

博大精深的中华文明是中华民族独特的精神标识,是当代中国文艺的根基,也是文艺创新的宝藏。中国文化历来推崇“收百世之阙文,采千载之遗韵”。要挖掘中华优秀传统文化的思想观念、人文精神、道德规范,把艺术创造力和中华文化价值融合起来,把中华美学精神和当代审美追求结合起来,激活中华文化生命力。

——摘自习近平总书记在中国文联十一大、中国作协十大开幕式上的讲话(2021年12月14日)

白露 二十四传统中国节气

白露秋分夜,一夜凉一夜。
9月7日、农历八月十二,是二十四节气中的第15个节气、秋季的第3个节气——白露。
斗指癸为白露,阴气渐重,凌而为露,故名白露,代表着天气由热转凉,万物随寒气增长逐渐萧落、成熟。
白露时节,内蒙古大地五彩斑斓,丹桂飘香,让我们跟随自然运行法则,静静地接纳和体味这时节的丰收和诗意。

初秋阿尔山。

【一言】○

遵循规律
守好初心

□苏永生

一道残阳铺水中,半江瑟瑟半江红,可怜九月初三夜,露似珍珠月似弓。”唐人白居易的一首《暮江吟》,写出了白露节气的气候特点与迷人景致。

时值白露,暑热渐退,凉意日增,露水渐浓,农作物也逐渐趋于成熟。时近中秋,一年已过三分之二,不禁让人慨叹光阴似箭。

时光飞转,寒暑交替,在自然的轮回中,人们春种秋收,播种希望,收获果实,改变的是岁月的年轮,不变的是对美好生活的向往与追求。

尊重自然、敬畏自然,遵循规律、顺应天时,无论是对农业生产还是对日常生活,都是我们必须遵守的规则。如果违背自然规律,硬干蛮干,定会受到自然的惩罚。

天气由热变凉,人的内心也应该由狂热趋于平静,由冲动趋于理性,才能顺应自然的规律、符合自然的法则。

面对今年已经逝去的8个月光阴,我们应该静下心来给自己做一个总结,年初定下的计划完成了多少?如果没有完成是什么原因?接下来应该怎样去努力?

年年岁岁花相似,岁岁年年人不同。创造美好未来,唯有坚守初心,不懈奋斗,用勤奋和汗水编织理想的花环,用实干和担当开辟通向成功的坦途。

白露增秋色

□本报记者
高瑞峰

田野绣斑斓



白露之秋田: 白露种葱 预防霜冻

“白露期间,庄稼马上要成熟了,也到了撒种‘白露葱’的时候了。”和林格尔县城关镇桥头村老农石成世说。

“白露葱”,顾名思义白露期间种植的葱。

俗语说“白露种葱,寒露种蒜”。在内蒙古地区,白露到秋分之间是种植大葱的最佳时期,如果播种过早,等到第二年春季会抽薹打籽,不太合适用作葱秧子;如果播种过晚,由于温度较低,葱的幼苗比较弱小,不太容易安全越冬,增加死苗现象,而且,等到第二年春季时,返青期间生长发育比较缓慢,影响产量以及成熟时间,因此,按照古人流传下来的习俗,白露期间撒种葱最适宜。

种下“白露葱”“白露放大田”。

石成世家今年种植了10多亩黍子,长势很好。“黍子长得快赶上我的身高了,杆子齐刷刷的1米多高,穗子又大又长,再过一段时间就可以收割了,今年是个丰收年啊。”石成乐得合不拢嘴。

放眼内蒙古大地,白露时节到处一派丰收景象,黄绿相间的田野里处处充满生机和活力。

“因为气温一天比一天低,白露前三后四还应该预防霜冻。”石成世说,白露期间,田地里还有未收割完的庄稼,这时候最重要的就是预防霜冻,不过,如果地里多浇水,湿度大,也可预防霜冻。

