

芒种

今年6月6日,太阳到达黄经75度的位置,“芒种”悄然而至。

“麦陇无垠黄云平”,芒种是二十四节气中的第九个节气,于每年6月5日左右开始,也是夏季的第三个节气,标志着仲夏时节的来临。

四野皆插秧

“有芒的麦子快收,有芒的稻子可种”。芒种是典型的反映农业物候现象的节气。芒种一到,夏熟作物要收获,夏播秋收作物要下地,春耕的庄稼要管理,收、种、管交叉,是一年中最忙碌的时节。正如《月令七十二候集解》所说:“芒种,五月节。谓有芒之种谷可稼种矣。”长江流域“栽秧割麦两头忙”,华北地区“收麦种豆不让晌”,田间处处是一派忙碌的景象,“芒”又与“忙”谐音,“芒种”也可以说是“忙种”了。

在古代,人们将芒种分为三候:“一候螳螂生;二候鸣(jú)始鸣;三候反舌无声。”芒种时节,螳螂在上一年深秋所产之卵经历冬春终于孕育出小螳螂;芒种之后,伯劳鸟出现在树上,感阴而鸣;而善仿其它鸟鸣唱的反舌鸟,此时却因为感应到阴气停止了鸣叫。

夏至

今年6月21日,太阳到达黄经90度,为夏至日。

“日北至,日长之至,日影短至,故曰夏至。”至者,极也。夏至这天,太阳直射地面的位置到达一年的最北端,几乎直射北回归线,北半球的白昼时间到达极限。夏至是二十四节气中最早被确定的节气之一,大约在公历每年6月21日或22日交节。

昼晷已云极

夏至过后,太阳直射地面的位置逐渐南移,北半球的白昼日渐缩短。古人在平地上立一根竿观察太阳光投射的竿影,一年中正午日影最短的那一天,便是夏至。

“夏至,五月中。《韵会》曰:夏,假也;至,极也;万物于此皆假大而至极也。”古人将夏至分为三候:“一候鹿角解;二候蜩始鸣;三候半夏生。”夏至日阴气生而阳气始衰,所以阳性的鹿角便开始脱落;雄性的知了到了夏至后因感阴气之生便鼓翼而鸣;半夏是一种喜阴的草药,因在仲夏的沼泽地或水田中生长所以得名。炎热的仲夏,一些喜阴的生物开始出现,而阳性的生物却开始衰退了。

“不过夏至不热”“夏至三庚数伏”。夏至这天虽然白昼最长,太阳高度角最大,但并不是一年中最热的时候。“热在三伏”,真正的暑热大约在7月中旬到8月中旬。

图①:夏至后,浙江省绍兴市十里荷塘美景。陈禹摄(资料图片)

图②:芒种节气,小麦成熟。图为山东省临沂市临沭县苍马山麦田风光。王文杰摄(资料图片)

本期统筹:孟扬 肖遥
本版责编:唐中科 曹怡晴
版式设计:张丹峰

芒种亦稼亦穡

爱此一雨凉

到了芒种时节,我国长江中下游地区开始进入黄梅时节。梅雨天持续阴雨、雨量增多、气温增高、空气潮湿,有时也可能伴有低温天气。有些年份,阴雨甚久,感觉尚未入夏便渐渐沥沥,等到云销雨霁,就直接到了盛夏,正所谓“连雨不知春去,一晴方觉夏深”。在东部部分地区,全年降雨量的1/3左右是在这一时节积蓄的。

梅雨的正常到来对水稻、棉花等需水量较大的作物有利,但阴雨日多,空气湿度大,也容易造成室内物品生菌发霉,应注意通风晾晒以防潮。

村村捣麦香

芒种时节,各地有不同的风俗。安苗是皖南一些地区的农事习俗。每到芒种,种完水稻后,家家户户用新麦面蒸祭祀用的发包,把面捏成五谷六畜、瓜果蔬菜等形状,用蔬菜汁染上颜色,祈求五谷丰登。

贵州东南一带,每年芒种前后有打泥巴仗节。当天,男女青年边插秧边打闹,互扔泥巴,谁身上泥巴最多,谁就最受欢迎。

芒种,这个挥汗如雨的大忙时节——它用自然的节奏引领着劳动者的步履,让人们用辛勤的劳动与汗水收获果实、培育梦想、迎接希望。

是月农稍忙

夏至期间我国大部分地区气温较高,日照充足,作物生长很快,需水较多。此时的降水对农业产量影响很大,有“夏至雨点值千金”之说。这时长江中下游地区降水一般可满足作物生长的需求。

夏至不热,五谷不结。炎热虽似煎熬,实则为馈赠。过了夏至,我国南方大部分地区农业生产因农作物生长旺盛、杂草病虫迅速蔓延滋长而进入田间管理时期,高原牧区则开始了草肥畜旺的黄金季节。

