

立春

为二十四节气开篇

2月4日立春。中华先民在四季流转中创立了二十四节气，立春是开篇。东风吹化冻土，草芽钻出地面，天地间最柔软的生机开始涌动。3000多年来，它是自然节律，更是文化印记。

古人如何“捕捉”立春

立春，是农耕时代农民田间地头的经验，是中国人时间秩序中第一个也是最重要的刻度。

在没有精密仪器的时代，这个刻度并非凭空想象，而是古人通过精妙的方式“测量”出来的。最古老可靠的方法是“圭表测影”。早在公元前20世纪左右的陶寺遗址时期，我国中原地区已使用圭表测影法计时。后来，古人通过测量正午时分标杆影子的长度变化来确定节气。一年中影子最长之日为冬至，最短为夏至。立春，正是日影从冬至最长向夏至最短过渡中的一个关键转折点。当影子缩短到特定长度，即太阳到达黄经315°时，立春便至。考古学者沈志忠在《二十四节气形成年代考》中提到，这套方法在商周之际（约公元前11世纪）已相当成熟，用于确定立春等关键节气，以指导国家祭祀与农耕。

在中国最早的农书《夏小正》中，已有“正月启蛰”的记载，这被视为立春节气最早的雏形。至战国，《礼记·月令》正式确立了“立春”的名称，书中描述“蛰虫始振”，土地上的生命开始萌动。除了这些基于现实观察的记载，古人对春天的认知也充满了浪漫的想象。《左传》中提及一种叫“青鸟”的神鸟，传说它专司“启春”，它的出现便是春天来临的信号。从观察物候到确立节气，古人对春天的认知在秦汉时期凝练为完整的二十四节气体系。

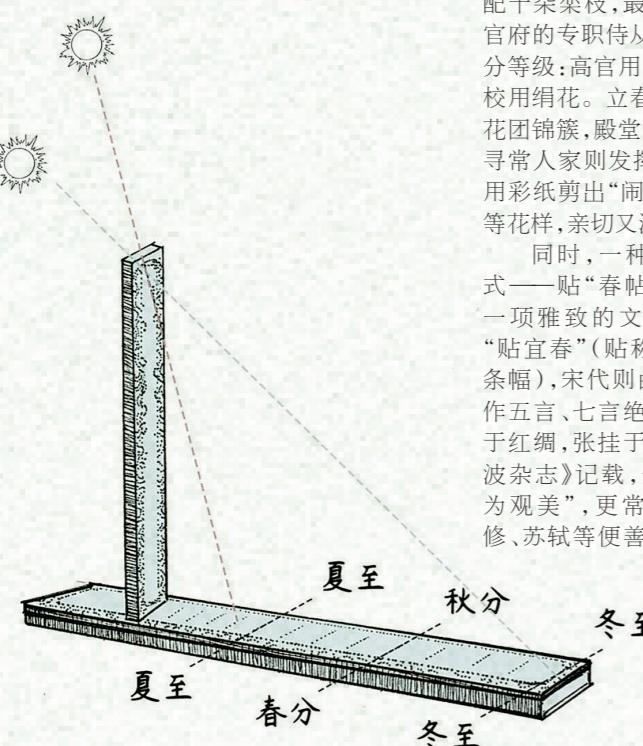
对于节气的“测量”，还有一种更富想象力的方法是“律管候气”。东汉《后汉书》记载：“为室三重，户闭，涂衅必周，密布缇缦。”在这样一间做好各种防风措施的三重密室中，内设木案，按十二方位摆放十二律管，对应十二个月份。律管内填入嫩芦苇秆内壁薄膜烧制成的灰，管口覆以轻薄丝织品。当对相应节气的“地气”来临时，相应律管内的灰烬便会被气息吹动，甚至飞扬而出，这便是“气至灰飞”。立春对应的，便是正月之律“太簇”（十二律之一，阳律，取万物生发，簇地而出之意）。

除了严谨的实验，亦有天才的直觉。《隋书》记载，北齐能人信都芳不仅精于律管候气，更能仰观天象云色而知节气将至。一次与人交谈，他忽指天空：“孟春之气到了！”旁人急去查验对应的律管，管内灰烬果然飞翔应验。他甚至制作了二十四具“轮扇”埋于地下，每至一节气，相应轮扇便自动转动，堪称古老的“节气自动化监测系统”。

