

北京市2013年专业建设——专业综合改革试点项目
北京第二外国语学院科研种子计划项目

休闲产业经济学

XIUXIAN CHANYE JINGJIXUE (上)

魏小安 厉新建 吕宁 著



 旅游教育出版社

北京市2013年专业建设——专业综合改革试点项目

北京第二外国语学院科研种子计划项目

休闲产业经济学 (上)

XIUXIAN CHANYE JINGJIXUE

魏小安 厉新建 吕宁 著

策 划: 赖春梅

责任编辑: 巨瑛梅

图书在版编目(CIP)数据

休闲产业经济学. 上 / 魏小安, 厉新建, 吕宁著

—北京: 旅游教育出版社, 2014. 9

ISBN 978-7-5637-2962-3

I. ①休… II. ①魏…②厉…③吕… III. ①旅游经济学—研究 IV. ①F590

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第132710号

休闲产业经济学(上)

魏小安 厉新建 吕宁 著

出版单位	旅游教育出版社
地 址	北京市朝阳区定福庄南里1号
邮 编	100024
发行电话	(010) 65778403 65728372 65767462(传真)
本社网址	www.tepcb.com
E-mail	tepx@163.com
印刷单位	北京中科印刷有限公司
经销单位	新华书店
开 本	710毫米×1000毫米 1/16
印 张	18
字 数	263千字
版 次	2014年9月第1版
印 次	2014年9月第1次印刷
定 价	38.00元

(图书如有装订差错请与发行部联系)

|| 前 言 ||

一、从世界杯说开来

每届世界杯足球赛都是豪门盛宴，是足球的豪门，也是全世界的盛宴，全世界的狂欢节。

参与的普遍性

世界杯是全世界四年一次的狂欢节，具有很强的吸引力和普遍的参与性，无论老少都在关注，而且参与的程度还很深。在参与的过程中，大家觉得整整一个月是在看一部娱乐大片，乐在其中。这种参与包括两个方面：一种是现场参与，有机会去现场看球，觉得十分兴奋；另一种是精神参与，没有机会去现场，但通过看电视以及其他各种方式进行参与。无论是哪一种参与方式，每个个体都觉得参与进去了。尽管进入世界杯的门槛非常之高，但参与世界杯的门槛并不高，因此，世界杯作为一个全球的狂欢节，形成了参与的普遍性。

突出的娱乐性

世界杯的娱乐性，首先的表现是悬念强，谁也说不清楚到底谁能赢，尽管能最后成为冠军的也就是那四五个球队，但最终花落谁家不到最后一刻谁也不知道。包括世界杯 64 场球，每一场球的过程中都具有极强的不确定性。正是这种悬念本身造就了世界杯非常之强的娱乐性。

其次是作为球迷的娱乐。比如，真正的球迷即使在家里，也要全副武装，头上扎上带子，脸上画上彩旗，啤酒要准备好，规规矩矩地坐在那儿，随时准备欢呼。没有人要求他这么做，他之所以要这么做，就是觉得这样很有意思、很好玩，这是一种娱乐。这是借助人家的需求来娱乐自己，它的普遍性非常强，大众都可以娱乐。

第三是世界杯期间，世界杯的话题是最广泛被谈及的话题，甚至在这个过程中形成两军对阵，你是谁的 Fans，他是谁的 Fans，一起来“干仗”。在世界杯期间的一个月里，全世界的劳动生产力会大幅度地下降，学习效率也会大幅度地下降，但社会消费会大幅度地提升。按说世界杯和中国没什么关系，但电视机的销量会上升，啤酒的销量会上升，包括 T 恤衫在内的各种与世界杯相关的商品会大卖，尤其是豪门球队的 T 恤衫更是“一衫难求”。

