

过有文化 内涵的春节



陈文学在家中给中学生讲德育故事。
本报记者 苏永生 摄

□本报记者 苏永生

今年的春节我过得很有意义。这几天，每天都有许多人领着孩子来我家看我。和他们一起探讨如何做人做事的话题，我觉得很充实。这是83岁的北重集团退休职工陈文学的春节感受。

2月1日，记者在包头市青山区富强路丰产道2号街坊见到陈文学时，他刚刚帮助清洁工清理完楼下的垃圾。作为全国岗位学雷锋最美人物、全国岗位学雷锋标兵，春节这几天，陈文学除了义务清扫小区垃圾外，他还用自己购买的刀片，清除了不少贴在楼道内的小广告。

春节这几天我每天差不多都要接听来自各地的20多个电话，接待三四拨来家拜年的人，和他们做思想上的交流。我觉得，大家过年不能光讲吃穿聚会，要过出文化内涵。包头是全国文明城市，我们的市民春节究竟应该怎么过好？我准备过几天找些人座谈，专门讨论下这个问题。陈文学说。

记者在陈文学家采访时，正好遇上带着妻子和女儿看望陈文学的包头轻工职业技术学院教师王高亮。王高亮说：陈老是我们学院的客座教授，每次学院搞活动，他都积极参加，为我们学院学生思想政治工作付出了很多心血。我这次带着家人拜访陈老，就是想让他们多向老人学习。

作为一名大学生，我要学习陈爷爷的奉献与大爱，这种精神将伴着我走好今后的每一步。王高亮的女儿王舒柳说。

多年来，陈文学一直坚持学雷锋做好事。他曾自费制作雷锋事迹展板110块，在节假日骑着三轮车在校园、工厂、社区、军营展出。他先后帮助困难家庭的青少年20多人，帮助孤寡老人8名。现在，他还担任着全国多所学校的校外辅导员，履行着关心下一代的职责。

今年是党的十九大召开之年，也是自治区成立70周年，重要活动多，更需要我们行动起来做好志愿服务。下一步，我们准备成立包头市学雷锋志愿者联合会，带动更多的人为国家和社会服务，传递正能量。陈文学说。



□本报记者 李倩

年，是很有仪式感的节日。一进入腊月，每一天都丰盈了起来。

小儿小孩儿你别馋，过了腊八就是年；腊八粥，喝几天，哩哩啦啦二十三；二十三，糖瓜粘；二十四扫房子；二十五，冻豆腐；二十六，去买肉；二十七，宰公鸡；二十八，把面发；二十九，蒸馒头；三十晚上熬一宿；初一、初二满街走。

浓浓的年味便是由这一项项仪式营造出来的。而最能体现年的辞旧迎新意味的仪式，就要数贴春联、守岁和拜年了。

贴春联。爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏。千门万户曈曈日，总把新桃换旧符。王安石的《元日》描写了家家户门口挂着桃符的景象。桃符是春联的源头。为趋避鬼怪，最初人们以桃木刻人形挂在门旁以避邪，后来画门神像于桃木上，再简化为在桃木板上题写门神名字。

据传第一幅春联是五代后蜀

国国君孟昶挂在门前的新年纳余庆，佳节贺长春。春联真正普及始于明代，与朱元璋的提倡有关。据史料记载，朱元璋曾下令每家门上都要贴一副春联，以示庆祝。

春联以贺年为主，以雅俗共赏的特性深受世代人民喜爱。春节前夕，家家户户都要贴上红红的春联，一副副透着喜庆和热烈的春联表达了人们迎新纳福、企盼新生活的美好愿望。

守岁。守岁阿戎家，椒盘已颂花。杜甫的诗句表现出除夕之夜守岁的快意。春节的核心节点是大年三十和初一。而除夕之夜，是一夜连双岁，五更分二年，除旧岁的意思，除夕的意思就是月穷岁尽，表示旧岁至此而除，来年另换新岁。据传守岁习俗兴起于南北朝，梁朝的不少文人都有守岁的诗文。人们点起蜡烛或油灯，通宵守夜，象征着把一切邪瘟病疫照跑驱走，期待着新的一年吉祥如意。

除夕守岁，更有感受时光匆匆，珍惜光阴的含义。《唐才子传》

里记载，每至除夕，贾岛必取一岁之作置几上，焚香再拜，酌酒祝曰：此吾终年苦心也。他每到除夕，对过去一年得失作一番总结，如果三十六旬都浪过，尚不偏从此夜惜年华，那么，守岁也就失其意义了。

拜年。鼓角梅花添一部，五更欢笑拜新年。孔尚任的《甲午元旦》说明拜年在辞旧迎新之夜交子时便开始了。一拜天地，二拜祖宗，三拜高堂。一个头磕下去，带着对天地的敬畏、对祖先的怀念和对长辈的尊敬。

