

二十四節氣 The 24 solar Terms

一年有二十四個節氣，每個月有兩個節氣，在月首的稱「節」，月中的稱「中氣」，簡稱為「氣」。據說，節氣是神農氏制訂出來的。在古代的中國是個農、漁、林、牧的社會，農人配合著這些節氣，栽種適時的植物；漁民也配合節氣變化，知道各種魚類的成長與出現，捕得各種魚兒供食用；一般人也配合著季節氣候的變化，安排著各種活動。古代流傳的一首歌謠說：正月立春雨水節，二月驚蟄及春分，三月清明並穀雨，四月立夏小滿方，五月芒種並夏至，六月小暑大暑當，七月立秋還處暑，八月白露秋分忙，九月寒露並霜降，十月立冬小雪漲，子月大雪並冬至，臘月小寒大寒昌。

本省各地區也有很多的諺語，例如：「雨濕墓碑紙，日曬穀雨田。」

「四月芒種雨，五月無乾土，六月火燒埔，七月斷點露。」

「冬至在月頭，雨落在年兜；冬至在月尾，雨落正二月。」

「大寒日驚南風起，當日最忌落雨時。」

「初一落雨初二散，初三落雨透月半。」

「未吃五日節粽，破裘不甘放。」

初春節氣	農曆一月	立春（陽曆 2 月 4 或 5 日）	雨水（陽曆 2 月 19 或 20 日）
仲春節氣	農曆二月	驚蟄（陽曆 3 月 5 或 6 日）	春分（陽曆 3 月 20 或 21 日）
暮春節氣	農曆三月	清明（陽曆 4 月 4 或 5 日）	穀雨（陽曆 4 月 20 或 21 日）
初夏節氣	農曆四月	立夏（陽曆 5 月 5 或 6 日）	小滿（陽曆 5 月 20 或 21 日）
仲夏節氣	農曆五月	芒種（陽曆 6 月 6 或 7 日）	夏至（陽曆 6 月 20 或 21 日）
暮夏節氣	農曆六月	小暑（陽曆 7 月 7 或 8 日）	大暑（陽曆 7 月 23 或 24 日）
初秋節氣	農曆七月	立秋（陽曆 8 月 7 或 8 日）	處暑（陽曆 8 月 23 或 24 日）
仲秋節氣	農曆八月	白露（陽曆 9 月 7 或 8 日）	秋分（陽曆 9 月 23 或 24 日）
暮秋節氣	農曆九月	寒露（陽曆 10 月 8 或 9 日）	霜降（陽曆 10 月 23 或 24 日）
初冬節氣	農曆十月	立冬（陽曆 11 月 7 或 8 日）	小雪（陽曆 11 月 23 或 24 日）
仲冬節氣	農曆十一月	大雪（陽曆 12 月 8 或 9 日）	冬至（陽曆 12 月 24 或 25 日）
暮冬節氣	農曆十二月	小寒（陽曆 1 月 5 或 6 日）	大寒（陽曆 1 月 20 或 21 日）

立春 雨水 驚蟄

大寒後十五日，斗指東北，維為立春，時春氣始至，四時之卒始，故名 立春 也。	斗指壬為雨水，時東風解凍，冰雪皆散而為水，化而為雨，故名 雨水 。	斗指丁為驚蟄，雷鳴動，蟄蟲皆震起而出，故名 驚蟄 也。
立春 ：是一年中的第一個節氣。揭開了春天的序幕，草木開始萌芽，農人也開始忙著播種。舊時代的社會，有「迎春」的習俗。高拱乾修《台灣府志》記載著：「立春前一日，有司迎春東郊，備儀仗、綠棚，優伶前導。看春仕女蜂出雲集，填塞市中，多是春花、春餅之屬，以供娛樂。」政府訂定立春這一天為農民節，可見這一天的重要性。	雨水 ：本來是指冰雪溶化成水。農民曆書說：「斗指壬為雨水時，東風解凍，冰雪皆散而為水，化而為雨，故名雨水。」 台灣 的雨水時節，正是春雨綿綿的季候。農諺說：「雨水節，皆柑橘。」又說：「雨水甘蔗節節長。」生動說明了這時節，正是萬物欣欣向榮，草木萌生的景象。	驚蟄 ：是指春雷初響，驚醒蟄伏中的昆蟲。這時節已經進入仲春，桃花紅、李花白，黃鶯鳴叫、鳥兒高飛的時節。但因為春暖乍至、春雷初響，把冬眠中的昆蟲都驚醒了，開始活躍於天地間。農民曆中記載：「斗指丁為驚蟄，雷鳴動，蟄蟲皆震起而出，故名驚蟄。」春雷，是這節令最具代表性的自然現象。

