



更多灌云热点资讯，请关注“今日灌云”官方微信平台（可同步阅读数字报）、“灌云报”微博。通联热线：13815611781

进入春天的十种方式

“山色连天碧，林花向日明”。暖风熏人，春气摇漾，不要辜负每一个晴日。与古人潜入同一时空，我们以十种方式进入春天。

1. 赶一场早上六点的日出，等一场傍晚六点的落日

关于春分名字的由来，《春秋繁露》写：“春分者，阴阳相半也，故昼夜均而寒暑平。”另有记载称：“分者，黄赤相交之点，太阳行至此，乃昼夜平分。”所以，春分之“分”，代表着一天时间之内，昼夜平分，各为十二小时，早上六点可见日出，傍晚六点日落。此外，古时以立春至立夏为春季，春分处于春季三个月之中，平分了春季。

一向崇尚中庸之道的古典中国喜欢这样的均衡、分明与整饬，清代诗人顾贞观用其中诗意，在一首《柳梢青·花朝春分》中写：

乍展芭蕉。欲眠杨柳，微谢樱桃。谁把春光，平分一半，最惜今朝。

花前倍觉无聊。任冷落、珠钿翠翫。趁取春光，还留一半，莫负今朝。

2. 玩乐这件大事

汉学家宇文所安在《享乐的困难》一文中提出古



典中国普遍存在的一种认知：在儒家的理想中，均衡而有节制地表达出来的感情使每个人都满意，社会才能从而达到稳定和谐。但是在享乐或娱乐中，兴奋与限制相交替，潜在的不稳定因素在隐隐作祟，而纵情宴乐总是会通向对生命的毁灭。

回到2500余年前的一场辩论中，子路、曾皙、冉有、公西华侍坐，各抒己志时，曾皙谈起他的理想：

“暮春者，春服既成，冠者五六人，童子六七人，浴乎沂，风乎舞雩，咏而归。”

春分开启的暮春三月，在知识分子的想象中，最能够折射出彼时百姓安居乐业的一个片段就是这样一种在春天游乐的场景，春风一扫人胸中积郁的阴霾，人沉浸于享乐中，获得一种久违的舒适、平静、安宁。

《岛上书店》的作者加·泽文在另一本小说中写道：“我会想象人们玩耍的画面。有时是在玩我们的游戏，有时可以是任何其他游戏。在我最绝望的时

候，最能从内心深处给我带来希望的，就是想象人们玩耍的场景，这让我相信无论世界变得多么糟糕，依然有人在玩耍。”

3. 尝试一件看似不可能的事

唐代诗人刘长卿在《春分》诗中写：

日月阳阴两均天，玄鸟不辞桃花寒。

从来今日竖鸡子，川上良人放纸鸢。

这首诗中写及春分日一个很有趣的习俗——竖春分蛋。

关于为什么春分这一天能更好地把鸡蛋树立，一种解释是，春分是南北半球昼夜都一样长的日子，呈66.5倾斜的地球地轴，与地球绕太阳公转的轨道平面处于一种力的相对平衡状态，有利于竖蛋。而其实在平时，只要专注且有耐心，鸡蛋也可以在桌面竖起来。

4. “乱红飞过秋千去”

你曾在你所在城市中的游乐园坐过落日飞车吗？在快速的摆荡中获得一种新的看世界的视角，并认真听取自己的一声声心跳。

在机械化的高空旋转的飞车之前，汉代人已经从荡秋千这一游戏中获取乐趣。此外，荡秋千还被赋予很多含义，《全唐文》中记载：“秋千者，千秋也。汉武帝祈千秋之寿，故后宫多秋千之乐。”唐玄宗天宝年间，宫里在寒食节时，会在各处架设秋千，供嫔妃们娱乐。她们在空中飘逸的形貌，引得唐玄宗赞叹，并称之为“半仙之戏”。

