

话说二十四节气 鸿雁来宾 雀入大水为蛤 菊有黄华

寒露:

吃了寒露饭 单衣汉少见

□ 寇莹

根据《中国天文年历》显示,今日10时58分迎来农历二十四节气中的寒露。每年10月8日或9日,太阳到达黄经195°时为寒露。《月令七十二候集解》中说:“九月节,露气寒冷,将凝结也。”是说这时气温下降,比白露时更低,地面的露水更冷,快要凝结成霜了。寒露时节,北方已呈深秋景象,白云红叶,偶见早霜;南方也秋意渐浓,蝉噪荷残。

我国古代将寒露分为三候:“一候鸿雁来宾;二候雀入大水为蛤;三候菊有黄华。”这是说鸿雁排成一字或人字形的队列大举南迁;深秋天寒,雀鸟都不见了,古人看到海边突然出现很多蛤蜊,并且贝壳的条纹及颜色与雀鸟很相似,便以为是雀鸟变成的;此时菊花大都已开放。

“萧疏桐叶上,月白露初团。滴沥清光满,荧煌素彩寒。风摇愁玉坠,枝动惜珠干。气冷疑秋晚,声微觉夜阑。凝空流欲遍,润物净宜看。莫厌窳临倦,将畴聚更



难。”这首《月夜梧桐叶上见寒露》,唐代诗人戴察透过点滴寒露,便描绘出深秋时节令人神往的美丽意境,美景可以让他抛开疲倦,将美好的景色都聚在一起,实在难能可贵。寒露时节中最重要的日子,就是重阳节了。民间以“九”为阳数,所以将农历九月九日称为“重阳节”。从唐代诗人王维的《九月九日忆山东兄弟》诗中那句“遥知兄弟登高处,遍插茱萸少一人”,就能知道在唐朝,登高、插茱萸是当时的习俗。这个习俗,早在晋代文献中就有相关记载。唐代沿袭此习俗,到了宋代,人们将彩缯剪成茱萸、菊花送给亲友佩戴;清代时,北京流行将菊花枝叶贴在门窗上,以求吉祥。

重阳节有吃重阳糕的习俗,因为“糕”与“高”同音,在古时有“百事皆高”的说法,重阳节登高、吃糕,预示着步步高升。至今,洛阳仍有在这天蒸豆糕、枣糕的习俗。洛阳还有赏菊并饮菊花酒的习俗。金秋时节,菊花正开,传说这习俗始于晋朝诗人陶渊明,因其酷爱饮酒赏菊,后人学习他,才有此俗。菊花酒,就是用菊花酿成的酒,古人认为此酒有延年益寿的功效,所以是达官贵人的常饮佳品。因旧时,人们会捧着菊花酒敬献老

人以祝寿,后来,这一传统节日转化成老人节。

寒露时节亦是沪宁一带人最爱吃的大闸蟹的盛产期,但大闸蟹属寒凉之品,胃寒之人应少食,食用时,最好配上生姜或紫苏,不仅可以驱寒温胃,还可除蟹毒。

此时节,冷空气日渐活跃,气温下降的速度明显加快,公众要当心“凉燥”伤人。专家提醒,远离“凉燥”纠缠,公众要常喝蜂蜜水,少食辛辣食品。暮秋时节的饮食调养应以养阴防燥为宜,营养专家称,寒露时,应多食芝麻、糯米、蜂蜜、乳制品等食物,也可用传统中药,如沙参、麦冬、太子参等泡茶或煮粥食用;饮食中增加鸡、鸭、牛肉、猪肝、鱼、虾、大枣、山药等,可以增强体质。

深秋天气渐冷,风起叶落,常会引人深思,不免生凄凉之感,易伤感忧郁。此时节,精神调养不容忽视,应乐观豁达,保持良好的心态。除此之外,秋季凉爽之时,人们的起居时间也应做相应调整。有医生在临床诊疗中发现,每到天气变冷时,患脑血栓的病人数量就会增加,分析原因发现,竟和天气变冷、人们的睡眠时间增多有关。因为人在睡眠时,血流速度减慢,易形成血栓。



篆刻作者 耿红霞 剪纸作者 畅杨

空庭得秋长漫漫,寒露入暮愁衣单。喧喧人语已成市,白日未到扶桑间。永怀所好却成梦,玉色仿佛开心颜。逆知后应不复见,谈笑明月相与闲。——(宋)王安石《八月十九日试院梦冲卿》

