寒冬中，家乡那一抹最温柔的暖意

冬至，是一年之中白昼最短、夜色最长的一天，也是盛满家乡温情的节气。少年们提笔抒怀、以文寄情：围坐火炉，聆听代代相传的乡土习俗；品尝热乎饺子，伴着奶奶的讲述回望旧时冬至；落雪之时，邀约伙伴堆雪人、打雪仗……家乡冬至的暖意朴素绵长，妥帖珍藏在少年的记忆里，化作温柔岁月，亦是温暖归途。



岁岁冬至岁岁安然

岑巩县天马镇白岩坪小学六年级（1）班 黄梦缘

冬霜铺地，朔风狠凉，冬至悄然而至。它是白昼最短、夜色最长的一天，也是家乡最富温情的节气。在平淡的日常里，冬至藏着独属于故乡滚汤柔的暖意。

我的家乡没有热闹盛大的冬至仪式，却有着代代相传的朴素习俗。每到冬至，家家户户都会早早忙活起来。乡亲们说，冬至进补，一冬安稳。清晨，街巷间飘起饭菜的香气，驱散了冬日的清冷。

奶奶会早早备好食材，精心熬一锅暖暖的杂粮羹，再蒸上软糯的糍粑粑。热气腾腾的羊粑粑出锅，软糯香甜，咬一口，暖意从舌尖流遍全身。简单的吃食，却不名贵，但是又盛满家乡最纯粹的味道，承载着从小到大不变的冬日记忆。

冬至的午后格外温柔。冬日的阳光不骄不躁，轻轻洒落在乡间小路与农家小院。大人们坐在门口晒太阳，唠家常，说着一年的收成与生活琐事。孩子们不惧微寒，在阳光下追逐玩耍，清脆的笑声洒满村庄，让冷清的冬至多了许多生机。

暮色降临，寒夜渐长。结束了一日忙碌，家人围坐一桌，共享冬至的晚餐。一桌滋热饭菜，一席温柔的闲话，便是人间最安稳的幸福。窗外吹着冷风，屋内灯火温柔、暖意融融。平淡的团圆，朴素的陪伴，足以抵御漫长寒冬的所有寒凉。

过了冬至，白昼渐长，阳气初生，春天也在悄悄靠近。我渐渐懂得，冬至不仅是一个节气，更是一份期许、一份团圆、一份温暖的念想。它提醒我们，所有的寒冷终会消散，所有的等待皆有温柔回响。

岁岁冬至年年暖，一乡烟火一生安。家乡冬至的暖意，朴素而绵长，温暖我们的归途。

指导老师：向敏

家乡的暖意

岑巩县天马镇白岩坪小学六年级（1）班 田钰瑶

冬至如年，岁末情长。当寒风掠过村寨，白昼走到一年中最短的时刻，家乡的暖意便悄然浮现。没有喧闲萧瑟的清冷，家家户户的烟火升腾，让这个冬日平凡而温馨，盛满了独属于家乡的温柔与滚烫。

在我的家乡，冬至从不冷清。老一辈人总说“冬至大如年”，这一天，奔波在外的家人总会尽量回家，烟火团聚便是最好的冬至仪式。天刚蒙蒙亮，厨房里就响起细碎的声响，妈妈早已开始忙碌，为冬至的团圆努备食材。

家乡冬至最难忘的味道，就是手工包的饺子和软糯香甜的羊粑。白白的糯米裹如水揉匀，在掌心反复揉捏、按压，搓成圆润的团子，上锅蒸熟后，再裹上一层金黄的黄豆粉，入口软糯香甜，是刻在童年里的冬日甜香。一旁的饺子更是热气腾腾，皮薄馅足，玉米的清甜混着鲜肉的鲜香，每一口都是家常的治愈滋味。袅袅炊烟从灶台升起，混着美食的香气，驱散了冬至所有的寒凉。

午后的冬日阳光温柔和煦，浅浅地洒在庭院里。邻里乡亲走出家门，闲话家常，孩子们追逐嬉戏，甜美的笑声回荡在小巷。冬日的风虽冷，却吹不散邻里间和睦的暖意。夕阳西下，夜幕渐临，一家人围坐在炉火旁，灯光柔和，暖意融融。我们吃着热气腾腾的食物，聊着家常趣事，窗外寒风呼啸，屋内却温暖安然。

