人民日报海外版

2026年9月23日 星期三

责编：郑 娜 邮箱：zhengnahwb@126.com

秋实盈野 岁稳年丰

本报记者 **黄敬惟**

当太阳抵达黄经180度，人间便迎来了秋分节气。秋分是秋季的第四个节气，从这一天起，白日渐短、夜色渐长，凉风习习、秋意渐浓，天地万物从蓬勃生长走向沉静收敛。

“算”出来的秋分

秋分的“分”，首先体现在天文上。

“阴阳相半也，故昼夜均而寒暑平。”汉代典籍《春秋繁露》中对秋分有这样的描述。这一天，太阳几乎直射地球赤道，全球大部分地区昼夜等长，各十二小时。

《月令七十二候集解》载：“分者半也，此当九十日之半，故谓之分。”“分”既是昼夜之分，也是寒暑之分，更是秋季九十天的中分点。

秋分是最早被先民精确测定、进入中国人时间观念的节点之一。据《尚书》记载，尧曾命羲仲、羲叔、和仲、和叔分赴四方，观测日月星辰的运行规律制定历法，其中提到的“日中、日永、宵中、日短”，即是春分、夏至、秋分、冬至。

秋分的“分”，是古人经过严谨观测得出的结论。

中国古人使用圭表观测日影，总结日影长短的变化规律。冬至日影最长，夏至最短，而春分、秋分则恰好处于最长与最短之间，把一年分为四个基本相等的时段。而后人们又在此基础上，推算出立春、立夏、立秋、立冬以及其他节气的时间，确定历法，指导生产生活。

秋分之“分”，还展现着中国人对天地秩序的理解。

“日出于东，月生于西，阴阳长短，终始相巡，以致天下之和。”《礼记》中的这段话展现了中国古人对于日月、阴阳等概念的理解。日月代表着阴阳两极，两者和谐是万物蓬勃生长的保证。

“雷始收声”“蛰虫坯户”“水始涸”，这是古人所总结的秋分三候。在古人眼中，秋分恰好是阴阳二气此消彼长的均衡点。秋分后阴气转旺，所以天空中不再出现“阳气盛而发声”的雷鸣；天气变冷，蛰居的小虫藏入洞穴中并用细土封住洞口；降雨减少，沼泽和水洼水量渐枯……物候的递变，正是阴阳消长在自然界的呈现。

“忙”出来的秋分

“白露早，寒露迟，秋分种麦正当时”。秋分时节，中国大部分地区进入秋收、秋耕、秋种的关键时期。

此时，华北地区开始播种冬小麦，长江流域及南部广大地区忙着收割晚稻、抢晴秋翻，准备油菜播种。放眼望去，金黄的田野上稻浪翻滚，人们在田间地头忙碌，满载丰收的喜悦，也为来年的耕种撒下种子。

“秋分无生田，家家动刀镰”“秋分有雨来年丰”……各地关于秋分的农谚数量颇多，至今仍在口耳相传。这些农谚记录着秋分时节的忙碌，更记叙着数千年来中华大地上人们与脚下土地的无数故事。

秋分与丰收的关联，深植于中国的礼俗传统。古人认为春天五谷生长、秋天作物丰收，都是土地神灵护佑的功劳，因此在秋收之后要酬谢土地神，正所谓“春祈秋报”。庆祝丰收的“秋社”日也设在秋分前后。

在社日，古人有着诸多丰富热烈的活动内容。唐诗《社日》写道：“鹅湖山下稻粱肥，豚栅鸡栖对掩扉。桑柘影斜春社散，家家扶得醉人归。”宋人孟元老在《东京梦华录》中记载秋社盛况：各家制作食材丰富的社饭，探亲访友并以社糕、社酒相互馈送，晚上大家都带着丰盛的食物满载而归……

这一古老传统在当代得到了延续与升华。2018年起，每年农历秋分被设立为“中国农民丰收节”。这是一个在国家层面专门为农民设立的节日，是亿万农民庆祝丰收、享受丰收的节日，更是五谷丰登、国泰民安的生动体现。

从秋社到丰收节，跨越千年时序流转，虽然节日的名称变了，但中国人对土地的感恩、对丰收的期盼，从未改变。

“过”出来的秋分

除了精准划分的天文时刻、繁忙辛劳的农事节点，秋分更活在众多有滋有味的习俗里。

古有“春祭日，秋祭月”之说。在古代，帝王有在秋分之时祭月的传统，民间也有拜月习俗。北京的月坛，原名“夕月坛”，在明代时是供天子于秋分夜晚祭祀月神所用。不过由于这一天在农历八月里的日子每年不同，不一定都有圆月，人们便把祭月、赏月习俗移到了八月十五。

