

| 节令之美 |

农历九月初九，缘何叫“重阳节”？

新华社天津 10月9日电（记者 周润健）“细雨成阴近夕阳，湖边飞阁照寒塘。黄花应笑关山客，每岁登高在异乡。”猜一猜，这首诗说的是哪一个节日？谜底是：重阳节。

这首诗的作者为明代诗人王灿。此诗景中有情，情景交融，以细腻的笔触描写出了重阳节的景象，特别是异乡登高，满目黄花，让人生出淡淡乡愁。

岁岁重阳，今又重阳。到底缘何叫“重阳”？历史学者、天津社会科学院研究员罗澍伟介绍，古人以“九”为阳数，日月逢九，两阳相重，名曰“重阳”，又称“重九”“双九”，

或“九九重阳”。

重阳节作为中华民族的传统节日，究竟始于何时？罗澍伟认为，“重阳”一词或可追溯到春秋战国时期，当时虽未形成节日，却有登高的风俗，意在崇拜山峦，以消祸避灾。后来随着时代的发展、文明的进步，这样的思维逐渐淡化，求愉悦和祈增寿等“宜于长久”的意识日益加强。

魏晋以后，“重阳”的节日气氛渐趋浓重，到唐代形成民间节日，或登高望远，或舒展筋骨，或啸咏骋怀。唐代诗人王维更是写下了“遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人”的

千古名句。登高、赏菊、插茱萸等民俗内涵也日益丰富，并沿袭至今。

重阳节后，天气日渐寒凉，草木凋零。为告别春夏的勃勃生机，迎接秋收冬藏，明清时期又出现携酒至城郊痛饮的风气，与阳春三月的“踏青”相对应，谓之“辞青”。

时至今日，重阳节最为人所知的身份是“老人节”。重阳节为何又叫“老人节”？罗澍伟说，“九”作为阳数之极，又被称“极阳”或“老阳”，“九九”与“久久”谐音，意味着长久、高寿。因此，从1989年开始，我国把每年的重阳节定为“老人节”“敬老节”。

2013年7月1日实施的新修订的《中华人民共和国老年人权益保障法》更是明确规定，每年农历九月初九为“老年节”，这标志着重阳节在国家层面获得认可。今年重阳节是我国第十二个法定老年节。

“中国传统尊老、敬老、爱老、助老的核心是晚辈对长辈的‘孝’，所以在过好新时代传统节日的同时，我们还应承担起延续中华文化记忆的责任，把中华民族孝亲敬老的优良传统发扬光大。”罗澍伟说。

相约重阳 全国老年人健身球操交流活动河北揭幕

新华社石家庄 10月9日电（记者 杨帆）9日，“九九重阳”全民健身主题活动暨“顺德集团杯”2024年全国老年人健身球操交流活动在邢台市体育馆开幕。

本次交流活动有来自全国各地的32支代表队、480余名选手参与。项目设规定套路男子组、女子组，自编类套路。活动期间还将开展讲座、研讨会等活动，充分展示健身球操的独特魅力。

当天的活动现场，各支队伍轮番上场，随着音乐翩翩起舞，一条条健身球在手上回旋跳跃，行云流水的动作充分展现出老年朋友们灵活优雅的气质、昂扬向上的风貌和老当益壮的风采。

湖北省老年体协代表队（鄂州）的队员金淑慧，参与健身球训练有5年时间。她说：“这是一项非常适合老年人的运动，可以起到强身健体的作用，让老年人收获健康与自信。”

中国老年人体育协会副主席温文表示：“三十年前健身球操这个项目就在邢台开展，之后逐渐风靡全国，今年在这里举办活动是一次致敬。活动将有力促进爱好者之间的交流，让健身球操惠及更多的老年人。”

本次交流活动由中国老年人体育协会主办，河北省老年人体育协会、邢台市体育局承办，邢台市老年人体育协会、河北顺德投资集团有限公司协办。

第十二届全国少数民族传统体育运动会启动火炬传递

当日，中华人民共和国第十二届少数民族传统体育运动会火炬点燃暨火炬传递启动仪式在三亚市天涯海角举行。本届运动会将于11月22日在海南三亚开幕，共有来自全国各地的35支代表队，56个民族的约7000名运动员参赛，比赛包括18个竞赛项目以及约170个表演项目。



▲ 10月9日，第一棒火炬手徐洪周开始火炬传递。



► 10月9日，第一棒火炬手徐洪周（左）与第二棒火炬手邓火红进行火炬传递。



◀ 10月9日，第十棒火炬手梁永朝（左）与第十一棒火炬手陈秀兴进行火炬传递。

新华社西安 10月10日电（记者 季嘉东）亚洲群众体育协会（ASFAA）第54届执委会9日在西安举行，确定每年3月21日为“亚洲太极拳日”，在成员国家和地区统一开展太极拳推广活动。

近年来，太极拳这项来自中国的传统健身运动受到世界人民的喜爱，作为一种温和有效的锻炼方式，其健身价值得到普遍认可。

本次会议在第二届中国—东盟国民体质与健康促进国际学术会议期间举行，ASFAA主席潘永权表示，这促进了东盟国家和ASFAA之间的交流。

会上，中华全国体育总会介绍了中国全民健身发展情况和国民体质监测工作，推广了全民健身和全民健康深度融合的“中国方案”。

会议还讨论通过了亚洲群众体育协会跳绳挑战活动方案。“我们计划明年主要推广太极拳、跳绳和步行，还要设立‘亚洲步行节’，让大家意识到锻炼身体的好处。”潘永权说。

在西安期间，亚洲群众体育协会执委还将应邀参加体育科普中国行—科学健身进公园、国球进公园、冠军进校园等活动，观看太极拳展演等，用脚步感受中国全民健身高质量发展的新变化。

亚洲群众体育协会设立「亚洲太极拳日」