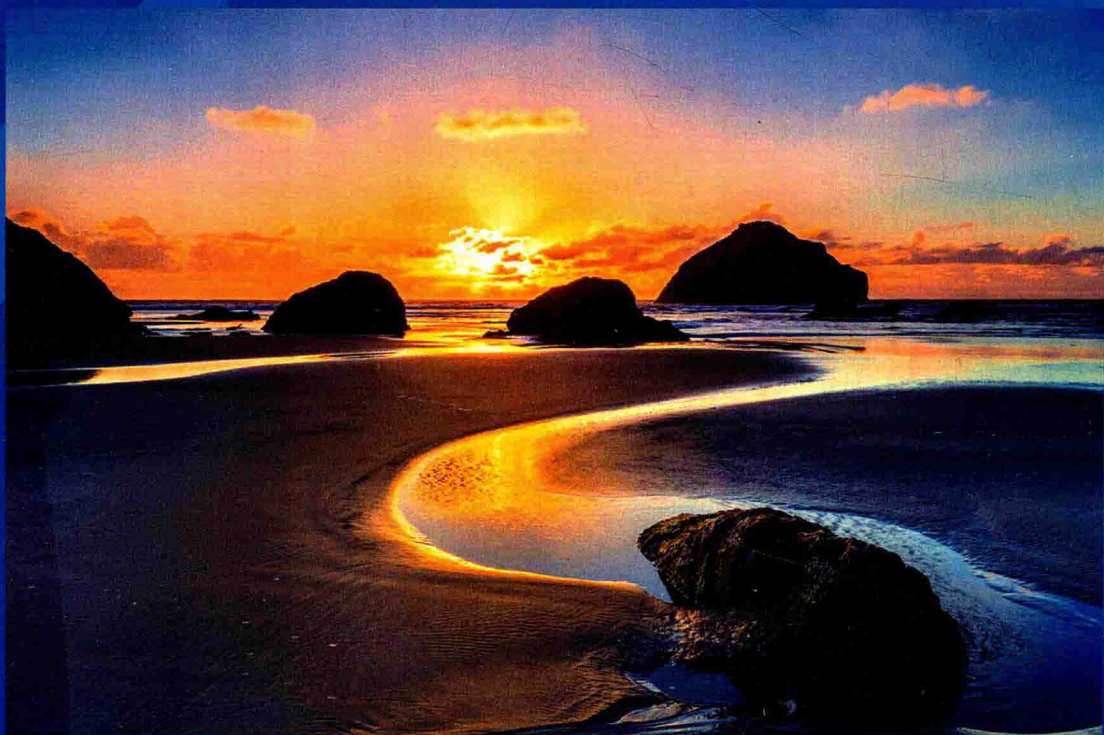


时尚休闲与 旅游管理

罗茜 金丹 李颖◎著



时尚休闲与旅游管理

罗茜 金丹 李颖 著

常州大学图书馆
藏书章



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

时尚休闲与旅游管理 / 罗茜, 金丹, 李颖著. --北京: 九州出版社, 2017.9

ISBN 978-7-5108-6022-5

I. ①时… II. ①罗… ②金… ③李… III. ①休闲旅游-旅游经济-经济管理 IV. ①F590.71

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 240109 号

时尚休闲与旅游管理

作 者 罗茜 金丹 李颖 著

出版发行 九州出版社

地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号(100037)

发行电话 (010)68992190/3/5/6

网 址 www.jiuzhoupress.com

电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com

印 刷 北京京鲁数码快印有限责任公司

开 本 787 毫米×1092 毫米 16 开

印 张 6.875

字 数 147 千字

版 次 2017 年 9 月第 1 版

印 次 2017 年 9 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5108-6022-5

定 价 38.00 元

★ 版权所有 侵权必究 ★

前言

中国自改革开放之后,经济实力取得了长足的发展,综合国力明显提升,人们的生活水平也逐渐提高,社会生产力实现了跨越式发展,人们的劳动时间越来越短,闲暇时间越来越长,人们在不断满足物质生活的同时,逐渐开始了对精神生活质量的要求,这就为中国人民的休闲提供了可能性。我们传统的休闲方式,即使比较剧烈的打拳与舞剑,也以清静闲适为基调,包含着一种人与自然和谐统一的意境,继续受到人们(特别是老年人)的青睐。以征服自然为特征的惊险刺激的项目,如攀岩、蹦极、漂流、冲浪、高空跳伞等,却为年轻一代所心仪。无论是倾向于传统休闲方式的人还是现代休闲方式的人,他们都能在旅游这个休闲方式中找到共鸣。中国的旅游业在近些年取得了飞速的进步,中国已经成为公认的旅游大国,中国的境外旅游人数也在持续的上升中,中国已经成为世界旅游体系中的重要组成部分。旅游业的发展与许多因素有关,不仅与旅游地的建设与资源开发有关,在很大程度上它还与旅游管理有着密切的关系。

随着年轻人对于旅游的热爱,近些年来,旅游已经成为一种时尚,成为一种休闲的类型,它是一种最让人钟情的积极的休闲方式。对于现在大多数的人来说,他们长期处于快节奏的社会生活里,身心承受着巨大的压力,旅游能够为人们提供心灵的栖息地,能在一定程度上改变人们的生活观念与生活方式。旅游成为一种休闲活动还需要旅游管理的保障,在旅游管理的支持下,旅游才能真正成为一种受人们喜爱的休闲方式。

