

中华优秀传统文化是我们最深厚的文化软实力,也是中国特色社会主义植根的文化沃土。每个国家和民族的历史传统、文化积淀、基本国情不同,其发展道路必然有着自己的特色。

——习近平总书记在中共中央政治局第十八次集体学习时的讲话(2014年10月13日)



平畴沃野点瓜豆 一根蚕丝融南北

□本报记者 高瑞峰

5月21日9点22分,夏季的第二个节气小满将如约而至。从小满这天开始,内蒙古和全国很多地方一样,正式开启夏日节奏。

初夏的小满,大地花朵朵朵,绿草茵茵,不同农时的作物在时序的交替中,下种、出苗、开花,丝毫没乱了节奏,稳稳地遵循着季节变化和自然规律。人们在这天地和谐的轮转中,生活、劳作、感恩、创造……

【一言】

因时而动 不负韶华

□苏永生

立夏刚过,小满又至。种瓜种豆,农民开始忙碌;天气转热,作物茁壮成长。世间铺满绿色,生活充满希望。节气轮回,气候变化,顺应自然规律,人们当因时而动,努力作为,方能不负韶华,积极生活。

农民辛勤劳作,遵循节气规律,整地、播种、施肥、浇水、锄草,用汗水浇灌希望的田野,用科学编织丰收的希望。人勤地不懒,科技促增收。农民不误农时、适时耕作、科学管理,付出的是心血和汗水,收获的是沉甸甸的果实。

夏季是农业生产的重要季节,也是其他行业生产的旺季。面对新冠肺炎疫情造成的影响,各行各业都要积极行动,在做好疫情防控的前提下组织生产,特别是受疫情影响严重的文旅、餐饮、住宿等产业,更要想法设法合理经营,走出困局。

夏季还是在校的各类毕业生奋力拼搏的季节。无论是小升初,还是中高考,对即将毕业的学生来说,都是一次全新的考验。特别是对于即将参加高考的考生,一定要积极应对逐渐转热的气候条件,合理饮食、合理作息、劳逸结合,加强体育锻炼,统筹做好课堂学习和课后复习、调适好心理,用最佳的精神状态迎接考试,力争取得好成绩。

天气转热,养生尤为必要。无论是从事农业生产的农民还是从事工业生产的工人,或者事业单位人员和公务员;无论是中小學生还是耄耋老人;无论是抗击新冠肺炎疫情,还是进行生产生活,有一个良好的身体是最重要的前提。掌握节气的规律,因时而动,合理养生,尤为必要。要均衡膳食、充足睡眠、适当运动、调整心态、多晒太阳、到大自然呼吸新鲜空气……自然是伟大的,然而人类更伟大,充满了崇高精神的人类活动,乃是伟大之中最伟大者。

只要我们向着目标,坚持不懈、努力奋斗,就一定收获精彩的人生。

夏季清新的空气让人耳目一新,夏季满眼的绿色让人心情舒畅,夏季炽热的阳光让人蓬勃向上。因时而动,不负韶华,让我们行动起来,张开双臂、拥抱生活,努力创造更加灿烂美好的明天!

小满之耕作:点瓜种豆 秋粮下种

“雨水开始增多,江河小得盈满”“小满小满,麦粒渐满”,这些民间俗语,形象地诠释了“小满”名称的由来。

在关于小满所有的民谣中,“点瓜种豆”最为人所熟知,它精准地说明了土地的耕作阶段。内蒙古四季分明,农时尤为重要,尤其小满期间的农事更是一件耽误不得。

“在土默川这一带,到了小满这个节气,农民要抢墒下种,靠前种或者靠后种,对农作物的生长都不利。”呼和浩特市新城区作家协会顾问高金贵说,夏粮作物特别讲究适节令下种,靠前种,尽管墒情好,但是地温较低,对出苗、出芽率有影响;靠后种,如果收割时赶上雨季,遇上连阴雨,不利于收割。大秋作物因土默川地区无霜期短,易遭霜冻灾害。

