立　秋

戈阳青

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。

（2009.2）

戈阳青《立秋》（《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 8 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·秋》。2018 年发布珍藏版。2019 年发布明信片版。

《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。

《立秋》赏析释文：

夏天酷暑的烈焰仍依然是不肯罢休，就立个秋日吧为了那寒凉而准备着。含霜的风早晚会追逐着那树叶而来，到蝉鸣天渐寒时又要开始忧思冷了。

注释：

2009 年 8 月 7 日，今天是中国农历六月十七，今天酉时 18 时 7 分，我们将迎来中国农历二十四节气中的第十三个时节——立秋。《浩世微尘》文学经典网继续发表戈阳青新作《立秋》、《处暑》、《白露》、《秋分》、《寒露》、《霜降》等 6 首关于秋季节气的古韵诗文。

《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。

立秋：传统意义为，秋季开始，气温逐渐下降。每年公历 8 月 7 或 8 或 9 日，太阳到达黄经 135°，时为立秋。

《月令七十二候集解》：“立秋，七月节。 立字解见春。秋，揪也，物于此而揪敛也。”立秋一般预示着炎热的夏天即将过去，秋天即将来临。立秋又称交秋，立秋后虽然一时暑气难消，还有“秋老虎”的余威，但总的趋势是天气逐渐凉爽。

中国古代将立秋分为三候：“一候凉风至；二候白露降；三候寒蝉鸣。”是说立秋过后，刮风时人们会感觉到凉爽，此时的风已不同于暑天中的热风；接着，大地上早晨会有雾气产生；并且秋天感阴而鸣的寒蝉也开始鸣叫。

气候学上以每 5 天的日平均气温稳定下降到 22℃以下的始日作为秋季开始，这种划分方法比较符合各地实际，但与黄河中下游立秋日期相差较大。立秋以后，中国中部地区早稻收割，晚稻移栽，大秋作物进入重要生长发育时期。古人把立秋当作夏秋之交的重要时刻，一直很重视这个节气。据记载，宋朝时立秋这天宫内要把栽在盆里的梧桐移入殿内，等到“立秋”时辰一到，太史官便高声奏道：“秋来了。”奏毕，梧桐应声落下一两片叶子，以寓报秋之意。除长年皆冬和春秋相连无夏区外，中国很

少有在“立秋”就进入秋季的地区。秋来最早的黑龙江和新疆北部地区也要到 8 月中旬入秋，一般年份里，北京 9 月初开始秋风送爽，秦淮一带秋天从 9 月中旬开始，10 月初秋风吹至浙江丽水、江西南昌、湖南衡阳一线。

……

处暑：传统意义为，炎热即将过去。每年公历 8 月 22 或 23 或 24 日，太阳到达黄经 150°，时为处暑。

《月令七十二候集解》：“处暑，七月中。处，止也，暑气至此而止矣。”意思是炎热的夏天即将过去了。虽然，处暑前后中国北京、太原、西安、成都和贵阳一线以东及以南的广大地区和新疆塔里木盆地地区日平均气温仍在摄氏二十二度以上，处于夏季，但是这时冷空气南下次数增多，气温下降逐渐明显。

中国古代将处暑分为三候：“一候鹰乃祭鸟；二候天地始肃；三候禾乃登。”此节气中老鹰开始大量捕猎鸟类；天地间万物开始凋零；“禾乃登”的“禾”，指的是稻、黍、稷、粱、麦、菽等谷类作物的总称。“登”即成熟的意思。

由于华南处暑时仍基本上受夏季风控制，所以还常有华南西部最高气温高于 30℃、华南东部高于 35℃的天气出现。特别是长江沿岸低海拔地区，在伏旱延续的年份里，更感到“秋老虎”的余威。西北高原进入处暑秋意正浓，海拔 3500 米以上已呈初冬景象，牧草渐萎，霜雪日增。处暑是华南雨量分布由西多东少向东多西少转换的前期。这时华南中部的雨量常是一年里的次高点，比大暑或白露时为多。中国南方大部分地区这时也正是收获中稻的大忙时节。一般年辰处暑节气内，华南日照仍然比较充足，除了华南西部以外，雨日不多，有利于中稻割晒和棉花吐絮。可是少数年

份也有如杜诗所说“三伏适已过，骄阳化为霖”的景况，秋绵雨会提前到来。

……

白露：传统意义为，天气转凉，早晨草木上有了露水。每年公历 9 月 7 日或 8 日，太阳到达黄经 165°，时为白露。

《月令七十二候集解》：“白露，八月节。秋属金，金色白，阴气渐重，露凝而白也。”是说到了白露，阴气逐渐加重，清晨的露水随之日益加厚，凝结成一层白白的水滴，所以就称之为白露。阳气在夏至达到顶点，物极必反，阴气在白露时兴起。

