

趣说
二十四节气

冬至福至 暖待春归

本报记者 姜瑜

夏尽秋分日,春生冬至时。12月21日,我们迎来了冬天的第四个节气——冬至。冬至是北半球全年中白天最短、黑夜最长的一天,大自然仿佛行至一年中的最低谷,可偏偏就在这至黑至暗的极致时刻,却也是阳气初生的转折。它揭示了“物极必反,否极泰来”的哲学意义。当事物发展到极点,必然会向反方向发展。当人生处于“实在挨不住”的低谷时,转机往往已经来敲门了。所以,让我们在冬至时节,一起等待着春天的归来。

冬至是岁月沉淀的智慧结晶

冬至一阳生。大自然的阳气在这一天开始由弱转强。也就是说,新的循环已经悄悄地开启了。这仿佛在告诉我们,无论寒冬多么漫长,希望总会如期而至。
据说,冬至在古代周朝时期已经是一个重要的节日,甚至比过年都要隆重,所以历来就有“冬至大如年”的说法。《周礼春官·大司马》记载:“以冬至,致天神人鬼。”也就是说,那个时候“日影最长”的这一天为冬至,是祭祀天神和祖先的日子,人们通过庄重的祭祀仪式,祈求来年风调雨顺、五谷丰登、家族兴旺。这个传统代代相传,历经秦汉、魏晋南北朝等时期的发展,冬至的节日氛围变得愈发浓厚,庆祝活动也更加丰富多彩。
到了春秋战国时期,古人进一步完善观测方法,通过圭表测影精确测定出了冬至时刻,

冬至的“吃”文化

每一个节气都会有不一样的习俗,在这个时候中国人总要做一些跟这个节气有关的事情。因为人们对于这个节气格外重视,过起来自然也是颇有“仪式感”。
“天时人事日相催,冬至阳生春又来。”时光匆匆,冬至正是享用美食的时候。在北方,冬至这一天不仅要吃饺子,还要宰羊,煮一锅鲜美的羊汤,一家人围坐在一起享用。在南方,则是在这一天吃冬至米团、冬至长线面等。
谚语说:“十月一,冬至到,家家户户吃水饺。”这个习俗据说是为了纪念医圣张仲景。相传,张仲景告老还乡回到家乡时,正值大雪纷飞的寒冷冬天,他看见乡亲中有人耳朵被冻烂了,心里非常难过,就叫他的徒弟们搭起了医棚,用羊肉、辣椒和一些驱寒的药材放在锅里煮熟后捞出来剁成馅料,用面皮包上这些馅,样子就像耳朵,然后再放到锅里煮熟,也就是传说中的“娇耳驱寒汤”,乡亲们吃了以后,被冻坏的耳朵都治好了。此后,这个冬至吃饺子的习俗就保留了下来,也就有了“冬至不端饺子碗,冻坏耳朵没人管”的俚语。
冬至吃汤圆在我国的南方地区十分盛行,汤圆是用糯米粉加水搓揉而成的圆形“小球”,里面会加入黑芝麻、花生碎、水果等馅料,“圆”寓意团圆、圆满,是阖家欢乐时最应景的传统美食了。
“吃了冬至面,一天长一线。”在我国有的地方,还有冬至吃面的习俗。这个习俗与节气、气候、农事有关,冬至过后就是数九寒天了,尤

画一幅“九九消寒图”

《九九歌》
一九二九不出手,
三九四九冰上走,
五九六九河边看柳,
七九河开,八九燕来,
九九加一九,耕牛遍地走。

它是二十四节气中最早确立的,也是中华民族的一个重要的传统节日。冬至作为我国重要的岁时节日,它的习俗已经传承了数千年,是中华民族宝贵的非物质文化遗产。它还有一个名字叫“亚岁”,一是说年关将近,一年剩下的日子已经不多;二是表示冬至的重要性。
《后汉书》中有这样的记载:“冬至前后,君子安身静体,百官绝事,不听政,择吉辰而后省事。”这天百官还要放假休息,边塞闭关,商旅停业,亲朋好友会互相赠送美食,相互拜访,度过一个“安身静体”的节日,古人是懂得在精神上“转场”的,他们遵循生命和大自然的节奏,用“歇息”来积蓄开启新一轮循环的鲜活力量。宋代对冬至节更为重视,“十一月冬至,京师最重此节”,后来甚至还出现了“肥冬瘦年”的说法,意思是冬至非常热闹喜庆,把春节都比下去了。

其在滴水成冰的严寒冬日,吃一碗热腾腾的鸡鸭挂面,就算是过了一个暖融融的冬至了。
在浙江嘉兴一带,冬至这天还会吃“桂圆烧蛋”,据《嘉兴府志》中记载:“冬至祀先,冠盖相贺,如元旦仪。”那时,普通老百姓都要在冬至的时候进补,用赤豆糯米饭、人参汤、银耳、核桃仁炖酒,或是用桂圆煮鸡蛋等。在今天的嘉兴,依然有冬至吃“桂圆烧蛋”的习俗,老人们说因为这是一年中夜晚最长的一天,不吃的会饿、会冻。现在,很多北方人也会在这一天学着煮一道这样的时令美食,丰富一下自家的“冬至宴”。
不同的地区有不同的习俗,还有的地方会在这一天喝用糯米或黄米酿好的米酒,有的还会加点桂花来一起酿造,米酒的风味就会变得更加独特香甜;南京人则要在冬至喝鸡汤,这大概跟北方地区的人们喝羊汤是一样的,能滋补、驱寒,他们还有“进九吃鸡”“一九一只鸡”的说法;另外,南京人还有吃豆腐的习俗,寓意多福,北方人也会在这个时候做豆腐,豆腐就成了家家户户餐桌上的“常客”;还有地方的人喜欢吃腊肉或是姜饭……总之,地方不同,习俗也不尽相同,但核心意思都不变,都是为了身体变得更好、生活变得更好、家庭变得更好。

那些浪漫的冬至景观

有人问,冬至是北半球黑夜最长、白天最短,是最好的一天还是最坏的一天?对于有情人来说,这一天也是特别的一天,因为在这一天“想你的时间最短,梦你的时间最长”。在大自然中,这一天也是特别的,有很多奇特的景观只有在冬至前后才能看得到。
因为到了冬至,当那缕直射在北回归线上的阳光“掉转头”,开始向南回归线的方向行进时,北半球的太阳高度角是最低的,因此,这一天我们还有机会看到很多奇观。
冬至前后的下午四时,阳光恰好照射在北京颐和园十七孔桥所有桥洞的侧壁上,呈现出“金光穿洞”的奇观。在故宫的乾清宫,冬至日的正午前后,阳光会穿透乾清宫窗户,经金砖地面镜的反射,依次照亮匾额上的“正大光明”四个大字以及下方的五条金龙,这就是“金匾耀光”的奇观。另外,还有天坛的“神光沐匾”,与以上二者合称为“京城三绝”,这些现象大多与太阳的高度角有关,冬至前后数日甚至一个星期之内都能看到类似效果,如果您也想在这几天完成一次“追光之旅”,那就赶紧出发吧,如果错过了它们,那就得再等上一年。
冰瀑多是出现在隆冬时节,水流到低于零



结:冬至分为三候:一候蚯蚓结;二候麋角解;三候水泉动。



齐艳芳 绘图

冬至已至,春归有期。在这个冬天,愿你三冬暖,愿你春不寒,愿你既有一碗热汤、

一碗水饺的“小幸福”,也能过一个有品质的冬至。