

端午節

本專題作者：姜東陽，辭賦家、詩人、文化學者、中國作家協會所屬《中華辭賦》月刊編輯部主任。

目錄

摘要.....	3
起源傳說.....	4
祭祀龍圖騰的傳說.....	7
圖騰文化.....	8
紀念屈原的傳說.....	9
屈原的《楚辭》作品.....	12
蓄蘭沐浴的傳說.....	14
紀念介子推的傳說.....	16
勾踐操練水軍的傳說.....	17
勾踐卧薪嘗膽.....	19
紀念伍子胥的傳說.....	22
祭祀先祖的傳說.....	24
紀念曹娥的傳說.....	28
源於夏至的傳說.....	30
應節習俗.....	31
端午糉子.....	32
龍舟競渡.....	34
媽祖.....	36
艾草驅邪.....	38
端午飲食.....	39
端午配飾.....	40
端午遊戲.....	42
端午保健.....	43
各地風俗.....	45
華北地區.....	47
西北地區.....	48
東北地區.....	49
西南地區.....	50
中原地區.....	51
東南地區.....	52
華東地區.....	54

湘楚地區.....	55
文化縱觀.....	57
屈原的文學遺產.....	58
蘇州端午與伍子胥.....	60
歷代端午詩文.....	62
《弔屈原賦》（並序）.....	64
端午詩詞.....	67
本專題編著.....	69

摘要

農曆五月初五，是中華民族的傳統節日端午節。2009年，聯合國教科文組織將中國端午節列入《人類非物質文化遺產代表作名錄》。遺產內容包括湖北秭歸的「屈原故里端午習俗」、湖北黃石的「西塞神舟會」、湖南汨羅的「汨羅江畔端午習俗」和江蘇蘇州的「蘇州端午節習俗」。前三部分均以紀念屈原為文化要旨，是中國古代楚文化的傳承；後一個則是以紀念伍子胥為其文化核心，是中國古代吳文化的賡續。

中國的端午節已經有兩千多年歷史，由於覆蓋的地域廣闊，演變的歷史漫長，參與的民族及人口眾多，故對於節日的由來，各地區、各民族、各歷史階段的傳說也不盡相同，綜合各地的傳說，大致可以歸納九種說法，包括祭祀龍圖騰、紀念屈原、蓄蘭沐浴、紀念介子推、勾踐操練水軍、紀念伍子胥、祭祀先祖、紀念曹娥、源於夏至等。在眾多傳說中，由於屈原憂國憂民的情懷、正直無邪的操守和開闊浪漫的詩歌對後世影響巨大，所以自秦漢以來，端午紀念屈原的習俗被大眾普遍接受。

端午節的民俗活動極其豐富，很多活動具備濃郁的地方色彩，儘管各地民風差異很大，但是吃糉子、賽龍舟、插艾草幾乎是全國各地共同的端午習俗。其中吃糉子是節日特色飲食類的習俗，賽龍舟屬於節日專項祭祀、紀念性的儀式，插艾草則是節日避惡消災的風俗。這三項節日活動，分別從日常生活、社會人文、宗教信仰三個層面反映了華夏民族節日的精神內涵。

除了以上三個通行的民俗活動以外，在南、北方這兩個大區域中，端午風俗也不盡相同，各省份、各地區都有一些獨具特色的風俗，諸如飲食類的習俗、配飾類的習俗、競技類的習俗、娛樂類的習俗等，多姿多彩，令人嘆為觀止。

端午節是一個民俗的節日，也是一個文化的盛典，幾千年來，留下了眾多膾炙人口的篇章。其中屈原開創的《楚辭》文體，更成為中國詩歌的一個源頭。作為浪漫主義文學的始祖，屈原的情懷導引了中國文學幾千年的走向，豐富了中國文學寶庫。

歷代的端午詩文，以緬懷屈原者居多。屈原的人格魅力，是歷代文人的榜樣；屈原的不幸遭遇，更贏得了無數的共鳴。人們用各種文學作品來緬懷屈原、勵志人生；人們用詩文來詮釋屈原精神，啟迪思想。其他端午詩文，或渲染競渡，或描摹蘭浴，或寄託愁腸，或記錄風俗，洋洋大觀，各領風騷。

起源傳說

農曆（小知識）五月初五，是中華民族的傳統節日端午節。「端」是開端、初始的意思，用以表示計時的序列，相當於俗稱的「初幾」的意思。「午」有兩層含義，其一，「午」與「五」**通假（小知識）**，端午也就是初五；其二，按照中國傳統的**天干地支（小知識）**曆法，五月正是午月，初五也正是午日，因為月、日都屬於地支之午，所以端午節也稱為「重午」或者「重五」，又因為午時為陽時，相當於上午 11 時至下午 13 時，所以端午還稱為「端陽」。

中國的端午節已經有兩千多年的歷史，由於覆蓋的地域廣闊，演變的歷史漫長，參與的民族及人口眾多，故對於節日的由來，各地區、各民族、各歷史階段的傳說也不盡相同，這種現象既體現了端午節的豐富內涵，也彰顯了中華民族的思想交融與共存。綜合各地的傳說，大致可以歸納為端午由來的九種說法。

在眾多傳說中，由於屈原憂國憂民的情懷、正直無邪的操守和開闊浪漫的詩歌對後世影響巨大，所以自秦漢以來，端午紀念屈原的習俗被大眾普遍接受。

小知識

農曆

農曆是中華民族的傳統曆法，又稱為夏曆、陰曆。農曆以月亮的一個盈虧周期作為一個月，以地球繞太陽一周為一年，以添加閏月的辦法進行年與月份之間的同步調節。所以在農曆中，正常的年份是十二個月，有閏月的年份是十三個月。十二個月分別與十二地支相對應。

小知識

通假

通假，指漢字中的互相通用及假借的用法，用音同或音近的字來代替本字。通假字是中國用字現象之一。

小知識

天干地支

天干地支是農曆用來紀年的序列，天干十個，地支十二個，組合出六十個紀年單位，因為天干的第一位是「甲」，地支的第一位是「子」，所以六十年又稱為一個「甲子」。天干包括：甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸；地支包括：子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥。另外，十二地支又對應於十二屬相：子鼠、丑牛、寅虎、卯兔、辰龍、巳蛇、午馬、未羊、申猴、酉雞、戌狗、亥豬。



在屈原故鄉，按照傳統風俗，家家包糉子，戶戶掛艾蒿，男女老少打扮得漂漂亮亮，參加盛大的龍舟競渡比賽，紀念屈原投江殉國。（于澄建攝）



賽龍舟



屈原像

祭祀龍圖騰的傳說

華夏民族認為自己是龍的傳人，以龍為圖騰，世代相傳。以一個自然界不存在的形象為圖騰，在世界各民族的圖騰文化中是十分罕見的。這個圖騰形象的形成和鞏固，應該是經歷了長久的兼併糅合過程，是一個民族成員不斷擴大豐富的過程。

端午節的兩大習俗均與龍有密切關聯，其一是包糉子，作為一種祭祀食品投放到河流湖泊之中，可以進獻到水下的龍宮；其二是龍舟競渡，直接以龍的形象展現着龍的速度。

近代學者聞一多（小知識）曾經寫過兩本書：《端午考》和《端午的歷史教育》，其中除了闡述以上論據以外，還提出了古代端午有五彩絲繫臂等追逐龍的形象等旁證，來證明古代端午節是起源於先民對龍圖騰的祭祀活動。

小知識

聞一多

聞一多（1899—1946年），字友三，湖北黃岡人。著名學者、詩人、中國民主同盟早期領導人。有《聞一多全集》行世，代表作有詩集《紅燭》、《死水》等。聞一多在反對獨裁統治、爭取人民民主的運動中奮不顧身，1946年7月15日，在悼念李公樸的大會上發表《最後一次講演》，隨後被暗殺於雲南昆明。



長樂市三溪端午龍舟夜航（劉述先攝）

圖騰文化

圖騰文化是遠古時代人類的文化現象，主要包括圖騰觀念、圖騰標誌、圖騰名稱、圖騰儀式、圖騰禁忌、圖騰聖地、圖騰神話、圖騰藝術等，其中圖騰觀念是核心要素。

原始人認為本氏族與某種動物、植物或自然物體有着血緣關係，是氏族的祖先或者保佑過氏族的祖先，因而敬重、崇拜，形成了圖騰觀念，進而衍生出名稱、標誌、禁忌、神話等。譬如華夏民族以龍為圖騰，於是就產生了龍旗、龍舟等圖騰標誌，流傳了龍生九子、行雲佈雨等圖騰神話，創作了龍紋瓷器、九龍壁等圖騰藝術品。

圖騰形成以後，起初是作為一個群體的標誌和象徵，不僅可以區別於其他群體，利於本群體成員間的相互識別，尤其重要的是祈求圖騰對本群體的護佑保障。隨着人類社會的進步，圖騰的內涵不斷增加，外延不斷擴展，宗教的色彩逐漸淡化，文化的積澱日益加深。在原始圖騰消亡以後，留存給我們的是豐厚的文化遺產。

中華民族的龍圖騰，很罕見的不是自然界中存在的物體，究其原因，學者們眾說紛紜，目前尚不能達成共識。是我們的先祖豐富的想像力的結果？還是華夏民族大融合過程的產物？或者是其他諸多因素的共同作用？其實這些都不重要了，重要的是我們每個人都知道自己是龍的傳人，為此我們自豪着、榮耀着。



孔雀羽妝花團龍紋

紀念屈原的傳說

屈原（約公元前 340—前 278 年），名平，字原，**戰國（小知識）**時代楚國人，偉大的愛國者、浪漫主義詩人，**司馬遷（小知識）**所著的《史記》中，有《屈原列傳》一篇。

屈原是中國文學史上第一位留下姓名的詩歌作者，以《離騷》等詩篇為代表的《楚辭》，是中國文學的兩大源頭之一。屈原的詩歌中充滿了愛國赤誠和浪漫情懷，文辭典麗，意境神奇。他的詩歌千百年來撫育了無數的仁人志士，他的人格感染了整個中華民族。

屈原出身於楚國的貴族世家，早年得到楚懷王信任，曾擔任楚國的三閭大夫，參與國家治理。屈原主張聯合齊國抗擊秦國，舉賢用能，改革政治。在屈原的努力下，楚國曾經有過短暫的發展。後來，由於秦國的離間和楚國內部的政治鬥爭，楚懷王疏遠了屈原，屈原的政治抱負無法得以施展。公元前 305 年，由於強烈反對楚國與秦國結盟，屈原被逐出都城，開始了流放生涯。公元前 278 年，秦國攻破楚國，屈原的政治理想徹底破滅，遂於當年五月五日抱石自沉於汨羅江，以死殉國。

