

【国际休闲生活方式案例奖】

◎ 记者 王珏 供图 国际休闲生活方式案例奖组委会

前言:从云南景迈山茶林、台州临海山海养生,到敦煌莫高窟艺术重生、陕西朱鹮保护地生态奇迹,本系列报道深度探寻中国特色休闲生活方式。这些案例将文化遗产、生态保护与现代需求创新融合,形成东方智慧休闲范式,构建人与自然、传统与现代和谐共生的生活美学,既为全球可持续休闲提供中国方案,也让世界看见“天人合一”的东方生活智慧。

景迈山日子：与茶共生的千年光景



景迈山的清晨始于云雾与茶香。晨光初露时,绵延的茶山笼罩在流动的云海里,布朗族与傣族村寨陆续苏醒。火塘里跳动着橘红色的火焰,陶罐中的茶水咕嘟作响,空气中弥漫着特有的糯香茶气。

在这片全球首个茶文化主题世界文化遗产地,茶不仅是一种作物,更是一种延续千年的生活方式。

◆古茶林间的生态智慧

景迈山保存着世界上面积最大、最完整的古茶林。2.8万亩茶园中,生长着320余万株古茶树,最老的树龄已逾千年。这些古茶树与樟树、榕树等高大乔木相伴相生,形成了独特的立体生态系统。

当地居民遵循着“林茶共生”的古训,采用传统的“林下茶种植”方式。高大的乔木为茶树提供适当的遮荫,多样的植被群落自然调节着茶园的小气候,无需使用农药和化肥。这种种植模式不仅保证了茶叶的品质,也维护了区域的生物多样性。

古茶林中,60多个蜂巢自然地悬挂在茶树上,蜜蜂在花间飞舞,为茶园授粉。这里的茶园不使用化学除草剂,而是采用人工除草,将除下的杂草覆盖在茶树根部,既保墒又增肥。

◆村寨日常的茶香印记



在景迈山的布朗族和傣族村寨中,茶渗透在生活的每一个细节。清晨,家家户户的火塘上都会煨着一罐浓茶。布朗族有句古谚:“上山不带饭可以,不带茶不行”。茶不仅是日常饮品,也是待客的必备之物。

翁基古寨的屋檐下,老人手工炒茶的身影随处可见。茶叶在铁锅中翻滚,散发出特有的香气。炒好的茶叶被摊放在竹席上晾晒,在阳光下泛着金色的光泽。这些传统制茶工艺代代相传,保留着最本真的茶叶风味。

傍晚时分,村寨中的火塘相继点燃。家人邻里围坐在一起,传饮着一碗

碗浓茶。茶香弥漫中,老人们用民族语言吟唱着古老的茶歌,讲述着关于茶的传说与智慧。这种火塘茶会的传统已经延续了数百年。

◆茶与文化遗产的深度融合

在景迈山,茶与文化遗产紧密相连。贝叶经刻写着茶的历史,织锦图案中织入了茶的元素,民歌中传唱着采茶的故事。

芒景村的布朗族文化园中,年轻人正在学习传统的织锦技艺。她们用棉线织出“茶纹”图案,每道花纹都记录着茶林的故事。这些年青一代既掌握了传统技艺,又将现代审美融入其中,让古老文化焕发新的生机。

非遗传承人指导着慢轮制陶,亲手制作茶具。陶土在指尖慢慢成型,经过晾晒和烧制,成为一个个独具特色的茶杯茶壶。这些手工制作的茶具不仅实用,也是文化的载体。



◆茶与生态的和谐共生

景迈山成功申遗后,当地居民更加意识到保护生态环境的重要性。山上严格保护古茶林,山下适度发展生态旅游,形成了“茶旅融合”的可持续发展模式。

村寨中建立了垃圾分类和处理系统,生活污水经过生态处理后再排放。村民们自发组织巡逻队,保护古茶林免受破坏。这些措施让景迈山保持了良好的生态环境。

游客可以体验采茶、制茶的过程,品尝地道的茶餐,参加火塘茶会,但一切活动都在保护生态的前提下进行。游客数量受到控制,活动区域有所限定,确保不对古茶林造成影响。

◆时光沉淀的茶香岁月

日落时分,茶农结束一天的劳作,背着茶篓返回村寨。夕阳为古茶林披上金色的外衣,茶香在晚风中飘散。

晒茶场上,茶叶铺满地面,在余晖中闪烁着金光。茶农赤脚走在茶叶间,轻柔地翻动着,让每一片茶叶都能均匀地接受阳光的沐浴。

夜幕降临,村寨渐渐安静下来。只有火塘中的火光依然跳动,茶香依旧弥漫。在这静谧中,时光仿佛慢了下来,千年的茶文化在每一个细节中静静流淌。

景迈山的日子,是与茶共生的光景。这里的人们不追逐时间,而是与时间同行;不征服自然,而是与自然共生。他们用最朴素的方式,诠释着可持续发展的真谛,守护着这片千年古茶林,也守护着一种与茶共生的生活方式。

