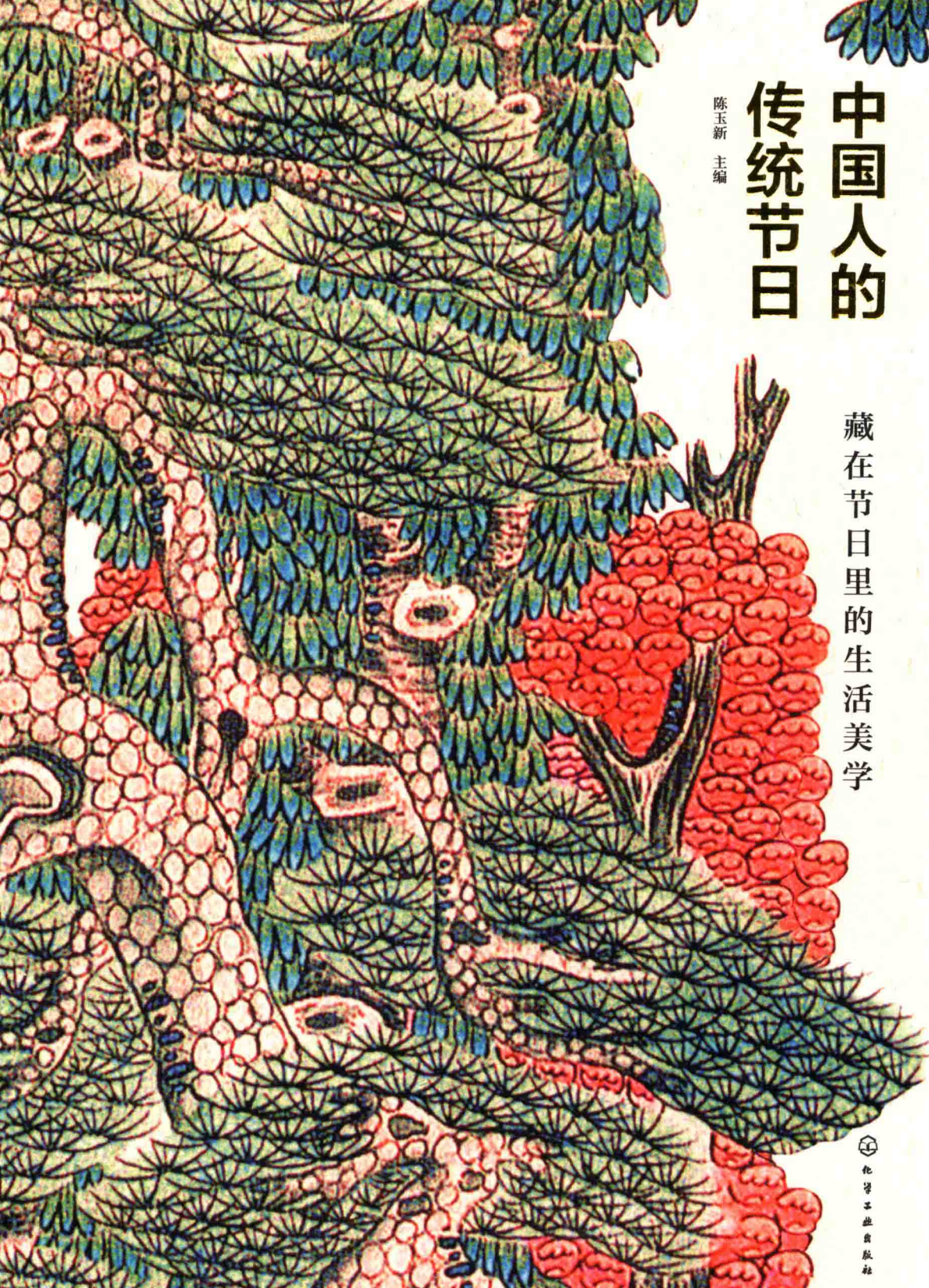


# 中国人的

# 传统节日

陈玉新  
主编

藏在节日里的生活美学



岁时是古代中国人对时间的感受  
以及对时间进行切分操作的人文标记



上架建议：大众社科 | 文化

ISBN 978-7-122-34785-5



9 787122 347855 >

定价：59.80 元





# 中国人的 传统节日

陈玉新 主编

 化学工业出版社  
·北京·



图书在版编目(CIP)数据

中国人的传统节日 / 陈玉新主编. — 北京: 化学工业出版社, 2019.9 (2020.1 重印)  
ISBN 978-7-122-34785-5

I. ①中… II. ①陈… III. ①节日 - 风俗习惯 - 中国 - 通俗读物 IV. ①K892.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 133633 号

责任编辑: 温建斌 龚风光  
责任校对: 张雨彤

装帧设计: 今亮后声 HOPESOUND  
pinkoyu@163.com

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: 中煤 (北京) 印务有限公司  
710mm×1000mm 1/16 印张 15 字数 201 千字 2020 年 1 月北京第 1 版第 2 次印刷

购书咨询: 010-64518888 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: 59.80 元

版权所有 违者必究

## 本书简介

中国传统节日，凝结着中华民族的民族精神和民族情感，承载着中华民族的文化血脉和思想精华，是炎黄子孙心中永远不能忘怀的极其鲜明的文化符号和文化记忆。本书根据岁时节令变化，选取十六个传统节日，分别介绍源流演变、传统习俗、故事传说、历史典故、诗词文化等内容，图文并茂，通俗易懂，既注重知识性，又注重趣味性，是一本有关传统节日知识的国民读本。

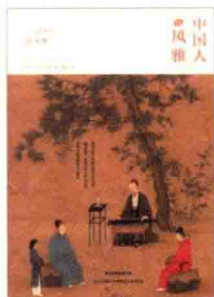
