

胡波
胡全 著

循环 与 守望

中国传统节日文化诠释与解读

春节

清明节

谷雨节

端午节

七夕节

盂兰盆节

中秋节

重阳节

冬至节

腊八节

SPM

南方出版传媒
广东人民出版社

守望与循环

中国传统节日文化诠释与解读

胡波 胡全 著

ISBN 7-309-04111-1

SP14

南方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

循环与守望：中国传统节日文化诠释与解读 / 胡波，胡全著. —广州：广东人民出版社，2015.3

ISBN 978-7-218-10024-1

I. ①循… II. ①胡…②胡… 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 (2015) 第 041051 号

XUNHUAN YU SHOUWANG; ZHONGGUO CHUANTONG JIERI WENHUA QUANSHI YU JIEDU

循环与守望：中国传统节日文化诠释与解读

胡波 胡全 著

 版权所有 翻印必究

出版人：曾 莹

策划编辑：柏 峰

责任编辑：林 冕 李展鹏

封面设计：张竹媛

内文排版：瀚文文化

责任技编：周 杰

出版发行：广东人民出版社

地 址：广州市大沙头四马路 10 号（邮政编码：510102）

电 话：(020) 83798714（总编室）

传 真：(020) 83780199

网 址：<http://www.gdpph.com>

印 刷：广东信源彩色印务有限公司

开 本：787mm × 1092mm 1/32

印 张：7.25 字 数：130 千

版 次：2015 年 3 月第 1 版 2015 年 3 月第 1 次印刷

定 价：28.00 元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与出版社（020-83795749）联系调换。



前言：循环与守望中的中国节日文化

过去，在中国农村曾流传着“小孩盼过年，大人望种田”的说法，意思是孩子们总是盼望着“过年”，因为“过年”的时候，有许多好吃好喝好玩的东西，而大人们最关心的则是四季的耕作和一年的生计。尽管过年过节在大人和孩子们那里有着不一样的期待和大不相同的感受，但传统节日对于每一个中国人来说，都具有不同寻常的意义。今天，大多数中国人的生活“天天都像过节”一样的精彩，传统节日时的那种喜庆热闹甚至神秘的气氛，对他们来说早已缺乏实际性的价值和现实意义。但是不可否认，根植于历史文化和生活习惯的传统节日，不仅早已成为我们日常生活的重要部分，而且其蕴涵的民族情感和人文精神，早已融化在我们的血液中，并成为我们存在的方式和文化的象征。

几多时节

中国是一个有着悠久历史和厚重文化的文明古国，农耕文化、游牧文化和海洋文化虽然在中国历史发展过程中曾分别扮演过重要的角色，发挥过特殊的作用，但它们相互碰撞、相互融合、长期共存的局面，使多元一体的中华民族形成了内容丰富、形式多样、功能齐全的节日文化。

中国传统节日既与古代中国人的生产方式和生活方式相联，又与古人对自然物候和时间变化的认识有关。先民主要生活在自然状态或原始状态之中，他们对自然物候和季节气候的变化远比后人敏感。自然物候和季节气候的变化是最直观的时间流转标志，电闪雷鸣、风霜雨雪、草木荣枯、飞鸟去来、虫鱼律动等气候、物候的间隔重复的周期性出现，使人们很自然地形成时间段落意识和循环观念，并在观察自然物候变化的经验基础上，形成了时令意识和节气观念。以物候定季节的方法，是早期社会通行的做法。已知我国最早的物候历是《夏小正》。《后汉书·乌桓鲜卑列传》也有“见鸟兽孕乳，以别四节”的说法。南宋诗人陆游有诗句：“野人无历日，鸟鸣知四时。”这种以鸟类的活动节律标示



时间的做法，是古代常见的记时形式。不过，古人也同时注意到天象与气候物候之间存在着对应的关系。经过反复的观察揣摩和反复验证，古代中国人发现地上的自然季节转换与天穹中的日月星辰位置变化有着某种内在的关系，相信世间的时令变化受制于天文。日月星辰，因此也成为人们确定时间流转的重要参照物。

