

谷雨辞春 万绿迎夏

春雨落,百谷生。北京时间4月20日3时56分迎来谷雨节气。此时节,春渐退,夏欲来,正所谓“细雨连绵暮春到,雨生百谷夏将至”。谷雨,是二十四节气中的第六个节气,也是春季的最后一个节气。

民俗学者、天津社会科学院研究员王来华介绍,谷雨,通常解释为“雨生百谷”,这里的“谷”是五谷杂粮的总称,泛指多种农作物。谷雨时节,雨量增多,充沛的雨水很适合农作物的生长。从谷雨起,农民们就真正进入了农忙时节。田野和林间,热情的布谷鸟急促鸣叫,一阵阵“布谷布谷”的鸣啼声,似在提醒农民们“播谷播谷”。“布谷布谷天未明,架犁架犁人起耕。”诗人陆游的诗句细腻且恰当地描绘了这一生动场景。谷雨时节亦是赏花好时候。王来华说,谷雨的花信风依次是牡丹、荼蘼、楝花,其中,牡丹富丽、硕大、色彩鲜艳,人称“花中之王”。牡丹闻名于唐代,民间传说“武则天怒贬牡丹”的故

事讲的是某年冬天,武则天突发奇想,让百花同时开放,唯有牡丹不肯就范。武则天一怒之下将牡丹贬到洛阳。此后牡丹在洛阳大盛,于是便有了“洛阳牡丹甲天下”的说法。

“二十四番风后,绿阴芳草长亭”,起于小寒节气的二十四番花信风至谷雨节气而终,从此,繁花渐稀,绿阴已成,处处一片欣欣向荣的景象。

谷雨时节富有特色的还有茶。有诗云“诗写梅花月,茶煎谷雨春”。农谚也有“清明见芽,谷雨见茶”的说法,大意是说,清明之前茶树长出幼嫩的小芽,采摘下来制成的茶叶叫“明前茶”,不过,芽小量低;待到谷雨时,气候温暖湿润,小芽迅速长成鲜叶,采摘下来制成的茶叶叫“谷雨茶”。谷雨辞春,万绿迎夏,让我们期待与初夏的美好相遇。“最爱晚凉佳客至,一壶新茗泡松萝”,泡一壶谷雨茶,约上三五好友畅谈人生百事,既轻松又惬意,快哉快哉。”王来华说。周润健

春天的谢幕礼

“春山谷雨前,并手摘芳烟。”谷雨时节,喝谷雨茶、食香椿、赏牡丹、走谷雨等习俗广为流传。在南方,谷雨时节采制的春茶(芳烟)叫“谷雨茶”。其特点是细嫩清香,味道最佳,有清火的功效。北方则有食香椿习俗,亦称“吃春”,谷雨前后是香椿上市的时节。

自汉代以来,在陕西省白水县谷雨时节有祭祀文祖仓颉的习俗。传说中,仓颉创造文字,功盖天地,黄帝为之感动,以“天降谷子雨”作为其造字的酬劳,从此便有了“谷雨”节。

谷雨时节气温升高加快,降雨量增加。此时,光照充足,对水稻玉米,尤其是棉花的种植和生长较为有利。

我国古人将谷雨时节的十五天分为三候:一候萍始生,二候鸣鸠拂其羽,三候戴胜降于桑。意思是说谷雨后降雨量增多,浮萍开始生长,布谷鸟提醒人们播种,然后就要在桑树上见到戴胜鸟了。

雨生百谷 知春惜时

谷雨前和后的这两个月,是农家繁忙的日子。南方的茶树在清明、谷雨进入快速出叶阶段,山村进入繁忙的采茶、炒茶季,稻田里插秧、补水,到了农家辛苦的劳作期。宋代的诗人翁卷(温州人)就是看着这样的忙碌,写下了《乡村四月》:绿遍山原白满川,子规声里雨如烟。乡村四月闲人少,才了蚕桑又插田。

而宋代诗人杨万里,则专一地写了《插秧歌》:田夫抛秧田妇接,小儿拔秧大儿插。笠是兜鍪蓑是甲,雨从头上湿到脚。唤渠朝餐歇半霎,低头折腰只不答:“秧根未牢莳未匝,照管鹅儿与雏鸭。”插田时,越是下雨天,农人越欢喜,因为这样就可以省些浇水的力气,并且秧苗能长得好些。头戴斗笠,身披蓑衣,雨水与汗水凝聚在一起。连吃饭、歇一会儿的召唤也不顾上应答。刚插好的秧苗不牢固,要照看好鹅和雏鸭,别让它们跑到田里,弄坏了秧苗。

