

<<二十四节气知识全书>>

图书基本信息

书名：<<二十四节气知识全书>>

13位ISBN编号：9787506462839

10位ISBN编号：7506462834

出版时间：2010-4

出版时间：中国纺织出版社

作者：李志敏

页数：308

字数：298000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<二十四节气知识全书>>

前言

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。

一首《二十四节气歌》在我国民间广为流传，可谓妇孺皆知。

作为中华民族传统文化中很重要的一个组成部分，二十四节气的影响由此可见一斑。

要说二十四节气的由来和起源，那可真是源远流长。

早在春秋时期，先辈们就利用土圭（一种古老的天文器材）测日影的方法，把春分、夏至、秋分、冬至四大节气确定了下来。

以后又经过了相当长的一段时间，在制定历法和农业生产的实践当中，经过不断地充实完善，到了秦汉时期，完整的二十四节气终于问世了。

二十四节气根据一年内太阳运行的位置变化，把一年的气候演变划分为二十四段落，每段的时间约为半个月。

在一般情况下，每个月中会有两个节气，在月首的称为“节气”，分别是：立春、惊蛰、清明、立夏、芒种、小暑、立秋、白露、寒露、立冬、大雪、小寒。

月中的称为“中气”，分别是：雨水、春分、谷雨、小满、夏至、大暑、处暑、秋分、霜降、小雪、冬至、大寒。

这12个“节气”和12个“中气”合称为“二十四节气”。

关于二十四节气具体的划分依据，在文中会有详细的解答，这里不再赘述。

起初，二十四节气及其相关的历法是为农业生产服务的。

比如最为明显的“芒种”这个节气，就是说这个时期小麦、大麦等有芒作物已经成熟，要抓紧时间抢收。

<<二十四节气知识全书>>

内容概要

二十四节气是中国传统文化的重要元素，曾几何时，它不仅是农业活动的主要参照，也渗透到人们生活的方方面面——节日风俗、生活宜忌、养生保健无不与它息息相关。本书对二十四节气的形成、作用以及与民风民俗的关系做了详尽地探讨。

书籍目录

第一章 二十四节气凝结着中国人的大智慧 第一节 二十四节气的丰富内涵 第二节 二十四节气的形成 第三节 二十四节气与历法 第四节 二十四节气的延伸与发展 第二章 立春 第一节 立春与历法气象 第二节 立春与节日民俗 第三节 立春与生活起居 第四节 立春与养生保健 第五节 立春与历史文化 第三章 雨水 第一节 雨水与历法气象 第二节 雨水与节日民俗 第三节 雨水与生活起居 第四节 雨水与养生保健 第五节 雨水与历史文化 第四章 惊蛰 第一节 惊蛰与历法气象 第二节 惊蛰与节日民俗 第三节 惊蛰与生活起居 第四节 惊蛰与养生保健 第五节 惊蛰与历史文化 第五章 春分 第一节 春分与历法气象 第二节 春分与节日民俗 第三节 春分与生活起居 第四节 春分与养生保健 第五节 春分与历史文化 第六章 清明 第一节 清明与历法气象 第二节 清明与节日民俗 第三节 清明与生活起居 第四节 清明与养生保健 第五节 清明与历史文化 第七章 谷雨 第一节 谷雨与历法气象 第二节 谷雨与节日民俗 第三节 谷雨与生活起居 第四节 谷雨与养生保健 第五节 谷雨与历史文化 第八章 立夏 第一节 立夏与历法气象 第二节 立夏与节日民俗 第三节 立夏与生活起居 第四节 立夏与养生保健 第五节 立夏与历史文化 第九章 小满 第一节 小满与历法气象 第二节 小满与节日民俗 第三节 小满与生活起居 第四节 小满与养生保健 第五节 小满与历史文化 第十章 芒种 第一节 芒种与历法气象 第二节 芒种与节日民俗 第三节 芒种与生活起居 第四节 芒种与养生保健 第五节 芒种与历史文化 第十一章 夏至 第一节 夏至与历法气象 第二节 夏至与节日民俗 第三节 夏至与生活起居 第四节 夏至与养生保健 第五节 夏至与历史文化 第十二章 小暑 第一节 小暑与历法气象 第二节 小暑与节日民俗 第三节 小暑与生活起居 第四节 小暑与养生保健 第五节 小暑与历史文化 第十三章 大暑 第一节 大暑与历法气象 第二节 大暑与节日民俗 第三节 大暑与生活起居 第四节 大暑与养生保健 第五节 大暑与历史文化 第十四章 立秋 第一节 立秋与历法气象 第二节 立秋与节日民俗 第三节 立秋与生活起居 第四节 立秋与养生保健 第五节 立秋与历史文化 第十五章 处暑 第一节 处暑与历法气象 第二节 处暑与节日民俗 第三节 处暑与生活起居 第四节 处暑与养生保健 第五节 处暑与历史文化 第十六章 白露 第一节 白露与历法气象 第二节 白露与节日民俗 第三节 白露与生活起居 第四节 白露与养生保健 第五节 白露与历史文化 第十七章 秋分 第一节 秋分与历法气象 第二节 秋分与节日民俗 第三节 秋分与生活起居 第四节 秋分与养生保健 第五节 秋分与历史文化 第十八章 寒露 第一节 寒露与历法气象 第二节 寒露与节日民俗 第三节 寒露与生活起居 第四节 寒露与养生保健 第五节 寒露与历史文化 第十九章 霜降 第一节 霜降与历法气象 第二节 霜降与节日民俗 第三节 霜降与生活起居 第四节 霜降与养生保健 第五节 霜降与历史文化 第二十章 立冬 第一节 立冬与历法气象 第二节 立冬与节日民俗 第三节 立冬与生活起居 第四节 立冬与养生保健 第五节 立冬与历史文化 第二十一章 小雪 第一节 小雪与历法气象 第二节 小雪与节日民俗 第三节 小雪与生活起居 第四节 小雪与养生保健 第五节 小雪与历史文化 第二十二章 大雪 第一节 大雪与历法气象 第二节 大雪与节日民俗 第三节 大雪与生活起居 第四节 大雪与养生保健 第五节 大雪与历史文化 第二十三章 冬至 第一节 冬至与历法气象 第二节 冬至与节日民俗 第三节 冬至与生活起居 第四节 冬至与养生保健 第五节 冬至与历史文化 第二十四章 小寒 第一节 小寒与历法气象 第二节 小寒与节日民俗 第三节 小寒与生活起居 第四节 小寒与养生保健 第五节 小寒与历史文化 第二十五章 大寒 第一节 大寒与历法气象 第二节 大寒与节日民俗 第三节 大寒与生活起居 第四节 大寒与养生保健 第五节 大寒与历史文化参考文献

