

立秋后为何还要设“末伏”

今天是二十四节气中的“立秋”节气，老话说“立了秋，凉飕飕”，意味着炎热的夏季即将离去。立秋乃秋季之始，古人为什么把一年中的第三个季节称为“秋”？殷墟甲骨卜辞中的“秋”字为什么大多都是“虫”的形状？“愁”字和秋天有什么关系？中医为何把抑郁症称为“秋悲”？

壹

最早的秋字怎么写

《殷墟文字记》：“卜辞假借为秋”

“秋”与“春”一样，是古人最早定义出的季节，从河南安阳殷墟甲骨卜辞中，已发现了最早的“秋”字。徐中舒主编的《甲骨文字典》有“秋”字释读，被认为是“秋”或疑似“秋”的甲骨文超过三十个。

对于这些“秋”字，学术界争议很大，有文字学家释为“夏”字或是其他字，但认为这是一种虫的形象则基本上无异议。不过具体到是指夏虫还是秋虫又有分歧，有蝉、蟋蟀、螳螂、蝴蝶、鳖虫、蜗牛、翟鸟等多种说法。古文字学家唐兰的观点最有代表性，他在《殷墟文字记》中称，这类可能是水虫之一，“卜辞假借为秋”。

在被释为“秋”字的前提之下，有学者就此引申认为“秋”之所以念qiū音，可能就是从秋虫的“啾啾”声音转来的。如果真属秋虫，释为“秋”自然有道理，再释为“夏”便不妥，反之亦然。可问题是有的虫夏秋皆有，而且都有突出的表现。如鸣蝉，夏至时已出现，“蝉始鸣”为夏至三候之一，而秋天也有鸣蝉，即所谓“寒蝉”，比夏天鸣得更更有特点；同样的，蟋蟀为小暑三候之一的“蟋蟀居宇”，但蟋蟀在秋天更活跃，到阴历十月方“入我床下”（《诗经·豳风》之《七月》）。所以，释“秋”与释“夏”都有一定道理，夏秋难分。

第二类是上下结构的“秋”字。相对来说，这种上下结构的“秋”字争议较少。为什么加了“火”就是“秋”？有一种观点是，虫下面加（火），秋意更浓；秋天草木枯黄，野火四起，这是高温多雨的夏季所不具有的特点。

“秋”字定型并趋于现代字方向是在先秦古文（籀文）时代。此时的“秋”字与甲骨文变化很大，出现了“禾”，“虫”异化成了“龜”。仅《康熙字典》上收入的古秋字便有五种。如此写法比甲骨文还难懂，用“禾”来代表秋天还好理解，清文字学家段玉裁《说文解字注》称：“其时万物皆老，而莫贵于禾谷，故从禾。”可用“龜”替“虫”什么意思？龜即简化字“龟”，古音qiū，原来是利用龜的读音，故东汉许慎《说文解字》释“秋”字时称：“从禾，龟省声”。

贰

“秋”与“灸”“焮”是什么关系

《说文解字》：“秋，禾谷熟也。从禾，龟省声”

可能因“龜”太不好写了，在古字简化过程中，干脆把“龜”省去了，只取“禾”与“火”，《说文解字》中的秋即写作“焮”。省了“龜”以后，秋字不仅好写了，且意思更明确。但如何安排“禾”与“火”？

最初写作“灸”，保持了甲骨文上下结构，“火”放在下。后又易上下结构为左右结构，“火”旁加“禾”成了“焮”，“禾”是主体。考古中发现的古陶文上，“秋”便写作。再后来又变成了“禾”旁“火”，即“秋”，“火”是主体，这就是现代秋字的写法。

“焮”与“秋”哪种结构更合理？“禾”代表庄稼，“火”象征庄稼成熟，“秋”是“庄稼成熟了”；“焮”则是“成熟了庄稼”，意思似乎差不多。但我觉得“禾”旁之秋比“火”旁边之焮要好一些，因为“成熟”才是秋的主要含义和特征所在，《释名·释天》即称：“秋，緡(qiū)也。緡迫品物，使时成也。”南宋理学家陈澧解释得更直接：“秋者，百谷成熟之期。”

从“秋”的形成和变化过程可以发现，古人在“定天下，分四时”之时把庄稼成熟的季节命名为“秋”并不是随意而为，乃刻意如此。但不论是甲骨文中突出的“秋虫”还是简化后强调的“成熟”，依然不是“秋”的全部内容。

秋季意味着成熟，但同时也意味着草枯叶落，走向死亡。《释名·释天》认为：“秋曰旻天。旻天也，物就枯落，可悯伤也。”现代医学研究证实，秋天时人们感时节之无奈，加上天气渐凉，情绪容易低落，变得抑郁，中医把抑郁症称为“秋悲”正是这个原因。由此又造出了一个“愁”字，以说明秋带给人们的情绪变化，即《礼记·乡饮酒义》所谓“秋之为言愁也”。

叁

立秋后为什么还是“伏天”

《岁序总考全集》：“秋，擎也，万物擎敛成就也”

“立秋”是秋季的第一个节气，也是夏、秋两季的分节点。立秋到了，天气和物候有什么变化？元吴澄《月令七十二候集解》称立秋有“三候”：初候“凉风至”，二候“白露降”，三候“寒蝉鸣”。明陈三谟《岁序总考全集·七十二候歌》将这三候写成歌诀：“大火西流又立秋，凉风至透内房幽；一庭白露微微降，几个寒蝉鸣树头。”

