



重溫傳統系列

# 传统节日

范时勇 —— 著



重庆大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

传统节日 / 范时勇著. — 重庆: 重庆大学出版社, 2015.9  
(惠民小书屋丛书. 重温传统系列)

ISBN 978-7-5624-8841-5

I. ①传… II. ①范… III. ①节日—风俗习惯—中国—通俗  
读物 IV. ①K892.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第028072号

## 传统节日

CHUANTONG JIERI

范时勇 著

策 划:  重庆日报报业集团图书出版有限责任公司

责任编辑: 李佳熙 版式设计: 何海林

责任校对: 谢 芳 责任印制: 张 策

插 图: 罗 烜

\*

重庆大学出版社出版发行

出版人: 邓晓益

社址: 重庆市沙坪坝区大学城西路21号

邮编: 401331

电话: (023) 88617190 88617185 (中小学)

传真: (023) 88617186 88617166

网址: <http://www.cqup.com.cn>

邮箱: [fxk@cqup.com.cn](mailto:fxk@cqup.com.cn) (营销中心)

全国新华书店经销

重庆巍承印务有限公司印刷

\*

开本: 787×1092 1/16 印张: 16 字数: 234 千

2015年9月第1版 2015年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5624-8841-5 定价: 32.00元

---

本书如有印刷、装订等质量问题, 本社负责调换

版权所有, 请勿擅自翻印和用本书  
制作各类出版物及配套用书, 违者必究

回味个体成长记忆  
探索国人情感归宿







# 目 录

序言：打响传统节日保卫战 001



|     |     |
|-----|-----|
| 立春节 | 003 |
| 元宵节 | 013 |
| 天穿节 | 023 |
| 填仓节 | 031 |
| 春社  | 039 |
| 龙抬头 | 047 |
| 花朝节 | 057 |
| 上巳节 | 065 |
| 寒食节 | 075 |
| 清明节 | 085 |
| 立夏节 | 095 |
| 端午节 | 105 |
| 夏至节 | 117 |

|     |     |
|-----|-----|
| 天贶节 | 125 |
| 七夕节 | 133 |
| 中元节 | 143 |
| 中秋节 | 153 |
| 重阳节 | 167 |
| 寒衣节 | 177 |
| 下元节 | 185 |
| 冬至节 | 193 |
| 腊八节 | 203 |
| 小年  | 213 |
| 除夕  | 223 |
| 春节  | 235 |



## 打响传统节日保卫战

韩国“端午祭”申遗直至成功，犹如给了国人一记耳光，让有着丰富传统节日的国人面子上有些挂不住，很多人的第一反应是：“端午节被韩国人抢占了！”同时也让国人恍然大悟：“原来我们每年都在经历的那些不起眼的传统节日，也是一个民族的文化瑰宝！”

于是乎，很多商业机构和民间团体开始亡羊补牢，要将春节、元宵、清明、端午、七夕、中秋、重阳七大传统节日包装成“祥和中国节”进行申遗，并且喊出了“中国人要过中国节，中国节要有中国味”的响亮口号，似乎这些有着几千年历史、已经融进中国人血脉的传统节日，如果得不到联合国教科文组织的认可，节将不节。

姑且不论此举操作者的真正动机是什么，就传统节日而言，已经兀自存在了几千年，已然成为中国人生活的一部分，是国人情感沟通必不可少的纽带，难道没有谁谁的认可，就失去了存在的价值或意义？有人说这是一种文化的不自信，我认为这种评价都显得过于抬举：拨开文化的外衣，其实就是一出哗众取宠的闹剧，或赤裸裸的商业秀，而已。



继韩国“端午祭”申遗成功之后，中国的“端午节”也在数年后申遗成功，似乎给国人挽回了一点面子。面子的问题虽然解决了，但里子的问题却没有得到有效缓解——中国传统节日日渐式微，节日的氛围越发平淡，传统民俗日益减少的趋势，已无法扭转。

是呀，小时候数着日子盼望过年，闻着粽香期待端午，看着月亮计算中秋的日子，已经一去不返。随着传统农耕文明和农业文化的渐行渐远，建立在农耕文明基础上的许多传统节日，也不可避免地开始走向式微。

难道我们只能这么眼睁睁地看着这些传统节日逐渐消失在历史的尘埃中？果真如此，我们的精神将如何安放？我们的情感将如何寄托？一个民族通过什么来形成凝聚？人与人之间如何才能形成认同？

往小里讲，传统节日是个人的成长记忆和情感归宿；往大里讲，传统节日是民族的文化遗产和精神表达。在当今世界多元文化并存、东西方文化交融碰撞的新形势下，我们唯有用现代社会的理念和视角，揭示传统文化的内在价值，发挥、拓展和强化其功能，对于保持民族特色，弘扬民族精神，增强民族凝聚力具有重大的意义。

