冬　至

戈阳青

冬入三旬雪水陁，至寒数九冻梓桑。

漫天长夜日之殂，阴极过后是恒阳。

（2009.2）

戈阳青《冬至》（《咏中国农历二十四节气》24 首组诗之一）诗作于 2009 年 2 月。2009 年 11 月《浩世微尘·文学经典月刊》发表。同年收入《戈阳青全集》诗选（欣赏版、阅读版、文本版）。2016 年收入《古今对阅·冬》。2018 年发布珍藏版。2019 年发布明信片版。

《冬至》：

冬入三旬雪水飏，至寒数九冻梓桑。

漫天长夜日之殂，阴极过后是恒阳。

《冬至》赏析释文：

冬季已经进入了三旬雪水开始飞扬，寒冷至极啊数九天把梓桑都冻僵了。漫天尽是长夜仿佛白天已不复存在，阴到了极点之后会有那恒久的阳光。

注释：

2009 年 11 月 7 日，今天是中国农历九月二十一，今天申时 15 时 10 分，我们将迎来中国农历二十四节气中的第十九个时节——立冬。《浩世微尘》文学经典网继续发表戈阳青新作《立冬》、《小雪》、《大雪》、《冬至》、《小寒》、《大寒》等 6 首关于冬季节气的古韵诗文。

《立冬》：

寒水凝冰裹素装，白野冻土清冷长。

既是冬意已降临，也为大地万灵藏。

《小雪》：

雨凝寒气雪飞霜，夜恋小雪融光亮。

忽望天空柳雪下，不见地上有银装。

《大雪》：

仲冬时节絮纷纷，不闻寒号有声鸣。

瑞雪沓来丰年兆，兰草萌动思阳春。

《冬至》：

冬入三旬雪水飏，至寒数九冻梓桑。

漫天长夜日之殂，阴极过后是恒阳。

《小寒》：

寒峭三九冰雪僵，南去大雁萌归航。

梅花枝头喜鹊乐，雉鸲感阳鸣生长。

《大寒》：

冰天雪地寒流涌，欲固冬门似铁墙。

爆竹声中辞旧岁，腊梅笑里迎春光。

立冬：传统意义为，冬季开始。每年公历 11 月 6 或 7 或 8 日，太阳到达黄经 225°，时为立冬。

《月令七十二候集解》：“立冬，十月节。立字解见前。冬，终也，万物收藏也。”是说秋季作物全部收晒完毕，收藏入库，动物也已藏起来准备冬眠。立冬，不仅仅代表着冬天来临，完整地说，立冬是表示冬季开始，万物收藏规避和寒冷的意思。

中国古代将立冬分为三候：“一候水始冰；二候地始冻；三候雉入大水为蜃。” 此节气水已经能结成冰；土地也开始冻结；三候“雉入大水为蜃”中的雉即指野鸡一类的大鸟，蜃为大蛤，立冬后，野鸡一类的大鸟便不多见了，而海边却可以看到外壳与野鸡的线条及颜色相似的大蛤。所以古人认为雉到立冬后便变成大蛤了。

立冬时节，北半球获得的太阳辐射量越来越少，由于此时地表夏半年贮存的热量还有一定的剩余，所以一般还不太冷。晴朗无风之时，常有温暖舒适的“小阳春”天气，不仅十分宜人，对冬作物的生长也十分有利。中国地域幅员广大，除全年无冬的华南沿海和长冬无夏的青藏高原地区外，各地的冬季并不都是于立冬日同时开始的。按气候学划分四季标准，以下半年候平均气温降到 10℃以下为冬季，则“立冬为冬日始”的说法与

黄淮地区的气候规律基本吻合。中国最北部的漠河及大兴安岭以北地区，9月上旬就早已进入冬季，首都北京于 10 月下旬也已一派冬天的景象，而长江流域的冬季要到“小雪”节气前后才真正开始。

……

小雪：传统意义为，开始降雪。每年公历 11 月 21 或 22 或 23 日，太阳到达黄经 240°，时为小雪。

《月令七十二候集解》：“小雪，十月中。雨下而为寒气所薄，故凝而为雪，小者未盛之辞。”小雪前后，中国黄河以北地区已到了北风吹、雪花飘的孟冬，北方地区会出现初雪，虽然开始下雪，一般雪量较小，并且夜冻昼化。古籍《群芳谱》中说：“小雪气寒而将雪矣，地寒未甚而雪未大也。”这就是说，到“小雪”节由于天气寒冷，降水形式由雨变为雪，但此时由于“地寒未甚”故雪量还不大，所以称为小雪。