相应的宗教性

仔细分析世界杯期间的众生相，就会发现这种宗教性。比如，球迷把自己心目中的球星当作偶像，这种偶像甚至达到了近乎神灵的程度。在世界杯的各种仪式上，仪式感都非常强，而仪式是宗教的最重要的要素之一。一般而言，宗教的三要素包括信仰、仪式、组织。球迷可以没有组织，但是有信仰、有仪式，所以宗教感非常突出，也使它具有了相应的宗教性。

将参与的普遍性、突出的娱乐性和相应的宗教性加在一起，在一定程度上体现了休闲的本质，在一定意义上达到了休闲的极致。

“足球寡妇”

世界杯还会形成一个特色形态，即“足球寡妇”的产生。瑞士旅游局到德国去促销，说先生在看球，夫人们当足球“寡妇”不行，到瑞士来吧，瑞士有好山好水好风光，有美酒、美食，还有美男，而且瑞士人对足球的狂热不像德国。这种“足球寡妇”的产生，也是非常具有特色的东西，在一定程度上也产生了独特的休闲旅游消费群体。

总之，世界杯以狂欢节的方式开始，最后达到休闲的极致。仔细研究分析一下，各类休闲活动也都包括了以上几个元素，好的休闲活动一定是参与的普遍性、突出的娱乐性和相应的宗教性。只是这种宗教性在各个国家表现不同，有些我们一时理解不了。

二、研究背景

休闲经济学在国内是个比较新的题目，在国际上有五十年的历史了，世界休闲组织成立五十年，世界休闲大会已经召开了 8 次，2006 年第九次在中国召开，但增加了世界休闲博览会的内容，这在世界休闲组织的发展历史上

是空前的。世界休闲组织的主体是各大学的教授，主要是从学术研究的角度来推动行业的发展，但推动了五十年作用不是特别大，主要的影响还限在学术圈子里。

2006年4月22日世界休闲博览会开幕，此前4月21日召开了休闲国际高层论坛，这个论坛原来计划里没有，由于吴仪副总理出席，所以专门组织了论坛。这个论坛也很有意思，吴仪副总理的讲话非常到位；杭州市委书记王国平讲了一下休闲城市怎么发展；世界休闲组织的专家们发言介绍，世界休闲组织在会前两天已经组织了各个国家参加的15位专家，研讨两天半的时间，希望形成一个“世界休闲共识”，结果研讨了两天半，形不成共识，原因是发达国家和发展中国家的差别太大。后来大家研究形不成共识怎么办？索性把讨论的内容在会上介绍一下，因此，四位休闲组织专家在会上作了发言，第一位专家综合概括了讨论的情况，其余三位专家分别讲了三个方面，这四位世界休闲组织的专家讨论的内容没有超出吴仪副总理的讲话范围。

通过这个论坛增强了我们一个信心，发现在休闲这个事情上谁都可以说话，各说各的话，谁说得清楚，谁说得好，大家就接受他。参加完会议之后，萌发了以近年来对休闲业活动关注和参与，以及已经完成的《中国休闲经济》为基础，写一本《休闲经济学》，完善休闲学科建设的想法。

在此之前，笔者已经参加过很多次活动。1999年在杭州开了一个休闲国际论坛，在那次论坛上大家说了很多东西，给笔者印象比较深的，一是世界休闲组织的秘书长说：“什么叫休闲？休闲就是人的一种多样化的选择”；二是国内著名的学者于光远先生说：“人之初，性本玩”；三是朱厚泽先生说，我现在是个闲人，今天议论闲事，我来说几句闲话。中国自古以来有一句话，叫做玩物丧志，我不赞成这句话，我的观点是在玩物中壮志，在休闲中新生。会议上世界休闲组织的很多专家还提出预测，到2015年全世界进入休闲时代。后来笔者和他们讨论，笔者认为他们所说的这个全世界不全，只是主流世界，或者叫主导世界，是西方发达国家，不能把西方发达国家当全世界，中国至少不包括在内，非洲更不能包括在内。他们认为笔者的话也有道理。因为他们是发达国家，控制全世界，认为谈出的观点就是世界，比如美国的NBA篮球赛，NBA就是世界篮球赛。客观来看NBA的水平绝对是世界级的水平，所以NBA参加世界奥运会，谁得第一不是悬念，悬念是谁得第二。全世界就是这个状况，所以那次讨论使笔者产生了一个感触，觉得休闲这个题目确实需要火，而且恰恰是在1999年国务院发布了新的休假制度，增加了3天公共

