

冬至

过一个
中国节

群言堂 著
编 画

美绘图文
“珍藏版”

群言堂出版社
Qunyan Press

冬

至

相传冬至大如年，贺节纷纷衣帽鲜。

毕竟句吴风俗美，家家幼小拜尊前。

吴中竹枝词

（一）

图书在版编目 (CIP) 数据

过个中国节/群言堂编著. —北京: 群言出版社, 2007

ISBN 978-7-80080-756-5

I. 过… II. 群… III. 节日—风俗习惯—中国 IV. K892.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 120540 号

过个中国节

出 版 人 范 芳
责任编辑 素 心
出版发行 群言出版社 (Qunyan Press)
地 址 北京东城区东厂胡同北巷 1 号
邮政编码 100006
网 站 www.qypublish.com
电子信箱 qunyancls@126.com
总 编 办 010-65265404 65138815
编 辑 部 010-65276609 65262436
发 行 部 010-65263345 65220236

总 经 销 群言出版社发行部
读者服务 010-65220236 65265404 65263345
法律顾问 中济律师事务所
装帧设计 美信书籍设计工作室
印 刷 北京大容彩色印刷有限公司

版 次 2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷
开 本 880 × 1230mm 1/32
印 张 15
字 数 259 千字
书 号 ISBN 978-7-80080-756-5
定 价 38.00 元 (全 6 册)



[版权所有, 侵权必究]

目录

- 4..... 冬至阳生春又来
- 8..... 古谣谚
- 10..... 传说
- 捏冻耳朵 / 10
- 女娲与饺子 / 12
- 冬至糯米团 / 14
- 16..... 习俗
- 祭天和祭祖 / 16
- 九九消寒图 / 18
- 饮食 / 24
- 献履 / 28
- 30..... 各地异俗

- 冬至暝搓丸 / 30
- 豆腐节 / 32
- 冬酿酒 / 34
- 36..... 品诗赏文
- 滦京杂咏 / 36
- 小至 / 36
- 邯郸冬至夜 / 37
- 冬至 / 37
- 冬至夜寄京师诸弟兼怀崔都水 / 38
- 和湖州杜员外冬至日白苹洲见忆 / 39
- 满江红 冬至 / 40

冬至阳生春又来

冬

至,俗称“冬节”、“长至节”、“亚岁”、“肥冬”、“喜冬”,等等,时间大约在每年阳历的12月22日与23日之间。它是我国二十四节气中一个非常重要的节气,也是二十四节气中最早制订出的一个。早在春秋时代,我国就已经可以用圭测定出冬至的时间了。作为二十四节气之一的冬至同时也是一个传统节日,至今仍有不少地方有过冬至节的习俗。

冬至是北半球全年中白天最短、夜晚最长的一天。据现代天文科学测定,冬至太阳直射南回归线,北半球白昼最短。这天之后,太阳又逐渐北移。过了冬至,白天就会一天天变长,夜消昼长。古人认为:阴极之至,阳气始生,日南至,日短之至,日影长之至,故曰“冬至”。冬至过后,各地气候都开始变得寒冷起来,也就是人们常说的“进九”,冬至以后一个月的时候最冷。故人们也将冬至作为寒冷季节到来的标志。

寒谷喜生，熏叶气、玉笋吹谷。

新阳后、便占新岁，吉云清穆。

休把心情吴蜀要，但逢羊寿添鹤轴。

笑强相、风物岂非痴，终非俗。

清昼永，便眠熟。门外事，何时足。

且团卖同社，笑歌相属。

著意调停云露歌，从头检举梅花曲。

纵不能、将醉作生涯，休拘束。

三





在我国古代冬至被当作一个较大节日,曾有“冬至大如年”的说法。《后汉书》中说:“冬至前后,君子安身静体,百官绝事,不听政,择吉辰而后省事。”冬至被当作新年一般,无论是帝王还是百姓都摆脱了素日的劳顿,尽情地休息、娱乐一番。直至明朝,在官方及民间,冬至节仍然是相当热闹的。据《帝京岁时纪胜》记载:“长至,南郊大祀,次日百官进表朝贺,为国大典。绅耆庶士,奔走往来,家置一簿,题名满幅。传自正统己巳之变,此礼顿废。然在京仕宦流寓极多,尚皆拜贺。预日为冬夜,祀祖羹饭之外,以细肉馅包角儿奉献。谚所谓‘冬至馄饨夏至面’之遗意也。”冬至被作为国家大典,民间也相互拜贺,节日气氛不亚于新年。

现在,冬至在很多地方仍然被作为一个重要节日来过。北方地区有冬至宰羊、吃饺子、吃馄饨的习俗,南方地区在这一天则有吃冬至米团、冬至长线面的习惯。



白華亭上一阳生，谢朓新裁锦句成。

千峰雪消溪影满，几家梅绽海波清。

已知雁鸟长来狎，可许汀洲独有名。

爰愧虎门重招引，即抛田舍棹舟行。

卷之三



古谣谚

冬至大如年：在我国民间，冬至被看得非常重要。过去，每年的这一天，学生要放假，雇工要休息。冬至被作为新年来看待，具有岁首的功能。据陈久金先生考证，中国古代的历法，在计算节气时习惯从冬至开始，从冬至起，经二十四节气，再到冬至，被称为一岁。因此，冬至被看作是岁首。其地位也是非常之重要的。