因此，这本《传统节日》的出版，就不仅仅是对已经消失或已成颓势的传统节日的猎奇和怀念，而是试图通过对传统民风民俗的回顾，唤起国人的民族自尊心和民族自信心。

黄子良

# 立春节

〔别称〕打春节、正月节、春节

〔时间〕农历正月初旬，阳历二月四日或五日







对于一个传统的农业大国来说，春天的意义，已远非一个季节那么简单。中国古人善于把生活智慧用民谚的方式加以总结和传承，关于春天，就有了“一年之计在于春”“季节不等人，春日胜黄金”“一年四季春为首”等说法。

的确，春天对于农耕时期的古人来说，既有现实价值，又具象征意义。

春种秋收。春天是否及时播种？播下的种子质量如何？出芽率有多高？气候是否风调雨顺？这些发生在春天的故事，直接关系到一年收成的好坏，也关系着一家人明年生活的质量。如此具体而现实，不由得让人重视。春天是播种的季节，农人们在田野里播下的是粮食的种子，在心田间播下的是希望的种子，有了春天的辛勤劳作和殷切期望，才会有秋天的丰硕收获。

古人如此重视春天，对于象征春天来临的节气“立春”，自然特别看重。因而，立春在中国古代，不仅仅是二十四节气之首，而且是一个重要的传统节日。因为立春日一般在旧历的正月间，所以又叫“正月节”；又因为立春揭开了春天的序幕，表示万物复苏的春季的开始，所以还有一个更形象的名字——“春节”（此“春节”，从南北朝时期就开始使用，到辛亥革命后结束，在中国历史上一直沿用了4000多年；而现在农历正月初一的“春节”，是1913年7月袁世凯批准，从第二年开始实行并沿用至今，不过100余年的进程）。

既然是重大的节日，当然要隆重庆贺。旧俗立春前一日，由两名艺

人顶冠饰带，一称“春官”，一称“春吏”。沿街高喊：“春来了——”，俗称“报春”。无论士、农、工、商，见春官都要作揖礼谒。报春人遇到摊贩商店，可以随便拿取货物、食品，店主笑脸相迎。这一天，州、县要举行隆重的“迎春”活动。前面是鼓乐仪仗队，奏乐导引；中间是州、县长官率领的所有僚属，身穿官衣，恭敬跟随；后面是农民队伍，手执农具，声势浩大。来到城东郊，迎接先期制作好的芒神与春牛。到芒神前，先行二跪六叩首礼。执事者举壶爵，斟酒授长官，长官接酒酌地后，再行二跪六叩首礼。然后到春牛前作揖。礼毕，热热闹闹将芒神、春牛迎回城内。

中国的传统节日，都离不开一个“吃”字，几乎每一个传统节日，都有独特的传统美食相伴。这也难怪，在农耕文明时期，由于生产力的低下，“吃饱”成了人们最基本的需求。“民以食为天”，吃饭之事大过天，“雷公不打吃饭人”。那时候的孩子，不像现在的孩子生下来就可以接触电脑、电视、电影等新鲜玩意儿，更没有什么零食，大人也没有余钱买玩具，因而一年四季孩子们最盼望的就是过节，有得吃、有得玩，家长们的心情和脾气也特别好。





立春之日，民间有“咬春”的习俗。家家户户做春饼、春卷。不但供自己家食用，还常常用于待客。即使那最穷的人家，也会买个萝卜来给孩子咬咬春，因而立春之日的大清早，就有人挑着担子在胡同里吆喝：“萝卜赛梨——”

## 节日起源

“立”是“开始”的意思，自秦代以来，中国就一直以立春作为春季的开始，每年2月4日或5日太阳到达黄经315度时为立春，《月令七十二候集解》：“正月节，立，建始也。”古代“四立”，指春、夏、秋、冬四季开始，其农业意义为“春种、夏长、秋收、冬藏”，概括了黄河中下游农业生产与气候关系的全过程。立春既是二十四节气之首，又是汉族的传统节日，流行于中国各地。

## 民风民俗

**迎春：**迎春是一项比较古老的节俗活动，早在先秦时就已存在。《礼记·月令·孟春之月》记载：“立春之日，天子亲率三公九卿、诸侯大夫迎春于东郊，还反，赏公卿大夫于朝，命相布德和令，行庆施惠，下及兆民。”这里的迎春是一种国家祀典。到东汉时，正式产生了迎春礼俗和民间的服饰饮食习俗。