假日，迅速形成了3个“黄金周”，所以这六年来是中国休闲的一个起步，也是一个翻天覆地的变化。

2000年在北京也开了一个休闲的国际论坛，这次论坛给笔者一个很大的启发，因为这次论坛有一套云南人民出版社出版的“国际休闲译丛”，论坛把5本书的作者请来了。笔者在会上问世界休闲组织的专家，有一个问题笔者不明白，这5本书里为什么没有休闲经济。他们说这个阶段我们已经过去了。笔者不太相信，后来又看了一些文献资料，发现经济学家没有进入这个领域，而不是这个阶段已经过去了。这进一步反映了学者的局限性。

从2000年之后，这几年每年都有这方面的论坛，每年都有这方面的事情，笔者始终都关注了，很多事情都参与了。比如，2006年专门搞了世界休闲创新奖，全世界7个评委，笔者是其中之一。关于休闲创新奖，他们形成了一套构想，构想形成之后，世界休闲组织的主席两个人来北京和笔者谈休闲创新奖的方案。笔者认为这事很好，但他们说没有人响应。这么大的事居然没有人响应，实在无法理解，后来发现他们办事的路数不对，谈完之后笔者给出了一些主意，这个事要到国家旅游局去一下，后来中国旅游协会还专门发了一个文件，号召大家参加休闲创新奖。他们的构想不错，但是操作很差，后来笔者到杭州又说起这个事，觉得这个事要是办不成，实在丢世界休闲组织的面子，一个堂堂的世界休闲组织，折腾一个世界休闲创新奖，居然反应寥寥。当天下午笔者发了六七十个短信，号召大家参与一下，结果有一大批人申报，一大批单位申报，他们很兴奋。而且这件事引发了一个热潮，一说中国已经30个单位申报了，所以全世界各国也调动了一些积极性，结果第二次开评奖会时规则变了，要求也高了，那时世界有60多个单位报名了，报名之后还要审查这个那个的，开了几次审查会。后来笔者发现审查会上基本上都是大学的教授，实际上他们对实际了解得不够。结果最后全世界评了4家，中国只有1家。

这反映了一个问题，中国虽然起步晚，可搞操作方面我们还是行家，所以也让外国的教授们看得目瞪口呆。但反过来说，真正从学术上，从社会观念上，从整个业态的发展上，我们现在比国外还差了一个数量级，甚至不具有可比性。比如，现在国内谈论休闲的问题，大家马上说我们还有多少人吃不饱饭，还有多少下岗职工，还有多少人生活还如何困难，在这时候谈休闲能行吗？这些问题一开始会把人问住，作为一个发展中国家，我们现在面临的最大的问题是发展，你在这儿谈休闲，好像有点逆潮流而动，或者叫反其

道而行之。但从发展的角度来说，这恰恰是发展中国家最大的特点，根本在于建立什么样的社会伦理。我们现在研讨的这些问题美国五十年前都讨论过了，也就是说在这个事情上我们和人家差了五十年的距离，更早一百年前就讨论过了，只不过一百年前讨论的问题和现在讨论的问题还不完全相同。

经过这一过程，尤其是近两年笔者一直比较关注休闲的问题，也在做一些实证性的项目，比如正在做千岛湖的发展规划。他们开始提出来要做千岛湖旅游产业发展规划，笔者说这样的题目我们不做，如果我们要做，就做一个浙江省淳安县休闲发展规划，这可以说是全国第一个休闲发展规划，区域性的休闲规划。同时，山西运城有个盐湖，盐湖很有特点，我们也帮助他们策划做休闲项目。之所以操作这几个项目，是想从实证的角度进一步研究中国的休闲到底该怎么搞。