冬肥年瘦：在过去，我国的一些地方，民众在经过了一年的辛勤劳动后，农忙结束，五谷丰收、物品丰饶。平日里生活节俭的人们，到了冬至时节，开始宰猪杀羊，准备各种饮食。这天，大家还会互相馈赠节物，举办各种节日饮宴活动。比年看得还要重，所以又叫肥冬。到了新年的时候，物品有所消耗，储备相对减少。相对于冬至来说是“瘦年”。所以过去人们又“冬肥年瘦”的说法。

有凡人家挂喜神，

匆匆拜過清晨，

冬肥羊瘦生分別，

尚要親家遠子盡。

（圖）



传说

捏冻耳朵

传

说冬至吃饺子的习俗,是为了纪念“医圣”张仲景。

东汉时期,南阳有著名的医生张仲景,他医术高明、药到病除,被百姓们奉为医圣。在张仲景打算告老还乡的那年,是个大雪纷飞、寒风刺骨的冬天。当他走到河岸边的时候发现当地的乡亲们衣不遮体,面黄肌瘦,有不少人的耳朵都冻烂了。张仲景心里非常难过,于是就叫其弟子支起一口大锅,将羊肉、辣椒和一些驱寒药材放在锅里煮熟,而后捞出来剁碎,再用面皮包成像耳朵的样子,放入锅里煮熟,做成一种叫“驱寒矫耳汤”的药物施舍给百姓吃。乡亲们吃了后,顿觉浑身发暖,两耳生热,耳朵都治好了。

张仲景深受当地百姓的爱戴,他去世的那天正好是冬至,所以每逢冬至家家户户都要煮饺子吃。人们还纷纷传说吃了冬至的饺子不冻耳朵。

邯郸驿里逢冬夜，

抱膝灯前影伴身。

想得家中夜深坐，

还应说著远行人。

唐·张籍



女娲与饺子

传说盘古开天辟地的时候,虽然大地上已经有了山川草木、鸟兽虫鱼,可是没有人类,世间仍旧荒凉而且寂寞。女娲娘娘想应当增添些什么东西,才能使人间更加生气蓬勃。于是,她就在一处水池旁边蹲下身子来,用水中的黄泥,渗合了水,仿照自己的形貌,抟成一个小人。小人刚被放到地面上,就活了起来,会说会跳。女娲娘娘便称他为“人”。之后,女娲娘娘又用黄泥做了很多人。

到了冬至那天,天气寒冷起来,黄土人的耳朵总被冻掉。女娲娘娘就在黄土人的耳朵上穿个小孔,穿过一条线,线的一头打个结,另一头就塞进黄土人的嘴里,让黄土人咬住,这才使耳朵没被冻掉。从此以后就有了冬至吃饺子的风俗。每年的冬至,人们包耳朵形状的饺子,是为了让女娲娘娘做的黄土人咬住带线(馅)的耳朵,这样耳朵才不致于冻掉。



女娲与饕餮



冬至糯米团

在很久以前冬至的一天，有一对夫妇带着女儿四处乞讨，这天，天气格外的冷，乞丐的妻子因体力不支而一病不起。因为没钱埋葬妻子，老乞丐只能忍痛将女儿卖给了别人。分别时，女儿伤心的晕了过去，老乞丐急忙讨来些米汤喂女儿喝，女儿醒了后，老乞丐又讨来了几个糯米团充饥，可是父女二个互相推让，谁也不肯先吃。于是，老乞丐把糯米团分成两半，说道：“今日一别，就如同这分成两半的糯米团子，等咱们团圆的时候再吃团子！”话毕，两人含泪吃了团子分别了。

父女一别三年，老乞丐却始终杳无音讯。每年到了冬至，思念父亲的女儿便对主人说：“今天是冬至，家家都吃圆子，那门神也该敬敬他。”主人同意后，她就搓了两个又大又圆的糯米团粘在门环上，希望父亲回来看到门环上的团子后能够找到他。可到了第二年，老乞丐依然没有回来，女儿又将糯米团粘在窗子、猪舍、牛舍、牛头上，表达对父亲的思念。左邻右舍取其团圆的含义，也照样去做。后来这个习俗便在南方传播开来。





冬至團圓浸思念，

濃香一年深一年。

張其成



习俗

祭天和祭祖



冬至是历代统治者祭天的日子,《周礼·春官·大司乐》载:“冬日至,于地上之圜丘奏之。”圜同圆,在古代是高出地面的圆土丘,它象征着天圆,故被作为祭天的地方。北京天坛的圆丘,就是明清皇帝冬至祭天的场所。

很多人认为,夏季炎热,冬天寒冷,应该夏祭天,冬祭地。其实不然,夏至虽然炎热,但自此阴气回升,阳气下降,而冬至则阳气开始回升。代表着“阳”的开始。

古代冬至皇家有祭天的习俗,而民间则有祭祖的习俗。在我国台湾就保存着冬至用九层糕祭祖的传统。人们用糯米粉捏成鸡、鸭、龟、猪、牛、羊等象征吉祥、福、禄、寿的动物,然后用蒸笼分层蒸成,用以祭祖,以示不忘老祖宗。