

江苏各地清明习俗

清明

清明节，又称踏青节、祭祖节，节期在仲春与暮春之交。清明兼具自然与人文两大内涵，既是自然节气点，也是传统节日。扫墓祭祖与踏青郊游是清明节的两大礼俗主题。作为传统的重大春祭节日，在清明节扫墓祭祀、缅怀祖先，是中华民族数千年以来的优良传统，不仅有利于弘扬孝道亲情、唤醒家族共同记忆，还可促进家庭成员乃至民族的凝聚力和认同感。

清明节气一般是在公历4月5号前后，即春分后第15日。阳春三月，生气旺盛、阴气衰退，万物“吐故纳新”，大地呈现春和景明之象，故而清明也是人们亲近自然、踏青游玩、享受春天乐趣的欢乐节日。

清明节与春节、端午节、中秋节并称为中国四大传统节日。2006年5月20日，中华人民共和国文化部申报的清明节经国务院批准列入第一批国家级非物质文化遗产名录。

市公交公司增开清明祭扫专线

为方便广大市民祭扫出行，南通市公交公司4月5日临时增开清明节扫墓专线。

第一条线路是：新港花苑—钟秀公墓—烈士陵园—秦灶公墓扫墓专线，起点“新港花苑”，终点“秦灶公墓”，票价2元。行驶路线：花园路—工农路—钟秀路—北濠桥路—北大街—永怡路—资生路—棉机路—幸余路—国强路。新港花苑发车时间为8:30；秦灶公墓发车时间为11:00。

第二条线路是：城闸大桥回车场—永生陵园（八一公墓）扫墓专线，票价1元。行驶路线：深南路—江海大道—黄海路。城闸大桥回车场发车时间为9:00；永生陵园（八一公墓）发车时间为11:00。

南京

清明时节，正是采食螺蛳的最佳时令，故有“清明螺，抵只鹅”之说。炒螺蛳，是南京人清明时节的时令菜。螺蛳一炒一大盘，有用手和牙签唆着吃的，还有韭菜炒螺蛳，也是时髦菜。

扬州

清明，老扬州有个习俗叫“十天不洗晒”。这天扬州人会做一种茵陈膏的食物。茵陈是一种中药，茵陈膏用茵陈粉拌糯米制成，茵陈膏可以做成皮，里面包上韭菜或者菜肉等馅，十分美味。

泰州

泰州人于清明节举行划船比赛，称为“撑会船”。如今，溱湖会船更是名震四方，气氛浓厚。

镇江

镇江人以柳叶七片泡茶，据说喝了可以明目。馓子、京江齐也是镇江过清明必备的食物。

常州

清明节，常州人早饭会吃糯米大团子。武进方茂山以清明为龙母化身之日，乡民竞相拜祷。

苏州

上海、苏州一带旧俗在清明节吃桃花粥、紫笋茶，并有祭厉台、迎城隍出巡的习俗。

徐州

徐州俗语讲：“二月清明榆不老，三月清明老了榆”，徐州人清明时爱吃“蒸榆钱”。传统习俗还有插柳、上坟祭祖烧元宝等。

连云港

连云港的清明节俗规有“少女不上庙、少男不踏青”的说法。清明节这天在郊外春游的都是少女，少男是不能跟随的，一般会去庙里进香。

南通

而南通人在清明节的早餐，除了蒿儿团、蜜糕等冷食，还有一样食品也是必备的，这就是杨柳叶子烧饼。在和面时拈一把细嫩翠绿的杨柳叶撒入，然后大锅摊烧饼煎至将熟配上麻油、香葱，趁热咬一口清香扑鼻，兼有降血压、软化血管、预防脑出血的功效，正如童谣所唱“杨柳青，摊烧饼，吃了头里不发昏”。

