

文化传统与当下

鹿振超

清明：回归大自然的美丽节日

□李生柱

清洁明净，谓之清明——作为节气的清明

清明，最初只是时令的标识，为二十四节气之一，节期在冬至后一百零七日，公历4月5日前后。作为节令的清明，在汉代以前就已出现，先秦文献《逸周书·时训》载：“清明之日，桐始华。”西汉《淮南子·天文训》载：“春分后十五日，斗指乙，则清明风至。”清明时节，正值仲春和暮春之交，天气回暖，雨量渐增，自

然万物显出勃勃生机，正是春耕春种的大好时节，农谚云：“清明前后，点瓜种豆”、“清明谷雨紧相连，浸种春耕莫迟延”。作为节气的清明与农业生产密切相关，是万物复苏、孕育新生命的时节。

清明原本只是一个纯粹的春天的节气，没有什么特别的节俗活动，从什么时候开始成为一

个重要的传统节日的呢？现代学者一般认为，清明节成型于大唐盛世。当时，国家统一，社会安定，人民富庶，人性得以自由地张扬，整个时代呈现出一种蓬勃向上的气象。在此大背景下，清明期间的一系列特征鲜明、格调突出的节俗活动迎合了唐人心态，清明作为一个节日逐渐兴起。查阅典籍可以发现，唐以前

的文献资料几乎没有关于清明节的记载，但唐代的官方正史、野史笔乘、诗歌文论中关于清明的记载比比皆是，向我们展示了时人过清明的真实图景。

清明节是“清明”节气、寒食节、上巳节三者融合而成的复合节日，要了解清明节的成因，我们先来看看她与寒食节、上巳节的关系。

寒食与清明——原本是两个不同的节日

谈清明，不得不提寒食，因为人们常把它们混为一谈。寒食与清明原本是两个不同节日，因节期邻近，自唐代开始，逐渐合而为一。寒食节节期在冬至后一百零五天，刚好在清明的前两天。南朝时《荆楚岁时记》载：“去冬节一百五日，即有疾风甚雨，谓之寒食，禁火三日。”

寒食节的禁火习俗，民间传说是为了纪念介子推。介子推是

春秋时期晋公子重耳手下的一位臣子，在重耳流亡时，曾割下自己腿上的肉给晋公子充饥。晋公子重耳做了国君，成了著名的晋文公，介子推却带老母隐居绵山，不愿接受封赏。为逼迫他出山，晋文公下令放火烧山，结果介子推母子被活活烧死在一棵大柳树旁。悲伤的晋文公把这一天定为介子推的忌日，也就是寒食节，晓谕全国，每年的这一天

禁忌烟火，只吃冷食。实际上，这则家喻户晓的传说只是解释寒食禁火习俗的一种附会说法。学界有种观点认为，寒食禁火源于古代的改火风俗。古人钻木取火，不同的季节使用不同的木材，换季时要改火，即换取新火。当新火未到之时，禁止人们生火。早在周代就有仲春禁火的惯例。隋唐时期，改火集中于寒食清明期间进行，

寒食禁火三日，到清明日重新柳木或榆木乞取新火。于是，寒食与清明就自然地连在一起了，禁火与出火分别被赋予“旧”和“新”的文化内涵，寒食熄灭旧火是为清明取得新火做准备。清明日也因是取新火的时间而备受人们关注，愈发从常日里凸显出来。宋以后，禁火、食冷之俗逐渐衰亡，寒食节也逐步被清明节所置代或兼并。

南北山头多墓田，清明祭扫各纷然——清明扫墓风俗

扫墓是清明节的主要节俗。冬去春来，草木萌生，又到清明，该去祭扫、修葺祖坟了。人们三五成群，来到祖先的坟前，摆好祭品，烧些纸钱，再给坟上添点新土，以防夏季雨大漏水。因此，扫墓在民间又称“添土”，俗语云“一百五，添坟土”，就是说冬至百余天后的清明，要去祖先坟茔

前祭拜。

从时间上看，扫墓祭祖是中国古代一种相沿已久的风俗，先秦时期已有墓祭活动，但尚未形成礼制。据现有资料分析，最迟在唐代，寒食节增加了墓祭的风俗。唐朝初年，民间在寒食节扫墓祭祖而后欢快郊游蔚成风气，“寒食上墓，复为欢乐”（《全唐

