

家是一副重担,家是一份责任;家是彼此的真诚相待,家更是能够白头偕老的漫漫旅程。每周一次的《家庭生活》将与您一起分享家里的趣事和温馨时刻,以及您对树立良好家风的经验和体会,也会用心倾听您家里的琐事和烦心事。

投稿邮箱:syrbjtsh@126.com

生活妙招

选茶“五字经” 让你健康喝茶

好茶叶可以用五个字来概括:“新、干、匀、香、净”。

新:新茶的口感、颜色都比陈年老茶要好得多。新茶又有春、夏、秋之分。春茶是指每年3月下旬到5月中旬采制的茶;夏茶是指5月下旬到7月初采制的茶,秋茶则是指8月中旬后采制的茶。

通常,春茶,尤其是明前茶、雨前茶的品质比夏茶、秋茶要好。

干:茶叶要“买干不买湿”,含水量多的茶叶容易发霉,发霉的茶叶不仅味道不好,还含有毒素。买茶叶的时候可以用手捻一捻。如果轻轻一捻,就能把茶叶捻碎,就说明茶叶很干,含水量少。

匀:针对的是茶的色泽。好的茶叶颜色均匀,粗细一致,光泽自然。好茶叶冲出的茶,颜色柔亮,茶水清澈;染色茶冲出的茶就比较浑浊。如果茶冲出来后,放了半小时发生了分层,就可以肯定里面的茶叶被染过色。

香:说的是茶的气味。好的茶叶香味浓郁,新鲜自然;差一些的茶叶香味偏淡。买茶叶时可以将一小撮茶捂在手里,先哈几口气,再放到鼻子前闻一闻。如果闻到霉味、酸味、馊味或者烟味,就不要买了。

净:越干净的茶越好。所谓“干净”就是说,茶叶里不会有茶梗、茶籽、树叶、泥沙。按照国家的规定,茶叶中的非茶异物不得多于1%。

贴心小妙招

新茶买来不要着急喝:新茶比老茶好,但由于新茶中有很多没有被氧化的多酚类、醛类、醇类物质,再加上新茶的咖啡因含量比较高。所以买回来的新茶,最好放上半个月再喝。肠胃功能弱、睡眠不好的朋友,平时要少喝茶。

另外,茶叶买回来后,要小心储藏。茶叶的吸附性很强,会吸收空气中的水分。茶叶对光照也很敏感,被阳光照多了,会变色,且发出异味。所以最好用干净的食品袋将茶叶装好,再放到茶叶罐里保存,并将茶叶罐放在干燥阴凉的地方,也可以放在冰箱中冷藏。

(家居)

春节的传统习俗 你知道多少?

文丁璐

梁实秋有一篇小品文,名叫《拜年》。他说,回忆幼时,过年是很令人心跳的事。平素轻易得不到的享乐与放纵,在这短短几天都能集中实现。

每个人都经历过这种心跳的时候,然而,随着年岁渐长,一切应得之事习以为常,心跳的感觉慢慢远去。儿时热衷喜乐的守岁、拜年、贴春联,如今很多人反觉累赘。

还有多少人在坚守过年传统?想必更多人依旧心不在焉地忙着刷微信朋友圈,在微博上吐槽春晚。

当春节的传统符号在一样样离我们远去时,心底是否有那么一丝怅然所失?

祭灶

腊月二十三又称“小年”,这是整个春节庆祝活动的开始和伏笔。

据说,每年腊月二十三,灶王爷都要上天向玉皇大帝禀报这家人的善恶,让玉皇大帝赏罚。因此送灶时,人们在灶王像前的桌上供奉糖果、清水、料豆、秣草,其中后三样是为灶王升天的坐骑备料。祭灶时,还要把关东糖用火融化,涂在灶王爷的嘴上,这样,他就不能在玉帝那里讲坏话了。

小年还有吃灶糖的习俗,有的地方还要吃火烧、吃糖糕、油饼,喝豆腐汤。

扫尘

“腊月二十四,掸尘扫房子”。据《吕氏春秋》记载,我国在尧舜时代就有春节扫尘的风俗。

按民间的说法,因“尘”与“陈”谐音,新春扫尘有“除陈布新”的含义,其用意是要把一切穷运、晦气统统扫出门。扫房之后,家里焕然一新,显示着喜气洋洋、欣欣向荣的节日景象。

贴春联

春联也叫门对、春贴、对联、对子、桃符等,它以工整、对偶、简洁、精巧的文字描绘时代背景,抒发美好愿望,是我国特有的文学形式。

每逢春节,无论城市还是农村,家家户户都要精选一副大红春联贴于门上,为节日增加喜庆气氛。这一习俗起于宋代,在明代开始盛行,到了清代,春联的思想性和艺术性都有了很大的提高。

贴窗花与“福”

在民间,人们还喜欢在窗户上贴上各种剪纸——窗花。窗花不仅烘托了喜庆的节日气氛,也集装饰性、欣赏性和实用性于一体。窗花以其特有的概括和夸张手法将吉事祥物、美好愿望表现得淋漓尽致,将节日装点得红火富丽。

在贴春联的同时,一些人家要在屋



岁末情怀(摄影) 苗青

门上、墙壁上、门楣上贴上大大小小的“福”字。春节贴“福”字,是我国民间由来已久的风俗。“福”字指福气、福运,寄托了人们对幸福生活的向往,对美好未来的祝愿。为了更充分地体现这种向往和祝愿,有的人干脆将“福”字倒过来贴,表示“幸福已到”、“福气已到”。

放爆竹

中国民间有“开门爆竹”一说。即在新的一年到来之际,家家户户开门的第一件事就是燃放爆竹,以哔哔叭叭的爆竹声除旧迎新。爆竹是中国特产,亦称“爆仗”、“炮仗”、“鞭炮”。其起源很早,至今已有两千多年的历史。放爆竹可以创造出喜庆热闹的气氛,是节日的一种娱乐活动,可以给人们带来欢愉和吉利。

守岁

除夕夜,最要紧的是年夜饭。那天,一大桌的菜都是准备良久的,关键每道菜还要讨个好彩头,有象征团团圆圆的鱼圆肉圆,有想头的鳌头煮肉,就连花生,也被叫做长生果。

吃完团圆饭,还有一项重要任务,就是守岁。

除夕守岁是最重要的年俗活动之一,守岁之俗由来已久。最早记载见于

西晋周处的《风土志》:除夕之夜,各相与赠送,称为“馈岁”;酒食相邀,称为“别岁”;长幼聚饮,祝颂完备,称为“分岁”;大家终夜不眠,以待天明,称为“守岁”。自汉代以来,新旧交替的时刻一般为夜半时分。

记得小时候,每晚都被父母催着早睡早起,唯独到了除夕夜可以放纵一把,守岁成了熬夜熬冠冕堂皇的理由。

拜年

拜年是民间的传统习俗,是人们辞旧迎新、相互表达美好祝愿的一种方式。

正月初一,家长带领小辈出门谒见亲戚、朋友、尊长,以吉祥语向对方祝颂新年,卑幼者必须叩头致礼,谓之“拜年”。主人家则以点心、糖食、红包(压岁钱)热情款待之。

元宵赏灯

元夜赏灯的风俗源远流长。就节期长短而言,汉代才一天,到唐代已为三天,宋代则长达五天,明代更是自初八点灯,一直到正月十七的夜里才落灯,整整十天。白昼为市,热闹非凡;夜间燃灯,蔚为壮观。特别是那精巧、多彩的灯火,更使其成为新年期间娱乐活动的高潮。

