



腊八到

农历十二月初八是“腊八节”，这天又称为“法宝节”“佛成道节”“成道会”等。本为纪念释迦牟尼佛，后来逐渐成为传统节日。

俗话说：“小孩小孩你别馋，过了腊八就是年。”这一天人们会

甜甜的腊八粥

听奶奶说，今天是腊八节，每到这一天各家各户都会熬腊八粥。去年，奶奶熬的腊八粥又香又甜，真是非常怀念。

爸爸给我说，腊八节是我国的传统节日，它有着悠久的历史，是古人岁末祭神祭祖，欢庆丰收的日子。我国大部分地区都有吃腊八粥的习俗，精心熬制，全家享

腊八节

腊月初八是腊八节，到了这天，人们都要喝上一碗热腾腾的腊八粥。

在很久很久以前，腊八节是佛教的盛大节日之一。相传，这一天是佛祖的成道之日，为了纪念这一天，各地的寺庙会举行隆重的法会，再用谷粒和一些果实做成粥，取名“腊八粥”。佛寺里的人还会把腊八粥送给来寺庙的老百姓吃，大家相信吃了这种

我是“小书虫”

从我咿咿呀呀学语开始，就与书结下了不解之缘。那时候我“啃”的是一些小卡片和卡通书，这些书内容简单，且图文并茂，通俗易懂，我很喜欢“啃”。听妈妈说我常常拿着书，读着书，甚至还咬着书，真是名副其实的“啃”书。

再大点时，我就开始读儿歌了。《小花狗》《数鸭子》《上学歌》《荡秋千》……甚至还背过《三字经》《弟子规》《百家姓》，这些我都记忆犹新，至今还能朗朗上口地背上几篇。

等我进了幼儿园，就开始读

喝腊八粥，腊八粥又称“七宝五味粥”“佛粥”等。吃着腊八粥就预示新年离我们越来越近，但随着生活条件改善，工作节奏加快，很多年轻人已经忘记了腊八节。

在这天，人们不仅会喝腊八粥还会吃腊八蒜，还有其他一些习俗，如：“吃冰”。腊八前一天，人们一般用钢盆舀水结冰，等到腊八节就把冰敲碎了拿来吃，民

用，感恩生活，祈福纳祥，预示着生活越来越好，越来越甜蜜。

一早，我闻到了香喷喷的味道，起来一看，原来是奶奶熬制了我想了好久的腊八粥。这看着普通的一碗粥，味道好极了，其中各种颜色的杂粮可不少，有花生仁、红枣、绿豆、黄豆、大米等，还放了甜甜的葡萄干呢。奶奶做的腊八粥香气扑鼻，轻轻喝一口，又软又香，好解馋好满足，很快我就喝完一碗，又盛了一碗。

粥就可以得到佛祖的保佑。

在宋朝有一个大名鼎鼎的英雄叫岳飞。有一年冬天，他率领军队到一个叫朱仙镇的地方打仗，那里的敌人很强大，岳飞和他的岳家军坚持抵抗了好久。大家衣服越穿越破，粮食越吃越少，有的士兵都病倒了。眼看都要抵挡不住了，好在这个关键时刻，朱仙镇的一些百姓开始往军营里送粥。慢慢的，送粥的人越来越多，这些粥已经足够岳家军饱餐一顿。岳家军吃完后又变得斗志昂扬，岳飞发现这正是一个

绘本了。我读过很多绘本，每个绘本都是一个精彩的故事，从这些故事中，我明白了许多道理。《爷爷一定有办法》告诉我要爱惜物品；《小步多走路》让我知道遇到困难要克服它；《花婆婆》告诉我们做人要有一颗爱心……

迈入小学，我读的书就更多了，整天在故事书里遨游。当我接过爸爸买的《格林童话》时，就像手里捧着金子，两眼放光，欣喜若狂。我最快的速度是一天看完一本厚厚的《小故事大道理》，怎么样，厉害吧？之后，我又和列那狐成为好朋友，和尼尔斯骑鹅一起历险，和熊熊二成为伙伴，我们一起在童话的世界里徜徉。

间流传一种说法，如果腊八节吃了冰，往后的一年都不会肚子疼。

这一天，喝腊八粥、吃腊八蒜是全国各地老百姓最传统、最讲究的习俗，感受传统节日，通过听一听、说一说、吃一吃、看一看，过一个热热闹闹的腊八节吧！

小记者 连若萱
指导老师 张琦

山亭区城头镇中心小学四(3)

生活有很多种味道，腊八节有好喝的腊八粥，这就是幸福吧！奶奶说：“人家都说，小孩小孩你别馋，过了腊八就是年。过了腊八节，离过年就越来越近了。喝了这碗腊八粥，生活一直往前走，日子永远有奔头！”

作为炎黄子孙，我们更要把中国的传统节日和优良作风坚持并传承下去。腊八节，明年再见！

小记者 巩家瑞
峰城区匡衡小学三(1)

反击的好机会，便立刻下发军令，杀敌军个片甲不留。而这一天正是腊月初八，岳飞胜利了，保住了朱仙镇。后来岳飞去世了，百姓们为了纪念他，就在腊月初八这天用杂粮豆子和干果来煮粥，后来改名为腊八粥。