俗话说,“春冻圪梁秋冻洼”,一般秋天时,低洼地势霜冻严重,坡梁上霜冻就很少。

“白露期间,大田里的作物该收割应该赶紧收割,不然碰上霜冻会影响收成。”石成世说。

白露之诗话: 百草清露 美而实用

《月令七十二候集解》中说,白露有三候,“一候鸿雁来,二候玄鸟归,三候群鸟养羞。”

“这是古人对动植物活动规律的精准归纳。”呼和浩特市新城区作家协会顾问高金贵说,白露之后,对气候最为敏感的候鸟集体迁徙,鸿雁开始从北方飞到南方,而南方的玄鸟也飞归北方,各类鸟儿都开始储食御冬。

对于这种规律,智慧而浪漫的古人在民谚和诗歌中多有体现。高金贵举例,民谚有“白露秋风夜,雁南飞一行”,古诗有“立秋知了催人眠,处暑葵花笑开颜,白露燕归又来雁,秋分丹桂香满园”高金贵说:“寥寥几句,概括了白露时节的节气特点,很形象,也很美。”

在《礼记》中,也有对白露时节自然界变化的记载:“凉风至,白露降,寒蝉鸣。”高金贵说,随着进入深秋,万物逐渐萧落,这是热与冷交替的时节,反映在植物上,就是草木原本繁茂的叶子会渐渐干枯发黄掉落,许多庄稼则开始成熟。

其实,古人不光在诗作和民谚中对白露节气进行了描摹,在《本草纲目》中,从习俗保健角度也对白露有所记载。

李时珍在《本草纲目》中说,“百草头上秋露,未晞时收取,愈百病,止消渴,令人身轻不饥,肌肉悦泽。”

白露节气,南方民间有“收清露”的习俗。

据记载,秋露繁时,以盘收取,煎如饴,令人延年不饥,人们认为此时的露水有很特别的功效,收清露也变得颇具仪式感。在浙江温州等地,人们于白露之日采集“十样白”,以煨乌骨白毛鸡(或鸭子),据说食后可滋补身体,去风寒(关节炎)。这“十样白”是10种带“白”字的草药,如白木槿、白毛苦等,以与“白露”字面上相应。

诸如此类,翻阅资料,均可见古人对白露的各种诗话记载,不仅美而且实用。



初秋的呼伦贝尔晨光。

白露之养生: 秋咳戒燥 早晚添衣

白露是反映自然界寒气增长的重要节气。这个节气过后,傍晚气温下降快,昼夜温差大,对人体会造成一定困扰。这个时节,人们该如何保养身体呢?

巴彦淖尔市中医大夫刘威说,按照《黄帝内经》所说,这一时节,天气渐冷,寒风晓暮,蒸热相薄,草木凝烟,湿化不流,白露阴布,以成秋令。意思就是这段时间的天气常常阴晴不定,早晚温差大,寒热交争,是过敏性鼻炎、咳嗽、症



楼台水榭入秋来。

疾、牙痛、腰背痛、头痛、口苦、头晕、皮肤病等疾病的高发期。

“夏天贪凉,现在身体开始‘秋后算账’了,

从而导致湿土应脾,脾主肌肉,人体易肌肉萎软、足萎、肿胀,所以才会出现上述病症。所谓春生夏长、秋收冬藏,秋天应以‘收’为主,上述患者可每天用山萸肉60克熬水喝,忌寒凉、水果,一定程度上可缓解病症。”刘威大夫说,同时,情绪要保持稳定,饮食多温热,早晚添衣裳,中午晒太阳,这样才会让身心保持平衡健康。

同时刘威提醒,季节交替,忽冷忽热,稍不留神孩子会就咳嗽。因为秋季是干燥的季节,肺最怕燥,润肺燥要配合调理脾胃,尤其脾胃弱的孩子脾土养不了肺金,因此调理好脾胃,一切都好。

刘威说,立秋之后,千万不要让孩子吃西瓜、香蕉、火龙果、猕猴桃等凉性水果,各种炸鸡食品也尽量少吃,因为鸡是飞禽类本就燥,加上各种调料炸得香脆脆,燥上加燥,孩子更加不易消化。

(图片除署名外,均由本报记者毕力格图摄)

