

口述民俗

冬令来进补 来年可打虎

大雪已至，仲冬伊始

仲冬来临 农事繁忙

白白

“大雪，十一月节。大者，盛也。至此而雪盛矣。”12月7日，在日益剧增的冬意中，冬季的第三个节气——大雪到来了。大雪的来临，也意味着仲冬的开始。此时，气温显著下降，降水量增多，中国大部分地区已进入冬季。在北方，已是大雪纷飞。

虽是大雪，但节气“大雪”与天气上的大雪意义不同，也并不代表此日是全年下雪最大的节气。“大雪与小雪一样，是反映气温与降水变化的节气，而不是指降雪的大小。这是千百年来农耕文化的产物，是对节气变化的反映。”民俗专家刘孝昌这样解释道。



大雪时节，银杏树叶几乎掉光。



王维《江干雪霁图卷》(局部)。

“大雪纷纷是丰年”“大雪天不冷，明年倒春寒”“大雪下雪，来年雨不缺”……

说起大雪节气，总能想到许许多多农谚，可见在农家的心中，大雪节气的寒、暖、风、雪等异常天气现象的出现，均对未来的天气有影响。位于四川盆地的成都，进入大雪节气时，气温相对小雪节气更加寒冷，并且随着降水量的增加，气温还将持续走低。“成都比北方的气候温和，而少雨雪。只是有时也会出现霜冻或浓雾，雾则多出现在夜晚与少云的清晨。”刘孝昌说。

既是反映农耕文化的节气，到了大雪这一日，农家们自然也不会闲下来。据刘孝昌描述，昔日此时成都周边的郊区，已经是一派繁忙的景象。虽然在小雪之前地已经犁完了，但农民仍忙着给地里刚出土的胡豆、小麦施肥灌水。不少农民一家老小都在田间忙碌，有的在刚犁过的黑油油的土里栽油菜，小朋友们帮着在除草。“所以有句农谚，叫作‘大雪多除田边草，来年肥多虫害少’。”

田间虽是一派热闹的画面，但大雪的到来意味着仲冬伊始，此时叶落草枯，大地间满是萧条，花木似乎都失去了颜色。正因如此，在古人的诗篇中，每逢冬日总会格外抑郁。但在刘孝昌看来，冬日的成都景色别有一番韵味，此时落叶满地，一片肃杀的气氛，让天地格外宽阔晴朗。

“大雪节气，银杏树的叶子几乎掉光了，只留下光秃秃的树枝，又吹来阵阵寒风。记得我上学的时候，学校高大的银杏树枝都光秃秃的，树枝上有好多乌鸦窝，清晨一群群乌鸦从树上飞走，傍晚时又飞回窝中。无数的白鹭在锦江上来回飞翔……”而在锦江河边，旧时还有为了生计的洗衣妇，在冬日寒意沁人的河水中清洗衣物。“随着生活水平的提高，现在已经看不到这样的景象了。”刘孝昌说。

白露食白 大雪吃黑

冬日是“进补”的大好时节，到了节气大雪，自然不能不提到此时的食俗。古人顺应气候变化适当进补，而据刘孝昌所言，老成都就有句话，叫作“白露食白，大雪吃黑”，意为在大雪这一日，要吃黑色的食物。“在古人的观念中，冬季属水，颜色为黑，黑色食物是冬季最好的食材，可多食些黑芝麻、黑豆、黑米、木耳等食材。”

除了黑色的食物，白菜也是不错的选择。冬日一到，北方地区的居民早早就开始储藏大白菜，大白菜更被老百姓称为“当家菜”。“白菜当家，清白传家”。一般来说，人们在小雪吃萝卜，在大雪吃白菜。这个时候白菜也很便宜，北方家家户户买个一两百斤。白菜也是中国原产蔬菜，有数千年的栽培史了，古人也认为白菜是蔬菜中的佳品。”

苏轼也在《雨后行菜圃》一诗中写道：“白菘类羔豚，冒土出踏掌。谁能视火候，小灶当自养。”其中，“白菘”即为白菜，可见即使在美食家苏东坡的眼中，白菜也跟熊掌、羔羊一样好吃。

天气严寒，在物质条件不发达的旧时，贫苦人家如何捱过苦冬呢？刘孝昌讲到，冬时一到，城内外的几家大粥厂，如慈惠堂街、天仙桥街等慈善堂就开始施粥了，每日早晚义务煮稀饭。“天气一冷，粥厂就开始发告示，告示中写着：向老弱病残、鳏寡孤独发放粥食，领粥人自带碗筷，一人一碗，过时不候。”

俗话说“冬令来进补，来年可打虎”，大雪节气，不如好好地把握住冬季进补的时节，用温暖的食物，治愈被寒意冻住的身体吧。

封面新闻记者 李雨心

冬吃萝卜好时节 巷口红薯正飘香

11月22日，正是小雪时节。在西南一隅的成都，人们迎来了吃红薯、萝卜，以及牛杂的时节。

“萝卜上市，太医返乡”，这是老成都人口中的流行话。”民俗专家刘孝昌说，在小雪节气，老成都人总是把萝卜当主菜。因为冬天吃萝卜不仅应节气，此时上市的萝卜也新鲜可口，正是食用的好时候。俗话说“冬吃萝卜夏吃姜”，冬季吃萝卜可顺气降火，是不错的养生食材。

与萝卜一同受到成都市民喜爱的，少不了红薯。寒风初起时，成都的街头巷尾早已飘散着烤红薯的香味了。红薯也是旧时成都人的主食之一，无论是蒸、是煮，还是烤，不同的吃法都能收获同样的甜蜜。“有些能干的主妇还将红薯做成红苕片、苕丝糖。像红苕片，要将红薯煮熟切片，趁农历十月‘小阳春’的暖阳来晒干，还要用河沙炒干。苕丝糖的制作要麻烦些，不仅要将红薯切成红苕丝用河沙来炒干，还要放糖等。”

“旧时每逢小雪节气，能吃红苕干饭的，都是家境比较好的，一般都是吃红苕稀饭。”刘孝昌介绍，在煮稀饭时，主妇们会在锅边放一个碗，有些米要跳到碗里来，那一碗的米要格外多一些，给小朋友吃。

在物质匮乏的年代，冬日还有一种食物，称为“两头望”。小雪时节天气寒冷，成都人喜欢牛肉、羊肉这类燥热的食物。但牛肉这类食材不是每日都能吃到，于是就用牛杂做成汤锅，还要放上萝卜，佐上一点豆瓣酱、辣椒粉等等，既美味又能暖和身子。“为啥子叫‘两头望’呢，因为这种街头小吃，读书人和女娃娃些想吃又怕熟人看到，就一边吃一边左右看，所以就叫‘两头望’。”刘孝昌说。

封面新闻记者 李雨心



冬天正是吃萝卜的好时节。摄CFP