

# 古代夏至也是节日

《中国天文年历》显示,北京时间6月21日11时32分迎来农历二十四节气中的夏至。夏至日时,北半球白昼最长,正午的太阳最高,垂直物体的影子最短。

夏至,不但是一个重要的节气,而且是中国最古老的传统节日之一,官方自古就有祭祀地神之俗,在民间也有很多习俗。

从周代时起,在夏至日已经有了祭祀仪式,到了清代仍然被视作“国之大典”,司马迁所著《史记·封禅书》记载:“夏至日,祭地祇,皆用乐舞。”“地祇”即地神,周代时,每年夏至之日在国都北郊水泽之中的方丘上举行祭典。明清时期,夏至前两个月,内务府就开始维修斋宫。夏至前二十一天,太常寺开始集中办公,筹备祭祀有关事宜。夏至前三日,皇帝到太庙告请太祖配神,除急事外,不办公事。

在民间,妇女们互相赠送折扇、脂粉等什物。《辽史·礼志》记载:“夏至日谓之‘朝节’,妇女进彩扇,以粉脂囊相赠遗。”彩扇用来纳凉,香囊可除汗臭,粉脂涂抹身体,防生痱子。在朝廷,皇家则拿出冬藏夏用的冰消暑避伏,而且从周代始,历朝沿用,进而成

为制度。宋代《文昌杂录》里记载,宋代官员从夏至这天开始要放假3天,让百官回家休息。而宫廷中,夏至这天御厨们就制作出一种夏至馄饨供皇帝、妃嫔食用。

民间有“冬至饺子夏至面”之说,夏至这天,北方人多吃面,打卤面、炸酱面、红烧肉面、牛肉面、鸡蛋面等,有些地方还吃凉面,俗称“过水面”。江南也有“吃过夏至面,一天短一线”的说法,南方的面条品种多,如阳春面、干汤面、肉丝面、三鲜面、过桥面及麻油凉拌面等。夏至人们还大秀凉菜、生菜,因为这个时候气候炎热,吃些生冷之物可以降火开胃,又不至于因寒凉而损害健康。江南有“夏至馄饨冬至团,四季安康人团圆”的谚语,早晨吃麦粥,中午吃馄饨,取混沌和合之意。吃过馄饨,为孩童称体重,希望孩童体重增加更健康。在岭南一带,还有夏至吃狗肉和荔枝的习俗,有“冬至鱼生夏至狗”之说,“吃了夏至狗,西风绕道走”,人们在夏至日吃了狗肉,其身体就能抵抗西风湿雨的入侵,少感冒,身体好。

我国农历中“九”是习惯用的杂节,“夏九九歌谣”形象地道出了夏至后

的天气变化,生动地反映了日期与物候的关系。“夏九九”是以夏至那一天为起点,每九天为一个“九”,每年九个“九”共八十一天。同样,三九、四九是全年最炎热的季节。它与“冬九九”形成鲜明的对照。“夏九九歌谣”最早是南宋人陆泳在《吴下田家志》中记载的,后来有人发现,此歌谣用松烟墨书写在湖北省老河口的一座禹王庙正殿的榆木大梁上。歌谣云:“夏至入头九,羽扇握在手;二九一十八,脱冠着罗纱;三九二十七,出门汗欲滴;四九三十六,卷席露天宿;五九四十五,炎秋似老虎;六九五十四,乘凉进庙祠;七九六十三,床头摸被单;八九七十二,子夜寻棉被;九九八十一,开柜拿棉衣。”近年来,一些网友在网上发布了自己撰写的当代“夏九九歌谣”,将一些新生事物写入其中,也颇为有趣。如:“一九二九温升高,摇扇风扇开空调;三九温高湿度大,冲凉洗澡来消暑;四九炎冠热全年,打开风扇汗不断;五九烈日当头照,无处躲来无处跑;六九时节过立秋,清晨夜晚凉嗖嗖;七九炎热将结束,夜间睡觉防凉肚;八九到来天更凉,男女老幼加衣裳;九九时节过白露,过冬衣被早打谱。”