## 作者简介

陈玉新，河北人，文学学士，畅销书作家，国学网站编辑，长期致力于中国古典文化精粹研究以及国学文化普及。自中文专业毕业后专职从事国学研究和写作，对中华传统文化、中国文学、唐宋诗词等都有深入研究。

## 编委会

主任 陈玉新  
编委 宋广斌 刘 帅 王文君 黄倩影 陈昱伯  
王 会 李 涵 程瑞鹏 康英杰 朱玉雪

延伸阅读



出品:



责任编辑: 温建斌 龚风光

责任校对: 张雨彤

装帧设计: 今亮后声 HOPESOUND  
markoyg@163.com

投稿邮箱: markculture@126.com

投稿热线: 010-64519493

新浪微博: @麦客文化



## 前言

中国是个有着悠久历史和灿烂文化的文明古国，有着深厚的文化底蕴。农耕文化、游牧文化和海洋文化在中国历史发展过程中相互碰撞、相互融合，使中华民族形成了丰富的节日文化。

中国传统节日历经数千年的演变，即便朝代更迭，却依旧得以延续。其所记录的是古人丰富多彩的社会生活，同时承载着他们的精神世界。其所蕴含的原始信仰、祭祀文化、天文、地理、历法等人文与自然知识，是中华民族智慧的结晶。

在古代农业社会，农作物的播种、培育、生长、成熟，都依赖阳光、雨水等气候条件。靠天吃饭的人们，对物候、



天象的变化自然就有着高度的自觉性和敏感性。在不断的总结 and 实践中，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二十四节气。人们根据二十四节气的岁时变化，逐渐形成了中国特色的岁时节令民俗。岁时节日，大多依傍着自然节气，比如清明节和冬至节等。不过传统节日的形成还与宗教崇拜、神话传奇、迷信禁忌、人物纪念等社会风俗和历史文化有关。大部分节日在先秦时期出现，秦汉至南北朝时期基本成型，唐宋元明清时期继承发展，并一直延续至今。

中国传统节日是中华文化的重要载体，代表着中华文化的特质和精神。传统节日作为载体，寄托着关于民族情感最温情的呵护与敬意。不同地域、不同年龄、不同社会身份的人们，在庆祝相同传统节日的过程中，实现了关于民族情感、人文情怀的殊途同归。但今天的中国人，尤其是年轻人，热衷于过“洋节”，如圣诞节、情人节等外国节日在中国升温。我国的传统节日面临着有些尴尬的局面：关于传统节日的记

