

我们的节日·精神的家园清明

清明节的冷知识

如何从节气变成节日？

清明诗词赏析

寒食野望吟

唐·白居易

乌啼鹊噪昏乔木，清明寒食谁家哭。
风吹旷野纸钱飞，古墓垒垒春草绿。
棠梨花映白杨树，尽是死生别离处。
冥冥重泉哭不闻，萧萧暮雨人归去。

江南清明

唐·郑准

吴山楚驿四年中，一见清明一改容。
旅恨共风连夜起，韶光随酒著人浓。
延兴门外攀花别，采石江头带雨逢。
无限归心何计是，路边戈甲正重重。

破阵子·春景

宋·晏殊

燕子来时新社，梨花落后清明。
池上碧苔三四点，叶底黄鹂一两声，日长飞絮轻。
巧笑东邻女伴，采桑径里逢迎。
疑怪昨宵春梦好，元是今朝斗草赢，笑从双脸生。

清明即事

唐·孟浩然

帝里重清明，人心自愁思。
车声上路合，柳色东城翠。
花落草齐生，莺飞蝶双戏。
空堂坐相忆，酌茗聊代醉。

清明日曲江怀友

唐·罗隐

君与田苏即旧游，我于交分亦绸缪。
二年隔绝黄泉下，尽日悲凉曲水头。
鸥鸟似能齐物理，杏花疑欲伴人愁。
寡妻稚子应寒食，遥望江陵一泪流。

途中寒食题黄梅临江驿寄崔融

唐·宋之问

马上逢寒食，途中属暮春。
可怜江浦望，不见洛桥人。
北极怀明主，南溟作逐臣。
故园肠断处，日夜柳条新。

何日何时清明，咋定的？

清明，是春季的第五个节气，标志着仲春和暮春的交替。清明“上岗”，也就意味着上一个节气春分“下班”，一下一上之间就是交节时刻。

由于一年的长度是根据地球围绕太阳公转的运行规律确定的，二十四节气也是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后总结而定出，基本上，每一节气在每年中的日期变动都不大。

中国天文学会会员、天津市天文学会理事杨婧介绍，统计发现，上半年的节气发生在农历每月的6日和21日前后，下半年的节气发生在农历每月的8日和23日前后，上下相差一两天。以清明为例，它的日期在每年农历的4月4日、5日和6日这三天之间变化，由于4月5日出现的频率相对高一些，这才有了“四五清明”的说法。

这些细心的公众发现，每一个节气都会精确到几时几分且年年不同，即使是同一个节气也是如此。这是为何？

“这是地球围绕太阳运动的速度并非匀速等原因造成的结果。”杨婧解释说，以2024年、2025年和2026年这三年的清明为例，具体的交节时刻分别在4日的15时2分，是下午；4日的20时49分，是晚上；5日的2时40分，是凌晨。“这些时间的变化看似细微，背后都是遵循天体运行的实际情况而确定的。”

作为我国专门研究历书天文和编算年历的机构，中国科学院紫金山天文台根据相应的历算方法每年编算当年的农历日历，其中就包括节气时刻，时间均精确到分钟，作为标准在每年出版的《中国天文年历》中正式发表，并以《日历资料》的形式对外发布。

“清明日期落在哪天，交节时刻在何时，对公众生活影响不大。2008年起，清明纳入国家法定节假日并放假一天，如果与周末相连，就是3天小长假，人们可以有较为充足的时间扫墓祭祖和郊游踏青。”杨婧说。

