**第一讲 中国的传统节日与风俗**

传统节日承载着各族人民的生活智慧和人生信仰，传承着各个民族的伟大精神。中国的传统节日是中国民间生活风貌的体现，在几千年的历史发展中，丰富了中华民族传统文化的内涵，如果想了解中国传统文化的精，首先需要了解中国的传统节日。

**一、看懂中国日历**

目前世界上通行的日历，是以地球围绕太阳的运转周期（即回归年）为根据而制定的，叫阳历，又叫公历。根据月相的圆缺变化为周期来制订的历法叫阴历，也叫农历。中国的历法一方面以月亮的圆缺变化即月球绕地球运行一周为一“月”，另一方面设置了“闰月”，使一年的长度尽可能接近回归年，同时发明了二十四节气反映季节的变化特征。

中国古代用木星来纪年，木星又被称为“岁星”，地支是指木星轨道被分成的十二个部分，分别是子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥，同时用这个十二个字来记录一日中的12个时辰，子时是23时~1时，丑时为1时~3时等等。天干记录五行在天上的运行变化规律，五行即金、木、水、火、土，又分阴阳，因此是十个，分别是：甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、。

十天干和十二地支依次相配，组成六十个基本单位，中国古代人民用以纪年、月、日、时。同时，十二地支对应十二生肖，子鼠，丑牛，寅虎，卯兔，辰龙，巳蛇，午马，未羊，申猴，酉鸡，戌狗，亥猪，某个年份出生的人都有具体对应的生肖作为他的属相。

1911年辛亥革命以后，中国采用公历为历法，但是纪年，采用民国纪年法，即1912年为民国元年。1949年之后，中国采用公历历法纪年，但仍保留了农历，中国的传统节日均以农历为准。

中华民族传统节日历史悠久，多与岁令时节、农耕生活、原始崇拜、宗教祭祀、禁忌迷信有关。传统节日多起源于汉族地区，随着历史推进和社会生活的改变，节日的习俗传播到更广的范围，成为全国各族人民共度的节日，功能和习俗都发生了改变。

**二、中国的传统节日及习俗**

**1、春节**

春节起源于上古时期的祭神祭祖活动，古人在一年的农事结束后为了报答神的恩赐而祭拜天地。汉代时，规定农历的正月初一为“岁首”，认为这一天是“岁之始，时之始，日之始，月之始”，开展内容丰富的节日娱乐活动，形成了固定的节日习俗。

过“春节”俗称“过年”。相传古代有一种叫“年”的猛兽，居住在深山老林里，偶尔会出来吃人，百姓十分害怕它。后来人们发现，“年”每隔365天左右会到人聚居的地方猎食，天黑之后出现，天亮就返回山林，而且“年”怕三样东西：红色、火光和响声。所以人们在“年”来临之前，在门口挂上红色桃木板（后来改为春联），在门口燃起火堆（后来改为挂红灯笼），并且敲打出响声来吓走“年”（后来发展为燃放烟花爆竹）。春节的前一天晚上，家家户户提前做好晚饭，将宅门紧闭，躲在家里吃年夜饭，吃饭之前，要先祭拜祖先，保佑全家团圆、平安度过这一夜；吃完饭后，大家都不敢睡觉，挤坐在一起“守岁”，天亮之后，熬过年关的人们打开大门互相祝贺。

春节的习俗从农历腊月二十三就拉开序幕，二十三这一日人们要“祭灶”。灶神，也叫“灶王爷”，常年呆在百姓家，对每家每户的情况了如指掌，他在农历腊月二十三或者二十四要回天宫，向玉皇大帝报告人们的善恶行为，让玉皇大帝作出赏罚。为了让他“上天言好事”，人们在这一天要祭拜灶神，做出又甜又粘的麦芽糖封住他的嘴，使他在玉皇大帝面前只能点头称是，不会乱说话。除夕之后，还要把灶神接回人间。

送走灶神后，人们要“扫尘”，用意是把一年中的“穷运”、“晦气”都扫除出门。贴春联的习俗起源于古代民间挂桃符的习俗，桃符是用桃木做成的两块木板，上面画着门神，门神可以驱邪镇鬼，保卫家宅。后来又在桃木板上写了联语，形成了春联。门神画到宋代以后演变成了木版年画、纸画，著名的年画产地有苏州桃花坞、天津杨柳青和山东潍坊的杨家埠。除夕当天，人们 “守岁”。同时，家中的长者还要主持接神，给祖宗神像叩头拜年。家中的小孩也要给长辈叩头，长辈要给小孩压岁钱，来保佑孩子健康平安。

