

中华民俗



# 老黄历

任丙未◎编



 气象出版社  
China Meteorological Press

中华民俗



# 老黄历

任丙未◎编

### 图书在版编目(CIP)数据

中华民俗老黄历/任丙未编. —北京:气象出版社,2010.12  
ISBN 978-7-5029-5106-1

I. ①中… II. ①任… III. ①历书-中国②风俗习惯-中国  
IV. ①P195.2②K892

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第231856号

## 中华民俗老黄历

ZHONGHUA MINSU LAOHUANGLI

---

出版发行:气象出版社

地 址:北京市海淀区中关村南大街46号

邮 编:100081

网 址:<http://www.cmp.cma.gov.cn>

E-mail: [qxcbs@cma.gov.cn](mailto:qxcbs@cma.gov.cn)

电 话:总编室010-68407112,发行部010-68409198

责任编辑:周 露 杨 辉

终 审:纪乃晋

封面设计:樊润琴

责任技编:吴庭芳

责任校对:时 人

印 刷 者:北京京科印刷有限公司

开 本:700×1000 1/16

印 张:26.5

字 数:430千字


版 次:2011年1月第1版 2011年1月第1次印刷

定 价:1—8000

定 价:36.80元

---

本书如存在文字不清、漏印以及缺页、倒页、脱页等,请与本社发行部联系调换



# 目录

## 第一章 传统历法

### 第一节 纪时系统 ..... 3

#### 1. 农历 ..... 3

◎ 农历的起源 ..... 3

◎ 农历月的天数 ..... 3

◎ “节气”和“中气” ..... 4

◎ 闰月的由来 ..... 4

◎ 十九年七闰 ..... 5

#### 2. 月相 ..... 5

◎ 月相的成因 ..... 5

◎ 月相种类 ..... 6

◎ 月相识别 ..... 7

#### 3. 干支历 ..... 8

◎ 干支历概述 ..... 8

◎ 干支纪年 ..... 8

◎ 干支纪月 ..... 9

◎ 干支纪日 ..... 9

◎ 干支纪时 ..... 9

#### 4. 节气 ..... 11

◎ 二十四节气 ..... 11

◎ 杂节气 ..... 12

#### 5. 七十二候 ..... 14

◎ 七十二候概况 ..... 15

◎ 候应 ..... 15

### 第二节 观象授时 ..... 18

#### 1. 北极星与北斗七星 ..... 18

◎ 北极星 ..... 18

◎ 北斗七星 ..... 18

#### 2. 《尧典》及四仲中星 ..... 20

◎ 《尧典》中的经典记载 ..... 20

◎ 四仲中星 ..... 21

#### 3. 岁星与太岁 ..... 22

◎ 岁星纪年法 ..... 22

◎ 太岁纪年法 ..... 22

#### 4. 五星 ..... 24

◎ 金星 ..... 24

◎ 木星 ..... 25

◎ 水星 ..... 25

◎ 火星 ..... 25

◎ 土星 ..... 25

#### 5. 三垣二十八宿 ..... 26

◎ 三垣 ..... 26

◎ 二十八宿 ..... 27

#### 6. 《礼记·月令》 ..... 28

◎ 《礼记·月令》所记天象 ..... 29

◎ 《礼记·月令》师法自然 ..... 29

#### 7. 分野 ..... 30

◎ 十二分野 ..... 31

◎ 二十八宿分野 ..... 31

#### 8. 地平方位 ..... 32

◎ 地平四方 ..... 32

◎ 日景定位 ..... 32

◎ 指南针定位 ..... 33

◎ 山川地势定位 ..... 33

◎ 四象与方位 ..... 33



## 第二章 传统岁时

1. 除夕与春节 37
  - ◎ 吃年夜饭····· 37
  - ◎ 守岁····· 38
