

多角度解读二十四节气

轻松掌握中华传统节气知识

二十四节气

知识全书

复杂的气候特征与农事管理
有趣的节日习俗与民间
科学的养生方法和营养
独到的诗词赏析和谚语

陶红亮◎主编



化学工业出版社

二十四节气 知识全书

陶红亮◎主编



化学工业出版社

·北京·

二十四节气不仅是指导农事的传统历法，更是中华民族农耕文明的结晶，含有丰富的民俗文化内涵。本书围绕不同季节、不同节气的自然变化，介绍了农事气象、民间禁忌、营养食谱、农历节日、节日习俗、生活起居、养生保健、历史文化等内容，内容丰富，通俗易懂，既注重知识性，又注重趣味性，是一本有关二十四节气知识的家庭实用宝典。

图书在版编目（CIP）数据

二十四节气知识全书 / 陶红亮主编. —北京：化学工业出版社，2012.7

ISBN 978-7-122-14660-1

I. ①二… II. ①陶… III. ①二十四节气 - 基本知识
IV. ①S162

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第138990号

责任编辑：温建斌 王蔚霞
责任校对：顾淑云

文字编辑：张春娥
装帧设计：尹琳琳 朱其林

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印 装：化学工业出版社印刷厂

710mm × 1000mm 1/16 印张16 字数236千字 2012年11月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：29.80元

版权所有 违者必究

前言

中国的历史文化非常悠久，拥有很多劳动人民所独创的文化遗产，二十四节气便是其中之一。二十四节气是华夏祖先历经千百年的实践所创造出来的宝贵财富，是总结人类生产与生活经验的智慧结晶，它所反映的关于气象、物候、农事等多方面的变化规律，对推动社会发展与文明进步起到了积极作用。

最开始的时候，二十四节气是专门为农业生产服务的，是广大劳动人民进行农事活动的主要依据。人们会根据不同节气播种、收割不同的农作物，若是耽误了时间，农作物就会减产，甚至歉收。如今，二十四节气对我们生活的方方面面仍有十分大的影响，包括饮食、起居、农事、养生、节日、习俗等。夏季降温避暑，冬季防寒保暖，更重要的是我们会根据每个时节的特点选择适合这个时节的养生方法。二十四节气和我们的生活密不可分。

为了更好地了解二十四节气知识，认知与二十四节气有关的气候、农事、饮食、养生等变化，我们编写了本书。本书围绕不同季节、不同节气的自然变化，介绍了农事气象、民间禁忌、营养食谱、农历节日、节日习俗、生活起居、养生保健、历史文化等内容。本书在编写过程中参阅了大量古今经典著述，力求做到通俗易懂，既注重知识性，又注重趣味性，是

一本有关二十四节气知识的家庭实用宝典。另外，本书将与二十四节气相关的传说故事、节日习俗、民间禁忌等介绍得详尽具体，可以使读者丰富知识、增加乐趣。

希望本书能在普及传统知识和弘扬民族文化中发挥良好作用，您拥有了《二十四节气知识全书》，会更快乐，更博学，更健康。

编者

目录

导读篇

二十四节气丰富的内涵·····	001
二十四节气的形成·····	002
二十四节气与历法的配合·····	003
二十四节气的延伸与发展·····	005

春季篇

立 春 ·····	008
-----------	-----

从秦代开始，立春就预示着春天的到来。春天是一个鸟语花香、万物复苏的季节，是美丽景致的开始。当立春节气到来的时候，人们就会发觉白天长了，阳光洒在身上也是温暖的。春天是播种的季节，春天的雨水更有贵如油的美称。立春是一年的第一个节气，时间是每年的2月4日或者2月5日的前后，这一天太阳到达黄经315度。

农事气象·····	008
民间禁忌·····	009
营养食谱·····	010
农历节日·····	012
节日习俗·····	014
生活起居·····	017
养生保健·····	018
历史文化·····	019

雨 水 ·····	023
-----------	-----

雨水的时间是每年的2月18日或者2月19日前后，这一天太阳到达黄经330度。雨水代表雨季的来临，雨水过后，气温回升，这个时节要实行小春管理和大春备耕，争取有个好收成。

农事气象·····	023
民间禁忌·····	024
营养食谱·····	025
农历节日·····	026
节日习俗·····	028
生活起居·····	029
养生保健·····	030
历史文化·····	030