兩千多年來，每到屈原以死明志的五月初五，人們都要包糉子、划龍舟、繫彩縷來紀念屈原，吟誦他的詩歌，景仰他的情操。端午節不僅是民俗的節日，也是詩人的節日。

小知識

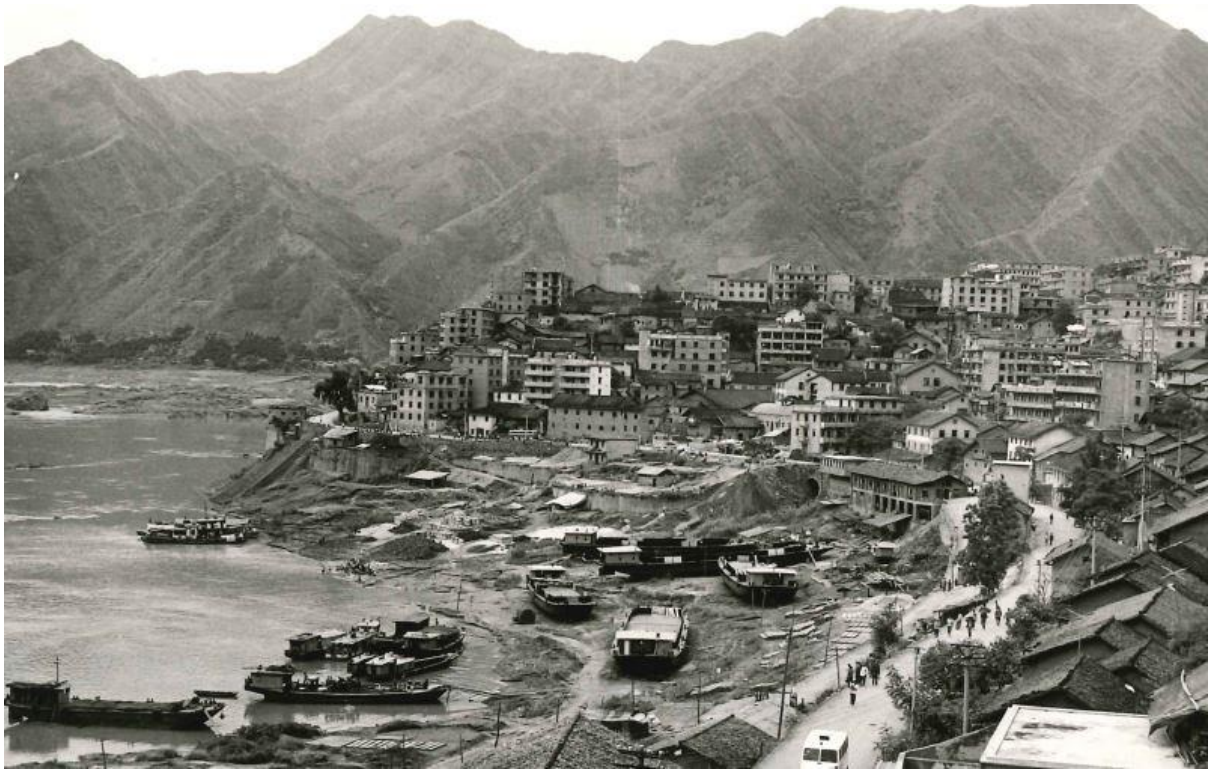
戰國

戰國（公元前 403 年-公元前 221 年），是中國歷史上的一個時代，自公元前 403 年韓、趙、魏完成三家分晉並得到冊封開始，至公元前 221 年秦國統一天下為止，歷時二百餘年。戰國時代有七個實力強大的諸侯國：韓、趙、魏、齊、楚、燕、秦，稱為戰國七雄。《戰國策》一書記載了這個歷史時期的重大事件。

小知識

司馬遷

司馬遷（公元前 145—前 90 年），字子長，夏陽（今陝西韓城）人，漢代偉大的史學家、文學家、思想家。司馬遷傾其一生完成了《史記》一書的編撰，輯錄了上至三皇五帝，下至西漢初期的歷史事件與風雲人物，被譽為「史家之絕唱，無韻之離騷」。



國詩人屈原故鄉——湖北秭歸縣（于澄建攝）



屈原墓前石獅忠心地守護着這位愛國詩人（楊佐桓攝）



司馬遷《史記·屈原列傳》碑刻



三閭大夫屈原

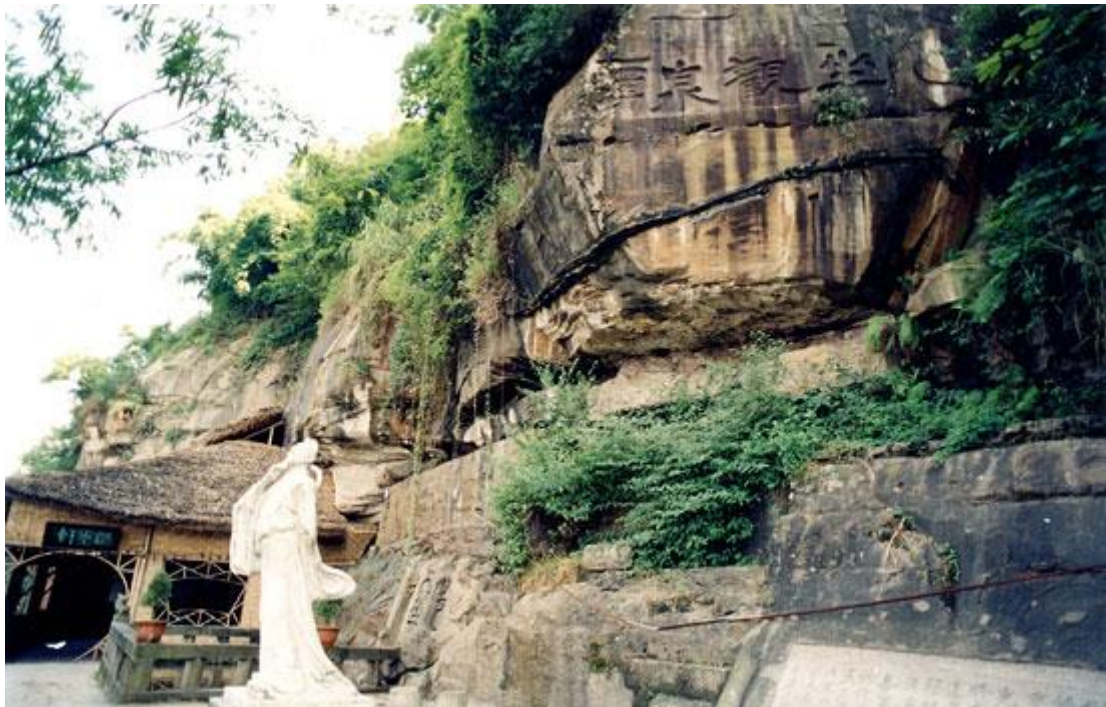
屈原的《楚辭》作品

「楚辭」一詞源於漢代劉向編輯的《楚辭》一書，書中共輯錄作品十六部計三十四篇，主要是屈原的作品，共二十五篇，其中《離騷》、《天問》、《遠遊》、《卜居》、《漁父》各一篇，《九歌》十一篇，《九章》九篇。

屈原的作品，以《離騷》成就最高，從某種意義上來講，《離騷》可以稱為中國文學的一個重要源頭。在中國文學史上，《離騷》及其他《楚辭》作品，第一次將浪漫主義的情懷賦予詩歌作品；第一次突破《詩經》的四言格式，以雜言的句式來表達更豐富的內容；第一次簽署了詩人的姓名，使得詩歌有了鮮明的人格烙印。《離騷》是屈原第二次流放期間所寫，在這首接近兩千五百字的長詩中，作者敘述了自己的家世出身，抒發了愛國憂民的情懷，反映了正直與邪惡的殘酷鬥爭，表達了不屈不撓直至以死殉國的決心。

屈原在《天問》中提出一百七十多個問題，牽涉到天文地理社會歷史諸多領域，從日月星辰的運行到戰亂興衰的更迭，從大禹治水到武王伐紂，其問題包羅萬象，其才智豐富超凡。《天問》以其強烈的探索精神、華麗的浪漫色彩、起伏跌宕的構思，成為世界文學史上絕無僅有的奇文。

《漁父》採用問答的形式，表達了屈原「眾人皆醉我獨醒」的憤懣，以及「安能以皓皓之白，而蒙世俗之塵埃乎」的信念，同時也流露了英雄末路的遺憾。



屈原故鄉湖北秭歸的屈原祠



被逐的屈原



《離騷》書影

易與俗人言哉

楚辭卷第一

集註

離騷經第一

離騷一

離騷經者屈原之所作也屈原名平與楚

同姓仕於懷王為三閭大夫三閭之職掌

王族三姓曰昭屈景戰國策楚有昭奚恤

子瑕食采於屈因氏為屈重屈蒧屈建屈

平並其後又云景氏有景差至漢注後關

中 屈原序其譜彙舉其賢良以厲國士入

則與王圖議政事決定嫌疑出則監察羣

下應對諸侯謀行職脩王甚珍之同列上

蓄蘭沐浴的傳說

沐浴蘭湯的傳說最早見於漢代成書的《大戴禮》，所謂的蘭，也並非蘭花之類，而是一種菊科植物佩蘭，有香氣，可以煎水沐浴。隨着不同地域，亦有煎煮菖蒲、艾草、柏葉、桃葉來沐浴洗澡。

之所以要沐浴蘭湯，跟古人關於善惡的認識有關。因為南方的五月已開始炎熱，蚊蠅滋生，疾病流行，所以古人認為五月為惡月，以此推論，五日為惡日。因此在這一天為了免災避難，消毒去邪，要用蘭湯沐浴。與之配套的，還有飲雄黃酒、插艾草等措施，都是為了驅逐瘟疫、保佑平安。

菖蒲與艾草

菖蒲是一種中草藥，又名水劍草，具有殺菌、提神功能。因此，菖蒲被視為祛除瘟疫，驅趕毒惡的吉祥物，每逢端午，人們都要取菖蒲插於戶門，以避邪氣。

艾草，又名艾蒿、冰台，中草藥。艾草可以內服，亦可熱灸。艾灸能祛除風寒，治療疑難頑疾。故而艾草也被視為驅邪避瘟的吉祥物，端午之日有掛艾、戴艾的習俗。



迎接端午節，家家戶戶插艾草。



武漢市民購買艾蒿和菖蒲迎端午佳節



湖北宜昌城郊農民在小河邊採集野生菖蒲

紀念介子推的傳說

二千六百多年前，中國正處於**春秋時代（小知識）**，中華大地上諸侯爭霸，會盟征伐不斷。晉國是當時一個諸侯國，晉獻公的時候，由於宮廷內訌，公子重耳避亂出逃，介子推就是跟隨重耳出逃的一個隨從。