  - ◎ 放爆竹····· 38
  - ◎ 祭拜祖先····· 39
  - ◎ 拜年与压岁钱····· 39
2. 正月初五破五 41
  - ◎ 迎财神····· 41
  - ◎ 送穷····· 42
  - ◎ 开市····· 42
3. 正月十五元宵节 43
  - ◎ 元宵燃灯的习俗····· 43
  - ◎ 猜灯谜····· 44
  - ◎ 吃元宵····· 44
4. 正月廿五填仓节 45
  - ◎ 填仓节由来····· 45
  - ◎ 填仓节活动····· 46
5. 立春 47
  - ◎ 迎春····· 47
  - ◎ 打春牛····· 48
  - ◎ 报春····· 48
  - ◎ 咬春祈福····· 49
6. 二月二龙抬头 51
  - ◎ 二月二龙抬头的由来····· 51
  - ◎ 二月二龙抬头的民俗····· 51
7. 社日 53
  - ◎ 社日的由来····· 53
  - ◎ 社日的民俗····· 54
8. 三月初三上巳节 55
  - ◎ 三月三节俗溯源····· 55
  - ◎ 上巳的节俗····· 55
9. 清明节 57
  - ◎ 清明节的由来····· 58
  - ◎ 扫墓祭先····· 58
  - ◎ 插柳戴柳····· 59
  - ◎ 放风筝····· 59
10. 四月初八浴佛节 60
  - ◎ 浴佛节由来····· 60
  - ◎ 斋会····· 60
  - ◎ 舍豆结缘····· 61
  - ◎ 放生····· 61
11. 五月初五端午节 62
  - ◎ 端午节的由来····· 62
  - ◎ 端午食粽····· 62
  - ◎ 龙舟竞渡····· 63
  - ◎ 悬艾叶、菖蒲····· 64
  - ◎ 驱五毒····· 64
12. 六月初六天贶节 65
  - ◎ 晒经书····· 66
  - ◎ 晒衣物····· 66
  - ◎ 回娘家····· 66
13. 七夕乞巧节 67
  - ◎ 穿针乞巧····· 67
  - ◎ 拜织女····· 68
  - ◎ 牛郎织女鹊桥会····· 69
14. 七月十五中元节 70
  - ◎ 中元节由来····· 70
  - ◎ 祭祖····· 71
  - ◎ 中元普度····· 72
15. 八月十五中秋节 72
  - ◎ 中秋节由来····· 73
  - ◎ 赏月拜月····· 73
  - ◎ 吃月饼····· 74
16. 九月九重阳节 75
  - ◎ 重阳由来····· 75
  - ◎ 登高····· 75
  - ◎ 插茱萸、簪菊花····· 76
  - ◎ 赏菊、饮菊花酒····· 76

|              |    |
|--------------|----|
| 17. 十月十五下元节  | 77 |
| ◎ 斋三官        | 78 |
| ◎ 焚“金银包”     | 78 |
| 18. 冬至       | 79 |
| ◎ 冬至的由来      | 79 |
| ◎ 冬至食俗       | 80 |
| 19. 腊月初八腊八节  | 81 |
| ◎ 腊八节的由来     | 81 |
| ◎ 腊八粥        | 81 |
| ◎ 腊八蒜        | 82 |
| 20. 腊月二十三过小年 | 83 |
| ◎ 祭灶         | 83 |
| ◎ 扫尘         | 84 |

### 第三章 传统饮食文化

#### 第一节 传统饮食文化的

##### 四大原则 ..... 87

|          |    |
|----------|----|
| 1. 食医合一  | 87 |
| ◎ 医食同源   | 87 |
| ◎ 食医制度   | 87 |
| 2. 饮食养生  | 88 |
| ◎ 天人相应   | 88 |
| ◎ 审因用膳   | 89 |
| 3. 本味主张  | 90 |
| ◎ 味性的认识  | 90 |
| ◎ 本味主张   | 91 |
| 4. 孔孟食道  | 92 |
| ◎ 孔子饮食主张 | 92 |
| ◎ 孟子食德   | 93 |