纵观国内外有关旅游管理方面的书籍,绝大多数的图书都只是针对旅游管理系统进行单纯的介绍,并没有将其与人们不断更新的休闲管理结合起来,在这种情况下,作者从旅游管理的实际情况出发,解读旅游者的休闲观念,结合自己多年的教学经验,对旅游管理与时尚休闲的融合进行了系统地探究。

总的来说,本书兼具理论与实践,既有对休闲理论与旅游管理理论的论述,又有对文化旅游管理、生态旅游管理等的具体阐述,不论是从理论的角度出发,还是从实践的角度出发,本书都以其简洁的语言构成,明晰的内容编排成为众多旅游管理研究著作中的佼佼者,理论与实践的紧密结合使得本书具有科学性与学术性。当然,本书的实用性是不言而喻的,本书可以为旅游管理学习者提供第一手的学习资料,也可以为旅游管理专业的教师提供较为系统的教学资料。

本书纵然在许多方面实现了创新,但是,不可否认的是,作者由于水平有限,在写作过程中难免会存在不妥和遗漏之处,殷切希望广大读者批评指正。

目 录

第一章 休闲概述	1
第一节 休闲的起源与相关概念	1
第二节 休闲时间和休闲活动	9
第三节 休闲功能	11
第四节 休闲动机	14
第二章 旅游管理基础	18
第一节 旅游与旅游系统	18
第二节 旅游业	24
第三节 旅游管理基本原理	26
第三章 休闲与旅游融合的因素分析	35
第一节 旅游是时尚休闲的一种好方式	35
第二节 需求因素分析	36
第三节 供给因素分析	40
第四节 城市因素分析	46
第四章 时尚休闲与旅游管理的历史溯源——娱乐旅游	50
第一节 娱乐旅游概述	50
第二节 古代娱乐旅游	58
第三节 近现代娱乐旅游	65
第五章 旅游服务管理	72
第一节 旅游服务管理概述	72
第二节 旅游服务质量管理	81
第三节 旅游诚信服务管理与安全管理	89
参考文献	98

第一章 休闲概述

第一节 休闲的起源与相关概念

一、休闲的起源

在人类社会的发展史上,空闲时间始终存在,在某些社会阶段,人们的空闲时间甚至比生活在现代社会的人们还要多。可以说,空闲时间是伴随着人类的诞生而存在的,因此即便是在生产力极其低下的原始社会,人类的祖先也会在劳动之余进行着各种各样的娱乐消遣活动。比如,原始的祭祀活动、宗教礼仪、歌舞绘画和日常游戏等。但是,原始社会并不存在现代意义上的休闲,当时的人们也没有形成休闲的意识和概念。所谓的娱乐仅仅是一种融于劳动之中的生活样式,与劳动之间并没有严格的界限。无论是在捕鱼、捉鸟、采集、制造弓箭或陶器时边劳动边歌唱,还是在闲暇之时“手之舞之,足之蹈之”,自娱自乐,抑或是在祭祀和巫术活动中,献上精美的陶器和装饰品,表达对大自然的敬畏并祈求来年的风调雨顺,这一切都是为了更好地保证劳动的顺利进行。在当时人们的意识中,只有更长时间的劳动才能带来更好的生活,因此娱乐和劳动一样都是为了一个目的——生存。

尽管在原始社会不存在有意识的休闲和选择性的休闲,然而“闲暇”的存在对于整个人类历史的发展所具有的非凡意义却是不容忽视的。随着生产力的进一步发展,人们所拥有的闲暇时间越多,各种文化和娱乐活动便越会得到极大的发展,也因此产生了人类最初的文明。历史已经表明,闲暇时间的长短与人类文明的进步是并行发展的。正如于光远先生所说:“‘闲’,不只是生产力和文明发展的结果,也是促进生产力和文明发展的因素。”^①

(一) 西方社会的发展历程

在西方历史上,出于各种各样的理由,休闲在不同的时期所受到的待遇是不同的,有时是怀疑抵触,有时则是提倡发展。一直到20世纪,在工业社会发展到一定阶段后,休闲的合理性才得到显露,逐渐为社会各阶层所认可,并成为整个社会的一个合理驱动力。

^① 于光远. 论普遍有闲的社会 [M]. 北京: 中国经济出版社, 2005.

1. 古希腊、古罗马时代的休闲

古希腊和古罗马文明是西方文化的摇篮,也是西方人所津津乐道的光辉时代。在这个建立在奴隶劳动基础上的社会里,休闲只属于特权阶级,奴隶们的辛勤劳动不但为特权阶级的休闲提供了丰富的物质基础,而且保证了他们进行休闲所需的自由时间。没有了生存的压迫,古希腊和古罗马时代的“休闲阶级”便可以从容不迫地思考和冥想,创作了很多堪称世界文明精华的文学作品,也使得这个时代涌现了众多的哲学流派,诸如:犬儒学派、怀疑主义、斯多葛主义等,这些哲学流派大都吸收了休闲的思想。以犬儒学派^①的代表人物第欧根尼为例,一天,第欧根尼在晒太阳,亚历山大对他说:“你可以向我请求你所要的任何恩赐。”第欧根尼躺在酒桶里伸着懒腰说:“靠边站,别挡住我的阳光。”如此肆意的闲适让亚历山大发出这样的感叹:“我若不是亚历山大的话,我愿意做第欧根尼。”

总的来说,古希腊和古罗马时期的休闲主要呈现出以下特点:(1)休闲和教育密不可分;(2)休闲和劳动相互对立;(3)崇尚自由和快乐的休闲活动;(4)公共休闲的高度发达。

