

# “看风景”的传统旅游 发生了哪些变化



贵州花江峡谷大桥。新华社发

### 做一个觉醒的人

#### 听演讲

以下是作家梁鸿在钥匙玩校×UNSCCHOOL第七季家长写作营上的发言。内容有删减。

■梁鸿

写作可以有很多功效。其中之一就是,如果我们内心有什么郁结的事情,写作本身就是一种抒发,在某种意义上甚至是一种疗愈。就像当我们心情不好时,约朋友一起出去聊聊天,吃个火锅,可能心情慢慢就好多了,写作也能够起这个作用。

而更关键的是,写作还能让你更加深入地去叩问你的内心。当我们想一件事的时候,往往不会特别深入;而当我们将思绪慢慢写下来时,就必须整理你的思想,它就变成一件必须面对自己内心的事情了。

即使是常年写作的专业作家,也仍然需要一些片段式的写作。随时随地的、偶然的想法的发生,是转瞬即逝的。我们记录下一些片段性的话语,其实都是及时的内心的整理。

写作是一个反观自己行为和内心的最好方式。举个例子,当你跟孩子发生了不愉快,或者你自己非常困惑、非常失望、非常伤心的时候,你坐下来,拿起笔开始写作。那个时刻,其实意味着你开始审视你跟孩子之间的关系,开始审视你的内心。

所以,大家不妨养成一个记录的的习惯。比如,“今天,我的孩子不开心。回家的时候,他可能本来想向我诉说什么,但我没有接住,后来这件事就断掉了。”但是如果你把它记下来,到了第二天、第三天……下次孩子再这样的时候,你也许就接住了。因为,书写下来,就意味着这个状态被发现了、被记录了。

如果我们能保持这样一个习惯去坚持写作,坚持记录,我们就一定能够重新建构一种新的亲子关系、夫妻关系以及与父母之间的关系。为什么?因为当我们记录下来,我们同时也还原了场景,我们在做深度思考。

我们算一算,我们对孩子说过几句话。除了“赶紧写作业去”“赶紧把手机放下”“你怎么考试又考不好”,你还跟孩子聊过什么?你有没有认真地从孩子的角度想一想?也许,写作在某个时候能够帮助你跟孩子之间展开一场虚拟的对话。

这是一个非常重要的时刻。它意味着我们不再只是那么沉郁压抑,不是和孩子之间一直保持一种非常紧张的关系。当我们开始反思自己、警醒自己的时候,我们的行动就会慢一点,我们的语言也会慢一点,我们稍微停顿了一下。停顿是极为重要的,哪怕是一秒两秒。就在你犹豫的那一秒,意味着你开始想:我不能再按照原来的惯性对待孩子了,我要有一种新的方法。

在某种意义上,写作就是在和自己的内心对话,在重新寻找一种方法——一种适用于自己、自己的孩子、自己的家庭的方法。

在我写的《要有光》一书出版之后,很多家长问我:你好像没有给出一个具体的方案,你到底有没有方案让我去参考?

我不是心理学家,我不能随便给出方案。而且,我们面对的是孩子,是生命,每个家庭不一样,每个孩子的个性也不一样,并没有统一的方案。每一个方案,都是在家长和孩子一天一天对话、一天一天生活的过程中慢慢生成的。

另外,我建议大家一定要多读书。读书能够让我们的视野延展,让我们的心灵延展,让我们重新思考自己在这个世界上的状态。还有非常重要的一点:当你在读书、在思考、在记录、在认真生活的时候,你的孩子一定会感受到新的。

要有光,我说的不单单是我们要给孩子光,我们也要给自己光。我们为什么不去充实自己,让自己越来越好?这样,你就不必再把所有的目光完全投注到孩子身上,把你所有的紧张、生活中所有的压力都传递给你的孩子。

当我们自己慢慢成长,我们意识到自己是一个有限的人,我们要学习,我们要自我成长。自我成长是一生的事情,人永远不可能做到完美。我们也是第一任父母,所以,我们也要学习,去学会跟孩子交流。当你慢慢这样做的时候,你一定会发现,对孩子,你变得心平气和了。

鲁迅先生在100多年前说过“我们现在怎样做父亲”。他说过一句话:我们要做一个觉醒的人。我觉得,一个觉醒的人,首先是一个会思考的人,是一个愿意思考的人,不管在任何时候都愿意思考,而不是一套固定的观念。从这个意义上说,写作既是你疗愈自己的方式,同时也是让自己成长的方式。

我希望大家能够坚持把写作作为一个日常的习惯。我们通过写作来审视自己的内心,来审视我们跟孩子的关系,跟家人的关系。同时,我也会从中体会到文字的快乐、思想的快乐。

游客在江苏扬州瘦西湖风景区赏梅。新华社发

统一延长至240小时,极大便利了外国人来华旅游和商贸访问。国家移民管理局的统计数字显示,2025年1月至8月,全国边检机关累计查验出入境人员4.6亿人次,其中免检入境外国人同比上升52.1%。