#### 第二节 传统菜系 ..... 94

|        |    |
|--------|----|
| 1. 鲁菜  | 95 |
| ◎ 鲁菜渊源 | 95 |

|         |     |
|---------|-----|
| ◎ 鲁菜特色  | 95  |
| 2. 川菜   | 96  |
| ◎ 川菜渊源  | 96  |
| ◎ 川菜特色  | 97  |
| ◎ 四川火锅  | 98  |
| 3. 粤菜   | 99  |
| ◎ 粤菜渊源  | 99  |
| ◎ 粤菜特色  | 100 |
| 4. 闽菜   | 101 |
| ◎ 闽菜渊源  | 101 |
| ◎ 闽菜特色  | 102 |
| 5. 苏菜   | 103 |
| ◎ 苏菜渊源  | 103 |
| ◎ 苏菜特色  | 104 |
| 6. 浙菜   | 105 |
| ◎ 追根溯源  | 105 |
| ◎ 浙菜特色  | 106 |
| ◎ 浙菜文化  | 107 |
| 7. 湘菜   | 107 |
| ◎ 追根溯源  | 108 |
| ◎ 湘菜特色  | 108 |
| 8. 徽菜   | 109 |
| ◎ 追根溯源  | 109 |
| ◎ 徽菜特色  | 110 |
| ◎ 徽菜与食补 | 110 |

#### 第三节 传统名席名宴 ... 111

|           |     |
|-----------|-----|
| 1. 满汉全席   | 111 |
| ◎ 追根溯源    | 111 |
| ◎ 满汉全席的菜谱 | 112 |
| 2. 孔府宴    | 113 |
| ◎ 追根溯源    | 113 |
| ◎ 孔府五大宴   | 114 |
| 3. 文会宴    | 115 |
| ◎ 兰亭宴     | 116 |



|               |     |
|---------------|-----|
| ⊙ 洛滨宴 .....   | 117 |
| 4. 烧尾宴 .....  | 118 |
| ⊙ 追根溯源 .....  | 118 |
| ⊙ 烧尾宴菜谱 ..... | 119 |

#### 第四节 传统饮食器具文化 120

|                |     |
|----------------|-----|
| 1. 筷子 .....    | 120 |
| ⊙ 追根溯源 .....   | 120 |
| ⊙ 用筷礼仪 .....   | 120 |
| 2. 鼎 .....     | 122 |
| ⊙ 器具之鼎 .....   | 122 |
| ⊙ 礼器之鼎 .....   | 122 |
| 3. 镬 .....     | 123 |
| ⊙ 炊具之镬 .....   | 123 |
| ⊙ 礼器之镬 .....   | 124 |
| ⊙ 刑具之镬 .....   | 124 |
| 4. 釜 .....     | 125 |
| ⊙ 釜、镬与锅 .....  | 125 |
| ⊙ 有关釜的典故 ..... | 125 |
| 5. 甑 .....     | 126 |
| ⊙ 甑的历史 .....   | 126 |
| ⊙ 甑 .....      | 127 |
| 6. 俎 .....     | 128 |
| ⊙ 食具之俎 .....   | 128 |
| ⊙ 礼器之俎 .....   | 129 |
| ⊙ 俎豆 .....     | 129 |
| 7. 簠 .....     | 129 |
| ⊙ 簠的形状 .....   | 130 |
| ⊙ 礼器之簠 .....   | 130 |

#### 第五节 传统酒文化 ..... 131

|                |     |
|----------------|-----|
| 1. 酒的起源 .....  | 131 |
| ⊙ 酒的起源 .....   | 132 |
| ⊙ 酿酒起源传说 ..... | 132 |
| 2. 酒器 .....    | 134 |

|                 |     |
|-----------------|-----|
| ⊙ 尊 .....       | 134 |
| ⊙ 樽 .....       | 134 |
| ⊙ 觥 .....       | 135 |
| ⊙ 觞 .....       | 136 |
| ⊙ 觚 .....       | 136 |
| ⊙ 爵 .....       | 137 |
| ⊙ 角 .....       | 137 |
| 3. 酒之名人轶事 ..... | 138 |
| ⊙ 刘邦酒醉斩白蛇 ..... | 138 |
| ⊙ 酒仙李白 .....    | 138 |
| ⊙ 醉翁欧阳修 .....   | 139 |
| 4. 酒礼 .....     | 140 |
| ⊙ 酒礼的渊源 .....   | 140 |
| ⊙ 饮酒礼节 .....    | 141 |
| 5. 酒道 .....     | 141 |
| ⊙ 酒宜温饮 .....    | 142 |
| ⊙ 饮必小咽 .....    | 142 |
| ⊙ 空腹勿饮 .....    | 142 |
| ⊙ 勿混饮 .....     | 142 |
| ⊙ 勿强饮 .....     | 143 |
| 6. 酒德 .....     | 143 |
| ⊙ 节制有度 .....    | 143 |
| ⊙ 量力而饮 .....    | 144 |
| ⊙ 不能强劝 .....    | 144 |
| 7. 酒令 .....     | 145 |
| ⊙ 酒令的渊源 .....   | 145 |
| ⊙ 行令方式 .....    | 146 |
| 8. 酒店 .....     | 147 |
| ⊙ 酒店的渊源 .....   | 147 |
| ⊙ 酒旗 .....      | 147 |

