

清代御赐“永镇定湘王”织绣荣归故里,湘军博物馆首展唯一历史见证

# 一针金线绣江山

长沙晚报6月11日讯(全媒体记者 任波 通讯员 刘智)6月11日下午,长沙揽天心湘军博物馆的玻璃展柜里,一方明黄缎地织绣桌围正泛着温润的光泽。金线绣就的“敕封永镇定湘王”七字楷书,在射灯下如帝王朱批般夺目——这是海外漂泊数十年后、由揽天心湘军博物馆馆长陈湘舟重金购藏的清代御赐龙纹桌围,首次在故土揭开面纱并面向公众展出。清代御赐龙纹桌围也是长沙本土“定湘王”目前所发现的唯一重要遗物及与湘军深厚渊源、无可替代的实物见证。

## 明黄缎上的帝王朱批与将士热血

此次首展的焦点文物是一件工艺精湛的清代御赐织绣桌围。该织绣以明黄缎为底,整体呈正方形,分为围额与围身两部分。围额以金线绣有“敕封永镇定湘王”七字楷书,围身主体图案为气势恢宏的龙盘踞于海水江崖纹之上,辅以流云、蝙蝠、牡丹等祥瑞纹饰,针脚细密,纹样华贵,展现出江宁织造的顶尖水准。专家综合其文字、材质、纹饰及用途判定,此物为清咸丰皇帝于咸丰三年(1853年)敕封善化县城隍为“永镇定湘王”后,特赐予长沙善化县定湘王庙用于供桌的用品。

这件桌围的背后,深植于湘军崛起的历史与长沙旧时本土的民间信仰。据光绪《善化县志》记载,咸丰二年(1852年),深秋的长沙南城墙,太平军的炮火将天心阁旧址的垛口炸成齑粉。守城将士将善化城隍神像抬至南城楼(即天心阁旧址)祈求护佑。后太平军西王萧朝贵被炮击身亡,天王洪秀全率太平军围城,前后共计81天而长沙仍未陷落,最后太平军只得撤回渡湘江从洋湖翻山西去,长沙城得以保全。时任署理湖南巡抚潘铎奏请朝廷敕封,清咸丰帝遂正式加封善化县城隍为“永镇定湘王”。永镇定湘王成为湘军重要的精神象征。之后,左宗棠、曾国荃等湘军领袖相继在南京筹建“湖南定湘王行宫”。11日在湘军博物馆展出的这件桌围,正是从长沙本土城隍演变为湘军“保护神”并随军远播千里的信仰流变史的唯一一现存实物载体。

光绪年间,左宗棠、刘锦棠率湘军收复新疆,所到之处广建定湘王行宫。直至近代,定湘王信仰仍在延续。1942年现代著名作家茅盾行走于新疆大地,他在《新疆风土杂忆》一文中说:“在乌鲁木齐,我参观了一座名为‘定湘王庙’的庙宇。这座庙宇是清朝时期由湖南籍的移民所建,供奉的是湖南的地方神祇——定湘王。”



清代御赐龙纹桌围主体图案为气势恢宏的龙盘踞于海水江崖纹之上。  
长沙晚报全媒体记者 任波 摄

## 御赐桌围的数字化重生之路

在同期举行的学术研讨会上,与会专家学者高度评价了这件文物的多重价值。他们认为,这件清代“‘敕封永镇定湘王’黄缎地织绣海水江崖龙纹桌围”不仅是工艺卓绝的清代御赐珍品——其明黄缎底、龙盘踞的海水江崖纹及流云蝙蝠等祥瑞纹饰,尽显江宁织造的顶尖水准;更是研究湘军精神世界、长沙地方民间信仰及晚清社会文化不可多得的“双重”历史证物;既是清代织绣工艺的实物范本,又是湘军信仰体系与地方文化互动的历史见证,其唯一性与明确的年代属性赋予了它极高的艺术、历史与文化价值。

陈湘舟表示,博物馆将依托“湘博科技”平台,联合湖南大学与国家超级计算长沙中心的技术力量,通过高精度三维数字化采集建模,构建文物的数字孪生体,实现文化遗产在数字空间的永续保存。同时,将积极推进文博数字化展示与特色文创开发,以实际行动呼应今年“文化与自然遗产日——‘让文物焕发新活力,绽放新光彩’”的主题,使这件承载湘军魂与长沙记忆的瑰宝,在新时代焕发出更璀璨的光彩。

# 单依纯版《李白》,今天你听了几遍?

长沙晚报6月11日讯

(全媒体记者 宁莎鸥)最近,你一上网是不是就被“如何呢?又能怎”这句话给刷屏了。上周末,单依纯在《歌手2025》中改编了脍炙人口的金曲《李白》。这版个性化的改编一出街便引发现象级热议,尤其是那句“如何呢?又能怎”,以一种充满力量的方式呈现,迅速席卷全网。不但奥运跳水冠军全红婵引用、全网玩“二创”,联合国教科文组织,全国文旅机构更纷纷联袂“安利”。这首“洗脑”金曲、这句“魔性”金句,为何如此出圈呢?