因为荡秋千的主体一般都是女性，荡秋千在古典诗词中也总与闺怨相关，如欧阳修的一首《阮郎归》写：

南园春半踏青时，风和闻马嘶。青梅如豆柳如眉，日长蝴蝶飞。

花露重，草烟低，人家帘幕垂。秋千慵困解罗衣，画堂双燕归。

如果你曾留意过故宫的翊坤宫，你会在正殿前廊下看到两个斑驳的铁环，这里曾经是溥仪为婉容悬挂秋千的地方，在春分、寒食前后，婉容即会在这里荡起秋千。

5. 去看一场展览吧

提起春花烂漫的时节，总让人想到瓷器这一品类的收藏中不得不提的大美人——玉壶春瓶。

唐代诗论家司空图在《二十四诗品》中设想了一种极为典雅的生活方式：

玉壶买春，赏雨前屋。坐中佳士，左右修竹。

白云初晴，幽鸟相逐。眠琴绿阴，上有飞瀑。

落花无言，人淡如菊。书之岁华，其曰可读。

玉壶春瓶之名即与“玉壶买春”相关，关于世间最纯洁、最美好、最惬意情境的想象捏塑出玉壶春瓶俊秀、舒朗的身姿。它曾作为实用性的酒器存在过，而在更多的时间中，它作为孤高的陈设器物。它纤长的颈部仅能容下最疏朗的枝条，它不承担祭器的作用，不屈服于琐碎的现实，它全部的存在都只为成就一个目的：美。

去看一场展览吧，获得一整段独属于你的时光，不为任何急功近利的愿许，只为获得一种极致的、徒劳的美。

6. 随风筝扶摇而上

像是你最早背会的那首诗中所写的：“草长莺飞二月天，拂堤杨柳醉春烟。儿童散学归来早，忙趁东风放纸鸢。”



《清嘉录》中谈及：“春之风自下而上，纸鸢因之而起”。春天总是放风筝的好时节。

提起曹雪芹，我们只记得他的《红楼梦》，然而曹雪芹在世时，还有个“风筝圣人”的雅号。他扎制的风筝“罗列一室，四隅皆满，致无隙地，五光十色，蔚为大观”，他的朋友于乾隆二十四年腊月，在宣武门的太平湖冰面上观赏他放风筝，“心手相应，变化万千，风鸢听命乎百仞之上，游丝挥如运方寸之间”，技艺十分高超。

7. 吃一餐“春日限定”

春分前后，菜市场总会“上新”，有新鲜的竹笋，也有独属与春日的野菜。

《西湖游览志》写：“三月三日男女皆戴荠菜花。谚云：三春戴芥花，桃李羞繁华。”顾禄的《清嘉录》上也说：“荠菜花俗呼野菜花，因谚有三月三蚂蚁上灶山之语，三日人家皆以野菜花置灶陉上。以灭虫蚁。侵晨村童叫卖不绝。或妇女簪髻上以祈清目，俗号眼亮花。”

周作人在《故乡的野菜》中写，浙东人常以芥菜炒年糕吃罢了。“另有黄花麦果，通称鼠曲草，春天也采嫩叶，捣烂去汁，和粉作糕，称黄花麦果糕。”

而或许近些年大家最熟悉的青团，它以艾草的汁拌进糯米粉里，包豆沙、莲蓉或者肉松为馅儿，极清甜适口。

8. 饮此春酒

诗经《幽风·七月》有一句：“为此春酒，以介眉寿”。《毛诗传笺通释》解释为：“周制盖以冬酿，经春始成，因名春酒。”即冬日酿的酒，春天正是饮用的好时节。

此外，很多地方也有春分日酿酒的习俗，浙江《於潜县志》记载，当地“春分造酒贮于瓮，过三伏糟粕自化，其色赤，味经久不坏，谓之‘春分酒’”。

20世纪70年代，长沙铜官窑遗址出土了一件唐代

瓷器，上有诗句“春水春池满，春时春草生。春人饮春酒，春鸟弄春声”。郭沫若先生曾经对这首诗进行过研究，认为这首诗的风味源于六朝《吴歌》中的《子夜四时歌·春歌》：“春林花多媚，春鸟意多哀。春风复多情，吹我罗衫开。”春字回环出现，酣畅淋漓。

