

重庆古佛山养生旅游资源与产品设计*

曹华盛¹, 邓广山²

(1. 重庆师范大学 地理与旅游学院, 重庆 401331; 2. 重庆城市管理职业学院, 重庆 401331)

摘要:随着人们健康意识的增强,国民对健康养生产品和服务的需求急剧增加,养生旅游正势不可挡地从众多旅游业态中脱颖而出,成为旅游的新趋势。古佛山养生旅游资源涵括4个主类,5个亚类和17个基本类型,资源单体数量36个,良好的生态环境、丰富的养生旅游要素和深厚的禅宗养生文化积淀,形成了良好的禅宗养生旅游资源条件。以禅宗“道”的本质为切入点,将禅修境界与养生诉求、环境资源、旅游活动相融合,突出禅宗养生旅游主题,依据养生的“精神性”核心需求,按照问禅养身—习禅养心—参禅养性的逻辑理念,构建了“天人合一,禅养五重奏”禅宗养生旅游产品体系,并针对观光游憩旅游、森林健行旅游、休闲人居旅游、民俗体验旅游、禅宗体验旅游等特色养生旅游产品的开发进行了初步设计。

关键词:养生旅游资源;养生旅游产品;禅宗养生;古佛山

中图分类号:P967;F590.7

文献标志码:A

文章编号:1672-6693(2016)03-0156-06

在人口老龄化和亚健康人群比重快速增加的社会大背景下,人们的健康意识不断增强,国民对健康养生产品和服务的需求急剧增加,“身和谐,心自由”的健康养生已经成为了人们的迫切需求,养生旅游正势不可挡地从众多旅游业态中脱颖而出,成为旅游的新趋势。目前国内关于养生旅游的研究还比较薄弱,除了养生旅游的概念、特征、分类与旅游动机等基础研究外^[1-5],主要研究成果多集中在开发层面。魏军^[6]提出了生态养生旅游产品开发的原则和方法;陈文武等^[7]、王继庆^[8]探讨了森林养生旅游主题与产品体系;刘丽君^[9]分析了温泉养生旅游文化开发策略;王志民^[10]研究了宜春市养生旅游开发;杨懿等^[11]对养生旅游资源进行了分类与评价指标体系研究。养生旅游研究从早期的定性描述,逐渐发展到定量分析和区域综合研究,这些成果为养生旅游发展提供了很好的借鉴与参考,但现有研究中尚无针对中小尺度旅游景区的专门研究。

养生旅游产品设计是养生旅游发展的基础。养生旅游诉求的多样化,催生了养生旅游产品种类的多样化。功能角度的养生旅游产品主要有康体保健、康复治疗、静怡养心、生理美容等4种类型^[5];资源角度的养生旅游产品主要有高山疗养型、森林疗养型、海滨疗养型和温泉疗养型^[12];环境特色角度的养生旅游产品主要有长寿主题、山林养生、日光养生、花卉养生、生态水疗养生、四季养生、民俗养生、其他养生等8种类型^[13]。这些养生旅游产品的设计与开发关注的重点大多集中在旅游活动的养生功能、休闲与养生方面,而突出文化养生旅游资源,强化养生“精神性”核心需求的养生旅游产品还不多见。禅宗融合了佛教、道教以及儒家思想,集中体现了中华民族的心理文化,它蕴含的养生文化资源及其以心性论为核心的养生理念和养生方式与现代养生“精神性”核心需求高度契合^[4]。以禅宗“道”的本质为切入点,将禅宗思想与养生诉求相融合,设计开发禅宗养生主题旅游产品,既是“人体物质形体与精神、自然的整合统一”养生旅游本质的需要^[14],更是促进国内养生旅游产品品质升华的必然选择。