立秋与之前大暑天最大的不同在于“初候”，立秋后气温下降与“凉风至”有直接关系。《岁序总考全集》释称：“凉风至。凉，薄也，寒也，西方凄清之气曰凉风。前小暑节言温风至者，温厚之极也，此言凉风至者，严凝之始也，温变而凉气始肃也。”可是，为什么立秋后还有一个“末伏”呢？

明郎瑛《七修类稿·天地类》“三伏”条即提出了这个疑问：“伏者藏也，庚金伏于夏火之下，故曰伏……夫既秋矣，又何谓之伏耶？《史记》注以始皇置伏，又云穆公以是占之，马迁尚疑其人，亦此恐久而传说也。”尽管郎瑛作了如上解释，但并没有给出令人信服的答案。实际上，将“三伏”之末伏放置在立秋后并非“久而传说”，里面同样包含了古人的良苦用心。立秋后虽说“凉风至”，但气温并没有大面积下降，仍会给人的健康带来威胁，故有“秋老虎”和“十八天地火”一说。

古人在立秋后置“末伏”，意在提醒人们初秋仍然要避暑热之气，仍要藏伏。宋黄朝英《靖康缙素杂记》“三伏”条引唐初大儒家学者颜师古的观点，从“五行”上作了解释：“伏者，谓阴气将起，迫于残阳而未得升，故为藏伏，因名伏日也。立秋之后，以金代火，金畏于火，故至庚日必伏。”但立秋后的“伏”在内含上已有明显变化，多了“收敛”的概念。

古人还用“擎”字来说明末伏与初伏、中伏的不同，“擎”与“秋”同音，都念qiū，《岁序总考全集》“立秋七月节”条称：“秋，擎也，万物擎敛成就也，故谓立秋，七月之节气也。”

肆

立秋时古人为什么要“贴秋膘”

《津门杂记》：“立秋之时食瓜，可免腹泻”

古代立秋有隆重的“迎秋”活动，据《礼记·月令》：立秋这天，周天子会“亲率三公、九卿、诸侯大夫，以迎秋于西郊”。西郊属于秋的方位，所以祭祀放在都城西边。唐朝立秋这天与立冬一样，要在京城四郊祭祀五帝。

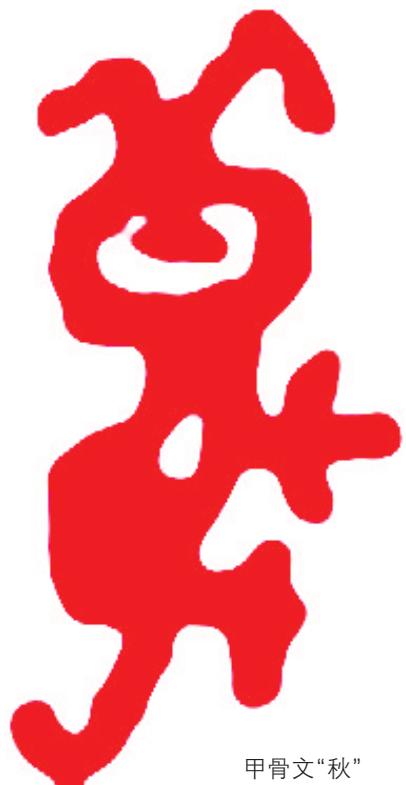
民间则有“戴楸叶”风俗，寓报秋意。唐朝时立秋这天，京城长安有人专门兜售楸叶，供市民插戴。宋朝时戴楸叶更流行，北宋孟元老《东京梦华录》记载：“立秋日，满街卖楸叶，妇女儿童辈，皆剪成花样戴之。”为什么要戴楸叶？《临安岁时记》称：“立秋之日，男女咸戴楸叶，以应时序。”

立秋后古人最突出的是提倡“动嘴”——“吃”，即所谓“秋补”，至今民间尚存“贴秋膘”的风俗。所谓贴秋膘，也称“抢秋膘”，说白了就是大吃大喝，有条件的杀猪宰羊，条件差的也会杀鸡杀鱼，就是再穷也要想法包顿肉馅饺子。特别是家中的壮劳力，立秋后一定要“贴秋膘”增强体能，以应对接下来的秋收农忙。

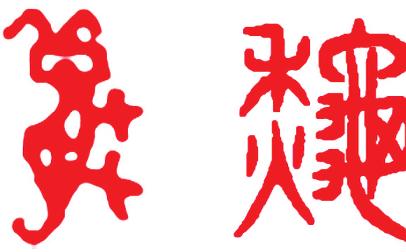
除了贴秋膘，还有“啃秋”一说。这种风俗不少地方叫“咬秋”，要吃西瓜、甜瓜等一切秋天的瓜果。考虑到条件不好的人家可能无瓜可“啃”，民俗上在立秋这天允许偷瓜，雅称为“摸秋”；被偷则称为“丢秋”。立秋时“咬秋”老话说可避暑气、免病疾。清张焘《津门杂记·岁时风俗》称：“立秋之时食瓜，可免腹泻。”

此外，立秋有趣的风俗还有“被秋”“尝秋鲜”“悬秤称人”“秋补屁股”等，很可惜有的已经消失了。

据《北京晚报》



甲骨文“秋”



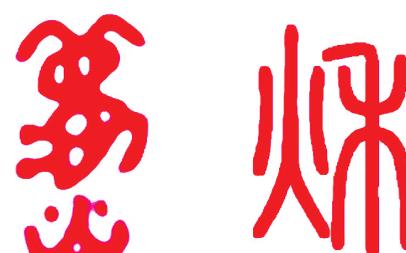
甲骨文“秋”

籀文“秋”



甲骨文“秋”

古文“秋”



甲骨文“秋”

陶文“秋”



长沙马王堆汉墓出土的帛书上的“秋”字