春分 清明 穀雨

斗指壬為 春分 ，日行周天，南北兩半球晝夜均分，又適當春之半，故名也。	斗指丁為 清明 ，時萬物潔顯而清明，蓋時當氣清景明，萬物皆齊，故名也。	斗指癸為 穀雨 ，言雨生百穀也。時必雨不降，百穀滋長之意，蓋本於此。
--	--	---

<p>春分：春分的「分」，是過了一半的意思。農民曆記載：「斗指壬為春分，約行周天，南北兩半球晝夜均分，又當春之半，故名春分。」這時正是農家最忙時節，也是春暖花開佳期。歐陽修的一段文章說：「南園春半踏青時，風和聞馬嘶，青梅如豆柳如眉，日長蝴蝶飛」。台灣的春分時節，是國蘭盛開的季節。國蘭也稱報歲蘭，每年春節起開花，到了春分，正是開得最盛的時候，風雅人士都是競相賞蘭為樂。</p>	<p>清明：在節氣上，代表天清地明的意義。自古以來，清明便是中國人祭祖掃墓的日子，人們重視的是「祭之以禮」追遠的活動。宋代高菊澗〈清明〉詩寫著：『南北山頭多墓田，清明祭掃各紛然。紙灰飛作白蝴蝶，血淚染成紅杜鵑。日暮狐狸眠塚上，夜歸兒女笑燈前，人生有酒須當醉，一滴何曾到九泉。』台灣的清明掃墓習俗，陳文達修《台灣縣志》記載：「清明，祀其祖先，祭掃墳墓，必邀親友同行；婦女亦駕車到山。祭畢，席地而飲，薄暮而還。」還保存著古代的遺風。</p>	<p>穀雨：是春季最後的一個節氣。這時節田中的秧苗初插，作物新種，最需要豐沛的雨水灌溉滋潤，也就是「雨生百穀」的意思。在這個春將盡、夏將至的季節，池塘裡的浮萍開始孳生，桑樹也長出翠綠的新葉，正是養蠶人家開始忙碌的時候；此外，春茶也在這時節前後採收，從丘陵到高山，處處可以見到流著汗水的茶農們，辛勤地忙著採茶，茶農人家忙著製茶，茶香瀰漫著山村。春茶上市，大家都愉快地收穫與品茶哩！</p>
---	---	--

