

占戈 希望更多人 发现汉服之美

□本报记者 王路曼 文/摄



一直觉得，每一个女孩子都可以在汉服中找到适合自己的那一款，也都应该在汉服之下拥有一颗勇敢而有自信的心。”自从爱上汉服以来，不管去哪里，占戈都会身着汉服。

“刚开始的时候，我上街穿汉服，有很多人会投来异样的目光，甚至有人会觉得我穿的是韩国、朝鲜的民族服饰或者日本的和服。”占戈说，面对其他人质疑的目光，她并不在意。

研究历史，占戈发现中国周边很多国家的服饰都受到了汉服的影响。“就拿韩服来说，有历史记载，唐代，新罗（朝鲜半岛）与唐朝交往甚密，新罗曾请求唐太宗赐汉衣冠，以同于中国。那时的朝鲜服饰几乎与唐朝没有区别。朝鲜半岛长期奉中国为宗主国，服饰也随中国各朝代风格而变化。”占戈告诉记者，朝鲜王朝建立后，作为郡王国的朝鲜，享有被明朝皇帝“赐服”的权利，所以今天看到的韩服，带有强烈的明制汉服风格。“同样，在和服、蒙古族服装、越南传统服装中，都可以找到汉服的影子。”占戈说。有时候她会耐心地在街上解答别人的疑问，普及大家对于汉服的认知。

同样让占戈高兴的是，她四岁多的儿子“墨墨”也很喜欢穿汉服，很喜欢传统文化。占戈说：“家庭的文化氛围影响了我，而我也在影响我的下一代，这大概就叫做‘传承’吧。”

再次见到占戈，她又着翩翩汉服而来，黑色罗裙，绿色褙子与衣裙上的荷塘绣样遥相呼应，显得雍容优雅。

占戈有很多身份，编剧、自由撰稿人、图书策划人等等，但她更愿意称自己为“国学的践行者”。“我更愿意将传统文化加以实践，享受国学给予生活的精神享受。”占戈告诉记者，受到母亲的影响，她从小学习琴棋书画，童年过得异常“艰辛”，但也庆幸有了那份“艰辛”，让如今的占戈更能感受传统文化的魅力。

拿汉服来说，占戈还记得她的第一件汉服，“那是一件仿照87版电视剧《红楼梦》里林黛玉的服饰，是母亲亲手缝制的褙子，绣着漂亮的花样。”占戈告诉记者。当时还在读高中的她收到这件“古装”，简直兴奋极了，马上穿起来到处炫耀。“虽然收到一些异样的眼神，但却掩不住我心中的兴奋。”占戈说。

也就是这一件褙子的启蒙，让占戈爱上了汉服。于是，她开始研究汉服。“越是深入，越是发现，汉服真是美极了。”占戈告诉记者，汉服的主要朝代包括汉、唐、宋、明，不同朝代的汉服有不同的特点，就拿女子服饰来说，唐代的汉服以齐胸襦裙为主，而到了宋朝，女子多穿袄裙和褙子。占戈说：“汉服的不同款式，在一定程度上反映了不同朝代的时代特点。”

占戈详细地向记者介绍了汉服的不同式样，她用襦裙、深衣、直缀、罩衫、短褐五式概括了汉服的分类，并通过漫画向记者一一展示。“我

周娜 在吟诵中 拉近与古人的距离

□本报记者 杨琳琳

周娜是北京市怀柔区社区教育中心的一名老师。法律科班出身的她，毕业后教了一段时间法律后，又当了10多年的英语老师。但对周娜来说，她最喜欢的还是中国传统文化。“学习中国传统文化往往能提升一个人的内在修养，而且流传下来的国学经典都蕴含着中国先人的无限智慧，每次学习都有‘豁然开朗’的感觉，让我很受益。”周娜说。

一次偶然的的机会，周娜听到了吟诵古诗词，好听的音律一下子吸引了她。“为什么古人三岁开蒙，六岁就能认识三千繁体字，是有方法的，他们并不是要孩子死记硬背，而是在一种有趣的吟诵中开启的人生第一个学习阶段。”周娜介绍。就这样，周娜迷上了吟诵，她从网上找了一些网络公开课，自己在家跟着学习。“开始的时候，孩子还不了解吟诵，觉得吟诵很好笑，但是后来儿子还主动学习了。”周娜笑着说。周娜的儿子已经上小学六年级了，在学习中常常会遇到的情况：明天就要开学了，但是老师布置的背诵古诗词的作业还没完成。于是他便向妈妈请教如何吟诵，因为他发现这种读书方法能帮他很快完成作业。就这样，周娜一边教儿子如何吟诵，一边给儿子讲解古诗词背后的故事。

随着对吟诵兴趣的增加，周娜还参加了首都师范大学国学院开设的培训班以及北京市吟诵教育研究会开设的培训班。用古人的音律去吟诵诗词，让周娜多了一种与诗人的交流方式。“古人很智慧，发明了吟诵。它与我们现代意义上的诵



读不同。吟诵是一种唱歌，读书等于唱歌，一下子就在学习变得活泼有趣起来。如果你跟孩子说，儿子来读篇课文，儿子肯定很反感。但是如果说儿子来唱首歌，就变得有趣多了。”周娜说。中国讲究阴阳之说，体现在吟诵上就是文字内容是“阴”，而吟诵则是“阳”。阴阳结合，让学习更有趣。现代汉语普通话的声调有四个，一二三四声。中古音的声调是分四声八调。四声就是平上去入，八调就是各分阴阳：阴平阳平、阴上阳上、阴去阳去、阴入阳入。阴阳就是清浊。中古音声调总体又分为两部分，即平、仄。阴平阳平为平，上去入为仄。

周娜喜欢吟诵，慢慢地她发现自己身边也在随之改变。原来儿子喜欢的看《跑男》等综艺节目，喜欢打游戏、看日本动漫，但是对中国传统文化关注较少。现在儿子喜欢上了历史，喜欢看《三国演义》《三国志》、《曹操传》等书籍。“我相信吟诵对于孩子来说是有用的，但这不能着急。我只是在孩子心中种下一粒种子，在适当的时候就会开花结果。”周娜说。

除了教儿子学习方面受益之外，家庭也很受益。“在吟诵中，人们常常会被古人的情怀所感染，凡事多了一份豁达。在处理夫妻关系以及婆媳关系的时候会更加从容，而且也会增加一份包容，家庭会更和谐。”周娜说。

晒晒职工的「国学范儿」

职工学习传统文化的故事

近日，央视电视节目《中国诗词大会》走红，一时引发了社会大众对于传统文化的思考与热忱。节目中多位具有深厚古诗词素养的选手“圈粉”无数，被称赞“腹有诗书气自华”。

其实，在职工队伍中有这么一群人，他们对中国传统文化情有独钟。工作之余，他们吟诵古诗词，研究《三国演义》、《红楼梦》等古典文学作品……通过不同方式与古人对话，实现了一场跨越时空的情意交流，从古人的智慧中汲取力量照亮今日的生活。

走基层与职工同行

线索征集 ldzm2013@126.com