

中国民俗文化丛书 主编 刘魁立 张旭

中国民俗学会组织编写

民

俗

文

化



一个人从在胎中孕育直到死去，甚至到死去很久很久，都始终处于民俗的环境中。民俗像空气一样是人们须臾不能离开的。对于民众社会来说，民俗又是沟通情感的纽带，是彼此认同的标志，是规范行为的准则，是维系群体团结的黏合剂，是世代代锤炼和传承的文化传统。

二十四节气的民俗

高倩艺

编著

中国社会科学出版社

中国民俗文化丛书

主编 刘魁立 张旭

中国民俗学会组织编写

民

俗

文

化



一个人从在胎中孕育直到死去
甚至到死去很久很久，都始终处于民俗的环境中
民俗像空气一样是人们须臾不能离开的。对于民众社会来说
民俗又是沟通情感的纽带，是彼此认同的标志，是规范行为的准则
是维系群体团结的黏合剂，是世代代德操和传承的文化传统

二十四

节气

民俗

高倩艺

编著

中国社会科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

二十四节气民俗 / 高倩艺编著. — 北京: 中国
社会出版社, 2010. 1

(中国民俗文化丛书/刘魁立, 张旭主编)

ISBN 978 - 7 - 5087 - 3042 - 4

I. ①二… II. ①高… III. ①二十四节气—简介
IV. ①S162

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 000415 号

丛 书 名: 中国民俗文化丛书

主 编: 刘魁立 张旭

书 名: 二十四节气民俗

编 著: 高倩艺

策划编辑: 李春园

责任编辑: 李春园

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电 话: (010) 66080300 (010) 66085300

邮购部: (010) 66060275 电 传: (010) 66051713

编辑室: (010) 66060097

网 址: www. shebs. com. cn

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 北京京海印刷厂

开 本: 145mm × 210mm 1/32

印 张: 6.5

字 数: 100 千字

版 次: 2010 年 2 月第 1 版

印 次: 2010 年 2 月第 1 次印刷

定 价: 12.00 元

中国民俗文化丛书编委会

顾 问：周和平

主 编：刘魁立 张 旭

编 委：高丙中 华觉明

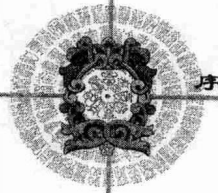
叶 涛 施爱东

陈勤建 陈泳超

萧 放 刘宗迪

郑土有 巴莫·曲布嫫

万建中 徐艺乙



序

中国民俗学会理事长 刘魁立

人生活于文化之中，正像人离不开空气一样。《周易》说：“观乎天文，以察时变；观乎人文，以化成天下。”无论汉语“文化”一词是否由此而来，这段话至少说明，我们的祖先向来对文化的重要性有十分清楚和极其深刻的理解。文化确乎是人之所以成为人、人类之所以成为人类的根本标志。人创造了文化，文化也创造了人，从这个意义上也可以说，人是文化的动物。

从文化本身来说，相当长一段历史时期的传统文化可以粗略地，也是相对地划分为两大分流，即所谓上层文化（或称高层文化、雅文化、精致文化……）和下层文化（或称基层文化、底层文化、低层文化、民间文化）。

民间文化是人民群众创造的最古老的文化，因为它的根源可以追溯到人类发展的初始阶段；民间文化同时也是最年轻的文化，因为它仍然活生生地存在于人民的日常生活和口碑之中。民间文化还是整个社会文化的基础，并且具有极强的生命力。上层文化往往是对民间文化选择、改造和精致化的结果。

民间文学、民间艺术是民间文化中最富色彩的一个组成部分。它在人类创造的一切艺术中，生命最活跃，涉及最广泛。它以古朴纯真的艺术手段，反映着人民群众的现实生活、理想和追求。它的无数珍品，是当之无愧的美的典范。没有了它，人类将失去多少童真的回忆；没有了它，人类的爱祖国、爱家乡将会缺少多少实际可感的具体内容；没有了它，人类的欢乐、悲伤也将变得干涩而平淡；