常语夏至筵

“忆在苏州日,常语夏至筵。粽香筒竹嫩,炙脆子鹅鲜。”伴随夏至而来的,还有各色美食。

自古以来,民间就有“冬至饺子夏至面”的说法,夏至吃面是很多地区的重要习俗,原因和说法有多种——

象征白昼的长短
用面条的长来比拟夏至的白昼时间。

预示三伏天来临
夏至后再过二三十天,就会进入三伏天,也就是夏季最热的时期。这时候吃凉面就是提醒大家注意防暑降温。

新麦登场要尝新
华北、华东夏至前当季的新麦就已经成熟,用新收割的麦子磨面擀面条。汗水的印痕、田野的芬芳、收获的喜悦,都在这一碗面中,极有耕耘之后的成就感。



二十四节气

本报记者 孟扬 曹怡晴

梅熟麦饭香 仲夏农事忙

自制青梅酒

青梅洗净沥干水分
按三斤梅十斤酒一斤冰糖的配比
浸泡至少三月
加入蜂蜜调味



煮酒青梅待宾客

本报记者 姚雪青

“梅叶未藏禽,梅子青可摘。”江苏省南京市溧水区的傅家边梅花山,是传统赏梅胜地,有着“十里梅岭万亩梅海”的美誉。和一般的观赏梅品种有所不同,这里的梅树所产多以食用果梅为主。人们熟知的典故——三国时期曹操和刘备“青梅煮酒论英雄”中的“梅”,以及曹操“望梅止渴”故事中的“梅”,就是这种梅树上结的果子,而我们平常吃的情人梅、话梅、梅干,也是用

夏至 景风南来

应季而食享安康

张勃

二十四节气是中国人通过观察太阳周年视运动而形成的时间知识体系及其实践,反映时间流转与气候、物候变化的关系,讲求人与自然在时序中的和谐统一。

长期以来,中国人形成了跟着节气过日子的生活传统。“春日春盘细生菜,忽忆两京梅发时。”杜甫的诗句描写了立春日的特殊食品——盛以春盘的生菜(不煮熟生吃的蔬菜)。民间流传的谚语“头伏饺子二伏面,三伏烙饼摊鸡蛋”等,同样反映了节气与饮食的密切关系。

节气与饮食之所以形成一定的联系,首先在于中国人秉持“应季而食”的理念,注重尝新荐新。“麦到立夏收,谷到处暑黄。”“寒露种大蒜,霜降白菜。”农作物各有自己的生长周期,播种时间不同,成熟时间不一,不同的节气便各有自己当令的食品,即所谓“时品”。应季而食的理念让人尽量食用“时品”,节气日的饮食活动尤其注重享用新收获的农产品或其他应时鲜货,如谷雨日吃香椿、霜降日吃柿子,等等。清人顾禄《清嘉录》就记载了立夏日尝新的习俗:“立夏日……宴饮则有烧酒、酒酿、海蜷、馒头、面筋、芥菜、白笋、咸鸭蛋等品为佐,蚕豆亦于是日尝新。”

中国人将饮食活动置于阴阳五行系统中,使其发挥和谐天人关系、养生保健的作用,也影响了不同节气的饮食内容,形成一定的饮食宜忌和进补习俗。比如立春之后,万物复苏,肝阳上亢,此时饮食应“省酸增甘”,多食甘温之品,如山药、春笋、

菠菜、韭菜、芥菜等,少食酸性食物,如牛肉、羊肉、海鱼等。又如立夏之后,阳气旺盛,人们容易出现心情烦躁、坐立不安等心火旺盛的症状,此时宜吃一些带苦味的食物,可以清心火、养心气。“小满之日苦菜秀”,苦菜别名荼,嫩时可食,具有一定的药用价值,能够安心益气,轻身耐老。

当下,反季作物极大地丰富了人们的餐桌,然而当季作物不仅价格更便宜,而且口味更纯正。应季而食仍是人们日常饮食遵循的基本原则。至于顺时调和而形成的节气饮食习惯,强调顺应自然的气候变化,通过饮食调理,使人体内外环境保持和谐统一,更体现了中国人特有的宇宙观和生活智慧。

“南方立夏鹅毛住,北方立夏刮倒树。”我国地域广阔,风土不同,物产有异,习俗有别,同一个节气,不同地方的饮食也有所不同。比如同是冬至,北方人食用馄饨水饺,南方人则有酒酿圆子冬至团。而同一种食物,在不同的地方也会选择在不同的节气享用。比如羊肉多是冬季进补的食物,但在江苏徐州一带,却有吃伏羊的习俗,“人伏一碗羊肉汤,不用神仙开药方”。所有这些,都是在二十四节气的总体框架下因地制宜、因俗制宜的结果,同样是人们智慧的结晶。

(作者为北京联合大学北京学研究中心研究员,本报记者施芳采访整理)

这类果子加工而成的。
“许多水果以甜取胜,而青梅却以独特的酸味引人。”溧水区文化和旅游局旅游推广科科长郭小清告诉记者,每年芒种前后,是傅家边青梅集中采收的季节。时至今日,当地依然保留着家家户户采收青梅、再将青梅卖给当地深加工企业的传统。同时,当地人按照习惯,也会预留青梅自己泡酒,用以接待亲朋好友。
芒种煮梅的习俗,历史悠久。在我国南方,每年5、6月份是梅子成熟的季节,新鲜的梅子大多味道酸涩,不便直接入口,需加工后食用。现代加工青梅的方式日益丰富,如盐渍、制作蜜饯、取汁、熏制、酿酒、制药等。

