

书香政协

美在恬淡光阴里的

中国年

——读《藏在24节气里的中国年》

□ 刘昌宇



爆竹声声除旧岁，总把新桃换旧符。一年伊始，人们买新日历置于案头，便是迎新的一部分。《藏在24节气里的中国年》，尝试将二十四节气、中医知识与年俗礼仪相结合，从内至外，洋溢的都是中国新年的独特意蕴。

首先说二十四节气。它是我国劳动人民于农耕时代总结出的一种用于指导农事活动的民间历法，浓缩着“天人合一”的思想，是人与自然和谐相处的生动体现。它不仅在生产方面起着指导作用，同时还影响着古人的衣食住行，甚至是文化观念，彰显出中国古人韵味无穷的劳动和生活智慧。2016年，二十四节气被列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。可以说，二十四节气在人们的生产生活中，始终占据着重要的地位。其次，来看中医及其养生。近年来，随着现代健康理念的深入普及，有关中医及其养生方面，以《黄帝内经》《本草纲目》为代表的医学圣典，又掀起了一股科学养生的时尚，深受

大众的欢迎和追捧。再次，聊聊年俗礼仪。只要一谈起这一话题，人们每每如数家珍。杀年猪、打糍粑、祭灶、扫尘、贴春联、剪窗花、舞龙、观花灯……每一项年俗活动，都透着满满的仪式感。或充盈着喜悦，或洋溢着欢庆，或寄寓着对来年的憧憬，或表达着对幸福生活的向往。人们在阖家欢乐中，挥别往日的旧时光，在把酒话桑麻中，回眸四季的更迭，畅谈新年的打算，盈盈的笑意绽放每个人的脸庞。

《藏在24节气里的中国年》以时间为顺序，以藏在节气里的季节变化、中医药知识及养生、民俗文化为脉络，用中国人喜闻乐见的日历表白，大道至简地揭示出寓意丰赡的中国年味。成书中，作者将时间管理、案头记录、节气知识、中医养生、中草药辨识、手工制作、互动游戏等深融于一炉，随书所配的精美插图，亦将节气中的农事活动与民俗智慧，一并以可视化的形式，淋漓尽致地展现开来，带给广大读者以美的感受和心灵的

滋养。轻拂纸页，跟随岁月的脚步，不但能体悟二十四节气的季候变迁，还能领略中医及健康养生的玄妙精深，一睹节气文化之风采。

冬去春来，花开花谢，光阴流转里，这样的中国年蕴含着丰富的内涵。推开季节的大幕，我们迎来了崭新的年。伴着四季的光雨，默默耕耘，收获着累累的硕果；当身心疲倦的时候，祖先们留下的传统医学及其养生知识，又为我们遮风挡雨，纾解着内心的躁动，并提示着我们抖擞精神，把目光重新投向新的生活。而岁时年序中的民风民俗，更是我们念兹在兹的精神倚仗，它如熠熠闪光的珍珠一般，镶嵌在每一个寻常的时日，让那些普通的岁月，瞬间焕发出了别样的光彩。

作为季候、中医、民俗三位一体的新书，《藏在24节气里的中国年》从劳动人民的生活智慧、传统医学的精髓要义、民间文化的用心传承中，说道着中国人的审美情趣，展现出豁达从容的生活态度，从中感受风调雨顺中国年的恬淡温馨。



雨水，以吐芽的状态提醒

(外一首)

□ 张勇

春光
不知不觉就融化了老屋的记忆，几片雪花飘落的往事以及腊梅的暗香
此刻，以吐芽的状态提醒一瞬间，老屋笑出明媚皱纹里褶皱的沧桑与梦，悄悄破壳
撞响春光，与一串鸟鸣平平仄仄，老屋的表情开始解冻，以花开相拥春意
雨水轻轻漫过桃花的细节老屋明亮的眼神
刷新田野的风光与乡村的篇章

雨水里的情节

返绿的情节
悄悄在草尖萌动
云朵染不住洒落一滴晶莹，湿润心动
酥软春天的章节与好多汉字的缠绵

本该轻声细语
那个背影，从眉弯悄悄遥远，阳光急切
枝头上叽叽喳喳的欢叫，以雨水的情怀悄悄丰盈

雨水里的故事
时不时就露出微笑
暖暖的心事被唱成快乐心跳

从北京西到万州北

□ 贺红江

正月初六，空气中饱含喜悦的因子一望无际的华北平原
艳阳下，还有薄冰在发出声响我在复兴号高铁列车上阅读、品茶透过车窗望向一闪而过的大地突然间想起你

将内存清空、清空，不断地清空试图挖掘奔腾滚烫的地壳捕捉最早的春从哪块火热的田地率先冒出

北方陌生的城市街巷风和日丽，以蓝色天空为背景风成了景，阳光里自带风雨的踪影我们在大栅栏旁围炉而坐
回忆年少你说我少年心事当拿云的糗事我笑你懵懂少年撞了南墙不回头的固执青春绽开，翻过校园的墙头采摘开在心田漫山遍野的花

