

文化漫谈

春节的来历

□彭薇

随着春节申遗成功，人类非遗再添中国文化瑰宝。春节是最隆重且热闹的团圆节日，在国人心中有无可比拟的地位。然而，春节以前不叫春节，甚至差点被废除……这些关于春节的冷知识，你知道吗？

甲骨文中的“年”字，是人背禾的形象，通常用来指收成。《说文解字》中也称：“年，谷熟也。”禾谷一年一熟的生长周期，让人们深切认识到“年”的节律和周期。

过年最早的起源是原始的丰收祭祀。每当农作物丰收，人们便举行盛大的庆祝活动，敬神灵以表达敬意与感激，祈求来年的再次丰收。在那时，“年”成为人们最向往的日子。《诗经》就描述了先秦时期周人已有岁时的雏形：“九月肃霜，十月涤场。朋酒斯飧，曰杀羔羊”，人们会在丰收后酿酒宰羊，欢聚一堂。

俗话说，“百节年为首”“四季春为先”，春节最初来自岁首的概念，反映了自然时空的新旧交换。

自汉武帝颁布太初历之后，以建寅月为岁首，而岁首之月为历法的基本点，被称为“正”，所以夏历中的建

寅月，就是我们说的正月。无论此后历代历法怎样修正，正月初一为岁首的传统始终不变，延续至今。

其实，正月初一在古代并不叫春节，而叫元旦。直至民国，正月初一被定名为“春节”，并沿用至今。在古代，并无“春节”一词，而“正月初一”常用元旦、元朔、元日、新年、新正等词代指，体现了万象更新。

四大名著里的春节叫法各不同。比如，《三国演义》《水浒传》里的春节都叫元旦，《红楼梦》里称春节为年，而《西游记》中则称春节为元日。

从汉武帝时期开始，夏历(农历)正月第一天被定为岁首。宋代吴自牧《梦粱录》中说：“正月朔日，谓之元旦，俗呼为新年。一岁节序，此为首。”可见，中国农历将朔日定为每月的第一天。也就是说，早在宋代，中国人就将正月初一称为“元旦”，视为新年第一天。“元”是开始的意思，“旦”的意思是早晨。

在历史上，春节差一点被废除。1912年，南京临时政府大力推广公历新年，倡议把公历的1月1日定为民国新年。当时社会剧变，破旧立新等

思潮涌动，一些知识分子认为春节里一些如祭神、燃放烟花、送年礼等特有活动是糟粕，应该禁止。

当时的政府和知识精英一心追求以西方文明为标准的现代性，在他们眼中，本土传统文化从根本上阻碍着社会进步和民智开启，是需要被批判和清除的对象。1928年，激进的民国政府决心“废除旧历，普用国历”，推进破旧立新的社会再造。然而，传统的力量根深蒂固，尤其是春节这样的民俗，事关中国人根本的精神认同，是不可能被完全废止的。于是，老百姓的春节照过不误，查禁一两年后，当局也只好睁只眼闭只眼。

直到1934年，南京国民政府停止强制废除阴历，并且宣布：对于旧历年关和民间习俗，不宜过于干涉。于是，民众又可以名正言顺地过年了。到今天，农历春节和公历元旦都被正式纳入国家公共节假日体系。

一年如果出现两次春节，会是怎样的景象？历史上还真有过。上一次一年当中出现两次春节的年份是1640年(明崇祯十三年)，至今384

年。

出现两次春节的原因，其实与农历闰月有关。按照公历计算，大月31天，小月30天，而农历大月是30天，小月只有29天。所以农历一年会比公历一年要短10天左右，有时就会出现闰月。农历闰月多出现在三、四、五、六这几个月份，而出现在一月，就会出现两次春节。

历法学家推断，从现在至8000年只会出现6次闰正月。下一个“闰正月”将出现在238年后的2262年。

世界上除了中国，有近20个国家和地区都过春节，并将春节定为法定节假日。比如，韩国、朝鲜、越南、马来西亚、新加坡、印尼、毛里求斯、缅甸、文莱等。随着海外华人的增多，以及海外传播范围的日趋扩大，春节已成为世界普遍接受、认同和欣赏的中华文化符号。

新加坡华人家家户户在春节期间都会写春联、贴福字、买年货。越南华人过春节，都会挂上红灯笼和彩旗，贴上寓意吉祥的对联和年画，当地春节最具特色的民俗是吃年糕、糯米饼和年夜饭。(摘自《解放日报》)

健康之友

甩不掉的“累”可能是慢疲

□宋颖

慢性疲劳综合征(CFS)是指没有器质性病变，反复发作的，以极度疲劳为主的一种综合征。患者往往出现无力、疲劳、睡眠质量差、认知功能下降及一系列的躯体症状，比如反复咽喉炎、肌肉痛、头痛、关节痛、抑郁、焦虑等为特征。

