

时近“夏至”，夏至是中国历史上最早测定出的二十四节令之一，也是中国的传统节日之一，谓之“夏至节”。老北京民间有“冬至馄饨夏至面”之说，其实，吃面只是夏至时比较典型的风俗，此外还有其他一些民俗习惯。今天就和大家聊聊老北京夏至时节有哪些民俗文化……

话说老北京夏至民俗文化

主讲人：户力平 文/图

吃夏至面

据清代《帝京岁时纪胜》载：“夏至，京师于是日家家俱食冷淘面，即俗说过水面是也，乃都门之美品。”夏至因何要吃面条？说法较多。一说夏至前后是麦子丰收、新面上市之时，古人以面食敬神，庆祝丰收；二说夏至新麦入厨，食面有尝（常）新之意；三说古人视农历五月为“恶月”，吃热面有“驱邪”之意；四说面条呈长条状，人于夏日，不胜溽热，易发疾病，谓之“苦夏”，吃面条寓意天长日久、长命百岁。

老北京人对面食情有独钟，盛夏时节吃得最多的是面条。特别是喜欢吃过水面，因为这种面清爽利落。所谓过水面，是把煮熟的热面直接放入冷水中过一下，在没有自来水的年代，人们多将热面放入刚刚从井里打上来的凉水中，用笊篱搅上几下就捞到碗里。由于面是凉的，再放上些黄瓜丝、扁豆丝、煮黄豆等菜码，然后浇上调稀了的芝麻酱，再配上点青蒜，捧着一碗凉丝丝的过水面，心中的燥热先去了一半。

北京人在夏天还喜欢吃余儿面，利落、爽口。如西红柿余儿、茄子余儿和豇豆余儿。尤其是西红柿余儿，做法既简单，吃着又顺口。其做法是把刚买的西红柿切成菱形块儿，然后放入焯过油的锅里，待水开了后，打入已搅好的鸡蛋，再放上盐、味精等调味品，等锅再开了勾一点芡就算熟了。煮熟的面条一般不过水，直接捞到碗里，浇上西红柿余儿后就能吃了，其味清淡，略带酸味儿，吃上两碗也不觉得撑得慌。

扁豆焖面也是夏天老北京人比较喜欢吃的面食，做法是将扁豆切成细丝（或掰成段）与肉丝一起在锅里煸，并多放些葱蒜，稍稍一炒就行了。手擀面条时在面片儿的折叠间轻轻地刷上一层油，切好面条后码在蒸锅里，一层面一层菜，薄薄地码上三层即可，然后点大点儿的火蒸熟。出锅时将菜和面搅拌均匀，浇上些醋蒜汁，味道醇厚别有风味。

品尝鲜果

在没有反季节水果及南方果品未大量行销于北方的年代，北京地区自产的露地水果一般要到夏至前后才成熟，如杏儿、樱桃、桑葚、西瓜等。老北京人吃什么都讲究吃个新鲜，尤其是水果，那些刚上市的各种果品鲜嫩而水灵，吃起来别有风味，所以过去到了夏至新鲜水果刚一上市，许多人家都要买上几斤，尝尝鲜儿。

六月中旬西瓜开始上市，京城的

大街小巷便出现卖西瓜的，有挑着担子卖的，也有推着车卖的，胡同口多设有瓜摊儿，价钱也比较便宜。人们将西瓜买回家后一般先不吃，而是用水桶或大盆将西瓜泡上，俗称凉水镇西瓜，也有讲究的人，找来些冰块儿，将西瓜镇上，俗称“冰镇西瓜”。等镇上个把小时再切开，一家人围着桌子敞开着吃。如果是院子里住着两三户，常常是在晚上，大小十几口人围在桌前，切开几个西瓜，一边聊着天，一边吃着西瓜，使小小的四合院里充满了欢乐祥和的气氛。

香瓜又叫甜瓜，也是从六月中下旬开始上市，商贩们多从京郊运来，在胡同里叫卖。而果局子（水果店）里的水果品种最多，有蛤蟆酥、竹叶青、青皮脆、羊角蜜等，颜色有白、黄、绿，味道有脆、酥、面，许多老北京人都好吃一口儿。买回来的香瓜先用清水洗净，吃的时候一般不用刀切，讲究用手掰，一掰两半儿，香味便扑面而来，轻轻地吃上一口，香甜爽心，越吃越香。

蜜桃也是人们喜欢的夏至水果。以河北深州的水蜜桃和京郊盛产的五月鲜儿最受人们的青睐。桃是越老越好吃，北京人有句老话，叫“烂桃不烂胃”。过去胡同卖的桃特别便宜，多是论簸箕卖，块儿八毛的就能买上三四斤，一家人能吃上两天。特别是五月鲜儿，个儿大，离核儿，用手一掰就成两半儿，不但甘甜，而且水份大，吃着痛快。

熏驱蚊蝇

夏至以后，将是小暑和大暑，既是北京一年中最热的时候，也是蚊蝇最多最活跃的季节。在没有蚊香和驱蚊器、花露水的年代，为了防止蚊蝇的骚扰，人们便以点燃蒿草的方法驱赶蚊蝇。明代便有“童子拔蒿束之，置火于端，其烟勃郁，左麾右旋，绕床数匝，逐蚊出门”的记载。