重庆古佛山良好的经济与旅游市场区位、得天独厚的综合交通网络、优质的生态环境、丰富的养生旅游资源及其以禅宗为核心的深厚的养生文化,构成了古佛山发展养生旅游的综合优势。本文分析评价了古佛山养生旅游资源,探讨将禅宗养生与环境资源及旅游活动融合,开发“天人合一,禅养五重奏”禅宗养生主题旅游产品系列,探索将禅修境界与养生范畴融合于养生旅游产品设计之中,以期设计出满足养生旅游核心需求的高品质养

* 收稿日期:2016-01-14 修回日期:2016-04-19 网络出版时间:2016-04-30 9:42

资助项目:重庆市教委科技项目(No. KJ13057; No. KJ1503210);重庆市教委人文社会科学研究项目(No. 14SKS23)

作者简介:曹华盛,男,副教授,研究方向为区域旅游发展、旅游规划与策划研究,E-mail: 736521554@qq.com

网络出版地址: <http://www.cnki.net/kcms/detail/50.1165.n.20160430.0942.002.html>

生旅游产品。

1 研究区概况

重庆古佛山位于重庆市荣昌区清升镇,处于成渝经济区中间地带、重庆一小时经济区西大门、渝西经济走廊地带,距荣昌城区 15 km。东邻大足区、永川区,西接四川省隆昌县,南邻四川省泸县,北与四川省内江市、安岳县接壤(图 1)。古佛山地形为东北-西南走向的梯田状三级台地地形,山体东西长 8 km,南北宽 2 km,面积 16 km²,主峰最高海拔 711.3 m,为荣昌区第一高峰,自然天成为极佳的休闲观景平台。古佛山山峦起伏,沟谷纵横,山水辉映,树茂林密,具有良好的生态环境。山地四周环绕着广阔的低海拔浅丘平坝,大面积的农田与相间其间的形态、色彩各异的民居院落,构成一幅四季景色交替的田园风光。广袤的田园风光与层叠起伏的山体相互映衬,构成极具观赏价值的大地景观。

近些年来,古佛山所在的清升镇通过发展茶叶、蔬菜、经果林、生猪、渔业等特色

经济,实现了区域经济的快速增长和产业结构的优化,2014 年全镇地区生产总值达到 84 503 万元,主要经济指标位居全区前茅。依托古佛山山地景观、田园风光等旅游资源,开发的登山和乡村休闲旅游产品在本地及周边市场已有一定影响,但旅游产业尚未成型。为了充分利用古佛山的旅游资源,荣昌区已经将“古佛山休闲养生旅游区”确定为全区旅游发展的重点项目,相关规划设计正在进行之中。

2 古佛山养生旅游资源及其评价

2.1 养生旅游资源

古佛山良好的生态环境、源远流长的禅宗文化、独具特色的大地景观以及丰富独特的传统美食与传统工艺,构成了古佛山丰富的自然与人文养生旅游资源条件。杨懿、田里等按照《旅游资源分类、调查与评价 GB/T 18972-2003》,结合养生旅游资源的特征,将养生旅游资源分为 4 个主类、7 个亚类、23 个基本类型^[1]。古佛山拥有地文景观、水域风光、旅游商品、文化活动等 4 个主类,综合自然旅游地、泉、天然湖泊与池沼、地方旅游商品和民间习俗等 5 个亚类和 17 个基本类型,资源单体数量达到了 36 个(表 1)。丰富的禅宗遗存与深厚的禅宗养生文化积淀,独特的大地景观与良好的生态环境,丰富独特又方便移植的养生旅游要素共同奠定了古佛山良好的禅宗养生旅游资源条件。

2.2 养生旅游资源评价

2.2.1 以禅宗为核心的养生文化旅游资源优势明显 古佛山佛教禅宗源头悠远、历史辉煌,素有“西来第一禅林”之美誉,是川渝地区著名的佛教禅宗文化圣地,现有罗汉寺(罗汉寺距今 1 270 余年)遗址、“西来第一禅林”石牌坊、禅修洞、禅意池、摩崖石刻等佛教禅宗遗存不仅数量众多,而且分布相对集中。由于佛教禅宗的长期浸润与融合,古佛山及周边区域的社会生产生活之中保存着浓郁的禅宗文化氛围,既有延续至今的参禅、禅修、禅食等养生传统,也有流行于民间的河包肉龙(民间舞蹈)、缠丝拳(缠门、蚕门)等民间健身活动,更为特别的是保留着

