





宋代的"斗茶"

斗茶源于唐,盛于宋。宋代改 唐代的煮茶法为点茶法,即不再把 茶末投入水中煎煮,而是放在茶盏 中用开水冲注,再充分搅拌,待到 呈现乳状,满碗出现细密的白色泡 沫时,便可慢慢品饮了。在宋代, 全社会各阶层普遍饮茶,茶成为人 们日常生活中不可或缺的物品之 一:"盖人家每日不可缺者,柴米油 盐酱醋茶。"点茶在宋人吴自牧的 《梦粱录》中是每天的日常事:"烧 香点茶,挂画插花,四般闲事,不宜 累家。

在宋之前的五代时期,茶人辟

食糜录

吉光片羽(六十六)

吾尝跂而望矣,不如登 高之博见也。

【解读】: 语出《荀子·劝学》。 荀子说,我曾经踮起脚远望,(却) 不如登到高处看得广阔。

【点评】:站得高,看得远。荀 子在两千年前就体味到了这点。 近日,笔者读到有些类似的两句: "站得低,看得清。"不觉莞尔,登 高望远,战略上总揽全局,站低看 清,战术上洞察入微。两者看似 迥异,实则异曲同工。人们常说: "战略上藐视敌人,战术上重视敌 人。"其实就是很好的诠释。寻找 适合自己的位置,也要充分利用 所处位置的视角,这都是学问啊!

尘世难逢开口笑,菊花 须插满头归。

【解读】:诗句出自杜牧《九日 齐山登高》。意思是讲,尘世烦扰 平生难逢让人开口一笑的事,满 山盛开的菊花我定要插满头才

【点评】:《上海滩》里的丁力 发迹时送女人菊花,招来嘲笑,杜 牧菊花插满头却是豪放,古今差 异可见一斑。两句诗都用典,开 口笑出自《庄子》"其中开口而笑 者,一月之中,不过四五日而已 矣", 菊花出自陶渊明。从中我们 可看出,诗人内心也是苦闷的,只 是强颜欢笑。人生事不如意者十 之八九,哭着还是微笑着面对,杜 牧给出了答案,对我们有很好的

新竹高于旧竹枝,全凭 老干为扶持。明年再有新生 者,十丈龙孙绕凤池。

【解读】:此为郑板桥《新竹》 诗。本诗比喻青出于蓝而胜于 蓝,而新生力量的成长又须老一 代积极扶持。

【点评】:郑板桥爱竹,这首竹 诗写出了新意,老竹扶持新竹,生 生不息。人们常讲新陈代谢,以 为新的取代旧的、老的是自然规 律。其实,新老并非对立,没有老 的扶持,新的不会顺利"接班" 牛顿曾说,他之所以取得成就,是 因为他站在巨人的肩膀上。我们 看问题不能片面,鼓励新事物时, 也不应把旧事物一耙子打死,"十 丈龙孙绕凤池"才是更好的方式。

仗义每多屠狗辈,负心 多是读书人。

【解读】:这是明朝曹学佺写 的一副对联。意思是说,讲义气 的多半是从事低贱职业的人,而 有知识的读书人往往是见利忘义 的小人。

【点评】:据说曹学佺在广西 为官时,有权贵放狗咬某秀才,有 壮士仗义出手打死恶犬,权贵诬 告壮士,更可恶的是秀才贪利作 伪证,曹学佺公平断案后写下此 联。秀才饱读诗书,却选择了作 伪证,他学的知识让他以利为先, 这从侧面反映了教育的缺失。

一望青山古道还

唐代诗人顾况有一首六言绝句,题 为《归山作》,其诗云:"心事数茎白发, 生涯一片青山。空林有雪相待,古道无 人独还。

唐贞元中,顾况已经是个饱经风霜 的老人了,他决意隐居。诗人是吴人, 要归的山是位于江苏的道教名山—— 茅山。雪后的山峦一片寂静,诗人归山 只带回几茎白发,欲问心事,都在里面 了。然而,诗人又有什么改变吗? 且试 一望青山,虽经雨雪风霜,还是依然固 我。过了前面的山林,就是诗人的茅舍 了,有谁在那里等待吗?恐怕只有这几 日的积雪了。脚下的这条古道,蜿蜒而 去,还是当年的老样子,看来已久无人 迹,此时只有诗人独还。既然青山不 改,古道依然,那就抛开世间纷扰,寂守 茅山,托付一片生涯,也算得其所哉。

