

# 三月三话民俗

**■见习记者 刘净琦**  
今天是农历三月初三。“三月三”古称上巳节，是民间的传统节日。  
“上巳节起源于周代，原为农历三月初的第一个巳日，又称‘上巳日’。上巳节在二十四节气的清明和雨水之间，此时天气转暖，荠菜遍地开花，民谚有‘三月三，荠菜当灵丹’‘三春戴荠花，桃李羞繁华’‘戴了荠菜花，一年不头痛’的说法。”我市民俗研究者刘西森说，在民间，人们往往于三月初三赶会买菜籽、花籽和葫芦籽等种下，认为此日所种的瓜果蔬菜收成好。  
据唐朝房玄龄等人撰写的《晋书·礼志》记载：“汉仪季春上巳，官及百姓皆楔于东流水上……自魏但用三日，不以上也。”《梦梁录》卷二也记载：“三月三日

上巳之辰，曲水流觞故事，起于晋时。唐朝赐宴曲江，倾都骊饮踏青，亦是此意。”这两段文字记录了古代上巳日的盛况。  
“三月三”人们会到河边挖野菜，尤其是荠菜，用于包饺子、烙菜馍、摊煎饼等。家住临颍县城北街的刘秀华老人今年89岁，她告诉记者一种传统的荠菜吃法：将荠菜的谐音是“聚财”。为图吉利，每年“三月三”，人们会把新鲜荠菜洗净后捆扎成小束，放入鸡蛋，煮上一锅，全家人都要吃上一碗。老一辈人说，吃了荠菜煮蛋会有财运，而且荠菜清火，能防治头痛、头晕，预防春瘟。  
“‘三月三’不仅有吃野菜的习俗，还会插柳赏花、赶庙会，有舞龙舞狮等民俗活动。”家住舞阳县张庄村、今

年85岁的张建设说，过去“三月三”是可以与春节相提并论的节日。这天家家户户宰杀牲口，祭祀祖先。人们赶庙会、舞狮子、挑花篮、扭秧歌、踩高跷等，热闹非凡。许多人家选择在这一天举办婚礼，以讨吉利。  
“俗话说，‘三月三，生轩辕’。农历三月初三自古被认为是我国人文始祖黄帝的诞辰。每年三月初三，黄帝故里新郑市都会举行拜祖大典。而在河南淮阳，有‘三月三’纪念伏羲氏的说法。伏羲和其妹女娲抟土造人，中原一带尊称伏羲为‘人祖爷’。”刘西森告诉记者，淮阳是伏羲建都地，建有太昊陵古庙，每年农历二月初二到三月初三会举办热闹的太昊陵庙会。  
如今，“三月三”民俗已渐行渐远，但在一些农村，仍会以舞狮子、踩高跷等民俗活动来庆祝。

行拜祖大典。而在河南淮阳，有‘三月三’纪念伏羲氏的说法。伏羲和其妹女娲抟土造人，中原一带尊称伏羲为‘人祖爷’。”刘西森告诉记者，淮阳是伏羲建都地，建有太昊陵古庙，每年农历二月初二到三月初三会举办热闹的太昊陵庙会。  
如今，“三月三”民俗已渐行渐远，但在一些农村，仍会以舞狮子、踩高跷等民俗活动来庆祝。



# 创作歌曲 助力龙舟赛

**本报讯 (记者 尹晓玉)** 由漯河市政府主办、市体育局等单位承办的“2021漯河龙舟公开赛”将于4月30日开赛。近日我市多名音乐人为这项赛事创作了主题歌曲《沙澧竞舟》。“轻舟跃万里，追逐中国梦，沙澧四岸秀，春和景色明……”歌词道出了全市人民对龙舟运动的喜爱。  
4月10日，记者从市体育局获悉，4月30日至5月2日，漯河市龙舟公开赛将在沙澧河交汇处举办；今年下半年，2021年全国青少年龙舟锦标赛暨U系列赛也将在此地举行。近年来，我市通过多次举办龙舟赛，展示了龙舟运动深厚的文化内涵和独特的魅力，让越来越多的市民了解并喜欢上龙舟运动，也让龙舟赛成为漯河的一张名片。为更好地宣传龙舟赛事，今年3月，市体育局邀我市词曲家、词作爱好者宋清文为龙舟赛创作歌曲。  
“接到邀约后，我开始查资料、打腹稿，半个月后写好了第一稿，但总觉得不太满意，就开始修改。期间，我与市体育局负责人及多名音乐人进行了探讨，前后修改四次，确定了歌词的最终版本。之后，这首歌由周晓东、金占峰作曲，李鑫演唱，完成了录制。”宋清文说。  
“我们准备给这首歌录制MV，日后作为宣传片在我市的各大体育赛事上播放。”市体育局相关负责人说，希望这首歌能丰富我市的体育文化内涵，内聚城市精气神、外展城市形象。

