

口述民俗



“绮筵散罢尘初静，渐有新凉递好秋。”

8月23日，处暑节气到来，此时热辣的“三伏天”已去，微凉的初秋正在朝着人们招手。凉爽的天气，舒适的温度，都成为了人们喜爱秋日的理由。

处暑不是暑

在二十四节气中，处暑的命名是与众不同的。因其以“暑”名之，常被认为这是一个夏天的节气，但其实处暑不是暑，此时时令已入秋。“处，止也，暑气至此而止矣。”在《月令七十二候集解》的记载中，能明确看到对于处暑节气的阐释。炎热即将过去，暑气将结束，这就是处暑。

古人将处暑分为三候：“一候鹰乃祭鸟；二候天地始肃；三候禾乃登。”说明在此节气中，老鹰开始大量捕猎鸟类；天地间万物开始凋零；“禾乃登”的“禾”指的是黍、稷、稻、粱类农作物的总称，“登”即成熟的意思。

还有二十八个秋老虎

虽说处暑不是暑，但别开心得太早，说不定还有“秋老虎”的热气在等着人们。“秋老虎”一般发生在二十四节气当中的立秋之后，也指三伏出伏以后短期回热。一般来说，“秋老虎”出现在每年公历8月底至9月之间，而节气处暑也正好处于这个时间段。处暑节气，天气虽已由炎热向凉爽过渡，但“秋老虎”的威力仍不可小视。四川民间常说“还有二十八个秋老虎”，大意差不多。

习俗放河灯吃鸭子

而说到节气处暑的民间习俗，自然不能不提到另一个传统节日——中元节。从时间上来说，两者十分靠近，所以处暑的民俗，也大多与中元节相似，如祭祖迎秋、放河灯等。放河灯一般是指在底座上放灯盏或蜡烛，中元夜放在江河湖海之中，任其漂流。放河灯还意味着厄运会随着逝水东流，一去不复返。

清代潘荣陛所著的《帝京岁时纪胜·中元》中，就写到了古时放河灯的盛况：“每岁中元建盂兰道场，自十三日至十五日放河灯，使小内监持荷叶燃烛其中，罗列两岸，以数千计。又用琉璃作荷花灯数千盏，随波上下。”

处暑还有一项特别的习俗，就是吃鸭子。“七月半鸭，八月半芋”，古人认为农历七月中旬的鸭子最为肥美营养。农村俗语有云“处暑送鸭，无病各家”，表明在处暑时节，亲朋好友以鸭子作为互相赠送的礼物，认为吃了能够身体健康，无病无灾。

封面新闻记者 李雨心

处暑至，渐有新凉递好秋

中元节食俗：吃鸭蒸面羊



真实的中元节“敬祖尽孝”的文化内核、丰富的夜游活动以及多样美味的吃食，都是看点。

『鸭』谐音『压』压住鬼魂

在广西，中元节又被称为“鸭子节”。在广西民间，一直有宰鸭祭祖、吃鸭子等习俗。这一天，无论家境如何，都要宰鸭割肉，祭拜祖先。

中元节这天，全国很多地方都会选择吃鸭子，原因各不相同。一说是“鸭”谐音“压”，吃鸭子能够“压”住游走的鬼魂。一说是鸭子能够驮着祭拜的物品渡过奈何桥，送给过世的亲人。但有人