围炉夜话，食暖心安，便是冬至最好的模样。岁岁冬至，年年如故。家乡的冬至，没有盛大的仪式，却有最质朴的烟火、最真挚的陪伴。那些藏在美食里的温情，融在烟火中的温馨，沉淀在岁月里的乡情，岁岁年年，温暖如初。

冬至昼短，人间情长。家乡的暖意，跨越寒冬，治愈岁月，成为我浅长岁月里，最温暖、最坚定的归途。

指导老师：向敏

寒深岁晚冬至有家暖

岑巩县天马镇白岩坪小学六年级（1）班 杨环格

北风徐徐，霜落庭前，一年中最浸长的寒夜随着冬至如约而至。世人都说热气氤氲，浸淡的鲜香扑鼻而来。简单的食材，在家人的巧手之中，变成了美味佳肴。

冬至渡珍贵的风景，从未不在山河，而在团圆。忙碌的家人放下琐事，聚在一桌。一桌热饭，一席闲谈，驱散了冬日的清冷。饭桌上，欢声笑语，随意流淌。简单的团圆，朴素的陪伴，足以抵御世间所有风霜。

暮色沉沉，寒夜渐深。一家人围坐在炭火旁，暖黄的灯火温柔摇曳，柴火噼啪作响，温柔又安稳。我们聊着生活点滴，细数岁岁年年的美好。窗外夜色寒凉，屋内暖意融融，这一刻，岁月静好，万般温柔。

古人云：冬至阳生春又来。冬至是寒冬的极致，也是春日的开端。白昼自此渐长，温暖自此渐生。而家的的温暖，永远藏在烟火里、藏在陪伴中，岁岁不变，温暖绵长。

冬有寒意，家有温情。家乡的冬至，没有城市那样万家灯火，却有最踏实的温暖。这份藏在岁月里的暖意，深深扎根心底，陪我跨过漂漂寒冬，奔赴岁岁春光。

指导老师：向敏

冬至烟火暖乡愁

岑巩县天马镇白岩坪小学六年级（1）班 杨思阳

霜风吹过田埂，白昼收至最短，冬至悄悄来到我的家乡。在乡亲们心里，冬至大如年，一碗热食、一屋灯火，就是寒冬里最踏实温暖的时刻。

我的家乡冬至，少不了年粑与鲜汤。天刚蒙蒙亮，奶奶就备好糯米，加水浸泡、磨浆、滤干，反复揉搓成团，开始做年粑。蒸好的年粑软糯洁白，藏上红糖，软糯香甜，是刻在记忆里的冬至味道。灶台另一边，砂锅慢慢煨着排骨汤，咕嘟咕嘟的声响，是冬日里最动听的旋律。

午后的阳光软软地铺在院坝上。邻居们搬着小板凳坐在一起，晒着太阳闲谈。孩子们踩着薄霜追逐打闹，偶尔跑到灶台边，等着刚出锅的年粑尝一口。风是凉的，可村庄里处处飘着美食的香气，热闹又亲切。

暮色降临，家人陆续回家。我们围在餐桌旁，端上热乎的饭菜。奶奶一边给我夹菜，一边说起老话：冬至吃暖和，冬天不畏寒。饭后围坐在火盆边，柴火轻轻噼啪作响，火光映着一家人的脸庞。长辈说起往年冬至的趣事，我静静听，话语平淡，却满是温情。窗外寒风吹过树梢，屋里却暖意融融。

老人们说，冬至一到，阳气慢慢回升，白天会一点点变长。我望着跳动的火光忽然明白，变长的不只是黑夜，还有心底那份来自家乡的牵挂。

没有盛大的仪式，只有寻常烟火。年粑的香甜，炉火的温热，亲人的笑语，汇成家乡冬至独有的一份温柔。这一缕烟火暖意，藏在心底，跨过寒冬，无论走多远，一想起来，心底就暖洋洋的。

