

在斑斓色彩里，寻找家门口的“诗和远方”

刘子赫

《人民日报》（2026年04月03日 第08版）

春天，有哪些打开方式？

不少年轻人解锁了一种新方式——色彩漫步（Color Walk）。不设目的地、不做攻略，出发前选定一种心仪颜色，在随心漫步中专注寻找并记录带有该颜色的景致。

枝头绽放的新绿、落日浸染的绯红、万家灯火亮起时的暖橙……镜头追逐色彩，更捕捉寻常日子里的盎然诗意。色彩漫步与此前流行的“City Walk”“公园20分钟效应”相似，都是人们怀着“发现美、感受美”之心，在生活中寻找“小确幸”，在人与城市的互动中舒缓身心、治愈自我。

色彩漫步释放情绪价值，更为春日增添源源不断的活力。在北京，“色彩漫步”文旅指南将满城春色化作可观可感的诗意图景，让市民与游客在移步换景间感受融融春光，激活消费动能；在广西南宁，“色彩漫步”奏响传统节日“三月三”的前奏，当地将青秀山的花海、南湖的碧波、三街两巷的古韵串联成春日打卡路线，让自然景致与民俗风情相得益彰。人们捕捉色彩、记录生活，在行走间读懂一座座城市的独特魅力。

家门口的治愈力，源自烟火升腾的蓬勃生机。从背街小巷的精雕细琢到口袋公园的见缝插绿，从市政工程的提质升级到“15分钟生活圈”的加快构建，老旧街巷重焕生机，便民服务日臻完善。山东枣庄，昔日的资源型城市持续深化生态修复，丰富“色彩漫步”的城市色盘；江苏南京，在城市更新中保留烟火气息与独特肌理，在功能布局中织密便民服务网络，提炼出具有本地特色的“色卡”。

当人们在家门口邂逅一片花海、在转角处驻足一处绿地，在菜

①提出做法：色彩漫步

心仪：心中仰慕。

②分析原因：舒缓身心

小确幸：微小而确实的幸福与满足。

分析原因：增添活力

分析原因：蓬勃生机

15分钟社区美好生活圈：上海市推行的一项社区规划项目。指在慢行一刻钟可达范围内满足居民日常需求的社区单元。

日臻：一天天地达到。

邂逅：偶然遇见。

驻足：停止脚步。

市场、书店、咖啡馆、健身场所看见生活……多元场景有机串联，日常漫步就变成一次次微旅行，人们熟悉的角落也能解锁“诗和远方”。

人民城市人民建、人民城市为人民。一座宜居宜业之城，既要兜牢“柴米油盐”的民生底线，切实解决群众急难愁盼；也要守护“风花雪月”的精神向往，满足人们对美好生活的期许。从细微处着力，让城市建设既有高度，又有温度，当城市的斑斓色彩持续为生活增光添彩，家门口的“诗和远方”便化作群众可感可及的获得感、幸福感、安全感。

③总结观点：宜居宜业城市