

中 / 国 / 传 / 统 / 文 / 化 / 知 / 识 / 小 / 丛 / 书

ZHONGGUO
CHUANTONG
WENHUA
ZHISHIXIAO
CONGSHU

9

农历、中医

吉林人民出版社



《中国传统文化知识丛书》

农 历
中 医

关丽娟 编著

杨秀林 徐旭阳 编著

吉林人民出版社

《中国传统文化知识小丛书》

编 委 会

主 编 胡维革

副 主 编 陈立忠 胡晓岩 郝国昆

编 委 (按姓氏笔画排列)

于晶娜 田毅鹏

厉永平 李书源

陈立忠 陈虹妮

周玉和 郝国昆

胡晓岩 胡维革

赵永春 程舒伟

雷 庆 颜震华

魏克威

责任编辑 刘慧杰

目 录

—————

农历	(1)
一 农历与农历月份的别称	(1)
二 农历的二十四节气与农谚	(4)
三 农历的杂节气	(23)
四 农历的传统节日与传说	(26)
五 农历的天干地支	(37)
六 农历的十二生肖	(41)
中医	(48)
一 源远流长的中医学	(48)
二 博大精深的中医学理论	(68)
三 名垂千秋的中医学大家	(82)
四 前程远大的中医学	(87)

农 历

农历是我国古代劳动人民在长期的农业生产实践中，与自然进行斗争的经验总结，是我们祖先独创的一种历法，是中华传统文化宝库中的历法遗产。史书记载，我国早在夏朝就已开始使用农历，它在农业生产中发挥了重要作用。农历包括了天文、气象、农事季节以及它与农业生产的关系和变化规律，至今农历还仍然对我国的农业生产和农事活动有重要的指导作用。因此，在我们这个人口众多的农业大国中，使人们了解和懂得农历知识，以及与农历相关的某些文化事象，是非常有益的。

一 农历与农历月份的别称

农历一般称为“旧历”或“阴历”。实际上不完全是阴历，而是一种阴阳合历。这种历法是把阴历朔望月的时间作为历月的平均时间，这点同阴历相同，同时又采用了设置闰月的办法和二十四节气的办法，使历年的平均长度等于阳历的回归年。这

样既有阳历的成份，又有阴历的优点。

一般认为：我国是农业国家，阴阳合历更适用于农业生产和生活，所以称为“农历”。史书记载，我国早在夏朝就使用了这种历法，人们称之为“夏历”。解放以后也一直叫“夏历”，直到1970年才更名为“农历”。

农历基本上是以十二个月为一年的。但由于历月是以朔望月为依据，十二个朔望月时间是354.3667日，和回归年相比较，相差11天左右。这样，每隔3年多出33天，如果每隔3年加1个月，这种偏差就可以纠正过来。这就是农历设置闰月的原因。有闰月的那一年就叫闰年。至于应闰哪个月，由节气来决定。

农历的月份，我们通常用自然数字表示，除此之外，还有很多有趣的别称，这是我们平常所不知道的。如：

一月：孟春、正月、元月、春五、陬月、孟陬、端月。

二月：仲春、如月、杏月。

三月：季春、炳月、桃月、三春。

四月：孟夏、余月、清和月、槐月。

五月：仲夏、皋月、榴月、蒲月。

六月：季夏、且月、荷月、伏月。

七月：孟秋、相月、巧月、霜月、桐月。

八月：仲秋、壮月、桂月。

九月：季秋、玄月、菊月。

十月：孟冬、阳月、小阳春。

十一月：仲冬、辜月、葭月。

十二月：季冬、涂月、腊月、嘉平。

这些月份的别称，有的按季节顺序排列；有的取植物的征象；有的是美好的传说；有的按政令命名；还有按日月交替和阴阳变化而命名的。

如：一年里有四季，每个季节三个月，古时候，孟为大、仲为中、季为三，这样春夏秋冬季的三个月都有了孟、仲、季的别称。

再如：二月里来杏花开，三月里来桃花红，四月槐花挂满枝，五月榴花似火红，六月荷花铺满池，八月桂花遍地香，九月菊花傲秋霜。这些植物的征象分别代表了二、三、四、五、六、八、九月的别称。