这并非一种无关紧要的病症，若不引起重视，及时休息调整，那么“小问题”可能会引发健康大麻烦，对我们的身心健康甚至生命安全造成威胁。疲劳不仅是过劳死的直接原因，还是许多疾病的始作俑者，小到感冒，大到癌症，都可能因为疲劳而发生。

在我国，慢疲这种疾病多发生于一线城市，大部分患者年龄在40到60岁之间，女性比男性更常见，脑力劳动者高于体力劳动者。它的主要特征就是持续时间较长的疲劳感，让人感到身心俱疲，无论你怎么休息，这种疲劳感始终如影随形，难以甩掉。

现在生活节奏快，很多人的工作压力大，经常加班熬夜，持续工作很长时间没休息等都会让人感到累，患上慢性疲劳综合征。不少人的累也与不良生活方式有关，比如随意服用药物，饮食不规律、不健康，节食减肥导致身体摄入热量过少，经常吸烟、不运动。此外，患有感染性疾病、肠胃不好、癌症导致的营养不良、免疫力低下、心态消极等因素，都可能引发慢性疲劳综合征。

那么，该如何区分普通的“累”和病态的“累”呢？普通的累是偶尔出现

的疲劳感，就像加班或者熬夜后，通过停下来休息或睡一觉就能恢复到原来的状态，并且这种情况对生活影响不大。而病态的累是只做了少量的活动，身体便出现了疲惫感，通过正常休息，仍然无法缓解。

我们可以通过下面的小测试来揪出慢疲：

- 1.你是否出现记忆力减退、注意力不集中等症候？
- 2.你是否经常感到肌肉酸痛？
- 3.你是否出现不伴有红肿的关节疼痛？
- 4.你是否出现睡眠障碍，睡眠后精力也不能恢复？
- 5.你是否出现新发头痛？
- 6.你是否有淋巴结肿大的症状？
- 7.你是否经常感到咽部不适，如喉咙疼痛或干燥？
- 8.你是否经常感到体力或脑力劳动后连续24小时身体不适？

排除其他疾病的情况下疲劳持续6个月及以上，如果上述测试中你回答“是”的问题超过4个，则可能已经患上慢性疲劳综合征。

慢性疲劳综合征是自限性疾病，许多人能在两周内靠自身免疫力不用治疗而康复，在此期间，患者需要劳逸结合，避免过度劳累和压力，保持良好的作息习惯和饮食习惯，进行适度的体育锻炼，保证充足的休息和高质量的睡眠，多晒晒太阳。如果通过自我调整，状态没有改善，建议及时去医院寻求针对性的治疗。

(摘自《北京青年报》)

科技新知

静电真有不同颜色吗？

“静电颜色挑战”热潮近日在短视频平台兴起。网友称，跟不同人接触产生的静电颜色不同。这是真的吗？

“其实，静电是没有颜色的。”中国科学院物理研究所博士马艺文解释，静电是由物体表面电荷不平衡引起的。因电荷本身不可见，所以静电也无法用肉眼直接观察到。

马艺文表示，网友看到的是静电产生的电火花的颜色。这主要是由于空气中氮气和氧气分子在电流通过时被激发，导致电子跃迁到更高的能级。当这些电子返回到低能级时，会

释放出光子，这种能级差下的光子频率正好对应蓝(紫)光，因此，在生活中常看到蓝色的电火花。

“至于其他颜色的静电，往往和静电电压高低及不同放电接触物、空气湿度温度有关。”马艺文说。想要消除静电可以增加空气湿度，潮湿的空气更有利于物体上的静电释放。也可以选择棉质等天然材料的衣物，避免穿着化纤衣物。在加油站或实验室，需要更严格地防止静电，可使用接地装置，将物体中的电荷导向地面。

(摘自《科普时报》)



春之声

平伟 摄

家庭教育

怎样与孩子一起总结过往规划未来

□殷飞

感觉时间像按了加速键，过得特别快，一晃又要迎来春节了。面对岁月流逝，孩子好像没有什么时间观念，也不懂得总结和规划。怎样和孩子一起进行回顾和展望，让孩子更懂得珍惜时间呢？

首先，保持耐心，和孩子建立良好的关系。成年人总希望把自己的人生经验快速教给下一代，可两代人生活的时代不同，下一代也缺少实践的历练，说教很难被他们接受，家长太

着急反而容易激起孩子的逆反心理。成年人和孩子对时间流逝的感受不同是非常正常的事情，家长要耐心陪伴、倾听、共情，先和孩子建立信任关系，在此基础上引导孩子进行总结反思。

