上班族和购物者提供短暂休息的空间，因此很小，往往是位于一两幢建筑物之间的小片空地，具体规模是受到周边建筑物的限制的，比如佩雷公园的面积只有 390 平米那么小。口袋公园的面积在不同国家、不同地区有着不同衡量标准，其不同的地域维度，大小相对与它所处的环境而言。如说在超级大都市，建筑集聚度极高，人口密度极大，那么一个口袋公园大小也许只有 20 英尺（大约 6 米宽度）宽，但如果在得克萨斯州，城市相对空旷，建筑尺度相对较大，那么口袋公园就能达 3 英亩（约 1.2 公顷面积）。而普遍一个口袋公园占 1-3 个宅基地（在中国农村一个宅基地约 350 平米，国外则

约是 400 平米。在现行的规范中，小区游园已是尺度最小的公园类型了。对于口袋公园的规模以合适面积为宜，没有限定面积。

1.2 口袋公园的类型

根据关注要素的不同，口袋公园有不同的分类方式，比如可按使用功能分类（物质需求、精神需求、审美需求）将口袋公园分为五种类型：居住型、工作型、交通型、游憩型和教育型。按艺术层次分类（雅、俗），按空间形态分类（网格型、线型、辐射型）等，按照建设和地区方式有新建、转换旧城口袋公园之分。

按场所环境分类：

居住环境内的口袋公园：主要服务于居住社区或者居住小区中的人们，以家庭为单位来进行需求分析，提供给老年人锻炼、交流的场所，给孩子们提供游戏的场地以及奔跑或停留的场所，还能够为上班族提供晚饭后适当运动的空间。

商业环境内的口袋公园：通常位于城市的繁华地段，有大量商业设施集聚，人们在逛街、购物时需歇脚、休憩，补充体力，是一个名副其实的休憩场所。

大学校园里的口袋公园：指高校校园里的大树草坪、雕塑小品、回廊长椅等绿地及景观设施，供给学生、教师、游客互相之间非课堂交流的空间和机会，体现学校特色文化和教育内涵，激发人们对大学校园认同感和好奇心、求知欲。

办公环境中的口袋公园：办公楼宇大多位于城市中最为密集的地区，有积极意义，能够改善高层建筑中空气不流通、电脑辐射、噪音污染等问题，为办公室重的人们提供休闲放松的空间，在钢筋混凝土沙漠中为人们创造出一个接触自然、调节身心的城市绿洲。

按服务对象年龄结构分类

满足老年人需要的口袋公园：人口老龄化是社会进步发展的必然结果。世界各国，发达国家都已

进入到老龄化时代，我国也逐步进入老龄化。口袋公园提供给老年人日常休息、锻炼和交的场所，不使老年人孤独。口袋公园要有色彩、质感和空间的变化，具有较强的可识别性；考虑要包含丰富的交往空间；要设置无障碍设施。总之，口袋公园应当是随时提供给老年人自由活动的积极场所。

满足中青年需要的口袋公园：中青年人群是社会主体，对口袋公园的要求有时间性和针对性。上班时的口袋公园主要用于会面和交谈，紧邻办公环境或者甚至可以位于办公区内部；如配以餐饮设施，则能为上班族提供午餐和午休。在下班后，中青年需要释放压力、缓解疲劳和恢复身心，口袋公园可以是下班路上的街头小游园、滨水散步道、居住区绿地等，不作长时间停留，只是从中穿过或小坐片刻，便能使精神得到极大的放松；如提供运动场地口袋公园，比如篮球场、网球场、乒乓球台，或者是健身器材等，也会得到亲睐，但设计要注意动静结合。

满足儿童需要的口袋公园：儿童也是城市中绿色开放空间的重要使用群体。口袋公园对他们的成长过程来说非常重要。儿童口袋公园需要提供：游戏场地、奔跑环境、沙地、水龙头等，同时，根据不同年龄段的儿童，设施布置应该具有不同侧重点。同时还要考虑到看护儿童的家长所需要的休憩设施，既要让他们能够随时看到孩子们的情况，也要与儿童游戏区保持一定的空间距离。

按照建设方式来分类：

角色转换式：这类口袋公园久已有之，在新时代背景下，被赋予了新名称和角色内涵，可以是小型街旁绿地、街边小游园、小广场、带状公园的节点景观等，也可以是商、住、办公等环境中的休憩娱乐场所。总之，由传统的微景观转化而来，被包含到口袋公园系统中，提供给都市人停留、休闲、活动、交流场所。如西方的水景广场、柱廊园、雕塑等建筑小品、别墅花园、树木园、花果园等，在长时间演化、发展中，逐渐成为人们日常游憩空间，被纳入到口袋公园的范畴中。同样地，还有日本的

山水庭院、寺庙、街头景观等，都通过角色转换的方式成为服务于现代都市人的口袋公园。

完全新建式：这一类口袋公园是在新区拓展中形成的，相对受用地限制较小，通过选址、设计、建设，在一片空地上新建而成的，面积可以不受那么大的限制。可以是城市新建地区的配套，配合城市扩张中新住宅楼盘、大型公建、商业设施、高校校区而形成，作为绿色景观设施支撑新区发展，面积并没严格限制，可根据功能需要进行安排。新建类型要充分利用城市中尚未被合理利用的空间，挖掘其潜在的土地价值，创造服务于大众的公共空间。

旧城更新式：这一种形式更具有普遍性，伴随城市旧区的更新和老城区的复兴过程中形成的，更能体现口袋公园的优越性和独特作用。由于老城区不断衰落，可以找寻剩余的土地边角料，充分利用空间，创建小型的室外活动和交往空间的口袋公园，为周边邻里服务，使得老城区逐渐焕发生机。这样的口袋公园面积容易受到周边已有构筑物限制，但其功能往往也服务于周边的人群，促进城市更新和复兴。

1.3 口袋公园的功能

生态功能

科学实验证明，室内空气比室外空气更污浊，而人的一生大约的时间都在室内包含车内度过。如果不改善空气质量，人体健康就无法得到保证。新加坡人口密度大，但空气却很好，因为普遍种植了大量树木，建造了大量绿色公园，而绿色植物进行光合作用时，会释放出大量氧气，有利于人们身心健康。口袋公园虽然面积微小，单个而言对于调节和改善城市大环境作用不明显，但如果呈网络状分布会遍布城市的各个角落，所形成的生态群落势必会起到改善城市环境和调节小气候的作用。因此，口袋公园具备创造舒适生活环境、促进人与自然和谐共存、协调发展的生态功能。

景观功能：



景观功能是口袋公园的主要功能之一，口袋公园面积虽然很小，但是它通常位于人们能够容易看见和方便到达的地方，如分布在道路的两侧，那么精心设计的公园能够形成优美的景观（软化城市的硬质线条，对城市空间的整体形象有提升作用。不仅是花草树木、设施器械的简单堆砌的公园。同时，口袋公园的设计可体现所处区域的特色，具有鲜明的识别性，显示城市文化特征，提升景观层次。

社会交往功能：

小的口袋公园无处不在，贴近人们的日常生活，提供丰富的户外活动场地，成为城市居民主要户外活动场所，满足居民多种需求。人一生约有二分之一时间是在居住环境中度过，所以生活区的口袋公园是人们使用频繁的、过业余生活的场所。尤其是老人和孩子更喜欢和同龄人一起活动，所以口袋公园是小区内人际交往的重要场所。它为不同年龄、文化层次、兴趣爱好的居民提供各自不同的活动空间、交流场所和机会。总之，它为人与自然、人与人交往创造了无限可能。

防灾减灾功能

口袋公园更重要的是它具有极好的防灾减灾功

能，城市口袋公园系统既能作为平日里的游憩场所，又能成为灾害来临时的避灾场所，一举两得，也是其优越性所在。比如地震频发的日本的贴身公园，当地震发生时，住区公园是居民躲灾的好去处；日本每年都会遭受热带风暴侵袭，伴随热带风暴的倾盆大雨常引发水灾，而公园绿地随时可以变成蓄水池为居民挡住洪水的袭击。我国频发的灾害提出警示，防灾减灾工程建设迫在眉睫，口袋公园的防灾减灾功能需要加强。

文化意象功能

口袋公园还能承担起多元化的内涵和功能，塑造着特定地区的文化氛围，是体现生活情境的一扇窗户，成为体现地方文化的窗口，让人们体会到认同感、归属感，这也是口袋公园建设的预期目标。口袋公园建设一般结合特定的地域范围，呼应当地的风俗习惯，使得口袋公园成为城市景观的标志、城市乡愁的寄托。

公平正义功能：

在我国经济高速增长和高速城镇化的同时，居民收入、城乡差距持续扩大，分配不公现象趋于严重。社会公正是人类社会一直追求的价值之一，也是转

型时期中国社会的基本价值。鉴于我国的城乡差距、地区差距和贫富差距愈演愈烈。口袋公园的建设正是为了实现城乡居民对于公共绿地公平享有的权利，使得绿地和开放空间真正成为市民自由使用的资源。

