



过了腊八就是年

——腊八节的由来和习俗

今天是农历十二月初八。腊八,是进入“忙年”的开始。腊八一过,年味就越来越浓了,从喝腊八粥开始,之后便是祭灶、扫房、炸年糕、宰猪羊、写春联等等,直到腊月的最后一夜过除夕。民间流传着这样一首童谣:“小孩小孩你别馋,过了腊八就是年。腊八粥喝几天,哩哩啦啦二十三。”在天真童趣里流露出孩童们到了腊月对过年的无限期盼。

腊八节的由来

腊八节,又称“腊八”,日期在农历十二月初八(农历十二月,俗称腊月),原意是祭祀祖先和神灵,祈求丰收吉祥。相传这一天是释迦牟尼成道之日,也称“法宝节”,是佛教徒的盛大节日之一。

关于腊八节的起源,学界尚有争议,但一般认为古代的腊祭仪式为其雏形。不过,秦汉之前,腊祭的日子并不固定。汉代时,以冬至后第三个戌日为“腊日”。腊八节最终得以形成和确定“初八”这个日期,是佛教进入中国以后的事情。南北朝时期,佛教因受官方提倡而日益兴盛,在传说中佛祖成道之日的十二月初八,佛家会举行纪念活动。于是,作为君王祭祀节日的腊八,便与佛教中的“佛成道节”合流,也借此扩大了它在官方和民间社会的影响,成为一个民俗节日。



腊八粥习俗

从宋代开始,我国便有腊八节吃腊八粥的习俗。宋人周密的《武林旧事》曾载有:“八日,则寺院及人家用胡桃、松子乳蕈、柿、栗之类做粥,谓之‘腊八粥’”。寺院将米、栗、枣、果仁等材料煮成腊八粥散发给民众,民众认为喝了寺院的腊八粥后,可以得到佛祖的保佑,因此也把它叫做“佛粥”。在民间,家家户户也要做腊八粥,祭祀祖先;同时,阖家团聚在一起食用,或者馈赠亲朋好友。如果把粥送给穷苦的人吃,更是积德行善之举。只不过如今的“舍粥”已没有了救济穷人之意,而是提示人们不要忘记本。在我区一些寺庙,每年到了腊八节这一天,也都会免费施粥。

腊八节起源于中华民族对于农耕文明的“时间自觉”,它的延续又是通过佛教文化对世俗民众的影响。最关键的是,从佛门施粥,进而发展到民间赠粥,是以佛教的“乐善好施”精神,为腊八节提供了一种关于“仁爱”和“感恩”的核心文化内涵。同时,腊八粥中寄托了人们对于生活的美好愿望。粥在做时需用文火慢慢熬到粘稠,这是因为要取其“粘连”谐音,寓意“连年丰收”。至于那些配料,桂圆好比“富贵团圆”,百合象征“百事和睦”,核桃代表“和和美美”,红枣花生则是“早生贵子”。关于“好日子”的愿望,就这样通过食材的美妙寓意而与舌尖上的味道联结了起来,它炸开在味蕾之上,也被安放到了心底里。



各地腊八节食俗

除去喝腊八粥,各地还流行着各种腊八节食俗。

● 腊八酒和腊八蒜

在腊八这天,老北京的百姓家要泡腊八酒及腊八蒜。

泡腊八酒是将紫皮蒜瓣泡在黄酒或高粱酒里,封好口待春节时打开饮用,腊八酒香味扑鼻,还可通血脉、暖肠胃。

腊八蒜也称腊八醋,是一道主要流行于北方,尤其是华北地区的传统小吃。做法极其简单,就是将紫皮蒜瓣泡在陶瓷罐内,倒满米醋密封好,等到除夕春节吃饺子及拌凉菜吃。这种醋酸中带辣,泡好的蒜色泽呈青绿色,通体碧绿,如同翡翠碧玉,分外好看,吃在嘴里分外香脆。

关于老北京用醋或酒泡“蒜”的食俗,还有一种说法,这要从“蒜”与“算”的谐音说起。旧京时各家商号店铺有在年前腊月结账的习俗,即要清算一年的收支盈亏,核查自家所欠外债及应收货款债款。当时,一般是在腊八日这天起清算,正如俗语说的“吃过腊八饭,就把年事办”,因此,腊八节也称“腊八算”。自腊八这天起,店员或放债人去催索债款,常带一小罐腊八泡的蒜送给欠债人,欠债人一看就明白是催还债款来了。借债的穷苦百姓或小商小贩无力还债时,就在腊八、腊月十八、腊月二十八这几天出去躲债。因此,老百姓为了回避算账索债的人在腊八时“算账”,就做“腊八蒜”或“腊八酒”,把它们吃掉喝掉,以除晦气,欢欢喜喜过个平安年、吉祥年。



● 腊八冰

腊八节,老北京除煮粥供佛、舍粥食粥等习俗外,宫廷王府的冰窖从腊八节这天起还要储存冰块。“腊七腊八,冻死寒鸭”,腊八时节已是冰封严寒之时,人们将皇城之内“三海”(南海、中海和北海)等湖泊内结的冰,运输至景山西门外的雪池冰窖等皇家冰窖里,待暑天时,供皇官贵族们享用。

在民间也有吃“腊八冰”的民俗。吃腊八冰是在腊八的前一两天用陶瓷盆盛满凉水,放在院中结成冰,待腊八这天早上磕出冰块全家分食。旧时的说法是“吃了腊八冰,来年一年不肚疼”,虽然无法判断其科学依据,但其蕴含了人们期盼身体健康的愿望。

● 腊八豆腐

腊八豆腐是安徽省黟县地区民间传统小吃之一。在春节前夕的腊月初八,家家户户都要晒制豆腐,民间将这种晒制的豆腐称作“腊八豆腐”。制作方法是先用上等小黄豆做成豆腐,切成圆形或方形的块状,然后抹上盐水,在上部中间挖一小洞,放入适量食盐,置于冬日温和的阳光下慢慢烤晒,使盐分逐渐吸入,水分也逐渐晒干,即成腊八豆腐。其成品色泽黄润如玉,入口松软,味咸带甜,平时用草绳悬挂在通风处晾着,吃时摘取,一般可晾放三个月。招待贵宾时,黟县人还将其雕刻成动物、花卉,浇上麻油,拌上葱姜蒜等佐料,配成冷盘,成为酒宴佳肴。

● 腊八面

在陕西省渭北一带的澄城地区,腊八节一般是不喝粥的,每年的农历腊月初八早上,家家户户都要吃碗腊八面。腊八面以面和各种豆类(红豆为主)为原料,面需做成韭叶面备用。红豆提前泡一晚,腊八这天用来熬汤,待水开时转小火至红豆熟透,中火煮面。同时热油,将葱花爆香,面煮好后将葱油泼入锅中。

● 麦仁饭

青海西宁腊八节并不喝粥,而是吃麦仁饭。腊月初七晚上将新碾的麦仁与牛羊肉同煮,加上青盐、姜皮、花椒、草果、茴香等佐料,经一夜文火煮熬,肉、麦交融成糜状,异香扑鼻,十分可口。

(来源:“中国非物质文化遗产保护中心”公众号)

