

银蛇腾雾辞旧岁 金马嘶云贺新春 安庆地名里藏着多少“马”?

银蛇腾雾辞旧岁,金马嘶云贺新春。立春的脚步刚刚迈过,热闹的节日假期正朝我们飞奔而来!

对十二生肖而言,灵动的蛇即将结束它这一年的值守,开启悠闲长假;而那只自古便与龙并称“龙马精神”、驰骋在华夏山河之间的骏马,就要昂首跃来,开始一段奔腾不息的全新旅程。

在中华文化长河中,马一直是昂扬、奋进与祥瑞的象征。它不仅奔腾在历史的画卷里,更深深烙印在我们的语言与脚下的大地之中。

古时“马政”关乎国运,“千里马”喻指英才,足见马在先民心中的重要地位。无论是出行、征战还是农耕,古人都离不开马的陪伴。这份依赖与珍视里,或许也藏着对骏马力量的深深敬畏。

深厚的文化情感往往交织着信赖与仰望。于是,马就像龙、凤这些灵物一样,拥有了跨越时空的“追随者”。这份追随,也让“马”这个字,广泛留在了山川地貌的名称之间。

2月4日,记者在民政部行政区划地名司主办的“中国·国家地名信息库”网站查询发现,光是在安庆市,带“马”字的条目竟有654条!

在行政区划中,含有“马”字的地名就有怀宁县的马庙镇。

到了村、社区这一级,那就更丰富了:桐城市有白马社区,岳西县有马石村,望江县有望马楼村,怀宁县有黄马村,宿松县有马厂村,潜山市有马潭村,太湖县有马龙村,迎江区有马窝社区……

至于居民点,与“马”相关的名字更是多得热闹:桐城有马庄,宜秀有马路,宿松有马坂,怀宁有马元,望江有马塘,

潜山有马口,岳西有马冲……安庆的山川也少不了“马”的身影:太湖县有马栏河,怀宁县有马坳,宿松县有马津,望江县有大马山,岳西县有落马河……

天造地设的“马”多,人造构筑物中“马”也不少,其中有一个名字也不得不提,那就是护卫长江沿岸的同马大堤!在1960年代,“同仁堤”“马华堤”两段堤防被合并并加固成如今的长江干堤,便各取首字,合称为“同马大堤”。而“马华堤”的名称来源于其连接马家港与华阳镇。

更有趣的是,不少地名还会“撞名”呢!比如在安庆城区,望江、怀宁、宿松、潜山等地,都有叫作“马山”的山丘。不同地方的人们,在给山起名叫“马”这件事上,竟然如此心意相通!

那么,这些“马”地名到底是怎么来的呢?

从几个典型名字来看,主要和自然地形以及历史活动有关。比如马鞍山、马鞍寨、马鞍这类地名,一看就源于山形酷似马鞍;马厂、马场、饮马塘这样的名字,很可能与历史上在这里驯马、牧马或军队驻训有关,承载着人与马互动的鲜活记忆。至于马道之类的地名,则见证了古代交通驿道上车马往来的繁华景象。

这些“马”地名的背后,除了对地形的生动描摹和对往昔活动的记录,还凝结了大量口耳相传的民间故事。这些传说充满想象力,为坚硬的地理名词注入了柔软的魂魄,成为当地人共同的历史记忆与文化乡愁。

它们大致可分为两类:一类回荡着金戈铁马的历史余音,另一类则飞扬着天马行空的神话想象。

很多传说把地名与真实的历史人物和事件联系起来,让它们成为宏大历史的一个个小小注脚。

在潜山市,好几个地名就和三国时期的魏吴争霸紧紧相连。曹操率大军南下时,曾途经今潜山痘姆乡一带,千军万马奔腾而过,于是留下了“马道头”这个地名。

而在余井镇,有一座名叫“落马桥”的石拱桥,传说同样和曹操有关,情节却更具戏剧性:曹操行军到这里,因为儿子患病,心急如焚,渡河时竟意外落马。他认为这是天意,便下令就地扎营,并找来当地老者用土方治好了曹植。为感念此地,曹操命人修建此桥,“落马桥”的名字便这样流传下来。同样,在怀宁县小市镇,一个叫“饮马塘”的地方,相传也是曹操战马饮水之处。

怀宁县马庙镇的名字,同样起源于曹操。据当地广为流传的说法,曹操在征途中于此处喜得太子曹芳,他路过境内的芦峰寺抽签祷告后屡战屡胜,为酬谢神恩,便杀了自己的坐骑来祭祀当地一座小庙。这座庙后来就被叫作“马王庙”,渐渐简化成“马庙”,最终成了镇名。有趣的是,马庙镇旧称“育儿乡”,其名称演变也紧扣同一段历史叙事:境内的育儿村旧称“浴儿城”,传说曹操曾在此地为新生儿沐浴,“浴儿”后来慢慢演变成了“育儿”。

