2026年11月6日 星期五
责任编辑：次旦央吉 编辑：拉珍 校对：卓玛拉姆
拉萨日报



立 冬

唐·李白

冻笔新诗懒写，寒炉美酒时温。
醉看墨花月白，恍疑雪满前村。

立冬日作

宋·陆游

室小才容膝，墙低仅及肩。
方过授衣月，又遇始裘天。
寸积篝炉炭，铢称布被绵。
平生师陋巷，随处一欣然。

立冬后作

宋·唐庚

啖蔗入佳境，冬来幽兴长。
瘴乡得好语，昨夜有飞霜。
篱下重阳在，醅中小至香。
西邻蕉向熟，时致一梳黄。

次韵古愚立冬日观菊

宋·沈说

闲绕篱头看菊花，深黄浅紫自窠窠。
清于檐卜香尤耐，韵比猗兰色更多。
九节番疑今日是，一樽未觉晚秋过。
从教白发须簪遍，且任当筵作笑歌。

立冬客馆病坐

明·李英

羁旅立冬时，凄风擗面吹。
病多丝发短，愁怯雪霜欺。
人事频如幻，纵横一似棋。
寒暄何足问，天地总无私。

立冬，万物收藏岁寒始

文/杨堪旺

北风轻袭悄无声，正品浓秋已立冬。

立冬，是二十四节气之第十九个节气，也是冬季的起始。《月令七十二候集解》中说：“立，建始也；冬，终也，万物收藏也。”自立冬始，朔风渐起，草木黄落，蛰虫休眠，万物收藏，一年也渐渐进入尾声。

立冬二字里，藏着一种终与始的庄重。万物收敛了声响，将喧哗沉淀为寂静，将生长转化为储藏。天地间仿佛按下了暂停键，却并非终结，而是一种蓄力，一种向内而生的安宁。生命不退缩，只在寒意里沉潜，练出更深的呼吸。

北风卷走的，不光是枝头最后的枯叶，还有诗人笔下的秋愁，与农人仓廪中最后一捧晒干的谷粒。而冬天的脚步已至门前时，最后一抹秋光却迟迟不愿撤离，金灿灿地铺满庭院，暖得让人恍惚，厚得让人留恋，让本应凛冽的初冬蒙上了一层温柔的滤镜。

你看，这便是立冬。繁华落尽，真相始显。大地卸下妆容，山川露出风骨，一切都在教我们一个“藏”字的智慧——藏起锋芒，藏起喧嚣，藏起那些未完成的梦，以待来年。

立冬三候：藏在自然里的时序密码

唐代诗人元稹在他的《咏廿四气诗·立冬十月节》中，以“霜降向人寒，轻冰渌水漫”描绘立冬三候，将节气变化与古人对自然的观察融于诗句之中。

一候水始冰：立冬之时，气温渐降，河水、湖泊中的水开始凝结成薄冰，不再是秋日里的澄澈流淌，这层薄冰像自然递来的“冬令通知”，预示着寒意将日益浓厚。

二候地始冻：随着气温进一步走低，泥土中的水分慢慢冻结，踩在土地上少了秋日的松软，多了几分坚硬。这一候不仅是自然的变化，更在悄悄提醒人们：该备好厚衣、应对接下来的寒冬了。

三候雉入大水为蜃：雉是野鸡一类的大鸟，蜃则是海边的大蛤。立冬后，野外的雉鸟渐渐少见，而海边却能找到外壳纹路、颜色与雉鸟羽毛相似的大蛤。古人无法用现代生物学解释物种迁徙与季节的关系，便赋予它“雉化蛤”的浪漫想象，成为节气里最富童年诗意的观察记录。

立冬习俗：古今相通的冬日暖意

自古以来，立冬就被视作“岁末休整”的信号。中国过去是农耕社会，劳动了一年的人们，会借立冬这天休息、犒赏家人，正如谚语所说“立冬补冬，补嘴空”，每个习俗里都藏着对烟火人间的热爱。

1. 庄重的“迎冬之礼”

《礼记·月令》记载：“先立冬三日，太史谒之天子曰：‘某日立冬，盛德在水。’天子乃齐，立冬之日，天子亲帅三公九卿大夫，以迎冬于北郊。还反，赏死事，恤孤寡。”这一天，皇帝会亲自到北郊举行迎冬仪式，同时赏赐群臣冬衣，这份“迎冬”不仅是对自然时序的敬畏，更藏着治国安民的温度。