在靠天吃饭的古代农业社会里，“治历明时”一直为历朝历代的统治者所重视。因为农作物的播种、培育、生长、成熟，都依赖阳光、雨水等气候条件，而这些气候条件具有明显的季节性和循环性。身处农业社会的先民，对物候、天象的变化自然有着高度的自觉性和敏感性。明代学者顾炎武在《日知录》中就说：“三代以上，人人皆知天文。‘七月流火’，农夫之辞也。

‘三星在天’，妇人之语也。‘月离于毕’，戍卒之作也。‘龙尾伏辰’，儿童之谣也。”在依自然而生的先民心目中，星象有如高悬的时钟，显示着时间的变化，规定着人间的生活节奏。因生计和精神的需要以及生理调节的要求，古代中国人特别关注天时的变化和节气的更替，也就不难理解了。

岁时，是古代中国人对时间的感受以及对时间进行分段的人文标记。随着生产和生活能力的提高和天文观测力的增强，在古代中国人的时空观念中，逐渐形成

了四时八节的时令系统。汉代以后，四时八节又进一步细分为四季二十四节气。立春、雨水、惊蛰、春分、清明、谷雨、立夏、小满、芒种、夏至、小暑、大暑、立秋、处暑、白露、秋分、寒露、霜降、立冬、小雪、大雪、冬至、小寒、大寒二十四节气，就是古代中国人认识自然、适应自然、把握自然、应时而动的智慧和经验结晶。人们不仅根据二十四节气的岁时变化，享受着春耕、夏耘、秋收、冬藏的耕种收藏的农家生活，而且还在顺应二十四节气变化的过程中逐渐形成了中国特色的岁时节令民俗。值得注意的是，二十四节气不仅是农事活动的指南，在古代社会还是祭祀和民众生活的重要时间节点。特别是立春、立夏、立秋、立冬和春分、秋分、夏至、冬至这“四立二分二至”，在中国古代更负载着厚重的文化意义。中国古代岁时节日，大多依傍着这些自然节气而生，比如清明节和冬至节等，就与二十四节气中的清明、冬至两个节气在时间上高度吻合。

节气为节日的产生提供了前提条件，大部分节日在先秦时期就已初露端倪，秦汉至魏晋南北朝时期基本成型，唐宋元明清时期又有了重大发展，并一直延续至今。不过，传统节日的形成还与宗教崇拜、神话传奇、迷信禁忌和人物纪念等社会风俗和历史文化有关。人们



在顺天应时的生产劳动和日常生活过程中，不仅亲身感受到自然和谐有序的变化节律，而且也强烈地感悟到天人合一、万物共融乃人与自然之相互关系。传统岁时节日文化因此必须兼顾太阳、月亮与地球、人类的关系，并同农耕社会民众劳逸结合的需要相适应。中国年，是自然时序更新的一个周期，也是一元复始万象更新的时节。元宵节，是过年的压轴大戏，也是狂欢热闹后一年生计劳作的开始。清明节，春意盎然、生机勃勃，在春耕播种之时，感谢先人和大自然的恩赐。端午节，天气渐热，百虫孳生，百病侵扰，应及时送灾驱疫，以保健康平安。七夕节，银汉秋光、瓜果成熟在望，意味着爱情也充满期望。中秋节，桂子飘香，月圆人圆，其乐融融。重阳节，阳盛而转阴，惜秋敬老，天地和谐，福寿康宁。冬至节，阴极阳始，安身静体，以度寒冬。所有这些节日，都是以自然节气的规律性变化为依托，在天人合一宇宙观的影响下，形成人与自然融为一体的生活时间表和岁时节日文化体系。

正如有的学者所言，中华传统节日，感自然节律而起，孕人文精神而丰。它从历史长河中走来，在天人感应，天人和谐的主导观念中氤氲化育，在不断融入中外古今人文内涵和富有人文精神的故事传说中脱胎换骨。清明前的寒食习俗融入到清明节，便有了纪念的意义；

