

休闲时代

# 春天来了·时趣

## 留住春天的小心机

纪娟丽

不日前，女儿收到家乡湖北的妹妹寄来的信。拆开时，她惊喜地发现信中夹着一朵樱花和一片绿叶，信纸上留下了粉红和淡绿的色彩，闻一闻，依稀带着香气。

在乍暖还寒的北国，这封信捎来了春天的信息。读完信，女儿小心地把花朵和绿叶做成书签，珍藏了起来，仿佛珍藏起春天。

孩子的小心机让人觉得难能可贵。人们常常感慨春光易逝，殊不知，热爱和智慧可以留住春天。某视频网站上，网友jing的一场桃花事被网友评论“超治愈”。

视频中，女孩摘取春天里未完全开放的桃花花苞，洗净后在阴凉处晾干。剪下桃树叶，夹放在棉布中，用鹅卵石拓印出叶子的形状。再将晾干的花苞放在玻璃瓶中，用拓印出叶子的棉布布盖在瓶口处，以麻绳封口，既可以做茶饮又可以观赏。女孩还将盛开的桃花夹在书中干化，同时画一幅桃花图，将干花放置于画中枝头，就是一幅别致的桃花压花画……可以想象，当春日远去，看到桃花依然以另一种方式绽放，是多么美好的事情。

人们对于春天之热爱以及留住春天的智慧，古今中外，莫不如是。

唐代女诗人薛涛制作的桃花笺就是春日雅事的杰出代表。笺是古代信笺、诗笺的一种。过去，文人雅士往往自制笺纸，以表现个人喜好及志趣。

据记载，薛涛喜爱红色，于是将各种红色的花瓣捣成泥，加入清水得到染料，并加进一些胶质调匀，涂在纸上，一遍一遍地使颜色均匀。再以书夹湿纸，用吸水麻纸附贴色纸，一张张叠压成摞，压平阴干。就这样，她用花朵做出了彩笺。为了美观，她还用小花瓣撒在小笺上，制成了红色的彩笺。春去秋来，唐代的一个个春天却在薛涛的桃花笺中被永远留了下来。

上世纪起源于德国的永生花，直到现在，仍然深受全世界各国人民的喜爱。永生花，又

叫“永不凋谢的鲜花”，是鲜花经过脱水、脱色、烘干、染色等一系列工序加工而成。其在色泽、形状、手感等方面与鲜花无异，但保存时间却在3年以上。无论哪个时节，一捧永生花将生活装点得春光烂漫。

永生花的制作需要专业的技术，但如果想用一种方式留住春天，却只需要一点小心机。记得女儿上幼儿园的一个春天，老师要求家长引导孩子制作一幅植物画。周末，我们来到公园捡拾各种鲜花和叶片。回到家中，把植物夹在书中定型，夹的同时放入纸巾，用来吸干植物的水分。几天后取出，用这些植物在相框上摆出喜欢的画面，就是一幅美丽的植物画。

女儿的这幅植物画，我们一直留着，每当看到它，就像回到了那年春天。如今，这幅画早已变了颜色。听朋友说，如果将植物进行干燥处理后再做，就能保持春天的颜色。

南方春天的信息已经收到，北方的春天也就不远了。春光明媚，桃红柳绿之时，不妨用你的小心机，收藏一个独一无二的春天。



## 春天快到碗里来

高琳琳

春的脚步悄然临近，一场场绵密的细雨过后，江浙一带有了真正春的滋味。

“给我来点甜豆和春笋吧，过年大鱼大肉吃得多了，春天到了要吃点时令蔬菜，刮刮油。”浙江省休闲养生协会秘书长李夏成，是朋友圈公认的美食专家，更是杭州社区里的明星“大厨”。他常常利用周末参与“健康美食·美学生活进社区”活动，为居民分享美食的奥秘。