内蒙古河套地区作为塞北粮仓,小满期间的农事格外丰富多彩。

内蒙古作家协会会员李荣光退休前,长期在巴彦淖尔市生活和工作,他说:“河套平原的耕作分为夏田和秋田,像小麦、豌豆、扁豆等,是立秋前成熟并开始收割的,小满前后,开始种植秋天成熟并收获的作物,如葵花、玉米、高粱还有黄豆、黑豆、马铃薯等。声名远播的河套华莱士西瓜与河套大西瓜,也都是在小满前后陆续下种的。”

李荣光说,河套地区农业生产适用技术虽然早已普及,但是也没有打破千百年来农民遵循至今的“小满前后点瓜种豆”的自然规律,小满节气与适合当地生长的作物和这一时期农民的劳作,成为这一地区农耕文化一道独特的风景。



小满期间,呼和浩特地区的农民种植马铃薯。 □本报记者 马建基 摄

小满之饮食:野菜上桌 遍地粮仓

“春风吹,苦菜长,荒滩野地是粮仓”。小满三候中的初候,最爽的事就是吃苦菜。

5月的内蒙古,广袤原野草葱茏,遍地的野菜争先恐后地从地里长了出来,在一日胜似一日热风的吹拂下,娇嫩的茎叶分分秒秒都在茁壮成长。

“每年立夏后到小满期间,武川几乎家家户户的餐桌上必定少不了苦菜这道菜。苦菜具有清热、凉血、解毒的功能,而小满前后的苦菜是最好吃的,可以凉拌,也可以包包子等,它苦中带涩、涩中带甜,新鲜爽口,营养丰富。”高金贵说,苦菜适合在沙土地中生长,武川的土质正适合苦菜生长,因此,在内蒙古中西部地区,武川的苦菜最繁盛,品质也最好。

小满前后,内蒙古除了吃苦菜,在土默川、沿大青山一带,还盛产苜蓿,内蒙古东部地区也称它为哈拉海。

“头茬苜蓿最适宜入口,一二寸高,茎叶很嫩,和土豆、粉条炖菜吃,口感润滑、味道香。”高金贵说,苜蓿有毒,但是在热水中焯熟后再过一遍凉水,就可以去除毒性,主食搭配面食,吃起来舒服易消化,简直是绝配。除了苦菜、苜蓿等野菜,在赤峰地区,小满期间的艾草、荠菜等也是人们的盘中餐、舌尖味。

这些漫山遍野的夏日野菜,是大自然对人类最好的馈赠,从古至今丰富着人们的餐桌,滋养着人们的味蕾。



小满前后的苜蓿鲜嫩可口。 □本报记者 胡日查 摄

小满之文物:蚕丝织锦 南北共融

“麦穗初齐稚子娇,桑叶正肥蚕食饱”。在小满诸多的风俗习惯中,祈蚕节是流行于江浙一带的习俗,以祈求蚕这个“天物”的宽恕和养蚕有个好收成。

《清嘉录》中记载:“小满乍来,蚕妇煮茧,治车缂丝,昼夜操作。”从中可见,古时小满节气时,新蚕丝行将上市,丝市转旺在即,蚕农丝商无不满怀期望,等待着收获的日子快些到来。

其实,祈蚕节不只是南方的习俗,它也和北方息息相关。

在内蒙古这片深广辽阔、历史悠久的土地上,多年来出土了大量不同年代的绢、绮、绫、罗、织锦等丝织品服饰文物,其中不乏北朝的缣帛衣、辽代的绿色地缂金水波地摩羯纹缣帛、元代的四合花纳石失辮线袍、清代的龙袍等国家一级文物。

