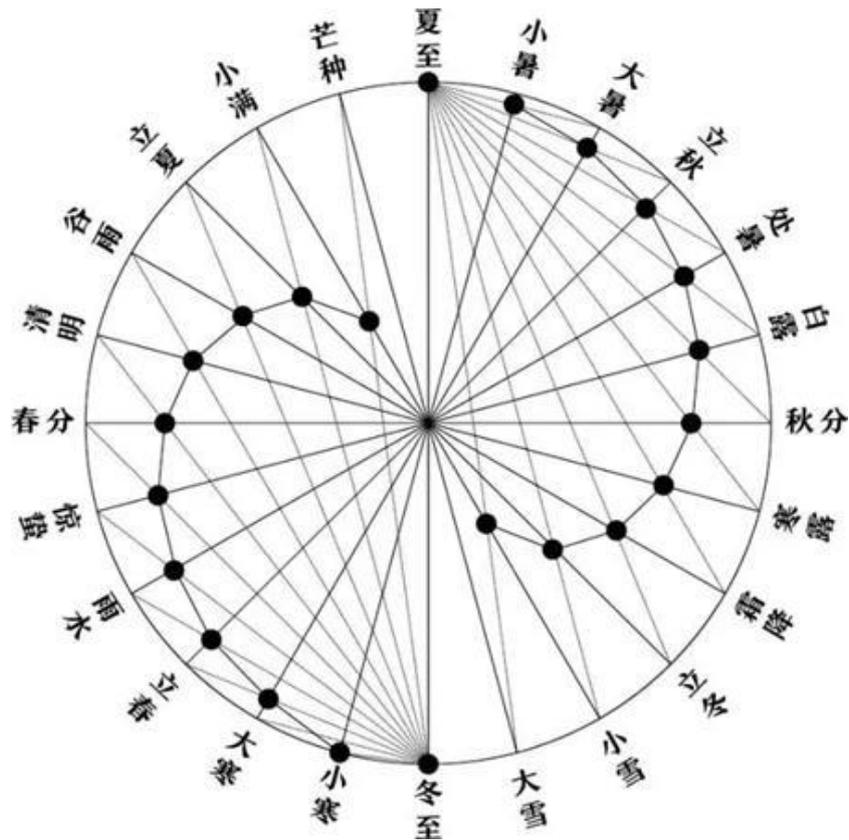


二十四节气：光阴的习俗与故事

“二十四节气——中国人通过观察太阳周年运动而形成的时间知识体系及其实践”已被正式列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。

自今日起，节庆君将以王加华教授所著《二十四节气：光阴的习俗与故事》为蓝本，推出 6 期二十四节气专题。我们将从节气的由来及其历法性质、节气的功用、节气与节日的关系、丰富多彩的节气活动与饮食习俗、节气故事与传说、诗词中的二十四节气等 6 个方面，与大家分享节气知识。



【 独特的历法纪时体系 】

“二十四节气”是中国人通过观察太阳周年运动，认知一年中时令、气候、物候等方面变化规律所形成的知识体系和社会实践。中国人将太阳周年运动轨迹划分为 24 等份，每一等份为一个“节气”，统称“二十四节气”。具体包括：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。



立春



立夏



立秋



立冬

“立”是“开始”的意思，中国传统观念以农历正、二、三月为春季，四、五、六月为夏季，七、八、九月为秋季，十、十一、十二月为冬季。反映在二十四节气上，则以四立作为四季的开始，即立春到立夏为春季，立夏到立秋为夏季，立秋到立冬为秋季，立冬到立春为春季。



雨水

表示天气回暖，降水量将逐渐增多；在降水形式上，雪渐少了，雨渐多了。



春分

表示昼夜平分，又恰巧位于春季的中间。



清 明

天气晴朗，草木返青，处处清洁明净。



谷 雨

雨量开始增加，雨水滋润大地，五谷得以生长，取“雨生百谷”之意。



小 满

麦类等夏熟作物开始结实，但籽粒尚未饱满。



芒种

大麦、小麦等有芒作物开始成熟、收割，又值水稻等夏播作物栽种季节，农事繁忙，故又称“忙种”。



夏至

表示炎热的夏天到来了。



小 暑

天气已热，但还未到最热的时候。



惊蛰

表示天气转暖，春雷开始震响，蛰伏在泥土里的各种冬眠动物即将苏醒过来。



大 暑

一年之中天气最热的时候。



处 暑

处为“终止”之意，表示炎热的暑天就要结束了。



白露

天气开始逐渐转凉，温度降低，夜间开始有露珠凝结。



秋分

表示昼夜平分，又恰巧位于秋季的中间。



寒露

气温更低，露水更多，有时成冻露，故曰寒露。



霜 降

天气转冷，开始出现霜冻。



小雪

气温下降，开始降雪，但还不到大雪纷飞的时候。



大雪

气温进一步降低，地面开始有积雪。



冬至

表示寒冷的冬天到来了。



小寒

天气寒冷，但还未到最冷的时候。



大寒

天气冷到了极点，是一年中最冷的时候。

【 节气的确立 】

二十四节气最早起源于我国黄河流域，是人们长期对天文、气象、物候进行观察、探索与总结的结果，是中国劳动人民独创的文化遗产，已有非常悠久的历史。

早在春秋时期，中国古代先贤就已测定出春分、秋分、夏至、冬至这四个节气。到战国时期，《吕氏春秋》中已记载立春、春分、立夏、夏至、立秋、秋分、立冬、冬至这八个节气。这样，“四立”加上“两至”“两分”，恰好把一年分为了八个基本相等的时段，四季的时间范围便大体定了下来。到了秦汉时期，黄河中下游地区的人们根据本区域历年的气候、物候以及农业生产活动的规律和特征，先后补充、确立了其余的十六个节气，于是二十四节气最终确立下来。公元前104年，《太初历》颁布，正式把二十四节气定于历法，明确了二十四节气的历法地位，其后经过三国、两晋与唐、宋、元、明、清各代，二十四节气都被作为一种历法制度而延续下来。直到今天，二十四节气仍在我们的日常生活中发挥着重要的作用。