“我喜爱做美食，更爱研究美食。”李夏成笑着介绍，到了这个时节，春雨浇灌后的笋，口味最是清甜。但想要品尝到上好的春天味道，挑春笋也是一门学问：首先要看笋的形状，其次是肉质和大小。“鲜笋的节与节之间越是紧密，其肉质越为细嫩。笋大尾小的笋肉多壳少，味道尤为脆甜鲜嫩。另外，不要买太大的竹笋，从根部到尖部不超过30公分最好。”

满园春色关不住，一道春笋炒嫩豆，正是李夏成心中春的滋味。

“这是道家家常菜，操作非常简单，却能将笋的脆与豆的嫩完美融合在一起。首先热锅冷油，将春笋、火腿加入，待锅中飘出香味时，加入甜豆，炒制3分钟。等甜豆基本变为绿色，加入少量盐。炒制豆类，一定要熟后放盐，提早放会影响豆子的糯性。如果有个人偏好，还可以加入浆好的虾仁，进一步提鲜。煎、炒、煨、炖，笋的吃法可太多了。”李夏成说。

春天的笋，滋味儿正浓，不过也要讲究适时而食，考虑自身体质。

“我们现在都讲究健康美食，食笋自然也要切合自身状况，比如胃不好的人建议不要吃笋，因为笋中纤维多，不易消化。另外，也不要将笋和生冷食物混着吃。春天最是适合滋补的季节，不如做道春笋甜豆、春笋步鱼，将春天的美味鲜上加鲜。”他说。

“食过春笋，方知春之味。”中国人吃笋的历史，最早可以追溯到3000年前。《诗经》中记载：“其蔌维何，维笋及蒲。”“加豆之实，笋渣鱼醢。”可见自古以来，笋就被视为上好的蔬菜。清代美食家李渔也在《闲情偶寄》中评价笋：“凡食中无论荤素，皆用竹调味，菜中之笋与药中之甘草，同是必要之物，有此则诸味皆鲜。”

由此可见，古人不仅不能“居无竹”，更将竹的用处拓展到饮食方面。唐代李商隐在《初食笋呈座中》赞笋道：“嫩箨香苞初出林，於陵论价重如金”，笋的鲜嫩之感迎面而来，与春天的生机勃勃不谋而合。

人间烟火气，最抚凡人心。“为家人做上一道家常菜春日菜，是件幸福的事。这一口春笋甜豆，能一口咬住鲜嫩的春味，体会季节的轮回往复，更能欢喜地迎接春天的到来。”李夏成说。



## 骑上爱车 邀约春天

刘忠波



车轮转动，清风拂面，一行三辆自行车的影子，飞速地映在北京郊野的土地上。2月21日，我们一家三口全员出动，用今年的第一次骑行迎接这个春天，耳畔是风，也是对春的向往。

和骑行结缘，恰好也要追溯到20年前的春天。那时我喜欢骑自行车通勤。当时只为了上下班方便，但慢慢地越来越喜欢自行车。它也成了自己的又一个伴侣。

因为喜欢，后来有幸出版了与自行车和骑行有关的图书和杂志，自己也换上了更加专业的自行车和配套设备，了解了更多的骑行知识。再后来，家人、朋友、同事也加入了骑行队伍，骑行圈越扩越大，快乐也越增越多。

一旦爱上骑行，就停不下来。因为它所带来那种自由自在、悠闲惬意的感觉，似乎是其他运动无法替代的。每次我和家人骑行游玩后晒朋友圈，朋友们都会隔着屏幕感受到我们生活的浪漫，投来羡慕的目光。

让我印象最深刻的是去年春天，我们骑车去平谷云峰寺看油菜花。在顺平路的两侧，骑行在路上，循着花香，觅见了油菜花田。满眼的金黄，满心的惬意和放松。能做的一件事就是放空自己，让自己在花田中肆意徜徉。我给儿子和爱人拍了一段骑行在花田间的视频，那叫一个美呀，幸福感爆棚！这也许就是骑行的魅力。

一个人约会春天，充满了好奇和憧憬。一家人的骑行约会，更多的是增添了其乐融融的家庭氛围。和家人一起骑行，重要的不是骑得有多远，骑得有多快，而是车轮碾过路面的那种真实，以及家人在一起的默契和关照。

