



## 立冬

11月 7日或8日

寒渐深,冬宜藏。

立冬后日照时间将继续缩短,正午太阳高度继续降低。冬季普遍盛行东北风和北风,气温逐渐下降,由于地表贮存的热量还有一定的能量,所以一般初冬时期还不是很冷;随着时间推移,强冷空气南下频繁,并越过南岭,天气越来越冷。在北方地区,立冬前就比较寒冷。

### 节气诗

秋风吹尽旧庭柯,黄叶丹枫客里过。  
一点禅灯半轮月,今宵寒较昨宵多。  
——明·王稚登《立冬》

细雨生寒未有霜,庭前木叶半青黄。  
小春此去无多日,何处梅花一绽香。  
——宋·仇远《立冬即事二首》(其一)

### 习俗

在民间有祭祖、饮宴、卜岁等习俗,以时令佳品向祖灵祭祀,以尽为人子孙的义务和责任,祈求上天赐给来岁的丰年,农民自己亦获得饮酒与休息的酬劳。

民间有立冬补冬的习俗,谚语“立冬补冬,补嘴空”,古时农民劳动了一年,利用立冬这一天休息,顺便犒赏一家人的辛苦,便在立冬这天杀鸡宰羊或以其他营养品进补。在我国北方地区,有立冬节气吃饺子的习俗。立冬之日开始酿黄酒,是绍兴传统的酿酒风俗。河南、江苏、浙江一带民间还有用各种香草、菊花、金银花煎汤沐浴的活动,称为“扫疥”,以求治愈疾病,保证身体健康过冬。

图文选自吴冠英《童趣二十四节气》清华大学出版社 2022年

### 十二生肖



这是吴冠英先生尝试以传统民间装饰、中国画、卡通造型风格相融合创作的一套十二生肖画。让我们一起了解生肖文化,找寻自己的生肖图案吧。集齐十二生肖,可赢取神秘礼物。  
(每月放送一枚)