过年的几天，中国人还有燃放爆竹的习惯。爆竹也叫鞭炮，这个习俗在古代迷信中也是为了驱逐恶鬼，人们发明了火药后，在鞭炮的基础上发明了烟花，使得节日的气氛更加浓郁。除了春节，人们在婚嫁喜宴、生意开张时，也都会燃放爆竹，以图吉利。但是烟花爆竹具有一定危险性，而且集中在一段时间燃放对环境有所污染，因此每个城市对安全燃放烟花爆竹都做出了规定，以保证人民群众的人身及财产安全。

正月初一，中国人有走亲访友，相互祝福的习惯，叫拜年。家中，一般是晚辈向长辈叩头，朋友、同事之间则相互道贺，叫“贺岁”。机关单位还要聚在一起互相行拜礼，叫“团拜”，现在的主要形式是茶话会。正月初二，出嫁的女儿要带着丈夫孩子回娘家拜年。正月初五是“破五”，又是财神的生日，因此各大商铺开业，敲锣打鼓，热闹非凡。现代人虽然并不只是正月初五才开业，但庆祝习惯还是保留了下来。

春节的庆祝活动一般持续到元宵节才结束。

春节期间的饮食丰富多样，其中饺子和年糕是最常见的食品。除夕之夜，子时吃饺子，意思是“更岁交子”，新的一年到来，送走旧的一年；饺子的形状像元宝（古代的钱），有“招财进宝”的意思。年糕是南方地区的食品，年糕与“年高”谐音，有“一年更比一年好”的意思。

**2、元宵节**

正月十五是新年之后的第一个月圆之夜，所以叫元夕、上元（七月十五是中元，十月十五是下元）。古代正月十五要燃灯祭祀天神“太一神”， 到汉代时，汉明帝信奉佛教，佛教有点灯祭佛的习惯，后来元宵节成为举国同庆的重大节日。元宵节放灯的习俗到唐代发展成为规模宏大的灯市，各式彩灯造型新颖，千姿百态，气氛热闹。宋朝时，又出现了在五光十色的彩灯上贴上谜语让人猜，并设置奖品供人游乐，深受民间喜爱。因为元宵节是全民性的狂欢节，男女老少，无论贵贱，不分主仆，通宵歌舞，尽情狂欢，因此在对女性禁忌颇多的封建社会，又是年轻男女谈情说爱的好时机。欧阳修的《生查子.元夕》“去年元夜时，花市灯如昼。月上柳梢头，人约黄昏后。今年元夜时，月与灯依旧。不见去年人，泪湿春衫袖”描写的就是元宵节的场景。舞龙舞狮也是元宵节期间必不可少的节目，不仅能增加节日的气氛，更是人们期盼平安、幸福的表现。除此之外，还有一些群众性的技艺表演如踩高跷、滑旱船、扭秧歌等。

元宵节中华民族有吃元宵的习惯。元宵是一种糯米粉做成的圆形的食物，有的有馅，有的是实心的，象征着团圆，也叫“汤圆”。

**3、清明节**

清明节是唯一一个既是节日又是节气的日子。清明本来是一个节气，清明之前的节日叫寒食节，由于寒食节与清明日子接近，就合二为一了。寒食节与春秋时期的介子推有关。传说春秋时期，晋国公子重耳为躲避追杀流亡期间，饱受颠沛流离之苦，有一次甚至饿晕了。他手下的大臣有个叫介子推的从自己腿上割了一块肉，烤了给重耳吃。十九年后，重耳在秦国的帮助下夺回了国君之位，并成为“春秋五霸”之一，也就是晋文公。但重耳执政后，对与他同甘共苦的臣子封赏，却独独忘了介子推。经人提醒，重耳才想起介子推的割肉之恩，派人去请介子推，被拒绝，重耳亲自登门拜访，介子推躲到绵山上。有人提议放火烧山逼介子推下来，但是烧了三天三夜，介子推与他的母亲抱着柳树被烧死也不肯下山来。晋文公非常伤心，于是改绵山为“介山”，把放火烧山这一天定为“寒食节”，下令民间这一天禁忌烟火，只能吃寒食。第二年，晋文公领着群臣来祭奠介子推，发现被烧的柳树也复活了。晋文公听从介子推的建议，励精图治，把国家治理得很好。从此，民间也留下了这几天祭祖扫墓的习惯。除了祭拜自己的祖先，人们还会祭拜那些在历史上为人民立过功、做过好事的人物，所以会到烈士陵园扫墓。

清明正值暮春时节，阳光明媚，草木返青，人们为享受大自然，有出去踏青的习惯，即“春游”。踏青时人们可以放风筝、荡秋千、插柳植树、还有一些体育活动。

在江南一带，清明节时人们喜欢吃青团。青团也是祭祖时的必备食品。

**4、端午节**

农历五月以后，天气渐渐炎热，蚊虫苍蝇滋生，传染病很容易发生，民间还认为五月初五是五毒——蝎子、蜈蚣、蛇、蜘蛛、蟾蜍出没之时，所以称五月为“恶月”或“百毒月”。到了端午时节阳光最为炽热，百毒齐出，所以古人在门口挂艾草、菖蒲等来去除毒害。端午时节是瘟疫和皮肤病多发季节，所以人们也通过沐浴来驱除瘟疫，另外端午时节古人祭水神，因此自古就有赛龙舟的习俗。为了避邪，小孩子要在端午节的清晨，佩戴上香囊，手腕、脚腕和脖子上拴上五彩丝线。

