

# 2023年中国传统文化的社会实践活动报告 (大全8篇)

辞职报告是员工告别公司的一种形式，它可以清晰地传达离职的意图和原因。以下是小编为大家收集的辞职报告范文，仅供参考，希望能给大家提供一些写作的参考和启示。

## 中国传统文化的社会实践活动报告篇一

“济南是人泉，泰山是神泉”，这是寒假登泰山时听到的一句话，意思是济南的名人多，泰山的名神多。本来不懂这句话，逛完了泰山才懂它的真含义：神，的确很多，大小庙宇无数；来过的神人也很多，悬崖绝壁上都有某年某日某人的题词！

我在凌晨三点醒的，当时同寝室的四个人已经醒了，在悄悄谈话，被窝里的脚有些冷，说不清是被她们的谈话声吵醒还是房间太冷把我冻醒，总之是醒了。水杯里的水已经冰凉开始冻彻肌骨，这泰山顶上的凌晨，除了我和屋里的人，所有的人都睡觉了，世界是一片安静。

我们出发的时间还不到五点半，天依然黑透着，室外温度倒也不低，有人惊叹和屋里一样冷啊！当时走在古建筑的冷清大街上，确实有魑魅魍魉的感觉，路上稀疏有几家开门的店铺，露出灯光。而我们则依靠点点手机灯光行走，偶尔有巡夜的人，露出一束手电筒的光，只一束，不过已经很感激了！几个人稀落落的在街头，出租军大衣，叫卖高香，价格是贵的离谱，且掺杂谎价成份太大，他们都身穿黄绿色军大衣，缩着脑袋和脖子，像一只只冻坏了的猴子。路倒是够平整，只是台阶很多，有时我幻觉这是在没有路灯的某个地方，看看路边的灯——很有古韵的亮着，周围是花花绿绿的画，台阶下是距离千米的泰安市，有点点灯，有长龙似的路灯，远处看来有些缥缈，真的像天宫，一抬头，贞节牌坊似的建筑，

凭借昏暗的光，看见上面是“天街”二，哦，原来现在在泰山顶上！

行走夜路，头顶繁星，点点滴滴，连月亮也逃到天的东方让路。什么北斗星，北极星，牛郎织女星…马导一边指着一边教我们辨认。看见天上繁星，看到山下的灯火美景，仿佛山是镜子，把星星射到人间，抑或人间是湖面，飘了天空的影子，我陶醉这奇景，就想收录到照相机里。路前面是阴森恐怖的，黑黑一片，只闻到浓烈的香气，是焚烧的香，那一刻来不及仔细看周围，急着赶路，而路在脚下也不太平了，石头参差不齐，我忽然害怕了，小时候听说过鬼迷路的故事“晚上走路时，鬼出来捣鬼，故意变出路来迷惑人，使人绕来绕去的走不出原地，只是绕圈而已”我突然记起昨天晚上宾馆老板的话“走了别回来啊”不像是对人说的话，只像说鬼的。这世界上可能真的有鬼吧？！

出了庙，分两个岔路，不知道走哪边。停下来，隐隐约约听到人声嘈杂！路要依靠一步步挪过去，十分陡峭，而且看不见任何东西，只能靠摸。

站在泰山顶上，穿羽绒服，依然很冷。天已经黑透了，只在西方留着鱼肚的白色，残阳渐渐退尽，第一次在山上，别样感觉！我们穿过度假村，有山有水，大家兴致勃勃，拍照说笑。渐渐的身上开始热了！后山的小路窄，几处都险象环生，石壁陡峭，好几次都是从山崖边上过来，心惊胆战。而石头太陡，道路有些泥泞。所以尽管周围的自然风景秀美，丝毫没时间去欣赏，于是，为了赶路，错过了欣赏最美的风景。在荒山野岭，就我们四个女同学，讨论野人讨论狼，有些恐怖，往前喊也不见人声。尽管行路难，不过一路上还是很有意思的，周围的悬崖峭壁，容不得喘息，每次摔倒后，都有劫后余生倒吸一口凉气的侥幸。

有山必有水，山涧窄窄的小溪，哗哗啦啦，十分动听，流下来的水储存在山脚下，底下的鹅卵石清晰可见，忍不住伸手

掬一捧水，好清凉！环视四周，山上已经有结冰了，我明白了一句话“流水不腐户枢不蠹”大抵说流动的东西不容易坏，所以流动的水不容易结冰。空气也开始清新凉爽，吸一口，仿佛鼻孔中的汗毛被冻结住一样，但身上却实在的热，绒衣早已经湿透，汗水顺着两颊流下，头发也被沾湿。这是运动着，估计停下来会被冻坏的，毕竟半山腰的温度极度低了，每升高一百米气温降低一些啊！而手下的石头也都冷如冰块，温度很低。

从山下到山上遇到过几个人，有妇女有挑山工，每次我们询问路程，都会得到干脆回答。不得不提小路边上的石头上都有红色的路标提示，每当犹豫不决走哪条路时，就会绝处逢生了！路边有些打碎的盘子，相信是哪个挑山工一不小心打碎了挑的东西吧！进而感叹他那天折本和工作的危险艰辛。最后穿过的是一片松树林，青翠的松针叶，笔直的树干，这是以前的松树所不及的。地下有堆积的一层松针，颇有沧桑感。山的陡壁有几棵泛红的果树，不知道是什么果子？我不是贪吃，而是好奇，就晃晃悠悠的踩着石头去摘果子，原来是枸杞大的东西，成葡萄似的一串串，所以远处红的像火！可是已经腐烂了，有股霉变的气味儿，毕竟冬天了，经了霜的东西。仰头，山上的树绿色的，白色的一一经霜的，像玉树琼枝。此时那一刻，突然惧怕起来：天已经暗了，突然来了什么山妖，我们是无缚鸡之力的，于是猜测这莫名其妙的野果树也是妖怪精心设计的，我摘了，就引鬼上身了，也许是《画皮》看多了！最后还是毫发未损的下来了。山间有时响起几句《红高粱》的“妹妹你大胆的往前走”，像是专门给壮胆的。

在天已黑透的山路上，几个人结伴而行，别有一番滋味！记起钱钟书先生在《围城》里说：“旅行是最劳顿，最麻烦，叫人本相毕现的时候”的确如此。

我们，呆惯了象牙塔，出去走走，既体会了假期的乐趣，也接触了我们博大精深的传统文化，在天寒地冻的季节，更锻

炼了人吃苦耐劳的品质，几个人齐心协力的做一件事情，觉得假期分外有意义！

## 中国传统文化的社会实践活动报告篇二

这个寒假，学校再次让我们做关于假期的社会实践报告，这也是假期作业的惯例，之前，这个作业我没有特别的重视，所以之前并没有参加之前的评比。这个假期，这个作业我会好好完成。