酱香、梅香、书香，南桥源休闲三味

清晨的南桥源,浦南运河畔的水塔和砖砌烟囱在晨光中苏醒。这些始建于1864年的鼎丰酱园旧址,已不再是“大门紧闭,闲人免进”的旧厂房,而变成了开放的城市文化新地标。

沿河分布的工业建筑与新建大楼形成新旧交融的景致,近30米高的砖砌烟囱完整保留原始结构,通过灯光设计成为运河夜景地标。

◆酱香:百年鼎丰的时光发酵



鼎丰酱园,这座拥有160年历史的“中华老字号”,曾是上海历史最悠久的酿造厂。如今,它已成为南桥源城市更新的重要一环,从工业遗产蜕变为文化地标。

园区内的8栋建筑分三类开发:保留工业风貌的文创展览区、综合办公区以及商业业态区。这种“留改拆”结合的模式,让历史建筑成为可阅读、可体验、可消费的空间。

“长毛的建筑·发酵的力量”是鼎丰酱园改造的设计理念。这里不再是简单的商业开发,而是一个沉浸式体验空间,让市民感受到时间的魅力,享受慢生活。

◆梅香:百年古梅的风雅之约



在鼎丰酱园9号楼,江南第一梅茶楼“真趣文化空间”已然对外开放。茶楼西侧伫立着一棵约有170岁树龄的古蜡梅树,被园林管理部门列为“上海古树名木之最”,素有“江南第一梅”之称。

这株古蜡梅相传为清同治年间举人曹宗肅所植。曹宗肅出生于1839年,1870年(清同治九年)考取举人后,在自家院子里亲手栽种了这株腊梅。有历史学家考证,曹宗肅与曹雪芹系同祖同宗,先祖都是北宋开国功臣曹彬。

经上海市农科院和植物园的腊梅课题组认定,这是上海地区最古老、最奇特的腊梅。这株古梅品种珍贵,为素心腊梅中的上品,具有花型大、花瓣宽、花心纯黄的特点,香气清中带甜。

每到赏梅时节,古蜡梅树花满枝头、芳香四溢,游客可在古蜡梅树下,品一杯好茶,享受惬意的午后时光。

◆书香:行走阅读的文化浸润

南桥源的魅力不仅在于酱香与梅香,更有一缕书香浸润着这片土地。奉贤区图书馆打造的“行走的阅读·南桥源”活动,带领市民穿越历史烟云,触摸南桥城区在城市更新中的文化脉搏。

从承载集体记忆的古华公园元宝石,到焕新登场的百年鼎丰酱园,这条串联11处历史地标的阅读路线,既是一次书香浸润之旅,更是对奉贤“以文塑城、以城载文”发展路径的生动诠释。

南桥源项目不仅是空间焕新,更是文化复兴。奉贤区图书馆馆长指出,活动通过“地方文献+实地走访”的创新形式,将静态的档案转化为立体的城市故事,正是对“书香奉贤”品牌的深化。

◆三味交融:南桥源的休闲生活美学



酱香、梅香、书香,三味交融,构成了南桥源独特的休闲生活美学。这种美学体现在方方面面:

周一、周三、周五上午10:00,江南第一梅茶楼会为游客播放公益电影,题材分为怀旧岁月、经典回忆、时尚大片三类。游客可以在品茗赏曲之余,深入学习和体验传统文化。

改造工程激活了2.3万平方米的历史厂区,还通过贯通居民区与运河南岸的绿带,为周边5万居民打造了一个“推窗见水、步行触史”的15分钟生活圈。

南桥源城市更新项目自2017年启动,以“发掘历史、活化空间、复兴南桥”为目标,惠及民生超20万平方米。这里的改变不是推倒重来,而是让历史肌理在现代生活中重新呼吸。

南桥源的改造不仅受到市民欢迎,也获得了国际认可。“国际休闲生活方式案例奖”组委会已正式落户奉贤南桥源,这一合作是对“要休闲,到奉贤”品牌的高度认可。

未来的南桥源,将成为一个让市民和游客流连忘返的文化客厅,一个融合了工业记忆、文化遗产和休闲生活的复合空间,展现奉贤独特的城市魅力。

傍晚时分,古蜡梅树的影子斜斜地洒在鼎丰酱园的红砖墙上。几位老人坐在修旧如旧的发酵车间的台阶上,手里捧着刚刚买来的鼎丰腐乳,仿佛回到了旧时光。

不远处,年轻人在改造后的文创空间里浏览着书籍,品味着咖啡的香气。

酱香、梅香、书香,三味交融,构成了南桥源独特的休闲生活美学。这里不仅保存了历史的记忆,更传承了一种生活态度——在快节奏的都市生活中,依然保有一份从容与雅致,一份对历史文化的敬畏与延续。