

## 春风送暖入屠苏

□ 谈宜斌



酒食相邀呼为别岁，至除夕夜达旦不眠为守岁。”

除夕饮用的酒品主要是屠苏。这种酒的称呼原是草庵之名，相传是三国时期的华佗创制的，具有除邪避疫、祛风散寒、益气温阳等药用功效。后经唐代

名医孙思邈的完善和推崇，无数典籍转载以及民间千百年实践的总结，使其更具有无可比拟的影响力。李时珍的《本草纲目》就指出：“屠苏酒，陈延之小品方云：此华佗方也。元旦饮之，避疫疠一切不正之气。”

屠苏的配制方法，明代屠隆的《遵生八笺》记载：“屠苏方：大黄十六铢，白术十五铢，桔梗十五铢，蜀椒十五铢，去目桂心十八铢，去皮乌头六铢，去皮脐芫荽十二铢。”按马南邨的《燕山夜话》解释，古人把一两分为二十四铢，照这些分量按方配制，就成为屠苏酒。清代梁章钜的《归田琐记》记得详细一些：“盖孙思邈出庵中之药，与人作酒，因遂名为屠苏酒尔。其方为：大黄、桔梗、白术、肉桂各一两八钱，乌头六钱，芫荽一两二钱，各为末，用袋盛，以十二月晦日中悬沉井中，令至泥，正月朔旦，出药置酒中，煎数沸于东向户中饮之。”

饮屠苏有个规矩，初饮时不能同时共饮，大家干杯，而要让年龄最小的先来，然后依次及长而饮。即便不喝酒的也要拿起酒杯碰触一下嘴唇，婴幼儿则由大人用筷子沾一点酒放在嘴里。因为过了除夕，迎来了新的一年，每人都要增寿一岁，年少者特别是孩子得一岁，蓬勃向上，得首先祝贺其健康成长，所以先饮；年老者失一岁，岁月不由人，没有什么可贺的，故而退居最后才饮。正如苏东坡诗云，“但把穷愁博长健，不辞最后饮屠苏”“年年最后饮屠苏，不觉来年七十岁”。

随着现代酒业的发展，屠苏已经退出了历史舞台。但在万家灯火、合家欢聚的除夕之夜，全家人围坐在一起，吃团圆饭、喝团圆酒、守岁迎春的风俗依然存在。借用北宋王安石《元日》诗：“爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏。千门万户曈曈日，总把新桃换旧符。”

(作者系中国科普作家协会会员)



乡谚说：二十三，糖瓜粘。在乡间，腊月二十三这天祭过老灶爷后，便开始紧锣密鼓地进入过年“倒计时”。“二十四，扫房子”是老家的传统习俗，“腊月二十四”这天是乡亲们约定俗成的扫除日，也是年前的第一项准备。按照风俗，各家各户都要在这一天进行一番大扫除，清洗各种器具，拆洗被褥窗帘，洒扫六间庭院，掸拂尘垢蛛网，疏浚明渠暗沟，把一年来家中积存的陈灰垢土彻底打扫一遍，村子里到处洋溢着欢欢喜喜搞卫生、干干净净迎新春的气氛。按民间流传的说法，因“尘”与“陈”谐音，新春扫尘有“除陈布新”的涵义，其用意是要把一切“穷运”“晦气”统统扫出门，寄托着人们破旧立新的愿望。

在童年的记忆中，腊月是一年里农闲时节，而且过了小年，各家各户过年的东西基本准备齐了，不需要大动烟火了，因此各家各户都会把一年没碰过的笤帚的尘土蛛网，炕席底下的积尘清扫干净，并且清洗各种生产生活用具，一派忙乱而又欢乐的景象。虽然当时农村居住条件极其简陋，但到了腊月二十四这天，扫房子却是必不可少的一环。每到这一天，大人拿扫帚，小孩拿鸡毛掸子，全家老少齐上阵，集中力量大扫除，记忆中的年味也从这天开始，这个时候已经进入寒假了，孩子们也就成了大人的好帮手，这个时候可能是一年最乐意干活的时候，兴冲冲地找来长长的竹竿子准备绑鸡毛掸子，这样才能扫除高处的灰尘，可往往绑好后已经成为自己最新式的武器，威风地举着和院子里的小伙伴们追逐起来。