放了寒假了□20xx年有两个九月，所以这学期的时间较长，放假较晚。一到了假期，同学们一定在家里都规划好了自己的假期。随着寒假的开始，也寓意着快要过年了。春节，大家并不陌生，这是我国每年都要庆贺的大事。再说春节习俗，有人说，不就是吃饺子、放鞭炮吗？其实不然，我国各地人民的春节习俗都是不一样的。想要了解？我会一一介绍给大家。

河南地处中原，是中华民族的发源地，“过年”的风俗不仅具有很强的代表性，深厚的文化底蕴和地域特性使其又有明显的独特之处。

在河南，春节的祭灶仪式尤为重要。这主要来源于一个民间故事：有一对老夫妻，他们只有一个儿子，两人非常疼爱他，可没办法，家中贫困，只能让儿子上煤矿去挖煤。有一次，老汉去探望儿子，在路上遇见一个光脚片的同路人，交谈中得知，光脚片是阎王派来收回一百名矿工，老汉乞求不要收回他的儿子，光脚片应允，让他别告诉别人。此事过了三年之后，在腊月二十二晚，老汉将此事讲给自己的老伴，谁知被灶神听去禀告了玉帝，玉帝随之收回老汉的儿子，惩戒了光脚片。为此，每到腊月二十三这天，人们敬灶君吃灶糖，希望他到天宫后，不要再搬弄人间是非。久而久之，人们都在腊月二十三祭灶。

春联也叫门对、春贴、对联、对子、桃符等，它以工整、对偶、简洁、精巧的文字描绘时代背景，抒发美好愿望，是我国特有的文学形式。每逢春节，无论城市还是农村，家家户户都要精选一副大红春联贴于门上，为节日增加喜庆气氛。

“福”字在民间人们还喜欢在窗户上贴上各种剪纸——窗花。窗花不仅烘托了喜庆的节日气氛，也集装饰性、欣赏性和实用性于一体。剪纸在我国是一种很普及的民间艺术，千百年来深受人们的喜爱，因它大多是贴在窗户上的，所以也被称其为“窗花”。窗花以其特有的概括和夸张手法将吉事祥物、美好愿望表现得淋漓尽致，将节日装点得红火富丽。

除夕守岁是最重要的年俗活动之一，守岁之俗由来已久。最早记载见于西晋周处的《风土志》：除夕之夜，各相与赠送，称为“馈岁”；酒食相邀，称为“别岁”；长幼聚饮，祝颂完备，称为“分岁”；大家终夜不眠，以待天明，称曰“守岁”。守得越晚越好。

饭大家都知道有俗语称，江西人不怕辣，四川人辣不怕，湖南人怕不辣，这样玩弄文字的目的在于形容湖南人嗜辣的饮食习惯。湘菜爱放辣椒，辣椒可说是湘文化的精神图腾，制法也是多种多样，辣字当头，也兼顾色、香、味，让食客吃罢汗流浹背，唇齿留辣，回味良久啊！这湘菜中有名的菜式却都是普通之物，如老姜炒子鸡，湘潭剁椒鱼头、毛式红烧肉等，均是经济实惠之物，价格与滋味都平易近人，因而广受大众食客追捧。

打过开门炮，各家男女穿新衣。主妇烧佛茶，以江西瓷碗盛各种祭品，供于香案。中堂悬挂祖宗图像，先拜祖宗，再拜六神（灶神、檐头神、白虎爷、井神、土地神、财神）。民间认为这六位神祇，是每家的保护神，新年祭拜，主要祈求全年人口平安，家业兴旺。

旧时正月初一中午，在xx县，各家要祭拜祖宗。其仪式由家

庭主妇主持。先列供品，摆好酒盅、筷子，在酒盅里斟上黄酒。在神位和供桌中间要摆一条长椅，然后点起红烛，并在祖先、三官大帝、土地神、灶神等所有神龛香炉上焚香。待红烛燃过四分之三左右或香引将焚完，此时开始烧“金纸”（一种贴着金箔，折成元宝状的纸钱，俗信经过念经才有效），放鞭炮。最后撤馐，撤馐前要先移动供桌前的椅子。

拜祖时，供桌上的礼品不准动；凡祭拜过的供品，除糕点果品外，均要重新煮过或经蒸气热过才能吃。否则，都认为是神灵、祖宗的不敬。

正月初一早上，在洞头岛上至今还保留了一种叫拜茶的习俗。拜茶即以红枣、桂圆、年糕等煮成甜茶谓“红枣茶”，取其吉利之意：红枣——日子越过越红火，桂圆——合家团圆、平安顺利，年糕——步步高升。“拜茶”分两部分：一是拜祖宗，盛小碗，供于灶神像前；二是拜灶神，都要焚香燃烛、烧金纸、放鞭炮。拜茶之后，全家每人各盛一碗喝。因新年第一餐是喝汤的，所以，在以后的日子里，或出门在外，或在家干活儿，若遇雨受阻，人们便会以“正月初一喝汤的”这话自嘲。喝过茶后，还要再烧线面吃，俗谓“长寿面”，既是图吉利，祝愿全家老小长命百岁，又因喝茶不够饱，作为添食，可收一举两得之效。

行花街 除夕之夜，吃年夜饭、守岁和逛花市是老广州辞旧迎新的三件大事。年三十晚上的年夜饭是越晚吃越好。

拜神 凌晨祭祖拜神，杀鸡。起床焚香，放炮仗。这天互相拜访，不问贵贱，奔跑往来好几日，名曰“贺新岁”。初一的中午饭必须吃斋，用粉丝、腐竹、发菜、冬菇等煮成一锅“罗汉斋”，希望这一年该吃的素菜都在这一天吃完，往后就可以大鱼大肉了。

开年 一大早，家中妇女要主持“开锅”，下花生油，煎萝卜糕、煎鱼。现代人更是喜欢将开年饭摆到酒楼吃，吃得越早

越好。这天，邻里和亲友之间，往来拜节。广东流行女儿携家带口回娘家。广州的一些郊区农村还保留着“放生”的习俗，买活鲤鱼，用红纸盖上鱼眼，拜神之后到河塘放生。

穷鬼日 通常不会外出拜年，因赤口，希望避免与人发生口角争执。一些广州人会选择足不出户。这天如有人串门，会被当作穷鬼赶出门。

神落天 接财神回家。如果旧年不如意的可能用“一碗清水、三支香”。

北方过年，有一个影响极为广泛的俗语：“二十三糖瓜粘，二十四扫房日，二十五做豆腐，二十六去割肉，二十七宰年鸡，二十八把面发，二十九蒸馒头，三十晚上熬一宿，大年初一扭一扭。”大致道出了北方农村过年的安排。