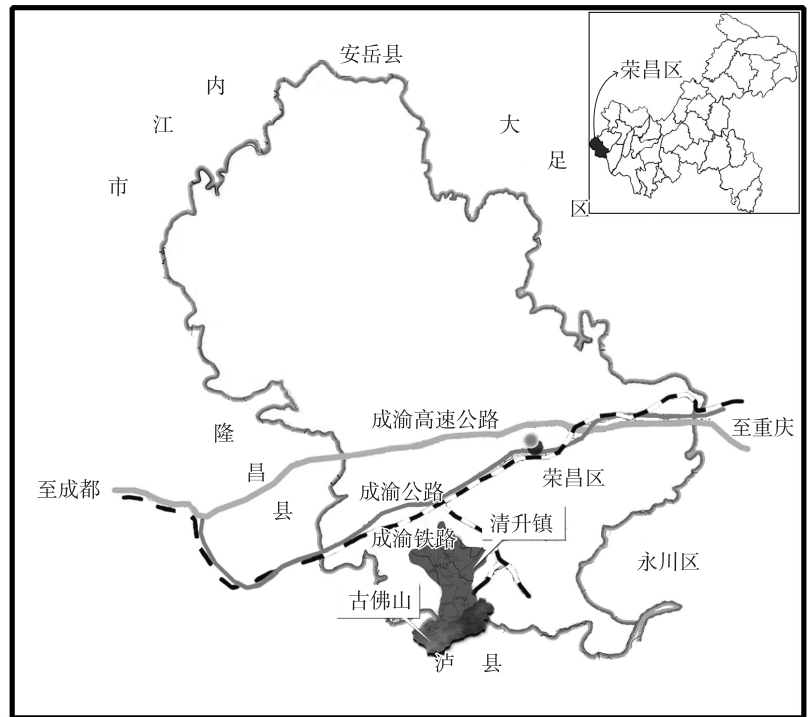


图 1 重庆古佛山山区位图

Fig. 1 The location of the Mountain Gufo in Chongqing

浓郁的禅茶、禅林、禅农、禅居等生活习俗。丰富的禅宗遗存和全方位渗透的禅宗文化构成了古佛山厚重的禅宗文化积淀。禅宗既是古佛山最具特色的旅游资源,也是古佛山的文脉,更是古佛山养生旅游资源的核心。积淀深厚的禅宗养生文化是古佛山相对于国内其他养生旅游地最为明显的资源优势。

表 1 古佛山养生旅游资源

Tab.1 The health tourism resources in the Mountain Gufo in Chongqing

主类	亚类	基本类型	资源点
地文景观	综合自然旅游地	山岳/森林/草原/盆地/田园	古佛山/岚峰林场/天岗茶园/清升田园
	泉	地热温泉/矿泉	吞口坝清泉、玄武岩山泉
水域风光	河口与海面	观光游憩海域/海滨养生区/海岛	—
	天然湖泊与池沼	观光游憩湖区/湖滨养生区	二流水库、玄武池水库、吞口坝水库、道林沟水库/玄武瀑布
旅游商品	地方旅游商品	养生菜品饮食/生态农林畜产品与制品/生态水产品与制品/中草药材及制品	黄凉粉、卤白鹅、铺盖面、羊肉汤/天岗有机茶叶、樱桃、黄花梨、荣昌猪、林下竹荪/生态养殖白乌鱼、小龙虾、稻田鱼/白芷
	艺术	文学作品/养生音乐/养生舞蹈	—
人文活动	民间习俗	宗教养生/养生民俗/民间健身活动/传统养生文化/养生民居	“西来第一禅林”、参禅、禅修/尝新、杀年猪/河包肉龙(民间舞蹈)、缠丝拳(缠门、蚕门)/荣昌茶文化、荣昌三宝(折扇、夏布、安陶)、何氏小提琴、客家移民文化/刘家院子、宋家院子