扫房子是一项费时费力的“大工程”，也是家里的一件大事，母亲常挂在嘴边的一句话就是“有钱没钱，打扫干净好过年”。到了那一天，全家老少齐动员、笤帚抹布同上阵，把屋角的蜘蛛网、房梁上的灰尘全部扫干净，通常要忙上一整天，弄得腰酸背痛。老家住的是土坯房，冬天乡下都有在堂屋生炉子取暖的习惯，一个冬天烟熏火燎下来，堂屋土墙上糊的那层报纸早已面目全非。父亲是乡村教师，每年放寒假回到家里总是捎回来一沓子废旧报纸。等到腊月二十四这天早上，母亲打好一大盆浆糊后，父亲便招呼我和哥哥姐姐开始糊报纸。父亲站在自制的木梯上，把土墙上的旧报纸一张张揭掉，然后我和哥哥姐姐小心翼翼地将其拆叠好放起来。毕竟在那个几乎没有任何课外读物的年代，这些糊墙的旧报纸曾经是我们了解外面世界的一扇窗口，滋养着我们求知若渴的心灵。等把墙上的旧报纸全部揭下来后，我和哥哥姐姐轮流端着盛满浆糊的盆，父亲手里挥舞着刷子，开始往斑驳粗糙的土墙刷浆糊。随着一张张散发着油墨清香的报纸上了墙，阴暗的土屋里顿时亮堂了许多，一下子增添了不少过年的喜庆气氛。

再后来，等我上到小学二年级的时候，我们家随父亲来到了他任教的那所乡村学校。学校的住房也很紧张，但考虑到父亲孩子多，照顾性地给我们全家安排了三间临时住房，虽然这几间房子也是脏乱不堪，但和过去那种伸手就能摸到屋檐的土坯房相比，已经足以让我和哥哥姐姐欢喜不已了。记得搬进新房后第一年的腊月二十四，父亲不知从哪里弄来了半鱼皮袋石灰，吩咐我和哥哥姐姐找来几个废弃的塑料桶，然后将石灰分别倒进桶里并掺水搅拌。在父亲的带领下，我们一家老小干起了“粉刷匠”的活计。经过整整一个上午的劳动，虽然衣服上鞋上甚至脸上溅上了星星点点的石灰水，特别是我手上经过石灰水的侵蚀火辣辣地疼，但一看到家中灰暗的墙壁焕然一新，所有的劳累和疼痛顿时烟消云散了。

如今，我已经走出乡村在城市生活了二十多年，虽然生活条件和生活环境有了很大改善，但“二十四，扫房子”的习俗我一直根深蒂固地传承着，坚守着。可能是我和妻子都是在农村长大的缘故，每逢腊月二十四这天，我们都会自己动手来一次彻底的“扫房子”，儿子忙前忙后成为我们的小帮手，高高举着鸡毛掸子清除墙角的蜘蛛网，妻子一遍遍不厌其烦地擦家具电器，我站在凳子上小心地擦着窗户上的玻璃，一家人其乐融融，累并快乐着。然而，对于身边那些年轻人来说，他们既不知道那些流传在民间的民俗传说，更不懂得祖辈留下来的那些名目繁多的老规矩，他们或许还会在心里暗自发笑：为什么非得选择二十四扫房子呢，年前哪一天有时间搞一次家庭大扫除不就行了。当然，由于工作的繁忙和生活水平的提高，这些年轻人会让家政公司来承担这一“传统项目”，把自己从“扫房子”的习俗中解放出来。

流光飞逝，岁月更迭，不管扫房子的方法如何改变，但是“二十四，扫房子”这一约定俗成的习俗仍在传承着，这也可以说人们延续的是中华民族一种抹不去的过年情结。

(作者为科普专栏作者)