黑龙江农村与这略有区别：二十四扫房日，二十五做豆腐，二十六去割肉，二十七杀年鸡，二十八把面发，二十九贴道有（对联），三十走油，初一磕头。其中，贴道有是贴对联的意思，黑龙江农村，按老规矩，水井上贴的对联一般是“道有”，两字为竖着写，道字最后一笑“捺”同时作为有字的“横”，意思是水连续不断，什么时候都有。三十走油，是用油炸面制的干果之类，现在做的已经不多了。

黑龙江农村过年，一般始于腊月二十三，过了正月十五，年算过完了。

1. 腊月二十三，要放一挂鞭炮，吃饺子。灶王爷和财神要升天，即将旧的灶王爷像和财神像烧了，有的人家会摆些供品，堵住灶王爷的嘴，让他们“上天言好事，下界保平安”。
2. 腊月二十四，扫房，打扫卫生。
3. 腊月二十六、七，要杀猪杀鸡。不急着吃的肉，外面便是

天然冰箱，直接送库房冻起来。

4. 腊月二十八，发面，蒸包子馒头和豆包，一部分作为贡品，供奉祭祀祖先用的。另一部分则为了吃，过年了，女人们也不会天天做饭，也要歇歇，也要过年。吃饭时，就取来热热就可以。现在这样做的也不多了，面食买着很方便。

5. 腊月二十九，写对联，贴春联。不仅人住的房屋贴，连鸡窝猪圈羊圈牛圈都贴，印象中，牛圈经常贴的一幅对联便是“牛似南山猛虎，马赛北海蛟龙”，鸡窝贴“金鸡满架”，猪圈贴“肥猪满圈”或“大猪年年有，小猪月月增”。除了春联，还贴窗花剪纸、挂帖和年画。

6. 腊月三十，早晨要放鞭炮，下午要吃饺子，接神，迎接祖先回来，有家谱的人家，会将家谱贴上，没有家谱的人家，会用红纸写一张“三代宗戚”，贴在墙上，摆上供品供奉。同时，也迎接灶王爷和财神回来。有一些人会印许多财神像到各家送，这是送财，各家是不能不要，而且还要赏些钱的。

年夜饭一般要有猪蹄和鸡爪，意味挠钱靶子，来年多多捞钱。年夜饭不能吃虾和东北人经常吃的酸菜，虾与瞎谐音，酸是变质了的意思，不吉利。年夜饭最好有鸡有鱼，象征着新的一年大吉大利连年有余。晚上守岁。一晚上的垃圾不能往外扔，似乎除夕夜扔垃圾是要倒钱，不吉利。午夜钟声响起，要给祖先家谱和家中长辈磕头拜年，长辈要给小辈压岁钱。

## 中国传统文化的社会实践活动报告篇三

摘要：

春节是中国人民最有特色的一个传统节日，是中国人最重要和重视的一个节日，因此春节有很多习俗，例如：贴春联、全家人聚在一起吃一顿丰盛的年夜饭、看春晚、长辈给晚辈压岁钱、放鞭炮、出门拜年、挂灯笼、贴窗花等等。



研究背景：

春节是中国人民最隆重的节日，又称为农历新年，我们叫它为“过年”，它指除夕和正月初一，是新的一年中的第一天，一直到正月十五元宵节为止。在春节期间，全国人民都要举办一些有趣味的活动来庆祝，以祈求自己来年可以平安健康，工作学习顺利。活动很丰富，到处充满着喜气洋洋的景象。春节的影响力是很大的，已经蔓延到了许多国家，这些国家和我们一同欢度春节。

正文：

很久以前，有一个叫“年”的怪兽，每年除夕都会出来害人，当又一年后人们正要逃往深山避难时，从外村来了一位乞讨的老人，下决心要把“年”兽赶走，那晚，老人身披红袍，放鞭炮、挂灯笼，“年”大惊失色，狼狈逃窜。欣喜若狂的乡亲们知道了“年”最怕红色，于是每年都张灯结彩庆祝。这一天称为春节。中国传统节日中怕是没有比春节还热闹的了。办年货，过年出门去拜年都要送礼，大多数是送酒的，这也是对别人的一种祝福；大扫除，把家里打扫得干干净净，把不好的、晦气的，都扫出家门，不然怎能说是辞旧迎新呢？大年三十这一天，每家每户都拿出刚买的春联，贴在门上，墙上等地，还要把旧的窗花撕下来，贴上新的，有的人家外面挂上2个大灯笼，夜晚红彤彤的很好看。除夕夜的年夜饭无疑最令人期待了，全家人聚在一起，吃着大餐，一起看春晚，不管在外面有多忙，一定要回来过个好年，。年夜饭自然是很丰富了，有一桌子的美味佳肴，第一道菜是一种叫“全家福”的汤，希望新的一年以福为主，并贯穿全年。人们互赠吉祥话，希望新的一年能够一帆风顺，羊年大吉。接着大家伙一起看春晚，到12：00跨年时，便可听到到处噼里啪啦的鞭炮声，美丽的烟花不断争相上飞，五颜六色，形状各异，真是吸引人的眼球！

大年初一要早早起床拜年，要穿上新的衣服，希望能有一个

新的开始，去别人家拜年，人家总是给大把大把的糖，年长的老人还会给红包，在别人家小坐一会儿，聊一下过去一年的生活，新的一年的打算。初一至初十，这一期间。都要出去走亲访友。有些人的家里，把已逝的亲人的牌位放在桌子上进行祭奠，摆着香炉，点上香，再摆上一些吃的，例如：馒头，水果，菜等，不仅我们活人要过年，也不能忘了已逝的亲人，再把神灵请回来那一刻一直到大年初二晚上，香火都不可以断，除夕拜年时，自家的亲人来给老人拜年时都要上香磕头，表达对逝者的尊敬。

春节不仅为我们带来快乐，使常年在外打工拼搏的年轻人得到休息，使邻居之间的关系更加友善，甚至给一些堕落的人带来新的希望，使他们重振旗鼓，扬帆起航，使世界真正成为了一个大家庭，彼此互助，构建和谐社会。