#### 第六节 传统茶文化 ..... 149

|               |     |
|---------------|-----|
| 1. 茶的源流 ..... | 149 |
| ⊙ 茶的渊源 .....  | 149 |
| ⊙ 茶的发展 .....  | 150 |

|                |     |
|----------------|-----|
| 2. 制茶          | 151 |
| ◎ 生煮羹饮 .....   | 151 |
| ◎ 蒸青制茶 .....   | 151 |
| ◎ 蒸青散茶 .....   | 152 |
| ◎ 炒青制茶 .....   | 152 |
| 3. 饮法          | 153 |
| ◎ 煮茶法 .....    | 153 |
| ◎ 羹饮法 .....    | 153 |
| ◎ 煎茶法 .....    | 154 |
| ◎ 点茶法 .....    | 154 |
| ◎ 泡茶法 .....    | 155 |
| 4. 茶水          | 156 |
| ◎ 取水的重要性 ..... | 156 |
| ◎ 茶饮取水 .....   | 157 |
| 5. 斗茶          | 158 |
| ◎ 斗茶的渊源 .....  | 158 |
| ◎ 斗茶之法 .....   | 158 |
| 6. 茶道          | 159 |
| ◎ 茶道的渊源 .....  | 160 |
| 7. 茶馆          | 161 |
| ◎ 茶馆的渊源 .....  | 161 |

## 第四章 传统服饰文化

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 1. 汉服           | 164 |
| ◎ 汉服的渊源 .....   | 164 |
| ◎ 冕服 .....      | 165 |
| ◎ 深衣 .....      | 165 |
| ◎ 襦裙 .....      | 167 |
| 2. 古代官服         | 168 |
| 3. 旗袍           | 171 |
| 4. 中山装          | 173 |
| ◎ 中山装的由来 .....  | 173 |
| ◎ 中山装款式特点 ..... | 173 |

|                  |     |
|------------------|-----|
| ◎ 中山装的政治含义 ..... | 174 |
|------------------|-----|

## 第五章 传统礼俗

### 第一节 传统婚嫁习俗 ... 176

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 1. 说媒           | 176 |
| ◎ 说媒 .....      | 176 |
| ◎ 媒人 .....      | 177 |
| ◎ 官媒和私媒 .....   | 177 |
| 2. 婚姻六礼         | 179 |
| ◎ 纳采 .....      | 179 |
| ◎ 问名 .....      | 180 |
| ◎ 纳吉 .....      | 180 |
| ◎ 纳征 .....      | 181 |
| ◎ 请期 .....      | 182 |
| ◎ 亲迎 .....      | 182 |
| 3. 拜堂           | 185 |
| ◎ 拜堂的由来 .....   | 185 |
| ◎ 近代拜堂习俗 .....  | 185 |
| 4. 入洞房          | 187 |
| ◎ 坐帐 .....      | 187 |
| ◎ 合卺 .....      | 187 |
| ◎ 同牢 .....      | 188 |
| ◎ 撒帐 .....      | 188 |
| 5. 闹洞房          | 189 |
| ◎ 闹洞房的由来 .....  | 189 |
| ◎ 欢天喜地闹洞房 ..... | 190 |
| 6. 回门           | 191 |
| ◎ 回门的渊源 .....   | 191 |
| ◎ 回门礼俗 .....    | 191 |
| 7. 喜联           | 192 |
| ◎ 通用婚联 .....    | 192 |
| ◎ 四季婚联 .....    | 194 |
| ◎ 嫁女联 .....     | 195 |