惊 蛰 ·····	032
-----------	-----

惊蛰的时间为每年的3月5日或者3月6日，这一天太阳到达黄经345度。惊蛰节气，春雷开始响起，惊醒了冬眠中的动物。到了惊蛰时节，我国的一些地方春耕就开始了。

农事气象·····	032
民间禁忌·····	033
营养食谱·····	034
农历节日·····	036

节日习俗	037
生活起居	038
养生保健	039
历史文化	039

春 分 042

春分处在春季的中间，有平分春天的意思。春分过后，一些农作物开始成长，气温也随之上升，但上升的速度不是很快。春分的时间是每年的3月20日或者3月21日，这一天太阳到达黄经零度。

农事气象	042
民间禁忌	043
营养食谱	043
农历节日	045
节日习俗	046
生活起居	047
养生保健	048
历史文化	048

清 明 051

清是清澈的意思，明是万物成长之意，清明就是天气开始晴朗起来，万物开始繁茂之时。清明时节，盆地的气候开始变暖，春天的气息已经到来。但是在清明节的前后还是会有冷空气，这种气候会使稻子烂秧，所以人们常说：“清明断雪，谷雨断霜。”每年的阳历4月4日或者5日左右就是清明节，这一天太阳到达黄经15度。如今的清明既是节气的代表，也是一个节日的代表。

农事气象	051
民间禁忌	052
营养食谱	053

农历节日	055
节日习俗	055
生活起居	057
养生保健	057
历史文化	058

谷 雨 061

谷雨，源自古人“雨生百谷”之说。每年的4月20日或21日是谷雨日，这一天太阳到达黄经30度。谷雨是播谷降雨的时节，对农作物的生长很有好处。“清明断雪，谷雨断霜”，谷雨是春季最后一个节气，谷雨节气的到来就意味着寒潮天气到此结束，气温也会继续回升。

农事气象	061
民间禁忌	062
营养食谱	063
农历节日	064
节日习俗	066
生活起居	067
养生保健	067
历史文化	068

夏季篇

立 夏 072

立夏是夏季的第一个节气，时间为每年的5月5日或者5月6日，这时候太阳到达黄经45度。立夏开始，农作物将进入生长旺季，但每个地区的冷暖不一，所以农作物的成长效果也是不同的。大部分地区的农业生产都进入了忙碌的时节。

农事气象	072
民间禁忌	074
营养食谱	074
农历节日	076
节日习俗	078
生活起居	079
养生保健	079
历史文化	080

小 满082

小满是指籽粒开始饱满的时候，农谚是这样形容的：“小满不满，干断思坎”、“小满不满，芒种不管”。小满是夏季的第二个节气，时间是每年的5月21日或22日，这一天太阳到达黄经60度。

农事气象	082
民间禁忌	083
营养食谱	084
农谚展示	085
节日习俗	087
生活起居	089
养生保健	090
历史文化	090

芒 种093

芒种是夏季的第三个节气。芒种节气的到来代表着一些农作物已经成熟，深刻反映了这个时节的农业物候现象。芒种是每年的6月5日或者6月6日，这一天太阳到达黄经75度。

农事气象	093
民间禁忌	094
营养食谱	095
农历节日	096

节日习俗	098
生活起居	099
养生保健	100
历史文化	100

夏 至102

夏至是二十四节气之中最早被确定出来的节气。夏至为每年的6月21日或者是6月22日，这时候太阳到达黄经90度，这一天白昼最长、黑夜最短，但不是温度最高的时候，最热的时候是在三伏天。

农事气象	102
民间禁忌	103
营养食谱	104
农历节日	106
节日习俗	107
生活起居	107
养生保健	108
历史文化	109

小 暑111

小暑时间为每年的7月7日或者是7月8日，这一天太阳到达黄经105度。小暑时节到来的时候，农作物的成长已经很茁壮了。

农事气象	111
民间禁忌	112
营养食谱	112
农历节日	114
节日习俗	115
生活起居	116
养生保健	116
历史文化	117

大暑 119

大暑时节气候炎热，是一年之中最热的节气，这个时节的气温非常高。大暑处于中伏时间之中，时间在每年的7月23日或者是7月24日，在这一天太阳到达黄经120度。

农事气象.....	119
民间禁忌.....	120
营养食谱.....	120
特色知识.....	122
节日习俗.....	123
生活起居.....	125
养生保健.....	125
历史文化.....	126