春节也是把双刃剑。也带来诸如浪费、污染、攀比、交通拥挤等问题。春节期间，每家每户请客浪费是不可避免的情况，因为中国人认为菜很少是一件很丢脸的一件事情，面子成为人们浪费的借口，所以大量的剩饭倒入垃圾桶，孰不知浪费农民伯伯多少辛勤的汗水。“辛辛苦苦攒积蓄，一餐回到解放前”我们应该响应光盘行动，以浪费为耻，以适量为荣，没有人会瞧不起你的节俭，只有你不珍惜自己的劳动，大手大脚，肆意挥霍。春节期间产生的巨额浪费，会拯救许多无家可归的人。第二个问题是春节放鞭炮严重污染了环境，家家户户放鞭炮，看似喜庆有趣增加年味，实则放烟花所产生的烟，会严重污染环境，烟花产生的刺鼻气味，不仅伤及人体，而且还会污染大气。过年过节每家每户求团圆，私家车争先恐后的闯入每个家庭，每逢春节必定人人回家过年，交通问题也接踵而来，造成道路拥挤，几乎连人也不可以穿行，不仅如此，过年春节买火车票回家过年，更是有许多人回不了家，每日的客流量高达几万人，使交通拥挤问题又提高了一个等级，不可避免的给了不法分子有机可乘的机会，倒卖火车票，甚至进行诈骗，危害社会风气，给年增加了一个不好的插曲。新年新气象，每个人都要添一些新衣服，看似穿

上新衣服是一个新开始，但这却被人们当作攀比的条件，简直败坏社会风气！

过春节既有利又有弊，我们要摒弃恶习，保持优秀的文化传统！取其精华，去其糟粕，了解传统文化，发掘其精髓。让我们过一个积极健康的幸福年！

## 中国传统文化的社会实践活动报告篇四

沅江市各市区及乡村

20xx年2月12日至20xx年3月5日共22天

为响应我校对此次寒假社会实践活动的具体要求，开展社会主义核心价值观及传统文化学习践行活动，弘扬优良社会风气；拓展学习资源和发展空间；激发学习兴趣，增进生存体验；形成服务意识，强化社会责任。

在社会实践过程中，我在饮食、文娱及传统活动等方面对沅江市的春节文化习俗进行了调查。

春节是我国一个古老的节日，也是全年最重要的一个节日，如何过庆贺这个节日，在千百年的历史发展中，形成了一些较为固定的风俗习惯，然而各个地区风俗不尽相同。据调查，沅江市的春节习俗主要可以概括成：二十三，打扬尘、送灶神；二十四，过小年；二十九，贴春联；大年三十熬一宿；初一崽，初二郎，初三初四拜街坊；大年初六，把店开；七不去，八不归；正月十五，挂灯笼。

1、二十三，打扬尘、送灶神：打扬尘的意思就是大扫除。一般这类清洁平时是不太做得，但等到要过年的时候，就要把房间彻彻底底的清扫一遍。湖南话为“打扬尘”。每次，我家在二十三这一天打扬尘，最重要的事就要擦窗户，尤其是室外那一侧面。一年积攒的灰尘要在这一天清理的干干净净，

更好的迎接新的一年。除了打扫，就是祭灶神了。家家户户要将灶台、几案、锅碗瓢盆打扫干净，在灶神像旁贴上对联“上天言好事，下界保平安”，并在灶前供上贡品，我家一般用香油，但也有用糖果之类的。全家大小要在这时行礼许愿。

2、二十四，过小年：关于小年，湖南各地过的时间有些差别。株洲等大部分地区视农历腊月二十四为“小年”，益阳等地以二十三为“小年”，而邵阳、娄底等地却以正月十五日为“小年”。不过我家的小年就是这二十四这天。过小年是过年的开幕式，从这一天开始，喜庆的气氛持续到元宵。从这天开始，餐桌上就会大鱼大肉不断，一直到元宵过后。

3、二十九，贴春联：春节时张贴对联由来已久。对联源于古代的桃符。清人所著《燕京岁时记》中说：“春联者，即桃符也。自入腊以后，即有文人墨客在街头书写春联，以图润笔。祭灶之后，则渐次粘挂，千门万户，焕然一新。”春联最能体现出春节喜庆的氛围。

4、大年三十熬一宿：全家团圆聚饮，菜肴有余有剩，叫吃团年饭。吃饭的时间是不定的，从凌晨到晚上十二点都可以，这段时间会听到各处都有鞭炮声，表明就是哪一家开始吃团年饭了。说到这里要讲讲鞭炮了，过春节放鞭炮是一个古老的民俗，已有1000多年的历史。旧时放鞭有两个意思，一是为了驱鬼迎神、祈祷五谷丰登；二是为了增加节日欢乐的气氛。现在更多的是增加节日气氛了。不过现在很多城市禁鞭，无形中削弱了过年的气氛，不过湖南好多地方过年从来就没有禁过鞭。除夕这天晚上，就要放三次鞭炮：一次是在吃团年饭时放，意思是告诉人们吃团年饭了；再一次是在新年钟声敲响是放，意为辞旧迎新；另一次就是早上开门时放，表示迎来一个崭新的美好的年头。

5、初一崽，初二郎，初三初四拜街坊：这句俗语讲的是大年初一儿子要携妻带子给自己的父母拜年；而大年初二是一家

人回娘家给岳父岳母拜年：初三初四街坊互拜。俗话说得好“远亲不如近邻”。湖南人特别重礼节，常以情义待人。这几天，街坊邻里们都纷纷走出家门，互祝“过了一个热闹年”。拜年时，主人会放鞭炮以示喜庆。

6、大年初六，把店开：初六取六六大顺之意，很多商家也会选在这天开门大吉，以祝愿在新的一年里，生意兴隆，财源广进。同时，一些在外地工作的人也会选择这一天离家外出工作，民间谚语：“三六九，往外走”，所以这几天民航，铁路，公路等交通系统人流量会大大增加。

7、七不去，八不归：到了初七初八，湖南人讲究“七不去（念ke去声，家乡话发音），八不归”’意思是初七不外出，初八不回家。初八这一天，“八”取“发”之意，工厂上班，商家营业，一切活动都恢复正常。以后，熟人见面，互道“请拜个迟年！”