《李白》光速“出圈”,全网玩“二创”

6月6日晚,单依纯在歌手中重新演绎了李荣浩的《李白》,融入电子国风、《王者荣耀》游戏梗(如“我本是辅助,今晚来打野”)等年轻人喜闻乐见的元素。这些改编内容也被解读为对世俗标准的反讽,尤其是重复念白式歌词(“如何呢?又能怎”)呼应了年轻人“发疯文学”的自嘲。歌曲一唱完便引发热议,有人觉得

创意十足新鲜感爆表,有人开玩笑要“查查单依纯的精神状态”。

无论褒贬,这首歌光速“出圈”。全红婵在社交媒体的签名就引用了“如何呢?又能怎”这句歌词,全国网友玩起“二创”,纷纷自发地进行创意模仿,将歌曲与各种生活场景、趣味元素相结合,各式各样花式剪辑和翻唱版本层出不穷。

联合国教科文组织“安利”,全网“跟拍”

《李白》不仅在国内引起了轰动,还得到了国际权威机构的关注。联合国教科文组织结合世界海洋日的节点,透过歌曲中的歌词呼吁全球关注海洋公益。

联合国教科文组织的特别关注,不仅展现了节目以乐赋能、拥抱全球的精神风貌,更为世界文化交流做出了积极贡献。

各地文旅机构也敏锐地捕捉到了这一热点,纷纷推出相关的旅游活动和宣传,借助歌曲的热度,弘扬传统文化,吸引了众多国内乃至国外游客的关注。业内人士认为这首歌曲在情感表达和精神内涵上与当代年轻人紧密相连。

## Z世代:如何呢? 又能怎

● 付臣欢

最近打开手机,谁没被单依纯版“发疯”的《李白》刷屏?《歌手2025》舞台上,她一袭红裙甩头嘶吼,把李荣浩的洒脱小调原曲硬核改写:“我本是辅助,今晚来打野”“如何呢?又能怎”——短短48小时,这两句词刷屏B站、小红书等各大社交平台,Z世代的“发疯文学”终于有了BGM。

改编中的魔性旋律+梗学狂欢,有人爱得不行天天单曲循环,有人吐槽“不听难受,听了更难受”。但不可否认的是,这歌彻底火出圈了,甭管认不认可改编的文化混搭,它的表达确实“有点东西”,踩中了当代年轻人两大情绪命门——其一,是反规训宣言。歌词是“你看我多乖多聪明多么听话”,腔调里却全是截然不同的情感表达,成了网友对职场PUA、社会标签等的反讽。大家迅速二创出学渣版、研究生版、打工人社版等等,真是应了那句“没有技巧全是真情实感”。其二,是反内耗出口。改编创作,既是单依纯本人对《歌手2025》前两期网友争议的回应,更代表了Z世代把人生焦虑解构成“爱咋咋地”的松弛哲学。“区区3万天,试试又能怎?”我就这个样,你能怎么样?就像网友所说的,她在替所有想掀桌的普通人发疯。

改编后的歌词,确实与原曲《李白》存在割裂。但这反而更让人发问:如此“不完美”的创作,怎么还能成爆款?因为哪怕不完美,却能让年轻人在旋律中短暂“夺回生活主动权”。就像音乐节乐迷们在雨中蹦迪、在摇滚节奏里“开火车”一样,那些不符合“世俗眼光”的肆意,让人感觉到逃离压力的“活人感”。年轻人永远需要一句话,来宣泄内心真正的情绪情感——昨天可能是“去他的”,今天就是“如何呢?又能怎”。

00后观察



单依纯 湖南卫视供图

责编/杨云龙 美编/何朝霞 校读/欧艳

## 健康

# 高考后情绪像“过山车”? 心理专家教你避免

● 长沙晚报全媒体记者 傅容容 通讯员 凌冰心 聂斌

2025年的高考已经结束,考生们经历了紧张考试之后,终于迎来了放松的时刻。然而,随之而来的可能还有情绪的“过山车”,从考前的紧张焦虑到考后的放松,甚至有考生出现迷茫、崩溃等情绪,这一系列情绪变化将给考生和家长带来了新的挑战。湖南省第二人民医院儿少心理科主任周亚男主任医师提醒,高考后的情绪调适至关重要,不仅关乎考生的心理健康,更影响着他们未来的发展。

