

中原习俗传至泉州,冬至形成类似“年兜”的大节日,祭祖扫墓,搓红丸、糖粿,捏猪捏狗捏金鱼等独特民俗传承至今

小年兜“兜”着美好故事

冬至,闽南人又俗称为“冬节”,民间有谚语称“冬至小年兜”,即冬至是跟新年一样颇为重要的传统节日。在这天,亲朋欢聚一堂,品尝传统特色食物,家里家外热闹非常。与冬至有关的“古早味”从未走远,成为维系亲情友情、连接传统现代的纽带。 □本报记者 陈士奇

多地延续习俗 冬至扫墓祭祖

作为二十四节气之一的冬至,在中国古代也是一个重要的节日,相传古时人们认为冬至是白昼增长的转折点,阳气随之开始由弱增强,由此认为冬至这一天有着吉祥之意,是一个值得庆贺的好日子。

正如《汉书》中提及的“冬至阳气起,君道长,故贺。”在汉代时期,人们便开始将冬至称为“冬节”。为了庆祝这个节日,各地官府都要举行一些叫作“贺冬”的庆祝仪式,并为过节而例行放假,同时边塞地区会在这一天闭关,与商旅有关的店家也会歇业休息,而各地百姓则会趁此空暇与亲朋相聚过节。“直到现在,许多地方还流传有‘冬至大如年’的说法。”据泉州师范学院闽南文化生态研究中心陈桂炳教授所著的《泉州民间风俗》所述,随着南迁汉人从中原地区来到闽南地区,不少冬至习俗也一同传到闽南地区,且逐渐融入泉州当地人的生活中,成为一个近似于“年兜”的大节日,正因有着与春节一样的阖家团圆之意,泉州人便将冬至唤为“小年兜”。

经过一代代人的传承、演变,如今留存于泉州地区的过“小年兜”习俗亦有不少。“旧时不少在外打拼或是忙于农务的泉州人,因无暇赶在清明时节返乡回家祭祖扫墓,便会选择在较为空闲的冬至时节,回家进行祭祖扫墓的重要事宜。”中国民俗学会会员、南安市历史文化研究会顾问廖榕光介绍说,在泉州,冬至与清明、中元节、除夕,是一年中四次重要祭祖节日。这在清代《泉州府志·卷二十·风俗》中有记载,“冬至,州人不相贺,祭祠堂”。在旧时的泉州,随着冬至到来,有的大宗族会开祠堂进行“冬祭”,与清明祭祖被合称为“春冬二祭”。还有一些大宗族,会在这个日子里举行合谱和进主大典。时至今日,泉州民间还能听到“冬至不回无祖”这句俗语流传,如德化、惠安、泉港、永春、安溪等地,也依旧延续在冬至扫墓祭祖的传统习俗,不少离开泉州在外打拼的当地人,会遵循这一传统,每年尽可能赶在冬至到来前回家过节、谒祖。由于民间冬至有祭祖的习俗,在闽南民间也衍生出一种特别的问候方式,那就是亲友在冬至这天相聚时,一般不说冬至快乐,多是互道平安、安康等祝福语。

此外,在闽南地区,“冬节”还被认为是一个祈福纳祥的好日子。旧时在冬至这天,一些育有幼童的泉州家庭,会从煮好的一碗红汤圆中挑出几颗,粘在孩子平日睡觉的小床上,借此祝愿自家的孩子能够安枕好眠,健康成长。若是家中没有幼童,廖榕光回忆说,这些红色小汤圆也有别的用处,譬如在自己的记忆中,祖母就会拿一颗小红汤圆粘于门上和窗上,以此祝愿一家人能出入平安,剩下小红汤圆,祖母则会分散投放到家畜、耕畜的饲料之中,既愿家畜能长得壮硕,也传达对耕畜的爱护之意。由于过完冬至这一“小年兜”,也预示着农历“年兜”将要到来。为尽早做好过年准备,按照泉州本地的传统习俗,许多本地人还会在冬至过后,着手添置一些除尘工具,并开始对屋内屋外进行一番大扫除。



传统“冬节圆”为小巧的红白糯米丸子(CFP)



冬至时节用来祭祖的糯米贡品(吴海灵 供图)



老师在课堂为学生讲解冬至习俗(泉州市第二中心小学 供图)



吃润饼也是泉州冬至习俗之一(陈士奇 摄)



在闽南,冬至是团圆的节日。(CFP)



传统民俗代代相传(泉州市洛江区世璧小学 供图)



包饺子、吃馄饨,是北方地区过冬至的习俗。(CFP)