8、正月十五，挂灯笼：正月十五，古称上元节，又名灯节。有俗语说：“三十夜的火，元宵夜的灯”。元宵观灯多是用篾扎纸糊的各式灯笼，有的挂于门顶屋檐，有的就是手拿着去游街了。这一天家家点烛于灶台屋角，户户煮食元宵团。一到晚上便热闹非凡，不论大人小孩都会手持灯笼上街去赶庙会、唱大戏、耍狮舞龙、骑竹马等迎春文艺活动，还有猜灯谜等等，通常是喧闹通宵，故名闹元宵。其中以舞龙灯最为普遍，乡下的舞龙的队伍是最多的了，民间认为耍龙可保清吉，所以“龙”所到之处，鼓乐齐鸣，鞭炮不绝，大家多会赐上一个红包。湖南人拜年、看龙灯、放鞭炮之外，还有唱花鼓戏，至于正月十五吃元宵这一点全国各地全都一样吧，就不多说了。

春节是中华民族阖家团圆的节日，人们在春节这一天都尽可能地回到家里和亲人团聚，表达对未来一年的热切期盼和对新一年生活的美好祝福。春节不仅仅是一个节日，同时也是中国人情感得以释放、心理诉求得以满足的重要载体，是中

华民族一年一度的狂欢节和永远的精神支柱。这些年，随着科技的发展，相隔遥远的家人，朋友一年中有很多机会能相见或交流，所以人们对春节的团圆变得不那么重视了。但是春节依旧是我心中一个最特殊的节日，在这一段时间内的团圆似乎更有一种喜庆和吉祥的感觉，或许这其中就包含了我在每年春节时对于新的一年的祝愿吧。最后，祝大家新年快乐！

## 中国传统文化的社会实践活动报告篇五

我认为，虽然丰富多彩的世界文化开阔了我们的视野，丰富了我们的生活，但我们千万不能迷失和放纵自己。弘扬和继承中华优秀传统文化，是我们责无旁贷的责任和义务。前段时间举办的中国汉字听写大会和中华成语大赛就是一个很好的继承传统文化的方式，通过搭建这样一个公众平台，使人们重燃了对母语的热爱，还有舌尖上的中国，不仅弘扬的是中华传统美食，更多的是透过美食宣传积淀的中华美食文化传承中华民族的优秀文化和大力弘扬爱国主义情怀尤为重要。只有这样，中国才能朝着更加健康的方向发展。

中国传统文化，应是体验精神价值的生活方式，没有它，国人将迷失自我，没有它，中国便只剩下空壳，我们理应传承优秀的传统文化，共筑精神家园，共创美好未来。

## 中国传统文化的社会实践活动报告篇六

海外学习与文化交流

20xx/7/4至20xx/8/15

加州大学伯克利分校

了解海外大学的校园氛围、上课模式，了解当地文化，感受中美文化差异，思考国内教育和我个人发展中值得改进的地

方。

周一至周四在加州大学伯克利分校进行暑期课程学习，周末完成作业的前提下出门观光。

感受到了巨大的文化冲击，虽然是呆在国外，反而更加深入地思考了在国内的生活。

若是再有出国学习的机会一定要在前期语言准备上多下功夫。

若有出门计划，出发之前一定要做好详实的规划，尤其在人生地不熟的地方，突发情况远比预期的要多。

不要在意脸皮，不要在意局限。很多时候逼自己一把事情就成了。

前期经历了近半年的复杂准备过程。从最初确定要去，到开始和家里人沟通说服，接着自己办理一系列准备。去银行汇款付定金，网上申请填一大堆表，上传各种证明文件，回户口所在地准备护照、四级成绩单，准备签证材料（拍签证照片，教务处开具成绩证明，学生处开具在读证明，银行开具存款证明，父母开具收入证明，户口本，以及所有证明文件的翻译盖章），赴上海办签证，定机票，初到美国尚未入住宿舍要订酒店，联系接机，等等，更兼各办事处常有效率低下、职责不清的弊病，或是机构不曾言明办事细节要自己寻找，随便一个证明跑几趟跑几天都是常事。程序复杂时常让人觉得崩溃，但还是都要独立完成，确实是非常锻炼人的。想想这还是有老师指导、有十来位同学共同经历、还可互相帮助的，若是一个人去上本科，比这更复杂的事务独自办理，不知道自己能不能撑过来。

初到他乡，人生地不熟，困难是自然的。英语沟通又不适应，国内随便一件小事可轻轻松松解决的，到这里都会成为相当麻烦的事情。连出门去个什么地方有时都成问题。

不过在加州的生活大多数还是符合预期的，或者说不管它是怎么样，我都已经做好了接纳的准备。生活上基本没有什么困难。我觉得我之前生活能力就比较强，心态也比较包容，所以到国外什么样的习俗都可以适应，什么样的黑暗料理都可以吃并且管饱（虽然还是去了很多次川菜馆改善伙食），什么样的困难都会自己努力去克服。周围许多人都会觉得，呆在国外诚然不如在国内家里安逸自在，时常要面对一些意料之外的困难，倒霉的事情一发生就会是一串，还都得自己解决。我倒是觉得，经历种种困难以后把我扔到哪儿我都可以活下去，并且这些未知与无穷的可能性、峰回路转后的欣喜所带来的新奇，也是无聊地蹲在家里所不能比的。接下来的日子里一定会更多地去四处游荡见识世界。

我选了两门课，一门是“艺术史的理论与方法研究”，一门是“种族与美国电影”。

刚开始选课的时候，咨询过国外上学的同学，觉得选个八学分应该是能够挑战的。艺术史想来学过了设计艺术史，又看过些艺术史的书，应该不会很难；另一门刚开始选的“先锋电影史”，虽说是“先锋”，诚然要难；但既然与电影有关，也不会太无聊。

然而刚上两天就受不了了。学习上主要就是语言障碍。日常交流因为生活习俗的不同，刚开始当然会听不懂，久了就没有问题；而上课时候专有名词太多，之前也很少有全英文上课的经历，困难大是自然的。这样一来，相比native speaker非英语母语的学生初期压力就非常大。艺术史的英俊小哥，说话发音还算清楚，“先锋电影史”的女教授，说话和带了牙套一样，本地人听了估计不过是感冒的质感，外国人加上一系列电影学术词汇，那真就基本听不懂了。此外，“艺术史”根本就不是我想象的单纯的“material history”全名叫的是“艺术史的理论与方法研究”，完全是一门哲学课程。从康德与黑格尔的美学讲起，分分钟就把人放倒。



