民俗风情书系

中国民俗节日

袁学骏 编著



河北出版传媒集团
河北人民出版社

图书在版编目（CIP）数据

中国民俗节日 / 袁学骏编著. —石家庄：河北人民出版社，2013.1
（民俗风情书系）
ISBN 978-7-202-07091-8

Ⅰ. ①中… Ⅱ. ①袁… Ⅲ. ①节日—风俗习惯—中国
Ⅳ. ①K892.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2012）第 315919 号

主　编　袁学骏

副主编　陈旭霞

编　委　杜学德　杜云生　王军利　王　琦　范川凤
李新锁　马全祥　柴秀敏　陈旭霞　袁学骏

丛 书 名　民俗风情书系
书　　名　中国民俗节日
编　　著　袁学骏

出版发行　河北出版传媒集团
河北人民出版社（石家庄市友谊北大街 330 号）
印　　刷　河北新华第二印刷有限责任公司
开　　本　787 毫米×1092 毫米　1/32
印　　张　6.75
字　　数　96 000
版　　次　2013 年 1 月第 1 版　　2013 年 1 月第 1 次印刷
书　　号　ISBN 978-7-202-07091-8/K·1058
定　　价　12.80 元

版权所有　　翻印必究



目　录

序 /1

第一章　岁时节日的起源和发展 /1

第一节　岁时节日的起源 /2

第二节　节日发展的几个阶段 /8

第二章　春节 /13

第一节　春节序曲 /14

第二节　立春 /20

第三节　除夕 /23

第四节　大年初一 /37

第五节　正月初一至十四 /42

第六节　正月十五元宵节 /57

第七节　正月十六烤火、丢百病 /67



第三章　龙头节 /71

第一节　引龙避虫 /72

第二节　二月二食俗 /73

第三节　祭龙仪式 /76

第四章　寒食与清明 /80

第一节　寒食的起源 /81

第二节　上巳节与三月三 /85

第三节　庙祭与上坟 /89

第四节　清明节习俗 /93

第五章　端午节 /101

第一节　端午节的历史形成 /102

第二节　勾践、伍子胥、屈原、曹娥等人的传说 /105

第三节　端午节习俗 /113

第六章　七夕节 /121

第一节　牛郎织女传说的来历 /121

第二节　牛女故事的文化内涵 /128

第三节　七夕节的形成 /132

第四节　七夕节习俗 /136

第五节　外国七夕节和西方情人节 /141



第七章　中元节 /144

第一节　佛道共用的节日 /144

第二节　七月十五敬麻姑 /146

第三节　七月十五节习俗 /148

第八章　中秋节 /154

第一节　中秋节的来历 /155

第二节　关于嫦娥奔月 /160

第三节　赏月咏月习俗 /164

第四节　拜月祈愿 /169

第五节　月饼 /174

第九章　重阳节 /178

第一节　重阳节的起源 /178

第二节　汉魏以来的重阳习俗 /182

第三节　重阳敬老习俗 /189

第十章　其他节日和节令 /192



序

袁学骏

我国是世界东方的文明古国，有着五千多年的文明史。其源远流长的民俗文化，是中华文明的重要组成部分。按照现在的说法，民俗文化的绝大部分属于无形文化、非物质文化。在经济全球化浪潮的冲击下，抢救和保护非物质文化遗产已经在全世界形成共识。2003 年 10 月，联合国教科文组织颁布了《保护非物质文化遗产公约》。我国作为一个非物质文化遗产大国，面临大量民风民俗、民间技艺的濒危、失传，抢救、保护已是时不我待。文化部及时制定了与联合国教科文组织公约精神相一致的有关文件，社会各界也极力呼吁对传统民间节日、艺术的保护。2006 年 6 月，国务院批准设立国家文化遗产日，时间为每年 6 月第二



个星期六，并颁布了第一批国家级非物质文化遗产保护名录，将大量民俗文化事象纳入保护范围之中。2007 年第二个文化遗产日时，又公布了首批国家级非物质文化遗产优秀传承人名单。

