



老厦门

遇见“厦门慢”，从思明东路出发

在人们的印象里，厦门总有“慢生活”这个标签，厦门的慢到底慢在哪。走进这几条街，你或许就会有答案。

思明东、南、西、北路，把握着老厦门城的主动脉，走进思明路，用眼睛看见“厦门慢”，今天，我们从思明东路出发。思明东路，西起思明西路思明电影院，东至大同路、故宫路、新华路交叉口，长414米，宽10.6米。中间与霞溪路、古城西路相交。因思明县得名为“思明”，方位处在思明电影院东，故得名“思明东路”。

湮没古迹

要用一个词来形容思明东路，应该是“低调”。

隐于闹市，藏着故事，思明东路低调得让厦门人淡忘了它的历史。当翻开时间的卷轴，才发现这里原来藏着如此多消失的旧景。

傅厝墓

思明东路曾有一处墓地。

思明东路自中段向东步步高升，形成斜坡，古时是一座小丘，名为袁厝山。旧时山间有座大墓，墓葬了明代诰封御史大夫傅琪，人称“傅厝墓”。

抗战前，傅厝墓被拆，而“傅厝墓”成为了新建街巷的名称。思明东路建成后，傅琪墓葬的墓碑供桌还保留下来，约40年前被毁。

蕹菜河

在傅厝墓旁、思明东路两厢，曾流淌着老厦门著名河流——蕹菜河。蕹菜河，原是筼筜港的支港，后港道淤塞而为河。地处古时袁厝山下，呈不规则长方形，本名“长寮河”，又名“鲲池”，因河中种植蕹菜而得名。“蕹菜”即为厦门人熟悉的空心菜。

早年，蕹菜河属傅家所有，清代以后收归官方，由水师参将管理收租。

月眉池巷

从思明东路53—55号之间拐入，便是月眉池巷。

“一弯池水，像娥眉月一样婉约动人”正如她的名字一般，这儿真有个池塘，形如弦月，是老厦门七大池之一的月眉池。

月眉池中原先种植蕹菜，后填成平地，弦月变成了街巷，浪漫变成了务实。月眉池与附近的双莲池（位于故宫路与大同路之间）合称“姐妹池”。

漫漫岁月长河，思明东路与百年前的模样大相径庭。但当你走进这条老街，依旧能找到百年前的蛛丝马迹……

历久弥新

有些遗迹消失，同样也有老建筑留存。

思明东路东侧与新华路、大同路的交界处，原是厦门古城的西门。这儿立着一座基督教堂。教堂名为福音堂，临近日落，抬头仰望教堂顶的十字架，有种刺破天际的伟岸。

而思明东路西侧则有厦门的标志性建筑，思明电影院。旧时称“思明戏院”，是华侨曾国办、曾国聪两兄弟于1927年投资兴建。它是当时厦门市首家既能放映电影又能演出戏曲的戏院，由于归厦华侨常聚于此，因此当时又被称为“华侨俱乐部”。

1952年11月改名为“思明电影院”。

2020年初，思明电影院迎来第六次升级，开启创建以来最大规模的加固改造，重现电影院的原始风貌。思明电影院能保留下来难能可贵，它不仅仅是一座电影院，更是老厦门心中的精神地标。

车马穿梭，岁月匆匆，思明

电影院伫立在思明东路上，见证着厦门近100年的兴衰与辉煌。现如今的思明东路，除了靠近霞溪路的早年建筑被改建外，沿街大部分建筑物还是保留以前的风格。在思明东路，你可以看见大量保持着原样的骑楼。

骑楼这种典型的外廊式建筑，据说最早可追溯到约2500年前的希腊“帕特农神庙”，这是一种典型的欧式建筑。而厦门的骑楼则是由当年华侨从东南亚返乡后建构，极富南洋风情。庄严肃穆的白色外墙，欧式的长窗，精致的花纹浮雕……共同构成了思明东路旁壮观的骑楼。这里的骑楼虽不如中山路骑楼的光鲜亮丽，却有着浓浓的老厦门味道。

人间烟火气

在思明东路，旧时的生活节奏仿佛从没改变过，热闹的时刻常在早晨和傍晚。

“来，几类今贺（这个很好）！”清晨，吆喝声从第七菜市场传出，阿公阿嬷推着买菜小车穿梭在菜市场。与知名的八市相比，第七菜市场的年龄更大，如今已有91年的历史，横跨在街道上的拱门招牌是百年前繁华

最好的见证。熙熙攘攘的人群，看起来杂乱的菜市场，柴米油盐中的计较，从七市里，能感受厦门人更为平凡、日常的生活气息。

傍晚，正是思北小学放学的时间，思明东路变得年轻起来。小学生三三两两从校门口涌出，嬉笑蹦跳着去校门口的小摊买包辣条，去育兴商场挑文具用品，走在回家的路上。

在早晨和傍晚外，思明东路的日子是慢悠悠的。淳朴的烟火气正是思明东路最好的滤镜。思明东路的两侧虽遍布商铺，但不会特别吵闹，有着老街道特有的安静气息，路上随处可见老邻居驻足寒暄，路人好像都互相认识，左邻右舍间有着淳朴人情味。

