

# 武冈“屈原村”：传统民俗活动迎端午



周围 周楠 余春生 王宜欢

碧波白浪间，龙舟竞渡鼓声震天；车水马龙处，游人纷至沓来……临近端午，被誉为“端午源头”“龙舟故里”的湖南省汨罗市，节日氛围浓郁。当地传承千年的端午民俗，与现代科技、创意相融合，特色文创产品持续推出，受到市场热捧。

挂艾草是端午节习俗之一。眼下正是收获艾草的时节。将干艾草放入石磨打磨，反复多次后，艾草变成微微发黄、软绵绵的艾绒。艾绒更为精细、绵软，作为填充物制作成艾草香囊、枕头、鞋垫、坐垫、护膝等，触感细软，成形效果更好。

得益于汨罗江畔独特的自然环境，汨罗出产的艾草品质好、出绒率高，是加工艾制品的优质原材料。汨罗端午艾科技有限公司负责人徐琅说，企业探索将古法技艺与现代科技相结合，艾制品从粗加工产品走向便携化和精致化。“我们注重消费者的使用体验，选好面料，让艾制品更好地融入日常生活。”她说。

传承与创新融合，公司连续两年销售额突破100万元，在年轻人云集的网络直播间里，销售尤其火热。

相传，两千多年前，屈原自沉汨罗江，沿岸百姓闻讯后争相划船捞救，往水里扔粽子……龙舟竞渡、吃粽子、插艾叶菖蒲、饮雄黄酒等端午习俗在汨罗江畔流传千年，并通过新一代汨罗人的智慧，打造出一系列将传统文化与时尚特色融于一体的成果。

端午“盲盒”深受顾客青睐，不同口味的粽子等着被揭秘；绘有古风山水图的手挽袋内装有粽子，吃完了粽子，手挽袋还可以用来搭配古风衣物；一款由牛角粽、汨罗手绘地图、川山毛笔、艾草香囊等汨罗“周边”组成的礼盒尤其受热捧，顾客感慨“把整个汨罗文化带回了家”……湖南汨罗江食品有限公司的展厅里，融合“古风”“复古国潮”的端午文创产品琳琅满目。

公司董事长伏泽诚说，深挖汨罗的端午文化，将传承千年的民俗文化和年轻人喜爱的元素相结合，以他们的需求为导向，才能做出消费者喜爱的产品。

“我们做了充分的市场调查，决定将馅料内嵌型改为混合型，让粽子口感更加均匀；现代人对于健康更重视，同时为了满足更多客户的需求，我们进一步推广有助于人体消化的汨罗碱水粽，并推出剁椒、牛肉等更加丰富的口味。”伏泽诚说。

这些精心设计的伴手礼，承载着端午文化走向五湖四海。在当地，汨罗传统民俗文化吸引游客“走进来”。

在汨罗市屈子祠镇新义村，村民和游客参与一年一度的端午民俗活动。走进村里，设计感十足的独栋小楼环绕湖面，岸边的水生植物开着花，木质游步道上游人并肩而行。屋前院后，包粽子、涂雄黄、划龙舟、非遗展示等系列活动，吸引不少游客驻足观赏。

不远处的水面上，游客正在体验划龙舟，鼓点气势昂扬，木桨随着号子声整齐入水。船上的舵手和鼓手都是本村村民，长期以来，这对搭档分文不取，闲暇时间自愿带领游客体验龙舟，负责教学和保障安全。

“村里的环境越来越好，大家自觉维护。一到举行活动或者旅游旺季时，很多村民自发前来帮忙。”新义村村干部欧阳荣键介绍。

端午文化的独特魅力，在这里代代相传，创新向前。

## 汨罗江畔千年端午民俗的新传承



投壶祈福

记者 陈贻贵 通讯员 付勇

本报讯 又是一年端午时。6月21日，武冈市荆竹镇九塘村端午文化节暨夏季村晚在该村“门前十小”屈原文化广场举行。村民们在制香囊、包粽子、屈原诗词诵读等多种民俗文化体验中追忆爱国先贤，弘扬屈原精神。

千年之前，屈原第二次流放时，从溱浦行吟至九塘村赧水河畔，与江上渔父相逢，留下“举世皆浊唯我独清”的千古绝唱。壮丽诗篇在岁月的流转中超脱为不朽的风骨，成为九塘村乡村振兴的底色基因。

整个活动围绕“迎端午、忆屈原、话廉洁”主题进行，纪念屈原、突出屈原高尚情操与廉洁思想。在文艺汇演开始之前，有村民全体参与的投壶、自制香囊、包粽子比赛等民俗活动。文艺汇演中除了歌舞表演，还有屈原诗词诵读、民谣弹唱、民乐演奏等特色节目，还穿插了有奖竞答，同吃“廉”心粽、吃“廉”字空饼、九塘村吉祥物“粽小九”钥匙扣、帆布包、贴纸等创意文创产品发布与赠送活动。活动内容丰富多彩，趣味盎然，集互动体验、娱乐欣赏于一体，全部由本村村民自编自演，村民们欢聚一团，其乐融融，意犹未尽。

九塘村自古以来就有“世外桃源”之称，曾先后命名屈原村、屈原大队，曾是资江航道上来往客商集散休息地。该村现有屈原文化广场、庙遗址、屈原井、渔父亭、乌龟石、屈原渡、李氏宗祠、心庵堂、燕子岩、白米石、双凤山等乡村旅游资源。接下来，荆竹镇九塘村将整合武冈市纪委“清廉文化长廊”和武冈市文旅广体局乡村旅游建设等资源，重点围绕屈原核心文化IP的打造，进一步推进乡村振兴，建设产业兴旺、生态宜居、乡风文明、治理有效、生活富裕的新九塘。



集柔美与力量于一身的瑜伽表演。 陈贻贵 摄

## 百余人齐练瑜伽

## 共庆国际瑜伽日

记者 陈贻贵 通讯员 张曦

本报讯 6月23日，由邵阳市全民健身服务中心主办，邵阳市瑜伽协会承办的瑜伽漫生活文化节暨第九届国际瑜伽日全民健身推广指导活动在市体育中心体育馆举行。百余名瑜伽爱好者在专业瑜伽老师的带领下共练瑜伽，展示瑜伽魅力，庆祝第九个国际瑜伽日。

随着人们生活水平的提高，追求健康已经成为共识。在改变不良习惯的同时，越来越多的人开始走进瑜伽馆，利用运动增强体质、调整心态。2014年，联合国将每年的6月21日设立为“国际瑜伽日”。

活动现场，随着舒缓的音乐响起，四位瑜伽老师带来了音疗呼吸冥想、午睡瑜伽、经典练

习、极致平衡、瑜伽唱诵等瑜伽课程，带领瑜伽爱好者们静坐冥想，优雅地伸展曼妙的身姿，在调息中舒展筋骨，排除杂念，帮助放松静心。瑜伽爱好者们肢体的柔韧性、表演的感染力，集柔美与力量于一身的精彩表演，令人领略到瑜伽带来的灵动与静美。举办此次活动旨在为邵阳市民传播“一人健康，全家幸福”的运动生活方式理念，让大家亲身参与、亲身体验，亲身感受运动所带来的身心健康、愉悦，同时借此推动我市瑜伽行业、从业者良性发展瑜伽健身运动。

瑜伽爱好者易佳表示，瑜伽不仅可以帮助他们塑造出健康完美的形体，也可以培养出他们专注、冷静的处事态度。本次活动为他们提供了一个面对面互动与交流的平台，让更多的人认识瑜伽、喜爱瑜伽，加入到瑜伽健身的队伍。