在逃難途中，由於食物缺乏，介子推從自己大腿上割下一塊肉做成湯，假冒麻雀肉湯給重耳食用。重耳知曉真相後十分感動，許諾日後要重賞介子推，這就是有名的「割股啖君」的典故。

十九年後，重耳在秦國的協助下平定暴亂，繼位成為晉文公。晉文公在賞賜功臣的時候，卻偏偏忘記了介子推。介子推並沒有邀功請賞，而是默默的帶着母親隱居於山西介休的綿山，遠離了喧囂的政壇。

公元前 636 年，晉文公得知介子推隱居山林，遂親自前往尋找。在尋找不果的情況下，命人放火焚山，企圖逼迫介子推下山。遺憾的是，介子推寧肯抱着一棵柳樹燒死在山上，也沒有出山，表現了一種鄙棄功名利祿的氣節。

為了紀念介子推，後人設立寒食節、清明節、端午節來祭祀，其中以寒食節的傳說最為普遍。端午節紀念介子推的傳說，最早見於東漢蔡邕所著的《操琴》一書。

小知識

春秋時代

春秋時代上起公元前 772 年周平王東遷，東周立國，下止於公元前 477 年周敬王病逝。春秋時代是一個諸侯爭霸的時代，先後有五位諸侯稱霸，依次為：齊桓公小白、晉文公重耳、秦穆公任好、吳王夫差和越王勾踐。春秋時代又是一個思想上空前活躍的時代，諸子百家爭鳴，從春秋時代一直延續到戰國時代。

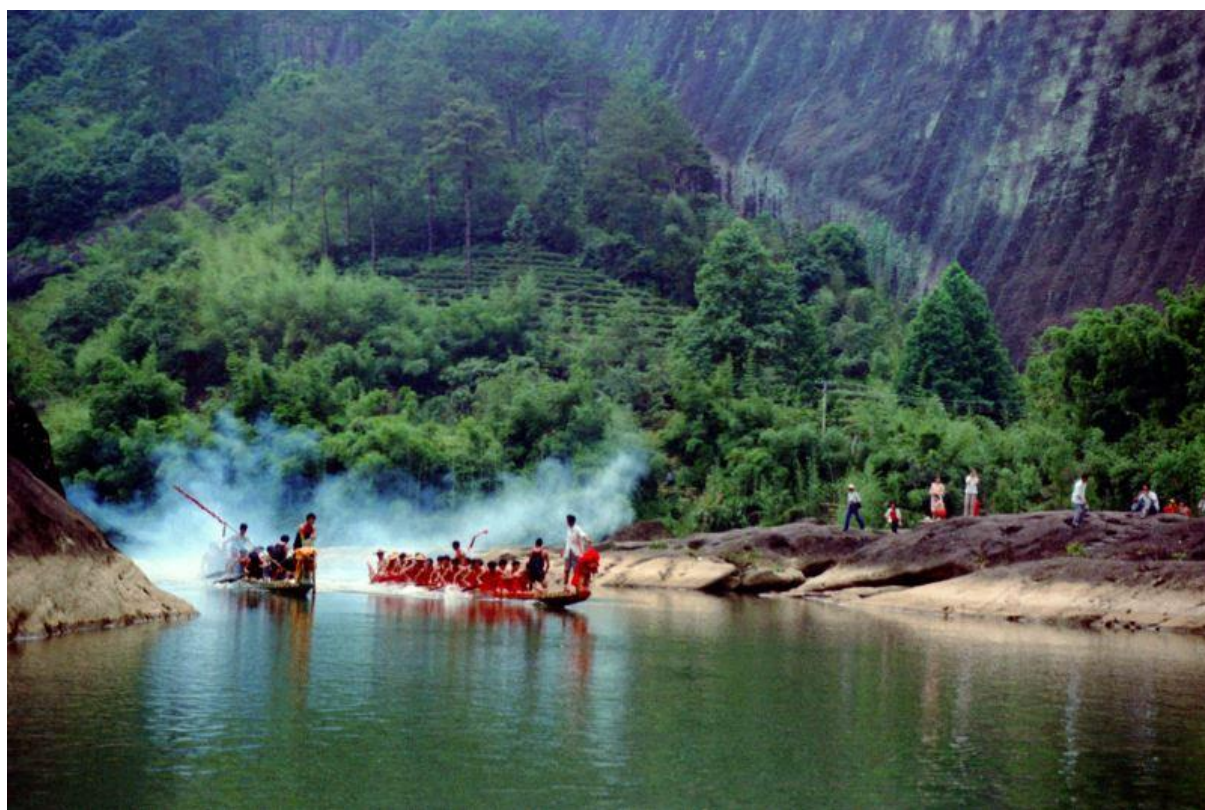


山西綿山介子推墓（介公墓）位於綿山介公祠之上一圓形山丘

勾踐操練水軍的傳說

春秋後期，經過近二十年的戰爭，越國滅掉了吳國而稱霸，越王勾踐成為春秋五霸中的最後一位霸主。吳越戰爭幾經反覆，越王勾踐在兵敗喪國的痛恨中，臥薪嘗膽，勵精圖治，發展民生，圖強軍隊，忍辱負重後再崛起，最後取得了勝利，把越國從一個弱小的邦國，發展成為橫跨江淮，會盟諸侯的東方大國。

越王勾踐在富國強兵的過程中，很注重訓練水軍，因為吳越地區河網發達，水上作戰、水路補給對於戰爭的勝敗至關重要。而水軍訓練的一項重要內容就是駕馭舟楫，所以龍舟競渡的習俗一直延續到今天的端午節，尤其是吳越地區，更是端午節必不可少的盛大活動。在江南許多地方，相傳端午節來源於越國水軍之操練。



競舟九曲溪，遙望天遊峰。(劉述先攝)



位於蘇州木瀆鎮的「盤隱草堂」，再現了當年越王勾踐在吳國三年臥薪嘗膽，忍辱負重的主題。

勾踐卧薪嘗膽

勾踐（約公元前 520—前 465 年），姓姒，大禹的後代，春秋末期越國的君主，司馬遷《史記》中有《越王勾踐世家》。

公元前 496 年，勾踐的父親允常去世，勾踐繼位成為越王。當時吳國的國君闔閭趁越國喪君之機，發兵攻打越國，結果吳國失敗，闔閭重傷後死亡。繼位的吳王夫差招兵買馬，立誓報仇，勾踐聽說後，決定先發制人，攻打吳國。出兵前，越國大臣**范蠡**（小知識）曾百般勸阻，勾踐不聽，執意開戰，結果大敗，僅剩五千殘兵退守會稽（今紹興）。無奈之下，勾踐忍辱求和，被迫到吳國為夫差餵馬，范蠡也到吳國做了奴僕。兩年後，夫差放鬆了警惕，不顧伍子胥反對，釋放勾踐回到越國。

回國後，勾踐時刻牢記奇恥大辱，發憤圖強。他將一隻苦膽懸掛在房間內，抬頭就可以看見，每當吃飯時，先嘗嘗苦膽的苦澀，晚上睡覺則臥於柴草之上，使自己時時感受到困苦災難，這就是卧薪嘗膽的故事。

十年之中，勾踐夫婦穿布衣、食糙米，與國民百姓共同耕織，發展經濟，增強國力。同時，通過收購吳國的糧食造成吳國戰略資源短缺，通過散佈謠言，離間吳國的君臣關係，最後殺害了伍子胥。一系列的內政外交措施，令越國羽翼豐滿，具備了報仇雪恨的力量。

從公元前 482 年至公元前 473 年，勾踐率領越國軍民經歷了數場戰爭，終於徹底消滅吳國，吳王夫差自盡而亡。接着，勾踐率領大軍渡過淮河，在中原地區與齊國、宋國、晉國、魯國等諸侯會盟，成為春秋時代最後一名霸主。

小知識

范蠡

范蠡（公元前 536—前 448 年），字少伯，春秋末期楚國人。范蠡雖然具備非凡的政治、軍事才能，在楚國的黑暗政治環境中卻得不到發揮。後來投奔越王勾踐，輔佐勾踐興越滅吳，大業完成後急流勇退，泛舟五湖，終年 88 歲。

