



仲夏来临，我们迎来了端午节。在这个小长假里，大家鲜少会选择长途旅行，更倾向于周边旅游。若有朋友想安排一场周边游，不妨来石狮，赴一场富有闽南风情的约会！

来石狮，你若想品尝到正宗的本地早餐，或许你去菜市场里寻一碗面线糊，再加一根油条蘸汤；如果你是个甜食爱好者，那王川花生汤不能错过，绵软的花生与芋头，再加上爽滑的汤底，一天下来，胃里都是满满的幸福感。

吃完早餐，你也许想寻一处清凉，那么金相院这一座千年古刹，会是你避暑和滋养内涵的好去处。千年来，石狮金相院不少古迹与传说被一代代留存下来。值得一提的是，弘一大师在闽南弘法期间，多次作客金相院，为学僧、居士开坛讲座。

此时已到午饭时分，端午时节，粽子是石狮人必不可少的餐桌美食。因南北差异，时常会有甜粽与咸粽之争。而在石狮，端午节吃上一个马脚桥肉粽是大多数人的选择。马脚桥肉粽深黄鲜亮、晶莹剔透，特制的酱料和糯米、三层肉在舌尖产生了微妙的变化，使人欲罢不能。有的人喜欢在肉粽上淋上一点香醋，再来一碗浓浓的



骨头汤做伴，酸香可口，咸香软糯，不禁食欲大开。

炎炎夏日，烟火气在石狮的各个角落渐渐升腾。在稍作休息后，来一碗冰凉可口的花果山冰水、石花膏、四果汤，又或者到八卦街传统业态市场上几根刚出炉的蒜蓉枝、飘着油香的炸粿，又是一顿地道的闽南下午茶。

晚霞时分，石狮人的浪漫正式开启。驱车前往石狮海岸线，任凭海风吹拂，观看一场日落。

此时，金黄色的霞光映照着整个海面，使大海染上了抹神秘色彩。沙滩上孩子们奔跑欢叫着，情侣们牵着手，在夕阳的照耀下，在充满霞韵的海滩上，感受那份温馨与浪漫。远处除了浪花涌起的声音，还有大排档里骰子、杯子碰撞的清脆响声。这时，随意走进一家海鲜大排档，便能品尝到最新鲜的海鲜。

入夜后的八卦街夜市、步行街、金相路……这些烟火腾腾的夜市，也是来石狮打卡的好去处。

不管你是本地市民还是外地游客，端午节这天，一定要去蚶江参加中国独一无二的海上泼水节。

闽台对渡文化节暨蚶江海上泼水节是石狮蚶江和台湾鹿港对渡的文化产物，也是世界上唯一的“海上泼水节”。活动中，大家驾船追逐泼水，泼出的水在空中划出一条条美丽的弧线，伴随着船上人的欢呼声，以及船上鼓手为同船伙伴的打鼓助威声，此起彼伏，节日氛围异常浓厚。据悉，本届闽台对渡文化节推出包括海上、陆上多项主题系列活动，重头戏包括第十七届闽南对渡文化节暨蚶江海上泼水节开幕式、“王爷船”巡海仪式，海上泼水、海上捉鸭、攻炮城、龙舟邀请赛等，还有两岸灯谜联猜、两岸美食等特色配套活动。

假期已至，路线也安排妥当了。来吧，来石狮，来这里感受石狮人慢节奏的一天，让石狮的文化与美食抚慰我们那颗凡俗的心。（陈嫣兰 李荣鑫）



端午海上泼水行

经联合国教科文组织正式批准，端午节成为中国首个入选世界非遗的节日。

除了全国盛行的端午活动，石狮的蚶江却有一道与众不同的风景，人们不约而同聚拢此地，在龙舟赛锣鼓喧天的热闹中，在这千年古港的渡头，在这海丝之路的枢纽，一场民间传承数百年的文化体育盛宴如约而至地拉开序幕。

千帆竞发，对渡波连两岸；端午同欢，万人泼水庆安康。

蚶江海上泼水节历史悠久，源于明

清，位于石狮市北部的泉州湾南岸，曾为泉州总口，与台湾鹿港对渡。每逢端午节，两地对渡船只上的人们身披节日盛装，竞舟泼水。

当身临其境之时，不由为之震撼，只见百舸竞渡穿梭，纵横交错，驶向海面，热血澎湃的民众在炎炎赤日下，戽斗、勺、水桶无一不化为手中的武器，盛起海水，相互追逐嬉戏，泼向对方船上的人，铺天盖地的水从天而降。一时间水花四溅，在阳光下绽放耀眼的光芒，