20年了，每年我都要骑行5000公里以上，最疯狂的一年骑行了1万多公里。记得有一年“五一”劳动节，放4天假，我每天骑行一个地方。

一路向东，骑行顺义。去检阅潮白河、去约会奥林匹克水上花园，去国际鲜花港赏花，看看郁金香是否比往年开得更加婀娜艳丽。

一路向西，骑行门头沟。飞奔到西部妙峰山，检验一下自己体力能否一鼓作气骑上妙峰

山的金顶，看看那里的香火是否还是那样的旺盛。而后体验21公里下坡飞一样的狂飙，耳边风声时高时低、跌宕起伏，好似一曲春天的交响乐，真的很“冷酷”。

一路向南，骑车游通州。探访京杭大运河的起始点，看看隐藏在其中的漕运码头；领略大运河森林公园难得的安逸和宁静。在这里你可以骑一圈，也可以骑两圈，当然也可以慢慢骑半圈，长短全都取决于你的心情和身体需求。自由自在，没人给你下硬规定。

一路向北，那就去昌平。去银山塔林，可以穿越时空和历史去对话，还可以骑行十三陵水库，再次享受水的宁静。当然你还可以再向北，去延庆，那里的湿地公园野鸭湖、妫河森林公园、百里画廊、龙庆峡等，每个景点都会让你流连忘返。

在大力提倡全域旅游的今天，自行车是最好的践行和感受全域旅游的方式之一。骑上心爱的单车，从现在开始，可以约定那一场场和春天的美丽约会！

我所在的北京，也是一座对骑行运动而言很友好的城市。近些年自行车专用道越来越多，私家车和自行车在道路上和平相处，有序礼让，骑行的安全系数越来越高。北京市内和郊区的道路越来越宽，越来越平坦，骑行感受越来越“敞亮”。

2020年突然来袭的新冠肺炎疫情，骑车出行，走向户外，催生了新的自行车爱好者，我愿大家在骑行中吐故纳新，抛弃焦虑，在骑行中增强免疫力，给自己不一样的春天。

(作者系中国轻工业出版社休闲分社社长)

今宵有约

## 难忘故乡贵港的花灯

杨洋

元宵节挂灯，也叫上灯、放灯，这优秀传统习俗，在我国少说也有两千年的历史。它源于汉代，南北朝时渐成风气，盛于唐宋。唐代还将元宵节放灯定为法定之事，放灯时间也从正月十五延至正月十八。自宋以后，文化的极大发展使放灯增添了新的内容。放灯时，各家各户还把平日制作的谜条贴在彩灯上，挂在门前供人猜玩，猜中者有奖，热闹非常，夜阑兴尽方散。到了明清时期，元宵节张灯结彩的风俗沿袭了下来。

我的家乡贵港市桥圩镇位居岭南，明清之际，便传入花灯，很快被多才多艺的杨屋屯人接纳并世代传承下来。每年春节前，族中艺人就把竹、笏、泥、纸、模具等提前准备好，从正月初三开始，便集中到家庙以及附近的几个大厅堂扎制花灯。大家以老带新，分工负责。有的扎灯架，有的印泥公仔，有的剪纸，有的扎花，有的写灯裙，整个过程像一条现代化的流水线，有条不紊。每做一架花灯，从开始到完成，有近百道工序，纷纭复杂。但团结协作，只一天工夫，一架架漂亮美观的花灯便能制作完成。整个制作花灯的过程一直延续到正月初九。

杨屋屯制作的花灯呈六角形，灯架共三层，高90厘米，直径宽60厘米，灯裙长60厘米，取六六大顺和长寿富贵之意。整架花灯挂起来有1.5米高，灯饰华丽，灯裙飘飘，人称“宫灯”，煞是好看。