古代诗词中，有时常用“春”直接指代“酒”。李白诗云：“堂上三千珠履客，瓮中百斛金陵春。”杜甫诗云：“闻道云安曲米春，才倾一盏即醺人。”名酒也多有春字，如百花春、思堂春、锦江春、武陵春、洞庭春等等。

如果说冬天的乐趣是围炉煮茶，春日里就去酣畅地倾一盏春酒吧。

9. 埋下一颗种子

春分在二十四节气中是一个大节。

清《京岁时节纪胜》里写到：“春分祭日，秋分祭月，乃国之大典，士民不得擅祀。”

清代在春分这一天，会有一场非常盛大的祭典，皇帝将率领文武百官，来到位于北京朝阳门外的日坛，祭祀太阳神。清朝皇帝的祭日礼仪有九项议程，包括迎神、奠玉帛、初献、亚鲜、终献、答福胙、车馔、送神、送燎等。

祭日礼仪后，皇帝和群臣会浩浩荡荡地来到正阳



门外的先农坛。在观耕台前，有一小块田地，刚好一亩三分，这块耕地，属于皇帝的“自留地”。当皇帝在先农坛宰杀牲畜，祭祀先农神后，就要到俱服殿换上亲耕服，随后在一亩三分耕地里耕田。

清代诗人宋琬关于春分日写：

野田黄雀自为群，山叟相过话旧闻。

夜半饭牛呼妇起，明朝种树是春分。

不需要那样的盛大，在春分日种下一颗种子，或许也能有所收获。

10. 尽情地去赏春吧

二十四节气中不会有比春分更烂漫的了，所有的春花几乎都会在春分这两周陆续盛开，北方最早一批的山桃、杏花进入尾声，洁白的梨花团团抱在树枝上，一树树玉兰洁净而灿烂，樱花含苞，只待一场盛放。

那么约一天，放下一切，尽情地去赏春吧。

9个春天拍花的小技巧



进入花季，最近很多花都纷纷的开放，美不胜收，帮大家总结了9个拍花的技巧。

首先第一个技巧就是找到简洁的背景。不知道大家有没有去过故宫，在故宫的北边就是御花园，御花园的西北角有一棵古杏树，你一年四季不论什么时候去故宫，都会看到有一堆人在围着这棵杏树拍照，为什么呢？其实就是因为这棵杏树正好在故宫的城墙下面，有了这个红墙做背景，怎么拍都好看。或者大家如果去过去一些花展的时候，会发现很多摄影师都会拿着一个黑色的绒布，这个绒布是什么样的？其实它就是把绒布挡在花的后面，一挡背景就简洁了、干净了。

第二个技巧，就是低视角拍摄。有一种小昆虫，它很像蜂鸟，它的学名其实是叫长喙天蛾，就是扑棱蛾子的蛾，用正常的视角想拍摄它采蜜的画面，照片很乱，不仔细看根本看不出来里边还有一个天蛾。可是当我把视角放低，以天空为背景拍摄的时候，画面一下就变得好看、简洁了，这个主角也就凸显出来了。所以这就是第二个拍摄技巧——低视角。

第三个技巧，叫大光圈虚

化。有的时候我们拍花是没有办法低视角拍摄的，比如朝天上长的花，这时候我们可以用大光圈来把背景进行虚化，同样也能达到简洁画面的作用。

这前三个技巧其实都是为了同一个目的，就是简洁背景，凸显主体。

第四个拍花的技巧就是用长焦拍摄。

大家去看油菜花海，其实这油菜花你进到花里面你会发现，它们长得并不是那么特别的密，然后每一个单独拿出来的话也不是特别好看。可是当你离得比较远，用一个长焦去拍摄的时候，它一下就变成了一个花海，为什么？因为长焦镜头它是有压缩画面的效果的。

