



社 \ 会 \ 新 \ 风 \ 与 \ 文 \ 化 \ 生 \ 活

端午节与 龙舟文化读本

胡元斌 主编



新疆人民出版社
伊犁人民出版社

目 录

百变源流——端午起源

源于百越族的图腾祭祀·····	2
爱国诗人屈原悲愤投江·····	12
纪念千古孝女曹娥娘娘·····	18
迎涛而上迎接涛神伍子胥·····	24
避讳恶日与勾践练水军·····	27

一脉相承——习俗流布

粽子相关食材的历代变迁·····	40
粽子不同风味和多种样式·····	44
风格迥异的节日饮食习俗·····	49
经验衍化而成的基本风俗·····	55
蕴含智慧的有益健康活动·····	75
少数民族的别样端午节·····	80

精彩演绎——龙舟文化

具有深厚内涵的龙舟文化·····	94
绽放异彩的传统制作工艺·····	103
秭归汨罗江纪念屈原龙舟赛·····	110
赛龙舟风俗在各地的盛行·····	116

百 变 源 流

端午起源

农历五月初五端午节，是我国最古老隆重的传统节日之一。每到这个节日，举国同庆，民俗活动盛行，蕴含了深厚的民俗文化。

端午节还称为五月节、夏节、浴兰节、女儿节、天中节、诗人节等，是我国几千年来传统节日。由于地域广大，民族众多，端午起源传说很多，充满神秘色彩。

屈原的爱国精神和感人诗篇，已广泛深入人心，故人们“惜而哀之，世论其辞，以相传焉”，因此，纪念爱国诗人屈原之说，影响最广最深，占主流地位。



源于百越族的图腾祭祀

相传早在四五千年前，水乡泽国有一个以龙为图腾的民族，他们每年在农历五月初五举行龙图腾祭祀。在祭祀仪式中，有个半宗教半民俗的神人共娱节目，就是举行龙舟竞渡。他们还往水里投粽子，这是献给图腾神的祭品。

在祭祀过程中，乡民们断发文身，以显示自己龙子的身

份。原来这里也有在五月初五用“五彩丝系臂”的民间风俗，这也成为了“像龙子”文身习俗的遗迹。

后来，人们在长江中下游的广大地区，发现了一些新石器时代的一种几何印纹陶为特征的文化遗存。这些遗存的族属，是一个崇拜龙图腾的部族，史称百越族。

百越族的生产工具，大



量的是石器，也有铲、凿等小件的青铜器。在作为生活用品的坛坛罐罐中，烧煮食物的印纹陶鼎，是他们所特有的族群标志之一。那么，百越族为什么在五月初五进行龙图腾的祭祀呢？

在古时候，夏历每月初五皆可称端五。北宋李昉、李穆、徐铉等学者奉敕编纂的著名百科全书类丛书《太平御览》的《风土记》中记述：

仲夏端五，端，初也。

也就是说，“端”的意思和“初”相同，初五就称“端五”。端五的“五”与“午”相通，亦称“端午”。按地支顺序推算，五月正是“午”月，又因午时为“阳辰”，“端五”也叫“端阳”。五月初五，月、日都是“五”，故称“重五”，也称“重午”。

作为民间的节日，五月初五这个“重五”的数字有着特殊的意义。古代许多先人认为，在以“十”为足数的系统中，“五”是半数。在天干地支中，“午”“戌”也都居中。金木水火土五行，成为人们最基本的自然概念。

在春秋时期，纵横家鼻祖鬼谷子著述的我国最早的军事理论策略《鬼谷子·阴符篇》有“盛德法五龙”的说法。南朝梁时著名的医药家、炼丹家、文学家，人称“山中宰相”的陶弘景注曰：

五龙，五行之龙。

古老神话传说的五龙中，四条子龙各治东南西北一方，即金木水火五行，父龙居中央而为共主，“五”也就被赋予了帝王的神圣尊荣涵义。这样，初五就成了敬畏龙的日子，而“重五”日就是祭龙的盛大节日，也称为“龙节”。百越人创立祭祖的龙节，后来人们就称为“端午节。”