|                       |            |               |     |
|-----------------------|------------|---------------|-----|
| ◎ 入赘联 .....           | 195        | ◎ 送终的礼俗 ..... | 212 |
| <b>第二节 传统寿诞习俗 ...</b> | <b>196</b> | 2. 初终 .....   | 213 |
| 1. 报喜贺生 .....         | 196        | ◎ 停尸 .....    | 213 |
| ◎ 男弄璋、女弄瓦 .....       | 196        | ◎ 举哀 .....    | 214 |
| ◎ 男悬弓、女悬帨 .....       | 196        | ◎ 含敛 .....    | 214 |
| ◎ 报喜 .....            | 197        | 3. 报丧 .....   | 215 |
| 2. 三朝洗礼 .....         | 197        | ◎ 报丧由来 .....  | 215 |
| ◎ 洗三的由来 .....         | 198        | ◎ 报丧方式 .....  | 216 |
| ◎ 洗三的习俗 .....         | 198        | 4. 成服 .....   | 217 |
| 3. 满月礼俗 .....         | 199        | ◎ 成服的由来 ..... | 217 |
| ◎ 满月酒 .....           | 199        | ◎ 五服制度 .....  | 217 |
| ◎ 添盆 .....            | 200        | 5. 吊唁 .....   | 219 |
| ◎ 剃胎发 .....           | 200        | ◎ 吊唁的礼俗 ..... | 220 |
| 4. 百日礼俗 .....         | 201        | ◎ 吊唁的程序 ..... | 220 |
| ◎ 穿百家衣, 吃百家饭 ...      | 201        | 6. 大殓 .....   | 221 |
| ◎ 戴长命锁 .....          | 201        | ◎ 入殓 .....    | 222 |
| 5. 周岁礼俗 .....         | 202        | ◎ 封棺 .....    | 222 |
| ◎ 抓周的渊源 .....         | 203        | 7. 接三 .....   | 223 |
| ◎ 抓周礼俗 .....          | 203        | ◎ 接三与送三 ..... | 223 |
| 6. 年寿代称 .....         | 204        | ◎ 接三民俗 .....  | 224 |
| 7. 民间祝寿礼俗 .....       | 206        | 8. 出殡 .....   | 226 |
| ◎ 过大寿 .....           | 206        | ◎ 出殡的由来 ..... | 226 |
| ◎ 庆寿 .....            | 207        | ◎ 出殡的礼俗 ..... | 226 |
| ◎ 寿礼 .....            | 207        | 9. 下葬 .....   | 227 |
| 8. 吉祥寿图 .....         | 209        | ◎ 坟墓的渊源 ..... | 228 |
| ◎ 寿字图案 .....          | 209        | ◎ 下葬的风俗 ..... | 228 |
| ◎ 鹤、龟 .....           | 209        | 10. 居丧 .....  | 229 |
| ◎ 寿星 .....            | 210        | ◎ 居丧的渊源 ..... | 229 |
| ◎ 麻姑 .....            | 210        | ◎ 居丧的礼俗 ..... | 230 |
| ◎ 寿山石 .....           | 210        | 11. 祭扫 .....  | 231 |
| <b>第三节 传统丧葬礼俗 ...</b> | <b>211</b> | ◎ 祭扫的由来 ..... | 231 |
| 1. 送终 .....           | 212        | ◎ 七七祭扫 .....  | 231 |
| ◎ 送终的由来 .....         | 212        | ◎ 百日祭扫 .....  | 232 |
|                       |            | ◎ 周年祭 .....   | 232 |
|                       |            | ◎ 两周年祭 .....  | 232 |

|                       |            |
|-----------------------|------------|
| ◎ 禫祭·····             | 232        |
| <b>第四节 其他传统习俗 ···</b> | <b>233</b> |
| 1. 拜礼                 | 233        |
| ◎ 拜礼·····             | 234        |
| ◎ 稽首·····             | 234        |
| ◎ 顿首·····             | 234        |
| 2. 座次                 | 235        |
| ◎ 座次尊卑·····           | 236        |
| ◎ 酒席的座次·····          | 236        |
| 3. 称谓                 | 237        |
| ◎ 谦称·····             | 238        |
| ◎ 敬称·····             | 238        |
| ◎ 讳称·····             | 239        |
| ◎ 日常称谓·····           | 240        |
| ◎ 宗亲称谓·····           | 241        |