我当然知道刚到国外上课的不适应，决定不管最后能得多少分，好歹还是要拼一拼。艺术史若想要跟上进度，就要每天下课先把当天的上课录音回顾一遍，不懂的上网查找资料；再把新课ppt预习一遍，里面所有的生词拎出来搞懂，一些terms上网百科用中文理解一下，知道上课大概要讲什么；最后再做每天几十页的阅读材料。阅读材料又很难，生词太多、学术性强，还是比较有历史的作品，偶尔能搜到翻译成中文的版本，我也不是完全明白。除日常上课，每周末再来一篇关于本周上课内容的论文。每天两门课各一节，一天压一天，连续三天工作到半夜一两点，还是每天都完不成任务。此时我果断决定放弃一门，把四学分的“先锋电影史”换成了一学分的“种族与美国电影”。然而另一门艺术史已经上了三天，和教授已经认识，想换到别的课去，又觉得别的课已经开始几天怕跟不上进度，犹疑之间最终没有换。事实证明这就对是作死的根源，因为稍后五个星期，我每天（包括周末）都要在艺术的哲学里死去活来。确实还是当时不够果断。

那么艰难的上课经历，让我实在质疑我们之前英语怎么学的，辛苦那么多年，做了多少试卷，四级六级过了，却是日常交流对话做不到，出门看啥啥不懂，上课听课听不懂，阅读材料看不懂，随便写个小文章都写得乌七八糟。虽不是贬低同学，但和有的同学在一起的时候那英语说得实在太让人着急了。虽说我已经在准备托福，期待考完托福以后会进步很多，但这毕竟是额外又花去的时间，为什么不能刚开始就做好呢？要么就好好教，教得出国确实能用，要么就不要浪费那么多时间，不过是死记硬背了语法规则和一些高考完就忘了的单词，做着程度拔高极其缓慢的阅读理解。

除学习上的困难以外，学校生活就是我理想的校园生活的样子。该学的时候拼命学习，该玩的时候就要玩得比谁都疯。校园设施齐全生活方便，不管是学习还是锻炼、社交，都会有很好的硬件条件和氛围。表面上看起来相当自由，但不管在哪里，再怎么自由也都是为了最基础的目标，都不会违背

基本原则，该认真的地方一点都不会马虎。最欣赏的一点就是鼓励思考，甚至是逼迫你去不停地思考，课堂上大家积极参与，即使错了也要往外说。这种自由、激进、独创，是国内教育还没有做到的。

所以，呆在国外，反而给了我更多的机会思考在国内的生活。其实这个问题我以前一直在想，但却在伯克利的这段时间里感觉到问题是如此突出而严重。我是一个崇尚自由与真理的人，碰到不对的事情就忍不住要去言说去改变，热衷于尝试多样的可能性。这才是一个人本来应该有的姿态，每个人都是独一无二的、自由的。然而我的周围环境却是相对压抑的，周围的许多人固守错误思想不肯改变、不肯面对残酷现实、没有思考就妄加评判随意指摘、自己不努力也“不允许”别人努力所营造的浮躁愚蠢的氛围，因为我与他们意见相左就感受到了威胁、从而指手画脚意图阻拦等等，给我带来了相当大的压力。而现在，我无法马上跳脱到一个自由激进坚持真理的环境，又无法在一个压抑的环境中维持真实的自己。那么接下来我怎么办？如何与不那么令人满意的环境好好相处，如何通过各种手段使周围环境更好，就是我接下来要做的事情。

很多时候我还是一个畏于改变的人，虽然接受改变、接受不同的能力很强，但毕竟不喜欢。我喜欢的是稳定的、稳步上升的计划，不会被各种事务打乱的日程安排。与人相处上，还是喜欢和那些合得来的人接触（虽然数量很少），其他人的许多方面都是接受无能。很多时候都是社会谬判内向为一种性格劣势，才不得不伪装作一个极其外向的人，不得不强扭个性，假装热情。虽说内向没什么不好，但我的心态确实还不够包容。

在国外，我碰到的是比国内更多种多样的人。美国本来就是一个文化很包容的国家，走在路上，形形色色的人都有，穿成啥样长成啥样都不会有人多看。刷个朋友圈，许多人的生活都是原来想象不到的。极其有钱每天都在四处浪的，半夜

三四点喝了红牛刷论文的，到国外生活完全没有适应压力考试轻轻松松的，永远坚持自己的梦想根本就不在意生存不生存的，年纪虽轻却极其成熟的。一方面我也希望我周围是多种多样的人，让我知道自己的发展方向、有个可以借鉴的成长方式，而非被一群完全一样的没有任何可借鉴之处的人围着；另一方面内心却是恐惧而抵触的。他们活在我想要到的地方，我也厌恶本来的生活，但是我并没有胆量迈步向这样的生活走去。但是我给出的解决方案，都是极其模糊的。用“唯希望以后自己能怎么样”或者“当· · ·之后或许能· · ·”开头，眼界虽高，计划却时常执行不下去。

接下来两年时间，还需要摒除内心相当多的负累，勇敢接受改变，放平心态体验不同的生活。希望每一天的我都会与昨天不一样。

## 中国传统文化的社会实践活动报告篇七

“济南是人泉，泰山是神泉”，这是寒假登泰山时听到的一句话，意思是济南的名人多，泰山的名神多。本来不懂这句话，逛完了泰山才懂它的真含义：神，的确很多，大小庙宇无数；来过的神人也很多，悬崖绝壁上都有某年某日某人的题词！

我在凌晨三点醒的，当时同寝室的四个人已经醒了，在悄悄谈话，被窝里的脚有些冷，说不清是被她们的谈话声吵醒还是房间太冷把我冻醒，总之是醒了。水杯里的水已经冰凉开始冻彻肌骨，这泰山顶上的凌晨，除了我和屋里的人，所有的人都睡觉了，世界是一片安静。

我们出发的时间还不到五点半，天依然黑透着，室外温度倒也不低，有人惊叹和屋里一样冷啊！当时走在古建筑的冷清大街上，确实有魑魅魍魉的感觉，路上稀疏有几家开门的店铺，露出灯光。而我们则依靠点点手机灯光行走，偶尔有巡夜的人，露出一束手电筒的光，只一束，不过已经很感激了！

几个人稀落落的在街头，出租军大衣，叫卖高香，价格是贵的离奇，且掺杂谎价成份太大，他们都身穿黄绿色军大衣，缩着脑袋和脖子，像一只只冻坏了的猴子。路倒是够平整，只是台阶很多，有时我幻觉这是在没有路灯的某个地方，看看路边的灯——很有古韵的亮着，周围是花花绿绿的画，台阶下是距离千米的泰安市，有点点灯，有长龙似的路灯，远处看来有些缥缈，真的像天宫，一抬头，贞节牌坊似的建筑，凭借昏暗的光，看见上面是“天街”二，哦，原来现在在泰山顶上！

