

今天，空气中依然弥漫着燥热的气息，却不知不觉到了立秋。老话说得好，立了秋，枣核天，热在中午，凉在早晚。秋老虎还将肆虐，防暑不能马虎。一阵秋雨一阵凉，早晚要记得添衣啊。

记者 陈也喆/文 章丽珍/绘

今日立秋，百病皆休

【一扇风】

立了秋，便把扇子丢。

不知是谁，轻轻扇来凉风，整个人都清醒澄澈了。

高晓松曾为已故前女友筠子写过一首叫《立秋》的歌：

总要有些随风，有些入梦，有些长留在心中，于是有时疯狂，有时迷惘，有时唱……

这样一个季节交替的时节，一阵秋风，把过往带走，有些如梦，有些长留心间，周而复始，往事如风，人生不过几十个夏秋。

南宋诗人刘翰留下一首《立秋》诗：

乳鸦啼散玉屏空，一枕新凉一扇风。

睡起秋声无觅处，满阶梧叶月明中。

小乌鸦的啼声刺耳，渐渐散去后，只剩下玉屏风，临风寂寞地立着。

其实寂寞的岂是玉屏风，明明是形单影只的自己。

秋风习习，枕边阵阵凉意，就像有人在耳畔为你轻轻打扇，其实并无一人。

朦胧中醒来，起身寻觅秋色，却只看到梧桐叶散落满地，沐浴在朗朗月光中。

刘翰还写过《立秋前一日览镜》：

万事销身外，生涯在镜中。

惟将两鬓雪，明日对秋风。

立秋一到，冷热多变，仿佛一袭凉风，就能让人感受世态炎凉，寂寞与孤独泛上心头，让人辗转反侧，多思多虑。这是立秋时节诗人的感慨。

诗人总能捕捉到普通人不易察觉的心绪，在诗里，我们照见最真实的自己。

【惹秋思】

立秋，是容易惹相思情愁的季节。

林黛玉病卧潇湘馆，秋夜听雨，哀伤自己与宝玉的关系疏淡，有感而发，泪眼朦胧地写下一首《秋窗风雨夕》：

秋花惨淡秋草黄，耿耿秋灯秋夜长。

已觉秋窗秋不尽，那堪风雨助凄凉……

这是林黛玉感怀身世的悲愁，也几乎是大观园群芳萧疏的前奏，秋天过后，就要万花凋谢，万艳同悲了。

秋思不光是小女子有，白居易有一首《立秋日曲江忆元九》，也是满满的离愁别绪：

下马柳阴下，独上堤上行。

故人千万里，新蝉三

两声。

城中曲江水，江上江陵城。

两地新秋思，应同此日情。

元九是那个写《莺莺传》的元稹，他和白居易是好朋友。

立秋那天，白居易骑马游曲江，踽踽独行，蝉声在耳，忽然就想到千里之外的元稹了。

一个在曲江之畔，一个在江陵城中，一样的秋色，元稹在那一头，应该也正在思念自己吧。

他们同样被贬谪，同样有过人生的辉煌与低落，休戚相关的命运升华了他们的友情。

在寂寂的秋色中，思念更浓。

【秋屁股】

立秋的习俗不少，其中一项是称体重。

《清嘉录》上说，立夏过后，家家户户以大秤称人的体重，到了立秋那日再称一次，看看这个夏天是重了，还是轻了，肥了，还是瘦了？

为什么会有这样的习俗呢？

因为南方苦热，环境潮湿，入夏常常使人睡不好，又吃不好，古人称“蛀夏”，也叫“苦夏”。

蛀，用同“症”，是微热食少，身倦肢软，渐见消瘦的意思。如果瘦了下来，立秋开始就该贴秋膘了。

立秋，还有一个可爱的习俗，叫作“补秋屁股”。

补秋屁股，听上去有些不雅，其实是用五色布，或七色布，剪成大小不同的方块，错角重叠，粘连缝就，补在小孩的衣服后襟上。

立秋是腹泻高发期，小孩后襟上醒目的布，像是在给大人们警醒：千万注意小儿饮食，不要让他（她）闹秋痢。

有些地方，还时兴在立秋那天，在红纸上写下“今日立秋，百病皆休”，贴于墙上。

进门的人，一看这吉祥话，心情愉悦了，小病小痛自然就消减了大半，这也算是心理疗法了。

【爱情树】

明代田汝成的《熙朝乐事》中记载：“立秋日，男女咸戴楸叶，以应时序；或以石楠红叶，剪刻花瓣，扑插鬓边。”

石楠树，是杨贵妃与唐玄宗的爱情之树。

唐朝专写宫词的王建有一首《看石楠花》诗：

留得行人忘却归，雨中须是石楠枝。

明朝独上铜台路，看见花开少许时。

杨贵妃日常梳洗的地方，叫华清宫，华清宫里有个端正楼，端正楼就是“春寒赐浴华清池，温泉水滑洗凝脂”的地方。

后来，杨贵妃被赐死马嵬坡，唐玄宗老泪纵横，草草掩埋了心爱之人，就往蜀中去了，途经一座寺庙。

庙里有一棵石楠树，开满了雪白的小花，一簇

一簇合成团。

他不禁想起肤白貌美的杨贵妃，以及他们温存过的端正楼，于是给石楠树取名“端正树”。

石楠树于是从名不见经传的植物，摇身一变，沾上了帝王之气。

石楠树春天开花，到了秋天，叶子转红。立秋那天，古代女子最喜把石楠叶剪成花瓣的形状，斜插在耳鬓，俏皮妩媚。

乍红的叶子，簪成一朵花，是初秋扑面而来的气息。

