

# 我们的节日·中秋

## 赴一场中秋之旅—— 游园赏景 与月相约

本报记者 王刚 文/图



贺兰山岩画景区,游客体验传统月饼纹饰徽章制作。

中秋节来临之际,全区各大景区丰富文化和旅游产品供给,推出体验老式月饼制作、观看“非遗”项目展演、聆听“嫦娥奔月”传说等民俗活动,受到市民和游客青睐。

“近6000幅岩画被刻在贺兰口峡谷两侧绵延800多米的山岩崖壁上,生动记录了原始先民放牧、狩猎、生产等场景……”9月13日,指着一块文创月饼上的“太阳

神”图案,贺兰山岩画景区负责人段丽青向游客讲解贺兰山岩画的历史。

近年来,文创月饼成为中秋节各大景区的“超级IP”。在文创雪糕成功的基础上,宁夏大学“丝路宁夏”文创团队以贺兰山“太阳神”岩画图案为主题,设计制作出系列文创月饼,初步试水便赢得了市场认可。

“这款‘太阳神’月饼,有文化有颜值

更有创意,中秋节来临之际,我们每天准备300份,很快就被一抢而空,给大家带来不一样的节日体验。”段丽青说。此外,贺兰山岩画景区还首次举办传统月饼纹饰徽章制作活动,增强游客对中秋节文化内涵的理解。

以“月满中秋,情满六盘”为主题,六盘山红军长征旅游区举办系列活动,让游客感受红色文化的魅力。9月13日,在六盘山红军长征旅游区中秋诗词朗诵会上,来自湖南的游客唐慧上台朗诵与中秋有关的诗词,赢得阵阵掌声。在“六盘赏月”活动中,景区邀请游客拍摄景区中秋美景,作品涵盖月亮特写、月下风景、人文活动等,并在景区内设立展区,展出优秀摄影作品。

宁夏博物馆开展“月满中秋游园会”主题活动,以一系列文化体验为核心,包括《我们的节日——礼乐课堂》之中秋精品节日主题系列教育课程、“中秋游园月色朦胧”——手作兔灯DIY体验活动等,让参与者在体验中深刻感知中华优秀传统文化的魅力。

在《我们的节日——礼乐课堂》活动中,孩子们深入了解了中秋节的历史以及习俗,品鉴与中秋节相关的古典诗词、文学作品等。宁夏博物馆有关负责人李鹏告诉记者,在丰富的系列活动中,让青少年更加深入了解传统节日的深刻内涵,感受中华优秀传统文化的博大精深。

## 听一次师生“与月对话”—— 明月相映 观己观心

本报记者 杨嘉琪 文/图



同学们展示中秋节主题手抄报。

“提起中秋节,你会想到什么?”“月亮”“月饼”“嫦娥奔月”……9月11日下午,走进银川市唐徕中学宝湖校区,八年级二班正在进行一场“千里明月 情满中秋”的主题班会课,学生主讲人杜文婧每抛出一个问题,同学们都热情回应。

同学们以十足的仪式感迎接中秋节。他们精心制作了中秋节主题海报,“圆月”“灯笼”“月亮下的我”……通过绘

制不同的元素,表达自己对于“情满中秋”的理解。

从中秋节的起源说起,再到相关习俗,同学们彼此分享印象深刻的中秋节。王毅涵说:“我对中秋节的印象就是吃不完的美食,比如月饼、桂花糕、螃蟹,当然最重要的就是与家人团聚。每次一到中秋节,我们都会回到陕西宝鸡的老奶奶家看望姥姥,一大家子人聚在一起可开

心了。”潘琪说:“每逢中秋节,我都会和家人一起赏月,在月光下听听中秋的故事!”杜文婧说:“我觉得中秋节是个特别浪漫的节日,从一轮圆月联想到团圆的寓意,真的很温馨。”提起这堂主题班会的意义,班主任李慧认为:“在传统文化里,中秋节被赋予了深厚的文化内涵和精神意义,希望通过这样的方式让学生体会传统文化与日常生活的紧密联系,参与到中秋节的各种活动中。”同时,身为语文教师,看到孩子们不仅认真准备,从多个角度了解中秋节,还通过赏析古诗词的方式,从古人的思乡之情延伸到自己对亲人的思念,李慧感慨:学生视角的节日内涵让我看到了中华优秀传统文化之真美、文化传承之必要、语文课堂之可爱。

