

口述  
民俗

# 秋天的最后一个节气 霜降·一朝秋暮露成霜



秋色动人。新华社资料图片

「霜降见霜米谷满仓」

“一候豺乃祭兽；二候草木黄落；三候蛰虫咸俯。”古人将霜降分为三候，其中描述到，此时豺这类动物开始捕获猎物过冬；树叶都枯黄掉落；动物也藏在洞中不动不食进入冬眠状态中。

“从霜降开始，天气逐渐转寒，气温骤然下降，并且昼夜温差变大。”刘孝昌描述说，昔日成都人把晚秋时节出现的早霜称之为“菊花霜”。而此时虽然田间地里的农作物已经大部分收割完毕，可是成都周围郊区的农家们却忙碌依然，“农户们忙着秋耕、秋种，抓紧时间深翻田地，让寒冷把土壤中的虫害自然消杀，提高土壤的肥力和水分，有利于冬季农作物顺利越冬生长。”

俗语说，“霜降见霜，米谷满仓”。农家们相信，如果霜降这天有霜，来年就会有哪个好收成。那是因为霜降这天如果不降霜，很多害虫冻不死，来年开春病虫害就会比较多，会危害农作物的生长，从而造成粮食减产。“同时，被霜打过的土地也会变得松软，更适合作物种植，不然就很容易板结，耕地很难种。都说‘霜降杀百草’，但其实对庄稼危害大的是霜冻，遭受严霜打过的农作物会受到冻害。”刘孝昌解释说，过去成都农家还会用烟熏的方式，预防小面积的霜冻发生。

农谚有云：“霜降至，农事忙。”及时做好间苗定苗、中耕除草、防治病虫害等田间管理，对于农家来说十分重要。“施肥、浇水、防冻……农活不可少，农户也闲不得。”刘孝昌说。

「补冬不如补霜降」

寒意渐生，深秋即将过去，自然也进入了滋补的季节。虽说是晚秋的节气，自然也要抓住秋日的尾巴，享受在这个季节收获的丰硕美食。天气渐冷后，成都的街头巷尾就开始飘荡着烤红薯的香味。成都有名的麻羊，也开始从周围的郊区陆续运至城里，眼看冬日就要到来，就能喝上一碗滚烫鲜香的羊肉汤了。

“霜降时节，也是萝卜大量上市的时候，成都人也爱吃萝卜。”刘孝昌说，萝卜不仅价廉物美，做法又多，既好吃又营养，自然深受成都人喜爱，“萝卜可以烧牛肉，香味四溢又可口；亦可切成丝，做成麻辣的萝卜干，又是一道别具成都特色的家常菜。”

民间俗语常说，“补冬不如补霜降”，说明霜降是个进补的好时节。而萝卜润肺生津，还被人们称为“小人参”，也就不难理解，为何萝卜被视为霜降时期的养生佳品了。除了萝卜，皮薄汁甜的柿子更为深秋增添了一丝甜蜜。

俗话说，“霜降摘柿子，立冬打软枣”。柿子的最佳成熟时期，恰好在霜降前后，因此霜降吃柿子也就成了不少地区的习俗。“昔日成都的城郊栽有不少柿子树，每逢深秋时节，街头巷尾的空坝宅院内，红彤彤的柿子挂满枝头。”刘孝昌还说，成都有条街道名为“柿子巷”，因清末年间巷内有一棵高大的柿子树而得名。虽如今柿子树已经不在，但这个名字一直沿用至今。

“霜降时节，此时天气转寒，吃点营养价值高、糖分也高的柿子，正好可以防寒保暖。当然，柿子不可多食，也不要空腹食用。”刘孝昌说，这个时节，不仅是萝卜、柿子，还有栗子、冬瓜、菠菜等食材，都可以适量食用，可健脾养胃，帮助人们养生。封面新闻记者 李雨心