中国古代将小雪分为三候：“一候虹藏不见；二候天气上升地气下降；三候闭塞而成冬。”由于天空中的阳气上升，地中的阴气下降，导致天地不通，阴阳不交，所以万物失去生机，天地闭塞而转入严寒的冬天。

随着小雪时节的到来，气候渐冷，不仅地面上的露珠变成了霜，而且也使天空中的雨变成了雪花。由于小雪时节的天气还不算太冷，所以下的雪常常是半冰半融状态，或落到地面后立即融化了，气象学上称之为“湿雪”；有时还会雨雪同降，叫做“雨夹雪”；还有时降如同米粒一样大小的白色冰粒，称为“米雪”。小雪时节，南方地区北部开始进入冬季，而华南地区则因为北面有秦岭、大巴山屏障，阻挡冷空气入侵，刹减了寒潮的严威，致使出现“冬暖”现象，大大少于同纬度的长江中、下游地区，偶尔虽见天空“纷纷扬扬”，却不见地上“碎琼乱玉”。

……

大雪：传统意义为，降雪较大。每年公历 12 月 6 或 7 或 8 日，太阳到达黄经 255°，时为大雪。

《月令七十二候集解》：“大雪，十一月节。大者，盛也。至此而雪盛矣。”大雪的意思是天气更冷，降雪的可能性比小雪时更大了。谚语说“瑞雪兆丰年”，严冬积雪覆盖大地，可保持地面及作物周围的温度不会因寒流侵袭而降得很低，为冬作物创造良好的越冬环境。积雪融化时又增加了土壤水分含量，可供作物春季生长需要。而雪水中氮化物的含量是普通雨水的 5 倍，有一定的肥田作用。

中国古代将大雪分为三候：“一候鹖鴠不鸣；二候虎始交；三候荔挺出。”这是说此时因天气寒冷，寒号鸟也不再鸣叫了；由于此时是阴气最盛时期，正所谓盛极而衰，阳气已有所萌动，所以老虎开始有求偶行为；“荔挺”为兰草的一种，也感到阳气的萌动而抽出新芽。大雪后各地降水量均进一步减少，东北、华北地区 12 月平均降水量一般只有几毫米，西北地区则不到 1 毫米。

大雪时节，除华南和云南南部无冬区外，中国辽阔的大地已披上冬日盛装。东北、西北地区平均气温已达零下 10℃以下，黄河流域和华北地区气温也稳定在 0℃以下，冬小麦已停止生长。但在南方，特别是广州及珠三角一带，却依然草木葱茏，干燥的感觉还是很明显，与北方的气候相差很大。江淮及以南地区小麦、油菜仍在缓慢生长，华南、西南小麦进入分蘖期。素有“今年麦盖三层被，来年枕着馒头睡。”农谚。

……

冬至：传统意义为，进入数九寒天，昼短夜长。每年公历 12 月 21 或 22 或 23 日，太阳到达黄经 270°，时为冬至。

《月令七十二候集解》：“冬至，十一月中。终藏之气至此而极也。”《通纬·孝经援神契》：“大雪后十五日，斗指子，为冬至，十一

月中。阴极而阳始至，日南至，渐长至也。”古人对冬至的说法是：阴极之至，阳气始生，日南至，日短之至，日影长之至，故曰“冬至”。早在二千五百多年前的春秋时代，中国已经用土圭观测太阳测定出冬至来了，它是二十四节气中最早制订出的一个。

中国古代将冬至分为三候：“一候蚯蚓结；二候麋角解；三候水泉动。”传说蚯蚓是阴曲阳伸的生物，此时阳气虽已生长，但阴气仍然十分强盛，土中的蚯蚓仍然蜷缩着身体。麋与鹿同科，却阴阳不同，古人认为麋的角朝后生，所以为阴，而冬至一阳生，麋感阴气渐退而解角。由于阳气初生，所以此时山中的泉水可以流动并且温热。

冬至过后，各地气候都进入一个最寒冷的阶段，也就是人们常说的“进九”，中国民间有“冷在三九，热在三伏”的说法。冬至是北半球全年中白天最短、黑夜最长的一天，过了冬至，白天就会一天天变长。 冬至也是中国汉族一个传统节日，至今仍有不少地方有过冬至节的习俗。冬至俗称“冬节”、“长至节”、“亚岁”等。古人认为到了冬至，虽然还处在寒冷的季节，但春天已经不远了，这时外出的人都要回家过冬节，表示年终有所归宿。