## 高考后的情绪像“过山车”般起伏属正常现象

“本以为考完我会很开心,结果发现自己好像做什么提不起兴趣。”高考结束,考生小安(化名)却感觉自己有些“不对劲”:对于之前精心规划的毕业旅行,她失去了兴趣;考前积攒了许久、迫不及待想看的电视剧,她看了一集就感到索然无味;即便是她曾经钟爱的烧烤、火锅,现在似乎也变得味同嚼蜡……此外,成绩优异的小安开始对自己的高考成绩感到焦虑,“万一没考好怎么办?我最后一道大题是不是写错了”?这些念头填满了小安的脑海,让她食不知味、昼夜难眠。

小安的案例并非个例。高考结束后,许多考生面临着类似的情绪困境。当考生们担心分数不如预期时,他们往往会陷入深深的失望、自责和恐惧之中。他们担心未来的不确定性,害怕面对父母的期望,甚至会产生产自我否定的情绪。那些感觉自己考得不错的考生,也并非都能顺利度过这段时期。有的考生在父母的过度关注和庆祝中,感受到了巨大的压力,从而陷入深深的惶恐之中。

高考后的情绪像“过山车”般起伏,有人如释重负,有人焦虑未来,也有人陷入莫名的空虚。对此,周亚南表示,其实,这些反应都是大脑在经历长期高压后的正常反应,无需自责或强行压抑。



## 考生要调整好自己的心态,走出情绪的“迷雾”

“高考后的情绪波动是正常的生理和心理反应,考生们需要学会正确地面对和调适。”周亚男建议,首先要允许自己情绪波动,而不是强行压抑。哭泣、倾诉、绘画、运动、冥想等方式都可以为情绪找到一个“安全出口”,让内心的压力得以释放。

其次,调整生活节奏也是关键。从高三紧张的备考状态突然切换到无目的放松状态,容易导致身心失衡。很多考生会选择熬夜刷剧、通宵游戏、无规律进食,看似解压,实则破坏生物钟。建议制定弹性作息表,维持基本作息,允许适度的娱乐时间,而非“报复性”破坏生活节奏。

此外,可以逐步增加兴趣爱好的占比,如阅读、绘画等,参与轻度户外活动,还可

以利用这段时间学习一些独立生活技能,如理财、洗衣、做饭等。

认知重构也是帮助考生走出情绪困境的重要手段。周亚男表示,考生们需要打破“高考决定一生”的错误认知,接受高考只是人生旅程中的一站,未来还有许多可能性。考生们可以通过复盘备考过程中的成长经验,用“霍兰德职业兴趣测试”“MBTI性格分析”等工具探索兴趣方向,与父母、老师共同讨论升学、就业、技能提升等多路径规划。考生们要学会接受未来的不确定,高考绝非终点,仅是人生旅程中的一站,还有很多篇章在等待自己去体验。

重启社交,寻求支持系统也非常重要。考生们可以与同学组织短途旅行、兴趣爱好小团体,与父母坦诚交流未来规划,组织家庭活动或者聚餐,通过社交活动缓解孤独感,获得心理支持。

周亚男提醒,考生们若出现持续两周以上的失眠、社交退缩、情绪低落、自杀念头或躯体症状(如心悸、胃痛),务必及时告诉家长,寻求专业帮助,尽快就医,医生可提供全面专业评估,必要时需通过药物治疗、心理治疗、物理治疗等方式干预。

心理调适周期因人而异,通常需1至3个月恢复平衡。若自我调节无效,及时求助专业机构,主动寻求支持是对自己负责的表现。



## 家长也要做好情绪管理 成为孩子的“定海神针”

高考后,考生的情绪调适离不开家长的支持和引导。家长首先要稳住自己的情绪,因为孩子对家长的情绪变化非常敏感,家长的焦虑、叹息、紧锁的眉头等都会无形中放大孩子的恐慌。因此,家长要学会管理自己的情绪,成为孩子情绪的“镇静剂”。

家长要从“裁判”的角色转变为“领航员”,给予孩子无条件接纳。一个坚实、没有评判的拥抱,拍拍肩膀的沉默陪伴,甚至比言语更有力量。要让孩子知道,无论分数高低,他们都是父母最珍视的孩子,价值从不绑定在一张成绩单上。

