



腊八吃些啥

过了腊八就是年



今天是农历十二月初八,腊八节。

“小孩小孩你别馋,过了腊八就是年;腊八粥,喝几天,滴滴拉拉二十三;二十三,糖瓜粘;二十四,扫房子;二十五,做豆腐;二十六,去割肉;二十七,宰年鸡;二十八,把面发;二十九,蒸馒头;三十晚上闹一宿,大年初一扭一扭。”这首民谣形象地道出了腊八节和过年的民俗。

腊八起源于上古时代,是用来祭祀祖先和神灵、祈求丰收和吉祥的祭祀仪式。《礼记·月令》载:《孟冬之月》“天子乃祈来年于天宗,大割祠于公社及门闾,腊先祖五祀,劳农以休息之。”孔颖达在注疏中解释说:“腊,猎也。谓猎取禽兽以祭先祖五祀也。”《风俗通》说:“夏曰嘉平,殷曰清祀,周曰大腊,汉改曰腊。腊者,猎也,田猎取兽祭先祖也。”当时腊祭的日期并不固定,规定在每年冬至后的第三个戊日举行,并将这个日子称为“腊日”。《说文解字》说:“腊,冬至后三戌日,腊祭百神。”南北朝时期,将“腊日”固定为每年的腊月初八,南朝梁代的宗懔在《荆楚岁时记》说:“十二月八日为腊日。”自此相沿成俗。后来佛教传入,把腊八定为佛成道日,腊八节的内涵和风俗活动在中外文化交流过程中得以丰富和发展。南北朝时期史学家、文学家魏收的《腊节》诗:“凝寒迫清祀,有酒宴嘉平。宿心何所道,藉此慰中情。”写出了寒凝大地、数九隆冬时节,人们在桌上摆上肉酒以祭祀百神,感谢百神的福佑,抒发了久已宿居于心中的敬神之情。腊八除祭祖敬神的活动外,人们还要逐疫。《荆楚岁时记》说:“谚语:‘腊鼓鸣,春草生。’村

人并击细腰鼓,戴胡头,及作金刚力士以逐疫。”

俗话说“老太太您别烦,过了腊八就是年”、“吃了腊八饭,就把年来办”。这些民谣就是说到了腊八节,就拉开了过年的序幕,“年”就要到了,过年的气氛渐渐浓了起来,人们紧锣密鼓地开始筹办年货。乡村大集的商贩们开始忙碌起来,筹备写春联的红纸、门神、炮仗、鸡鸭鱼肉以及各类玩具等年货,小摊上过年的商品也多了起来;婆娘们这时候也闲不住了,购买来布匹等原料,忙着做女红针线活,做新鞋、裁新衣、缝新帽、绣枕头,比试着谁的手艺强,把家里里里外外装扮一新;各家各户也开始生豆芽、做豆腐、碾豆面、白面,准备做糕点、蒸馒头、炸丸子;一些民间组织开始筹备社火活动,排练舞龙耍狮子、高跷旱船,准备在春节到集市上去演出。老舍在《北京的春节》一文中写道:“在腊八那天,人家里,寺观里,都熬腊八粥。这种特制的粥是祭祖祭神的,可是细一想,它倒是农业社会的一种自傲的表现。这种粥是用所有的各种的米,各种的豆,与各种的干果——杏仁、核桃仁、瓜子、荔枝肉、莲子、花生米、葡萄干、菱角米等熬成的。这不是粥,而是小型的农业展览会。”老北京人过腊八喝腊八粥的情景跃然纸上。

“腊八,祭灶,新年快到。闺女要花,小子要炮,老妈妈吃着有酒宴嘉平。宿心何所道,藉此慰中情。”写出了寒凝大地、数九隆冬时节,人们在桌上摆上肉酒以祭祀百神,感谢百神的福佑,抒发了久已宿居于心中的敬神之情。腊八除祭祖敬神的活动外,人们还要逐疫。《荆楚岁时记》说:“谚语:‘腊鼓鸣,春草生。’村

人并击细腰鼓,戴胡头,及作金刚力士以逐疫。”

1、腊八蒜

在腊月初八这天有用醋泡蒜的习俗,叫“腊八蒜”。据老人讲,腊八蒜的蒜字,和“算”字同音,这是各家商号要在这一天拢账,把这一年的收支算出来,可以看出盈亏,其中包括外欠和外债,都要在这天算清楚,“腊八算”就是这么回事。腊八这天要债的债主子,要到欠他钱的人家送信儿,该准备还钱。北京城有句民谚:“腊八粥、腊八蒜,放账的送信儿;欠债的还钱。”后来有欠人家钱的,用蒜代替“算”字,以示忌讳,回避这个算账的“算”字,其实欠人家的,终究是要还的。