谚里谚外 悟人生

自己跌了跤 埋怨门槛高 ——与其抱怨别人不如改变自己

□ 一池月光

前几日,乘出租车去办事,司机是位四十多岁的中年男子,一路上说个不停:油价又涨了,一天拉不了多少人,赚不了多少钱;红绿灯一两百米一个,开车太费油;电动车和行人左冲右突,不守交通规则……他一边不停地抱怨,一边越黄线,闯红灯,将车开得飞快,终于,为了闯一个黄灯,追尾一辆减速停下的小轿车,这下他更是气急败坏:怎么开的车啊!明明绿灯还在闪,你就停下来?我惊魂稍定,忽然想起一句谚语“自己跌了跤,埋怨门槛高”,指的就是他这种喜欢抱怨的人。这句谚语启示人们,与其抱怨不如改变。

有人地方就有抱怨,抱怨是一种常见且多发的情绪流感。人生不如意事十之八九,于是,许多人时常抱怨。工作辛苦,抱怨;上司严厉,抱怨;下属散漫,抱怨;别人有豪车豪宅,抱怨;别人孩子考上名校,抱怨;甚至身体不如人家壮、脸蛋不如人家靓乃至遇到连阴天、顶头风等还是抱怨。

抱怨,其实是在往自己的鞋子里倒水,使行路更难。记得有这样一个故事——

一个酷热难当的午后,年轻的农夫划着小船给另一个村子的居民运送农产品。他一边抱怨“鬼天气”,一边心急火燎地划浆。突然,农夫发现,有一只小船迎面驶来。农夫抱怨:“这人怎么开的船啊!”眼看两只船就要撞上了,但那只船丝毫没有避让的意

思,似乎是有意撞翻农夫的小船。“让开,快点让开!你这个白痴!”农夫向对面的船吼叫:“再不让开就要撞上我了!”但农夫的吼叫完全没有起作用,那只船重重地撞上了他的船。农夫被激怒了,他厉声斥责:“你会不会开船,这么宽的河面,你竟然撞到了我的船!”当农夫怒目审视对方小船时,吃惊地发现,小船上空无一人,听他抱怨与斥骂的只是一只挣脱了绳索,顺河漂流的空船。

抱怨是一种惰性、一种推脱,于事无补,徒劳无益,“那只空船”不会因为你的抱怨而改变航向,而且,抱怨生烦恼,烦恼有损健康;抱怨令人思绪混乱,容易说不理智的话,办不冷静的事,恶化人际关系。

美国作家威尔·鲍温在《不抱怨的世界》一书中告诉我们:“天下只有三种事:我的事、他的事、老天爷的事。抱怨自己的人,应该试着学习接纳自己;抱怨他人的人,应该试着把抱怨转成请求;抱怨老天的人,请试着用祈祷来代替抱怨。这样一来,你的生活会有想象不到的大转变,你的人生也会更加美好。”2006年,他还发起了一场不抱怨运动,两年内改变了全球80个国家超过600万人的生活。山不过来,我就过去。道理简单而深刻,与其一味抱怨,不如平静接受,努力改变。百无一用是抱怨,喜也一天,怨也一天,何不弃怨就喜,享受每一天呢?

若有所思

人到中年岁之秋

□ 张新权

金风送爽,丹桂飘香。今晨起来,更觉秋凉,想到今天是自己四十岁生日,顿有所思。一年有四季春夏秋冬,人生有四时幼青壮老。细思之,相互印合,天道暗存。

人之二十岁之前可谓之春。春的特点是萌,万物复苏,百花争艳,处处生机勃勃。此时,人的眼睛黑而亮,浓发密而泽,可塑性、接受力强,汲取营养,茁壮成长。

人之二十到三十岁可谓之夏。夏的特点是旺,阳光直射,天气炎热,湿热交替,代谢旺盛。此时的人,血气方刚,精力充沛,豪情万丈,敢迎难而上、敢亮剑而战。

人之壮年期四十至五十岁可称之秋。秋的特点是丰,秋季硕果累累,秋高气爽,落叶纷纷。人之四十,

仍有青年之志,思虑周全,阅历丰富,富有内涵;但此时,发始稀,肤皱增,力渐减。

人之六十岁之后谓之冬。冬的特点是藏,天寒地冻,但蕴含来年之生机。人之六十,华发满头,筋骨渐衰,喜静而思。但此之时,思之深邃,言之精辟,行之有效,数十年的修养表现出来的含蓄和内敛。

