# 立夏节气的含义寓意是什么（5篇范例）

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2024-08-25

*第一篇：立夏节气的含义寓意是什么转眼间春季就已经要结束了，我们也即将迎来二十四节气中的立夏节气，大家知道立夏的含义是什么吗?立夏节气都有哪些习俗呢?下面小编给大家带来立夏节气的含义寓意是什么\_立夏节气的习俗，希望能帮助到大家!立夏节气的含...*

**第一篇：立夏节气的含义寓意是什么**

转眼间春季就已经要结束了，我们也即将迎来二十四节气中的立夏节气，大家知道立夏的含义是什么吗?立夏节气都有哪些习俗呢?下面小编给大家带来立夏节气的含义寓意是什么\_立夏节气的习俗，希望能帮助到大家!

立夏节气的含义是什么

立，建始也;夏，假也，万物至此皆已长大，故名立夏。

在天文学上，立夏表示即将告别春天，是夏天的开始。人们习惯上都把立夏当作是温度明显升高，炎暑将临，雷雨增多，农作物进入旺季生长的一个重要节气。

在天文学上，夏至是太阳的转折点，这天过后它将走“回头路”，阳光直射点开始向南移动，北半球白昼将会逐日减短。同时，夏至到来后，夜空星象也逐渐变成夏季星空。

立夏节气的寓意是立夏时节万物繁茂

明人《莲生八戕》一书中写有：“孟夏之日，天地始交，万物并秀。”这时夏收作物进入生长后期，冬小麦扬花灌浆，油菜接近成熟，夏收作物年景基本定局，故农谚有“立夏看夏”之说。

水稻栽插以及其他春播作物的管理也进入了大忙季节。所以，我国古来很重视立夏节气。据记载，周朝时，立夏这天，帝王要亲率文武百官到郊外“迎夏”，并指令司徒等官去各地勉励农民抓紧耕作。

立夏的习俗

迎夏仪式

立夏的产生如果科学的解释就是太阳到达了黄赤交角的45度，一旦看到了这个节气就标志着夏天的开始。每一个重要的日子都会相应的举行一些让人铭记的活动，因此立夏时也有迎夏仪式，虽然发展到现在很多人都已经忘记了古时候的天子祭祀炎帝和祝融，但是人们庆祝的心愿还是没有改变。

称人活动

这个有趣的活动据说是起源于三国时代，阿斗被孙夫人抚养，她会在赵子龙面前给阿斗称体重，每一次的周期就是根据立夏来估定，然再写信向诸葛亮汇报情况，发展到现在，立夏称人有的是悬挂在大树上，而且很多情况下是给老人和小孩称。这是一种民间风俗，成为了人们游戏的一种。

斗蛋游戏

相比于其他的节气和节日，立夏的活动相对比较实用，这个简单的游戏就是首先大人用丝线编成蛋的形状，然后放进事先煮熟的鸡蛋或者鸭蛋，然后就是被挂在小孩子脖子上了，因为是斗蛋，所以会在蛋上绘画图案，人们互相来比较画的内容。

立夏养生

1、思想宜清静

盛夏酷暑炎热，人们容易闷热不安和困倦烦躁。所以，首先要使自己的思想平静下来，神清气和，心静自然凉。

2、饮食宜清淡

炎夏的饮食应以清淡、质软，易于消化为主，少吃高脂厚味及辛辣上火之物。清淡饮食能清热、防暑、敛汗、补液，还能增进食欲。多吃新鲜蔬菜瓜果，既可满足所需营养，又可预防中暑。主食以稀为宜，如绿豆粥、莲子粥、荷叶粥等。可适当饮些清凉饮料，如酸梅汤、菊花茶等。但冷饮要适度，不可偏嗜寒凉之品，否则会伤阴而损身。