秋季篇

立秋 130

秋天是人们向往的一个季节，“秋高气爽”是人们对秋季最常用的描述。立秋预示着秋天就要来了。立秋是每年的8月8日或者8月9日，这一天太阳到达黄经135度。

农事气象.....	130
民间禁忌.....	131
营养食谱.....	132
农历节日.....	133
节日习俗.....	135
生活起居.....	136
养生保健.....	136
历史文化.....	136

处暑 139

处暑时节的到来，说明秋天真的来了，凉爽的天气到了。处暑的时间为每年的8月23日或者8月24日，这一天太阳到达黄经150度。

农事气象.....	139
民间禁忌.....	140
营养食谱.....	140
农历节日.....	142
节日习俗.....	143
生活起居.....	144
养生保健.....	145
历史文化.....	146

白露 149

白露时节，天气变得更加凉爽，湿气也大大加重，这时候会出现水滴。白露的日期为每年的9月7日或者9月8日前后，这一天太阳到达黄经165度。

农事气象.....	149
民间禁忌.....	150
营养食谱.....	151
疾病警报.....	153
节日习俗.....	153
生活起居.....	154
养生保健.....	155
历史文化.....	155

秋 分 158

秋分时节昼夜平分，全球没有极昼极夜现象。秋分时节的天气变得更加凉爽。秋分的时间是每年的9月23日或9月24日，这时候太阳正好到达黄经180度。随着秋分的到来，阳光直射位置会逐渐向南移动，北半球会变得昼短夜长。

农事气象.....	158
民间禁忌.....	159
营养食谱.....	160
农历节日.....	162
节日习俗.....	163
生活起居.....	164
养生保健.....	165
历史文化.....	165

寒 露 168

寒露时节气温再度下降，地面的露水快要凝结成霜。寒露时间为每年的10月8日或者10月9日，这一天太阳到达黄经195度。

农事气象.....	168
民间禁忌.....	169
营养食谱.....	169
农历节日.....	171
节日习俗.....	173
生活起居.....	175
养生保健.....	175
历史文化.....	176

霜 降 179

霜降时节天气会变得更冷。霜降的时间是每年的10月23日或者10月24日，这一天太阳到达黄经210度。这时候初霜已经在黄河流域一带出现，大部分地区都开始忙于播种三麦等作物。

农事气象.....	179
民间禁忌.....	180
营养食谱.....	181
农历节日.....	183
节日习俗.....	184
生活起居.....	185
养生保健.....	186
历史文化.....	186

冬季篇

立 冬 190

立冬是冬季的第一个节气，由于地表余温尚存，所以这个节气还不是真正地进入了冬季，天气还不是很冷。立冬时间为每年的11月7日或者11月8日，这一天太阳到达黄经225度。

农事气象.....	190
民间禁忌.....	191
营养食谱.....	192
农历节日.....	193
节日习俗.....	194
生活起居.....	195
养生保健.....	196
历史文化.....	196

小雪 199

小雪时节气温再度降低，但这个时节的温度还没有达到冬季最冷时，这时会有雪花光顾，雪花还不是很大。小雪的时间是每年的11月22日或者11月23日，这一天太阳到达黄经240度。

