



韩译锐一对一教学。 焦晓宇 摄

韩译锐：“键”起吕梁情

□ 本报记者 焦晓宇



“我期待在吕梁种下一颗热爱音乐的种子，无论是通过手风琴演奏传达艺术魅力，还是以教学的形式培养专业技能，这都是我热爱并且愿意一直坚持做下去的事情。”作为中央音乐学院派驻吕梁的新时代文明实践文艺宣讲师，韩译锐始终在思考能为吕梁带来什么。

95后青年教师、手风琴演奏家、“第32届哈尔滨之夏国际手风琴比赛”唯一满分成绩获得者，我国首位外派指导演出的音乐孔子学院手风琴志愿者，曾与张杰、毛不易、汪苏泷等合作录制歌曲……眼前阳春白雪式的介绍似乎一下子拉开了韩译锐与常人之间的距离，但这确实是他与人交流时一直无法绕开的话题。

谁曾想，这样一位成绩斐然的手风琴青年演奏家，有一天能走进吕梁，

来到群众身边讲课。

故事还得从一次以音乐为媒介的教育帮扶开始说起。2017年，吕梁市艺术学校给中央音乐学院寄去一封信，“这里的孩子热爱艺术，但由于师资力量薄弱、教学器材短缺，他们的艺术梦至今未能圆上。”得知情况后，中央音乐学院院长俞峰十分重视，第一时间带领团队深入吕梁，并于2018年1月与吕梁市政府签署精准帮扶协议。6年来，中央音乐学院始终将革命老区人民的需要当作责无旁贷的时代责任，先后派出数百名专家学者到吕梁开展音乐培训、举办音乐会和交流演出等活动。

韩译锐就是这众多文艺宣讲师中的一员。2023年末，他背着45斤重的手风琴踏上了这片早已翘首以待的土地，12月份的吕梁，寒风格外凛然，但韩译锐渴望干些实事的热情却丝毫不减。“发挥专业优势进行定点帮扶”，他深知此行任务看似简单实则充满挑战，“除参加常规的音乐排练演出外，我想知道吕梁真正需要什么？哪些是我能做到的？”

在吕梁市委、市政府以及吕梁学院的牵头帮助下，韩译锐多次与吕梁市艺术学校、残疾人职业技能学校沟通交流，并前往交城等地考察手风琴领域乃至音乐教育的相关情况。

“在离石，我发现两个孩子对手风琴兴趣浓厚，在交城，我了解到城南小学手风琴社团历经二十多年的岁月沉淀依旧鲜活生动，不由心生向往。一对一教学、离石交城两头跑成了我的每周日常，教学相长，忙碌充实，吕梁之行我收获满满。”韩译锐说道。

“韩老师这个音符怎么发声？”“您看今天的曲子有什么问题？”“收到，谢谢韩老师。”……在一个微信学习群里，可以看到上百条赵紫涵母亲与韩译锐交流的消息。赵紫涵是吕梁市残疾人职业技能学校的一名盲人学生，接触到韩译锐后她表露出了学习手风琴的强烈意愿。眼睛“缺席”的手风琴学习，肯定要比常人吃更多的苦，付出更多的努力，这一点师徒俩人心知肚明，但挫折面前他们谁也没打算放弃。

赠送手风琴、绘制盲人五线谱、摸索适宜的教学方法……韩译锐不遗余力地探索着、实践着。为了帮助赵紫涵区分不同的按键，他想出了在琴键上粘创可贴的办法。想要保证良好的教学效果，每周一节的面授课程远远不够，他就和赵紫涵的家长、老师共同组建了一个微信群，家长每天在群里发孩子的学习视频，他则用一条条四五十秒的长语音布置学习内容、交代弹奏技巧，同时对出现的问题不厌其烦地予以纠正指导。“只要紫涵想学，我就愿意一直教下去，让她以后的人生道路多一种选择。”看着专注练琴的赵紫涵，韩译锐内心顿生一丝惆怅。