2、腊八粥

腊八粥以八方食物合在一块,和米共煮一锅,是合聚万物、调和干灵之意。最早的腊八粥是用红小豆来煮,后经演变,加之地方特色,逐渐丰富多彩起来。“腊八粥”又叫“七宝粥”“五味粥”,不仅清香甜美,而且能畅胃气,生津液,因而颇受人们喜爱。

富察敦崇《燕京岁时记·腊八粥》:“腊八粥者,用黄米、白米、江米、小米、菱角米、栗子、红苕

豆、去皮枣泥等,合水煮熟,外用染红桃仁、杏仁、瓜子、花生、榛穰、松子及白糖、红糖、琐琐葡萄,以作点染。”

豆、去皮枣泥等,合水煮熟,外用染红桃仁、杏仁、瓜子、花生、榛穰、松子及白糖、红糖、琐琐葡萄,以作点染。”



各地的习俗

至今我国江南、东北、西北广大地区仍然保留着吃腊八粥、过腊八节的习俗。各地腊八粥所用材料各有不同,争奇竞巧,品种繁多。

北京的腊八粥可以说是最为讲究的。掺在白米中的东西较多,如红枣、莲子、核桃、栗子、杏仁、松仁、桂圆、葡萄、白果、青丝、玫瑰、红豆、花生……不下20种。人们在腊月初七晚上就开始洗米、泡果、剥皮、去核,半夜时分开始用微火炖,直到第二天清晨,腊八粥才算熬好了。

西北腊八节的习俗:腊八节在陕北高原,而且,腊八这天忌吃菜。如果这天吃菜的话,庄稼地里就会杂草多。腊八这天人们除了吃腊八粥,还得用粥供奉祖先和粮仓。

陕西腊八节的习俗:有些不产或者少产大米的地方,人们不吃腊八粥,而是吃腊八面。用各种果品、蔬菜做成臊子,把面条擀好。到腊月初八早上全家人一起吃。(晚报综合)

甘肃腊八节的习俗:传统煮腊八粥用五谷、蔬菜,煮熟后除家人吃,还分送给邻里,还要用来喂家畜。

宁夏腊八节的习俗:做腊八饭一般用各种豆类加大米、土豆煮粥和陕北一样,这天全家人只吃腊八饭,不吃菜。

西宁腊八节的习俗:腊八节并不喝粥,而是吃麦仁饭。腊月初七晚上将新碾的麦仁,与牛羊肉同煮,加上青盐、姜皮、花椒、草果、苗香等佐料,经一夜文火煮熬麦仁饭异香扑鼻,十分可口。

江浙腊八节的习俗:江苏人吃腊八粥分甜咸两种。腊八粥里要加入茨菰、荸荠、胡桃仁、松子仁、芡实、红枣、栗子、木耳、青菜、金针菇等。如果煮的是咸粥的话,在里面加入青菜和油即可。

浙江人煮腊八粥则一般用胡桃仁、松子仁、莲子、红枣、桂圆肉、荔枝肉等,香甜味美。据说,这种煮粥方法还是从南京流传过来的。(晚报综合)

荐书

《医生最想让你读的书》

作者:(美)杰尔姆·格罗普曼
译者:黄珏苹
版本:湛庐文化|浙江人民出版社 2018年11月

这本书讲的是——医生如何误诊。即便“医生也是人,也会犯错”这件事已经渐渐成为共识,但真正面对误诊和由此带来的问题,仍然是艰难的。作者杰尔姆·格罗普曼是哈佛大学医学院教授,艾滋病和癌症治疗领域的元老级人物,他通过一个个真实案例告诉我们的是,为什么误诊经常发生?医生的决策和判断会受到哪些影响?诊疗过程容易进入怎样的思维误区?作为患者或患者家属,我们能做些什么?

英文原版的书名“*How Doctors Think*”——医生如何思考,比接地气的中文译名更能体现出作者的诉求所在。它不只是一本推荐给外行普通人读的书,也不是单方面地让患者更理解医生的苦衷,而是同时给医患两方面提供指引。格罗普曼对医生容易出现的思维错误所做的批判,是相当犀利的。但正是因为用足够理性和专业的态度揭开了那层面纱,才更有说服力地让我们懂得:临床决策与治疗思维不是医生单方面的事情,而同样需要患者一方的协助,只有医患成为真正的拍档,才能降低犯错的频率和严重性。想要得到最好的诊疗,并不只在于找到所谓最好的医院和有名的医生,还需要我们成为更懂医疗、更会沟通的患者。

与再婚老伴领结婚证,照料老伴起居、瘫痪后不离不弃…… 我俩的婚姻是一个承诺,也是一份责任



芦淞区何家坳社区75岁的彭郁文,一头白发,眼神清亮,笑起来很暖,像极了冬日里久违的阳光。彭老是当年“八千湘女上天山”其中一位。她与老伴的故事,在街坊四邻中远近皆知:53岁与老伴领取结婚证,十九年相濡以沫,哪怕老伴后来瘫痪在床,两人仅靠书信交流,也不离不弃,独自承担家事,直至老伴去世。二老的相持相扶,得到双方子女的敬重。

