

# 雪顿节： 酸奶宴中的文化与传承

□ 科普时报记者 杨宇航



图为2023年雪顿节期间,阿里地区普兰县科加村农牧民群众次央拉起弦子带头跳起民族舞蹈果尔庆庆祝节日。  
杨宇航 摄

在浩瀚的民族文化长河中,雪顿节犹如一颗璀璨的明珠,镶嵌在青藏高原的蓝天白云之下,闪耀着独特的文化光芒。据《2024年西藏天气气象历书》的精准预测,2024年拉萨的雪顿节将定于公历8月4日,这一日期的确定背后,是藏族天文历算的精妙与严谨。

次多,西藏自治区藏医院天文历算研究所的资深研究员,为我们揭示了这一奥秘:雪顿节虽固定在藏历的六月三十日,但因藏历特有的“重缺日”及“闰月”现象,其在公历上的对应日期每年都会有所变化,2023年便是在8月16日,而2024年则提前至8月4日,这一细微之处,正是藏族历法独特魅力的体现。

## 起源与演变：从宗教庆典到文化盛宴

雪顿节的起源,可追溯至公元11世纪中叶的西藏,那时,它仅仅是一种纯粹的宗教节日活动。在那个时代,随着佛教在藏地的广泛传播,僧侣们遵循严格的戒律,于夏日期间在寺庙中闭关修行,进行长净与夏安居。当这段清苦的修行岁月结束,僧人们重获自由之时,当地的百姓便以自家精心制作的酸奶作为礼物,敬献给这些为信仰而奉献的僧侣们,以此表达对他们的崇敬与感激。这一简单的举动,逐渐演变成了雪顿节雏形,也开启了藏族文化与宗教深度融合的篇章。

随着时间的推移,雪顿节的内容与形式不断丰富发展。到了17世纪下半叶,雪顿节已经不单是一场酸奶盛宴,更成为一个集藏戏汇演、展佛仪式、文娱活动与宗教庆典于一体的综合性节日。每年的这个时候,整个藏区都沉浸在一片欢乐与祥和之中,人们身着节日的盛装,欢聚一堂,共同庆祝这一属于全体藏族儿女的节日。

## 文化内涵：酸奶宴、藏戏与晒佛的交响

作为雪顿节的标志性活动,酸奶宴承载着深厚的藏族饮食文化底蕴。在藏语中,“雪”即为酸奶,“顿”则意为宴会或聚餐。因此,雪顿节直译为“酸奶宴”再贴切不过。这一习俗不仅展现了藏族人民对酸奶这一传统食品的喜爱与推崇,更寄托了他们对美好生活的向往与追求。节日

这天,家家户户都会准备上好的酸奶,邀请亲朋好友共襄盛举,品尝这来自高原的纯净与甘甜。

如果说酸奶宴是雪顿节的味觉盛宴,那么藏戏表演则是其视觉与听觉的双重享受。作为藏族文化的瑰宝之一,藏戏以其独特的艺术风格和深刻的思想内涵赢得了广泛的赞誉。在雪顿节期间,各藏戏团纷纷登台亮相,为观众带来了一场精彩纷呈的演出。这些剧目大多取材于藏族的历史传说和民间故事,通过生动的表演和悠扬的音乐,将观众带入一个个奇幻而又真实的世界,感受着藏族文化的博大精深。

作为雪顿节最为庄严神圣的活动之一,晒佛仪式无疑是最能触动人心的一环。在仪式上,一幅幅巨大的佛像被缓缓展开并展示给在场的信众和游客。这些佛像不仅制作精美、气势恢宏,更蕴含着深厚的宗教寓意和象征意义。当阳光洒在这些佛像之上时,整个场面显得格外庄严肃穆,信徒们纷纷顶礼膜拜,祈求佛祖的庇佑与加持。这一仪式不仅展示了藏传佛教的庄严与神圣,也增强了信徒们的信仰与凝聚力。

## 现代发展：传统与现代的和谐共生

进入21世纪以来,雪顿节在保持其传统魅力的同时,也积极拥抱现代社会的变革与发展。自1994年由拉萨市政府主办以来,雪顿节已经从一个单纯的宗教庆典转变为一个集文艺汇演、体育竞技、旅游休闲、商贸洽谈等多种功能于一体的综合性节庆盛会。这一变化不仅丰富了雪顿节的内容与形式,也极大地提升了其知名度和影响力。