立夏 小滿 芒種

<p>斗指東南維為立夏，萬物至此皆已長大，故名立夏也。</p>	<p>斗指甲為小滿，萬物長於此少得盈滿，麥至此方小滿而未全熟，故名也。</p>	<p>斗指巳為芒種，此時可有種芒之穀，過此即失效，故名芒種也。</p>
<p>立夏：古代君王常在夏季初始的日子，到京城外去迎夏，這一天就是立夏。曆書上說：「斗指東南，維為立夏，萬物至此皆已長大，故名立夏。」這是一個繼長增高的時節，《禮記》〈月令〉篇解釋自然界，恰是「蟪蛄鳴，蚯蚓出，王瓜生，苦菜秀。」說明這時節的青蛙開始聒噪著夏日的來臨，蚯蚓也忙著幫農人翻鬆泥土。清晨在鄉間散步，你是否看過蚯蚓呢？</p>	<p>小滿：農諺說「小滿麥滿仁。」指的是小滿時節，稻與麥都已經結穗盈滿。二十四節氣的神像中，只有小滿神全身『滿清人』打扮，大概是取『滿』字的意思吧！ 有一首南部童謠〈天烏烏〉是這麼唱的：「天烏烏唔落雨，蕃薯一斤二百五。討海人，真艱苦，船仔停個歸半晷。欲去又烏影，不去又吊鼎。阿兄講不去，阿嫂喝著去。大風大水來拍拚，掠著一尾三斑魚，扛到門口埕。阿兄講欲賣，阿嫂講欲食。蕃薯簽，無地糴，魚仔一大碗，捧咧瞄瞄看。」</p>	<p>芒種：這一時節，已經進入典型的夏季，天氣相當炎熱。農事種作都以這一時節為界。過了這一節氣，存活率就愈來愈小了。曆書說：「斗指己為芒種，此時可種有芒之穀，過此即失敗。」炎炎夏日，冰品大受歡迎，街頭巷尾到處都是販賣冰涼飲料的小販。此外，西瓜、荔枝、芒果等夏季水果，也紛紛應市。</p>

夏至 小暑 大暑

<p>斗指乙為夏至，萬物於此皆假大而極至，時夏將至，故名也。</p>	<p>斗指辛為小暑，斯時天氣已熱，尙未達於極點，故名小暑也。</p>	<p>斗指丙為大暑，斯時天氣甚熱於小暑，故名大暑。</p>
---	---	--------------------------------------

<p>夏至：清代之前的夏至日，全國都放假，它是我國最早的節日。這一天，人人都回家與親友團聚暢飲。這一時節，自然界有幾個明顯的現象。《禮記》〈月令〉篇記載：「鹿角解，蟬始鳴，半夏生，木堇榮。」說明這時節可以開始採鹿茸，蟬兒開始鳴叫，半夏及木堇兩種植物，逐漸繁盛開花。夏至，是陽氣最旺的時節，這一天白天最長，黑夜最短。酷暑裡，你做些什麼活動呢？</p>	<p>小暑：這一季節，台灣的颱風季節已經來臨。高拱乾修《台灣府志》記載：「風大而烈者為颶，又甚者為颶……颶則常連日夜，或數日而止。……五、六、七、八月發者為颶。」小暑時節，也是螢火蟲開始活躍的季節，只要有綠草、有露水的地方，夜晚便可見到這種一閃一亮的昆蟲，在徐徐的薰風中，陪伴人們度過漫漫長夜。可惜，近年來的這種樂趣越來越少人欣賞了。</p>	<p>大暑：這是一年中暑最酷熱的節氣。這個「汗流浹背」的日子，天候的特徵是：「斗指丙為大暑，斯時天氣甚烈於小暑，故名大暑。」在這酷熱難耐的季節，人們常利用登高山享受森林浴，或下水游泳等方法避暑。這時節，也是鄉村田野蟋蟀最多的季節，有些地方人們以鬥蟋蟀為樂。你們可曾享受到這些樂趣？</p>
---	--	---