此外，《礼记·月令》还提到“是月也，天子始裘”，西晋崔豹《古今注》也记载“汉文帝以立冬日赐宫侍承恩者及百官披袄子”，那时的“披袄子”多以五色绣罗或锦缎制成，既是冬衣，也是彰显仪式感的礼服。

2. 烟火气里的过冬准备

换冬衣与“拜冬”：到了清代，民间的立冬更显热闹。清代顾禄在《清嘉录》中写道：“士大夫家拜贺尊长，又交相出谒。细民男女，亦必更鲜衣以相揖，谓之拜冬。”换上新做的冬衣，走亲访友、拜见长辈，让冬日的开篇满是仪式感。

祭祀与宴饮：立冬祭祀是古已有之的传统，《礼记·月令》记载人们会“大饮烝，祈来年于天宗，腊先祖五祀”，用时令佳品祭拜天地祖先，祈求来年丰收。虽然后世崔寔《四民月令》中“冬至之日进酒肴”的记载是冬至习俗，但“贺谒尊长、备酒设宴”的热闹氛围，与立冬“贺冬”的传统一脉相承，一家人围坐吃顿热饭，年味的序曲就此拉开。



囤菜腌菜与围炉欢聚：北方冬天寒冷，露天难种蔬菜，立冬便成了“囤菜季”——大白菜、萝卜、土豆要够吃一冬，多余的蔬菜还会腌成酸菜、咸菜，延长保存时间。而忙完这些，人们便会围炉煮茶、温酒小聚。这并非如今才有的民间习俗，早在唐宋，古人就爱在立冬燃起炭火，宴饮、吟诗、唱曲，把冬日的清闲过成诗。

立冬吃饺子：北方人立冬必吃饺子，一是因为水饺形似耳朵，民间认为“吃饺子不冻耳”；二是“饺子”谐音“交子”，暗合“秋冬之交”的节气寓意。一碗热气腾腾的饺子，咬开是鲜香的馅料，咽下是驱寒的暖意，正应了“冬令进补，来年打虎”的说法。

3. 家乡味里的立冬记忆

在我的老家天水，立冬还保留着几样充满地域特色的习俗。

祭祖：作为“四时八节”之一，天水部分村落仍会在立冬当天，用新收的粮食、宰杀的家禽供奉祖先，在袅袅香火中祈求来年风调雨顺。

吃饺子：延续北方传统的同时，天水人更爱用羊肉馅做饺子，一口下去满是肉香，既能饱腹，又能抵御西北的严寒。

进补：当地“补冬”讲究吃热食，最常见的是炖羊肉汤——用本地山羊，加萝卜、生姜慢炖，汤色奶白，喝上一碗浑身暖透；也有人家会做麻油鸡，用芝麻油煸香鸡肉，加药材焖煮，既是美味也是补品。

立冬哲思：在沉潜中等待新生

“四运循环转，寒暑自相承。”春夏秋冬的更迭里，藏着生生不息的希望。立冬是一年中最后一个季节的开始，也是为新一年丰收蓄力的起点——在这个节点上，我们可以收心敛性，整理过去一年的思绪；也可以重整行装，为接下来的日子做好准备。

立冬让我们在寒意中学会沉潜：像蛰虫那样藏起活力，像草木那样收起枝叶，在安静中积蓄力量。正如白居易曾写“十月江南天气好，可怜冬景似春华”，立冬不止有寒风，也藏着“秋光不肯走”的温柔。

立冬日，不妨煮一壶热茶，吃一碗热饺子，在烟火气里感受时序的流转，在沉潜中期待下一个春天的绽放。





爷爷的牛车

★张国平

人这一生，很多珍贵的东西不会刻在碑上，只会沉在记忆里。于我而言，童年那架木色斑驳的牛车，那头通晓人意的黑牛，还有平和慈祥的爷爷，就是藏在岁月深处最厚重的一堂人生课。

七十年代，村里还没普及农机，耕地拉粮全靠耕牛。爷爷那头黑牛通体乌黑发亮，眼眸澄澈温顺，通人性、有灵性。春耕犁田稳稳前踏，秋收拉谷不慌不忙，平日里拉柴拉土送菜，一年四季少有闲时。只要爷爷一声轻唤，它便俯首听命。在那个物资匮乏的年代，这架黑牛车是家里最珍贵的家当。