到了古罗马时期,公共休闲得到了空前的发展。古罗马人制定休闲计划,开发休闲设施,其中大部分是公共设施。古罗马的澡堂、室外剧场、运动竞技场、公园、游乐园等建设甚为突出,特别是作为社交活动场所的大众浴池更是集合了当时建筑和艺术的最高成就,至今享有盛名。与古希腊注重教养和创造的休闲不同,古罗马人的休闲活动以享乐和消费为主。因此也有学者认为,这种沉溺于享乐的社会风气是古罗马最终走向没落的重要原因之一。

2. 中世纪的休闲

古罗马没落后,封建制度和天主教登上了历史舞台,两者共同支配下的中世纪,又被学者称为休闲的黑暗期(Dark Age)^②。主宰中世纪社会精神领域的天主教会,受亚里士多德哲学思想的影响,认为休闲的最高境界是祈求拯救的冥想,从而形成了“宗教一个人”中心型的休闲形式。教会还规定了“礼拜日”,导致成千上万的人们只有在这一天,才能停止繁重的劳作,空出时间以“祭奉上帝”。尽管早期在“礼拜日”从事的活动非常单一,无非是参加各种宗教仪式和周日活动,但是“礼拜日”的出现,带有强制性的法定性,人为地将休闲活动从日常生活中分离出来,由此开始了人类历史上具有独特意义的时期。

尽管在思想上并不提倡休闲,但是作为统治阶级的封建领主和骑士集团的休闲活动还是非常丰富的。比如骑马竞技、剑术、枪术、跑步、投石等,这类以强健体魄为目的的活动在当时的上层社会非常流行。此外另一个注重休闲活动的群体不得不提,那就是由日渐富裕的独立商人和手工业者所构成的早期的城市市民,与关心来世相比,这群人更渴求现世的安乐生活。

^① 犬儒学派(Cynic School,又译作“昔尼克学派”)是古希腊小苏格拉底学派之一,由苏格拉底的学生安提西尼(An-tisthenes)创立。该学说提倡回归自然,把名利看作身外之物,要求人们克己无求,独善其身。

^② [韩]孙海植,等.休闲学[M].大连:东北财经大学出版社,2005.

3. 文艺复兴、宗教改革时期的休闲

西方世界摆脱了黑暗的中世纪之后,迎来了文化的黎明——文艺复兴,有人称这个时期为“玩乐的黄金时代”。这主要是由两个方面的原因造成的:首先,文艺复兴冲破了基督教的神学桎梏,唤醒了人的自我意识,它提倡人性、反对神性,肯定人的作用、价值,维护人的尊严,追求现世的幸福,倡导个性解放。在这种新思潮的影响下,人们对休闲进行了再评价,这对休闲文化的发展起到了积极作用。另一方面,文艺复兴时期也是一个贸易、商业、金融业迅速发展的阶段,人们在这些领域积蓄了大量财富,形成了新的中产阶级。没有了严格的宗教道德规范的束缚,这些人便自然将充足的财力和时间投入到娱乐休闲生活中,自由地参与狩猎、宴会、舞会、歌剧、演戏、艺术等活动,形成了近代欧洲上流社会社交活动和休闲享受的风气。当时的有钱人还非常热衷于以财力援助的形式促进艺术、文学、娱乐部门的发展,赞助画廊,增加了剧场、歌剧院等艺术性场馆的休闲设施。这一时期也因此出现了一种特别的休闲形式——宫廷“沙龙”。沙龙一词的原文 salon,是指客厅。从15世纪到19世纪,它曾经是西欧上层社会文化生活最集中的场所,常常左右着一个时代的思潮与风气。沙龙里汇集了当时上流社会的名门贵胄以及一大群诗人和哲学家,这些人精通各种富有情趣的娱乐活动,对于他们来说,每一天的生活就是由一场场晚宴、音乐会、假面舞会或其他种种游戏组成。为了满足这些人的娱乐需要,必然会有一些专门为“沙龙”提供产品和服务的人群或部门出现,生产“沙龙”所需的餐饮和装饰品,提供贵妇们的服饰以及绅士们游戏的道具等等。这些部门已经基本具备了休闲产业的雏形。

文艺复兴以人为中心的思想极大地冲击了天主教的精神独裁,天主教的权威日益受到人们的怀疑,终于在16世纪爆发了一场旨在反对封建统治和罗马神权统治的宗教改革,这场改革使得人们对休闲和工作的看法有了新的认识。新教伦理强调“工作伦理”的重要性,工作不再被认为是低下的,而是可以带来报酬,会给人的未来带来精神以及物质上好处的一种活动,而休闲反被认为是一个罪恶的诱惑。宗教改革的领军人物马丁·路德认为,上帝的呼唤不限于灵魂得救,也包括了我们的职业或工作,因此一切正当的行业都应该被神圣化。这种观点随着中产阶级的崛起,渐渐取得了主导地位,一直持续到20世纪。而休闲则如同“浪费时间”一样,在西方历史的发展进程中逐渐演变成了一个贬义词。

4. 工业化与大众休闲时代的到来

随着近代工业革命的兴起和发展,休闲作为一个社会问题开始受到了前所未有关注。工业革命以机器生产逐步取代手工劳动,以大规模工厂化生产取代个体工场手工生产,在大幅提高劳动生产率的同时,也直接导致了工业资产阶级与工业无产阶级这两大直接对立的阶级的产生,从而对人类的工作和休闲方式造成了巨大的影响。一方面,劳动文化的主导地位使得人们的休闲在相当长的历史时期内处于“欠合理”的状态。另一方面,生活方式的改变使得休闲的地位得到了提升。