中国古代将白露分为三候：“一候鸿鴈来；二候元鸟归；三候羣鸟养羞。”说此节气正是鸿雁与燕子等候鸟南飞避寒，百鸟开始贮存干果粮食以备过冬。可见白露实际上是天气转凉的象征。白露是农历八月的头一个节气。露是由于温度降低，水汽在地面或近地物体上凝结而成的水珠，所以，白露实际上是表征天气已经转凉。

这时人们就会明显地感觉到炎热的夏天已过，而凉爽的秋天已经到来了。因为白天的温度虽然仍达三十几度，可是夜晚之后，就下降到二十几度，两者之间的温度差达十多度。谚语曰：“处暑十八盆，白露勿露身。”意思说，处暑仍热，每天须用一盆水洗澡，过了十八天，到了白露，就不要赤膊露体了，以免着凉。另有谚语：“白露白迷迷，秋分稻秀齐。”意思说，白露前后若有露，则晚稻将有好收成。此时，对于中国华南地区而言，白露有着气温迅速下降、绵雨开始、日照骤减的明显特点，深刻地反映出由夏到秋的季节转换。华南常年白露期间的平均气温比处暑要低 3℃左右，大部分地区候的平均气温先后降至 22℃以下。

……

秋分：传统意义为，秋季的中间，昼夜平分。每年公历 9 月 22 或 23 或 24 日，太阳到达黄经 180°，时为秋分。

《月令七十二候集解》：“秋分，八月中。解见春分。”“分”示昼夜平分之意，同春分一样，此日阳光直射地球赤道，昼夜相等。此后，阳光直射位置更向南移，北半球渐趋昼短夜长，气温降低。秋分之“分”为“半”之意，中国古籍《春秋繁露·阴阳出入上下篇》中说：“秋分者，阴阳相半也，故昼夜均而寒暑平。”

中国古代将秋分分为三候：“一候雷始收声；二候蛰虫坯户；三候水始涸”。古人认为雷是因为阳气盛而发声，秋分后阴气开始旺盛，所以不再打雷了。

从秋分这一天起，气候主要呈现三大特点：阳光直射的位置继续由赤道向南半球推移，北半球昼短夜长的现象将越来越明显，白天逐渐变短，黑夜变长（直至冬至日达到黑夜最长，白天最短）；昼夜温差逐渐加大，幅度将高于 10℃以上；气温逐日下降，一天比一天冷，逐渐步入深秋季节。秋分时节，长江流域及其以北的广大地区，均先后进入了秋季，日平均气温都降到了 22℃以下。北方冷气团开始具有一定的势力，大部分地区雨季刚刚结束，凉风习习，碧空万里，风和日丽，秋高气爽，丹桂飘香。秋分是美好宜人的时节，也是农业生产上重要的节气。秋分后太阳直射的位置移至南半球，北半球得到的太阳辐射越来越少，而地面散失的热量却较多，气温降低的速度明显加快。农谚说：“一场秋雨一场寒”，“白露秋分夜，一夜冷一夜”。

……

寒露：传统意义为，气温更低，空气已结露水，渐有寒意。每年公历 10 月 7 或 8 或 9 日，太阳到达黄经 195°，时为寒露。

《月令七十二候集解》：“寒露，九月节。露气寒冷，将凝结也。”是说寒露时气温比白露时更低，地面的露水更冷，快要凝结成霜了。《素问·六元正纪大论》：“五之气，惨令已行，寒露下，霜乃早降。”《通纬·孝经援神契》：“秋分后十五日，斗指辛，为寒露。言露冷寒而将欲凝结也。”此时全国大部分地区天气凉爽。

中国古代将寒露分为三候：“一候鸿鴈来宾；二候雀入大水为蛤；三候菊有黄华。”此节气中鸿雁排成一字或人字形的队列大举南迁；深秋天寒，雀鸟都不见了，古人看到海边突然出现很多蛤蜊，并且贝壳的条纹及颜色与雀鸟很相似，所以便以为是雀鸟变成的；第三候的“菊始黄华”是说在此时菊花已普遍开放。