没有了它，人类将会失掉多少生活的甘美和幽默……

万家社区图书室援建和万家社区读书活动，是建设社会主义文化和建设社会主义新农村的一项战略举措。我们，作为受到农民兄弟哺育和培养的知识界、文化界，有义务用学来的知识回报衣食我的父老乡亲，这不仅是我们的社会责任，也是我们的荣耀。

中国民俗学会在这项重要活动中，承担有关中国民间传统文化的近百种图书的撰写工作，我们组织了学养很高的，包括大批教授、研究员在内的专家队伍，来完成此项写作任务。他们在相关领域里，学有所长，业有专攻，所有作者都以光荣志愿者的精神，以科学严谨的态度，用生动活泼的文字，把相关的准确而丰富的知识，呈献给农民兄弟和城镇社区的读者。完成这项具有重要意义的写作编书任务，是我们人生当中一件值得骄傲、值得自豪的事情。

中国民间文化是世代代锤炼和传承的传统文化，其中凝聚着民族的性格、民族的精神、民族的真善美，是中华民族彼此认同的标志，是祖国同胞沟通情感的纽带。历史悠久、内涵丰富的传统文化也是我们中华民族对人类文化多样性发展的巨大贡献。急剧变化的时代在淘洗着传统的民间文化。在当今时代，我们尤其有必要对我们丰富醇厚、历史悠远的民俗传统立此存照，将其中的优秀部分及其真谛展示给广大民众，使他们对中华大地、对祖国同胞、对优秀的文化传统和深厚的民俗民风怀有更深刻的眷恋、热爱和崇敬。继承和发扬中华民族创造的非常丰富而优秀的非物质文化遗产和民族精神，是我们当前的事，也是我们的历史责任。

我希望在大家的共同努力下，民间文化之花越开越鲜艳，为我们祖国、为我们中华民族赢得一个永恒的春天。

前 言

每年年底，人们除了忙碌之外，有一个温馨的期待就是拿到新年日历——挂历或台历。挂历或台历上印的内容，从明星到美景，从公司介绍到产品的照片，应有尽有。虽然画面各异，但作为日历，年、月、日和星期这几个要素是不能少的。不过，这个日历如果是在中国或华人聚居的地方买的，就可以看到除了有阿拉伯字母标明的日期外，每个日期下还少不了汉字数字。这个汉字数字代表农历，其中有的不是数字，如“立春”、“立夏”、“秋分”、“冬至”等。这些日子每个季节有六个，四季总共有二十四个，叫“二十四节气”。春季的有立春、雨水、惊蛰、春分、谷雨、清明；夏季的有立夏、小满、芒种、夏至、小暑、大暑；秋季的有立秋、处暑、白露、秋分、寒露、霜降；冬季的有立冬、小寒、大寒、冬至、小雪、大雪。

中国传统农业生产都是按照二十四节气来安排的，在科学不发达的时代，二十四节气是农业生产的规划表，用于对农业生产的具体指导。比如“谷雨”提醒人们这期间降雨增多，对植物生长发育关系很大；“小满”草木繁茂，夏熟谷物灌浆乳熟，子粒开始饱满；“芒种”之“芒”，也是“忙”，这一阶段，不仅要忙夏收、夏种，还要忙春播作物的夏管，是一年中最繁忙的季节。在长期的实践中，人们把节气的物候以及节气应做的农事总结成了一些好念好记的谚语或歌谣。比如《农家月令》：“立春喂耕牛，雨水摅粪土，惊蛰河半开，春分种小麦，清明前后种扁豆……”

二十四节气不仅是农业生产的规划表，而且也指导人们的生活，是重要的民间传统节令。比如有一个《百子歌》是这么开头的：“说个子来道个子，正月过年耍狮子，二月惊蛰抱蚕子，三月清明坟飘子，四月立夏插秧子，五月端阳吃粽子……”歌中除了农事活动，如“抱蚕子”、“插秧子”以外，还说到节日或节气期间的习俗活动，如清明、立秋的祭祖活动，天热的消暑措施、天寒的保暖工作、各节日吃什么等。二十四节气是中国非物质文化遗产的重要内容。