2.2.2 良好的生态环境构成养生旅游发展的本底资源 古佛山主峰为荣昌县第一高峰,梯田式层状山地地形以及山中的森林、泉水、溪流、池塘、水库构成山水辉映的秀丽风光。山上森林植被覆盖率高,树木繁多,大面积成片的松树林、杉树林、楠木林、茶园以及境内温和的气候条件构成了良好的森林生态环境。古佛山四周规模化种植的经果林、成熟的平坝农耕以及刘家院子、宋家院子为代表的民居村落所构成的意境相映的乡野田园衬托起伏的山峦、纵横的沟壑,形成独具特色的大地景观。良好的生态环境和独特的大地景观成为古佛山发展养生旅游的本底资源。

2.2.3 养生旅游要素资源丰富独特又方便移植 荣昌区特有的黄凉粉、卤白鹅、铺盖面、羊肉汤等养生饮食,樱桃、黄花梨、荣昌猪、林下竹荪等生态农林畜产品,稻田养殖的白乌鱼、小龙虾等绿色水产品,生态种植的白芷等中草药材,以及荣昌三宝(折扇、夏布、安陶)、何氏小提琴等传统工艺不仅是市场潜力巨大的养生旅游要素资源,而且十分方便旅游产品开发时进行项目移植。

3 古佛山养生旅游产品开发与设计

3.1 养生旅游产品体系

养生旅游包括养身、养心、养性 3 种不同的范畴,以及强身健体、康复治疗、延年益寿、修身养性、修复保健、生活体验、文化感受等七大诉求^[15]。养生旅游产品的开发在顺应市场需求的同时还应该发挥引导消费的作用。在中国,禅宗与养生是不可分割的两个部分,养身必须与养心并重。根据古佛山良好的生态环境,及其以禅宗为核心的养生旅游资源优势,针对养生旅游市场的多层次需求,以禅宗养生为主线,将禅修的 3 种境界(苦苦寻觅、似有所悟、顿悟永恒)与养生的 3 种范畴(养身、养心、养性)和古佛山层状地理环境及资源与旅游项目布局有机融合,按照问禅养身—习禅养心—参禅养性的递进逻辑理念(图 2),构建古佛山以禅宗养生为重点的“天人合一、禅养五重奏”养生旅游产品体系(表 2)。

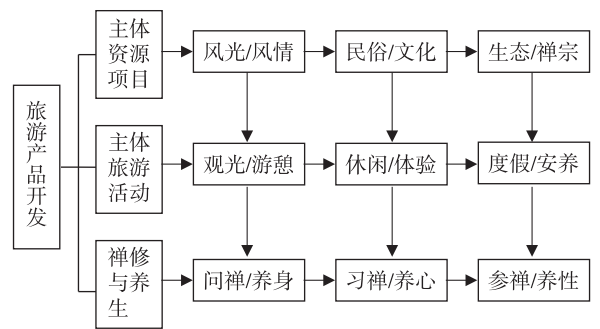


图 2 古佛山养生旅游产品设计理念图

Fig. 2 A framework of designing health tourism products for the Mountain Gufo

3.2 养生旅游产品开发

3.2.1 观光游憩旅游产品 观光游憩是旅游最基本的活动内容,自然也是旅游产品体系开发中不可或缺的重要组成部分。古佛山独特的田园风光、大地景观、森林景观、佛教禅宗文化遗存等具有很高的观光游憩价值。通过游览线路设计,优化旅游景点组合,以大地景观和田园风光为主体,开展田园野韵观光游憩;以山地、沟谷、森林为主体,开展山谷风韵观光游憩,以茶林风光为主体,开展茶园律韵观光游憩;以山泉等自然水体为主体,开展古泉清韵观光游憩;以禅宗文化遗存以及禅宗浸润的民俗风情为主体,开展宗教禅韵观光游憩,构建古佛山观光游憩旅游产品,引导旅游者观光、消遣、娱乐,满足大众旅游者问禅养身需求。