兼具中原与北方民族的文化特色。”内蒙古博物院文物保护中心处长张慧媛说,这充分证明,从古代开始,我国各民族就在政治、经济、文化等方面,有着深度的交往交流交融。

张慧媛说,辽代后期,为了满足上层社会对高档丝织品的需求,契丹开始大力发展纺织业。《辽史·地理志》记载,为了管理纺织作坊,朝廷在上京(即现在的巴林左旗林东镇南)、兴中府、锦州等地设置了缂锦院,管理锦工、织匠、锦绣等手工业。缂锦院高手云集,从南方过来的工人带来了中原地区最先进的纺织技术,生产出来的丝织品质量上乘,精美华贵,专供辽代皇室贵族享用,并且还作为国礼,在国与国之间的交往中起到重要作用。

“丝织品在北方发展的过程中,除了纹饰具有北方特色外,从汉代开始,丝织品中加入了金,到唐宋时,这项技术趋于成熟,到元代臻于完美,被称为织金锦。”张慧媛说,这是北方丝织品区别于南方丝织品的一大特点,元墓出土的四合花纳石失辮线袍就是一件极为珍贵的织金锦。



元代织金锦四合花纳石失辮线袍。(内蒙古博物院供图)

小满之养生:多晒太阳 避吃凉食

小满前后,天气下降地气上腾,天地之气相交,天气逐渐变热,雨水开始增多,植物开花结实,长势旺盛。

“随着气温的变化,立夏后,人会逐渐出现各种不适,比如厌食、犯懒、乏困、燥热等。”呼和浩特市中医大夫赵樟梵说,人的生理发育和自然是同步的,夏天养生应该以“热”为主,这些症状会逐步好转。

“植物要想华而实,孕育硕果,必须在夏天受

热才可以,否则成熟不了。”赵樟梵说,人在夏天也一样需要太阳,要多晒太阳多出汗。因为夏天人的毛孔是开放的,毛孔开放是为了让体内积攒的气或者污浊的东西排出去。如果整天待在空调房里吃冰淇淋,这些东西就出不来,虚邪贼风趁机窜进身体,从而导致关节炎、中风等这类夏天高发的疾病。

在食物上,赵樟梵说,要避免吃寒凉的食物。俗话说“冬吃萝卜夏吃姜”,夏天虽然感觉

热,但是,肚子摸上去却是凉的,所以,夏天要多喝热汤,吃热性的食物。

“海鲜是寒性的食物,很多人吃了会坏肚子。如果实在喜欢吃海鲜或者其他寒性的食物,就一定要加一些热性的配料。”赵樟梵说,比如芥末、生姜、黄酒等,可以平衡海鲜的寒性。

赵樟梵建议,平时,也可以把生姜、桂花、红枣、炙甘草、粳米、白芥子、红茶等,依个人口味搭配起来煮茶喝,这也是夏日很不错的养生方法。

【见证】

昭君墓:民族团结进步的历史印记

□吴潇

在呼和浩特市南端、大黑河南岸,有一座有着2000余年历史的高大墓堆,这就是驰名中外的昭君墓。

昭君墓,顾名思义,是中国古代四大美女之一王昭君的墓。

王昭君,名嫕,字昭君,湖北兴山县(汉时南郡姊归县)香溪畔宝坪村人,汉元帝时,17岁的她被选入宫。

当时,我国北方的游牧民族匈奴,对外冲突和战争不断,内部则是内江频繁,百姓在战乱中呻吟,苦不堪言。后匈奴首领呼韩邪单于三次入长安朝觐天子,表示愿称臣归附,初步扭转了双方多年来的敌对和战争局面。

公元前33年,单于入朝求亲,“愿媾汉氏以自请”。入宫数年不得见驾的昭君,“乃请掖廷令求行”。于是,王昭君出塞胡汉和亲。多年后,王昭君逝去,被葬于呼和浩特南郊(一说是衣冠冢)。