二十四节气是历法，是农业时代的实用知识，但它却影响着人们的精神生活。首先，二十四节气的名称不但具有科学性，而且富有诗意。“惊蛰”、“清明”、“谷雨”、“白露”、“寒露”、“霜降”，这些名词拿来就可以写入诗词，具有文字上的审美价值。其次，二十四节气代表了周而复始的物转星移，不断地激发人们的灵感，丰富他们的情感，给他们带来遐想、启迪和抚慰，使他们留下了浩如烟海的文艺作品，如诗、词、笔记等，在民间留下了非常多的民间传说，甚至在影视技术发明后的近现代还进入了影视作品之中。

2 本书以二十四节气为线索，先对二十四节气的基本知识作一个简单的介绍，主要在第一章；然后重点介绍二十四节气对人们的风俗习惯和精神生活的影响，在第二、三、四、五章，分别为二十四节气习俗活动、二十四节气食俗、二十四节气诗词漫谈及二十四节气故事传说。

希望读者通过阅读本书，能够感受到二十四节气民俗文化的丰富内容和深刻的内涵。

目录

前 言 / 1

第一章 二十四节气概述 / 1

二十四节气溯源 / 2

节气的基本知识 / 10

二十四节气的气候及主要农事
活动 / 19

第二章 二十四节气习俗活动 / 45

春季的习俗活动 / 46

夏季的习俗活动 / 62

秋季的习俗活动 / 71

冬季的习俗活动 / 78

第三章 二十四节气食俗 / 87

春季食俗 / 88

夏季食俗 / 98

秋季食俗 / 107

冬季食俗 / 115

第四章 二十四节气诗词漫谈 / 121

春季的诗词 / 122

夏季的诗词 / 139

秋季的诗词 / 147

冬季的诗词 / 156

第五章 二十四节气故事传说 / 164

春季故事传说 / 164

夏季故事传说 / 172

秋季故事传说 / 181

冬季故事传说 / 191

参考文献 / 196

后 记 / 197

第一章

二十四节气概述

中国传统农业生产生活是按照二十四节气来安排的。二十四节气分别在春夏秋冬四季中。春季的有立春、雨水、惊蛰、春分、谷雨、清明；夏季的有立夏、小满、芒种、夏至、小暑、大暑；秋季的有立秋、处暑、白露、秋分、寒露、霜降；冬季的有立冬、小寒、大寒、冬至、小雪、大雪。本书的内容，主要围绕二十四节气这个农耕时代留下来的宝贵遗产来展开。

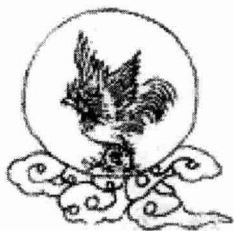
节气在以往不仅是农事活动的依据，同时也是重要的民间传统节令，它在农村中可以说是家喻户晓，是人们安排农事及其日常生活的标杆。那么，二十四节气是怎么来的？都包括什么内容？二十四节气是怎么指导生产的？本章将试图回答和解释这些疑问。

二十四节气溯源

一、二十四节气发展脉络

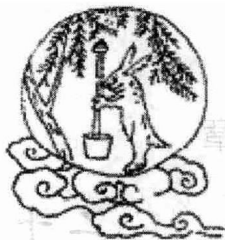
二十四节气是中国古代的人们在观察了天文、气象与农业生产之间的关系后逐渐创造出来的一种历法。

太阳东升西落，月亮时圆时缺，星宿在移动。人们不但感



日

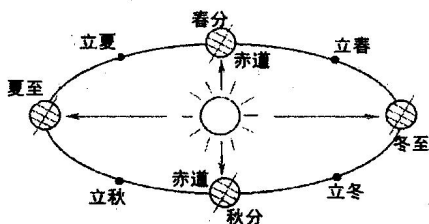
太阳



月

月亮

2 觉到这些天体与气温有关系，而且发现它们的移动和变化是有规律的。周朝和春秋时代的人们就用土圭来测日影，根据日影的长度制定了夏至、冬至、春分和秋分。



八个节气图

到了秦朝，反映四季开始的四个节气出现了，它们是立春、立夏、立秋、立冬。所以那时节气有八个，即立春、春分、立夏、夏至、立秋、秋分、立冬、冬至。

到了汉代，历时数千

年，既反映季节，又反映气候现象和气候变化、能够为农牧业提供生产日程的二十四节气终于全部完备。它们与反映月亮盈亏、星宿移动的记录都被记载在史书中，到今天得以呈现在我们面前。