在久远的历史发展中，大部分百越人融合到汉族中，其余部分演变为了南方少数民族，端午节就成了全中华民族的节日了。

那么，龙图腾到底是怎么回事呢？它的文化内涵是什么呢？在神话传说中，龙是一种神异的动物。它的长相相当奇特，很像各种动物的集合。

它的身体像蛇一样长有鳞片且修长，但它的角像鹿角一样，耳朵像牛耳，嘴上有两条像虾须一样的须，也有又大又凸的圆眼睛，还拥有长得像鹰爪的爪子，虎掌一般的脚掌，背上有鱼鳍，嘴里含有一颗珠子。

因此，龙在人们心中非常厉害，它能在天空中飞行，能在地上爬走，也可以悠游海中，它住在深海里，难得一见。

先秦重要古籍，富于神话传说的最古老的地理书《山海经》记载，夏后启、蓐收、句芒等都“乘雨龙”。另有书记“颡顼乘龙至四海”“帝尝春夏乘龙”。前人分龙为四种：有鳞者称蛟龙，有翼者称应龙，有角者称虬龙，无角者称螭龙。

有人认为，龙是远古炎黄统一中原各部落后，糅合各氏族

的图腾而形成的统一形象。传说龙能隐能显，春风时登天，秋风时潜渊，又能兴云致雨。后来，龙成为了皇权的象征，历代帝王都自命为龙，使用器物也以龙为装饰。龙被中华民族先民作为祖神敬奉，普遍尊尚“龙”，我国汉族人民也经常将自己称作是“龙的传人”。

中华民族普遍认为，龙代表着吉祥和神圣尊贵。在我国历史上的各个朝代，帝王们都称自己为“真龙天子”，这样就使龙也具有了权力的象征。

古代的帝王们和龙是脱离不了关系的，普遍认为皇帝是真龙转世，说他们的长相叫“龙颜”，身体是“龙体”，衣服叫“龙袍”等。凡是皇帝用的东西，都要冠上一个“龙”字。其实，皇帝之所以会跟龙扯上关系，还要从远古说起。

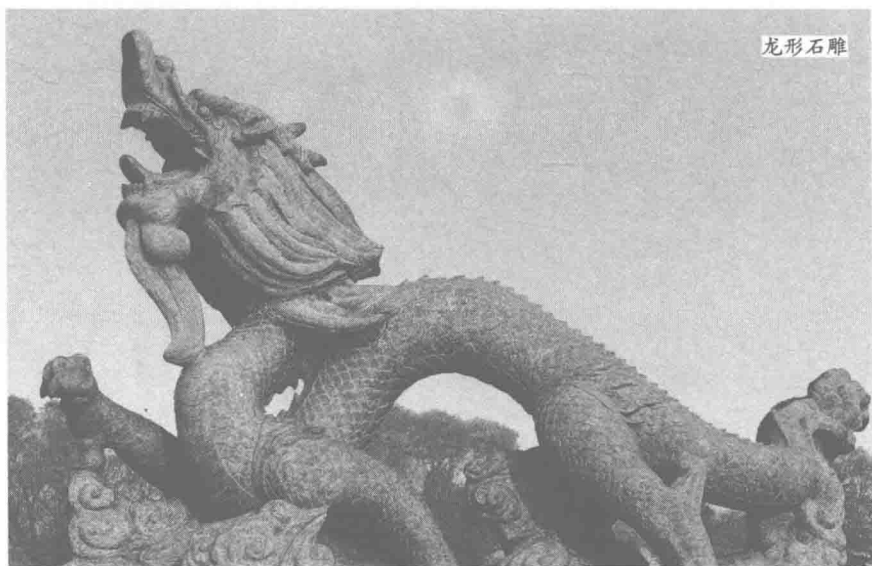


传说尧是赤龙族的后代，他的母亲在怀孕时，常有赤龙伏在身上，由此人们推断，赤龙族是龙的子孙，与龙有血缘关系。大禹的父亲死后三年变成黄龙，背着大禹治水患，都与龙有关系。

到了汉代，汉高祖刘邦虽然打败了西楚霸王项羽，但因为他的家庭背景不太好，于是他编了一个故事，说他的母亲是因蛟龙缠身才生下了他，所以他是由龙转世的真命天子。以后的皇帝也照葫芦画瓢地学刘邦这一招，所以龙的地位又上升了不少。