指导老师：向敏

思州冬韵

岑巩县第三小学三年级（10）班 张婧琦

冬天的风轻轻吹过美丽的思州小城，路边的树叶缓缓飘落。白天变得越来越短，夜晚清清变长。老师告诉我们，冬至是一年中白昼最短、黑夜最长的节气。虽然冬日昼短夜长，但家人的陪伴和家乡的温情，却是最热长、最温暖的时光。冬至将至，我的家乡处处充满浓浓的烟火气息。

我们思州有着浮扑古老的冬至习俗。每到冬至前后，家家户户都会做年粑、包饺子，迎接冬日的到来，这是我们家乡代代相传的习俗。

一大早，奶奶就早早起床忙活，浸泡雪白的糯米。糯米蒸熟后冒着腾腾热气，清香扑鼻而来。我赶紧洗净小手，主动帮忙揉糯米团、捏年粑。软糯的糯米团握在手心，温热又柔软。我认真捏出一个个小年粑，虽然样子歪歪扭扭、不够精致，奶奶却笑得特别开心，不停夸奖我懂事能干。刚出锅的年粑软糯香甜，这是专属于思州冬天的独特味道。

厨房里，妈妈也在忙碌地包饺子。我坐在一旁认真学习，拿饺皮、放馅料、捏紧封口。一开始我手法生疏，包的饺子松松垮垮，偶尔还会露馅。在妈妈的耐心指导下，我慢慢掌握了技巧，包出来的饺子越来越紧实好看。

冬至的傍晚天色暗得格外早，屋外寒风阵阵，家里却温暖如春。一家人围坐在炭火旁，吃着热气腾腾的饺子和香甜软糯的年粑，炉火跳动，暖意融融，我们聊着生活趣事，听爷爷讲述思州的民俗小故事。简单的美食、热闹的家常，团圆的亲人，驱散了冬日所有的寒凉。

冬至昼短，岁月情长。年粑的烟火，温暖的团圆，构成了我最珍贵的冬日记忆。我爱温柔的冬至，更爱浮扑美好的思州家乡。这份暖暖的冬日温情，将一直珍藏在我心里，陪伴我慢慢长大。

指导老师：杨远

冬至暖家乡

凯里市第二十一小学六（2）班 刘千瑜

我的家乡在凯里，一座被苗岭云雾温柔环抱的小城。这里的冬天不似北方那般凛冽，却也自有一股清冽的湿寒。每到冬至，小城便像过年一样热闹起来。

不同的人家在这天有不同的喜好和规矩。天刚蒙蒙亮，路边就支起一口口大锅，柴火熊熊，热着各家不同的味道。我们家的规矩是冬至吃羊肉。爷爷说，冬至一到，冬天才算真正来临，寒气加重，这天吃下一锅滚烫的羊肉，整个冬天都会暖暖和和的。所以每到这一天，一家人围坐在一起，吃上一锅翻滚的羊肉汤，就是满温的暖意。

冬至这天，天还没亮透，爷爷就拉着我去赶集。菜市场里人头攒动，肉菜鲜蔬琳琅满目，热闹得让人脚不开眼。鲜红的羊肉挂在木架上，在晨雾里泛着湿润的光。阿婆们挑肉最是讲究，捏捏翻翻，精挑细选。爷爷挑肉自有主见，一边翻拣一边对我说：“要带皮的，要肥瘦相间的，这样炖出来才最香。”我跟着他挤在人群里，闻着满市的鲜香，看他熟练地跟摊主用苗语交谈，忽然觉得，这本身就是冬至最生动的画面。

回到家，奶奶便开始忙活。羊肉剁成大块，冷水下锅，撇去浮沫，再放进一大把从山坡上采来的野山椒、姜片、八角和桂叶。灶台上的锅咕嘟咕嘟地开始冒着白气。香气像长了脚，从厨房一路溜到堂屋，又从门缝钻到楼道里。我搬个小板凳，一边帮奶奶添柴火，一边守在灶边，像个小馋猫，时不时地问：“奶奶，羊肉到底什么时候才站好呀？”奶奶笑着掀开锅盖，用筷子戳戳肉：“再炖半个时辰，就能吃了。”那浓浓的热气扑在脸上，热乎乎的，让人舍不得挪步。