## 一十四，扫房子

□ 梁永刚

## 糖瓜好吃别贪嘴

□ 高健 程景民

灶糖如糖瓜、关东糖供着，既有在他升天到玉皇大帝那儿禀报时，请他多多美言之意，又有以糖粘上灶王爷的嘴不让他多说之心。北京有这么一句歇后语：“灶王爷升天——好话多讲。”

“二十三，糖瓜粘”这段顺口溜，也是表达人们对未来美好生活的期望，期盼来年平安吉祥，五谷丰登。

“糖瓜”是一种用黄米和麦芽熬制成的糖，把它抽为长条型的糖棍称为“关东糖”，拉制成扁圆型就叫做“糖瓜”。冬天把它放在屋外，因为天气严寒，糖瓜凝固得坚实而里边又有些微小的气泡，吃起来脆甜香酥粘，香甜可口，营养丰富，别有风味。

糖瓜好吃但不宜多吃

糖瓜黏性大，吃完糖瓜后要要及时清理口腔，否则残糖经过口腔内的细菌作用，很快就会转化成为酸性物质腐蚀牙齿。戴假



二十三，糖瓜粘

牙的人，应当心假牙和糖一起被咽下去。换牙期的儿童别吃糖瓜，因为这样会加速牙齿的松动。糖瓜的制作原料中有黄米，

有一定营养价值，在冬天食用糖类能够补充能量，但它的含糖量和热量较高，不宜过多食用，尤其是糖尿病、肥胖症、高血压等病的患者更应注意，别让病情复发或加重。糖分摄入过多容易增加糖尿病的风险，导致肥胖患者比例明显增加；同时，过多摄入糖分可以使儿童更容易发生近视，原有近视可能会加重；摄入糖分过多还会增加心血管疾病的风险。研究发现，冠心病的死亡率与使用糖的消耗量成正比；摄入糖分食物过多会引起维生素缺乏、缺钙、缺钾等各种营养问题；糖分摄入过多还会增加癌症的风险。

所以说，过多摄入糖分对人体造成诸多伤害，建议大家要低糖饮食，糖瓜好吃但不宜多吃！

(第一作者系山西医科大学图书情报专业硕士研究生、第二作者系中国食品科学技术学会理事、山西医科大学教授)

## 此心安处是我家

□ 单守庆

临近鼠年春节暴发的新冠疫情，在临近牛年春节的时候仍未消失，出现多点零星散发病例甚至局部聚集性疫情。疫情之下，过年还回家吗？年夜饭还能和老家的人在同一个餐桌上吃吗？我听到一个又一个说“不”的声音，还有或详或略的潜台词：防控疫情的非常时期，“无常，才是正常”。

那是2003年非典在北京蔓延时，93岁的妈妈在千里之外给我打来电话：“听说北京有传染病了，你们回家吧，别等过年回家了。”我和她老人家细说相关情况免去挂念，随后坚定地表示：“过年肯定回家！”放下电话，我继续给报社写稿《“非典”时期吃的学问》(中国食品报，2003年5月25日)……

18年前妈妈打来的这个电话，是我接听无数次电话中印象最深的一次。伟大的母爱，体现在“无常，才是正常”：平时几乎

不动用电话的妈妈，喜欢“当面锣、对面鼓”，这次却操起了电话，因为“无常”状态下的情况紧急；“无常”之时，妈妈提出非常要求：回家不必等过年。

每逢佳节倍思亲。在眼下牛年“年味”越来越浓的日子，我一次次忆起妈妈那个“回家不必等过年”的电话。如果妈妈不是95岁那年永远地离开了我们，而是知道了我在去年6月居家隔离半个多月不曾迈出小区大门半步，知道了此时全国上下都在提倡“就地过年”，知道了人员少流动、少聚集、少聚餐对防控疫情大有好处，她老人家又会打破常规打来电话吗？还会说些“无常，才是正常”的话吗？