端午节吃粽子、赛龙舟，为了纪念诗人屈原，也是为了弘扬爱国精神；七夕观银河两岸的牵牛织女星宿，为的是彰显牛郎织女忠贞不渝的爱情；中秋赏天上圆月，联想的是嫦娥奔月、吴刚伐桂、玉兔捣药的美丽传说，为的是感情的寄托和人间的团圆；重阳节登高望远，寄寓的不仅仅是生命的长久和事业的兴旺，也有敬老重生、避祸趋祥的念想。中元节时的祭祀活动，固然有祀先祭祖的英灵崇拜，亦有礼佛敬道的宗教意味。冬至节在古代虽然有拜天颁历、祭祖贺冬、观兆测年的主旨，但是也不排除顺阳助长、延年益寿的象征意义。尤其是历代的文人墨客，甚至帝王将相，为一个接一个的节日书写了许多脍炙人口的诗文，给传统节日增添了深厚的文化底蕴，传统节日也因此有了诗情画意的风雅。

但是，像所有的传统节日一样，岁时节日都不是初始时的那种单一的文化形态，都在自然变化的节律和社会发展的阶段中，不断融入新的历史文化和人文精神。也正是它们在漫长的社会历史发展过程中不断地实现文化融合和不断地尝试形式创新，中国传统节日才具有深沉的历史感和灵动的人文性。

尽管中国传统节日五彩缤纷，各少数民族节日也异彩纷呈、独具魅力，但最具影响而又广为流传的节日，主要还是春节、元宵节、清明节、端午节、七夕节、中



秋节、重阳节、冬至节等传统节日，另外还有立春祭农、路神生日、春龙节、花朝节、翻经节、姑姑节、地藏节、浴佛节、祭祖节、腊八节等富有民间文化特色的节日。可以说，中国传统节日不仅丰富多彩、各具特色，而且积淀着中国人的伦理、信仰、情感、知识、经验和智慧，是人们日常生活中最精致最具代表性的文化象征。这里选择具有代表性和文化社会意义的十个传统节日，即春节、清明节、浴佛节、端午节、七夕节、盂兰盆节、中秋节、重阳节、冬至节、腊八节，力求在历史传说、形成过程、内容形式、性质特点等方面对其进行专题式的梳理和学理式的评述，以期予人以常识和回忆。

如何过节

往事如烟，而传统节日却历久弥新。节日是生活长链中闪闪发光的珠宝，是记忆长空中熠熠生辉的星光。它也许不能给人强烈的震撼，甚至也不能给社会实际的效益，但它却深深嵌入生活、浸入情感，对人们的精神和心理产生潜移默化且刻骨铭心的影响。过节是人类社会的共同需要和普遍存在的社会现象，而各个民族的节日又都有自己的民族特色，并以无比丰富的多样性，汇成万紫千红的中国节日文化大花园。

古代农耕社会里的中国人，对待每一个节日的态度都极其细致认真，不仅有提前的物质准备和心理期待，也有过节的各种仪式和禁忌。岁时节日通常都有确定的名称、固定的时间和相应的习俗。中国的岁时节日，一般起源于时令祭祀。季节的自然属性，在融入原始宗教意识之后，变成神圣的天时。天时在崇奉天道的上古王权时代被遵循为推行政令的时间依据，天时演变为时令。时令祭祀在先秦时代有着特别重要的地位。秦汉时期，王官时代的礼制变成了百姓日常生活的习俗。月令时代的时令祭礼，在这一时期也大多俗化为社会性的岁时节俗。汉魏时期，岁时节日不仅逐步脱离时令系统而自成体系，而且逐渐形成了中国岁时节日的节俗模式，其特点如同学者萧放所指出的那样：“第一个文化特征是由自然禁忌向人文娱乐方向发展”；“第二个文化特征是从传统的里社集体祭祀向家族家庭节日方向推进”。

先秦时期，岁时生活以氏族公社为社会基础，祭祀是岁时生活的中心，祭祀的对象是自然神和有功于氏族部落的英雄人物，祭祀主持者在上为帝王、方国诸侯，在下为氏族首领、长老，祭祀的形式为集体参与。秦汉前期，编户齐民取代氏族公社成为国家的社会基础，根本上沿袭了上古的岁时传统，四立（立春、立夏、立



秋、立冬）迎气，二分（春分、秋分）二至（夏至、冬至）的禁忌等，基本上没有突出的世俗节日。西汉后期，王族兴起，人们不仅开始重视家族内部的交往与联系，家族观念逐步融入岁时生活，而且还依照自然时序安排家族生产生活与岁时节庆。以岁时节日作为凝聚家族成员的特殊时间，为岁时节庆的出现提供了社会契机。

