

陈帆◎著

人间时节



跟着镜头走进中国
二十四节气



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

陈帆◎著

人间时节



跟着镜头走进中国二十四节气



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

内 容 提 要

本书以二十四节气为顺序,用散文随笔的形式抒写了对时节更迭的细腻感受,并结合传统文化进行深层次的解读。同时,作者亦用精致且温暖的摄影作品感知、诠释自然风物季节变换的魅力,重温人与天地万物感应共鸣的静谧时光。

本书集文化随笔、摄影作品于一体。文化随笔清新隽永,婉约缱绻,摄影作品兼具诗情画意与人文关怀,是一部值得珍藏的作品。

图书在版编目(CIP)数据

人间时节:跟着镜头走进中国二十四节气 / 陈帆著. —北京:北京大学出版社, 2018.10
ISBN 978-7-301-29792-6

I. ①人… II. ①陈… III. ①风光摄影—中国—现代—摄影集 IV. ①J424

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第192495号

书 名 人间时节:跟着镜头走进中国二十四节气

RENJIAN SHIJIE GENZHE JINGTOU ZOUJIN ZHONGGUO ERSHISI JIEQI

著作责任者 陈 帆 著

责任编辑 尹 毅

标准书号 ISBN 978-7-301-29792-6

出版发行 北京大学出版社

地 址 北京市海淀区成府路205号 100871

网 址 <http://www.pup.cn> 新浪微博: @北京大学出版社

电子信箱 pup7@pup.cn

电 话 邮购部 62752015 发行部 62752077 编辑部 62570390

印 刷 者 北京中科印刷有限公司

经 销 者 新华书店

880毫米×1230毫米 32开本 10.5印张 246千字

2018年10月第1版 2018年10月第1次印刷

印 数 1—6000册

定 价 88.00元



未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究

举报电话: 010-62752024 电子信箱: fd@pup.pku.edu.cn

图书如有印装质量问题,请与出版部联系,电话: 010-62756370

天地玄黄，宇宙洪荒。
日月盈昃，辰宿列张。

映画忆岁月， 走笔刻光阴

对于二十四节气，中国人当然不陌生，因为这是融入民族血脉的文化遗产，也许还是世上最诗意的历法。一轮四季，与你邂逅二十四次，年年如是，周而复始。

自秦汉时期定型之后，两千多年来，“二十四节气”就一直在国计民生中发挥着十分重要的作用。于先民而言，二十四节气的制定，最开始主要是用以指导农事活动，并依此安排衣食住行。久而久之，形成了一个圆整而扩大的生产和生活体系，井然有序，周而复始。春生夏长、秋收冬藏，它用自然规律告诫人们顺应天时。而其中蕴含的尊重自然、效法自然、利用自然、爱护自然的天人合一思想，更是中国文化的精髓。这种思想还是“人法地、地法天、天法道、道法自然”最直观的注解。

随着农耕文明的远去，近代以来，我们在工业化浪潮中高歌猛进。二十四节气，那些纯朴的习俗、庄严的仪式、浪漫的传说，对今天的我们来说，似乎已经无可挽回地成为逝去的田园牧歌。面对已被改变得疏离的环

境、已被磨砺得疲惫的心灵，我们不禁重新审视走过的路程，而面对“我到哪里去”的终极思考，越来越多的人开始寻找自身文化的来处。

从这里出发，我们发现，二十四节气是一个极佳的切入点。在某种意义上，二十四节气就是中国人过日子的“方圆之道”：有根有脉，有因有果。它让我们在无法回溯的时光中，重新唤起至真至美的田园意趣，重新发现古人隐藏于节气中的诗意与智慧，重新思考人与自然的关系。

天地玄黄，宇宙洪荒。日月盈昃，辰宿列张。古人在天地的荫庇、哺育下，随季节与草木鸟兽和谐共生，在这四季循环更替的天地万物关系中泰然自处。不管时代如何变化，我们都应继承先人的智慧，走向天地日月中去，关注纯粹的自然，关注衣食的初源，找回生活的本真。