一般大年初一晚辈给长辈拜年，祝愿长辈福如东海，寿比南山。而受拜的长辈要给晚辈压岁钱。压岁钱，也叫压钱。因为岁与



崇，谐音，长辈们希望压岁钱能驱邪免灾，保佑孩子平平安安。新年后给亲戚拜年，一般的规矩是初一拜本家，初二拜岳家，初三拜亲戚。在邻里、同学、同事、朋友之间也要相互拜年。在过年好的道贺声中，拉近了心与心的距离，增进了人与人的感情。正如古语所说，拜年以联年谊，以敦乡情。

年是物质的，更是精神的，它是中华民族共同的精神家园。尽管各地年俗不尽相同，但辞旧迎新、纳福迎祥的愿望是一致的，尽管年的仪式现在有了很多变化，但回家团聚的心声、对年的情感需求是共通的。年，其实是一个梦，包含着我们对所有美好生活的憧憬。



文化庙会庆佳节

2月2日，文化庙会中的脑阁表演吸引了众多市民围观。当日，为期10天的呼和浩特市2017年春节元宵文化庙会在玉泉区大盛魁文化创意园开幕。庙会以“感受民俗文化，共度新春佳节”为主题，期间将组织开展非物质文化遗产项目、迎春群众文化活动、趣味民俗活动等10个类别42项文化活动，让首府各族群众在祥和、喜庆、欢乐的节日气氛中，共度美好新春佳节。本报记者 王磊 摄



文化庙会开幕式上，由托县乌兰牧骑表演的自治区非物质文化遗产项目 双墙秧歌。本报记者 李永桃 摄



游客在大盛魁文创园内观看桃花展。本报记者 李永桃 摄

运动阅读成为过年新时尚

□本报记者 韩雪茹

大年初一一大早，家住呼和浩特市赛罕区的刘海军就准备停当，他这是要去健身房锻炼身体。过年大鱼大肉吃了很多，作息时间也不规律了，这样对身体很不好。小刘说，今天是我们常去的那家健身房节后营业的第一天，我和朋友约好去健身，咱早早锻炼，过一个健康年。说完高高兴兴地出门了。

两个小时里，刘海军先后进行了力量训练和有氧训练，锻炼强度丝毫没有因为春节而减轻。小刘说，他身边的很多人都有这种感受，过年就意味着要吃吃喝喝，熬夜通宵，年一过完这身体就吃不消了。每逢佳节胖三斤，这句流行的调侃也是现实的真实写照。

越来越多的年轻人选择在过年期间进行适当运动，既娱乐消遣又锻炼身体。

改变过年方式的还有呼和浩特市赵雪梅。和她聊天时，她们一家刚从一家书店里走出来，拎着的手提袋里放着几本刚买的书。昨天我领着孩子去了内蒙古博物院，参观完之后孩子很兴奋，不停地和我讲起里面的见闻。我想，虽然是过年，但也不能老窝在家里吃喝玩乐，也得在精神上充充电。今天我们全家来书店看看，孩子还用他的压岁钱买了自己喜欢的书。这样的过年方式既充实又有意义，孩子的压岁钱也花得值。赵雪梅说。

春节是传统佳节，人们保留和继承了很多传统的过年方式，同时也有很多过年新时尚慢慢加入进来，让春节变得越来越丰富多彩。

□本报记者 霍晓庆

这几年，遇到的都是好人好政策，我们娘儿俩的日子越过越有希望了。大年初三，迎着午后温暖的阳光，50岁的杨爱兰侍弄着窗台上的迎春花，满面春光。和两年前记者第一次采访时相比，杨爱兰胖了，精神更好了。

杨爱兰2001年下岗，2002年与丈夫离了婚，独自带着年仅7岁的女儿生活。当保姆、洗碗、打扫卫生、超市做销售、摆地摊，那些年，为了能让生活宽裕点，杨爱兰把能干的活儿干遍了个遍。不幸的是，2011年，杨爱兰查出患上乳腺癌，手术、化疗、放疗，前前后后一共花去11万多元。最要命的一段时间不能干活了，没有了生活来源，我们母女每月只能靠低保和亲戚的救济勉强维持生活。杨爱兰的回忆里满是苦涩。

2012年，杨爱兰的遭遇引起了呼和浩特市玉泉区民政局的重视，先后两次为她发放医疗救助金2400多元，她们母女的低保金也涨到每月1000元，长和廊办事处还为她申请了廉租房。2013年，杨爱兰搬进了位于玉泉区金业苑小区廉租房，新房温暖明亮，杨爱兰的身体恢复得很快。

别光坐着听我说，快尝尝我炸的麻花！说话间，杨爱兰将麻花塞到记者手里，咬一口，甜软酥脆。环顾四周，面积不大的房子打扫得干干净净，窗户上倒贴的福字为这个家增添了几分喜气。