这首六言绝句,是即景言情的好 诗,看似轻描淡写,实则耐人寻味。空 林古道,白发青山,状诗人归山之情形。

顾况的一些诗画面感很强,六言诗 又十分独特,《归山作》为读者展开了一 幅诗人"归山图"。

顾况字逋翁,自号华阳山人,苏州 海盐(今浙江海盐)人。至德二年(757) 登进士第。善为歌诗,性恢谑,不拘小 节,善画山水。曾为杭州新亭监盐官。 据《尚书故实》和《历代名画记》载,顾况 任新亭监盐官是自己要求的,为的是画 海中山水。有一位画家王默,请为海中 都巡,也是为了画海景,半年后解职而 去,据说此后"落笔有奇趣"。建中二年 (781)顾况任镇海军节度使韩滉判官。 韩滉以画名世,曾开创画马牛的"韩 派",《宣和画谱》载,戴嵩以画牛著名, 笔法有得于韩滉,戴亦在韩幕中为判 官。顾况入韩滉幕前,曾在江西与李 泌、柳浑交往密切,三人性皆狂放,被视

为"孔门之狂者"。 顾况后随韩滉入朝为大理寺司 直。贞元三年(787),柳浑辅政,荐为秘 书郎,李泌为相,迁为著作郎,因称"顾

著作"。李泌去世后,顾况作《海鸥咏》 嘲权贵,有句云:"万里飞来为客鸟,曾 蒙丹凤借枝柯。一朝凤去梧桐死,满目 鸱鸢奈尔何。"因不能慕顺,为众所排, 贬为江西饶州司户。贞元九年,顾况去 官离开饶州,经洪州入彭蠡湖复入浙西 淮南交界,取长江水路东下入吴。

顾况于儒学外,出入释老,结交诗 僧,大历年间与皎然、陆羽在湖州组诗 会。《太平广记》引《尚书故实》谓:"有时 宰曾招致,将以好官命之,况以诗答之 曰:'四海如今已太平,相公何事唤狂 生。此身还似笼中鹤,东望沧溟叫数 声。'。"(《酬柳相公》)

顾况去官后,归隐于茅山,并受道 箓,他有一首《崦里桃花》记其事:"崦里 桃花逢女冠,林间杏叶落仙坛。老人方 授上清箓,夜听步虚山月寒。

顾况与白居易有一段佳话,人多乐 道。其事最早见于张固《幽闲鼓吹》: "白尚书应举,初至京,以诗谒顾著作。 顾睹姓名,熟视白公曰:'米价方贵,居 亦弗易。'乃披卷,首篇曰:'离离原上 草,一岁一枯荣。野火烧不尽,春风吹 又生。'即嗟赏曰:'道得个语,居即易 矣。'因为之延誉,声名大振。"王定保 《唐摭言》《旧唐书·白居易》均载其事, 有人疑其说,傅璇琮认为或有其事。贞 元五年,白居易十八岁初至长安应举, 顾况时为著作郎,有可能在长安遇见。 不久,顾况遭贬饶州。白居易出示的《赋 得古原草送别》是他16岁时的作品。

在大历诗人中,顾况诗想象奇特, 风格近李贺,《沧浪诗话》称:"顾况诗多 在元、白之上,稍有盛唐风骨处。

顾况,抱儒家用世之怀,生逢不遇, 出入于释、老,晚年归山,寄生涯于一片 青山,1200多年前,道教名山茅山曲折 的山路间,年近古稀的诗人踏雪而行, 吟哦之声引起空谷的回响:"心事数茎 白发,生涯一片青山。空林有雪相待, 古道无人独还。'

"汤社"集体品饮,对茶的优劣进行 竞赛评比,这一风气开了宋代斗茶 的先河。宋人饮茶喜欢聚在一起 比较鉴赏,看谁的茶汤茶花多,"咬 盏"好,散得慢,最后评出高低。这 就是宋代初期的斗茶。

斗茶最早起源于民间,宋代著 名画家刘松年的《茗园赌市图》便 描绘了市井斗茶的情形。后来民 间斗茶之风逐渐传到文人雅士的 书斋、亭园,甚至传到皇宫。宋徽 宗赵佶就亲自参与群臣的斗茶活 动。宋徽宗虽然算不上是个好皇 帝,但却是个多才多艺的艺术家, 通晓诗词歌赋、琴棋书画。他还写 了一部《大观茶论》,详细地叙述了 茶的采制过程和烹煮品饮,对民间 斗茶之风描述也很细致,从中可以 看出宋时斗茶的风尚。