文》卷十二）。当时的统治者认为这是矛盾的行为，有伤风化，曾颁发诏令予以禁止。

然而，根植于民间的岁时节日并非一道禁令所能制止，墓祭、郊游之俗反而愈发兴盛。

开元二十年（732年），朝廷颁布敕令，准许寒食上坟祭扫，并规定一定天数的假期，墓祭自此

终获官方礼制认可。此后，扫墓成为清明节的主要风俗，历代相沿。

在现代社会，清明扫墓被赋予新的内涵，机关单位、学校等一般在清明当天到烈士陵园扫墓，缅怀先烈，接受革命传统、爱国主义教育。

梨花风起正清明，游子寻春半出城——清明节踏青游艺

早春三月的清明，煦风拂面，天地明净，空气清新，是郊野嬉游的好时节。

清明节盛行野外踏青，此俗是融合了上巳节的郊游饮宴和寒食节扫墓后的春游娱乐而形成的。上巳节是古代的一个重要节日，在春秋末期就已形成，节期是农历三月上旬的巳日，魏晋以后定为三月三日。是日，人们会到水边祭祀、沐浴，以祓除污渍与秽气；还要在野外招魂，使亲人生灵或自己的灵魂苏醒、回归；青年男女则到田野自由快活地踏青嬉戏，择偶恋爱。由于上巳和清明同处三月，清明节在形

成的过程中把上巳节郊外嬉游的风俗吸纳了进来，并由此形成了诸多节气特点鲜明的户外游艺活动，延续至今。

除了扫墓、踏青、插柳等主要节俗外，还有一些其他的游艺活动——拔河、荡秋千、踢毽子、蹴鞠、放风筝、斗鸡蛋等等。可以说，清明节是一个美丽快乐的节日，是“春天的嘉年华”。

清明节的户外游艺活动，既妙趣横生，又内含深刻的寓意。比如拔河，古代称“施钩之戏”，兴起于楚地，最初是具有巫术性质的活动，俗信“此戏必致年丰”，故用来祈求丰收。唐代时，

拔河成为清明节的游艺项目。

再说秋千，据《事物纪原》载：秋千是汉武帝后庭之戏，本为千秋，是祝寿之词，后倒语为“秋千”。清明作秋千之戏在唐代十分盛行，韦庄《丙辰幸鄜州遇寒食城外醉吟》诗曰：“满街杨柳绿丝烟，画出清明三月天。好是隔帘花树动，女郎撩乱送秋千。”描绘的就是时人打秋千娱乐的欢快图景。此后历代均把打秋千定为清明节的主要活动。

斗鸡、斗鸡蛋之俗也曾是清明节的主要习俗。斗鸡之俗在西周已有记载，南朝时寒食有了斗鸡的活动，至唐代，清明节斗鸡

很是盛行。斗鸡蛋原是南北朝时风俗，宋代就已不多见。山东地区至今仍有此俗。

清明当天，儿童们把家长分给的熟鸡蛋染成红、黄、绿各种颜色，邀来伙伴相斗，互相用力顶住蛋尖端，先破者为输，换一个再斗，你推我顶，以为笑乐。另外，采百草、扑蝶、走马、蹴鞠等也是清明节常见的习俗。五彩缤纷的游艺活动为人们提供了亲近自然的契机，使他们既享受了春天的美景，陶冶了情操，又使蛰伏了一冬的身体得到了锻炼，为即将到来的繁忙的夏季做好准备。

感悟生命 亲近自然——清明节的现代思考

清明节有两个核心主题，一是祭祖扫墓，缅怀先人；二是郊游踏青，亲近自然。一个是肃穆沉重的祭奠，一个是尽情放纵的游戏，这种悲喜交集看似难以兼容的场景，实则有着密切的配合关系，前者追思缅怀，后者催护新生，一阴一阳，一息一生，千百年来一直共存共生，传承至今。这正是清明节独特的魅力所在。

清明节扫墓是对祖先的祭拜和对先烈的缅怀，这种祭奠是为了感恩他们的赐予和贡献，体

现了中华民族重视孝道、慎终追远的民族性格和恩恩图报、不忘本源的道德意识。清明节扫墓将生与死并置在同一个时空，从情感上强化了生者（子孙）与死者（祖先）的联系，使生者有了深深的认同感和归属感，也让生者对生死有了更深的感悟。也许清明扫墓的意义不在于给死去的人烧多少纸钱，而是提醒活着的人应该如何更好地生活。千百年来，清明节一直是维系、寄托中华子嗣情感的重要纽带。对家族

和祖先感恩与缅怀的情感，是我们应该提倡的，也是值得发扬的，因为人只有对自己的家族和家庭负责，才会对社会负责，这是构建人与社会和谐关系的基础。

“清明到，儿尽孝”，转眼又是清明，在现代生活的快节奏下生活太久的我们，是否应该暂停匆忙的脚步，回到祖先安息的地方，重温他们的故事，为他们的坟茔添上几锹新土呢？是否应该顺应天时，走进自然的怀抱，远

足踏青，吸纳大自然纯阳之气，迎春健身呢？答案是显而易见的。慎终追远，感悟生命，亲近自然，陶冶身心，这是清明节最为重要的文化内涵，它既能在生者与死者之间建立起和谐的代际关系，又能促进人与人、人与自然的和谐相处，还有益于个人的身心健康。几千年来清明节能够保持鲜活的生命力而不衰，其民间根基即在于此。

（作者为山东大学文史哲研究院民俗学研究所博士生）