时间，在一天天的沉淀和升华远方不远，漫长不长大家都过了而立之年大家都过了而立之年大家都过了而立之年大家都过了而立之年

有一天，风起了我们约定一起合上门窗前
先留丝缝一定要把北方到南方或者南方过北方的气息迎进室内然后，我们一起翻阅各自的精彩一起笑着眼前的烟火然后，我们一起变老

沐心海

新年，“开工大吉”

□ 周成芳

龙年春节长假刚结束，用“开工大吉”四个字制作的各种微信表情铺天盖地。字体虽多样，背景却是统一的火红。一些网友在群里发起了开工红包，附带一句祝各位“龙年大吉”“龙腾虎跃”，抢到红色的网友也会热情地回赠“新年新气象”。

开工了，新的一年真正开始了。我似乎也嗅到春天的气息，精神为之一振。坐在梳妆台前，给镜中的自己一个甜甜的笑容。道一声，你好，新的一年！

迈着欢快的步子来到阳台，准备给花草草浇水。寒冷的季节里它们全都耷拉着脑袋，变得垂头丧气。可这是新的一年，它们也该有些起色吧？我弯腰细细打量，新奇地发现，枯

了一季的吊兰竟然吐出了新芽，月季也含苞待放，花盆里的小草正悄悄地从泥土里钻出来。

真是新年新气象啊，我不禁想起朱自清的《春》：“盼望着，盼望着，东风来了，春天的脚步近了。一切都像刚睡醒的样子，欣欣然张开了眼。”植物都在生机勃勃地奋发向上，更何况人呢？我抬头望天空，又见蓝天白云。明媚的春光，将冬日的萎靡一扫而去，顿觉神清气爽，心旷神怡。

哼着小曲来到办公室，我将桌椅、文件柜等来了一次彻底清洁，换了一台新的电脑，正式开启工作模式。原来的电脑总有这样那样的毛病，新的一年得提高工作效率。我将一些重要资料重新归类，在电脑里制定了一份新的计划书。过去一年，无论有多少收获与失落都全部清零，这是新的一年呢，我得有全新的面貌。

我在微信上发布了开工后的第一条朋友圈：“新的一年，既要像蜜蜂一样辛勤工作，也要像蝴蝶一样开心地生活。”同学的大哥林曾遭受重大挫折，他也在朋友圈上传了一张自己创作的书法作品——“从头再来”四个字刚劲有力，再附上一句：新的一年，将是一个全新的开始，好好生活，努力奋斗。一些老友都纷纷为他送上祝福。

开工第一天，亲戚家的女儿和男友结束了爱情长跑，牵手去民政局领取了大红的结婚证书。她说在年初举行人生最隆重的仪式，寓意着往后的

日子会越来越顺。爱摄影的王哥将拍摄的新年作品上传到朋友圈，表示新的一年力争创作出更多优秀的摄影作品。一些本土画家也开始激情地创作，画出新年宏伟的蓝图；豪情万丈的诗人也正在提笔，书写新年最美的愿景。

开工大吉，朋友圈处处透出一股热气腾腾的气息，不少网友发文字给自己加油助威：“新的一年，要多读书，多旅行，身体和灵魂，要有一个在路上。”“努力工作，努力成长，不负春光，不负梦想。”“新的一年，高歌猛进，用信念，再创辉煌！”

2024年，给人新的期待和梦想。阳光明媚，春风袭人，天地间都充斥着孕育的欣喜和希望。

和尚，他戴着有些夸张、画得花花绿绿和尚面具，穿着一件大大的和尚衣，在锣鼓声中迈着丁字步，手中摇着两把鹅毛扇，那娴熟而搞笑的动作，让观众的人笑得合不拢嘴。有时王爷爷还故意加个小插曲，趁人不注意把旁边一位观看的小孩背在背上，仿佛是在节目互动。如果舞狮队拿到挂在高处的彩灯，顿时欢呼声、鞭炮声、锣鼓声交织在一起，把节日的气氛推向高潮。

尤其让王爷爷自豪的那年春节，县里举行舞狮大赛，他带着徒弟们在家里操练了好多天，便乘车去县城，头天下午就去报了到。在第二天的比赛中，他们表演的舞狮获得全县比赛二等奖，虽然奖金不多，但那大大红红的奖状让王爷爷兴奋不已。之后，王爷爷时不时拿出奖状在徒弟面前展示，并说：“说不定我还要带你们去省里、去北京参加比赛呢。”

如今，我已离家多年，但那舞狮的热闹情景却时常在眼前浮现，那激烈的锣鼓声和观众的叫好声仍在耳畔回响，仿佛故乡的年味在那些舞狮人的表演中，愈发变得浓浓的。

人间味

乡村舞狮人

□ 张儒学



在大足老家，王爷爷是出了名的舞狮人，凡村里的婚嫁娶、红白喜事都要请他和徒弟们去表演舞狮。

王爷爷虽拜师学过艺，但不以舞狮为生，平时在家干活跟其他人没两样，可在舞狮时仿佛就变成了大家心中的“大明星”。王爷爷的日子多半在舞狮中度过，这不但让他自己过得快乐无比，也给村里人带来了无尽的欢乐。

