

赏月、看展、露营、骑行——

这个中秋，来一场“微度假”

本报记者 赵珊



中秋节是亲友欢聚、品茗赏月的团圆佳节，也适宜趁着风清气爽开启一场秋日之旅。记者从携程、同程、途牛等多家在线旅游企业了解到，今年中秋假期，本地游和周边游仍是主流出游方式。除了传统的赏月、夜游，看展、露营、骑行等休闲新玩法也备受欢迎，自然风光、人文古迹、主题乐园、各类展览等成为游客的热门选择。

中秋休闲场景多样

多彩的秋天如同调色盘，是出游的好时节。自驾寻秋、徒步登高、乡村行摄、人文探索……短距离、高频次的微度假为传统旅游注入新内容。人们的旅游休闲呈现场景多样的特点。

中秋节，赏秋目的地开始走俏。北方大多数地区的秋色已到来。携程数据显示，阿尔山、呼伦贝尔、额济纳旗、长白山的秋游热度提升最快，经典赏秋目的地北疆、滇西、西藏、贵州的关注度也在逐步上升。

凉爽的秋日令户外休闲更为舒适，携程平台近一周户外类产品预订量环比增长超过92%，9月推出的轻徒步专辑以徒步登山活动为主线，结合中秋、摄影等特色体验主题，包含黄山、武功山、雨崩、长白山等国内几乎所有轻徒步的热门目的地，受到户外爱好者欢迎。

美团数据显示，不少市民准备在中秋

节选择本地游。推出“中秋”相关主题套餐的酒店数量比去年同期提升46%，套餐中包含月饼制作、赏月房、中秋夜宴、游园、非遗体验等不同的特色活动。

马蜂窝旅行玩乐大数据显示，年轻人热衷于把中秋微度假过得丰富多彩，近一周来，“中秋去哪玩”搜索热度上涨115%。北京的一些年轻人喜欢去北海公园或颐和园体验实景沉浸式解谜剧本杀，解锁古老园林的新玩法，或是与朋友们露营玩飞盘。跟着美食去旅行也成为越来越多年轻人

出游的主要原因之一。去青岛吃海鲜、喝啤酒，到长沙喝一杯茶颜悦色奶茶，跟着《寻味贵阳》的脚步吃遍贵阳，或是前往苏州品尝鸡头米、莲藕、菱角等时鲜……年轻人希望给这个中秋留下难忘的舌尖记忆。

赏明月点亮夜间游

“明月几时有，把酒问青天”“海上生明月，天涯共此时”……赏月是中秋佳节重要的传统习俗，也是最具仪式感的活



多彩内蒙古，诚邀天下客

本报电 近日，由内蒙古自治区商务厅、农牧厅、文旅厅主办的“第三届内蒙古味道——北京招商推介会”亮相2022年中国国际服务贸易交易会，向海内外展示内蒙古绿色农畜产品的资源优势和丰富的旅游资源。

内蒙古自治区是中国的“北大门”，也是首都的“护城河”，呼和浩特、包头等地已融入首都2.5小时“通勤圈”，经贸往来、人文交流便利通畅。内蒙古作为国家重要的“粮仓”“肉库”“奶罐”“绒都”，“名特优新”农畜产品总数量位居全国第一。

内蒙古文化旅游资源丰富独特。内蒙古的美是博大壮阔之美，大草原、大森林、大湖泊、大沙漠和大山脉造就了大美画卷。呼伦贝尔大草原、锡林郭勒草原、乌兰布统草原、乌兰哈达火山草原等多姿多彩。内蒙古有一年四季如画的阿尔山，有中国冷极根河国家湿地公园，有人间仙境莫尔道嘎国家森林公园，还有多彩的民族风情，游客可以随鄂温克族使鹿

部落散放古雅人一起在森林里与驯鹿游走。内蒙古有上千条河流、近千个湖泊。呼伦湖、乌梁素海、岱海、居延海波光浩渺，万顷空明，既显江南灵秀，又有塞北雄浑。中国八大沙漠中，腾格里、巴丹吉林、乌兰布和、库布其四大沙漠就分布在内蒙古，浩瀚无垠，神奇壮观。

内蒙古历史悠久、文化多元。西辽河上游出土的“中华第一龙”，投射出中华五千年文明的第一缕曙光，萨拉乌苏、元上都等历史文化遗址遗迹如涓涓细流汇入中华民族的文化源流。二人台、漫瀚调深情演绎着民族融合的生动故事，长调、呼麦、马头琴把“天籁之音”传向世界。

目前，内蒙古有民用机场43个，高铁、高速公路四通八达，还有多个房车营地，迎着各地游客去内蒙古追风赏月，欢歌起舞，来一次心灵之旅。

(一宁)