受中国文化的影响，在同属东亚文化圈的日本、韩国、朝鲜等国，历史上也有二十四节气存在。如在日本，至今仍在使用二十四节气。只是，作为一种由中国传入的历法体系，二十四节气在这些国家的影响力远没有在我国这样深远。

【七十二候】

秦汉时期，二十四节气最终确立，在其后的历史发展过程中，二十四节气就如同—颗欣然生长的大树—般，不断“枝蔓丛生”，七十二候、三伏、九九等相关说法纷纷诞生，使其内容不断得以补充与发展，最终定型为我们今天的二十四节气历法系统。



确切说，七十二候是一个历法术语。在中国传统历法中，五天算作—候，—年三百六十五天(平年)共七十三候，后来为了与二十四节气相对应，规定三候为—节(气)，—年七十二候。七十二候，每一候都有相应的物候现象，称为“候应”。

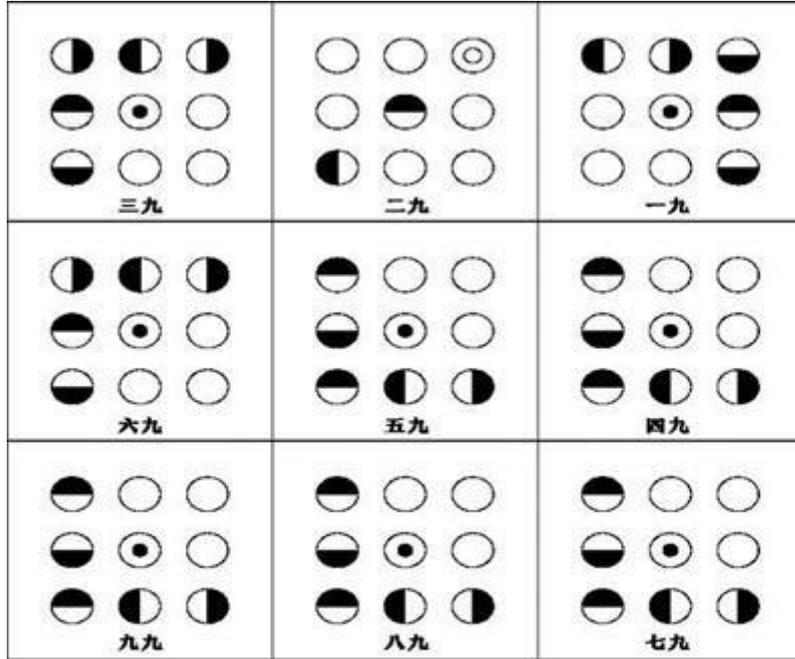
需要特别交代的是，七十二候并非是对—年之中物候现象的准确反映，并且具有强烈的地域性和年度性差异。另外，有些“候应”也并非真实的物候现象，并不符合科学;还有些“候应”字玄奥难解，所以中华人民共和国成立后，就不再使用了。

【三伏】

三伏处于小暑与立秋节气之间，即阳历的七月中下旬至八月上旬。“伏”即“伏邪”，是所谓“六邪”(风、寒、暑、湿、燥、火)中的暑邪。因此，三伏天即—年之中最热的一段时间，气温高又潮湿、闷热。每年入伏的时间并不固定，中伏的长短也不尽相同。

【 九九 】

九九又分冬九九与夏九九。冬九九，就是一年中从较冷到最冷又到回暖的那些日子。将这些时日按九天分为一段，共分九段，共计八十一天。



九九消寒图

- | | |
|-----|---------|
| 上点晴 | 雪中间 |
| 下点阴 | 若遇雾天无需记 |
| 左风 | 圈内套圈半阴晴 |
| 右雨 | |

中国传统历法用“九九”来计算冬季时令，冬至为“九九”的第一天，每九天为一个“九”，第一个九天叫“一九”，后面以此类推。过完九九八十一天，冬季结束，春天开始。一般来说，三九是一年中最冷的一段时间，民间俗语说“热在三伏，冷在三九”，就是这个道理。对于九九期间的气候变化，中国各地都流传有相关的歌谣谚语，即“九九歌”。如华北《九九歌》：

【九九歌】

一九二九不出手，
三九四九冰上走，
五九六九沿河看柳，
七九河开，
八九雁来，
九九加一九，
耕牛遍地走。

夏九九是计算夏季时令的一种方法，以夏至日为起点，每九天为一九，共九九八十一天，其中以三九为一年中最热的一段时间。民间也流传有夏至九九歌，只是与冬九九相比，夏九九的流传范围并不那么广泛。如宋代《夏日九九歌》：

【夏日九九歌】

一九二九，扇子不离手；
三九二十七，吃茶如蜜汁；
四九三十六，争向街头宿；
五九四十五，树头秋叶舞；
六九五十四，乘凉不入寺。
七九六十三，入眠寻被单；
八九七十二，被单添夹被；
九九八十一，家家打炭壑。

【阳历历法】

迄今为止，世界上主要有三种历法，即阳历、阴历与阴阳合历。

大部分中国人都认为二十七节气是阴历吧？然而事实并非如此。民俗学者告诉我们，二十四节气是以地球绕太阳的公转周期为基础而创造出来的，因此，它是完全的阳历性质！