立秋 處暑 白露

<p>斗指西南維為立秋，陰意出地始殺萬物，按秋訓禾，穀熟也。</p>	<p>斗指戌為處暑，暑將退，伏而潛處，故名也。</p>	<p>斗指癸為白露，陰氣漸重，露凝而白，故名白露也。</p>
<p>立秋：秋，是個肅殺的季節，立秋宣示著秋天已來到。曆書說：「斗指西南維為立秋，陰意出地始殺萬物，按秋訓禾，穀熟也。」封建社會時代，立秋有迎秋之俗，由皇帝率文武百官，到城郊設壇迎秋。此外，也是軍士們開始勤操戰技，準備作戰的時節；法官們也努力整理律法，有冤情的給予平反，罪證確鑿的執行「秋決」。台灣地區的立秋時節，是一期稻作收穫、米穀滿倉的時節。</p>	<p>處暑：是暑氣結束的時節。明代·郎瑛的《七修類稿》記載著：「處，止也，暑氣至此而止矣。」暑氣雖然逐漸消退，但是，天候還沒有轉涼。所謂「秋老虎，毒如虎。」正提醒著人們：秋天還會有熱天氣。顧鐵卿《清嘉錄》也說：「土俗以處暑後，天氣猶暄，約再歷十八日而始涼；諺云『處暑十八盆』，謂沐浴十八日也。」意思是，還要十八天的流汗沐浴。台灣的處暑時節，正是虱目魚苗溯流北游的時候，常能看到海邊有許多捕魚苗的人。</p>	<p>白露：白露是個典型的秋天節氣。從這天起，露水一天比一天凝重成露而名。農民曆說：「斗指癸為白露，陰氣漸重，凌而為露，故名白露。」《禮記》〈月令〉篇記載：在這節氣的景象，是「盲風至，鴻雁來，玄鳥歸，群鳥養羞。」這時節正是鴻雁南飛避寒，百鳥開始儲存乾果已備過冬的時候。台灣的白露節氣，明顯的是桂花盛開，「白露時分桂飄香」文旦、酪梨等水果，也開始上市。「白露筍」也在這時節生產，又白又嫩，滋味很鮮美哦！</p>

秋分 寒露 霜降

<p>斗指己為秋分，南北兩半球晝夜均分，又適當秋之半，故名也。</p>	<p>斗指甲為寒露，斯時露寒冷而將欲凝結，故名寒露也。</p>	<p>斗指巳為霜降，氣嘯，露凝結為霜而下降，故名霜降也。</p>
--	---	--

<p>秋分：是秋天過半的意思，這個節氣大約在中秋節前後。農民曆說：「斗指己為秋分，南北兩半球晝夜均分，又適當秋之半，故名。」指出這一天的白天和夜晚，各占十二小時，是一個相當特殊的日子。傳統社會的農諺說：「秋分天氣白雲來，處處欣歌好稻栽。」可以看出農民最愛的是秋高氣爽、白雲飄飄的日子。因為這樣的天气，可以預卜二期稻作能盈滿豐收。</p>	<p>寒露：二十四節氣中，這一節氣最先提到「寒」字，這時節，天氣已經明顯出現秋霜之意，民間的曆書記載著：「斗指南甲為寒露，斯時露寒而冷，將欲凝結，故名寒露。」菊花為寒露時節最具代表性的花卉，處處可見到它的蹤跡。由於接近重九時節，某些地區有飲「菊花酒」的習俗，所以這一天又稱「菊花節」。古書記載：「九月九日，採菊花與伏苓、松脂，久服之，令人不老。」登高山、賞菊花，成了這個節令的雅事。</p>	<p>霜降：是秋季的最後一個節氣。「氣肅而凝，露結為霜」，是霜降節氣的命名由來。天氣逐漸寒冷，偶而夜露會凝結成霜。台灣屬於海島型氣候，這時節的北部地區會颳起「九降風」。陳文達修《台灣縣志》記載著：「九月，北風凜冽，積日累月，名曰九降風。」這種長時期颳不停的東北季風，雖然令人生活不便，卻也是新竹人的最愛。這個地區盛產米粉，可以藉著風力迅速吹乾米粉，變得很Q、更好吃；在新埔、北埔盛產柿子的地方，也是吹乾柿餅的好幫手。你可以看到許多人家正忙著削皮作柿乾哩！</p>
---	--	--

