



凤凰山凤凰楼。

『元九』登高

达州人独有的新春仪式感

年年登高,人人进步。2月6日,农历正月初九,达州一年一度的“元九”登高活动在春雨中如期而至。一大早,不少达州人便踏着晨光,向凤凰山、火焰山、文峰山、笔架山等地进发。人们扶老携幼,在欢声笑语中拾级而上。

清晨,达州中心城区凤凰山、火焰山,渠县文峰山、大竹云雾山、宣汉笔架山等地春雨纷飞,但人们登高的热情却丝毫不减。有的穿着雨衣,有的打着雨伞,沿着蜿蜒的山路稳步前行。

“‘元九’登高是达州人千年来的传统,下雨天爬山也别有风味,空气清新,更显宁静。”市民杨永涛抹了抹脸上的雨水,鸟瞰火焰山下的南城,开心地说。

各路记者在现场看到,无论是达州中心城区的凤凰山、火焰山,还是宣汉的笔架山等地,登高服务保障工作开展得井然有序。工作人员和志愿者早早到岗,冒雨清理步道、检查设施,全力确保登山安全。沿途的医疗点、休息区为登山市民提供热水、雨具和应急药品。志愿者小李表示:“‘元九’登高是达州的文化名片,我们要守护好这份传统。”

登上山顶,市民拿出手机拍照留念,记录独特的登高经历。“我每年都参与‘元

九’登高活动,今天爬了1个小时就到了山顶。登高活动不仅锻炼了身体,还增进了邻里间的友谊,让我深切感受到了节日的欢乐氛围。”登上宣汉笔架山山顶的李先生兴奋地说,这几年,宣汉县开展了丰富多样的文化活动,让老百姓在领略传统文化魅力的同时,还能积极参与城市文化建设,希望家乡越来越好。

昨日上午,大竹县8.6万余人参加“元九”登高活动,登高地点主要在该县的云雾山、欢喜坪、净土寺等景区景点,还有不少市民还到乌木镇广子村、月华镇九银村等新和美新村参观,让当地餐饮消费“火”了一把。当天一早,大竹县一登山队80余名徒步爱好者向五峰山国家森林公园的山顶进发,整个行程来回近30公里,以此来激励自己在新的一年里挑战自我、超越自我,实现“我运动·我健康·我快乐”的目的。

在渠县文峰山,不少群众冒雨体验“元九”登高这一传统民俗。今年,渠县举办“福游文峰·登科纳福”渠县2025年“元九”新春游园活动,将登山与文娱活动结合,让老传统衍生新玩法、焕发新活力。活动在8个站点设置打卡集印章的环节,游客在登山过程中参与各个站点的击鼓纳福、文字拼图、打卡分享、书法临摹、吟诗对句等活



在天益广场开展的“元九”登高节专场文艺演出。

动,集齐“阙里竇都 福美渠县”8个印章,可获得礼品一份。

当天,在达州中心城区莲花湖、天益广场等地配套举办了文艺演出,以丰富节日内容。当晚,在莲花湖举行的“潮涌达州 春满通川”2025年迎春无人机灯光秀更是将“元九”登高节气氛推向了高潮。

“元九”登高是达州传统民俗,以这种独特的方式纪念曾在达州“以清廉勤政为官”著称的唐代诗人元稹,后逐步衍生出全民健身、祈福纳祥等寓意。2006年,“元九”登高节被确定为达州“市节”,成为城市文化品牌。

□见习记者 李梦真 孙伟 张骐麟 蒲建成 记者 严衡珩 蔡尧 王勇 特约记者 王晓林



达州市“元九”登高活动专场文艺演出现场。



无人机灯光秀。



我们登顶凤凰楼啦!