

“地标挂春联 长沙开门红”——2025长沙春联征集大赛揭晓

楹联佳作

将挂上长沙地标

宋以先驅廣之後繼時務精神渴業中

潮掀百載律動三春人文氣息湘江畔

长沙晚报1月23日讯(全媒体记者 宁莎鸥)“格高,味厚,意新,辞达,律合。”由长沙市文旅广电局和长沙晚报社共同主办“地标挂春联 长沙开门红”——2025长沙春联征集大赛揭晓,中国楹联学会副会长、湖南省楹联家协会主席、本次大赛评委会主任鲁晓川介绍,本次大赛征集时间仅仅12天,但征集到的作品数量既多,质量更高,可见文化名城长沙的征联大赛得到了全国对联高手的广泛关注。

这些征集的春联,究竟好在哪里?且看鲁晓川先生的点评。

拓展三春景,好赶平安时代车

一等奖作品之一是题潮宗街的联曰:潮掀百載,律动三春,人文气息湘江畔;宗以先驅,廉之后繼,时务精神渴业中。潮宗街位于湘江东岸长沙城中心地带,街中人文荟萃,清末军机大臣瞿鸿禨宅第位于此街,人称“瞿相府”。1914年湘雅医学专门学校在这里创办。1920年湘雅医学专门学校迁走后,其校舍曾为毛泽东创办的文化书社的社址。这副一等奖作品中,上联不但以“潮掀百載”“人文气息湘江畔”刻画出街区的地理特点和文化底蕴,更以“律动三春”巧妙地融入新春元素,表现新时代长沙的无限活力。

下联更是借古铸今,让人吟味不尽。联中的“时务精神”,让人自然联想到时务学堂——近代湖南最早的新式学堂。1897年11月,时务学堂在潮宗街开学,学堂开设化学、物理、数学、几何、军事、英语等课程,几乎就是一所大学架构。首批4000多人报考,录取40人,录取率仅1%。毛泽东曾评价:“时务以短促的寿命,却养成了若干勇敢有为的青年。”对联中“宗以先驅,廉之后繼”让人抚今追昔,热血沸腾;结句更从时务学堂为代表的湖南先贤前赴后继的实践中概括出“时务精神”,更以“渴业中”表现此种精神生生不息,在湖湘乃至中华大地发扬光大的蓬勃气象,给人以强烈共鸣。

获得一等奖的另一作品是题浏阳门的:绕开九道弯,直通幸福浏阳站;拓展三春景,好赶平安时代车。

此作胜在立意新颖,构思精巧。浏阳门为长沙古城东门之一,因为浏阳在长沙的东边,古时从浏阳到长沙,过了这道门就到长沙的中心城区了。原浏阳门外护城河上有便桥,名浏城桥。清末修筑粤汉铁路即由此通过。作品大概即由此生发灵感而成——绕开“浏阳河九道弯”,由此“拓展三春景”“直通幸福”“好赶平安时代车”,让人回望历史沧桑之余,更感受新时代长沙的幸福美好。

把山光水色,收进亭间

二等奖作品之一是题中山亭的:春坐中军帐,将博爱公心,传于天下;城铺大美篇,把山光水色,收进亭间。

全联分别将“春”“城”拟人化,使作品活力倍增。二等奖作品中,题白果园的一副也颇有韵味:德种潇湘,兆瑞呈祥,枝头白果缀成福;客游巷陌,乘春逐梦,足下青云登上天。

此作特别可喜的是,联句之间气脉贯通,浑成不隔。二等奖中还有一副题文庙坪的:有古相承,门溢春风儒且雅;与时俱进,文昭学子栋和梁。

此联恰当运用“春风”“栋梁”等鲜明意象,既突出了此地作为长沙人文渊藪的特色,更表现了新时代长沙弘文树德的使命担当。获三等奖的作品中,有一副题天心阁的短联:福有来源连地脉;春无止境透天心。

此联“天心”对“地脉”,“无止境”对“有来源”可称天然切对,工巧非常。还有一副题杜甫江阁的:檐燕岸花,留客星城,少陵妙笔满湘景;云帆锦缆,御风丝路,大道

公心天地春。

此联融入杜甫的名诗名句表现长沙的自然人文魅力和时代精神。

除了上述对联,组委会还特邀一位联家题写了一副题长沙晚报社的作品:

