

# 畅游湿地深呼吸

本报记者 赵 珊

湿地被誉为“地球之肾”，与森林、海洋并称为全球三大生态系统。从沿海到内陆，从平原丘陵到高原山区，或沼泽湖泊，或河流海岸甚至是稻田，湿地以其丰富的多样性，精心呵护着人类家园。

湿地同样是宝贵的旅游资源，吸引着越来越多的游客观光休闲，成为人们学习知识、享受自然的好去处。近期，多家湿地公园陆续恢复开放，受到游客的欢迎。

湿地，是人和自然和谐相处的示范。春天百花盛开，夏天浓绿满眼，秋天芦花飞雪，冬天疏影横斜，湿地成为人们的诗意栖息地。

## 亲近自然好去处

时下，杜鹃、牡丹、百合、琼花、樱花、木绣球、郁金香、鲁冰花等花卉竞相绽放，可谓“乱花渐欲迷人眼”，美不胜收，已恢复开放的西溪湿地正在举办花朝节，吸引游客纷至沓来。西溪湿地，曲水弯环，群山四绕，名园古刹，前后踵接，又多芦汀沙渚，集生态湿地、城市湿地、文化湿地于一身，是国内首个国家湿地公园。

如今，西溪与西湖已共同成为杭州旅游的名片。我曾多次到访西溪，每一次都有不同的体验：或乘摇橹船，沿幽深的河道感受鸟语水韵；或徜徉步道，在曲径通幽处闻花香；或寻访古迹，吟诵文人墨客的诗文词咏；或游览国家级湿地博物馆，了解湿地生态的绿色魅力……我期盼着，疫情结束，能再游西溪。

在城市中或周边有这么一方宝地，有水有树有花有草还有动物。人们在湿地尽情拥

抱大自然。上海的陈女士告诉记者：“我经常去上海崇明岛的东滩湿地公园，前几天恢复开放后，我就去一边骑行，一边呼吸新鲜空气。公园很大，我和家人朋友每次去玩，都能足足逛一天。公园里有不同季节有不同主题的花展，还有鹭、扬子鳄、水鸟等野生动物。”

春日，正值候鸟迁徙季节，北京野鸭湖国家湿地公园迎来大批鸟儿驻足歇息。野鸭湖是北京地区目前面积最大、类型最多、生物多样性最丰富的湿地。园区恢复开放后，有众多观鸟爱好者拎着望远镜、手持“长枪短炮”，来捕捉鸟儿灵动的身影。

## 严格保护方可游

为什么湿地会受到游客的青睐呢？中科院地理科学与资源研究所旅游与社会文化地理研究室主任钟林生认为，湿地对游客的吸引力主要是其水陆交错的景观和生物多样性。

在中国旅游协会旅游营销分会副会长、中青旅联科公关顾问有限公司执行总经理葛磊看来，湿地旅游的升温，一方面是人们在重新认识人和自然的关系，包括此次疫情让人们意识到保护生态的重要性，更加愿意选择亲近大自然的旅游方式；另一方面，湿地在与人类聚居地融合的过程中，它的可进入性、体验性和趣味性，也得到了提升。换句话说，作为生态系统的湿地，也越来越具有旅游的基本功能。

近年来，中国多地依托湿地资源发展旅游业，湿地旅游已成为一种绿色生活方式，是人们休闲度假的重要形式。目前，湿地旅游分为生态观光、城市休闲、科普教育和复合发展等类型。业界已形成普遍共识：湿地贵在原生态，原生态是旅游的资本。湿地旅游必须基于良好生态，生态保护是根本，旅游吸引是升华。

钟林生说：“处理湿地保护管理和开发利用的关系首先是树立保护优先的理念、遵循两山理论、做好空间规划与容量调控、加强环境教育和游客管理等。”

华侨城湿地地处深圳城区腹地，是难得的一块滨海红树林湿地，曾经是深圳湾海岸线的一部分，经过多年精心的保护和管理，湿地保持了独特的咸淡水湿地生态特色。园区早在2012年就实行“预约进入，免费开放”，严格按照生态承载力控制入园人数。记得多年前记者在华侨城湿地第一次观鸟，工作人员提前叮嘱我，要在隐蔽的环境中悄悄地观鸟，切勿打扰它们。