<<二十四节气知识全书>>

章节摘录

插图：关于二十四节气，相信没有几个人不知道的，自我们懂事以来，有关二十四节气的各种说法就一直不断地出现在我们的生活中：立春吃春卷，清明要扫墓，立冬过后要补冬，冬至吃饺子等。

这些民俗让我们记忆深刻，甚至很多人也能随口说上一套。

可是，对于二十四节气的真正来历，想必知道的人并不多。

二十四节气最早起源于中华民族历史文明的摇篮——黄河流域。

远在春秋时代，那时还是典型的农耕社会，农业生产是维系整个社会存在和发展的根基。

搞好农业生产自然是“天大的事”。

要搞好农业生产，自然就得掌握农时，把握自然气候的变化规律，以便在恶劣天气出现时，提前做好应对之道，最大程度地减少损失。

那么怎样有效地把握自然气候变化的规律呢？

开始的时候，人们从观察物候的变化入手。

所谓物候，就是自然界生物和非生物对气候变化的反应。

这些反应都是有规律可循的。

最古老的历书《夏小正》上就物候有详尽的记载。

《夏小正》全文虽只五百余字，却以全年12个月为序，记载了每月的天象、物候、民事、农事、气象等方面的内容，说明我国古人对于星辰，尤其是北斗星的变化规律研究已经达到了较高的水平。

后来，人们发现通过物候来掌握气候显得毫无章法，并且也不太稳定。

直到周朝、春秋时期(公元前722～公元前481年)，人们意识到物体在阳光下的影子长短可能与太阳的位置和气候变化有某种关联。

经过长时间的探索，有人发明了土圭，用来测量太阳对晷针所投影子的长短，这就是土圭测日影的方法。

经过很长时间的观测和记录，人们发现在夏天的某一天正午，土圭上的杆影达到最短，而后就越来越长，天气也随之越来越凉，进入冬天后，又有一天其正午的杆影达到最长，我们的祖先给它们起了一个名字，叫“日至”。

“至”就是达到极限的意思。

后来，为了把两个“至”区分开，又把夏天的日至称作日南至，或夏至；冬天的日至称作日北至，或冬至。

夏至到夏至，或冬至到冬至，正好是地球围绕太阳公转一周，即阳历的一年。

在夏至到冬至和冬至到夏至的两个时段里，有两天的白天和夜晚一样长，起名为“秋分”和“春分”，“分”表示昼夜平分。

今天，河南嵩山脚下还保留着一座完好的世界上最古老的“周公测量台”，它是我国先民用土圭测日影的最好佐证。

另据史料记载，土圭并不是唯一的测量工具，也有人用北斗星斗柄所指的方向来定节气。

黄昏时斗柄指东为“春分”，指南为“夏至”，指西为“秋分”，指北为“冬至”。

“两至”、“两分”确立后，立春、立夏、立秋、立冬，表示春夏、秋、冬四季开始的四个节气也相继确定。

这样“四立”加上“分”、“两至”，恰好把一年分为八个基本相等的时段，把四季的时范围定了下来。

《吕氏春秋·十二纪》中就记载了完整的八个节气。

之后，随着时代的发展，各种新技术、新工具层出不穷，农生产也日益精细与复杂，为了最大限度地提高生产效率，这就必要求人对农时和气候的掌握有更多的主动性和预见性，以便及时采取措施。