类似的事情汇总到一起，形成了《休闲经济学》总的思路。2005年出了一本书，书名《中国休闲经济》。这本书学术含量不高，主要是近年来接触很多实证性的项目，把这些实证性的项目分析了一下，形成了一本书，但在实践中也感觉到一个问题，休闲说不清楚，基本上我们所有的人对休闲都不清楚，这就说明现在缺乏理论的指导，也需要理论的指导，由此产生一个想法，写一本《休闲经济学》。学是一个学科的建设，而且可以说是一个新兴的学科的建设，这样难度就很大，想借此把有关的想法、看法、认识系统地梳理一遍，提供一个研究的框架，提供一个学术的空间。

2006年10月16日至20日，第九次世界休闲大会在中国杭州市召开。会议共有注册代表380人，听会代表2700人，提交了360篇论文，举办了90多场会议和活动，会议的志愿者300多人。这可以说是世界休闲研究的一次大交流，也是一次检阅，从中可以看到当前世界休闲研究的热点和今后的方向。而在同年4月22日开幕的首届世界休闲博览会，则是业界的一次总体亮相。作为首届，本身就是一种创新。突破了50多年局限于学者圈子的状况，进入了发展的天地。博览会体现了国际化的特点，由美国人杰拉德先生任首席执行官，全面组织操作。同时体现了市场化的特点。一是政府主导，创造环境，奠定基础，推进发展。二是企业运作，由宋城集团建设休闲博览园，提供相应的平台。三是学者推进，积极参与策划，提供智力支持。最终形成了“官产学民媒”积极共建的格局。

这两个会议的举办，对于世界休闲组织而言，是一个上台阶的过程。对于中国而言，是一个休闲观念根本调整的过程，也是各地全面推动休闲产业

发展的开端。对于杭州市而言，是城市形象的集中体现，是空间结构的调整 and 产业结构的优化。对于百姓而言，则是开阔了眼界，提供了更多的选择机会，是提高生活质量的过程。

随着实践的发展和思考的深入，在高密度大强度调研过程中，笔者深深感到业界关注的中心是发展以至操作，而学界则始终局限于学术，高论和宏论很多，细论和偏论也不少，但实论相应较少。而且，国内学术界关于休闲理论的介绍和研究成果已经产生了一批。为此，对本书的框架和内容进行调整，最后确定为《休闲产业经济学》。

三、研究框架

《休闲产业经济学》（上）研究框架为：

第一章 绪论：理论与方法。按照学术规范，首先对现有的休闲理论进行了搜索，以了解前人研究的程度，有些需要完整的引证，有些需要归纳，在方法上有一些突破。

第二章 休闲与人生。探讨休闲的本质，以及休闲需求因何而产生。

第三章 休闲需求与市场。休闲的发展是市场导向的结果，所以要把休闲市场作为基础来研究。

第四章 闲：时间维度。对于时间问题想得不多，一说休闲对应的概念就是工作时间，应该说工作时间所对应的是空闲时间，而不是休闲时间，这里有本质的区别。空闲是被动的，休闲是主动的，空闲一定意义上也有一点无可奈何，但休闲一定是一种主动的追求，所以对于时间的探讨涉及一系列的问题，这也是休闲的基础。

第五章 休：行为与方式。采取什么样的方式去休闲，各国皆有不同，各年龄亦有其差异，各阶层会有不同需求，所以需要探讨休闲行为与方式进行探讨。

第六章 场：空间维度。休闲需要一定的空间，这种空间涉及方方面面，也是和休的方式紧密联系在一起。比如，在家里看电视，这是不是休闲，应该说这是现在很重要的一种休闲方式，它也有一个场，就是家庭休闲。再比如，离开家庭上茶馆，茶馆也叫一个场，一般来说这叫城市的第三空间。所以对于空间的规划探讨，也是多维度的。