3、住房宜清凉

早晚应该打开窗户让房间通风换气。中午的时候室外温度太高，所以建议将门窗关紧，拉上窗帘，把热气挡在室外。这样做有利于室内保持阴凉，会帮助我们睡得舒服一点。

4、游乐宜清幽

炎夏不可远途跋涉，应该就近寻幽。早晨，曙光初照，三气清新，可到草木繁茂的园林散步锻炼，吐故纳新。傍晚，当太阳下山之后，可漫步徜徉于江边、湖畔，习习凉风，会使你心静似水，消除一天的疲劳。

立夏节气的含义寓意是什么

**第二篇：秋分节气的含义及寓意**

秋分来临，身体容易缺失水分。秋分是北半球秋天的开始。秋分之后太阳直射的位置转向南半球，北半球太阳辐射量日趋减少，地面向天空失散的热量逐日增加，气温则越来越低。下面是小编为大家整理的关于秋分节气的含义及寓意，希望对你有所帮助!

秋分时节怎样养生保健

1阴阳平衡不生病

中医有“正气存内，邪不可干，邪之所腠，其气必虚”一说，意思是，若体内阴阳平衡，则身体的各项机能就能很好地运作，心理状态极佳，而且对外界不良善的适应力、抵抗力都非常好，忍耐力强，天气变化强烈的时候也不容易生病。因此，我们秋分养生，一定要注意“谨察阴阳之所在，以平为期”。

要想更好地调整体内的阴阳平衡，我们就要在日常饮食上注意食物的合理搭配，并结合自身需求，考虑时间、地区、年龄、身体状况等各方面因素，选择适宜的食物搭配，这样才能更好地保证机体“正气旺盛”。

2秋分一到防秋凉

到了秋分，天气便会转冷，如果人体抵抗力差，不适应气候变化，寒邪之气就会刺激皮肤和呼吸系统，引起感冒。很多人觉得感冒是小病，其实不然，感冒对我们的健康有非常大的影响。人在感冒时，抵抗力通常都会下降，如果感冒严重，还容易罹患其他疾病，甚至诱发肿瘤。

有些末梢血液循环较差、体温调节能力弱的人，比如偏瘦、体虚的人以及老年人等，在秋分时节容易手脚冰凉。这种现象是自由律神经功能调节不畅、血管变细引起的，而手指、脚趾等部位运动较多，脂肪的储备较少，血管分布也比较少，因此很容易散失热量。

到了秋分，我们一定要随着气温的降低及时添加衣物，尤其老人、孩子和体质虚弱的人，更要注意保暖，天冷的时候，可以把外套、帽子、手套、口罩等穿戴好，防寒保暖。除非是天气热或是到了温暖的地方，否则不要轻易因为心理烦闷、紧张、潮热或是运动后身体发热就立即脱去御寒的衣物。

3精神调养是养生的重要方面，秋天尤其要保持乐观情绪，保持神志安宁，收敛神气，避肃杀之气。建议多选择登高远眺，可使人心旷神怡，消解忧郁、惆怅等不良情绪。

4随着天气渐凉，就容易出现疲软、困乏等情况。

为摆脱这种“秋乏”，最好在晚上10时前睡觉，早睡早起，适应“秋冬养阴”的原则，能够使人体尽快适应季节变化，保持充沛精力。

5无病就不需要进补

如果无病随意进补，既增加开支，又伤身体。如服用鱼肝油过量可能引起中毒，长期服用葡萄糖还会引起发胖。此外，血液中胆固醇增多，还易诱发心血管疾病。

6进补要分清虚实

中医的治疗原则是“虚者补之”，不是虚症的病人不宜用补药。而虚病又有阴虚、阳虚、气虚、血虚之分，只有对症服药才能补益身体，否则将适得其反。

秋分节气的含义

秋分，农历二十四节气中的第十六个节气，时间一般为每年的9月22~24日。南方的气候由这一节气起才始入秋。一是太阳在这一天到达黄经180度，直射地球赤道，因此地球绝大部分地区这一天24小时昼夜均分，各12小时。在北极点(北纬90°)与南极点(南纬90°)附近，这一天可以观测到“太阳整日在地平线上转圈”的特殊现象。

