

卤味摊、“省服”、老茶馆……都藏着生活慢节奏，“湖南人的松弛感”再登热搜

“连辣椒炒肉里都透着股自在劲儿”



早上8时的长沙碧湘街，色泽金黄的糖油粑粑“喘着粗气”翻上油锅。不远处，穿着自成一派的“省服”嗦粉食客捧着热气腾腾的碗，蹲在路边大快朵颐……最近，“湖南人的松弛感”再度登上热搜。网友戏称：“他们好像永远不慌不忙，连辣椒炒肉里都透着股自在劲儿。”

■三湘都市报全媒体见习记者 宋科铖



常德街头，市民身着“省服”等公交。
网友 供图

【镜头一】市井烟火中的“慢”：生意要做，生活更要过

2月18日上午10时，在长沙荷花池菜市场，42岁的刘建军准时支起了自己的卤味摊，即使天有小雨，依然雷打不动。“做卤味是因为我和我老婆都爱吃，我们一家早餐就是白粥加一碟小卤，干脆就做成生意了。”刘建军告诉记者。

前一天备好菜，第二天早上吃完早餐，老婆去送孩子上学，刘建军便开始准备出摊。下午3时，收摊准时回家，“钱赚不完，但牌友等不得嘞”……这是刘建军每天的日常，没有着急忙慌，有的

只是优哉游哉，“我们一家人都喜欢这种生活”。

这种“生意要做，生活更要过”的态度，恰是湖南省井文化的缩影。

“工作就是为了生活的嘛，现在摊子收入还可以，那当然就是先把生活过舒服不。”刘建军告诉记者，其实每天做那么多卤菜并不轻松，买菜、备菜、卤制还是比较繁琐，只是他自己乐在其中。“自己的摊子自己说了算。但是现在老顾客多了，要休息还得给他们‘请假’。”刘建军笑呵呵地说。

【镜头二】“省服”的超能力：舒适暖和藏着“情绪解药”

提起冬日的湖南人，“省服”已经成为重要标志。“上班西装笔挺，下班省服加身”这句段子来自湖南年轻人对自己的调侃。事实也是如此，生活场景里的湖南人更注重舒适感。

“平时哪有那么多观众，‘省服’又舒适又御寒，太适合过冬了。”“95后”林紫苑只要不是上班就将这身“皮肤”焊在了自己身上，“小时候被父母逼着穿，

读大学的时候要风度不想穿，现在发现还是‘省服’舒服，开始自己主动穿”。

林紫苑说：“平时工作忙，下班换上‘省服’后，像是工作与生活切换的‘开关’一样，很能缓解压力。”

在湖南，从城市中心到乡下农村，五颜六色的“省服”格外统一，均价百元的加绒“省服”，早已突破家居场景，成为湖南人应对寒冬的社交“铠甲”。

【镜头三】闹市里的老茶馆：快节奏中的“慢灵魂”

作为新晋“网红城市”，长沙的夜经济霓虹彻夜不熄，但本地人始终保持着独特的生活韵律。在解放西喧嚣的“酒吧街”里，一家茶馆，悄悄收纳了市中心的本地人。

“我们喝不来咖啡，而且这里有着老长沙的味道。”长沙东茅街茶馆里，上到满头白发的高龄老人，下到满脸朝气的青春少年，这家藏在小巷子里的茶馆热闹非凡，甚至消失已久的卖报大爷也在这里出现了。

吱呀作响的木质桌椅，陈旧掉漆的墙皮，暖黄柔和的吊灯，整座茶馆都

“写”着“市井”二字。

“我们在附近上班，要是工作不忙的话就会来这儿坐坐。”老顾客程远说，“在这里磕一碟瓜子，喝一杯烟熏茶，瞬间就能找回曾经的老长沙。每次坐在这里都感觉节奏慢下来了，安逸啊。”

粉面馆的氤氲热气，茶馆此起彼伏的嬉笑声，身着“省服”结伴惬意逛街……湖南人的松弛刻印在“恰得苦、乐得闲”的生存哲学中。当全网追逐“松弛感”时，这片土地早已给出答案：真正的从容，从不是刻意摆出的姿态，而是市井烟火中生长出的生活本能。