整个19世纪,尽管休闲不属于劳动者,但是人们内在的休闲需求却始终存在,并且随着社会生产力水平的提高和闲暇时间的日渐丰富,这种需求便越发强烈。到了20世纪,电视和电影等影像媒体的出现,形成了大众娱乐。这意味着,一直以来都是阶级主导型的

休闲与文化的阶级界限变得模糊起来,真正意义的大众文化时代开始了^①。休闲逐渐成为社会各阶层人们所普遍享有的社会权利,而不再是仅属于少数人的社会特权。人们可以自由地将休闲时间用于自身的享受和发展,整个社会对工作和休闲的关系也达成了一种普遍的共识:即工作是进行休闲和从事娱乐的基础,两者是人类生活有机的组合体。针对这一现象,法国当代社会学家杜马哲迪尔指出:今天,休闲已成为数百万、数千万劳动者生活中的重要因素,它直接关系到劳动、家庭、政治、社会等问题。现代的人们正努力地适应这种普遍的大众休闲社会方式。

(二) 中国人的休闲

中国作为一个拥有五千年历史的文明古国,为人类思想文化的发展做出了自己独特的贡献,尤其是在古代的休闲娱乐活动方面形成了自己独特的休闲文化和别具一格的活动模式,成为人类文化宝库中一颗闪亮的明珠。

在中国古代封建社会,受到传统农业生产力和农业耕作方式的影响,中国人形成了“日出而作,日落而息”的传统农耕生活方式和“一年之计在于春,一日之计在于晨”的生活准则。作为统治阶级的社会主流思想和理论体系,向来推崇吃苦耐劳、勤奋工作、勤俭节约的精神理念,却从来不给休闲以应有的历史地位,反而一直对以休闲为核心的思想观念或行为方式持排斥和鄙夷的态度,以致形成了“玩人丧德,玩物丧志”“小人闲居者为不善”等带有浓郁封建社会伦理色彩的理论说教体系。

而在另一方面,与统治阶级的休闲观形成鲜明对比的,是中国文人士大夫对于休闲的爱好和向往。受到老庄哲学和禅宗思维方式的影响,中国文人的休闲价值观很推崇:“君子之行,静以养身,俭以养德,非淡泊无以明志,非宁静无以致远。”从魏晋南北朝时开始,远离尘世喧嚣、寄情山水田园就是文人士大夫的人生理想。待到唐宋时期,中国封建社会的经济、文化都呈现出蓬勃的发展趋势,在此基础上形成的休闲文化亦是一幅绚丽多姿的画卷。繁盛的唐宋王朝,孕育了无数杰出的文人雅士,也将休闲文化推向了一个前所未有的高峰。而当中国古人的这种经过了文学的熏陶和哲学的认可的休闲气质发展到明清之时,就自然而然蜕变成成为一种典雅的风致。从明清的小说之中,可以看到对各种充满了人文雅趣的游戏的描述以及对人处世态度的讨论,从一个侧面折射出当时的人们非常推崇闲适的生活方式。

鸦片战争以后,中国进入了半殖民地和半封建社会。19世纪末到20世纪前半期,在中国沿海地区尤其是东南沿海的大中城市里,受西方经济、文化和休闲娱乐方式的影响,不少城市在经济转型的同时,一种近代工业社会的休闲价值观也逐步取代传统的农耕时代的休闲价值观,渐渐融入近代中国人的生活方式里。具体而言,近代社会中国人的休闲观出现了三个比较显著的变化。

(1) 休闲的内涵和功能发生了变化。

休闲不再仅仅被看作是恢复精力和体力的手段,也不再单纯的表现为生活资料的消耗和个人物质财富的享受这一特征,其内涵和功能都在更大的程度上具有了近代资本主义社会工业文明的精神。在人们眼中,休闲既是与社会沟通、与他人交往的社会途径,也是实

^① [韩] 孙海植,等. 休闲学 [M]. 大连: 东北财经大学出版社, 2005.

现个人自我价值的手段。

(2) 休闲消费方式发生了变化。

近代社会的人们受到拜金主义观念的影响，已经开始摆脱崇尚节俭的传统农耕文化观念的束缚，反倒将奢侈和铺张视为休闲消费时尚的标志。

(3) 休闲活动的等级观念发生了变化。

休闲不再是少数人的特权，出现了大众化的发展趋势。

随着时间的推移，今天中国人的休闲观念和认识已经发生了相当大的变化和更迭。但是根植于民族和民俗文化深处的传统休闲理念，仍将继续影响着我们日常的休闲娱乐行为。

二、休闲的相关概念

所有社会都有空闲，在某些社会中，空闲时间比我们目前拥有的要多得多，但是却不能就此将空闲和我们今天所说的休闲相提并论。下面对现代意义上的休闲及相关概念进行论述。

(一) 休闲概念

从字面上来看，“休”字，以人依木而休，巧妙而含蓄地突出了人与自然和谐相伴的特点。“休”字强调的是人的一种行为方式，一种暂时中断劳动的休息行为。由休字可组成休息、休假、休日、休憩等词组，强调人的活动或行为的休息与放松的状态。而“闲”这个字，门里有根木头，把门顶住，不让人和动物通过，好比挂上了一个“请勿打扰”的牌子，从另一个角度体现了人们对于自由时间和私密空间的要求。同时也展示了人们闲静寡欲的精神状态，注重的是人们感觉、感受和思想的纯洁与安宁的实质。由闲字可构成闲静、闲散、闲适等词组。“休”和“闲”组合成一体，也就形成了休闲本身所固有的一系列的行为特点、精神状态、文化内涵和价值意义。