秋分之后，北半球各地昼短夜长(一日中白昼短于黑夜)，南半球各地昼长夜短(一日中白昼长于黑夜)。秋分之后，北极附近极夜范围渐大，南极附近极昼范围渐大。按我国古代以立春、立夏、立秋、立冬为四季开始的季节划分法，秋分日居秋季90天之中，平分了秋季。

秋分节气，不但北方，连南方大部分地区也开始进入秋天，暑热迅速消退。所谓“阴阳相半也，”是指秋分时节天地之气阴盛阳衰，正到势均力敌的程度。与繁茂的夏季比起来，这时花木凋零、草枯叶落，人的情绪也容易产生凄凉、抑郁之感。这种“秋季抑郁症”心态最典型的代表，是战国宋玉的“悲哉秋之为气也”。

秋分的含义《月令七十二候集解》：“八月中……解见春分”。“分”示昼夜平分之意，同春分一样，此日太阳直射地球赤道，昼夜相等。此后，阳光直射位置开始进入南半球，北半球开始昼短夜长，气温降低，在全国具有普遍意义。

秋分有什么寓意

我国古籍《春秋繁露·阴阳出入上下篇》中说：“秋分者，阴阳相半也，故昼夜均而寒暑平。”秋分之“分”为“半”之意。“秋分”的意思有二：一是，昼夜时间均等，太阳在这一天到达黄经180度，直射地球赤道，因此全球大部分地区这一天的24小时昼夜均分，各12小时。

秋分过后，太阳直射点开始由赤道进入南半球，北半球开始昼短夜长，一天之内白昼开始短于黑夜;北极附近也即将迎来一年中连续6个月的漫漫长夜与连续6个月不灭的星空。二是，气候由热转凉。按我国古代以立春、立夏、立秋、立冬为四季开始的季节划分法，秋分日居秋季90天之中，平分了秋季。秋分在每年公历的9月22日，23日或24日，为中国传统节日中的二十四节气之一，此时太阳到达黄经180度。

秋分，“分”即为“半”。秋分时，地球绝大部分地区这一天昼夜均分，各12小时;在北极点与南极点附近，这一天可以观测到太阳整日都在地平线上。秋分之后，北半球各地昼短夜长，南半球各地昼长夜短。”秋分的特点秋分节气是二十四节气中比较特殊的。

**第三篇：春分节气的含义及寓意\_春分的美好象征**

春分节气的含义及寓意\_春分的美好象征

名目

春分节气的含义及寓意

春分的美妙象征

有关春分古诗

春分经典文案祝愿

春分节气的含义及寓意

春分是从每年的3月20日(或21日)开头至4月4日(或5日)结束。春分是反映四季变化的节气之一。我国古代习惯以立春、立夏、立秋、立冬表示四季的开头。春分、夏至、秋分、冬至则处于各季的中间。春分这天，太阳光直射赤道，地球各地的昼夜时间相等，所以古代春分秋分又称为“日夜分”，民间有“春分秋分，昼夜平分”的谚语。

春分后，我国南方大部分地区越冬作物进入春季生长阶段。华中有春分麦起身，一刻值千金的农谚。南方大部分地区各地气温则连续回升，但一般不如雨水至春分这段时期上升得快。3月下旬平均气温华南北部多为13℃至15℃，华南南部多为15℃至16℃。高原大部分地区已经雪融冰消，旬平均气温约5℃至10℃。我国南方大部分地区等河谷地区气温最高，平均已达18℃至20℃左右。

南方除了边缘山区以外，平均十有七、八年日平均气温稳定上升到12℃以上，有利于水稻、玉米等作物播种，植树造林也特别相宜。但是，春分前后华南经常有一次较强的冷空气入侵，气温显着下降，最低气温可低至5℃以下。有时还有小股冷空气接踵而至，形成持续数天低温阴雨，对农业生产不利。依据这个特点，应充分利用天气预报，抓住冷尾暖头适时播种。

