

万物生长此时皆清洁而明净

清明如何从节气变成了节日？

清明既是二十四节气之一，又是一个历史悠久的传统节日，兼具自然与人文的内涵。古时，清明这一天不仅是扫墓祭祀、缅怀祖先的肃穆节日，也是踏青郊游、亲近自然的快乐节日。那么，清明是如何从一个节气变为重要的传统节日呢？它就等于寒食节吗？古人从什么时候开始放“清明假”？为什么清明既有肃穆的扫墓祭祖传统，又是古人们踏青游玩、宴饮享乐的好日子？



清明的两个前身:寒食节和上巳节 寒食禁火吃冷食 上巳洗濯去疾病

清明是二十四节气中的第五个节气，这一天太阳运行到黄经15度。此时，中国大部分地区气候开始回暖，雨量增多，到处呈现出一片生机勃勃的景象。汉武帝时期，《太初历》第一次把二十四节气纳入历法，那时清明作为节气即已出现。对于“清明”这个节气的名称，《淮南子》中是这样解释的：春分“加十五日，斗指乙，则清明风至。”意思是说春分15天后，北斗星指向天干“乙”的方位，会刮清明风，也就是东南风，因而这一节气叫作“清明”。而《燕京岁时记》援引《岁时百问》中的解释则是：“万物生长此时，皆清洁而明净，故谓之清明。”

清明之所以能从节气演变为传统节日，与它的两个前身寒食节和上巳节有关。早期寒食节的日期不定，大约在魏晋时期固定在冬至后第105天，主要的习俗是禁火、冷食。关于寒食节的起源主要有禁火说、改火说和纪念介子推说三种。《周礼》记载“中春，以木铎修火禁于国中”，意思是说仲春的时候，要有专门的人负责敲着铃铛宣传禁火。春天大火星(心宿二)会在东方出现，东方属木，古人担心这会引发火灾，因而要禁火。唐代李潜的《刊误》中则认为，古时“四时皆改其火”，而“自秦以降，渐至简易，唯以春是一岁之首，止一钻燧。而适当改火之时，是为寒食节之后。既曰就



北宋苏轼书《寒食帖》

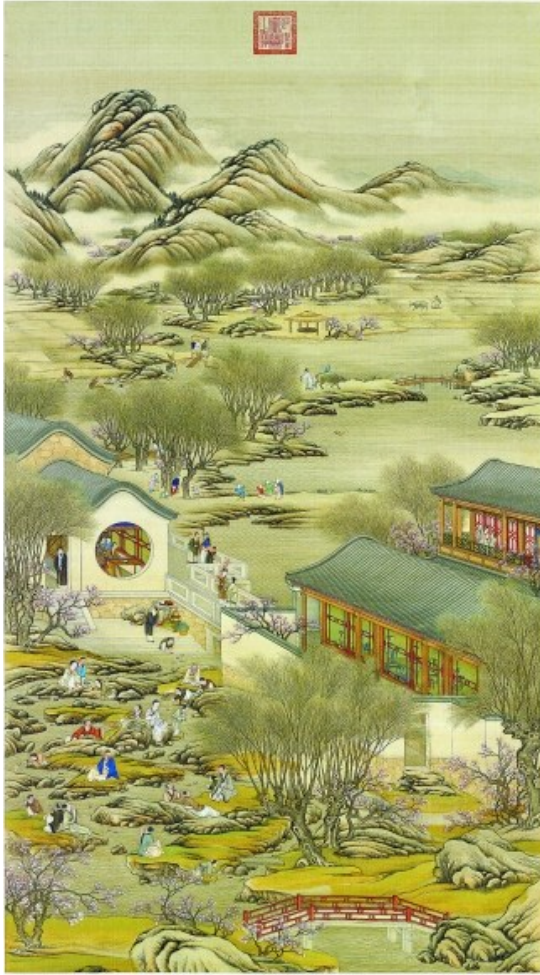
新，即去其旧。”古时钻木取火，获得火种很不容易，要长期保留。古人担心火种保留的时间太长也会变质，所以要定期更换新的火种，称为“改火”。先秦时期四季都要改火，秦代以后为了简便，变为春季改火一次，时间就在寒食节之后。寒食节纪念介子推的说法影响最广。介子推也叫介之推，是春秋时期晋国人，他跟随晋文公重耳逃亡，又辅佐重耳回国成为晋国的国君。介子推立了大功却不愿接受封赏，带着母亲隐居到了绵山。传说晋文公为了请出介子推而放火烧山，可介子推宁愿被火烧死，也没有出山。后来人们就在寒食这一天禁火、吃冷食以纪念介子推。曹操的《明罚令》中曾提到：“太原、上党、西河、雁门冬至后一百有五日皆绝火寒食，云为介子推。”