## 第六章 传统信仰风俗

### 第一节 择吉习俗 ····· 246

|              |     |
|--------------|-----|
| 1. 阴阳五行      | 246 |
| ◎ 阴阳学说·····  | 246 |
| ◎ 五行学说·····  | 247 |
| 2. 天干地支      | 249 |
| ◎ 干支属性·····  | 249 |
| ◎ 相化·····    | 250 |
| ◎ 六合与三合····· | 250 |
| ◎ 相冲·····    | 251 |
| ◎ 相害·····    | 251 |
| ◎ 相刑·····    | 251 |
| 3. 周易八卦      | 252 |
| ◎ 《周易》·····  | 252 |
| ◎ 八卦·····    | 253 |
| 4. 神煞方位      | 253 |

|             |     |
|-------------|-----|
| ◎ 年神神煞····· | 254 |
| ◎ 月神神煞····· | 254 |
| ◎ 日神神煞····· | 255 |
| ◎ 时神神煞····· | 255 |

### 第二节 求吉辟邪习俗 ··· 256

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 1. 桃木辟邪的传说                | 256 |
| ◎ 桃木的渊源<br>——神荼和郁垒·····   | 256 |
| ◎ 桃木的用法·····              | 257 |
| 2. 中国民间的咒语                | 258 |
| ◎ 咒语的力量·····              | 258 |
| ◎ 急急如律令·····              | 259 |
| 3. 求雨的习俗                  | 260 |
| ◎ 龙王的任务·····              | 260 |
| ◎ 求雨的各种方法·····            | 261 |
| 4. 求子习俗                   | 262 |
| ◎ 拜神求子·····               | 263 |
| ◎ 麒麟送子·····               | 263 |
| ◎ 吃瓜求子·····               | 264 |
| ◎ “拴娃娃”求子·····            | 264 |
| 5. 有关梦的俗信                 | 265 |
| ◎ 梦的预兆·····               | 265 |
| ◎ 圆梦·····                 | 266 |
| 6. 数字上的忌讳                 | 267 |
| ◎ 数字禁忌·····               | 267 |
| ◎ 数字黑话·····               | 268 |
| <b>第三节 神佛信仰 ····· 269</b> |     |
| 1. 观音                     | 269 |
| ◎ 观音信仰的由来·····            | 270 |
| ◎ 观音形象·····               | 271 |
| 2. 财神                     | 272 |
| ◎ 正财神赵公明·····             | 272 |
| ◎ 文财神范蠡·····              | 273 |



|                 |     |                            |            |
|-----------------|-----|----------------------------|------------|
| ◎ 武财神关羽 .....   | 273 | 6. 祭祀城隍神                   | 282        |
| ◎ 五路财神 .....    | 273 | ◎ 城隍神的由来 .....             | 282        |
| ◎ 迎财神 .....     | 274 | ◎ 祭祀城隍传统 .....             | 283        |
| 3. 灶王的传说        | 275 | 7. 祭拜土地神                   | 284        |
| ◎ 灶王的由来 .....   | 275 | ◎ 土地神的由来 .....             | 284        |
| ◎ 灶王的职责 .....   | 276 | ◎ 土地神祭祀 .....              | 285        |
| 4. 雷神           | 277 | 8. 妈祖崇拜                    | 286        |
| ◎ 雷神崇拜 .....    | 277 | ◎ 妈祖的由来 .....              | 286        |
| ◎ 雷公电母 .....    | 278 | ◎ 妈祖崇拜 .....               | 287        |
| 5. 多种多样的门神      | 279 |                            |            |
| ◎ 神荼和郁垒 .....   | 279 | <b>附录</b>                  |            |
| ◎ 门神钟馗 .....    | 280 | <b>2011—2020年择吉历 .....</b> | <b>289</b> |
| ◎ 秦叔宝和尉迟恭 ..... | 281 |                            |            |

# 第一章

## 传统历法



所谓“历法”，是指推算年、月、日的长度和它们之间的关系，制订时间顺序的法则。人类根据太阳、月球及地球运转的周期制定了年、月、日，以及顺应自然变化的春夏秋冬，从而形成了历法。中国是世界上最早发明历法的国家之一，历法的出现对中国经济、文化的发展有重大的影响。