# 邵金娜：讲好家乡故事 传播地方文化



邵金娜在抗战纪念馆为游客讲解。

**■文/图 本报记者 姚晓晓 见习记者 陈迪**  
带游客游览河上街古镇、体验民俗，声情并茂地讲解漯河抗战故事，担任义务讲解员讲述“英雄蔡庄”的红色革命历史……她姿态端庄，将漯河故事向游客娓娓道来。她就是神州鸟园的讲解员邵金娜。  
23岁的邵金娜是源汇区干河陈村人，大学毕业后回到家乡当上了讲解员。在“2020年河南省文化志愿服务乡村行——寻找村宝”活动中，她被评为省“百佳村宝”。  
邵金娜毕业于郑州的一所大学。2019

年，得知神州鸟园要招聘讲解员，她毫不犹豫地报了名。  
“我从小在干河陈村长大，想用自己微薄的力量，让更多的人了解我的家乡。”邵金娜说。她花大量的时间学习讲解员的相关知识；为了克服紧张情绪，她对着镜子练习、找同事练习，不知道练了多少遍，甚至连手怎么放、如何保持微笑、如何面对不同的观众等细节都经过仔细考虑。  
第一次带团的情形，邵金娜记忆犹新。“当时是接待一个辅导机构。为了讲解好，我使出了浑身解数，前期做了很多准备，生怕在游客面前出错。”邵金娜

说。  
邵金娜在工作中逐渐认识到，当一个合格的讲解员不能只会背解说词，还要让游客能够从自己的讲解中了解景区文化。要做到这一点，必须丰富自己的知识，增强文化底蕴。  
于是她利用业余时间阅读大量书籍，并从网上查找相关资料，同时向带团经验丰富的讲解员请教，不断拓展自己的知识面。  
讲解员工作很辛苦，休息时间少，几乎所有节假日都是在工作中度过的。不少讲解员因为辛苦而选择离开，邵金娜却把这项工作当作乐事。  
2020年初，突如其来的疫情让许多景区按下了“暂停键”。河上街景区开启了“云旅游”模式，邵金娜从讲解员变身网络主播，连续三期的线上直播吸引了不少游客。  
邵金娜在讲解时格外注意观察游客的情绪变化，认真揣摩游客的心理需求，面对不同的人群采用不同的讲解方式。  
一次在抗战纪念馆讲解时，邵金娜接待的团体是小学生，由于受众群体年龄小，当她按照以往的方式讲解时，无法吸引小学生的注意力。  
邵金娜赶紧调整了讲解方式，把严肃的讲解词变成孩子们喜欢的故事娓娓道来，并通过语气、语速、语调的变化，配合手势等肢体语言来增强感染力，小学生们立刻兴趣十足。  
经过两年多的打磨和历练，如今邵金娜已

经是一个成熟的讲解员。她用专业的知识、标准化的语言、优雅的姿态，接待来自全国各地不同年龄、不同职业的参观者。  
2020年11月，邵金娜应邀到源汇区大刘镇蔡庄村担任义务讲解员。蔡庄村是河南省知名红色革命老区，曾涌现出抗日英雄蔡永令等10余位革命先烈。  
“村里准备的有讲解词，但如果只是生硬地把讲解词念出来，并不能让大家真正了解蔡庄的红色文化。”邵金娜说。  
为了更真实、全面地为游客讲述当地的革命故事，邵金娜一有空闲时间就在家中练习，让家人指出问题、不断改正。她希望把“英雄蔡庄”的红色革命历史及脱贫攻坚史用游客听得懂、有触动的宣讲方式，更广泛地传播出去。  
几个月时间里，邵金娜多次到蔡庄村进行讲解。在讲解的过程中，她越来越了解蔡庄村，同时，每一次讲解也让她对自己的讲解员工作有了更深认识，她还把蔡庄村的红色文化用到园区的讲解中。  
对邵金娜来说，用心讲好家乡故事，让参观者感受到浓厚的历史与人文气息，是她一直努力在做的事。每当她看到参观者欣喜的面容，成就感油然而生，激励她在讲解工作中继续前行。