农事气象..... 199

民间禁忌..... 200

营养食谱..... 201

渊源内涵..... 202

节日习俗..... 203

生活起居..... 204

养生保健..... 204

历史文化..... 205

大雪 207

大雪时节天气会变得更加寒冷。大雪的时间是每年的12月7日或者12月8日，这一天太阳到达黄经255度。

农事气象..... 207

民间禁忌..... 208

营养食谱..... 209

趣味知识..... 211

节日习俗..... 212

生活起居..... 212

养生保健..... 213

历史文化..... 214

冬至 216

冬至不仅是节气，也是我国的传统节日。冬至的时间是每年的12月21日或者12月22日，这一天太阳到达黄经270度。冬至这一天白天最短、夜晚最长。

农事气象..... 216

民间禁忌..... 217

营养食谱..... 217

农历节日..... 219

节日习俗..... 220

生活起居..... 222

养生保健..... 222

历史文化..... 223

小寒 226

小寒时节气温非常低，这个时节的低温天气多于大寒时节。小寒的时间为每年的1月5日或者1月6日，这一天太阳到达黄经285度。寒就是寒冷，小寒就是用来表示寒冷的程度。

农事气象..... 226

民间禁忌..... 228

营养食谱..... 228

农历节日..... 230

节日习俗..... 232

生活起居..... 233

养生保健..... 233

历史文化..... 234

大寒 237

大寒时节，寒潮活动非常频繁，温度也非常低，呈现出冰天雪地的景象。大寒的时间是每年的1月20日或者1月21日，这一天太阳到达黄经300度。

农事气象..... 237

民间禁忌..... 238

营养食谱..... 238

农历节日..... 240

节日习俗..... 241

生活起居..... 242

养生保健..... 244

历史文化..... 244

导读篇

二十四节气丰富的内涵

二十四节气是一种农历立法的补充说明，它形成于春秋战国时期。二十四节气代表着我国劳动人民的智慧，它是古代人民不断总结经验、不断实践得出的一种历法，对于农民耕种起到了很大的帮助，甚至影响至今。二十四节气充分反映了一年四季的分明变化，深刻揭示了人民耕种秋收与气候之间的关系，用途十分广泛。

一起吟唱二十四节气歌

随着社会的发展，二十四节气也许会被年轻人遗忘，但却永远地留在了老一辈人的心里。让我们一起走进二十四节气，走进古老的文化，一起吟唱这首耳熟能详的二十四节气之歌：

春雨惊春清谷天，夏满芒夏暑相连，
秋处露秋寒霜降，冬雪雪冬小大寒。
上半年是六廿一，下半年是八廿三。
每月两节日期定，最多只差一两天。

二十四节气的介绍

节气经过千百年的沉淀，是祖先为我们留下的宝贵遗产，也是我们生活中最宝贵的气候钟，它会准确地告诉我们气候的变化，引领我们的衣食起居。在古代，是使用农历来计算时间，用农历来划分二十四节气的，我们的祖先通常把五天称为一候，这样的三个一候就是一个节气了，把全年分为了72个候，因此就是24个节气。那么这二十四节气都是什么呢？我们一起来认识一下：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。通过对这二十四节气的观察与研究，总结得出了这样一个规律。从节气的表面意思我们可以看到立春、立夏、立秋、立冬、春分、秋分、夏至、冬至这8个节气，其中四个“立”充分反映了一年四季，而春分、秋分、夏至、冬至这四个节气反映了太阳的变化。就是因为把一年分为了四季，我们才可以这么轻松地掌握季节的变化，知道什么季节穿什么衣服，形成规律。再看二十四节气之中的小暑、大暑、处暑、小寒、大寒，从表面意思就可以判断出来，这是对于气温的一种反映，通过对这五个节气的判断，我们可以正确知道温度的变化，知道一年之中在不同时段的冷热程度是什么样的。还有雨水、谷雨、小雪、大雪这四个节气，它们反映的是一种降水的气候，可以告诉我们雨水量的强度。从白露、寒露、霜降三个节气可以看出它们是一种凝华或者升华的现象，但实际上它们也反映了气温上发生的变化，气温不断下降，水才会变成霜。小满、芒种这两个节气预示着作物的生长情况。而对于惊蛰和清明，它们两个是一种自然物候的现象，惊蛰预示着天上的初雷和地下蛰虫的复苏，用来打响春天的前奏。

二十四节气被巧妙地分在了一年之中的12个月份里，我们就是通过这些节气的特点来进行生活和工作，享受着一年四季给我们带来的色彩。

二十四节气的形成

以上简单介绍了二十四节气，但你知道二十四节气是怎么来的吗？知道二十四节气的真正意义所在吗？

二十四节气的来历

二十四节气兴起于黄河流域。在春秋战国的时候就有仲春、仲夏、仲秋和仲冬四个节气，那个时期农业生产比较繁荣，节气对于那个时期而言是十分重要的，人们就是依据节气穿衣吃饭的。通过不断观察，人们发现，只有掌握了二十四节气的变化，才能搞好生产、减少损失，于是人们更加仔细地去观察气候的变化，找到了气候变化的规律，并很好地加以利用。这时候发现，在某一天的中午，太阳的影子竟然达到了最小值，但是