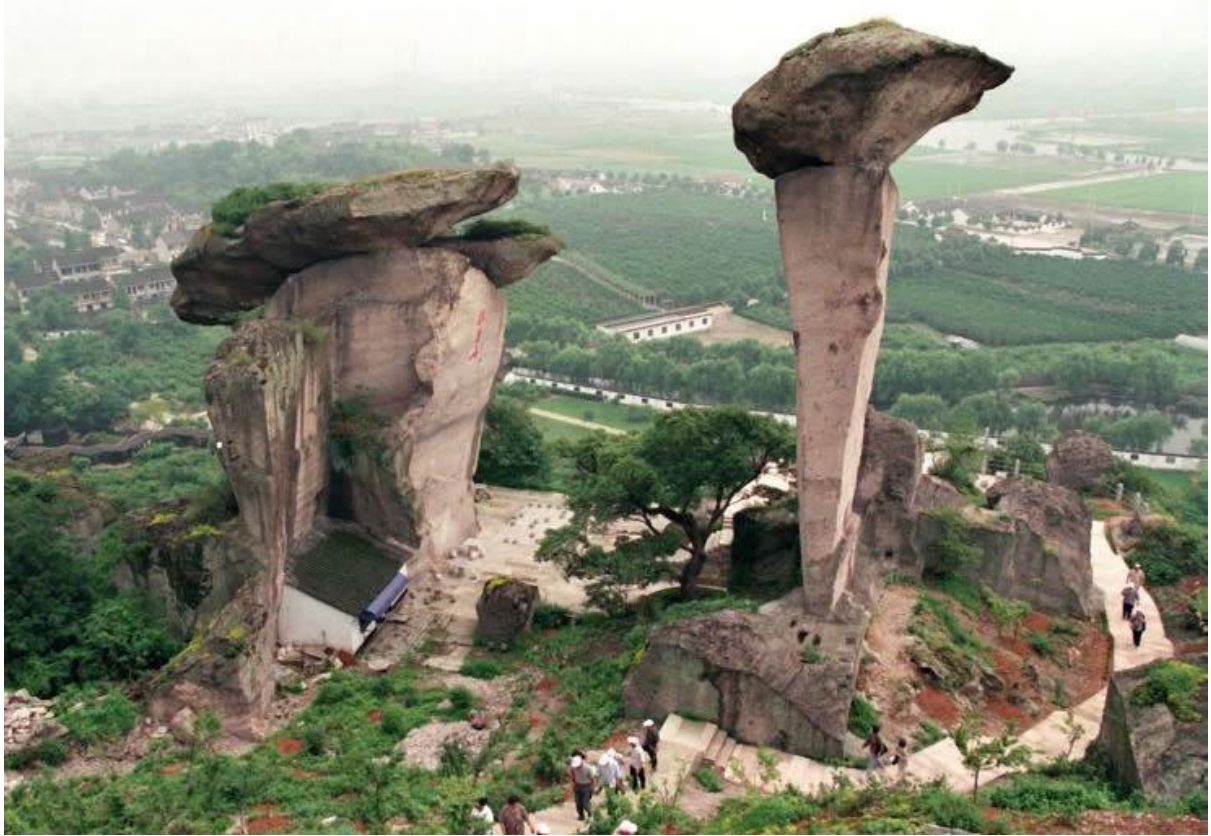
伍相國像



伍子胥像



范蠡像



紹興的「石吼山」是兩千多年前「越王勾踐臥薪嘗膽處」，奇形怪狀的山石與春秋戰國時吳越相爭遺留的古跡，每天都吸引了不少遊人慕名而至。

紀念伍子胥的傳說

中國春秋末期最後一次大的戰爭，就是吳越兩國的相互征戰，歷時幾十年，最後以越國消滅吳國作為結局。總結吳國失敗的教訓，在諸多因素中，吳王夫差聽信讒言，殺害忠臣伍子胥應該是重要原因之一。

伍子胥（公元前 559—前 484 年），名員，字子胥，楚國人。其父伍奢與其兄伍尚均因誣陷被楚王殺害，伍子胥隻身逃亡，在宋國和鄭國兩次歷險後，投奔吳國。在逃亡過程中還留下了伍子胥過昭關（今安徽省含山縣境內），一夜白頭的傳說。

在吳國，伍子胥先後輔佐了僚、闔閭、夫差三代君主，尤其是在吳楚戰爭、吳越戰爭中發揮了傑出的軍事才能，取得很多勝利。同時，伍子胥也做過一些不被稱道的事情，例如破楚後，將楚平王的墳墓掘開，鞭屍三百以洩憤，被稱為倒行逆施。

吳王夫差在戰勝越國後，不聽伍子胥「連齊滅越」的建議，執意放越王勾踐回國，為日後越國滅吳埋下隱患。隨後，吳王夫差又聽信讒言，懷疑伍子胥有謀反之心，命人送了一把寶劍給他，讓他自盡。伍子胥死後九年，吳國被越國所滅。

伍子胥死後，屍體被夫差拋於錢塘江中，此事早於屈原自沉，所以民間亦有傳說，端午節是為了紀念愛國忠臣伍子胥。



伍子胥像



伍子胥紀念園在蘇州開園

祭祀先祖的傳說

中華民族的共同祖先是炎黃二帝，各姓氏家族也有自己的族裔祖先，主要的傳統節日，各地都有祭祀祖先的習俗，譬如春節、清明節、**中元節（小知識）**等，也包括端午節。

端午祭祖的習俗，《道書》中有記載，迄今為止，湖南岳陽地區的端午祭祖儀式依然十分隆重，屆時，家族祠堂裡，老一輩人要青衣長袍，頭戴禮帽，在午飯前呈上各種水果和剛出鍋的糉子，香燭繚繞，鑼鼓陣陣，唢呐齊鳴，先祖在上，族人鞠躬禮拜，極其肅穆虔誠。

有的地區端午祭祖要請道士演**儺戲（小知識）**，唱儺歌，殺豬宰羊，燃放鞭炮，場面喧嘩熱鬧。有的廟宇要在端午舉行祭祖法會，宗教色彩比較濃厚。

小知識

中元節

每年農曆七月十五是中元節，亦稱鬼節。相傳這一天，地府裡的鬼魂將全部放出來，所以中元節的民俗以祭祀鬼魂為主。按照農時，七月為小秋，八月為大秋。七月中旬，已經有一部分作物成熟，農耕社會裡，凡有收成的季節，大多要祭祀祖先，以報告收穫，分享果實，祈求護佑。所以中元節也是農耕文明的精神遺存。另外，中元節也是道教的宗教節日。道教信奉天官、地官、水官，稱之為三官大帝。天官者為上元，司儀賜福；地官者為中元，司赦罪；水官者為下元，司解厄。中元地官的生日是七月十五，所以這一天就固定為祭祀地官的日子。屆時，道門要設醮以賀地官誕辰，信眾則出資設宴，為先祖祈求冥福。

小知識

儺戲

儺戲是一種民間戲曲，演員一般戴面具表演，部分地區則塗面化妝。演出時間多在特定節日，平時一般不表演。主要流傳於黃河流域、長江流域和西南地區，包括漢、侗、苗、壯、瑤、彝、土家、布依、藏、門巴、蒙古等民族。儺戲的劇碼大多是傳統題材，譬如《三國演義》、《西遊記》、《孟姜女》等。演出時以歌唱舞蹈為主，唱段比較長，舞蹈動作比較誇張，伴奏以鑼鼓為主，語言一般都是用本地方言。



貴州安順天龍屯堡人有端午祭祀祖先和家神的習俗。圖為屯堡人祭拜祖先。



每年端午節，全國各地都會舉辦龍舟競渡比賽歡度佳節。圖為福建漳州龍海龍舟比賽。(平子攝)



台灣屈原後裔代表湖北秭歸祭祖過端午



中國儺戲·儺面具藝術展在成都展出。



儺面具八十大王（江西婺源）

紀念曹娥的傳說

曹娥（公元 130—143 年）是東漢時期（小知識）著名孝女，浙江上虞人。曹娥十四歲時，其父在舜江上落水身亡，為了尋找慈父，曹娥沿江哭叫七天，悲痛無比以致雙目流血。第八天為尋父自投入江，又過五日，已經溺亡的曹娥竟然背負着父親的屍體浮出水面，令天下為之感動。為了紀念曹娥的孝心，人們將舜江改名為曹娥江，一直沿用至今。曹娥江是錢塘江最大的支流，匯流處建有著名的曹娥江大閘。

公元 151 年，上虞縣令度尚為孝女曹娥建廟造墓並立碑，是為著名的曹娥廟和曹娥碑。曹娥廟又稱為孝女廟、靈孝廟，現為浙江省省級文物保護單位。當時所立曹娥碑由蔡文姬的父親蔡邕書寫，已經損毀，現存曹娥碑是 1093 年宋代所立，由王安石的女婿蔡卞所書，迄今已近千年，其書法則行楷遒勁，筆力酣暢，是中國書法史上的一件精品。碑高 2.1 米，寬 1 米，是中國古代碑石文化的一件傳世之作。碑文共計 442 字，開始是一段序文，主體是一篇誄辭，最後是一段銘文。碑文以典雅筆墨歌頌了曹娥「光於後土，顯照天人」的美德，給我們記述了一個淒美哀婉、冰清玉潔的動人故事。

每年五月，曹娥廟都要舉行盛大的廟會，紀念這位千古孝女。現代的廟會是農曆五月十五，端午祭祀曹娥的傳說《會稽典錄》一書中有記載。

小知識

東漢時期

東漢是中國歷史上的一個王朝，上承西漢，下啟三國，傳承十二代皇帝，歷時一百九十五年。東漢於公元 25 年立國，定都洛陽。在漢光武帝以及後繼的漢明帝、漢章帝三代帝王的持續治理下，經過六十餘年的努力，東漢社會基本上恢復繁榮，這個時期史稱漢武中興。公元 89 年，漢章帝薨，年僅十歲的漢和帝繼位，從此東漢開始了宦官與外戚專權的時期，宮廷殘殺，官吏腐敗，軍閥割據，最後發展到曹魏集團挾天子以令諸侯。至公元 220 年，漢獻帝讓位於曹丕，東漢王朝滅亡，國家陷入長期分裂的局面。



為了紀念曹娥的孝心，人們將舜江改名為曹娥江。圖為曹娥江上撒特大漁網起捕生態魚。

源於夏至的傳說

端午節源於夏至的說法，是近代的一個研究成果。1963年黃石在其著作《端午禮俗史》中首倡此說，1983年劉德謙在其論文《端午始源又一說》中，認為端午起源於夏商周三代（小知識）時期的夏至，並引古代著作《荊楚歲時記》中夏至吃糉子的記載為證，同時指出，古代亦稱端午節為正陽節，所謂正陽，便是北半球太陽最靠北的那一天，正當夏至之日。另外，端午習俗中的鬥百草、踏百草、採雜藥等活動，也符合夏至時節的自然環境。

目前，支持夏至說的一派，認為端午的起源很早，開始是夏至節氣的活動，比較單一。在後來的歷史進程中，不斷擴充其內涵，經過幾千年的演變，形成了當代重大的節日盛典。

小知識

夏商周三代

夏商周是順序銜接的三個朝代，始於公元前二十二世紀夏朝建立，止於公元前八世紀西周滅亡，共計一千五百餘年。這個時代，神話傳說與歷史真實交織錯雜，有的能夠區分，有的難以辨別。這三個朝代主要的活動區域都是黃河中游和渭河下游。這個時代經歷了商革夏命和武王伐紂兩次大的社會變革，分封制是三代共同的社會結構。由祭祀文化向禮樂文化的進化是這個時代的文化發展主流。



《荊楚歲時記》中有夏至吃糉子的記載

應節習俗

端午之民俗活動極其豐富，很多活動具備濃郁的地方色彩，儘管各地民風差異很大，但是吃糉子、賽龍舟、插艾草幾乎是全國各地共同的端午習俗。其中吃糉子是節日特色飲食類的習俗，賽龍舟屬於節日專項祭祀、紀念性的儀式，插艾草則是節日避惡消災的風俗。這三項節日活動，分別從日常生活、社會人文、宗教信仰三個層面反映了華夏民族節日的精神內涵。

除了以上三個通行的民俗活動以外，還有其他習俗各地異同不一，諸如飲食類的習俗、配飾類的習俗、競技類的習俗、娛樂類的習俗等。這些地域性的習俗都是經過千百年的傳承演變，而且隨着社會的發展也會不斷創新，譬如近年來，在資訊技術迅速發展下，端午短訊、端午微信等新的風俗形式正在形成。



