

# 天地始肃,秋色渐浓

陈广忠

## 二十四节气

“疾风驱急雨,残暑扫除空。”今日,我们迎来秋季的第二个节气——处暑。《说文解字》曰:“处,止也。”处暑意味着暑气散去,清风徐来,天地始肃,秋色渐浓。

处暑,公历每年8月23日或24日,太阳到达黄经150°时开始。

《淮南子·天文训》中记载:加十五日指申,则处暑,音比姑洗。意思是说,立秋增加十五天,北斗斗柄指向申位,便是处暑,它与十二律中的姑洗相对应。



### 处暑与物候

根据明代黄道周撰写的《月令明义》记载,处暑的物候:鹰乃祭鸟,天地始肃,禾乃登。

#### 第一候,“鹰乃祭鸟”。

意思是说,老鹰开始捕猎鸟类,摆在四周,好像祭祀一样。《吕氏春秋·孟秋纪》高诱注中说:“是月鹰鸷(zhì)杀鸟于大泽之中,四面陈之,世谓之祭鸟。”秋天,是属于猛禽雄鹰的季节。乌鸦、鸽子、野鸡、兔子、松鼠等动物,身体肥美,准备越冬,但是却成了苍鹰口中的美食。所谓“祭鸟”,只是文士们强加于雄鹰而已。

#### 第二候,“天地始肃”。

意思是说,天地间开始呈现肃杀之气。《淮南子·时则训》高诱注中说:“肃,杀也。杀气始行也。”肃,就是肃杀的意思。杀气始行,草木凋零;而万物争艳,欣欣向荣的景象,一扫而空。

#### 第三候,“禾乃登”。

意思是说,谷物已经成熟。禾,《说文解字》中说:“嘉谷也。”又指谷物之总名。登,《淮南子·天文训》高诱注中说:“成也。”就是成熟义。处暑节气,各种谷物陆续收割、晾晒、贮藏。“禾乃登”,五谷丰登,天下才能安定。

### 处暑与农事、生态资源保护

处暑的农事活动和农谚有:

★“处暑天不暑,炎热在中午。”就是说,处暑时候,中午热,早晚凉。

★“处暑雨,粒粒皆是米。”处暑下雨,对水稻丰收有重要作用。

★“处暑谷渐黄,大风要提防。处暑高粱遍地红。处暑收黍,白露收谷。处暑好晴天,家家摘新棉。处暑长薯。处暑栽白菜,有利没有害。处暑见红枣,秋分打净了。七月枣,八月梨,九月柿子红了皮。”

这些农谚,说明处暑节气对高粱、谷子、棉花等的收获,以及对枣、梨、柿子等的成熟和采摘帮助极大。

《淮南子·时则训》中说:命令百官,开始收敛赋税;修筑堤坝,谨防障碍阻塞,防备水患到来;修葺城郭,整治官室。

处暑时节最重要的农事,是要修整堤防、清除障碍、筑牢堤坝,防止秋季的洪水到来。可以知道,古代对于防止水患、兴修水利特别重视,这是以农为本的农耕社会顺应天道、兴利除弊的重要举措。

### 处暑美食与养生

处暑饮食与养生,人们爱吃萝卜。明代李时珍编写的《本草纲目·菜部》第二十六卷中记载:

“莱菔,今天下通有之。圃人种莱菔,六月下种,秋采苗,冬掘根。其根有红、白二色,其状有长、圆二类。大抵生沙壤者脆而干,生瘠地者坚而辣。根、叶皆可生可熟,可菹可酱,可豉可醋,可糖可腊,可饭,乃蔬中之最有利者。”“莱菔,散服及炮煮,下大气。消谷和中,去痰癖,肥健人;利五脏,轻身,令人白净肌细。”

特别是入秋的萝卜,肉质肥厚丰润,清甜爽口,对于预防咳嗽多痰、咽喉炎、声音嘶哑,都有一定的帮助。

陈抟《二十四式坐功图》中记载:“处暑月中坐功:每日丑寅时,正坐,转头,左右举引就,反两手捶背,各五七度。叩齿,吐纳,咽液。”

### 处暑与文化

宋末文学家仇远的《处暑后风雨》,是一首描写处暑时节天气急速变化的传神诗作:

疾风驱急雨,残暑扫除空。

因识炎凉态,都来顷刻中。

纸窗嫌有隙,纨扇笑无功。

儿读秋声赋,令人忆醉翁。

意思是说,疾风驱赶着急雨,残留的暑气扫除干净。因为知晓炎凉的变化,顷刻之间一起来临。窗纸的空隙,让人讨厌;嗤笑团扇,没啥功用。儿童读着《秋声赋》,使人回忆起了“醉翁”。这首诗告诉我们,虽然已过“处暑”节气,仍然会酷热难当。一场“疾风”“急雨”,把暑热一扫而空。儿童们高兴地读起了宋代大文学家欧阳修的《秋声赋》,等待着金秋收获时节的到来。

清代乾隆皇帝的《御制诗集》五集卷三十四,收有一首《处暑》诗,其中写道:

昨晚热留尾,晓峰云照头。

湔炎真处暑,送爽正宜秋。

快霁碧霄净,凝眸满意酬。

荞田及菜圃,又可望丰收。

自注:“处暑,七月十一日。湔(jiān)炎,自亥至寅微雨。”意思是说,昨天夜里暑天还留有余热,早晨山峰上盘旋着云头。夜里到早上下了小雨,洗去了炎热,真的离开了暑天;送来的清爽,正是适宜的秋天。雨后很快放晴,蓝天格外纯净;凝眸想来,都得到满意的报答。荞麦地和菜园子,又能够得到丰收。

这首诗告诉我们,顺应自然、天人合一、风调雨顺、丰衣足食,这是每一个人所追求和希望达到的目标。