到秦汉时期，黄河中下游地区的人们根据本区域历年气候天气、物候以及农业生产活动的规律和特征，先后补充确立了其务16个节气。

这16个节气分别是：雨水、惊蛰、清明、谷雨、小满芒种、小暑、大暑、处暑、白露、寒露、霜降、小雪、大雪、小寒大寒。

<<二十四节气知识全书>>

至此，二十四节气逐渐趋于完善。

西汉《淮南子》一书(公元前137年)就记载了完整的二十四节气。

公元前104年，由邓平等制定的《太初历》，正式把二十四订于历法，明确了二十四节气的天文位置。太阳从黄经零度起，黄经每运行15度所经历的时日称为“一个节气”。

每年运行360度共经历24个节气，每月2个。

此后，人们对二十四节气的认识随着生产水平的提高而展延伸着。

对农业生产有特别意义的时段，有了更细致的阐述，且在不同气候和农业生产特点的地区应用时，产生出大量的农谚民谣。

节气的含义，已不是24个名称所能表示的了。

大致来讲，历法有阳历、阴历和阴阳合历。

1. 阳历阳历全称太阳历，又叫公历，是世界上多数国家和地区通用的历法。

太阳历起源于4000年前的古埃及。

当时，聪明的古埃及人发现尼罗河泛滥和天狼星的出现有一定的日期规律，根据长时间的总结，他们首先计算出一年是365天，之后又把这365天分成12个月，每月30天，多余的5天为年终节日，这就是古埃及的太阳历。

之后近2000年时间，古埃及的太阳历又经过两次大规模的修订，才形成现在世界广泛应用的阳历。

第一次是在公元前46年，古罗马的儒略·恺撒大帝主持修改历法，第二次是在公元1582年，罗马教皇格列高里十三世组织人员修改历法。

最终形成的阳历有了月大月小之分，每年12个月的月天数并不完全相同，月大31天，月小30天。

除此之外，还有个比较特殊的2月。

平年2月28天，闰年2月29天。

在阳历没有普及使用之前，二十四节气是农历很好的补充。

人们把节气用农历日期来表示，对掌握农时、安排农业生产和日常生活都起了重要作用，正如气象学家竺可桢先生所说：“秦汉以前古人不得不看天上星星(行星在28宿中的位置)定季节安排农事。

秦汉以后有了节气月令，例如‘清明下种，谷雨插秧’，老百姓就无须再仰观天文了。

”如今我们推行了阳历，节气的阳历日期也基本固定，应用起来更为方便。

<<二十四节气知识全书>>

编辑推荐

《二十四节气知识全书》编辑推荐：有趣的时令特点与气候现象复杂的节日来由与风俗宜忌玄妙的民间谚语与传统智慧丰富的养生哲学与健康之道一部透过“节气”了解传统文化的知识宝典二十四节气的寓意：立春：立是开始的意思，立春就是春季的开始。

雨水：降雨开始，雨量渐增。

惊蛰：蛰是藏的意思。

惊蛰是指春雷乍动，惊醒了蛰伏在土中冬眠的动物。

春分：分是平分的意思。

春分表示昼夜平分。

清明：天气晴朗，草木繁茂。

谷雨：雨生百谷。

雨量充足而及时，谷类作物能茁壮成长。

立夏：夏季的开始。

小满：麦类等夏熟作物籽粒开始饱满。

芒种：麦类等芒作物成熟。

夏至：炎热的夏天来临。

小暑：暑是炎热的意思。

小暑就是气候开始炎热。

大暑：一年中最热的时候。

立秋：秋季的开始。

处暑：处是终止、躲藏的意思。

处暑是表示炎热的暑天结束。

白露：天气转凉，露凝而白。

秋分：昼夜平分。

寒露：露水已寒，将要结冰。

霜降：天气渐冷，开始有霜。

立冬：冬季的开始。

小雪：开始下雪。

大雪：降雪量增多，地面可能积雪。

冬至：寒冷的冬天来临。

小寒：气候开始寒冷。

大寒：一年中最冷的时候。

二十四节气歌春雨惊春清谷天，夏满芒夏暑相连。

秋处露秋寒霜降，冬雪雪冬小大寒。

二十四节气根据一年内太阳运行的位置变化，把一年的气候演变划分为二十四段落，每段的时间约为半个月。

起初，二十四节气及其相关的历法是为农业生产服务的。

比如最为明显的“芒种”这个节气，就是说这个时期小麦、大麦等有芒作物已经成熟，要抓紧时间抢收。

如今，二十四节气影响着我们生活的方方面面，包括饮食、起居、养生、节日民俗等。

比如夏至到了，我们就知道天气会变得十分炎热，要时刻记得防暑降温，多补充水分。

在养生方面，大家都知道“三伏进补好时机”，等等，不一而足。

<<二十四节气知识全书>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>