



英歌舞跳出潮汕“年味担当”

本报记者 于灵歌

伴随着快促而有韵律的节奏,英歌舞者迈出欢腾的步伐,舞槌上下翻飞,在空中划出一道道优美的弧线,槌声阵阵,锣鼓喧天,豪迈之气破阵而出……

今年春节期间,英歌舞再次“火出了圈”,成为广东潮汕地区的“年味担当”。这种集戏剧、舞蹈、武术于一体的艺术形式,流行于汕头、揭阳、潮州等地,2006年被列入第一批国家级非物质文化遗产代表作名录。在申遗成功后的首个春节,英歌舞、大锣鼓等潮汕非遗元素不仅在中央广播电视台2025年春节联欢晚会的节目中亮相,也吸引了大批游客来到潮汕地区现场感受“潮年味”。

英歌舞豪迈奔放,舞龙舞狮灵动威武,

大锣鼓激昂震撼……1月31日,大年初三,巡游队伍由南向北在潮州市牌坊街表演,慕名前来看观英歌舞的游客早已将牌坊街围得水泄不通。庞大的表演队伍在牌坊街一路巡游,不时停下来定点表演,高潮迭起,为观众送上最热闹的新春祝福,赢得现场游客阵阵喝彩。

“第一次来潮州,感受这边不一样的年俗,大锣鼓在耳边响起,实在是太震撼了!”来自浙江杭州的凌先生一家三口挤在观演游客前排,现场看到巡游十分兴奋。由于英歌舞表演“没看过瘾”,他还带着4岁的孩子前往府城英歌舞体验馆,让孩子现场体验学习英歌舞。

19岁的孙奕城来自潮州市潮安区彩塘镇,他举着约2米高的标旗,走在巡游的英歌舞最前面。人高马大的他,脸上画着“李逵”的妆面,更增添了几分威武。

“我一直想学英歌舞,但因为课业紧张没

有机会。看到春节有巡游活动便报名了,村里还组织我们进行了短期培训。”孙奕城说,“这是我第二次参加表演,为整个队伍打头阵,大家第一眼就能看到我!”他告诉记者,一起参加英歌舞表演的大多是同龄的小伙伴,大家都对英歌舞很感兴趣,也愿意花更多的时间了解和学习家乡的传统文化。

巡游队伍的前排,几位身穿潮绣元素传统服饰的姑娘格外惹眼。她们手持“潮州府”标旗缓缓行进,端庄大气的妆容,精致的发型配合亲切的笑容,成为一道靓丽的风景线,吸引不少游客拍照、合影。

参与巡游表演的谢湘莉告诉记者,她们来自公益团体“潮人之家雅姿娘团”,团员由来自潮汕各地的形象气质佳的女生组成,大家都是志愿参与巡游活动。“这次我们挑选了有潮绣元素的衣服,这是我们为宣传潮汕非

遗、城市文旅、家乡文化出一分力,展现潮汕女孩的风采。”谢湘莉说。

除了文化巡游,在古城内各景点,当地还精心策划了铁枝木偶等定点展演、非遗体验、集章打卡等各式各样的文旅活动。漫步古城,游客们在此欣赏古城美景,品尝地道的潮州美食,感受独特的民俗文化。

在潮州滨江长廊、古城墙、牌坊街等景点,“府楼猴”雕塑格外抢眼——这是潮州文旅为当地打造的文化IP。它们有的扮成英歌舞的角色,有的与当地工夫茶元素相结合,形态各异,向游客宣传潮州文化,吸引了不少游客拍照留念。此外,系列府楼猴打卡装置、“府猴到坊”文创集市、“府猴迎春”街头艺人音乐会……各类活动不仅营造了浓浓的节日氛围,也更贴合年轻人的审美兴趣,让年味变得更新更“潮”。

太行古村“喜”事多

本报记者 安彦璟 窦菲涛

“炎帝故里,大美高平,迎四海贵宾;太行人家,喜镇苏庄,敬八方亲朋……”1月30日大年初二16时,在山西晋城高平的喜镇苏庄景区,乐手们身着中式传统迎亲礼服,向游客们展演上党八音会迎宾礼,鼓声阵阵,唢呐声起,现场热闹非凡。

喜镇苏庄是中国历史文化名村、中国传统村落,现存24处明清古院落,庙观堂楼鳞次栉比,古院街巷旧貌犹存,建有婚俗博物馆、传统银饰博物馆、上党梆子戏曲展厅等。

作为国家级非物质文化遗产代表性项目,上党八音会是流传于山西晋城的一种传统民间音乐形式,主要使用鼓、锣、钹、

笙、箫、笛、管等8种乐器,故名八音会。“上党八音会演奏热烈奔放、高亢嘹亮,常用在庙会、节庆、婚丧嫁娶等场合。”唢呐演奏者乔伟国告诉记者。

乔伟国的父亲就是一名上党八音会演奏者,在他的影响下,乔伟国从小就喜爱唢呐,5岁时开始学习吹唢呐。如今,喜镇苏庄常年有上党八音会的表演,中式婚礼的每一个环节都有上党八音会的伴乐。“看到这么多游客喜爱上党八音会,我自己也很高兴!”乔伟国说。