还有，七月初七牛郎织女鹊桥会，织女的巧智成了古代妇女的向往。因此七月称“巧月”。

再有，一月的别称“端月”和十二月的别称“嘉平”，是为了避讳秦始皇的忌讳而改的。农历一月别称为正月，是一年开始的意思，但秦始皇的名是嬴政，与正同音，秦始皇下令把一月改为“端月”，是一年开端的意思。农历十二月，原叫腊月。腊是祭祀祖先的意思，秦始皇又下令改腊月为嘉平月。

另外，以日月交替、阴阳变化命名的月份，如：一月，别称朏月；朏是朏眚，指天上的两颗星，位于东边方向；正月时候日月相会在朏眚，故而得名朏。二月，别称如月；如是随从的意思，指二月之中万物相随而出，如如然也，故称“如”。三月，别称炳月；炳，意思是光明、显著，表示月阳气盛，万物炳然。四月，又称余月，余是舒展的意思，四月指万物舒展，枝叶生出。五月，别称皋月，皋有高低之高的意思，五月阴气上

升，由下而上，使万物结实，所以称皋。八月，别称壮月，壮者，大也。指万物壮大。九月，别称玄月，玄，指黑色，意思是万物长大毕尽，阴气袭来，物色全黑，称玄月。十月，别称阳月，这月由于全是阴气用事，嫌其无阳，所以用“阳”命名，也叫“小阳春”。十一月，称辜月，辜有故之意，意思是阳气再生、革旧纳新。十二月，称涂月，涂与除同，是去的意思，表示一年将要结束。以阴阳变化而命名的月份还有：四月别称“清和月”，表示大地清洁，风和日丽；六月称“伏月”，表示是一年中 最热的月份；九月称“霜月”，意指寒气渐袭，露将变霜。

二 农历的二十四节气与农谚

节气的产生。节气，就是把一年里太阳在黄道上位置的改变和引起地面气候变化的情况，按顺序分为二十四个节段，每段大约间隔半个月时间，“五日为一候，三候为一气”。分别列在十二个月里。列在月初的叫“节气”，列在月中的叫“中气”。

“气”，在实际上指的是气候，气象。二十四节气就是根据每个节段里所特有的气候和物象（例如：大地上农作物生长变化的情况）确立的。

二十四节气的确定。二十四节气是我国古代人们在天文历法上的杰出创造，是古代人农事经验的总结，至今对我国农业生产，仍然有不可低估的指导作用。二十四节气是农历的重要组成部分。它的确定源于古代人们最初用一根竿子测量日影。方法是：在平地上垂直地立一根竿子，竿子的位置不能移动，派人经常在中午的时候去看竿子的影子，从中发现，竿子映出的

影子的长度一年中有不同的变化，夏天竿子映出的影子短，冬天竿子映出的影子长。人们还发现，夏天里有一天的竿子的影子是最短的；冬天里也总有一天影子是最长的。古代人们根据冬夏这两天影子的长度称它们为“日至”，并用这种测量中午日影长度的方法认识了“年”的时间长度，这就是从“日至”到“日至”的时间长度为一年。

在竿子测影记日至的基础上，古人们又发明了用“土圭”测日影的方法。“土”，是度的意思，土圭就是把玉刻成尺子，放在地平面上，这样能够测量出竿影长短，暑天的时候日影短而且日在南方，寒天的时候日影长而且在北方，人们把“日至”分为两种，一种叫“日南至”，也叫“夏至”；一种叫“日北至”，也叫“冬至”。

随着古人观天象知识的积累，“土圭”测日影方法又发展到“圭表”。“圭表”就是把垂直的铜柱或石柱称为表；把平放的铜尺或石尺称为圭。把圭表放在南北方向上，用它借助测影方法确立一年四季和二十四节气的发生时间。冬季、夏季使用圭表测日影，冬天的日影一丈三尺长时是一年中日影最长的时候，这时是冬至；夏天的日影只有一尺五寸时是一年中日影最短的时候，这时是夏至。古人对日影的长短还有经验之谈，夏冬日影“短于一尺五就有旱灾，长于一丈三就有水灾。”