忆正趋向苍白、关于传统节日的细节正在淡去，甚至有些传统节日沦为“放假”的代名词。尽管传统节日有着丰富的文化内涵，却被人们日益淡忘，有识之士甚至发出“抢救传统节日”的呼声。

纪念传统节日，对于弘扬中华文化以及蕴含其中的民族精神，具有多方面的积极意义。由此，我们编写了本书，意在弘扬中华传统文化，唤起同宗同源的民族情，增强文化同根性的亲和力，让更多的年轻人认识和回归传统节日，体会中华民族特有的生活方式和文化取向。中华民族传统节日五彩缤纷，包含了各少数民族异彩纷呈的民族节日，限于篇幅，我们仅选取了十六个有代表性和文化社会意义的传统节日，分别介绍节日名称、源流演变、传统习俗、故事传说、历史典故、诗词文化等内容。

我国地域辽阔，南北跨纬度大，“百里不同风，千里不同俗。”传统节日在各地的内容和形式可能会有不同，本书较难全面兼顾，还请广大读者体谅。



目

录

春节

| 001

龙抬头

| 033

上巳

| 061

天贶

| 107

端午

| 091

元宵

| 017

花朝

| 045

清明

| 077



· 源流演变 ·

· 传统习俗 ·



七夕

|  
119



中元

|  
133



重阳

|  
159



腊八

|  
189



除夕

|  
213



冬至

|  
177



祭灶

|  
201



中秋

|  
147



# 春節



元 日

[宋] 王安石

爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏。  
千门万户曈曈日，总把新桃换旧符。



春节，中国农历正月初一，又叫“阴历年”“元日”，中国人俗称“过年”“新年”，是中华民族最重视的一个传统节日，也是中国所有节日中最隆重、最热烈，庆祝时间最长的节日。春节的到来，意味着草木凋零的寒冬即将过去，万物复苏的春天即将到来。其实，中国历史上的春节并不指岁首，而是立春之节，特指二十四节气中的立春。农历岁首和四时节序基本同步，立春与岁首前后相差不了几天，人们在庆贺新年的同时喜迎新春。

什么是“年”？在甲骨文中，“年”的写法为上面一个“禾”字，下面一个“人”字，用一人背负着成熟的禾的形象，表示庄稼成熟，即“年成”。《说文解字·禾部》称：“年，谷熟也。”《尔雅》亦有“年者，取禾一熟也”的说法。用谷物的成熟，来表达时间的概念，由此可见我们的文化中始终蕴含着农耕文明的气息。春节，即新年，为一年的开始。

春节一般是指一年当中的第一天，但民间传统意义上的春节是从腊月初八的腊祭或腊月二十三、二十四的祭灶开始，一直到正月十五，以除夕和初一为高潮。年前驱邪除秽，岁后迎新纳福，如祭祀神佛、祭奠祖先、除旧布新、迎禧接福、祈求丰年等。

## 源流演变

相传帝舜继承天子时，带领人们祭拜天地，于是人们便把帝舜继位的那天定为新年的第一天，叫作岁首，这就是夏历的新年。不过在历史的演变过程中，夏历的新年在不同时期有着不同的名称。

先秦时期被称为上日、元日、改岁、献岁等；两汉时期叫三朝、岁旦、正旦、正日等；到了魏晋南北朝时又称元辰、元日、元首、岁朝等；唐宋元明时又称为元旦、元、岁日、新正、新元等；到了清代，一直叫元旦或者元日。直到1914年，袁世凯批准阴历正月初一为“春节”，阳历年首为“元旦”。1949年，中国人民政治协商会议通过了使用“公历纪年法”，将公历的1月1日定为“元旦”，将农历正月初一定为“春节”，并规定春节假期，让人们热烈地庆祝农历新年。

在古代对春节的诸多称谓中“元旦”最普遍，时间也最长。“元”之本意为“头”，后引申为“开始”。《说文解字》中对“旦”的解释为：“从日见一上，一，地也。”表示太阳刚刚从地平线上升起，意为早晨。因为它代表了一年的第一个早晨，正月的第一个早晨，所以称为“元旦”或“正旦”。