在宋代,苏东坡有"岭外惟惠 俗喜斗茶"的记述。宋代流行斗 茶,讲究饮茶的技巧,对茶叶的加 工,饮茶所用的茶具以及煎煮冲泡 过程,斗茶都有十分严格的要求。 为斗茶之需,宋代的茶具中还出现 了茶筅。茶筅是一种竹制品,用老 竹制成,头端破竹成丝,成竹帚状, 用来搅拂茶汤,使其泛花。斗茶, 又称"茗战"。斗茶所强调的是 "斗"字,要求斗茶者要有精湛高超 的点茶技巧。斗茶时,参加的人都 要凝神静气,全神贯注,密切注意 茶汤表面的细微变化。

宋代用的都是茶饼,如贡茶 "龙凤团茶"饼,斗茶前先要把茶饼 碾成茶末,然后用瓶煎水,接着调 膏。所谓"调膏",就是视茶盏大 小,用勺挑上一定量的茶末放入茶 盏,再注入瓶中的适量沸水调和, 把茶末调至浓如膏油,以粘稠为 度。"点茶"是斗茶过程中极为重要 的一个环节,"点"就是把茶瓶里煎 好的水注入茶盏中。注水时,动作 有规范,落水点要准确。在落水的 同时,还需要"击拂",即搅拂茶汤, 使用的工具便是茶筅。这时候,就 会出现乳雾涌起,汤花紧贴盏壁 这种现象叫"咬盏",汤花咬盏不易

消散,是斗茶的理想效果。最后, 就是品尝茶汤,茶汤以纯白为上, 达到茶的"色、香、味"三者俱佳,才 是最后的胜者。

宋代斗茶,除要有精湛的技艺 之外,对茶的选择、用水的选择也 很讲究。茶品"以新为贵",用水 "以活为贵",新茶配活水,相得益

斗茶时能使人得到精神的调 节和心理上的愉悦感,从而感受到 生活中的乐趣。

宋代著名文学家范仲淹写有 《斗茶歌》,其中有两句云:"黄金碾 畔绿尘飞,碧玉瓯中翠涛起。斗茶 味兮轻醍醐,斗茶香兮薄兰芷。"极 其精彩地描述了人们斗茶时的情 景和茗盏中上好茶汤的茶韵。

在宋代,为了与斗茶相配套, 除了煎水改用茶瓶外,茶盏也由唐 代的崇尚淡青色越瓷,改为崇尚黑 色建盏。宋代饮茶所用茶盏以通 体施黑釉的"建盏"为上品。宋代 的煮水器改用较小的瓶来煎水,这 种煎水器,人们又叫做汤瓶、茶吹、 茶吊子等。宋人对茶瓶是十分讲 究的,因为它不仅要用来煎水,而 且还要在斗茶时用来注水。与此 相应,对瓶嘴的要求就很细致。宋

徽宗要求斗茶的茶瓶,嘴要呈抛物 线状,不能歪斜,嘴和瓶身的接口 处要大,瓶嘴末端的出水口要圆而 小,这样注水时就容易控制,不会 有断续的水滴,茶盏面上的汤花就 会保持得很好。除建盏外,宋人在 斗茶时还采用其他釉色的茶具。 如南宋龙泉哥窑的茶盏,外观造型 与建盏相似,但颜色是淡青,色泽 幽雅洁净,也被视为斗茶的上等茶

斗茶之风之所以能在宋代流 行,是和当时的时代风尚、社会的 商业经济分不开的。宋代商品经 济全面繁荣不仅刺激了商品茶的 生产,更推动了与茶相关的产业和 文化的发展,如此繁荣的商业经济 自然催生了繁盛的茶文化。

文人雅士大量参与斗茶,使宋 代的饮茶趋向艺术化。宋代的茶 人大多是著名的文人,如林逋、范 仲淹、欧阳修、王安石、梅尧臣、苏 轼、苏辙、黄庭坚、徐铉、王禹偁等, 这些第一流的文学艺术家同时也 都是第一流的茶人。他们创作了 大批茶诗、茶画、茶书法作品,从而 大大拓展和丰富了茶文化的内 涵。宋代成了中国茶文化史中风 格极为鲜明的一个历史时期。



