

立夏“秤人”习俗是怎么来的

刚刚过去的周六是农历二十四节气中的“立夏”。所谓“立夏”，就是从即日起进入夏天，夏季从这天正式开始。在中国古代，立夏作为四时八节中的重要节气之一，古人在立夏这天曾有祭“火神”祝融、饮“立夏茶”、“秤人”等很多习俗。

壹

立夏日古人为何要祭祀“火神”？

《后汉书》：立夏日“迎夏于南郊，祭赤帝祝融”

早在先秦时期，立夏已是古人必过的节日之一。据《礼记·月令》记载，在立夏的前三天，太史官要向天子报告立夏节气的到来。因为天子为迎接夏天必须提前三天进行斋戒。

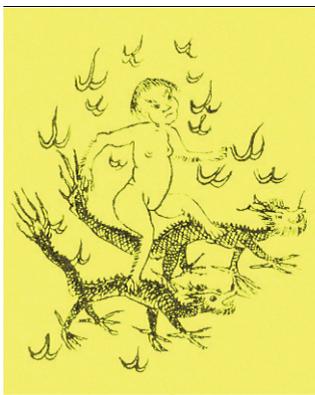
立夏这天，天子会率领三公九卿等重要臣僚前往都城的南郊，举行迎夏活动，即《月令》中所谓：“立夏日，天子亲帅（率）三公、九卿、大夫以迎夏于南郊。”

在汉朝，迎夏的礼仪更为隆重。如东汉时，立春、立夏、立秋、立冬这四个节气，朝廷都会举行重要的祭祀活动。《后汉书·祭祀志中》记载：“立夏日，（皇帝）迎夏于南郊，祭赤帝祝融。”而且，在京官员也要随皇帝一起去郊祀。

古人为何这么重视立夏？《后汉书·祭祀志中》点出了缘由：“迎时气，五郊之兆。”

迎夏时要祭祀祝融，是因为祝融乃传说中的夏官，被古人奉为“火神”，即夏之神。据《史记·楚世家》，祝融名叫重黎，当年是主管火资源的官员，称为“火正”，因为“甚有功，能光融天下，帝誉命曰‘祝融’。”

祭祀活动一般都要安排大型的歌舞表演。秦汉时期，四时均有祭歌，据《史记·乐



立夏祭祀火神祝融

书》，春唱《青阳》，夏唱《朱明》，秋唱《西皞》，冬唱《玄冥》，这些都是古代“迎时气”祭祀活动上的固定曲目。在迎夏活动中，要由七十名少男少女组成大型“童声合唱团”高唱《朱明》。与此同时，还有六十四名少女一起跳一种叫《云翘》的祭祀舞蹈，即所谓“八佾舞《云翘》”。

古代对这种祭祀活动极为重视，甚至连参加人员所穿服装的颜色都有规定。古人认为，四季皆有代表色，《抱朴子内篇》称：“春色青”，“夏赤”，“秋白”，“冬黑”。迎节气时要根据不同的季节，选择不同的主色，以顺应时色，在迎夏活动上，就要求“车旗服饰皆赤”。

贰

汉代立夏日为何要“祭灶”？

汉《白虎通义》：“夏祭灶者，火之主人，所以自养也”

现代一般认为，祭灶是在农历腊月廿三小年夜晚上，但在汉朝，祭灶活动都是放在立夏这天。据《后汉书·礼仪志中》，立夏这天有两大活动，一是“祠特”，二是“祭灶”。

为什么要在夏天祭灶？《白虎通义》给出这样的理由：“夏祭灶者，火之主人，所以自养也，夏亦火王，长养万物。”由此可见，立夏祭灶与小年夜祭灶有着同样的民俗学诉求，也是出于“保平安”的需要。

其实，早期时候祭灶并不一定要在立夏这天进行。据《礼记·月令》记载，在夏季三个月里，即孟夏之月、仲夏之月、季夏之月都要单独“祀灶”。另外，在孟冬之月或是季冬之月也会有类似活动，但多是合祀，“五祀”“百祀”一起来。

一直到清初，官方都有立夏祭灶制度，但各朝的重视程

度有差别。唐朝重视程度下降，是合祀，据《唐六典·尚书礼部》，“春享则兼祭司命及户，夏享则兼祭灶。”宋朝比较重视，《宋史·吉礼志六》记载：“立夏祭灶于庙门之东，制肺于俎。”清光绪《归安县志》记载，在今浙江湖州归安一带，便有“立夏日祀灶，以火德王也”之俗。

苏州一带还有夏天“三番谢灶，胜做一坛清醮”的说法。据清顾禄《清嘉录》“谢灶”条，苏州地区每年农历六月，“初四、十四、念四日，比户祀司灶，谓之谢灶。”

古人在立夏举行祭祀活动，除了祭火神、灶神，也会祭祀其他神灵。据民国《藁城县志》，在河北藁城一带，过去在立夏日要用黑鱼祭雷神，以祈夏季免冰雹之灾。

但如果从农业生产安排角度来说，祭灶放在农闲的冬天显然更为合理。

叁

古人如何对付“疰夏”？

清《巴陵县志》：立夏日“家皆吃肉，云令人健”

夏季气温高，是庄稼快速生长的季节，可是对人类健康来说，在春夏之交却容易患“疰夏”病。疰(zhù)夏，俗称“苦夏”。古人认为，积极调整饮食是克服苦夏的重要手段之一，由此还形成了十分丰富的立夏饮食风俗。