人之四时,岁之四季,天道使然,不可违背。不同之处在于岁之四季,春夏秋冬周而复始,而人之四时,光阴似箭永不停留。想自己今日跨入四十不惑之年,定要遵从自然规律,多思慎行,不懈努力,要爱护少年,关心青年,享受壮年,敬仰老年。虽不及他人有年秋季之硕果,但求心安理得,无大悔于人生而矣。

人生感悟

萝卜干饭神仙汤

□ 孙香戎

中午一人在家,我要吃点独食,要吃点有味道的。去街上买菜,回来就煮饭做汤。开饭了,一饭一菜一汤。饭不用说是米饭,菜是一碟萝卜干,汤呢,一碗神仙汤。

有一句俗语,“吃三年萝卜干饭”。说的是从前做学徒的,要三年才能满师,这三年不但一文钱不拿,还要干最苦的活,吃最差的饭。老板自不必说,师傅们也还能吃炒菜,有时还有点荤腥。当学徒的是上不了桌的,只能一碗白饭就萝卜干一边吃去。

几十年前的穷苦人家,也还常常靠萝卜干打发一日三餐。如今家常喝粥,萝卜干还是好小菜,但萝卜干饭早已没有人吃了。神仙汤是什么汤呢,现在的年轻

人估计不知道,四五十岁以上的人,怕都是喝过的。一匙酱油,几滴菜油,开水一冲,就是一碗汤了。神仙汤我小时候着实喝过几碗的,二十世纪六七十年代,我们全家下放农村,那时农民常常连玉米粥都喝不饱,若能有一碗米饭吃,还有一大碗汤喝,哪怕只是酱油汤,也真如神仙一般呢。

今天偶然想起往事,就心血来潮做了这一顿饭,不为忆苦思甜,只是回味人生。我吃得香,淡薄滋味长。有一句老话“世上无如吃饭难”,当然不假,但话又说回来,一个人若能嚼得萝卜干,能喝得神仙汤,世上的这一口饭怕也就没有那么难吃了吧,便连同人生,也就没有什么大不了的。

灯下漫笔

郑板桥的“竹节”与“石根”

□ 张凌云

“未出土时先有节,已到凌云仍虚心。”这是笔者喜爱的咏竹名句,其作者是郑板桥。

竹,在中国文化里有着特殊的地位。宁可食无肉,不可居无竹,竹之高拔苍翠,竹之俊逸灵秀,难怪乎王子猷即使暂住他人之宅,也要令人遍植翠竹。古往今来,写竹画竹的人不胜枚举,其中,板桥的墨竹图又堪称一绝,寥寥数笔间,神来意满,清气袭人。

郑板桥身上的人格魅力与竹竟有几分契合。板桥是一枝瘦竹,不追名逐利,不随波逐流,他关心民间疾苦,情系天下苍生,与老百姓水乳交融。正因为此,才会有“衙斋卧听萧萧竹,一枝一叶总关情”的深情感悟,才会有“写取一枝清瘦竹,秋风江上作渔竿”的乐观旷达。板桥是清高的,又是亲和的,这方面,他有点像陶渊明,“日入相与归,壶浆劳新邻”。板桥在山东为官时,每至民间访问疾苦,常常欣然挥毫泼墨,顷刻间,书画既成,让穷困之户换钱去了。