何家坳社区彭郁文奶奶 沈三 摄



1 相差十岁的再婚 彭郁文义无反顾

彭郁文第一次见到言振武,是在1997年的秋天。那一年她53岁,刚从新疆生产建设兵团退休回来,是八千湘女上天山成员之一。在新疆工作了35年,她一直很优秀,做过会计、妇女主任,也养育了4个子女,不料1995年,丈夫因患癌症去世。回株洲后,她的生活渐渐安定。经人介绍认识了言振武。比他大10岁的言振武,在铁路系统退休,也是丧偶,有3个子女。最初,彭郁文对这个事情并不上心,觉得他大了10岁,相互也不了解,但言振武对她一见钟情,

用他的话形容是“有着迷人的气质”。

彭郁文记得,当年的老言能说会道,经常到她家找各种理由和方式聊天,经常逗得她哈哈大笑。她形容,即便当时有些事情都郁结难解之时,被老言一开导,一逗笑,便愁云全散。

终究是命中注定的一场缘分。彭老去了一趟上海,回来就突发感冒,那段时间,老言悉心照顾,让她有了找个依靠的打算。相处三个月后,1998年1月6日,二老领了结婚证。

2 管家中大小事务 用心经营这段婚姻

彭郁文骨子里是倔强而坚硬的,总把“责任”二字当做人生信条之一。与老言结婚后,她操持着整个家,让这段婚姻充满幸福。

这段婚姻里,彭郁文是“管家婆”。她笑说,那个老言生性开朗,却不爱管事,家里的大小事务,只能她操持着,除了言老的一日三餐、生活起居不说,她更多的心思,还是在言老的女子上。

在这之后,彭郁文有了一个昵称——“老总”,是老言替她取的。“那些年,只要他这么叫我了,我就知道他又要我管事情了。”彭郁文回

忆当年情景,像个孩子一样捂着嘴笑了。

当然,老言虽不爱管事,但对彭郁文的子女很上心。几年前,彭郁文的儿子出差发生了事故,老言悉心照料着,每次两趟来回,他都要挤4次公交车,每趟20分钟,就这样坚持了3个多月。

“就因为这样,我们和子女们的关系非常好。”彭郁文说,有了这样的融洽,她和老言的感情也深了一层。刚开始那几年,他们每年都会出去走走看看,最远的一站,到了欧洲,而每到一站,他们都会合照,装在一本相册里。

3 老言患病卧床 她不间断照料3年

2013年的一天夜里,老言的冠心病复发,虽然抢救了回来,但身体每况愈下,渐渐失去了生活自理的能力。

也从这一年开始,彭郁文开始全心全意照顾丈夫。那段岁月里,她每天早上6点多就起来,为老言准备早饭,每顿,她都按照老伴的喜好来做,老言的饭要做得很烂,而且还一口一口喂给他吃。

那段岁月,因为老言耳朵听不见,夫妻俩以写纸条的方式交流,询问彼此的心情、各自想吃的食物等等。

那段岁月,熬夜,成为这位古稀老人的常事,每晚要起

床三四次替老言翻身,最累的时候,她自己也落下了病根,患了“三高”。而老言病情最危重的2015年里,就住了8次院,住院期间,彭郁文寸步不离,二十四小时连轴转也曾让她一度昏厥,倒在了房间里,然后自顾自醒来,继续照顾老言。

彭郁文说,老言的子女也曾说过要请人来照顾,但都被她回绝。她说,在一段婚姻里,“责任”二字尤为重要,既然选择了老言,那便是要对他负责,就像婚姻誓言里说的“无论生老病死,也不离不弃”。

4 老言去世后 他的子女依然来看望她

2016年,言老去,终年82岁。

彭郁文经过很长一段时间才走出来,像当年老言一样,她加入社区志愿者的队伍,做一些帮扶社区老人和困难党员的工作。

彭郁文说,在晚年生活里,也要找到人生的意义,与老言相守19年是辛苦的,也是幸福的,如今,老言的子女经常来看望她,亲昵的喊她“妈妈”,她很开心,亦是一种幸福。

“当初有人很不理解我,说跟一个大10岁的人再婚,还

领什么结婚证。我就这样对他说,领结婚证是必须要有,这是一个承诺,一个责任感。既然选择跟他在一起,就要对这段感情、这段婚姻负责。”回忆当年,她这样说道。

就如她一篇自传里这样写——我们争取儿女们对我们再婚的支持,理解,彼此相互多交流,莫负初衷,相敬相爱。凡事包容,凡事忍耐。在这个大家庭里,拥有7个子女,是幸福的晚年生活。

(夏天)