



04 江西婺源·住进油菜花田边的老房子

婺源的油菜花季在3月中旬到4月上旬。最经典的观景点是江岭——梯田式的油菜花从山脚铺到山顶，中间点缀着白墙黛瓦的徽派村落。

但真正的慢生活不在观景台上，而是住在村子里。推荐思溪延村或清华镇一带的民宿，很多由老宅改造。住下来后，可以跟民宿主人去菜地摘菜，或者在院子里晒太阳。如果想看花，早上8点前或下午4点后去江岭，避开旅行团高峰。



05 成都人民公园·泡一碗盖碗茶

鹤鸣茶社位于人民公园内，创立于1923年，是成都现存最老、最大的露天茶馆。一把竹椅、一张矮桌、一碗盖碗茶，是成都人春天的标配。

茶的价格在15到35元之间，推荐碧潭飘雪（花茶）或蒙顶甘露。坐下后可以叫一个掏耳朵的服务，30元一次，师傅会用十几种工具在耳边叮叮当地操作。茶馆不催人，你可以从早上坐到傍晚，中间去公园里走走，看老人们跳舞、下棋、唱川剧。



06 上海武康路—安福路·漫无目的地走一圈

这条路线从武康大楼开始，沿武康路一直走到安福路，全程约1.5公里。沿途是成片的法国梧桐和老洋房，春天新叶刚长出来，阳光从树缝里漏下来。

沿途分布着咖啡馆、面包店、买手店和小型画廊。推荐在武康大楼对面的Peet's Coffee或老麦咖啡馆买一杯外带咖啡，然后边走边逛。不需要进任何景点，走路本身就是目的。如果走累了，安福路上有靠窗座位，可以坐着看来往的行人。



07 自己家的阳台·哪儿都不去

最后这个最方便，也最容易被忽略。找一个天气好的下午，搬把椅子到阳台或窗边，泡一杯茶或咖啡。手机调成静音，拿一本想看很久但一直没看的书，或者什么都不拿。

春天的风不冷不热，窗外如果有树，可以看到新发的嫩芽；如果有猫，可以看它打盹。不需要门票，不需要攻略，也不需要和任何人说话。这可能是最奢侈的慢生活——因为你需要做的，只是允许自己什么都不做。