一个民族有一个民族的历法，一个时代有一个时代的历法。无论哪种历法，其主要内容，都是协调历日周期与天文周期的关系。其原则是，历月力求等于朔望月，历年力求等于回归年。但因朔望月和回归年都不是整日数，所以历月就有大月和小月之分，历年就有平年和闰年之分。通过大月和小月、平年和闰年的适当搭配和安排，使平均历月等于朔望月，平均历年等于回归年。

中国古代的历法有三种：阳历、阴历和阴阳合历。阳历也叫太阳历；阴历也叫太阴历、月亮历；阴阳合历。中国许多少数民族也有自己的历法，如藏族有藏历，基本和农历一致，只是干支纪年天干用铁木水火土（加以阴阳区别），地支直接用生肖；西双版纳地区傣族的沙戛历（小傣历）也与农历相似，但以公元639年春分开始纪年，每年第一个月为六月，闰月固定在傣历九月；而傣历一月为立冬月，新年为清明后第7天，即“泼水节”。中国少数民族的历法基本都是以农历为依据制定自己的节日，如苗族四月八，壮族三月三，白族三月节等。

中国传统历法是历经岁月变迁，在实践中创造出来的宝贵文化遗产，它与节气、物候相结合，指示农时，指导农事，深深地影响着人们的生产，也极大地影响着人们的生活，是中国民俗文化中的璀璨明珠。

## 第一节 纪时系统

### 1. 农历

我们在计算日期时，经常在公元几几年几月几日后习惯性地加上一句“农历几月初几”来说明具体的时日。这里的农历就是中国的传统历法，是中国传统文化的代表之一。虽然从辛亥革命以来，中国开始使用世界通用的公历，但是传统农历在我们的生活中依然占据重要地位而且被广泛使用，它的准确巧妙，被中国人视为骄傲。

#### ◎ 农历的起源

农历，即夏历，相传起源于中国夏朝时代，民间也称阴历。农历是一种阴阳合历，一方面以月球绕地球运行一周为一“月”，平均月长度等于“朔望月”，这一点与阴历原则相同；另一方面设置“闰月”以使每年的平均长度尽可能接近回归年，同时设置二十四节气以反映季节的变化特征，兼有阳历的性质。农历把太阳和月亮的运行规则合为一体，是中国古人为了掌握农时，长期观察天文运行、总结农业生产规律的结果，所以中国的农历比纯粹的阴历或阳历更方便、实用。

根据农历，人们可以轻松掌握月相圆缺、潮汐涨落，又可基本掌握四时节气，而且自古流传下来的农谚、生产经验多依农历形成，重要的传统节日，如春节、中秋节、端午节等也是根据农历推算的。因此，农历是不可被公历替代的，将辅助公历，继续沿用下去。

#### ◎ 农历月的天数

农历的月长度是以朔望月为准的，大月30天，小月29天，大月和小月相互

弥补，使历月的平均长度接近朔望月。农历月的平均长度约29天半。农历把月亮黄经和太阳黄经相同的那一天，即朔日，作为月首。农历每月的头一天（初一）必须是朔日，这使得大小月的安排不固定，需要通过严格的观测和计算来确定。因此，农历中连续两个月是大月或小月的事常有发生。在1990年甚至还出现过9，10，11，12连续四个月是大月的罕见特例。

## ◎ “节气”和“中气”

农历按照全年的自然日划分为四季、二十四节气和年节。二十四节气包括：春季的立春、雨水、惊蛰、春分、清明、谷雨；夏季的立夏、小满、芒种、夏至、小暑、大暑；秋季的立秋、处暑、白露、秋分、寒露、霜降；冬季的立冬、小雪、大雪、冬至、小寒、大寒。

什么叫“中气”呢？古代天文学家把二十四节气中排在单数位置的称节气，排在偶数位置的称中气，一年共有12个节气和12个中气，并规定中国农历的12个月份要以12个中气作为标志，即每个月份必须含有一个中气。农历中月份的名称，也是由“中气”来决定的。各月所含中气为：正月雨水、二月春分、三月谷雨，四月小满、五月夏至、六月大暑、七月处暑、八月秋分、九月霜降、十月小雪、十一月冬至、十二月大寒。如遇不含中气的月份，则设置为闰月。