河南洛陽老城區一百年民居內，來自洛陽傳統文化研究會的漢服愛好者正在製作香囊。

端午糉子

糉子作為食品，在東漢時期已出現，到了晉代，方成為端午節的節日食品。在一些地區，糉子除了是端午的食品外，還是端午祭祀的主要貢品。糉子以糯米為基本原料，各地因配料不同，口味相差很大，有火腿臘肉、花生紅棗、黃白二米、桂圓蓮蓉、板栗蜜餞、蟹黃鹹蛋等，花樣繁多，不一而足。

糉子的起源諸說不一，最早記載糉子的是漢代許慎的《說文解字》（小知識）。曹娥碑及《會稽典錄》記載是為了紀念曹娥，《本草綱目》（小知識）記載是為了祭祀蛟龍。最為人們接受的，是紀念屈原的傳說。根據《齊諧記》記載，屈原在汨羅自沉以後，為了不讓水中的魚蝦傷害他的軀體，人們紛紛將米飯等投入江中引魚蝦來食。後來，為了不讓這些米飯之類被蛟龍所竊，故做成糉子而投水，因為蛟龍害怕糉葉、綠絲。

小知識

《說文解字》

《說文解字》是中國最早也是影響最大的一部字典，由漢代許慎（公元 58—147 年）編撰。《說文解字》首創部首查字法，將漢字按照其形體劃分為 14 大類 540 個部首，所收 9353 個漢字分門別類編排為 14 卷，加上序目一卷，全書共計 15 卷。《說文解字》針對每一個漢字，先列出小篆字體，然後解釋字義，再分析字形結構、標注讀音以及其他的補充說明。字意的解釋，或者用相應的字詞，或者用短語，基本都做到了言簡意賅。

小知識

《本草綱目》

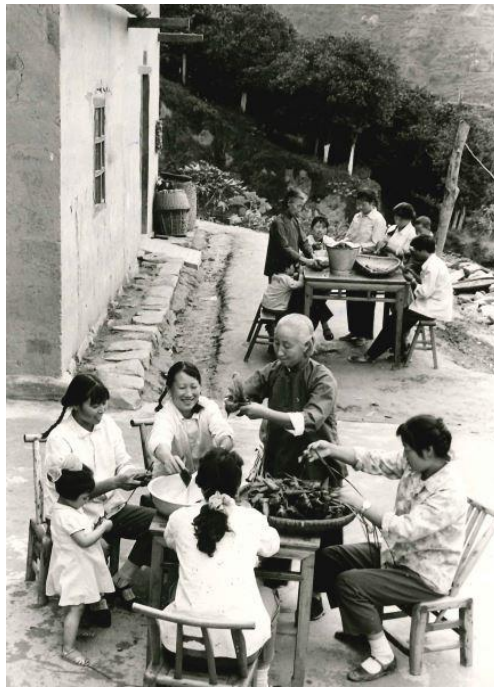
《本草綱目》由醫藥學家李時珍（1518—1593 年）歷時 29 年編撰而成，至今仍然是中醫中藥領域的權威著作。《本草綱目》計 52 卷，約 190 萬字。全書收錄中草藥 1892 種，另有驗方萬餘帖以及大量插圖。《本草綱目》將中草藥劃分為 16 部，60 類，其分類方法甚為科學。針對每一種藥物，均包括名稱、產地、炮製方法、治療功能、民間驗方等介紹。同時更正了很多以前醫藥文獻的錯誤，是對幾千年中藥研究應用的總結。



迎接端午節，石家莊街頭免費嘗美食、包糉子。



被逐的屈原



在屈原故鄉，按照傳統風俗，家家包糉子，戶戶掛艾蒿，男女老少打扮得漂漂亮亮，參加盛大的龍舟競渡比賽，紀念屈原投江殉國。(于澄建攝)

龍舟競渡

端午賽龍舟，全國各地均有舉行，尤其以江南水系發達地區更為隆重。近年來，隨着中外文化的交流融合，賽龍舟已經發展為一項國際賽事。

龍舟競渡之前，大多有一些祭祀儀式，各地風俗不盡相同。在湖南的汨羅，開賽前必須先至屈子祠朝廟，披紅布於龍頭之上，恭奉於祠堂內祭拜，然後將龍頭安放回龍舟，開始競渡。在廣東，要先祭祀南海神廟，然後將紙製公雞置於船頭，安放好龍頭龍尾，然後開始比賽。四川、貴州的一些地區，則於水邊殺雞滴血以祭祀。福建沿海和台灣地區，則要先祭祀媽祖。在所有的祭祀活動中，除了香燭供果之外，糉子是不可或缺的貢品。

龍舟競渡一旦開始，場面便異常熱烈火爆。健兒奮勇，觀眾吶喊，鼓炮齊鳴，破浪爭先。比賽時兩岸人潮如海，旌旗招展，大的賽事，觀眾往往超乎十萬之眾。除了速度競技以外，競渡活動中還有一些表演環節，譬如龍舟遊鄉、龍舟戲水、夜龍舟、旱龍舟等。



石獅市蚶江海上潑水節捉金豬（劉述先攝）



長樂市三溪端午龍舟夜航（劉述先攝）



汨羅江的屈子祠

媽祖

媽祖本名林默，生活於北宋時代，福建莆田人，28歲英年早逝，終生未嫁。媽祖生前精通藥理醫術，通曉天文氣象，治病求人，防疫消災，指導航行，救援海難，短暫的一生都奉獻給了慈善義舉，深為當地百姓愛戴。

媽祖過世後，鄉親友鄰感念其人格品德，於湄洲島上建廟紀念，經過歷代擴建，至清康熙年間，形成了具備五組建築群的「海上龍宮」，這就是聞名遐邇的湄洲媽祖祖廟。

傳說媽祖去世後升化為海上女神，護佑渡海的船隻生命，屢屢顯靈。其中澎湖助戰，保護鄭和等故事廣為流傳。隨着華人移民海外，媽祖信仰也逐漸傳播到世界各地，據不完全統計，世界各地已建成媽祖廟二千餘座，媽祖已經成為國際性的海上女神。

媽祖在香港被尊稱為「天后」，香港各地多有天后廟，民間習俗，若海上飄來天后木像、神牌等，便於岸上就地建廟，與國內外其他媽祖廟需要從祖廟分靈的做法不同。

媽祖文化的核心是媽祖的大愛精神，立德、行善是這種精神的具體體現。作為世界海洋文化的重要組成部分，媽祖文化一直在弘揚着中華民族助人為樂、熱愛和平的優秀傳統。

沿海地區的群眾信仰媽祖歷史悠久，凡是在海上舉行的各種活動，人們都要事先朝拜媽祖，端午節賽龍舟更是不能例外。好像福建霞浦松山村地處沿海，上演的別具風格「媽祖走水，龍舟競渡」活動最為壯觀，熱鬧非凡。



媽祖是東南部沿海省份常見供奉的神祇



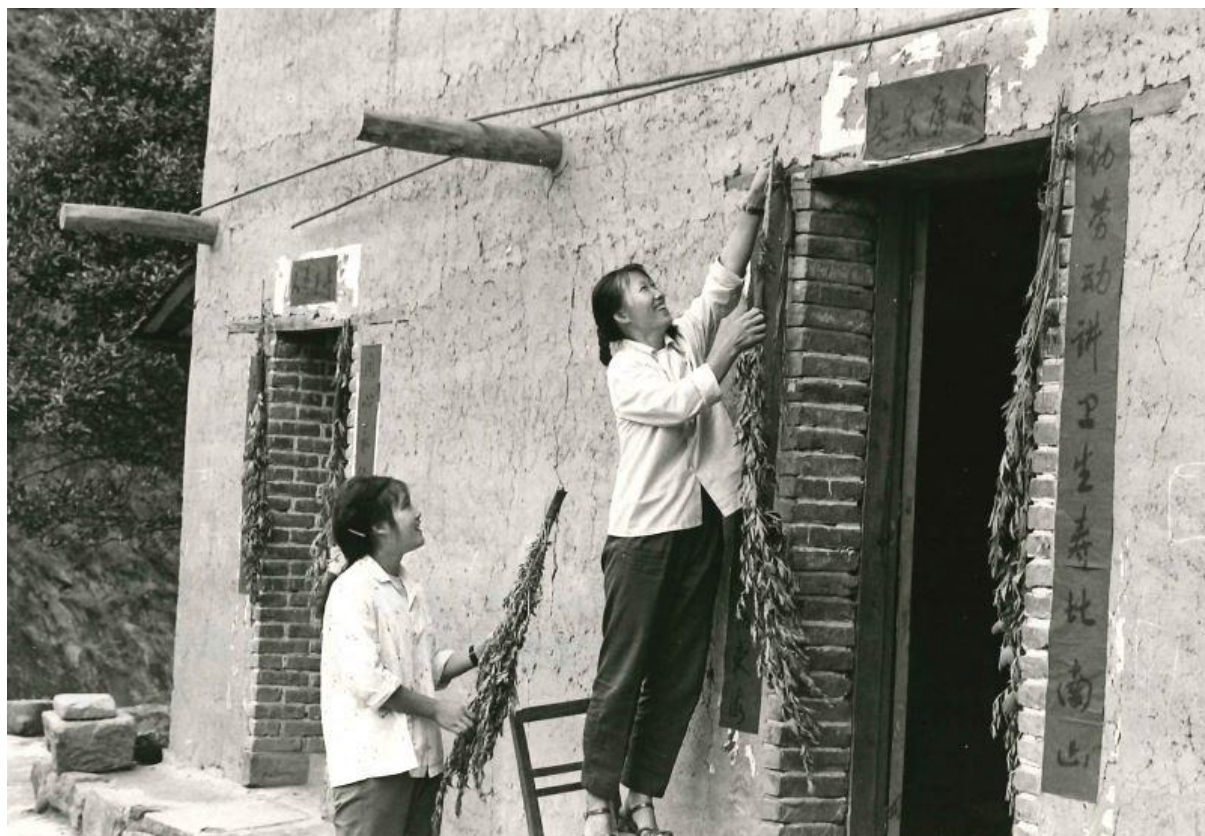
天后廟

艾草驅邪

端午時節正值寒暑交替，是疾病易於爆發和流行的季節，古人認為疾病是妖魔作祟所致，加之「午」日又被認為是凶日，所以各地端午的習俗中普遍有驅邪避凶的環節，最為普遍的就是掛插艾草。

舊時採艾草的活動比較神秘，要在天亮日出以前，雄雞未鳴之時出發，採摘近於人形的艾草。採回的艾草插掛於門上，有的地區還將艾草捆紮成虎的形狀後再懸掛。有的地區端午時要同時懸掛艾草、菖蒲和蒜頭，號稱是降服妖魔和疫病的三樣武器。

