

「慢節奏」漸成「中產時尚」

【本報記者王婧輝專訪】

在「長壽之鄉」廣西巴馬的賜福湖畔，余乃勝常常一個人靜靜地拍攝夕陽。

「城裡都是樓，看不到夕陽。」余乃勝說。他和妻子在巴馬經營着一家度假村。

就在兩年前，這樣世外桃源般的生活對他們來說是天方夜譚。

當時，余乃勝還在深圳經營一家工廠，每天開着路虎堵在去各種應酬的路上。「堵車堵得脾氣越來越大！」

「當時就想逃離深圳，我本來就是個慢性子。」33歲的余乃勝說。於是，他轉手了工廠，出門旅行。一天，他走到「盛產」百歲老人的巴馬，愛上了那裡的閒適，「一衝動就買了湖邊的一個小旅館，留了下來。」

在雲南、西藏，像余乃勝這樣的人不少。慢並不意味着沒有發展。余乃勝擴大了原來的旅館規模，在當年買來的幾間平房旁邊，又建了一棟木樓和一棟磚樓，並精心進行了裝飾，「讓客人們住得舒服點，睡到自然醒。」

比起在深圳的日子，小夫妻的生活慢了许多。余乃勝每天都吃早飯：紫薯、甜玉米加上黑色小米熬的粥，「在深圳的時候常常一忙起來，早餐就錯過了」。

人們對慢節奏的渴望在新浪微博上也有所體現，帶「慢生活」字樣的微博帳號就有上千個，博主們有周末去郊區種地的城市菜農，貪戀織物柔軟手感的棉麻控，每天下午給同事講兩個笑話的小哥，還有資深「呆客」、拼布老師、裁縫等等。

心理學家認為，人們在繁忙工作之餘，在生活節奏上形成一種放慢的習慣，有助於整理情緒，舒緩壓力。對於大多數人來說，目前還不具备完全實現「慢生活」的條件，但至少可以先從「慢心態」着手，循序漸進地調整生活節奏。

（本報記者王婧輝專訪）



▲4月29日，2013中國昆明國際文化旅遊節昆明狂歡節在春城昆明開幕，精彩的雲南少數民族表演讓許多外地遊客直呼過癮

簡訊

滬鐵客流量超春運高峰

本報記者29日從上海鐵路局獲悉，今年「五一」小長假首日華東地區鐵路迎來旅客出行最高峰。滬鐵轄區的長三角皖蘇浙滬「三省一市」鐵路全天預計發送旅客超過165萬人次，比今年春運最高日還要多出40萬人次，再創歷史新高。同時，滬鐵的旅客發送量在全國18個鐵路局中繼續保持第一位。

當天，滬鐵全局增開列車91列，包括長途車9列和中短途82列。上海站加開的臨客主要為南京、合肥、阜陽方向，上海南站加開臨客主要為徐州、江山、深圳方向，上海虹橋站加開臨客主要為北京、南京、杭州方向。

【本報記者楊楠】

京高速小長假首日事故頻發

小長假首日，北京大量市民出遊，加之高速公路免費通行，29日0時至17時，北京市高速公路交通流量超過120萬輛，同比增逾一成。29日7時以後，京開、京港澳、京藏、京承等高速公路重點路段出京方向車多擁堵、車行緩慢。北京市交通委相關負責人透露，交通事故是29日道路擁堵的主要原因之一。

經統計，29日0—17時收費公路共發生交通事故32起，其中京藏11起、京港澳10起、京開5起、京承至少1起。預計30日北京市高速公路交通量約為186萬輛，比去年同期增長約22.30%，交通壓力將會更大。

（中新社）

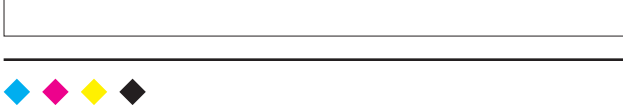
粵斗門舉辦宋代皇族祭禮

29日，第二屆斗門鎮文化旅遊節在珠海斗門鎮宋皇宗祠某祠堂舉辦，全程包括進獻祭品、進香、獻酒、讀祝文和焚贊獻等。吸引了眾多遊客慕名前來。

斗門鎮鎮委委員李榮樂介紹，這裡的趙氏屬於宋皇室「鼎分三派」中的「魏王派」，明代景泰五年，魏王趙匡美的第15代後人趙隆以其曾祖父的別名「某裔」立祠紀念。今年初，有著559年歷史的某裔堂按照「修舊如舊」的原則，完成修繕正式對外開放。

據了解，本屆斗門鎮文化旅遊節從4月29日至5月1日舉辦，除了皇族祭禮外，還有接霞莊舉辦宋朝成人禮，斗門老街舉辦鑼鼓櫃、雜耍表演、御溫泉「皇族趙氏世家」傳世禮樂等21項節目。