从测量日影到聆听地气，立春，从缥缈的自然气息，变成了可观测、可验证、可期待的时间坐标。

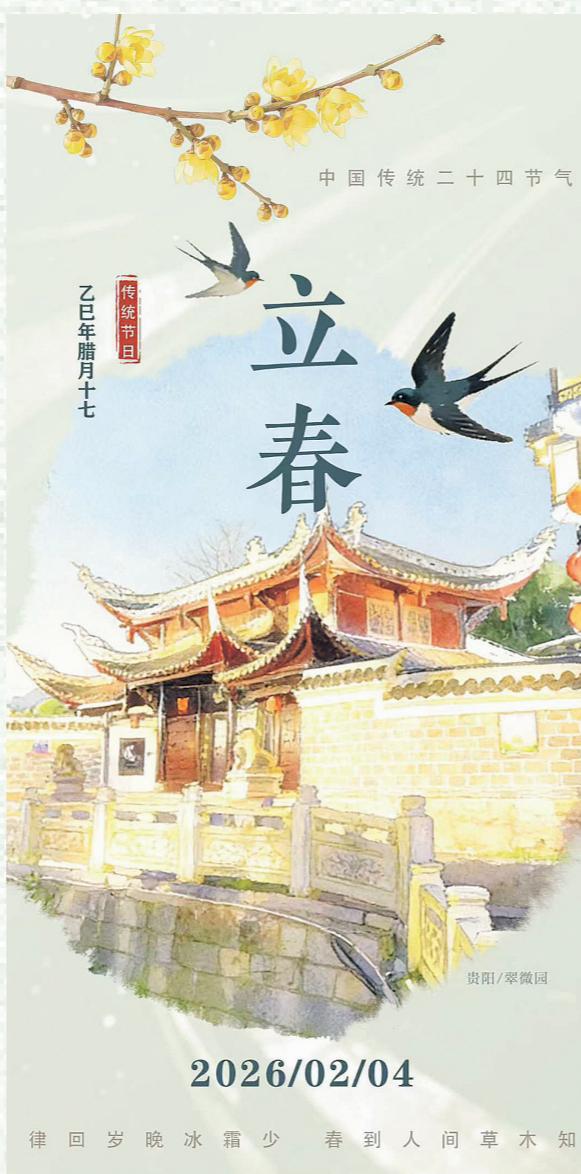
周代迎春大典“授民以时”

自周代起，迎春便成为国家最重要的典礼之一。其核心逻辑，是用一整套庄严的青色仪轨，向春天致以最高敬意。



“圭表测影”示意图。

节气之美



2026/02/04

陈猛/制图

鲜。绣功添采缕，和气入繁弦。”整首诗通过“璧带”“金铺”等意象，展现了宫廷的奢华，又以“和气”“繁弦”传递出祥和的氛围，是宋代宫廷诗的典型风格。

创作春帖是件凝聚才思与智慧的“苦差”。宋代僧人惠洪在《冷斋夜话》中记有一桩趣事：某年立春正好赶上温成皇后的丧期，按理说可以不用进献诗帖了，但宫里要求照常。欧阳修正在发愁怎么写才得体，他的同事王珪已经张口吟出一首：“昔闻海上有三山，烟锁楼台日月间。花似玉容长不老，只应春色在人间。”通过海上仙山、不老花容等意象既含蓄致敬逝者，又自然点出春回人间，在礼制与诗意图间找到了完美平衡。

欧阳修对王珪的才思敏捷大加赞叹，此事后来成为翰林院的一段佳话。因创作春帖费心费力，南宋诗人杨万里曾在诗中感慨：“一生幸免春端帖，可遣渔歌谱大章。”这份庆幸，恰恰道出了翰林学士们年复一年完成这项“命题作文”的殚精竭虑。

明清舌尖上的“咬春”

立春，不仅是一场视觉与文学的盛宴，更是一次唤醒味蕾的盛宴。中国人用“咬春”这一生动说法，将迎春的喜悦，实实在在化为美食享受。

明清时期，“咬春”已成为跨越阶层



作为立春饮食习俗，春饼的历史可追溯至唐代。

同时，一种张贴于门户的迎春方式——贴“春帖”，在宋代宫廷发展为一项雅致的文化仪式。它源于晋代“贴宜春”贴称颂春天或春天祝福的条幅，宋代则由翰林学士在立春前创作五言、七言绝句，再由工匠以金线绣于红绸，张挂于宫门。据宋代周辉《清波杂志》记载，这些春帖“不特咏景物为观美”，更常暗合规谏之意。欧阳修、苏轼等便善用此道，北宋名臣司马光有四首春帖诗，因为格调高雅，甚至成了后世的标准范文。比如“璧带非烟润，金铺霁