当然,考古研究指出,“浴儿城”实为商周遗存,正史也明确记载曹丕的真实

出生地远在亳州。这些围绕曹操展开的生动故事,虽然为马庙镇披上了一层传奇的三国外衣,但经过历史与考古的检验,更多反映了民间对历史人物的附会与地方文化的主动建构。

岳西县石关乡的“马嘬”,则传说与明太祖朱元璋有关。相传朱元璋起兵时,曾转战至大别山区,在这个山沟里边打仗边放马养兵,因此得名“马嘬”。当地还有一座小石磨,旁边的石头上留着一个传说中的“马蹄印”,被视作那段往事的印记。

另一些传说则完全超越了现实,充满了瑰丽的神话色彩,反映出人们对自然力量的敬畏与浪漫想象。

其中,岳西县头陀镇“马家山”的来历就十分奇幻。传说天庭有一匹天马,因为贪恋人间美景与青青草地,偷偷下凡来到人间。不料被掌管天马的孙悟空发觉,驾云追来。孙悟空拔毫毛化作一柄金叉,从天而降将天马锁住。日久天长,天马就化成了这座“马家山”,而那柄金叉则化成了山下的“扬杈田”。

显然,这些附着在“马”地名上的传说,无论是历史的演绎,还是纯粹的神话创作,本质上都是人们对自己所居土地的一种解释和情感投射。它们让一个个原本只用于标识方位的地名,承载了集体的记忆、道德的训诫和美好的向往,最终成为一方水土不可复制、深植于民间的人文密码。全媒体记者 何飞



一周文化热点

从奥运博物馆“年画大集”看文化消费的沉浸式转型

春节临近,一场别开生面的“中国年画大集·国际风情庙会”在北京奥运博物馆拉开帷幕,将质朴的年画艺术与奥运场馆的现代气息、国际市集的喧闹活力编织在一起。这远非一次简单的活动拼盘,而是一次颇具代表性的文化实践,它生动地诠释了何为“新消费场景创造”,并映射出当代文化消费从静态观赏向深度沉浸与价值共鸣的清晰轨迹。

新消费场景的核心生命力,在于完成有意义的“融合”而非生硬的“拼接”。当承载着乡土记忆与集体情感的非遗年画,从传统展厅移至曾汇聚全球目光的奥运殿堂,其意义便超越了物理位移。它构建了一种充满张力的时空对话:一边是最具民族根性的审美符号,另一边则是象征着开放、拼搏与人类共通精神的现代地标。这种交融让文化体验跳脱了单一的审美范畴,观众可以在欣赏笔触间流淌的民间智慧后,转身融入国际庙会的烟火气中。文化消费的边界由此模糊,它不再是正襟危坐的仰望,而成为可触摸、可参与、可分享的生活化沉浸。这精准回应了当下,尤其是年轻消费群体,既渴望文化内涵深度,又追求社交互动与即时乐趣的复合型需求。

这一实践的更深层价值,在于通过“空间赋能”实现了

传统的“语境转换”。奥运博物馆不再仅仅是一个展示辉煌过去的容器,而是被激活为一个正在进行文化创造与消费的“现场”。极具现代感的建筑空间为传统年画赋予了全新的仪式感与时代语境,它强烈地提示我们:传统文化并非只能栖息于仿古语境中,它可以自信地走入任何现代生活场景,并在碰撞中催生新的化学反应。这种转换,是文化主体性与创新自信的体现,它让公共文化场馆的功能从“保存”延伸至“创造”,从“教育”拓展至“共情”。

当然,新场景的成功,最终取决于其能否孵化出可持续的文化活力与情感连接。形式上的创新只是第一步,关键在于内容与精神的深度激活。年画中的吉祥寓意,如何与当代人对美好生活的向往形成共鸣?国际元素的加入,是停留在表层热闹,还是能促进真诚的文化对话与创意衍生?这些问题决定着该场景是昙花一现的节庆点缀,还是能持续吸引人、打动人的文化品牌。本质上,当人们愿意为这样的体验驻足、消费时,他们购买的已不仅是商品或服务,更是一次文化认同的情感投注与价值共享。这或许正是新消费场景创造最值得期待的远方:让消费成为文化传承的生动路径,让空间成为意义生成的温暖场域。

全媒体记者 付玉

文化传真

千年古镇里的文化年味

本报讯 连日来,桐城市孔城镇桐梓村的文化广场上,龙灯队伍抓紧排练着,他们将参加桐梓村第八届农民春晚表演。“有舞龙的春节才是真正的过年,届时‘龙腾盛世’,现场的气氛更热烈,年味也更足。”龙灯队员们纷纷说道。