中醫研究認為，艾草中的芳香油具有驅散蚊蠅，消毒滅菌的功能，所以，端午插艾草也是中國古代醫藥文明的結晶。



每逢端午節，全國各地家家戶戶門上掛艾蒿和菖蒲。相傳屈原喜佩寶劍，菖蒲形如劍狀，象徵可驅斬惡勢力。（于澄建攝）

端午飲食

端午除了吃糉子以外，各地還有許多不同的特色食品，其中吃雞蛋是比較普遍的，除了和糉子一起煮的糉子蛋以外，雞蛋還有很多煮法，譬如河南的一些地方，要將雞蛋和大蒜一起煮，江西的一些地方則煮茶葉蛋。

打糕也是一些地區的端午食品，尤其是朝鮮族聚集的地區，打糕是端午的必備食品。福建沿海地區的端午食品則是「煎堆」，是一種用米粉、麵粉等調成糊狀然後煎製成的餅狀食品。另外，吃五黃（黃瓜、黃鱔、黃魚、鹹蛋黃、雄黃酒），吃十二紅（朱砂豆腐、油爆蝦、紅苧菜等），也是一些地區的端午習俗。

雄黃酒就是在白酒或者米酒中加入微量的雄黃，端午飲雄黃酒，是長江流域的端午習俗。雄黃是一種礦物，也稱為雞冠石，主要成分是硫化砷，並含有汞的成分，有毒。雄黃酒也可以外用，殺菌驅蟲，治療皮膚病。



茶葉蛋

端午配飾

按照民間傳統，端午節的時候要佩戴各種配飾，用來祈福驅災。最流行的配飾是長命縷和香包。長命縷又稱為五彩縷、長壽線等，是用五種彩色絲線鉸接成細細的繩索，端午時纏繞在孩子們的手腕、腳腕處，遇到降雨方可取下，也有將長命縷纏繞於搖籃、床帳等地方，其寓意都是避災除病、保佑平安。

香包又稱香囊、荷包，一般用彩色碎布縫製，內盛多種草藥組成的香料，用綢緞等材料的絲帶紮口，高級的香包還要繡上各種圖案，以表達不同寓意。兒童佩戴的一般以動物圖案為多，老年人佩戴的以花草圖案為多，情人之間贈送的當然是配對鴛鴦、並蒂蓮花之類。

艾虎也是常見的端午配飾，用艾草編製成老虎的形狀，佩戴於髮際者為多。另外，鍵人、豆娘也是一些地區婦女的端午配飾。



河北省邯鄲市廣平縣的市民在縫製艾草香包



人們為孩子繫上五色長命縷祈福安康

端午遊戲

鬥草應該是最古老的端午遊戲了，起源年代已經無法考證，漢代以後的文獻多有記載。鬥草分為武鬥和文鬥兩種，武鬥就是兩人選擇同類的草柄，對折後相勾扯拽，斷者為輸。文鬥則是比賽雙方以對仗的形式數報花名、草名，多者勝出。

馳馬射柳則是北方民族的傳統端午遊戲，這種競技自**遼代（小知識）**開始出現，一直延續至清代。射柳比賽安排在端午清晨，將柳枝插在地上，中間一小段削去外皮，漏出白色作為靶心，參賽者馳馬開弓射柳，以柳斷後騎手接住上部者為優勝。

打馬球古稱擊鞠，三國時代已有記載，唐代最為興盛。比賽雙方各有十數人上場，騎馬持杖擊球博弈。馬球比賽常年都有，以端午和重陽兩節的比賽尤為隆重。

小知識

遼代

五代十國及後繼的北宋同時期，中國北方的契丹民族建立了遼國，也稱為遼代。公元 907 年，遼太祖耶律阿保機統一契丹各部，國號契丹。公元 947 年改國號為遼，公元 983 年更名契丹，1066 年恢復國號遼，1125 年，遼國為金國所滅。在遼代建國的二百多年間，遼國是統一中國北方的一個強大政權，其疆域東至東海，西至阿爾泰山，南抵河北南部，北到大興安嶺。遼代的農業與畜牧業同時發展，社會經濟繁榮，國力強盛，其軍事力量和影響直達西域各地。



小朋友鬥草迎端午

端午保健

蘭湯沐浴是傳統的端午保健習俗，古人取佩蘭煎水沐浴，屈原的《九歌》中已有記載。因為佩蘭稀缺，今人多用其他香草代之。廣東一般用艾草、菖蒲、白玉蘭、鳳仙等，湖南則用桃葉、柏葉、大風根等。據說蘭湯沐浴可以治療皮膚病，也可以去除風濕。

採藥製茶也是古代遺傳的一項端午風俗，端午時節大量草藥莖葉成熟，是採摘的最佳季節。除了採製各類應季草藥以外，捉蟾蜍入藥也是廣泛流傳的習俗。蟾蜍可以消除燥火，解熱清涼，還可以防治疥瘡。除了採藥以外，有些地區還要用草藥等製成涼茶，端午時節飲用，取其健體強身之功效。

祛除五毒亦是一項端午風俗，古人認為蠍子、毒蛇、蜈蚣、壁虎、蟾蜍是對人傷害最大的五種動物，稱為五毒。端午恰逢這些動物復蘇繁衍之際，所以祛除其毒害成為了端午的大事。各地的祛除方法，大多是象徵性的，譬如畫圖五毒形態，然後用針刺於其上，又如在衣物上繡五毒圖案等，蓋源於古代巫術之影響。



五毒餅



蜈蚣、蠍子、蜘蛛等組成的五毒（昆蟲）宴吸引了食客的目光



福州舉行端午節刺五毒活動

各地風俗

中國地域廣闊，民族眾多，由於歷史沿革變遷、當地自然環境、宗教信仰等因素，各地端午的習俗各有特色，充分表達了各地區的民俗文化和風土人情。

中國的民風習俗差異，大致以長江為界，劃分為南北兩個大區域，北方風俗普遍粗獷豪放，南方風俗普遍輕柔秀麗。北方更多山的偉壯，南方更多水的靈動。北方的文化源於中原的《詩經》，南方的文化源於水鄉的《楚辭》。這種文化差異在古代很明顯，當代由於文化的交融已經不是很明顯了，只有在諸如端午這樣的傳統節日的習俗中，才能體會到這種差異的遺存。

在南、北方這兩大區域中，端午風俗也不盡相同，各省份、各地區都有一些獨具特色的風俗，中國各地端午節的風俗多姿多彩，令人嘆為觀止。



福建石獅市蚶江傳承了三百多年的競渡潑水鬧端午，成為一種別具特色的閩台對渡文化習俗。圖為 2008 年的石獅市蚶江海上潑水節。(劉述先攝)



哈爾濱市的紙葫蘆加工作坊裡，工人將剛剛製作好的紙葫蘆懸掛起來。



四川災區學生在貴州福泉過端午「遊百病」

華北地區

華北一些地區有節前蓄水的習俗，節日期間禁止去水井取水，為的是避免「井毒」。民眾要吃櫻桃、桑椹、五毒餅等食品，都是為了解毒消災。所謂五毒餅，就是印有五種毒蟲（蠍子、毒蛇、蜈蚣、壁虎、蟾蜍）圖案的麵餅。

另外，華北各地都有戴艾葉以祛病的習俗，有的地方還要晨起飲酒以辟邪；也有的地方給孩子穿上黃色布鞋，鞋上會有五種毒蟲的圖案。山西的一些村莊端午時節還要祭祀龍王，河北的一些地方則要聚會鄉紳，飲酒賦詩，同時去郊外踏柳。

互贈禮物也是華北地區端午的一個普遍習俗，多以贈送糉子等食品為主。學生送給老師、親家互相贈送比較普遍。



五毒鞋

西北地區

甘肅、青海、寧夏一帶，端午插柳是一個普遍習俗，端午節的時候，家家戶戶在門窗的縫隙處插上柳枝，以辟邪祛病。有些地方在插柳的同時，還要插上一些沙棗花。

社火表演也是西北地方重要的端午習俗，各地社火表演的內容不盡一致，有跑旱船、跑仙鶴、太平鼓、滾燈、踩高蹺等多種形式。

除了糉子以外，西北地方的端午食品還有油餅、花饅饅、晶糕等多種，其中晶糕的直徑可達五十厘米，厚度有十厘米左右，用紅棗和糯米製作，充分體現了西北地方的豪爽地域風格。

在甘肅玉門，端午還是青年們相親的節日。小伙子會將很長的柳枝贈送給心儀的姑娘，表示天長日久的愛意。

懸掛鍾馗畫像，給小孩子穿五毒肚兜，佩戴香囊，則是陝西一帶的端午習俗。除了普遍的端午食品外，**臊子麵（小知識）**應該是陝西地區有特色的端午食品。

小知識

臊子麵

臊子麵是中國西北地方漢族傳統麵食、著名西府小吃，以寶雞的岐山臊子麵最為正宗。在陝西關中平原及甘肅隴東等地流行。臊子麵歷史悠久，其中也含有配菜比如豆腐、雞蛋等，做法簡單。



「鍾馗捉鬼」



社火表演中的踩高蹺

東北地區

東北地區端午風俗裡，最具特色的是掛彩色的紙葫蘆。紙葫蘆用彩紙和絲線綁紮而成，下面墜有飄帶和流蘇。有的地區還要軋製掃帚、紗燈等，端午節日，將這些繫於楊柳枝上，懸於房檐下方，隨風搖擺，繽紛奪目。

東北地區也有端午踏青的習俗，不過東北一些地區的踏青要在端午前的一天晚上出發，在田野裡露宿一夜，早上太陽出來以前用露水洗臉，然後帶上採集的艾蒿回家。

東北的端午節要吃雞蛋，端午清晨，長輩要將剛剛煮熟的雞蛋放到尚未起床的兒孫身上，沿着周身滾動一遍，然後剝皮食用，據說這樣一年之內都不會有疾病感染。

少數民族的端午，也有一些特色活動，滿族有射柳、拜天、擊球等傳統風俗。朝鮮族男人則在端午比賽摔跤，女人們則踏跳板、盪鞦韆。



臨近端午節，吉林市的商販們把紙葫蘆、紙花籃推上大街小巷熱賣。

西南地區

西南各地除了普遍的賽龍舟活動以外，民間也有一些頗具地域特色的端午風俗。「出端午佬」是一項川西地區的活動，端午節時，在鄉間會有由四個壯漢用兩根竹竿抬着一個桌子，桌子上鋪以紅毯，用竹篾編成一個道士的造型置於桌子上，大家敲鑼打鼓的沿街遊行，非常熱鬧。

在川東地區，豎雞蛋是一項傳統的端午比賽。端午的午時，被認為是陽氣最盛的時刻，屆時大家分別將雞蛋立於地面，凡能立穩者，說明已經吸取了天地間的陽氣，可以得到一年的好運。