不过，那时候，新年的具体日期是不断变动的，夏朝定在一月初一，商朝改成了十二月初一，周朝又改为十一月





初一，到了秦朝又把新年提前到了十月初一。直到公元前104年（太初元年），汉武帝接受司马迁等人的建议，开始使用《太初历》，恢复了夏历（即农历），明确规定正月初一为岁首，并把二十四节气定入立法。虽然后来的朝代对历法有过修改，但大多依据《太初历》，仍然以孟春正月为岁首，正月初一为新年的第一天。

到了先秦时期，开始有了新年习俗的萌芽，不过那时的庆祝活动主要是在一年农事结束后，为报答神灵的恩赐而举行的“腊祭”（祭先祖）、“蜡（zhà）祭”（祭百神）活动。《诗经·豳风·七月》中记载了西周时期，新旧岁月交替之时人们酿酒宰羊的欢聚场景，“九月肃霜，十月涤场。朋酒斯飧，曰杀羔羊。跻彼公堂，称彼兕觥，万寿无疆！”意思是人们将美酒和羔羊奉献给诸神，来表达对神的感谢。不过那时的庆祝活动，因为各诸侯国采用的历法不同所以没有统一的日期，大概在冬天农闲之时，这是新年习俗的雏形。

后来社会一直动荡不安，百姓经历了四分五裂的局面也苦不堪言，虽然秦朝统一了中国，但是徭役赋税极其苛刻，民不聊生，直到西汉初期开始推行“休养生息”的政策后，社会生产开始慢慢恢复和发展起来，人们的生活情趣开始高涨，形成了一系列的节日习俗。后来《太初历》开始推行后，正月初一作为新年的日期被正式确立下来，于是原来各地区不同的酬神、祭祀和庆祝活动开始逐渐统一到正月初一这一天进行。

随着社会的不断发展，过新年的习俗越来越多。汉朝时，祭祖是春节的重要活动。东汉崔寔在《四民月令》中写道：“正月之朔，是谓正旦，躬率妻孥，洁祀祖祢。”

魏晋时，开始有了除夕守岁的习俗。晋朝周处在《风土记》中记载：除夕之夜，各相与赠送，称“馈岁”；酒食相邀，称“别岁”；长幼聚饮，祝颂完备，称“分岁”；大家终夜不眠，以待天明，称“守岁”。这习俗一直沿袭至今。同时在《风土记》中还记载了，在除夕之夜燃放爆竹以“辟邪驱鬼”（即“年”这种猛兽）的传说。



# 萬福集新春

新年习俗在唐朝发生了裂变。唐朝是思想文化繁荣的时期，那时内外文化交流很频繁，于是新年习俗从过去的祈祷、迷信的神秘气氛，开始向娱乐、礼仪方向转变。过去过年的爆竹不再用来驱鬼，而成为欢乐、喜庆的方式；之前庆祝新年的重点也由祭祀神灵转向了娱人。唐代人们除登门拜年，还发明一种“拜年帖”。唐太宗李世民用赤金箔做成贺卡，御书“普天同庆”，赐予大臣。很快这个形式开始在民间普及，大家改为梅花笺纸，相互写“拜年贴”，当时这种“拜年帖”被称为“飞帖”。可以说从唐代开始，新年才成为普天同庆的“良辰佳节”。

到了宋代，人们在过年时开始吃饺子，宋朝称饺子为“角子”。宋朝吴自牧在《梦粱录·宰执亲王南班百官入内上寿赐宴》中记载：“凡御宴至第三盞，方进下酒咸豉，双下驼峰角子。”宋代已经开始用纸包火药做成爆竹，除夕、春节放爆竹的习俗逐渐盛行起来。《东京梦华录》中记载：“是夜禁中爆竹山呼，声闻于外。”

到了明朝，又开始盛行接灶神、贴门神、除夕守岁、十五赏灯会等活动。清朝对过年是非常重视的，宫廷里那天极尽奢华，皇帝写福字赐给群臣，过年一直延续到元宵佳节才算结束，猜灯谜是极为流行的取乐方式。

明清时期的新年习俗跟之前的又有所不同，礼仪性和应酬性加强。人们在新年里相互拜谒，达