下图：内蒙古自治区西乌珠穆沁旗的草原美景。

新华社记者 彭源摄



动。携程平台近一周“赏月”搜索热度环比增幅超过423%，山岳、湖泊、海岛、江河、古镇、海滨是赏月的好去处，黄山、涠洲岛、古北水镇、橘子洲、峨眉山、大雁塔等则是最受关注的赏月景区。

赏月同时带动了夜市市场的热度。主题公园夜场、江河夜游、城市夜景观光等适宜赏月的夜间旅游项目受青睐。驴妈妈旅游网的统计显示，杭州西湖、广州珠江、上海黄浦江、南京秦淮河等地的城市夜景观光、江河游船预订热度持续走高。

国内多个目的地推出中秋集市、汉服游园、中秋祈福、花灯船宴等体验活动，为中秋出游增添文化气息，特别是夜游活动在挖掘文化内涵、提升旅游体验上持续突破。杭州西湖将推出中秋赏月月活动，开设上岛夜游，令宋韵文化可观可感；南京将开启森林音乐会，在中秋专场融入赏月，让传统佳节更添一份古典美感；湖州的世界乡村旅游小镇将以夜游为核心，举办教师中秋文化节，还原宋代场景，开展宋代点茶、诵读书籍、古乐演奏等活动，并邀请游客参与提灯走桥、古艺插花、投壶、点花钿等互动，感受传统文化魅力；位于江西景德镇的高岭中国村景区中秋期间将以夜宿为主题，举办星空露营节，有露营赏月、放河灯等一系列活动。

文化艺术浸润生活

用文化和艺术充实假期，是年轻人最热衷的休闲度假体验之一。许多年轻人喜欢观看各种展览。截至今年8月，马蜂窝平台上与“展览”相关的内容已超过去年全年总量，增幅达到38%。享受展览带来的文化体验，是人们微度假的重要形式之一。

近期，在北京举办的“文明的印记——敦煌艺术大展”“照见天地心——中国书房的意与象”“达芬奇AI狂想数据艺术沉浸展”“国家地理经典影像大展”等各类展览吸引了众多观众，丰富着人们的文化艺术生活。在上海举办的“引力剧场”等文化艺术展览已被不少文艺青年列入中秋打卡清单。

艺术使旅游越来越精彩。北京市文化和旅游局近日推出10条“漫步北京——美好体验艺术之旅主题游”线路，以展演场馆为核心，以慢行交通系统为纽带，以文化场所、旅游景点、网红打卡地为节点，线路包括“京剧国粹”“国家剧院”“剧场书店”“视听盛宴”“会馆有戏”“中轴御道”“时尚多变”等，提供观演出、看展览、赏风景、品美食的新体验，让市民游客感受京城浓厚的艺术氛围。

上图：人们在浙江省宁波市日湖公园游玩。

胡学军摄（人民图片）

左图：市民和游客在安徽省合肥市南艳湖公园体验智能设施乐享健身运动。

刘玉才摄（人民图片）

又到一年中秋节，暑热消退，桂影婆娑，暗香袭来，舒适的气候烘托着节日的欢乐气氛。神州大地，人们或举杯对月，或游玩休闲，或围坐桌旁，以各种形式欢度中秋，但万变不离其宗，团圆、祝福、欢聚是中秋永恒的主题。

中秋之夜，皓月当空，圆如银盘，亮如明镜，月亮是当之无愧的节日主角。微风徐徐，人们举家外出，来到湖畔、河边、广场乃至小区公园中，散步赏月，共叙亲情，在秋高气爽的日子里，仰望嫦娥的居所，想象广寒宫里的故事。家中有小孩的，大人总会向他们讲述那流传千载的嫦娥奔月、玉兔捣药、吴刚伐桂的传说，中国人的文化基因就在这娓娓动人的讲述中代代延续。在一些传统的赏月胜地，如北京永定河卢沟桥，人们可以看到“燕京八景”之一“卢沟晓月”；在浙江钱塘江口，可以看到唐人李廓眼中的“一千

