



天愈寒,冬渐深。

有人说,冬天是肃穆的,因为天寒日短,风急霜厚。但也有人,冬天是静谧美好的。因为有“晚来天欲雪”的期待,有“嚼着清脆的萝卜或冰糖葫芦”的甜蜜,在乡间炉火通红的土炕边,人和人的距离,仿佛也近了很多。

冬日,总有一些我们不应错过的生活小事,愿你在这些充满仪式感的小确幸中,寻找属于自己的温暖,感受别样的“冬日可爱”。



围炉煮茶



促膝夜话



暖室撸猫



踏雪寻梅

# 冬日里的幸福小事

文杨婧文

## 围炉煮茶

近两年,“围炉煮茶”在年轻人之间迅速流行,成为大众喜闻乐见的“冬日限定”活动。

事实上,早在唐宋时期,围炉煮茶就已经开始盛行。陆羽《茶经》中就有“煮茶法”(或称“煎茶法”)的记载:将饼茶烤炙、碾碎成末,于釜中煮沸……到了宋代“点茶”已成主流,冬日围炉烹雪、煮茶吟诗亦是文人冬季的重要雅事。

与快节奏的现代生活相比,“煮”是一个需要等待和耐心的过程。它巧妙地将古代的风雅与现代的烟火气结合起来,并注入现代人对松弛生活和社交体验的追求。

炉火跳跃,茶香四溢,与三五好友围坐,惬意闲谈,清冷的冬日就这么温暖振奋了起来。

## 冬日负暄

在寒冷的冬季里,温暖的阳光是珍贵的馈赠。

冬日负暄,即在冬日里晒太阳。古往今来,负暄不仅仅是取暖,更是一种心境的沉淀。白居易有云:“负暄闭目坐,和气生肌肤。”大概就是指这种在阳光下舒适与惬意的感受。

《左传》曾曰:“冬日可爱,夏日可畏。”《列子》里有个著名的故事:宋国有个农夫,冬日在太阳下晒背,觉得温暖极了,回家对妻子说:“这晒太阳的舒服劲儿,别人肯定不知道,我要把它献给国君,一定会有重赏。”故事本来是讽刺的,笑他不知这暖阳是人人能享有的。但后世的很多人却觉得农夫可爱——他珍视这份最朴素温暖的,并天真地想要与他人分享。这份憨直,比许多世故的聪明更接近幸福的本源。

冬天阳光的美妙,还在于它的简单与纯粹。搬一张小椅子倚窗而坐,或是践行“公园20分钟理论”迎着太阳走一走,即便什么也不做,暖意也会慢慢融化身体的寒冷,让身心松弛下来。

## 临窗听雪

雪落是什么声音?

雪落无痕,“雪夜里,生暖炉,促足相依偎,静闻雪落无痕”;却有声,只是需要屏息才能听到,那是一种极轻的“窸窣”,像春蚕食桑,又像恋人耳语,“夜深知雪重,时闻折竹声”。忽然想起古人听雪的故事。张岱《湖心亭看雪》里,“天与云与山与水,上下一白”,他听的是天地一统的浩渺寂静。白居易问刘十九:“晚来天欲雪,能饮一杯无?”他听的是雪前那份温润的期盼。而我此刻听的,是雪自身——雪花不为什么而下,只是下着;我不为什么而听,只是听着。茶香与新雪的气息在窗前交融,这无目的的相对,竟有了微微的禅意。

在静谧的夜晚临窗而坐,听雪花轻轻飘落,欣赏“六出飞花入户时,坐看青竹变琼枝”的美景,感受“日暮诗成天又雪,与梅并作十分春”的浪漫,别有一番诗意与情趣。

## 踏雪寻梅

迎雪绽放的寒梅,历来被视为高做不屈的象征。而踏雪寻梅,更是古往今来无数文人雅士的钟爱之事。

明末文人张岱《夜航船》中的记载:孟浩然情怀旷达,曾于风雪中骑驴寻梅,自称“吾诗思在灞桥风雪驴背上”。这成为后世画家(如明代《孟浩然踏雪寻梅图》)钟爱的题材,象征诗人主动投身苦寒以激发创作灵感,将肉体的“苦行”转化为精神的“甘泉”。