这个节气，很古老

作为节气的清明，很早就已经确定，它是一个时间概念，其确立与天象有关。

“节气是古人根据太阳运行周期和位置的变化，对时间的一种计算和划分方式。”北京大学中文系教授王娟提到，根据古代文献资料记载，早在商周时期，节气就已经

是一种时间单位。

一般认为，有关二十四节气的完整记载，出现在汉代的《淮南子·天文训》中。

人们还在每个节气中设置了不同的物候参考标准，比如清明三候包括“桐始华”等。现在民间也有“清明前后，种瓜点豆”一类的说法。

何时“变身”为节日？

那么，清明是何时“变身”为节日的呢？这就得说到寒食节和上巳节了。

寒食节曾是古代的重要节日，其起源说法不一。最早，它的习俗比较简单，整体格调也偏向悲凉，不适合春天生机勃勃的特性。

后来，寒食节的日期发生了变化，按当时的历法而言，大致是冬至后105日，等于是这个节日挪到了春季，时间上跟清明临近。

而且，寒食节往往长达3天以上，这样一来，“清明”节气日就刚好好处在它的节期之内。所以，寒食节的很多活动会在清明举行，比如扫墓、踏青、荡秋千等等。

这些习俗逐渐改变了清明节气的性质，也在一定程度上促使其

慢慢向节日演变。王娟认为，大约在唐代，清明逐渐变为一个节日。

有意思的是，唐代的时候，另一个重要的节日上巳节发展到了鼎盛时期。唐代诗人崔颢的诗句写道，“巳日帝城春，倾都袂褱晨。”描述了人们倾城而出，人马杂沓的盛况。

不过，宋代以后上巳节逐渐式微，一个重要的原因就是这个节日的活动被并入清明节。从时间上来看，上巳、寒食和清明的日期没有相差多少。

王娟介绍，清明原本是个节气，也许是因为“清明”二字比上巳、寒食更具有春天的意象，更像是春天节日的名称，所以，人们选择了使用“清明”。此外，古代清明节会放假。

为何此时要踏青？

实际上，清明扫墓并不是古人唯一的节日活动，对古人来说，更重要的或者说更有意义的应该是扫墓之后的习俗，即踏青。

宋吴自牧的《梦粱录》中，便记录了当时人们不论贫富，倾城而出，笙歌鼎沸，鼓吹喧天的踏青游玩盛况。

“春天的节日往往都是开放性的，很多习俗都是引导人们走出家门，去亲近大自然。”王娟说，其中有很多娱乐互动，包括蹴鞠、荡秋千、拔河等等，既能强身健体，又颇具趣味。

踏青的历史相当悠久。上巳节有一个活动，叫“祓禊”，据说此习俗源于上古时期，春季常在三月月上旬的巳日，并有沐浴、采兰、嬉游、饮酒等活动。

此外，古代上巳节浮卵吃鸡蛋的习俗也保留到了现在的清明节里。如王娟所言，清明是一个热闹的节日，也是一个激发生命欲望的节日。

为何要插柳？

“柳色青青柳叶齐，送君江上朔云低。”清明节处在春季，此时天朗气清，柳树泛出新绿，一派生机勃勃的景象。

“插柳”“戴柳”“射柳”等都是清明节的重要习俗。王娟解释，一来柳树生命力极强，插柳象征着对子嗣繁衍的美好祝愿；二来人们认为柳枝可以辟邪，于是便插柳于户、戴柳于首。

有意思的是，民间还有一种说法，即“清明不戴柳，红颜成皓首”，这也意味着此时戴柳，象征着对美好年华、对生命的珍惜和挽留。

“古人创造的节气或者节日，很多都是知识或价值观念的传递媒介，比如清明祭祖以及一些游戏，实际上是与天、地、人的交流活动，告诉人们要感恩先辈，拥抱自然。”王娟说。

也正因为如此，她认为，我们应该重视传统节日，通过那些蕴含着传统文化认同感，建立起人与人之间交流的良好秩序。

清明为何适宜放风筝

清明是二十四节气的第五个节气。按古人的理解，此时气候清爽，景色明朗，因此得名“清明”。

清明是节气，也是节日。古代寒食节和上巳节与清明节节期相近，宋元之后，多数地区三节合为清明一节，清明节便保留了另外两节的习俗，如寒食节的祭扫坟墓和上巳节的春游踏青。

清明第一候的花信是桐花。“一候桐始华”，这里的桐指的是泡桐而非梧桐，梧桐的花期在夏季。桐花盛开时烂漫多姿，凋落后如铺茵褥，给人春逝的联想。

清明第二候的花信是麦花。麦花很小，没有花瓣和萼片，只保留了花蕊，植物学上被称为“不完全花”。

清明第三候的花信是柳花。柳花为淡黄色，花落结子成絮，柳絮为白色。东晋诗人谢道韞以“未若柳絮因风起”应对叔父谢安“白雪纷纷何所似”句，成为文学佳话。

清明时节，大地阳气升腾，天空明澈，万物欣荣，正是“好风凭借力”的放鸢良辰。“草长莺飞二月天，拂堤

杨柳醉春烟。儿童散学归来早，忙趁东风放纸鸢。”古人诗句生动描述了孩子们春日嬉戏放飞风筝的场景。

追溯渊源，传说春秋战国时期，墨子或鲁班所制作的木鸢竹鹊即为风筝的雏形。“风筝”这一名称，一般认为产生于五代时期。其时，李邕于宫中做纸鸢，“引线乘风为戏，后于鸢首以竹为笛，使风入竹，声如筝鸣，故名风筝。”

随着寒食节、上巳节等与清明节相互渗透重叠，放纸鸢渐成风尚，风筝“飞入”寻常百姓家。在唐代，已出现了不少吟咏放风筝的诗文。到了宋代，不仅出现了关于风筝的理论撰述，也出现了风筝作坊。明清时期，清明时节放风筝更为普及，清明节也有了“风筝节”的俗称。

“杨柳生，放风筝”。在我国大部分地区，放风筝活动大多在清明前后进行，这固然与承袭传统有关，但适宜的气象条件和人们的季节性心理需求，才是其顺理成章的重要条件。

清明时节，是一年中升温幅度

较大的时段。此时太阳直射点北移，加之清明气候清爽，空中云的数量较少，我国大部分地区地表接受的太阳辐射增加，地面受热快回暖迅速，热气上升，给风筝以“托力”。在没有现代气象学的古时，先民们通过对自然时令的观察与感知，获取了实践经验与智慧。清代顾禄在《清嘉录》中说：“以春之风自下而上，纸鸢因之而起，故有‘清明放断鸢’之谚。”

寒冬过后，踏青户外，也满足了人们对春意的向往。在大自然中沐浴阳光，奔跑拉拽活跃筋骨，凝眸飞鸢舒展目力，作为放松身心的休闲活动，放风筝也符合传统医学的养生之道。当然，在有些地方还有以放风筝祈求好运的风俗，待风筝飞起后剪断牵线，寓意放走霉气。

“清明风，纸鸢冲”。飘飞的风筝如同开放在天空中的“报春花”，让人们在亲近自然中表达着对生活的憧憬，契合着缅怀追思、珍惜生命的节日主题，展示着中华文化的悠长意蕴。