

# 秋风萧肃 秋尽冬来

陈广忠

霜一打，越发妖娆。游人穿行其间，红叶的芳菲，林间清新之气，欣喜之情油然而生。元代著名元曲、元杂剧作家白朴的《天净沙·秋》，描绘了山村“落日”的景色，其中的“红叶”令人神往：

孤村落日残霞，轻烟老树寒鸦，一点飞鸿影下。青山绿水，白草红叶黄花。

一个萧瑟的小山村，笼罩在“落日残霞”之下，家家飘着“轻烟”，“寒鸦”停留在“老树”上，天上一只“飞鸿”，这样的景观，显示了秋天的冷清而寂寞。但是，白朴笔锋一转，作了鲜明的对比：青青的山、碧绿的水、白色的草、红色的树叶、黄色的菊花，使这个偏远孤独的山村，被五色装点得绚丽多姿。

## 霜降与农事、生态资源保护

### 霜降的农事和农谚有：

★“霜后暖，雪后寒。”就是说“霜”融化要放热、“雪”融化要吸热。

★“霜降前，薯刨完。”收获山芋要赶在霜降以前。

★“时间到霜降，种麦就慌张。”这里说，种植冬小麦的最好时节在寒露，过了寒露再种麦，心里就慌了，因为要影响小麦生长和收成。

★“芒种黄豆夏至秧，想种好麦迎霜降。”这里确定了种植黄豆、插秧、种麦的最佳节气时段。

★“寒露种菜，霜降种麦。”寒露是种植越冬蔬菜的好时候。

★“霜降拔葱，不拔就空。霜降摘柿子，立冬打枣。”霜降之前，要拔掉大葱、收获柿子。

★“霜降配羊清明羔，天气暖和有青草。”霜降是给“羊”配种的好时机，赶到清明前生下羊羔，正是春暖花开的时候。

《淮南子·时则训》中说：在这个月里，寒霜开始下降，各种工匠可以休息。命令主管官员说，寒冷之气一起就要到来，百姓忍受不了寒气侵袭，他们应该进入室内。在这个月里，草木枯黄败落，可以伐薪烧炭，冬眠动物已经全部躲藏。命令主管法律部门，申述严明法令，文武百官以及不分贵贱之人，没有不是忙着秋收的，来集中天地所出产的财物，不能有所散失。可以知道，霜降时节的农事活动，第一是要全部收获农作物，不能散失。第二是工匠开始休息，保护好人力资源。第三是人群要全部进入室内，准备躲避寒冷的侵袭。第四是伐薪烧炭，迎接寒冬的到来。爱护资源、保护资源，这就是政事和农事活动的核心。

## 霜降美食与养生

霜降的美食有柿子。柿子在我国有3000多年的栽培历史，华北的大盘柿，河北、山东的莲花柿、镜面柿，陕西泾阳、三原的鸡心黄柿，陕西富平的尖柿，浙江杭州古荡的方柿，是我国著名的六大名柿。柿子含有丰富的糖类和维生素，包括胡萝卜素、黄酮类、脂肪酸、酚类、多种氨基酸和微量元素，柿子还具有涩肠、润肺、止血、和胃的功能，还可以补虚、解酒、止咳、利肠、除热，具有很高的营养、药用和经济价值。明代李时珍撰写的《本草纲目·果部》第三十卷中说：“柿树四月开小花，黄白色。结实青绿色，八九月乃熟。”其中介绍“烘柿”时说：“烘柿，非谓火烘也。即青绿之柿，收置器中，自然红熟

如烘成，涩味尽去，其甘如蜜。[主治]通风鼻气，治肠癖（pǐ）不足。解酒毒，压胃间热，止口干，续经脉气。”经过加工制成不同的柿子品种，具有各自的治疗效果。霜降节气之后，经过霜打的柿子，更是极佳的美味。陈抟《二十四式坐功图》中记载：“霜降九月中坐功：每日丑寅时，平坐，舒两手，攀两足，随用足间力，纵而复收五七度。叩齿，吐纳，咽液。”

## 霜降与文化

东汉的大科学家张衡，研制成功了浑天仪、地动仪，为中国天文学、机械技术、地震学的理论和技术做出了重大贡献。他的天文学著作有《灵宪》《浑仪图注》等，数学专著有《算罔论》，文学作品有《二京赋》《归田赋》等。他在《定情赋》中写道：

