

淡淡的中草药气味,熟悉的端午记忆

专家告诉你,小小香囊里还藏着哪些秘密

悬艾草,佩香囊,这是端午节的传统习俗。淡淡的中草药气味,也成了很多人的“端午记忆”。看似小巧的香囊里,其实藏着近10种不同的中草药。艾草能温经通脉、散寒止痛;藿香能化湿解暑、宽中开胃;苍术能够燥湿健脾、去除风湿、解除瘟疫……每种中草药都有各自独特的功效。这个端午节,现代快报记者采访相关专家,带你了解香囊内部的“奥秘”。

通讯员 吕雷雷 朱佳 刘聪 孙海洋
张庆龄 成航 任睿 牟洁
现代快报+记者 严君臣 姜振军 王菲
王晓宇 曹德伟 李楠 李子璇/文
苏蕊/摄



连云港市海州区新海街道星化社区矿山院小天使幼儿园老师教孩子做香囊 扫码看视频

穿汉服做香囊,刮起“最炫民族风”

6月22日下午,盐城市亭湖区妇联主办的“慧心有约·亲子课堂”活动在万户新村巧手编织社拉开帷幕,来自万户新村周边的家长带着小朋友,一起制作香囊、编织粽子、抢答问题,玩得不亦乐乎。

现场,身穿汉服的小姑娘张锦天左手戴着五色绳,右手拿着纸扇,传统文化元素满满。“我做好香囊啦!”很快,她便和母亲搭档做好了香囊,开心地展示自己的劳动成果。

“孩子一个8岁,一个10岁。”市民姚琼为了多和儿子互动,这次把两个孩子都带过来了。“因为平时工作忙,和孩子互动少。这次恰逢传统节日,带他们来做香囊,不仅可以增加我们母子间的互动,还可以让他们多动手实践。”姚琼说。

端午节前,江苏各地的小朋友们在老师家长的带领下,尝试体验端午文化。节前,连云港市海州区新海街道星化社区矿山院小天使幼儿园的指导老师,详细讲解香囊的制作及佩戴过程,手把手地教小朋友制作香囊。选好制作材料,然后装上艾

草、薰衣草、茉莉花……浓浓的艾叶香弥漫开来,沁人心脾。

南通市崇川区狼山镇街道园林社区新时代文明实践站在辖区企业开展“浓情端午,衣袂飘飘”端午民俗文化活动。身着汉服的志愿者带着小朋友们了解端午节的由来。小朋友们换上汉服,沉浸式体验端午民俗,大家一起编五彩绳、做香囊,感受端午传统文化的独特魅力。

淮安市长东街道清淮路社区妇联和长东街道社工站联合举办“端午粽动员 欢乐嗨翻天”活动,孩子们填充艾草,家长们穿针引线,不一会儿精致的香囊就制作完毕。孩子们拿着自己制作的香囊,挂在包上。

6月20日,“制作香囊 传承文脉”端午节主题系列亲子阅读活动在盐城市盐都区图书馆举行。盐都区民间工艺师刘老师介绍了香囊制作的过程并现场演示,随后,大人带着孩子纷纷开始穿针引线、穿线配珠和拾布缝制。一片片花布经过大家的细心缝制和耐心制作,立马变身为美观实用的精致香囊。

柿子、苹果、莲花,暗藏谐音吉祥话

寓意“事事如意”的柿子,寓意“平平安安”的苹果……6月21日下午,南通市崇川区幸福街道秦西社区网格四党群服务中心,社区居民们聚在一起制作各种特殊造型的香囊。

“小时候家里没有做香囊的条件,家家户户都会悬挂艾草,艾草可以防蚊虫,也有驱邪的意义在里面。”56岁的包美华熟练地将红色棉布裁剪成同样大小的瓣形,五片缝合在一起之后,放入艾草、金银花等中草药,再加上三片绿叶,一只胖墩墩的苹果造型香囊就制作完成了。60岁的黄素云做的是梨子造型,还有居民制作橘子等其他水果形的香囊,制作完成后送给孩子们佩

戴。

在江苏各地,这样带有吉祥话元素的香囊备受大家喜爱。端午节前,句容市边城镇在边城卫生院组织开展“闻香识端午 巧手做香囊”活动。边城卫生院医务志愿者葛鸽介绍,他们的香囊是用8味不同功效的中草药配制而成,不仅可以驱蚊,还可以起到提神醒脑的作用。此外,在香囊的造型方面也别有巧思,志愿者们利用莲蓬、荷花、苹果、柿子等,取其“事事如意、清正廉洁、平平安安”的寓意。

近日,淮安市富城路街道办事处纪委和滨河社区也联合举办了“端午佳节颂清风,巧手香粽传亲情”廉洁文化共建活动。

小小香囊藏有近10种中草药,佩戴能防感冒

在南京中医药大学校内的江苏省中医药博物馆,该校针灸推拿学院副教授郝锋正在制作香囊。各种中药被一一摆放在碟子里,一旁还放着五颜六色的香囊,小巧可爱。隔了两米,就能闻到药香味。