夏至时,新麦登场。人们在这一天吃面,既表示夏至这天最长,也有庆丰收、尝新麦之意。 据人民网



气温高、湿度大、不时出现雷阵雨,是夏至后的天气特点。对于江淮一带来说,夏至时节也是梅雨季节。 据人民网



夏至只是盛夏的开始。所谓“夏至三庚数头伏”,从夏至起经过三个庚日,才会进入一年中最热的三伏天。 据人民网

## 夏至: 稻花如白练 荷花别样红

夏至时节,蛙声阵阵,蝉鸣声声,稻花如白练,荷花别样红。

历史学者、天津社科院研究员罗澍伟介绍,一般在每年公历6月21日或22日,太阳到达黄经90度时,为夏至,它是二十四节气中第十个节气,也是二十四节中最早被确定的一个节气。公元前7世纪,古人用土圭测日影,发现夏至这一天,白天之长,日影之短,都达到了一年中的极限,所以叫作夏至。

从天体运行上看,夏至这一天,正午阳光几乎直射地球上的北回归线,北半球的白昼最长,且越往北白昼越长。夏至以后,太阳直射地球的位置逐渐南移,北半球的白昼逐渐缩短。民间有“吃过夏至面,一天短一线”之谚,说的是过了夏至,白天越来越短,每天做

针线活,用的线也一天比一天少。

夏至时,新麦登场。人们在一天吃面,既表示夏至这天最长,也有庆丰收、尝新麦之意。

夏至是盛夏的起点。从夏至起,经过三个庚日,便进入一年中最热的三伏天,所谓“夏至三庚数头伏”。气温高、湿度大、不时出现雷阵雨,是夏至后的天气特点。

罗澍伟结合民间传统和养生专家的建议说,夏至一过,阳盛于外,人体出汗增多,消暑防暑首先要及时补水。可多食苦瓜、芹菜、茼蒿、苦菊等,以利于祛暑益气、除燥祛湿、生津止渴和增进食欲。同时做好精神保养,宜晚睡早起,适时午休,避免剧烈运动,注意调息静心,“心静自然凉”。

据新华社

## 古诗词里的夏至

“夏至阴生景渐催,百年已半亦堪哀。菡萏不凋龙蟠梦,翎羽何劳燕雀猜。雨砌蝉花粘碧草,风檐萤火出苍苔。细观景物宜消遣,寥落兼无浊酒杯。”这是明朝刘基的《夏日杂兴》,诗人借夏至节气,抒发了自己杂乱的心境和难抑的悲愤,读后如淋夏至节气的阴雨天气。

夏至,是二十四节气之一,也是最早被确定的一个节气。夏至这天,白天最长,夜间最短,代表的寓意是炎热将至,开始有暴雨、梅雨、高温桑拿天气。虽然是烈日炎炎,但古往今来的诗人文思泉涌,留下了许许多多美好的“夏至诗”。

“长夏村墟风日清,檐牙燕雀已生成。蝶衣晒粉花枝舞,蛛网添丝屋角晴。落落疏帘邀月影,嘈嘈虚枕纳溪声。久斑两鬓如霜雪,直欲渔樵过此生。”这是宋代张耒《夏日三首》中的其中一首,本诗通过夏日午夜燕雀、蝴蝶、蜘蛛等意象的描写表现了诗人对清静、安宁生活的喜爱。抒发了诗人淡泊名利、厌恶世俗,想要归隐田园的情怀。

唐代贾夔的《孟夏》诗中道:“江南孟夏天,慈竹笋如编。蜃气为楼阁,蛙

声作管弦。”诗说一进入夏天,慈竹长得密集而有序,远望云气如楼阁,幻同仙境,耳边还有青蛙奏乐,夏天真是迷人啊!

