

冰雪为卷 和谐为轴

——米兰冬奥会综述

新华社记者 任耀庭 马邦杰

22日晚,意大利维罗纳竞技场华灯璀璨,2026年米兰—科尔蒂纳冬奥会的终曲在这里奏响。

从多洛米蒂山区到伦巴第平原,这场跨区域的冬奥盛会,以激情、创新与团结为主线,为世界冰雪运动写下浓墨重彩的一笔。

本届冬奥会共有来自90多个国家和地区的约2900名运动员参赛,角逐116个小项。挪威以18金12银11铜、共计41枚奖牌的绝对优势拿下金牌榜头名;美国、荷兰分列第二、第三名;东道主意大利以10金6银14铜的成绩位居第四,创造了自1994年利勒哈默尔冬奥会以来的最佳战绩。

中国代表团以5金4银6铜的战果结束米兰征程,刷新了我国境外参加冬奥会的历史最好成绩,取得了运动成绩和精神文明双丰收。

中国军团:惊喜、遗憾与突破

本届冬奥会,中国代表团由286人组成,其中运动员126人,参加7个大项15个分项91个小项的角逐。历经拼搏,他们创造历史佳绩,展现了北京冬奥会后我国冰雪运动蓬勃发展的新气象。

整体来看,中国代表团巩固了北京冬奥会形成的夺金夺银项目格局和冰上项目、雪上项目均衡发展态势。

中国“金牌伉俪”顶峰相见,堪称本届冬奥会上的最美“童话”。自由式滑雪男子空中技巧决赛中,中国选手王心迪与妻子徐梦桃分别夺金,这是历史上首对在同一届冬奥会上分别摘得同一项目男、女金牌的夫妻。

而中国自由式滑雪空中技巧队获得2金3铜,捍卫了中国冰雪“梦之队”的荣耀。

宁忠岩在速滑男子1500米决赛中破奥运纪录摘金,“虎口拔牙”般地击败欧美强将手中夺得金牌。冲过终点线的那一刻,他泪洒赛场。“山顶的风景太好了”,这声呐喊,是对几代中国速滑人夙愿的回应。

雪上赛场,苏翊鸣用一枚单板滑雪男子坡面障碍技巧金牌,为自己的22岁生日献上了最好礼物,这也是中国代表团本届冬奥会首金。谷爱凌则在自由式滑雪比赛中收获1金2银,延

续了她在该项目上的顶级竞争力。算上北京冬奥会,谷爱凌获得3金3银共6枚奖牌,成为冬奥会自由式滑雪项目上获得金牌和奖牌数最多的运动员。

喜悦和荣耀之外,中国军团此次米兰冬奥之行并非一片坦途。被誉为“王牌之师”的短道速滑队,首次遭遇了自2002年以来冬奥会“无金”的尴尬。花样滑冰赛场,隋文静/韩聪从复出到重新站上奥运冰场只用了半年时间,最终位列双人滑第五;金博洋等老将虽拼尽全力,但队伍整体阵容的更新换代已迫在眉睫。

北京冬奥会以来,中国冰雪运动的人才厚度明显增强。本届赛事,中国选手在跳台滑雪、雪车雪橇等以往相对薄弱的项目上实现了诸多突破。他们的每个进步,正汇聚成中国冰雪人从“参与者”到“竞争者”转身、从“单兵作战”向“集团发展”跨越的坚实足迹。

群星闪耀:传奇、新星与温情

冬奥赛场不乏传奇。

挪威名将约翰内斯·克萊博包揽本届冬奥会男子越野滑雪项目全部6枚金牌,打破了尘封46年的单届冬奥会夺金纪录。45岁的意大利单板选手罗兰·菲施纳勒走完第七次奥运之旅,另一名东道主老将、35岁的弗兰切斯卡·洛洛布里吉达在速滑赛场双金入账,点燃了亚平宁半岛的热情。

高山滑雪赛场上,巴西选手布罗滕在男子大回转比赛中夺金,成为南美洲首位获得冬奥会奖牌的选手……

与传奇相映生辉的,是那些意气风发的新秀。

17岁的韩国单板小将崔佳温拖着伤腿完成最后一滑,上演惊天逆转,夺得女子单板滑雪U型场地技巧金牌;21岁的美国选手乔丹·斯托尔兹独揽两金,开始奠定自己在速滑赛场优势地位。花样滑冰赛场,美国队的马里宁和日本名将键山优真意外失手,爆出冷门,21岁的哈萨克斯坦选手萨多洛夫登顶男单。