# 朗诵诗词 庆建党百年

**■本报记者 左素莉**  
又到春暖花开的时节，沙河之滨的牡丹园里牡丹争艳，春意盎然。4月10日，由中原诗书画联谊会主办的喜迎建党100周年朗诵诗会在漯河举行，爱心艺术团、铁东演艺团成员倾情参与。参演人员朗诵诗词、唱响红歌、展示书法，同庆建党100周年，吸引数百名游客观看，现场气氛热烈。  
中原诗书画联谊会名誉主席、省诗词学会会员朱庆华现场朗诵了自己创作的诗词《建党百年抒怀》。这首诗由联谊会名誉主席、中国书法家协会会员张金业写书法，在现场展示。  
联谊会其他成员也纷纷朗诵自己创作的诗词、展示书法作品，歌颂党、赞美祖国。  
市爱心艺术团、铁东演艺团成员献唱《在北京的金山上》《映山红》《十送红军》等歌曲，朗诵诗会在合唱《没有共产党就没有新中国》的歌声中落幕，激越嘹亮的歌声响彻牡丹园。  
中原诗书画联谊会是我市老年诗书画爱好者自发成立的民间文化团体，成立一年多来，多次举办联谊采风活动。

# 图片新闻



4月11日，市博物馆举办“黏土工坊——我动手捏文物”活动，60多名家长和孩子倾听讲解员介绍三星堆考古发掘的情况，并动手用黏土制作三星堆出土的青铜面具。 本报记者 尹晓玉 摄

# 东汉名士陈寔的故事

**■见习记者 李宜书**  
东汉名士陈寔(shí)是今长葛市古桥镇陈村人。他晚年隐居郟城新店，在这里留下许多故事，新店镇台王村附近有他的墓葬。可以说，他与漯河有深厚渊源。  
《后汉书·陈寔传》记载：“陈寔字仲弓，颍川许人也。出于单微。自为儿童，虽在戏弄，为等类所归。少作县吏，常给事厮役，后为都亭佐。而有志好学，坐立诵读。”意思是，陈寔虽出身寒微，但幼年时就为同龄孩子所拥护。陈寔年轻时做过县吏，后来又任职都亭佐。他志向高，又勤奋好学，整日诵读不辍。  
陈寔生于公元104年，卒于公元187年。据考，他的字是仲躬，《后汉书》误作仲弓。  
陈寔生活在朝政极为混乱的东汉后期，尤其是汉桓帝、汉灵帝时期，宦官势力日益强大，与朝中的士大夫和名士水火不容。  
我市知名剧作家余飞给记者讲了一个有趣的故事。第一次党锢之祸时，朝中许多正直的官员被诬陷结党营私，栽以“党人”罪名，逮捕下狱，但逮捕名单上没有陈寔。当时陈寔的官职是太丘令。为官廉洁、刚直不阿的陈寔听说逮捕名单上没有自己，很疑惑：“我陈寔疾恶如仇，是一个正直的官员，怎么不是党人了？”于是他主动去监狱自首。第一次党锢之祸结束后大赦天下，可是由于逮捕名单上没有陈寔，所以赦免名单上也没有他，直到70多岁陈寔才被放出来。  
此后，厌倦官场的陈寔在今郟城新店

台西村附近隐居，日出而作，日落而息，凿井而饮，耕田而食，过着自由自在的田园生活。陈寔受人尊重，在群众中声望极高，邻里有了纠纷都会请他来评判。他总是公平公正地向当事人剖析利害关系。只要是经陈寔出面调解的纠纷，双方都没有怨言，因此，《后汉书·陈寔传》有“宁为刑罚所加，不为陈君所短”的记载。  
元嘉二年(152年)，陈寔出任太丘(今河南永城)令。官儿虽不大，但影响非常大。陈寔理政多施仁爱，安民而不扰民。在他治理下，辖区内的老百姓很快过上了丰衣足食的日子。邻县的老百姓听说后，纷纷要求迁入太丘县境内生活。  
陈寔赴太丘上任时全家坐牛车，车上带有纺车等日常生活用具。家里的老牛生了小牛，他认为小牛是吃太丘当地的草料长大，将小牛上交官库。相传他还让夫人坐上牛车，带着纺车，劝农人耕织、勤劳持家。至今太丘还传颂着这样一首民谣：“汉史盛传陈寔公，牛车共挽带花弓。牛生一犊仍归库，雅化德风千古传。”  
陈寔诚实守信，言出必行，深深影响着他的儿孙们。《世说新语》中记载了这样一个故事。有一天，陈寔和朋友约定中午去办事，时过中午朋友不来，陈寔就不再等他，自己走了。朋友午后才来，质问陈寔的大儿子元方：陈寔为何不等我？元方义正词严地告诉他：你不守信用，父亲理应如此。  
后人作律诗《陈太丘与友期》赞曰：

