



立夏：节气接上地气

肖复兴

立夏。夏天来了。立夏和立春不大一样。立春的讲究更多一些，要咬春，踏春，打春牛，等等，因为那是一年之始，自然要隆重些。立夏，很平易，没有那么多的讲究。绚烂的春花开过了，飞天的柳絮飘过了，夏天来了。仿佛几夜之间，天就一下子暖和了起来，特别是在北方，可能前几天还需要穿毛衣，一夜之间，就要换上单衣了，就是告诉人们，夏天来了。

在老北京，在皇宫里，立夏这一天，男的要脱下暖帽，换上凉帽；女的要摘下金簪，换上玉簪。这些都是夏天到来的象征物。人体最能感受季节的冷暖变化，而装饰品则是为变化的季节镶嵌的花边。

当然，这是皇宫里才有的讲究。不过，即便是皇宫，这样的讲究也很平易了。在历史的记载中，据说在周朝的时候，立夏这一天，天子要带领文武百官到郊外去祭祀的。不过，这样隆重的传统，早已不再。在二十四节气中，立夏的地位，在皇宫中就已经变得家长里短起来了。

《帝京景物略》中讲：“立夏启冰，赐文武大臣。”这样的传统，一直延续到清代。那时候，没有冰箱，冰的储存，是用天然的冰窖，如今北京城南北都还各存有冰窖厂胡同的地名。这样的冰窖，一直到新中国成立后，还延续了很长一段时间。想象立夏这一天，从皇帝带领文武大臣出宫去野外祭祀，到赐冰给文武大臣，这样的变化也实在太大。不过，可以看到立夏真是一个天人合一的节气。历史的演进，让节气接上了地气，从皇帝和文武大臣做起。

关于立夏这一日，清竹枝词有道：“绿槐荫院柳帘空，官宅民宅约略同。尽揭疏桐冷布，更围高屋搭凉棚。”便是说立夏前后，无论官宅民宅，都要在院子里搭凉棚，就是老北京四合院讲究的“天棚鱼缸石榴树”老三样中的“天棚”。同时，要在各家的窗户前安纱帘。在没有空调的年代，凉棚和帘子是为了度过炎热的夏天的必备用品。特别是帘子，即使是再贫寒的人家，可以不搭凉棚，但是，门帘子，哪怕只是用便宜的秫秸编的，也是要准备的。而窗户即使不可能像有钱人家换成竹帘子或湘帘子，起码也要换上一层窟窿眼儿稀疏的薄薄的纱帘，即竹枝词里说的“棚帘布”。那时候，我们管它叫“豆包儿布”，很便宜。

帘子对于北京城里人的重要性，要重于冰。所以，在皇宫内务府的衙门里，专门有帘子库，就跟武器库一样，有专门管帘子库的官员。解放以后，前辈作家叶圣陶老先生在东西八条住的院子，就是清时帘子库的官员留下来的。现在想想，会觉得有几分好笑，居然帘子还需要官员专门管理，而且，在立夏前后，这帮管帘子的官员要上下繁忙一阵呢。要是没有了帘子，慈禧太后的垂帘听政，还真的有点儿麻烦了。

立夏换帘子这样的传统，一直到我小时候还存在。那时候，我住的大院里，各家都会在这几天换冷布，换纱帘。别看换冷布和纱帘这活儿简单，但弄不好会糊不平，糊不结实。所以，一般都会请裱糊匠，连窗户纸和冷布一揽子活儿。那些天，裱糊匠都忙不过来。现在，我们的大院里那些残存的旧窗户，还可以看见能够支起窗户露出纱帘的挂钩和支架。这是那个逝去的年代对于立夏留下的一点儿记忆的痕迹。

如果说，立夏换首饰，多少还带有一点儿对这个节气形而上的象征意义，换帽，备冰和搭凉棚、换帘子、乃至换冷布，都是彻底的形而下了，却也是地道的民生，让这个节气和人们的生活有了密切的关系，让这个节气彻底接上了地气。

□节气·民俗

立夏：称人轻重数 启冰尝三鲜

熊慕东

立夏，预示夏季开始。这时，艳阳高照，万物并秀，夏收作物进入生长后期。

于是，围绕吃的方面的习俗很多，宫廷里吃冰，民间就尝三鲜、斗鸡蛋等。另外，称体重也是立夏的重要习俗。



立夏蛋

秤花八十七，活到九十一

冬天不减肥，夏天徒伤悲。很多人认为这是句戏言，实际上这话有民间习俗作为基础。清人秦荣光《上海县竹枝词》中一首写“立夏”风俗的作品这么说：“立夏称人轻重数，秤悬梁上笑喧喧。”

立夏这天要称体重，怎么称？一般来说，就是在屋梁或大树上挂一杆大秤，双手拉住秤钩，两足悬空；小孩坐在箩筐内或四脚朝天的凳子上，箩筐或凳子吊在秤钩上。

在浙江嵊州，人们在村口或台门里挂起一杆大木秤，秤钩悬一个凳子，大家轮流坐在凳子上称重。司秤人一面打秤花，一面讲着吉利话。称老人时时要说：“秤花八十七，活到九十一。”

称姑娘时时要说：“一百零五斤，员外人家找上门。勿勿肯偏勿肯，状元公子有缘分。”