**打牛：**明清两代，立春文化最盛行，打牛是其中的重头戏。立春这一天，先把泥土做的牛放在县城东门外，称为“立牛”，其旁要立一个携带农具挥鞭赶牛的假人作“耕夫”，以此表示春令的到来，农事宜提前准备。接着，官府奉上肉果食品于芒神（指传统中统管农事的地神，亦称春天之神）土牛前，于正午时举行隆重的打牛仪式，吏民击鼓，由官员执红绿鞭或柳枝鞭打土牛三下，然后交给下属吏与农民轮流鞭打，把土牛打



得越碎越好，以示人们对春天的热爱。随后，人们欢笑着抢土牛的土块带回家放入牲圈，象征槽头兴旺。

**报春：**现在偏远农村仍保留有这种古老的习俗。即由一个人手敲着小锣鼓，唱着迎春的赞词，挨家挨户送上一张春牛图。这张红纸印的春牛图上，被称为“春帖子”。送春牛图，其意在催促提醒人们，一年之计在于春，要抓紧农时，莫误大好春光。

**咬春：**是指立春日吃春盘、吃春饼、吃春卷、嚼萝卜之俗，一个“咬”字道出节令的众多食俗。春盘晋代已有，那时称“五辛盘”。五辛指的是五种辛辣（葱、蒜、椒、姜、芥）蔬菜，服食可杀菌驱寒。那时是将春饼与菜同置于一个盘



内。到唐宋时吃春盘春饼之风盛行，皇帝以春酒春饼赐予百官近臣。这种吃春盘春饼之俗传向民间，更以食饼制菜并相互馈赠为乐。炸春卷，也是古代装春盘内的传统节令食品。

**迎春会：**有些村镇立春日举办迎春会，常找一个十多岁的少年化装成官老爷，身穿纸宫服，头戴纸帽，脚蹬纸靴，骑着水牛，前往祭祀坛，带领百姓祈祷风调雨顺，五谷丰登，沿途敲锣打鼓，放鞭炮以迎春天的到来。

**贴春联：**民间迎春、立春日，四合院与农家院里高挂“春幡”，各家门框上都要贴上用红纸书写的对联，如“一门欢笑春风暖，四季祥和淑景新”“瑞雪丰年，八方献瑞”“春风得意，六合同春”等，院内、屋内墙上也贴满“迎春”“宜春”以及“福”字，显得春意浓浓。也有的用红纸剪刻雄鸡形状贴在屋门上，因鸡与“吉”谐音，有吉祥如意之意。

## 传统美食

春饼：又叫荷叶饼、薄饼，是一种烙得很薄的面饼，一般要卷菜而食。最早，春饼与菜放在一个盘子里，称为“春盘”。从宋到明清，吃春饼之风日盛。立春吃春饼有喜迎春季、祈盼丰收之意。

原料：面粉 250g，开水 200g，植物油少许，根据个人喜好随意配木耳、胡萝卜、茼蒿杆、绿豆芽、榨菜丝等。

做法：1.用开水烫面，水一定要滚开；2.把烫好的面和成面团，沾凉水用拳头擀面，让面上劲；3.把擀好的面团放在有盖的容器里，醒上一段时间；4.利用醒面的时间，把配菜加工一下：胡萝卜切丝，茼蒿杆洗净切段，绿豆芽洗净，水发木耳切丝；5.往锅里倒油，油热后放入胡萝卜丝、绿豆芽翻炒，放入茼蒿杆、木耳丝翻炒均匀；6.放入精盐，倒入榨菜丝，翻炒均匀后即可出锅，装盘备用；7.把醒好的面团揉匀后，揪成面剂子，把面剂子按扁，抹上香油，在抹好香油的面

剂子上洒一点干面粉，把两个面剂子抹有香油的面放在一起按扁，把面剂子擀成薄薄的饼；8. 把擀好的薄饼放入锅内小火烙制，烙好后把炒好的配菜码在饼里，卷好即可。

**春卷：**春卷是由春饼演化而来。流行于中国各地，江南等地尤盛。民间除供自家食用外，常用于待客。

原料：春卷皮 300g，韭菜 150g，绿豆芽、豆干、胡萝卜丝各 40g，熟白芝麻 5g，辣椒油 5ml，芝麻酱 30g。

做法：1. 春卷皮用蒸汽焖 1 分钟后取出，单片分开放；2. 韭菜择洗干净，切成 2cm 的段，豆干切丝，绿豆芽择洗干净；3. 将韭菜、豆干丝、绿豆芽、胡萝卜丝混合成菜馅；4. 取单张春卷皮，将适量菜馅置入春卷皮中央并卷成长方形；5. 平底锅中倒入少许油，小火加热至六成热，放入包好的春卷，煎至两面金黄，取出；6. 芝麻酱加少许凉开水调开，加入辣椒油和熟白芝麻搅拌均匀成蘸料；7. 炸好的春卷蘸着蘸料吃即可。

春卷