年关渐近,千年古镇孔城暖意融融。手工米面的米香、年猪宴的肉香、炸圆子的酥香交织弥漫,舞龙灯的欢腾、大鼓书的悠扬、写春联的墨香萦绕街巷。这座安徽省历史文化名镇,以一道道舌尖美味、一场场民俗盛宴,将乡愁藏进年味里,让返乡游子与本地村民在烟火氤氲中,寻得心底最踏实的温暖与慰藉。

舌尖上的年味,是乡愁最鲜活的注脚。孔城镇铁山村村民何慈家,柴火灶火光熊熊,正忙着赶制手工米面。舀米浆、蒸面皮、晾竹竿,一系列娴熟动作间,温润的米浆便蜕变为晶莹剔透的米圆子。这承载着百年工艺的醇厚米香,是春节招待宾客、馈赠亲友的必备佳品。南口村村民施爱国的炸糯米圆子现场更是热闹非凡,蒸熟的糯米拌上佐料,众人围坐搓揉成型,裹上蛋液滑入油锅,“啦啦”声响中,金黄酥脆的圆子出锅,咬下一口,软糯鲜香里满是团圆的寓意。桐梓村村民姚中祥家中则是土味十足的年猪宴,更是孔城岁末最隆重的待客礼,柴火慢炖的五花肉香气四溢,乡邻亲朋围坐举杯,盛满了一年的守望相助与新年的美好祝愿。

民俗里的热闹,是乡愁最深厚的寄托。孔城镇中心社区的非遗表演的“长龙”在孔城老街游走,将新春的喜庆氛围拉满,游客与居民驻足喝彩,纷纷掏出手机记录下这难得的瞬间。老街二甲文艺小广场上,快板书与文艺小戏融入反电许、移风易俗等新词,让传统艺术焕发新生。中心社区居民伍先乐挥毫泼墨,为游客与居民书写春联,每一副都承载着百姓对新年的期盼,更藏着刻在骨子里的乡愁记忆。

值得一提的是,孔城传统花桥迎亲习俗在新时代焕发新风尚。昔日烦琐排场被简约温馨取代。村民们自办自建的花轿迎亲队伍,摒弃了高价彩礼、豪华车队等旧俗,用装饰着红绸与鲜花的简易花桥承载新人,伴着锣鼓声穿行在老街巷陌。沿途村民手持灯笼祝福,孩童们追着花桥欢呼,没有铺张浪费,满是真挚情谊,既保留了传统婚俗的仪式感,又践行了移风易俗的文明理念,让团圆之喜更添淳朴暖意。

在孔城镇桐梓家园、桐溪家园安置小区内,歌舞、黄梅小戏等节目轮番上演,喜提新居的拆迁户们欢聚一堂,在欢声笑语中感受“安居庆小康”的幸福。村民们拿起手机直播民俗活动,让古镇年味跨越山海,连接起返乡游子与故土的牵挂。手工米面、孔城米饺等特色美食通过短视频传播,让更多人记住了孔城味道,更让传统文化在烟火气中代代相传。

(通讯员 吴春富 全媒体记者 罗少坤)

翰墨飘香 迎新春

2月6日,安庆市迎江区关工委组织协协部分文化志愿者,走进家墩社区开展“翰墨飘香进万家 邻里同乐迎新春”义务写春联、送祝福活动。

当天上午,在程家墩社区新时代文明实践站里,墨香四溢,文化志愿者们将新春寄语和真诚祝福都写到春联上,一幅幅寓意吉祥的春联跃然纸上。居民在收到新春祝福时十分开心,喜庆的氛围促进了邻里和睦融洽,也增强了社区的凝聚力。

本报特约撰稿人 黄有安
通讯员 姚先瑞 摄影报道



心力衰竭:从“心”开始,把日子过成“慢”艺术

顾崇怀

“走两步就喘”“夜里睡不踏实,得垫三个枕头”“脚踩一按一个坑”——如果您或家人出现这些“小毛病”,别急着怪“年纪大了”,很可能是心脏在拉警报。心力衰竭(简称“心衰”)并不是“心脏罢工”,而是它“带不动”全身需求,进入“省电模式”。只要摸清门道,心衰可防、可控、可逆转。今天这篇“大白话”版锦囊,就是街坊们拿起来就能用的“居家操作手册”。

