

小暑：盛夏的序章

□ 李霞

“小暑大暑，上蒸下煮”，这句流传已久的俗语，是人们对盛夏最直白的注解。每年7月6日至8日，小暑伴着热浪如约而至，作为二十四节气里的第十一个节气，它拉开了盛夏最浓烈的篇章。

小暑一到，天气越发炎热。清晨的阳光还带着几分含蓄，刹那间，明晃晃的烈日已毫无保留地倾泻而下，刺眼的光线铺天盖地。随着太阳渐渐升高，热浪裹挟着盛夏气息扑面而来，这是独属于小暑的浓郁与热烈。

正午时分，路面被晒得发烫，空气像团热气腾腾的棉絮，连平日里活蹦乱跳的麻雀，也躲在阴凉处。只有池塘里的荷花不惧暑热，顶着烈日肆意绽放，粉色、白色的花瓣在风中摇曳，为燥热的时节添了一抹难得的清凉。

“头伏饺子二伏面。”听老人说，因为小暑临近头伏，暑热易使人食欲不振，饺子馅料丰富，蘸醋食用，既能开胃降暑，又能饱口福，久而久之，小暑吃饺子便成了独特的习俗。鲜香的馅料裹进圆润的饺子皮，褶皱间包着对抗“苦夏”的慰藉，更是平凡日子里简单的幸福滋味。

有些地方至今保留着小暑吃莲藕的传统。在清晨的莲藕摊上，新采的莲藕带着荷塘的湿润与清凉。它们表皮光滑，白中透着微微的粉，宛如少女的玉臂。厨房里，人们将买来的新鲜莲藕切成薄片，与翠绿或鲜红的辣椒一同爆炒，清脆的声音在锅中奏响，不过片刻，一盘色香味俱全的炝炒藕片便新鲜出炉。咬上一口，脆嫩清甜，暑气仿佛瞬间消散无踪。或者将莲藕与排骨一同煨炖，撒上几粒枸杞，小

火慢熬，让时间慢慢将食材的精华融合。当揭开锅盖的那一刻，香气四溢，汤色乳白，藕块软糯。在炎热的夏日里，喝一碗藕汤，便是最温柔的清凉。

记忆中，每逢小暑前后，村里人就忙着“晒伏”。太阳刚攀上屋檐，老人们便搬出竹匾，年轻人搬出箱子，棉被、棉衣被一样一样翻出来，铺满整个庭院。正午骄阳似火，天地如同蒸笼。此时，放眼望去，家家户户门前的箱子，长条板凳上，竹匾里，晾衣绳上，五颜六色的衣物随风轻曳，像是跳动的音符。若是谁家翻出了泛黄的老照片，或祖传的古籍、字画，也会小心翼翼地在阳光下舒展。老人们摇着蒲扇，坐在竹椅上，一边照看着晾晒的物品，一边讲述着过去的故事。阳光不仅晒干了衣物和书籍，也晒出了岁月的痕迹，更晒出了人们对生活的热爱与珍惜。那一张张布满皱纹的脸上，洋溢着

满足的笑容，仿佛在这炽热的阳光下，所有的烦恼都能被蒸发殆尽。

午后，蝉鸣声愈发激昂，仿佛在为小暑的到来欢呼。阳光透过层层叠叠的树叶，在地上织就斑驳的光影，每一缕都带着滚烫的温度。树下，竹床早已被擦得锃亮，刚从井里拎上来的西瓜带着水珠，“咔嚓”一声切开，红瓤黑籽透着沁凉。孩子们捧着瓜块吃得满脸汁水，跑跳着躲进房间，却把笑声留在了发烫的庭院里。

小暑，是盛夏的序章，它带着热烈与奔放，带着古老的民俗与浓浓的烟火气缓缓走来。在这个充满诗意的节气里，我们不仅能感受到大自然的魅力，更能感受到传统文化的温度。那些传承千年的风俗，如同闪烁的星光，照亮我们的生活，也让我们在岁月的长河中，找到心灵的寄托与慰藉。

小暑，是夏季的第五个节气。《月令七十二候集解》中记载：“暑，热也。就热之中分为大

小暑神清夏日长

□ 朱红阳

“倏忽温风至，因循小暑来。”时光如徐徐展开的画卷，不经意间，已翻至小暑时节。

小暑，是夏季的第五个节气。《月令七十二候集解》中记载：“暑，热也。就热之中分为大

诗林漫步

攀 登

□ 白卫民

藤蔓触须昂头探索
犹如竖起的一根天线
再炎热的天
也难以阻挡它的脚步
低头匍匐顺着树干攀援
用坚强丈量树木的年轮和顶端
昂首沿着围墙攀登
砖缝里将向上攀登的密语写满