寒露时节，中国南岭及以北的广大地区均已进入秋季，东北和西北地区已进入或即将进入冬季。北京大部分年份这时已可见初霜，除全年飞雪的青藏高原外，东北和新疆北部地区一般已开始降雪。寒露以后，北方冷空气已有一定势力，大部分地区在冷高压控制之下，雨季结束。天气常是昼暖夜凉，晴空万里，对秋收十分有利。中国大陆上绝大部分地区雷暴已消失，只有云南、四川和贵州局部地区尚可听到雷声。华北 10 月份降水量一般只有 9 月降水量的一半或更少，西北地区则只有几毫米到 20 多毫米，干旱少雨成为常态。

……

霜降：传统意义为，天气渐冷，开始有霜。每年公历 10 月 22 或 23 或 24 日，太阳到达黄经 210°，时为霜降。

《月令七十二候集解》：“霜降，九月中。气肃而凝露结为霜矣。《周语》曰：驷见而陨霜。”霜降节气含有天气渐冷、开始降霜的意思。古籍《二十四节气解》中说：“气肃而霜降，阴始凝也。”气象学上，一

般把秋季出现的第一次霜叫做“早霜”或“初霜”，而把春季出现的最后一次霜称为“晚霜”或“终霜”。

中国古代将霜降分为三候：“一候豺祭兽；二候草木黄落；三候蛰虫咸俯。”此节气中豺狼将捕获的猎物先陈列后再食用；大地上的树叶枯黄掉落；蜇虫也全在洞中不动不食，垂下头来进入冬眠状态中。

此时，中国黄河流域已出现白霜，千里沃野上，一片银色冰晶熠熠闪光，此时树叶枯黄，在落叶了。而此时在纬度偏南的中国南方地区，平均气温多在16℃左右，离初霜日期还有三个节气。在华南南部河谷地带，则要到隆冬时节，才能见霜。从终霜到初霜的间隔时期，就是无霜期。也有把早霜叫“菊花霜”的，因为此时菊花盛开，北宋文学家苏轼有诗曰：“千树扫作一番黄，只有芙蓉独自芳”。陆游在《霜月》中写有“枯草霜花白，寒窗月新影。”说明寒霜出现于秋天晴朗的月夜。秋晚没有云彩，地面上如同揭了被，散热很多，温度骤然下降到 0℃以下，靠地面不多的水汽就会凝结在溪边、桥间、树叶和泥土上，形成细微的冰针，有的成为六角形的霜花。

……

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 日立夏和今天立秋之日发表了戈阳青《咏中国农历二十四节气》中的“春季 6 首”、“夏季 6 首”和“秋季 6 首”。“冬季 6 首”，我们将在 11 月 7 日立冬时，依次集中发表。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《立秋》、《处暑》、《白露》、《秋分》、《寒露》、《霜降》等关于秋季节气的 6 首。为了保持二十四节气的贯通性，我们继续在目录中保持了不中断的完整，关于“冬季 6 首”，待依次发表时链接开通。

（2009 年 8 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，夏炎莅临入伏旱。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）

《立秋》注释：

立秋：传统意义为，秋季开始，气温逐渐下降。每年公历 8 月 7 或 8 或 9 日，太阳到达黄经 135°，时为立秋。

《月令七十二候集解》：“立秋，七月节。 立字解见春。秋，揫也，物于此而揫敛也。”立秋一般预示着炎热的夏天即将过去，秋天即将来临。立秋又称交秋，立秋后虽然一时暑气难消，还有“秋老虎”的余威，但总的趋势是天气逐渐凉爽。

中国古代将立秋分为三候：“一候凉风至；二候白露降；三候寒蝉鸣。”是说立秋过后，刮风时人们会感觉到凉爽，此时的风已不同于暑天中的热风；接着，大地上早晨会有雾气产生；并且秋天感阴而鸣的寒蝉也开始鸣叫。

气候学上以每 5 天的日平均气温稳定下降到 22℃以下的始日作为秋季开始，这种划分方法比较符合各地实际，但与黄河中下游立秋日期相差较大。立秋以后，中国中部地区早稻收割，晚稻移栽，大秋作物进入重要生长发育时期。古人把立秋当作夏秋之交的重要时刻，一直很重视这个节

气。据记载，宋朝时立秋这天宫内要把栽在盆里的梧桐移入殿内，等到“立秋”时辰一到，太史官便高声奏道：“秋来了。”奏毕，梧桐应声落下一两片叶子，以寓报秋之意。除长年皆冬和春秋相连无夏区外，中国很少有在“立秋”就进入秋季的地区。秋来最早的黑龙江和新疆北部地区也要到 8 月中旬入秋，一般年份里，北京 9 月初开始秋风送爽，秦淮一带秋天从 9 月中旬开始，10 月初秋风吹至浙江丽水、江西南昌、湖南衡阳一线。

（2026 年 8 月 7 日）