比胜负更动人的,是竞技场内外的温情时刻。

美国花滑选手瑯莫夫在等分区亲吻儿时与父母的合影,他带着“三个人

的心愿”滑出了自己在短节目的赛季最佳成绩。挪威冬季两项选手巴肯在本届冬奥会开幕前意外离世,他的队友们选择直面悲剧,用心理辅导与赛场表现寄托哀思。瑞典的弗拉纳兄妹、斯洛文尼亚的普雷夫茨兄妹同台夺冠,让亲情在冬奥史上定格。

百年冬奥:和谐、传承与未来

从1924年霞慕尼到2026年米兰,冬奥会走过百年历程。

本届赛事以“最分散”的格局——四大赛区、八个举办地,奏响了一曲城市与自然、高山与平原的和谐交响乐。开幕式上,圣火在米兰与科尔蒂纳两地同时点燃,状如球形的主火炬台,外观灵感来自意大利文艺复兴巨匠莱昂纳多·达·芬奇绘制的几何绳结图案,寓意着古典与现代的对话、人与自然的和谐。

北京冬奥会的成功经验在这里延续,从AI轨迹追踪到“奥运GPT”的信息服务平台,“中国智造”与“北京经验”在米兰冬奥会大放光芒,中国正从冬季奥林匹克运动的积极参与者转变为重要贡献者。

本届冬奥会共有1.8万名志愿者参与赛事组织保障工作,超过2000人来自海外,涵盖98个国家和地区,约1500名中国志愿者是“规模最大、最活跃的志愿者群体之一”。他们在服务中消弭地域与文化的差异,在协作中书写了“更团结”的注脚。

他们没有站上领奖台,但他们让全世界看到——北京冬奥会“带动三亿人参与冰雪运动”目标的实现,不仅体现在人民群众广泛参与冰雪运动本身,也体现在冰雪志愿服务等更多领域的延伸。

雪落无声,见证着人类对运动极限的永恒追求;冰面如镜,映照出跨越国别与种族的共鸣。

当冬奥圣火在米兰和平拱门下与科尔蒂纳的迪博纳广场缓缓熄灭,奥林匹克五环旗将指向下一个四年。法国阿尔卑斯山区已伸出接力之手,而属于米兰—科尔蒂纳的冰雪记忆,将如达·芬奇手稿中那精妙的绳结,永远编织进奥林匹克运动的壮阔画卷。(新华社米兰2月22日电)

丙午马年奔腾而至,古老民俗以青春的姿态,跃入新时代的视野。当新年的烟火点亮城市乡村,当传统文化在岁月更迭中焕发新生,2026年新春,一场传统基因与时代活力的双向奔赴,正在神州大地生动上演。

寻根探源 新春里的文化传承

正月初五,江苏宜兴丁蜀镇前墅龙窑前,一声“开窑大吉”的号子穿透村巷,窑工挥锤破除封门,将一件件经窑火淬炼的陶器捧出。舞龙舞狮、祭祀祈福、窑场技艺展演轮番登场,来自各地的陶瓷爱好者慕名而至,共赴这场新春之约。

前墅龙窑创烧于明嘉靖年间,依山形似卧龙,至今仍延续着古老的烧制技艺,柴烧“火痕”令作品独一无二。如今,在宜兴的众多紫砂坊里,由国网无锡供电公司助力升级的清洁电窑,以智能温控将成品率提升至90%以上,让紫砂烧制在现代生活中薪火相传。

技艺更新未动摇手工之本。紫砂艺人范顺松坚守全手工制作,在陶刻基础上融入金银镶嵌等技艺,并专攻为马年推出生肖等文创。“守正不是守旧,创新不能浮躁。”他说,留住手工艺之魂,方能在新春烟火里生生不息。

从江南向北而行,各地民俗年味浓郁。首都博物馆内,京津冀庙会文化展将三地民俗搬进展厅;恭王府博物馆的年货展上,来自全国各地的传统木版年画吸引观众争相体验拓印。“一起做年画讨个好彩头,”徐先生说,“在博物馆里过个文化年。”

