

节气里的中国

立秋:夏色收 秋声动

今年8月7日为立秋,这是二十四节气中的第十三个节气,也是秋季的第一个节气。从立秋开始,阳气渐收,万物内敛,开始从繁茂成长趋向成熟结果。

古人将立秋分为三候:“一候凉风至,二候白露生,三候寒蝉鸣”。事实上,立秋并不代表酷热天气的结束。俗话说:“热在三伏”,立秋往往还处在中伏,要真正感受到秋高气爽,我国大多数地区要等到白露前后。“秋后一伏”,这一段时间还是比较“难熬”的,对农民和农业来说也是宝贵的。

俗话说:“晚立秋,热死牛”。今年是晚立秋,虎年可能会遇见“秋老虎”,怕热的人自然更喜欢“早立秋,凉飕飕”。但对农事而言,却是“七月立秋样样收,六月立秋样样丢”。因为如果农历七月立秋,夏收作物和秋收作物都有足够的生长时间和热量,长势好、产量高;如果立秋在农历六月,就是早立秋,天气很快要变凉,作物生长时间和热量都不充足,长势和产量会受影响。

“立”,就是开始;“秋”,就是禾熟。立

秋首先意味着庄稼开始结果孕籽,从南方到北方,中稻开花结实、大豆结荚、玉米抽雄吐丝、棉花结铃、甘薯迅速膨大。所以立秋之后,田间作物对水分要求迫切,农谚说“立秋三场雨,秕稻变成米”。

每一句农谚背后,都蕴含着千百年来中国人对农业知识和自然规律的深刻认识。“棉花立了秋,高矮一齐揪”,就是说立秋时节,棉花及时打顶、整枝,去老叶、抹赘芽,可以减少烂铃落铃,促丰收;“七挖金,八挖银”,说的是立秋前要赶紧锄草、翻土,这样立秋以后杂草就不能生

根了,秋挖可以“斩草除根”,疏松土壤,蓄水保墒。

说起立秋养生,民间有“立秋”这天“贴秋膘”“咬秋”等习俗。秋季适宜人体进补,立秋后一段时间内暑气仍盛,湿度也很大,人们会有闷热潮湿的感觉,再加上夏季因为苦夏或过食冷饮,多有脾胃功能减弱的现象,因此初秋进补宜清补而不宜过于油腻,宜食清热健脾、利湿润燥、滋阴润肺的食物,如银耳、百合、香蕉、梨等。

新华社北京8月7日电



绽放

在河南省驻马店市,公园里的荷花依然绽放。

8月7日是立秋节气。立秋是秋季的第一个节气,但此时多地依然炎热,宜注意防暑降温。新华社发

立秋说“秋”

新华社南京8月7日电 “一候凉风至,二候白露降,三候寒蝉鸣。”8月7日迎来立秋节气。立秋是秋天的第一个节气,它的到来是否意味着入秋?“晒秋”“咬秋”指的是什么?气象、农业专家为您立秋说“秋”。

南京信息工程大学应用气象学院副教授江晓东说,立秋虽然是秋天的第一个节气,但对我国内大部分地区来讲,此时气象学意义上的秋季还未到来。立秋时节通常在“三伏天”里的中伏期间到来,是仅次于小暑、大暑的第三热节气。

“立秋时节,我国大多数地区仍处夏季,天气依然很热。此时也是台风活跃时期,多发暴雨等灾害性天气。”江晓东说。

《月令七十二候集解》有“秋,揫也,物于此而揫敛也”的记载。江苏省农业科学院蔬菜研究所研究员羊杏平解释,立秋的“立”有开始之意,“揫敛”是收敛的意思,即此时农作物开始成熟。

“立秋时节是中稻、玉米、大豆、棉花等作物开花结实的阶段,需水量大,充足的雨水可以为丰产奠定基础。所以民间有‘立秋雨淋淋,遍地生黄金’‘立秋三场雨,秕稻变成米’等俗语。”羊杏平介绍说。

立秋不仅是重要的节气,还是我国重要的岁时节日。民间有立秋这天“晒秋”“咬秋”“贴秋膘”等习俗。

“晒秋”指的是我国一些地区农民利用自家窗台、屋顶等晾晒农作物以便贮藏的一种传统农俗。

“咬秋”也叫“啃秋”,是指在立秋日多吃西瓜,以求解暑防燥。

“人们一般还会选择在立秋日吃肉,意在‘以肉补膘’。”羊杏平解释说,但从营养学的角度讲,“贴秋膘”不一定非得吃肉,尤其不适合肥胖超重或患有高血压、高血脂的人,建议多吃绿叶菜、薯类、馒头、酸奶等发酵类的食物,少吃肉类。普通人群“贴秋膘”也要适量,不宜暴饮暴食。