该校德育工作处副主任杨杨回忆:“在我初为人父的第一个中秋,一家人团聚在一起,是让我觉得非常温馨、有意义的时刻,也让我更加懂得了父母的不易。”他认为,开展关于传统节日的主题活动是学校德育工作的重要内容,中华优秀传统文化是文化自信的坚实根基,希望同学们更好地传承和弘扬中华优秀传统文化,坚定理想信念,书写好青春篇章。

## 捧一卷传统文化之书—— 时光传承 文化浸润

本报记者 姜璐

吃月饼、吟诗歌,体验传统民俗活动……又是一年中秋至。

“中秋节是我国第一批列入国家级非物质文化遗产名录的节日,与春节、清明节、端午节并称为中国四大传统节日。中秋文化是我国古代天人合一思想在现实生活中的体现,中秋节的主旋律是对人间美好、团圆美满、人与自然和谐相处的期盼。”宁夏社科院古籍文献研究所所长张万静介绍,中秋不仅是一个传统节日,它所承载的文化内涵非常丰富,包括祭月拜月、庆祝丰收、馈送“团圆饼”、折婚嫁子嗣等。

月以寄思,以饼传情。中秋吃月饼的习俗由来已久,最早是什么时候出现的?张万静介绍,“月饼”一词最早出现

在宋人的文献中。宋代出现月饼以后,人们将它看作中秋节的最佳食物。在元明时期,月饼则成为亲朋好友中秋节前相互馈赠的礼品之一。月饼具体的制作方法因地区习俗差异而不完全相同。

在宁夏,各家各户有“烙月饼”的节日习俗。张万静说,这种自制大月饼类似于陕西关中和晋西北等地的锅盔,宁夏人制作的这种大月饼不包馅,每逢中秋佳节来临时,提前发面、起面,制作月饼坯子,并在月饼坯子上绘制白兔、圆月、吉祥花卉等图案,涂抹胡麻油后将月饼坯子放置在大锅内烤制,烤制好的大月饼外酥内沙、香甜可口。

“到了中秋之夜,宁夏人有拜月亮的风俗习惯,俗语称‘献月亮’,家家户户都

要在院落中央放一张桌子,摆上自家制作的大月饼和购买的五仁月饼等。”张万静介绍,“献月亮”时,人们还会放上苹果、葡萄、甜枣等水果,全家人坐在院落里赏月、祭月、拉家常。家中长辈会将月饼和水果各掐一点撒在院落,然后将月饼按家中的人口每人分一块。如有谁外出,也要为他留下一块,寓意全家和美、团圆圆满。

岁月流转,生活方式不断改变,但传统节日丰富的文化意蕴始终浸润人心。张万静认为,传统节日积淀了深厚的文化底蕴,我们要传承好传统节日习俗,深入体会其中蕴含的价值,在传统节日中增进文化自信,让传统节日不断焕发新光彩。

# 情满月圆 天涯共此时



碧落桂花姿  
清秋是素期  
一年逢好夜  
万里见明时

## 享邻里团圆之乐—— 月圆情浓 温馨你我

本报记者 贺紫瑞 文/图



社区志愿者上门看望独居老人(中)。

9月11日,银川市西夏区北京西路街道育林巷社区组织开展了一场“邻里亲 话中秋”活动,为辖区老人带来温馨的体验。

“老姐姐,快开门,我们给你送月饼来了。”下午3时,社区志愿者段生贵来到西夏区宁馨嘉园小区独居老人张和花家中,为老人送上中秋的祝福。

“又麻烦你跑了一趟,最近我和女儿还念叨咱们的好邻居呢!”说话间,张和花拉着段生贵的手进入家中。

张和花老人今年86岁,前段时间老伴去世。邻居邓琴知道后,第一时间上门陪伴张和花。“我年纪大了,加上前段时间不小心摔倒,走路不方便,已经很久没有在小区逛逛了,孩子们早就劝我们搬走,可我一直不愿意,因为这里的邻居好、环境好。”张和花说,邓琴每天都会打电话问她身体怎么样,要不要带她在小区逛逛。女儿工作忙,中午回不了家,邻居们担心她买菜做饭不方便,每次到了饭点,总会有人问她要不要帮忙去买菜。“楼上、楼下的邻居都知道我喜欢吃什么。”张和花说。

