

口述民俗

仲春雷雨振，蛰惊草木舒。即将迎来的第一声雷鸣，似乎在提醒人们仲春已来。春雷乍动，惊醒了冬眠的动物和蛰伏的昆虫，此时万物苏醒过来，天地之间暖意渐升，春意渐浓。

进入三月，正好也到了“九九”之时。根据中国古代民间计算寒天与春暖花开日期的方法“数九”，冬至后的八十一天为“冬九九”。要数完九个九日，才是春暖花开之日。民谚有云：“九九又一九，犁牛遍地走。”可见到了九九之时，已经是农耕繁忙的仲春之时。三月还有庆祝百花生日的花朝节。此时，人们结伴到郊外游览赏花，踏青郊游，天地间都是春意盎然的景象。

台北故宫博物院藏
南宋马麟《春雨霏雾图》

3月

二
1 2四
3 4六
5 6
惊蛰一
7 8
妇女节三
9四
10 11六
12 13一
14 15三
16 17五
18 19日
20 21
春分二
22 23四
24 25六
26 27一
28 29三
30 31

3月

民俗日历

惊蛰迎仲春

春色正中分

二月二日江上行
东风日暖闻吹笙

龙抬头 3月4日(农历二月初二)

龙抬头，又称春耕节、农事节、青龙节、春龙节等，是中国民间传统节日。该节日源于自然天象崇拜，与上古时代人们对星辰运行的认识以及农耕文化有关。自古以来，中国民间认为龙是吉祥之物、和风化雨的主宰，并将龙抬头日作为祈求风调雨顺、驱邪攘灾、纳祥转运的日子。这一天，人们敬龙祈雨、理发、吃猪头、吃面条……希望这一年能有个好的开始。

说到当下人们印象最深的习俗，那自然要数“剃龙头”了。俗语有“二月二，龙抬头”的说法，因此很多人都在农历二月二这天剃头，有应“剃龙头”的吉意。古代民间认为，在当天剃头，会使人红运当头、福星高照。“昔日成都，这日大街小巷的理发店里都排着长队。妈妈们也忙着给娃娃剃胎毛，赶着这个好日子，找个手艺高超的师傅来给娃娃理发。”民俗专家刘孝昌说。

据刘孝昌回忆，农历二月二也称之为“中和节”。相传，“中和节”是唐代设立的节日，且当时的日期是在农历二月初一，但随着历史的演化，改为二月初二，民间也常常将“中和节”与“龙抬头”混为一个节日。“旧时，成都人要在这一天吃太阳糕，喝中和酒。”他说。

新春甫惊蛰
草木犹未知

惊蛰 3月5日(农历二月初三)

“春雷惊百虫”，随着惊蛰时节的一声春雷，惊醒蛰伏于地下越冬的蛰虫，此时春气萌动，大自然又有了新的活力。据《月令七十二候集解》中记载：“二月节，万



民间有“春分立蛋”习俗，意在庆祝春天的来临。据新华社



十二花神花朝献瑞。图片由四川汉服提供

物出乎震，震为雷，故曰惊蛰。是蛰虫惊而出走矣。”可见惊蛰节气，其标志性特征是春雷乍动、万物生机盎然。

农谚说“到了惊蛰节，锄头不停歇”，可见中国劳动人民自古就很重视惊蛰节气，把它视为春耕开始的时节。“惊蛰节气对于农业生产有着十分重要的作用。”刘孝昌说，“惊蛰到了，春耕大忙也开始了。”

惊蛰虽到了“九九”之时，但因冷热空气交替，所以天气乍暖还寒、忽冷忽热。“就像娃娃的脸，一会儿哭一会儿笑的样子。”刘孝昌打趣道。所以在这个时节，可多食用些润燥的食物。因天气变化大，气候比较干燥，很容易让人感到口干舌燥，身体不舒服。因此在民间素有惊蛰吃梨的风俗习惯。

百花生日是良辰
未到花朝一半春花朝节 3月14日/17日
(农历二月十二/十五)

中国人爱花，花朝节更是由来已久，最早在春秋的《陶朱公书》中已有记载，又称“花神节”“挑菜节”，是为纪念百花生日所形成。因中国国土辽阔，南北气候差异大，所以花朝节举行的日期是因地制宜，与各地花信的早迟有关。有农历二月初二举行花朝节的，也有在二月十二、二月十五、二月二十五举行的。按照公

历，花朝节对应的日期一般在3月份左右。从二十四节气来讲，大致是在惊蛰到春分之间。

在古代，花朝节兴盛一时，且习俗繁多。每当花朝之日到来，人们游春扑蝶、祭祀花神、插花簪花、“赏红”、踏青、制作花糕……旧时常年居于深闺之中的娇俏少女，可在花朝节这一日结伴出行，尽情徜徉在春日的光辉之中，享受节日的乐趣。

在宋朝，花朝节又衍生出了“扑蝶会”。宋时开封一带的花朝曾流行“扑蝶会”，是当时民间颇有趣味的游艺活动。宋人所写的《诚斋诗话》有载：“东京二月十二日花朝，为扑蝶会”。

花朝节还有“赏红”的习俗。古时未婚的女子在花朝节结伴踏青，会剪五色的彩纸粘贴于花木上，叫作赏红。这一点在古籍中也有迹可循，清代的《清嘉录·二月》“百花生日”条亦言：“(二月)十二日，为百花生日，闺中女郎剪五色彩缯粘花枝上，谓之赏红。”

山色连天碧
林花向日明

春分 3月20日(农历二月十八)

“二月中，分者半也，此当九十日之半，故谓之分。”在古籍《月令七十二候集解》的记载中，能看到对于春分节气的解释。另《春秋繁露》说：“春分者，阴阳相半也，故昼夜均而寒暑平。”而“春分”的分，意思是一半，是一分为二，昼夜平分、寒暑平衡。此外，春分也是平分春季的意思，古人以立春至立夏为春季，而春分正当春季三个月的中间。

古代，人们将春分分为三候：“一候玄鸟至；二候雷乃发声；三候始电。”意思是说春分后，燕子从南方飞回来，下雨时天空会打雷并发出闪电。此时的农家们忙着耕田，春管、春耕、春种都即将进入繁忙阶段。

“春分到，蛋儿俏”。在古老的传说中，春分这天可以很容易把鸡蛋立起来。所以自古以来，民间有在这一日立蛋的习俗。目前，这一习俗已流传到世界的许多地方，无数人会在春分这天来进行这个有趣的游戏。同时，春分还有祭祖、吃春菜、粘雀子嘴等习俗。当然，趁着春光正好，是踏青、放风筝的好时节。莫负春光，尽情享受大自然的温暖与生机吧。

封面新闻记者 李雨心



花朝节汉服活动。图片由四川汉服提供