……

小寒：传统意义为，气候比较寒冷。每年公历 1 月 4 或 5 或 6 日，太阳到达黄经 285°，时为小寒。

《月令七十二候集解》：“小寒，十二月节。月初寒尚小，故云，月半则大矣。”小寒的意思是天气已经很冷，中国大部分地区小寒和大寒期间一般都是最冷的时期，“小寒”一过，就进入“出门冰上走”的三九天了。

中国古代将小寒分为三候：“一候鴈北乡；二候鹊始巢；三候雉雊。”古人认为，候鸟中大雁是顺阴阳而迁移，此时阳气已动，所以大雁

开始向北迁移；此时北方到处可见到喜鹊，并且感觉到阳气而开始筑巢；第三候“雉鸲”的“鸲”为鸣叫的意思，雉在接近四九时会感受阳气的生长而鸣叫。

小寒正处三九前后，其严寒程度也就可想而知了。华北一带有“小寒大寒，滴水成冰”的说法，江南一带有“小寒大寒，冷成冰团”的说法。每年的大寒小寒虽说寒冷，但寒冷的情况也不尽相同。这时北京的平均气温一般在零下 5℃上下，极端最低温度在零下 15℃以下。东北北部地区，这时的平均气温在零下 30℃左右，午后最高气温平均也不过零下 20℃。黑龙江、内蒙古和新疆 45° N 以北的地区及藏北高原，平均气温在零下 20℃上下，40° N 附近的河套以西地区平均气温在零下 10℃上下，都是一派严冬的景象。秦岭、淮河一线平均气温则在 0℃左右，此线以南已经没有季节性的冻土，冬作物也没有明显的越冬期。而这时江南地区的平均气温一般在 5℃上下。

……

大寒：传统意义为，最冷的时节。每年公历 1 月 19 或 20 或 21 日，太阳到达黄经 300°，时为大寒。

《月令七十二候集解》：“大寒，十二月中。解见前。”《授时通考·天时》引《三礼义宗》：“大寒为中者，上形于小寒，故谓之大。寒气之逆极，故谓大寒。”这时寒潮南下频繁，是中国大部分地区一年中的最冷时期。风大，低温，地面积雪不化，呈现出冰天雪地、天寒地冻的严寒景象。

中国古代将大寒分为三候：“一候鸡乳育也；二候征鸟厉疾；三候水泽腹坚。”就是说到大寒节气便可以孵小鸡了；而鹰隼之类的征鸟，却正处于捕食能力极强的状态中，盘旋于空中到处寻找食物，以补充身体的能

量抵御严寒；在一年的最后五天内，水域中的冰一直冻到水中央，且最结实、最厚。

近代气象观测记录虽然表明，在中国绝大部分地区，大寒不如小寒冷，但是，在某些年份和沿海少数地方，全年最低气温仍然会出现在大寒节气内。大寒时节，中国南方大部分地区平均气温多为 6℃至 8℃，比小寒高出近 1℃。“小寒大寒，冷成一团”的谚话，说明大寒节气也是一年中的寒冷时期。小寒、大寒是一年中雨水最少的时段。常年大寒节气，中国南方大部分地区雨量仅较前期略有增加，华南大部分地区为 5 至 10 毫米，西北高原山地一般只有 1 至 5 毫米。大寒是一年中的最后一个节气，与立春相交接，春节不少年份是在大寒节气内。万象更新，人们欢庆一年一度的传统佳节。

……

至此，按照既定对于二十四节气内蕴的敬仰和时序的尊重，我们已经分别在 3 月 5 日惊蛰、5 月 5 日立夏、8 月 7 日立秋和今天立冬之日发表了戈阳青《咏中国农历二十四节气》中的“春季 6 首”、“夏季 6 首”、“秋季 6 首”和“冬季 6 首”，《咏中国农历二十四节气》24 首诗文已经全部公开发表。今天，《浩世微尘》文学经典网在《戈阳青新作》诗选目录中衔接开通了《立冬》、《小雪》、《大雪》、《冬至》、《小寒》、《大寒》等关于冬季节气的 6 首。

