

立夏是夏天的开始吗?

“忽惊夏向明朝立,便恐春从此地更。”迎来了立夏节气,立夏意味着夏天的开始吗?这一时节,天气、农作物各有什么变化?气象、农业专家为您“立夏说夏”。

中科院紫金山天文台科普部主任张阳介绍,立夏是天文学意义上夏季的开始。“从天文学角度来说,春、夏、秋、冬可以根据节气来划分,每6个节气变换一个季节。在中国传统的二十四节气里,立春是春季的开始,相应的,立夏即为夏季的开始。”

不过,立夏节气到来并不代表着气象学上

真正入夏。南京信息工程大学应用气象学院副教授江晓东说:“气象学中夏季开始的标准,是该年第一次出现连续5天日平均气温都在22摄氏度以上。”从这个意义上讲,立夏节气来临时,我国只有南岭以南的海南、广东、广西、云南和福建南部才处于夏季。

此外,立夏时节,我国长江以南地区高温多雨天气多发,而秦岭、淮河以北的江淮、华北、西北地区的降雨仍然较少,气候干燥。

《月令七十二候集解》中记载:“夏,假也,物至此皆假大也。”这是说万物在立夏时节

已经长大。这一时期,农作物进入生长旺季。江苏省农业科学院蔬菜研究所副所长陈龙正说:“立夏时,大麦、小麦等春天开花的作物进入生长后期,油菜接近成熟,夏收作物的年景基本确定,南方的早稻也开始插秧。因此,中国古代很重视立夏节气。”

立夏时节,人们常通过品尝时鲜庆祝初夏的丰收。古语有“立夏尝鲜”的说法,有的地方品尝苋菜、蚕豆、豌豆米等“地三鲜”,有的地方品尝樱桃、杏子、枇杷等“树三鲜”。

□邱冰清 王珏玢

立夏冷知识

为什么要“尝三鲜”、系“疰夏绳”?

“四时天气促相催,一夜薰风带暑来。”立夏时节,万物茁壮生长,围绕节气特点,民间形成了一系列习俗活动。

夏季的第一个节气

立夏是二十四节气中的第七个节气,也是夏季的第一个节气。在二十四节气中,反映四季变化的节气有立春、立夏等;反映温度变化的节气有小暑、大暑等;反映天气现象的节气则有雨水、谷雨、白露等。

《逸周书·时训解》中曾如此解释立夏节气:“立夏之日,蜩始鸣。又五日,蚯蚓出。又五日,王瓜生。”形象描述了孟夏之初的物候景象。“孟夏之日,天地始交,万物并秀。”进入立夏,气温会明显升高,雷雨增多,并且经过春天的孕育,夏天万物繁茂,农作物进入生长旺季,所以农谚有“春争日,夏争时”的说法。

“尝三鲜”与立夏饭

“民以食为天。”围绕立夏的节气特点,民

间形成了丰富的习俗,其中也包括饮食。比如,有的地方立夏日食用青梅,一些地方还有尝“三鲜”(“三鲜”有“地三鲜”“树三鲜”“水三鲜”之分)、“八新”(樱桃、新笋、新茶、新麦、嫩蚕豆、杨花萝卜、鲥鱼和黄花),吃乌米饭、糯米饭、虾面等食物。

“这种立夏尝新其实不怎么普遍。全国各地气候不一样,有的地方立夏时已经有收获物了,但有的地方还没有收获物。所以,尝新是地方性的。”民俗专家王娟解释。

“立夏饭”也是比较有特色的饮食:人们用红豆、黄豆等五种颜色的豆类混上米,煮熟后食用。

民俗专家解释,这种立夏饭也叫五色饭,寓意五行达到平衡,给人们精神上的鼓励。此外,江南水乡还有在立夏日烹食嫩蚕豆的习俗。

为什么要拴“疰夏绳”

不只是饮食,立夏的诸多习俗,其实都在

提醒人们为夏天的到来做准备。

明代刘侗在《帝京景物略》中记载:“立夏日启冰,赐文武大臣。”可见在明代,到了立夏,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。夏天的时候,老百姓们也有自己消暑的办法,比如喝冷饮。

据说,宋朝时冷饮的花样已经非常多,有沙糖绿豆、漉梨浆、木瓜汁、卤梅水、香蓴饮、金橘雪泡等。

值得一提的是,立夏有“称人”的习俗。具体来说,就是在立夏当天称一下体重,希望夏天过得顺利。夏天过去后再称一次体重,和之前的体重做对比,及时调整身体。

不仅如此,人们还会给孩子拴上“疰夏绳”。疰音zhù,指因不能适应气候或环境而得的病,如疰夏、疰船等。拴疰夏绳,即用五色丝线系在小孩的手腕等处,寓意消灾祈福,表达消除暑气的愿望。 □上官云

最早的西瓜

瓜的顶端还有一个弯曲的瓜蒂。整个西瓜形象逼真、惟妙惟肖。有学者认为,其纹饰与唐代永泰公主墓所出土的唐三彩器物装饰风格相近。

洪皓是宋徽宗政和五年(1115年)进士,曾任海宁主簿。建炎三年(1129年),洪皓临危受命,以礼部尚书的身份出使金国,不料却被金人扣留,直到绍兴十三年(1143年)才得以回到南宋。回来时,洪皓带回了金人的西瓜种子,从此江南有了西瓜。此事在洪皓于被扣留期间撰写的见闻录《松漠纪闻》中有交代:“予携以归,今禁圃乡园皆有。”

此后,有关西瓜的描述开始频现于南宋文人的笔端,比如范成大《西瓜园》的“碧蔓凌霜卧软沙,年来处处食西瓜。”汪元量《通州道中》的“西瓜黄处藤如织,北枣红时树若屠。”方回《秋

大热上七里滩》的“西瓜足解渴,割裂青瑶肤。”董嗣泉《中伏》的“淮童少解事,醉拾西瓜攀。”等。从这些诗句中可以推测,西瓜在南宋时已不再是贵族消费品,普通老百姓也能吃得起。 □李向红



关爱地贫儿

一起向未来

国家卫生健康委员会妇幼健康司

中国红十字基金会爱婴医院发展基金