（中新社）



三沙遊首秀一票難求

4天3夜遊2島 費用近萬元

4月28日，滿載中國遊客的「椰香公主」號遊輪從海南海口秀英港啓航，開展為期4天3夜的三沙海上旅遊首航活動，他們將造訪三沙市所屬的西沙群島其中鴨公島和全富島。據悉，首航完成後，海南方面將總結經驗，擬定更完備的行程安排，方便更多民眾赴三沙旅遊。

【本報記者何春光海口二十九日電】

此次三沙首航，將於30日凌晨抵達西沙群島，由於首航仍屬於「試水階段」，故僅會安排前往西沙群島的其中2個島嶼，分別是鴨公島、全富島，遊輪預計5月1日上午回到海口。

早在今年4月中旬，本報記者便聯繫海南省旅遊委方面，希望能隨船採訪首航，但旅遊委的相關負責人表示，目前三沙旅遊還處於試水階段，首航的遊客限制較多，還沒有大範圍的邀請媒體。

同等艙位普通遊客價高三千

隨後，記者又電話聯繫了海南海之緣國際旅行社市場傳媒總監吳暉，希望能獲得一些訂票的消息，但他告訴記者，三沙首航是由康泰旅行社承包，海南和內地其他旅行社只可提供名單預留艙位，預留後還要審核政治背景並提交健康證明，由於受到「椰香公主」號遊輪的運力限制。現在在海之緣旅行社預定的三沙航程出團日期已經排到了今年的八月中旬。

另據新聞晨報報道：據悉，本次首航成員共347人，其中政府機關人員較多，而一般遊客不到1/3，通過旅行社報名的遊客僅有100人，其中還有不少是和旅遊相關的圈內人士。

據悉，參加本次旅行的公務員來自海南省多個部門，登記的單位有交通運輸廳、公安廳、司法廳等數十家單位；而100名普通遊客來自全國各地，多為一些企業、單位的領導，或私營業主，其中還有兩名大學生。

報道還稱，旅行社提供給普通遊客的條件最好的艙位也僅是二等A艙，但海峽股份公司的一張內部報價表上卻顯示，從最高端的豪華商務艙到特等艙、一等艙都應有盡有。據悉，這張報價單僅向政府方面安



▲4月28日，「椰香公主」號遊輪從海南海口秀英港啓航，開展為期4天3夜的三沙海上旅遊首航活動

排的「接待人員」提供，不僅艙位高端，而且在價格方面也實行雙重標準，所有的同等艙位，普通遊客都要多付3250元。

體驗祖國美景不心疼費用

普通遊客報名三沙遊，加上往返機票，每個人差不多要過萬元，堪比國外遊，但對於能夠去到三沙，參加首航的遊客也表示很興奮，並不心疼費用。

來自湖南的馬女士告訴晨報記者，他們一行4人，選擇了比較好的二等艙，每人的費用是一萬多元，

就是為了去看看西沙的美景。記者問她是否覺得值？她說，雖然錢花得多，但她覺得能去西沙看看無所謂。她遊歷過世界很多地方，覺得還是中國的景色最美，這次就是要去體驗三沙那種原始的美。

由於三沙市有着得天獨厚的旅遊資源，三沙旅遊的開放早已吸引了無數遊客的目光。三沙市委書記、市長肖傑此前曾表示，三沙市旅遊的開放有着重要的主權意義。「三沙有非常豐富的旅遊資源，開發海上旅遊、三沙旅遊是發展三沙特色產業的內容之一，同時通過旅遊也會宣示我們國家的主權。」

「五一」出行 中短途休閒為主

【本報實習記者蕭蕭北京二十九日電】29日是「五一」小長假第一天，全國高速公路開始免收小客車通行費。交通部門預計，今年全國「五一」旅遊出行量同比增長15%至20%。

小客車高速免費3天

今年「五一」小長假期間，全國高速公路和普通公路繼續實施重大節假日免收7座以下（含7座）小型客車通行費政策，自4月29日0時至5月1日24時，免費車道實行「入口不發卡、出口抬杆放行」的通行模式。據交通部門的預計，今年「五一」節期間全國將出現旅遊交通流量密集的情況，旅遊出行量將較往年同期預計增長15%至20%，並以中短途、遠郊近郊旅遊休閒為主。

據預測，4月28日下午至4月29日為出行高峰，假期3天基本都在高位運行，5月1日午後出現返程高峰。根據北京市交管部門統計，今日北京天氣晴好利於出行，從早晨7時許開始，多條高速車流開始明顯增加，加之連續發生多起追尾剮蹭事故，京藏、京承、京港澳、京開和機場等各條高速公路發生嚴重擁堵。

