



神州节律

Shen Zhou Jie Lu

姜正成◎编著

华夏传统节日习俗一本通

华夏中国的传统节日与习俗，是中华灿烂文化的重要部分，是传承华夏民族精神文明的重要载体之一，是海内外华人情感联结的精神纽带！



现代出版社
MODERN PRESS



神州节律

Shen Zhou Jie Lu

姜正成◎编著

华夏传统节日习俗一本通



现代出版社
MODERN PRESS

图书在版编目(CIP)数据

神州节律 / 姜正成 著. —北京:现代出版社,
2009. 12

ISBN 978-7-80244-658-8

I. ①神… II. ①姜… 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(2009)第223805号

作 者: 姜正成

责任编辑: 刘宝明

出版发行: 现代出版社

地 址: 北京市安定门外安华里504号

邮政编码: 100011

电 话: 010-64267325 010-64245264(兼传真)

网 址: www.xiandaibook.com

电子邮箱: xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

开 本: 710×1000 1/16

印 张: 14.5

版 次: 2010年1月第1版 2010年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-80244-658-8

定 价: 28.00元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载



前 序

中国是世界最古老的文明国家之一,中国人依据各种各样的知识、习俗、现象,自发地形成了很多非常有意义的节日。在这些节日中,不只蕴藏着渊深的科学内涵,而且为中国历史中文化与经济的交流和繁荣作出了巨大的贡献。

在西方人们的心中,华夏民族永远是一个他们猜不着、摸不透的“谜”,充满了奇幻绚丽的色彩。尤其是我国流传了几千年的传统节日和习俗。其实,不单单是西方国家的人们不了解我国的传统节日和风俗,作为华夏民族子孙的我们,有不少的人也都不太清楚一些传统节日及习俗的来历和用意。

本书介绍的由中国历法所产生出来的众多节日,都具有天地人合养生文化以及动植物生长周期的科学内涵。例如:冬至节以前和冬至节以后的45天,是地球最寒冷的时间,冬至节前后又分有小雪大雪、小寒大寒。同时,冬至节还清楚地告诉人们天象的位置。因此,冬至节是世间万物开始萌生的时候,自这天起45日之后,世间一切万物就开始复苏了。

另外,在中国的各个传统节日中,绝大多数甚至全部都是文化交流日和集市交易日。在这些传统的节日中,城市中的居民要借故消费;工匠农民要在这时交换不同的生产物资;文人墨客也要在这些节日中



相互交流发挥,来进一步激发自己的才思;国家政府则通过这些传统节日举行一些较大型的祭典等活动,用以强化并宣传官民的礼仪、习俗、道德等。

《神州节律——华夏传统节日习俗一本通》一书,对中国的各个传统节日及节日习俗进行了详细、明确的讲解与分析,让读者能够对华夏五千年的节日及习俗一目了然!



前言

Preface

中国的传统节日内容丰富,形式多样,是华夏民族悠久历史文化的
一个重要组成部分。

传统节日及节日习俗的起源与进展是一个潜移默化、逐渐完善并慢慢渗入到人们日常生活的过程。传统节日与社会的发展相同,是人类社会进展到一定程度的产物。中国从古流传至今的这些传统节日,大多与我国的历法、数学、天文以及后来所划分出来的节气息息相关。从文献方面最少能够追溯到《尚书》、《夏小正》。在战国时期,一年中所划分的二十四个节气已基本完善,此后的传统节日,都与这些节气有着密切的关联。

节日产生的前提条件是节气。事实上,大多数的传统节日在先秦的时候,就已探出了头,只是其成熟和普及,需要一个久远的发展过程。最初的风俗与原始的迷信、崇拜以及禁忌相关,传奇的节日趣谈为传统的节日增添了几许浪漫色调;宗教信仰对传统的节日也有着冲击和影响;还有一些历史上伟大的人物,渗入传统的节日,被赋予了永恒的纪念。所有的这些都凝聚在了一起,丰富了传统节日的内容,让中国的传统节日有了深远的历史感。

汉朝时,我国最为主要的传统节日基本都已定型。之所以如此,是因为汉朝是华夏统一之后,首次大发展的阶段,政治和经济相对稳定,科学文化方面有了非常大的进展,这一点对传统节日的最后形成,提供了优良的社会条件。

到了唐朝时期,传统节日已经从原来的祭拜、禁忌等神秘气氛中衍变为娱乐礼仪型,这时传统节日才成为真正的良辰佳节。



自此以后,传统节日变得充满喜庆、欢乐并多姿多彩,非常多的体育、娱乐活动也出现在传统节日的内容中,并且很快成为了一种潮流普及开来。这些节日风俗穿越时代的变迁一直延续发展下来,经久不衰!

