

小寒至，寒气凝 腊八粥香暖意生

春生夏长，秋收冬藏，跟着节气过日子，昨天进入冬天的第五个节气——小寒。小寒节气恰逢三九前后，标志着一年之中最寒冷的时段到来。小寒也接近岁尾，年味渐浓，民间有写春联、喝腊八粥、赏梅、冰嬉等习俗。中国天气网推出小寒全国天气地图，看看这个节气怎么过。

昨天小寒 喝粥忙大年，梅开待春来

“小寒大寒，冷成冰团”，北京时间1月5日10时33分迎来小寒节气，预示着一年中最寒冷的时段到来。不过，此时节虽然天寒地冻，却也临近“春冬正月交”，春的气息随之开始弥漫，春归有期，春山可望。

小寒，是二十四节气中的第二十三个节气，也是冬季的第五个节气。民俗学者、天津社会科学院研究员王来华介绍，今年小寒正值“数九”中的“二九”第七天，再过两天就会进入“三九”，俗话说“数九寒天，冷在三九”。

今年小寒始于1月5日，止于1月19日，这段时间恰好是腊月初六至腊月二十。“一进腊月就是年”，从腊月开始，家家户户都开始“忙年”“备年”，买春联、窗花、年画、彩灯、鞭炮、香火等等，开心地为过春节作准备，而各地的民间社火和庙会也会热热闹闹地推出。

今年小寒的第三天是腊八节。腊八节的主要习俗就是喝腊八粥。人们将米、豆、花生、红枣、桂圆、葡萄干等合水而煮，煮熟后再放入糖料，这五谷杂粮粥就成了家庭饭桌上的甜蜜谈资。

明日腊八 喜迎新春，从一碗粥开始

又是一年腊八至。1月7日，农历十二月初八，是腊八节。腊八粥，暖冬寒，团团圆圆来过年。中国人喜迎新春，就是从一碗热乎的腊八粥开始。

腊八节，俗称“腊八”，源于先秦时期的“腊祭”。历史学者、天津社科院研究员罗澍伟介绍，古人每年都要举行冬祭，用猎获的禽兽祭祀祖先、攘除灾祸、逐疫迎春，以求来年五谷丰登和家人平安，俗称“腊祭”。由于每年的“腊祭”均在十二月举行，所以十二月被称为“腊月”，而举行“腊祭”的这一天则称为“腊日”，但这一天不固定，直至秦汉时才选定在冬至后第三个戌日。

魏晋南北朝时，“腊日”又融入了佛教的传说故事，从而给“腊日”增添了新的含义，并固定在了腊月初八这一天，因此有了腊八节。

“腊八到，粥飘香”，腊八这天，喝腊八粥是我国南北共有习俗，人们将红枣、花生、桂圆、莲子、核桃、粳米等和各种豆类合水熬制成粥。“腊八熬粥的习俗约始于宋代，明清时期盛行，并延续至今。”罗澍伟说，“腊八粥盛满了老百姓盼丰收、保健康、祈平安的美好愿望，也承载着人

“小孩小孩你别馋，过了腊八就是年”“喝过腊八粥，就把年来盼”……“在数九寒天里，喝上一碗粥香豆软、软糯香甜的腊八粥，不仅满足了口腹之欲，还能帮着驱赶寒意，而齿颊生香之间，浸润其中的则是深厚的亲情、浓重的乡愁和欢喜的年味。”王来华说。

适逢小寒，还要说到“花信风”。古人相信，花开之前会有风来报信，正所谓“风有信，花不误”。

王来华表示，花信风自小寒起，至谷雨终，共涵盖八个节气，每个节气都有三种花，于是便有了“二十四番花信风”之说。以梅花为最先，以楝花为最后。“小寒节气的花信风依次是梅花、山茶花和水仙花。即使是在数九寒天当中，它们也会次第开放，给人们送来春的消息。”他说。

“小寒大寒，又是一年。”在这“盼雪迎春”的时间节点，不妨喝上一碗热乎的腊八粥，摆上一盆清雅的水仙花，再写上几副吉祥喜庆的春联，以崭新的姿态迎接即将到来的农历新年。

们对美好幸福生活的无限期许。”

我国幅员辽阔，腊八习俗在各地也不尽相同。比如，北方地区有“醋泡大蒜瓣儿”的习俗，名曰“腊八醋”。除夕晚上，香喷喷、热腾腾的饺子蘸上腊八醋，入口别具风味；陕西关中，腊八当天不喝腊八粥，而是流行吃腊八面。腊八一早，家家户户把煮熟的面条拌上果蔬做成的“浇头”，美餐一顿；安徽黟县，腊八前后，家家户户食用自行晒制的豆腐，民间将这种自然晒制的豆腐称作“腊八豆腐”。

春节的起点与终点在民间有不同的习惯算法，但一般是从腊月初八开始，而春节的幸福感，又无不是从味蕾上开启的，正所谓“过了腊八便是年……二十三，糖瓜粘；二十四，扫房子；二十五，磨豆腐；二十六，去买肉；二十七，宰公鸡；二十八，把面发；二十九，蒸馒头；三十晚上熬一宿。”

“我国的春节，从腊八开始，全民置办年货，要一直过到元宵节‘闹花灯’、甚至是二月二‘龙抬头’，人们有近一个月的时间享受自己的传统节日，春节为我们的日常生活增添了许多温情与热闹。”罗澍伟说。