返回名目

春分的美妙象征

春分古时又称“日中”、“日夜分”、“仲春之月”，并非传统节日，而是一个指示农业生产的重要节气，从它的别名中亦可见一斑。

春分时昼夜等长，其后阳光直射位置渐渐北移，渐渐昼长夜短。西汉董仲舒在《春秋繁露·阴阳出入上下》中提到：“春分者，阴阳相半也，故昼夜均而寒暑平。”

《明史·历一》则说：“分者，黄赤相交之点，太阳行至此，乃昼夜平分。由于与农事活动亲密相关，民间还留下了“春分无雨划耕田”“春分有雨是丰年”的说法。

古代，春分时有相当隆重的祭日仪式。《礼记》记载：“祭日于坛。”根据孔颖达的注疏就是“谓春分也”。自周代起，此习俗历代沿袭。清朝潘荣陛的《帝京岁时纪胜》里还说：“春分祭日，秋分祭月，乃国之大典，士民不得擅祀。”

明、清两代，北京日坛成为皇帝在春分祭祀大明神(太阳)的地方。每逢甲、丙、戊、庚、壬年份，皇帝亲自祭祀，其余的年岁由官员代祭。

返回名目

有关春分古诗

《春分》

七绝·清醒

春分雨脚落声微，柳岸斜风带客归。

时令北方偏向晚，可知早有绿腰肥。

《偷声木兰花·春分遇雨》

天将小雨交春半，谁见枝头花历乱。

纵目天际，浅黛春山到处纱。

焦人不过轻寒恼，问卜怕听情未了。

许是今生，误把前生草春游。

《春分日》

年月:唐

:

徐铉

仲春初四日，春色正中分。绿野徘徊月，晴天断续云。

燕飞犹个个，花落已纷纷。思妇高楼晚，歌声不行闻。

《癸丑春分后雪》

年月:宋

:

苏轼

雪入春分省见稀，半开桃李不胜威。

应惭落地梅花识，却作漫天柳絮飞。

不分东君专节物，故将新巧发阴机。

従今造物尤难料，更暖须留御腊衣。

《春分日》

年月:

唐

:

徐铉

仲春初四日，春色正中分。绿野徘徊月，晴天断续云。

燕飞犹个个，花落已纷纷。思妇高楼晚，歌声不行闻。

《春分与诸公同宴呈陆三十四郎中》

年月:

唐

:

武元衡

南国宴佳宾，交情老倍亲。月惭红烛泪，花笑白头人。

宾瑟常馀怨，琼枝不让春。更闻歌半夜，桃李艳妆新。

《癸丑春分後雪》

年月:

宋

:

苏轼

雪人春分省见稀，半开桃李不胜威。

应惭落地梅花识，却作漫天柳絮飞。

不分东君专节物，故将新巧发阴机。

从今造物尤难料，更暖须留御腊衣。

《画堂春·溪边风物已春分》

年月:

宋

:

仲并

溪边风物已春分。画堂烟雨黄昏。水沈一缕袅炉薰。尽醉芳尊。

舞袖飘摇回雪，歌喉宛转留云。人间能得几回闻。丞相休嗔。

《春分偶饮成醉兀兀坐睡觉而残月在窗矣》

年月:

宋

:

舒岳祥

酒熟还成饮，花香忽过墙。

近灯人影大，斜月树身长。

阴洞龙藏雨，春苗麝养香。

閒吟谁与语，醉倚一胡床。

《春分投简阳明洞天作》

年月:

唐

:

元稹

中分春一半，今日半春徂。老惜光阴甚，慵牵兴绪孤。

偶成投秘简，聊得泛平湖。郡邑移仙界，山川展画图。

旌旗遮屿浦，士女满闉闍。似木吴儿劲，如花越女姝。

牛侬惊力直，蚕妾笑睢盱。怪我携章甫，嘲人托鹧鸪。

闾阎随地胜，风俗与华殊。跣足沿流妇，丫头避役奴。

雕题虽少有，鸡卜尚多巫。乡味尤珍蛤，家神爱事乌。

舟船通海峤，田种绕城隅。栉比千艘合，袈裟万顷铺。

亥茶阗小市，渔父隔深芦。日脚斜穿浪，云根远曳蒲。

凝风花气度，新雨草芽苏。粉坏梅辞萼，红含杏缀珠。

薅余秧渐长，烧后葑犹枯。绿綟高悬柳，青钱密辫榆。

驯鸥眠浅濑，惊雉迸平芜。水静王余见，山空谢豹呼。

燕狂捎蛱蝶，螟挂集蒲卢。浅碧鹤新卵，深黄鹅嫩雏。

村扉以白板，寺壁耀赪糊。禹庙才离郭，陈庄恰半途。

石帆何峭峣，龙瑞本萦纡。穴为探符坼，潭因失箭刳。

堤形弯熨斗，峰势踊香炉。幢盖迎三洞，烟霞贮一壶。

桃枝蟠复直，桑树亚还扶。鳖解称从事，松堪作大夫。

荣光飘殿阁，虚籁合笙竽。庭狎仙翁鹿，池游县令凫。

君心除健羡，扣寂入虚无。冈蹋翻星纪，章飞动帝枢。

东皇提白日，北斗下玄都。骑吏裙皆紫，科车幰尽朱。

地侯鞭社伯，海若跨天吴。雾喷雷公怒，烟扬灶鬼趋。

投壶怜玉女，噀饭笑麻姑。果实经千岁，衣裳重六铢。

琼杯传素液，金匕进雕胡。掌里承来露，柈中钓得鲈。

菌生悲局促，柯烂觉须臾。稊米休言圣，醯鸡益伏愚。

鼓鼙催暝色，簪组缚微躯。遂别真徒侣，还来世路衢。

题诗叹城郭，挥手谢妻孥。幸有桃源近，全家肯去无。

返回名目

春分经典文案祝愿

1.春分到，短信送，祝愿声声如雷动。愿你生活步步高，如同春风拂面暖阳照;愿你事事顺当人欢乐，恰似春雨准时送来丰收绕。春分到了，愿你快欢乐乐，幸福逍遥!

2.每一朵鲜花里都有一个漂亮的精灵，每一道彩虹里都有一个绚烂的幻想，每一片春光里都有一份纯净的思念，每一段文字里都有一份暖暖的祝愿。春分到了，愿你的生活春光绚烂，幸福美妙!

3.来到季节的身旁，才发觉时间的变换;走过严冬的路口，才拥有春花的娇艳;经受思念的牵绊，才懂得幸福的内涵;拥抱春分的风光，才明白祝愿的绚烂。春分到了，愿你欢乐度过每一天!

4.春分里漂亮动人的篇章，盼望的田野是标题，和煦的轻风是题记，碧绿的草地是文字，漂亮的鲜花是插图，潺潺的溪流是标点，绚烂的阳光是祝愿。愿你的幸福生活每天有!

5.人间最美三月天，草长莺飞醉春烟。蜂飞蝶舞在眼前，花枝妩媚绽笑颜。碧空如洗云翩翩，山高岭连水涟滟。春分款款到身边，绚烂风光美无边。春分到了，愿你观赏美妙春光，愉悦身心!

6.春分季节重养生，身体健康耍威严。要问何事你兴奋，祖传秘笈踹在身。勤走多炼动脑神，按时休息练歌声。新奇瓜果不能丢，心胸豁达嗨歌哼。愿春分健康!

7.冬去春来阳光照，心情欢畅兴致高。伴妻携儿野外去，共赏春光无限好。小儿欢呼风筝高，妻子欢乐脸含笑。珍惜时间莫辜负，其乐融融在今朝。春分到了，愿你家庭幸福，欢乐到老!

8.春风得意桃花面，春光满面喜事传。春意盎然百花绽，春光明媚五彩斓。春风吹来幸福康，春雨洒下吉利安。春阳照你暖心房，春‘分’得意落安稳。

9.春风吹开幸福花，春雨浇淋苦恼去。春风吹来欢乐风，春雨飘洒富有路。万紫千红迎朝阳，喜乐高歌春光情。愿你春分身体好，春风满面事业新!