随着我国入境游的热度持续升温,越来越多的外国游客开启了一段“说来就来”的中国游。在海外社交媒体上,“China Travel(中国旅游)”标签的视频总播放量达到近10亿,“city不city(网络用语,意为‘时髦不时髦’)”“周五下班去中国”成为热词。凭借着电影《阿凡达》取景地的标签,湖南张家界成为很多欧美游客的向往之地。以前来张家界旅游的外国人主要是韩国人,很多韩国游客把张家界当成孝顺父母的一个重要的旅游目的地。而今天,欧美游客也越来越多地到访张家界,这和免签政策有很大的关系。

中国游还带火了“中国购”。在离境退税即买即退政策的加持下,外国游客的消费意愿也很高涨。过去,外国人到中国来,可能会买一些丝绸、字画以及传统的非遗商品,而今天的统计数据显示,电子产品成为入境游客的优先购买目标。在深圳华强北商业圈,手机、无人机、扫地机器人等热门科技产品吸引着很多外国游客以及采购商。在“世界超市”义乌,外国游客增幅高达2.6倍,他们不仅采购商品,也带动了当地的餐饮、住宿等服务业。

除了购买以外,外国人在旅游目的地的体验也越来越丰富。中国旅游研究院入境游客满意度专项调查显示,超六成受访者将体验中国文化作为来华旅行的主要目的。他们更愿意感受现代中国的新气象,他们会到中国各地品尝米其林餐厅,去参加各种群众文化活动。比如,沿着北京中轴线骑行游览,为的是能够接触一个真实而接地气的中国。

为满足国际游客多样化的需求,我国积极采取措施提升旅游服务质量。通过大额刷卡、小额扫码、现金兜底的手段,让外国人在消费支付上无后顾之忧。多语种服务AI翻译、智能导览等工具的广泛应用,解决了外国游客的实际需求,高铁、地铁等基础设施更是让外国人在中国旅游越来越方便。这些软硬件的全面升级,共同构筑了一个更加开放、包容、便捷的旅游生态,让外国游客不仅来得了,更能玩得好、留得住。

回顾1999年,首个国庆“黄金周”7天共有2800万人次出游,这在当时已属重大突破。彼时,旅游市场的管理与疏导主要依赖传统手段,能力相对有限。而到了今天,即便在去年国庆连续8天的假期中,每天平均出游人次都突破1亿,我们仍能迅速、精准地掌握整体运行情况,其间未发生重大旅游安全事故。这一成绩,若无现代化的治理体系和治理能力作为支撑,是难以实现的。旅游治理能力的现代化,不仅保障了超大规模旅游市场的平稳运行,也为“美丽中国”的国际形象奠定了坚实基础。

2025年上半年,游客满意度指数首次攀升至84.01分,创下历史新高。在旅游评价体系中,80分以上已属高位水平。值得关注的是,港澳地区入境游客的满意度达83.60分,外国人入境游客满意度更是达到了84.42分。这些评分源于广大游客的真实体验与评价,直接反映出我国旅游服务质量的提升。

未来,我们需要密切关注旅游产业的一系列变化。首先要关注旅游者的需求与行为变化。其中,最显著的一点是游客对行程自主决策权与体验主导权的诉求日益强烈,个性化、品质化已成为核心消费导向。我最近去了黑龙江伊春,在飞机上,坐在我旁边的一位退休高校老师告诉我,他之所以选择到伊春去游览五花山,是DeepSeek推荐给他的。这说明,当下游客获取旅游资讯的渠道已实现前所未有的多元化和便利化。

游客对旅游目的地的分享和体验也变得更加个性化。除了通过网络攻略参考他人的旅行经历,一部分游客更倾向于遵循自我意愿,甚至催生了“窝囊游”这一新型体验模式。与传统旅游“赶早打卡,全员同步”的模式不同,年轻人更偏好自主安排行程。早晨可以睡到自然醒,对于他人热衷的登山活动,既可以在一旁喝彩,也可以选择乘坐自动扶梯直达山顶。在他们看来,这种低耗能、重舒适的“窝囊游”同样能欣赏美景,也能满足自身需求。

此外,随着60后、70后逐步迈入退休阶段,这一群体将成为银发旅游的核心力量。他们可能会选择高端的旅游列车,可能会选择自驾远行,也可能会选择一个山清水秀的地方待上十天半个月,过一种候鸟式的度假生活。这些“活力老人”逐步加入旅游消费大军,必将给旅游市场格局与旅游服务模式带来前所未有的深刻变革。