休闲功能：

对于我国城市化而言，“休闲”正成为当前城市发展的核心要素。作为城市休闲功能开发的重要组成部分，如何满足城市转型过程中对城市口袋公园提出的新的来自生态环境、社会、文化、经济等多方面要求，既是目前城市口袋公园面临的重要问题，也是以可持续发展的模式进行城市转型的要求。

美好生活的容器和发生器

口袋公园是美好生活的容器，包含了城市生活的微小部分，也是城市生活的真实写照。口袋公园作为人们日常活动的场所，为种种社会生活活动提供场所，催生人的行为、活动，成为行为的促媒器和发生器，它们的景观质量和品位，能够直接影响到使用者的切身感受。所以说口袋公园虽然是城市景观的“配角”，但却是城市生活真正的“主角”。

1.4 意义

口袋公园微小、便利，而且灵活、开放，是现代城市规划“大”手笔之下产生的许多“小”空间，可将城市中的废弃边角空间利用起来，选址灵活、面积小、可达性强、功能单一等特点，赋予小空间大作用大意义。

口袋公园对城市中心区的过度拥挤具有缓解作用，有效实现了城市土地资源的优化利用，现有的城市户外活动场地已不能满足人们日益增长的户外活动需求，中心城区，用地紧张的现状与人们急剧增加的活动需求相违背，很难通过新建大型公园的方法来满足人们对户外活动场地的需求。而占用少量土地灵活的分布于城市的口袋公园，极大缓解了人们对户外活动场地需求压力。

口袋公园能够恢复旧城区的城市活力，对解决旧城改造中老城区的衰落问题也有不可替代的作用，对于存量时代的生态修复、城市修补的“城市双修”有着重大的意义，是治理“城市病”、改善人居环境、

转变城市发展方式的有效手段。

口袋公园将各种造型的封闭绿地开放起来，设计改造成可供公众自由使用、休闲开放的方便可达且微观化的城市公园，将市民的生活相互联系起来，设身处地的为周边的使用者考虑。既满足不同人群的需求，又能够为公众提供休憩与交流的城市小型开放空间，进而提高人们的生活品质，实现对美好生活的向往。

随着城市化的加快，城市人口密度增大，大面积的增加公共绿地难以实现，口袋公园以小规模大数量的方式增加绿地的面积，恰好弥补了城市缺少绿地的现状，解决了城市中建筑密度过大、自然景观不足的矛盾，解决高密度压力下的环境问题。成为缓解城市各种环境问题的“救心丸”。

我国现代城市在发展的过程中，城市公共空间遭遇了各种困境和问题，口袋公园作为一种公共空间，是合理的、适应发展需求的城市形态结构、积极的城市空间，具有社会文化意义的功能，运转良好、利于交往、对人友善的具有积极意义的口袋公园提供公共服务，是适应变化和创造更好生活环境的积极尝试。

口袋公园的产生和广泛建设就是城市开放空间体系运动的一部分，它产生的意义在于改变人与场所之间不匹配、不稳定的现状。帮助解决城市中心区人们对公园的需求，作为城市公园的重要补充，口袋公园对人的身心压力具有缓解和恢复的社会意义，对目前我国的城市建设现状具有实践意义。

2 国外口袋公园的发展借鉴

2.1 发展历史

城市公园的产生是为了应对工业革命之后产生的一系列环境问题，发达国家积极应对的所谓城市病的一种措施。在西方国家，供市民进行室外交流活动的广场、公园、街道景观久已有之。口袋公园的提出与当时美国的城市尤其是高密度大城市中城

市公园发展现状有关。上世纪五六十年代，为了应对城市密集区绿地乏的现象，在中心城区，尤其是高容积率的商业和办公区，建设可以满足数量众多的上班族和购物者等休闲需求的公园。1967 年位于美国纽约号大街佩雷公园的正式开园是世界上第一个口袋公园。服务半径短、环境自然生态、空间结构全面、随时可以自由出入的口袋公园的出现受到了人们的欢迎。此后，这一新形式的城市公共开放空间一直得到推崇和发展。作为一种新的空间类观，它迎合了人们物质生活丰富后的精神需求。

最初，口袋公园的建设并不是因为人们了解到它的优越性和显著作用，而是政府为了体现政绩，把城市中遗留下来未被开发的一些空地填平，开发成为口袋公园，使城市显得干净整洁美观，受到极大欢迎。后来逐步规范化，通过建设高密度城市中心区的休憩场所来解决城市社会问题，各国政府出台了一系列政策法规来保证绿地空间分布的均好性，城市中不同等级的公园分别对应不同的可达性时间，来推动口袋公园的良性发展，口袋公园大量地被建造起来。例如日本的土地地区画整理制度规定，施行区域上应保留一定的公园用地，确保高密度城市中心的绿地面积，促进了新市区小公园的诞生；两班牙巴塞罗进行了名为“针灸疗法”的旧城面貌改善运动，即将老城区中的废弃场地通过设计，营造大呈的小项公共开放空间，供市民休憩之用。总之，世界各个国家在发展本国特色基础上，不断有更新的措施来指导口袋公园的小环境建设，使绿地建设能够跟得上人们的需求。

此后一个世纪，美、欧洲各国都开始了城市公园建设的浪潮。纵观世界范围内的公园建设状况可知，像美国、日本、欧洲各国等发达国家在过去的发展过程中都曾有过小型公园建设高潮。在佩雷公园之后，美国在六年内建了六十多个口袋公园。英国的“乡村在门外”运动轰轰烈烈。日本的口袋公园更有人情味，很多是在人们聊天时渐渐形成的，可能是一条小胡同，也可能是一条狭窄的小道。随着口袋公园被证明对于市民身心健康等方面有着积



极的作用，在不断模仿的过程中，对于口袋公园有了一致的意见，集中汇集在美国设计师克莱尔库伯马库斯和卡罗琳弗朗西斯共同编著的《人性场所：城市开放空间设计导则》一书，其对小型公园和袖珍公园发展和设计作了详细介绍，对公园选址、入口和边界处理、功能区安排、植物配置等方面都作了详细规定，并得到世界认可。

美国口袋公园发展历程

从上世纪发展至今的口袋公园，是二战以后直到年代末，伴随着城市复兴运动而展开的。利用城市内部的“边角空间”，建设一些小型的绿色开放空间，可供周边居民在较短的时间内到达，进行各种必要的身体锻炼和社交活动，或者消磨闲暇时光。每个城市都有偏僻处和废弃的角落、残余的没有开发的地方、一些零碎的没有开发价值的土地，规划设计人员认为在这样的土地上修建小型的、吸引人的绿色场所和消遣设施对于复兴城市中的老区十分重要，它也作为一种重要的方式来促进城市生机活力的恢复，此后，这类小型公园就在大城市迅速发展起来。那时人们开始需要住区附近的公园，希望走几分钟路程就可以到达甚至能从家里的前窗就能看见当时美国许多城市在留出的空间上建造了大量的口袋公园，将城市中的小公园、小广场、小型游乐设施作为一个开放空间系统整体发展。因而促成了其建设的高潮，短短的六七年间，有大量的口袋公园被建设起来。它们面积灵活，常常由色彩鲜艳的攀登架、篮球架、花卉和蔬菜园组成。

日本口袋公园：小而精致的造景艺术

日本的枯山水园林：公元六世纪，中国园林理论和佛教一起传入日本，日本接受吸收接受后，从本国实际情况和人文精神出发，慢慢形成了独具特色的枯山水园林。采用一些极为简单的要素，比如沙石、苔藓等稳定性较强的元素，通过朴素大方、简单纯粹的景观营造方式，却表达了禅宗追求的苦行及自律精神，具有深刻内涵和寓意，成为日本园林艺术的精髓所在。经过几百年甚至上千年的演变，日本的园林枯山水一直被欣赏和接受。

日本现代口袋公园发展：日本以前也有公众集

聚的场所“井边会议”可以说是口袋公园的前身。在冲绳至今仍有这样的景象：饮用水取一条河流的源头，顺流而下，河水依次会被用来清洗食物、器皿和衣物，最后冲洗牲畜和农具。一般老城中一口井或洗饮场所，并在十字路口设有标志牌之类的引导性标识，告之人们附近有这样的场所并指示其方位，这些场所常常成为游憩和聚会场所。

日本人多地少特殊的环境和用地现状使得其十分善于在小空间里营造各式景观。蜂巢蚁穴趣味的壶中天地是日本园林的一大特色，精彩之处在于它的小巧而精致，枯寂而玄妙，抽象而深邃。日本的园林景观用极少的构成要素达到极大的意韵效果，充分考虑开发利用住宅本身与周边每一寸室外空间，利用房屋外墙悬挂植物盆景设置立体绿化，利用阳台营造园林微景观，普通住宅和楼房会设计屋顶花园，微景观设计在日本发展速度飞快，慢慢出现随处可见的小型公园。这些服务半径短、可供人们随时自由进入的、离日常生活较近的近邻公园，在日本也被昵称为“贴身公园”。