一直以来，各国出版的一些辞书以及众多学者的研究论著，都对休闲的概念进行了多层次的探讨和研究，如下表所示。

国内外学者对“休闲”的定义

姓名	关于休闲的定义
[美] 凡勃伦 (Thorstein Veblen)	休闲是对时间的一种非生产消费
[法] 罗歇·苏 (Roger Sue)	任何活动，只要是自由选择，并为个人在进行这一活动的过程中能谋得自由这样一种感受的都属于休闲范围
[法] 杜马兹迪埃 (J. Dumazedier)	所谓休闲，就是个人从工作岗位、家庭、社会义务中解脱出来，为了休息，为了消遣，或为了培养与谋生无关的职能，以及为了自发地参加社会活动和自由发挥创造力，是随心所欲的总称

姓名	关于休闲的定义
[德] 约瑟夫·皮柏 (J. Pieper)	休闲乃是一种心智上和精神上的态度——它并不只是外在因素的结果，它也不是休闲时刻、假日、周末或假期的必然结果，它首先乃是一种心态，是心灵的一种状态
[美] 依索·阿霍拉 (S. E. Iso-Ahola)	休闲并不是消极的无事赋闲，而是有着积极的意义。它为人们实现自我，追求高尚的精神生活，获得“畅 (Flow)”或“迷狂 (Ecstasy)”的心灵体验提供了机会
[美] 杰佛瑞·戈比 (Geoffrey Godbey)	休闲是从文化环境和物质环境的外在压力中解脱出来的一种相对自由的生活。它使个体能够以自己所喜欢的、本能地感到有价值的方式，在内心挚爱的驱动下行动，并为信仰提供一个基础。休闲行为不只是寻找快乐，也要寻找生命的意义。从根本上说，休闲是对生命意义和快乐的探索 ^①
马慧娣	休闲是人的一种存在状态，一种生存状态，一种精神状态
李仲广、卢昌崇	休闲是一种人类行为，它发生在个人的自由时间里，并在个人内心本能喜爱的心态驱动下平和而平静地进行着
章海荣、方起东	休闲是以自身为目的的自由活动，休闲是人们在自由时间里所自发选择的活动

实际上，“休闲”一词本来就有多重含义，如果我们把上述有关休闲种种定义归类，就会发现对“休闲”的阐释无外乎基于以下三个角度：时间、活动、心态。

也就是说，休闲首先被认为是发生在空闲时间里的，这是一种人们在劳动和其他义务活动之余所拥有的自由时间。其次，休闲是在自由时间内的活动或体验，是让自由意志得以尽情发挥的活动。最后，休闲是人的一种思想和精神的态度。因此，我们对“休闲”的理解也必须从这三个方面加以把握。

本书采用学者楼嘉军对休闲所下的定义：所谓休闲是个人休闲时间和自由活动的总称，也是人们对可自由支配时间的一种科学和合理的使用；休闲时间和活动虽然与人们所从事的日常工作毫无关系，但与劳动并不冲突；休闲活动是人们自我发展和完善的载体。^②

(二) 休闲的基本特征

1. 休闲具有时间特征

休闲首先是一个时间概念，可以用时间尺度进行衡量。而这里所说的时间是一种相对于工作而言的“空闲时间”，是人们“不用于工作和不负责任的时间”，表明人们暂时脱离工作、从各种各样的义务和约束中解放出来的一种状态。可以这样认为，空闲时间是休闲得以存在的前提和基础，但是空闲却不等于休闲。有了空闲，只是实现休闲的第一步，真正的休闲还必须具备下面的特征。

^① 杰佛瑞·戈比的这一定义被我国许多学者引用。

^② 楼嘉军. 休闲新论 [M]. 上海: 立信会计出版社, 2005.

2. 休闲具有自主特征

有人认为休闲是静态的活动,比如冥想或品茶;也有人认为休闲是激烈的运动,比如蹦极或滑雪。事实上,判断一项活动是否是休闲活动,并不是看活动的强度和参与程度,而是看活动是否具有自主特征,这也是休闲最显著的特征。

3. 休闲具有价值特征

所谓休闲的价值特征,主要是指人们在参与休闲的过程中感受到了生活的意义,丰富了人生的内容并得到了精神上的极大满足。

除了上述三个基本特征之外,现代意义上的休闲还具有物质性、社会性和制度性,这也是现代休闲区别于以往所说的休闲的主要特点。所谓物质性,主要是指用来进行娱乐的相应的自由支配时间的延长和社会物质财富的增加,这就为现代休闲的发展提供了必要条件;而社会性,则是指社会主流思想对于休闲采取了接纳和包容的态度,娱乐思想在全社会得到了前所未有的普及,这也是以往时代的休闲所不具备的特点;而现代休闲的第三个特点则是它的制度性。正是由于休闲得到了国家制度的承认,所以才会涌现大批社会公共娱乐场所和设施,休闲才得到了最大程度的普及。^①

(三) 相关概念的比较

1. 休闲与工作

在古代社会,人们对休闲的认识和参与既被当时不发达的社会生产力水平所牢牢束缚,也被人为造成的社会偏见引向了误区,致使休闲和劳动在相当长的历史时期内处于严重对立和排斥的状态。

由此可见,休闲与工作,看似对立,实则相互依存。工作决定休闲,是休闲的前提条件,这主要是因为一方面工作给人们提供稳定的社会地位,增加物质财富,使得人们有条件从事休闲活动;另一方面由于工作令人身心俱疲,迫切需要休闲在工作之余为人们提供愉悦的体验,缓解日常生活的压力,这样就使得人们有必要从事休闲活动。可以说,工作与休闲是一个连续且不可分割的过程。