先给心脏“减负”:每天称体重,比血压计还灵

心血管病房常见的顺口溜:“体重三连涨,心衰要翻脸”。原理很简单:心脏泵不出去的血,变成水肿滞留,体重先知道。

居家操作:
固定“三同”——同一时间(早晨起床后)、同一台秤、同一身单衣。

设定“警戒线”:3天内突增2公斤,或1周增2.5公斤,立即启动“减盐+利尿”方案,并电话随访社区护士。

把体重写进“心衰日历”:挂在冰箱门,家人都能看,既提醒患者,也提醒保姆别做腌鸭蛋。

盐不是敌人,但得“按克算账”

《中国心衰指南》建议每日钠摄入<3克(约一啤酒瓶盖),可看不懂成分表,怎么办?买一把“2克盐勺”,超市3块钱一把,一平勺正好2克。把家里的酱油、味精、腐乳、榨菜全部

贴上“钠含量小标签”,换算成“盐当量”:1克钠≈25克食盐。

小技巧:
“煮、蒸、拌”三件套,代替红烧、卤味;用柠檬、番茄、香菇、洋葱“调味”,一样鲜。

水要“斤斤计较”,但别走极端

“医生,我是不是要少喝水?”正确答案是:轻中度心衰每天液体总量1500~2000毫升(包括粥、汤、牛奶),重度或低钠血症者遵医嘱可降到1200毫升。

小技巧:
带刻度的“心衰杯”——200毫升一杯,一天最多10杯。

冰块解冻:把每天允许的“水配额”冻成冰,口渴含一块,既补水又“撑时间”。

记录“进出账”:手机备忘录里写“+200”“-250”,颜色区分,一周回看,比护士问得还细。

运动不是“跑马拉松”,而是“踩点节奏”

过去让心衰病人“绝对卧床”,如今证据告诉我们“越躺越废”。社区康复科推出的“1公里红绿灯”方案,已让300多名患者6分钟步行距离平均提高82米。

评估:在家门口平路走6分钟,能走多远、心率达到多少、有没有胸闷气短,社区护士1次性测完。

处方:以“能说话但不能唱歌”为强度,每天3次,每次5~10分钟,循序渐进。标配:弹力带+小哑铃(0.5~1公斤),

坐着练二头弯举、侧平举,既护关节又练呼吸肌。

禁忌:心率>静息+20次/分,收缩压>180mmHg或<90mmHg,新发心绞痛,立刻停药拨打120。

药物“四驱马车”,漏一顿都心疼

利尿剂:呋塞米、托拉塞米——“排水先锋”,早晚饭后服,避免夜里跑厕所。

RAS抑制剂:缬沙坦、沙库巴曲缬沙坦——“心脏装修队”,饭后即服,监测血压、血钾。

β受体阻滞剂:美托洛尔、比索洛尔——“慢工出细活”,从1/4片起步,心率>50次/分才能加量。

SGLT2抑制剂:达格列净、恩格列净——“跨界明星”,降糖又降心衰住院率,早上吃一片,记得多喝水。

提醒:把药名、剂量、时间写进“心衰小卡片”,挂药箱内侧,保姆换班也不乱。

睡觉垫高枕头,不如“会躺”

夜间阵发性呼吸困难,是心衰典型“夜哭”。除了垫高30度,还可以:
左侧卧位:减少子宫或大肚子对下腔静脉压迫,回心血量降10%。

睡前2小时不喝水,避免“夜尿+憋喘”双重暴击。

若出现“睡一半憋醒”,坐起5分钟仍不缓解,含服硝酸甘油并记录发作时间,次日带给医生看。

情绪是“隐形利尿剂”,别忽视

“半夜里突然心慌,一量血压飙到180,是不是要死了?”——焦虑让交感神经兴奋,水钠潴留变本加厉。

教会患者“4-7-8呼吸法”:吸气4秒屏息7秒,呼气8秒,每天3轮,心率平均降6次/分。

家属“三不原则”:不抱怨、不催促、不渲染病情。把“你怎么又喘了”换成“咱们慢慢走,我陪你”。

预警信号:“一张表”,贴门背后
红色警报:
静息喘大气,不能平卧
脚踝凹陷性水肿蔓延到大腿
24小时内体重↑2公斤伴尿量↓

橙色提醒:
食欲差,腹胀(肝淤血)
夜间咳嗽,白色泡沫痰
记忆力突然下降(低心排)

出现红色警报,立即拨打120;橙色提醒,当天社区门诊加号,调利尿剂剂量。

心衰不是终点,而是提醒我们换种活法。把盐勺做小、把步子放慢、把心情放宽,心脏就会用“稳稳的跳动”回报您。愿每位老街坊都能把日子过成“慢”艺术,让心跳与笑声同频——咚、咚、咚,稳健又从容。

(作者单位:安庆市立医院心内科)