华夏的传统节日有着非常强大的凝聚力和渊博的包容性。每逢过节,便会举国同庆,和华夏民族源远流长的历史一脉相承,是十分珍贵的精神文化遗产。

传统节日的起源发展过程,表现着一个国家或一个民族的历史文化长期沉淀汇聚的过程。

《神州节律——华夏传统节日习俗一本通》一书中列举的传统节日,无一不是自远古时期慢慢进展而来的,通过这些流传了几千年而至今的节日风俗,能够清晰地看到华夏民族古时生活的精彩景象!

4



目录 Contents

前 序

/ 1

❖ 春季篇 ❖

第一章 春 节

/ 3

农历一月初一是华夏民族流传下来的最古老、最盛大、最热闹的一个传统节日——春节,在民间又称“过年”。一月初一依照农历来说,是“时之元,月之元,岁之元”,是新的一年起始。传统的春节庆祝活动,从除夕开始一直延续到正月十五的元宵节。每逢除夕之夜,千家万户欢聚在一起吃年夜饭,民间又叫做“团年”,然后全家一起守岁,叙旧话新,并和亲朋好友相互祝贺、鼓励。

1. 除夕溯源 / 5
2. 春节溯源 / 7
3. 拜年 / 10
4. 童年的最爱——压岁钱 / 12
5. 春联年画——喜庆的文字符号 / 15

第二章 元宵节

/ 19

农历的一月十五这天,是我国传统的元宵佳节,在民间又被称作灯节



或上元节。正月十五的闹元宵,会把从除夕夜就开始的庆祝活动再一次推向一个高潮。在元宵之夜中,街头巷尾火树银花、张灯结彩。人们吃元宵、猜灯谜、赏灯等等,成为了世代相传的习俗。

- | | |
|---------------|------|
| 1. 元宵溯源 | / 21 |
| 2. 送灯 | / 23 |
| 3. 吃元宵的典故 | / 25 |
| 4. 华夏文化象征——舞龙 | / 28 |

第三章 春龙节

/ 33

“二月二,龙抬头;大仓满,小仓流。”在我国民间传说中,每年的农历二月初二这天,是掌管云雨之龙抬头的日子,从此后,雨水便会渐渐增多起来。因而,二月初二这一天就被称作“春龙节”,别名也有青龙节、龙抬头、二月二等。

- | | |
|----------|------|
| 1. 春龙节溯源 | / 35 |
| 2. 春龙节习俗 | / 38 |

第四章 清明节

/ 43

清明节没有一定的日期,如果按农历来说,前一年的冬至过后第106天,就是清明节。它既是一个有着悠久历史的传统节日,又是二十四节气之一,并且还是三大鬼节之一。清明节的前一天称寒食节。寒食清明期间,民间的习俗有祭祖扫墓、禁火寒食、踏青郊游等。

- | | |
|-----------|------|
| 1. 介子推的传说 | / 45 |
| 2. 寒食 | / 49 |
| 3. 祭祖 | / 52 |
| 4. 插柳戴柳 | / 54 |
| 5. 蚕花会 | / 57 |



❖ 夏季篇 ❖

第五章 浴佛节

/ 63

传说佛祖释迦牟尼诞生的时间是农历四月初八,所以每年的农历四月初八就是佛诞节,又被人们称为浴佛节。这个节日是纪念佛教创始人释迦牟尼诞生的佛教传统节日。在东汉和东汉之前的时期这个节日只限于在寺院间举行,一直到魏晋南北朝时,才被流传至民间。

1. 浴佛节溯源 / 65
2. 浴佛节习俗 / 67

第六章 端午节

/ 71

端午节在民间又被叫做五月节、端阳节、重五节,它定于每年的农历五月初五这天。早在周这个朝代,就有“五月五日,蓄兰而沐”的风俗。但现在我国的端午节众多活动都与纪念伟大文学家屈原有关。在这一天,每一户人家都要吃粽子,并且在南方各地还会举行龙舟赛。同时,端午节也是“卫生节”。自古相传,在这一天人们都会洒扫庭院、悬菖蒲、挂艾枝、饮雄黄酒、漱清除腐杀菌防病。