传说王昭君去世后,大漠南北的许多牧民怀揣一包黄土,骑着马来到大黑河畔,为昭君的墓堆添土,形成封土堆。这就是家喻户晓的昭君出塞的故事和昭君墓的由来。

如今,2000多年过去了,昭君墓早已成为昭君博物院。几经修缮扩建的昭君博物院,大门前迎面是一块表现昭君、呼韩邪单于伫倚情深和草原人民安居乐业的巨石浮雕。进门北行,首先见到的是董必武题写的“昭君自有千秋在,胡汉和亲识见高”诗句的石碑以及近500米长的神道和两旁12对石像;湖北省兴山县政府赠送的王昭君石雕像紧随其后;由乌克兰亲笔题写的“青冢”两个大字的三间四柱石牌坊后面,是高3.95米、重5吨的“和亲”铜像,昭君和呼韩邪单于并肩连臂亲切对视;后面就是因呈青黛色而被称为青冢的昭君墓。

拾级而上,墓顶是一约数十平方米的台,台上建一红柱青瓦的六角碑亭,亭内一块巨大的汉白玉石碑上,一面刻着衣袂飘飘的昭君全身像,另一面镌刻着“大德”二字。

2000多年来,人们不仅敬重王昭君自请出塞和亲,缓和了民族纷争;更感恩她带来了中原地区先进的生产技术、铁制工具、各类工匠和五谷籽种,在客观上推动了塞北地区经济发展。

据史书记载,在长达60多年里,“边城晏闭,牛羊布野,三世无犬吠之警,黎庶忘干戈之役”,出现了宁静、和平和繁荣的景象。

史书和民间故事中,都夸赞王昭君出塞后住在异域,能“穹庐、毡裘、被毡裘、食畜肉”,很快融入牧民生活之中。

王昭君在和呼韩邪单于的美满婚姻中,为单于诞下一子。三年后,老单于病逝,24岁的王昭君又遵从胡俗,复嫁单于,为其生育二女。

她辅佐单于学习汉制,举贤任能,明法度行善政,偃息战火,发展经济,边塞地区出现了“剑戟归田尽,牛羊绕塞多”的景象。她还向单于介绍内地种植树木、管理草地、育桑种麻、繁殖六畜的经验,向牧民妇女传授织布刺绣的工艺,把内地的先进文化和生产技术传播到广袤的塞外草原。十余年后,新单于病故。后三年,昭君亦病逝。

王昭君善良贤惠的人品,识大体明大义的智慧和超常的见识和才干,赢得了大漠南北牧民的信任、尊重和爱戴,促进了民族团结、经济发展和社会进步。

汉代以降,历代文人墨客留下众多歌颂王昭君和亲的诗文,有些还镶嵌在昭君墓的碑墙上。

40多年前,我区著名诗人、剧作家贾勒先生创作的《塞上昭君》戏本,真实而深刻地反映了这一主题,得到了大剧作家曹禺先生的高度评价和首都观众的好评。

2000多年里,王昭君一直都活在蒙汉人民的心中。虽然王昭君到底葬于何处至今仍未确定,但是,从分布在阴山南麓甚至远在山西、河南等地的十多处昭君墓遗址,就能明显感受到人民群众对昭君的敬重和热爱。而王昭君的故里湖北省兴山县,当地政府也拨款修建了昭君纪念馆。馆内塑有一尊高2.8米的昭君石像,其形象端庄淑静,飘逸秀慧。

昭君墓历来游客如织,络绎不绝。改革开放以来,昭君墓旧貌换新颜,更引来无数的国内外宾客。在昭君墓,他们或瞻仰昭君雕像,或在雕像前留影,或在墓顶碑亭眺望远方……无不为王昭君的人格和风范所感动。

从兴山昭君纪念馆到青城昭君墓,大江南北都在传唱着昭君出塞的动人故事,讴歌王昭君为民族交融、文化传播和边疆稳定作出的贡献。历史的共识是,王昭君是一位民族交融的和平使者,昭君墓是民族团结进步的历史印记。