半日里忙碌的爸爸妈妈，这天也会提前下班，赶回爷爷奶奶家过节。傍晚时分，羊肉终于端上桌，一大锅，汤浓如奶，上面飘着翠绿的蒜苗和香菜。美一块带皮羊肉，蘸上奶奶特调的腌辣椒水——那是用菜火麦壳焙熟的辣椒，春婷了，拌上折耳根和木姜子油。一口下去，肉烂而不柴，辣香满口，额头立刻沁出细密的汗珠。爷爷倒上两杯米酒，给爸爸也斟了一小杯：“难得你们回家，今天陪爷爷喝两杯。”窗外的风雨敲打着玻璃，屋里却暖得像春天。

妈妈曾带我去过很多地方，也吃过不少羊肉，却都吃不出凯里这锅汤的味道——那汤里，有苗岭的云雾，有菜市场的烟火，有奶奶掀开锅盖时的那一缕白气，还有爷爷逐酒杯时粗糙的手。

冬至最暖的，从来不是锅里的汤，而是汤边围坐的人。我的家乡，用一锅肉汤，把每一个冬天都熬得热气腾腾、有滋有味。冬至，暖了家乡；而家乡，也暖着我。

指导老师：龙姣玉

美食是冬至最动人的记忆

岑巩县第五小学六（2）班 杨正轩

冬至悄然而至，白天的时间变短，黑夜的时间变长，但我的家乡苓河，大街小巷热闹的场景却藏着独属于冬至的温柔暖意。除此之外，对我来说，冬至最动人的记忆，就是从厨房里飘出来妈妈做饺子的香味。

天蒙蒙亮，妈妈就开始准备食材。她把面粉倒入盆中，加水揉成一个光滑的面团，然后把面团放在一边醒着。馅料则是精心准备的，猪肉、萝卜丁、葱姜等混合在一起，香味扑鼻。妈妈揉面皮的手艺堪称一绝，那面皮在她手中像一个个听话的小娃娃。我也会凑上去帮忙，学着包饺子，虽然包得歪歪扭扭，但妈妈总是笑着说：“俺儿子包的饺子最有创意。”

包好饺子后就下锅煮，锅里的水不停地翻滚着，饺子在水中上下翻腾。不一会儿，热腾腾的饺子就出锅了，吃饺子的时候，一家人围坐在一起，欢声笑语不断。爷爷会给我们讲他小时候冬至的故事，说那时候冬至吃了饺子，整个冬天都不会冻着手脚。

窗外寒风呼呼吹着，屋内炉火温暖，饺子的香气萦绕在鼻尖。我捧着温暖的碗，看着家人说笑的脸庞，忽然懂得冬至的意义，从来不止一口好吃的饺子。它是长辈辛苦捶打的心意，是一家人相守相伴的温情，是刻在家乡岁月里的温暖。

家乡的冬至没有轰轰烈烈的仪式，可这份藏在饺子里的温柔，年年如约而来，温暖着每一个寒冷的冬日。这份独属于家乡冬至的暖意，深深留在我的心底，无论何时想起，心里都暖洋洋的。

指导老师：周森平

温暖的地方是家

岑巩县第五小学六（2）班 龙玉洁

风，如一把锋利的冰刀，割过脸颊。带着刺骨的寒意；雪，似一群洁白的精灵，纷纷扬扬，给大地披上了一层银装。走在街头呼出的热气瞬间在空中凝结成白雾，那年的冬天，就这样毫无征兆地降临了。

记忆里，那年的冬至格外寒冷，寒风黏进门缝、墙缝，在卷子里呼呼低吼。可只要推开家门，所有寒意都会被屋里的暖意驱散。炉火静静燃烧，亲人们的笑语声声，让寒冷的冬日变得热气腾腾。