貴州地區端午「遊百病」比較普遍，中午出發，穿上新衣服，遊走於鄉間山野，採集些花草，晚上回家用花草煮水沐浴，據說祛除百病，保持健康。



豎雞蛋是一項傳統的端午比賽

中原地區

中原地區過端午的時候，飲食特別講究。在煮糉子的時候，一般都要同時煮些雞蛋、鴨蛋、鵝蛋等。吃的時候，先吃糉子佐以白糖，後吃雞蛋蘸以食鹽，謂之封頂。此外，各類油炸食品，特別是糖糕和菜角，是中原地區的特色端午食品。

在中原的一些鄉村地區，端午捉蛤蟆，是一項傳統的活動。民間傳說，癩蛤蟆有劇毒，尤其是端午時節毒性最強，可以用來治病療傷。捉到蛤蟆後，將墨錠塞入蛤蟆嘴裡，掛起風乾，便成為中藥「蛤蟆墨」，可以用來治療毒疽等疾病。

中原地區還有端午日出前取水的習俗，據傳說，嫦娥夜裡將杵好的藥撒入井裡，用此水燒飯洗滌，可以預防疾病。另外，日出前踏着露水採擷艾蒿，也是中原地區過端午的習慣。



糉子以糯米為基本原料，各地因配料不同，口味相差很大。

東南地區

福建的一些地方，相互饋贈是端午節的習俗。端午節時，女婿要給岳父岳母送黃魚，謂之曰「送魚」。岳父岳母則給外孫們送食品、衣物等，謂之曰「送節」。媳婦則以衣服、鞋襪、扇子等敬獻公婆。

廣東一些地方，端午的正午時分，要用燒符的水來洗臉洗眼，然後將水潑灑在道路上，謂之曰「送災難」。

台灣地區有端午焚燒稻梗，向室內熏煙的習俗，謂之曰「送蚊」，意在驅除蚊蟲，預防疾病。台灣一些地區，至今還保持着端午節午時取水的習慣，尤其是當年鄭成功插劍禱泉的劍井，端午日取水者絡繹不絕，稱為當地一大盛事。

海南島則以洗龍水的風俗為特色，端午時分，大家都到海邊洗澡洗眼，以求龍神保佑。近年來，有的地區設立了龍水節，出現了萬人同浴的端午海灘奇觀。



福建漳州龍海龍舟比賽（平子攝）



端午節海南市民「洗龍水」

華東地區

每逢端午，南京的家庭都要備清水一盆，裡面放兩枚銅錢，再滴入幾滴雄黃酒，全家人都用清水洗眼睛，稱為「破火眼」，據說可以保證全年雙目清明。

在嘉定、儀徵等地，石首魚，也叫作黃魚，是端午的必備佳餚，所謂「買褲子，買黃魚」是也。江浙地區的端午食品中，以淡包子最為著名，所謂淡包子，就是沒有餡料的包子。另外，蜘蛛蛋也是江浙一帶的傳統端午食品。蜘蛛蛋就是在雞蛋上打一個小洞，放一隻蜘蛛進去，然後放在熏煙的爐火裡煨熟，剝開後取出蜘蛛，將蛋給兒童們食用，據說一年不長瘡癤。

在江浙的農村，還保持着端午在民居周圍撒石灰的習俗，其目的是驅除蚊蟲，阻止蜥蜴蜈蚣入侵。

與各地一樣，龍舟競渡也是江浙地區端午節的重頭戲，尤其是一些地方的夜龍舟，在燈火點綴下，格外引人入勝。



杭州「龍舟勝會」鬧端午

湘楚地區

湘楚地區是端午節的正源所在，最具特色的風俗，當屬岳陽賽龍舟之前的祭龍儀式。儀式伊始，由一個身強體壯的小伙子，扛着龍舟上的龍頭，率領龍舟的全體船員進入屈子祠，在禮樂鞭炮齊鳴中，虔誠的向屈原牌位叩首行禮。禮畢，一行人將龍頭扛到江邊，一起躍入水中，大家簇擁着龍頭洗端陽澡，然後登舟，安放好龍頭，開始競渡比賽。

鳳凰古城的龍舟賽事則是另有看點，其中搶鴨子最有特色。每當龍舟比賽結束後，主辦方會從橋上、船上、吊腳樓上向河裡拋放許多鴨子，大家一起躍入水中爭搶，一時間人聲鼎沸，熱鬧非凡。小伙子們搶到的鴨子不僅可以美餐一頓，更可以向心儀的姑娘表現實力。

湘楚地區端午食品中，還有一種五色糯米飯很有寓意，紅色寓意生活紅火，黃色寓意心情愉悅，黑色寓意身體健康，綠色寓意生活順利，藍色寓意衣食無憂。



屈原像



端午節時湖南鳳凰古城沱江河上舉行了一場激烈的搶鴨子大賽

文化縱觀

2009年，聯合國教科文組織決定，將中國端午節列入《人類非物質文化遺產代表作名錄》。遺產內容包括湖北秭歸的「屈原故里端午習俗」、湖北黃石的「西塞神舟會」、湖南汨羅的「汨羅江畔端午習俗」和江蘇蘇州的「蘇州端午節習俗」。其中前三部分均以紀念屈原為文化要旨，是中國古代楚文化的傳承；後一個則是以紀念伍子胥為其文化核心，是中國古代吳文化的賡續。

屈原與伍子胥同為春秋戰國時代人，伍子胥生活於春秋末期，要早於屈原二百多年。二人都曾在當時的政治舞台上大展身手，最後都遭遇悲慘的人生結局。二人都是憂國憂民，心繫祖國，但最終的抱負都沒有實現，而且他們熱愛的家園毀於宵小奸佞的倒行逆施。這兩個歷史人物在文化上留給後人的，是滿腔的忠誠，高尚的人格，不屈的抗爭，也是切齒的悲憤。

就歷史和地域的影響力，屈原要顯得更偉大一些，個中原因很多，其中一個重要的原因是屈原本身還是一位文學巨匠，他所開創的《楚辭》文體，成為中國詩歌的一個源頭（另一個源頭是《詩經》），作為浪漫主義文學的始祖，他的情懷導引了中國文學幾千年的走向。

端午節是一個民俗節日，也是一個文化盛典，幾千年來，無數文人雅客吟詠，詩朋賦友唱和，或追記前賢大德，或感慨歷史滄桑，留下了眾多膾炙人口的篇章。



屈原墓

屈原的文學遺產

作為中國古代浪漫主義文學的始祖，屈原為我們留下了豐富的文學遺產。現存的屈原作品，諸說不一，有的認為是 25 篇，也有人認為是 23 篇，一時難以定論。好在主要作品大家都有一致的認識。

屈原的作品只有一種文體，就是《楚辭》體詩歌，也稱為騷體詩歌，是帶有濃郁的古代楚國特色的文學形式。《楚辭》運用楚地的方言聲韻，以不規整的雜言組成詩句，以特有的「兮」字來表達多種語態，富於想像，用詞華麗，感情奔放，借助神話傳說來表達作者的情懷。《離騷》是屈原作品的巔峰之作，宗領中國文學數千年。

屈原的作品可以分為三個大類，第一類以《離騷》為代表，是作者記事抒情，表達人生哀樂、寄託個性情懷的作品。第二類以《天問》為代表，是作者根據楚地的神話傳說創作的詩篇，充分展示了作者的淵博知識和對自然界的理解。第三類以《九歌》為代表，是作者對楚地祭祀樂歌的再加工，使得作品的生活氣息更加濃郁，是對楚地文學劃時代的提升。還有一篇《漁父》，採用問答形式來記事抒情，為漢代問答體的散體大賦之濫觴。



屈原紀念館內鑄刻着《屈原列傳》（楊佐桓攝）



屈原紀念館內陳列着屈原的史料（楊佐桓攝）

蘇州端午與伍子胥

在江浙一帶，特別是蘇州，端午節是紀念伍子胥。這位生於春秋末期，早屈原二百多年的悲劇人物，雖然其功過是非幾千年來一直是人們研究探討的課題，但其對吳國之忠誠，以及其戰略眼光之準確，卻是早已被歷史證明了。

伍子胥是春秋時期傑出的政治家、軍事家，有「文治邦國，武定天下」之才。他輔佐吳王富民強國，開拓胥溪，獎勵農桑，七薦孫武，創建水軍，整修法制，相土築城，征越破楚，爭霸建業。是伍子胥發現了「兵聖」孫武，並不折不撓地向吳王闔閭推薦了七次，才有今日蜚聲世界軍事界、工商界的巨著《孫子兵法》。

規劃建造了蘇州城，是伍子胥的一大歷史功績，也是蘇州城市文明的發端。吳王闔閭當政後，非常信任伍子胥，向他請教如何成就霸業。伍子胥稱第一件事就是「相土嘗水，像天法地，造築大城」。伍子胥建造的蘇州城周長四十七里、陸門八、水門八。建城之早，規模之大，水路之巧，為國內外所罕見。蘇州二千五百多年的城市格局由此奠定。