冬、夏确立，春、秋后知。地球上赤道和黄道相交有两点：从南通过赤道向北的升交点是春分点；从北向南的降交点是秋分点。太阳在黄道上每年自西向东转一圈，3月21日经过春分点，从地球南半球转移到北半球，此时地球上昼夜长短相等，叫“春分”；9月23日左右，太阳经过秋分点，从地球的北半球转向南半球，昼夜长短又相等，叫“秋分”，这就是人们常说的

“春分、秋分，昼夜平分。”

春夏秋冬为四季。古人解释四季说：“春者，蠢也，动后生也。夏，假也，天假万物，使生长也。秋，缊也，缊迫品物，使时成也。冬，终，物终藏也。”按照夏历规定，正月、二月、三月分别称为孟春、仲春、季春；四月、五月、六月称为孟夏、仲夏、季夏；七月、八月、九月称为孟秋、仲秋、季秋；十月、十一月、十二月为孟冬、仲冬、季冬。每季三月的孟、仲、季的意思是：孟，是长和开始的意思；季，末也，小也，是结尾和小的意思；仲，有中的意思。

二十四节气是古代人以日影长度的准确数值来确定的，当太阳每年在公历3月21日经过春分点时，黄经为零度，接着，沿黄道运转，黄经逐日增加。太阳一个回归年绕黄道运转一圈，是360°。实际上二十四节气就是黄道平均分成24等分，每个等分的时间基本相等。用公历来对照，变化也不大，每月两节，15天为一个节气，大致上半年每月逢公历6日和21日交节；下半年每月逢公历8日和23日交节。但由于太阳运动的不均匀性，日期之间可能有一二天的出入，正像民间所说：“上半年来六、廿一；下半年来八、廿三。”现列二十四节气表（如下页图中所示）。

我国农历中的二十四节气对农事活动有着重要的指导意义。包括了天文、气象、物候对农作物的不同影响，其中春分、秋分、夏至、冬至、立春、立夏、立秋、立冬这二分、二至、四立反映了一年四季的变化情况；小暑、大暑、处暑、小寒、大寒反映了一年气温的变化情况；雨水、谷雨、白露、寒露、霜降、小雪、大雪反映出降水量的变化情况；惊蛰、清明、小满、芒种反映了物候现象，可见二十四节气与农业的关系是非常密

切的。下面将分述二十四节气与相关农谚。

立春：立是立刻的意思，春表示蠢动，立春表示有生气的开始。立春是农历一年中的第一个节气，太阳黄经到达315°，公历在每年的2月4日前后。这个节气表示天气逐渐变暖，大地呈现一派万物复苏的景象，同时也标志着新的一年农事活动的开始。

节气	黄经度	农历月份	公历		节气	黄经度	农历月份	公历	
			月	日				月	日
立春	315	正	2	4或5	立秋	135	七	8	7或8
雨水	330	月	月	19或20	处暑	150	月	月	23或24
惊蛰	345	二	3	5或6	白露	165	八	9	7或8
春分	0	月	月	20或21	秋分	180	月	月	23或24
清明	15	三	4	5或6	寒露	195	九	10	8或9
谷雨	30	月	月	20或21	霜降	210	月	月	23或24
立夏	45	四	5	5或6	立冬	225	十	11	7或8
小满	60	月	月	20或21	小雪	240	月	月	22或23
芒种	75	五	6	6或7	大雪	255	冬	12	7或8
夏至	90	月	月	21或22	冬至	270	月	月	22或23
小暑	105	六	7	7或8	小寒	285	腊	1	5或6
大暑	120	月	月	23或24	大寒	300	月	月	20或21

立春一向为中国民众所重视。各地都有“立春如大年”的说法。农谚说：“最好立春晴一日，农夫不用力耕田。”古代很多帝王每到立春之时，总要率领群臣举行迎春庆典，有的帝王还亲自扶犁耕一块田地，以示对农业的关心。民间以“打春