我推开门，一股暖意扑面而来。锅锅正在厨房忙活，锅里的排骨汤咕嘟咕嘟着热气，白色的蒸汽在灯光下缓缓升腾。她听见动静，探出头来说：“回来啦，快来烤火。”爸爸从客厅走来，接过我沉甸甸的书包，顺手给了我一件厚厚的外套：“今天降温了，快多穿点，别感冒了！”等身子暖和后，我刚想走进厨房揭起手、锅锅却像变魔术似的从身后拿出一个热乎乎还冒着热气的烤红薯递到我手里。烤得焦黑，裂开的地方露出金黄软糯的薯肉，吃一口下去，那股混热和香甜从舌尖一直暖到心底，连带着手指都变得暖烘烘的。

夜幕降临，热气腾腾的饭菜摆满了餐桌。有我最爱吃的红烧肉，色泽红亮，肥而不腻，还有奶奶亲手包的饺子，皮薄馅大，香气四溢，一家人围在桌旁，灯光暖暖地洒在每个人的脸上。大家一边吃，一边分享着生活中的趣事。

饭后，一家人坐在客厅看电视。窗外的寒风依然呼啸着，但屋内却温暖如春。我靠在锅锅的身边，感受着他身上的温暖气息。大家一起看着电视节目，时不时地发出阵阵笑声。这一刻，我仿佛被幸福紧紧地包围着，所有的寒冷都被挡在了门外。

那个冬天，虽然寒冷，但因为有家人的陪伴，变得热气腾腾。冬天再冷，只要推开门，看见那盏为你亮着的灯，听见那句“你回来啦！”所有的寒冷便都烟消云散了。原来，最温暖的地方，从来都是家。

指导老师：周森平

冬日趣事

岑巩县第五小学四（2）班 周渊博

冬天的乐趣有很多。有人偏爱锅鸠亲手包的鲜香饺子，有人喜欢坊奶蒸得软糯香甜的年粑，也有人喜欢围着火炉和亲友闲谈。而我，最期待冬至和小伙伴一起出门玩雪。

一场冬雪落下，大地白茫茫一片。我的上伙伴来到空地上堆雪人。我们先捧起蓬松的积雪，团成紧实的雪球，一个做大雪人的身子，一个做圆圆的脑袋，上下叠在一起。抹着找来乌黑的石子当作眼睛和嘴巴，一根胡萝卜插上当长鼻子，折两根干枯树枝当成手臂。不一会儿，憨态可掬的雪人就站在了雪地里。

可总有几个调皮的“捣蛋鬼”，趁我们不注意，一把推倒雪人。看着辛辛苦苦堆好的雪人轰然散开，我心里又委屈又难过。我也曾经历过这样的失落，所以从不会去破坏别人的雪人。

如果有人再来推倒我的雪人，我会认真问问：“是是别人把你辛辛苦苦堆好的雪人推倒，你会不会难过？”他大多会点点头说：“肯定会伤心啊。”我接着晒他讲道理：“对啊，你的雪人被推倒会难过，那别人也是一样的心情。付出努力做好的东西，要懂得珍惜，不能随便破坏。”

慢慢地，大家都听懂了，懂得尊重别人的劳动成果。现在，肆意推倒雪人的捣蛋鬼越来越少了。大家一起堆雪人、打雪仗，欢声笑语洒满雪地。

冬至的雪，冰凉落在手心，可和伙伴相伴玩耍的时光，满是欢喜。家乡的冬至，不只有饺子，还有雪地里纯粹简单的快乐。寒风再冷，也挡不住我们奔跑嬉戏的热情。不知道大家冬至的时候，都喜欢做些什么？欢迎和我分享你的冬日趣事。

指导老师：周森平

饺子里藏着家人的爱

岑巩县第五小学五（1）班 刘宸宇

清晨，天才蒙蒙亮，妈妈就开始在厨房包饺子，我连忙跑到厨房帮忙。

妈妈的手很巧，大手一捻，饺子皮就平整又好看。妈妈包的饺子肉多皮薄，让人一看就很有食欲。可轮到我包的时候，刚拿起皮，一不小心就戳破了一个洞。我只好重新拿一张饺子皮，可刚放上肉馅，饺子皮又散开了。我心里烦难过，觉得自己什么也做不好，只会给妈妈添麻烦。在一旁烧火的爸爸对我说：“不要难过，爸爸相信你一定会成功，失败乃是成功之母。”