深挖文脉,赓续弦歌,为山水洲城作记;报效人民,长怀天下,与星辰日月同春。

上联“山水洲城”紧扣长沙特色,更以“深挖文脉,赓续弦歌”表现长沙晚报的文化坚守,以“为山水洲城作记”表现文化担当,可谓摘藻焕彩,入联见韵。下联则以喜迎新春的律动,激越“报效人民,长怀天下”的情怀,更是掷地有声,催人奋进。

春节,于2024年12月4日通过评审列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。鲁晓川说,为迎接第一个“世界非遗版”春节,为与万千市民共同分享新春喜悦,本次大赛,深入挖掘和阐发中华优秀传统文化的时代价值,使中华优秀传统文化成为涵养社会主义核心价值观的重要源泉,同时,展现长沙在中华优秀传统文化传承方面的新作为、新担当,为网红长沙增添更多文化内涵。养社会主义核心价值观的重要源泉,同时,展现长沙在中华优秀传统文化传承方面的新作为、新担当,为网红长沙增添更多文化内涵。

长博舞龙表演大秀技艺,八字舞龙、穿腾跳跃、组图造型等令人叹为观止

舞龙舞出红火中国年

长沙晚报1月23日讯(全媒体记者 任波)23日正值长沙小年时节,长沙博物馆精心筹备了舞龙巡游表演,表演中,该条巡游的舞龙舞出福气寿桃等造型引来全场喝彩。据悉,这是长博精心筹备的乙巳新春特色活动之一,以此彰显中华优秀传统文化的独特魅力。

据了解,此次舞龙表演邀请的是浏阳市大瑶镇的强盛龙狮功夫团,该团擅长突出“龙”的艺术效果,表演者跟随音乐鼓点的节奏,通过人体运动和姿势变化,完成八字舞龙、穿腾跳跃、组图造型等极富观赏性技术动作。这与长沙传统舞龙善于“组字呈画”的文献记载相吻合。民国胡朴安的《中华风俗志》记载,长沙舞龙善于组图呈字,长沙舞龙不但会组出“天下太平”等吉祥字,更可艺术性呈现“麒麟送子”等图案。此次舞龙队员全系女舞龙手。

记者在现场看到,为迎接即将到来的春节,长博中庭区特别搭设有唐风市集,里间以唐代民间学堂建筑为背景,复原出古唐书院场景;外间还原集市场景,分为灯谜、摊位、酒肆等片区,侧墙以大

平春市图为背景,描绘新春市集欢快热闹场景。

24日,长博还将有一场“灵蛇游唐市”新春集市,邀请书画、陶器、插花、手作、面包、咖啡在内的六个摊位,摊主将身着唐制汉服为观众展示蛇生肖相关的文化产品,并与观众进行互动。观众可领取一张集市打卡单,前往各个摊位自助答题打卡,在对应选项上完成盖章。集齐6个摊位印章后可返回打卡台核对答案,答案正确即可领取奖品一份。此外,长博艺术长廊内还开启有“灵蛇献瑞——乙巳蛇年新春生肖文物大联展”,展出80余块生肖文物图片,展现早期人类动物崇拜及生肖文化演变,揭示传统文化中蛇的多元形象与吉祥寓意,彰显人与自然和谐共生理念。

2025年春节假期,长沙博物馆于1月28日至30日(除夕、正月初一至初二)三天闭馆,1月31日至2月5日(正月初三至初八)正常对外开放,2月6日(正月初九)闭馆一天,2月7日起恢复正常开放。

长沙晚报全媒体记者 邹麟 实习生 苏昱 摄影报道



1月23日下午,长沙市博物馆开启小年集市,现场舞龙舞出福气寿桃。长沙晚报全媒体记者 邹麟 实习生 苏昱 摄影报道

三湘名医在线

健康

责编/杨云龙 美编/何朝霞 校对/符卓棠

孩子一放假就“变了样”?专家教你读懂孩子的心

构建和谐家庭环境,了解孩子行为背后的心理需要

长沙晚报全媒体记者 岳霞 通讯员 杨文

放假了,高二女生小林(化名)天天宅在家里,房门紧闭,只有吃饭的时候才短暂露面,每天过得非常沉闷、担心不已的小林父母经过多次沟通无果后,最终决定带她去医院寻求专业帮助。湖南省第二人民医院(湖南省脑科医院)儿少心理科主任、主任医师周亚男接诊了他们。