## 霜降和降霜有直接联系吗？

“一叶知霜降”，10月23日迎来霜降节气。霜降，是二十四节气中的第十八个节气，秋季的最后一个节气。

霜降有三候：豺乃祭兽、草木黄落、蛰虫咸俯，背后有什么故事？霜降和降霜，是否有直接的关系？来听沈阳农业大学农学院大气科学系讲师王立为的解读。

### 华西秋雨基本结束

霜降时节，人间草木在秋霜的抚慰下，晕染成漫山遍野的红黄之色，如火似锦，蔚为壮观。

沈阳农业大学农学院大气科学系讲师王立为介绍，“霜降”节气特点是早晚较冷、中午较热，昼夜温差大，秋燥明显。就全国平均而言，霜降，是一年之中昼夜温差最大的时节。进入霜降节气后，影响中国的冷空气活动越来越频繁，昼夜温差迅速增大。南方地区，尤其在江南、华南，气温起伏愈发明显，华西秋雨基本结束，从此进入了一年当中的少雨期。

总的来说，此时的平均气温还没有达到冬季的标准，既不如夏季潮湿，也不像春季干燥，应该说是—年当中天气较为舒服的时段。而西北、东北的部分地区早已呈现出一派“寒风落叶”的初冬景象，最低气温降至零下七八摄氏度，甚至零下10摄氏度以下。每当冷空气过后，天空晴朗，空气清新，阳光明媚，虽然说有点冷，但感觉上还是神清气爽的。

### 霜降时节农人抓紧收获

霜降的到来表明天气进一步冷起来，这时接近地面的水汽因为气温而结成霜花，而且很容易形成霜冻，俗话说“霜降杀百草”，霜打过的植物，由于霜冻容易使植物的叶片和枝条受到损害，从而造成作物减产甚至绝产。所以农业有不少谚语，比如，霜降拔葱，不拔就空；霜降不割禾，一天少一箩；霜降不摘柿，硬柿变软柿；霜降不摘棉，霜打莫怨天等等。顾名思义，到了霜降时节，提醒人们作物到了成熟的时候要抓紧收获，不然就会减产或者降低品质，这也是劳动人民多年总结出来的经验。

我国古代将霜降分为三候：一候豺乃祭兽；二候草木黄落；三候蛰虫咸俯。王立为介绍，霜降时，豺狼开始大量捕获猎物，捕多了吃不完的就放在那里，用人类的视角来看，就像是在“祭兽”。古人认为以兽而祭天是一种回报和祈祷，就像人们用新收的谷物来祭天一样，以示回报，并以此祈祷来年风调雨顺。

### 霜降和降霜不是同一概念

霜降节气反映的是气温骤降、昼夜温差变化大、秋燥明显的气候特征。霜降和降霜两个字顺序不同，两者会有直接关系吗？王立为介绍，霜降并不是表示进入这个节气就会“降霜”，其实“霜”也不是从天上降下来的，“霜”是地面的水汽由于温差变化遇到冷空气凝结而成，“霜降”节气与“降霜”无关，两者不是同一概念。

“况且在气象学上，其实是没有降霜这个概念的，气象学上一般把秋季出现的第一次霜称作‘早霜’或‘初霜’，把春季出现的最后一次霜称为‘晚霜’或‘终霜’，从终霜到初霜的间隔时期，就是无霜期。”王立为接着说，霜降节气期间，东北北部、内蒙古东部和西北大部平均气温普遍很低，土壤冻结，越冬作物停止生长，进入越冬期，这个时候就开始有霜了。而纬度偏南的南方地区，平均气温多在16℃左右，离初霜日期还有两到三个节气，也就是离有霜还有一个多月的时间，离霜还远着呢。

封面新闻记者 周琴

“霜降水返壑，风落木归山。”寒意渐重，秋风渐寒。10月23日，秋天的最后一个节气——霜降，如期而至。

霜降的到来，意味着深秋走向结尾，凛冽的初冬将至，这是一个秋季到冬季的过渡节气，而天气渐寒始于此时。“霜降，九月中，气肃而凝露结为霜矣。”据《月令七十二候集解》中的记载，此时地面的水汽由于温差变化遇到冷空气而凝结成霜。

“昔日的成都人，爱把清晨有霜的晴天称为‘打霜天’。”民俗专家刘孝昌说，倘若到了中午霜还没有融化，天气又不晴，则称为“回霜”。“如果霜降节气出现在农历九月，天气还不太冷，夜间气温未到零摄氏度，早上就不会有霜。霜降节气出现在农历十月，清晨会有‘打霜天’产生，会看到大地白茫茫一片。”就如同民间谚语所说的那样：“九月霜降霜不打，十月霜降霜打霜。”