

字载匠心
惊艳时光的中国智慧

二十四节气

这本『时间之书』藏着中国人的智慧

本报记者 赖睿



二十四节气

中国人通过观察太阳周年运动总结形成，西汉已有完整名称及顺序，是天人合一思想的鲜活实践，被列入联合国教科文组织非遗名录。

追日问天的智慧结晶

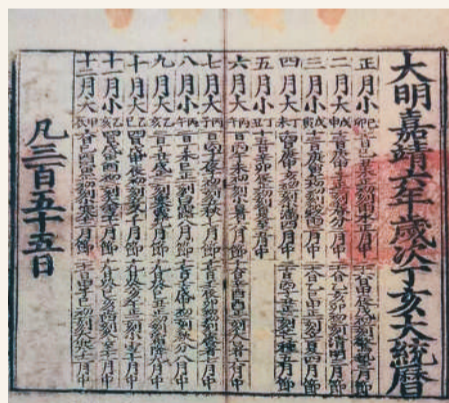
“春雨惊春清谷天，夏满芒夏暑相连。秋处露秋寒霜降，冬雪雪冬小大寒。”这首入选小学语文教材的《二十四节气歌》，以简练的文字串联起时序更替，让孩童自小便熟记四季流转的韵律。那么，二十四节气是怎样诞生的呢？

二十四节气是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，凝聚着古代先民追日问天的智慧结晶。

二十四节气的起源非常古老，与古代农业的产生与发展密切相关。从考古成果看，距今约7500—9000年的河南舞阳贾湖遗址出土了骨笛等器物，保留着一些天文遗迹，表明当时的先民已通过观测星象来判断季节更替。

在长期实践中，中国先民发现日影长短与寒暑变化息息相关，进而衍生出圭表测影法，以日影长短测定节气。山西陶寺遗址出土一件黑、绿、红三色相间的漆木杆，是目前考古发现最早的圭表仪器实物，距今约4200年。

最迟在春秋时代，人们已经开始采用正午时圭表测影的方法来确定冬至、夏至、计算春分和秋分。《尚书·尧典》中记载了日中、日永、宵中、日短四个节气，分别对应春



明嘉靖六年岁次丁亥大统历记载二十四节气书影。 资料图片



清·玉牛童 天津博物馆藏

分、夏至、秋分、冬至。
“秦汉时期是二十四节气定型的重要阶段。”二十四节气保护传承联盟秘书长唐志强介绍，“西汉初年的《淮南子》首次记录了二十四节气的完整名称与顺序。公元前104年，汉武帝颁布《太初历》，正式将二十四节气纳入历法，指导全国的生产生活实践。”

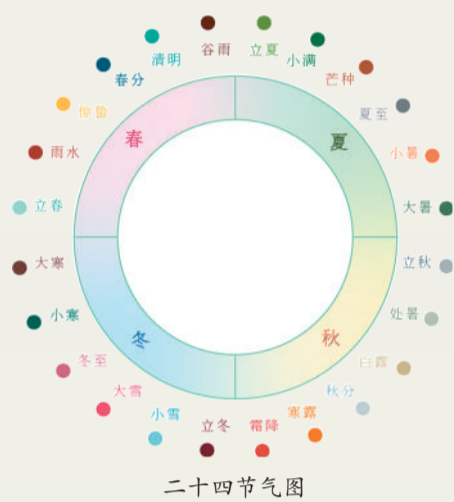
在中国古代，人们最初认为二十四节气是均匀分布的，通过圭表测影得到回归年长度后，将其等分为24份，每一个节点为一个节气。这就是划分节气的“平气法”。“中国古代长期沿用‘平气法’。自清代以来，采用按黄道平均的‘定气法’，即以春分点为0度，太阳在黄道上的位置每移动15度为一个节气，一直沿用至今。”唐志强表示，由于地球的公转轨道为椭圆且公转速度不均匀，夏

季部分节气可能接近16天，冬季有的节气不足15天。

天人合一的鲜活实践

在国际气象界，二十四节气被称为“中国第五大发明”。这不仅因为二十四节气具有科学的天文知识，还在于它将天文、物候、农事、民俗有机融合，构建起一套“天、地、人”一体的文化与实践体系，是中国天人合一思想的鲜活实践，深深地影响着千家万户的生活节奏与价值理念。