这套丛书的编写，是响应胡锦涛同志在十七大报告中提出的“弘扬中华文化，建设中华民族共有精神家园”的伟大号召，在全国非物质文化遗产保护与中华民族共有精神家园建设的结合点上，确定推出的选题。它旨在通过民间信仰、岁时节日、饮食习俗、民间美术和演艺等专题介绍，让广大读者了解中华民族的非物质文化，唤起他们的民族文化自信，树立起民族文化的自觉，以加强我们的民族凝聚力和认同感。我们就是要通过彰显我国多姿多彩的民俗文化，保持中华民族的文化符号与特征，维护中华文化的本土化和多样化，这是具有伟大战略意义的事情。而对于每一个读者尤其是青少年读者来说，可以通过这套丛书充分认识中华民族的辉煌文化，学习民族先人的聪明才智，树立正确的世界观、人生观、价值观，更加热爱祖国，热爱民族文化，并能够在继承前人的基础上进行新时代的文化创新和艺术创新。



我们相信，这套丛书会对全国非物质文化遗产保护和中华民族共有精神家园的建设起到一定的推动作用，也一定会受到广大读者的喜爱。由于水平所限，时间仓促，书中问题在所难免，这里敬请广大读者、诸位方家及时指正。



第一章

岁时节日的起源和发展

我们中国历史悠久，节气、节日繁多，已经形成了东方式的丰富多彩的岁时节日体系。

岁时节日，主要指与天时、物候的周期性转换相适应的、人们约定俗成的、具有某种民俗文化意义的特定时日。不同的节日，会有不同的民俗活动，而且都是以年度为周期，循环往复，周而复始。我们的传统节日，都是古代农业文明的产物，经历了漫长的历史过程，成为我们民族千秋万代传承于今天的无形文化遗产，是中华民族相互认同的文化符号和共有的精神家园。传统节日文化，记载着我们的祖先认识和把握自然运动规律的聪明智慧，显示了各个不同历史阶段的社会、经济、科技、文化发展水平，成为人民群众有张有驰的生活节律表。本书准备从民俗文化的角度，专门来谈谈我国传统岁时节日，试图与大家共同



理清节日的来历，进行一次有趣的文化寻根之旅。愿你能够与我一路同行。

根据考古发现，在距今大约六七千年的仰韶文化时期，原始农业就已经出现。相传更早的伏羲氏时代就开始了野生植物的选择种植、禽兽的训化活动。这就需要准确的把握农时季节，制定历法、记录时间以方便生产生活和祭祀活动。原始宗教中，早有氏族部落的图腾崇拜；春种前和丰收后都要祭祀天地。也要年年祭祀先祖先贤。这些都是传统节日形成的重要源头。

第一节　岁时节日的起源

一、岁时节日的由来

（一）远古历法的因素。应当说，我国岁时节日的由来是多方面的。首要的原因，就是原始先民从事春耕夏种、秋收冬藏等农事活动需要把握时间，那么就要观察天时，制定历法。相传黄帝时设五官，其中有考定星历的官员。颛顼时设有火正官，尧帝时又设立羲和之官“明时正度”，形成了春夏秋冬四季概念。夏



朝时，根据北斗星斗柄指向和许多恒星的出没来确定时、月，并用天干纪年。天干就是甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸 10 个字，后来形成了夏历。殷商时期又制定了相对完备的历法，用天干地支相搭配来纪年。地支就是子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥 12 个字。天干地支相搭配就形成了甲子、乙丑、丙寅……这样的纪年方法，60 年为一轮，称为一甲子、花甲子。周代继续用干支纪年，但以天上星宿大火的位置来表示寒来暑往、节令更替，所谓“七月流火”，不是指天热，而是周人所指的大火星在天，从而又形成了周历。根据现在看到的《逸周书·时训》记载，那时就已经有了不少节气名称和相关的气候、物候记载。