行走夜路，头顶繁星，点点滴滴，连月亮也逃到天的东方让路。什么北斗星，北极星，牛郎织女星…马导一边指着一边教我们辨认。看见天上繁星，看到山下的灯火美景，仿佛山是镜子，把星星射到人间，抑或人间是湖面，飘了天空的影子，我陶醉这奇景，就想收录到照相机里。路前面是阴森恐怖的，黑黑一片，只闻到浓烈的香气，是焚烧的香，那一刻来不及仔细看周围，急着赶路，而路在脚下也不太平了，石头参差不齐，我忽然害怕了，小时候听说过鬼迷路的故事“晚上走路时，鬼出来捣鬼，故意变出路来迷惑人，使人绕来绕去的走不出原地，只是绕圈而已”我突然记起昨天晚上宾馆老板的话“走了别回来啊”不像是对人说的话，只像说鬼的。这世界上可能真的有鬼吧？！

出了庙，分两个岔路，不知道走哪边。停下来，隐隐约约听到人声嘈杂！路要依靠一步步挪过去，十分陡峭，而且看不见任何东西，只能靠摸。

站在泰山顶上，穿羽绒服，依然很冷。天已经黑透了，只在西方留着鱼肚的白色，残阳渐渐退尽，第一次在山上，别样感觉！我们穿过度假村，有山有水，大家兴致勃勃，拍照说笑。渐渐的身上开始热了！后山的小路窄，几处都险象环生，石壁陡峭，好几次都是从山崖边上过来，心惊胆战。而石头太陡，道路有些泥泞。所以尽管周围的自然风景秀美，丝毫没时间去欣赏，于是，为了赶路，错过了欣赏最美的风景。

在荒山野岭，就我们四个女同学，讨论野人讨论狼，有些恐怖，往前喊也不见人声。尽管行路难，不过一路上还是很有意思的，周围的悬崖峭壁，容不得喘息，每次摔倒后，都有劫后余生倒吸一口凉气的侥幸。

有山必有水，山涧窄窄的小溪，哗哗啦啦，十分动听，流下来的水储存在山脚下，底下的鹅卵石清晰可见，忍不住伸手掬一捧水，好清凉！环视四周，山上已经有结冰了，我明白了一句话“流水不腐户枢不蠹”大抵说流动的东西不容易坏，所以流动的水不容易结冰。空气也开始清新凉爽，吸一口，仿佛鼻孔中的汗毛被冻结住一样，但身上却实在的热，绒衣早已经湿透，汗水顺着两颊流下，头发也被沾湿。这是运动着，估计停下来会被冻坏的，毕竟半山腰的温度极度低了，每升高一百米气温降低一些啊！而手下的石头也都冷如冰块，温度很低。

从山下到山上遇到过几个人，有妇女有挑山工，每次我们询问路程，都会得到干脆回答。不得不提小路边上的石头上都有红色的路标提示，每当犹豫不决走哪条路时，就会绝处逢生了！路边有些打碎的盘子，相信是哪个挑山工一不小心打碎了挑的东西吧！进而感叹他那天折本和工作的危险艰辛。最后穿过的是一片松树林，青翠的松针叶，笔直的树干，这是以前的松树所不及的。地下有堆积的一层松针，颇有沧桑感。山的陡壁有几棵泛红的果树，不知道是什么果子？我不是贪吃，而是好奇，就晃晃悠悠的踩着石头去摘果子，原来是枸杞大的东西，成葡萄似的一串串，所以远处红的像火！可是已经腐烂了，有股霉变的气味儿，毕竟冬天了，经了霜的东西。仰头，山上的树绿色的，白色的一一经霜的，像玉树琼枝。此时那一刻，突然惧怕起来：天已经暗了，突然来了什么山妖，我们是无缚鸡之力的，于是猜测这莫名其妙的野果树也是妖怪精心设计的，我摘了，就引鬼上身了，也许是《画皮》看多了！最后还是毫发未损的下来了。山间有时响起几句《红高粱》的“妹妹你大胆的往前走”，像是专门给壮胆的。

在天已黑透的山路上，几个人结伴而行，别有一番滋味！想起钱钟书先生在《围城》里说：“旅行是最劳顿，最麻烦，叫人本相毕现的时候”的确如此。

我们，呆惯了象牙塔，出去走走，既体会了假期的乐趣，也接触了我们博大精深的传统文化，在天寒地冻的季节，更锻炼了人吃苦耐劳的品质，几个人齐心协力的做一件事情，觉得假期分外有意义！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 中国传统文化的社会实践活动报告篇八

本文目录

1. 传统文化社会实践报告
2. 社会实践报告：与传统文化的亲密碰撞

这次暑期社会实践活动，我们选择了“宣传中医传统文化”为主题的下乡宣传活动，为期两周时间，感受颇深，收获多多。了解了在民众心中中医传统文化的知晓度及他们的平时

就医方式，了解方式，以及中医药普及过程中遇到的问题及其自身的优缺点。现逐一述说如下：

我们选择的目标群体为北京郊区东八间房北石家村的所有民众。选择理由：1，离北京较近，文化程度较好，普及广，能代表大众；2，处在城乡结合的过度地段，选择就医方式有中医及西医，在调查过程中有所对比，符合当前医学治疗状况；3，目标群体数量稳定，有利于调查普及的实施和效果；4，交通方便，有利于我们团队每天方便定时到达，并按计划实施方案；5，有本地医疗机构和村委会积极配合，取得了方便足够的活动场所，并获得足够的信任度；6，群体年龄分布均匀，18-70岁不等。

我们采取的活动方式为现场义诊，包括量血压，测心率，穴位贴附，推拿按摩，针灸，拔罐等现场演示，发放调查问卷，发放宣传册，现场咨询，现场讲座及讨论。

经过为期两周的活动，我们获得大量资料，经分析总结，当面了解发现，中医传统文化及中医药在大众心目中的地位：67%的人认为中医药效果良好；59.6%的人认为中医在治疗慢性病中优于西医；25%的人称生了病，愿意首先看中医，89.1%的人认为中医实惠但不方便，治病效果较慢；21%的人不了解中医；13.2%的人不相信中医；53.5%的人平时习惯选择中医就诊；68.9%的人认为现如今中医应当在保健领域加快步伐；91%的人认为，中西医结合比较好。