“艾叶具有温经通脉、散寒止痛的作用;藿香能化湿解暑、宽中开胃。在暑湿的仲夏季节,湿气湿浊气息比较重的时候,大家有胃口不好、饮食不佳的情况,佩戴这样的香囊具有芳香、醒脾、化湿、愉悦身心的作用。”郝锋说,佩兰和藿香经常放在一起用。

小小的香囊里,囊括了近10种中草药,除了艾叶、藿香、佩兰,还有紫苏、苍术、桂枝、丁香等。郝锋解释,紫苏具有辛温发散、通阳化气、散寒发表的作用。“紫苏还有一个有趣的用法。比如,婴幼儿外感时,流涕但不发热,这时我们就可以用紫苏煮水给婴幼儿沐浴,能起到很好的治疗效果”。

同时,苍术能够燥湿健脾、去除风湿、解除瘟疫。郝锋说:“在古代,遇到瘟疫,除了点艾,还有就是熏苍术,起到防疫的效果。”

桂枝取其通阳、内能宣通的作用;白芷往往取其通窍、芳香醒神的作用;丁香具有温中降逆的疗效……

郝锋告诉现代快报记者,丁香和佩兰放在一起,也有清洁自身的效果。比如,古代大臣上朝时往往佩戴香囊,里面就有丁香和佩兰。“就像现代人使用香水一样。”

郝锋表示,按照一定的比例将以上药物配合在一起使用,可以起到散风寒、健脾和胃、理气、止痛、通窍的作用。同时,取其气味纯正,还有抑菌的作用。此外,还可以兴奋神经系统,激活免疫反应。“在端午也可以配一些香囊防感,起到预防感冒,驱除蚊虫的作用。”郝锋说。

沉浸式体验宋人风雅



端午活动现场 主办方供图

快报讯(通讯员 陈霄 记者 姜振军)宋代端午民俗体验、宋时风韵文化雅集、NPC互动探秘游、博物馆端午奇妙夜……端午假期,盐城市博物馆围绕“我们的节日·端午”,以“盐博品夏·话端午”为主题,策划推出特色活动,让观众们沉浸式体验宋代端午的民俗风情,感受风雅宋文化的魅力。

现代快报记者了解到,为弘扬中华优秀传统文化,充分发挥民族传统节日文明实践和思想熏陶功能,盐城博物馆推出系列宋代端午民俗活动,让观众真实体验典籍和诗词中描绘的宋代端午。

博物馆内不仅设置“纳福签”“点雄黄”“挂香袋”“射五毒”“吊菰黍”等端午民俗体验互动区,还还原了宋代“佩百锁”“悬艾虎”“编香蒲”等端午习俗,复刻《岁时广记》中提到的“道理袋”,装稻于袋,配以李,谐音“道理”,寓意生活顺遂安康,出门只遇讲道理的人。

同时,博物馆依托“今时明月照梦华——宋人的生活雅趣”特展,打造宋韵文化雅集,插花、点茶、焚香、挂画……带领观众走进宋代文人雅士精神世界。“原来宋朝人过端午这么有仪式感啊!”观众林女士说,“参与这些民俗活动,了解了古人端午节祈福安康的方式,也更深刻地感受到了宋代文化内蕴。”

盐城博物馆以其丰富的历史文化底蕴,“混搭”创造性的思维,策划推出端午特别版“盐引疑云”NPC互动探秘游活动。据了解,此次活动以北宋末年的盐引失踪案为故事背景,依托“天下盐城”“水之秀”“今时明月照梦华——宋人的生活雅趣”三大展陈空间,精细化打磨互动剧情,加深观众的体验感,让其穿越到宋朝,亲身体验案件的侦破过程。

观众和游客通过观察推理、端午问答、民俗游戏、破解谜题等方式,拨开层层迷雾,不仅获得了探秘的成就感,还能在探索中学习盐城的历史文化知识、感受宋代端午的独特魅力。大家纷纷表示,参与这些活动收获颇丰,意犹未尽。

6月22日至6月24日晚间,盐博秉承“夜盐博”品牌特色,特别打造“端午奇妙夜”,让观众们在夜间逛展览、看表演、赏美景,领略宋人风雅韵。端午特别版的“夜韵盐博”沉浸式夜游,结合宋代展览,特别演绎《花神舞》。此外,博物馆还推出了系列“夏日宋饮”。

除了精品展览、主题活动、演艺活动外,盐城博物馆还将举办一系列的端午特色社教活动。手作龙舟、巧制角粽、创意漆器等活动,带领观众尤其是青少年畅享博物馆里的文化知识盛宴。主办方提醒,广大市民和游客可以通过“盐城市博物馆”微信公众号提前预约参与各项活动。



各具功效的中草药



郝锋副教授制作香囊



看看我做的水果造型香囊



“制作香囊 传承文脉”端午节主题系列亲子阅读活动



南通小朋友穿汉服学做香囊