舞狮时，王爷爷扮的和尚，他本来个矮子还有点微胖，别说舞狮时戴上面具，就是平时他总是剃个光头也跟和尚没两样。村里人都熟悉王爷爷，也半开玩笑叫他“笑和尚”，他也不生气，总是乐呵呵地笑着；有时，小孩子学着舞狮时的动作在他面前耍弄，他也马上像舞狮时那样表演起来，逗得孩子们哈哈大笑。

王爷爷有一帮徒弟。在农闲时，他便组织徒弟们在院坝操练舞狮演技，那些操练的动作跟在台上表演一样到位。有时为一个小小的动作，他也反复认真地教，说什么“台上一分钟台下十年功”“练狮不练步等于房子没

有柱”……这些话让人信服，徒弟们就愈发加紧练习，真有随时待命的感觉。

虽然村里家家有电视，镇上的演出队也经常下乡演出，可人们对舞狮还是有种特别的喜爱。凡村里哪家闺女要请舞狮，接儿媳妇也要请舞狮，过生日酒更要请舞狮，只要舞狮的人一到，敲锣打鼓十分热闹，更是增添了几分喜气。那些平时不喜欢出门的山里人，这时都要出来凑热闹，哪怕这些舞狮一直这样表演，甚至多年来都没有翻新节目，但在山里人心中，这就是好看，就是比电视上那些唱唱跳跳看起来亲切。

表演舞狮最忙的是正月。从正月初一开始，王爷爷的舞狮一直要表演到十五晚上才结束。在家家户户挂起红灯笼、欢欢喜喜迎接新年时，他便和徒弟们敲锣打鼓一家一户去表演，俗称“拜年”。在他们的后面总是跟着一队长长的看热闹的人。在一些宽敞的院子里，主人家放着几张大桌子或高立一摞竹杆，让舞狮人尽情去表演，让平时寂静的院落充满笑声和欢乐。

最让人们高兴的是王爷爷表演笑

雨水：最是一年春好处

□ 徐新

春节鞭炮余味尚未完全散尽，沁人的气息开始轻抚世间万物时，雨水踩着时间的节点轻盈走来。

雨水是二十四节气中的第二个节气，《月令七十二候集解》中说：“正月中，天一生水。春始属木，然生木者必水也，故立春后继之雨水。且东风既解冻，则散而为雨矣。”雨水不仅象征降雨的开始及雨量增多，而且气温明显升高。从此，大地开始呈现一派欣欣向荣的景象，人们也明显感到春暖花开、惠风和畅。

雨水来了，万物开始萌动，古人曾这样生动描述，将雨水分为三候（五日为一候）：“一候獭祭鱼；二

候鸿雁来；三候草木萌动。”大意是，雨水节气里，水獭开始捕鱼了，而水獭有个奇怪的习性，捕到的鱼要摊在水岸边，被文人认为是“先祭后食”，称为“獭祭”；五天过后，大雁开始从南方飞回北方；再过五天，在“润物细无声”的春雨中，草木随地中阳气的上升而开始抽出嫩芽。描述的这些景象有些已经不见了，但是自然界的变化还是显而易见的。在和煦的春风、缠绵的春雨沐浴下，藏了一冬的柳蕊小心翼翼地钻出冬的铠甲下探出身来，一天丰满起来，如一团鹅黄的轻烟，给干枯的枝干平添无限生机；庭院、路边的小草，就连墙基的菌苔都泛绿了；田野里的小麦不再瑟瑟缩缩，而是尽情地舒展开来，开始孕育

颗粒麦粒；油菜也变得丰盈起来，正蓄积着抽穗的激情。

充满诗意的雨水时节，常给人以写作吟唱的灵感。当年杜甫在成都草堂定居下来后，亲自耕作，与农民交往，写下了《春夜喜雨》，“好雨知时节，当春乃发生。随风潜入夜，润物细无声。野径云俱黑，江船火独明。晓看红湿处，花重锦官城。”表达了对春雨春雨的感谢依恋之意，描写了春夜降雨润物万物花开千重之美景。《初春小雨》则是韩愈的一首描写和赞美早春美景的七言绝句，“天街小雨润如酥，草色遥看近却无。最是一年春好处，绝胜烟柳满皇都。”首句就点出初春小雨，以“润如酥”来形容它的细滑润泽，

滋润着刚刚钻出地面的小草，透过雨丝遥望春色，更给早春春色增添了一层朦胧美。诗句清新优美，与杜甫的“润物细无声”有异曲同工之妙，令人回味无穷。而诗人杜牧的《江南春》：“千里莺啼绿映红，水村山郭酒旗风。南朝四百八十寺，多少楼台烟雨中。”既让人领略了江南春景的丰富多彩，也描写出了它的广阔、深邃和迷离，别有一番情趣。

雨水，是一个润泽大地、秀染河山的节气，是一个孕育希望、催生万物的节气，它浇灌滋养着的是生命和梦想。在奏响春天的变奏曲后，一股万紫千红的春潮正奔涌而来，一个韶华明媚的春天呼之欲出。