贴身公园即口袋公园，是一种简单经济的开放空间形式，它的形式不光是景观构筑物，还可以是草坪、滩涂甚至于仅仅只是空地，它把休闲娱乐内容与运动场地设施有机组合在小型公园内。日本《都市计画法》是日本的第一部全国通用的城市规划法，它规定规划区需要保留公园用地，在法律层面确保了口袋公园（小公园）的建设。关东大地震之后的日本首都复兴规划，规定了住宅区和街道边需要设有公园系统，也就是口袋公园系统，因为这些公园能够在防灾减灾方面发挥置要的作用。到七十年代以后，为缓解城市快速发展过程中出现得绿地供需矛盾，政府要求高居建筑下必须建设袖珍型的口袋公园为人们的户外活动服务。

欧洲口袋公园：西方传统的传统微景观小环境的演化

广场：广场是最具有欧洲风格的户外活动空间，一直承担着人们的社会生活，是现代意义上的口袋公园的历史原型。广场从古希腊时期就开始出现，那时的社会氛围使得人们热爱户外运动，同时因良



好的气候条件和活跃的人文气息，广场建设非常多。中世纪的城市广场往往成为各个城市中心，形成了非常多富有魅力的广场空间。它们视觉景观效果良好，对于城市优美环境的营造有着推动性的作用。涵盖的类型也十分全面，比如宗教的、商业的、市政的还有一些综合性广场。文艺复兴时期的广场建设应和了其时代特色，追求严谨的空间格局和强调科学性、理想化及美学原理，很好的体现了人文主义价值。巴洛克时期的广场主要强调的是平面的效果，讲究图案的繁复华美，强烈的装饰性效果，运用透视原理，使得广场的图案有立体性甚至多维化的效果。

西方小园林：西方园林始于古希腊，古希腊贵族住宅的庭园周围环以柱廊，庭中有喷泉、雕塑，栽有蔷薇、百合等植物。柏拉图学院有花架、雕像、祭坛，他之所以能写出《理想国》并能传播他的哲学思想，与优美宁静的学术环境有关。古罗马受希腊影响，也很讲究园林。西方园林在中世纪常附属于修道院或封建主的城堡。文艺复兴时期，西方园

林在意大利形成了有层次感、立体感，有利于俯视，有气势的台地园林。另外，直线几何图形成意大利园林的特征。但西方古典园林大多方方正正，整齐一律，均衡对称，通过人工美追求几何图案美，不太重视闲林的自然性，没有下功夫协调人与自然的的关系。修花坛、造喷水池，搞露天雕塑，体现人性，具有理性土义色彩注重人工雕凿。

街道景观：西方城市布局较自由，通常以广场为枢纽组织城市空间，并串联起街道景观。街道在西方人生活中的重要性不亚于城市广场，他们日常生活的重要内容就是在街头、广场散步，在街边喝咖啡、聊天或看街上路人活动。与室内生活相比，他们更加喜欢集聚和交往，接触室外阳光和空气，这也正是西方文化在生活中的表现。早期西方街道形制较严格，比如街道功能分区、高宽比控制、周边建筑物风格、休憩设施、绿化布置、铺装安排等，都有详细规范。因此，西方传统街道最吸引人的地方，就是置身其中能在统一中感受到亲切和自由的气氛。



欧洲现代口袋公园发展

欧洲各国在口袋公园的发展和建设方面形成了各自独特的风格。比如英国提出了“乡村在外”的概念，口袋公园建设的是为改善城市绿色空间，形成空间绿色网络，具有集体环境和社会价值。口袋公园和人造公园综合在一起，形成城市公园系统。其建设主体有多种可能性，可以由政府主导、企业主导、私人投资或者多方公建等。

2.2 口袋公园案例分析

纽约佩雷公园案例分析

纽约的佩雷公园是口袋公园的典范，由提出口袋公园概念的罗伯特泽恩所有的泽恩布润联合公司设计，由哥伦比亚广播公司出资、建造、维护并捐赠给大众。它于1967年建成，并重建。佩雷公园占地面积为390平方米，位于纽约曼哈顿东街的第五大道和麦迪逊大道之间。临近建筑的墙面围合成了公园空间，设计者对墙面进行了景观化处理，爬山虎和水墙在营造出生机勃勃的景观的同时，也起到了隔离城市噪音的作用。公园内以花岗岩铺地，种植了棵皂荚树，树下放置了可移动的桌椅，人们可以在这里闲聊、午餐、阅读，成为快节奏的曼哈顿市内一处休闲绿洲。佩雷公园的出现具有重要的意义。首先，它的规模和功能适应了曼哈顿市的现状，满足了高密度地区人们对公共空间的需求，是城市公园系统的重要补充，人们对城市公园的关注从大面积的城市绿地转向精巧的社区公园；其次，它实践了一种新的城市公园开发方式——私有的公共空间，由非官方的组织出资、建设和维护公园，加强了设计者、管理者和使用者之间的合作；第三，小巧灵活的公园设计方案考虑到了公园与城市的关系，公园与人的关系，体现了社区需求、当地文化，真正做到了创造美好生活和工作环境的目标。从某种意义上来说，佩雷公园的重要性与同处曼哈顿市的中央公园不相上下。根据调查，其吸引的人群比中央公园的还要多。

巴塞罗那市皇家广场案例分析

不同于佩雷公园，巴塞罗那的皇家广场位于市中心一个面临改造的老街区，前身是一个破旧的停车场，周围是一个由中低收入居民组成的社区。由于环境不佳，各种休闲服务设施缺乏，大量社区居民搬迁至其他地区。为改善生活环境，留住居民，巴塞罗那市政府委托设计公司对该地区进行重新设计改造。改造后的皇家广场景观设计以喷泉为主题，建造内容包括地面铺装改造、种植棕榈树、添置座椅等休闲设施，成为了这一区域最受欢迎的户外活动场所。之前搬出的居民重新回到了这里，这一区域重获新生。巴塞罗那市这种利用公园改造旧城的经验取得了极大的成功，后来被称之为“针灸疗法”。具体就是从城市中小型公共空间入手，在这些特定点上进行规划，通过单点切入，逐步将巴塞罗那改造成为宜居城市。“针灸疗法”的好处在于，通过将口袋公园植入旧城区，以良好的城市公共空间来影响周边居民自觉维护和改善居住环境，不仅节约了成本，满足了城市的发展需要和居民的休闲需求，也保护了地方特色，同时对居民起到教育意义。

纽约曼哈顿中城区格林埃克公园：格林埃克公园里设有瀑布、皂荚树和移动的桌椅，于1971年开放，一直在承担维护公园的工作。这个公园占地约18米（60英尺）×37米（120英尺），但是由于棚架覆盖的台地使这个空间看起来比它的实际面积要大些。游客随着喷泉和河流进入这个空间，迎接他们的是25英尺高的露天瀑布、郁郁葱葱的植物，使人心旷神怡。

波士顿马萨诸塞州儿童医院的口袋公园，将花岗岩变成了一个个长凳，沿着口袋公园的边缘，设计师使用黑白相间的像素化图案口袋公园将语言延伸为三维形式，在种植床中增加了垂直绿化，以及金属柱景观设计。

墨西哥的口袋公园，本来是桥下的闲置空间，街边或者道路旁的消极空间，但经过设计师们的充分设计利用，变成一个个融入市民生活的口袋公园，

为城市发展注入活力。

巴克斯广场：联系着世纪老城与新毕尔巴鄂城、狄乌斯托大学、古根海姆博物馆及广场，可看成一个容纳各种元素的要点，被美术馆、历史悠久的住宅楼，大学建筑、各名家设计的商场、酒店、摩天楼等建筑所包围的中心。流畅的路径汇聚了来自四面八方的动能绿树成荫，开放流通的边界支持人们沿边闲坐中心三个口袋公园特色迥异，适合各种休闲和驻足停留的广场。

马丁·路德·金大道节点景观和标志性遗产项目：位于波特兰北部和东北部地区，很大程度上赋予了当地独特的地域特征。主要解决三个目标：第一，创建一个该地区的标志性区域，增强地方特色；第二，保护解释和纪念不同区域的历史文化街区；第三，建立一个公共区域来保存和展览社区的历史故事。通过与社区人士的密切沟通合作创建一个具有里程碑意义的道路节点和广场景观，展现了当地社区居民丰富的历史，周围是繁忙的交通及并不十分发达的商业区，标志着从高度发达的商业会展中心和劳埃德中心地区向波特兰东北历史丰富的住宅区和小企业过渡。向人们讲述这些故事的空间形式，并创建公共空间以便人们可以探讨这些故事，对过去和未来的居民产生深远影响。

总之，口袋公园是城市肌理空白的填补者，是城市流动空气的制造者，噪音的消灭者……更重要是，人们能在这里找到在都市里丢失的生活气息。在日常生活中，会发现城市街头也在不断提升改造，越来越多的口袋公园会浸润的我们的城市景观，让城市越来越宜居。