此外，五一節免費通行期間，所有抗震救災車輛在四川省高速公路網優先免費通行。四川省交通運輸廳高速公路管理局將設置專用通道，在通往災區的高速公路的主線收費站及關鍵收費站設立應急救災專用通道，並在確保抗震救災車輛安全、快速通行的基礎上設立小型客車免費專用通道。

首都機場預計運客65萬

中國鐵路總公司從28日起實施五一假日運輸方案，蘭州、西安等地都加開了前往嘉峪關、華山、延安等熱門景區的臨客列車。今早在北京站廣場前，由於離京旅客人數激增，廣場周圍出現車輛擁堵情況，北京站今日全天下車人次將突破25萬。隨着客流不斷攀升，全國鐵路今天共加開臨客列車308列，發送旅客總量或將突破800萬人次。

北京首都國際機場29日也迎來「五一」小長假前第一個出港客流高峰，全天計劃起降飛機1540架次，預計進出港旅客24.46萬人次。據了解，今年「五一」小長假期間，首都機場預計運送

旅客超過65萬人次，日均旅客吞吐量約21.6萬人次，較去年同比增長2.7%。

▲28日，泛亞鐵路東線昆明至蒙自正式開通客運。圖為列車安全正點到達蒙自北站，旅客走出車站

（中新社）

鳳凰欲外遷涉旅行業

商家憂流失旅客 居民稱環境變好

【本報訊】中新社鳳凰二十九日報道：「中國最美小城」湖南鳳凰古城自4月10日實施門票「新政」以來，引發社會關注。而鳳凰政府當前擬「去商業化」，恢復古城原貌的新舉措，使社會輿論再次聚集這座「邊城」。

記者獲悉，鳳凰政府正在對古城「去商業化」新政徵求商戶意見，希望引導古城涉旅行業轉移、外遷、轉型升級，鼓勵居民恢復原始居住生活狀態，不再從事商業經營。

鼓勵外遷原為保護古城

據鳳凰縣政府提供的《鳳凰古城涉旅行業轉移轉型升級的暫行規定（徵求意見稿）》顯示，涉旅行業指鳳凰古城內與旅遊有關的商舖、酒吧、餐飲，以及賓館客棧等產業。文件稱，相關部門應對古城現有的涉旅行業重新核查、登記，嚴控規模和數量，確保現有數目不增加。鳳凰縣副縣長蔡龍在接受記者採訪時表示，鼓勵古城涉旅行業外遷，基於保護古城，同時是為了解決好古城商戶的經營和生計問題。

此消息一出，立即引發輿論發酵。一位名為「墨鏡之鏡」的博友稱：「鳳凰政府怎麼這麼多主意，上月考慮收費，這月思考去商業化，真是擔心有權不用，過期作廢。」

張友紅夫婦在古城內經營一家小粉店，店舖一年租金4萬餘元人民幣。隨着近期散客減少，收入由原來黃金周一天進帳2000到3000元，變為目前的僅幾百元。張友紅稱，「去商業化」的出發點甚好，但他不願遷出古城：他擔心遷出後老門面

無人看管，新店面又沒有顧客。

株洲的孫山西去年在古城內以80萬元的價格接收了一家有多20多間客房的旅館。今年「五一」小長假第一天，僅有三間房入住了客人，且目前網上沒有任何預定消息，「往年400多元一晚的房子，現在200多都賣不出去」。孫山西對涉旅行業外遷的舉措較為反對，如果新選址無入住率，連本錢也賺不回來。

專家：以「看得見的手」調節

不過，也有人對此有不同意見。一位不願具名的龍姓居民一直居住在古城內，他表示，如果能恢復古城原貌，是非常不錯的。涉旅行業外遷

後，古城內遊客減少，環境變好，居民住得也舒心。

浙江大學旅遊學院院長周玲強認為，「去商業化」首先要做的，就是地方政府努力進行業態調整，不能讓商業文化驅逐原生態文化。鳳凰在商業布局上，要建立很好的規劃，通過「看得見的手」去進行調節，其中包括資源調配與重新規劃，對經營活動梳理和規範，從而達到多方利益的「再平衡」。

吉首大學旅遊與工程管理教授袁正新認為，鳳凰古城目前商業氣息太濃，古城文化氣味卻被淹沒。但當地鼓勵將涉旅行業外遷的舉措實施後效果如何，還有待觀察。

▲4月29日，湖南鳳凰古城沈從文故居前的街道人滿為患。當日鳳凰古城內的各熱門景點遊人如織，而部分古城內的老街略顯冷清

（中新社）

