



閒情日誌

誰也沒有料到，這個春天，日日香火不斷的寺廟會成為內地年輕人假期出遊的熱門目的地。

近日，內地旅遊網站「去哪兒」聯合社交平台小紅書發表報告，報告總結了2023年以來十大旅行趨勢，以祈願、禮佛、「積功德」為樂的「上香青年」赫然在列，他們中的一部分人更是選擇走進寺院禪修，過一種與「佛」相伴的「佛系」生活。

大公報記者 俞晝杭州報道



雍和宮裏等待為手串開光的人排成長龍。

受訪者供圖



▲香火旺盛的北京雍和宮，如今成為內地年輕人燒香拜佛祈願的熱門景點。

年輕人擠爆寺廟 尋覓心靈慰藉

「我四點半起床，五點半趕到（杭州）靈隱寺，前面居然排了一百多人！」經歷一個半小時苦苦等待、開闢後百米衝刺、人擠人的挑選付款，小提子（化名）喜氣洋洋地給兩串十八籽手串拍照，發到微信朋友圈，「光是問我能不能幫忙代購的朋友，就有七八位，幾乎都是90後、00後。」

禁手，給「新手」以參考。年輕人湧入寺院，最簡單的目的，無非「許願祈福」。而美觀大方、寓意吉祥同時由寺院「開光」的各類周邊商品，也由此被視為福氣的化身、轉運的神器，逐漸變成年輕香客們的必備好物：從手串、香囊、護身符到更為現代化的冰箱貼，各大寺廟針對年輕人的喜好推出的文創商品備受歡迎。

直播「代請」手串 祈福許願轉運

「早點請回家，早點福氣到家。」深夜十一點半，抖音直播間「北京雍和宮」的兩位主播仍在賣力地講解一鍵購買的雍和宮手串，當有人下單購買時，兩人齊聲道賀：「恭喜喜兒（佛教居士互稱），六時吉祥！」作為寺廟手串中的「頂流」，北京雍和宮官方並未開通任何線上店鋪售賣手串。要想「請」一串手串

回家，除了遠赴北京，便是委託他人「代請」來得最為實惠，也催生了「直播代請」這門奇妙的生意。作為雍和宮的老香客，95後女生麵包醬（化名）也時常幫家人朋友代請手串。在麵包醬看來，雍和宮手串「現場免費開光」的「儀式」增添了它的神秘色彩。麵包醬說，從排隊進入雍和宮，到排隊請手串、現場開光，完整的請串流程動輒兩三個小時。「做代請賺的是份辛苦錢。」

報名短期禪修 打坐冥想靜心

「排毒、吸氧、靜心」，手機屏幕上隱於蒼翠的古寺，圖片下方則是「峨眉山7天6晚輕斷食」禪修營的廣告。記者了解到，目前在浙江、河北、福建等地，不少寺廟都開設了價格不等的禪修營，為普羅大眾提供短期的修行活動，以打坐、冥

想、勞作等自然傳統的方式，達到放空自我、舒緩內心的效果。焦慮的年輕人們為了內心的平和，紛至沓來。

「那段時間我每天五點起床，晚上八點入睡，彷彿回到了古人日出而作、日落而息的節奏。」曾報名某七日禪修營的互聯網從業者王聖表示，剛開始他每次打坐都腿麻、脊柱疼、肩膀酸，完全坐不住。「到了中期的時候，我就逐漸適應了，在打坐時會與內心對話，去反思日常生活中沒有或是沒時間去想的問題。到了最後那幾日，我甚至開始每天期待打坐的時間，捨不得離開這種簡單純粹的寧靜。」越來越多的公司也開始選擇在寺廟舉行團建活動。有參與者表示，禪修團建讓他「心靈受到了洗滌，又有力量回城裏繼續打工了」。

年輕人對寺廟關注度上升明顯

抖音搜索關鍵詞「寺廟」的18-30歲用戶比例

36.8%	2023年1月1日
44.9%	3月12日
43.1%	2022年1月1日
46.3%	6月1日
35.0%	2021年1月1日
36.1%	6月1日
29.7%	2020年1月1日
26.2%	6月1日

數據來源：巨量算數

內地寺廟網絡人氣排行(部分)

地點	寺廟	平均搜索指數(抖音)
浙江杭州	靈隱寺	37000
江蘇南京	雞鳴寺	36000
北京	雍和宮	17000
河南洛陽、天津	白馬寺	7674
江蘇蘇州	寒山寺	4741