2.3 口袋公园发展的经验总结启发

因地制宜的设计方案

处于高密度的城市空间当中决定了口袋公园灵活的用地方式，可位于建筑物之间、街角，也可贯穿整个社区成为步行走廊，选址的多样性体现了对城市土地的高效利用；周边环境的差异决定了每个

口袋公园的服务对象和休闲设施。商业区口袋公园主要服务于上班族和购物者，需要安静的休闲和交流环境；居民区的口袋公园服务的是附近居民，应有儿童游乐空间和体育设施。一般来说，优美的景观、可供休息的座椅、有特色的标识等是口袋公园的基本要素；作为一个高效使用的公共空间，口袋公园的设计需要考虑到当地的气候条件，通过植被、水景、遮阳伞等形成良好的微气候，增加公园的可游天数，促进公园的频繁使用。

立足现代的文化复兴和创新

口袋公园立足于现代，不仅从物质层面，更从文化的深层结构——心态层面，即从现代人们的生活方式和生活需要，包括价值体系和审美心理出发，具有物质形态要素、文化心理要素、生态观赏要素。使现代城市环境能够给人以更高的精神享受，促进城市文化向现代化的复合、变异。营造具有自身社会价值和艺术价值的景观与场所，以创造性的设计联系历史与未来，体现创新的追求。口袋公园现代环境是景观作为建筑及其边缘空间的总和，更能全面反映人类对环境的知觉，更容易达成包含了文化和知觉体验。

认真全面的社会调查

口袋公园较小的服务半径和使用人群使得在前期调查中能够明确公园的用途和性质。在设计口袋公园之前，必须要有认真全面的社会调查，通过对当地社会经济状况、文化特征、人口特征、环境特征、周边设施的详细调查，确定公园的设计方案。泽恩在设计佩雷公园之前对项目所在区域进行了细致分析，包括这一地区的上班族如何使用他们的午休时间，购物者在哪里休息等，通过分析，它将佩雷公园定位为一个专门为上班族和购物者服务的公园。而皇家广场的设计者们发现由于阳光不足和休闲设施的缺乏使得这一地区的生活质量下降，因而在设计中通过拆除部分建筑扩大广场的方式增加广场的光照面积，并添置了休闲设施，使这一地区成为当地居民尤其是年轻人喜爱的场所。

公平正义的使用





响应社会公平正义，实现现代都市人对于绿化设施的普遍需求，口袋公园应当作为便捷使用的小型开放空间，成为资源共享、公平正义的体现。社会上的贫富差距愈发夸张，掌握财富的人所居住的高档住宅通常都配套有绿化设施，甚至依山傍水而建，而普通小区的绿化一般较为简单，通常是小区某个位置一定面积的草地或简单的运动器械，应当全民共享的公共资源如今向特定的群体倾斜。口袋公园理应成为城市公园系统的重要组成部分，过去只重视造型的各种绿地应当改造成为能够供人随时停留、自由使用的口袋公园。

灵活多样的管理模式

口袋公园面积小，投资少的特点使其与其他类型的公园相比，在管理模式方面更具灵活性。佩雷公园的建设和维护都由私人团体完成，皇家广场的管理由政府和社区公共负责。这种灵活的管理模式加强了政府与社区的联系和沟通，提高了公园的使用频率，降低了公园的维护成本，解决了建设和运营的资金问题。从大的方面来看，这种政府部门、私人团体和社区居民之间的合作方式在不仅保证了公园的良好运作，也是在旧城改造过程中重生城市活力、创造有生机生活的有效手段。

3 我国口袋公园发展

3.1 口袋公园历史渊源

中国园林艺术的历史积淀：中国的园林艺术有着三千多年的发展历史，造园艺术历史悠久，造诣极高是东方园林的代表，在世界上享有很高的声誉。形成了各具特色的几个园林类型，有北方的皇家园林、江南的私家园林以及岭南园林，其中最能体现中国造园艺术的集大成者的应当是江南私家园林，它优雅的意境表达完全能够代表中国文人的气质和整个社会的氛围。》

春秋战国时期：小型私园的始建：春秋战国直到魏晋南北朝时期，战争不断，朝代不断更替，社

会动荡，一些士人夫文人选择避世而居，寄情山水，在自己住宅庭院内布置胆尺山水，是体现身对至高道德境界的追求。他们的宅院内布置了小型山水，这也是园林小型化的开端。

唐宋时期：小园的发展：唐代白居易提出“中隐”，士大夫在院落里修建自然式的山水景观，让自身有身处大自然的感觉，以实现身在仕途、却活在自然中的目的。造园活动到宋代发展得更为普遍，社会的各个阶层都开始进行园林的建设。文人墨客、士大夫甚至把园林想像成为一方小天地，任由驰骋飞的理想境界。

明清时期：小园的鼎盛：江南园林是在明清时期发展到了一个顶峰，精致、优雅、灵动、巧妙，完全创造出了造园艺术的巨大成就。产生了大量的江南私家园林，它们面积不等，各具特色，散落在街头巷尾之间，成为人们的理想生活家园。作为城市中的人造山水，它们体现了人与自然和谐共生的理念。

3.2 我国现代口袋公园的发展

发展初期：

中国的公园很多都是由古代的私家园林发展而来的。这些大型园林建筑宏伟，活动内容丰富，但是一般体量较大，服务于全市人民，成为周末、节假日旅游的胜地，可达性有一定局限性，而非平日里居民活动的最佳场所。此后，方便日常使用的小型活动空间开始不断发展。伴随着城市中公共绿地、小游园、街旁绿地、居住区绿地及带状公园等发展，口袋公园呼之欲出，并成为新的发展局势下能够适应变化的空间形式。至今，城市口袋公园建设越来越受到重视。

上世纪七十年代，主要是小游园这一绿地形式，其内部环境建设较为人性化，包含有各种活动设施，有独立的平面构图以及功能构成。基于此，它与外部城市空间的隔绝性很强，无法将公园本身融入到城市整体氛围中。封闭形式使得公园作用得不到充

分发挥，也渐渐跟不上现代的公园需求。到九十年代初，视野开阔、气势恢宏、尺度巨大的城市广场建起来，与当时人的心理状况相符，存着雄心壮志，但是经时间验证，尺度太过巨大，人们在其中难以寻找到亲切宜人的感觉。

快速发展——应对需求

九十年代以后，我国城市化进程与美国上世纪六七十年代颇为相似，高度拥挤的城市环境和快节奏的现代生活给城市公园提出了挑战。历经四十余年高速城市化发展，中国城市空间呈现出人口密度和建筑密度急速增长的状态。人口爆炸，环境质量不断恶化，城市问题频频出现，居民身心健康得不到保障。人们对生活空间产生厌倦，对户外公共交流空间、亲近绿色环境越发渴望，城市中产生了大量的闲置空间，这种没有得到合理使用的城市空间对市民个人及公共生活的影响大多是负面的，逐渐演变成了当今中国城市很多区域的空间浪费。由此催生城市中日渐丰富的公园绿地形式，口袋公园就是最受欢迎的一种。灵活、方便的口袋公园见缝插绿形成不同的开放空间，提升城市的整体景观环境和文化氛围。口袋公园在很多城市中开始建设，口袋公园的建设水平虽在与时俱进。

新时代的大发展：城市双修和美好生活发生器

随着我国从高速度到高质量发展阶段，工业化和后工业化时存在，社会正处于全面转型的时期，成为美好生活的承载。进入存量时代，口袋公园成为实现生态修复、城市修补的“城市双修”的重要措施。生态修复，旨在有计划、有步骤通过一系列手段恢复城市生态系统的自我调节功能；城市修补，重点是不断改善城市公共服务质量，改进市政基础设施条件，发掘和保护城市历史文化和社会网络，使城市功能体系及其承载的空间场所得全面系统的修复、弥补和完善。由此，口袋公园成为各个城市解决我国年城镇化积累问题的重要措施，越来越多的口袋公园如繁星点点，在全国的城市中不断出现，点缀着美好的城市生活。

3.3 口袋公园的城市案例和存在问题

北京为拓展城市生态空间，依据“2016—2035北京城市总体规划”，“城市修补”不同于以往对城市建设采取大拆大建的的行为，针对首都功能核心区微绿地的建设需要在尊重城市现状的基础上，通过小、微、渐进、持续的更新模式进行，为城市更新改造提供理论指导。北京以中心城区为重点，充分利用城市拆迁腾退地和边角地、废弃地、闲置地，2018 年建成 50 处口袋公园及小微绿地，在百姓身边“见缝插绿”，让百姓“推窗见绿、出门进园”。

“花城”广州，公园种类繁多，如今学习借鉴北京市园林绿化建设经验，又因绣花精神诞生了口袋公园，坚持以人民为中心的发展理念，打造、推广和实施“口袋公园”。目前“口袋公园”工程主要由各区政府和园林部门负责，各区根据自身条件和实际，利用城市边角地、闲置地块等小区域“见缝插绿”，对口袋公园建设进行整体谋划、逐步推开。