第七章 休闲产品：活动与经营。休闲产品不全局限于活动，但活动

体现得最充分。

《休闲产业经济学》(下)研究框架为:

第一章 休闲主体产业:体系与建设。这是一个体系化的发展,休闲产业必定会形成一个产业体系,客观来看这个产业体系已经形成了,但我们的认识还没有完全到位。主体产业包括旅游产业、文化休闲业和体育休闲业三大类。

第二章 休闲延伸产业。从需求逐步发展和产业逐步延伸所形成的新业态,主要包括休闲农业、休闲商业、休闲房地产和邮轮游艇业。

第三章 休闲支撑产业。主要涉及休闲信息业、休闲中介业、交通业和休闲工业。在休闲经济的发展中,产生了一系列新的时机,如何认识和把握,也是本章讨论的内容。

第四章 休闲规划与开发。主要涉及休闲规划的原则、情景规划与项目设计,同时也对休闲的体系化开发与发展作了分析。

第五章 休闲服务与体验。最终休闲的发展本质上是一种服务,而且这种服务是与服务方式的创新、与体验经济等紧密联系在一起。

第六章 休闲经济与国民经济。探讨发展休闲与国民经济发展之间有哪些密切的关系。

第七章 休闲管理与发展。休闲管理包括休闲的产业政策,休闲的管理体制,休闲的运营机制等相关的问题。

第八章 休闲生活的未来:水平与质量。休闲在创造一种新的生活方式。多年以来,我们只想生活水平的提高,这种生活水平的提高,就像现在追求GDP一样。动辄追求人均GDP、人均收入。但从本质上来说,休闲不仅是一个生活水平问题,更重要的是生活质量的问题。

有人说,法国人看不起美国人,认为虽然美国人挣钱挣得比法国人多,但是他们的生活质量不如法国人强。在欧洲,你会感觉到欧洲的生活质量比美国要高很多,但要看的收入水平,美国比欧洲要高很多。所以就要探讨一个问题,是生活水平重要,还是生活质量重要。有些人的看法是多挣钱就行,但你挣了再多的钱,无非是钱的奴隶,当然没有钱,也是钱的奴隶。

如果你有相应的精神追求,有相应的文化追求,虽然钱不是最多,但是你的生活质量有可能达到最好,这就是一个本质的区别。在我们以GDP论成败的年代,探讨生活水平与生活质量的问题,可能是事涉未来发展的非常重要的问题。

党中央已经提出了科学发展观，提出了以人为本的治国理念，这在中国共产党执政史上是一个根本性的转变，这种转变甚至会带来整个国家的一种转型，可以看见，近两年我国的很多问题正在逐步调整过程之中。从这个角度来说，研究休闲经济，进一步把它提升到一个学科去认识，既有非常重要的理论意义，更具非常重要的现实意义。

本书稿获得了“北京市 2013 年专业建设——专业综合改革试点项目”经费的出版资助以及“北京第二外国语学院科研种子计划项目”的研究支持。在书稿的撰写过程中，王文平、许文婧、张芳芳、王圆圆、张飞飞、华云等研究生参与了文稿的整理工作。旅游教育出版社的编辑为书稿的出版付出了很多的努力和辛苦，在此一并表示感谢。

魏小安

|| 目 录 ||

第一章 绪论：理论与方法	001
第一节 休闲理论的演进 / 002	
第二节 休闲的概念 / 021	
第三节 休闲产业 / 024	
第四节 休闲经济的研究思路 / 026	
第二章 休闲与人生	035
第一节 休闲形态的演进 / 036	
第二节 休闲追求的本质 / 051	
第三节 综合分析 / 058	
第三章 休闲需求与市场	063
第一节 后工业化：变化与来临 / 064	
第二节 消费发展阶段 / 071	
第三节 休闲的需求分析 / 080	
第四章 闲：时间维度	099
第一节 生命周期 / 100	
第二节 时间感知 / 109	
第三节 时间安排 / 113	