其次,要关注旅游从业者的变化。可以预见,90后、00后等年轻群体将逐步成为旅游行业的新生力量。这一群体兼具深厚的文化素养与开阔的行业视野,能够熟练运用现代化的科技管理和投资工具。更重要的是,他们所秉持的工作与生活平衡的新理念,将为行业注入全新的价值导向。

总而言之,旅游已经成为我国人民美好生活的重要组成部分。只要我们继续推动优质文化资源和旅游开发的深度融合,持续强化科技赋能产业发展,就一定能够加快构建现代旅游体系,推动旅游业高质量发展行稳致远。

这样的城市旅行,地铁、公交、网约车与共享单车已成为主流出行选择。而在北戴河等度假区,电动摩托车等共享交通工具的普及,使游客能够灵活穿梭于景点之间,实现“随扫随走,随处可还”。可以说,我们已经迈入了“陆海协同、立体出行”的旅游新时代。

交通方式的多元化还推动了自由行的比例持续攀升。自由行比例持续攀升会对旅游经济尤其是目的地经济带来什么影响呢?那就是消费形态日趋下沉,“烟火小店”热度提升,当地居民在旅游发展中期有了更强的获得感。在传统跟团游中,游客的行程局限于景区、指定购物点和酒店,与当地老百姓的生活几乎是绝缘的。如今,游客更倾向于自主探索、散客化出行,“你的美好生活,让我也来分享”。这一变化,深刻改变了旅游方式乃至整个旅游产业的运行体系。

只要我们能继续推动优质文化资源和旅游开发的深度融合,持续强化科技赋能产业发展,就一定能够加快构建现代旅游体系,推动旅游业高质量发展行稳致远。

去年国庆黄金周期间,在广州南沙,广州超级草莓音乐节共吸引了近9万乐迷到场。在北京,中国网球公开赛与世界乒乓球职业大联盟中国大满贯赛事同期开赛,观众总量超过20万人次,其中近四成成为外地游客,带动周边酒店订单增长65%。村超、苏超赛事游持续火爆,非遗旅游热情高涨,冰雪旅游不断升温,跟着演出去旅行更是成为新风尚。文化成了支撑旅游景区生命周期延长的最重要的力量。

河南郑州“连心里”街区成为网红打卡地,正是一个生动案例。因其名称寓意美好,且街道的尽头坐落着婚姻登记机关,许多年轻人登记后在此打卡留念、消费体验,把文化情感转化为实实在在的旅游吸引力。由于文化的加持,传统景区的底蕴更深厚了,新型的街区、商圈也成为游客愿意到访的地方。

今天,游客走进县城、县城中心城镇乃至小众目的地游览,何尝不是为当地的经济社会发展注入新的活力呢?游客纷至沓来以后,当地市场变得越来越丰富,各种咖啡馆、餐馆、民宿、酒店等业态不断进入,资本与专业人才也持续涌入。旅游,正在以前所未有的力量,影响并创造着新的当代生活。

此外,现代科技的加持也重塑着旅游产业的形态。无人机、机器人、人工智能与大数据的广泛应用,不断拓展着旅游的内涵与体验边界。最近我去甘肃敦煌参观了一个光能发电新能源基地。这个基地里有10000多片镜面,每片镜面都有100多平方米,这些镜面随太阳轨迹转动,将光线反射至熔盐塔,使其温度升至500℃至1500℃用以发电。我穿行其间,仿佛进入了一个现代科技的森林,深感震撼。科技本身也可以成为一道最美的风景。所以,“科技+旅游”项目,特别是那些大国重器、大科学工程也正在吸引着越来越多的游客。

“十四五”期间,我国的免签政策持续优化,对75个国家实行单方面免签或全面互免签证,过境免签国家扩展至55个,入境口岸增加至65个,停留时长

今年春节假期,全国国内旅游出游人次达到5.96亿,国内出游总花费达到8034.83亿元,游客人数和花费均创历史新高。

回顾“十四五”,中国人的旅游发生了哪些变化?我国旅游业的发展取得了哪些优异的成绩?未来,推动旅游业高质量发展又将如何发力?请听中国旅游研究院院长戴斌在“中国经济大讲堂”上的深度解读。

■戴斌

### 我的行程我做主

假日旅游,是国民经济的“晴雨表”,也是社会发展的“温度计”。我们先通过假日旅游的成绩单来看看中国人民的美好生活。

以2025年国庆、中秋重合的8天“超级黄金周”为例,全国国内旅游出游人次达到8.88亿,比2024年的7天国庆假期增加了1.23亿人次。同时,国内旅游总花费也达到了8090.06亿元,比2024年增加了1081.89亿元。从出行特征来看,游客平均出游半径超过220公里,近八成游客到访了2到3座城市,节假日末期错峰出游的人也多了起来。从出游方式上看,自驾游成为主流选择,占比达到45.7%。从目的地体验来看,文化底蕴深厚、文化丰富的景区备受关注。很多游客会跟着赛事去旅行,跟着影视剧去旅行,跟着音乐会去旅行。到了旅游目的地,他们和当地居民一道体验当地的民俗。很多游客还会被高科技营造的新场景吸引,比如去体验低空飞行等。