“这孩子放假在家天天晚上不睡觉,就在那玩手机,白天都快到中午了才起床。房间乱得像猪窝,东西到处都是。我一提醒她,她就发脾气,还说烦死了,有一次竟然把桌上的东西全推到地上。真是没见过这么暴躁的脾气,现在跟她说话都得小心翼翼的,亲子关系紧张得很。”小林妈妈在诊室跟周亚男控诉着孩子的行为。这些变化不仅影响了小林的生活习惯,也加剧了亲子间的紧张关系。

寒假期间孩子行为变化的背后有这些原因

周亚男介绍,像小林这样的情况,在寒假期间前来咨询的父母和孩子明显增多。寒假是一个特殊的时期,孩子有了更多自由支配的时间,但也因此容易出现行为上的偏差。家长普遍反映,孩子的行为在假期变了样——沉迷手机、作息不规律以及亲子冲突频发。

“这些情况都不是父母希望看到的,父母就会很焦虑地唠叨孩子,孩子就会与父母发生冲突。父母觉得这是一个明显的不安信号,因此带孩子过来就诊。”周亚男分析,寒假期间亲子关系

容易出现问题的主要原因包括:父母和孩子相处时间变长,父母、孩子各自对假期安排的理解不同,父母可能说教增加,缺乏有效的沟通。

“例如,家长希望在寒假期间提高孩子的学习成绩,让孩子参加各种补习班,而孩子更期待有趣的活动和自由时间;在寒假期间,孩子可能会养成一些不良的生活习惯,如作息紊乱、沉迷电子产品等。当孩子的表现和行为无法满足家长的期待时,亲子矛盾会进一步激化。”周亚男表示。

家长要解读好孩子行为背后的心理需要

作为心理治疗师,周亚男给家长最多的建议是首先从孩子的表现上去解读他们背后的心理需要。

“对大部分健康的孩子来说,寒假期间,赖床、晚上睡得晚、玩手机的时间变长,是因为他们有放松的需要,学业对他们来讲不再是那么重要的部分。因此,寒假期间的放纵行为,大多是放松的心理需要的表现。”周亚男认为,适当放松心情需要应该得到满足,所谓“文武之道,一张一弛”,放松也是一种蓄能。

但是,如果放松过度,就应该引起家长警觉。例如,过度沉迷手机可能反映出孩子感到无聊,或是缺乏与外界的有效沟通和亲密的人际关系。家长应当设法创造更多机会让孩子参与社交活动,鼓励他们与朋友面对面交流,或者参加兴趣小组和社区活动,以此增强孩子的社交技能和建立更紧密的人际关系。

此外,孩子总是熬夜,可能不仅是习惯问题,也可能反映孩子内心的冲突比较大,冲突

会在夜间变得更加剧烈,导致失眠。这时,家长应该引导孩子将内心的冲突向外表达,并进行妥善处理。有的孩子与父母发生了争吵,晚上就睡不着,家长应该好好跟孩子谈争吵的前因后果,引导孩子把憋在心的话说出来,并承诺以后争吵时寻找更妥善的处理方式。

“当孩子把自己锁在房间,不与外界沟通,这可能是孩子通过与外界隔绝的方式避免消耗,是非常彻底的休息。此时,家长要去思考孩子为什么这么做,是否存在外界压力或人际关系的问题。”周亚男建议家长,一定要冷静仔细分析孩子行为背后的真正原因,若感到无力应对,可以拨打长沙市青少年心理咨询热线,也可以前往湖南省第二人民医院(湖南省脑科医院)儿少心理科寻求专业指导。值得注意的是,该科室还开设了父母门诊,专门为家长提供支持和培训,帮助他们更好地理解孩子的心理需求,学习有效的沟通技巧,以及如何建立和谐的家庭环境。



漫画/何朝霞

构建和谐家庭环境,做个情绪稳定的聪明家长

家长好心提醒却被孩子认为是“唠叨”,这可能反映了亲子沟通不对等、缺乏理解和共鸣;家长可能过于关注孩子的缺点,忽视了孩子的需求和感受,孩子则可能觉得家长不理解自己,只关心学习成绩。

为了改善这种情况,家长首先要保持自身情绪的稳定性。面对孩子的问题时,如果家长无法有效地管理自己的情绪,容易发脾气或采取过激的言行,会让孩子感到害怕和不安,进一步加剧亲子关系的紧张。因此,家长的情绪稳定是涵容、理解和支持孩子的前提。