青岛市 2018 年共建设“口袋公园”200 多处，七区三市均有分布。美丽青岛行动期间，青岛市通过专业设计与改造，将隐藏在城市角落，长期以来被忽略、被遗弃的微小空间转变成适合公众日常活动的载体，既实现了土地资源的精细化利用，又有效激发了社区活力，既提升了城市环境面貌，又满足了市民对美好公共空间的向往。随着《青岛市小型开放绿地（口袋公园）规划建设管理规定》的发布实施，口袋公园将得到更好的保障。为周边居民提供闹中取静、曲径通幽的休闲空间。让青岛市人民的生活更美好。

唐山越来越多的口袋公园如繁星点点，点缀着城市，美化着生活。青翠的树木、整齐的草坪、缤纷的花卉、蜿蜒的步道……在繁华的城市里延展出一幅诗意自然图画。眼下，行走在唐山高新区的大街小巷，一处处“口袋公园”呈现在眼前，成为繁华闹区中的静谧之地和居民纳凉聊天、健身休闲、文娱活动的好场所，带给人们满满的获得感和幸福感。

然而，目前国内对于城市口袋公园的建设开发还处在一个比较低的实践水平，往往被建设为景观

装饰绿地，进行一些简单绿化、雷同化的公共设施建设让口袋公园毫无吸引力，缺乏城市公共空间应有的精神特质的表达。已经建设起来的口袋公园功能还比较单一，效果不够理想，存在着设计不合理、园内设施不够人性化、后期管理不善等问题，在系统化、人性化、精致化方面仍需提升，需更加完善的理论指导和实际改善。

4 建议和展望

对于口袋公园规划设计提出建议：

全程策划，在旧城改造及新城建设中都应将绿地与建筑建设同时进行，尽量做到每 3-4 个街区有一个口袋公园；

人文关怀：公园出入口应具有较强的识别性并为残疾人提供专门通道，边界处应将园内外空间划分开的同时与周边环境相融合；

以人为本：园内空间应满足不同使用者的需求，促进多类积极活动发生，体现人性化在满足游人生理需求

生态环保：水体面积不宜过大，应设置排水设施，应加强水资源的再利用；

步移景异：园路设计应做到“因景设路，因路得景”，通过地形的抬高或降低丰富景观层次，达到以小见大、移步换景的游园体验。

文化底蕴：融入文化元素，并赋予一定文化内涵，让人们在游园的同时感受到城市的文化底蕴；

本土植被：加大乡土植物运用，遵循适地适树原则，植物大小体量、生长速度快慢相搭配，丰富植物群落，构筑全园点线面体结合的丰满立面植物景观结构，做到四季有景。

公共服务：作为公共基础设施和公共空间，更深的调查了解使用者去求，针对不同使用群体，提供上班族、老幼不同的公共服务。

户外活动：配备一定的户外活动器械和活动场地，满足户外活动需求。

总之，进入特色社会主义新时代，我国社会主义主要矛盾已经转化为人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾。随着人们对美好生活的追求不断增加，幸福感、大自然的向往与日俱增，大型公园已经不能满足人们的物质精神需求，人们会更渴望便捷、舒适、生态的开放空间，口袋公园在某些方面为解决这些美好生活需求的“不平衡不充分”显得尤为重要。



参考文献

[1] 王胜强. “口袋公园”要美观还要实用. 中国经济网 - 《经济日报》.2018-04-16
[2] 赵健鹏姜胜勇. 青岛：打造精致美丽的口袋公园. 中国绿色时报 .2019-02-18
[3] 国际园林博览会 . 唐山：13 个小而美“口袋公园”建成 .www.expo2013.net.2019-06-20
[4] 王海燕. 北京：闲置拆迁地变口袋公园. 北京日报 .2019-06-18
[5] 景一鸣. 从违建环绕到绿意近人“口袋公园”这样来到咱身边. 北京晚报 .2019-04-28
[6] 刘蓉娜. 口袋公园美观实用. 经济日报 .2018-04-17
[7] 张楠. “城市修补”理论下首都功能核心区微绿地规划设计研究. 北京建筑大学硕士 .2019-06
[8] 何赛男. 休闲视角下的城市公园更新与提升 -- 以上海市为例. 华东师范大学 2012-03-22
[9] 葛舒眉. 从观瞻到公平 -- 城市口袋公园规划设计研究. 南京大学硕士论文 .2012-03
[10] 北京图见 | 京韵园春来好景致 北京“口袋公园”扮靓居民生活. 千龙网 .2019-04-08
[11] 见缝插绿 秀出“口袋公园” 广州日报社 2019-03-23
[12] 刘云. 口袋公园 袋着都市生态新理念. 羊城晚报 .2019-04-24

从历史文化街区复苏 的视角看轻旅游发展

一年之计在于春，春光大好，即刻出发。伴随着生活节奏的加快，如今人们的旅行方式也逐渐发生了变化，随时出发的“轻旅游”越来越火热。“轻旅游”有别于传统旅游的概念，“轻装、轻便、轻松”的旅行方式正是“轻旅游”的理念所倡导的，同时也成为时下年轻旅游体验者所追求的旅行方式之一。

北京这座有着三千年历史的国家历史文化名城，拥有 800 多年的建都史，文化底蕴不言而喻。现有国家 AAAAA 级景区八个、国家级风景名胜区两个。随着“轻旅游”的发展，游客将不限于把知名景区作为旅游首选。新要素的层出不穷将新旅游“战场”与传统旅游区区分开来，推动旅游业出现一



些新的发展趋势和方向。传统的历史文化街区为来自本地的原住民以及外来的游客提供了别样的旅游感受，成为“轻旅游”中极为重要的组成部分。

设计艺术点亮城市空间 探索实践历史文化街区保护新模式

2009 年首届北京国际设计周诞生，为北京这座城市增添了一张崭新的名片。北京国际设计周是一个首次为设计师、专家、学者、政府、企业、公众、



媒体共同构建，为实现设计创新推动经济发展而构建的沟通平台，它全面地展示北京文化创意产业发展成果。

前门地区在过去近二十年间一直是旧城改造的重地，北京国际设计周将大栅栏改造项目设置为每年固定板块，同时还将大栅栏作为分会场，涵盖设计集群、工作坊、论坛、临时店、展览、艺术装置等诸多形式的活动将被有机地编织到胡同特殊的城市肌理及有趣的院落空间之中，通过空间改造、社区生态建设及环境提升、本地区手工艺探索及各门类艺术设计，持续加深大栅栏保护更新与改造的对话，部分群体也将成为大栅栏社区新主人永久入驻街区，成为繁荣复兴的种子，实现活化老街区的新景象。北京国际设计周实现让设计“牵手”大栅栏，每一次新理念的注入都能唤起老街区新活力。

2009 年，北京市政府探索新的旧城更新模式，位于北京宣武区东北部，大栅栏街道辖域东南侧的杨梅竹斜街成为文物保护试点。斜街全长 490 米，宽 5.5 米，杨梅竹斜街片区整体占地 8.8 万平方米，原是旧时京城最重要的出版商业街，现成为一个展示体验京味特色的文化街区。由北京大栅栏投资有限责任公司（国有地产开发企业）作主要投资，斜街片区总投资 52 亿元，首期腾退居民安置成本超过 13 亿元。产权由开发企业和居民分散持有，目前有各类特色店铺共计 60 家。（2019 年数据）



杨梅竹斜街的改造历程

街区空间更新：从街道景观设计、建筑单体更新及基础设施更新三个层面对杨梅竹斜街进行空间改造。代表举措包括：实施大栅栏 12 间公益设计计划，引进优秀创意设计更新街区；

街区产业更新：保留大部分原有店铺，植入与街区文化特性相符的店铺，增强文化氛围，避免过度商业化。代表举措：引入老北京兔儿爷等传统工艺品店，植入“内盒院”等建筑实验点；社区建设：引入大型策展活动，调动街区居民共同参与，构建新的活动及社会关系。代表举措：连续 4 年参与北京国际设计周，2014 年参与威尼斯双年展。

遗址保护：对街区内建筑按历史文化价值分类评估，价值显著的古建筑予以严格修复保护，此外，保留了大部分原有店铺形态，使原街区历史文化氛

围不因改造而丢失；点状更新：通过自愿腾退方式获取点状改造空间，避免大拆大建，降低开发成本，于此同时，选取适宜业态植入点状空间；

策展活化：引入北京国际设计周策展活动，将设计师、规划师的创意设计植入到街区，结合更新后的点状空间，联结成网，催化激发更多的生活、产业和社会关系，实现区域复兴。

杨梅竹斜街是政府主导下的历史街区再造，是一种自上而下的有计划、有目的地旧城改造，目前已发展成为有历史文脉与保护价值在的商业空间。相对田子坊与新天地，杨梅竹斜街是一种更为折衷的发展模式，其能较好的兼顾商业开发、遗址保护之间的平衡。但于此同时，为保护街区文化氛围而对入驻商业的筛选控制也减少了项目的收益来源，2014 年，杨梅竹斜街招商收入仅 460 万元，尚不足支付银行利息。项目的可持续发展性及可复制性尚且不足。未来，吸纳社会主体参与投资改造和带动社区共建将是保障其可持续发展的关键。