我童年最期盼的，便是深秋初冬的清晨。白菜丰收，爷爷挑出最紧实白嫩的，摘掉黄叶，整齐码满一车，带我去镇上赶集。天刚蒙蒙亮，薄雾笼罩村庄，爷爷总是起得最早。他轻轻推开院门，给黑牛添上草料，细心检查木轮、绳索和车架。老木车被岁月磨得光滑发亮，车辕被手掌摩挲出温润的包浆。黑牛见他走近，便抬头轻轻蹭蹭他的手背，温顺又亲昵。多年的相伴，让一人一牛有着无需言说的默契。

我也总是睡眼惺忪地爬上牛车，蜷缩在堆满白菜的车厢里。爷爷细心给我铺上旧棉袄，叮嘱坐稳扶好，而后稳稳架起车辕，轻声唤一句：“走啦，老黑。”牛蹄“哒哒”踏碎清晨的寂静，木轮“吱呀”滚动，成了我童年最动听的曲调。乡间土路坑坑洼洼，牛车缓缓颠簸，我趴在白菜堆上，看天边鱼肚白慢慢晕开，看薄雾散去，看路边麦苗、杨树、田埂渐渐清晰。风掠过耳畔，带着泥土草木的清香，也带着爷爷身上干净的烟火气息。

黑牛极有灵性，步伐始终平稳。上坡不用扬鞭，便弓起脊背稳稳发力；下坡便放缓步伐，从不让车身剧烈晃动。一路漫长，它从不懈怠，默默驮着满车白菜和祖孙二人的期许，稳稳驶向集市。冬日凌晨寒风刺骨，爷爷始终脊背挺直，缓步跟在车旁，穿着洗得发白的粗布棉袄，目光平和悠远。

两个多小时的路程，在孩童的欢喜里转瞬即逝。天色大亮时，牛车稳稳停在集市街口。爷爷抚摸黑牛脖颈，卸下绳索，拴好草料，一趟趟将白菜搬下车，整齐摆好。赶集的人渐渐多了，爷爷不善言辞，不会高声叫卖，只是安静站在摊位旁。有人挑菜，他笑着细细介绍，帮人择掉烂叶，从来足量称重，待人诚恳厚道。乡亲们敬重他的老实本分，都愿意来买，每次都卖得精光。

我守在爷爷身边，看他从容待人。阳光洒在他的白发与皱纹上，温柔又温暖。卖完菜已到日头正中，这也是我最期待的时刻。爷爷收起零钱，牵着我穿过熙攘人群，走向集市角落那家小面食铺。简陋小店烟火袅袅，一盘肉炒饼是我童年最珍爱的美味。热腾腾的炒饼端上桌，油香肉香面香交织。爷爷总把为数不多的肉块都挑给我，自己只吃饼丝青菜，坐在对面眉眼弯弯，慈祥地看着我狼吞虎咽。一碗肉炒饼，暖胃暖心，藏着爷爷最质朴的疼爱。

吃饱喝足，集市渐散。爷爷收拾好摊位，摸摸黑牛脑袋，一人一牛一车慢悠悠踏上归途。午后阳光温暖，我躺在空荡荡的牛车上，望蓝天澄澈，看流云游走，听牛车吱呀。那时年幼，不懂生活艰辛，只知道有爷爷在、有牛车在、有温热美食，日子便是安稳圆满，却不知背后有多少艰辛。

后来我长大走出乡村。土路修成水泥路，农机取代了牛车，再也见不到木轮牛车穿行乡野的模样。黑牛抵不过岁月悄然老去，牛车被搁置在老屋角落落满尘埃，一生勤恳慈祥的爷爷也在一场大病后离开了我们。

多年倏忽而过，如今的我，走过无数繁华街道，吃过无数珍馐美味，却再没有一碗肉炒饼，能复刻童年的温热香甜；见过无数车马喧嚣，阅过无数人间热闹，却再没有一辆车能载着我，感受到岁月的松弛恬淡。

爷爷名叫“善修”，一生与人为善、敦厚温良，一辈子与土地为伴，吃苦耐劳，从无半句怨言。每当我疲惫迷茫、心生浮躁，总会想起爷爷的牛车，想起薄雾里的乡路，想起温顺的黑牛，想起他慈祥平和的眉眼。他用一辈子的勤恳质朴，教会我踏实做事、友善待人、从容生活。他那坚韧宽厚的品性，正是我一生最宝贵的财富。

岁月无声，烟火绵绵。那头老黑牛，那架旧牛车，早已定格在旧时光里，成为泛黄记忆中最温柔的剪影。它们会永远停靠在我心底最柔软的地方，暖着我，走过这漫漫流年。