中国非物质文化遗产馆内,从传统历法到灯彩民俗,百余项非遗项目串联起立体的过年场景。“非遗年礼”市集上,各地风情汇聚,熟悉的家乡味与他乡特色交融共生。

宁夏银川西夏陵内,行浸式演艺让游客仿佛穿越回千年前:各民族商贸街叫卖,壁画“飞天”在光影中翩翩起舞。孩子们与历史角色合影,体验射箭投篮,用赢得的“银票”买文创。“在趣味民俗中理解历史,春节更有意义。”来自山西的游客王飞感慨。

在陕西延安,陕北秧歌、舞狮等民俗表演轮番登场。入夜,上百组组合马年元素的花灯点亮夜空,打铁花、篝火晚会将节日氛围推向高潮,人们在欢歌笑语中感受别样年味。

这个春节,人们在与传统文化的深度对话中,完成了一场寻根之旅。民俗文化不仅是静止的陈列,而是可感可知的生活,在代代相传中生生不息。

非遗民俗焕新彩 新春更添“中国味”

2026年新春佳节,全国各地以丰富多彩的非遗体验点亮假期生活。从都市文化场馆到古镇旅游街区,人们感受着传统民俗在当代焕发出的生机与魅力。

正月初一,上海市民胡浩走进上海市群众艺术馆,在非遗传承人指导下,制作了一枚寓意“马到成功”的香囊。红锦为底,金线绣马,艾叶檀香为芯——这份亲手完成的非遗作品,承载着她对新年的美好期许。

“春节申遗成功后,公众参与非遗体验的热情

明显提升。”上海市文化和旅游局非遗处处长陈平介绍,2026年春节,上海推出以“乐游上海过大年·品一碗人间烟火”为主题的系列非遗活动,涉及非遗美食、年画春联、灯会灯彩、技艺体验等多个门类,总数达数百项。

在湖南常德柳叶湖旅游度假区,一群年轻人刚结束常德丝弦的教学体验,便提着刚入手的文创产品,在河街石桥上合影留念。当地在保留常德高腔、丝弦、渔鼓等非遗项目“原汁原味”的基础上,引入沉浸式行进演出、国风打卡等新形式,吸引更多市民游客参与。

“亲朋好友相聚学习非遗技艺,既是一次文化体验,也是一次情感连接。”常德市民刘女士感叹,这样的假期,更有年味,也更有温度。

非遗民俗的舞台,正越来越大。浙江上虞曹娥里·十三弄成为一座开放式的“非遗大观园”,“祝家招婿”、花船巡游轮番上演;重庆江津区中山古镇的“千米长宴”打破单一宴席模式,融入剪纸、写春联、非遗展演等互动内容;河北北戴河、海南儋州等地,也将非遗引入旅游动线,让游客感受文化年味。

大江南北,非遗民俗正在以更可亲、可感的方式融入新春生活,成为这个“中国年”最温暖的底色。

科技赋能传统民俗 光影之间“活”起来

当千年民俗遇上前沿科技,传统文化在新春焕发出崭新生机。这个春节,科技让民俗文化从“被观看”走向“被体验”。

重庆两江四岸夜空,万架无人机腾空而起,铺展出流动画卷:骏马踏祥云,福娃举如意,流光溢彩洒向仰望的人群。“科技赋能文旅,既让传统文化焕发新活力,也带来实实在在的消费增长。”重庆市南岸区文旅委主任雷旺说,展演地周边夜间消费明显提升。

四川自贡灯会将古法灯艺与华夏文脉深度融合。“神奇华夏”灯组以《逍遥游》为蓝本,在“鲲”腹内构建“机械神话宇宙”,LED星空穹顶与精密装置带来沉浸体验。

科技更让灯会可触可感:语音交互的年兽“年年”、洒下“福”“禄”光影的吉祥葫芦、敲击即动的互动灯组,吸引游客纷纷打卡。“观灯变成玩灯,自己也成了光影的一部分。”人们感叹。

在辽宁大连熊洞街,新春AI科技节让年味更添“未来感”。AI智能体“熊北北”能讲脱口秀,可与游客对话互动;赛博秧歌与机器狗舞狮将传统与机械巧妙结合;赛博财神机器人定时巡游,让“迎财神”变成移动互动;无人机红包雨则以空中科技演绎传统“派红包”。