值得注意的是,一些意想不到的场景正成为旅游新空间。2025年9月28日,贵州花江峡谷大桥正式运行通车。这座主桥跨度和桥梁高度都是世界第一的大桥一开通,就吸引了众多游客慕名前来打卡,仅国庆假日期间便创造了超过1亿元旅游收入。在这座大桥上,游客可以领略祖国壮美的山水,可以近距离接触大国工程,也可以体验有绳蹦极、无绳蹦极、低空跳伞、空中漫步、竞速跑等高空项目,还可以坐着电梯到最高处喝一杯咖啡,甚至还有年轻人到那里去登记结婚,让旅行变得更加甜蜜。

一些传统景区由于文化和科技的赋能,有效延长了游客停留的时间。比如广东韶关的丹霞景区,过去以日间观光为主,如今借助光影技术与文化叙事,实现了“白天观景,夜间赏文”。在明月映照下,呈现出山水与人文交相辉映的沉浸场景,为游客带来更多元、更丰富、更深度的体验。

这些变化的背后,反映出了游客对情绪价值的追求,以及“我的行程我做主,我的体验我定义”的旅游新理念。在这一趋势下,越来越多的旅游目的地正成为“近悦远来、主客共享”的美好生活新空间。

### 神州无处不风景

过去5年,如果让我用一句话来概括中国旅游业发展的成就,那就是旅游确实实实在在地成了人民美好生活的刚性需求。

如今,城乡居民每年人均出游频次已经超过4次,意味着我国14亿人口平均每个季度就要去旅游一次。这一了不起的成就对中国式现代化进程与全球旅游业繁荣均具有重要意义。而更关键的是,旅游观念从传统的“看山看水看风景”转向“体验生活之美”。这种观念的转变,是过去5年旅游业发展最根本的进步。

随着大众旅游进入全面发展的新阶段,游客需求持续升级,主要体现在两个方面。

一是参与主体的扩大。过去未充分参与旅游的城镇居民和农村居民正加速融入旅游浪潮。去年国庆中秋假期,农村居民的出游人次占总人次的11%,其旅游参与度达到22%。这一变化标志着旅游正从“少数人的享受”转变为“大多数人的权利”。

二是需求结构的深化。游客对目的地的选择与体验方式,日益注重品质化与个性化。不是说5A级景区我就一定要去,不是说别人去的地方我也一定要去,而是主动寻找那些更能符合自己情绪价值的地方,去体验自己愿意享受的生活方式。这一深刻转



### 陆海协同 立体出游

变,推动旅游市场格局呈现出“下沉化”的特征。

过去,旅游热点多集中于北京、西安、上海、桂林等传统名城。而今天,“神州无处不风景”正成为现实,不仅一二线城市,越来越多的县城及县域中心城镇也开始受到游客青睐。遍布全国的超过250座机场中,绝大多数年吞吐量在100万人次以下,这些“小机场城市”的周边往往集聚了高等级景区,基础设施与公共服务日益完善且性价比突出,因此吸引了越来越多的游客。像延吉、乌兰浩特、阿勒泰、日喀则、武夷山等地的走红,正是这一趋势的生动体现。

所以,消费需求升级和旅游目的地的“下沉”,共同构成了过去5年间中国旅游业发展的鲜明主线。

### 入境游热度 持续升温

我们过去讲旅游经济,总讲要抓好“七节两季”,即元旦、春节、清明、端午、劳动节、中秋节、国庆节“七节”和夏、冬“两季”。时至今日,“七节”依然是观察旅游经济运行的重要窗口,但“两季”正逐步拓展为“四季”。冬季的冰雪民俗、春季的踏青赏花、夏季的避暑研学、秋季的登高望远,都成为人们出游的理想时段。

从空间维度看,过去旅游多以山水风景和城市观光为主,交通方式以高铁、飞机为主导。而如今,海上邮轮、内河游船、自驾出游、专列旅游、研学旅行等多样化出行方式,极大丰富了旅游产品供给,繁荣了整个市场,也有效缓解了旅游淡旺季与目的地之间的体感温差。

交通方式的变革显著缩短了人们的心理距离。在绿皮火车主导出行的时代,许多遥远的目的地在假期往往难以成行。而随着高铁时代的来临,尤其是自驾游的普及,很多旅游目的地、旅游资源开始进入了旅游产业体系。交通体系的完善不仅体现在城际的大运量输送,也深入旅游目的地地的“微循环”系统。在北京、上海

### 文化、科技 加持旅游业

### 人民美好生活的重要组成