葛磊告诉记者：“严格的保护是湿地开展旅游的前提。湿地的生态系统本身就具有脆弱性，开发湿地旅游一定要做到对湿地环境的最小干扰。要对湿地的游客承载力进行严格测算与限制，不以游客量作为衡量湿地旅游成功与否的关键标准。”

## 科普研学应重视

中国已有西溪湿地、东滩湿地、拉鲁湿

地、盘锦红海滩湿地、扎龙湿地等多个著名湿地，但全国湿地旅游才刚起步，需要不断发展创新。业内人士指出，不能简单地把湿地当成旅游景区、城市公园来建设。游客来湿地也不应只是深呼吸。湿地旅游要注重科普，培养游客的科学素养。

早在2014年，华侨城湿地就成立了深圳首家自然学校，市民游客在芦苇沙沙、鸟鸣啾啾的大自然课堂里学习生态知识，让环保成为人们的一种生活习惯。学校携手环保志愿教师针对不同群体、不同季节研发出包括红树课程、小鸟课堂、小小探险家、零废弃等106个教育方案，常年举办湿地日、世界环境日、地球日、爱鸟周等各类环保教育活动。

湿地旅游前景广阔。湿地资源很宝贵，如何把湿地转化为优质的旅游产品？葛磊提出了“湿地+”的建议：以原生态的湿地资源为核心，针对精准的旅游客群，探索开发不同形式的旅游业态。首先，“湿地+研学”，发展湿地研学应该成为全国中小学生的“必修课”。对青少年而言，湿地是他们体验自然教育的绝佳载体。中青旅曾和黑龙江开发了“我和小鹤做朋友”的研学品牌，围绕丹顶鹤的故乡扎龙湿地，开发《湿地教育手册》，推出“湿地小达人”夏令营、“亲子湿地体验游”线路等。第二，“湿地+运动”，拥有广阔的发展空间。湿地和运动的融合，既要探索适合在湿地开展的活动、赛事和运动体验方式，又要在严格保护生态的前提下，加强慢行、自行车道、休憩场所以及厕所等基础设施的升级改造，给游客更舒适的体验。第三，“湿地+养老”，有巨大的

需求空间。很多具有消费能力的老年人最渴望清新的空气、清洁的水源、优质的农副产品以及悠闲的生活节奏，发展养老旅游，能体现湿地生态价值的优越性。湿地的周边区域将有机会营造一个生态和生活相融合的康养空间。湿地将不只是旅游产品，更应成为美好生活的载体之一。

## 破解扎堆游难题



长脚鹬飞抵甘肃张掖黑河湿地。 郑耀德摄（人民视觉）



欢迎关注本版微信公众号  
“人民日报行天下”

## 跟随“云导游” 来场无接触之旅

陈 光

不再步履匆匆，走马观花。深度体验一场文化之旅，正在成为越来越多游客的选择。每座城市都有你不曾完全知晓的一面，吸引你驻足赞叹，侧耳倾听。

近日，高德地图与音频平台蜻蜓FM联合推出《城市文化地图》，打开了一扇数字文旅新生活的大门。北京的王刚、上海的钱文忠、杭州的华少、南京的叶兆言、长沙的谭伯牛、苏州的朱文颖等多个城市的文化名人用特有的风格、新鲜的角度来讲解一座城的著名景点和热门地标，用人文知识和奇闻趣

事，带游客重新发现城市内涵。

高德地图副总裁郭宁介绍，《城市文化地图》是对景区随身听语音导览服务的一次全面升级：从景区导览到城市地标文化的导览。

在以往的出游中，线下导游容易引起游客扎堆聚集观景，景区讲解器为多人共享租用，这些都不利于疫情防控。为了避免人群聚集，近日全国多家景区联合高德地图，推出“云导游”服务，游客可通过景区随身听在线获取语音讲解，通过个人手机、耳机收听，来场安全、无接触的文化之旅。

据了解，高德景区随身听已经覆盖故宫、西湖、乌镇等全国超3000个景区。随身听包含历史风云、科学科普、自然地理、亲子故事、国学漫谈等丰富的内容，告别了传统的景点介绍。游客不但在景区内随处可听，在景区外也可随时收听，能够享受打破时空壁垒的全新智能体验。