“千金一诺重如山，万物初开诚为源。事有期须事事，言之无信莫言言。日中人去休瞋目，时过我来自愧颜。君看陈公化盗处，长留圭臬在人间。”  
陈寔有六个儿子，其中陈纪、陈谌颇有贤名，父子三人被称作“三君”；陈寔的孙子陈群后来成为曹魏的三朝元老。此外，陈寔还与颍川郡的名士钟皓、荀淑、韩韶并称为“颍川四长”。  
《世说新语》还记载了一件事。陈寔做大丘令时，有强盗杀死了一个财主，他带人前去追捕。半路上听说一个女人下孩子后抛弃了，他立即回头处理弃婴案。主簿指责他说，盗贼杀人的案件重大，应该先去查办。陈寔说：“盗杀财主，何如骨肉相残？”  
台西村流传着一个有趣的故事。有一年闹饥荒，许多人都没有饭吃，胆子大的人就上山当了强盗，胆子小的人晚上溜出去小偷小摸。一个月黑风高之夜，一个小偷偷潜入陈寔家，躲在房梁上。陈寔发现了小偷，但并不声张，而是起身穿好衣服，把儿孙全部叫来，训示他们：“以后你们一定要努力上进，不要走上歪门邪道，做‘梁上君子’。那些干坏事的人并非天生就是坏人，只是平时不学好，慢慢养成坏毛病，本来是正人君子，因为这些坏毛病变成了坏人。”躲在房梁上的小偷惭愧不已，跳下来跪在陈寔面前请罪。陈寔把他扶起来，鼓励他弃恶从善，并且送给他丝绸布匹。后人常以“陈寔遗盗”比喻义行善举，“梁上君子”也成了小偷的代名词。  
陈寔感化盗贼的故事传开后，当地再也没有发生过盗窃案件。关于这个故事，《后汉书·陈寔传》是这样记载的：“时岁荒民俭，有盗夜入其室，止于梁上。寔阴见，乃起自整拂，呼命子孙，正色训之曰：‘夫人不可不自勉。不善之人未必本恶，习以性成，遂至于此。梁上君子者是矣！’”  
清朝乾隆年间，新店人在距凌云台东南修建了一座“无梁亭”。“无梁亭”，顾



陈寔像。

名思义就是没有房梁，不但没有房梁，就连一根木料也没有，用的全部是砖瓦。当地群众说，“无梁亭”是为纪念陈寔恩赐盗贼的功德而建的。“无梁”意指梁上君子没有藏身之处，暗含“天下无贼”的太平盛世理想。有人写诗赞道：“凌云烟锁几经秋，文范先生在此留。窃竹穿民无病涉，投梁君子有恩酬。”  
灵帝中平四年(公元187年)，84岁的陈寔逝于家中，谥号文范。出殡那天，大将军何进派使者前来吊祭，哭悼者有3万余人，摩肩接踵，把路都堵了，场面浩大。  
资料显示，陈寔的墓地有两处。一处位于长葛市古桥乡苑店村东，一处位于王村东北(当地人称台西、台东为台王村)，在凌云台与九女冢之间。按照国人叶落归根的观念，这个墓家应为衣冠冢。据说此墓在“文革”中被当作“四旧”拆掉了。

# “度假村”还是“渡假村”

**■李华强**  
欲分辨“度假村”还是“渡假村”，关键要清楚“度”和“渡”的区别和联系。我们通过《说文解字》探寻二字的造字理据。  
《说文解字·又部》：“度，法制也。从又，庶省声。”“度”是形声字，“又”作形旁，表示标准、法度；省去“四点底”的“庶”作声旁，表示读音。为什么“又”表示标准、法度呢？现代楷书中的“又”多是古文字“手”的变形，“度”中的“又”即表示手。清代段玉裁在《说文解字注》“度”下注：“寸、尺、咫、寻、常、仞皆以人之体为法。寸法，人手之寸口；咫法，中妇人手长八寸；仞法，伸臂一寻，皆于手取法。故从又。”古代丈量长度多以人体为标尺，手是测量的重要参照物，所以“又(手)”表示标准、法度。“度”本义指计量长短的标准。引申指计量单位，如角度、温度；又引申指程度、限度、幅度等，还引申指法则、法度，《说文解字》所释的“法制”即是法度之义。事物达到一定的程度、限度或幅度，需要经历一个慢慢发展的过程，度又特指时段，如年度、季度、月度，

