

诗意花城 · 听见花开 | 就在今日，11时16分！

天上双星合

人间处暑秋

今日11时16分

我们迎来秋天的第二个节气

处暑

《长江二首》（其一）

宋·苏炯

处暑无三日，新凉直万金。

白头更世事，青草印禅心。

放鹤婆娑舞，听蛩断续吟。

极知仁者寿，未必海之深。

“处”者，去也

暑天的炎热逐渐褪去

凉爽的初秋华丽登场

处暑有三候

一候“鹰乃祭鸟”

二候“天地始肃”

三候“禾乃登”

这其中，“禾”即

黍、稷、稻、粱类农作物的总称

“登”即成熟的意思

这是五谷丰登的时节

正如民谚所说

“处暑满地黄，家家修廩仓”





在番禺喜看稻菽千重浪

处暑之后，新秋之时
虽然秋高气爽
但“秋老虎”余威犹存
“秋乏”也会开始出现
早睡早起、适当午休、多伸懒腰
有助于缓解疲乏
也能为冬天的来临养精蓄锐



暑去秋来，登高望远
让我们在这明媚的秋光中

收获满满，阔步前行

来源：番禺融媒