其次，和孩子一起总结过往，感受时间的魅力。一般到了年末，成年人都要对一年的生活和工作进行回顾，总结收获与遗憾，家长也可以带着孩子一起来做这件事。但是，家长

不要只总结孩子的学业成绩如分数和名次，而要从多方面总结孩子一年的成长和收获。我们不妨和孩子在年末找个相对宽松的时间一起坐下来，营造平静、平等的氛围，父母说说自己一年来的收获与遗憾，引导孩子也讲一讲。通过一家人的年终总结，孩子一定能感受到时间的宝贵。

最后，和孩子一起规划未来，种下成长的希望。家长和孩子一起总结时，一定会讲到过去一年中的某些遗

憾。这时，家长就可以顺理成章地引导孩子对新的一年进行规划，一方面可以鼓励孩子勇于挑战自我，弥补过去一年的遗憾，另一方面可以对来年要实现的目标进行提前思考规划，如一年读几本书、暑假去哪里旅行、学做什么菜、拓展什么兴趣、学业上有什么突破等。对未来有希望才会让平凡日子变得更加令人期待，让每一天都拥有积极向上的意义。

(摘自《中国教育报》)

抓好警示教育 做实以案促改

析，立体还原了违纪违法人员腐化堕落轨迹，以案警示、以案明纪、以案释法。

郸城县纪委监委派驻县卫生健康委纪检监察组组长韩松林指出，医务人员利用职务便利，大肆收受医药代表回扣、药品财务环节违规操作、医疗设备采购中违规招投标等，是医疗行业中常见的违规行为。为此，加强卫生健康领域法治建设，打造一支忠诚担当、无私奉献、能征

善战的医疗队伍，势在必行。

韩松林要求郸城县第一医健集团党员干部职工要以高度的政治责任感，勇于担当，敢于负责，带头遵守廉洁自律规定，严格落实中央八项规定精神，全方位推动郸城县第一医健集团在制度建设、廉政建设以及行业作风等方面的系统优化与提升。

郸城县第一医健集团党委书记杨雨旺要求党员干部职工以“深学”

为出发点，常态化开展以案促改警示教育，增强思想自觉和行动自觉；以“敬畏”为关键点，做到凡事心中有杆秤，使工作经得起实践、经得起检验；以“执行”为落脚点，以钉钉子的精神狠抓责任落实，切实营造风清气正的良好生态，为郸城县第一医健集团高质量发展提供坚实保障。

郸城县第一医健集团总医院副院长王成坤通报了郸城县第一医健集团反腐倡廉典型案例。②25

中国人寿寿险公司打造家文化品质楼宇的创新探索之路

近年来，传统的写字楼和办公区域已经不能满足现代企业和员工的需求，他们更加渴望一个集安静温馨、办公与交流为一体的综合性办公空间。在这样的背景下，中国人寿保险股份有限公司(简称中国人寿寿险公司)凭借其在不动产领域的深厚积累和创新精神，积极探索和尝试家文化办公模式，旨在为入驻企业和员工提供更加舒适、高效、

和谐的办公环境。

在城市更新和存量不动产的“赛道”中，中国人寿寿险公司的不动产项目通过品质服务为资产赋能，展现了长期出色、稳定的楼宇运营能力。

秉承“追求卓越品质，永创一流服务”的理念，中国人寿寿险公司辖下管理的不动产运营项目联合优质物业服务单位，以高标准、高品质的运营管理，专注于服务细节的打磨，

精心打造独具特色的家文化办公氛围。该公司不断丰富和创新社区活动形式，为客户带来更加多元、温暖的体验，赢得了广泛赞誉与高度认可。家文化办公氛围的打造，使得入驻企业能够享受到更加舒适、高效的工作环境。近年来，中国人寿寿险公司不动产运营依托一线城市和省会城市核心商务区的自持甲级商务楼宇，深耕商办运营管理领域，致力

打造具有标杆意义的写字楼市场品牌，为所在城市的多产业融合注入了全新活力，彰显了企业在商业地产领域的责任担当。

在推动不动产项目高质量发展的道路上，中国人寿寿险公司将始终坚持以“人民为中心”的发展思想，积极服务国家战略、保障民生，不断强化多元产品服务供给。②25 (刘俊华 曾佳)



晨曦 王银行 摄

国家金融监督管理总局
周口监管分局公告

下列金融机构经国家金融监督管理总局周口监管分局核准更址，换发《保险许可证》，现予以公告：

机构名称：新华人寿保险股份有限公司郸城支公司
原机构住所：河南省周口市郸城县交通路与和谐路交叉口东南角赢贺大厦一、二层
现机构住所：河南省周口市郸城县交通路与迎宾大道交叉口景翔国际2号楼23-24房
电话号码：0394-3188970
批准成立日期：2011年1月27日
邮政编码：477150
机构编码：000019411625
流水号：00162111
业务范围：经国务院银行保险监督管理机构批准并经上级公司授权的业务
发证日期：2025年1月17日
发证机关：国家金融监督管理总局周口监管分局
邮政编码：466000