笑声、水声、喊声交织成一片狂热的节日气氛。这泼来的水是“吉祥水”“幸福水”，迎头而上，沐浴着清凉甘霖，给他们消灾祛邪，带来吉祥、幸福、兴旺。

“采莲（嗦啰哩）”“放王船”仪式，灯谜竞猜、龙舟竞渡、捉鸭子、攻炮城等传统民俗活动在节目中精彩纷呈、热闹非凡。蚶江闽台对渡习俗见证两岸商贸兴盛、习俗相同和文缘相融。千年古港不断的热闹，还将热闹千年！

（洪亚怀）

文化动态

闽南语歌曲《个个猛》正式上线

“人生海海”“输赢笑笑面”“做人要套直”“先四正才讲打拼”“兄弟若同心 田土变黄金”……听到这些歌词，你的闽南DNA是不是立刻苏醒了。

近日，由著名泉籍音乐人、导演杨宗南作词、作曲、演唱并制作的闽南语歌曲《个个猛》正式上线。这不仅是一首闽南语歌曲，还带着“摇滚

（陈嫣兰）

在泉州动车站遇见非遗

6月17日，在泉州动车站里一场别开生面的活动，让过往旅客忍不住驻足观看，有的旅客甚至因为节目太精彩差点错过动车……

原来，这场活动由泉州市艺术馆组织，将泉州花灯、安溪竹藤编、漆线雕、惠安石雕（影雕）、南音、提线木偶戏等十多个非遗项目，安排走进泉州动车站，开展“遇见泉州非遗”展示展演。活动吸引了南来北往的旅客驻留欣赏，其中旅客小

陈表示：“今年年初就被泉州的簪花吸引，后面查阅了很多资料，才知道原来泉州有这么多非遗项目，这次在动车站目睹，特别开心。”泉州市艺术馆相关负责人表示，“非遗”走进动车站，是创新非遗文化的传播路径，探索非遗传承新模式，将进一步唤醒传统生命力，非遗也通过这种新颖的方式，拓宽覆盖面，提升影响力。

（陈嫣兰）



文化传承

印象中的嗦啰哩

端午至，泉州各个地方都有属于自己独特的过节方式。作为一名晋江安海人，笔者对家乡端午节的嗦啰哩一直有很深的印象。也许是因安海先民世代代出海谋生，对祈安植福寄托的深沉情愫而演绎出端午节嗦啰哩的习俗，驱邪纳福，期盼美好。

安海嗦啰哩，本名“采莲”。据《安海志》载述：“端午，五月初五，俗曰‘五月节’……各境扛木刻龙头，举大旗，提鲜花篮，敲鼓，奏弦管，唱采莲歌，迎于各户。执旗者舞于各家厅堂，呼吉祥语；提篮者送户主鲜花，人家以‘红包’劳之。是谓‘采莲’。”这一独特遗俗于端午节在安海街坊巷间活动，留有一种淳朴和睦的乡情，行进中吸引着无数的游人。

笔者印象中，在端午节的前三天，安海人会在供奉龙王尊神

（陈嫣兰）

的雾云殿、妈祖宫及其他境庙，抬出嗦啰哩龙王头祭祀朝拜。端午节时前后，结队出发进行采莲活动。先往好善的人家采头莲、二莲和三莲，再游街走巷采过去，一路踏歌行。采莲的前导是一位头戴清代红缨笠、手撑长竿艾旗的醉步汉子。

采莲队伍沿途要咏唱民歌《嗦啰哩》，由领唱者亮开嗓子高歌一句，如“正月立春阳和气呀啰”，众人则应和着助威唱道：“嗦啰哩啊伊嘟啊咧咧，咧咧去咧咧！”百姓看到采莲队伍都会招呼着往自己家里去，领队便拿着手上的旗子在百姓家里各个角落翻扫一圈，随后，队伍后的花婆赠送主人家几朵鲜花寓意龙王神赐福禄吉祥，主人接过鲜花即回赠红包，以表谢意。在和谐欢乐的气氛中，采莲人旗飘幡动地转入另一家……

（陈嫣兰）

闽南古早味——芒果蘸酱油

夏至过后，漫步泉州街头，抬头便可望见挂满枝头的青色芒果，有的已抢先成熟，金色的芒果在枝头上很是抢眼。

芒果素有“热带水果之王”的美称，营养价值高。对于如此美味的水果，在闽南地区，它的正确打开方式可不是撕开果皮就直接开吃哦！

对于泉州人来说，芒果蘸酱油才是吃芒果的正确方式，且芒果蘸酱油的芒果还颇有讲究，以泉州本地芒果为最佳。因为本地芒果甜中带点轻微的酸涩味，搭配上酱油的咸香，可以很好地掩盖芒果的涩味，回味在唇齿之间的便是二者搭配的浓郁香味。

闽南人芒果蘸酱油的吃法由来已久，距今已有百年的历史。据说，这一吃法源自鲤城桂坛巷，由清代名医——吴亦飞发明，后来渐渐成为泉州本地的一种特色吃法。（陈嫣兰）