不惧风雨，伸出触须
借势，攀住向上的阶梯
相互搀扶，相互缠绵
登上属于自己的平台、峰巅
高举金色的喇叭，朝天歌唱
把青涩灌满向上的力量

总把自己绽放成灿烂的花朵
阳光催促慢慢枯萎、蜕变
终将果实挂在藤蔓
长长的丝瓜，叶下荡着悠闲
等候秋天来收获

那藤蔓
一头扎根于地
一头伸进云天
为了秋的收获，无怨无悔
经受盛夏的考验

夏日荷花

□ 李磊

这片池塘的淤泥深知我的底细
在每个夜晚到来前
我将长满苔藓的躯干
潜入夜的镜中，对着星星洗漱
我深深爱着这温润的土壤

我追逐夏天的太阳
渴望雨中的蜻蜓
我努力地盛放
把露珠、月光和镜子里的倒影
都揉进蓬勃的向往
因为我眷恋着自己扎根的地方

菜园即景

□ 郭俊岭

晓露初停，翠色方盈
踏新泥，垄间徐行
汗滴如珠，点豆分秧
种一畦风，一畦月，一畦星
莫问枯荣，但守心清
任浮名，散作烟轻
袖沾泥淖，襟满风馨
采瓜儿脆，茄儿紫，豆儿青

小月初为小，月中为大，今则热气犹小也。”小暑的到来，意味着天气越来越炎热，但酷热的程度仍然未达到极致。小暑虽不是一年之中最热的时节，但此时临近初伏，空气里满是化不开的湿意，热得黏人，让呼吸都添了几分沉淀。

俗话说：“小暑大暑，上蒸下煮。”高温湿热天气，让人如身处蒸笼，闷得透不过气。所以，避暑纳凉，便成了小暑时节最当紧的事情。

“夜热依然午热同，开门小立月明中。竹深树密虫鸣处，时有微凉不是风。”小暑时节，

酷热难当，就连蟋蟀都离开了田野，跑到庭院的墙角之下躲避暑热。此时，虫鸣声此起彼伏，不绝于耳。夜晚的闷热，让人难以入睡，与其辗转反侧，不如起身去庭院之中，寻觅一抹自然间的清凉之意。月亮高悬，蟋蟀藏于草丛之中，“啾啾”地鸣叫着。那一声声浅吟低唱，仿佛生命的回响，平静又充满力量。生活虽有烦闷焦躁，但也会给予我们一些欢喜。繁盛浓密的枝叶，月下婆娑的竹影，还有那耳边的虫鸣，便是夏夜里最好的馈赠。

“何以销烦暑，端居一院中。眼前无长物，

唯有手中扇，把蒲葵扇得清凉。”小暑到来，骄阳似火，暑气蒸腾，万物浮躁。为了避暑，人们总是会想尽各种办法。俗话说心静自然凉，当一颗心平静下来时，好似有凉风而至吹拂着自己，便也不再觉得燥热与烦闷。清晨，读一本闲书，用文字慰藉躁动的内心。午后，泡一盏清茶，感受人生的甘苦与共。漫漫炎夏，静下心来，才能体味到日常的美好，消解季节的暑热。

“薰风愠解引新凉，小暑神清夏日长。”小暑至，夏伏始，让我们跟随节气的脚步，欣赏季节独特的风景，感受生活的欢喜与清凉。

致七月

□ 郑显发

七月，你是盛夏的使者
携着炽热的阳光，款款而来
你用金色的画笔
在大地的画卷上尽情挥洒
绘出一片片翠绿
点缀朵朵娇艳的花

你带来了蝉鸣的交响乐
那高亢激昂的旋律
在枝头回荡，响彻云霄
诉说着对生命的热爱

七月的夜晚，星空璀璨
繁星点点，如钻石般闪耀
微风拂过，带来阵阵清凉
蛙声阵阵，伴着虫鸣
奏响一曲美妙的夜曲

七月，你是热情的，是奔放的
你用热情点燃了大地
用奔放诠释着生命的活力
我爱你，七月，爱你的炽热，爱你的美丽
愿在这美好的七月，留下我青春的足迹

心灵吟唱

故乡的夏

□ 郝兴燕

当麦浪开始泛黄
整个村庄便浮在热浪里
晒场上的谷粒跳着圆舞
把阳光碾成金粉

午后，溪水变得慵懒
托着柳枝的影子打盹
我们赤脚踩过鹅卵石
数着游过指缝的鱼群

暮色四合时
炊烟爬上老槐树
把天空熏成淡蓝色
那年打翻的西瓜
只有井台记得

后来每个蝉鸣的午后
风经过晒烫的瓦檐
总会带回一片云
那是母亲晾晒的棉被里
飘出的半朵带着皂角香的梦

夏月如琴

□ 谢春芳

天边最后一抹晚霞隐去时
月光就支起了她的竖琴
琴弦悬在树梢、屋檐和草尖
像母亲晾晒的银丝，泛着柔光

老槐树摇着斑驳的影子
听风把月光的琴弦轻拨
每一声颤动都裹着露水
滴落在沉睡的蒲公英上

竹篱笆斜倚着夜的寂静
牵牛花攀着琴弦悄悄生长
那些弯弯绕绕的藤蔓
是月光写下的无声乐谱

当晨光爬上琴弦
昨夜的音符化作晨雾飘散
可我知道，在记忆的角落
月光的琴声永远轻轻流淌

出水芙蓉

□ 黄欢

是谁
在一河清库里，点了一把火
那如烛火一样的花
端坐在湖中央，绽放着
不染尘烟的绝美之姿
微风轻轻拂过
绿色的裙摆，嫩细的腰身
那淡淡的荷香
便弥漫进了整个夏日