『掐嘴』一顿多福多寿

在山东独陵县，中元节又被称为“掐嘴节”。“掐嘴”，说的是在吃的方面从简。在中元节这天，独陵县每家每户都要吃粗茶淡饭，寓意全家多福多寿、幸福美满。

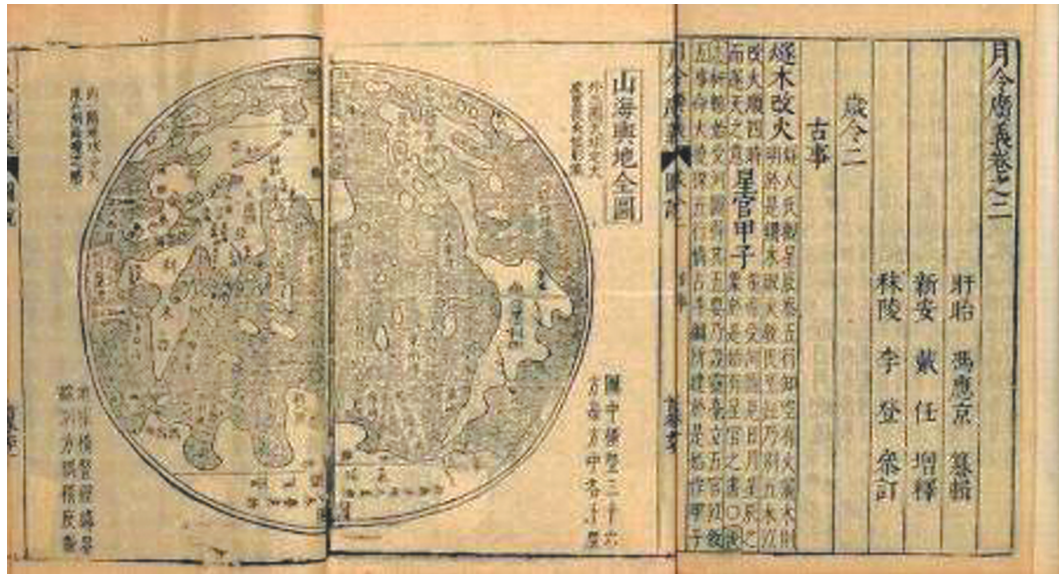
北宋时期的东京开封府，则与独陵县相反。在《东京梦华录》中有记载：“十五日供养祖先素食，才明即卖糴米饭，巡门叫卖，亦告秋成意也。”

认为也有可能是另一个原因：吃鸭子正当时。

中元节后，凉秋即将到来，从时节上来看，可以常吃清热、生津、养阴的食物。鸭肉不温不热，是清补的佳品。恰逢这时鸭子正肥美，不吃真的说不过去。因此民间就有了“七月半鸭，八月半芋”“处暑送鸭，无病各家”的说法。北京就有在处暑这天吃百合鸭的习俗。

农历7月15日，要用素食祭奠祖先，第二日开始挨家挨户沿门叫卖黄米饭，也是宣告秋成之意。

在南京，中元节有另外一种习俗：炸茄饼。民间认为，茄饼可以成为已故祖先前往盂兰盆会的干粮。潘宗鼎先生所著的《金陵岁时记》记载：“吾乡届中元节，家人祀先，取茄子切成丝，和面，用油煎之，曰‘茄饼’。”



《月令七十二候集解》



老鸭汤。据都市快报



蒸面羊。据央广网

吃濑粉长长久久

濑粉是广东地区的一道传统小吃。以前是把冷饭晒干后，磨成粉再制成条状。现在的濑粉，都是以粘米为主要原料，加水拌和成稠度适中的粉浆，蒸成细长而有韧性的圆条状粉条。我们也常常在香港、澳门看到这道小吃。

一碗好吃的濑粉，要以鲜汤配上滑粉，再加上肉丝、鸡蛋丝、青菜、榨菜等等，有的也加上烧鹅烧鸭，喝一口汤，香味扑鼻，让人欲罢不能。

中元节吃濑粉，更赋予了这道小吃以文化的深意。中元节吃濑粉代表着长长久久，多福多寿。

蒸面羊『祥祥祥』

在山西一带，则流行在中元节前蒸面羊。所谓“羊”，谐音为“祥”，取吉祥平安之意。主要是长辈蒸面羊，赠给小辈孩子们。也有手巧的人，会将其做成其他形象，比如蝴蝶、老鼠、小鸟等等，也会做成猪八戒背媳妇等有趣的场景。所做的蒸面羊，既用来祭祀，也用来食用。

华北地区也流行蒸面羊，但其缘由与山西一带完全不同。华北地区蒸面羊的习俗，与《沉香救母》的传说有关。传说沉香劈山救母后，要向囚禁他母亲的舅舅二郎神复仇。二郎神为了重修兄妹之好，每年七月十五都要给沉香送一对活羊。从此民间留下了“舅舅送活羊”的习俗，后来逐渐演变为送一对面羊。

凉秋就要到了，不如趁机为自己选上一份美食，暖心也暖胃。

封面新闻 见习记者 刘可欣