随着天气的逐渐变化，当转冷的时候，竟然发现影子在某一时段达到最大值，这时候到来的就是夏至和冬至这两个节气。后来人们又发现，在时间的不断变化过程中，竟然有两天的白天和夜晚是一样长的，这就是春分和秋分，这是通过土圭得出来的数据。随着科学的不断发展，时代的不断进步，二十四节气中其他节气也被一一找出。

二十四节气的划分

人们可以根据二十四节气来推出太阳的周年运动。二十四节气在现在的日历之中时间相差不多，上半年一般在6号、21号，下半年一般是8号、23号，时间上下浮动最多不超过两天。二十四节气是根据太阳在黄道上的位置进行划分的，一年被它分成了24个相等时间段。太阳通过每一段的时间相差不多，因此每个节气的时间也相差很少。

在古代，人们都会把节气简称为“气”，每个月份都由两个气组成，其中一个叫它“节气”，而另一个则叫它“中气”。在农历日期之中，二十四节气是以立春为首的，它是二十四节气中的第一个节气。二十四节气是随着时代的不断进步、科学的不断发展，逐步被完善、命名的。

我国是一个古老的国家，有着几千年的历史文化。随着二十四节气的孕育而生到一步步的成长，其中也经历了一些困难。但是随着生产水平的不断提高，二十四节气逐渐成为了农业生产时期的顶梁柱，人们对于它的认识也越来越深刻。

二十四节气与历法的配合

在历史的长河之中，历法可以说是数不胜数的，时间在流逝，历史在进步，科学在发展，历法也在不断更新、不断进步。

历法一般分为三大类，即阳历、阴历、阴阳合历。这种分法是通过实践计算出来的，它以地球公转与月球公转为基础，两者也是可以进行调和的，如果用前者进行计算就是阳历，用后者进行计算就是阴历，要是两者调和之后那就是阴阳合历了。其实简单地说，历法就是根据气象而变化，通过时间的计算来判定气候变化的，这样就可以知道季节的变化了。



阳历

阳历是通过地球公转的时间来计算的，它要求历法年与太阳的公转要基本符合。我们都知道一年是365天，然后又把这一年分为了12个月，每个月又被分为了30天或者31天，有的时候二月也有29天或28天的时候，这种月份的划分与月亮的运动周期是没有任何关系的。我们把一年分为了365天，实际上一年是365.242199日，为了弥补这个小小的误差，所以就有了四年一闰的说法，那一年就是366天，那一年也被叫做“闰年”。即使补了一天与实际测量的天数还是有差距，一闰之后天数又多了，所以阳历的历法又做了补充，也就是规定每400年之中，要从100个闰日中减去3个闰日。这种立法的特点就会使地球上的季节比较固定，季节变化也能够显现出来，可方便人们的工作和生活。现在我们所使用的公历，就是我们所说的阳历。

在阳历还没有被认识之前，二十四节气可以很好地补充农历。人们会习惯用农历来表示日期，这对农事掌握以及合理安排农业生产是十分重要的，同时对于我们的生活也是很重要的。自从阳历诞生以后，节气就开始用阳历的日期来确定了，使用起来也十分方便。

阴历

阴历，又称农历，在很早之前还有另外一个名字——太阴历。它是根据月亮的公转来计算的。对它的要求就是，历法月要与月亮公转一周基本符合。阴历一年是由12个月组成，单月是大月，有30天，双月是小月，有29天，那么一年就是354天，与实际相差了一些。阴历年的形成与地球的公转也是没有关系的，阴历的天数一般都是比实际天数要短，所以阴历中的新年不是固定的，有时候在酷冷的深冬时节，有时候则是在回暖的立春时节。

阴阳合历

阴阳合历是把阴历和阳历相配合的结果，它是一种对太阳、地球和月亮相调和的历法，综合了阴历与阳历的优点。阴阳合历最早是在我国夏代出现的，所以又有夏历之称。这种历法安排了二十四个节气，为的就是对农业生产提供帮助，它完全遵循了朔望来安排月份，实际就是阴阳两历的并用。



二十四节气的延伸与发展

二十四节气是一个长期观察的结果，同时也是劳动人民不断实践的结果。我们对于二十四节气的认识越来越深刻，运用也越来越广泛。随着时代的不断进步，二十四节气已经不再是那么单一了，它的内容也越来越丰富，数九与三伏、七十二候早已融入了我们的生活。

