

# 古代“卫生节”身心皆重要

## ——大同日报新媒体端午节专题策划记录

### 原创解读



本报记者 荆鑫

几张宽窄不一的彩色油纸来回折叠，折纸的过程像极了80、90后小时候折星星。与折纸星星不同，这些油纸被折成一个个小方块，再由小方块组合成菱形的符或马符（形似四蹄翻飞的小马）。每到端午前夕，大同街头便有商贩售卖这些五颜六色的符，家家户户要买符和艾草，当然更少不了红色剪纸大公鸡。以上几个独具大同特色的“民俗符号”在我国其他地方几乎没有，只在晋北地区流行。大同端午节的风俗就是要将这些“符号”贴于大门之上，寄予对这个节日的衷心祝福。



大同日报融媒微信公众号于6月2日端午节当日推出《知乎大同|门上贴马符和大公鸡了吗？知道啥意思不？》一文，为网友科普了大同人过端午节这些特殊风俗习惯的来源与含义。

### 【独一无二的端午符】

“符”一字多少带些道家的影子，不过经过上千年（唐代已有民间端午贴符风俗）的演变，符的宗教色彩已日渐淡薄，反而与地域文化相融，变成一种寄予当地人美好愿望的载体，比如在大同、朔州等地至今还在延续端午节贴符的习俗。大同本地有句老话“戴点符，有人扶；戴点艾，有人爱”。端午节，大同人不仅在门上贴剪纸大公鸡用来驱邪避毒，还要给男孩子衣服上挂小马一样的符。这种马符大约始于当地人对游牧民族自幼习武、擅于骑射的向往，毕竟彼时的云中处于边塞之地，老百姓希望自己的下一代如马儿般身手矫健；给女孩子戴艾草，是希望她将来有人疼爱，生活幸福美满。

《知乎大同|门上贴马符和大公鸡了吗？知道啥意思不？》在文中不仅介绍了大同地区流行哪些样式的符，还特别教大家如何去叠一只完整的方块符，网友可以自己动手，来一个定制版的端午符。



### 【早期的驱邪防疫节】

端午节，与春节、清明节、中秋节一起被称为我国的四大传统节日。流传下来的端午节习俗吃粽子、戴五彩绳、插艾、喝雄黄酒、赛龙舟等，始终围绕驱邪、养生保健这些核心。古代的端午节作为一年中祛病、驱邪、防疫的重要起点，看成是古代的“卫生节”也不为过，可以说这是个与每个人的健康都密切相关的节日。

世界卫生组织对健康的定义不仅包括

生理健康，也包括心理健康。从这一角度来看端午节的卫生习俗，其实也包括了“生理”和“心理”两个方面。吃粽子（补充营养）、划龙舟（强身健体）、喝雄黄酒（防虫灭菌）等关注的是身体健康；佩戴五彩绳、门上张贴大公鸡、悬挂艾草、背马符，就是通过这些满满仪式感和象征意义的风俗习惯来带给人精神上的慰藉。

吉祥顺遂的美好愿望古今皆然，蕴藏在端午节习俗里的这些积极向上的精神指引值得当代人传扬下去，为生活增添无限乐趣，为生命注入蓬勃动力。

### 本周上榜

#### 大同日报融媒·微信号



- 小摊位，大民生！大同城市“烟火气”有滋有味
- 必胜！必胜！必胜！
- “家门口”就业！大同这场招聘会“送”来2500余个岗位

#### 大同日报·头条号



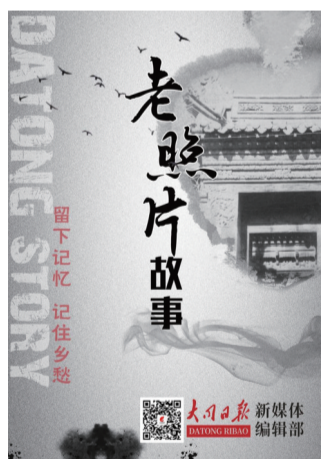
- 4650万元！大同市政府数字消费券来了！
- 有吃有玩有表演！下寺坡街夜市“点亮”夜经济
- 大同：城墙护城河开始补水
- 文瀛湖景区的这片花海也太美了

#### 大同日报·抖音号



- 精心勾勒古城“脉络”，大同古城基础设施建设正如火如荼
- 大同市部分景区，面向全国游客实行免门票优惠政策
- 我在大同古城等你
- 重磅！6月起，部分30万元以内乘用车购置税减半

### 【老照片故事】



#### 电影《戴手铐的旅客》曾在皇城街取景，你还记得？

郭文君家住在皇城街，准确说是住在聚宝巷十三号。皇城街是南北走向的正街，还有两个小巷子，一边是聚宝巷，一边是睿子巷。旧时的税务局就在两个巷子的中间。当年电影《戴手铐的旅客》曾在皇城街取景，虽然在电影里只是闪现了短短的几秒钟，也让他领略到了电影的艺术魅力。

### 【墨韵节气】



#### 芒种

《月令七十二候集解》：“五月节，谓有芒之种谷可稼种矣”。意指大麦、小麦等有芒作物种子已经成熟，抢收十分急迫。晚谷、黍、稷等夏播作物也正是播种最忙的季节，故称“芒种”。这个时节，在阳光的照耀下，麦芒如波浪摇摆，这是土地奉献的第一次收获。芒种也总是与高考、中考相伴，在炎热的气温下，青春少年正迎来人生的第一次考验。



### 【平城味道记忆】



#### 号称“小六国”的云中饭店里最出名的是这道菜…

当年大同有三家著名的饭店，云中饭店就是其中之一。有“小陆（六）国”之称的云中饭店（相当于当时北京的六国饭店），生意红火，声名远播，其鼎盛程度可见一斑。云中饭店的主打宴席是燕翅双烤席。招牌菜还有雪山猴头、金钱海参、清炒飞龙、余哈什蟆油等。光是菜名就足以让人“惊掉下巴”。

### 【飞鸟翔集】



#### 禽中有善口技者，拟虫鸣鸟啾，无不像哉

百灵、画眉、绣眼、点颊(ké)是我国四大名鸟，这四种著名观赏鸟有着很高的价值。本期的主角便是这四只本土“国货”中的点颊。红点颊也叫作红喉歌鸲(qú)，它与蓝喉歌鸲、蓝歌鸲称为“歌鸲三姐妹”，是中国名贵笼鸟。红喉歌鸲雄鸟羽色美丽，并善于鸣叫，一般在晨、昏至夜晚鸣叫，鸣声多韵婉转而细柔，美妙动听，十分悦耳。

