1. 现代化似乎就是一个取消时间和空间的进程。空调窃取了人们对四季切身的体验，我们在寒冬腊月里躲进温室，在烈日炎炎中吹着冷气。而冰箱也打破了食物的地域限制，我们可以在冬天的北方大地上吃着反季节的热带水果。那么传统农耕文明遗留下来的“节气与饮食”的文化传统，在今天高速城市化的中国似乎早已失去了其功能性，仅仅沦为了中产阶级的生活美学或公历日期上的附注。
2. 二十四节气可以唤起当代人日渐丢失的传统知识。
3. 二十四节气在以农为本的传统社会的民众日常生活中曾发挥了极其重要的作用。由于它在民众社会生活中的重要性，它又被赋予了丰富多彩的民俗内涵，如变身为节日，有丰富多彩的节令活动，产生了诸多有特色的饮食习俗等，与民众的娱乐、饮食、仪式活动、身体养生等紧密相关，深深融入了人们生活之中。