

■ 新华热评

品一品端午里的英雄气

说到端午节由来，人们就会想到屈原。他的气节品格得到百姓尊崇，激励着后人。

中华民族有丰富多彩的传统节日，有的为了团聚，有的铭记别离，有的孕育新生，有的伤感年华。端午节则是纪念一种抉择，一种为了道义敢

于牺牲的抉择。

从“亦余心之所善兮，虽九死其犹未悔”到“唯有烈士心，不随水俱逝”，为了大我选择牺牲小我，为了国家选择牺牲自己，千百年来，这种人生抉择被人称道。在扭转民族命运的硝烟战场，在打赢脱贫攻坚战的前沿阵地，在

与疫魔争夺每一位病人的红区病房，都镌刻着这种牺牲精神。

在建党百年华诞即将到来的日子里，我们更要铭记这种牺牲奉献精神。百年牺牲苦，沧桑举世知。中国能够迎来从站起来、富起来到强起来的跨越，靠的是奋斗，靠的也是精气

神。

过端午，不仅可以观山水、品美食、聚亲朋，更可以传承一份精神，抒发一种情怀，激越一腔壮志。对个人而言，端午假期是休息，也是提醒，提醒自己这个节日蕴藏着一种天地英雄气。

新华社北京6月14日电

太原:粽子里的“新味道”

两片粽叶在手中环成一个锥形，舀一勺糯米装入其中，再塞进几颗红枣，用拇指将粽叶压实后，细线一捆，一个粽子就包好了。

中国传统佳节端午节前夕，在山西太原市民李建茹的家中，全家老少齐聚一堂，洗粽叶、包粽子、上锅煮……大家分工明确，其乐融融。

“包粽子是我们家端午节的重头戏，从小到大没断过。”57岁的李建茹说，虽然现在买粽子也很方便，但亲手包的总能让她回忆起小时候的味道。

李建茹清楚地记得，第一次吃粽子是在8岁的时候。她回忆道，母亲不知从哪

节省出些钱，在端午节前的一次赶会上买了粽叶和红枣，加上家里攒下的一些黄米，一家老少围坐在院子里包粽子，比过年都热闹。

“那年头，粽子可是稀罕物。”李建茹说，全家6个兄弟姐妹，一人一个，“我经常吃一半剩一半，剩下的还能吃一顿，好像跟能多吃两口似的。”

在李建茹儿时的记忆里，浸透着粽叶香的黄米，搭配上软烂的红枣，撒上一小勺白糖，就是世界上最幸福的味道。

随着人们生活水平的不断提高，不为吃饭发愁了。每年端午节，李建茹也不分

吃一个粽子了，每次都吃得饱饱的。她说，馅儿还是老样子，吃起来却没有小时候香了。

“直到第一次吃到外地的粽子，才重新唤起了我的味蕾。”李建茹说。

1988年的端午节，刚参加工作的李建茹来到广州出差，为了过节的“仪式感”特意品尝了当地的粽子。李建茹说：“从来不知道粽子还有其他口味！咸肉的、蛋黄的、豆沙的……让我大饱口福。”

在太原市山姆士超市粽子专柜前，顾客已经络绎不绝。专柜负责人石绿叶介绍，和往年相比，荞麦蜜豆、低糖多

豆等多种低糖健康的粽子受到人们追捧。

在线上，商家推出的粽子更加五花八门。“人们对口味的猎奇感越来越强，促使我们不断推陈出新。”杭州一家百年粽子老店知味观的市场部经理杨芸芸说，继去年推出了小龙虾粽后，今年还推出了芝士烤粽等新口味。