“春节讲究‘走好运’‘讨彩头’,我们把这种文化心理转化为互动机制,让年味真正‘动起来’。”大连熊洞街项目总经理王浩宇说,科技并非简单替代传统,而是在保留文化符号与仪式感的基础上重构了表现形式。

科技让传统文化可触可感,让年味可亲可近。这个新春,古老的民俗以崭新姿态融入生活,住进一代代人的心里。文化的根,就这样在创新的土壤里,扎得更深、生得更旺。

(新华社北京2月22日电)

民俗新声迎新春:传统基因与时代活力的双向奔赴

新华社记者 余俊杰 周文冲 陈爱平

春回乡土间:马跃新途绘乡景

新华社记者 熊家林 周勉 许舜达

春回大地,万象更新。春节期间,记者在江西、湖南、浙江等地农村走访发现,乡间田野生机盎然、活力十足。守乡人扎根故土、深耕实干,归乡人携智返乡、逐梦田园,筑乡人怀揣热爱、赋能振兴,描绘马年乡村振兴的新图景。

守乡人:“守着乡土也是守着对好日子的盼望”

顶着正月的小雨,江西省宜春市宜丰县天宝乡长桥村村民胡立生习惯性地往竹林逛了一圈。“节节高”的毛竹连着当地生计,长桥村200多户村民中90多户种着毛竹。

“以前毛竹质量差、卖不上价,村民觉得守着竹山没奔头,很多人把竹林低价出租外出打工。”胡立生选择了留下,琢磨着让竹资源变现增收的路子。

宜丰县活立竹蓄积量超过1亿根,近年来,当地针对竹林资源利用率低、经济效益不高等痛点,对低产低效毛竹林进行改造。长桥村建起了笋竹两用丰产林基地,水肥一体化设施、竹材运输轨道车等配套设施相继落地,产业收益大幅提升。

“村民把竹林承包出去,每亩流转费只有六七十元,如今自主经营每亩纯收益1000元以上。”胡立生说,更重要的是,大家的发展信心更足了,“守着乡土也是守着对好日子的盼望”。

温度湿度自动调节、水质分析仪动态监测、养殖桶里水流循环不息……在浙江省衢州市龙游县湖镇镇,走进农户翁旭东的工厂化循环水养殖车间,只见一群群溪鱼在数十个整齐排列的圆桶里游弋。

扎根20多年,翁旭东已成为当地渔业产业的核心带头人之一。其间,他牵头制定了4项地方渔业养殖标准,同时创新推出“庭院共享鱼池”模式。

“公司提供鱼苗和技术支持等服务,农户平时只负责清理过滤箱,不仅赚一份鱼池租金还参与利润分红。”翁

旭东说,周边13个村集体通过这种模式增收超百万元,提供了上百个就业岗位。

春风拂过广袤农村,播撒希望和信心。据统计,我国已累计培育家庭农场近400万个、农民专业合作社超过200万家。

归乡人:乡村的发展机遇就是最大吸引力

“90后”刘稳是被“一封情书”引回家的。2016年,在外地从事工厂管理工作的刘稳,看到家乡湖南省常德市汉寿县发出的《致汉寿在外乡友的一封信》,得知汉寿正大力发展农村电商,决定回乡创业。

返乡沉下心来学习钻研半年后,刘稳和8名团队成员一起参加汉寿首届电商创新创业大赛并夺得冠军。当地送上贴息贷款、场地免租等扶持政策,为青年返乡发展保驾护航。依托湘菜产业优势,刘稳开起了销售汉寿甲鱼的网店。

短短几年,刘稳公司的甲鱼销售量在多家电商平台排名前列,公司与全国各地超2000家餐饮店签订供货协议,年均销售额达7000万元,带动汉寿县200多个甲鱼合作社发展。刘稳说:“只要抓好品质和品牌,地方农产品就能成为全国畅销品。”

返乡发展的“新农人”为农村带来活力,也带来了新理念、新技术。

江西省鹰潭市贵溪市河潭镇横山村种粮大户毛雄,是全村第一个毕业后返乡种田的大学生,如今依靠30多台现代化农机设备,管理着1100多亩水稻。

雨水节气刚过,毛雄正在准备春节后给周边农户做技术培训的教案。他介绍,如今,一台无人机一天就能完成300多亩农田的施肥作业,还能通过数据管控避免漏施、多施,让种田更精准、科学。“种田从靠经验到靠机械,再到如今用上数据分析,大家的理念不断更新。”(新华社北京2月22日电)