长沙东茅街茶馆里，市民在嗑瓜子聊天。
宋科铖 摄

旅游连线

湖南生态旅游2024年进账1761亿元 近3亿人次共赴山水之约



2月18日，记者从湖南省林业局了解到，湖南生态旅游2024年再创新高，接待游客总量达2.96亿人次，同比增长4.63%，旅游综合收入攀升至1761亿元。四季丰富多彩的旅游体验让湖南成为游客的新宠，吸引了大量国内外游客的关注。

高铁网络带动旅游热潮

湖南的生态旅游呈现鲜明的地域分布特征。长株潭地区依旧是湖南生态旅游的核心，岳麓山和韶山吸引了大量游客。而大湘西凭借独特的自然风光和民族文化，生态旅游异军突起。张家界以武陵源为“龙头”，入境游客接待量占到全省的40%；凤凰古城创“5A”成功，开启新的客源高潮。

其中，位于湘中的衡阳市，借助第三届湖南旅发大会的契机，推动旅游升级，重塑游客体验，实现“破圈”，南岳衡山等景区的游客量继续攀升，尤其是南岳衡山成功跻身5A景区游客量前十，为湘中的旅游业注入了强劲动力。

随着高铁网络的完善，湖南吸引了越来越多的省外游客，特别是长三角和珠三角地区，游客占比分别达到25%和20%。京津冀和成渝地区的游客增速也明显加快。

此外，生态旅游项目逐渐成为游客消费的热点。森林探险、湿地观鸟等项目受到了游客的热烈欢迎，人均消费也达到了400元。定制化旅游线路、私人导游服务等个性化项目的需求激增，高净值游客的消费已经突破3000元。

四季节庆活动提升旅游品牌

此外，湖南的节庆活动成为生态旅游的亮点之一。新化紫鹊界冰雪季、大围山杜鹃花节等活动吸引了大量游客，提升了湖南的生态旅游品牌。全省围绕“春赏花”“夏避暑”“秋观色”“冬赏雪”四季主题，展开了广泛的宣传推广。

“大围山的杜鹃花节每年都吸引大量游客，不仅有美丽的花海，还有丰富的文化活动，游客参与感非常强。”浏阳大围山景区相关负责人表示。

湖南各地积极推动生态旅游与农业、文化等行业的融合。例如，莽山与中医药企业合作，推出“森林康养+中医药”套餐，深受游客欢迎；洞庭湖湿地推出“湿地科普+渔家文化”项目，丰富了游客的体验。此外，湘西龙山通过“生态旅游+农业”模式，将八面山打造成了休闲避暑和户外运动的理想地。

记者了解到，湖南省已有130多个国有林场积极探索生态旅游转型，超60%的林场正在发展生态旅游。通过结合森林资源和文化项目，许多林场实现了从木材生产向生态旅游服务的成功转型。

“我们依托蚩尤文化和森林资源，吸引了大量游客，并且带动了本地经济发展，实现了生态保护与经济增长的双赢。”新化县大熊山国有林场相关负责人表示。

■三湘都市报全媒体记者 曾冠霖

张家界国家森林公园送“福利” 看《哪吒2》购一次门票 可全年免费无限次入园



扫码看视频

三湘都市报2月18日讯 2月18日，张家界国家森林公园对外发布消息：凡观看《哪吒之魔童闹海》(俗称《哪吒2》)的中外游客，凭购票信息(电子或纸质票根)及居民身份证件、护照等有效身份证件，购买一次张家界国家森林公园景区大门票，可在年内免费无限次进入张家界国家森林公园游览(仅限门票)。

目前，该景区还推出“哪吒仙境之旅”专属游览线路，中外游客可通过【界游】微信小程序购买张家界国家森林公园景区专享A线(1日)【哪吒仙境之旅】，可获赠《哪吒2》精美伴手礼1份和电影券1张。

■全媒体见习记者 宋科铖 通讯员 吴勇兵 虞级明