【见证】

刀削面:蒙晋人民舌尖上的家常美食

□吴潇

在呼和浩特市,刀削面是人们经常吃的一种面食,它筋道爽滑,实惠便宜,一天忙碌下来,这一碗汤汤水水吃下去,解饿还舒坦。

刀削面是山西饮食文化中最具代表性的面食,400多年前,走西口人将它从山西带到呼和浩特市,发展至今,在保持原味的基础上,又形成了内蒙古特色,成为人们爱吃的一种家常饭。

做刀削面先把面和好饧到,然后一只手托着揉成小枕头状的面团,另外一只手持刀,一刀一刀削下面片下锅,煮熟捞出浇卤汁即可食用。

技艺老到的削面师傅,常常手胳膊上“躺着”一大块面,削面时还不误扭过头和别人说话,但是没有一个面片落入锅外,并且粗细长短相同。

上世纪50年代,呼和浩特市大召东仓的刀削面馆的师傅就是这样,一刀一刀下去,六七寸长的面条像柳叶又像银鱼,落入烧开的水中。那句“一叶落锅一叶飘,一叶面出又出刀,银鱼入水翻白浪,条条银鱼锅中飘”的俚语,形象又生动地描绘了这一技艺。

因为刀削面师傅技艺好,人们便传说,削面师傅都是光头,洗净头后,把面团顶在头顶上,两手各持一把菜刀左右开弓,随着双手挥动,柳叶片面片纷纷入锅中。其实,这只是对削面师傅好技艺的夸张宣传罢了。

刀削面好吃,关键在于卤汁。过去在山西,常见的卤汁是西红柿鸡蛋汤或者炒茄子。刀削面传入内蒙古后,这里肉多,卤汁主要以肉类为主,最常见、也最受欢迎的是煎猪肉臊子,味道独特,吃起来特别香。据说,煎猪肉臊子是大召东仓刀削面馆的独家秘方,用陈年老汤熬制,秘不示人。但是,最后还是被仿制了。如今,呼和浩特市光标有“大召刀削面”的餐馆就有好几家,还不算其他招牌的刀削面馆。

刀削面在呼和浩特市流行了几百年,人们还把它创新成了回勾面,用羊肉、牛肉或者猪肉做过油肉,再加上点木耳、蒜苔、绿豆芽等配菜,和锅中煮熟的刀削面爆炒即成,吃起来又有风味。

过去没有专门的削面刀,多数都是用普通菜刀削面,削时要从一边向另一边一刀一刀推进,而且要削成一面薄、一面厚的三角形,长度要一致,难度较大。

上世纪七八十年代,呼和浩特市出了一种专用削面刀,呈半块瓦状,一端是开了刃的刀刃,另一端是手握的刀把,相对于菜刀,既轻便又安全。有人受这种刀具的启发,用一小块薄铁皮和一块木条,仿造出更加轻巧的削面刀。不过很快,市场上又推出一种新的专用削面刀,用不锈钢片压制的刀头配塑料刀把,不仅轻便安全,还能控制面条的厚度和宽度,不仅居家过日子需要它,据说是现在不少餐馆师傅也使用了。

呼和浩特市除了刀削面源自山西外,剔鱼子、擦面、抿面等也是来自山西的面食。

这里赘述一句,抿面也被称作抿圪斗子,在山西是用白面、豆面或者高粱面混合成杂面抿制。而在乌兰察布一些地方,根据本地特产,把土豆洗淨磨成糊状,加入莜面抿制而成,形成新的面条特色面食。

经年累月的融合共处,呼和浩特市一些蒙古族、满族的官员、富户受其影响,也是这些面食餐馆的常客。

美食是躲不开的诱惑,不分民族和地域,就像回族同胞经营的干货、烧麦及羊杂碎一样,同样受到各族人民的喜爱。

饮食文化的趋同,是民族杂居融合的结果,各地各民族人民共同创造了舌尖上的美味,共享这份人间烟火气。

兴安盟乌兰毛都大草原初秋。本报记者 王磊 摄