送秋牛是一种秋分特有的民俗。秋分之时，人们在红纸或黄纸上印上全年农历节气和农夫耕田等图样，名曰“秋牛图”。送图时，送图者还要说上一些关于秋耕等内容的吉祥话，句句押韵动听。这一习俗也被称为“说秋”，说秋人则叫“秋官”。

秋分时节，另一个有趣的民俗是“吃秋菜”。所谓秋菜，就是野苋菜，有的人家会将野苋菜与鱼片一起做成“秋汤”，认为食用后有益于身体健康。一些地方还有吃汤圆的习俗。煮好的汤圆除了自己家人吃，还要留一部分插在田埂上给鸟吃，名曰“粘雀子嘴”，意思是希望鸟儿去吃汤圆，不要破坏庄稼。

秋分前后还是放风筝的好时候。此时秋高气爽，风力平稳，很适合放风筝。当形态各异的风筝飞向蓝天，人们也借此亲近自然、庆祝丰收，在澄澈的碧空下品味美好畅快的秋日时光。

从圭表上伸长又缩短的日影，到被镰刀和犁铧忙出来的农时，再到喷香的社饭、鲜美的秋汤，秋分里有划分天文历法的不断求索，更有人间烟火的温暖与从容。

昼夜均分，秋色正浓。在渐凉的秋风里，我们收藏好丰收的喜悦，怀揣播种的希望，与万物一道，走向沉静丰盈的岁月深处。秋已过半，美好正当时。



秋分时节，五谷丰登，瓜果飘香。中国农民丰收节也设在秋分日这一天。在江西婺源篁岭等村庄，从祖辈起就在屋顶晾晒农作物。如今，色彩鲜艳的晒盘与古村白墙黛瓦的景致相映成趣，婺源晒秋习俗也被列入江西省级非遗名录。

■节气趣谈

秋分为何送“秋牛”？

康嘉木

秋分时节，稻谷飘香，瓜果渐熟。在江苏苏州等地，秋分时有“说秋”、送“秋牛”等习俗。

秋牛并非活牛，而是一张图。秋牛图不只是装饰画，更是古时的“农事历”，将二十四节气、农时节律等绘于纸上，送到千家万户。送图人即兴说唱，故称“说秋”，以通俗韵文传递农耕智慧，既是时令提醒，也是丰收祝福。这一习俗把节气、耕作与民间口头文学融为一体，体现中国人顺时而作、感恩土地的农耕文明传统。

薄薄一张纸，为何要以“牛”为名？

在传统农业中，耕牛承担耕地、整田、运输等繁重劳作，是农家的重要帮手。春耕时，牛拉犁破土；秋收之后，翻地备播仍少不了它。秋牛图把耕牛与农夫画在一起，呈现的是人、土地与农时之间紧密联系，寄托着人们对五谷丰登的期盼。

秋牛图上的节气信息，与当时的生产生活直接相连。二十四节气以太阳周年运动为依据，长期用于指导传统农业生产。秋分前后，南方部分稻区通常进入收获期，北方的玉米、大豆等秋粮陆续收割，冬小麦也到了准备播种的节点。秋牛图提醒人们把握播种时机。

一边是印在纸上的节气，一边是说秋人口中的农事。图画让岁时秩序变得可见，把“不误农时”的提醒送到田间地头。送图者通常能言善唱，到了不同人家，即景说上一段合辙押韵的吉祥话；主人听得高兴，也会有所酬谢。因此，送“秋牛”，送的也是乡邻交往的情谊。

如今，秋分与丰收又有了新的联系。自2018年起，我国将每年农历秋分设立为“中国农民丰收节”，躬耕田野的农民成为节日的主角。放眼今日田野，现代农业科技与古老农耕智慧交相辉映。无人机巡田、智能灌溉与传统节气歌谣共生共荣，农民不再只是“面朝黄土背朝天”的耕耘者，更是科技兴农的实践者、丰收文化的传承者。在各地丰收节的庆祝活动中，晒收成、赛农技、展民俗，热闹非凡，既唤醒了乡愁记忆，也凝聚了乡村全面振兴的精气神。

从说秋、送“秋牛”的古老节俗到丰收节的今时庆典，秋分不仅是对一年辛勤的犒赏，更是对农业应时而生、生生不息的礼赞。当丰收的锣鼓在秋分日敲响，我们看到的是一个民族与土地最深情的对话、一种文化在时序更迭中焕发的永恒生机。

风物岁时记

统 筹：李 舫 张意轩
策 划：曹 磊 王 威 朱金宜 钟金叶 白 冰
插画绘制：王云飞 谢叶青 李超颖 刘 璐
版式设计：谢叶青