牛”、“送春图”的形式迎接春天的到来。这种风俗是：立春这天，集镇的广场上塑一头土牛和一位农夫像，传说农夫叫芒种，手持鞭子，赶着牛，表示春天到来，农耕开始。春牛图的塑法和春到早晚有关系，如果立春在农历十二月十五前，芒种就站在牛的前面，表示农事早；如果立春接近岁末年初，芒种就和土牛并排站立；如果立春在正月十五前后，芒种就站在牛的后面。古代民间没有历书，春牛图的塑法起到了帮助农民掌握农时的作用。随着时间的流逝，打春牛活动发展成绘、剪春牛图。春牛图内容丰富，不但有牛、耕夫，还有牧童、柳树、春燕、农具、各种家畜、十二生肖、瓜果蔬菜，连聚宝盆和金元宝等也统统画了进去。因为立春在农历大年前后，所以农家都把春牛图当过年的年画贴在墙上，成为年画的前身。有关立春的农谚有：

立春一日，水暖三分。（陕西、江西）

立春一日，百草回芽。

立春三日，百草排芽。（河北）

立春阳气转。

立春要晴，雨水要淋。

春打六九头，耕牛遍地走。

立春天气晴，万物好收成。

立春晴一日，农家笑盈盈。

雨水：雨水是继立春之后，农历中的第二个节气，是雨水较多的意思。这一天，太阳到达黄经 330°，公历在每年的 2 月 19 日前后。这个节气的气候特征为：我国广大地区停止降雪，开

始下雨，雨水逐渐增多，正如《月令·七十二候集解》中所说：“正月中，天一生水。春始属木，然木生者必水也，故‘立春’后继之‘雨水’。”有关雨水与农时的谚语有：

雨水要淋，清明要晴。

立春阳气转，雨水落无断。

雨水节，把树接。雨水前后，植树插柳。

雨水期间，乍暖还寒，气温不稳定，气候变化大，正如农谚所说：“春寒冻死牛，老牛老马过一冬，单怕正二月的摆头风。”要保证牲畜的健壮膘肥，应该精心饲养，农谚道：“寸草铡三刀，无料也长膘。”

惊蛰：惊蛰是春雷惊动万物的意思。这天，太阳到达黄经345°，公历在每年的3月5日前后。这个节气的特征是：气温逐渐增高，春雷开始轰鸣，蛰伏在地下冬眠的昆虫和小动物开始出土活动，春耕开始。由于各地暖温条件的不同，各地春雷的发生有迟有早。这期间各地的农事活动从以下谚语中可以看到：

过了惊蛰节，春耕不停歇。（河北）

惊蛰春翻田，胜上一道粪。

惊蛰一犁土，春分地气通。

惊蛰点瓜，遍地开花。（四川、陕南）

惊蛰闻雷，小满发水。（河南）

雷打惊蛰前，农民好种田。（广东）

雷打惊蛰后，低头好种豆。（河南）

惊蛰吹吹风，冷到五月中。

惊蛰寒，秧成团；惊蛰暖，秧成杆。

冻惊蛰，晒清明，谷子将有好收成。

惊蛰清田边，虫死几千万。

春分：分就是一分两半。春分是春季 90 天的中分点，意思是春天已过去一半了。这一天，太阳到达黄经 0° ，公历在每年 3 月 21 日前后，全球各地昼夜相等，之后则北半球白天日照逐渐增长，夜晚逐渐缩短。我国各地区有关春分的谚语有：

春分秋分，昼夜平分。

春不分不暖，夏不至不热，

秋不立不凉，冬不至不寒。

春分麦起身，一刻值千金。

春分春分，好点花生。

春分过后，种麦种豆。

清明：是表征物候的节气。表示大地清洁明朗，气温转暖，草木萌动，大自然一片清新。这一天，太阳到达黄经 15° ，公历在每年的 4 月 5 日前后。这个节令是有些农事活动的重要信号。农谚说：