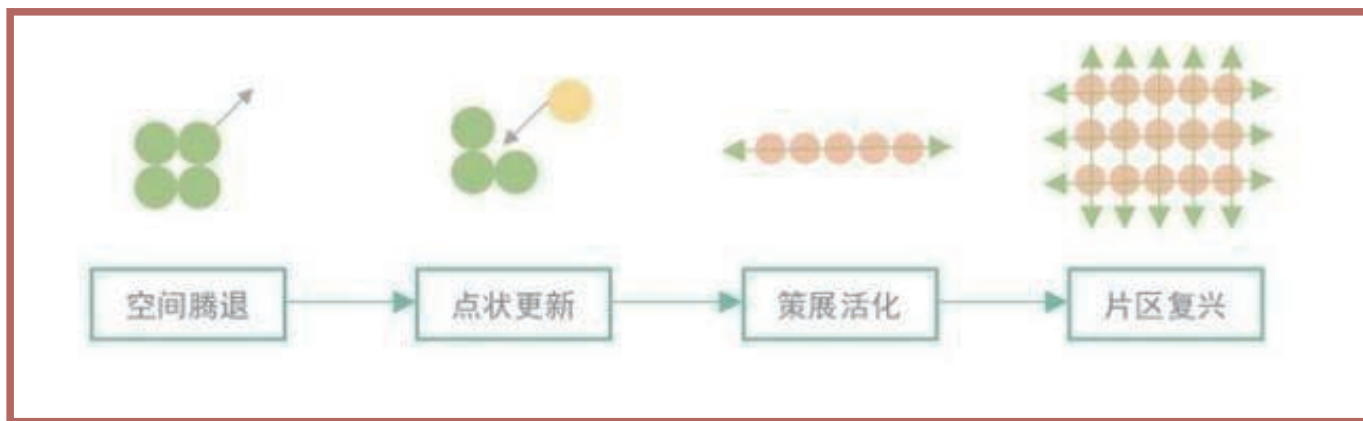
北京东城西打磨厂老院落“打磨”出的新生活

西起前门大街、东至崇文门外大街的西打磨厂街属于前门商圈。这条形成于明代的老街，因汇聚石器打磨匠人和店铺而闻名。清末民初，这里曾是前门地区著名的四大商业街之一。百年来，数不清的会馆、旅店、饭庄、票号、邮局、药铺等相继在西打磨厂街生长与消逝，许多旧址诉说着昔日的繁盛。街边矗立的清末旅店“义诚店”旧址、瑞华染料行旧址、始建于明代的临汾会馆……依稀能看到这里往日的繁华模样。

2014 年，在北京市政府、市规划和自然资源委员会、东城区政府的支持下，北京天街集团、北京市建筑设计研究院、北京天安时间当代艺术中心组成前门东区旧城保护与更新联合推动平台，发起以城市更新和保护为目的的“城南计划”，西打磨厂街作为这个计划的示范区，于 2015 年初启动了风貌恢复与建筑修缮工作。



如何留住北京味儿，还能使老街焕发活力？老街需要保留原先的味道，但新的功能又需重新建构，如何破题？相关负责团队从物理空间的修缮到新功能的注入都进行了深思熟虑的论证。确定了以修缮为主、少量新建、新老结合的原则，引入集群设计方式，聘请隈研吾、马岩松、朱小地等 7 位国内外知名建筑设计师，选取具有保留



杨梅竹斜街发展策略示意图

价值的 7 处院落，对建筑修缮和风貌重塑开展设计工作，确保街区建筑形态丰富，实现风貌保护、功能提升，激发新活力。



西打磨厂 210 号，原为瑞华染料行。这是近代中型店铺的代表性建筑，依稀可见门头印有“靛青颜料、零整批发”等字样，而门外的圆雕石相传为颐和园旧物。非常建筑师事务所将其改造为“打磨场共享际”生活区。传统的四合院经过建筑师之手变成了胡同长租公寓。曾经的临街铺面成为共享型的厨房、会客厅、洗衣房，里面有 14 间小公寓。每间屋子分为上下两层，底下是客厅、卫生间，二层是卧室。打磨厂 218 号（西打磨厂街 218 号）民国时期是家医院。建筑师马岩松和他的 MAD 建筑事务所在里面实施了大胆的构想：在四合院原有的结构和低矮尺度里挤进大大小小几个银色泡泡，不规则形状，外表光洁如水银，内部空间则不影响正常使用。现在这里是一家名为“和院”的高新科技



交流互动平台。不远处的打磨厂 220 号（西打磨厂街 220 号）院落由日本建筑师隈研吾的事务所改造设计，完成后一部分作为其事务所在北京的办公地址，另一部分是先锋文化活动空间，每月举办不同类型的文化艺术活动。该院在清末时期曾为协和医院旧址，先后作为苏联医院、日本医院使用。建筑大师隈研吾发挥其特长，使用了由两种铝质构件组成的不规则格网幕墙，罩在灰砖墙和玻璃幕墙外面，传统与现代的对比呈现了别样的张力。



古建筑的新生—修缮与再利用

故宫东北角的胡同深处，有一座 600 多年历史的智珠寺。它过去是皇家御用的印经、藏经所，曾经的地位比雍和宫还高。建国后被改为民用，但后来却被当作工厂、废品回收厂，最后沦为无人问津的废宅。直到 2007 年一位比利时人以私人名义开始修缮智珠寺，他坚持“修旧如旧”的原则，做的是修缮不是翻新，足足花费了近 5 年时间才得以完工。

如今的智珠寺被 Temple 东景缘团队打造成为以文物及当代艺术相结合，为世界顶尖文化艺术及品牌搭建与中国传统文化的交流平台。Temple 东景缘于 2014 年美国著名灯光装置艺术家 James Turrell 的作品“云集天界 Gathered Sky”带入中国，



作为在中国第一个也是唯一一个 Skyspace 装置艺术。2018 年日本的数字艺术创作团队 TeamLab 曾在智珠寺内北京 Temple 东景缘展出了一个装置艺术，“Enso in the Qing Dynasty Wall”作品是一件相对简单的 18 分钟户外投影，与过去展出的巨大互动装置不同。每天日落后，这件作品将在 Temple 东景缘内院东侧院墙上显现：黑色的墙体上，禅宗书画里的“圆相”在空间中一笔画出（空书），然后随着视点的转移，渐渐呈现圆相。圆相旋转，墨汁滴落，雾气蒸腾。最终，圆圈透明，墙体恢复黑暗。



本文部分内容来源：新旅界《老街区改造如何把握文旅新机遇？历史街区改造模式实例分析》、《前门东区的“新旧城”，北京最后一块老城区华丽变身》

不仅如此，除了文化艺术展外，这里还经营高端餐饮，TRB 作为北京现最为知名的法餐品牌之一，吸引无数食客到此一品美味，智珠寺的“面纱”逐渐被揭开，他逐渐走近大众的视野。



这种保护式开发的方式虽然兼顾遗产保护与商业之前的平衡关系，但还是引起了极大的争议。在很多人看来，大量融入现代因素其实是对古代文化的一种亵渎，而这些过于商业化的元素更是让智珠寺失去了原本的纯粹……智珠寺不仅是北京城的一个角落，他也仿佛是北京这座现代古都的一个缩影。

以上提到的街区活化改造、古建遗址保护等方面各有优劣，但从街区开发的方式来看，商业植入、建筑改造及文化策展几已成为街区活化的通用举措。未来，明晰街区改造中相关产权归属，缺乏文化遗产相关保护法，平衡街区传统建筑保护与商业开发之间的关系是复兴历史街区的重要考量点。e

旅游休闲街区 —— 感受都市里的慢生活



伴随着经济的发展，人们对于精神生活的追求越来越加重视，旅游休闲活动成为人们日常生活的重要组成部分。通过发展旅游休闲街区，不仅能够丰富本地居民的休闲娱乐生活，同时也能改善城市游憩环境，从某种程度上提高城市竞争力。因而，近年来，旅游休闲街区的建设与发展受到了各级政府管理部门与经营者的极为关注与重视。

今年1月份，文化和旅游部发布了关于发布2021年第一批文化和旅游行业标准的公告，旅游行业标准《旅游休闲街区等级划分》（LB/T 082-

2021）（以下简称《标准》）已经文化和旅游部批准，其中1项行业标准自2021年4月1日起实施。国内城市的旅游休闲街区逐步走向标准化与规范化。

一、什么是旅游休闲街区

根据《标准》，旅游休闲街区定义为：具有鲜明的文化主题和地域特色，具备旅游休闲、文化体验和公共服务等功能、融合观光、餐饮、娱乐、购物、住宿、休闲等业态，能够满足游客和本地居民游览、