立秋话农耕 劳者歌其事

2022年8月7日20点28分57秒,农历七月初十,立秋。

作为秋季的第一个节气,立秋的“立”即开始,“秋”乃禾熟,对于农业生产而言,意义重大。今年是“晚立秋”,让人们对农业丰收有更多期待。

作为华夏先民的伟大创造,指导农事的重要工具,节气以“农夫心里似汤煮”的农业生产为中心,而非以“王子公孙把扇摇”的闲适生活为中心。

农谚有云:“七月立秋样样收,六月立秋样样丢”“早立秋,满山丢”“早立秋,灰溜溜”。因为如果农历七月“晚立秋”,不管夏收作物还是秋收作物,都有足够的生长时间和热量,长势好、产量高;而如果是农历六月“早立秋”,天气很快转凉,作物生长时间和热量不充足,长势受影响,产量跟不上。品读这些农谚,可以体味其中饱含的中华农耕文明“顺天时、讲地利、重人和”的大智慧。

烈日酷暑,汗滴禾下,农事尤其辛苦,正应了《春秋公羊传》中的名句——“劳者歌其事”“秋后一伏”,对谁来说都难熬,但对农民和农业来说却十分宝贵。立秋是秋季的开端,意味着庄稼开始结果孕籽,从南方到北方,立秋前后是“双抢”大忙季节。从拖拉机到无人机,虽然越来越多现

代工具取代了“面朝黄土背朝天”的人力,但四季流转不会变,这方水土不会变,现代农业生产仍浸润着农业生产的无数汗水和心血,仍然暗合着春种秋收的自然规律。

在迫切需要“让中国人的饭碗牢牢端在自己手中”的当下,我们更要在立秋之际,表达对辛勤耕耘在农业战线的万千劳动者的敬意和礼赞。

习近平总书记指出,我国农耕文明源远流长、博大精深,是中华优秀传统文化的根。传统农事节气是我国农耕文明的重要组成部分,蕴含着千百年来中国人对生产规律、自然规律的深刻认识,具有科学的内涵和丰富的文化价值。认识立秋,感受立秋,体验立秋,就是触摸农耕文明的根须,从生生不息、春华秋实的文化之根获取永不枯竭的动力。

“云天收夏色,木叶动秋声。”从古至今,中国人都十分重视立秋,因为这是通往金黄丰收季节的开端。从立秋开始,“秋处白露寒霜降”,从中国农民丰收节到中秋节,每一个节气节庆,都承载着“共说此年丰”“粮稳天下安”的美好希冀,都是穿越时空贯通古今、对中华农耕文明和劳动人民的一曲赞歌。

新华社北京8月7日电

北京新增新冠肺炎本土感染者2例

新华社北京8月7日电(记者罗鑫)在7日举行的北京市新型冠状病毒肺炎疫情防控工作新闻发布会上,北京市疾病预防控制中心副主任刘晓峰介绍,8月7日0时至15时,北京新增2例本土新冠肺炎病毒感染者,已转至定点医院隔离治疗,相关风险点位及人员已管控落位。

据介绍,感染者1和感染者2共同居住,均为隔离观察人员,现住石景山区。感染者1于8月3日自驾车抵京,抵京当日进行常态化核酸检测,报告结果为阴性,8月4日出现头痛、咽痛等症状,8月5日健康宝弹窗后向社区报告,两人进行居家隔离。8月6日感染者2出现咽干、发热等症状,社区上门为两人进行核酸检测,8月7日报告结果为阳性,当日诊断为确诊病例,临床分型均为轻型。

刘晓峰说,当前,国内疫情多点散发,正值暑假期间,外出旅游人员较多,人员流动性、聚集性增加,输入性疫情是本市疫情防控的最大风险,各单位、部门、行业要压实“四方责任”,切实履行主体责任,严格落实风险人员排查落位等各项防控措施,督促风险人员主动向社区报告,落实社区防疫要求。

刘晓峰表示,请7月23日以来有海南省旅居史,近期到访过内蒙古自治区包头市、鄂尔多斯市、乌兰察布市、锡林郭勒盟、乌海市和其他风险地区人员,接到短信、健康宝弹窗提示人员,与病例活动轨迹有交集的人员,立即主动向社区、单位、宾馆等报告,配合做好集中隔离、居家隔离、健康监测、核酸检测等各项防控措施。

国家卫健委

8月6日新增本土病例337例

据新华社北京8月7日电 国家卫生健康委员会8月7日通报,8月6日0—24时,31个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团报告新增确诊病例390例。其中境外输入病例53例(广东19例,北京10例,福建8例,山东4例,四川4例,上海3例,江苏2例,黑龙江1例,浙江1例,重庆1例),含6例由无症状感染者转为确诊病例(山东2例,广东2例,浙江1例,福建1例);本土病例337例(海南297例,内蒙古12例,广东12例,重庆5例,浙江3例,广西3例,北京1例,江苏1例,河南1例,湖南1例,贵州1例),含29例由无症状感染者转为确诊病例(海南26例,北京1例,浙江1例,贵州1例)。无新增死亡病例。无新增疑似病例。

31个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团报告新增无症状感染者478例,其中境外输入79例,本土399例(海南186例,浙江69例,新疆52例,河南30例,广西19例,兵团8例,甘肃7例,河北5例,广东5例,内蒙古4例,山东4例,湖南3例,吉林2例,重庆2例,四川2例,贵州1例)。

累计收到港澳台地区通报确诊病例5077697例。其中,香港特别行政区360087例(出院68847例,死亡9535例),澳门特别行政区791例(出院777例,死亡6例),台湾地区4716819例(出院13742例,死亡9187例)。