由此,我想到了郑板桥另一首有名的《竹石》:“咬定青山不放松,立根原在破岩中。千磨万击还坚劲,任尔东西南北风。”这首明白晓畅的诗,长久以来激励着人

们明志笃行。诗中所称的破岩,换个角度,可看作“石根”。

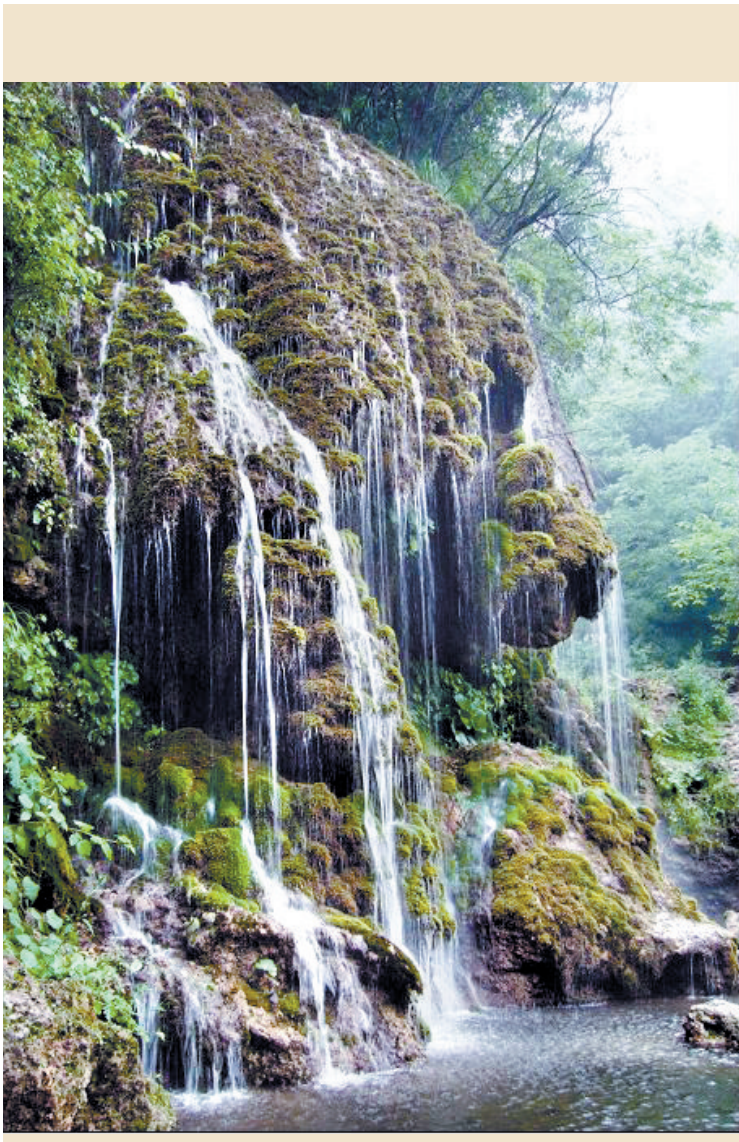
石根,是岩石的底部。石质厚重,石有棱角,石随处可见,石能抵御风浪,石还能砌屋垒墙,顽石的这种草根气质,虽比不上美玉雍容华贵,于平民百姓却更为亲近。

郑板桥身上同样有着这种“石根”气质。板桥睥睨权贵,不为五斗米折腰,十二载宦海生涯,未了“一肩明月,两袖清风”辞官回家,这是何等的潇洒!板桥开仓济民,“此何时,若辗转申报,民岂得活乎?上有谴,我任之。”这又是何等的气魄!

及至辞官归隐,板桥旋即恢复普通百姓的本色,照样以卖画为生。这样的宠辱不惊,往来自如的气度,不是“石根”又是什么?

板桥善画竹,也善画石,板桥笔下的石,简洁疏放而骨格清奇,常与竹并作为竹石图,再配上那“乱石铺街,浪里插篙”的“六分半”体诗书,实乃天下一绝!

天地有大美而不言。郑板桥出淤泥而不染的清高“竹节”和来自乡土的可贵“石根”凝成的竹石图,是他自己的真实写照,也是他留给我们的宝贵遗产,砥砺着后人一直向前。



水晶垂帘 芳草如茵 摄

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

分类广告

洛阳东方外国语学校 2013年招生圆满完成 据统计,今年报考我校学生达8000余名,考试场次多达32场。因学位紧缺,学校采取定额招生,严把生源质量关,经过层层筛选,优中选优,仅录取新生800名。

招生培训

洛阳东方外国语学校 特向被录取的2013级新生表示祝贺,向未被录取的学生及家长致歉,向支持东外发展的各界人士致谢! 洛阳东外精心策划孩子成功未来! 地址:瀋河东出口 18937994188

声明公告

洛阳涧工轴承机械有限公司 洛阳涧工轴承机械有限公司营业执照正本丢失,注册号:410303120020366,声明作废。 新安县公路管理局位于王庄村路南土地证丢失,证号为新国用[2007]第047号,声明作废。

注销公告

洛阳市洛龙区洛二 电线电缆经销处 营业执照丢失,证号为豫洛 41042319730712151501,声明作废。 洛阳市洛龙区洛二 电线电缆经销处 河南省国家税务局通用机打发票,第一联发票联丢失,发票号码:19700116,声明作废。

注销公告

伊川县九鑫投资咨询服务 有限公司拟办理注销登记,按照照市处非办要求再次公告,如有异议可在15日内拨打12315投诉,特此公告。 洛阳恒德投资咨询有限公司拟办理注销登记,按照照市处非办要求再次公告,如有异议可在15日内拨打12315投诉,特此公告。