10.春雨惊春清谷天，春季春分在中间，昼夜平分阴阳半，黑白平衡显自然，男女地位应公平，生男生女都兴奋，社会和谐某进展，妇女能顶半边天。

11.春光绚烂迎春分，风和日丽花香闻。虫鸣声声报喜讯，万物复苏庆新生。万紫千红将绽放，大地人间喜盈盈。愿你春分播幻想，万事顺当都成真!

12.春分愿你好心情，养身健体春光景。人体阴阳要平衡，身体健壮精力盈。毛毛细雨苦恼淋，运动熬炼田园行。心旷神怡天空阔，胸襟豁达放眼明。愿春分春游身体好!

13.春分翩翩已驾到，养生保健很重要。户外运动要做到，加强熬炼不感冒。饮食清淡把肝保，五谷杂粮是个宝。放开胸怀多欢乐，春来一切都安好。春分欢乐!

14.走过季节的门槛，让幸福的时间定格;倾听春天的歌声，让欢乐的舞步飞旋;攀登心灵的高山，让幻想的旗帜飘扬;传送文字的电波，让祝愿的语言流淌。春分到了，愿你的人生锦上添花!

15.春分的花绽放了甜美，春分的风吹散了别离，春分的水滋润了大地，春分的景暖和了记忆，春分的祝愿埋在心底。愿你永久都漂亮，制造生命的奇迹!

16.春分是一首歌，花儿是旋律，阳光是音符，轻风是节拍，细雨是曲调，碧草是歌词。愿你沉醉在春分的歌声里，制造属于自己的幸福时间。

17.春光美，美得让人心灵沉醉;春风美，美得让人专心回味;春花美，美得让人无法比拟;祝愿美，美得让人高兴万千。春分到了，愿你的人生永久都是一百分。

18.一朵花开是一份甜美，一阵虫鸣是一串欢歌，一缕轻风是一点温顺，一抹春光是一种幸福，一生祝愿是一片赤诚。春分到了，愿你的世界暖意融融，五彩缤纷。

19.枝头的鸟儿欢歌，唱出万千美妙;天空的云朵飘摇，摇出一份满意;心中的花儿盛开，开出一片绚烂;指尖的文字流淌，淌出真情无限。春分到了，愿你畅想暖和幸福的每一天。

20.春风季节舒心情，纷云而至钓鱼亭。喜出望外湖畔人，接待游客非常亲。神往怡情楼阁攀，远眺近视小调唱。阳光明媚垂钓乐，情人双双荡舟塘。愿你春分情人伴，钓鱼荡舟心飞行!

返回名目

**第四篇：2024芒种节气的含义寓意是什么（共）**

在小满节气过后，人们就会迎来芒种这个节气，而人们对于这个节气也存在着许多的未知，那你知道有哪些呢?下面是小编给大家推荐的2024芒种节气的含义寓意是什么。欢迎大家来阅读。

芒种节气的含义寓意是什么

“芒种”是麦类等有芒作物成熟的意思，意指大麦、小麦等有芒作物种子已经成熟，抢收十分急迫。“五月节，谓有芒之种谷可稼种矣”。意指大麦、小麦等有芒作物种子已经成熟，抢收十分急迫。晚谷、黍、稷等夏播作物也正是播种最忙的季节，故又称“芒种”。芒种，是农历二十四节气中的第9个节气，表示仲夏时节的正式开始;此时太阳到达黄经75度。芒种的“芒”字，是指麦类等有芒植物的收获，芒种的“种”字，是指谷黍类作物播种的节令。“芒种”二字谐音，表明一切作物都在“忙种”了。所以，“芒种”也称为“忙种”、“忙着种”，是农民朋友的散播播种。“芒种”到来预示着农民开始了忙碌的田间生活。

芒种节气的民间谚语

1、芒种不种，再种无用

芒种既是麦收、夏收的时候，也是播种玉米、移栽水稻的时候。如果芒种的时候耽误了农活，错过了农作物的最佳时期，想要补种为时已晚，也很难有好收成了。这句话用来劝诫农民把握好时节，把握好轻重。