在人类社会早期，人们根据动植物的生态和天气变化来判断和掌握农事季节。例如，布谷鸟叫了，就该插秧了；野菊花开了，就该种麦子了。这些内容也被纳入节气中，形成了“二十四节气、七十二候应”。比如春分的三候为：初候，玄鸟至；二候，雷乃发声；三候，始电。春分的初候“玄鸟至”，意思是燕子来了。五日一候，一个节气有三候，所以二十四节气总共是“七十二候”。

七十二候如下：

立春：立春之日东风解冻，又五日蛰虫始振，又五日鱼上冰。

雨水：雨水之日獭祭鱼，又五日鸿雁来，又五日草木萌动。

惊蛰：惊蛰之日桃始华，又五日仓庚鸣，又五日鹰化为鸠。

春分：春分之日玄鸟至，又五日雷乃发声，又五日始电。

清明：谷雨之日桐始华，又五日田鼠化为鴽，又五日虹始见。

谷雨：清明之日萍始生，又五日鸣鸠拂奇羽，又五日戴胜降于桑。

立夏：立夏之日蝼蛄鸣，又五日蚯蚓出，又五日王瓜生。

小满：小满之日苦菜秀，又五日靡草死，又五日小暑至。

芒种：芒种之日螳螂生，又五日鵙^①始鸣，又五日反舌无声。

夏至：夏至之日鹿角解，又五日蝉始鸣，又五日半夏生。

① 伯老鸟。

小暑：小暑之日温风至，又五日蟋蟀居壁，又五日鹰乃学习。

大暑：大暑之日腐草为萤，又五日土润溽暑，又五日大雨时行。

立秋：立秋之日凉风至，又五日白露降，又五日寒蝉鸣。

处暑：处暑之日鹰乃祭鸟，又五日天地始肃，又五日禾乃登。

白露：白露之日鸿雁来，又五日玄鸟归，又五日群鸟养羞。

秋分：秋分之日雷始收声，又五日蛰虫培户，又五日水始涸。

寒露：寒露之日鸿雁来宾，又五日雀入大水为蛤，又五日菊有黄华。

霜降：霜降之日豺乃祭兽，又五日草木黄落，又五日蛰虫咸俯。

立冬：立冬之日水始冰，又五日地始冻，又五日雉入大水为蜃。

小雪：小雪之日虹藏不见，又五日天气上腾地气下降，又五日闭塞而成冬。

大雪：大雪之日鹖旦不鸣，又五日虎始交，又五日荔挺生。

冬至：冬至之日蚯蚓结，又五日麋角解，又五日水泉动。

小寒：小寒之日雁北乡，又五日鹊始巢，又五日雉始雊。

大寒：大寒之日鸡始乳，又五日征鸟厉疾，又五日水泽腹坚。

自隋、唐起，宋、元、明、清各个朝代的历书都沿用二十四个节气七十二候。

有趣的是，七十二候传入邻国日本后也得到了发展，如夏至三候，日本是：初候“乃东枯”，即夏草枯的意思；二候“菖蒲华”，即菖蒲开花；三候“半夏生”，三候和中国的一样。

不过，考虑到中国幅员辽阔，有些候应并非真实的物候现

象，有些不符合科学，有些字词玄奥难解，新中国成立后，新的农历就不用旧的“候应”了。

需要说明的是二十四节气是黄河中下游地区的产物，与其他地区的物候及农业生产并不对应。比如，华北种麦的适期是“白露早，寒露迟，秋分种麦正当时”，浙江则是“寒露早，立冬迟，霜降前后正当时”。我们今天了解节气的意义，与其说要从中得到种地的指南，不如说是要从中找到炎黄子孙生生不息的精神之根。