民国《古田县志》记载，在福建古代一带，有“犒夏”风俗，立夏这天，“田家具酒肉粢盛，醉饱弥日，谓之犒夏，以农忙自兹始也。”在湖南沅陵，是立夏日农家饮酒食肉，称之为“助力”或“接力”。清同治《巴陵县志》记载，今湖南巴陵，立夏日“乡俗多以为盛节，家皆吃肉，云令人健”。

在苏州等地，古代有“立夏见三新”的说法。在江苏太仓一带，要吃麦蚕、新蚕豆、樱桃、梅子、窰糕、海蛎，饮火酒，这叫“钱春”。在湖南



立夏《斗茶图》南宋·佚名绘

兴宁，立夏前一天使用粳米做糍饵，谓之“炼夏”。在浙江富阳，立夏日要遍尝新鲜上市之物，俗称“尝新”或“尝三新”；还会吃细笋，但不能切断，称为“健脚笋”，认为食长笋会让脚筋健壮，夏天走路更有劲。在江西昭萍，立夏则要煮粉团食用，称是吃“立夏羹”。

立夏饮茶，也是一景。据民国《郑县志》，在河南郑州一带，立夏日，“家家烹煮新茶。”清顾禄《清嘉录》“注夏”条称，苏州人“于立夏日，取隔岁撑门炭，烹茶以饮，茶叶则索诸左右邻舍，谓之‘七家茶’”。有的地方称为“立夏茶”，茶叶也是从各家索取而来，放在一起烹饮。

肆

立夏为什么要“秤人”？

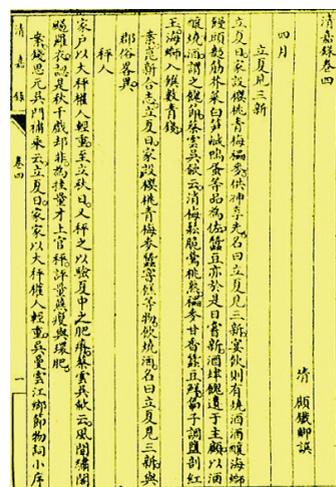
清《临海县志稿》：“以秤秤躯轻重，云能却病”

在古代，南方曾特别流行一种立夏日“秤人”的习俗。上海《沪上竹枝词》“节交立夏记分明，吃罢摊菜试宝秤”，说的就是这种风俗。所谓立夏“秤人”，就是在立夏这天，不分男女老幼称量体重。清光绪《苏州府志》记载，立夏日人们“以大秤衡人而记其轻重”。清光绪《归安县志》也记载有当地立夏“男女皆以秤较轻重”。

为什么立夏要称量体重？主要是为观察夏天的身体变化和保健的需要。清顾禄《清嘉录》“秤人”条称：“家户以大秤权人轻重，至立秋日又称之，以验夏中之肥瘠。”也有的认为立夏秤人是为了了解过去一年里身体情况。清吴曼云《江乡节物词》小序中有这样的说法：“杭俗，立夏日，悬大秤，男妇皆称之，以试一年肥瘠。”

立夏“秤人”之俗兴于何时？据《中国民俗通志·节日志》引“孙夫人称阿斗”的民间传说认为，此习俗或起于汉魏之际。事实上，立夏“秤人”的起源应该有多种民俗学背景。清光绪《富阳县志》有这样的说法：立夏“以秤权人轻重，谓可免疰(疰)夏之患”。民国《临海县志稿》亦称：立夏“以秤秤躯轻重，云能却病”。

立夏“秤人”在古代还有很多迷信的讲究。如秤锤不能向内移，只能向外移，意即身



清代顾禄《清嘉录》中“秤人”记载



立夏秤人图(清·吴友如绘)

体只能加重，不能减轻。如果斤数尾数刚好逢九，必须多虚报一斤，因为九是尽头数，不吉利。为图吉祥，在浙江湖州一带称孩子时往往会在其口袋里放一块石头，以讨“长了长了”口彩。“长”一字多音，表重时读 zhǎng，指寿命时则

读 cháng，故立夏秤人也是祈求健康长命。

此外，立夏还是古代的“福利节”。据《礼记·月令》，帝王南郊迎夏活动结束后，“还反，行赏，封诸侯。”意思是，返回宫里后，帝王会进行赏赐，分封诸侯。

这种立夏“行赏”在先秦时一般以赐赏清凉降温饮食和用品为主。据《周礼·天官》“凌人”条，凌人专门负责冬季“斩冰”储藏，到了夏天，负责分发冰块给周王的臣僚，即所谓“夏，颁冰掌事”。

“颁冰”从立夏这天开始，分多次进行。到明清时赐冰福利仍未废除。据明刘侗《帝京景物略·春场》，明朝时，朝廷“立夏日，启冰，赐文武大臣。”从立夏这天开始，街头还会出现卖“冷饮”、吃“冰棒”的：“编氓得卖买，手二铜盏叠之，其声磕磕，曰冰盏。”在清朝，赐冰从立夏移到了阴历六月“入伏”那天，且改成了发“冰票”，自行领取。清富察敦崇《燕京岁时记》“赐冰”条称：“京师自暑伏日起，至立秋日止，各衙门例有赐冰。届时由工部颁给冰票，自行领取，多寡不同，各有等差。”

现代夏季发放“防暑降温费”等福利，或许正是沿袭了古代立夏“颁冰”的习俗。

据《北京晚报》