

# 文明祭祀,快乐踏青 清明小长假来建德寻找春天

童凌

万物生长此时,皆清洁而明净,故谓之清明。清明节在仲春与暮春之交,固定在公历的每年4月4日至4月6日之间,又叫踏青节,也叫祭祖节,虽然各地习俗不尽相同,但扫墓祭祖、踏青郊游是基本主题。

## 寒食过,祭扫各纷然

清明已至,又到了扫墓祭拜的高峰日,虽然早在几年前全市便明令禁止带明火进墓区、进山区、进林区,但依旧有部分市民遵循传统旧俗,点香烛、燃放鞭炮、烧纸钱等祭祀用品,虽说“清明时节雨纷纷”,但稍有不慎也会变成“清明时节火纷纷”。

根据《浙江省森林消防条例》规定:烧香、烧纸、燃放鞭炮、烤火、野炊、吸烟等野外用火的,处二百元以上三千元以下的罚款。其实祭祀不外乎是为了感恩先辈、缅怀逝者,除了传统祭祀,尚有许多别的纪念方式。

近年来,网络祭扫也成了离家游子的重要寄思方式。和传统祭拜一样,祭祀者可发讣告、选墓地、建纪念馆,还可以在网上献花、上香、点烛,并选择“鲜花”“水果”等祭祀供品。仿真墓地和3D墓地效果逼真,还能撰写寄语表达对故人的思念,更能营造文明祭祀的良好社会氛围。

目前网络上已经有许多成熟的祭祀网站,如中国祭祀网、祭祀网、纪念祭祀网等都是寄哀思的好去处,一条条、一段段真挚感人的寄语传递了人间真情,表达了生者对逝者深深的怀念。

不喜网络祭扫的,也可选择带上鲜花,带上扫帚,给先人献一束花、敬一杯酒、植一棵树、忆一段往事,再将墓地清扫干净,这都是追思先人的一种方式。

## 春日游,杏花吹满头

清明虽是扫墓祭祖的日子,也是踏青郊游的时节。踏青,古时也叫行青、探春、寻春等,古人在春季里都有踏青游乐的习俗,人们聚亲约友,承大好春光到郊外游玩,然后围坐野宴,抵暮而归。踏青之俗早在汉代已经形成,到了唐代更为盛行。

虽然我们的清明假期较短,但踏青寻春,



何须远足?在美如画卷的建德,每一处都是景。十里绿道汉风毅行,赏樱、品茶、听琴,走着走着,一不小心就跨越了千年。

梅城古街、寿昌古镇、新叶古村,碧水如镜,游人如织。盛况空前的民俗大典,令人仿佛置身另一个时空。

换上轻衣,唤上友人,带上酒食,席地围坐,学古人慢悠悠地享受春日暖阳,或感受那清明时节的细雨迷蒙;若雨势不减,便去到航空小镇,穿梭在一辆辆绿皮火车中,抚摸时光深处的沉默。

这个假期,一天雨两天晴,总的来说,天气不错。快换上春装,一起去野外踏青吧!

# 封建道场几时休?“隆丧厚葬”的旧习俗应摒弃

自实施殡葬改革以来,广大群众逐渐接受了火葬这一文明殡葬方式,殡葬改革迈出了坚实的一步。但是,我国传统文化中厚葬的思想依旧根深蒂固,传统殡葬中的一些陋习并未消亡。目前,建德仍有部分群众迷信厚葬,大操大办。

## 丧属:花钱又受罪

办一场丧事到底要多少时间,要花多少钱?钱到底花在什么地方?带着这些问题,我们来到了建德的一些乡镇。

大同镇某丧属介绍,其父亲一场丧事前耗8天,花费了8万余元。这8天中付给领头的头首红包共计2000元、风水先生660元、道场3500元、白事店里冰棺租用和香烛纸钱等共计13000元(其中冰棺租金800元)、修建坟墓8000元,香烟累计9000余元。平时每天5桌酒席,每桌300元的标准,最后一天20桌酒席,平均每桌1500元,如果折合亲戚朋友送来的菜和纸钱,一场丧事至少花费9万元。丧属表示,钱花掉不算,关键是人受罪,白天操劳,晚上守夜,根本无法正常休息。

随后,我们又走访了20多位丧属,了解到丧事办理短则7天,长的有11天,办丧期间总开销基本维持在日均万元左右,而且无一例外都做了道场。

虽然大部分受访丧属都认为做道场是一件既花钱又活受罪的事情,但为何自家还要做?李家镇某丧属回答很有代表性:“家家户户都做道场,唯独我家不做,不但没面子,还会被亲戚和邻居说闲话,说这家儿孙真不孝

顺。”

## 薄葬节财亦是孝

既然本想丧事简办,为何最终又选择隆丧厚葬?我们直接联系了从事道场行业的人员。

寿昌镇某道士道出了实情:“表面上是丧属来找我们,其实绝大多数是头首介绍的。头首主动上门推销出大殡服务,再把活介绍给我们,从中收取‘电话费’,介绍一场活收300元红包,最差也是一条烟,并且还要好吃好喝的招待着。”李家镇某道士则表示:“我不是真的道士,只是帮忙吹吹打打,就是挣点功夫钱。给头首的‘电话费’这是真的,你不给

人家就不给你介绍生意啊,钱谁出?那肯定算在丧户头上啊。”

李家镇某村公益性墓地设施齐全,但丧属却听信“村公墓位置不好,场面太小,不如自己建坟墓”,从墓材商店花费5000余元自购墓料在自留山上建设超标准墓穴。

航头镇几位群众也表示,现在的白事和红事几乎没区别,石屏方向现在都流行两餐正席,最后倒掉的菜比吃掉的还多,真是浪费。

尊老爱老,厚养薄葬。长辈在世时多尽孝道,老人逝去时,从俭办丧。以简单又有意义的方式办理丧事,共同营造优美的生活居住环境,建德的明天才会更加和谐、文明、美好。

童凌

## 中药通心络干预颈动脉斑块循证研究取得进展

近日,由中国工程院院士、山东大学齐鲁医院教授张运领衔的关于中药通心络干预颈动脉斑块的循证医学研究取得进展。该研究称,应用通心络治疗可有效缩小斑块体积,降低斑块破裂风险,从而降低发生心梗、脑梗的风险,减少“心血管事件”。

据介绍,斑块的形不成不仅易造成血管堵塞,从而引发心绞痛、心肌缺血等,更严重的是如果斑块发生破裂,形成血栓随血液游走,堵住心血管就会引发冠心病、心梗,堵住脑血管就会造成脑梗塞。

该研究以18个省内筛选出的1212例颈动脉粥样硬化斑块患者为研究对象,在临床常规治疗的基础上加用通心络胶囊,观测用药2年后双侧颈动脉内

中膜厚度、斑块面积和血管重构指数等指标的变化。研究显示,通心络胶囊能减小颈动脉内中膜厚度、斑块面积和血管重构指数,表明通心络胶囊能够缩小血管内的易损斑块。

世界中医药学会联合会创会副主席兼秘书长李振吉表示,该研究用证据和国际公认的评价方法证实中医药通心络能够延缓动脉粥样硬化,研究成果为开展中医药循证医学研究和促进中医药国际传播提供了范例。

据悉,该研究以山东大学齐鲁医院为组长单位,联合了中国医学科学院阜外医院等35家国内综合性三甲医院。研究成果于日前在中国介入心脏病学大会上公布,其论文发表在国际权威科技期刊《自然》子刊《科学报告》上。