立冬 小雪 大雪

<p>斗指西北維為立冬，冬者終也，立冬之時，萬物終成，故名立冬也。</p>	<p>斗指己，斯時天一積陰，寒未探而雪未大，故名小雪也。</p>	<p>斗指甲，斯時積陰為雪，至此栗烈而大，過於小雪，故名大雪也。</p>
<p>立冬：是冬季的第一個節氣。傳統觀念中，冬是結束的意思。進入這一時節，天地萬物的活動都趨向休止，準備蟄伏過冬。人們沒有「冬眠」，就在立冬這一天「補冬」。民俗信仰中，立冬日要進補山珍野味，到了酷寒的冬天節氣裡，才不會怕冷。這個節氣，也是螃蟹正肥美的時節，台灣西部的沿海地帶，是盛產螃蟹的地區，肥碩黃澄的蟹黃，成了吸引饕客的美味佳餚。你喜愛吃「紅蟳」嗎？</p>	<p>小雪：是個望文生義的節氣。農民曆說：「斗指己，斯時天已積陰，寒未深而雪未大，故名小雪。」在亞熱帶的台灣，這景象是不明顯的。唯一讓人稍感寒意的，只不過是時時颳起的寒風罷了。</p> <p style="text-align: center;">你仔細欣賞過「菅芒花」嗎？它的歌詞真有意思哦！請您用閩南語唱唱看：「菅芒花白無香，冷風來搖動；無虛華無美夢，啥人相痛疼？世間人錦上添花，無人來探望。只有月娘清白光明，照阮的迷夢。（三之一）」</p>	<p>大雪：是個比小雪嚴寒的節氣。《禮記》〈月令〉篇說：「冰益壯，地始坼，日短至，陰陽爭，諸生蕩。」這是在黃河以北才有的冰封雪凍現象，亞熱帶的台灣，也只能在玉山、合歡山上，才能出現個幾次而已。雪景，在台灣大部份地區是難得一見的。</p>

冬至 小寒 大寒

<p>時陰極之至，明陽氣始至，日行至，北半球，晝最短而夜最長也。</p>	<p>斗指戌為小寒，時天氣漸寒，尚未大冷，故名小寒。</p>	<p>小寒後十五日，斗指癸為大寒，時大寒栗烈已極，故名大寒也。</p>
--------------------------------------	---------------------------------------	--

<p>冬至：是個很重要的節氣，也是個重要節日。這一天的白晝最短，夜晚最長；民間以「冬節」「至節」「亞節」「長日」稱呼它。曆書記載：「斗指戊，斯時陰氣始至明，陽氣之至，日行南至，北半球晝最短，夜最長也。」<u>台灣</u>有一句俗諺說：「冬至大過年」，是說這天與過年同樣重要。過冬至節，最要緊的是搓湯圓。民間的冬至湯圓分紅、白兩種，老輩人說：「不吃金丸（紅）、銀丸（白），不長一歲。」可見人們對冬至湯圓的重視。</p>	<p>小寒：《周書》〈時訓〉篇說：「小寒之日，雁北鄉；又後五日，鵲始巢；又五日，雉始雊。」禽鳥對天候比較敏感，感受到節氣的變化，配合著迎接「新春」的季節。這時節，大地仍然是一片冰雪的寒冷世界。從冬至開始，要過完九九八十一天，才算寒盡逢春。北方農諺說：小寒大寒，冷成冰團。小寒時，<u>台灣</u>的氣候不會寒冷得這樣，但是時時襲來的寒流，也能印證寒氣酷冷的程度。以前黃河流域的農家，小寒之後，時興玩著【九九消寒圖】用來避寒。<u>台灣</u>沒有這種遊戲，只是街頭巷尾的「火鍋店」林立，成了人們消除寒氣的絕佳場所。</p>	<p>大寒：大寒是一年中最後的一個節氣，氣候相當寒冷。但因已近春天，不會像大雪到冬至期間的酷寒。這時節，人們開始忙著除舊佈新、醃製年餚、準備年貨。已經隱隱可以感受到大地春回的景緻。清人厲鵬的《真州竹枝詞引》記載著：「醃肉雞魚鴨，曰『年肴』，煮以迎歲……」可以看出，人人都在準備醃魚、臘肉，忙著準備迎接新年。現今民生繁榮的社會裡，各種年菜佳餚，隨時可以在南北百貨及超級商店買到。以前等到過年才買新衣服、才拿壓歲錢、才能到處玩樂的情趣，也進步為「天天過年」了。</p>
---	--	---