会的。妈妈还会以变应变，把“盼望回家吃年夜饭”变成“希望别回家吃年夜饭了”。甚至会凭她的勤奋好学，很快解决了文化方面的“扫盲”和智能时代的“用机

难”，且学以致用，她也许会通过华为最高端的5G手机发表了一封公开信《疫情之下的年夜饭》。

信中写道：“疫情之下，大可不必为那顿年夜饭纠结，不用特意回家，不要勉强回家，更不可违规回家。此心安处是我家。辞旧迎新的年夜饭，家人来相聚，不如家人都平安。万能的智能手机全给了：能和对方说话，能给对方留话，能通过视频感受身临其境，能在视频里对酒当歌……离过年还有一个多月的时间，就有了‘就地过年’的倡议，随后不仅‘就地过年’的倡议越来越多，还有‘就地过好年’的措施和办法来自方方面面。那么就好吧，人在哪，就在哪吃年夜饭！别样的年夜饭，同样的仪式感。别样的年文化，同样的大团圆。”

信中还写道：“当多点零星散发病例甚至局部聚集性疫情遇上春运大潮，各地正在

扎牢扎密防控网，下足精准的“绣花”功夫，管好春节疫情防控这道考题，对就地过年进行分级分类：高风险地区群众均就地过年，中风险地区群众原则上就地过年，低风险地区倡导群众就地过年。”

小年已过，年夜饭就要开饭了。我也借此机会祝福读者、编者朋友：吃好牛年年夜饭，喜迎牛年都平安。

(作者系中国药膳研究会副会长兼民族药膳专业委员会主任委员，中国科普作家协会食品科普创作专业委员会主任委员)



## 中消协揭盲盒营销四大问题

□ 科普时报记者 崔爽

盲盒是时下流行的营销手段。商家在相同的盒子中放置不同的商品，消费者事先不知道盒子里装的是哪一款，但有一定概率抽到心仪的商品。这种类似于抽奖的营销策略极易刺激消费者购买的欲望，尤其对青少年群体很有吸引力。

科普时报记者近日从中消协获悉，据媒体报道及消费者投诉情况看，盲盒市场主要存在几大方面的问题：商家过度营销，消费者易中套“上瘾”；商家涉嫌虚假宣传，到手货品与宣传不符；产品质量难以保障，假劣、“三无”产品时有出现；消费纠纷难以解决，售后服务亟待改善。

由于有利可图，除最初的玩具外，餐

饮、美妆、文具、图书等诸多消费领域都掀起了“盲盒风”。有调查显示，2019年国内盲盒行业市场规模为74亿元，预计2021年将突破百亿。

在盲盒经济迅猛发展的同时，伴随而来的一些问题不容忽视。中消协认为，上述商家过度营销等行为，不仅损害了消费者的合法权益，也扰乱了市场秩序，不利于行业的健康发展。经营者要切实遵守《消费者权益保护法》《电子商务法》《产品质量法》等法律法规的规定。

中消协认为，盲盒的基本属性是商品，经营者必须承担法定的质量担保责任。无论盲盒是按照正品还是附属品销

售，其本身都是商品，经营者都必须承担法定的质量担保责任。一方面，要保证产品来源可靠、链条完整，杜绝“三无”产品和仿冒品；另一方面，积极履行退货、更换、修理等经营者义务，不得以“附赠品”“抽奖品”等借口免除质量保证和售后服务义务。

盲盒经营者应确保商品质量信息真实，保障消费者知情选择。尽管盲盒销售中关于产品的款式等存在一定的保密性，但关系产品质量和服务的信息，如产地、成分、生产日期、保质期、使用存储条件、安全警示、价格、“三包”等均应当充分告知，保证真实全面，不得作出虚假、

夸大或者引人误解的宣传，让盲盒内在物品的商品价值、出现概率、分布方式等关键信息真实透明，保障消费者的知情权。

盲盒营销适度，不可误导消费者冲动消费。如果经营者过度依靠盲盒营销的噱头，用一些粗制滥造的产品糊弄消费者，只能产生短期的吸引力，会很快消耗消费者的信任，损害自身商业信誉，企业难以获得长久发展。