进入喜镇苏庄,一座座庭院古朴典雅,抬眼望去,红灯笼、红对联、红楹联、红绸带,处处见喜。在一处阁楼上,一位身着凤冠霞帔的女子拿着红色绣球,正在挑选如意郎君;阁楼下,热情的游客争抢抛下的绣球……

抛绣球、出阁礼、十里红妆、正婚礼、传统

婚礼巡游表演,让游客们沉浸式全程体验中式婚礼的魅力。走进婚俗博物馆,栩栩如生的山西省非物质文化遗产“古法泥塑”,再现了中式婚礼的温馨瞬间;纳采之始,问名之仪,纳吉之喜,纳征之诺,请期之定,亲迎之欢,直至拜堂成亲、洞房花烛……

“这里年味足,有很多非遗、民俗活动,特别适合准备结婚的情侣。”来自山西长治的游客郝云姝和男朋友逛完喜镇苏庄后告诉记者,“中式婚礼很美也很有文化底蕴,我以后婚礼打算办中式。”

夜幕降临,随着“亮灯”声音响起,景区的花灯瞬间点亮,广场上人潮涌动,舞狮上下翻腾,冲天的烟火在夜空中绚烂璀璨。篝火燃起熊熊火焰,点燃新年的希望,游客们和表演者手拉手围成一圈,随着音乐尽情起舞。

作为高平第三届炎帝灯会亮灯仪式主会场,喜镇苏庄以喜文化为主题,推出大型婚俗文化灯组:“囍冠启祥”门楼灯组造型如同凤冠,“囍”字花灯依次沿街点缀,炫彩华丽;“灯映仙缘”灯组取材自民间爱情故事《白蛇传》,用鲜艳的色彩呈现了许仙和白素贞结婚喝交杯酒的温馨瞬间;“人生四喜”灯组则再现了久旱逢甘露、他乡遇故知、洞房花烛夜、金榜题名时等故事。

“喜镇苏庄的传统婚俗挺有名气的,炎帝灯会规模非常宏大还是免费的,今年特意带家人过来感受一下传统年味。”游客吉先生来自河南郑州,这是他第二次来喜镇苏庄游玩。

“今年春节期间,除了‘喜’事民俗展演活动,我们还安排了传统花灯、上党梆子戏曲、剪纸艺术等非遗文化活动,让游客们在观民俗、赏花灯、看大戏、品美食中感受浓厚的年味。”高平市国投文旅产业发展有限公司副经理赵伟介绍,春节期间景区有将近200名工作人员坚守岗位,截至2月1日,景区已经接待游客14.8万名。

越韵绕梁迎春来

春节前后,是浙江绍兴大大小小的越剧团一年中最繁忙的时节。在城市的各大景区,游客能欣赏到特色越剧片段表演;剧场里,新春越剧专场上演着观众喜闻乐见的经典剧目;各色迎春庙会上,越剧和其他曲艺成为烘托气氛的最佳文化载体;古戏台上,民间越剧爱好者自发集结,吹拉弹唱不亦乐乎。

越剧源于浙江绍兴,兴于上海,以柔美婉转的唱腔、细腻的表演和丰富的剧目闻名。代表作包括《梁山伯与祝英台》《红楼梦》《西厢记》等。2006年,越剧被列入第一批国家级非物质文化遗产名录。近年来,越剧的保护和传承得到了各级政府的重视,这一充满江南特色的戏曲正焕发着青春活力。

图为在绍兴市越城区,演员在“绍兴古城过大年”活动上表演越剧《何文秀》选段。

新华社记者 翁忻旸 摄



节后综合征不用怕 专家支招来调整

新华社北京2月6日电 (记者顾天成)随着春节假期结束,许多人开始重返工作岗位,然而,不少人感到精神不振,甚至出现胃胀、胃痛等消化系统不适。这种在长假结束后重新投入工作所表现出的身心不适,可能是“节后综合征”。医学专家提示,节后综合征并非疾病,可以通过心理放松、合理膳食、充足睡眠、适当运动来调节,从而加速恢复良好状态。

(上接第1版)

“节后综合征通常表现为精神不振、注意力不集中、工作效率低下等。”北京大学人民医院消化内科主任陈宁说,这些症状源于假期生活与日常工作间的巨大反差,导致身体和心理难以迅速适应。此外,假期中频繁摄入油腻、辛辣、生冷等食物,容易引发消化不良,出现胃胀、胃痛、反酸等症状。作息不规律、熬夜等行为也会扰乱消化系统的正常运作,导致胃酸分