休闲等需求的城镇内街区。

此文，《标准》将旅游休闲街区划分为国家级旅游休闲街区和省级旅游休闲街区两个等级，对街区内培育和践行社会主义核心价值观，倡导文明旅游、节约饮食和绿色消费等方面作出了规范。《标准》提出，旅游休闲街区应具有明确的空间范围、稳定的访客接待量、统一有效的管理运营机构、一定比例的地方文化和创意文化业态等。《标准》还对旅游休闲街区的可进入性、文化和旅游特色、环境特色、业态布局、服务设施、综合服务、卫生、安全、管理等作出要求。

二、旅游休闲街区要强调“主客共享”

旅游休闲街区的建设应该强调“主客共享”，甚至以首先满足本地客源的休闲需求为主，其次再考虑外来游客的需要。在中国文化管理协会文化旅游专业委员会顾问马牧青看来，城市休闲面对的市场一般是本城区、短距离、小半径的，并自带一种地域化的产业、文化和习俗，如土特产、非遗以及邻近的大学院校艺术和科技类资源和产品等。本地人到访可以增加此类街区的人气和重游率，平添市井气息的同时，也成为外地人旅游休闲的一道景观。也就是说，本地人的休闲是外地人旅游休闲的前提，并购成一种旅游休闲吸引力，这也是旅游休闲街区的基础市场和基本生存发展问题。

有鉴于此，旅游休闲街区无需贪大，更不要一味追求国家级或省级品牌，市场比品牌更接地气。做好了休闲才有旅游，做好了本地居民的休闲服务，才有省级、国家级的休闲街区。

三、旅游休闲街区重在城市休闲

在华东师范大学工商管理学院教授、博导楼嘉军看来，《旅游休闲街区等级划分》是在双循环背

景下，尤其是以国内大循环为背景的条件下出台的，利用旅游休闲街区的建设促进国内深度融合、加快文旅产业供给侧改革，最大限度地满足居民美好生活需要，是标准出台的一个重要内涵。另一方面，标准中旅游休闲街区前“文化特色鲜明”这个修饰词非常重要，就是要利用旅游休闲街区的建设弘扬地方文化特色，这也是文旅融合的一大契机。

文化和旅游部旅游质量监督管理所所长、全国旅游标准化技术委员会秘书长刘建明表示，《旅游休闲街区等级划分》有利于实现标准领域的文旅融合。该标准强调旅游休闲街区要突出文化特色，展现城市历史文化风貌，提供非遗展示及体验活动，将文化和旅游进行了有机结合。《旅游休闲街区等级划分》有利于满足多种类的旅游需求。根据该标准，旅游休闲街区融合商业、旅游、文化元素，满足本地居民休闲需求的同时，突出深度特色旅游体验，吸引和留住外来游客。《旅游休闲街区等级划分》有利于丰富旅游业态、发展夜间旅游。该标准重视引导夜间旅游发展，要求“旅游旺季宜有80%以上的经营单位营业时间到21时”等，利于发展街区“夜经济”。

国家发展和改革委员会城市和小城镇改革发展中心规划副总规划师胡天新认为，随着当下旧城更新成为许多城市建设方向，在旧城打造旅游休闲街区已是许多城市更新的重要抓手。然而，改造或新建的街区也存在街道尺度过大、外饰过于整齐单一、商业经营门槛过高、文化多样性被抹平、传统社区不能维系等问题，影响到更新后的文化遗产可持续性。由文化和旅游部组织的《旅游休闲街区等级划分》标准，站在文化和旅游发展的角度，从体验消费偏好和文化遗产活化综合角度来考量街区建设质量，对城市更新有重要的参考和指引作用。

四、旅游休闲街区打造要点

对于未来旅游休闲街区的地位和作用以及品牌塑造，首都师范大学资源环境与旅游学院旅游管

理系副教授刘爱利认为，未来旅游休闲街区要想突出自己的优势、塑造大众认可的品牌，需要关注多个方面：

一是街区的特色定位问题，特色化发展，始终是旅游休闲街区开发建设的核心导向，也是品牌化推广运营的前提和保证；

二是旅游休闲街区与旅游休闲城市的关系问题，将旅游休闲街区的开发建设，作为旅游休闲城市建设的关键引擎，并从城市更新、文旅融合等多视角出发认识旅游休闲街区建设的意义；

三是旅游休闲街区的业态培育与体系构建问题，基于街区定位的科学的业态规划，是助推旅游休闲街区脱颖而出、走向品牌化发展之路的关键之一；

四是旅游休闲街区的动态管理模式与机制创新问题，全国街区形态各异、类型多样，涉及的利益相关者错综复杂，需要在标准的引导下探索并创新旅游休闲街区的动态管理模式、监管运营机制、主客共享模式。



五、北京旅游休闲街区经典案例分析

1、北京坊——以城市复兴打造文化新地标

“大栅栏·北京坊”位于北京城市中央，正阳门外，中轴线西，与天安门广场直线距离约100米。

属首都核心区，是二环内从前罕有、以后难有的开放式商业街区。里面有百年劝业场、老字号谦祥益、交通银行旧址等历史老建筑，还有王世仁、崔恺等7位著名设计师操刀的京味新建筑。据相关负责人介绍，北京坊将通过对各类文化艺术的展示、体验和传播、输出，辅以少量的休闲及旅游产业和特色商业，实现传统文化和现代艺术的融合发展，进一步推动北京文化中心的建设。如今，对于北京的潮流文艺青年来说，北京坊如同三里屯、太古里一样，是一个必须要求打卡的潮流地带。

虽然坐落在前门大栅栏游客区，但北京坊与纷扰喧嚣并无关联，其呈现出来一种“大隐隐于市”的气质，身处其中，既能感受到历史文化的传承，亦能感受到传统与现代的融合，游客与本地客群在此地也难得统一，呈现出了一种全新的商业氛围。

建筑设计

在建筑设计上，为使每栋建筑精准的呈现出民国风风格，北京坊共邀请了七位建筑规划大师，根据中国建筑学家吴良镛先生提出的“和而不同”建设理念，完成了八栋沿街的单体建筑设计，延续民国风建筑特色的同时，也融入了每个人对当代建筑精神的理解，实现了新老建筑的互生共融。通过集群式设计，北京坊呈现出“一主街、三广场、多胡同”的空间格局，最终形成开放式、低密度的街区形态。

与此同时，北京坊整体建筑的完整性也很高，这背后源于设计团队采取了一个很重要的原则，就是要“保留岁月的痕迹”，保持了胡同肌理和坡屋顶设计，并采取空中连廊设计，从而使一座座单体建筑联系成为了一个有机整体。

业态规划

在业态规划上，为了能给消费者营造一种更加复合多元的文化体验的氛围，北京坊在商家的选择上有着特定的策略和门槛，通过业态重构和选商原则的方式遴选引入新生活、体验式的业态和品牌。多元化业态布局、品牌共建、内容创新是体现北京坊业态创新的核心。



北京坊入驻的品牌，几乎都是偏向于生活方式的复合类体验式店铺，涉及文化艺术、设计创新、消费体验、生活方式、餐饮美食等多品类的高端多元品牌，并且这些品牌还具有着“全球唯一”或“首店”的共同属性。



【北京坊维维尼奥香氛艺术馆】

北京坊维维尼奥香氛艺术馆是全国首家以“香

氛”为主题的艺术馆，集科普、探索、互动等多种沉浸式场景于一体。五感沉浸式玩香体验、浪漫而独特的设计装饰，已跻身成为北京坊必去的打卡点之一



【PageOne 艺术书店】

PageOne 艺术书店 北京坊店占地 2000 m² +，店内两侧高 6m 长 50m 的书墙直抵屋顶，黑白相间的书架和橱窗设计、各色书籍 搭配柔和的灯光，十足的视觉冲击力。



【提督京菜馆】

对蓝色情有独钟的提督，是一家地道的京菜馆。置身在提督露台，在品味鱼子酱脆皮烤鸭、鸭肉卷和鸭松生菜盏等满载创意和仪式感的京味时，你还能享有北瞰皇城，西临胡同的绝佳风景。



2、首钢园区

首钢园位于北京市石景山区石景山路 68 号，是老工业遗存改造的完美演绎，设计既保留了老工业遗址的硬核工业风质感，又赋予了园区新的活力与时尚，使工业元素与潮流运动完美融合。

从 1919 年北洋政府筹建至今，首钢园已有百年历史，在我国炼钢史上占据重要位置。北京申奥成功以后，为改善北京的整体生态环境，2010 年年底，首钢北京石景山园区钢铁主流程全面停产。闲置的首钢北京园区没有拆除，而是以保护和利用为基础，在原先的工业场地上进行规划和改造，首钢老厂区逐渐改造为以钢铁工业文化遗存为特色的



主题文化园区。2015 年，北京 2022 冬奥组委选择园区作为办公地点，首钢以此为契机，开始大力推进园区建设。改造的主思路为保留和加建，大量工业遗产得以保持原貌，在原有结构基础上添加新的产业内容。

三号炉是首钢最大的炼铁高炉，是百年首钢炼铁史上的功勋高炉。高炉及其附属设备高大恢弘，给人以强大的视觉冲击，它在秀池中形成的倒影与实体相连，形成如海市蜃楼般的美景。三高炉是其中最早改建好的一座地标建筑，一楼区域被开发为艺术书店，冬奥纪念品商店也已开门营业，高炉主体部分将来会作为沉浸式体验工业文化的博物馆对民众开放。