约着老友来一碗热乎乎的牛肉汤，和姐妹在咖啡店聊聊八卦，路过花店随手送自己一朵“仪式感”，思明东路处处充满热腾腾的生活。

踱步于思明东路，似乎明白了厦门的慢在哪里，这份“慢”是认真生活的态度，是静下心来对每一刻生活的享受。

（资料来源：思明快报、思明档案、厦门手绘地图、海峡问史）



冬至寒意浓 品味过暖冬

冬至，又称冬节、亚岁、长至节等，兼具自然与人文两大内涵，既是二十四节气中的第二个节气，冬季的第四个节气，也是中国民间的传统节日。

冬至节气

冬至，斗指子，太阳黄经达270°，于每年公历12月21—23日交节。冬至是时年八节之一，古时民间有在“八节”拜神祭祖的习俗。冬至被视为冬季的大节日，在民间有“冬至大如年”的讲法，所以古人称冬至为“亚岁”或“小年”。

因古人认为冬至是阴阳二气的自然转化，是上天赐予的福气，故而在唐宋时期冬至就是祭天祀祖的日子，皇帝要到郊外举行祭天大典，百姓则要向父母尊长祭拜。宋朝以后，冬至逐渐成为祭祀祖先和神灵的节。明、清

两代的冬至日，皇帝要举行祭天大典，谓“冬至郊天”。

民间在这一期间则有祭祖、家庭聚餐等习俗。这一天，中国北方大部分地区吃饺子、南方吃汤圆。

冬至三候

中国古人将冬至分为三候：“一候蚯蚓结；二候麋角解；三候水泉动。”

蚯蚓结：传说蚯蚓是阴曲阳伸的生物，此时阳气虽已生长，但阴气仍然十分强盛，土中的蚯蚓仍然蜷缩着身体。

麋角解：冬至日麋鹿角脱落，鹿茸长出，来年五六月再变坚硬。

麋与鹿同科，却阴阳不同，古人认为麋的角朝后生，所以为阴，而冬至一阳生，麋感阴气渐退而解角。

水泉动：由于阳气初生，所以下山中的泉水可以流动并且温热。

冬至习俗

北方习俗

在中国北方许多地区，每年冬至日，有吃饺子的习俗。相传医圣张仲景告老还乡时看到受冻的百姓，便用羊肉和一些驱寒药材以及面皮，包成像耳朵的样子，做成一种叫“驱寒娇耳汤”的药物，施舍给百姓吃。后来，每逢冬至，人们便模仿做着吃，形成了习俗。

南方风俗

南方很多地方在冬至这天都会过节庆贺。南方沿海部分地区延续祭祖的传统习俗。家家户户把祖先像、牌位等供于家中上厅，安放供桌，摆好香炉、供品等。祭祖的同时，有的地方也祭

祀天神、土地神，叩拜神灵，以祈福来年风调雨顺，家和万事兴。

广东人冬至吃烧腊与姜饭，冬至这天，大多数广东人都有“加菜”吃冬至肉的风俗。潮汕一带有“冬节丸，一食就过年”的民谚，俗称“添岁”。客家人认为，冬至时的水味最醇，所以，客家人冬至酿酒已成为习俗。

杭州人冬至吃年糕，从明末清初直到现在杭州人在冬至都喜吃年糕。每逢冬至做三餐不同风味的年糕，冬至吃年糕，年年长高，图个吉利。在四川却是冬至吃羊肉汤，羊肉可谓冬日滋补之首。湖南湖北一带，在冬至那一天一定要吃上赤豆糯米饭。

在南方一些地区，则比较盛行吃冬至团（冬至丸），取其团圆的意思。每逢冬至清晨，各家各户磨糯米粉，并用糖、肉、菜、果、萝卜丝等做馅，包成冬至团，不但自家人吃，也会赠送亲友以表祝福之意。实际上，冬至吃汤圆，是中国的传统习俗，在江南更是普遍，民间也有“吃了汤圆大一岁”的说法。

岁的说法。

冬至养生

冬至是健康“储蓄”的好时节，宜潜阳补温，敛阳护阴，室内要经常通风换气，保持畅达乐观的心态，注意保暖，多吃补益身体的食物。

冬至养生四忌

一忌暴饮暴食：冬至正值岁末年初，期间多有聚会，切记不要暴饮暴食。

二忌受寒：冬至时节，身体的抵抗力较差，外出时一定要戴围巾，捂好背、腹和足底，避免风寒的侵袭，才能不感冒生病。

三忌大汗：中医认为，大量排汗同时也会耗费大量精气。冬季应顺应天时，注意养藏，安静休养，不宜剧烈运动，大量出汗。

四忌是非：冬季是高血压、心脑血管疾病的高发期，尽量保持心态平和，不要招惹是非，避免因情绪激动引起的突发疾病。

（来源于网络）

名片点击 厦门《鹭风报》

《鹭风报》是一份立足厦门、面向海内外公开发行的侨刊周报。发行主要对象是海外华侨华人和闽南地区的归侨侨眷。由厦门市人民政府侨务办公室主管，厦门市海外联谊会主办。

1956年创刊以来，《鹭风报》向海外华侨华人以及广大归侨侨眷反映家乡风情，传播中华优秀传统文化；记录海外乡亲的轶闻趣事、生活状态，传递海外乡亲的炽热乡情，众多海外乡亲对《鹭风报》有着难以割舍的感情。

在新的历史时期，《鹭风报》正用纸质报、数字报、微信公众号和海外专版等多种途径展现出全新的风貌。

胸怀厦门籍海外侨胞，发行数十个国家和地区，这份“集体家书”在飞速发展的年代里，依旧亲情浓浓，坚守一份别样情怀。

厦门鹭风报社 地址：中国厦门市新华路78号华建大厦7楼 电话：86-592-2026138 邮箱：lfb1956@126.com



鹭风报微信公众平台二维码