2019年03月30日
己亥年二月廿四
第03期(本期4版)
总第27期
内部刊物 欢迎索阅

春蕾

【我和你，一起成长】

Great

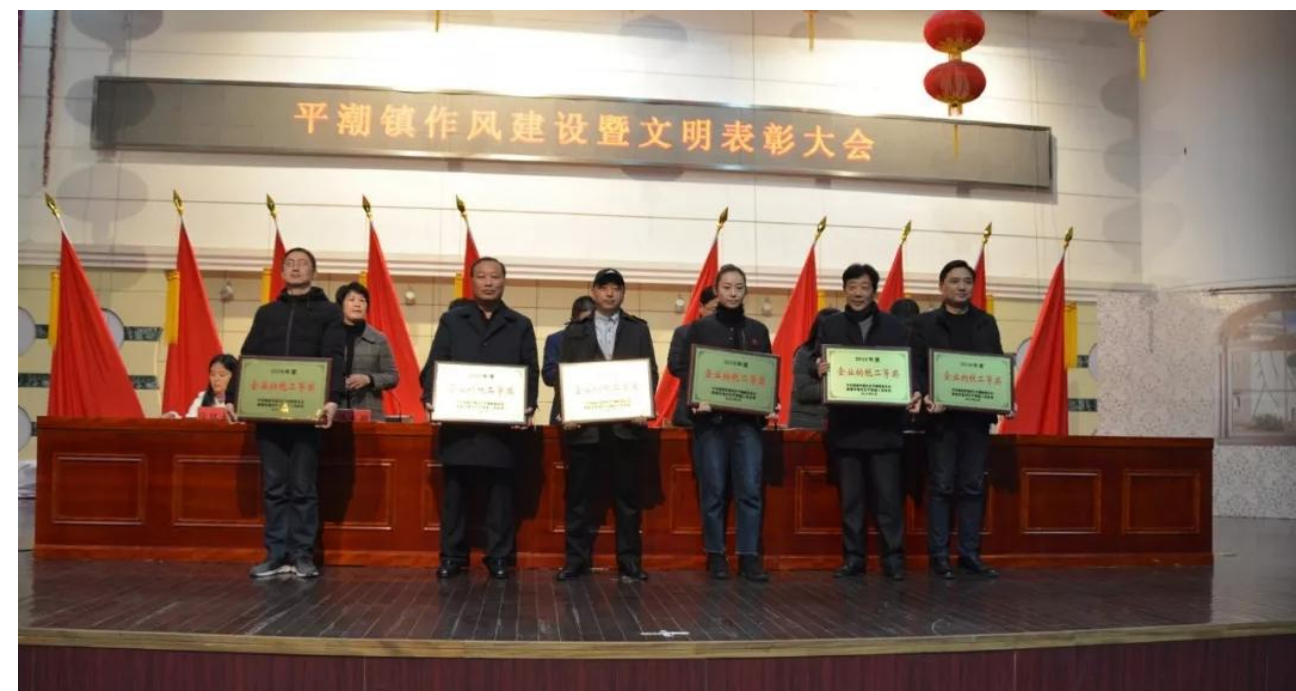
格雷特起重机，提鼎问天下

Great crane, win the world

公司网址: www.jsplt.cn

王建春总经理出席平潮镇文明表彰大会并发言

3月9日，平潮镇召开2018年文明表彰暨2019年作风建设大会。公司总经理王建春作为受表彰的单位代表出席会议并发言。



大会伊始，镇党委副书记冯志娟宣读表彰决定：2018年，在区委、区政府的正确领导下，为激励先进，在全镇营造争先创优的良好氛围，经镇党委、镇政府研究，决定对2018年度先进集体和先进个人予以表彰。

江苏格雷特起重机械有限公司获评平潮镇纳税二等奖企业，公司总经理王建春上台领奖，并与镇环保办、平东村等其他4家单位一起作交流发言。王总表示，2019年会遵照镇党委张卫忠书记的指示，带领公司上下以不进则退的危机感、勇于担当的责任感，克难奋进、力争上游，确保公司发展再上新台阶，全力支持平潮基础工程建设，为推动平潮“高铁新城”发展贡献力量！



简单的幸福

□质保部 顾德祥

一座城市，一首音乐，一段情怀；一片沙滩，一个梦想；一次回眸，一生念想，一抹心伤。多想漫步海滩，多想聆听心语，多想徜徉风里，沉默着，用心倾听。

有时候 沉默是最好的诉说。

一些美丽，只能尘封，细细品味，才能刻骨铭心；一些心事，只能珍藏，静默如花，才可闻其馨香；一些情怀，只能无言，放逐岁月，才会愈加清晰。不想说，就不说，因为解释太多有时是一种掩饰；不用想，就不想，因为想象的太多有时是一种折磨。沉默，其实是一首最动听的歌，是一种最好的诉说。

有时候心里很难受，却说不出来。

也许是一些歌触动了某些心事，也许是梦中的情景竟然就在眼前，也许只能是也许也许……若，有一双翅膀，就托起阳光，给爱温暖；若，有一方天空，就穿越梦想，给爱力量；若，有一个世界，就倾其所有，给爱生命。人，若累了，就停一停脚步；爱，若痛了，就喝一杯烈酒；心，若苦了，就唱一首歌谣。其实，爱就在你的身边，你的心里！

有时候，总想一个人出去走走。

不是孤独，不是烦恼，而是想静一静；不为风景，不为享受，只想找回自己；没有浮华，没有牵绊，只要有一颗自然而然的心。渴了，就掬一捧泉水，一饮而尽，长长的舒一口气，一切就会释然；累了，就放慢脚步，靠一棵树，静静的休息，任风轻轻地吹，一切就会淡然；哭了，就让泪尽情地流，也许只有这样，一切才会慢慢忘记，背后的永远是背后，前面的仍在前面，我们只有一直走！

