我们的节日

春去夏来　美景更盛

立夏

很多人会发现，“五一”小长假归来时，能明显感觉到道路两旁的风景有所不同，树叶更绿了，花也开得更大了。确实，在5月6日立夏节气到来之时，能够感到春天馈赠的好风景达到了极致，接下来的美好将会是夏天的闪亮登场。

□呼和浩特晚报记者 王璐

立夏晴好　美好未央

5月6日是我国二十四节气中的第七个节气，也是夏季的第一个节气——立夏。据内蒙古自治区社会科学院草原文化研究所所长、研究员王海荣介绍，古语有云：“斗指东南，维为立夏，万物至此皆长大，故名立夏也。”《尔雅》释言记载：“夏，大也。”在《月令七十二候集解》中记载：“立，建始也……夏，假也。物至此时皆假大也。”这是指春天播种的植物已经直立，长大了。立夏的到来，也意味着我们将告别春天，迎来夏天。

立夏有三候，一候蝼蝈鸣，二候蚯蚓出，三候王瓜生。大意是指，在立夏节气中，先能听到蝼蝈在田间鸣叫，青蛙也开始在池塘边鸣叫；接着由于地下温度的升高，蚯蚓也开始从地底爬出地面；最后就是王瓜（一种爬藤植物）开始快速生长攀爬。总之，通过古人的记载和观察，在立夏之后，气温上升，阳气更胜。

实际上，按照气候学标准，当年连续5天日平均气温大于或等于22℃时，则以这5天的首日作为该地夏日的开始日期。王海荣告诉呼和浩特晚报记者，据近20年统计资料显示，呼和浩特市区平均入夏时间是在6月11日这天。所以，5月6日虽然是传统节气上的“立夏”，但对呼和浩特地区来讲，5月6日并非气候学意义上的夏季，“立夏”不等于“入夏”，夏季通常会来得比较“迟”一些。正如诗中所写“南国似暑北国春，绿秀江淮万木荫”，虽然因为地理位置不同，我国南北方在立夏时节的温度有所不同，但是呼和浩特的初夏也是绿意盎然，生机勃发。

资料图片

食俗多样　清凉一“夏”

作为美食大国，全国各地在立夏这天都有不一样的食俗，最经典的要数“立夏蛋”了。立夏吃蛋的习俗由来已久，俗话说“立夏吃了蛋，热天不疰夏”，就是说立夏吃蛋能预防暑天常见的食欲不振、身倦肢软、消瘦等苦夏症状。不过，立夏吃的蛋，其种类及吃法较多，例如有鸡蛋、鸭蛋、鹅蛋，煎蛋、水煮蛋、生蛋等等。

此外，为迎接立夏，我国江西一带还有立夏饮茶的习俗，说是不饮立夏茶，会一夏苦难熬。江浙一带有立夏吃花饭的习俗，也有叫“吃补食”的。立夏这一天，南方人喜欢用赤豆、黄豆、黑豆、青豆、绿豆等五色豆加上白粳米，煮成“五色饭”，俗称吃“立夏饭”。乌米饭也是立夏食俗中的一大美食。

在呼和浩特，因为天气的影响，部分旗县可能才刚刚完成春播工作，田地里也没有南方那样郁郁葱葱的场景。不过，因为气温开始上升，正午时分的天气会比较炎热，逐渐有了夏日的感觉，人们也会吃一些当地特有的凉食，如酿皮、凉粉、碗托、酸稀粥等等，虽不像南方那样种类繁多，但也是口感清凉，足以驱散炎热的感觉。

传统民俗　文化传承

中国人骨子里其实是非常浪漫的，在每一个节日、节气都有很多独特的庆祝方式。王海荣表示，除了吃立夏蛋外，在江苏扬州，立夏日也有吃五香茶叶蛋、吃七家茶、不坐门槛等预防疾病之俗。在我国其他地区，立夏还有尝新等节日活动，如苏州有“立夏见三新”之谚，三新为樱桃、青梅、麦子，用以祭祖。

同时，二十四节气作为指导农事的重要指征，民间也会以立夏的阴晴预测一年的收成，认为立夏这一天下雨最好。谚语“立夏不下，旱到麦罢”“立夏不下雨，犁耙高挂起”等，就佐证了民间的这种说法。此外，王海荣表示，民间还有一些有趣的习俗。比如畏忌夏季炎热而称体重的习俗。据说这一天称了体重之后就不怕夏季炎热，不会消瘦，否则就有病灾缠身。

随着时光的流转，很多习俗似乎离我们越来越远，但是中华传统文化却在我们心中一直深深扎根。在呼和浩特，“立夏”当日有很多学校会结合当地习俗举办绘彩蛋、斗蛋等民俗活动，用寓教于乐的方式让孩子们了解立夏传统习俗，感受民俗文化的魅力。随着气温的好转，一些文化院团、非遗传承人也会举办多种多样的进校园、进基层、进社区活动，传承中华优秀传统文化。

编辑/赵薇　张靖瑜　殷晓蕾　美编/曹洁　校对/殷晓蕾　一读/刘艳君