古唐尧虞舜时，一年称为一载。夏朝时又称岁，商代则称祀，周时才称为年。年的起始和终点也有变化。到汉武帝太初元年（公元前 104 年），根据夏历制定颁布了《太初历》，那时二十四节气已经确定。这是大体延用至今的以地月关系为基础的历法，相对于以地日关系为基础的太阳历，此为太阴历，民间称阴历，后又称为农历。这种历法规定一年 12 个月，19 年 7



闰，闰年 13 个月。太初历也是兼顾地日关系的阴阳合历。远古时为了农业丰收，春种之前需要祈天祀地，秋收之后需要感谢神灵，所以就出现了春社、秋社，届时要进行祭土仪式，具体时间分别在立春、立秋后第五个戊日。这大概是中国历史上最早的祭祀节日。春社、秋社活动，后来在民间长期存在。人们丈量太阳的影子，把日影最短的一天定为夏至，日影最长的一天定为冬至。人们从冬至算起，太阳黄经每增加 30 度（约 30 天），便制定出一个新的中气，一年 12 个月便有 12 个中气。它们便分别是冬至、大寒、雨水、春分、谷雨、小满、夏至、大暑、处暑、秋分、霜降、小雪。然后再从小寒算起，太阳黄经每增加 30 度（约 30 天）便会出现一个新的节气，12 个月就有 12 个节气。它们分别是小寒、立春、惊蛰、清明、立夏、芒种、小暑、立秋、白露、寒露、立冬、大雪。这些中气和节气相交叉便形成了二十四节气。这些节气的制定，为农业生产的开展提供了极大的方便。

早在远古时，民众就知道许多天文知识。明末清初大学问家顾炎武曾经说：“三代以上，人人皆知天文。‘七月流火’，农夫之辞也。‘三星在户’，妇人之



语也。‘月离于毕’，戍卒之作也。‘龙尾伏辰’，儿童之谣也。后世文人学士，有问之而茫然不知者也。”意思是说，夏商周三代以前，人人都懂得天文现象。“七月流火”，是种田人口中的话。“三星在户”，是妇女们的话。“月离于毕”，是边防士兵的语言。“龙尾伏辰”，是儿童歌谣中的词句。但后来读书做学问的人们，有时问起这些来还很迷糊不懂。其中“火”、“三星”、“毕”、“尾”、“辰”等都是星名。那时人们就在观察确定天空中的日月、星座和星区，后来确定了“七曜”，即日月和金木水火土五大行星。也确定了二十八宿，是指在黄道、赤道附近的恒星组成的 28 个星区。在殷墟甲骨文、金文中，就记录了对二十八宿中部分星宿和日食月食现象。关于星宿的叙述和天象记载，还可以参看古老的《诗经》、《夏小正》、《春秋》、《左传》、《国语》等先秦典籍。立春、清明、立夏、冬至等节气，后来都形成了民俗节日。

（二）月亮圆缺的因素。我国传统节日与月亮的朔望、圆缺也有密切关系。节日便是把一年季节渐变分成像竹节一样的时间段。在节日日期的制定过程中，月亮的圆缺被人们格外关注。因为远古时期没有文字



和日历，只能观察天上的太阳、月亮和星星。太阳每天东升西落，它的光芒很刺眼。月亮有升有落，有圆有缺，而且光线柔和，成为人们晚上反复观赏的对象。于是在岁时周期中有了月的概念。古人说的朔日、元日，就是现在所说的初一，而月圆时则是十五，也称望日、圆日。有时是十五的月亮十六圆，一般仍是十五。古代一些节日就在朔日或圆日举行，如正月初一为元旦，正月十五为上元节，七月十五为中元节、十月一为寒衣节等。