同时，中消协提醒广大消费者要有风险防范意识，保持理性的消费理念：要认清风险理性消费，适度消费勿盲目跟风；保留购物票据等相关凭证，权益受损应依法维权。

## 有一种年货叫妈妈的味道

□ 董云

进入腊月之后，人们便投入到了越来越浓烈的“年”的氛围之中。这不，笔者响应国家的号召，准备一改往年春节假期必回南方父母家过年的习惯在京就地过年。

明事理的老娘得到消息后，立即动手准备了“妈妈味道”的年货快递过来。收到远在云南的老娘寄来的年货时，发现里面除了妈妈亲自做的我们家过年必吃的酥肉、香肠等之外，还有牛肉干巴，就得瑟地在朋友圈晒了一下。于是，就有好事者问什么叫干巴？是干巴巴的牛肉吗？

西南联大时期，曾在昆明生活数年的大文人汪曾祺先生专门为非云南人写了一篇讲云南美食的文章，里面就写到了牛肉干巴。在他的笔下，牛肉干巴，“就是将牛肉切成长条，腌制晾干。饭馆里有炒干巴卖。这东西，据说生吃也行。马锅头上路主要带干巴。刀切成薄片，酒饭皆宜”。可以想象得到，当年行走在茶马古道上的马帮到了饭点时，马锅头边喝着云南普洱茶边吃着牛肉干巴时一脸陶醉的情景……于我而言，用热

油炒好的牛肉干巴，其实已经是一道随时可取用的零食了。

而今年的牛肉干巴，份外的有味道——妈妈在视频里说：“知道你‘笨’，不会切，我已经提前替你切好片了，你收到后只需下锅用热油炒一下就可以吃了。”无论你年龄有多大，哪怕如已过知天命之年的笔者，在妈妈的眼里，仍然是那个不知柴米油盐、不会下厨的女儿。真可谓：有妈的孩子是块宝！从前，自己的眼睛只看得见那里可以想到的、离父母越远越好的远方；现在，自己的眼睛里只有那父母蹒跚的客厅，才是自己一心追逐的远方。

毫无疑问，年味是越来越浓了。为了严格执行疫情常态化下的防疫要求，单位的年会采用了线上、线下一体化的模式。在会上，会务组特地安排了送“福”环节——由单位最年轻的男、女员工为大家送“福”，祝愿大家在新的一年里事业蒸蒸日上，身体健康。真可谓：做文化的事，过有文化的年。

实际上，春节贴“福”的习俗，在我国有着悠久的历史。人们在贴春联时，往往会将字倒过来贴，“福”倒即为“福到”，引为“幸福已到”之意，表达了人们对幸福生活的追求与对美好未来的期盼。

过年，其实是特指我国传统习俗中最隆重的节日——春节。一般指农历正月初一，也指正月初一以后的几天。历史学家说，春节的历史很悠久，悠久到可以追溯到殷商时期年头岁尾的祭神祭祖活动。在民间，传统意义上的春节从腊月初八的腊祭或腊月二十三的祭灶就开始了，一直持续到正月十五，其中以除夕和正月初一为高潮，在民间甚至有正月十五之后才能离家出远门的说法。

而离家在外的人常说的要回家过年，其实指的就是必须赶回家吃大年三十(除夕)这一天的年夜饭。每年当我们从四面八方赶回老家过年的时候，妈妈总会感叹：一年到头，忙的就是这个合家团圆饭。

吃年夜饭，说吉祥的话，这是中国人过年必须有的程序。在笔者小时候，父亲觉得

我比姐姐们长得瘦小，于是总会特意夹一大块年菜——饵块(北方叫年糕)夹火腿笑着放到我的碗里说，“吃了这块白里透红的饵块三明治，快点由‘排长’变成‘团长’！而今我果然变成了BMI(身体质量指数)超标的“团长”。只是，父亲的笑容只能在梦里看到了。

春节期间，必须要有的一个程序就是拜年，特别是正月初一的时候，长辈都会带领晚辈出门谒见亲戚、朋友、尊长，向对方祝颂新年，祝福吉祥，辈分较低者还须叩头致礼，受贺者则用红包(压岁钱)、点心、糖果等热情款待来宾，谓之拜年。今年看来，除了沿袭以往的拜年方式外，线上视频拜年将成一种新时尚。



每次遇见，都是惊喜！