資料來源：網易數讀

兼具人文自然風景 拍照打卡樂趣多

當然，「求神拜佛」也並非年輕人鍾愛「寺廟遊」的唯一原因，內地許多知名寺廟本就位於山清水秀之地，而相關數據顯示，國內4A級旅遊景區以及重點文物保護單位中，寺廟景點佔了相當大的比重。對於喜歡欣賞風景、感受人文和熱愛打卡拍照的潮人而言，寺廟本就是出遊的更佳之選。

去寺廟旅遊打卡拍照，正在成為年輕人的新型社交方式。打開小紅書，與寺廟相關的筆記接近100萬篇，小紅書還特地增設了「寺廟旅行」欄目，為其提供流量的扶持。年輕人們最初因社交網站博主的推薦而前往去寺廟深度遊玩後，又將所見所聞分享到社交平台，形成二次傳播，實現了流量的循環。

攜程數據顯示，2023年以來，寺廟相關景區門票訂單量同比增長了310%，尤其是自2月以來，90後、00後門票預訂佔比接近50%。相比時間較為隨性的老年人，周末是年輕人去寺廟的熱門時段。

攜程數據顯示，2023年以來，寺廟相關景區門票訂單量同比增長了310%，尤其是自2月以來，90後、00後門票預訂佔比接近50%。相比時間較為隨性的老年人，周末是年輕人去寺廟的熱門時段。



▲內地社交網站上有不少熱門寺廟介紹的「拜佛攻略」帖文。

求財求緣求事業 無事不登三寶殿

但求心安

俗話說，無事不登三寶殿，在北京理工大學設計與藝術學院文化遺產系副教授張祖群看來，當前年輕人學業、工作、生活等壓力比較大，「需要一個宣洩情緒的出口，寺廟成為其精神寄託與宣洩壓力的重要選擇。」對許多年輕人而言，寺廟內外，如同兩個世界：大門外是加班與業績，大門內是慈悲與心安。

迎。他們在祈福條上寫着「考試通過」、「上岸成功」，掛上許願樹。而北京雍和宮的火爆，據傳是因為曾在這裏居住的「雍親王」即雍正皇帝在「九子奪嫡」中「逆襲」成功登上帝位，所以來求事業的人也特別多。

根據社交平台上版本眾多的《寺廟祈福指南》，買香要買幾支、拿香用哪隻手，「信眾」們都要力爭做到「讓菩薩滿意」；許願時要默念自己的身份證號、住址，否則佛祖「業務」那麼繁忙，怎麼能記住你呢？不管怎樣，抱着心誠則靈的態度，去完寺廟的年輕人大多都獲得了新的精神支撐，遇事也能安慰自己「福氣在後頭」。



北京雍和宮：香灰盜手串 參考價格：小290元，大320元



浙江普陀山：白菩提蓮花手串 參考價格：60元



浙江香積寺：十八籽 參考價格：46元



浙江法喜寺：賜福小香包 參考價格：20元

內地「網紅」寺廟 熱門祈福單品

依託古剎寶地「慈杯咖啡」火爆

創意文化

除了集齊各大寺廟的經典手串，在禪院裏舉着咖啡拍照打卡的年輕人也越來越多。前幾日，熱衷於寺廟遊的小提子又到杭州法喜寺買了一杯「慈杯咖啡」。在這座千年古剎裏開設的咖啡店，每種咖啡的名字都是一句禪語，比如拿鐵是「停雪」，摩卡是「歡喜」。店裏還有一款叫做「隨緣」的咖啡盲盒，抽到什麼喝什麼。

2019年，「嚮德咖啡」在普陀山普濟寺旁開了第一家店鋪，當時寺廟咖啡的概念還沒有如今這般火爆。「我個人很喜歡喝咖啡，往年去寺廟祈福總覺得缺了點什麼，有機會便決定在附近做一間咖啡館。」創始人邱建華表示，自

己的六家咖啡店選址一直在寺廟附近。在社交媒體的助推下，客流量屬於上升階段。邱建華以普濟寺店鋪舉例，「目前平均每天的客流量在300到500杯左右，節假日能賣到600-800杯。」

從起名到設計包裝，寺廟咖啡無疑不在體現着東方禪意文化與西方飲品文化的融合。「我們首先考慮的是如何與屬地文化相結合，同時團隊還研發了一些創意產品，例如在杯套與吸管的包裝上，添加了能夠表達美好願景的標語。希望通過喝咖啡的行為，去強化願望的實現。」在邱建華看來，這樣的設計迎合了喜歡新鮮事物的年輕群體，「除了營造一種強烈的場景感與反差感之外，還能承載他們的心願。」



▲選址皆在寺廟附近的「嚮德咖啡」，每杯咖啡都配了帶有祝福的標語。