数九

数九又叫“冬九九”，它是我国冬季民间的一种节气。它是二十四节气之外新衍生出来的节气，并被广为流传。数九是从冬至那天开始数起，每九天一个九。数九是从什么时候开始流传的，至今也没有明确的记载。

我们数着一个个的九过去，慢慢的春天的脚步就近了，谚语说：“数九严冬盼春归。”九九天寒冷天气的到来是从三九开始的，它预示着寒冷的天气已经进入。最开始的时候人们都把三九当作一年之中最冷的时期，其实四九才是一年之中最寒冷的时期。三九是人们从温暖转入寒冷的一个阶段，所以我们的身体会感觉有些不适，一般人都会认为这段时期比较寒冷。

“一九二九不出手，三九四九冰上走，五九六九看杨柳，七九河开，八九雁来，九九加一九，耕牛遍地走。”民间对于九九的说法是通过这首“九九消寒歌”流传开来的，这首歌生动形象地记录了冬至到来年春分之间的气候、物候的变化情况等，同时也表述了农民活动的一些规律。

三伏

现在我们一听到三伏，就知道是一年之中最热的时期。三伏包括初伏、中伏和末伏，三伏就是它们的统称。三伏天气出现在每年的7、8月份，这两个月是一年之中最热的两个月，气温高、湿度大，天气特别闷热。

三伏天的划分是按照我国古代的“干支纪日法”来确定的。初伏，它是夏至后第三个庚日起到第四个庚日前一天的那段日子，从第三个庚日开始就是入伏，它是初伏的第一天。其次是中伏，它是夏至后第四个庚日起到立秋三候第一个庚日前的这段时间。第四个庚日定为中伏开始的第一天，农历七月前立秋的，中伏就是10天；农历七月后立秋的，中伏就是20天。最后是末伏，它是立秋后第一个庚日起到第二个庚日前一天的这段时间。第二个庚日定为出伏，表示伏天结束。



七十二候一览表

七十二候对于农业活动有一定的指导作用，虽然它还不是那么精确，但帮助仍是很大的。根据一些记载，摘要七十二候如下。

正月——立春：初候，东风解冻；二候，蛰虫始振；三候，鱼陟负冰。阳气已动，鱼渐上游而近于冰也。雨水：初候，獭祭鱼；二候，候雁北；三候，草木萌动。

二月——惊蛰：初候，桃始华；二候，仓庚鸣；三候，鹰化为鸠。春分：初候，玄鸟至；二候，雷乃发声；三候，始电。

三月——清明：初候，桐始华；二候，田鼠化为鴽，牡丹华；三候，虹始见。谷雨：初候，萍始生；二候，鸣鸠拂其羽，飞而两翼相排，农急时也；三候，戴胜降于桑。

四月——立夏：初候，蝼蛄鸣；二候，蚯蚓出；三候，王瓜生。小满：初候，苦菜秀；二候，靡草死；三候，麦秋至。

五月——芒种：初候，螳螂生；二候，鵙始鸣；三候，反舌无声。夏至：初候，鹿角解；二候，蜩始鸣；三候，半夏生。

六月——小暑：初候，温风至；二候，蟋蟀居壁；三候，鹰始挚。大暑：初候，腐草为萤；二候，土润溽暑；三候，大雨时行。

七月——立秋：初候，凉风至；二候，白露降；三候，寒蝉鸣。处暑：初候，鹰乃祭鸟；二候，天地始肃；三候，禾乃登。

八月——白露：初候，鸿雁来；二候，玄鸟归；三候，群鸟养羞。秋分：初候，雷始收声；二候，蛰虫坏户；三候，水始涸。

九月——寒露：初候，鸿雁来宾；二候，雀入大水为蛤；三候，菊有黄花。霜降：初候，豺乃祭兽；二候，草木黄落；三候，蛰虫咸俯。

十月——立冬：初候，水始冰；二候，地始冻；三候，雉入大水为蜃。小雪：初候，虹藏不见；二候，天气上升，地气下降；三候，闭塞而成冬。

十一月——大雪：初候，鹖鴠不鸣；二候，虎始交；三候，荔挺出。冬至：初候，蚯蚓结；二候，麋角解；三候，水泉动。

十二月——小寒：初候，雁北乡；二候，鹊始巢；三候，雉始雊。大寒：初候，鸡始乳；二候，征鸟厉疾；三候，水泽腹坚。