大火流兮草虫鸣，繁霜降兮草木零。秋为期兮时已征，思美人兮愁屏营。

“大火”，就是二十八宿中的“心宿”，又叫“商星”“大辰”，六月、七月下行。这四句的意思是说，“大火”西行哦，草虫鸣叫；浓霜降落哦，草木凋零。秋天定为佳期哦，时光已经验证；思念美人哦，忧愁心惊。这里用“大火流”“草虫鸣”“繁霜降”“草木零”等词组，非常准确地把霜降节气的天象、动物、气象、植物的情况，完整地描绘了出来。科学严谨而具有文采，显示了作为科学家的高度文学素养。宋代文学家苏轼47岁之时，受到诬陷，贬谪黄州，担任团练副使，处在人生低谷。他在《南乡子·重九涵辉楼呈徐君猷》中写道：

霜降水痕收，浅碧鳞鳞露远洲。酒力渐消风力软，飐飐，破帽多情却恋头。

佳节若为酬，但把清尊断送秋。万事到头都是梦，休休，明日黄花蝶也愁。

意思是说，霜降节气，江边留下水退的痕迹。浅绿的江水，微波粼粼，露出远处的江心沙洲。酒力渐减消退，软软的凉风，“飐飐”寒意。破旧的帽子，却多情地依恋头部。佳节饮酒，若是为了酬答，不必有忧，只用清酒送走秋色。世间万事，到头都是梦，“休休”成空。看到明日的菊花，蝴蝶也会发愁。这一年重阳节期间，在涵辉楼宴席上，苏轼为黄州知州徐君猷写下了这首词。词中描写霜降时节的江畔景色有：“水痕收”，指霜降节气，江水变浅；“浅碧粼粼”，写江水清澈，微波荡漾，宛如鱼鳞；“露远洲”，写登楼远眺，江洲隐现。描写节令、气象、物候的有“断送秋”“黄花”“蝴蝶”“风力软”“寒气嗖嗖”等。可以知道，这首词作，紧扣“重九”而展开，内容丰富、用词生动，展现出一幅天高气清、明丽雄阔的美丽秋景。



霜降，公历每年10月23日或24日，太阳到达黄经210°时开始。

《淮南子·天文训》记载：加十五日指戌，则霜降，音比夷则。意思是说，寒露增加十五日，北斗斗柄指向戌位，便是霜降，它与十二律中的夷则相对应。

## 霜降与物候

根据明代黄道周撰写的《月令明义》记载，霜降的物候：豺乃祭兽，草木黄落，蛰虫咸俯。

### 壹

#### 第一候，“豺乃祭兽”。

意思是说，豺开始捕杀禽兽。豺，长得像狗一样，尾巴长，黄棕色。豺性凶残。豺狼虎豹，“豺”居首位。《淮南子·时则训》高诱注：“是月时，豺杀兽，四面陈之，世谓之祭兽。”《大戴礼记·夏小正》：“十月，豺祭兽。”霜降时节，豺捕食肥美的野兽，吃不掉的就扔在一边。古人把这种行为，附会成动物也有祭祀的道德观念。

### 贰

#### 第二候，“草木黄落”。

意思是说，草木枯萎败落。

### 叁

#### 第三候，“蛰虫咸俯”。

本句的意思是，冬眠动物已经全部躲藏起来。世界上动物有哺乳、爬行、昆虫、鸟类等众多的种类，比如青蛙、蟾蜍、蛇、蚯蚓、熊、鳄鱼、刺猬、乌龟、松鼠、蝙蝠、蚂蚁、黄蜂、蜥蜴、蜗牛等，都开始冬眠。

## 霜降与民俗

霜降时节民俗中有赏红叶。霜降前后，正是北方枫树、槭（qì）树、乌桕、黄栌、柿树等树叶变红的季节。晚唐诗人杜牧的《山行》中写道：

“远上寒山石径斜，白云深处有人家。

停车坐爱枫林晚，霜叶红于二月花。”

秋天的红叶，像燃烧的火焰，漫山遍野，经

# 二十四节气