第五章 休：行为与方式 119

第一节 休闲行为 / 120

第二节 休闲方式 / 127

第六章 场：空间维度 139

第一节 关于空间 / 140

第二节 家庭休闲 / 142

第三节 城市休闲体系 / 147

第四节 环城市休闲游憩带 / 164

第五节 乡村休闲 / 168

第六节 异地休闲 / 188

第七章 休闲产品：活动与经营 221

第一节 产品谱系 / 222

第二节 节事活动 / 233

第三节 民俗休闲产品 / 246

第四节 休闲产品营销 / 257

第五节 新型组织方式 / 273

第一章

绪论：理论与方法

二 休闲产业经济学(上) 二



约翰·凯利的《走向自由——休闲社会学新论》，开篇就谈到这样一个问题。他说，“休闲是一个复杂的现象，是一些现象的组合。任何单一的范式、模式、途径、理论或研究方法都不可能尽述其详。我们只有通过探索在不同学科内发展起来的各种理论隐喻，才能全面地提示休闲的性质，从而既能探明其内部构成要素，又能通观其总体轮廓”。

上述这段话是写本书的一个前提，之所以把这番话引出来，是因为这是研究休闲经济的一个前提。休闲是一个非常复杂的现象，休闲经济学的研究不能仅限于经济自身，而且实际上也不可能局限于某个单一的方面。

第一节 休闲理论的演进

一、演进过程

从世界两千多年的发展来看，包括休闲史的发展来看，休闲理论的演进经历了这样一个过程。

1. 起源于哲学

无论是西方还是东方，对休闲的认识都始于哲学。这似乎不太符合一般的认识过程。一般而言，大多是随着产业充分发展起来后，才开始一个由浅入深的认识过程。也就是说，对休闲的认识应该是休闲活动在社会上大量产生之后，大家才开始来认识。但实际上休闲理论演进的起源是哲学，早期对休闲的探讨者都是从哲学的意义上来探讨，实际上是在探讨人生的意义。

早在 2500 年前，国外学者对休闲的研究就已经纳入了古希腊哲学家理论研究体系。理论界现在公认的休闲理论鼻祖是古希腊的亚里士多德，他认为，休闲就是思想的结晶，是人超越了日常的俗物形成的思想的结晶。他还认为，我们需要崇高的美德去工作，同样需要崇高的美德去休闲，休闲可以使我们有意义地生活。

著名哲学家约瑟夫·皮珀曾经指出，工作就是为了休闲。这是一个根本性的，或者说是一个革命性的休闲的变化。也可以说，是从哲学意义上对休闲的最为深刻的、最为本源性的一个认识。

2. 发展于文化学

在休闲理论的研讨过程中，大家感觉文化越来越重要了，对于文化学的研究又开始发展起来。

作为一本休闲学的经典之作，约瑟夫·皮珀的《闲暇：文化的基础》（1952）不仅从哲学角度解读休闲，也阐释了休闲作为文化基础的价值意义。他在书中指出，休闲是人的一种思想和精神的态度，不是外部因素作用的结果，也不由空闲时间所决定，更不是游手好闲的产物。他在书中提出，休闲是文化的基础，没有休闲就没有文化，他认为“文化的真实存在依赖于休闲”。

3. 兴盛于社会学

现在休闲理论的一些经典性著作，基本上都是社会学的理论。可以说，在社会学方面，休闲的研究相应来说比较适合，在休闲研究的过程中，社会学者投入了更多的精力。

1967年，法国学者杜马兹迪埃在《走向休闲的社会》一书中，以批判现实主义的观点，探讨了休闲与家庭、工作、社会政策及共同体的关系和意义。他认为，在休闲的放松、娱乐和个性发展三个层次中，个性发展是最重要的。

