



袁先生夫妇在成都领证。

# 这对河南新人在四川领证了 七千元办『极简婚礼』走红



7000元“极简婚礼”现场。

3月25日，成都市成华区，袁先生和周女士正式领证结婚。

就在10天前，这对小夫妻在家乡河南三门峡市渑池县办了一场全网刷屏的极简婚礼：全程花费不到7000元，没有豪车车队、没有专业司仪、没有煽情环节，甚至婚车装饰只花了2元钱。

这场反“套路”的婚礼，戳中无数年轻人对婚礼内卷的情绪，网友们纷纷点赞：不攀比、不折腾，这才是结婚本来的样子。

## 7000元的极简婚礼 没有仪式人齐就开饭

“确实那场婚礼花了不到7000元，主打一个务实自在，每一分钱都花在了刀刃上。”面对华西都市报、封面新闻记者采访，袁先生还清楚记得10天前婚礼的每一笔开销。

14桌酒席是核心支出，饭菜钱6050元，加上700元左右烟酒，宴席一共用了6750元。新娘化妆用了200元。“没有租高价婚纱，没有定制礼服，我老婆满脸笑容，大方自信。”袁先生说，婚车是自家的私家车，只买了2元钱的拉花装饰。再加上喜字、简单布置等零碎开销，全部加起来刚好6999元，差1元到7000元，把极简做到了极致。

值得一提的是，婚礼现场

的屏幕上，主题画面更是直接——“没有仪式，人齐就开饭”，红底白字，热闹喜庆又简单。

“婚礼现场就是纯粹的亲友相聚，简单温暖。”袁先生说，14桌全是双方最亲近的家人、亲朋，大家只送祝福，不谈排场。

## 5天筹备“高效婚礼” 不折腾自己和宾客

“我们已经相恋五六年，4年前就订了婚，办婚礼是临时起意。”袁先生告诉记者，他们定居在成都，此前回老家是计划办其他事情，一商量如果再单独请假回家乡办婚礼，时间和交通成本太高，就临时起意办了婚礼。

3月10日开始发邀请函，3月15日正式开席，满打满算只有5天。“我们自己的婚礼，开心不累，宾客也很开心，吃饱又热闹。”袁先生说。

婚礼当天，小两口上午9点半才慢悠悠起床，新郎简单收拾车辆，新娘化好淡妆，11点准时到酒店招呼亲友。宾客到齐就开席，没有仪式，没有煽情，两人上台简单说几句感谢的话，便和至亲好友一起吃饭聊天。

袁先生介绍，除了花钱少，这场婚礼的流程更是“不折腾”。没有接亲堵门，没有司仪

串场，没有舞台搭建，没有专业摄像跟拍，所有的“标配”都被他们砍了。其间，袁先生拿出自己的运动相机，拜托亲友随手拍了几段，他觉得这就够了。

## 在成都领结婚证 暂时没有度蜜月计划

3月25日，两人在成都正式领证。虽然已经办过婚礼，但他们依然看重领取结婚证的仪式感。一张结婚证，为两人近6年的爱情长跑画上圆满句号，也正式开启属于他们的小家生活。

聊起为什么执意要办这场极简婚礼，袁先生坦言，“不是穷到没钱，是真的不想乱花钱。”这是小两口达成的共识，更是面对生活的务实态度。

“现在年轻人压力本来就大，我们刚在成都买了房，妻子也刚怀孕，处处都要花钱。”袁先生坦言，妻子周女士特别反感那种“表演式婚礼”，极简婚礼成为最适合他们的选择。

袁先生将视频发布在社交平台，很多网友问，“怎么说服父母？”

袁先生说，一开始提出极简婚礼，母亲有点顾虑，担心老家亲友觉得没面子，他就耐心和妈妈沟通：“钱省下来都是自己的，亲戚朋友只希望我们过得好，没必要花钱撑场面。”女方家人更是通透，丈母娘全力尊重女儿、女婿的想法，全程没有一点阻挠。

“原本婚礼预算近5万元，最后省下4万多元。这笔钱打算全部用在小家建设上，添置家电、准备育儿用品，远比花在虚无的排场里更有意义。”袁先生说，他们暂时也没有度蜜月之类的计划。

华西都市报·封面新闻记者 谢杰 马嘉豪 受访者供图

获外交部发言人点赞

# 雅安“千里江山图”藏着这些科学密码

晨曦微露，橘红色的天际线下，一列白色的动车如游龙般穿行于雅安名山万亩茶园。无人机镜头拉升，云雾在山峦间流淌，茶园层层叠叠铺展开来，远处川西民居若隐若现，这一场景犹如现实版“千里江山图”。近日，网友发布的这幅山水长卷火遍全网，连外交部发言人毛宁都亲自推介：“当古老的茶文化与现代基础设施相遇，定格于令人惊叹的一帧之中。”