2500年過去了，蘇州古城仍坐落在原址上，被譽為「上有天堂，下有蘇杭」，富庶之鄉，同時形成了悠久獨特的「吳文化」，使蘇州這個城市充滿了魅力和神奇。



伍子胥像



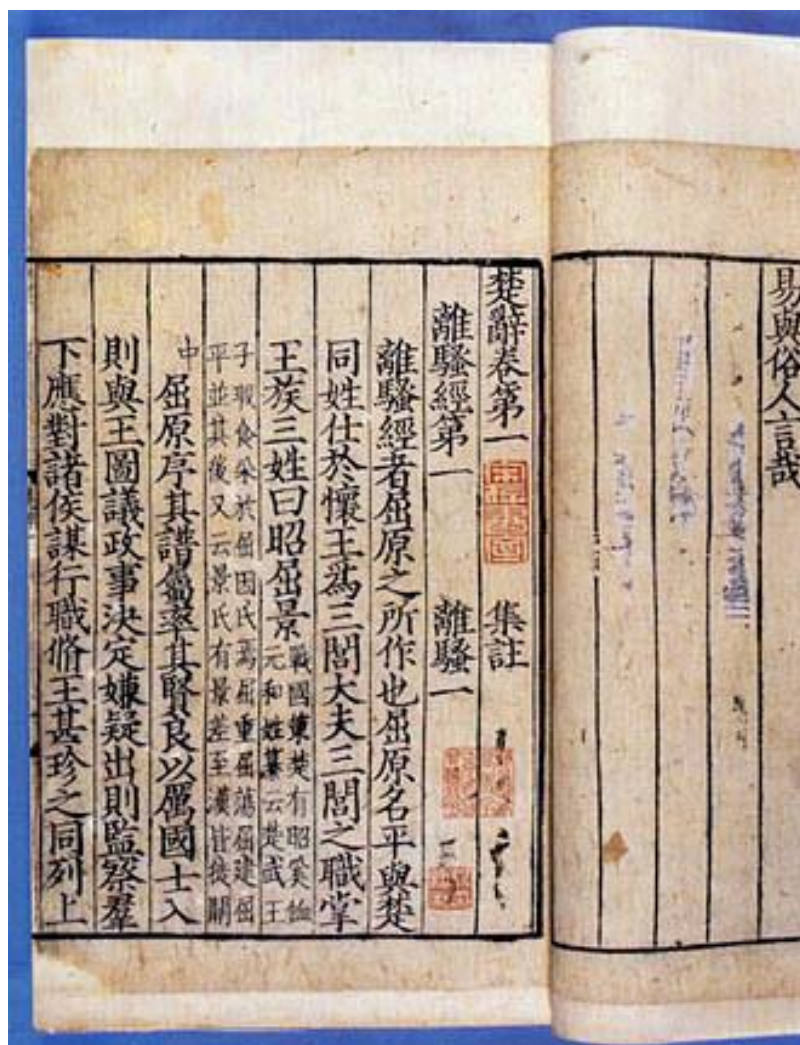
伍子胥紀念園在蘇州開園

歷代端午詩文

歷代的端午詩文，以緬懷屈原者居多，屈原自沉殉國後，其事跡感動着千百年來的仁人志士。其愛國憫民的實踐、扶危濟世的求索、潔身自好的品質、慎獨慎微的情操、遺世獨立的風骨、逍遙浪漫的襟懷，猶如暗夜明燈，照耀着整個民族探索的道路，激勵着後來者的不懈追求。

屈原的人格魅力，是歷代文人的榜樣；屈原的不幸遭遇，更贏得無數共鳴。人們用各種文學作品來緬懷屈原、勵志人生；人們用詩文來詮釋屈原精神，啟迪思想。

其他端午詩文，或渲染競渡，或描摹蘭浴，或寄託愁腸，或記錄風俗，洋洋大觀，各領風騷。



《離騷》書影



屈原祠內的碑林（楊佐桓攝）

《弔屈原賦》（並序）

《弔屈原賦》是漢代文學家賈誼的作品。漢文帝四年（公元前 176 年），賈誼被貶為長沙王太傅，及渡湘水，歷屈原放逐所經之地，對前代這位愛國詩人的不幸遭遇深致傷悼，遂作此賦。此賦描寫出一個善惡顛倒，是非混淆的黑暗世界，表現對屈原深深的同情。此賦是漢初文壇的重要作品，是以騷體寫成的抒懷之作，也是漢人最早的弔屈之作，開漢代辭賦家追懷屈原的先例。

「誼為長沙王太傅（1），既以謫去，意不自得。及渡湘水，為賦以弔屈原。屈原，楚賢臣也。被讒放逐，作《離騷》賦。其終篇曰：『已矣哉！國無人兮，莫我知也。』遂自投汨羅而死。誼追傷之，因自喻。其辭曰：

恭承嘉惠兮，俟罪長沙。側聞屈原兮，自沉汨羅。造託湘流兮，敬弔先生。遭世罔極兮，乃殞厥身（2）。嗚呼哀哉！逢時不祥。鸞鳳伏竄兮，鴟梟翱翔（3）。**闢（小知識）**茸尊顯兮，讒諛得志（4）。賢聖逆曳兮，方正倒植。謂隨、夷溷兮，謂蹠、躄為廉（5）；莫邪為鈍兮，鉛刀為銛。籲嗟默默，生之亡故兮。幹棄周鼎，寶康瓠兮。騰駕罷牛，驂蹇驢兮（6）。驥垂兩耳，服鹽車兮。章甫薦履，漸不可久兮。嗟苦先生，獨離此咎兮。

諱曰：已矣！國其莫我知兮，獨壹鬱其誰語（7）？鳳漂漂其高逝兮，固自引而遠去。襲九淵之神龍兮，**沕（小知識）**深潛以自珍（8）。**倮（小知識）**蟪蛄以隱處兮，夫豈從蝦與蛭螾（9）？所貴聖人之神德兮，遠濁世而自藏。使騏驥可繫而羈兮，豈云異夫犬羊？般紛紛其離此尤兮，亦夫子之故也。歷九州而相其君兮，何必懷此都也？鳳凰翔於千仞兮，覽德輝而下之。見細德之險微兮，遙增擊而去之。彼尋常之汙瀆兮，豈容吞舟之巨魚？橫江湖之鱣鯨兮，固將制於螻蟻（10）。」

註釋：

（1）長沙王：指西漢長沙王吳芮的玄孫吳差。太傅：官名，對諸侯王行監護之責。謫：貶官。

（2）罔極：沒有準則。殞：歿，死亡。厥：其，指屈原。

（3）伏竄：潛伏，躲藏。鴟梟：貓頭鷹一類的鳥，古人認為是不吉祥的鳥，此喻小人。翱翔：比喻得志升遷。

（4）闢：小門。茸：小草。

（5）隨：卞隨，商代的賢士。夷：伯夷。二者都是古賢人的代表。溷：混濁。蹠：春秋時魯國人，傳說他是大盜。躄：莊躄，戰國時楚國將領，莊躄接受楚頃襄王之命開闢雲南，後來退路被秦國斬斷，他回不來就在雲南做了王，客觀上背叛了楚國。傳說中這兩個人成為「壞人」的代表。

(6) 騰駕：駕馭。罷：疲憊。驂：古代四馬駕一車，中間的兩匹叫服，兩邊的叫驂。蹇：跛腳。

(7) 壹鬱：同「抑鬱」。

(8) 襲：效法。九淵：九重淵，深淵。沕：深潛的樣子。

(9) 偁：面向。螽獮：水獺一類的動物。從：跟隨。蝦：蛤蟆。蛭：水蛭，螞蟥一類。蝻：同「蚓」，蚯蚓。這兩句是說面向螽獮一類動物隱居，不與蛤蟆、水蛭、蚯蚓一類小蟲為伍。

(10) 鱣：鱣一類的大魚。鯨：鯨魚。固：本來。《莊子·庚桑楚》：「吞舟之魚，碭而失水，則螻蟻苦之。」

小知識

闌

音：〔普〕tà；〔粵〕taap3，音「塔」。

義：樓上的單扇門；門樓上的屋子。

小知識

沕

音：〔普〕wù；〔粵〕mat6，音「勿」。

義：潛藏；精氣喪失。

小知識

偁

音：〔普〕miǎn；〔粵〕min5，音「免」。

義：違背。



屈原紀念館中介紹有關屈原生平的展覽



位於湖北秭歸縣的屈原祠（楊佐桓攝）

端午詩詞

《端午》（唐代：文秀）

節分端午自誰言，萬古傳聞為屈原；
堪笑楚江空渺渺，不能洗得直臣冤。

《競渡曲》（唐代：劉禹錫）

沅江五月平堤流，吧人相將浮彩舟。
靈均何年歌已矣，哀謠振楫從此起。
楊桴擊節雷闐闐（小知識），亂流齊進聲轟然。
蛟龍得雨鬣鬣動，蝮蝥（小知識）飲汀形影聯。
刺史臨流褰翠幃，揭竿命爵分雄雌。
先鳴餘勇爭鼓舞，未至銜枚顏色沮。
百勝本自有前期，一飛由來無定所。
風俗如狂重此時，縱觀雲委江之湄。
彩旗夾岸照蛟室，羅襪凌波呈水嬉。
典終人散空愁暮，招屈亭前水東注。

《端午日賜衣》（唐代：杜甫）

宮衣亦有名，端午被恩榮。
細葛含風軟，香羅疊雪輕。
白天題處濕，當暑着來清。
意內稱長短，終身荷聖情。

《浣溪沙》（宋代：蘇軾）

輕汗微微透碧紈，明朝端午浴芳蘭，流香漲膩滿晴川。
彩線輕纏紅玉臂，小符斜掛綠雲鬟，佳人相見一千年。

《漁家傲》（宋代：歐陽修）

五月榴花妖豔烘，綠楊帶雨垂垂重，五色新絲纏角糉。金盤送，生綃畫扇盤雙鳳，正是浴蘭時節動，菖蒲酒美清尊共，葉裡黃鸝時一弄。猶曹（小知識）公，等閒驚破紗窗夢。

《乙卯重五詩》（宋代：陸游）

重五山村好，榴花忽已繁。
糉包分兩髻，艾束着危冠。
舊俗方儲藥，羸軀亦點丹。

日斜吾事畢，一笑向杯盤。

《己酉端午》（元代：貝瓊）

風雨端陽生晦冥，汨羅無處弔英靈。
海榴花發應相笑，無酒淵明亦獨醒。

《午日處州禁競渡》（明代：湯顯祖）

獨寫菖蒲竹葉杯，蓬城芳草踏初回。
情知不向甌江死，舟楫何勞弔屈來。

《五日》（清代：陳子龍）

吳天五月水悠悠，極目煙雲靜不收。
拾翠有人盧女豔，弄潮幾部阿童游。
珠簾枕簟芙蓉浦，畫槳琴箏笮艇舟。
擬向龍樓窺殿腳，可憐江北海西頭。

《端午》（現代：老舍）

端午偏逢風雨狂，村童仍着舊衣裳。
相邀情重攜蓑笠，敢為泥深戀草堂。
有客同心當骨肉，無錢買酒賣文章。
當年此會魚三尺，不似今朝豆味香。

小知識

闐闐

音：〔普〕 tián tián；〔粵〕 tin4 tin4，音「田田」。

義：本形容車馬隊伍聲勢浩大，亦可比喻為盛大的樣子。

小知識

螭螭

音：〔普〕 dì dōng；〔粵〕 dai3 dung1，音「帝東」。

義：虹的別名，又作「蜺螭」，借指橋，比喻才氣橫溢。

小知識

瞢

音：〔普〕 méng；〔粵〕 mung4，音「蒙」。

義：眼睛看不清楚的樣子；晦暗不明；羞愧的；憂悶。

本專題編著

作者：姜東陽

1955 年出生，遼寧省大連市人。辭賦家，詩人，文化學者，中國作家協會所屬《中華辭賦》月刊編輯部主任。其詩文曠達豪放，典雅清麗，師經典而能創新，法先賢卻不拘泥，古風律絕兼善，駢儷散行俱佳，尤其以辭賦作品見長，在國內外有較大的影響力。

圖片提供：平子、楊佐桓、于澄建、劉述先、中國新聞社