宋代点茶图

文澜听泉

王梵志以诗论"孝"

王梵志乃唐代草根诗人。兴 许他栖于乡野、无权无势,在那个 年代籍籍无名。他一生创作了 300多首诗,《唐诗三百首》乃至 《全唐诗》却一首未收。直到《宋 史·艺文志》才列入了一卷《王梵志 诗集》,也因其太过草根气而"零洛 成泥",旋即被庙堂埋没而失传。 幸有敦煌宝库为其珍藏,得以重见 天日。"五四"新文化运动兴起,胡 适的《白话文学史》专节推出"白话 诗人王梵志",当年胡适编辑出版 的《每天一首诗》,选了一百首绝 句,第一首就是王梵志的《梵志翻 着袜》,这才引起世人关注,且赢得 声誉

《王梵志诗集序》评价说:其诗 "具言时事,不浪虚谈,不守经典, 皆陈俗语";现代有评论认为,王梵 志的诗率真坦然,追求自由独立, 在被侮辱被损害的卑微中显露出 反抗与批判的清醒,同时也有一种 人性深处爱的烛照。笔者力所不 逮,仅以"说孝"的视角窥其诗作的 思想底蕴。

人性之爱莫过于亲情,这种亲 情维系着家庭伦理。我国传统文

化体现在家庭伦理方面就是"父慈 子孝",如王梵志所说:"父子相怜 爱,千金不肯博。世间何物亲?慈 孝贵于珍。"当然,王梵志的诗更多 的是站在"子"的角度形象化地阐 述如何尽孝。

子女尽孝不是空话,它尽在生 活的细节中彰显感恩的情怀和忠 爱的心绪。王梵志诗云:"耶(爷) 娘绝年迈,不得离傍边。晓夜专看 侍,仍须省睡眠。"这首诗以小辈的 口吻写出了对父母生活起居无微 不至的关心和照顾。孝顺年迈的 父母,哪怕是夜间睡觉也得一夜多 醒(即"省睡眠"),时刻"看侍"其被 子是否盖好,内衣是否顺正,枕头 高下如何,是否需要方便等等,真 可谓:于细微处见孝道。

这个沦落在乡野之中的知识 分子,多少经受过生活困苦的煎熬 和精神屈辱的折磨,但他仍有一颗 不移的尽孝之心,其诗多从平民的 层面阐发"贫亲须拯济"的孝道。 在王梵志看来,即使历经战乱、身 陷贫困,作为子女也是不能悖逆孝 道的,"有恩须报上,得济莫忘 情"。对生活于水深火热中的父母

而言,子女的拯济是亟待的。正因 如此,王梵志主张:"虽剩一袋米, 分粮各一半。""积下钱二三,奉母 度寒日。"当年父母也是在窘困的 情形下哺育子女,作为成人后的子 女理应时刻记念,寻求涌泉相报的 机会,尽管目己开个富裕,也得尽 自己最大的能量从物质上救济失 去劳力的父母。如此孝心和盘托 出。

除了物质上的资助外,对父母 的孝道还体现在精神上的关心和 慰藉。这种关心和慰藉是以尊重 为其逻辑支点的。王梵志诗云: "坐见父来起,尊亲尽远迎。""尊亲 嗔约束,共语莫江降。纵有些些 理,无烦说短长。""尊亲"是对父母 的敬重、惜护、爱戴,见面笑脸相 迎,对话坦诚相言,即使理在你一 边,也无须与父母计较,论高低说 长短,以博父母晚年精神愉悦。

"积善必余庆,积恶必余殃", 这是王梵志留下的一句名言,至今 仍常被人们所称道。在我看来,对 父母尽孝,即是一种"积善",它是 没有时代界限的。

国学小知识

烧卖是什么时候 出现的

烧卖,又称"烧麦""肖米""稍麦"等,是一 种以烫面为皮裹馅,上笼蒸熟的面食小吃。它 起源于包子,与包子的主要区别除了使用未 发酵的面制皮外,还在于顶部不封口,作石榴