润，光有四首春帖诗，因为格调高雅，甚至成了后世的标准范文。比如“璧带非烟润，金铺霁

的全民习俗，并拥有了这个极具动感的名字。其实早在晋代，就有“食春”的记载——“五辛盘”，将葱、蒜、椒、姜、芥等辛辣蔬菜合食，意在驱寒振阳，并因“辛”与“新”谐音成为迎春符号。宋代时，此习俗升华为宫廷礼仪。据《宋史》记载，立春日，皇帝要向重臣赏赐“春盘”，盘中装有萝卜、春饼、生菜等新鲜时令食材。这份来自皇宫的仪式感，如同种子，将“立春食鲜”的习俗播撒到广泛的民间。

明清时，“食春盘”发展为更大众化的“咬春”。明代《酌中志》记载：“立春之时，无贵贱嚼萝卜，曰‘咬春’。”一枚清脆的萝卜，成了春日信物。清代“咬春”的内涵愈发丰富，据《上海县志》载，立春日“茹春饼，以生菜作春盘”蔚然成风。地道的吃法，是用烫面烙得薄如蝉翼的春饼，卷上水灵的生菜和爽脆的萝卜丝，一口咬下，满嘴都是早春的清新。

“咬春”亦成为亲友欢聚的由头。康熙时期的《登州府志》载，民间观春后“约亲厚者聚饮，名曰‘春宴’”；道光时期的《招远县志》也录有“戴花饮酒，谓之‘吃春宴’”的场景。这类聚会，江西称“春客”，在湖北则雅称“春台席”，名称虽异，其乐融融共享春意的内核却相通。

地域的广阔更催生了“咬春”的百般花样：北京人讲究用春饼卷“盒子菜”，集酱肉、肚丝、豆芽、韭菜等食材于一卷；南方地区流传“啃甘蔗、咬白萝卜”的俗语，取甜头、好彩头之意，还有地方将春饼精致化为油炸春卷，因其形态之美还被列入清代的满汉全席。舌尖之上，一幅立春食俗的斑斓地图缓缓展开，并流传到现在。

清代压轴大戏“彩亭”闹春

吃饱喝足，春天最热闹的戏码才真正开场。

立春的压轴大戏，从来不在宫廷与室内，而在热闹的街头。清代，一种叫作“彩亭”的全民狂欢，将迎春的庆典推至高潮。

这场热闹，往往从官府的仪仗队伍开始。清代的《帝京岁时节记》记载，清初的北京，迎春仪仗中已有“异（音yú）以彩亭，导以仪仗鼓吹”的记载。到了地方上，花样就更多了。就像康熙年间《汾阳县志》里写的，迎春队伍里，街坊邻里扮成渔夫、樵夫、农夫、书生等模样，戏曲艺人表演着各种戏剧片段。他们组成十二个行当，各自手持道具或旗帜作为前导队伍，后面还跟着装饰华丽的彩楼，引得城里乡下的男女老幼聚集围观。

最有看头的，还得是四川的“高跷”。据清光绪年间的《筠连县志》和《射洪县志》记载，这可不是简单的游行，而是技术活：当地人挑选年幼的艺人装扮成仙童仙女，立于高达丈余的铁架之上，由数名壮汉抬着，在鼓乐声中巡游街市。孩童凌空而立，向下方人群挥袖致意，其惊险与炫目，堪称古代街头“高空艺术”。

在浙江一带，又不一样。清代乾隆时期《缙云县志》里说，不光大人看热闹，小孩儿也参与进来。他们朝游行的队伍抛撒茶叶、米和豆子，觉得这样能保一年平安健康，无病无灾。这场面，既像是祈福，又像是一场盛大的街头游玩。

从北方的仪仗，到四川的杂技，再到江南童子的祈福游玩，“彩亭”的形式千变万化，但那份古城沸腾的热烈与喜悦，却别无二致。清代光绪年间《梁山县志》里“城乡老幼竞看”的描述，把那种翘首以盼、摩肩接踵的现场感写得活灵活现。这已经不是官府单方面的仪式，而是成了街坊邻里共同出力、一起欢乐的年度大戏。此后，立春的庆祝形式愈发贴近生活，除“彩亭”外，还演化出“春官”送福等富有烟火气的习俗。

如今的立春，春饼、春卷仍是餐桌上的“咬春”主角，而汉服爱好者簪戴春幡，孩子们的立春手作活动，则为传统习俗增添了更多新意。“立春登山”“公园观鸟”等迎春方式日渐流行，短视频里的节气知识、社交平台上的时令分享，更让这份春意在数字时代鲜活生动。当春风拂过柳梢，我们听见的不只是季节的脚步，更是祖先穿越时空的低语：“春来了。”