从赵紫涵家里上完课后，韩译锐又背起行囊准备奔赴下一个帮扶点，属于他和吕梁的故事会在来年春天生根发芽……



盛宴变“剩宴”，止

□ 肖继旺

在日常生活中不难发现，一些宴席结束后，剩饭剩菜满大桌，十分可惜。因此，有必要遏制宴席中的餐饮浪费，谨防盛宴变“剩宴”。

在笔者看来，宴席之所以存在食物浪费的问题，一方面在于消费者受“面子文化”驱使，认为举办宴席气氛要热热闹闹、要有排场，即便超出消费能力和食用量，也要多点点些饭菜，而客人们通常也会因为不好意思，碍于面子而很少打包剩菜，浪费便无可避免。另一方面还在于商家服务不够精细。不少承接宴会席位的商家实施“套餐制”，主打的是菜品多、样式全，质量和口感则一般，加重了浪费。

勤俭节约、合理消费是现代文明的题中应有之义，因此要对症下药，对准“面子文化”这一病根，进一步加大移风易俗力度，加强制止宴席餐饮浪费宣传教育，引导消费者转变观念，克服盲目攀比、讲究排场心理，反对大操大办，减少过度消费。当然餐饮服务经营者应当将防止食品浪费理念融入服务全过程，合理搭配菜品数量和分量，提供多种不同规格的婚宴套餐，引导消费者理性消费、合理点餐，从而形成“让浪费者丢面子、让节约者有面子”的新观念，形成反对浪费、节约粮食的好氛围，促进文明适度宴请成为全社会的行动自觉。

古韵新风 以文润城

中共吕梁市委宣传部主办
吕梁日报社承办

岚县新村“古会”

□ 索建光

岚县新村是一个靠山临水偏居一隅的小村，很长时间名不见经传，近年来却因隆重举办一年一度的“人畜保安古会”而引起人们关注。

“人畜保安古会”是在正月期间由执事村民行祭神拜庙、驱灾辟邪之礼后，用鞭炮惊炸村里的牛、驴、骡、马，任其在田地荒野驰骋纵横、撒欢奔跃，让倦怠了一冬的牲灵抖擞精神、舒展筋骨，开启新的一年与村民创造美好生活的劳作。

今年正月初四，我受朋友邀约来到新村，现场体验见证了新村这一奇特的民俗活动。春节一过，轮值举办的主家和两名纠首就跑前跑后忙碌起来了，搭建临时神堂，逐户收缴捐款，购置炮仗、香火、花红纸、酒水、贡品等，书写标语，制作门头帖符。每一件事都操办得有条不紊，每个环节都成竹在胸，因为他们得到了全村人的支持帮助。

当日晚上，青布幔帐搭建的神堂外，柏枝苦顶点缀，灯火通明。神堂内，气氛森肃，供奉各路神仙牌位的香案上，香烛高烧，贡品琳琅满目。村内德高望重者，磕头敬拜，焚香祷告，一派虔诚。村中广场彩旗飘扬，标语醒目，旺火升腾。前来助兴的八音队伍首先亮相相敲杖，喧天激越的锣鼓声振奋人心，高亢嘹亮的唢呐声直冲云霄。一时间，会场人头攒动，有在外工作回村的青年，有外出求学放假回家的学生，有远嫁他乡回娘家的女人，还有邻村前来看红火沾喜气的村民……姑娘们花枝招展、笑语盈盈、暗香流转；青年男子生龙活虎，穿梭往来搬运安放炮仗；老汉们嘴嚼香烟，见惯不惊；小孩子在人群中追逐嬉戏，尽情撒欢。人们都知道，这是一个非常的日子，是释放激情和欢乐的时刻，生命的活力和律动不可遏制，充斥天地。