第五个技巧，逆光拍摄。

拍花的时候还有一个特别重要的技巧，就是逆光拍摄，简单来说就是要把这个花放在你的相机和太阳的中间拍摄。逆光拍摄有一个很大的好处，就是它会把花朵的颜色映得特别的鲜艳。其实不只是拍花，在拍摄很多这种透明的、半透明的物体的时候，逆光拍摄都会把它们的颜色拍得更鲜艳，它们就像是在发着光一样。这个技巧不只是拍花，在拍比如说秋天的红叶或者夏天的一些绿色植物的时候，都会用到这个

技巧。

第六个拍摄技巧，是用微距镜头。说完了拍摄花海，说完了拍摄一堆花，咱们再来说一说拍小的，我只拍一朵花，怎么把它拍得很好看。其实不是很难，我们用微距镜头就能够实现。那很多人会说我没有微距镜头啊，微距镜头又很贵，是不是？其实不需要。我们的手机其实就是一个准微距镜头，一般是我们手机的广角镜头，你可以用这个广角镜头把手机凑得离花很近去拍摄，而且要注意，拍摄的时候尽量只拍到花中间的部分，不拍到边界，就能拍出这样的效果，大家也可以试一试。

第七个技巧叫做重复与突变，这其实算是两个技巧，我们先来说说第一个重复。我们

看到这种长得很快的

一朵一朵的小花的时候，经常就会从上往下俯拍，拍出来的画面就会很漂亮，这

构图技术我

们就管它叫做重复

纹样构图。它特别像什么呢？它特别像女生的花裙子上面的图案，或者是我们床单、被罩上面的图案，或者很多一些奢侈品的包啊、衣服啊其实也就是类似的，是一个图案一个图案一直在重复，这么一重复就会很好看。

那突变是什么？比如说还是这个画面，你可以想象一

下，如果我突然拿一个红色的小花插在这一堆白色的花中间，那是不是红花一下就被凸显出来了？这个就叫做突变，它是在一堆一堆的重复的物体当中突然有一个变化，变得不一样了，它一下就凸显出来了。

第八个技巧，就是我们在拍花的时候，还可以找那么一两枝一两朵花把它挡在我们的镜头前面，让它作为前景虚化。这一个虚化有两个作用，一个是它可以帮我们挡住很多杂乱的物体，比如说旁边的路人啊、路边的垃圾桶啊等等。第二个作用是它还可以帮我们营造出那种浪漫、梦幻的氛围。

最后还有一个很重要的技巧，就是当我们拍花的时候，我们要把这个焦点放在哪

儿？是放在花瓣上？还是放在花蕊上？

我们都觉得非常著名的诗

叫做：云想

衣裳花想容。

如果你把一朵花看作是一个姑娘的脸，那么这个花蕊就是她的眼睛。我们都知道拍人的时候，焦点是一定要对焦在眼睛上的，不然的话拍出来的人的眼睛就好像患了疾病一样，朦朦胧胧看不清楚，对吧？所以拍花的时候大部分情况下，我们也是要把焦点对焦在花的花蕊上的。

诗竟人生

——本期好书推荐《新选中国名诗1000首》丛书

作品简介：

中国是一个诗的国度，从古至今涌现了无数的经典“名诗”，在新时代的历史语境下要传承中华优秀传统文化和中华美学精神，需要对积淀其精华的历代“名诗”做出新的阐释。北京语言大学韩经太教授主编的“新选中国名诗1000首”就是对这一课题的积极回应。他邀请当代中国诗歌研究名家葛晓音、莫砺锋、钱志熙、赵敏俐、左东岭、张晶、蒋寅、张福贵8位著名学者，精选中国诗歌史上最经典的1000首名诗（唐宋各200首，其他时代各100首），予以简明准确的注释和专业独到的鉴赏。这是一套“名诗”宝典，更是一套能够带领我们走进中国诗歌殿堂的入门书。

作者：北京语言大学语言资源高精尖创新中心，韩经太主编

出版社：人民文学出版社

丛书书目：

《先秦两汉诗鉴赏》	赵敏俐注评

<