让张和花感到温暖的事还有很多。去年夏天,家里下水道堵了,不

会污水横流,邻居主动上门清理,让她牢牢记在心里。

“孟阿姨,打扫卫生的活儿您就放心交给我们吧。”孟阿姨是社区的独居老人,居住在平房区,由于腿脚不利索,日常生活很不方便。邻居们主动到她家,买菜、做饭,打扫卫生……像亲人一样照顾她。“远亲不如近邻,没有邻居们的关心和照顾,我真不知道该怎么过。”孟阿姨说。

舞蹈、义诊、理发……在育林巷社区活动中心2楼,伴随着悠扬的音乐,阿姨们翩翩起舞的场景,感染了75岁的空巢老人王俊英。“孩子不在身边,每逢佳节孤独感更强了,走出来和邻居们一起说说笑笑,特别开心。”王俊英看着节目高兴地说。在义诊区,荣世星座席张阿姨测完血压后告诉记者:“年龄大了,总喜欢和邻居们待在一起说说家常,看着社区工作人员准备的月饼,让我感觉很温暖。”

“邻里共度佳节,其乐融融,我们将继续把惠民生的事办实、暖民心的事办细、顺民意的事办好,不断提升辖区居民群众的幸福指数。”育林巷社区党委书记路红让说。

## 品中华文化之韵—— 天涯此时 千里婵娟

本报记者 陈瑶 杨嘉琪

“但愿人长久,千里共婵娟。”9月12日,聊起中秋节,宁夏医科大学留学生丹尼尔深情朗读了《水调歌头·明月几时有》。

丹尼尔从缅甸来到中国只有一年,中文还不是太流利,朗诵起这首词却字正腔圆。“之前参加活动时,这首词我很喜欢,练习了很多遍。”丹尼尔介绍,去年刚到中国时,他就在学校度过了难忘的第一个中秋节。那时,丹尼尔对于中秋节的习俗还不是很了解,只记得当天的学校食堂午餐正供应月饼。

如今,丹尼尔对中秋节有了更深的理解,特别是对“团圆”深有感触。“高中时,我就到其他城市学习了,来到中国后也还没有回过家,对于与家人团圆非常渴望。今年中秋节,虽不能与家人在一起,但是我想和学校的‘家人们’相聚在一起,共享月饼,共赏圆月。”丹尼尔说。

花生、红豆、黑芝麻……宁夏医科大学留学生陈娜来自斐济,2017年就来到中国,品尝过很多口味的月饼,陈娜也参与过多次中秋节文化体验活动。“为了促进我们对中华优秀传统文化的认知,感受中国传统节日的魅力,学校组织我们亲手制作月饼,这个体验太难忘了。”陈娜回忆,虽然揉面团和搓馅团都很粘手,但是在模具中定型后,

看着一枚枚饱含美好寓意的月饼成形,烤制出炉,品尝自己的劳动成果,别有一番滋味。在制作过程中,老师和同学还会帮助留学生介绍中秋节的文化内涵。“在实践中,深入理解了中秋节所蕴含的厚重文化和情感,也在交流中拉近了与中国朋友之间的距离,更能感受到一份跨越国界的团圆与友谊。”陈娜说。

来自巴基斯坦的留学生可可,来到中国已经7年多了,在陕西中医药大学读本科时,学校定制的印有学校名称的月饼给可可留下了深刻的印象,自此也爱上了吃月饼。来到宁夏医科大学上学后,可可发现学校周边有一家手工制作的五仁月饼很有特色:“月饼里有很多坚果,还有枸杞,我一下子就喜欢上了。”3年来,可可每周都去那家店买月饼,成了常客,“保温杯里泡枸杞”也成为可可的日常。“枸杞、八宝茶、羊肉我都很喜欢,以后回国,我一定要把宁夏的特色产品带回去,给家人、朋友尝一尝。”可可说。

在他看来,作为中国传统节日,中秋节如今已经“解锁”了更多节日新玩法,许多人都选择到不同地方去赏月、游园。“去年我去了成都旅行,今年中秋节、国庆节假期,我还想去更多的地方,追寻‘诗和远方’。”