端午节的来源还有一个重要的历史故事，即屈原的故事。屈原是战国时期楚国的三闾大夫，爱国诗人，在文学上成就很高。他在七雄争霸时，主张联合齐国，对抗秦国，但是楚怀王听信奸之言，与秦国议和，最后客死他乡。楚王继位后，将屈原流放，秦国于公元前278年攻破楚国都城，楚国灭亡。屈原听到国家灭亡的消息，万念俱灰，抱着石头跳进了汩罗江。老百姓们听说了屈原投江的消息，不愿意让江中的鱼儿咬屈原的身体，就把家中的饭团、鸡蛋丢进江里，喂给鱼儿吃，还把雄黄酒倒进江中，药晕江中的蛟龙。屈原投江之日正是五初五，因此每年这个时候人们都会包粽子、划龙舟、喝雄黄酒来纪念屈原。

端午节人们一般包粽子，粽子是用芦苇叶包裹糯米用棉线扎紧煮制而成。每年五月初五，家家户户都要泡糯米、洗粽叶、包粽子，南方的粽子以豆沙、鲜肉、火腿、蛋黄为馅，北方则包小枣。

**5、中秋节**

农历的八月十五，是秋天的中期，在八月十五的晚上，月亮比其他月份的满月更圆，更亮。在中国，圆月象征团圆，所以中秋节又叫“团圆节”。古代的帝王在这一天有祭月的礼制，因此民间也形成了祭月、拜月的习俗。中秋之时也是农业丰收之时，因此中秋节也是人们庆祝丰收的节日。

中秋节有很多传说故事，至今仍为人们口耳相传。

**嫦娥奔月** 古时候有个英雄叫后，他力大无穷，射掉了出来玩耍的九个太阳，留下一个按时起落，为人类造福。后羿有一颗长生不老药，服下此药就能升天成仙，但是后羿不愿意离开他美丽的妻子嫦娥，因此就将药交给嫦娥保管。后羿的徒弟有一天闯进后羿家中，威胁让嫦娥交出不老药，情急之下，嫦娥只好吞下不老药，向天上飞去，她不忍离丈夫太远，就飞落到月亮上成了仙。后羿思念妻子，就让人在花园中摆上香案，放上嫦娥爱吃的蜜食鲜果，遥祭月宫里的嫦娥。百姓也学他向嫦娥祈求吉祥平安。

**玉兔捣药** 传说有三位神仙化身为三个可怜的老人，向狐狸、猴子和兔子讨食，狐狸和猴子都拿出食物接济老人。兔子没有食物，便对老人说：“你们吃我吧。”神仙们十分感动，就将兔子变成了玉兔，送到广寒宫与嫦娥做伴，由它负责捣制长生不老药。人们还将玉兔的形象做成泥塑制品，拜月时用，称为“兔儿爷”。

中秋节的食品月饼最初是祭月的供品，因为是圆形，象征团圆、吉祥。

除了历史上延续几百年、几千年的传统节日，一些近现代节日，多是为了纪念中国近现代史的某一个重大事件，还有一些国际节日，与传统节日交替出现，庆祝节日连续不断，形成了独特的民俗特点。具体有哪些节日请参见下表。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 名称 | 日期（公历） | 简介 |
| 元旦 | 一月一日 | 元旦是公历的第一天，又称新年，中国和世界上大多数国家一样会在这一天举行隆重的庆祝活动。 |
| 三八国际劳动妇女节 | 三月八日 | 三八妇女节的全称是“联合国妇女权益和国际和平日”，起源于1938年美国芝加哥的妇女们因要求男女平等权而举行的示威游行活动，是妇女争取和平、平等、发展的节日。中国这一天为妇女们放假半天。 |
| 五一国际劳动节 | 五月一日 | 劳动节起源于美国工人阶级为了争取合法权益而进行的罢工与游行。每年的五一劳动节，中国政府都会对有突出贡献的劳动者进行表彰，同时，它也是全世界人民歌颂和赞美劳动者的日子。 |
| 五四青年节 | 五月四日 | 1919年5月4日，中国爆发了一场彻底的反帝反封建的伟大爱国运动“五四运动”。这场运动影响了中国共产党的诞生和发展，使中国进入了新民主主义革命。因为这场运动的参与者以青年学生为主，因此为了使青年继承和发扬爱国精神，规定这一天为中国的青年节。 |
| 六一国际儿童节 | 六月一日 | 儿童节是国际上为了保障儿童的生存权、保健权、受教育权和抚养权，为了改善儿童生活条件，反对残害儿童所设立的一个节日。这一天，中国的儿童都会举行庆祝娱乐活动。 |
| 七一建党节 | 七月一日 | 1921年7月， 中国共产党在上海建立，此后，人们将7月1日定为中国共产党的诞生日。中国共产党的成立是中国历史上开天辟地的大事件，中国共产党领导中国人民获得解放，改革生产力，使中国经济腾飞。 |
| 八一建军节 | 八月一日 | 8月1日，是中国人民解放军诞生纪念日，是为了纪念中国工农红军成立的节日。 |
| 教师节 | 九月十日 | 中国自古以来就有尊师重教的传统，历史以各种时间与形式建立过教师节。1985年，政府确定9月10日为教师节，它标志着全社会对教师的尊敬。 |
| 十一国庆节 | 十月一日 | 中国人民在中国共产党的领导下，经过艰苦卓绝的斗争，赢得了独立和解放，1949年10月1日，毛泽东主席在天安门城楼庄严宣告：中华人民共和国成立了！从此，中国进入了新的历史阶段。每年10月1日，中国都要举行热烈的庆祝活动，重要的年份会在天安门前举行阅兵式。全国连休7天。 |