摘一片荷叶作伞
顶一身清香，披满袖清凉
划一叶小舟
惊动了满湖波光

在碧水中摇曳，向蓝天起舞
将一望无际的水上焰火
瞬间点燃
明亮你的幸福，璀璨你的青春



谈古论今

□ 廉彩红

趣话古人消夏

避暑之会”陶渊明笔下“蔼蔼堂前林，中夏贮清阴”，一个“贮”字妙绝，仿佛“清阴”是可掬、可留的活水，被堂前林木温柔地积蓄，足以驱散整个盛夏的闷热。

智慧的先民早已懂得以冰降温。《周礼·天官》郑重记下“凌人”之职，专司“掌冰，正岁十有二月，令斩冰，三其凌”。寒冬凿取坚冰，深藏于冰窖，覆盖以厚厚的稻草与泥土，待来年酷暑时开启。这并非帝王独享，市井百姓亦用冰块降温。《东京梦华录》载，汴梁盛夏时节，坊巷间“皆用青布伞，当街列床凳，堆垛冰雪”，冰镇着“雪泡梅花酒”“凉水荔枝膏”等物，寻常百姓亦能享清凉一夏。

富贵人家则借绿意消暑。《开元天宝遗事》记唐时长安贵胄，“每至暑伏中，各于林亭内植画柱，以锦绮结为凉棚。设坐具……为

清涼。《庄子·逍遙游》更以哲思超越寒暑：“大浸稽天而不溺，大旱金石流，土山焦而不热。”当心灵达到逍遙之境，外在的酷烈便如幻影，失去灼人的力量。此等心静自然凉，非是无奈的安慰，而是勘破物象后获得的精神自在。

古人的夏日，是冰鉴里镇着的寒瓜，是竹林间斑驳的光影，是团扇底摇动的流云，更是心湖上不起波澜的寂然。典籍如舟，载我溯流而上，恍见千年光阴深处，那些倚杖听蝉、临流赋诗的身影。他们或摇扇于竹榻，或啜冰于市井，种种行止，皆是与天地共呼吸的清凉诗篇。

掩卷沉思，窗外蝉声如沸。墙角立式空调低音运行，阵阵凉风虽驱肌体之热，然欲得心底那份悠远宁静，恐仍需向泛黄的册页深处，向那“心远地自偏”的澄明境界，解码古人消夏的秘籍，获得真正的清凉。

遇见夏天

在荷叶上“叮咚”地唱。睡眼惺忪的蛙被惊醒，“呱呱”着加入这场即兴合唱，把夏日的躁与静，谱成磅礴乐章。待到暮色四合，虫吟便从草丛、墙角、石缝里漫出来，织成一张柔软的网，轻轻兜住夜市的烟火——烤串在炭火上“滋滋”冒油，冰粉勺碰着瓷碗“叮当”作响，人们的欢笑声漫过街角，混着蝉鸣的余韵，把夏夜熬成温热的甜汤。

夏天的触觉，是直抵人心的鲜活。清晨阳光照在皮肤上，暖得发痒，催着人从慵懒里起身。正午握块冰镇西瓜，凉意从指尖漫到心口，红瓢脆响、甜汁溅喉，暑气一下子就散了。傍晚的风吹过汗湿的后背，痒酥酥地卷走燥热，留下说不出的畅快。若遇暴雨，光脚

踩进积水，凉意顺着脚趾钻上来，仰头任雨水浇脸，发丝贴额、浑身湿透，酣畅得像与夏天完成一场秘密约定。

爱上夏天，爱它的热烈坦诚。它不似春日含蓄、秋日内敛、冬日深沉，偏把炽热、率性、生机一股脑摊开。在夏天，野草从砖缝钻出，荷花在污泥里绽放，我们穿着短裤背心满街跑，任汗水滑落，把拘束抛开。夏天教我懂得，生命本该这般热烈——不必藏掖，无需迟疑，要像蝉鸣、像骤雨、像盛放的荷花，把所有力量，都泼洒在阳光下。

夏天啊，是生命的狂欢，是时光的馈赠。它用炽热点燃我的热情，我甘愿沉醉在夏日长梦里，看阳光灿烂，听蝉鸣悠悠。

太行

题字
方玉杰