在现代社会,随着专业化和社会分工的进一步发展,休闲和工作的关系也发生了一定的变化。在有些地方,工作与休闲的对立关系依然存在,人们将工作看作是一种“必要的苦难”和一种养家糊口的手段,而休闲则是让他们得以解脱的方法;但是在另外一些场合,工作则开始向休闲“流畅地蔓延”,也就是说工作本身充满了乐趣,休闲不过是工作心境、工作心态和工作形式等的延续,人们会选择在休闲时间学习更多的技能和知识,充实自己,从而更好地工作。

综上所述,工作与休闲的关系既有相互对立的方面,也有相互依存的方面。工作与休闲是不同的,二者发生在不同的时间,有不同的目的和意义;但同时工作与休闲又是彼此依赖,缺一不可的:少了工作,休闲就如同无源之水;少了休闲,工作会变得暗无天日。只有正确处理好工作与休闲的节奏,合理安排,两者方能相得益彰。

2. 休闲与闲暇

闲暇是一个时间概念,广义闲暇又称为“自由时间”,是一个与“工作时间”相对应

^① [法] 罗歇·苏. 休闲 [M]. 北京: 商务印书馆, 1996.

的概念。而狭义上的闲暇则是指除了工作、睡眠、吃饭等生产和生活必需时间以外,完全根据自己的偏好或意愿去分配使用的人生时间。亚里士多德称之为“手边儿的时间”(Available Time);凡勃伦则将之总结为“非生产性消费时间”。

闲暇尽管带上了一个“闲”字,是人们可以自由安排的时间,但并不是所有的人都将闲暇用于休闲。学者马克斯·卡布朗将社会中存在的闲暇分为四种不同形态:富有者持久而自愿的闲暇;失业者临时而无奈的空闲;雇员们定期而自愿的休假或伤残者的长期休养;老年人被迫或自愿的退休。

由此可见,对于不同的人,闲暇的用途是不同的。人人拥有闲暇,但并不等于人人都可以休闲,闲暇仅仅是休闲的时间条件,对于一个收入相对有限的人来说,闲暇时间很可能被用于制度外的劳动以获得必要的收入,比如说,对于一些家境不太好的大学生来说,打工挣钱或许是他们在寒暑假这个“闲暇时间”里唯一的选择。从这个意义上来说,闲暇是人权,而休闲则是特权。因此在生产力不发达的条件下,休闲距离普通人很遥远,古希腊以及早期的休闲思想只是一种乌托邦。

尽管在科技高度发达,经济快速发展的现代社会,越来越多的人开始在他们的闲暇时间内从事休闲活动,休闲也已经由少数人的“专利”转为广大人民群众普遍拥有的权力,但是休闲与闲暇的关系却并没有改变:闲暇是一个比休闲更为广泛的概念,是休闲的必要条件。休闲必须在闲暇时间内进行,然而闲暇时间却不一定被用于休闲。

3. 休闲与娱乐

自从有了人类,就有了娱乐需求。古往今来,无论是世界各国的先民,抑或是当代的人们,无时无刻不在勾勒着自己向往的娱乐天堂,从事着各种形式的娱乐活动,并从中获得一种人生的满足和愉悦。人类热衷于娱乐活动的心理现象,就是人类最为原始的冲动和欲望的必然体现,也是人类用以表明自身具有创造功能和审美价值的一种实践形式。

所谓娱乐活动,就是指人们在休闲时间内,能够获得高度轻松、身心愉快、自由自在的精神感觉,有利于增长知识、有益身心健康的一系列户内外活动^①。一般来说,娱乐活动具有以下三个特点。

第一,大众性特点。娱乐是人类的本性,人人都需要娱乐,只是人们从事的娱乐活动的方式、地点和强度有所不同;

第二,层次性特点。由于社会职业、教育程度、兴趣爱好、经济收入等因素的影响,导致人们参与娱乐活动的需求表现出层次性的特点,参加怎样的娱乐活动,成为表明一个人从属于哪个阶层的主要标志;

第三,时尚性特点。在现代社会,娱乐活动时常表现为时尚和潮流文化的符号,成为青年人追逐流行的导向物。

显然,娱乐从属于休闲。可以说,娱乐活动是人类最古老的休闲活动形式之一,也是在现代休闲活动中人们占有时间最多、使用最频繁、活动方式最广泛的一种社会活动。在现代社会,人们比以往更加注重娱乐活动,同时把参加娱乐活动的程度和形式,作为衡量生活质量高低的一个重要指标。

^① 楼嘉军. 休闲新论 [M]. 上海:立信会计出版社, 2005.

4. 休闲与旅游

旅游是指人们在可自由支配的时间内,暂时离开熟悉的生活居住地,在异质的文化环境和自然环境中,为获得身心健康、精神满足、情感愉悦而进行游览、欣赏、体验、调养等一系列活动的一种行为。换言之,异地性和暂时性是旅游的基本属性。

随着中国生产力水平的不断提高,人民收入的持续递增,中国人对旅游的认知和感受正在逐步走向开放、理性,并且融入了世界旅游发展的大潮流之中。与娱乐和游憩活动相比,就一项具体的活动而言,旅游活动所花的时间较长,费用较高,地域活动空间较广,涉及的部门较多。虽然从人的完整和协调发展的需要来看,旅游活动尽管永远不会也无必要成为人们休闲活动的主题,可却是非常重要的一种休闲活动形式。