特色美食 并非只有“冬节圆”

过节亦需佳肴相伴,民间现今还流传着不少与冬至有关的趣味食俗。“冬至应节食物,各地不一,北方会吃馄饨,西北一带多吃饺子,江浙一带则吃汤圆和麻糍。”根据《泉州民间风俗》中的描述,在泉州,过冬至会吃的一种食物,名为“冬节丸”“冬节圆”。与元宵节的包馅汤圆“上元圆”不同,这种冬至时吃的汤圆一般不包裹内馅,这种冬至汤圆从制作汤圆的原料以及制作方法上分析,近似于《清嘉录》中所提及的江浙一带的冬至时令食物——粉圆。

“过冬至时,秋收已结束,生活在闽南地区的人们通常会用汤圆作为庆祝丰收、祭祖拜神的贡品。”廖榕光介绍说,在闽南地区,人们会把吃“上元圆”“冬节圆”称为“吃‘头圆’、食‘尾圆’”,借由这两种应节汤圆的头尾呼应,祝愿一整年都能够幸福美满。在泉州,如今还流传有不少与“冬节丸”“冬节圆”有关的俗语,如“冬节圆”吃落去就加一岁”等。其中,关于“吃了‘冬节圆’,意味着新的一年开始了,年岁也随之增了一岁”的说法,廖榕光还讲起了一个与之相关的民间传说,相传在明代,有一位徐秀才含冤被判死刑,但依照当时的法律规定,被判死刑的犯人若到了冬至还未被斩首,就需要延迟处置,而徐秀才被判刑时正值冬至,由此备受煎熬的他在吃过冬至汤圆后有感而发,才有了如今这句“吃冬节汤圆多一岁”的俗语。

元宵的“上元圆”会以滚的方式制作,而依照闽南传统方式制作的“冬节圆”,是以手工方式搓制而成。“由于传统

冬至汤圆的主原料是糯米粉,因此搓出的丸子不会太软太粘。”廖榕光说,闽南的“冬节圆”,多为红、白两种颜色,白色的是糯米粉团搓成的小圆粒,红色的又称“红糯粉”,是在白色的粉团中加一些红糯,既增添喜庆色彩,也隐含吉祥如意。将搓好的“冬节圆”,投入水中滚煮制成汤食,或是放入碗中隔水煮熟烘干来吃,在廖榕光看来,这两种都是闽南地区较为地道传统的“冬节圆”烹煮方式。除了加入红糖、姜片、芋头、薯块等配材来制成“冬节圆”甜汤之外,闽南菜大厨黄阿实师傅介绍说,传统的“冬节圆”还有另外一种咸味烹法,就是烹煮糯米粉团时,加入面线、肉片、海蛎等食材来做搭配,类似于闽南传统羹汤的做法。

“咱厝人,冬至时,碾米绞糯搓红丸,搓糖粿,无稀奇,捏猪捏狗捏金鱼。”亦如闽南童谣所唱,除了冬至汤圆之外,黄阿实介绍说,泉州人过冬至所食的特色糯米点心,样式其实并不单一。譬如,依照传统食俗,用来搓“冬节圆”的糯米团子,可以拿来做皮,包裹入冬笋、香菇、猪肉等食材为馅料成菜包。或是可以将这些糯米团子拿来捏成一些如小巧玲珑的瓜果、金锭元宝等形状以及鸡、狗、猪、羊、兔、鱼等动物样子,这个做法在泉州民间也有一个专属俗名为“做鸡母狗仔”。这些隐含冬至过后的日子能够“一帆风顺、吉祥如意”等意思的糯米点心,不仅会被拿来作为祭祖拜神的贡品,也被人们视为冬至的应节“吉祥物”,可以用于传递美好的节日祝福。相较于“冬节圆”多为红白两色,“鸡母狗仔”的颜色会更为缤纷多彩,包括有白、红、黄、绿等各种颜色,待煮熟后盛盘上桌,远观近看都很漂亮。另外,廖榕光还补充说,在泉州不同地区,也可以寻到多种以糯米为主材的冬至时令小食。以南安为例,如用糯米、猪油、芝麻、花生仁、冰糖等手工制作而成的英都麻糍,或是用糯米团子拌花生碎,以及用红糖、金橘、陈皮、香蕉油、花生油调制的酱汁来制成的诗山糖粿,都是南安地区人们过冬至时会吃的食物。另外在永春地区,每逢冬至到来,为抗寒做准备,当地人则会用糯米与红糯进行搭配来酿酒,以作驱寒之用。不仅如此,廖榕光补充说,与清明节的食俗有着相似之处,那就是在冬至这一天,一些泉州本地人们的餐桌上,还会出现润饼菜的身影,谈及缘由,他认为,这是与寓意于食的传统做法有关,人们会借由润饼菜所蕴含的“包金包银”之意,在冬至亲朋好友相聚的时候,以这道传统食物来祝福彼此能够财源广进,祝愿在冬至过后的日子依旧过得称心如意、顺遂安康。

