

话说二十四节气 腐草为萤 土润溽暑 大雨时行



兔死因毛贵 龟亡为壳灵

——适时放弃优势也是智慧

□一池月光

大暑：赤日何时过 清风无处寻

□寇玺

在每年的7月23日前后,太阳到达黄经120°时,就进入了大暑节气。《中国天文年历》显示,今年北京时间7月22日23时56分,带来滚滚热浪的大暑节气正式登场。《月令七十二候集解》中写道:“暑,热也,就热之中分为大小,月初为小,月中为大,今则热气犹大也。”这时正值“中伏”前后,是一年中最为炎热的时期。

大暑节气里最大的特点是热!骄阳似火,这时的农作物长得最快,旱、涝、风等自然灾害也频繁活跃起来,抢收抢种、抗旱排涝和田间管理等任务尤为重要。尤其在种植双季稻的南方,这时便是迎战高温的“双抢”时期,四处传唱着“早稻抢日,晚稻抢时”“大暑不割禾,一天少一箩”的农谚。另外,因为高温,这时土地和植物中水分蒸发迅速,需水量最多,若不下雨,及时灌溉非常重要。

大暑的三候为“一候腐草为萤;二候土润溽暑;三候大雨时行”。一候说的是萤火虫在枯草上产卵,到大暑时,萤火虫卵化而出,古人便认为其是由腐草变成的;二候时天气更加闷热,土地也变得潮湿起来;到了三候,不时出现的大雨使暑湿减弱,天气开始向立秋过渡。

“赤日几时过,清风无处寻。经书聊枕籍,瓜李漫浮沉。兰若静复静,茅

茨深又深。炎蒸乃如许,那更惜分阴。”祖籍江西赣县,后迁居洛阳的南宋诗人曾几的这首《大暑》,将大暑的炎热描述得淋漓尽致。

虽说酷暑难耐,水池中出淤泥而不染的荷花、庭院中散发着清香的茉莉却竞相开放,给盛夏带来勃勃生机。

南方在大暑这天的风俗较多,且多体现在吃上。天气湿热,广东一些地方喜欢在这时食用凉性食物消暑。有句谚语“六月大暑吃仙草,活如神仙不会老”,仙草即“凉粉草”,具有消暑功效,用它做成的“烧仙草”,与我们常吃的水晶粉类似。台湾民谣“大暑吃凤梨”,是说这个时期的凤梨味道最好,凤梨即我们常说的菠萝。不少地方还流传着在大暑当天的中午时分,把水在太阳下晒一会儿给小孩子喝不长痱子的说法。

和南方不同,在洛阳,“冬吃萝卜夏吃姜,不劳医生开药方”的顺口溜人人都知道。大暑时节,日照强,雨水多,人体容易为暑湿所侵,吃一些热性食物对驱除暑湿很有好处。所以,夏天食用姜的说法才会流传下来。

洛阳人爱喝汤,习惯天天把汤当作早饭,而在山东一些地区,要在“大暑”喝羊汤(即喝羊肉汤)。在枣庄市,不少市民在大暑这天到当地的羊肉汤

馆“喝暑羊”。

除了饮食习俗,每年台州都有送“大暑船”下海以祭奠海神的习俗。相传清同治年间,当地常有病疫流行,尤其在大暑前后最为严重。当地人以为和五位凶神有关,便在大暑这天用特制的木船将供品送至江口外,意思是送走瘟疫,祈求平安。

日本也过大暑节气,人们会在社区里架起长长的竹筒,然后将煮好的面条放入竹筒中过水冷却,供大家品尝。据说,吃过竹筒冷面后,夏天不会中暑。

营养专家提醒市民,在大暑期间,可以多吃丝瓜、西兰花和茄子等当季蔬菜。这时天气酷热,出汗多,脾胃活动相对较差,人们可能会感觉食欲不振,淮山药有补脾健胃的作用,多吃这类食品,可以促进消化。参与夏季锻炼的人群,在锻炼后应该多补充水分,如果锻炼时出现头痛、呕吐、眩晕、视觉模糊、虚弱、出汗过多或无汗等症状时,应立即停止锻炼或去医院检查。

