

五一小长假，无论是游子归家、亲人团聚，还是长途跋涉看“诗和远方”、短途旅行发现身边的美好，每个人都能找到自己愉悦身心的方式。

相比较我们已经熟悉的法定节假日、寒暑假等等，古人也有类似的休假制度吗？哪个朝代放假时间最长？他们也有“周末”吗？



汉画像砖《宴饮图》

资料图片

休假制度始于汉代

从无定到有规，古人既然也要“上班”，相对应也有完备的休假制度，而且可能比你想象中的还要早。

我国最早的休假制度始自汉代。从汉代开始，假期大致可以分为三种情况：法定休假、节庆休假、临时休假。

法定休假和我们现代人有所不同，《汉律》描述“吏五日得一休沐”。设定为每五天休息一天，称“休沐”。古人认为洗浴有“澡身浴德”之效，官吏一般利用节假日洗浴，当时的假期便因此得名“休沐”或“洗沐”。

从汉朝至隋朝，官员们均是“上五休一”。魏晋南北朝时期首次出现了轮休制，曹植在《求通亲亲表》记载：“惠洽椒房，恩昭九亲，群后百僚，番休递上。”当时被称为“番休”的轮休制度，后来也被称为“番假”。意思是所有的皇后和大臣们轮流休假，依次递补，以确保公职人员能够有时间处理私事，而不至于全副武装般终日忙碌。

到了唐代，“休沐”变成“旬沐”，即每工作十天休息一天。更卷的是明代，官方大笔一挥把“旬休”改为“月休”，即每工作一个月休息一天。

节庆休假和我们现代人差不多，遇上春节、元宵节、端午节、清明节、中秋节等重要的节庆日会放假。甚至夏至、伏日、腊日、冬至等重要的时节也会放假，这方面可以让我们羡慕一下。

探亲假，也不是现代人的专利。在古代早有探亲假的存在，只是变了个称呼：“省亲假”。唐朝

时的探亲假，如果父母在五百里外，每隔五年可休十五天；如果父母在三千里外，每隔三年有三十天假期。按距离休探亲假是不是有点意思？不过按照当时的交通工具马车、牛车等来说，来回一趟路程可能就要十天半个月了。

当然，以上这些都是“法定”假日。在一些特殊的日子，公职人员们也能蹭个假，碰到皇帝诞辰可以休，遇上婚丧等大事也能休。这些临时休假算是全年休假无形之中的补充。比如，从唐玄宗开始，皇帝的生日被设为举国欢庆的节日，称为“诞节”。“千秋节”就是唐玄宗依据自己的生日而定的节日，放假三天。唐朝还设有“国祭日”，把先帝逝世的日子设为纪念日。

如果要推出假期最长的朝代榜单，宋代妥妥当选 Top1，据宋史笔记《文昌杂录》记载，当时元日（春节）、寒食、冬至各放假7天，类似于今天的“黄金周”。宋神宗时期，官员们全年的假期可达到124天。

宋朝之后，官员们的假期开始缩减。元朝时，全国法定节假日缩减至16天。明朝的假期，比元代还少。大概朱元璋认为，闲适并不是一种值得追求的生活方式。全年只有春节、冬至，以及他的生日放假，平时一个月只休1天。之后虽恢复了每个月三天的旬假以及部分法定节假日，但假日总数仍在50天左右。清朝的假日制度则基本延续前代，未有重大的变化。

古人假期怎么过？

如今的假期生活，内容可谓丰富多彩，爬山、出海、运动、聚会、看电影、看演出、为自己的梦想“充电”……不一而足。古人的

古代『打工人』如何休假

作为假期最多的宋朝，张弛有度、适度悠闲的假日生活，各类玩法怎一个“爽”字了得。赏灯、赏月、赏花，好不浪漫，蹴鞠、捶丸、斗蟋蟀，好不精彩。

明清时虽然在假期时长上缩水严重，但休闲娱乐的方式却得到了极大拓展，当时最流行的是看戏。比如《红楼梦》里就有薛宝钗过生日，贾府“在内院中搭了家常小巧戏台，定了一班新出小戏”的描述。在看戏之外，说书也深受民众喜爱，《三国演义》《说岳全传》等脍炙人口的古典名著，都与说书人讲述的内容有着密切的联系。

明代中后期，经济水平的提升加上水运的发达，让外出旅游的人数逐渐增加，出现了中国最早的商旅交通指南《一统路程图记》，为出游做前期攻略，极大方便了人们的出游。

在没有手机和网络的古代，不得不感叹，古人的假期生活真是比想象中还要精彩。古人的休假，你get了吗？

新中国的休假制度

名目繁多的古代节假日，既有休息、娱乐、庆典、祭祀等活动的时间安排，又有特殊的文化意蕴和精神活动，因而也成了中国传统文化与民情风俗的极好写照。

不过，古代的休假制度，主要针对的是官僚阶层，对于普通大众而言，并没有制度化的保障，许多劳动者终年劳作，长年无休。

新中国成立后，面向所有公民的休假制度才真正诞生。1949年12月，政务院发布《全国年节及纪念日放假办法》。这也是新中国成立后，第一个对节假日进行规范的法规。这个办法基本形成了目前我国法定节假日的基本格局：将元旦、春节、劳动节、国庆节规定为全民法定节假日。

改革开放以来，我国还有几次比较重要的假期调整。例如，1995年开始实施的“五天工作制”、1999年开始执行的“黄金周”以及2008年起正式实施的《职工带薪年休假条例》。这期间，休假制度的改革主要集中在劳动时间的计算和年假制度上，经过总计40余次的调整后，我国的休假制度逐渐完善。

今天，假期已成为一种调剂生活的方式，人们可以暂时放下工作的压力，尽情享受假日的轻松和欢乐。商业街里，摩肩接踵；知名景点，人山人海；特色餐厅，备受青睐……人们在黄金周购物、旅游休闲，集中释放消费需求，带动供给增加、市场繁荣、经济发展。“假日经济”展现的消费活力和游玩热情，已然成为现代社会经济发展最鲜活生动的注脚。

（来源：“山东宣传”微信公众号）

假期生活，在热闹程度上丝毫不逊色。

魏晋南北朝，人们的假日娱乐活动花样繁多，有围棋、双陆棋、投壶等，其中围棋最受欢迎。据《南史·柳恽传》记载，“梁武帝好弈棋，使恽品定棋谱，登格者二百七十八人”，可见棋类活动之普遍。在假日中最会玩的士大夫，莫过于魏晋时期的“竹林七贤”。对此，唐代画家孙位，凭借想象和借鉴当时的唐朝日常生活情景，创作了竹林七贤在假日中的悠闲一瞬。《兰亭集序》记录大书法家王羲之和一众友人，曲水流觞、吟诗作赋的故事，好不快哉！

到了唐宋时，元宵灯会，游春踏青成为时尚主流。辛弃疾的“东风夜放花千树，更吹落，星如雨”写下了宋代灯会的绝美浪漫；杜甫的“三月三日天气新，长安水边多丽人”则记录下了唐代春光的无限美好。此外，还有王维写下的“蹴鞠屡过飞鸟上，秋千竞出垂杨里”，将古代假日的精彩纷呈展现得淋漓尽致。

值得一提的是，为鼓励百姓出游，宋朝政府有“立赏格，竞渡争标”，就是在郊外举办龙舟锦标赛。《清明上河图》描绘了清明假期里汴河沿岸的民俗风情，此画是北宋时期都城的繁荣见证，也是北宋城市情况的真实写照。



《明宪宗元宵行乐图》局部

资料图片