2、芒种火烧天，夏至雨绵绵

这是在湖南、湖北等地流传的一种说法，指的是在芒种期间天气如果特别炎热的话，那在夏至的时候就会雨水特别多，会出现阴雨连连的天气。在有些地方还有着“芒种雨涟涟，夏至要旱田”、“芒种落雨，端午涨水”这样的说法。

3、芒种到，狗伸舌，鸡张嘴

这句俗语说的是在芒种节气到来之后，天气也就开始日渐炎热了，而狗会热得伸出舌头来降温，鸡都热得要张开嘴巴了。事实也如此，芒种是夏季的第三个节气，从此以后天气甚热，雨水较多，湿度增大，北方进入雷雨、阵雨天，南方则已进入梅雨天，要注意防湿。

4、芒种芒种，碰到亲家不说话

这是四川等地的俗语，意思就是芒种时期，农民太忙了，农活一刻也不能耽误，走到路上碰到亲戚都来不及搭话。

芒种节气的意义是什么

芒种，“芒”指一些有芒的作物，如稻、黍、稷等;“种”，一为种子的“种”，一为播种的“种”。芒种的含义是：“有芒之谷类作物可种，过此即失效”。农事意义：指导耕种。所属季节：夏季。气候特点：雨量充沛，日照强，气温显著升高。农事：水稻等谷类农作物栽培(南方);收麦子(北方)。芒种时节气温显著升高、雨量充沛、空气湿度大，适宜晚稻等谷类作物耕种。芒种节气是种植农作物时机的分界点，由于天气炎热，已经进入典型的夏季，农事播种以这一时节为界，过了这一节气，农作物的成活率就越来越低了。

2024芒种节气的含义寓意是什么

**第五篇：24节气.寓意**

[立春] 节气含意：立春，是农历传统二十四中第一个节气，旧时县令要鞭打春牛，意寓春耕开始，故也称“打春”，饮食要考虑春季阳气初生，宜食辛甘发散之品，不宜食酸收之味。当季食材：蚬子、水芹、萝卜、韭菜、春鲫、春笋。[雨水] 节气含意：雨水，此时冷暖气团活动频繁，有规律性的风雨交替，气候由上年的干旱冬季进入多雨的春季。春季饮食既要注意扶助阳气，又要避免伤及脾胃。

当季食材：韭菜、荠菜、豆苗、春笋、咸肉。[惊蛰] 节气含意：惊蛰，这时气温回升较快，渐有春雷萌动，“惊蛰麦直，蛇虫百脚开食”，大地复苏，农家开始培育瓜蔬种苗。当季食材：塘鳢鱼、刀鱼、鲈鱼、白鱼。[春分] 节气含意：春分，这天昼夜长短平均，正当春季九十日之半，故称“春分”，“春分麦起身，一刻值千金”。杨柳青青、鹭飞草长、小麦拔节、油菜花香。

当季食材：马兰头、鳜鱼、塘鳢鱼、金花菜、枸杞头。[清明] 节气含意：清明，“万物生长到此时，皆清洁而明清，故为清明”。清明节是上坟祭祖的日子。习俗还有踏青、荡秋千、踢蹴鞠、打马球、插柳等。

当季食材：藕、螺丝、鲥鱼、河豚鱼、香椿头。

[谷雨] 节气含意：谷雨，有“谷雨生百谷”的意思。这时田中的秧苗初插、作物新种，最需要雨水的滋润，“春雨贵如油”。谷雨节气以晴暖为主，但早晚仍时冷时热，饮食起居应倍加呵护。当季食材：香椿头、藕、籽虾。

[立夏]

节气含意：立夏，“斗指东南，维为立夏，万物至此皆长大，故名立夏。

当季食材：蚕豆、苋菜、黄瓜、蒜头、银鱼、鲥鱼、子鲚鱼。

[小满]