（2009 年 11 月 7 日）

2009 年 11 月 7 日，《浩世微尘》文学经典网今天集中发表戈阳青《吟中国农历二十四节气》24 首古韵诗文。

《立春》：开启冰封心畅想，卉木抽芽染绿妆。冬寒难锁春意梦，播下希望向阳光。

《雨水》：一汪春水润寒殇，银丝拂过故园堂。甘霖喜来滋万物，东风吹雨暖梓桑。

《惊蛰》：轻雷乍到惊蛰起，万象复苏微雨新。但待丛绿转浓时，回目群山已春醒。

《春分》：一半清晖一半月，柳枝月下对绮霞。春分过后思夜少，南燕飞回君郎家。

《清明》：清风明和春如镜，梧桐芳华梨花馨。淡香掠过寒食雨，天虹遥寄故人情。

《谷雨》：春江波动仙女菲，浓情泪水落田家。谷雨虽无天仙配，但得三月牡丹花。

《立夏》：村野田间湿蛄鸣，王瓜蟠藤迎孟夏。天地始交万物秀，满山红紫落霓霞。

《小满》：小受骄阳苦菜秀，柔枝弱草枯烈焰。麦熟昭示夏粮荏，籽粒灌浆待大满。

《芒种》：尽染三千绚丽景，风催芒种黄绿蓝。勤作却为秋收至，忙耕不啻夏播欢。

《夏至》：长昼透亮却无夜，骤雨惊雷顷刻间。东边日出西边雨，刘公钟恋夏晴天。

《小暑》：和风却被热浪淹，夏炎荏临入伏旱。蟋蟀床下庇荫去，老鹰纳凉高空盘。

《大暑》：烈日似火尤暑间，夏到极至酷浪旋。天公时有暴雨注，热过心头思凉还。

《立秋》：暑天烈焰欲难休，立个秋日为凉筹。霜风逐叶早晚至，蝉鸣渐寒却思忧。

《处暑》：暑气将去禾乃登，秋间万物始凋零。情热还需藏心处，待到来年夏日临。

《白露》：白露依依秋含情，凉风抚慰灼热心。收获已存凋零在，犹言陈述含羞亭。

《秋分》：秋分昼夜寒暑平，雷无声响静谧深。风和日丽桂香溢，道是秋爽好宜人。

《寒露》：秋寒降至斗指辛，露含霜冷欲结凝。鸿雁南去寻馨梦，菊花开时无鸟声。

《霜降》：初霜晶熠沃野上，夜谢云彩蛰眠长。苏翁叹秋千树黄，惟赞芙蓉独自芳。

《立冬》：寒水凝冰裹素装，白野冻土清冷长。既是冬意已降临，也为大地万灵藏。

《小雪》：雨凝寒气雪飞霜，夜恋小雪融光亮。忽望天空柳雪下，不见地上有银装。

《大雪》：仲冬时节絮纷纷，不闻寒号有声鸣。瑞雪沓来丰年兆，兰草萌动思阳春。

《冬至》：冬入三旬雪水陬，至寒数九冻梓桑。漫天长夜日之殂，阴极过后是恒阳。

《小寒》：寒峭三九冰雪僵，南去大雁萌归航。梅花枝头喜鹊乐，雉鸲感阳鸣生长。

《大寒》：冰天雪地寒流涌，欲固冬门似铁墙。爆竹声中辞旧岁，腊梅笑里迎春光。

我们再次代表广大读者恭贺《吟中国农历二十四节气》的诞生！感谢戈阳青先生将这一美好而厚重的文化传承呈现了给中华民族和世界！

……

（2009 年 11 月 7 日）

《冬至》注释：

冬至：传统意义为，进入数九寒天，昼短夜长。每年公历 12 月 21 或 22 或 23 日，太阳到达黄经 270°，时为冬至。

《月令七十二候集解》：“冬至，十一月中。终藏之气至此而极也。”《通纬·孝经援神契》：“大雪后十五日，斗指子，为冬至，十一月中。阴极而阳始至，日南至，渐长至也。”古人对冬至的说法是：阴极之至，阳气始生，日南至，日短之至，日影长之至，故曰“冬至”。早在二千五百多年前的春秋时代，中国已经用土圭观测太阳测定出冬至来了，它是二十四节气中最早制订出的一个。

中国古代将冬至分为三候：“一候蚯蚓结；二候麋角解；三候水泉动。”传说蚯蚓是阴曲阳伸的生物，此时阳气虽已生长，但阴气仍然十分强盛，土中的蚯蚓仍然蜷缩着身体。麋与鹿同科，却阴阳不同，古人认为麋的角朝后生，所以为阴，而冬至一阳生，麋感阴气渐退而解角。由于阳气初生，所以此时山中的泉水可以流动并且温热。

冬至过后，各地气候都进入一个最寒冷的阶段，也就是人们常说的“进九”，中国民间有“冷在三九，热在三伏”的说法。冬至是北半球全年中白天最短、黑夜最长的一天，过了冬至，白天就会一天天变长。 冬至也是中国汉族一个传统节日，至今仍有不少地方有过冬至节的习俗。冬至俗称“冬节”、“长至节”、“亚岁”等。古人认为到了冬至，虽然还处

在寒冷的季节，但春天已经不远了，这时外出的人都要回家过冬节，表示年终有所归宿。

（2026 年 12 月 22 日）