宋代的诗人范成大(苏州人)曾经写过一组田园诗,名之《四时田园杂兴》,共60首,分为春日、晚春、夏日和冬日五组。他在《四时田园杂兴》(其二十五)里也写到村落里农忙时节的寂静:梅子金黄杏子肥,麦花雪白菜花稀。日长篱落无人过,惟有蜻蜓蛱蝶飞。《四时田园杂兴》(其三十一)

里写道:昼出耘田夜绩麻,村庄儿女各当家。童孙未解供耕织,也傍桑阴学种瓜。白天到山上或者田里干活,夜里也不闲着,纺麻织线,为了秋冬季节的冬衣做准备。江南的采茶人白天采了茶,晚上就要及时的蒸炒、揉青,趁天好时再及时晾晒,才能保证采回的茶草不坏掉,及时做成茶叶,交贡茶或者出售。

当然,春天也是乡村最美丽的时候,田园诗中很多的内容正是描写、显现了这些美。杨万里出差到新市的村落旁,就写下了他眼中乡村的美《宿新市徐公店》:篱落疏疏一径深,树头新绿未成阴。儿童急走追黄蝶,飞入菜花无处寻。

南方的油菜花,在这个时节已经金灿灿的,壮观、炫目,想来杨诗人也是被这美景震撼到,而那追逐着蝴蝶的孩子的身影,更引得诗人注目。不过最后一句,却常有小读者生出疑惑,杨诗人说的是追蝴蝶的小孩子不见了,还是蝴蝶飞跑了,不见了?

油菜花是黄色的,黄蝶是黄色的,所以当黄蝶飞入了油菜花地里,就产生了完美的隐身功能。难得,大诗人还会有这样的关注孩童的意趣。不过,诗正是这样的赤子之心的产物,永远对世界保持着好奇和观察的心。文社

肺癌治疗方向:高质量长生存

肺癌,这一曾令人闻之色变的绝症,正随着医学进步向慢性病转化。靶向药物与免疫治疗如同精准制导武器,为无数患者赢得长生存可能。然而,诊室外的困境仍如荆棘:治疗副作用可能击垮身体,经济压力令人喘不过气,社交与工作被迫中断,生活质量大打折扣。

“活得更久”与“活得更好”如何兼得?医学专家给出答案——“高质量长生存”理念应运而生。中国工程院院士于金明指出:“唯有让患者高质量度过每一天,才能积蓄持久抗癌力量。”这意味着,治疗决策不再唯技术指标论,而是将疼痛控制、食欲改善、社交恢复等纳入考量。

在北京大学医学人文学院官锐园教授看来,肺癌防治应关注“完整的人”。同济大学附属东方医院周彩存教授的实践印证了这一点:通过多维患者画像,医生能精准捕捉需求,用人文关怀托举生命质量。当患者每日生活充满尊严与希望,治疗依从性自然提升,长生存目标水到渠成。

北京白求恩公益基金会发起的医学人文关怀行动,正推动这场温暖变革。通过培训医生、构建患者支持网络,让诊疗成为有温度的旅程。

唐闻佳

山东省老年国际旅行社 66988553 13306484027 66988549 55715169

青岛报业传媒集团旗下3A级旅行社 L-SD-CJ00232

齐鲁之星—南北疆全景空调旅游专列17日

吐鲁番(坎儿井、葡萄沟)/乌鲁木齐(天山天池、大巴扎)/北屯(喀纳斯、禾木、五彩滩)/
伊宁(赛里木湖、霍尔果斯口岸、薰衣草葡萄庄园、那拉提大草原)/库尔勒(罗布人村寨、博斯腾湖)/
喀什(喀什古城、艾提尕尔清真寺)/疏勒(张骞纪念馆)/阿图什(卡拉库勒湖)/
库车(库车王府、天山神秘大峡谷)/哈密(魔鬼城、回王府、十二木卡姆)

★专列可减少长达4000公里大巴车程,夜行日游、节省体力

★参团无年龄限制、不加收超龄附加费;无强制消费、保证游客权益

★超高体验、行程舒缓,打卡精华景点

★全程一趟列车,无需搬运行李,解除拖行李箱的劳顿

《跟我一起去旅行》旅游分享会邀请您4月22日(周二)上午10:00前往
山东省老年国际旅行社延安三路门店,到场均有好礼相送,电话预约。

5月15日 6月14日 5980元起

(具体发车时间以铁路总公司调令为准) (青岛、潍坊、淄博、济南均可上下车)

5月15日 6月14日

5980元起

(具体发车时间以铁路总公司调令为准) (青岛、潍坊、淄博、济南均可上下车)

5月24日、5月1/8/15日4999元起

5月24日、5月1/