清明晴，好收成。

清明晒干柳，杂面窝窝胀死狗。

清明前后，点瓜种豆。

过了清明不烂种。

清明撒花，谷雨种瓜。
清明不见风，麻豆好收成。
清明下早秧，节气正相当。
清明天气晴，百物好收成。
清明下雨雨绵绵，
清明一到，农夫起跳。
清明前后一场雨，强如秀才中了举。

清明节还是春季祭祖的日子，民众往往在这一天为故去的人扫墓、祭奠，现在我们每年的清明节扫烈士墓活动，就是为了祭祀英雄人物，缅怀他们的不朽功绩。

谷雨：雨生百谷，谷雨是反映降水状况的节气。谷雨这天，太阳到达黄经 30°，公历在每年的 4 月 20 日前后，这个季节雨量增多，更加适宜农作物的生长。正如诗所说：“好雨知时节，当春乃发生”。细细的春雨对滋润禾苗生长是十分有益的。农谚道：

谷雨生百谷，谷雨谷满田。
谷雨好种田。
谷雨不雨，农夫辛苦。
谷雨雨不休，桑叶好喂牛。
谷雨扫蚕，小满使钱。
谷雨前，好种田；谷雨后，好种豆。
谷雨前后，点瓜种豆。
谷雨前种高山，过了谷雨种平川。
枣芽发，种棉花，谷雨节后把种下。

立夏：立夏是反映季节变化的节令。表示春天已经过去，夏天立即开始。立夏这天，太阳位于黄经 45° ，公历在每年的 5 月 6 日前后。节气特点是：气温显著增高，炎暑即将来临，雷雨增多，农事活动进入夏季繁忙阶段。据《后汉书·礼仪志》载：“迎夏于南郊，祭赤帝祝融，车旗服饰皆赤”，这是说古代皇帝为迎接夏天到来所举行的隆重的祭祀。关于立夏的农谚有：

立夏立夏，泡犁泡耙。

立夏要夏，小满要满。

五月立夏二小满，割罢大麦插秧田。

立夏小满正栽秧，秋后十天满沟黄。

立了夏，把扇架。

雷打立夏，三天下一下。

小满：满指籽粒饱满。这是反映物候的重要节气。小满这天，太阳到达黄经 60° ，公历在每年的 5 月 21 日前后。小满季节“莺声渐老，花到荼蘼”，插秧布谷一片繁忙。有关小满的谚语有：

小满不满，芒种不管。

小满不满，干断田堰。

小满就要江河满，江河不满天大旱。

小满麦满仁。

小满 10 日遍地黄。

小满天赶天，芒种时赶时。

小满栽秧谷满仓，夏至栽秧一场光。

小满桑椹黑，芒种吃小麦。

小满正栽秧，家家谷满仓。

芒种：芒指壳实尖端的细毛。这是反映物候现象的节气。芒种这天，太阳位于黄经 75° ，公历在每年的6月6日前后。这时节是“五月榴花照眼明”，“青草池塘处处蛙”，大自然呈现出宜人的景色。麦类等有芒的作物开始成熟收割，回茬的晚秋作物开始播种。有关芒种的谚语有：

芒种忙忙种，样样都要种。

芒种忙忙栽，夏至谷怀胎。

芒种不怕火烧天，夏至不怕雨绵绵。

过了芒种不种棉，过了夏至不栽田。

夏至：至乃极。夏至是日影长到极端的意思。这一天，太阳黄经到达 90° ，直照北回归线，是北半球白天最长、黑夜最短的一天。公历在每年6月22日前后。过了这一天，北半球白天日照渐短，夜晚将渐长。夏至以后天气逐渐炎热起来，由于地面受热强烈，空气对流旺盛，午后和夜间常下雷阵雨，雨过天晴，天气仍然炎热，正像刘禹锡的诗句所说：“东边日出西边雨，道是无晴却有晴”。有关夏至的谚语有：

吃了夏至面，一天短一线。

长到夏至，短到冬至。

夏至不栽田，栽田也枉然。

夏至不种高杆禾。