



芒种:愿你“芒”有所获,“种”有所得

6月5日,迎来芒种节气。芒种标志着仲夏时节正式开始。“芒”,指麦芒类植物的收获;“种”,指谷黍类作物的播种。芒种一到,夏熟作物要收获,秋收作物要播种,收与播紧密相连,正是农忙之时。在这个既收又种的时节,愿你忙中有甜,在生活这片广袤的田野,既收获当下,也耕耘远方。

节气三候

芒种:送春迎夏,梅雨翻河

芒种有三候:“一候螳螂生,二候鷓始鸣,三候反舌无声。”

这三候都与春夏交替,夏季的特征越来越明显有关。螳螂在上一年深秋产的卵,感受到日渐炎热的天气,便破壳生出。随着春季繁殖期的过去,伯劳鸟的小鸟慢慢长大,纷纷出巢“狩猎”,大声鸣叫。活跃了整个春天的反舌鸟,慢慢停止了鸣叫,随春天一起渐渐远去。

雨量充沛、气温升高、湿度增大,常见的灾害性天气有暴

雨、冰雹、大风、干旱等。江南、江淮、长江中下游地区陆陆续续进入梅雨季节,一般持续到小暑。梅雨是冷空气强度削弱北退,暖空气北进到长江中下游地区,冷暖空气在江淮流域相峙,形成准静止锋,出现阴雨连绵的天气现象。冷暖空气交锋一段时间后,暖空气战胜冷空气,梅雨天气便结束了。宋代诗人范成大的《芒种后积雨骤冷》诗中有关于芒种期间梅雨天气的描写:“梅霖倾泻九

河翻,百渎交流海面宽。良苦吴农田下湿,年年披絮播秧寒。”西南地区不仅多雨,西部高原冰雹天气的发生概率也会增大。

此时,除了青藏高原和黑龙江最北部地区外,全国大部分地区都能够体验到炎热的气息。不论是南方还是北方,都有可能出现35℃以上高温天气。高温加之降雨,空气湿度大,人体感到闷热,要注意预防中暑等情况。 宗合

节气风俗

芒种时节,齐鲁大地的风物画卷

孙晓明

芒种到来,小麦、大麦等有芒作物已然成熟,抢收刻不容缓。玉米、晚谷、黍、稷等夏播作物也正值播种最忙的时候,故称“芒种”。字面意思正是“有芒的麦子快收,有芒的稻子可种”。麦穗上的芒由叶片退化而成,能抑制水分蒸腾,增加产量。春争日,夏争时,“争时”二字道尽此时收种的紧迫。宋代学者马永卿撰写的史料笔记《懒真子录》中说:“所谓芒种五月节者,谓麦至是而始可收,稻过是而不可种。”

人们常说的“三夏”大忙,即夏收、夏种、夏管。北方“收麦种豆不让晌”,芒种又名“忙种”。此时黄淮平原将进入雨季,连阴雨、风雹常使小麦无法及时收割,造成倒伏、发芽甚至“烂麦场”,因此农谚说:“收麦如救火,龙口把粮夺。”麦收后要抢种抢栽,即使干旱也要抗旱播种,切莫等雨误时。

山东作为农业大省,芒种节气有着浓郁的地方特色。在

鲁中、鲁西等地,芒种又称“忙种”,农谚道:“芒种芒种,连收带种;手快脚快,才能保命。”此时家家户户男女老少齐上阵,甚至有“麦收无大小,一人一镰刀”的说法。旧时山东农村有“开镰”仪式,第一把割下的麦子要扎红布条挂在牲口棚或粮仓上,祈求丰收、平安。

在泰安、莱芜一带,芒种当天有“打泥仗”的儿童游戏,孩子们用湿泥互掷,据说能祛除百病、防暑降温。胶东地区则流行芒种后悬挂艾草和菖蒲,以驱蚊虫、避邪气,这一风俗与南方端午相近,却因芒种天气湿热而格外普遍。

芒种前后,山东很多地方有“看麦梢黄”的习俗——女儿要带新麦面做的馒头、烧饼回娘家探望,俗称“麦梢黄,看亲娘”。若麦收太忙不能回,则托人捎去新麦面做的“面鱼”“面老虎”,寓意富足有余。

济南、淄博一带流行“芒种吃蛋”,认为鸡蛋、鸭蛋最能补

气力,谚云“芒种吃个蛋,力气大一万”。鲁南地区爱吃“麦仁饭”:将刚脱粒的新麦仁加绿豆、小米熬成稠粥,晾凉后喝,解暑又充饥。临沂、枣庄则偏爱“凉拌马齿苋”,田间地头随手采来,焯水加蒜泥、香油,既应季又养生。聊城、菏泽等地,芒种时还做“面棋子”——切好的菱形面片与绿豆同煮,俗称“绿豆棋子”,汤汤水水喝下去,一身透汗,疲惫顿消。

饮食方面最普遍的,是几乎每户农家都会煮一大锅绿豆汤,装入陶罐带到地头,撒一点冰糖或甘草,防暑祛湿。新麦登场后,主妇会蒸一锅新麦馒头或烙单饼,蘸大葱或抹面酱,既饱腹又提神。这些山东芒种风俗与饮食,既顺应农时、补充体力,又充满乡土智慧。“抢收抢种”的忙碌中,透出对土地的敬畏和对亲情的牵挂。(作者为中国粮食行业协会理事、山东省作家协会会员)

诗意时节

咏廿四气诗 芒种五月节

唐·元稹

芒种看今日,螳螂应节生。彤云高下影,鸂鸟往来声。渌沼莲花放,炎风暑雨情。相逢问蚕麦,幸得称人情。

北固晚眺

唐·窦常

水国芒种后,梅天风雨凉。露蚕开晚簇,江燕绕危樯。山趾北来固,潮头西去长。年年此登眺,人事几销亡。

时雨

南宋·陆游

时雨及芒种,四野皆插秧。家家麦饭美,处处菱歌长。老我成惰农,永日付竹床。衰发短不栉,爱此一雨凉。庭木集奇声,架藤发幽香。莺衣湿不去,劝我持一觞。即今幸无事,际海皆农桑。野老固不穷,击壤歌虞唐。

梅雨五绝(其一)

南宋·范成大

梅雨暂收斜照明,去年无此一日晴。忽思城东黄篾舫,卧听打鼓踏车声。

龙华山寺寓居十首(其十)

南宋·王之望

水乡经月雨,潮海暮春天。芒种嗟无日,来牟失有年。人多蓬菜色,村或断炊烟。谁谓山中乐,忧来百虑煎。

晒太阳晒出癌前病变?

80岁老李爱钓鱼,半年前摸到太阳穴有块粗糙皮肤,不疼不痒。皮肤科医生诊断:日光性角化病——一种癌前病变,恶变率5%至10%。

这是长期日晒导致的皮肤损伤:正常皮肤→日光性角化→皮肤鳞状细胞癌。长期户外工作者、渔民、农民等高发。

自查三步:一看部位(额头、面颊、鼻梁等曝光处);二看颜色(淡红、肤色,边界不清);三摸表面(粗糙如砂纸,角化层抠不下来,硬抠会出血)。若出现反复破溃出血、短期迅速增大、颜色突然加深,必须立刻就医。

治疗方式:浅表用咪喹莫特乳膏,单发用液氮冷冻,多发可选光动力,可疑恶变需手术切除。

核心预防是防晒。帽子、遮阳伞效果优于防晒霜。光敏体质者少吃芹菜、柠檬等光敏食物,多吃富含β-胡萝卜素的深色蔬菜。