杨屋屯制作的花灯还有一绝，那就是文化品位高，常把一些谜语穿插写在灯裙上让人猜，以增加灯节的乐趣。如“四周不通风，十字在当中，若是田字解，不是读书翁”“日月一起来，休把明字猜，肥字也不是，气死老秀才”。还有“执手相看泪眼，竟无语凝噎”。这是宋朝著名词人柳永《雨霖玲》中的句子，摇身一变竟也成了谜语。对这首诗，我曾无数次熟读谜谱，却猜不出谜底。接着，我又一个又一个往下看，有些谜底依旧惘然，我可能永远猜不出，却也乐意活在谜中，这或许就是杨屋屯花灯的魅力。

我的老家还有个约定俗成的习惯，即每年从正月初六开始到正月初十，各地制作的花灯都拿到市上集中悬挂，形成灯市，一是方便大家赏灯，二是便于人们选购，三是带有比赛的性质。每年灯市，赏灯人就是最好的裁判，各地花灯，谁优谁劣，一比便见高下。在众多裁判的评议中，每年杨屋屯的花灯都力压群雄，名播四方。

如今又到元宵挂灯时，愿家家挂灯赏灯喜灯乐灯，户户添丁添财添福添寿。

(作者系中共深圳市委统战部工作人员)

## 牛年说牛谜

苏才果

辛丑年，俗称牛年。此时，常见传媒界有谈牛之习俗。今天，我也来凑个热闹，来个“牛年说牛谜”。

所谓“牛谜”，即要求谜面或谜底中，必须有个“牛”字或“丑”字。由于“牛”字笔画较少，这就容易和其他笔画、偏旁、部首组合成字，故采用离合法入谜者不少。

用“鼠尾连着牛头”猜“匕”字，是将“鼠”的最后一笔和“牛”的第一笔相加而成。又如以“一出小放牛”猜“性”字(“卜”在灯谜中可作“小”字)。即“性”字“一”出去，“小”放掉，还剩下“牛”字了。又如：“牵牛而过堂下”扣“牡”字。谜面取之《孟子》的《齐桓晋文之事》，即把“牡”字的偏旁“牛”牵走，还余“土”字，“堂”字之下面正好是“土”字。

再如“旦”(打天文名词一)，谜底：牵牛星。“星”字牵走“牛”恰好为一“旦”字。其他还有如以“私字当头终出丑”猜“牟”字。“厶”是古私字，在“牟”字的上面，所以说“私字当头”，“牛”在下面，即最后出现丑了。

用会意法制的牛谜也不少，其中不乏佳作。如“杨志一时兴起，拿着刀枪入来”(打成语一句)，谜底：气冲斗牛。(参见《水浒传》第十二回)，牛，指牛二，斗，角斗。再说一条用典故：卖剑买牛，卖刀买犊(打四川、甘肃、新疆地名各一)，谜底：遂宁、民勤、于田。西汉时，渤海地方因饥荒，多盗贼。后龚遂到任为太守，他劝民务农桑……民有带持刀剑者，使卖剑买牛，卖刀买犊。谜底的“遂”即指龚遂。全意为：龚遂宁愿老百姓勤于耕种。再说两条趣谜：释“丑”字(打四字口语一句)，谜底：不好意思。即“丑”是不好的意思；家丑不可张扬(打粤剧名一)，谜底：秀才外传。这是一条反扣谜，即优异的，好的才传出。笔者曾作过一条以“鼠年谈牛”(打七字俗语一句)，谜底：把丑话说在前头。因为，一般来说，谈生肖的文章，大都刊在上一年末，比如现在还是鼠年，在谈牛年，恰是把“丑”话说在前头了。此谜获众多同好者点赞，甚幸！

图片新闻



## 江苏连云港:举办“猜谜语”趣味活动

2021年2月20日，政协委员和少数民族群众一起在五彩缤纷的谜语前竞猜答案。当日，江苏省连云港市连云区政协联合海州湾街道在营山社区举办了一场富有民俗特色的“猜谜语”活动，吸引了当地少数民族群众和侨眷侨胞参加。图为政协委员和少数民族群众在一起猜谜语。

朱先明 张静 摄