表2 古佛山“天人合一,禅养五重奏”旅游产品体系

Tab.2 The health tourism product system of nature and humanity with Zen quintef for the Mountain Gufo

创意主题	支撑项目	开发思路
精彩养眼 ——观光游憩旅游产品	田园野韵、山谷风韵、竹林幽韵、茶园律韵、古泉清韵、宗教禅韵、美食长廊	依托田园风光、山地景观、森林景观、宗教文化、特色美食长廊,为旅游者提供回归自然、观光游览、登山健体、休闲体验服务,满足大众游客问禅休闲养身需求。
森林健身 ——森林健行旅游产品	归隐山林、禅林迷踪、健身步道	依托茂密森林、蜿蜒有致的茶林,为旅游者提供森林漫步、森林健身、森林沐浴、林海漫步、森林健行等活动项目,打造绿色健康养身公园。
山水养生 ——休闲人居旅游产品	印象村落禅意主题酒店、点式养生公寓	以良好的森林生态和禅意氛围环境为基础,以禅意主题酒店和点式养生公寓为载体,提供度假安养、居家养生养老服务,满足小众旅游者参禅养心需求。
文化养神 ——民俗体验旅游产品	折扇、陶瓷、夏布等传统工艺体验馆、特色休闲美食长廊、时令鲜果采摘品尝	依托规模化的经果林、传统手工艺体验馆和特色美食长廊等项目,打造休闲体验旅游产品。
宗教养性 ——禅宗体验旅游产品	禅茶一味茶馆、古佛山国学院、修禅堂悟禅休闲观景	依托古佛禅寺、修禅堂,国学院、茶禅馆等,重点打造参禅、习禅养生旅游产品,满足高端旅游者参禅养性需求。

3.2.2 森林健行旅游产品 大自然赋予了古佛山良好的森林生态环境和独特的梯田层状风貌。古佛山林区森林植被丰富,树木繁多,有大面积成片的松树林、杉树林、楠木林等。古佛山森林负氧离子含量高,紫外线充足,还有臭氧、过氧化氢等杀菌消毒气体,具有保健和调节心理的功能。山中有泉水、溪流、池塘、水库,山水辉映,山峦起伏,沟谷纵横、绿树葱茏、四季分明、鸟语花香,是登高、游憩、森林浴、疗养的好场所,是渝西地区难得的登高远眺平台。依托良好的森林景观与森林环境资源,完善登山步道与旅游配套设施,打造林海漫步、禅林修身、森林沐浴、绿色SPA、森林瑜伽等主题旅游活动项目,构建古佛山森林健行旅游产品,满足旅游者亲近自然、康体养身需求。

3.2.3 休闲人居旅游产品 国民休闲需求发展趋势与独特的区位条件,决定了古佛山休闲旅游产品的巨大发展潜力。依托古佛山的乡村、田园、森林、水体、茶园等国人公认的传统“福地”资源,以禅意主题酒店、点式养生公寓、传统手工艺体验馆和特色美食长廊为载体,以参与和互动为主要旅游活动形式,以亲近自然山水,呼吸新鲜空气,品尝特色美食,引导游客回归自然;以发现自然,顺应自然,引导游客融入自然;以体验生活,反思总结,引导游客修身养性等为旅游主题,构建古佛山休闲人居旅游产品,以度假安养、居家养生方式满足小众旅游者参禅养性需求。