好事一桩接一桩。2014年，杨爱兰的女儿陈铭考上了大学，自治区出台的贫困家庭大学生资助政策，让陈铭圆了大学梦。

2016年，杨爱兰办理了病退手续，每个月领上了1500元的退休金，退出了低保。政府这些年帮我们渡过一个又一个难关，低保、医疗救助、暖心煤、廉租房、大学生救助，一样都没少过。杨爱兰说。

我这身体养得差不多了，开春就能出去找个工作了。等闺女毕业了，有了工作，我们娘儿俩的日子就更不愁了。杨爱兰边说边开心地笑了。



健康度假

2月2日，呼伦贝尔扎兰屯市青少年练习滑雪，欢度假期。春节期间，呼伦贝尔扎兰屯市文明办发出《文明过节倡议书》，积极引导绿色、环保、健康过节，光盘行动、节俭过节，文明出行、平安过节等观念，广大青少年及市民纷纷以读书、滑雪、打球等全民健身运动践行社会主义核心价值观。韩冷 摄

纳福迎祥过大年

□本报记者 李倩

年，是很有仪式感的节日。一进入腊月，每一天都丰盈了起来。

小儿小孩儿你别馋，过了腊八就是年；腊八粥，喝几天，哩哩啦啦二十三；二十三，糖瓜粘；二十四扫房子；二十五，冻豆腐；二十六，去买肉；二十七，宰公鸡；二十八，把面发；二十九，蒸馒头；三十晚上熬一宿；初一、初二满街走。

浓浓的年味便是由这一项项仪式营造出来的。而最能体现年的辞旧迎新意味的仪式，就要数贴春联、守岁和拜年了。

贴春联。爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏。千门万户曈曈日，总把新桃换旧符。王安石的《元日》描写了家家户门口挂着桃符的景象。桃符是春联的源头。为趋避鬼怪，最初人们以桃木刻人形挂在门旁以避邪，后来画门神像于桃木上，再简化为在桃木板上题写门神名字。

据传第一幅春联是五代后蜀

国国君孟昶挂在门前的新年纳余庆，佳节贺长春。春联真正普及始于明代，与朱元璋的提倡有关。据史料记载，朱元璋曾下令每家门上都要贴一副春联，以示庆祝。

春联以贺年为主，以雅俗共赏的特性深受世代人民喜爱。春节前夕，家家户户都要贴上红红的春联，一副副透着喜庆和热烈的春联表达了人们迎新纳福、企盼新生活的美好愿望。

守岁。守岁阿戎家，椒盘已颂花。杜甫的诗句表现出除夕之夜守岁的快意。春节的核心节点是大年三十和初一。而除夕之夜，是一夜连双岁，五更分二年，除旧岁的意思，除夕的意思就是月穷岁尽，表示旧岁至此而除，来年另换新岁。据传守岁习俗兴起于南北朝，梁朝的不少文人都有守岁的诗文。人们点起蜡烛或油灯，通宵守夜，象征着把一切邪瘟病疫照跑驱走，期待着新的一年吉祥如意。

除夕守岁，更有感受时光匆匆，珍惜光阴的含义。《唐才子传》

里记载，每至除夕，贾岛必取一岁之作置几上，焚香再拜，酌酒祝曰：此吾终年苦心也。他每到除夕，对过去一年得失作一番总结，如果三十六旬都浪过，尚不偏从此夜惜年华，那么，守岁也就失其意义了。

拜年。鼓角梅花添一部，五更欢笑拜新年。孔尚任的《甲午元旦》说明拜年在辞旧迎新之夜交子时便开始了。一拜天地，二拜祖宗，三拜高堂。一个头磕下去，带着对天地的敬畏、对祖先的怀念和对长辈的尊敬。

一般大年初一晚辈给长辈拜年，祝愿长辈福如东海，寿比南山。而受拜的长辈要给晚辈压岁钱。压岁钱，也叫压钱。因为岁与



崇，谐音，长辈们希望压岁钱能驱邪免灾，保佑孩子平平安安。新年后给亲戚拜年，一般的规矩是初一拜本家，初二拜岳家，初三拜亲戚。在邻里、同学、同事、朋友之间也要相互拜年。在过年好的道贺声中，拉近了心与心的距离，增进了人与人的感情。正如古语所说，拜年以联年谊，以敦乡情。

年是物质的，更是精神的，它是中华民族共同的精神家园。尽管各地年俗不尽相同，但辞旧迎新、纳福迎祥的愿望是一致的，尽管年的仪式现在有了很多变化，但回家团聚的心声、对年的情感需求是共通的。年，其实是一个梦，包含着我们对所有美好生活的憧憬。



春节文化庙会中由民间艺人制作的糖画吸引了人们的注意力。本报记者 李永桃 摄