文旅融合最终目的是在旅游中体验文化。疫情使旅游产业遭受重创，数字化技术红利无疑会是一个助推器，带来更多机会，助力行业复苏。



三清山美景

## 上饶上饶 上乘富饶

本报记者 郑少忠文/图

谁人不说家乡好？

“一窗美景王维画，四壁青山杜甫诗；重回江南乐天梦，千里相思李白知”。来自江苏常州的清代诗人孙星衍这样赞美自己的家乡。

“每向小庭风月夜，更疑山水有精神”，曾任常州知州，集政治家、文学家于一身的大宋名相王安石，从咫尺之隔的家乡抚州临川来到上饶，竟发出了如此感叹。

山水行胜，道骨仙风，因“山郁珍奇，上乘富饶”而得名的上饶。

云飞过江去，花落入城来。上饶之美，美在景色旖旎，自然天成。地扼吴头楚尾要冲，势属闽浙皖赣中央，四省通衢，承东启西，2.2万多平方公里的国土，本身就是一幅天然的山水画。饶河信江，流金泻玉，滋养一方百姓；鄱阳湖烟波浩渺，福泽万千乡亲。三清山雄峙东北角，挺拔瑰丽，秀绝江南；千年封禁的广丰铜钹山，“养在深闺人尽知”；弋阳龟峰林壑秀美，峰岩飘逸，徐霞客赞云：“盖龟峰峦嶂之奇，雁荡所无”。

自然与人文一体，历史和现实交融。上饶之美，美在人文生态与自然景观的完美交融。“入山不见城，入城不见

山；朝与白云出，暮与白云还”，这是诗人王夷言对横峰的赞许。看看“南宋大家”杨万里对玉山的赞美吧：“村北村南水响齐，巷头巷尾树荫低。青山自负无尘色，尽日殷勤照碧溪。”再体会元代画家高克恭的《过信州》吧：“二千里地佳山水，无数海棠古道旁。风送落红骑马过，春风更比路人忙。”大有诗在画中，画在诗里的感动。

站在万年县吊桶环、仙人洞稻作遗址前，触摸下一万多年前我们祖先驯化的野生稻植硅石，这是迄今为止发现的世界上最早的栽培稻遗址。远眺婺源金鸡山上硕大的长沙王吴芮墓，你可体会江西历史上首位被封为王的厚德盛功。驻足“四贤堂”前，你可以从铅山“鹅湖书院”的千年一辩中，领悟中华文化的博大精深。到德兴去看看《宋陈铜家张潜行状碑》吧，你可感受到中国古代农民科学家张潜的风采：30年磨一剑，73岁著《浸铜要略》，终成世界湿法冶铜第一人。

山以文传，水更传；文以山载，厚德载。源头活水，成就朱文公一代宗师；杯中香茗，茶圣陆羽教你评品百

味人生。辛弃疾筑室带湖、归隐瓢泉，二十载壮怀激烈；江万里鄱阳县止水举家投井，十七口满门忠烈。徐霞客六访信州上饶，绘就俊秀河山图；詹天佑孙三代婺源情，挺起中华民族钢铁脊梁。粟裕鏖兵赣东北，转战千里，北上抗日作先遣；方志敏弋阳横峰暴动留《清贫》，擘写《可爱的中国》，血染东南半壁红，成就千秋伟业。

“货聚八闽川广，语杂两浙淮扬”“古有鄱阳聚币中心，今有亚洲德兴第一铜矿”，民间俚语，不经意间道出了上饶的交通便捷、物阜民丰。“明月别枝惊鹊，清风半夜鸣蝉。稻花香里说丰年，听取蛙声一片。七八个星天外，两三点雨山前。旧时茅店社林边，路转溪桥忽见。”辛弃疾的如椽巨笔，写不够上饶的物盛粮丰，道不完上饶的舒适闲逸。余干百货散闽越，鄱阳水产香天下，横峰钨铌冠亚洲——好一个上乘富饶！

再品味下唐代诗人王驾的《社日》吧：“鹅湖山下稻粱肥，豚栅鸡栖半掩扉。桑柘影斜春社散，家家扶得醉人归。”好一幅暖暖的上饶物阜民丰图。上饶上饶，端的个是上乘富饶！



近日，湖北省利川市腾龙洞景区瀑布的壮观景象，吸引游客前来观赏。

张光陆摄（人民视觉）