3.2.4 民俗体验旅游产品 随着人们个性化和参与性需求的加强,体验性旅游产品已经成为区域旅游产品开发的焦点。充分利用古佛山参禅、禅修等宗教养生,尝新、杀年猪等养生民俗,河包肉龙、缠丝拳等民间健身活动,茶文化、荣昌三宝、何氏小提琴、客家移民文化等传统养生文化民间习俗,以及卤白鹅、羊肉汤、铺盖面、黄凉粉、麻竹笋等众多著名特色餐饮,以参与性活动设计为主要手段,以引导游客感知捕捉民俗获得感观的愉悦,继而深入领会禅宗、田园风情、传统工艺、特色美食等的精髓,开展造审美体验;以引导游客参与传统工艺制作、美食品鉴、习禅、民间健身等活动,实现放松自我,愉悦身心,开展娱乐体验;以将学习融入体验旅游过程,引导旅游者获

得情感、思想体验,开展教育体验;以引导游客享受宁静的乡村环境,回归恬淡的田园生活,在淳朴的人际交往中解除日常的紧张状态,开展逃避体验,从而构建古佛山民俗体验旅游产品,满足旅游者习禅养心需求。

3.2.5 禅宗体验旅游产品 禅宗强调身体的和谐统一,追求心灵的解放,以求达到心性合一、梵我合一境界,从而达到修身养性的目的。禅宗文化与现代养生的高度契合,及其极强的参与性、知识性和神秘性,奠定了禅宗体验旅游产品巨大的市场潜力。依托古佛山丰富的禅宗遗存,深厚的禅宗文化积淀,浓郁的禅意民俗氛围等资源基础,通过恢复古佛禅寺,创立国学院、静修室、瑜伽诊所、禅茶馆等禅宗旅游载体,开发参禅、禅修、禅茶、国学、瑜伽等参与式活动项目,构建古佛山禅宗体验旅游产品,引导小众旅游者通过参禅、习禅实现思想上的修身养性来舒缓身心,达到养生的目的。

参考文献:

- [1] 周作明. 中国内地养生旅游初探[J]. 林业经济问题, 2010, 30(2):141-146.
Zhou Z M. Health tourism on the mainland of China in early[J]. Issues of Forestry Economics, 2010, 30(2):141-146.
- [2] 蒋剑岚, 曹诗图. 试论旅游与养生[J]. 地理与地理信息科学, 2011, 27(2):110-112.
Jiang J L, Cao S T. Discussion on the relationship of tourism and health preservation[J]. Geography and Geo-information Science, 2011, 27(2):110-112.
- [3] 胥兴安, 李柏文, 杨懿等. 养生旅游理论探析[J]. 旅游研究, 2011, 3(1):40-47.
Xu X A, Lin B W, Yang Y. Analysis of Yangsheng tourism [J]. Tourism Research, 2011, 3(1):40-47.
- [4] 王燕. 国内外养生旅游基础理论的比较[J]. 技术经济与管理研究, 2008(3):109-114.
Wang Y. Comparison of the theories of health tourism at home and abroad [J]. Technoeconomics & Management Research, 2008(3):109-114.
- [5] Alan F, Heather H, Ann H 等. 公共健康、养生条件与旅游发展:旅游目的地品牌化的机会[J]. 旅游学刊, 2013, 28(2):16-19.
Alan F, Heather H, Ann H, et al. Public health, health maintenance conditions and tourist development: opportunities for tourist destination branding[J]. Tourism Tribune, 2013, 28(2):16-19.
- [6] 魏军, 张春华. 生态养生旅游产品开发初探[J]. 资源开发与市场, 2008, 24(9):853-854.
Wei J, Zhang C H. Research on product development of health preservation ecotourism[J]. Resource Development & Market, 2008, 24(9):853-854.
- [7] 陈文武, 天晔林, 蒋玮等. 森林养生旅游产品体系开发及构建研究[J]. 中国农业通报, 2015, 31(25):1-5.
Chen W B, Tian Y L, Jiang W. A research into developing and constructing a system of forest health tourism products [J]. Chinese Agricultural Science Bulletin, 2015, 31(25):1-5.
- [8] 王继庆. 中日韩森林旅游的养生主题设计及其产品开发[J]. 中国林业经济, 2009(3):25-28.
Wang J Q. Product design and development of forest tourism focused on health and longevity in China, Korea and Japan[J]. China Forestry Economy, 2009(3):25-28.
- [9] 刘丽君. 温泉旅游开发中的养生文化探析[J]. 商业经济, 2011(12):48-50.
Liu L J. Keeping the health culture in the hot spring tourism development[J]. Business Economy, 2011(12):48-50.
- [10] 王志民. 镇江养生旅游产品设计与开发[J]. 价值工程, 2012, 31(27):293-295.
Wang Z M. Research on product development of health tourism[J]. Value Engineering, 2012, 31(27):293-295.
- [11] 杨懿, 田里, 胥兴安. 养生旅游资源分类与评价指标体系研究[J]. 生态经济, 2015, 31(8):137-141.
Yang Y, Tian L, Xu X A. Research on the classification and evaluation of Yangsheng tourism resources[J]. Ecological Economy, 2015, 31(8):137-141.
- [12] 颜节礼. 我国环境养生旅游发展探讨[J]. 安徽农业科学, 2011, 39(1):377-379.
Yan L J. Discussion on environmental health tourism development in our country[J]. Journal Anhui Agricultural Sciences, 2011, 39(1):377-379.
- [13] 杨光, 林峰. 生态养生旅游开发[N]. 中国旅游报, 2006-06-23.
Yang G, Lin F. Ecological health tourism development [N]. China Tourism News, 2006-06-23.
- [14] 张琛琛, 乌恩. 自然保护区养生旅游产品开发浅析—以内蒙古大青山国家级自然保护区为例[J]. 中南林业科技大学学报:社会科学版, 2015, 9(2):41-43.
Zang C C, Wu E. Developmental analyses of health tourism product in nature reserves—a case study of Daqingshan nature reserve in Inner Mongolia[J]. Journal

of Central South University of Forestry & Technology:
Social Sciences, 2015, 9(2): 41-43.

- [15] 胥兴安, 李柏文, 班璇. 养生小镇旅游产品开发研究—以昆明市永定镇为例[J]. 资源开发与市场, 2010, 26(1): 69-71.

Xu X A, Li B W, Ban X. Research on development of wellness town's tourism product—a case study of Yongding town in Kunming city[J]. Resource Development & Market, 2010, 26(1): 69-71.

The Health Tourism Resources Assessment and Product Design for the Mountain Gufo in Chongqing

CAO Huasheng¹, DENG Guangshan²

(1. College of Geography and Tourism, Chongqing Normal University, Chongqing 401331;

2. Chongqing City Management College, Chongqing 401331, China)

Abstract: With the public health consciousness increasing, the demand for healthy products and services has increased dramatically, consequently, the health tourism, standing out from the numerous travel forms, becomes a new trend of tourism. There are four main types of health tourism resources, including five subtypes and seventeen basic types with 36 sites in the Mountain Gufo. The favorable forest ecological environment, rich culture Zen health culture, and health tourism elements of unique and convenient transplantation, constitute significant resource foundation for developing the Zen ecological health tourism in the area. Following the essence of Tao, combining the Zen health, environmental resources and tourist activity, the paper designs tourism products according to the stepwise way of learning the Zen to care health, practicing to calm the mind and doing to cultivate character rural experience and delicious foods, forms a Zen health tourism product system of nature and humanity, Zen quintet, which is helpful to guide the consumption and improving the quality of the scenic area. Further, some suggestions are proposed for designing tourism products including sightseeing and leisure, hiking in the forest, folk experience and Zen health experience.

Key words: tourism resources for regimen; health tourism products; Zen health; mountain Gufo

(责任编辑 许 甲)