关于腊八节的故事已经讲完了，想必大家也知道许多关于腊八节的故事吧，也试着讲一讲吧。

小记者 程俊翔
指导老师 董艳珍
峰城区匡衡小学

随着时间的流逝，我慢慢长大，书越“啃”越多，“胃口”越来越大，一些“杂书”也进入了我的“小书库”。《脑筋急转弯》《十万个为什么》《科学小游戏》等，这些“营养食物”对我这个“小书虫”来说已经是“一日不吃饿得慌”。

白天上课读书，晚上睡前看书，就连做梦我也是和书中的主人公在一起。这些包罗万象的书丰富了我的生活，我整天在知识的海洋里遨游，在书的世界里快乐地成长，我愿意永远做一条快乐的“小书虫”！

小记者 秦如梦
指导老师 魏永芳 葛毓
山亭区水泉镇兴国希望小学三(3)

腊八节

今年是幸福的一年，因为疫情终于放开了，我们可以四处走走了。这不，上周妈妈带我去超市，买了很多好吃的，妈妈说：“快到腊八节了，我们买点煮腊八粥的食材吧。”于是，我们买了大米、红米、糯米、黄豆、芋头、红砂糖等，准备迎接腊八节。

在回家的路上，妈妈给我介绍了腊八习俗，我又一次跟妈妈学到了知识。

俗话说：“腊八粥，吃不完，吃了腊八粥便丰收。”到了这一天，家家户户都有喝腊八粥的习俗。到家后，妈妈把食材准备好洗净，先浸泡20分钟，大火煮沸后再小火慢慢熬煮。为了避免粘锅，要不停地搅动。

腊八也是年前的一个大节，过完腊八，春节也快

腊八节

周末的一天，妈妈对我说：“我去超市买些过腊八节的食材，你写完作业就在家玩。”“腊八节！什么是腊八节？”我便问妈妈。妈妈笑笑说：“你作为一名枣庄日报的小记者，还要我告诉你吗？”对呀，我应该上网去查啊！我写完作业，就迫不及待地打开了电脑。

原来，腊八节是每年农历腊月初八，又被称为“法宝节”“佛成道节”等。在古代中国，“腊”原本是一种“祭礼”，在商代，每年举行春、夏、秋、冬四次大祀，祭祀祖先和天地神灵。秦汉时期，腊月初八被定为腊祭之日，直至南北朝时期，“腊八节”才逐步被分化出来形成独立的节日。佛教传入后，与传说中释迦牟尼的成道日合二为一，腊八节借此扩大了其在官方和民间社会的影响，最终形成了现在的腊八节。

腊八节主要节庆包括

到了。腊八粥对身体有一定的好处，能健脾养胃，它的食材多样、营养丰富，可以温胃散寒，是一种极好的冬令食疗佳品。

在我们山东老家，“腊八节扫屋”的说法叫得很响亮，简直就像炮打不动的民间“法定日”一样，家家户户都在这天忙着大扫除。因为平时是不能随便扫屋的，生怕招惹得罪了“宅神”。而腊八节这天就可以放心大胆、毫无顾虑地扫屋了。据老辈们说，这天是“宅神”的“卫生环保日”，也到了该干净的时候了。“腊八扫屋”是为了把一年来的灰尘与晦气通通打扫干净，村里很多人在几天前就早早地把扫屋的笤帚准备好了。

过完今年的腊八，我马上到10岁了，我一定努力地学习，收获更多的知识。

小记者 李徐雨萱
指导老师 苏德芹
台儿庄区涧头集镇中心小学三(5)

吃腊八粥，家家户户都在这一天煮粥祭祀祖先。腊八粥有一个别名叫“七宝五味粥”，是一种采用多种多样的食材熬制而成的粥。在南宋吴自牧的《梦粱录》便记载：此月八日，寺院谓之腊八。大刹等寺，俱设五味粥，名曰腊八粥。腊八节不仅包含了古先民对来年农业丰收的殷切期盼和对祖先神灵的感恩与敬畏，还展现了中华民族丰富多彩的民俗文化。这些习俗和传统，代代相传，流传至今，成为了我们中华民族宝贵的文化遗产。

在我的脑海里，还有一些一家人围在桌子旁，共同品尝腊八粥的美好画面呢！

这就是腊八节，是不是很有意思呢？俗话说：“过了腊八就是年。”这也说明新年的脚步越来越近，祝大家在在新的一年里健康快乐，万事如意。

小记者 杜晓雨
指导老师 陈加军
山亭区城头镇中心小学四(4)

迎新年 向未来

为弘扬中华优秀传统文化、丰富校园文化生活，进一步提高队员的创新和动手能力，鼓励队员积极参与中华传统节日活动，活跃传统节日气氛，近日，台儿庄区实验小学西关校区响应团市委、市少工委的号召开展“迎新年 向未来”系列

活动，举办了“感受纸上的新年”活动。

博学多思：古诗配图贺新春，龙年主题诗配图。

动动巧手，广开思路：设计腊月台历、绘制创意年画。

开动脑筋，动手实践：制作创意灯笼。

争做小小书法家：书写创意“福”字。

在这次“迎新年 向未来”活动中，队员们展示了良好的精神风貌，进一步提高了队员们的创新和动手能力，感受到了浓浓的中华传统节日喜庆的氛围。（记者 苏羽文/图）