小寒这样过： 赏梅冰嬉写春联 体验寒冬限定乐趣

“小寒大寒，冷成冰团。”小寒是表示气温冷暖变化的节气，冷气积久而寒，一年中最冷的时段正式到来。小寒也接近岁尾，年味渐浓，民间有写春联、喝腊八粥、赏梅、冰嬉等习俗。

腊八在小寒节气前后，此时有喝腊八粥的习俗。腊八粥一般用黄米、白米、江米、小米、去皮枣泥等食材合水煮熟，外用桃仁、杏仁、瓜子、花生等作点染。在寒冬腊月里，喝上一碗食材丰富的热粥，既保暖又可刺激食欲。人们认为糯米比大米含糖量高，食用后全身感觉暖和，利于驱寒，所以在广东等地还有小寒早上吃糯米饭的习俗。

“墙角数枝梅，凌寒独自开。”这个时节，梅花凌寒盛开，民间有小寒赏梅的习俗，不少地方还会举办赏梅文化活动。不论是出门踏雪寻梅，还是家中插一枝梅，都能为小寒增添不少雅韵。

“三九四九冰上走。”此时，北方大部平均气温低于冰点，河面结冰厚实，十分适合冰雪运动。自古就有小寒冰嬉的习俗，尤其在清代更被视为“国俗”。

尽管此时寒近极致，但人们生活的火热劲儿十足，进入腊月之后，年味渐浓，人们开始忙着写春联、剪窗花、贴年画、采购年货等，陆续为春节做着准备。



小寒看天气：

北方大部滴水成冰 南方多地冷透肌骨

“小寒已近手难舒，终日掩门深闭庐。”小寒时节，天冷得手难以舒展自如，人们往往紧闭大门，将严寒风霜关在门外。气象数据也显示，小寒是二十四节气中全国平均气温最低的节气。此时，北方天寒地冻、滴水成冰，南方霜雪交加、冷透肌骨。

从中国天气网推出的常年小寒节气全国天气地图可以看出，小寒期间，冷空气十分活跃，北方大部地区气温在冰点之下，可谓天寒地冻，尤其是新疆北部、东北地区和山东半岛、青藏高原等地还可能出现强风雪天气，大家出行要做好防寒保暖措施，戴好手套、帽子、围巾等装备，谨防冻伤。

通常此时，冬季前沿抵达广东北部到广西北部，我国大部都处于隆冬时节，天气寒冷干燥，北方地区的朋友在室内可多开加湿器，南方地区的小伙伴可以多喝些热汤，暖胃又润燥。

“小寒料峭，一番春意换年芳。”小寒虽冷，但严寒天气下，春天正在悄悄萌发。待寒冬过去，春风又将吹遍大地，春花盛开之时指日可待。

综合新华社、央视、中国天气网报道

声明公告 刊登热线: 13164692093
遗失声明 武汉视奥惠物业有限公司(代码:91420112MA4L09QA5T)遗失公章、财务专用章、法人私章,声明作废。
遗失声明 武汉隆和通物流有限公司(统一社会信用代码:91420111MA7E91JU0B)遗失营业执照副本,特此声明作废。
遗失声明 武汉市江岸区苗芳青颜美容店(代码:92420102MA4KU5NR74)遗失公章、财务专用章、法人私章,声明作废。
遗失声明 武汉予以桦广告设计有限公司(代码:91420112MA4L09QE88)遗失公章、财务专用章、法人私章,声明作废。
遗失声明 武汉晨旭源商贸有限公司不慎遗失公章一枚,特此声明作废。2025年1月6日
遗失声明 武汉市硚口区同济北路70号东街3号泰康强门面押金单遗失,金额:20000元,原押金单声明作废。

通知公司全体股东 武汉安运工程有限公司定于2025年1月22日在武汉市江岸区高雄路88号1301室召开股东大会,现特此公告,请全体股东于公告日起15日内,与我司取得联系,联系电话:027-82851266
遗失声明 毛俊遗失武汉新绿文旅有限公司开具的全款购房发票1份,发票代码:042001988105,发票票号:05997422,发票金额:2150842元,发票代码:042001988105,发票票号:05997422,发票金额:2150842元,声明作废。
注销公告 武汉市黄陂区林政管理稽查站拟向事业单位登记管理机关申请注销登记,现已成立清算组。请债权人自2024年12月26日起90日内向本清算组申报债权。特此公告。
作废声明 武汉市翰林久紫教育科技有限公司收据六张,编号2401056、2401057、2401058、2401059、2403786、2403784,声明作废。

遗失声明 上海红星美凯龙品牌管理有限公司白沙洲分公司质保金收据遗失质保金收据名单:邵凡,狮城品牌,收据编号:ZY21072700678771,金额:10000元,收据编号:ZY21080900691335,金额:4000元。
遗失声明 本人周春莲、徐伟不慎将电影制片厂二期旧城改建项目房屋征收指挥部拆迁协议遗失,协议号(H-336),声明作废。
遗失声明 武汉爱弥尔文创创意设计有限公司(代码:914201000950019611)遗失公章、财务章、法人章,声明作废。
遗失声明 武汉市江夏区叁步美甲店(92420115MA4EPRJH7L)遗失营业执照正、副本,声明作废。
遗失声明 瀛楚京苑(武汉)投资管理有限公司遗失公章、法人私章、财务专用章各一枚,声明作废。
遗失声明 武汉大通汽车租赁有限公司遗失鄂AD01367道路运输证编号武汉字420100005017,声明作废。