节气含意：小满，“小满者，物至于此小得盈满也”。此节气前后蚕已作茧、麦类籽粒饱满，菜花籽熟。当季食材：莼菜、银鱼、茄子、黄瓜、丝瓜。

[芒种]

节气含意：芒种，此节气农民开始忙播种。芒种已近五月间，百花开始凋残、零落，民间多在芒种日举行祭祀花神仪式，饯送花神归位，同时表达对花神的感激之情，盼望来年再次相会。当季食材：茭白、莴苣、籽虾。[夏至] 节气含意：夏至，“吃过夏至面，一天短一线”。夏至这天，太阳直射地面的位置到达一年的最北端，北半球的白昼达最长，且越往北越长。当季食材：菠菜、南瓜、茭白、六月黄（蟹）。[小暑] 节气含意：小暑，意为“小热天”。古代将小暑分为三侯：“一侯温风至；二侯蟋蟀居宇；三侯鹰始鸷。”小暑时节大地上便不再有一丝凉风，而是所有的风中都有带着热浪。夏季饮食侧重健脾，消暑、化湿，菜肴清谈爽口为佳。当季食材：莲藕、百合、黄鳝。[大暑] 节气含意：大暑，“稻在田里热得笑，人在屋里热得跳”。大暑是全年气温最高、阳气最盛的时节，因出汗多，宜吃咸食，常吃凉茶、绿豆汤、番茄汤。

当季食材：西红柿、黄鳝、老鸭、童鸡。[立秋] 节气含意：立秋，立秋是凉爽季节的开始，“立秋之日凉风至”，是万物成熟收获的季节。当季食材：莲藕、毛豆、菱角。[处暑] 节气含意：处暑，是暑气结束的季节，处暑前后民间会有庆赞中元的民俗活动，俗称“作七月半”或“中元节”。宜食清热安神之物品，民间有“秋时享福吃斑肝“的谚语。当季食材：鲃鱼、芡实、菱角、白菜、荠菜。[白露] 节气含意：白露，从这天起，露水一天比一天凝重而得名，民谚“白露身不露，赤膊当猪猡”指天气转凉。

当季食材：香青菜、大青菜（苏州青）、红薯、山药、长江鲈鱼、草鱼。[秋分] 节气含意：秋分，作为夏季的结束和秋季的开始。秋分曾是传统的“祭月节”。如古有“春祭日，秋祭月”之说，现在的中秋节则是由传统的“祭月节”而来。

当季食材：栗子、芋艿、塘藕、茨菰、老鹅。[寒露] 节气含意：寒露，是热与冷交替季节的开始。“春夏养阳、秋冬养阴”，秋季养生遵循“养收”原则。

当季食材：芡实、清水大闸蟹、生菜、芋艿、茼蒿。[霜降] 节气含意：霜降，深秋之际，天气渐冷，开始降霜。当季食材：茨菰、白果。[立冬] 节气含意：立冬，意味着冬季的来临，“立，建始也；冬，终也，万物收藏也”。民间有立冬补冬习俗。当季食材：萝卜。[小雪] 节气含意：小雪，节气前后，天气时常阴冷晦暗。（千金要方.食治篇）：食能祛邪安脏腑，悦神、爽志、以资气血。当季食材：荸荠、冬笋、冬菇。[大雪] 节气含意：大雪，“瑞雪兆丰年”，中医养生学认为大雪是冬令进补的大好时节。

当季食材：羊肉、荸荠、茨菰。[冬至] 节气含意：冬至，苏州“冬至大如年”。冬至的白天是一年中最短的一天，“吃了冬至饭，一天长一线。当季食材：鲫鱼、羊肉。[小寒] 节气含意：小寒，是二十四节气中最冷的节气。“三九补一冬，来年无病痛“。冬令食补和药补兼顾，温补为宜。当季食材：青鱼、山芋。[大寒] 节气含意：大寒，民间有“大寒大寒，防风御寒，早喝人参黄芪酒，晚服杞菊地黄丸”的谚语。

当季食材：草鸡、鳗鱼、辣椒、荠菜、冬笋。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找