节气的这些特点是人们长期观察积累下来的，一些典籍记录了相关内容，使我们有幸享用这个农耕时代的遗产。

二、典籍中的二十四节气

中国的古典典籍分经、史、子、集四类。“经”指儒家经典，是千百年来指导人们治理国家，统治、教化人民的“圣经”。“史”指各朝各代的历史著作。“子”指各行业、各家各派的典籍。“集”指众多文人留下的诗文集等。典籍中二十四节气的记述非常多，以下举一些例子。

1. 经书中的节气

二十四节气在经书中有记载。如《周礼》等。不过《周礼》中除四时外，未见其他节气。而《左传》昭公十七年记载了少昊氏以鸟名官的情况：

玄鸟氏，司分者也。玄鸟，燕也。以春分来，秋分去。

伯赵氏，司至者也。伯赵，伯劳也。以夏至鸣，冬至止。

青鸟氏，司启者也。青鸟，鸛鷀也。以立春鸣，立夏止。

丹鸟氏，司闭者也。丹鸟，鷩雉也。以立秋来，立冬去，入大水为蜃。

意思是说，玄鸟，即燕子，春分来，秋分去，以玄鸟命名的官负责主管春分和秋分；伯赵，即伯劳鸟，夏至鸣，冬至止，

以伯赵命名的官负责主管夏至和冬至；青鸟，即鸛鷀，立春鸣，立夏止，以青鸟命名的官主管立春和立夏；丹鸟，即鷩雉，立秋来，立冬去，以丹鸟命名的官主管立秋和立冬。

《礼记·月令》对节气也有记载，不过内容源出于《吕氏春秋》等。《吕氏春秋》属于子类典籍，在后面详述。

2. 史书中的节气

二十四节气在史书中也有记载。如《史记·太史公自序》中说：“夫阴阳四时、八位、十二度、二十四节各有教令，顺之者昌，逆之者不死则亡，未必然也，故曰‘使人拘而多畏。’夫春生夏长，秋收冬藏，此天道之大经也，弗顺则无以为天下纲纪，故曰‘四时之大顺，不可失也。’集解张晏曰：“八位，八卦位也。十二度，十二次也。二十四节，就中气也。各有禁忌，谓日月也。”《史记》的作者司马迁提到二十四节气，不过他似乎更重视四季的流转，对严格执行二十四节气的教令持怀疑态度。这也许是因为司马迁没有务过农的关系吧。



星宿

《汉书》记载了二十四节气的推演方法、星次、星宿和节气的关系等。如卷二十一下、律历志第一下：

推冬至，以策余乘入统岁数，盈弦法得一，名曰大余，不盈者名曰小余。除数如法，则所求冬至日也。求

八节，加大余四十五，小余千一十。求二十四气，三其小余，加大余十五，小余千一十。推中部二十四气，皆以元为法。……

星纪，初斗十二度，大雪。中牵牛初，冬至。于夏为十一月，商为十二月，周为正月。终于婺女七度。玄枵，初婺女八度，小寒。中危初，大寒。于夏为十二月，商为正月，周为二月。终于危十五度。诹訾，初危十六度，立春。中营室十四度，惊蛰。今日雨水。于夏为正月，商为二月，周为三月。终于奎四度。降娄，初奎五度，雨水。今日惊蛰。中娄四度，春分。于夏为二月，商为三月，周为四月。终于胃六度。大梁，初胃七度，谷雨。今日清明。中昂八度，清明。今日谷雨，于夏为三月，商为四月，周为五月。终于毕十一度。



危宿



奎宿

实沈，初毕十二度，立夏，中井初，小满。于夏为四月，商为五月，周为六月。终于井十五度。鹑首，初井十六度，芒种。中井三十一度，夏至。于夏为五月，商为六月，周为七月。终于柳八度。鹑火，初柳九度，小暑。中张三度，大暑。于夏为六月，