第二节 休闲时间和休闲活动

一、休闲时间

著名的管理学大师德鲁克(P. Drucker)曾经说过:“如果人们连时间都不会管理,何谈会管理其他”。自古以来,人们都非常重视对个人时间的分配和使用,强调珍惜时间,提高时间的使用效率,留下了诸如“一寸光阴一寸金,寸金难买寸光阴”“不饱食以终日,不弃功于寸阴”等脍炙人口的谚语格言。然而,传统的时间管理学是“生产时间理论”,其管理的对象是“生产时间”而非“休闲时间”,其考虑的重点是如何在投入较少工作时间的情况下获得高产出,目的则是为了更好地提高经济效益,促进经济发展。

伴随着工业化和现代化进程的深入,人们用于谋生的工作时间不断缩短,而从事自由活动的休闲时间却得到了相对延长。越来越多的学者认识到,人的发展有赖于休闲时间的增多,合理的个人时间结构不仅是高品质生活的前提条件,也是建设和谐社会的必要基础。我们不仅需要考虑工作时间的高效率,更需要思考非工作时间(即休闲时间)的合理配置问题。而传统的时间管理理论和方法难以对休闲活动进行有效的指导,因此,如何合理使用时间,特别是如何合理配置“真正属于个人”的休闲时间成了新的时代课题。

(一) 休闲时间的划分

根据国际上各种劳动法的规定,工作以后的休息时间大致分为三种,即工作中的间隙时间、每日的休闲时间和休假。为了比较清晰地说明人们休闲时间的使用特性和规律,本书采用楼嘉军教授的方法,将各类休闲时间细分为工作中的间隙时间、每天的休闲时间、周末休息日、公共节假日和带薪假期这五大部分^①。

(二) 现代人休闲时间的使用特点

经济的快速发展,工作压力的日渐加大和岗位竞争的日趋激励,城市越发拥堵的交通

^① 楼嘉军. 休闲新论 [M]. 上海:立信会计出版社, 2005.

和现代疾病这四大因素制约了现代人休闲的步伐,也为现代人休闲时间的分配和使用提出了巨大的挑战。由于休闲时间使用方式的多样性,所以人们在各时间段内所从事的活动也会有明显的区别,但是,无论中外,从城市居民日常休闲时间的分配看,也是有一定的规律可循的。

1. 休闲时间分配的不均衡性

通过对中国居民关于生活时间分配的分析研究,可以发现,无论经济发达地区,抑或是相对落后地区,在休闲时间的使用方面,反映出一个共同特征就是收看电视的时间,竟然要占去所有休闲时间的一半以上。

在西方发达国家,最近几十年来,人们同样把越来越多的休闲时间主要花费在看电视上。通常说来,美国人平均每周有休息时间为40小时,但仅仅有2.2小时用于户外活动、体育、艺术、戏剧、游戏以及其他个人爱好的娱乐活动,约有15个小时都花在看电视上面,占每周可自由支配时间的比例高达37%。从20世纪60年代开始,电视开始广泛进入美国人的家庭,并在家庭中逐渐形成了以电视为中心的生活方式。显然,无论是在发达国家,还是在发展中国家,电视毫无疑问都成为现代人最为主要的休闲活动方式,从而占用了人们最多的休闲时间。随着科技的进步和时间的推移,会涌现出越来越多的休闲方式可供人们选择,但是从目前的趋势来看,人们对看电视这种休闲方式的偏爱仍将持续很长一段时间。休闲时间分配的不均衡性是当前一个普遍存在的现象,也将是延续多年的基本趋势。

2. 休闲时间使用的效率倾向

为了追求社会的发展和进步,人们比以往任何时候都更要求高速和效率,竭尽全力抓住生活的每一分钟去做更多的事情,生活的快节奏已经成为这个时代的显著特征。越来越多的人感觉生活更加匆忙,总有事情等着去做,完成了一个目标还有下一个目标。在这样的时代节奏下,现代人在休闲时间的使用上也表现出了较为明显的效率倾向。

二、休闲活动

作为现代社会人们生活重要组成部分的休闲,有其自身的客观性和表现形式,即休闲活动。简言之,休闲活动是人们在休闲时间实现自我完善和充实提高的载体。随着休闲时间的增多,休闲设施的增加,人们从事休闲活动的欲望也同步增强,从而使休闲活动的形式更趋多样,种类愈加丰富。

(一) 休闲活动的分类

对于休闲活动的类型,不同的学者有不同的划分方法。有的从价值学和伦理学的角度,将休闲活动分为堕落型、消遣型、积极型和发展型四类;有的按照休闲活动的状态将之分为静态休闲和动态休闲两类;也有学者从空间的角度将休闲活动分为室内活动和室外活动两大类。本书则是按照休闲活动的功能将之划分为身心恢复型和身心发展型两大类,每大类中又细分为若干小类。

1. 身心恢复型

身心恢复型的休闲活动,主要是指为了放松、消除疲劳、恢复体力或调节心情而进行的休闲活动。这类活动又可细分为消遣娱乐和旅游观光两大类。

2. 身心发展型

所谓身心发展型的休闲活动,主要是指在身心恢复的基础上,提升人某方面的能力,主要满足的是人自我发展方面的需要,包括怡情养身、体育健身、社会活动和教育发展。

(二) 现代休闲活动的特点

进入20世纪中叶以后,在世界范围内,从发达国家到广大的发展中国家,就社会发展的主流而言,休闲观念逐步被人们所接受,休闲活动无论就其种类还是普及范围都得到了极大的拓展,休闲活动的理念较之以往也有了新的时代特征。随着时间的推移,在各种现代服务和活动设施的支持下,现代休闲活动表现大众化、时尚化和极限化的活动特点。