骤然间，鞭炮轰鸣，硝烟雾帐里，铁炮也已点燃，“咚咚咚”的巨响惊天动地，震撼人心，犹如冲锋陷阵的号令。接着绚烂夺目、流光溢彩的烟花飞向空中，如天女散花、洒金泼银，图案又似琼楼玉宇、玉树琼枝……这是古会的行道仪式，祈愿新村四季平安、风调雨顺、人畜健康。

初五上午，人们参与古会的热情持续高涨。两名纠首一人拿着写有文字的几络黄布条，一人拿一把大刀，逐户登门作法献符。这些黄布条非同一般，是从神堂的神灵牌位前开光沾过灵气可以护佑平安的灵符。纠首满脸庄重严肃，作势挥舞大刀，上下左右砍四下，后将写好的符贴到正门头中间，此举目的在于驱邪避灾。主家则把早已准备好的谷子、糜麻、红豆等五谷交给纠首。

午饭结束，古会进入高潮。街道上卖传统小吃、特色食品、日用杂品、儿童玩具的摊点一处接着一处，好不热闹。来到会场的男女老少穿戴一新，净手洁面，满脸虔诚庄重。在村口的一块开阔场地上，精壮汉子已把吃饱喝足的牲灵牵了出来。牲灵也是经过特意打扮的：耕牛戴上了铮亮的脑环，骡马轡头上的饰件熠熠生辉。它们预感到了什么，打着响鼻，蹬踏着大地，跃跃欲试。汉子们不时地朝纠首所在的方向望着，只等着一声令下。

全场屏声息气之时，乍然间鞭炮轰鸣，铁炮如炸雷般响起。受到惊吓的牲灵，或是听到了驰骋纵横的号令，驭手及时松开嚼勒，挥动长鞭，顿时，百十头骡马牛驴炸了群，冲出场地，疯狂奔逐开来，奔向广袤自由的山野。年轻后生也跟在牲灵后面，高呼呐喊，飞奔驱赶，淹没在滚滚烟尘中。牲灵和人，难分彼此，开始了最放肆的撒野，自由奔放的方式呈现出来。

最忙碌的还是两名纠首，他们刚刚导演了一场牛马狂奔、人畜欢腾的大戏，接着就一人提着装满捐献的五谷的铁桶，另一人抓一把五谷在手，围绕四周，均匀地扬洒在场地各处。他们动作张弛有度，像是在撒籽点种，又像是抓

糞扬肥。洒完之后，一人将各路神灵的牌位小心翼翼地收起，放入袋子中，坐上另一人驾驶的摩托，风风火火地再将它们送归本位。最后，两名纠首又拿出代表瘟神的纸人、代表瘟神坐骑的纸马、纸船，来到河畔烧毁，烧香放炮，磕头祭祀，送走瘟神，以祈求全村人没有疾病，健康平安。不知不觉间，暮色降临，两名纠首仍不停息，回村拿上祭祀用品来到村外的路口，燃烛点香，鸣放炮仗，磕头敬拜，烧冥币、纸衣，将白馒头、水果等贡品切成碎块，四处洒洒，意即生前没有亲人的死者在另一个世界也能丰衣足食，得到足够的尊敬。此仪式叫“送孤魂”。至此，“人畜保安古会”结束。

在岚县山区的乱石村、沟口、十字河、后马宗等地，也有类似的古会，称作“骡马惊炸会”，但相比于新村的“人畜保安古会”，仪式简单，流程较少，内涵单一。

两天的考察观摩，我看见了新村的各种“新”：住房窗明几净；街道整洁畅通；村民幸福满足，许多老者也会用手机看视频、刷抖音、购物支付。当然，我更关注到了新村保存的“旧”，“新”是领风气之先，“旧”是得历史文化之底蕴。也许，一个新旧相拥而行的村落，前行的脚步才会更稳当一些。

建行吕梁分行驻行纪检组 强化公务用车监督

本报讯 为切实推动公务用车管理规范化制度化，防止公务用车腐败问题，建行吕梁分行驻行纪检组立足监督首责，把公车私用、私车公养、违规使用加油卡等问题纳入日常监督重点内容，坚持抓早抓小、抓细抓实，让公务用车在“阳光”下运行。