通过了解，大多数人通过电视媒体了解中医传统文化，部分人在治疗疾病过程中了解中医，亲身体会并感知。少部分人只是见过中医诊治，但并未就医过，只有很少一部分人通过阅读书籍，讲座等了解。

在对他们的回访中，我们总结出中医药的缺点和普及中医药将遇到的问题：1，中医疗效较慢，对大多数疾病来说，人们首选西医，中医逐渐被忽视；2，中医药治病，熬药繁琐费时，

在生活节奏较快的条件下，为了方便，节省时间，人们不愿去抓草药，熬草药；3，草药味道苦涩难下，特别是现在的很多人，不能接受；4，中医看病主观性强，不能令患者一目了然，从心里接受；5，国家对中医药的宣传及重视程度处在“点”的状态，并未达到“面”的效果，力度范围还不够；6，中医药的宣传缺乏现场或生动的展示，在宣传过程中如果能亲身体会和参与就诊活动，可谓眼见为实，心服口服；7，西方文化的冲击，是中医传统文化受到一定的阻碍。

但还是有其更多的优点：1，中医治本，缓解症状的同时，调整机体内部环境，功在千秋；2，中医治疗慢性病和疑难病症中有绝对优势，通过长期坚持服药，可做到完全恢复或临床症状消失或维持当前正邪相抗衡的动态平衡；3药物天然，副作用小；4，在保健养生方面独具特色，符合当代人的生活需求；5，医疗费用较西医廉价，适合各类群体，减少有病不治，小病变大病，有病没钱治病的发生。

总之，中医药传统文化还需要大力普及，让越来越多的人知道中医，了解中医，并使中医成为他们健康的守护者，这也是我们这次活动的远期目标。本次活动开展期间，更多的人了解了中医，并亲身体会了针灸，拔罐，推拿等治疗，为许多老人测血压，心率，呼吸，为他们的健康做了指导，并提出了许多可行建议，以及在今后如何调理预防。在养生保健方面也给他们发放指导手册，以便他们查阅学习，大大方便实惠了众多中老年人。甚至为有些病人当场解除疾病痛苦。我们也通过此次活动的反复宣传，了解了目前中医药传统文化在大众心目中的地位，大众的认知与需求度，从而为我们今后宣传，普及中医药文化掌握了重要信息扫清道路。亦让我们在现实学习与现实相结合，真正让中医以一种更合理的，贴心的方式，让患者去感知接受。

另外，本次活动也促进了大学生与民众之间的关系与交流，是我们更有责任心的去关注民众的健康问题，也是民众对大学生的实践活动强力支持，并给与我们宝贵的建议。同样此



次活动也促进了我们与当地医疗机构的交流合作，为我们医学生的成长和走向社会起举足作用。

作为团体中的一员，在享受成果的同时，我们也成长了许多。大家团结一致，相互协助，是完成团队使命的重要保证。在工作过程中，相互鼓励，相互关爱，是我们多了几分乐趣，更多了许多热情，使我们朝气的青春在此次活动中健康幸福的美丽绽放。也让我们认识到，自己身上的责任和担子。在这样一个朝气的团队，在这样一个美丽的青春，在这样灿烂阳光的大环境下，我们完美的完成我们的计划，正准备着新的挑战！

xx年9月7日

传统文化社会实践报告（2） | 返回目录

我在凌晨三点醒的，当时同寝室的四个人已经醒了，在悄悄谈话，被窝里的脚有些冷，说不清是被她们的谈话声吵醒还是房间太冷把我冻醒，总之是醒了。水杯里的水已经冰凉开始冻彻肌骨，这泰山顶上的凌晨，除了我和屋里的人，所有的人都睡觉了，世界是一片安静。

出了庙，分两个岔路，不知道走哪边。停下来，隐隐约约听到人声嘈杂！路要依靠一步步挪过去，十分陡峭，而且看不见任何东西，只能靠摸。

站在泰山顶上，穿羽绒服，依然很冷。天已经黑透了，只在西方留着鱼肚的白色，残阳渐渐退尽，第一次在山上，别样感觉！我们穿过度假村，有山有水，大家兴致勃勃，拍照说笑。渐渐的身上开始热了！后山的小路窄，几处都险象环生，石壁陡峭，好几次都是从山崖边上过来，心惊胆战。而石头太陡，道路有些泥泞。所以尽管周围的自然风景秀美，丝毫没时间去欣赏，于是，为了赶路，错过了欣赏最美的风景。在荒山野岭，就我们四个女同学，讨论野人讨论狼，有些恐

怖，往前喊也不见人声。尽管行路难，不过一路上还是很有意思的，周围的悬崖峭壁，容不得喘息，每次摔倒后，都有劫后余生倒吸一口凉气的侥幸。

从山下到山上遇到过几个人，有妇女有挑山工，每次我们询问路程，都会得到干脆回答。不得不提小路边上的石头上都有红色的路标提示，每当犹豫不决走哪条路时，就会绝处逢生了！路边有些打碎的盘子，相信是哪个挑山工一不小心打碎了挑的东西吧！进而感叹他那天折本和工作的危险艰辛。最后穿过的是一片松树林，青翠的松针叶，笔直的树干，这是以前的松树所不及的。地下有堆积的一层松针，颇有沧桑感。山的陡壁有几棵泛红的果树，不知道是什么果子？我不是贪吃，而是好奇，就晃晃悠悠的踩着石头去摘果子，原来是枸杞大的东西，成葡萄似的一串串，所以远处红的像火！可是已经腐烂了，有股霉变的气味儿，毕竟冬天了，经了霜的东西。仰头，山上的树绿色的，白色的一一经霜的，像玉树琼枝。此时那一刻，突然惧怕起来：天已经暗了，突然来了什么山妖，我们是无缚鸡之力的，于是猜测这莫名其妙的野果树也是妖怪精心设计的，我摘了，就引鬼上身了，也许是《画皮》看多了！最后还是毫发未损的下来了。山间有时响起几句《红高粱》的“妹妹你大胆的往前走”，像是专门给壮胆的。

在天已黑透的山路上，几个人结伴而行，别有一番滋味！记起钱钟书先生在《围城》里说：“旅行是最劳顿，最麻烦，叫人本相毕现的时候”的确如此。

我们，呆惯了象牙塔，出去走走，既体会了假期的乐趣，也接触了我们博大精深的传统文化，在天寒地冻的季节，更锻炼了人吃苦耐劳的品质，几个人齐心协力的做一件事情，觉得假期分外有意义！