何欣禹

中秋节，团圆不拘形式



里色中秋月，十万军声半夜潮”。节日，是我们共同的文化密码。

每逢佳节倍思亲，是人们在中秋节里不可或缺的情感表达。现代生活的高流动性和快节奏，使得那些与亲朋不在一处的人们，难以相聚一堂、分食月饼，但思念和情谊绵长不绝，正通过丰富多样的形式，激活人与人之间的情感联结。中秋的团圆，可以是一通视频电话、一段祝福视频博客、一场亲友间的聚会直播，隔屏传递真情、倾诉近况；可以是一件家乡父母遥寄的土特产或亲手制作的美食，浓浓爱意尽在舌尖传递；也可以是朋友发小从网上购买的一箱大闸蟹、一盒老字号月饼，跨越距离带来惊喜和感动。团圆不拘于形式，亲人的笑脸，穿越屏幕，依然带着体温；远道而来的节日礼物，代表不在场的他或她，陪伴我们共度佳节。今年中秋，有电商平台发起“月球邮局”答题写信活动，鼓励大家用手写信的方式给思念的人写一张明信片、一封家书，让月亮成为承载思念的驿站；有的地方开展关爱留守儿童活动，志愿者代表远方的父母与孩子团圆。正如东坡名句“千里共婵娟”所述说的那样，穿越时空，真情永恒。

月圆月缺，周而复始，从某种意义上说，中秋节是一种对时间的提点，在月亮最圆的时刻，它照见我们的人间团圆，不论你在身旁还是远方。

上图：浙江省台州市大陈岛上初升的月亮。

史家民摄（人民图片）



鸡头米，初秋的苏州味道

应志刚文/图

鸡头米老了，夏天就快过去了。这是作家汪曾祺在《生活，是很好玩的》里的文字。

立秋过后，就到了鸡头米陆续上市的时候。

这个时节，往往能勾起老苏州们的回忆，一幅幅发黄的画面，定格在久远的风尘里。

午后，阳光透过树荫洒在巷子里，妈妈们坐在屋檐下，享受着清爽的穿堂风，三五成群有说有笑，手里却不曾偷闲，一粒粒莹白细润的鸡头米，在阳光下缓缓西斜的轨迹里，从栗色的壳子里“破茧”而出，顺着手势滚落在青花瓷碗里。

傍晚，甜丝丝的香味，在巷弄里氤氲。

一碗热腾腾、撒了糖渍桂花的溏心鸡头米，用勺子轻轻舀起，送入口中，清甜的汁水合着那粒粒爽脆的香糯，裹满味蕾。

这是属于姑苏的味道，流淌进血脉里的温婉与精致，是每一个来过江苏苏州的人，念念一生的追忆。

鸡头米是夏荷的高邻，叶圆且大，边角向上微翘，像一个绿色圆盘平铺在水面，却不似荷叶光滑，叶面有些凹凸皱起。

鸡头米的花朵呈浅紫色，浮在水面，一派紫云英的清艳。

花谢后，花萼并不脱落，随着时间流淌，慢慢闭合与膨胀，形成状若鸡头的果球。

一个拳头大小的果球，包裹着上百颗橙色小果，剥去切实的外壳，圆润如珍珠、色泽如鱼目、大小如豌豆的鸡头米方才显露真容。

每到鸡头米采摘季节，农户们都要在半夜起床，收拾了工具，头戴矿灯赶赴水田。

农民踩着泥水，深一脚浅一脚，在硕大的叶片之间艰难摸索，探到果实后，用竹刀划破叶面，将果实从缺口处

拉出，又在根部快速划上两刀，割下放入竹篮。

为了拍摄采摘鸡头米的场景，我清晨4点就起床了，月牙儿还挂在天上。赶到位于直正的澄湖水八仙基地时，太阳刚刚冒头。

我还在哈欠连天，忙碌了一晚上的农夫们已经从水田里拉起一袋袋百斤重的果实，满满当当堆在三轮车上准备往收购站送了。

“今年大丰收。”一位依旧在水田里搜寻果实的老伯说，这段时间，除了正午太阳最毒的时段稍微休息一下，一家人日夜都在水里泡着。

我递了瓶水给他，他摇摇头说“没时间喝”，却下意识地用手捶了捶几乎无法直立的腰。黑色的汗衫，有一块块的

盐斑。“苏州好，葑水种鸡头，莹润每凝珠十斛，柔香偏爱乳盈瓯，细剥小庭幽”。这是清代诗人沈朝初在《忆江南·姑苏四时食品词》里的描述。写下这些文字的时候，这位苏州人还在京城做官。

苏州之好，在沈朝初的眼里，竟然不是虎丘，不是园林，也不是太湖泛舟，而是长在水田里的鸡头米。

鸡头米在苏州供不应求，更是悠悠岁月里留存的乡愁。2017年，姑苏城外澄湖边出产的鸡头米成功入选国家农产品地理标志登记保护。

这处位于直用的农业园，目前有近1万亩鸡头米种植区，800余家农户整年辛劳，为苏州人保存着最原真的乡愁。

上图：苏州农民在水田里采摘鸡头米。