“符篆玉搔头,艾虎青丝鬓。一曲清歌倒酒莲,尚有香蒲晕。角簪碧纱厨,挥扇消烦闷。唯有先生心地凉,不怕炎曦近。”宋代史浩的《永遇乐·夏至》,描写了诗人夏日的情景,天炎暑热,诗人挥扇解烦闷,却又在末尾告诉我们:只有先生心中凉快,不怕这暑气的天。

宋代范成大的《夏至》诗,读来轻松愉快:“李核垂腰祝饔,粽丝系臂扶麻。节物竞随乡俗,老翁闲伴儿嬉。”夏至和端午相去不远,所以,范成大的夏至日,还用粽丝系臂,祈求健康。夏至这天,生活十分闲适,君不见,那老翁伴着孙辈玩得开心吗?

宋朝苏辙的《夏至后得雨》:“天惟不穷人,旱甚雨辄至。麦乾春泽匝,禾槁夏雷坠。一年失二雨,廩实真不继。我穷本人穷,得饱天所界。夺禄十五年,有田颍川涘。躬耕力不足,分获中自愧。余功治室庐,弃积洁狗彘。久养无用身,未识彼天意。”说的是老天不会让人永远贫穷,干旱久了,雨就来了,

麦子干了,雨就下下来了。我是无用之人,无力躬耕,却还享受着收获,实在惭愧。

同样写雨,唐代诗人刘禹锡的《竹枝词》,却借用夏至以后雷阵雨骤来疾去的天气,写出了另一种景象:“杨柳青青江水平,闻郎岸上踏歌声。东边日出西边雨,道是无晴却有晴。”

夏至,虽已进入炎夏,但在诗人的笔下却透着无限美好。唐朝权德舆《夏至日作》云:“璇枢无停运,四序相错行。寄言赫曦景,今日一阴生。”还有唐代韦应物的《夏至避暑北池》:“昼晷已云极,宵漏自此长。未及施政教,所忧变炎凉。公门日多暇,是月农稍忙。高居念田里,苦热安可当。亭午息群物,独游芳塘。门闭阴寂寂,城高树苍苍。绿筠尚含粉,圆荷始散芳。于焉洒烦抱,可以对华觞。”再有宋朝张耒《夏至》诗:“长养功已极,大运忽云迁。人间漫未知,微阴生九原。杀生忽更柄,寒暑将成年。崔嵬干云树,安得保芳鲜。几微物所忽,渐进理必然。题哉观化子,默坐付忘言。”这些诗作都对夏至这个节气进行了传神的描述,读来如临其境。 据《闽南日报》

## 从夏至到入伏

我国古代采用“干支纪事”的方法用以计年、计月、计日、计时。所谓“干支”就是十个天干和十二个地支。十个天干分别是:甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸;十二地支分别是:子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥。由于天干只有10个,所以每隔10天就会出现一个庚日。

传统的推算方法规定:夏至后的第三个庚日起为初

伏,从夏至后的第四个庚日起为中伏,立秋后的第一个庚日起为末伏,总称为“三伏”。由于夏至与第一个庚日之间的天数几乎每年都不一样,所以与“三庚”的天数也不是固定的。当夏至与立秋之间出现4个庚日时中伏为10天,出现5个庚日则为20天,所以中伏到末伏有时为10天,有时为20天。今年自7月12日起我们就已经正式进入“三伏天”了,等到7月22日便进入了长达20天的中伏,直至8月20日才能过完“三伏”,共计40天。 据新华网



## 家装315 幸福365

# 2021漯河家装行业提升年活动即将启动

聚焦我市家装行业 推动家装市场健康有序发展

抨击不规范经营 杜绝不诚信行为

活动主办

漯河市住建局 漯河市消费者协会 漯河日报社

漯河市装饰装修协会 漯河市总商会

投诉热线:

0395-3139148