过去老北京人出了城门不远就是荒地，特别是护城河边儿，长满了蒿草，一到夏至时节，人们就到城外去采些蒿草、艾草回来，然后编成草绳子，俗称“打火绳”。这打火绳也有讲究，一是不能编得太长，一般在三尺左右，以便每天使用一根；二是编得不能太粗、太紧，编得太粗太紧不易燃烧；三是要用刚采回的鲜蒿草打火绳，柔软易编。打好的火绳一般要放在房檐下晾半天儿，但绝不能晒干了。天擦黑儿的时候，蚊子刚一上来，便将火绳点着。火绳一般要放在一个破水盆里，这样燃烧后的炭灰，不会弄的满院子都是。由于火绳只有半干儿，带着潮气，点燃后，只是冒烟，

不见火苗，蚊子闻到蒿草的气味便逃之夭夭，很久不敢回来，人们便能踏踏实实地在院子里乘凉聊天。

此外，为了能安稳地睡个好觉，有的人还在睡觉前将门窗全打开，然后在屋里燃上一段火绳，把屋里的蚊子全都熏出去，然后关上门窗，这一夜就没有蚊子骚扰了。

早年间一到夏至时节，京城街巷中就有卖火绳的，多是城近郊的农民，打些火绳拿到城里，一边走一边叫卖：“火绳——熏蚊子！”直到二十世纪六七十年代，随着蚊香的广泛使用，火绳才逐渐减少，如今已难寻其踪。

送扇消暑

“夏至人头九，羽扇握在手”，夏日潮湿苦闷，在没有空调和电风扇的古代，能够带来阵阵凉意的只有扇子，所以早年间北京城有夏至赠送扇子的风俗。《辽史·礼志》中便有“夏至日谓之朝节，妇女进彩扇，以粉脂囊相赠遗”的记载。

明清时期夏至之日，京城的人文雅士有相互送扇子的雅俗，女人们也有互相赠送折扇、脂粉等物。《旧京杂记》称：“扇借以生风，为夏日消热避凶之佳物；粉脂以之涂抹，散体热所生浊气，防生痱子。”送扇子还有相互传递友善之意，因“扇”与“善”谐音，送扇子寓意为扇走势利小人，趋吉避凶。

老北京使用最广、最普及的是大芭蕉扇和折扇，可谓物美价廉。芭蕉扇其实并非芭蕉叶所制，而是用蒲葵的叶子做的，多来自南方的扇叶葵制成。

大蒲葵扇一般是一尺见圆，摇起来风特大、特凉爽，很受老北京人的欢迎。尤其从夏至开始，一天比一天热，手摇大蒲扇，不但能清热消暑，还可驱蚊，手臂不停地摇动扇子，也有利于身体健康。故有“扇子有风，拿在手中，有人来借，等到立冬”之民谣。

据《北京民俗文化》载：北京旧时的街市上有专营扇子的商铺，名为扇庄或纸扇庄。扇庄以销售纸扇为主，因其有季节性，所以又兼营纸张和文房四宝等，纸扇庄从而得名。扇庄一般都有专门供货的制扇作坊，或者是前店后厂，自产自销兼做批发。

祭祀神灵

夏至为麦收时节，自古以来有在此时庆祝丰收、祭祀祖先，以祈求消灾年丰的习俗。民间认为夏至时节阳气最旺盛，祭祀最为灵验。尽管这些民俗带有一定的唯心色彩，却反映出人们祈求祈福的朴素心理。

就北京地区而言，夏至祭祀也是老年间的习俗，通过祭神以祈求平安。因为按农历计算，夏至一到，这一年就过去一半了，如果上半年里遇有不顺和不幸的事儿，就希望下半年平平安安；如果上半年平安无事，就希望全年顺利，于是人们或到寺院、或在家中的佛龛前燃香祭神，以祈求事事如意，阖家平安。

老北京夏至祭祀颇有讲究。如家中有病人，且久治不愈，便到药王庙祭拜。早年间老北京内、外城有大小药王庙十多座，而京郊更多，但规模较小。除了农历四月二十八药王圣诞之日，人们前来祭祀外，便是夏至之时祭拜，祈求药王保佑家中病人早日康复。而商家在夏至时多拜财神，便前往财神庙、关帝庙上香。

京郊的农民主要是到龙王庙祭拜，如上半年少雨，便求龙王下半年多降甘霖，以助庄稼生长。如上半年多雨，便求龙王下半年少些降雨，以免发生水患。其实就是祈望龙王保佑，风调雨顺、五谷丰登。此外还有到青苗庙祭拜的。青苗神又称禾神，即民间为保佑稻米、小麦等农作物生长顺利而供奉的神灵。纪晓岚在《阅微草堂笔记》中称：“谓之青苗神。云常为田家驱鬼，此神出，则诸鬼各归其所，不敢散游于野矣。”因为水稻、玉米、高粱、谷子等庄稼多是下半年成熟，拜青苗神是祈望庄稼茁壮生长，免遭病虫害所害。当然，上述的这些祭祀神灵的方式已经不时兴了，随着生产力的发展，人们更多的利用科技力量改善境遇，这才是时代潮流。



主讲人介绍：

户力平 北京史地民俗学会会员。多年业余从事北京文史研究，特别是北京地名、风物、民俗及古村落研究，并在《北京日报》《北京晚报》《劳动午报》等报刊发稿千余篇。已出版《光阴里的老北京》《北京地铁站名掌故》《京西海淀说故》《香山传说》等。

本版邮箱：
zhoumolvyou@126.com