大寒：坚冰深处春水生

时光流淌不息，转眼之间，二十四节气到了最后一站。今天我们将迎来大寒。

大寒，是 24 节气中的最后一个。大寒季节，寒潮频频南下，也是中国部分地区一年中最冷的时期。

大寒节气的由来

大寒是二十四节气中的最后一个，在每年 1 月 20 日前后。大寒时，太阳到达黄经 300°。《月令七十二候集解》：“十二月中，解见前（小寒）。”《授时通考·天时》引《三礼义宗》：“大寒为中者，上形于小寒，故谓之大……寒气之逆极，故谓大寒。”这时寒潮南下频繁，是我国大部分地区一年中的最冷时期，风大，低温，地面积雪不化，呈现出冰天雪地、天寒地冻的严寒景象。

我国古代将大寒分为三候：“一候鸡乳；二候征鸟厉疾；三候水泽腹坚。”就是说到大寒节气便可以孵小鸡了；而鹰隼之类的征鸟，却正处于捕食能力极强的状态中，盘旋于空中到处寻找食物，以补充身体的能量抵御严寒；在一年的最后五天内，水域中的冰一直冻到水中央，且最结实、最厚。

这个时期，铁路、邮电、石油、海上运输等部门要特别注意及早采取预防大风降温、大雪等灾害性天气的措施。农业上要加强牲畜和越冬作物的防寒防冻。

大寒时节的天气

大寒节气，大气环流比较稳定，环流调整周期大约为 20 天左右。此种环流调整时，常出现大范围雨雪天气和大风降温。当东经 80°以西为长波脊，东亚为沿海大槽，我国受西北风气流控制及不断补充的冷空气影响便会出现持续低温。

同小寒一样，大寒也是表示天气寒冷程度的节气。近代气象观测记录虽然表明，在我国部分地区，大寒不如小寒冷，但是，在某些年份和沿海少数地方，全年最低气温仍然会出现在大寒节气内。所以，应继续做好农作物防寒，特别应注意保护牲畜安全过冬。

小寒、大寒是一年中雨水最少的时段。常年大寒节气，我国南方大部分地区雨量仅较前期略有增加，华南大部分地区为 5~10 毫米，西北高原山地一般只有 1~5 毫米。华南冬干，越冬作物的这段时间耗水量较小，农田水分供求矛盾一般并不突出。不过“苦寒勿怨天雨雪，雪来遗到明年麦”。在雨雪稀少的情况下，不同地区按照不同的耕作习惯和条件，适时浇灌，对小春作物生长无疑是大有好处的。

大寒的风俗习惯

按我国的风俗，特别是在农村，每到大寒节，人们便开始忙着除旧布新，腌制年肴，准备年货。在大寒至立春这段时间，有很多重要的民俗和节庆。如尾牙祭、祭灶等。都知道只要大寒这个节气一到就是奔春节，为什么，因为下一个节气是立春，应该划分在另一个年头，但是立春往往出现两种情况，一种是在年前立春，一种是在年后立春，所以大寒是春节前的最后一个节气，一般都这么认为，所以叫大寒迎年。

在这样的节气中，除顺应节气干农活外，还要为过年奔波——赶年集、买年货，写春联，准备各种祭祀供品，扫尘洁物，除旧布新，准备年货，腌制各种腊肠、腊肉，或煎炸烹制鸡鸭鱼肉等各种年肴。同时祭祀祖先及各种神灵，祈求来年风调雨顺。旧时大寒时节的街上还常有人们争相购买芝麻秸的影子。因为“芝麻开花节节高”，除夕夜，人们将芝麻秸洒在行走之外的路上，供孩童踩碎，谐音吉祥意“踩岁”，同时以“碎”“岁”谐音寓意“岁岁平安”，讨得新年好口彩。这也使得大寒驱凶迎祥的节日意味更加浓厚。

年货

润饼

尾牙源自于拜土地公做“牙”的习俗。所谓二月二为头牙，以后每逢初二和十六都要做“牙”，到了农历十二月十六日正好是尾牙。尾牙同二月二一样有春饼（南方叫润饼）吃，这一天买卖人要设宴，白斩鸡为宴席上不可缺的一道菜。据说鸡头朝谁，就表示老板明年要解雇谁。因此现在有些老板一般将鸡头朝向自己，以使员工们能放心地享用佳肴，回家后也能过个安稳年。

广东佛山民间有大寒节瓦锅蒸煮糯米饭的习俗，糯米味甘，性温，比普通大米含糖分高，食之具有御寒滋补功效。而富贵人家在大寒饮食上的讲究更加细致。因大寒与立春相交接，所以大寒进补的食物量逐渐减少，多添加些具有升散性质的食物，以适应将来春天万物的升发。

（综合整理自二十四节气网、搜狐网等）

诗词中的大寒

《苦寒吟》
【唐】孟郊

天寒色青苍，北风叫枯桑。
厚冰无裂文，短日有冷光。
敲石不得火，壮阴正夺阳。
调苦竟何言，冻吟成此章。

《村居苦寒》
【唐】白居易

八年十二月，五日雪纷纷。
竹柏皆冻死，况彼无衣民。
回观村闾间，十室八九贫。
北风利如剑，布絮不蔽身。
唯烧蒿棘火，愁坐夜待晨。
乃知大寒岁，农者尤苦辛。
顾我当此日，草堂深掩门。
褐裘覆▮被，坐卧有馀温。
幸免饥冻苦，又无垄亩勤。
念彼深可愧，自问是何人。

《大寒吟》
【宋】邵雍

旧雪未及消，新雪又拥户。
阶前冻银床，檐头冰钟乳。
清日无光辉，烈风正号怒。
人口各有舌，言语不能吐。

《大寒出江陵西门》
【宋】陆游

平明羸马出西门，淡日寒云久吐吞。
醉面冲风惊易醒，重裘藏手取微温。
纷纷狐兔投深莽，点点牛羊散远村。
不为山川多感慨，岁穷游子自消魂。

《元沙院》
【宋】曾巩

升山南下一峰高，上尽层轩未厌劳。
际海烟云常惨淡，大寒松竹更萧骚。
经台日永销香篆，谈席风生落麈毛。
我亦有心从自得，琉璃瓶水照秋毫。