1. 大众化

现代休闲活动的一个显著特点就是其贵族化和奢侈性特征日渐消退,逐步恢复其固有的大众化和平民化的本质。近代工业革命以后一段相当长的时期内,休闲活动追求豪华场面和奢侈的消费派头是那时一种畸形的社会风气。无论是打高尔夫球、赛马、看歌剧、跳华尔兹,或是外出滑雪、度假,这些休闲娱乐活动在很大程度上成为皇室成员、上层贵族、新兴资产阶级、暴发户等少数特权阶层进行休闲消费的娱乐产品,并且常常异化为在公共场合炫耀他们社会地位及经济财富的手段。今天,由人为造成的炫耀和奢侈的休闲活动外表被剥离了,现代休闲活动形式已经发生了深刻的变化:第一,休闲活动的身份障碍已不存在,由“贵族专享”走向了“全民共享”。第二,休闲活动消费的高门槛逐步被低价格代替。休闲活动的大众化,使得越来越多的人可以按照自己的意愿,任意选择适合自己特点的方式进行休闲活动,自由休闲构成了当代人的一大生活特点。

2. 时尚化

所谓时尚就是指在特定时段内率先由少数人尝试、预认为后来将为社会大众所崇尚和仿效的生活样式。顾名思义,时尚就是“时间”与“崇尚”的相加。从这个极简化的意义上,现代休闲活动的时尚化特征表现为两个方面:一是流行时间短,二是影响范围大。

3. 极限化

极限化可以说是现代休闲活动正在的形成一种新的发展趋势,也是人们个性自由化观念在休闲活动领域的自然延伸。目前风行于国际社会的极限运动,无论是空中延迟跳伞、悬崖自由跳水、高空绑带坠落,还是攀岩、不吸氧深海潜水等运动项目,无不让人在深感惊心动魄的同时,也深刻认识到,休闲活动作为人们社会活动的载体,已经逐渐脱离了它原先已被设定好的传统的界定范围,而被赋予了全新的时代内涵。

第三节 休闲功能

一、休闲的调节与发展功能

休闲在时空上显示出一种平衡性,担负着对人们生理和心理起调整作用的功能。虽然从期望值的角度讲,休闲活动无论如何充分,都无法给人们一个彻底的满足和补偿,但是

休闲活动的确能够给人们带来部分的满足和补偿,从发展的立场看,这种相对意义上的补偿,对个人的生理和心理调整是极为重要的。人们体力疲劳的修复,精神疲劳的恢复,知识匮乏的补充,所有这种调整其实都是在一定的休闲时空阶段内完成的。

(一) 生理机制的修复和完善

1. 对健康的新认识

在经济发展水平普遍较低的阶段,人们梦寐以求的是财富,总想着某一天能突然抱上个金娃娃。而今,当大城市里的人们迈进了富裕生活的门槛时,人们对健康追求的欲望愈加强烈,对健康的呼唤似乎成了时代的一个热点。

在当代,健康已不是个人的问题,而是引起社会广泛关注的热点问题,是有关一个国家、民族国际形象的原则问题。为了全面推进各国提高居民的健康素质,世界卫生组织于1994年提出了“健康城市”的新概念。健康城市是一个不断开发、发展自然和社会环境并扩大社会资源、使人们能够在享受生命和充分发挥潜能方面互相帮助的城市。健康城市的指标一般分为人群健康、城市基础设施、环境质量、家居与生活环境、社区作用及行动、生活方式及预防行为、保健福利以及环境卫生服务、教育、就业及产业、收入及家庭生活支出、地方经济、人口学统计等方面。健康已成为这个时代共同追求的发展目标。

2. 应对“亚健康”的挑战

进入新世纪,越来越多的人正在受到一种从未有过的生活现象的困扰,终日处在一种既病非病的状态,具体表现为精神萎靡不振,浑身乏力,不思进取,不愿工作,做任何事情都提不起劲来。如果到医院检查,折腾了半天,各种检查指标又都显示脑、心、肺、肾、肝、脾、胃等器官完全正常,没有任何疾病的症状,然而,就是浑身不舒服,现代医学将这种介于健康和疾病之间的边缘状态,称作“亚健康”。

“亚健康”是工业化时代的一种现代病,也是一种生活方式病。现代社会中,在白领阶层经常出现“亚健康”状态,一项针对世界500强跨国企业展开的“职场人健康危险度调查”显示,在平均年龄只有30岁的年轻职场人中,近三成员工血糖、血脂偏高,接近半数超重或肥胖,77%的人心肺功能低于平均水平,40%有睡眠障碍。对“亚健康”来说,吃药、打针,难以见效,只有改变不良的生活方式,也就是重视休闲活动,通过调节自身的生活节奏,就能挣脱“亚健康”的束缚,减轻“亚健康”的干扰,以致治愈此种现代生活病。

3. 休闲的康复功能

美国学者经过研究后发现,人们将医疗保健的大部分开支,通常用在延续生命的最后6个月里,而这种投资的结果仅仅是在现代医学技术意义上维持了患者的生命。对此,人们需要严肃考虑的是,如何将这笔巨大的短期开支转变为享受一种健康生活的长线投资,为此,就必须改变建立在传统观念基础之上的医疗保健方法,迫切需要采用更加适合21世纪生活特征,而又赋予全新时代特色的身心健康模式来取代传统意义上的医疗健康模式。现代意义上的身心健康模式其核心是休闲,而传统的医疗健康模式其核心就是治疗。因此,在现代生活中,愈来愈多的人已经形成一种共识,投资健康,就是投资未来。休闲是获得身心健康的主要手段,而医疗则是让人们保持身心健康的辅助手段。休闲是人们完成由传统的医疗健康走向现代的身心健康的推进器。