有时候，站在狂风中，心是平静的，因为生活在这个世界；有时候，奔跑在暴雨中，心是沉着的，因为已经融入到这个世界；有时候，看到身边的过往，心是潮湿的，因为感动于这个世界。没有波澜壮阔，只是岁月激起的浪花一朵；没有靓丽景色，只有水一般的静谧和清澈。

有时候，我们需要的其实很简单。

一个微笑，就可以释然所有的纠结，让心澈然如水；一次拥抱，就可以化解所有的心事，让爱不再飘零；一声轻唤，就可以唤回一个生命，唤醒一个世界。时间让我们渐渐明白：遥远的，不再是距离，而是一种懂得；行走的，不再是路途，而是一种追求，一种信仰；拥有的，不再是所谓的一切，而是一种简单的心情，一种简单的生活，一种简单的幸福！

有时候，我们需要的只是一间属于自己的小屋。

一张床，可以栖息自己疲惫的身心；一扇窗，可以享受每天静静的阳光；一个门，可以走进来，也可以走出去。有时太烦，总想拥有一个独自的世界，让心清净；有时太累，总想远离繁华面向空旷，让心释然；有时太苦，总想一个人傻傻的笑，傻傻的哭。

其实，生活是一种心态，无需苛刻，随心随行。



互信与监督

每次看完315晚会，都是震惊，恐惧，无奈，各种滋味涌上心头。好多以前从来都没有考虑过的问题，现在居然被人用来牟利危害我们的生活，忽然有种生活中处处是陷阱，让人无所适从，不知所措的感觉。

前些日子家里的洗衣机坏了，总是进不了水。请师傅来修，师傅本来说简单，但看了一会儿又改了主意，说必须换电脑板。我觉得很蹊跷，但又不太懂得应该如何交涉，最后只能乖乖交了钱，恭恭敬敬把师傅送出门去。安慰自己，起码修好了。那天维修师傅走后我想了很久，最后悲哀地意识到，我只能无条件信任他。

我想，这本质上就是一种信息不对称的体现。对方是专业人士，我们是寻求帮助的消费者。问题的严重性理应由对方判断，而关于对方有没有全力以赴，是不是“坑”我们钱了，我们无从判断，只能选择无条件信任。我们处在一个高度发达，高度分工的社会。人与人不同职业的差异之间，有着巨大的鸿沟。区别是消费时我们在鸿沟这头，而工作时我们在鸿沟那头。我们处在这样的社会里，绝大多数时候，我们没有能力去判断对方是不是在蒙我们，就像我们的客户永远没有办法判断我们是否做到了100%。我们所依赖的，只能是基于对行业规则的信任，对职业道德的信任，对看不见的手的信任。

尽管如此我们还是这样横冲直撞的活着，每天在昏昏欲睡的公交车上，我们几乎从未担心过司机发了疯，造成车祸。每天在嘈杂的食堂里，我们也几乎从未担心过吃完这顿就会食物中毒死去。

当然，我们也有足够的理由去担心。你担心房顶会塌吗？你担心电脑爆炸吗？你担心水源不洁吗？你担心楼道失火吗？你有足够地理由担心，但你不能那样活着。你只能选择信任。你把电器交给不认识的人修理，你把身体交给不认识的人诊治，你把孩子交给不认识的人教育，你把安全交给不认识的人保护。这是我们处于这个时代所不得不面对的困境。但是，在所有人安心做鸵鸟时，必须有人抬起头，神经质地盯着可能出问题的环节，并警示其他人把头从沙子中抬起来。

“不要太过分，总有人在看着你。”这句话将说给每一个工作时的个体。而这，也是315和媒体存在的意义。

□技术部 王志勇

自信与成功

自卑，常常是自我保护的很好的方式，它会使人平静下来，也能免去很多麻烦，但自卑总有一天会惹恼你自己，因为内心深处的尊严从一开始就不与自卑妥协。

你如果连自己都不相信，还能相信什么呢？然而相信自己很难。或者说，自信心是一种很强大的力量。自信的力量还没有达到与恶习对抗，以及与命运对抗程度时，只好自卑。

不如用自信来爱护自己。自信是预先在心里塑造一个新我，然后观察新我的成长。而新我的每一点点成长，又会返过来生成自信。自信当然不是傲慢无礼。在任何富有成就感的事物当中，你都看不到傲慢无礼，沉甸甸的麦穗傲慢吗？潺潺流淌的河流与炊烟袅袅的村庄傲慢吗？不，在这些优秀的当中，你看不到傲慢！孔子，林肯，爱因斯坦，这些名人都由于谦逊而可爱。

“信心”这个词里面藏有禅机，信心就是相信自己的心，相信人的力量，相信自己具备人类应有的美德。如果你相信自己的心，一切都会安稳下来。剩下的，就是努力去做好自己该做的事，最终自然水到渠成。

□生产部 殷唐丹