中国的少数民族也都有自己的节日，比如壮族在每年农历3月3日有歌节，傣族在傣历新年时有泼水节，藏族在3月有藏历节，彝族在农历6月20日起有火把节，蒙古族在8、9月有那达慕大会，信仰伊斯兰教的回族、维吾尔族、哈萨克族在12月有古尔邦节等。

**三、中国的婚俗**

汉语中，男子结婚叫“娶”，意思是把女子接过来成亲。女子结婚叫“嫁”，意思是到男方家。从这两个字就能看出在封建社会中，男女地位的不平等。

中国古代对婚姻程序有严格的规定，要经过“六礼”才能结为夫妻关系。“六礼”分别是纳彩（男方托媒人带着礼物到女方家去求婚）、问名（男方请媒人到女方家，把女方的姓名、出生年月时辰记下来）、纳吉（娶亲是整个家庭的大事，因此拿回女方的姓名、出生年月时辰后，要在自己家的祖宗牌位前算算“吉”还是“不吉”，并向女方家通报）、纳征（男方请媒人带着重礼去女方家订婚）、请期（选定一个吉利的日子，带着礼物去女方家请对方决定结婚日期）、亲迎（新郎亲自和媒人带着礼物去新娘家，拜见女方的父母、祖先祠堂，再把新娘娶回家）。儒家思想崇尚“孝”，儿女对父母要服从，所以男女双方的婚姻大事，也完全遵照父母的意愿，即“父母之命，媒妁之言”，按照古代完成“六礼”的程序，才叫做“明媒正娶”，如果自由恋爱，会被认为是伤风败俗。男女双方一般都直到结婚的那一天才能见面，结婚后才能互相熟悉，但因为婚姻一旦缔结，女子就不能离婚再嫁，因此只能“嫁鸡随鸡，嫁狗随狗”。

中国古代的婚姻制度森严，讲究“门当户对”。“门当”本来是指宅院门前摆放的石鼓，“户对”是指宅院门楣上的圆形木雕或砖雕。在古代，“门当”、“户对”都是显示主人等级和身份地位的艺术装饰品。因此，男女结婚时，“门当户对”就是两个家庭社会地位、经济情况相同，适合结亲。否则，如果“门不当，户不对”，即使男女真诚相爱，也会遭到家长的强烈反对。

封建社会中男女不平等，妇女地位低下，近代以后，自由恋爱成了婚姻有主流形态，也是长期以来妇女们斗争的结果。新中国成立后，废除了包办强迫、男尊女卑、漠视子女合法利益的封建制度，男女婚姻自由、一夫一妻、男女权利平等的新型婚姻制度受到法律的保护。

**练习：**

**一、填空题：**

1、中国四大有法定假日的传统节日是 、 、 和 。

2、春节期间的庆祝活动有 、 、 等。

3、春节的传统食品有 、 。

4、元宵节的庆祝活动有 、 、 等。

5、元宵节的传统食品是 或叫 。

6、清明节活动有 、 、 等。

7、端午节的活动主要活动是 ，相传跟历史上 的故事有关，端午节的传统食品是 。

8、中秋节的庆祝活动有 、 等，传统食品是 。

9、中华人民共和国是 年 月 日成立的，所以中国的国庆节是每年的 月 号。

10、在中国结婚男方叫 ，女方叫 ，婚姻介绍人叫 。

**二、名词解释**

门当户对

**三、思考题**

你对中国哪个节日比较感兴趣或者印象深刻？为什么？谈谈你的想法。