二十四节气不会过时，亦不会消失，它系着我们与祖先的血脉，就在我们有滋有味的平常日子里。一如光阴里的注脚，一缘一会，如期而至。春分日暖，白露生寒，每一个节气，都是人们诗意生活的生动画卷。我们生命里的经历、感知、成长，一字一句，都映刻在流年深处。无论朝代更替、岁月变迁，二十四节气，就这样传承着，同伟大的民族一起，生生不息，绵延不绝。

目录

春

立春——春到人间草木知	01
雨水——听风听雨小窗眠	17
惊蛰——桃花坞里桃花庵	31
春分——诗情过笔当千里	43
清明——沾衣欲湿杏花雨	59
谷雨——一缕茶烟透碧纱	73

夏

立夏——一夜熏风带暑来	85
小满——明月清风忆使君	97
芒种——稻香蔼蔼暑风清	111
夏至——濯锦园林有梦归	123
小暑——几回疏雨滴圆荷	135
大暑——懒摇白羽扇，裸袒青林中	147

秋

- 立秋——从别后，忆相逢 161
- 处暑——疏灯旅夜忆君行 175
- 白露——书卷多情似故人 189
- 秋分——回首向来萧瑟处 205
- 寒露——芦花深处泊孤舟 219
- 霜降——志士栖山恨不深 233

冬

- 立冬——从前的日色变得慢 245
- 小雪——我们都是风雪夜中赶路的人 259
- 大雪——问君此去几时回 273
- 冬至——此心安处是吾乡 287
- 小寒——长空杳杳雁北乡 299
- 大寒——我有一瓢酒，可以慰风尘 313

春到人间草木知

立春

Li
Chun



二十四节气 / 二月



立春，二十四节气中的第一个节气，古语云：“立，始建也。春气始而建立也。”旧历里说：“大寒后十五日，斗指东北，维为立春，时春气始至，四时之卒始，故名立春也。”

立春一日，东风解冻，水暖三分，蛰虫始振。天气虽寒，池塘春水已有绿意，田野散发初醒的草香，霁青色的天空含情脉脉起来……苦寒太久，一丝一缕的春意都让人欣喜。

中国古代将立春的15天分为三候：一候东风解冻，二候蛰虫始振，三候鱼陟负冰。说的是东风送暖，大地开始解冻，万物开始复苏；蛰居的虫类在洞中苏醒；再过数日，河里的冰也开始融化，鱼开始到水面上游动，此时水面上还有些碎冰片，就好像被鱼背着一般浮在水面上。

春天是一个充满诗情画意的季节，古往今来，文人骚客对于时序更替是极为敏感的，他们往往不吝赞美之词，纷纷用自己独特的方式表达对美好春天的热爱与褒赞，写下了难以计数的佳作。例如，唐代诗人罗隐作有《京中正月七日立春》一诗：“一二三四五六七，万木生芽是今日。远天归雁拂云飞，近水游鱼迸冰出。”再如，唐代诗人白居易所作《立春后五日》：“立春后五日，春态纷婀娜。白日斜渐长，碧云低欲坠。残冰坼玉片，新萼排红颗……”两首诗均用白描的手法，细腻地刻画了春色渐浓的过程，诗人因大地复苏而产生的愉悦之情跃然纸上。

作为二十四节气之首，立春在农业社会里是一个非常重要的节日。对农民来说，春天是充满生机与希望的时节，远古时期的甲骨上亦留下了“寅今春其至”这样的对春天充满期盼与表达欢愉的短句。立春，也意味着每年农事的开始。在人们心目中，春是新生，万物始发；春是希望，耕耘播种。

农谚提醒大家“立春雨水到，早起晚睡觉”，春季备耕要开始了。平民百姓也会通过“迎春”礼仪，祈愿一年风调雨顺，五谷丰登，万事顺遂。对农民来说，立春充满仪式感，对古代帝王来说，他们同样重视这一新年开端。儒家经典《礼记·月令》记载：“先立春三日，大史谒之天子曰：‘某日立春，盛德在木。’天子乃齐（斋戒）。立春之日，天子亲率三公九卿诸侯大夫以迎春于东郊。还反，赏公卿诸侯大夫于朝。”立春前三日，天子开始斋戒，到了立春当天，会带上各诸侯大夫，共赴东郊迎春，祈求丰收。同时，皇帝和地方官员还要通过一系列“迎春”礼仪向老百姓“劝耕”，这样的迎春之礼一直延续至清朝。

