

让收藏在博物馆里的文物、陈列在广阔大地上的遗产、书写在古籍里的文字都活起来。

肉，再撒上一把葱花，喝下去仿佛整个冬天的寒气都被驱散了。在闽南地区，冬至要“食姜母鸭”，用老姜和红面番鸭慢炖，暖身效果极佳。在潮汕一带，则有“冬节丸”的习俗，一家人搓出大大小小的糯米丸，煮成甜汤，象征团圆圆满。

中国地域辽阔，冬至食俗各具特色。这些食俗就像一幅多彩的饮食地图，勾勒出中国人过冬至的不同面貌。这些冬至美食的背后，其实藏着古人对自然的顺应与尊重。冬至是一年中黑夜最长、白昼最短的日子，古人相信这天阴气最盛，而食物就是补充阳气的最佳方式。温热的、滋补的食物，不仅能暖身，更寓意着对来年丰收、健康的期盼。

消寒图：古人冬日里的纸上游戏

当冬至的第一缕寒风吹过窗棂，古人除了用美食温暖身心，还用一种独特的方式记录冬天的脚步——这就是“消寒图”。想象一下，在没有手机、没有电子日历的古代，人们如何度过漫长寒冬？他们发明了一种既风雅又实用的时间记录法，让等待春天的日子变得有趣而充满期待。

最常见的一种消寒图，是一幅双钩描红书法，上面写着“亭前垂柳珍重待春风”九个字。这可不是随便选的句子，每个字都是九笔，九个字正好八十一笔。从冬至那天开始，每天按笔顺用红笔描画一笔，描完一个字就是九天，九个字描完，正好八十一天过去，春天也就如约而至了。

这九个字不仅笔画数经过精心计算，连意境都十分贴切。“亭前垂柳”描绘的是春日景象，“珍重待春风”则表达了人们在寒冬中对温暖的期盼。每天描一笔，既是一种时间记录，也是一种情

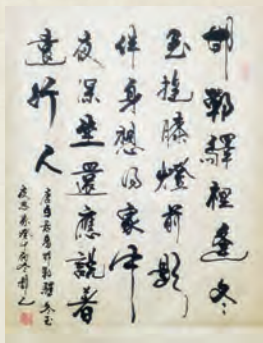
消寒图。



本周博物

《邯郸冬至夜思家》

冬至自古就是中国非常重要的传统节日，这一天朝廷要放假，民间也很热闹。大诗人白居易33岁那年的冬至时分宦游在外夜宿驿舍，有感写下这首《邯郸冬至夜思家》。（配图书法作品非真迹）



感寄托。古人相信，通过这种仪式，能够加快春天的到来。

另一种更富诗意的消寒图是画梅。在一张素纸上画一枝梅花，但这枝梅花很特别——它有九朵，每朵有九个花瓣，总共八十一瓣。每天用颜色染一瓣，染法还颇有讲究：根据当天的天气情况，选择不同的颜色。晴天染红色，阴天染蓝色，雨天染绿色，刮风染黄色，下雪则留白不染。这种染法使消寒图不仅是时间记录器，更成了简易的气象日志。一个冬天过去，这张梅花图会呈现出五彩斑斓的效果，记录了这个冬季的天气变化。待到整张图染完，主人可以回顾整个冬天的天气情况，这种记录方式既实用又充满艺术感。

这些看似简单的冬日游戏，实则体现了古人应对季节变化的智慧。在没有现代取暖设备的时代，冬天是难熬的。但古人用消寒图这样的创意，将漫长的等待转化为可计数、可视化的过程，让每一天都有了盼头。当最后一笔被描上，最后一瓣被染红，春天真的就来了，这种成就是任何现代计时工具都无法替代的。当我们放慢脚步，拿起笔，在纸上郑重地描下一笔时，我们连接的不仅是一个春天，更是一种绵延千年的文化温度。民