古人踏雪寻梅,这看似闲逸的风雅,通常被视为文人士大夫超尘脱俗的精神仪式。踏雪寻梅的本质,通常被视为在一年中最肃穆、最沉寂的时节,通过主动步入严寒,去寻觅坚韧、高洁、最先知春意的存在。踏雪寻梅,不只是一种对美的追求,也是一种对生命力的赞美。

若初雪来临,不妨约上三两好友,去户外嗅一嗅冬日梅花的幽香,感受那份独特的诗意与美好。

## 冰上嬉戏

冰上嬉戏,是冬日里的一种活力释放。

关于“冰嬉”,早在我国宋朝时期便有记录。《宋史·礼志》有文:“幸后苑观花作冰嬉。”当然也有学者考证后指出,《宋史·礼志》中实际记载的是“观水嬉”,而非“冰嬉”。北宋都城开封气候相对温暖,结冰期短,宫廷可能并无成规模的冰嬉活动。但到了清代,冰嬉已经是一项从宫廷到民间都极受欢迎的冬日运动。电视剧《甄嬛

传》就曾呈现过皇家举办冰嬉大典的名场面,著名的《冰嬉图》也曾对这一盛况有过细致的描绘。冰嬉并非宫廷专属,在民间也极为盛行,从康熙到光绪年间,很多文献都有记载民众在冰上“滑擦”、嬉戏的热闹场景。

在冰面上滑行、嬉闹,感受速度与激情,忘却冬日的寒冷,同样是给冬日带来欢乐与活力的绝妙小事。

## 促膝夜话

冬日的夜晚,总有一种格外宁静的氛围。寒风在窗外呼啸,雪花在窗外落着,无声,把整个世界的脾气都往下摞。

屋里却是另一番天地——炉子烧得正好,炭火在铁罩子里红着,偶尔爆出一两点星子,又黯下去。光和热都是融融的,不刺眼,不炙人,像一床无形的、温暖的被子,把屋内的人轻轻裹住。

此时,读一首小诗,看一篇喜欢的文章,枕着字句入眠,何尝不是一种冬天的仪式感?

抑或,与家人或好友围坐在一起,说说心事,聊聊未来,烤几个芋头红薯,饮一碗热气腾腾的糖粥,或许就是最温暖的存在。

寒夜漫漫,珍贵的不是炉火、暖气或空调,而是相互之间的陪伴以及靠在一起的心。

## 暖室撸猫

在北方的俗语里,“猫”有躲藏的意思,“猫冬”意指寒冷的冬天,人们喜欢窝在

家里度过漫漫冬日。而在今天,“猫”也意味着冬天独特而温暖的陪伴。

古往今来,有不少文人墨客都曾是“资深猫奴”。

比如诗人陆游就喜欢冬天宅家“撸猫”:“溪柴火软毡毡暖,我与狸奴不出门。”

比如季羡林先生:“我有时候半夜里醒来,神志一清醒,觉得有什么东西重重地压在我身上,一股暖气仿佛透过了两层棉被,扑到我的双腿上。”(季羡林《老猫》)

冬日里的猫咪,往往会卸下平日的高冷,主动贴近你寻求温暖。那毛茸茸的小身体,或许就是冬日里最美好的治愈。

## 炕暖饊香

冬日的寒气,令沉淀了三个季节的味觉开始躁动,也缓缓释放出更为醇厚的韵味。

在天水地区,倒也不是非得喝个盖碗茶、吃个暖锅,再涮点地地道道的牛羊肉才算情真意切。可以寻一农家乐,坐上热炕头,尝一尝地地道道的农家饭。这时配上点酸菜、土豆丝,辣椒圈几个素菜,端上软糯糯的米饭,就能彻底打开味蕾,既解了乏困,又暖了身心,亦不失为一件熨帖人心的雅事。

冬天是一卷留白的素笺,那些围炉的闲、听雪的静、登高眺远的阔,都是写给岁月的短诗。不必追赶时光的脚步,慢下来,与冬日的每一件雅事相逢,便会收获一整季裹着西北风的温柔与从容。



冬日负暄

炕暖饊香



临窗听雪