“人们的饮食习惯不再受地域限制。”杨芸芸说，2015年以后，客源逐渐从长三角地区拓宽至全国，目前有40%的顾客来自长三角地区之外。

吕梦琦、解园、陈志豪
新华社太原6月14日电



屈原故里赛龙舟

6月14日，参与竞渡的龙舟在比赛中(无人机照片)。

当日，屈原故里湖北省宜昌市秭归县在三峡大坝前秭归县水域举行龙舟赛，欢庆传统节日端午节。

新华社发

民俗活动成了太山博物馆的一张名片

端午民俗“潮”起来

粽子好吃，怎么包？

香囊精美，怎么绣？

古人端午节还有啥活动？

今年端午节假期，丰富多彩的民俗活动火了；在民众的积极参与中，传统习俗走出纸面，活了。

“拇指和食指把粽叶卷出一个小窝，在窝里放糯米，一定卷紧，防止漏米。”端午节前一天，山西省太原市太山博物馆内，在身着汉服的工作人员的指导下，二年级小学生丁睿怡和她的妹妹正认真地包着粽子。远处传来轻柔的音乐和解说：“甜甜的粽子满含淡淡的忧伤，端午节是为了纪念爱国诗人屈原……”

当天，姐妹俩还在太山博物馆体验了端阳茶会、绣香囊、编五色绳、画彩蛋、用雄黄粉画额。丁睿怡的妈妈说，以前孩子对端午节习俗的了解停留在课本上，只有体验一圈，才能“刻在脑子里”，这是文化传承的基础。她们已经连续两年在端午节参与民俗体验活动了。

提起传统技艺和习俗，大家一度认为它们守旧难懂，便敬而远之。太原市天龙山石窟博物馆副馆长崔晓东说：“表现形式要更加灵活，让大家在游玩中了解传统技艺和习俗，这是文博机构和文旅行业应该认真做的事情。”

端午节期间，太原市天龙山石窟博

物馆将端午民俗和非遗手工技艺相结合，带游客感受碑刻传拓非遗技艺，让他们自己拓印石碑，并装裱起来。记者边采访边体验，古朴的房间、古典的音乐、早就备好的专业工具、老师耐心的讲解，让操作传统技艺成了舒服的经历，给人留下美好的回忆。

“民俗活动现在成了太山博物馆的一张名片，我们甚至实现了‘以活动养活动’。”太山博物馆馆长张志敏介绍道，关键是博物馆要精心设计和服务，让游客对于传统文化有良好体验。太山博物馆将各个节日的传统民俗设计成有趣真实、能参与互动的民俗活动后，文化传播效果很好，客流量也大大上涨，门票收入在几年内翻了好几番。

传统文化和礼仪从业者青林和她的团队也忙得不可开交。她们受邀为多个景区的游客表演端午祭祀、沐兰汤、画额、端阳茶会等传统习俗，将停留在壁画、史料和文物上的场景复原，还专门给观众留了互动和体验的环节。而在数年前，她们的活动还引人侧目。

“从业多年来，我能明显感受到，越来越多的人对传统文化和传统习俗感兴趣。”青林说。

新华社记者李紫薇
新华社太原6月14日电

端午节分清“艾”与“蒿”

端午节正值寒气和暑气交互转换之时，多雨潮湿，人们容易生病。因此，古人在端午节悬挂艾草、菖蒲和蒜头，用来避毒虫、免疾病、消病毒。艾草可熏香、除蚊，生长广泛，颇为易得，深受群众喜爱。沈阳市卫生健康服务中心副主任医师李涵提示，“艾蒿”二字虽为人们常用，但艾草和蒿草实际是两种植物，采摘时要注意分清。

据李涵介绍，艾草和蒿草都属菊科，都喜欢生长在田埂地边、池塘边等土壤水分丰富的地方。艾草茎秆粗且高，叶片肥厚背面有白绒毛，气味清

香，类似艾灸时艾绒的味道，广泛分布在我国大江南北。有的艾草形态虽略有差异，但药效大致相同。“我们熟悉的蕲艾就是艾草的栽培品种，植株高大，高150—250厘米，香气浓烈，叶厚纸质，被毛密而厚，是艾草中的佳品。”

而容易混淆的蒿草茎秆细且不高，叶片狭长薄而滑，气味微臭，生活中常把它称为“水艾蒿”，学名“萎蒿”。“根据《中国植物志》记载，蒿草全草可入药，也有止血、消炎、镇咳、化痰之效。但和端午节‘门前挂艾祛瘟辟邪、祈求平安’的文化内涵差之甚远。”李涵说。

据新华社电