重要的是,家长要学会倾听和尊重孩子的感受。沟通时,放下手中的事情,全神贯注地聆听孩子的话语,并对孩子的话进行真诚而恰当回应;尽量使用简单易懂的语言,避免啰嗦和重复,点到即止的教育方式更能抓住孩子的注意力;了解孩子的喜好,增加与孩子之间的共同话题;站在孩子的角度看待问题,理解他们的需求和发展特点;发现并肯定孩子的优点和进步,给予及时而真诚的赞美和鼓励。

针对寒假期间孩子使用电子产品的问题,周亚男建议家长科学引导,根据孩子的年龄和实际情况,与孩子协商制定合理的使用时间,

“比如,制定每天使用电子产品的总时长以及单次使用时长。明确使用场合,禁止在餐桌上、写作业时、睡觉前等时间段使用电子产品。”周亚男表示,当规定时间到达时,若孩子主动停止使用电子产品,家长应给予积极的肯定和鼓励。若孩子未能主动停止使用电子产品,家长需以温和而坚定的态度提醒,如“时间到了,请把手机交给我”,语言应简洁明了。对于孩子提出的额外使用时间请求,可在合理范围内适当灵活处理,但需确保这一调整在家长可接受的范围内。

更重要的是,家长可以和孩子商量,定期一起做增强亲子互动的活动,如运动、手工制作、户外游戏、益智游戏等,增强孩子的体验感,并讨论内容的意义和收获。家长以身作则,树立榜样,不过度使用手机,在家中设定“无屏幕时间”,如晚餐时间或亲子阅读时间,专注于彼此的交流或共同活动。

通过以上措施,家长不仅可以减少与孩子的冲突,还能促进孩子的心理健康和个人成长,帮助他们度过一个既充实又快乐的假期。

“寒假季,护健康”系列报道之四

春节临近,人员流动大幅增加,长沙疾控提醒:

做好防护,健康过节

长沙晚报1月23日讯(全媒体记者 杨云龙 通讯员 孙坤)冬春季是流感、支原体肺炎等呼吸道传染病的高发季节。春节临近,长沙市疾控中心温馨提示市民:科学防疫,健康过节!近期,呼吸道感染性疾病进入高发时期。国家卫生健康委1月12日召开新闻发布会介绍,全国发热门诊、急诊患者数量呈现一定程度的上升趋势,但总体低于去年同期水平,未出现医疗资源明显紧张的情况。

“根据全省二级及以上医疗机构的呼吸道疾病监测数据,冬季呼吸道感染性疾病相比去年同期,下降了50%左右。”1月15日,湖南省卫生健康委透露,并讨论内容的意义和收获。家长以身作则,树立榜样,不过度使用手机,在家中设定“无屏幕时间”,如晚餐时间或亲子阅读时间,专注于彼此的交流或共同活动。

长沙市与全国、全省监测情况类似。当前,我市已进入呼吸道感染病高发季节,流感流行毒株以甲型H1N1为主;人偏肺病毒、腺病毒、鼻病毒等病原体在监测病例中也可检出;新冠病毒、肺炎支原体等目前处于低水平。随着春节临近,不少市民计划外出旅行、探亲访友,人员流动大幅增加,

长沙市疾控中心提醒市民注意以下几个方面:

做好防护,健康出行:外出旅行、探亲访友前,提前了解目的地传染病流行情况,做好防护准备。旅行途中,乘坐公共交通工具或前往环境相对密闭、人群密集的公共场所时,科学佩戴口罩。

积极接种疫苗:接种疫苗是预防流感最经济、最有效的方法。当前,流感流行毒株与疫苗株匹配性良好,建议市民积极接种疫苗以尽早提供保护。老年人、慢性基础病患者等人群,还应接种新型冠状病毒疫苗、肺炎球菌疫苗等。

勤洗手、常通风:经常洗手,特别是接触呼吸道分泌物后(如打喷嚏用手遮挡后)、饭前便后、外出回家后,使用洗手液等清洁剂在流动水下规范洗手。在做好保暖的前提下,每日开窗通风2至3次,每次通风不少于30分钟。

做好健康监测:如果出现发热、咳嗽或者咽痛等流感样症状时,尽量居家休息,避免前往人群密集的公共场所,症状加重应及时就医。

保持健康生活方式:规律作息、保证充足睡眠,合理膳食、均衡营养,适当锻炼,增强体质。此外,也要注意不喝生水,选用卫生合格的饮用水或喝开水;食物加工制作,要生熟分开,煮熟煮透。