同时,家长要学会打破孩子的思维牢笼,帮助孩子区分可控与不可控因素,拉长人生的镜头,寻找多元价值标尺,让孩子明白高考并非人生的唯一衡量标准,他们的善良、幽默感、才艺等都是闪闪发光的碎片。

在孩子情绪稳定后,家长可以引导孩子进行未来规划。先疏情绪,再谈规划,共同分析孩子的优势学科、复读的利弊、下一批次院校的特色、优质职业院校的升学就业通道、留学的可行性等,提供多种选项,而不是命令孩子作出选择。

最后,家长要回归正常的生活节奏,保持运动、社交等活动,让孩子看到高考虽然重要,但生活不只有高考。父母从容的姿态是最有力的生命教育,也是孩子穿越风浪的底气。

高考只是人生的一个阶段,考生和家长都需要学会正确面对高考后的情绪波动。考生们要积极调整自己的情绪,探索未来的可能性;家长们要稳住自己的情绪,给予孩子无条件支持和引导。只有这样,考生们才能平稳度过这段特殊时期,以健康的心态迎接人生的下一段旅程。

2025升学季·高考

# 遭遇“天下第一痛”怎么办? 微创球囊关上“疼痛开关”

长沙晚报6月11日讯

(全媒体记者 杨云龙 通讯员 陈珣 李艳) 三叉神经痛被称为“天下第一痛”,对于患者来说,吃饭、说话甚至是微风拂面,都可能引发难以忍受的电击样剧痛。对于这种“天下第一痛”,药物治疗往往收效甚微,而开颅手术创伤大、风险高,让许多患者望而却步。怎么破解?近日,长沙市第四医院神经外科一病区成功开展了“经皮三叉神经半月节球囊压迫术(PBC)”,用小球囊让患者告别剧痛之苦。

石爹爹患有三叉神经痛,8年来常常被左侧面部的刀割样疼痛折磨。药吃了,很多,但疼痛依旧,严重影响了他的饮食起居和睡眠质量。近日,难以忍受的石爹爹来到长沙市第四医院神经外科一病区就诊。神经外科一病区医生团队决定为其实施球囊压迫术,利用微球囊短暂压迫三叉神经的“疼痛开关”——半月神经节,使其功能发生可逆性改变,从而有效阻断痛觉信号的传导。

石爹爹两年前做过冠状动脉支架植入术,而且高龄、体弱。手术团队完善术前评估后,制定了周密的手术方案。神经外科一病区主任、副主任医师张凌云带领团队仅用30分钟就顺利完成了手术。

令人欣喜的是,麻醉苏醒后,石爹爹即刻感受到折磨他多年的剧烈疼痛消失了。术后第一天,他就能正常进食、洗漱,脸上露出了久违的轻松笑容,他说:“真没想到这么个小手术,就把我的问题解决了。早知道我就早点来医院

了,受了这么多年的罪。”

张凌云介绍,三叉神经痛,即源于三叉神经的剧烈疼痛。三叉神经(第五对脑神经)是人体的十二对脑神经之一,主要负责面部的感觉传递和部分运动功能,包括眼神经、上颌神经和下颌神经3个分支。当这条重要的神经受到异常刺激或压迫时,人体会感觉到一种难以忍受的剧痛,如同被电击般猛烈,瞬间穿透整个面部或头部。这种疼痛不仅强度高,还具有伪装性。它不仅可能伪装成剧烈的牙疼,让人误以为是龋齿或牙龈炎作祟,还能巧妙地伪装成鼻子疼或眼睛疼,尤其是当触碰或刺激到特定的“扳机点”时,疼痛可能突然发作,持续时间从数秒至数分钟不等,让人难以预料且难以忍受。令人困扰的是,三叉神经痛的伪装性还体现在其病程的变化上,初期可能只是偶尔发作。随着时间的推移,疼痛可能更加频繁和剧烈,严重影响患者的生活质量。因此,对于三叉神经痛,我们不仅要关注其典型的疼痛特征,更要警惕其多变的伪装性,以免延误诊断和治疗。

“三叉神经球囊压迫术是一种微创手术,通过在影像引导下将微球囊植入到三叉神经半月节位置,然后向球囊内注入造影剂使其扩张,从而压迫三叉神经的痛觉纤维,达到缓解疼痛的目的。”张凌云表示,该手术无需开颅,创伤小,患者通常术后当天即可下床活动,观察1至3天即可出院,尤其适用于高龄、身体状况差或无法耐受开颅手术的患者。