上巳节来源于传统的巫术信仰，

是指干支纪日法中，三月的第一个日子。古人认为“巳”代表去除疾病，所以在上巳这天到河水中沐浴，希望借此被除不祥。如《日知录》：“季春三月，辰为建，巳为除，故用三月上巳被除不祥。古人谓病愈为巳，亦此意也。”先秦时期，就已经出现在上巳日到水边洗浴招魂的巫术活动。到了汉代，上巳节的主要活动仍以洗濯除灾为主，称为“禊”。《后汉书·礼仪志》记载：“是月上巳，官民皆洁于东流水上，曰洗濯祓除去宿垢。”这时的上巳节已经成为重要的节日，其间还要举行宴会和庆祝活动。东汉张衡的《南都赋》中描写了上巳节热闹的气氛：“于是暮春之禊，元巳之辰，方轨齐轸，被于阳樊。朱帷连网，曜野映云。男女皎服，络绎缤纷。”可见上巳节时，人们会穿着漂亮的衣服参与被禊活动。



宋代清明成为春季主要节日 后以“朝朝寒食”形容快乐时光



清院本《十二月月令图·三月》

宋代的《岁时广记》中，“清明”已成为独立的条目列在“寒食”之后，证明宋时清明已经成了独立的节日。宋代的清明节承载了寒食和上巳节的很多习俗，包括上坟、踏青、宴饮等等。特别是踏青游玩活动，远较唐代为盛。《东京梦华录》“清明”条下记载：清明日“都城人出郊……四野如市，往往就芳树之下，或园囿之间，罗列杯盘，互相劝酬。都城之歌儿舞女，遍满园亭，抵暮而归。”宋代清明时节还有赛龙舟、插柳条等习俗。此外，还有人认为《清明上河图》描绘的就是清明节期间开封民众游娱的盛况。

明清时期，寒食节和上巳节逐渐式微，只在部分地区还留有一些风俗，而清明节则成了春季最主要的节日。清明节的活动大体还是以扫墓祭祀和郊游踏青为主。明代的《帝京景物略》记载：“清明日，男女扫墓，担提尊榼，轿马后挂楦旛，粲然满道也。拜者、酹者、哭者、为墓除草添土者，焚楦旛次，以纸钱置坟头。望中无纸钱，则孤坟矣。哭罢，不归也，趋芳树，择园圃，列坐尽醉，有歌者。哭哭无端，哀往而乐回也。是日簪柳，游高粱桥，曰踏青。”此外，荡秋千、放风筝、插柳条等习俗也十分盛行，清代的《坚瓠集》中就提到清明前后盛行荡秋千和放风筝。

寒食节能出去踏青，元宵节不用宵禁，这都是古人难得能够尽情欢乐的好日子。因此，元杂剧和明清小说中有个说法叫：“朝朝寒食，夜夜元宵”，用来形容日子过得特别欢乐，在《初刻拍案惊奇》中就载有：“好不受用！好不快乐！果然是朝朝寒食，夜夜元宵。”这种欢庆气氛自然延续到了清明。此外，清明节适逢春意盎然、气候宜人的春季，踏青、蹴鞠、荡秋千等活动不仅给了人们亲近自然的机会，也使得青年男女有了相遇的可能，为浪漫故事提供了发展机会。据统计，《三言二拍》里面与清明节有关的故事就有27个，如著名的《白娘子永镇雷峰塔》中，许宣(许仙)和白娘子初次相遇时，“正是清明时节，少不得天公应时，催花雨下，那阵雨下得绵绵不绝。”(本报综合)