春天同样是恋爱的季节。经过一冬的蛰伏，春天万物生长、生机勃勃，人们的心情也变得愉悦、快乐。《周礼·媒氏》中就有记载：“仲春之月，令会男女。”中国自古就是农业社会，农忙时节是顾不上其他事情的，所以会在农忙之前的开春时节“令会男女”，这其实是沿袭殷商时期的习俗。如今许多少数民族还有“三月三”节，“三月三”除了狂欢，也是青年男女相会的时节。“溱与洧，方涣涣兮。士与女，方秉兰兮”，《诗经》中的《郑风·溱洧》篇如此写道。三月三日上巳节，青年男女相约到溱洧河边春游，相互谈笑并赠送香草表达爱慕之情。《诗经》中最动人的描写，在我看来就是这些发生在春天里山间水畔的爱情故事。《关雎》《桃夭》等千古名篇更是留下了关于春日的缱绻情思。这些古老的恋歌自诞生之日起，就一直在文坛上被后世许多优秀诗人推崇，被视为学习范本。



安徽 泾县 桃花潭

桃李春风一杯酒，
江湖夜雨十年灯。



这些发生在春天的故事、产生的情感，无不让人向往，奈何受世俗礼法的束缚。在封建社会，当时的年轻人，特别是女性，想要在万物春生之际热切叙说自己的思慕之情、主动追求自己的爱情实属不易。她们要遵守“礼法”，幽居闺阁，要遵从父母之命，媒妁之言。她们的生活封闭而单调，感情含蓄而温婉，所以，她们往往只会把一腔柔情密密实地缝进那针针线线里，女红便成为她们表达内心情感与对未来生活的美好期望的媒介。精良绝美的闺中绣品，有时候会给人以遐想，到底是怎样聪慧灵巧的女子，才能绣得如此有灵气？这些绣品是不是闺阁中的小姐赠予心上人的信物？让人也不免猜想细密针脚间到底寄托了多少情思。

立春时日，窗外蜿蜒的溪水映衬着翠草新芽，春风微拂，绿柳轻摇，诱人遐思，熏人欲醉。这样的天气里，最宜在窗前细绣春心。不管是“独坐纱窗刺绣迟”，抑或是“绣窗同刺绣，女伴喜天晴”，她们在窗前静坐，丝线绕指翻飞，层层密密地将自己的万缕情丝针针线线绣了进去。“炉添小篆，日长一线，相对绣工迟”，这样的时光，也不觉得漫长。

女红本无言，只是被寄托了太多的相思和情意。它是中国旧时女性手中的梦，编入了多少痴情爱意和绵绵情丝。在我国三千多年的农业社会历程中，不仅树立了以农为本的思想，同时也形成了男耕女织的传统。女子从小学习描花刺绣、纺纱织布、裁衣缝纫等女红活计，《古乐府诗词》中《九

张机》里就描写了一位纺织女子“横纹织就沈郎诗”的高超技艺。中国旧时女性的教育可以说是以女红教育为主的。“男儿吃得千般苦，女儿绣得万莳花。”旧时女子一方面通过织绣来表达自己的体贴和温柔，另一方面，这也是一种封闭环境中女性自我推销的方式和手段。越擅长女红的女子往往被认为是越贤德的女子，这是封建社会一条无形的准则，就像《红楼梦》中宝钗劝导黛玉的话：“就连作诗写字等事，原不是你我分内之事……你我只该做些针黹纺织的事才是。”特别是到了明清时期，社会对于女性的要求，夫家对于择妻的标准，都以“德、言、容、工”四个方面来衡量，其中的“工”即为女红活计。而那些在古典文学里徜徉的女子们，精湛的“女红”甚至是她们的代名词，如《孔雀东南飞》中“十三能织素，十四学裁衣”的刘兰芝，《红楼梦》里挑灯“病补雀金裘”的晴雯。母亲的慈爱、深闺的寂寞及女儿家对不可知未来的憧憬和隐隐担忧，都隐藏在兰花微翘的“女红”中。

贵州黔东南西江苗寨

遇见一群在做女红针线活的苗族妇女。
看样子，

她们应该是每天都聚在一起，

一边做针线活，

一边说笑。

女人也在这女红里，

穿针引线之间，

从少女走到暮年。