1. 屈原传说 / 73
2. 吴越民族图腾传说 / 77
3. 伍子胥忌辰传说 / 81
4. 孝女曹娥传说 / 85
5. 划龙舟 / 87
6. 祀神、五毒 / 91
7. 吃粽子、喝雄黄酒 / 93



第七章 天贶节、翻经节、姑姑节

/ 97

农历六月初六这一天,在民间被称做“姑姑节”,在这一天,人们会把已出嫁的姑娘请回家中,盛情招待一番。在古代这天还是另外一个节日——天贶节,它的起源是在宋真宗赵恒时期。六月初六这天,赵恒声称上天赐他天书,于是定为这天为天贶节,并在泰山脚下建造了天贶殿。除了“姑姑节”和“天贶节”,六月六也是佛门的一个节日,叫做“翻经节”。传说在这一天,唐僧取经回来,将经书掉在了海中,捞起来晒干,才把经书保存了下来。因此,寺院的经书也定在这一天翻检曝晒。

1. 节日溯源

/ 99

2. 节日习俗

/ 101

❖ 秋季篇 ❖

第八章 七夕乞巧节

/ 107

每年七月初七被称做七夕节,也被现代的人们称做中国情人节。传说每到这天,世间所有的喜鹊就会飞向银河,用身体搭成一座鹊桥,供牛郎与织女相见。这是起源于宋朝的一个美好的传说,经过了千余年的流传,家喻户晓、深入人心。

在民间,七夕这天有向织女讨教针线技巧的习俗,大多是比穿针引线的细小活动,看谁更加心灵手巧,因此,又叫做女儿节或乞巧节。每到七夕,织女星和牵牛星都会竟夜经天,直到太阳升起才退去,所以又被喻为分别多时的夫妻相见。

1. 牛郎织女的传说

/ 109

2. 七夕乞巧

/ 112

第九章 中元节

/ 115

中元节为农历的七月十五日,和“清明”、“寒衣”共称三大鬼节,其节



日的庆祝活动从农历七月初一就开始,一直持续到七月三十日,足足一个月长。

对于这个节日,道教和佛教有着不同的解释,道教侧重于为那些孤魂野鬼做“普渡”;佛教则强调孝道。

1. 中元节溯源 / 117
2. 中元节习俗 / 120

第十章 中秋节

/ 125

农历八月十五是中秋佳节。因它在秋季的中间,因此被称为中秋节。中秋之夜,人们总会仰望如玉如盘的明月,内心油然而生一股期盼家人团聚的盼望。那些远在他乡的人,也会借此来寄托对故乡亲人的思念,所以,中秋节又叫“团圆节”。

中秋佳节之夜,人们除了祭月、赏月、吃月饼外,一些地方还有砌宝塔、舞草龙等娱乐活动。

1. 嫦娥后羿的传说 / 127
2. 拜月、祭月 / 130
3. 月饼溯源 / 133
4. 土地神、兔爷 / 135
5. 中秋为何送瓜 / 138

第十一章 重阳节

/ 141

农历九月初九为重阳节。重阳佳节的娱乐活动非常丰富,有赏菊、登高、插茱萸、喝菊花酒、吃重阳糕等等。同时,重阳节又是“老人节”,老人们会在这一天赏菊、登高,从而陶冶情操、锻炼身体,为桑榆晚景增加了不少欢声笑语。

1. 重阳溯源 / 143
2. 重阳习俗 / 146



❖ 冬季篇 ❖

第十二章 寒衣节

/ 151

寒衣节又叫做冥阴节,为农历十月一日这天。寒衣节时,格外注重拜祭已亡之人,是三大鬼节之一。在拜祭先人时,为了避免他们在阴间挨冷受冻,都要焚烧五色彩纸,为他们送去抵挡寒冷的衣物,并也一起为那些孤魂野鬼送去丝丝的温暖。“十月一,烧寒衣”,人们把对故人的思念寄托于此,寒衣节承载着生者对亡者的怀念与悲悯。