酷暑中,小孩子最容易生痱子,这时,不应用凉水洗澡的方法给孩子祛痱。凉水会使宝宝皮肤毛细血管骤然收缩,导致汗液排泄不畅,反而会使痱子加重,建议选用略高于人体皮肤温度的水洗澡。



篆刻作者 耿红霞 剪纸作者 杨畅

何以销烦暑,端居一院中。眼前无长物,窗下有清风。热散由心静,凉生为室空。此时身自得,难更与人同。——(唐)白居易《消暑》

灯下漫笔

美食与美文

□陈鲁民

作家大都是美食家,善于享受生活。没有条件时,像曹雪芹的“举家食粥酒常赊”,也能对付;若条件许可,那一定不在嘴上亏待自己的。袁枚、李渔、林语堂、梁实秋等,都有专门写美食的著作。美食方能换来美文,倒也是顺理成章的事情。

苏东坡的美文传遍天下,他喜欢美食也是人尽皆知的,记在他名下的有东坡肉、东坡饼、东坡鱼、东坡拼盘、东坡肘子……盘点其诗文,发现很多都与美食有关,如《菜羹赋》《食猪肉诗》《豆粥》《鲸鱼行》《酒颂》《老饕赋》以及那首名诗《惠崇春江晚景》:“竹外桃花三两枝,春江水暖鸭先知。蒹蒿满地芦芽短,正是河豚欲上时。”

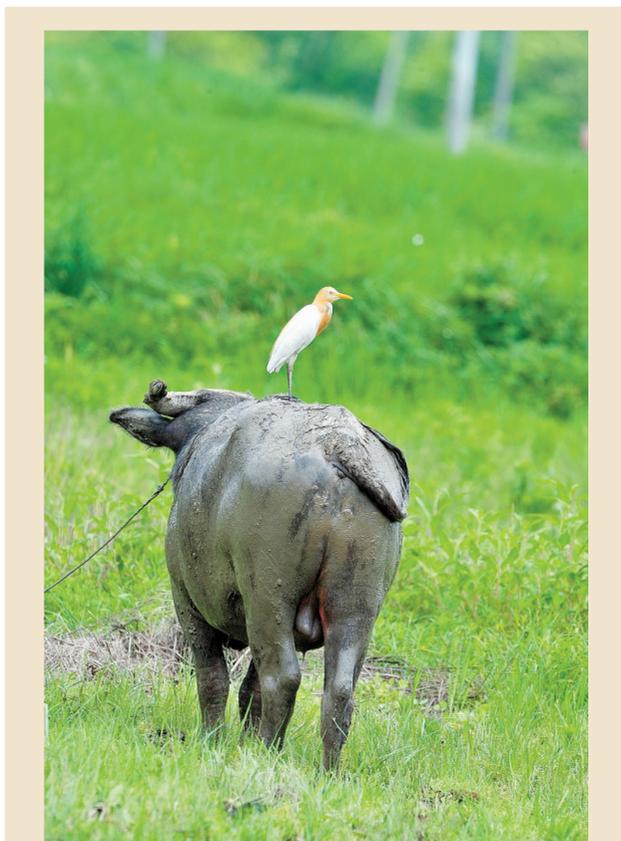
东坡以“老饕”自嘲,并戏谑地宣称:“盖造物之天美,以养吾之老饕。”意思是说,全天下的美味呀,你们的存在都是为了供养我老饕鬼的哦!

大家常引用鲁迅的一句名言:“第一个吃螃蟹的人是勇士。”鲁迅自己就特别喜欢吃螃蟹。他爱在家里自己烹制,通常有两种简单的做法:大闸蟹是隔水蒸熟,用姜末加醋加糖食用。较小

的蟹上面做成油酱蟹,当作下饭的小菜。有时鲁迅会请弟弟周建人一家到家里品尝大闸蟹。1932年10月鲁迅日记记述:“三弟及蕴茹并食蟹。”鲁迅的杂文里曾多次提到吃螃蟹,不乏妙语佳句,奇思异想。