俗语言,“冬至在月头,严寒在年兜;冬至在月末,严寒正二月”。进入冬月,迎来冬至,也如古语所言为“终藏之气至此而极也”。从这一天开始,便迎来了“数九寒天”,正式拉开了“一九”的序幕。此时虽气温偶有高低变化,但寒冷依旧是这一时节的主调。如何抵抗寒冬来袭?在添置保暖衣物之余,各类能够暖身御寒又兼具滋补效用的食物,也成为这时人们日常餐桌上的必需品。

恰是应了“数九寒天好养生”“冬至进补三倍功”的传统说法。进补,在冬至时节,也是各家各户在置备餐食时会考虑的一个重点。在黄阿实师傅看来,在闽南地区,冬至用来进补的肉菜主材不仅会有猪、牛、羊等肉材,还有兔肉、鸡肉、鸭肉、鹅肉等各种食材。在一些闽南沿海地区,人们的冬至团圆餐桌上,还少不了用时令海鲜烹煮的应季菜,如海蛎煎、煎膏蟹、烧鳗鱼等。同时,冬至前后,按泉州传统过冬习俗所制的“寒菜”,也成为烹制冬至补菜的常见配料。对此,黄阿实师傅介绍说,因为在旧时物资匮乏的年代,本地人用来制作冬至菜的主料大多是“抗冻”的蔬菜,如高丽菜、芥菜及白萝卜。除了用腌制的方式处理之外,对于不便保存的蔬菜,如笋、白萝卜、高丽菜、花椰菜等,生活在闽南地区的人们还会用脱水晒干的方式处理这些蔬菜,待到“数九寒天”烹菜所需时,再用泡发的方式将这些蔬菜“还原”。与制作“寒菜”的初衷一样,在闽南沿海地区,人们为过冬而备的“寒菜”中,还有一些会带有海洋的味道。在寒潮来袭前,人们为了延长过冬前捕捞上岸的海鲜的保存期限,往往会通过风干、晾晒的方式将牡蛎、鱿鱼、干贝、虾米、鳗鱼等各种海产进行处理,这些干制的海味食材,正好也成为在冬至过

后,人们日常烹煮、炖汤时的用料。

虽然可选的进补食材丰富多样,但泉州市营养健康协会会长林海云提醒说,遵循中医说法,冬至进补的方式,应主要是以调护阳气为重中之重,因此进补选材时还需讲究“温补阳气”为主,可以多选用一些能起到滋阴潜阳、补益气血等作用的膳食。除了肉材、海鲜之外,食补时也别忽略新鲜蔬果的重要性,如白萝卜、南瓜、木耳、板栗、冬枣等果蔬,都可常食。另外,从营养角度分析,国家高级公共营养师、泉州营养师协会常务理事柳耀红也建议,在冬至过后,为了增加身体的免疫力及抗寒能力,要多借助多样性食物,做好膳食的荤素搭配,为身体补充所需的营养元素。

在利用食材自带营养烹煮进补菜品之余,为了提高食物的养身效果,在烹膳时将药材作为配料加入,也成了民间冬至进补的一种传统做法。此时,若是想依照传统烹煮滋补药膳,柳耀红说,可以适当选用一些可食药材,如黄芪、党参、川芎、何首乌、枸杞、龙眼肉、红枣、冬虫夏草、藏红花等。一如服药需对症,食补同样需遵循“对症”的原则。林海云说,在冬至选材烹煮药膳进补时,也要注意结合自身体质,如属于气虚体质的人,可以选用高丽参、红枣、白术、淮山、五味子等食材烹煮。如为血虚体质的人,在烹制药膳时,宜选择当归、熟地、白芍、阿胶等食材。对于阴虚体质的人,建议选用冬虫夏草、沙参、天冬、龟板等食材来烹煮,如果是属于阳虚体质的,则可以在烹煮时,加一些鹿茸、杜仲、肉苁蓉、巴戟等药材来增食效,或是多吃一些具有温养阳气作用的食物,如羊肉、牛肉、芝麻、核桃、杏仁、瓜子、花生、榛子、葡萄干、银耳等。



糯米制成的五颜六色冬节点心(王裕峰 摄)