如果说天文学作为二十四节气的科学基础，为人们提供了时空坐标，那么二十四节气的物候，则是自然万物在这个时空



二十四节气图

坐标中呈现出的鲜活生命律动。二十四节气有七十二候，每五日为一候，三候为一气，每一候都对应着体现时令的自然现象。例如，立春三候为“一候东风解冻，二候蛰虫始振，三候鱼陟负冰”，生动记录了大地回暖、万物复苏的细微变化。

《孟子》云：“不违农时，谷不可胜食也。”二十四节气是中国古代农民开展农事安排最为重要的参照。“清明前后，种瓜点豆”“芒种忙，忙着种”这些流传甚广的农谚，正是这套知识体系在民间具体而鲜活的体现。

二十四节气强调人类生产生活要顺应自然节律，与万物和谐共生。这种思想融入国家治理与民间生活的各个方面。《周礼·春官·大司乐》记载：“冬至，于地上之礼圜奏之……”描述了冬至祭天大典的礼仪。可见在当时，冬至并非普通节气，也是国家祭祀的日子。古代政权通过国家祭典活动，表达对自然的敬畏与感恩，并以此巩固社会秩序与文化认同。

许多围绕二十四节气形成的民间习俗，构成了中国人丰富的传统文化记忆。比如立春“鞭春牛”，体现出对粮食满囤的期盼；清明时节扫墓祭祖，承载着慎终追远的孝道文化。在饮食和养生方面，二十四节气还造就了因时而食、因应自然的生活理念。

四季更迭同样激发了文人墨客的创作灵感，众多千古佳作皆与时令相关。“微雨众卉新，一雷惊蛰始”“清明时节雨纷纷”的隽永诗意，《二十四番花信风图》的清俊雅致，早已镌刻在中国人心中，激起长久的情感涟漪。

超越时空的生命力

2022年2月4日，北京冬奥会开幕恰逢立春，以二十四节气为背景的倒计时画面徐徐铺展，惊艳世界。

其实早在古代，二十四节气就已传播到越南、朝鲜、日本等国家，深深影响着当地的生产和生活。

19世纪，英国气象学家约翰·格里菲斯曾提议英国采用二十四节气，认为其科



清·张若霭《墨妙珠林》(卯)册中的夏至 台北故宫博物院藏



清·董诰《二十四番花信风图》(部分) 台北故宫博物院藏

学性和实用性优于西方仅用二分二至的传统。1988年，马来西亚华人陈徽崇和陈再藩融合中国二十四节气与广东狮鼓艺术，创立二十四节令鼓。2009年，马来西亚将二十四节令鼓列为国家级非物质文化遗产，体现了二十四节气文化元素在东南亚地区的传播与认同。

今天，二十四节气这一古老的智慧并未止步于历史，而是生动融入日常，成为一种活态的文化实践。在河南登封，冬至“饺子宴”每年如约而至，人们品尝美食、观看民俗表演，感受节日文化的独特魅力；在安徽寿县，游客在二十四节气馆听着传统农谚，模拟划龙舟、犁地，以沉浸式体验二十四节气蕴含的文化。

“二十四节气是中华优秀传统文化的典型代表，发展至今，对中华民族的生产方式、社会生活、文化心理都产生了深远影响。在当代，它让线性的时间变成有画面、有仪式、有温度的自然节律，成为凝聚民族情感、全民共享的文化记忆，因而获得了超越时空的生命力。”唐志强说。

二十四节气如同一部流淌在民族血脉中的“活态史诗”，生动讲述着中华民族敬畏自然、不懈探索、生生不息的故事。它所蕴含的天人合一思想，与当下可持续发展理念高度契合，为全球气候治理、可持续发展贡献了中国智慧。



《雍正十二月行乐图》体现了中国人于四时流转、节气更替中因循自然的生活理念。

上图：《雍正十二月行乐图》之五月竞舟
下图：《雍正十二月行乐图》之二月踏青 故宫博物院藏



扫码观看创意动画

统筹：李 舫 张意轩
策划：钟金叶 赖 睿
动画设计制作：李 栋
学术支持：陈 朴
版式设计：陈如画