称小孩时时要说：“秤花一打二十三，小官人长大出山。七品县官勿犯难，三公九卿也好攀。”打秤花时要注意，只能里打出（从小数打到多数），不能外打里。

体重增加了，叫发福，体重减了，叫消肉。据说立夏之日称了体重后，就不怕夏季炎热，不会消瘦。人们希望通过称人这个举动，添福增寿。

朝廷吃冰块，民间喝冷饮

明人刘侗在《帝京景物略》中这样记载：“立夏日启冰，赐文武大臣。”可见在明代，一到立夏这天，朝廷掌管冰政的凌官就要挖出冬天窖存的冰块，切割分开，由皇帝赏赐给官员。

其实，皇帝立夏赐冰，并非起于明代。据考证，两宋时期皇帝立夏赐冰给群臣就已经成为一项惯例和习俗。

而在民间，古代百姓人家立夏日虽不能得冰，却也有在这天喝冷饮的习俗。还是《帝京景物略》载云：“立夏日启冰……编氓（指老百姓）得卖买，手二铜盞叠之，其生磁，曰‘冰盞’。”

清人让廉的《春明岁时琐记》也记载：“（立夏日）市中敲铜盞卖梅汤者，与卖西瓜者铿聆远近。”

据考证，上面所说的“铜盞”，实际就是盛冰镇饮料的木桶。“铜盞”一般都是黑

□节气·物候

斗指东南，维为立夏

王玉民

立夏节气，古人称“斗指东南，维为立夏，万物至此皆长大，故名立夏也。”这一天在天文历法上，是告别春天、迎来夏日的转折点，太阳行至黄经45°。有趣的是，立夏时天黑后观察天空，会看到北斗七星的斗柄正指向东南——也是从正东算起45°的位置。

立夏属于四月的节气，称“立夏四月节”，但立夏不一定都落在农历四月，据笔者统计，1966~2015年的50年中，立夏落在农历四月的有25年，恰好占一半。今年立夏为农历三月十八（公历5月6日3时53分），也不在四月。

唐人元稹《咏廿四气诗·立夏四月节》写道：

欲知春与夏，仲吕启朱明。蚯蚓谁教出，王孙自合生。

帘蚕呈茧样，林鸟哺雏声。渐觉云峰好，徐徐带雨行。

“仲吕”是古代音律名，大体相当于现代音律的升E调。古人认为天体运行、季节变化与音律有关系，有“孟夏

之月，律中仲吕”的说法，所以“仲吕”成了四月的代称。而“朱明”则是夏季的别称，所以“仲吕启朱明”即“四月开启了夏季”。“蚯蚓谁教出，王瓜自合生”出自《逸周书》：“立夏之日，蝼蛄鸣。又五日，蚯蚓出。又五日，王瓜生。”（王瓜是一种瓜蒌类的药用植物）

古代官方也很重视立夏节气。据记载，周朝时，立夏这天，天子要亲率文武百官到郊外举行“迎夏”仪式，并指令司徒官去各地勉励农民抓紧耕作。仪式上君臣一律穿朱色礼服，配朱色玉佩，连马匹、车旗都要朱红色的，以表达对司夏之神的敬意和对夏粮丰收的祈求。

立夏后，气温会明显升高，炎暑即将来临，雷雨增多，农作物进入生长旺季，所以农谚说“豌豆到立夏，一夜多一杈”。我国北方，立夏期间正是冬小麦扬花灌浆，油菜接近成熟的时候，夏收作物的年景基本已经定局，所以农谚有“立夏看夏”之说。

色，于是叫做金花菜。古代农耕缺肥料，土地实行轮种，休耕的土地上种苜蓿，是上好的肥料。苜蓿是草，立夏时人们摘苜蓿之嫩头食用，上海人称之为“草头”。

记录清代上海风俗的《沪城岁时衢歌》中说：“立夏日，剪野菜，有所谓草子头者；磨末作栖，入草子头煎之，味甚香脆，名‘摊栖’。”这种节日食品今天已经很少能吃到了。

这些尝新寄托了人们平安度过炎夏的心愿。

南方七家粥，北方状元饼

除了尝三鲜，还有别的食俗。

在立夏日，福建周宁县一些乡村吃“立夏糊”，分两类，一是米糊，一是地瓜粉糊。大锅熬糊汤，汤中内容极其丰富，有肉、小笋、野菜、鸡鸭下水、豆腐等，邻里互邀喝糊汤。这与浙东农村立夏吃“七家粥”风俗类似。

七家粥是汇集了左邻右舍各家的米，再加上各色豆子及红糖，煮成一大锅粥，大家来分食。闽南则家家户户将红糟掺入面条中煮熟供全家食用。因红糟色红，为吉祥之色，又有发酵作用，以寓发达发财之意。而红糟也帮助消化，有益健康。此俗演化到后来，红糟被海虾代替，谓之“吃虾面”（夏与虾闽南语同音），海虾煮熟后变红，以此祈夏季发财、吉祥。

江西有立夏饮茶的习俗，说是不饮立夏茶，一夏苦难熬。福建有七家茶，各家带了自己新烘焙好的茶叶，混合烹煮或泡成一大壶茶，再由大家欢聚一堂共饮。

北方大部分地区立夏时有制作与食用面食的习惯，意在庆祝小麦丰收。立夏的面食主要有夏饼、面饼、春卷三种。夏饼又称麻饼，形状各异，有状元骑马、观音送子、猴子抱桃等。面饼有甜、咸二种，咸面饼的用料有肉丝、韭菜等，蘸蒜泥食用。甜面饼则多加砂糖。春饼用精制的薄面饼，包着炒熟的豆芽菜、韭菜、肉丝等馅料，封口处用面粉拌蛋清粘住，然后放在热油锅里炸到微黄时捞起食用。

总之，立夏的食俗，第一是尝鲜，第二是祈福，第三是养精蓄锐，以备从事繁重的农事劳动。



诗意立夏

《立夏》

陆游（宋）

赤帜插城扉，东君整驾归。
泥新巢燕闹，花尽蜜蜂稀。
槐柳阴初密，帘栊暑尚微。
日斜汤沐罢，熟练试单衣。

王向东书