烧卖在中国土生土长,历史相当悠久。 最早的史料记载是在14世纪高丽(今朝鲜) 出版的汉语教科书《朴通事》上,记有元大都 (今北京)出售"素酸馅稍麦"。到了明清时 期,"稍麦"一词虽仍沿用,但"烧卖""烧麦"的 名称也出现了,并且以"烧卖"出现得更为频 繁。如《儒林外史》第十回:"席上上了两盘点 心,一盘猪肉心的烧卖,一盘鹅油白糖蒸的饺 儿。"《金瓶梅词话》中也有"桃花烧卖"的记 述。清朝乾隆年间的竹枝词有"烧麦馄饨列满

现在中国南北方都有烧卖,在江苏、浙江、 两广一带,人们把它叫做烧卖,而在北京等地 则将它称为烧麦。烧卖喷香可口,兼有小笼包 与锅贴之优点,民间常作为宴席佳肴。

古风杂记

□刘中オ

春来百花开,万物齐争艳。春 天不仅是读书的好时节,也是游乐 的好月令。

早在先秦时期,古人就有了春 游习俗,当时叫做探春。《诗经·郑 风》里记载"出其东门,有女如云", 在东门外,俊男靓女络绎不绝,如 织如簇。此种踏春,不仅可以谈情 说爱,而且还能结识新友。

春游怎

魏晋以后,踏春之风空前盛 行,国家为此把每年农历三月初三 作为外出春游的日子固定下来,称 为"上巳节"。彼时,大地回春,万 物复苏,大人孩子纷纷穿上轻薄的 春装,到山间幽谷里,或是采摘兰 草,或是逐水嬉戏,或是抚琴宴饮 ……《后汉书·礼仪志》中记有:"是 月上巳,官民皆洁于东流水上,曰 洗濯祓除,去宿垢灰,为大洁。"后 人将这种祭祀方式叫做"春禊"

古人春游重在游乐,因此,各 种玩耍方式也是林林总总,好不热闹。放风筝便 是其中一种。古人外出春游时,上达官宦绅士下 讫贫民百姓,都会走到乡野,忙趁东风放飞纸鸢。 古人相信风筝可以放走"晦气",因而会在风筝上 写下自己或家人的名字,待放飞风筝后,剪断牵线 让风筝飞走,祈求天赐好运。

放风筝的同时,春游的各种活动亦是丰富多 彩。男孩子聚在一起蹴鞠,女孩子拥簇着荡秋千, 文人墨客流觞曲水,凡此种种,不一而足。

蹴鞠源于春秋战国,兴盛于唐宋。陆游在《晚 春感事》中说:"蹴鞠场边万人看,秋千旗下一春 忙。"李白、王维、刘禹锡也多次将蹴鞠写入诗中, 春游蹴鞠的影响力由此可见一斑。荡秋千则流行 于女性之间,《荆楚岁时记》中记载:"春时悬长绳 于高木,士女衣彩服坐于其上而推引之,名曰打秋 壬。"唐代荡秋壬已经十分普遍。元代以后还将清 明节定为秋千节,延续至今,深受妇女儿童喜爱。

春游是古人放松筋骨的重要方式之一,玩乐 之余,文人墨客坐在水渠岸边,拥炉煮茶,饮酒作 诗,彼此畅聊新年愿景,共叙诗情画意,《兰亭集 序》便是书圣王羲之描绘春游的名篇佳作。

除此之外,古人春游还会带上各种吃食,搭起 帐篷,围炉烧烤,《浮生六记》就曾记载古人外出携 带食盒,边饮酒边谈笑,吃饱喝足后再打一场马球 的经历。1978年发掘的西安韦氏家族墓室,出土 过一幅宽3米多的宴饮壁画,描绘的便是盛唐达官 贵族郊外游玩飨宴的场面,其中的美味佳肴、饮品 果蔬,琳琅满目,令人咋舌。

细细数来,古人春游吃喝玩乐一应俱全,可谓 人间富贵,尽在其中,令信息时代的新人大有一种 望尘莫及的感觉,正如白居易在《春游》一诗中说 的那样:"逢春不游乐,但恐是痴人。"其实,古人春 游远不止如此,诸如踏春沐浴、雅士玄游、花草比 斗等等,都是古人春游的必杀技,而如此多的游乐 方式,哪怕是花上三五天,也恐怕会沉浸其中乐此