为何偏偏是雅安？为何这里的茶能同时征服镜头与味蕾？3月25日，华西都市报、封面新闻记者对话四川农业大学园艺学院茶学系特聘副教授刘琴玲。

## 天选之地： 海拔、土壤与气候俱佳

公元前53年，吴理真在雅安蒙顶山种植7株茶树，确立了雅安作为世界茶文化发源地的地位。从唐朝至清末，蒙顶山茶连续被列为贡茶。

“雅安茶的品质，从根源上是‘天、地、人’协同造就的。”刘琴玲介绍说，名山核心茶园海拔



动车穿过茶园。高燕 供图

集中在1000米至2500米之间，这是茶树生长的“黄金海拔带”。

这一高度区间并非偶然。数据显示，该区域土壤pH值稳定在4.5至5.5的酸性区间，土层深厚且富含有机质，排水性能极佳。更关键的是气候参数：年均降水量约1500毫米，且多为夜间降雨，“夜雨昼晴”的模式既保证了水分供给，又让白天的光合作用高效进行。

## 雾化滋养： 成就茶叶鲜爽度与香气

水墨画般的茶园在云蒸雾

绕中若隐若现，这不仅是“千里江山图”的视觉来源，更是茶叶高品质的“秘密武器”。刘琴玲解释，“高山云雾出好茶”不仅是文学修辞，更是严谨的“植物生理学”现象。

云雾层充当了天然的柔光箱，过滤掉强烈的直射光，使茶树主要接受漫射光。这种光照条件极大促进了叶绿素和含氮化合物的合成，高湿度环境则减缓了茶树的生长速率，延长了养分积累周期。

云雾中携带的水汽和微量矿物质通过叶面被直接吸收，

相当于给茶树进行了全天候的“雾化滋养”。在这种环境下长大的茶树，叶片更厚，茶多酚与氨基酸的比例更加协调，鲜爽度与香气自然出众。

## 小抹茶： 冬藏春发的奇迹

在雅安红星镇茶叶交易市场，那些泛着青绿的小抹茶为何价格不菲？答案藏在冬季的休眠与春季的爆发中。

“蓄藏一冬，只为春鲜。”刘琴玲解释，经过整个冬季的低温休眠，茶树体内的养分得到极致沉淀。春季气温回升，氮代谢显著增强，嫩芽中的氨基酸含量达到峰值。“以四川农业大学培育的‘川茶二号’为例，其春季嫩芽的氨基酸含量可达9%至11%，这是茶汤鲜爽回甘的核心物质基础。”

此外，嫩芽中富含的茶氨酸、谷氨酸以及芳樟醇、香叶醇等挥发性香气物质，在春季低温下保留率极高，形成了独特的花香与果香。

华西都市报·封面新闻记者 张峥 实习生 闵宇涵



近日，泸州市古蔺县大村镇希望小学一段乡村孩子跳拉丁舞的视频在网络走红，收获大量点赞。泥污山路挡不住舞步，免费社团点亮童年，这群零基础的山里娃，用热情恰恰舞出最动人的自信。

## 泸州乡村娃 跳拉丁舞走红 城里老师跨60公里授课

在学校的水泥操场上，一群穿着朴素的二、三年级孩子，成了最耀眼的舞者。因为零基础，刚开始练站姿和扭胯时，孩子们常常站不稳，手脚不协调。但是，每一次踢腿、每一次摆手，他们都学得格外用力，额头上渗出了细密的汗珠，眼神却紧紧盯着老师，生怕错过任何一个细节。

“这学期才开始的拉丁舞社团，孩子们特别珍惜，放学后还自己练习动作。”视频发布者、拉丁舞社团授课的曾老师说，社团目前有40多名学生，以二、三年级为主，起初报名人数不多，随着课程推进，越来越多孩子主动加入。

大村镇希望小学地处偏远，不少孩子因家庭经济条件，无缘县城艺术培训。“学校把拉丁舞纳入课后延时服务，让孩子们在山村也能免费接触专业舞蹈。”曾老师说，她在古蔺县城经营专业拉丁舞培训机构，拥有10年教学经验，受学校邀请为孩子们授课。

从县城到希望小学，60公里山路车程约1小时，曾老师每周二往返学校，周三连续授课，一周两次从未间断。课程从恰恰基础动作教起，面对零基础、略显胆怯的孩子，她常鼓励：“跳得不好没关系，但一定要有精神！”

没有华丽舞服，没有专业场地，孩子们在校园里认真练习每一个步伐、每一次转身，从怯生生到敢展示，自信一点点在眼神里绽放。

网友纷纷点赞：“山里的拉丁最纯粹”“免费美育太暖了”“这才是童年该有的样子”。一段短视频，不仅展现了乡村孩子的童真与热爱，更折射出乡村美育的温暖力量。

华西都市报·封面新闻记者 陈静



孩子们在老师指导下学习拉丁舞。受访者供图