听了这句话，我又想起老师讲的：只要坚持不懈，就一定能成功。于是我重新练习。一开始，妈妈教我捏褶，我觉得很简单，练几遍就学会了。可后面的步骤就难多了，我练了十几次，还是包不好。就在我陷入困境时，妈妈过来帮我了，她说：“小家伙，包饺子不能太心急，要静下心来慢慢包才行。”我听后，静下心慢慢尝试，终于成功包好了一个饺子，拿给妈妈看。

包完饺子，我们来到锅边，把饺子下入锅中。饺子在锅里不停地翻滚着。我问妈妈：“什么时候才可以吃饺子呀？”妈妈笑着回答：“等饺子浮到水面上，就可以吃了。”

很快，饺子煮好了。我着急地夹起一个往嘴里送，结果被烫得啦啦直叫。妈妈笑着说：“别急，又没人跟你抢。”爸爸也说：“我小时候，只要能吃上一次饺子，就觉得很幸福。”

这一碗热腾腾的饺子，让我明白了：做事不能轻易放弃，坚持才能收获成功。这碗饺子里，藏着家人对我浓浓的爱。

指导老师：杨竹怡

家乡的冬至节

岑巩县第五小学六（2）班 杨梓铃

“天时人事日相催，冬至阳生春又来。”冬至，这一古老而重要的节气，如岁月长河中深沉的锚点，在每年的这个时候，准时地触动着人们心中最柔软的角落，唤起无尽的情思与美好的期待。

在儿时的记忆里，冬至的来临总是伴随着松绿而温馨的筹备。清晨，天色尚未大亮，厨房里便已传来母亲与祖母轻微的响动。揉面的声音富有节奏，仿佛是在为这特殊的日子奏响序曲。我好奇地凑上前去，只见那案板上的面团，在她们的巧手之下，渐渐变得光滑而富有弹性。馅料的调制更是讲究，鲜肉的鲜嫩多汁，蔬菜的清爽可口，葱姜蒜的恰到好处，各种食材相互交融，散发出诱人的香气，让人垂涎欲滴。

吃了饺子后，暖意流遍全身，我提议去散步消食，家人欣然应允。推门而出，白墙黛瓦的房屋上戴上了雪白的绒帽，四野里的麦苗盖上了厚厚的棉被，就连村头的老磨盘，也被雪裹成了一个圆润的白玉盘。孩子们是最欢喜的，他们穿着厚厚的棉袄，戴着棉手套，在雪地里奔跑、打滚，堆起胖乎乎的雪人，打起热闹的雪仗。欢声笑语在雪地上回荡，惊起了树梢上的雪沫，纷纷扬扬，像又下了一场小小的雪。

家乡的冬天，没有姹紫嫣红的繁花，没有郁郁葱葱的草木，却有着最纯净的色彩，最动人的温暖。它像一位沉默的长者，用清冽的风教会我坚韧，用洁白的雪教会我纯粹，用人间的烟火教会我温暖。如今，我渐渐长大，走过许多地方，见过许多冬日的风景，却始终忘不了家乡的冬天。它不仅是一段季节的记忆，更是我心中最柔软的牵挂。

那里的风，那里的雪，那里的烟火，都化作了我生命中最珍贵的底色，指引着我无论走多远，都要记得来时的路，记得那份藏在简质冬日里的，最朴素也最永恒的温暖。

指导老师：杨金平

思旸冬至暖藏乡愁

岑巩县第五小学五（2）班 周梓豪

冬至，是二十四节气中特别的一天，也是一年中黑夜最长、白昼最短的日子。俗话说“冬到大如年”。在我的家乡苓巩思旸，冬至虽没有春节那么热闹，却有着浮扑地道的习俗，藏着专属于思州大地最温暖的烟火气。

进入冬至，天气骤然变冷，寒风呼呼地吹着，正是储备冬食的好时节。思旸的冬日餐桌，最先飘香的便是特色腊肉和灰酸豆腐。家家户户挑选新鲜猪肉，用食盐、花椒均匀腌制，再挂在柴火灶旁，用青红树枝文火慢熏。经过烟火的浸润，腊肉色泽红亮，裹挟着浓郁的草木清香。此外，手工制作的灰酸豆腐也是一绝，口感独特，是代代相传的冬日美味。