刘浩然

立春：“春官”来催耕

“一二三四五六七，万木生芽是今日。”2月4日，我们迎来二十四节气之首的立春。

一年之计在于春。古籍《群芳谱》云：“立，始建也。春始而建立也。”立春后，多地气温逐渐回升，春耕就要在我国不少地区陆续开始了。一些隆重又热闹的迎春劝耕习俗，也会在这个时节开展。

在武陵山区的贵州石阡县，劝农耕作的“春官”们正在走村串户，用一场场说唱演出，来迎接春天的到来。

“说讲耕来就讲耕，型耙铧口好耕春……”在石阡县花桥镇，52岁的“春官”张金回头戴“春官”帽、身着“春官”服、手持木质“春牛”，走到村民家中，用地道的方言说唱“春词”，提醒农户及时耕作，不误农时。

“石阡说春”，是当地世代流传的一种民俗，可追溯至唐代。2016年，“石阡说春”作为“二十四节气”的扩展项目被列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。

“石阡说春”分为“说正春”和“说野春”。“说正春”有固定春词，其主要内容包括“二十四节气歌”“渔樵耕读”等“春词”，内容涵盖历史、地理、人文等方面。“说野春”也叫“说要春”，主要有“开财门”“颂主人”“说茶”等“春词”，内容丰富、灵活多变。“春官”挨家挨户宣讲节气农事，往往是未见其人先闻其声。

“走到农户家，首先是‘开财门’，再是‘说春’，最后是‘送福’……”张金回说，这项技艺他是从父辈那里学来的，如今他又传给了年轻徒弟，一代接续一代。

在石阡，每到立春前后，就有上百名“春官”外出，为人们送去隆重的“说春”演出，全县还在不断壮大这支队伍，让这一流动的说唱“春景”持续在本地生根发芽。

十里不同风，百里不同俗。拥有“文化千岛”美誉的贵州，其立春民俗活动也多姿多彩。贵州省非物质文化遗产保护工作专家委员会副主任谢彬如说，除了“石阡说春”，贵州还有苗族跳花节等特色民俗活动，大都体现出“迎春、劝农、祈福”的寓意。

民以食为天，我国地域辽阔，立春时节的饮食习俗在南北方不尽相同。比如品尝“春味”美食的“咬春”，在北方一些地区，人们要吃萝卜片、吃春饼；而在南方一些地区，食客们则偏爱清炒香椿、茼蒿、芦笋等蔬菜，或是将其与鸡蛋、面粉和在一起煎至金黄，咀嚼来自春天的美味。

立春时节，当我国北方不少地区还是一片冰天雪地的景象时，南方部分地区的春耕春种已经开始。立春前后，冷暖空气交替频频出现，农业专家提醒，及时预防“倒春寒”天气对农作物造成危害，做好防冻保苗、加强病虫害防治。

时序轮转，春天正悄然而至，大自然的生命力正在萌动，冰雪终将消融。让我们在这美好时节中，紧跟春的步伐，开启一场共赴春天的约会。

新华社/传真

民俗趣谈

火舞春归的“焯春”

在许多地方，迎春不靠“看”，而靠“火”。这把火，名“焯（音tān）春”，亦称“焜（音kūn）春”，是浙江南部立春时的传统民俗。清代文献中记载，浙江丽水立春日，家家抱来樟树枝、皮、叶，与杂柴共置堂屋点燃。人们提着枝叶在其中燃烧的铁镬（音huò，类似平底锅）穿行各室，樟木烟香裹挟着驱湿杀虫的实效，将冬日湿气一扫而空，更令人心旷神怡。火焰噼啪如春雷，民间信其“霹雳”声能震退邪祟。仪式后，便是从早到晚的“春酒宴”——走亲访友，开怀畅饮，醉卧路边亦成趣事。

人们用这把“立春火”，既务实又浪漫地完成了寒冬向新春的跨越，藏着“顺时而为”的生活智慧与对春天的热切期待。

千年童趣戴“春鸡”

立春日，最俏皮的要数“春鸡”头饰——唐代宫廷用彩绸羽毛扎成小鸡，戴在孩童鬓边，取“鸡鸣报春”之意。宋代更添雅趣，《岁时广记》记载，宋太宗亲制《斗春鸡》小曲，让宫中乐工在立春日奏响。这股风潮很快吹入民间，汴京街头更是人人争戴“春鸡”。民间戴“春鸡”讲究“男女左右”，彩布缝制、棉花填充，缀着彩线尾巴和辣椒，寓意“祛病消灾”。现在，很多地区还保持着这种习俗。



民间手工艺人在山东省临沂市郯城县街头售卖自己缝制的“春鸡”。

新华社/传真