家族生活取代氏族社会生活之后，人们的生活自然围绕着家族活动而渐次展开。在以血缘、地缘为纽带的家族生活中，祖先是家族的精神核心，祭祀祖先无疑是节日的首要内容。祖先祭祀不仅在于感念先人，更重要的是祈求祖先给子孙提供保护。岁时节日一般处在时间转换的阶段，人们存在着不同程度的心理不适，因此需要有祖先的精神庇护与家人集体力量的保障。岁时节日中伦理精神的一个重要表现，就是以岁时维持家族人伦，以节日和睦家族亲友。在一年之始的正日节俗中，人们不仅“家室尊卑，无小无大”，全体参与祖先祭祀，同时也有一定的长幼次序安排，“以次列坐于先祖之前”，礼敬尊长，家中的晚辈纷纷向家长敬酒祝祷，然后利用新年机会谒见拜贺乡亲父老和亲戚朋友，以增进彼此之间的感情，密切相互间的互助关系。利用岁时节日祭祖、拜贺、聚会，达到强化慎终追远、孝悌忠

信、守望相助的目的，可谓别具一格、意义深远。

在岁时节日里，人们除了祭祀活动外，还有休闲娱乐的内容。祭祀活动是对日常生活的中断，也是使普通的常日凸显为特殊的节日的主要标志。围绕着祭祀活动形成特定的时间节点，也给参加祭祀的人们提供了休闲娱乐的机会。古代节日的时间安排，一般都适应了人们物质生活和精神生活的需要，节日的分布、节期的长短较为均匀。岁时节日的休息，主要表现为生产劳动的停顿和各种娱乐休闲活动的开启，因为祭祀活动需要斋戒、静处、闭门休息。在祀神的节日里，人们进入了特殊的神性时间，静处或出外活动，都来自于祭祀仪式的需要，人们以神秘意识解释自己对身心的防护。魏晋之后，节日祭祀与节日休息的关系更加清晰，民间常常用禁忌劳作的方式，让人们安度节日，如唐宋春秋社日，妇女须停下手中的针线活，参与社祀活动，即所谓“今朝社日停针线，起向朱樱树下行”。人们在祭祖祀神的过程中，由于平时的劳作得到暂时的停顿，过于紧张的生活节奏因此也得到轻松适度的调整。

其实，在以农耕为主体经济的古代社会里，社会生活的节奏总是依循自然的节律。岁时节日就是人们社会生活的调节器。借岁时节日的祭祀活动得到短暂的休息，固然是劳动者们的希望，但以节日的名义大吃大喝



和自娱自乐的现象，却极其普遍。因此，节令食品和娱乐活动，就成为过年过节的重要内容之一。

节日饮食的传统，来自上古四时荐新的祭祀礼俗与食以体政的“会食”礼俗。在商周时代的岁时礼仪中，饮食占有重要地位，现今考古发掘的商周时代的青铜器中，绝大部分是饮食器皿。《礼记·王制》里就记载了周代庶人四时荐新的习俗：“庶人春荐韭，夏荐麦，秋荐黍，冬荐稻。韭以卵，麦以鱼，黍以豚，稻以雁。”新产出的时令食品，是祭祀的佳品，也是人们喜爱的节令食品。神享之后，人们再分享着神的恩惠。节日饮食，既与四时物产的阴阳属性有着密切的配合关系，也直接影响人们的身心健康。通常，春季节日饮食以助生为主，如春韭以鸡蛋相配，韭是易于发生的植物，正月最先萌芽生长，卵亦为生命之源，因此在一岁之始，当春发生的时节，人们食用韭卵，表达的是一种顺应时气的饮食观念。夏季节日饮食则重长养，食新麦、鲜瓜与干鱼，以应节气。在湖北东部，端午时要吃“新麦粩”，而北京更有“头伏饽饽二伏面，三伏烙饼煎鸡蛋”的民谣。秋尝是上古秋季节俗活动的中心，秋成时节，以成熟的黍米与小猪配合祭祀祖先，是先秦的礼俗。东汉秋社，亦用此祭祀。黍生长周期较长，四月播种，七八月收获，在北方是五谷中的珍品，具有黏性的