泌异常,进一步加重消化负担。

如何应对节后综合征?专家建议,轻微的节后综合征可以通过自我调整来缓解。包括调整作息,确保每天按时起床、睡觉,让身体逐渐适应新的作息规律;注意饮食调理,多吃清淡易消化的食物,如蔬菜、水果、粗粮等,避免油腻、辛辣等刺激性食物,让肠胃逐渐恢复到正常状态。

陈宁表示,节后饮食可每餐吃到七八分

饱,有助于维持消化系统的正常运作。吃东西时要充分咀嚼食物,让其变得更细碎,从而减轻消化系统负担,让身体更好地吸收营养。同时,每天要保证足够水分摄入,多喝水消化系统才能更加顺畅。

根据中国疾控中心发布的节后综合征健康科普,适量运动对重新平衡生理和心理状态也必不可少。可以选择适合自己的运动方式,如慢跑、游泳、球类运动等,让身心都得到放松和愉悦。应正确认识“节后综合征”,不必过分焦虑或担忧。可以设定一些小目标,如每天完成一定量的工作任务,逐渐找回工作状态,多与同事、朋友交流,分享彼此的感受,共同面对工作挑战。

专业能力和敬业精神令人敬佩。”李煌说。1997年,机电工程师王永贵来到六盘山隧道养护站(原六盘山隧道管理处),面对机电设备老旧和专业技术落后等困难,他坚持每天从隧道西口步行至东口,认真细致地检查每一处机电设施,做到防患于未然。“他从来不觉得自己是老同志,学习新技术、抢修故障时都冲在最前面。可每当春节休假时,他却连续好几年把机器给别人,自己守着隧道过年。”

这样的故事在养护站还有很多。近30年来,尽管养护站人员不断更迭,养护站多年积淀的优良作风和宝贵精神财富却得到了传承。

在养护站二楼和三楼的办公区域,挂满整整两面墙的各种荣誉牌匾印证着养护站的不凡业绩。多年来,六盘山隧道养护站先后被交通运输部评为“全国交通运输系统先进

集体”,被宁夏回族自治区总工会授予“工人先锋号”,荣获第二届全国最美公路人(团队)、“自治区春运工作先进集体”、“最美交通人物先进集体”等40多项荣誉。

“这些都是代代公路人用心血和汗水铺筑的结果。”指着一块块牌匾,贾宝国自豪地说。近些年来,养护站在关心职工方面下了大力气,供暖设备老旧,职工上下班通勤难题都得到了解决,团队的凝聚力、战斗力得到进一步增强。

距离养护站不远处的山巅,坐落着六盘山红军长征纪念馆。贾宝国说,养护站职工

多年来来自觉地弘扬“长征精神”作为己任,始终秉持着“心在路上、路在心上”的理念,“每个人都在努力让甘当路石、无私奉献成为‘守隧人’最好的精神标识”。

“王永贵师傅在这里干了整整27年,他的震动等声音混合而成的噪音震耳欲聋,烟尘也十分刺鼻。

柱号为1910+300米点位附近,年轻的机电员李煌和同事站在4米高的升降臂上处理照明灯故障。10多分钟后,故障处理完毕。收起升降机,收回锥形桶,撤离作业区,隧道内交通迅速恢复。

“在隧道里工作说话要大声喊,时间长一些,冻得受不了不说,鼻子里还有黑灰。”李煌笑了笑对记者说,这条长度为2385米的隧道是自己主要的工作场所。自打2022年来到养护站工作,孤守偏僻大山的现实和工作的辛苦一度让他感到迷茫。但如今,李煌已经能积极乐观面对工作,他坦言,这种变化源自老师傅们对自己的影响。

“王永贵师傅在这里干了整整27年,他的

铁路春运返程客流保持高位运行

本报北京2月6日电 (记者刘静)记者从中国国家铁路集团有限公司(以下简称“国铁集团”)获悉,2月6日全国铁路预计发送旅客1500万人次,计划加开旅客列车1894列。2月5日,全国铁路发送旅客1663.3万人次,运输安全平稳有序。

节后铁路春运返程客流保持高位运行,从铁路12306车票预售情况来看,今日热门出发城市主要有成都、广州、北京、武汉、重庆、郑州、西安、上海、长沙、杭州;热门到达城市主要有北京、广州、上海、深圳、成都、杭州、武汉、西安、重庆、郑州;南宁至广州、武汉至广州、武汉至深圳、沈阳至北京、武汉至上海、哈尔滨至北京、重庆至广州、西安至成都、郑州至北京、郑州至上海等区间客流较为集中。从余票情况来看,2月6日至9日,上海往返南京、苏州、杭州、深圳往返香港,广州往返深圳、珠海,北京往返天津等区间余票充足。