在外国留学、任职多年的胡适,虽大力提倡西化,他的肠胃却没有被西餐征服,平生最喜欢吃的还是家乡菜“徽州锅”。其做法是:炊具用大号铁锅,材料是猪肉、鸡肉、蛋、蔬菜、豆腐、海虾米等。“锅”有七层:最底一层是蔬菜,主要有冬笋、萝卜、冬瓜、干豆角;稍上一层是猪肉,半肥半瘦,每块约一两重;再上一层为油豆腐,装有馅儿;第四层为蛋饺子;第五层为红烧鸡块;第六层为油煎豆腐;第七层为碧绿的菠菜。大约要四小时才烧得入味出来。香气逼人,美不可言。他的太太江冬秀最会做这个菜,只要在家请客,必定主打“徽州锅”,从来不变。

老舍、汪曾祺、林斤澜、陆文夫、张中行等作家,也都是美食专家,也是美食大家,读其美文,如品佳肴,如食珍馐,每每“垂涎欲滴”,欲罢不能。



名副其实牛背鹭 望天 摄

本版联系方式:65233629 电子信箱:lydaily618@163.com 选稿基地:洛阳网·洛洛文苑 选图基地:河图网 洛阳网·摄影天地

人生感悟

不说伤人话

□刘丽华

很多矛盾,有时,就源于几句伤人的狠话。

由于工作关系,本人常要倾听无数情感故事,这些故事里,大多是出现情感问题的,而这些问题都是从大大小小的伤害开始的,最常见的就是一有冲突,双方都拣最狠的话说,像“她什么比你都好”“你要什么没什么”“你这个泼妇”“你这个窝囊废”“我真瞎眼了,怎么就嫁给了你”……说狠话,这不仅是夫妻间最恶毒的攻击,也是最伤感情的核武器。从语言上攻击对方,曾经再美好的感情,也经不起伤害啊!

其实,人们在生气时说这些狠话,

有时是图一时痛快,想刺激对方,让对方按自己想要的模样去改变。殊不知,这是最大的伤害,是在推开对方。说一次,推一下,说多了,就推远了,想回头,再不可能。

我认识一对金婚夫妻,结婚这么多年,吵也吵了,闹也闹了,却不伤感情,最终白头到老。夫妻俩都表示,磕磕碰碰难免,但对方从来没有说过伤害自己的狠话,一切矛盾都能挽回。他们每隔一段时间会互相问:“我伤害过你吗?”他们能如此问,就是因为两人都忌讳说伤害对方的话,生怕哪件小事、哪句无心话,一不小心伤害到了那个最亲的人。只有彼此心里怕伤到对方,才可以避免说出伤人的话来。

分类广告

洛阳理工高考实验学校 (原轴一中复读部)

该校2013年高考普通类一本上线164人,二本以上430人,本科以上591人。体育艺术类本科上线232人(以上人数均不含回籍的考生)。招生,欢迎初中高中生咨询。校庆期间学费优惠 60696919

洛阳八中 贺国际十年校庆

加拿大、美国、澳大利亚、新西兰、马来西亚等一本名校正在招生,欢迎初中高中生咨询。校庆期间学费优惠 60696919

洛阳平乐正骨学校招生

平乐郭氏正骨已传承八代200余年,是国家非物质文化遗产,省级老字号。学校以传授郭氏正骨为特色,已创办20余年,国家承认学历,本校毕业可参加医师考试,推荐就业。现招收初、高中毕业生入校学习。电话:67812333 18937991345

东方智慧学校 原拖一高复读部

开始招收高三、应、往届生(文科、理科和艺术生)。地点:涧西区陕西路原拖一高院内2号楼2107办公室。咨询热线:王老师 64966240 13526977172

洛阳东方外国语学校 北大清华梦工厂

2012年度洛阳市唯一一家省级优秀民办学校 即日起招生报名 学杂费3400元 地址:瀍河出口 18937994188

咨询代理 企业并购重组法律咨询

电话:13838869918 庆典礼仪 空飘气球 13608469736晚会演出 声明公告 高现立与高俊格之子高腾出生医学证明丢失,编号为D410511019,声明作废。