（三）重叠数字的运用。我国先民很早就形成了数字信仰。他们认为一月一、二月二、三月三、五月五、六月六、七月七等数字相重叠是吉月吉日，或者是恶月恶日。一月一，就是后来的正月正，大年初一，这和二月二、三月三、七月七、九月九，都是人们心目中的吉祥日子。五月五则是古人心目中的恶月恶日，这天要驱鬼避邪才能保证全家安康，所以也从反面形成一个大节了。还有民间忌讳的四月四，也是传统的地方性民间节日。这些与古代《周易》上讲数理关系有关。伏羲发明八卦，周文王演绎为八八六十四卦，在我国和世界东方形成了数理测算传统，也影响到了



节日内涵的解释。

（四）信仰祭祀的因素。在原始社会后期的灵魂崇拜、祖灵信仰和万物有灵观念，人们对天和地、日月星辰、大山大河、花草树木、飞禽走兽的自然崇拜，氏族部落的图腾信仰，以及后来渐渐形成的人神崇拜等等，都是节日形成的文化心理因素。比如人神，主要是民族人文始祖、民族英雄和各种功德人物。人文始祖中有伏羲、女娲、炎帝、黄帝和苗族始祖蚩尤，壮族始祖布洛陀等。民族英雄中被广泛祭祀的有苏武、岳飞、文天祥、戚继光等。还有其他在维护百姓利益、进行发明创造的地方性神祇们。比如工匠祖师爷鲁班、毛笔祖师爷蒙恬、造纸祖师爷蔡伦、香粉祖师西施，以及医药祖师华佗等。我国是一个善于造神的国家，从远古以来历朝历代都有人被捧上神坛，他们的生日、忌日或某个相关的日子都可能形成大小节日，有的形成了地方性庙会。儒教、道教的形成和佛教的传入，对后世节日的形成和增多、节日内涵的丰富和节俗的多样化，都产生了重要影响。后来伊斯兰教、基督教等宗教的传入，也使人们的信仰和祭祀对象更为多元化。

（五）宫廷的参与和提倡。我国传统节日的初始时



期大多由民间约定俗成，但也在上层统治者的率先垂范、下诏提倡之中加速形成。汉朝时，文帝继位后确定了正月十五为元宵节，亲自上街观灯，与民同乐。武帝信奉鬼神，因看病建立了太一神坛，正月上辛日大张灯火通宵祭祀，后来合并到元宵节中来。隋炀帝追求享乐，每逢元宵节都要在京城端门外设下数里戏场，调集几万人通宵歌舞。唐玄宗时，京师长安、东都洛阳和全国元宵夜更是“灯火家家市，笙歌处处楼”。宋徽宗放“鳌山灯”长达 48 天之久。明清两代从元旦到元宵的游艺活动更为盛行了。

第二节　节日发展的几个阶段

我国大部分传统岁时节日的根脉在先秦时期，有的可以追溯到伏羲、炎黄时代。按照已故民俗学泰斗钟敬文、博士苑利等人的见解，其发展过程可以分为五个阶段。

一、先秦时期是蕴育期

秦朝以前是我国传统节日的蕴育时期。这一时期



还没有完全成形民俗节日，但有了后来一些民俗节日的根芽。虽然一些祭祀活动早已存在，但在时间上没有确定具体固定的日期，有很大的变动性。主要是原始信仰、自然崇拜。特别是对土地的信仰，在人们心目中地位很高，仪式也很盛大，春社、秋社活动主要是祭祀土地的，因为没有土地就没有人类。人类对大地的崇拜也是一种母性崇拜。在古人眼里，天为阳为父，地为阴为母。人类童年时期，长期为母系社会，崇拜母性、母亲更为正常。但此时的土地祭祀还没有形成人格化的神。祭天，祭日月星辰、高山、江河等群体性活动也还都属于原始宗教性质的。

二、秦汉时期是形成期

秦朝统一中国，为我国节日习俗的形成提供了社会、政治、经济和文化等方面的有利条件。汉朝400余年间则是大多传统节日基本形成和定型的时期。比如传统的除夕、元旦、元宵、寒食、七夕、重阳等节日，在这一时期都已经为宫廷和民间所认同。太初历的颁行为年终岁首和各种节日的确定提供了理论依据和节点规定之便。这一阶段的后期，一些自然神走向