文化遗产

□吕云祥

访古说风筝

春天来了,拂面盈怀的春风,魔术似 地吹绿了树树杨柳,吹开了丛丛杏花,这莺 歌燕舞、风和日丽的季节,正是踏青游春、 放飞风筝,同时也是放飞心情的好时机。

风筝,古时称"鸢",也叫"鹞",明朝 徐渭《风鸢图诗》就称其为"鹞":"江北江 南低鹞齐,线长线短回高低。春风自古 无凭据,一伍骑夫弄笛儿。"其实,风筝起 源时称为"鸢",尔后广传于全世界。中 国最早出现的"鸢"是用木材制作的。相 传在春秋战国时,墨子在山东潍坊"斫木 为鸢,三年而成,飞一日而败"。这是说 墨子研究试制了三年,终于用木板制成 了一只木鸟即"鸢",但只飞了一天就坏 了。墨子制造的这只木鸢是中国最早的 风筝,也是世界上最早的风筝,距今已有 2400多年。后来墨子把制风筝的技术 传给了他的学生鲁班,鲁班根据墨翟的 理想和设计,用竹子做风筝,把竹子劈开

削光滑,用火烤使其弯曲,做成了喜鹊的

样子,称为"木鹊",在空中飞翔达三天之 久。直至东汉蔡伦发明造纸术后,坊间 才开始以纸做风筝,此后诗人作诗称为 '纸鸢",如"竹马踉蹡冲淖去,纸鸢跋扈 挟风鸣""小甔有米可续炊,纸鸢竹马看 儿嬉""风鸢放出万人看,千丈麻绳系竹 竿""柳条搓线絮搓棉,搓够干寻放纸鸢" "若使纸鸢愁样重,也应难上最高头"等

那么,现在为什么都称其为"风筝" 呢? 出典也很古老,据古书记载:"五代 李邺于宫中作纸鸢,引线乘风为戏,后于 鸢首以竹为笛,使风入竹,声如筝鸣,故 名风筝。"从这则资料可见,五代开始才 把不能发出声音的叫"纸鸢",能发出声 音的叫"风筝"。但这也是一家之言,不 可全信,因为比五代早的唐朝诗人已经 以"风筝"之词入诗了,李白的"两廊振法 鼓,四角吟风筝"、杜甫的"风筝吹玉柱, 露井冻银床"、毛熙震的"梨花满院飘香

雪,高楼夜静风筝咽"就是明证。宋朝以 后,无论有声无声,都统称为风筝了。 风筝在军事史和科技史上发挥过重

要的作用。唐朝诗人冯待征《虞姬怨》 云:"妾本江南采莲女,君是江东学剑 人。逢君游侠英雄日,值妾年华桃李 春。年华灼灼艳桃李,结发簪花配君 子。行逢楚汉正相持,辞家上马从君起。 岁岁年年事征战,侍君帷幕损红颜…… 谁误四面楚歌起,果知五星汉道雄……" 此诗所说的"四面楚歌",乃是韩信的军 事杰作,靠的就是风筝:垓下之战,项羽 的军队被刘邦的军队围困,韩信派人用 牛皮作风筝,上敷竹笛,迎风作响,汉军 配合笛声,唱起楚歌,涣散了楚军士气, "四面楚歌"的成语故事由此而来。韩信 攻打未央宫时,靠的也是风筝,他利用风 筝测量未央宫下面的地道距离。而外国 "放飞风筝",用于科学实验,成效更加明 显,科学家富兰克林在雷雨前夕放风筝,

雷针。美国的莱特兄弟,曾经利用风筝 来研究飞行,发明了飞机。1848年北美 洲尼亚加拉河上的悬索桥建造,就是以 风筝来开路的。 至于普通人放风筝呢,也是非常有

成功地把雷电引到地面,从而发明了避

意义的事,其作用是可以科学健身、陶冶 情操、净化心灵。古籍《续博物志》载: "春日放鸢,引线而上,令小儿张口而视, 可以泄内热。"入春后走出室外,到空气 清新之处,放飞风筝,多多活动,这样使 得春气之升有序,阳气之增有路,符合 《内经》"春夏养阳"的宗旨。清人笔记 《燕京岁时记》中说:"筝在天,以能清 目。"可见,放风筝能使人的眼睛得到较 好的调节,对保护视力极为有益。在放 风筝时多昂首远视绿地、蓝天,还可以预 防、减轻近视。春天百花盛开,清香四 溢,此时去野外放风筝,不仅使人心旷神 怡,还会催人奋发向上,意气风发。