唐代寒食、上巳、清明三节融合 法定假期连休七天 祭祖雅集活动丰富

魏晋时期，寒食节还只是流行于北方地区的地方性民间节日，内容也仅限于禁火和寒食。到了南北朝时，其节日的内容开始增加，据南朝时期的《荆楚岁时记》记载，那时的寒食节习俗已有挑菜、饷鸡子、斗鸡和蹴鞠等。

寒食节在唐代得到统治者的认可，成为官方节日，有了法定的假日。寒食节是在冬至后105天，正好是清明前的一两天，所以寒食假期就和清明连在了一起。据《唐会要》记载，开始寒食和清明共放假四天，到了大历十三年后，改为“寒食通清明休假五日”。成书于元和年间的《大唐新定吉凶书仪》中又变为“寒食通清明休假七日”。可见唐代的寒食节和清明连起来已经过了七天的“小长假”。

唐代寒食节的一项重要活动是上坟祭奠先祖。《唐会要》记载的一道敕文中提到：“寒食上墓，礼经无文。近世相传，浸以成俗。士庶有不合庙享，何以用展孝思？宜许上墓……仍编入礼典，永为例程。”可见寒食上坟的习俗在唐代兴起后，得到了官方的认可，并成为礼制。白居易的《寒食野望吟》诗中便写道：“丘墟郭门外，寒食谁家哭。风吹旷野纸钱飞，古墓累累春草绿。”

寒食节作为唐代的法定假日，除了上坟扫墓外，还有很多丰富的活动。朝廷和王公大臣会在节日当天举行宴会，食品以冷食为主，类似于现在



明代钱穀绘《兰亭修禊图》(局部)

的冷餐会。民间则盛行打秋千、蹴鞠、斗鸡、饷鸡子、走马等一系列娱乐活动，白居易的《和春深》就描写了寒食节的热闹场面：“何处春深好，春深寒食家。玲珑饷鸡子，宛转彩球花。碧草追游骑，红尘拜扫车。秋千细腰女，摇曳逐风斜。”即便是在上坟之后，面对大好春光，人们也会趁机在郊外宴饮作乐，以至于朝廷多次下令禁止这种行为。

上巳节在魏晋南北朝时期固定在了三月三日，《晋书·礼志》记载：“自魏以后，但用三日，不以上巳也。”节日的内容也更加丰富，其中最为盛行的当属“曲水流觞”。所谓“曲水流觞”是指一种文化活动，人们坐在弯曲的小溪旁边，把盛满酒的酒杯(觞)放在水上，酒杯沿着曲水顺流而下，停在谁的面前，谁就要赋诗一首，诗不成则罚

酒。“曲水流觞”在魏晋时期非常流行，《初学记》援引《荆楚岁时记》说：“三月三日，士人并出水渚，为流杯曲水之饮。”著名的《兰亭集序》就是王羲之的一次曲水流觞活动写的序言。

唐代的上巳节也以宴饮为主，而且宴会的规模极为盛大。《太平广记》记载：中和年间，“上巳节即赐宴臣僚，会于山亭，赐太常教坊乐。池备彩舟，唯宰相、三使、北省官翰林学士登焉。倾动皇州，以为盛观。”曲江边上的宴会称为“曲江会”，杜甫《丽人行》“三月三日天气新，长安水边多丽人”描写的就是上巳节曲江会的盛况。