2018 年利用首钢园内老工业厂房改造建成的冰球、冰壶、花样滑冰、短道速滑四个场馆（简称“四块冰”），均具备专业级、赛事级、国际级、奥运级标准，正积极服务保障国家队备战 2022 年冬奥会。



【首钢冰球馆】

如童话故事里“水晶鞋”一般的首钢滑雪大跳台是园区的明星项目，这里将成为 2022 年北京冬奥会滑雪大跳台项目比赛场地，是世界上首例永久保留和使用的滑雪大跳台场地，赛后兼用于单双板滑雪与空中技巧滑雪运动。



【首钢滑雪大跳台】

冬奥元素激活了首钢石景山老厂区，老首钢的厚重与新冬奥的活力相得益彰。园区已陆续与腾讯演播厅、冬奥云转播中心、当红齐天幻真乐园、香格里拉啤酒坊、全民畅读艺术书店、亚太文融、墨甲音乐机器人、美团无人超市等多个新项目完成签约。



【首钢星巴克，充满工业气息】

星巴克作为首钢园区第一家招商引进的商户，在 2018 年 9 月就已经开业，成为游客必到的打卡地。

在首钢园区，科技和文化迸发出创新的火花。园区联合当红齐天集团在 1 号高炉打造的全球首家大型 VR“幻真乐园”，将为年轻消费群体提供科技光影秀、VR 沉浸式体验、潮流赛事等数字感官享受；更有由清华大学旗下品牌清城睿现打造的“RE 睿·国际创忆馆”落户北七筒 4 号筒，项目通过 5G+8K 高清影像、AI+AR 等技术打造数字化沉浸式展厅，已在 7 月 11 日开放试运营，让观众领略文化科技赋能工业遗存的独特魅力。

从工业遗产到冬奥遗产，首钢园借力国际级项目实现城市更新，同时借力冬奥的影响力转变既有形象，并搭上了发展体育产业的快车。2019 年，首钢园区的定位更加明确。“传统工业绿色转型升级示范区、京西高端产业创新高地、后工业文化体育创意基地”，主导产业明确为体育+、数字智能、文化创意。昔日的首钢华丽转身，已成为北京极具代表性的工业遗产休闲街区及网红打卡地。



3、侨福芳草地——艺术商业的典范

侨福芳草地位于北京市朝阳区东大桥路 9 号（东大桥路西侧，朝外南街和日坛北路间），紧邻北京 CBD 核心地带，总面积达 20 万平方米，是一座集写字楼（建筑面积 8.2 万平方米）、时尚购物中心，艺术中心和精品酒店于一身的创新建筑。侨福芳草地位于朝阳区芳草地社区，立足于芳草地浓郁的国际氛围与优势地段，致力打造多元的商业及



文化休闲综合体。其领先的环保设计和丰富多元的艺术氛围构成了侨福芳草地的独有特色。

侨福芳草地图，它是一个被玻璃罩着的金字塔形状的建筑。

侨福芳草地图内部吊桥——这个吊桥的设计本意，并不是为了创造记录。而是采用了“隔而不绝”的概念，让大家可以自由穿行其中，不因建筑体的存在而形成阻挡不便。

侨福芳草地图是商业与艺术完美融合的实验产物，代表着艺术对于空间的另一种诠释。购物于其中，随处可以邂逅各种风格各个国家的艺术精品，阳光从透明的房顶射入，空气中特有的香氛伴着音



乐，营造出一种艺术的氛围。你可能很难在别的地方体验到这样一种超越消费带来的购物愉悦感。

4、北京 798 休闲街区

斑驳的红砖瓦墙，错落有致的工业厂房，纵横交错的管道，墙壁还保留着各个时代的标语。马路上穿着制服的工人与打扮时尚前卫的参观者相映成趣，历史与现实、工业与艺术在这里完美的契合在了一起，这里就是北京 798 艺术区。

798 艺术区位于北京朝阳区酒仙桥街道大山子地区，故又称大山子艺术区（英文简称 DAD-Dashanzi Art District），原为原国营 798 厂等电子工业的老厂区所在地。艺术家和文化机构进驻后，

成规模地租用和改造空置厂房，逐渐发展成为画廊、艺术中心、艺术家工作室、设计公司、餐饮酒吧等各种空间的聚合，形成了具有国际化色彩的“SOHO 式艺术聚落”和“LOFT 生活方式”，引起了相当程度的关注。

这里汇集了画廊、设计室、艺术展示空间、艺术家工作室、时尚店铺、餐饮酒吧等众多的文化艺术元素。



各类文化机构 400 余家，分别来自法国、意大利、英国、荷兰、比利时、德国、日本、澳大利亚、韩国、中国大陆、中国台湾、中国香港等国家和地区。

如今，798 已是世界上炙手可热的艺术区，并被列入第一批优秀近现代建筑保护名录；成为中国

文化艺术的展览、展示中心；成为国内外具有影响力的文化创意产业集聚区。来自世界各地的艺术文化都在这里呈现。无数场艺术盛宴都在这里掀开帷幕。

尤伦斯当代艺术中心位于北京 798 艺术区核心地带，2007 年 11 月开馆，是由比利时

收藏家尤伦斯夫妇创建的一座为艺术爱好者服务的公益性艺术场馆，每年举办约 10 个不同规模、主题广泛的艺术展览，使观众得以近距离接触当代艺术和体会作品所蕴藏的艺术理念。

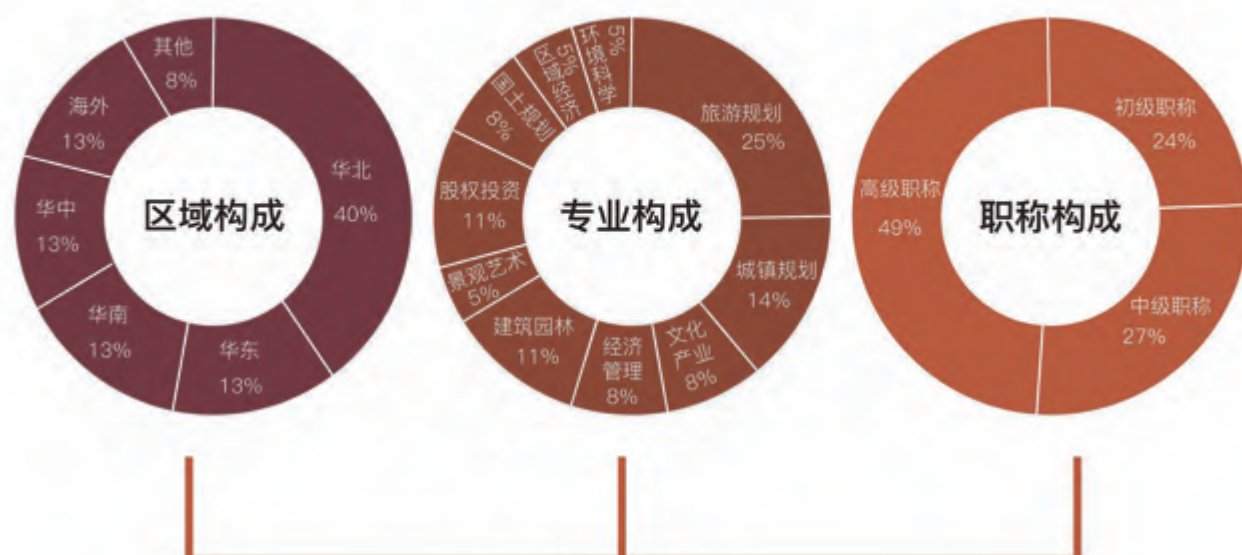
798 艺术工厂位于北京 798 艺术园区中心地带。这里的房顶为独特的锯齿弧形，是 50 年前东德人设计监制的。空间最大限度地保留了原德国包豪斯设计风格的建筑结构，并保留了旧厂使用过的机器，798 艺术工厂也是 798 艺术区的必打卡之地。

火车头广场位于 D·PARK751 广场，是 798 艺术区二期工程。前身是北京正东煤气厂，火车头广场是 751 的一张名片，这里的蒸汽机车头是上世纪 70 年代初由唐山机车制造厂制造，这台老机车入驻 751 后更名为“上游 0751”。



博雅团队 - 集团智库

因为热爱，所以相聚。博雅团队聚集了一批热爱文旅产业，同时又极具战略视野和专业素养的有识之士，共谋发展。他们大多来自知名院校、科研院所、社会机构，在旅游投资、产业咨询、产业规划、文旅规划等领域，或是理论方面有深厚的研究，或是在实践方面有不菲的成果。庞大的行业智库资源，是博雅方略文旅集团不断壮大的强大后盾。



博雅专家构成

博雅智库团队多年来一直并将持续顺应行业发展趋势，凝聚专家智慧，为区域、行业发展提供高质量的智力咨询与智库服务。