黍米是祭祀的佳品，也是秋季节日的美食。冬季节日饮食，以滋养为主，因此冬令食品主要在于补助人体的阳气。黍和羊具有滋补的食性，因而颇受欢迎。总之，在岁时节日里，人们可以享用最新鲜也最有滋补价值的食品。毫不夸张地说，过年过节，成了味道十足的中国人的美食节。

不过，逢年过节除了祭祀和饮食外，中国民间社会还有宴饮之乐、歌舞之乐、比赛之乐、竞猜之乐和户外运动之乐等。对于食物资源并不丰富、靠天吃饭的古代中国人来说，岁时节日意味着有了补充物质和精神的机会，也意味着亲友可以团聚宴饮，“以饮食之会亲宗族兄弟”的传统，成为节日民俗的重要组成部分。节日宴饮是合乎礼俗的娱乐，正旦家人聚饮，“称觴举寿，欣欣如也”，社日集体分享社肉，九九“藉野宴饮”，腊日“岁终大祭，纵吏民宴饮”，都有宴饮娱乐的特点。岁时伏腊，对于普通百姓来说，也是一次难得的娱乐和放松，“田家作苦，岁时伏腊，烹羊炰羔，斗酒自劳”，“酒后耳热，仰天拊缶而呼乌乌”。

除了宴饮之乐外，人们在春节还燃放爆竹、挂年画、贴春联，相互拜贺，还有舞龙灯、玩社火、敲锣打鼓，一直热闹至元宵。清明时节，放风筝、野外踏青、蹴鞠、荡秋千、拔河、植树；端午节，赛龙舟；七夕节



乞巧和赛巧，中秋节赏月、舞火龙、燃灯；重阳节，登高野游、佩插茱萸，以及文人雅士在冬至时玩九九消寒图的游戏和腊八表演傩戏，所有这些活动，既是逢年过节时的习俗，又是娱乐消闲的把戏。古时的人们在有限的时空中，借助节日娱乐活动，为枯燥单调、清贫苦闷的生活增添一些生动活泼、轻松愉快的色彩。正如学者萧放所言：“节日因为日常生活的铺垫显得隆重而生动，日常生活因为有了节日而精彩。”可以说，节日是人类的自我奖赏，也是生命的周期进补。

孰能无节

著名哲学家尼采曾说：“人已逐渐变成一个耽于空想的动物，他必须比其他动物践行更多的存在状况；人必须时时刻刻相信他知道自己为什么存在。若是没有周期性的对生命产生信心，相信生命中的理性，则人类也不可能有如此繁盛。”人类为了生存而不得不进行的经济生产活动，其实是非常乏味无趣的。尤其是在“日出而作，日落而息”的古代农业社会里，简单重复的生产劳动和逼窄狭小的活动空间，使人的生活更显沉闷单调。正是岁时节日这种周期性重复的神奇设计，使人们对生命产生信心，对生活产生热爱，对未来产生希望。

跌宕起伏的岁时节日与丰富多彩的娱乐活动，以及充足的节令食品，使枯燥乏味的生活变得富有节律，也使人们从中感受到轻松、快乐和意义。岁时节日既是世人建构生活或人生希望的有效途径，又是给这种精神状态不断进补，使之得以维系的“营养补给站”。

地球在自转的同时，绕日旋转，大约365日一周，其间依次经历春、夏、秋、冬四个季节。先民根据其对地球四季循环周期规律的认识，获得了“年”和“岁”的时间概念。一年终结，农作物丰收了，人们要举行庆祝活动，祭祀神灵，感谢赐予，并祈求来年五谷丰登、百业兴旺。如此不断的经验积累和丰富内容，循环往复的除夕新年，逐渐成为中国人最重要的传统节日。每一次新年，都成为人生一个重要的里程碑，或一座心灵的加油站。它为人们补充精神的能量，使之在人生的漫长旅途中，每年都能充满激情，每年都能信心百倍地继续追寻其世俗的理想。有人就生动形象地指出：“新年礼俗，给每一个人都发一张彩票，每个人都有在新的一年里兑现的可能，从而使所有人都对未来充满希望。”

从这个意义上说，岁时节日就是帮助人们进行定期的物质和精神进补，使生活充满乐趣，生命充满活力，人生充满希望。在节日期间，人们欢聚一堂，可以饮酒、唱歌、跳舞，可以游戏、竞技、欢笑，总之，人人