农村正展现出愈发广阔的创新创业天地,截至2025年底,全国各类返乡创业人员累计超1510万人。

筑乡人:“新村民”也是“兴村民”

在江西省宜春市袁州区南亩镇梅花村,古樟树下年味与咖啡醇香交织。“00后”店主刘静怡忙着迎接四方来客。两年前,她以外地游客的身份到访,被这里古树环绕、老屋错落的风貌和便捷的交通吸引,随后在古樟旁建起木屋咖啡馆,成为梅花村的“新村民”。

让刘静怡意外的是,村里给予她极大的创业支持,从场地建设到试运营仅用了不到100天。开业后,针对顾客反映的停车不便问题,村里迅速协调,3天内就建成了拥有20个车位的停车场。如今,这家“村咖”已成为当地网红打卡点。

新农村以独特魅力吸引“新村民”驻足,“新村民”也在主动塑造乡村新形象。

在湖南省常德市澧县甘溪滩镇甘溪村,一处中式园林风格的建筑格外醒目——依山而建、错落有致,回廊蜿蜒、檐角飞翘,这是“85后”雷鸣打造的溪上美术馆。

“农村既有耕耘劳作的田野,也有诗和远方,我想把散落的传统文化瑰宝收集起来,让更多人看见乡村的美。”雷鸣说,他游历全国各地,一边收集各地民俗老物件,一边改造老旧院落,还邀请各地老手艺人参与其中,助力传统技艺传承。

截至2025年底,溪上美术馆已搜集到全国各地民俗器物上万件,与40多位老手艺人保持长期合作,每年接待来自全国的游客近5万人次。

催生乡村新产业、培育乡村新业态,展现乡村新形象,守乡人、归乡人、筑乡人共同在春天种下马年的新希望。(新华社北京2月22日电)

春节长假结束反而更累? 专家支招如何调适身心

新华社西安2月23日电(记者 蒲娟)春节长假过后,许多人会感到疲惫不堪,精神不振,甚至出现失眠、食欲减退等生理不适。如何在节后调适身心,找回好状态?专家来支招。

陕西省人民医院心身医学科主任医师孙彦介绍,在春节等长假结束后,人们从放松的假期状态切换回工作或学习状态时,可能会出现一系列短暂的身心适应困难,也称作“节后综合征”。它并非疾病,而更像是一种“身心节奏失调”,通常表现在生理节律失调、情绪动力下滑、认知效率降低三个层面。

“出现‘节后综合征’,可能与假期中的一些习惯有关。”孙彦说,比如报复性熬夜,假期熬夜追剧、刷手机,白天补觉,作息完全颠倒;高强度赶路,旅行行程排得太满,赶景点、忙打卡,

身心并未真正放松;社交连轴转,连续多日聚会、应酬,休息时间严重不足;放松变放任,把所有事情堆积到复工前,导致焦虑加剧。

如何帮助身心平稳“切换频道”?孙彦表示,关键在于“主动调节”而非“被动忍受”。在假期最后两三天,可以逐渐调整作息,早睡早起。复工前一天,准备好第二天要穿的衣服,列一份简单的待办清单,给自己一个“准备开工”的信号。在复工前两天,尽量不要安排高强度或高难度任务,可以从整理文件、回复邮件等小事做起,通过完成简单事项逐步重建工作节奏。

同时,在日常调节中找回节奏,尽量固定起床时间,睡前半小时远离电子屏幕,促进身体自然分泌褪黑素。白天多接触自然光,有助于重置生物

钟。可以通过散步、慢跑等运动激活身体状态。久坐办公时,每隔一小时起身活动,做些拉伸或深呼吸。

陕西省人民医院心身医学科主治医师李梅提醒,“节后综合征”大多在1至2周内自行缓解,但如果出现情绪持续低落、兴趣丧失、自责无力,伴有严重失眠、早醒或持续躯体不适,症状明显干扰工作、学习或日常生活,情绪及身体不适超过两周没有改善,建议及时咨询医生或心理专业人员。

专家表示,“节后综合征”是身心在长假后发出的正常调整信号,提醒我们生活节奏的转换需要时间与耐心。我们可以通过规律的作息、适度的运动、有序的任务安排,帮助身心实现平稳过渡。

新华社发 王鹏 作