各地铁路部门科学合理安排运力,持续提升服务品质,为旅客提供更加美好的春运出行体验。哈尔滨局集团公司在哈尔滨、亚布力之间安排开行动车组列车51列、普速列车18列,开行亚冬会赛区“点对点”专线列车,采取专区候车、专用线路、专人引导等方式引导候乘,为即将开幕的第九届亚洲冬季运动会提供有力运输保障。南昌局集团公司武夷山北、南平市等车站主动对接地方交通部门,增开前往武夷山景区的有轨电车和公交专线,为游客新春踏青提供便利。广州局集团公司加开旅客列车630列,其中夜间高铁351列,并对1306列动车组列车实行重联运行。

习近平会见泰国总理佩通坦

(上接第1版)

佩通坦表示,很高兴在“泰中友谊金色50年”之际访华。50年来,泰中关系经历风雨,始终守望相助、共同发展,始终相互信任、尊重彼此核心利益,建立了特殊的友好合作关系。泰方坚定奉行一个中国政策,期待同中方一道,加强高层交往,密切互联互通、经贸、农业等领域合作,促进人文交流、民心相通,开启共享和平、共同繁荣的下一个50年,造福子孙后代。泰方愿同中方和其他邻国加强执法合作,采取坚决有效措施,打击网赌电诈等跨境犯罪。中国在国际事务中始终发挥负责任大国作用,坚定维护发展中国家利益,泰方愿同中方加强协调配合,共同应对全球性挑战。

王毅参加会见。

“企业感受”写入上海优化营商环境8.0版方案

(上接第1版)

从2024年夏天开始,上海市政府办公厅联合38家市级部门和管委会,历时近半年,对企业在政策申兑中所遭遇的痛点难点逐一会诊、集中攻坚,力求双向打通“政策找企业”“企业找政策”的通道。此次出台的8.0版方案,强调惠企政策要“说白话”,力求“短小精悍、通俗易懂、直奔主题”,让企业无需“猜谜”,让政策真正活起来。

记者注意到,今年的8.0版方案,还首次将“夯实营商环境基础”作为独立部分写入文件,这标志着上海的营商环境建设正加速迈向“社会共治”阶段。

在上海营商环境建设不断升级迭代的过程中,上海各区也直面企业需求和群众呼声,聚焦更细分的营商环境,形成更具区域特色的“打法”。首个工作日里,嘉定、松江等区陆续出台各自的8.0版行动方案,为企业鼓劲、纾困、解难。

交易额增长超九成!“China Travel”邂逅中国年

(上接第1版)

服务升级,消费支付不“见外”——

在栈桥喂海鸥、乘游船看海景、在“非遗大集”上看花灯、喝青岛啤酒……今年春节期间,不少外国游客来青岛过大年,青岛入境游订单量同比增长108%。

“不用换现金,用韩国本地的电子钱包就能在青岛街头体验好吃好玩的。”在中山路打卡的韩国游客朴惠珍直言支付太方便。

近年来,便利外籍华人支付的措施密集出台,不断重塑入境消费场景:一方面推动“外卡内绑”,境外银行卡可绑定支付宝、微信支付在国内商户消费;另一方面支持“外包内用”,越来越多境外电子钱包可在国内使用。

记者了解到,目前支付宝支持“外包内用”的境外钱包已达13个,来自菲律宾、泰国、新加坡等10个国家和地区。

政策“破壁”、服务升级。各方不断打通移动支付的堵点:提高境外银行卡绑卡效率,优化身份验证安排,提高移动支付单笔交易限额和年累计交易限额……为适应外国人的现金支付习惯,全国近7万家银行网点、近5000家外币兑换设施、近32万台自动取款机可供兑换人民币服务。

消费高涨、“圈粉”中国年货——

在前门大街选购茶叶,在杨梅竹斜街买兔儿爷,在各大购物中心选购国产潮牌衣服……不少北京的门店反映,春节期间,外国消费者较去年春节明显增加。

来自微信支付和支付宝的数据印证了外国游客“买买买”的热情:春节期间,入境游客通过微信支付消费笔数较去年春节假期增长134%。假期前五天,入境游客用支付宝消费金额比去年春节假期增长1.5倍。

中国年正在成为“世界年”。从东方传统佳节之美,到乐享消费支付不“见外”,开放的中国,让世界越来越爱!

(据新华社北京2月6日电)



列车线路检修忙

春节过后,铁路迎来返程客流高峰,列车对线路的磨损加大,中国铁路南昌局赣州工务段及时组织人员对赣州火车站“咽喉地带”的道岔设备进行全面检查。

本报通讯员 陈有长 摄