美国宾夕法尼亚州立大学学者杰弗瑞·戈比的《你生命中的休闲》告诉人们，休闲是复杂而非简单的概念和现象，是人的存在过程的一部分；休闲行为不只是寻找快乐，也要寻找生命的意义。

美国学者里斯曼在《孤独的人群》（1950）中，明确提出休闲应该是“大众消费”的新观点，并将休闲问题纳入文化社会学的范围内加以研究。这本书在美国和不少国家都产生了巨大的影响。

美国学者卡普兰的《美国的休闲——社会调查》（1960）一书，代表了20世纪60年代休闲社会学研究的最高水平。其研究涉及美国社会制度的工作、家庭、社会阶层、宗教和世俗的价值观等诸多方面。他认为，如果人们将自己外在的价值观强加给别人，不允许他们积极地发展自己的价值体系，则可能会限制人们的休闲潜力。

美国伊利诺伊大学的约翰·凯利在《走向自由——休闲社会学新论》中，提出了一个重要观点：休闲应被理解为一种“成为人”的过程，是人的一生中一个持久的、重要的发展舞台。书中作者以大胆的理论创新和跨学科的研究方法，以严谨的逻辑推理和翔实的数据，对休闲的本质和现象进行了深入的分析研究。

卡拉·亨德森等的《女性休闲——女性主义的视角》从女性主义的视角对女性休闲问题进行了讨论，以后结构主义的眼光和女性视角对女性休闲进

行了研究,希望能通过这些研究来引起人们对女性的休闲体验及对女性自身发展的影响的关注。

从社会学角度对休闲进行研究的,还包括法国社会学家罗杰的《休闲与文化》《休闲社会学》和《生活空间与休闲》,他分别对“侵略性的”“有害的”和“野蛮的”三种不正当的休闲方式进行了区分和批判。另外,还有德国学者吕特克也提出了“系统休闲理论”等。

4. 深入于心理学

很多心理学的著作,探讨休闲心理,甚至成为休闲理论中的一种经典。

在休闲的心理学研究中,美国心理学家奇克森特米哈伊的《畅:最佳体验的心理学》(1988),从心理学的角度对休闲体验的性质作了深入的研究,说明休闲从根本上是一种有益于个人健康发展的内心体验。他提出了一个被后来的研究者广泛接受的概念“畅(flow)”。^①他认为,很多休闲活动包括攀岩、下棋等,都能给人们带来极大的心理满足,这就是所谓的“畅”。这个“畅”,按我们一般的解释,就是人在工作中或者在休闲过程中,尤其是在休闲过程中达到了一种极致,达到了一种忘我,达到了一种最高的境界。

美国马里兰州立大学的教授依索·赫拉的《休闲与娱乐的社会心理学》(1980),从心理学的角度揭示了休闲本质。他将休闲分为三个层次:必需的非工作活动、自由时间的活动和休闲活动。他认为,真正的休闲活动是具有高度的自由选择和很强的内在动机的活动。他指出,休闲并非消极地无事闲着,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”或“心醉神迷”的心灵体验提供了机会。

学者马希米尼和卡里(1986)提出,当个人感觉到的挑战和能力超过某一水平时,才会出现“畅”的体验。如果挑战和能力都低于该水平时,即挑战和能力相当,人们也体验不到“畅”的感觉。此后,“畅”这一概念在一定程度上合理地解释了人们为什么愿意从事一些危险性的高难度、高技能的活动。

另外,美国学者纽林格(1981)在《休闲心理学》中,也对休闲体验作了阐述,认为休闲的唯一判断标准就是心灵所能体验的自由感。

^① 奇克森特米哈伊(Mihalyi Csikszentmihalyi)认为,畅是一种可以在“工作”或者“休闲”时产生的最佳体验。