1. 寒衣节溯源 / 153
2. 寒衣节习俗 / 157

第十三章 下元节

/ 161

每年农历的十月十五为“下元节”,是我国民间传统的节日,与上元节(元宵节)、中元节(鬼节)的隆重相比,下元节已经慢慢地被人们遗忘了。

老一辈的人也许还记得下元节。其实在中国的历史上,下元节也有过辉煌的时期。在古时,下元节也是个严肃且庄重的民族节日。下元节庆典仪式之隆重,绝不逊色于上元节和中元节。

1. 下元节溯源 / 163
2. 下元节习俗 / 165

第十四章 冬至

/ 169

每一年的冬至大约在十二月的二十二、二十三左右。冬至在古代是非常隆重的一个传统节日。至今,我国的台湾还保持着冬至节时,用九层糕来祭祖的风俗,以此来表示不忘本、并对阖家团圆献出祝



福。在习俗方面,南、北有着分别,南方的传统冬至节要吃的食品有冬至长线面、冬至米团等,而北方冬至则宰羊、吃饺子等。

1. 冬至溯源 / 171
2. 吃饺子与不出门 / 173

第十五章 腊八节

/ 177

腊八节和浴佛节一样,都是佛教的节日。腊八节这天是佛祖释迦牟尼成佛的日子,故又喻为“成道节”。在这一天,最重要的活动就是喝腊八粥。古代最初的腊八粥,仅仅只在米粥中加入红豆,随着时代的变迁,腊八粥演变得非常复杂考究。它的主料有白米、小米、黄米、菱角米、江米等十多种,再加以花生、葡萄干、瓜子、核桃、松仁、莲子、桂圆肉、杏仁、百合等等,通过长时共同的熬煮,香味扑鼻。

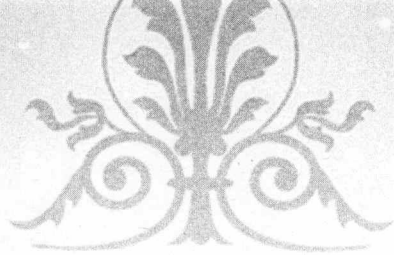
1. 腊八节溯源 / 179
2. 腊八饮食 / 181

第十六章 祭灶节

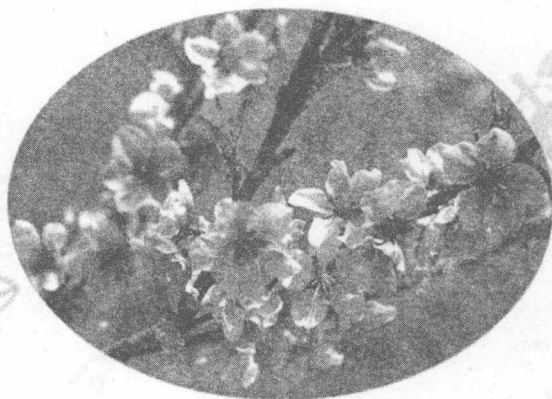
/ 185

祭灶节为农历的十二月二十三日,在民间又叫做“小年”、“交年”、“小年下”。在祭灶节这天晚上,每家每户都要行“祭灶神”的活动。此节日起源于商周时代,最初为夏祭,后来改为腊祭。古人认为“炎帝于火而死为灶”。古代祭灶日期并不一定,有“官祭三,民祭四,王八祭五,豎祭六”之说。在河南的民间,都是把祭灶定在农历的腊月二十三日。但也有个别者,比如新县酒店、田铺人祭灶在二十四日;濮阳等地在二十九或三十日行祭;偃师南坡扒头村,此地区祭灶则在二十二日。

1. 祭灶节溯源 / 187
2. 祭灶节习俗 / 191



春季篇



第一章

春节



农历一月初一是华夏民族流传下来的最古老、最盛大、最热闹的一个传统节日——春节，在民间又称“过年”。一月初一依照农历来说，是“时之元，月之元，岁之元”，是新的一年起始。传统的春节庆祝活动，从除夕开始一直延续到正月十五的元宵节。每逢除夕之夜，千家万户欢聚在一起吃年夜饭，民间又叫做“团年”，然后全家一起守岁，叙旧话新，并和亲朋好友相互祝贺、鼓励。