一是通过监督联席会、下发《监督建议书》等形式，督促公车管理单位和部门，完善公车管理制度和规定，明确公车使用标准、审批流程、管理责任等内容，要求公务用车安装GPS定位系统。二是定期开展公车监督检查行动，通过专项检查、随机抽查等方式，对财务凭证、车辆维修清单、油卡支付台账等开展监督检查，严防“靠车吃车”等违法乱纪行为。三是重要时间节点，利用GPS定位系统等科技手段赋能公务用车监督，将车辆行驶轨迹、停车地点与车辆外出登记信息 etc 数据进行核查比对，严防各类公车问题发生。四是针对发现的问题，利用监督联席会议、“一书两函”、监督执纪“第一种形态”等，责成相关部门、人员限期整改，进一步规范公车使用行为。

同时，积极开展廉政教育和文化建设，引导员工树立正确的价值观和用车观念；强化监督检查和问责机制，确保公车使用的规范性和合法性；推进公车管理信息化建设，实现公车使用的全程“留痕”。

（高利东）



兴县双拥主题公园是一个集国防教育、双拥文化、休闲娱乐于一体的主题公园。园内红色文化与生态文明有机融合，普及国防知识、宣传双拥传统、厚植国防情怀。市民在休闲娱乐的同时，潜移默化地接受红色文化的熏陶，进一步激发了广大市民爱国强军的热情，营造了“拥军优属、拥政爱民”的浓厚氛围。

记者 张文慧 摄

正确认识血小板减少

□ 韩秀荣

热、咳嗽、咳痰等症状。

五、如何预防出血。1.避免受伤。在日常生活中，要避免碰撞和摔倒。不要进行过于激烈的运动，可以选择一些温和的运动，如散步、瑜伽。下雨天气减少外出，做好防护措施，减少磕碰擦伤。地板应保持干燥防滑。2.饮食均衡。要避免吃一些坚硬、粗糙的食物，多吃一些柔软、易消化的食物，如米粥、面条、蒸蛋等。同时，要注意保持口腔卫生，饭后及时漱口，避免牙龈感染出血。3.生活指导。一些刺激性的物品也可能导致出血，所以要尽量避免使用。比如，刷牙选用软毛牙刷；不要用力挖鼻孔或剥去鼻腔内血痂；皮肤黏膜应保持清洁，剪短指甲，切忌抓挠皮肤。4.合理用药。避免使用阿司匹林类药物，其他解热镇痛药物，血小板抑制剂，抗凝剂等。5.定期体检。对于有出血倾向的人群，建议定期进行血常规检查，以便及时发现血小板减少的问题。6.控制疾病。对于患有自身免疫性疾病、感染等疾病的患者，应及时就医治疗，控制病情，以降低血小板减少的风险。

六、如何提高血小板。1.饮食调理。可以多吃一些富含蛋白质、维生素和矿物质的食物，如瘦肉、鱼类、蛋类、豆类、新鲜蔬菜和水果等。这些食物可以为身体提供充足的营养，有助于血小板的生成和恢复。2.药物治疗。如果血小板减少的情况比较严重，医生可能会根据具体情况开一些药物来治疗。比如，使用糖皮质激素可以抑制免疫反应，减少血小板的破坏；促血小板生成素可以刺激骨髓造血，增加血小板的生成。但是，一定要在医生的指导下用药。3.治疗原发疾病。有些血小板减少是由其他疾病引起的，比如自身免疫性疾病、脾功能亢进等。这时候，我们要积极治疗原发疾病，只有把病根除掉，血小板才能恢复正常。

血小板减少虽然是一种比较麻烦的疾病，但只要掌握正确的预防和治疗方法，就能够有效地控制病情，提高生活质量。

（作者单位：吕梁市人民医院）