冬至吃鸭肉，是思旸最具特色的民俗。老人常说：“冬至吃鸭肉，一冬无寒忧。”这天，许多家庭会宰制鸭肉火锅，鲜鲜的鸭肉搭配主菜、辣椒和本地酸汤浸支地煮，汤汁醇厚，香气弥漫满屋。一家人围坐共享热乎的美食，既能驱散严寒，也寄托着身体健康、岁岁平安的心愿。

打糍粑，是思旸冬至最热闹的习俗。村里家家户户备好饱满的糯米，浸泡一夜后蒸熟，倒入石臼中。邻里乡亲互帮互助，轮番挥动木棰用力捶打。“哎哟！哎哟！”清脆的捶打声回荡在村寨角落，原本颗粒分明的糯米变得细腻软糯。大人们趁热将其揉成圆团，压成饼状，点上红籽，寓意圆家团圆。刚出锅的糍粑蘸上白糖，入口香甜，唇齿留香。

夜幕降临，炊烟袅袅，丰盛的冬至家宴正式上桌。油亮的腊肉、鲜香的灰豆腐、软糯的糍粑、热气腾腾的鸭肉锅，满满一桌都是家乡的味道。饭前，长辈带领家人祭祖，缅怀先辈。全家人围坐在温暖的火塘边，闲谈笑语，暖意融融。

龙江河畔晚风轻柔，冬日的思州吉祥温。岁岁冬至，年年烟火。思旸的冬至习俗，是舌尖的美味，是团圆的温暖，更是刻在我心底浓浓的家乡情怀，代代相传，温暖不息。

指导老师：杨金平

冬至的习俗

岑巩县第五小学五（2）班 杨静茹

“冬至大如年，人间小团圆。”在这个总粗夜长、却孕育着春意的节日里，天南海北的食俗各有滋味。有人围桌包饺子，有人煮汤圆，还有人蒸糍年糕。那么，在这寒冷的时节，各地的饭桌上究竟藏着怎样的温暖故事呢？

书上说，冬至吃饺子是为了纪念“医圣”张仲景。相传他曾在长沙做官，返乡时正值大雪纷飞，见乡亲们衣不蔽体，耳朵都冻烂了，心中十分不忍。他便让弟子在南阳关赤搭起医棚，将羊肉和服寒药材煮熟，用面皮包成耳朵形状，分给百姓食用。人们吃下后浑身暖烘烘的，冻疮也好了，这便是“服寒娇耳汤”。如今，“冬至不端饺子碗，冻掉耳朵没人管”的俗语，仍流传在北方人的口中。

而在南方，广东人偏爱汤圆。汤圆又称“汤团”，因为“团”象征着“团圆”，寓意着圆满与和谐。一碗热气腾腾的汤圆下肚，不仅御在嘴里，更暖在心里，寄托着人们对家家户户合家团圆的美好祝福。

不过，最让我难忘的，还是家乡打年糕的场景。“年糕，年糕，年年高。”冬天打年糕是我们这里的传统。人们将浸泡好的糯米倒入小木桶，蒸熟后白花花、软乎乎的糯米散发着浓浓的米香。接着，大桶被拎到石臼旁，只等一声令下，便开始了热闹的劳作。

“出锅了！”随着师傅一声吆喝，人群立刻骚动起来。热气腾腾的糯米团被倒入石臼，几个身强力壮的年轻人抡起衣袖，举起木棰，一下又一下有力地捶打。淘气的孩子也趁机凑热闹，你敲一下，我捶一下，不小心把糯米蹭到脸上，瞬间变成了“小花猫”，引得众人哈哈大笑。不一会儿，年糕打好了，婶婶们碗熟地将其切成小块。吃上一口，香滑软糯，谁尝了都会啧啧称赞。

冬至真的只是荒凉寂寞的吗？不，它绝活而温暖，有棉香伴随，更给了我一个往往被人忽略的东西——亲情与团圆。这美丽的冬至，不仅是节气，更是心与心靠近的时刻。

指导老师：杨金平

本报记者 史紫嫣然 整理