## ◎ 闰月的由来

农历设置闰月是为了解决农历与回归年长度差的问题。农历中大月30天，小月29天，一年12个月共354或355天，比一回归年（365.2422天）少11天左右，积累四年就要少一个多月。这样下去九年后就相差三个月，就会出现农历年初在夏天；十七年后就相差六个月，就会出现农历年初在回归年年尾的逆反现象。如一年设置13个朔望月，则农历年长度比回归年又多出18天多。这样，也会出现天时与历法不合、时序错乱颠倒的现象。为了解决这一问题，古代先民在天文观测的基础上，找出了“闰月”的办法。

由于太阳、月亮运动的复杂性，有时中气并不落在相应的月份，会出现不含中气的月份，农历中把没有中气的那个月设置为闰月，并将以上月命名为闰几月。例如2009年夏至节气出现在6月21日，其后有两个节气小暑（7月7



日)和大暑(7月23日),由于农历五月的下一个月初一为公历6月23日,月末二十九在公历7月21日,所以农历五月的下一个月只有节气小暑,没有中气,因此设置了闰五月。

## ◎ 十九年七闰

农历的置闰规律是“19年7闰”,即在19个农历年中设置7个闰月,如此,19个农历年与19个回归年的长度几乎相同。设置闰月的年份有13个月,全年约384天,这个增加的月便叫“闰月”。虽然不像阳历那样准确,但这种方法置闰可以使农历月份与节气不会相差太远,而其缺点是平年与闰年的天数差别大。

### 民俗小百科

#### 2033年如何置闰

农历以无中气之月为闰月。2033年非常特殊,这一年第8个月,第12个月都没有中气,而2034年的正月也无中气。查看万年历,可以看到,闰月没有设置在第八个月,而设置在了第12个月。这是因为在农历历算中是以冬至所在月为十一月的,上一年的冬至月(农历十一月)和本年的冬至月(农历十一月)决定农历年的长度;2032年农历十一月至2033年农历十一月之间有12个月,所以就不闰七月了。2033年农历十一月和2034年农历十一月之间有13个月,而在2033年冬至后的第一个无中气之月恰好是2033年的第12个月,所以就定为闰十一月了。因为已经闰了十一月就不再闰2034年正月了。

## 2. 月相

“初三初四鹅毛月,初七初八月半圆,十五十六月团圆。”这首儿歌所唱的就是月相的变化。

### ◎ 月相的成因

月亮本身不发光,人在地球上所看到的月光,是太阳光线照到月球,再由



月亮表面反射到地球的反射光。“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺”。作为地球的卫星，月球绕地球旋转，太阳、地球、月球三者的相对位置在一个月中有规律地循环变动着，因此人们看到的月亮的形状也在不断地有规律地变化着，这种月亮形状的变化就叫做月相。

当月亮置于地球和太阳之间时，月亮以背着太阳光的黑暗半球对着地球，人们便看不见月亮了，这时的月相被称为“朔月”，这一天被称为“朔日”，在农历中为“初一”。当地球置于太阳与月亮之间时，人们可以看到一轮圆圆的明月，这时的月相叫望月。从朔月到望月再到朔月，是月相变化的一个周期，其平均长度为29.53天，被称为一个朔望月。农历月份就是依照朔望月设置的。

在中国古代文献中有许多关于朔望月的记载，《诗经·小雅·十月之交》：“十月之交，朔月辛卯。日有食之，亦孔之丑。”郑笺曰：“周之十月，夏之八月也。八月朔日，日月交会而日食。”《礼记·玉藻》说：“朔月少牢，五俎四簋。”清代王引之《经义述闻·通说上》以为“朔日不谓之吉日”，“一月之始谓之朔日，或谓朔月”。

## ☉ 月相种类

天文学中的月相是以日月黄经差度数来推算的，共划分为以下八种：

**朔月：**农历初一日，即朔日，日月黄经差度为0度；

**娥眉月：**约农历初二到初七，日月黄经差度为0~90度；

**上弦月：**农历初八前后，日月黄经差度为90度；

**渐盈凸月：**约农历初九到十四，日月黄经差度为90~180度；

**望月：**望日，农历十五或十六，日月黄经差度为180度；

**渐亏凸月：**约农历十六到二十三，日月黄经差度为180~270度；

**下弦月：**农历二十三，日月黄经差度为270度；

**残月：**约农历二十四到月末，日月黄经差度为270~360度；

**晦日：**农历月最后一天称为晦日。