由于寒食节、上巳节和清明节气时间相近，所以三者在唐代逐渐开始融合，王维在《寒食城东即事》诗中就有“少年分日作遨游，不用清明兼上巳”的诗句。

春分：花事一场又一场

○孔帆升

露水的惬意。

春分，是说春天已见分晓。茶花开了，广玉兰开了，桃花开了，豌豆开花了。海棠开了，樱花开了，兰草花开了，油菜花漫山遍野地金黄，那些红红绿绿的甘愿点缀其间，任由油菜花引领。花事一场一场，从低处往山上徐徐铺展，是把春天整个儿还给春天。山上还有些植物还在等。枝丫光秃秃伸着展示五线谱般在等风弹拨，还在想从哪一寸出发，向绿色挺进，从身体何处打开情感缺口。山里的花慢着性子，直到四月还“山寺桃花始盛开”，也有急性子的，热个几天就忍不住笑开了怀。

春暖花开这词耐嚼。你不暖，我不开，你不热情，我不微笑。春意融融，阳光明媚，在阳光之下，草木通人性，一切都表现得欣欣向荣，连流动的水也分外的清冽透明。欧阳修“今年花胜去年红，料得明年花更好”之情，如丝丝凉风浸入肌肤，让人更添惜阴惜人之情。

春和景明，应该是指春分清明之际，新绿逐渐丰茂了，花儿一趟一趟次第开放，天水空旷，四野开阔，心也跟着放开了。心里空着，能装下好多景色，能放过许多烟云，涟漪出动人的心事。百花齐放之景拉开了序幕，犁把水响，春风里有粪香，花香。燕子穿梭，田舍忙碌，都准备着播下一年的希望呢。



节气里的乡村

世间万象

昆虫也有房子 还是3D打印的



蚂蚁、瓢虫、小蜘蛛等是经常出现在我们生活中的昆虫。最近，有设计师为它们专门设计了房子——而且采用了3D打印技术。

据了解，这位设计师专门为居住在家中的昆虫设计了一系列3D打印的“小房子”，为这些小生物提供了安全栖居的场所的同时展示我们周围容易被忽视的神奇生物多样性。

一篇关于生物多样性的研究显示，在我们的家居环境中，大约生活着100种不同的蜘蛛、昆虫、多足类以及其他小虫。设计师认为，蚂蚁通常可能出现在我们剩下的食物中；蜘蛛待在房间安静的角落结网捕猎；瓢虫则会偶尔出现在窗户附近有凝水的地方。然而，这些其实仅仅是家居环境中多种生物的冰山一角。每款3D打印小屋都专为一种特定的昆虫设计，设计灵感来源于这些小动物在自然环境中自己“建造”的天然栖居地。

逛到晕无印良品 世界旗舰店开幕



4月4日，无印良品在东京银座并木通开了全球最大旗舰店“MUJIGINZA”，目标在于提供一个让世界各地的人们在此发挥想象空间、邂逅彼此并互相产生联系的场所。这家世界旗舰店一共11层楼，集食品区、杂货商店、MUJISupport、艺术区和酒店等“生活中真正必须的商品与真正必须的服务”于一体。因此有人评价这座大楼为“一个包裹着各种尺寸盒子的巨型魔盒”。在4楼的设计工坊里，顾客可以为购买的书籍设计自定义封面，让这本书“专属”于自己；也可以挑选布制品，并从200个图案中选择自己喜欢的去刺绣。6层的ATELIERMUJIGINZA是一个复合性设计文化基地，能够欣赏到多种设计品展示。

麦当劳新总部 变身“时尚艺术馆”



麦当劳总部在时隔47年后从郊区搬到了芝加哥市中心的西环路上。最近，这座花费2.5亿美元打造的办公楼正式投入使用。大堂天花板上悬挂的大型艺术金属装置给人强烈的视觉冲击，为空间增添艺术感与活力感。楼梯是一大设计亮点，拥有特殊几何美感的楼梯形状、透明的挡板，开放式的布局，让空间更加宽敞。楼梯中央大片幕帘上是各种造型别致、颜色斑斓的工艺品装饰物，富有强烈的层次感与趣味性。(本报综合)