在传承传统文化方面,雪顿节始终坚守着对藏族文化的尊重与弘扬。无论是酸奶宴的举办还是藏戏表演的呈现,雪顿节都力求还原其最原始、最纯粹的形态。同时,雪顿节还积极引入现代科技手段,如“线上雪顿”新媒体宣传推介活动的举办等,将传统节庆与现代科技相结合,扩大了雪顿节的传播范围与影响力。这些创新举措不仅吸引了更多年轻人的关注与参与,也为雪顿节的未来发展注入了新的活力与动力。



余生趣谭

宇宙茫茫,山川杳杳。古人仰望天空,“日出而作,日落而息”,有了白天黑夜为一天的时间观念;“月有阴晴圆缺”,从初月到圆月到下一个初月,有了一月的时间观念;寒来暑往,历经春夏秋冬,有了一年的时间观念。根据天象观测,把日、月、年放在一起以计量时间的方法叫作历法。

世界上的历法主要有三种类型:阳历、阴历和阴阳历。

阳历是以地球绕太阳运行一周经春夏秋冬四季一回归年的时间为依据,一年约365天,分为12个月,大月31日、小月30日、平月28日,全不顾月亮圆缺每月约29.5日的周期。现在大多数国家用的是阳历,所以阳历又称为公历。

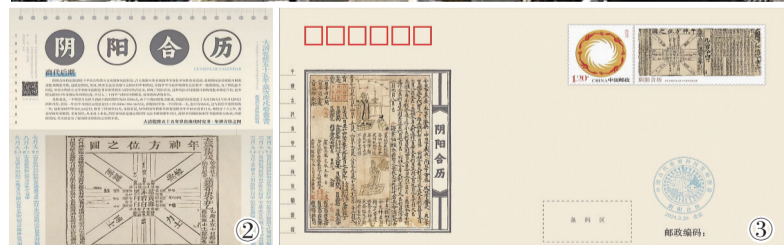
伊斯兰教国家崇尚月亮,以月圆月缺为依据制定历法,一月29或30日,一年12个月共354日,全不顾一年春夏秋冬四季更替往复365天的回归年周期。月亮又被称为太阴,阴历从此而来。

中国自古以来以农立国,为了农业生产和日常生活的方便,我们的天文历算家,历朝历代“观象授时”,想方设法兼顾日月运行的周期,取阴阳和谐。以太阳运行的回归年为年,而以月亮运行的朔望月为月,又以十九年七闰月协调年月之间的长度差形成了阴阳历,即农历。在阴阳历中,平年12个月354日,闰年13个月384日,平均一年365日。这种历法既考虑到了回归年长度,又考虑到了朔望月长度,还以独创的二十四节气指导农业生产,以数九、三伏对应人们生活中的严寒酷暑,还有天干地支六十甲子记年月日时、十二生肖属相等丰富多彩的科学和文化内容。农历最迟自西汉蜀人落下闳等著《太初历》(公元前104年)起就开始使用,其后有多次由粗到精的改革,沿用了两千多年至今勿替。

由于地球绕太阳公转的轨道不是正圆形,导致相邻两个节气的间隔并非完全相同。所以,以平均长度计算的节气被称为平气,而以太阳的真正黄经位置计算的节气被称为定气。同样,作为每月第一天的朔日,也存在着平朔和定朔的区别。平朔是假设太阳和月亮的运行是均匀的,而定朔会依据太阳和月亮的实际运行等因素。根据这些数据,人们计算出具体节气日期和每个月的朔日,从而安排节气以及确定农历的月份和日期。在历史上,唐初的时候曾改平朔为定朔,但是节气依然使用平气。到了清代,官修历书开始严格依照定气和定朔来安排历日。

在中国传统文化中,阴阳是一对相互对立而又相互依存的概念,代表着宇宙万物的两个方面。阴阳合历将阴历和阳历结合起来,体现了中国古人对宇宙的深刻认识。此外,阴阳合历不仅在农业生产和社会运行等方面发挥着重要作用,还渗透到人们的日常生活和思维方式中。人们通过确定各种节日、庆典和祭祀活动的日期,使时间认知与自然变化融为一体,正是“人法地,地法天,天法道,道法自然”,自然而然,得大自在。

(作者系国家教育咨询委员会委员、中国科技馆原馆长)



图①:北京古观象台。  
(作者供图)  
图②③:阴阳合历纪念封和内插页。  
(中国集邮有限公司供图)  
图④:现代阴阳历书。  
(作者供图)  
图⑤:“虚·实”篆刻章。  
(马国馨院士刻)

# 阴阳历法：自然和谐，敬授民时

——中国古代重要科技发明创造(三十一)

□ 王渝生