如果龙只有皇帝能用，那对百姓就太不公平了，所以五爪的龙给皇帝用，四爪的龙给大臣或贵族用，三爪的百姓就能用了。

在我国传统的十二生肖中，龙排第五。龙与凤凰、麒麟、龟一起并称“四瑞兽”。青龙与白虎、朱雀、玄武是我国天文



龙形石雕

的四象。

佛教中的龙是天人中8个部落中的一支，即天龙八部，八部中第二是龙部。佛教中的天龙，是佛教护法神，龙部众生都是以护卫佛法金刚为己任，保证佛法在三界中不被祸乱。有人真正修行佛教时，也有龙部众生被派遣来保护修佛人的说法，这就是护法。

天龙，就是指天上的龙，或升天的龙。龙能够腾翔于云天，是由其取材对象和他的神性决定的。龙的神性可以用喜水、好飞、通天、善变、显灵、征瑞、兆祸、示威来概括。其中的“好飞”和“通天”，是“天龙”形成的决定性因素。

龙的集合对象中的雷电、云雾、虹霓等，本来就是飞腾在空中的“天象”。而鱼、鳄、蛇等在水中潜游之快，马、牛、鹿等在陆地上奔跑之速，都类似于“飞”。

远古的人们由于思维的模糊性，往往将潜游于水中的鱼、鳄、蛇，或奔跑于陆地上的马、牛、鹿，还有飞升腾跃在空中的雷电、云雾、虹霓，看成一个神物的不同表现，从而认为龙能在水中游、地上跑，也就能在天上飞。

“好飞”就可以“通天”。龙“飞”的方向和域界，自然是神秘、辽阔、至高无上的天。从远古以来，人们总是让神龙常常出现在浩渺无垠的云气中。

浙江余姚河姆渡发现的黑陶双耳盆上，有将“鱼藻纹”和“鸟纹”刻画在一起的图案，陕西宝鸡北首岭发现的“鸟鱼纹”，也将天上飞的鸟同水中游的鱼龙的集合对象联系起来。

这就透出，早在新石器时代早期，龙的模糊集合之初，龙就开始有了“通天”的意味。

我们的祖先们，生活在异常艰辛的环境里，自然界灾害频发，氏族间你争我斗，自身面临生老病死诸多苦痛。进入阶级社会后，又增加了来自专制皇权的压力，这种压力又同道德伦理相结合，以“三纲五常”等形式灌进人们的血脉中，不容分说、无可拒绝地捆绑住人们的手脚。

人们有追求自由的天性，可是天性自由却无时不在羁绊之中，于是，人们期冀着、希求着、幻想着挣开绳索，超脱尘世，过一种能使天性充分解放的无拘无束的生活。龙为满足人们这样的心理提供了可能。

远古时期的百越族崇拜龙，认为他们是图腾龙的后代，就将龙尊奉为本氏族的标志、象征和保护神。图腾作为人类最古老的文化一直都在流传着。

有关龙图腾起源的传说也特别多，比较流行的说法是，以蛇为原型的综合图腾。

在《伏羲考》和《端午考》等有关神话学研究的重要论著中认为：

龙是一种图腾，并且是只存在于图腾中，而不存在于生物界中的一种虚拟的生物，因为它是由许多不同的图腾糅合成的一种综合体。

龙图腾，不拘它局部的像马也好，或像鱼、像鸟、像鹿都好，它的主干部分和基本形态却是蛇。这表明在当初众图腾单体林立的时代，内中以蛇图腾最为强大，众图腾的合并与融化，便是蛇图腾兼并与同化了许多弱小单体的结果。

在古老的神话传说中，龙图腾还有很多说法，有的认为龙源于马，有的认为龙源于恐龙，还有的认为龙源于蜥蜴、鳄鱼等。但是，这些都不可信。

那么，龙图腾到底是由何而生的呢？还得从最早的祭祀说起。

根据相关记载，祭祀的最初形成，是原始社会的人们认为，人的灵魂可以离开躯体而存在，便把这种灵魂观念的派生物，用竹木或泥土塑造成神灵偶像，或画出日月星辰、野兽等神灵形象，作为崇拜对象的附体。然后在偶像面前陈列献给神灵的食物和其他礼物，并由主持者祈祷，祭祀者对着神灵唱



歌、跳舞。

我国的祭祀文化起源较早，大约至少已经有8000多年了，甚至更加久远。由于我国独特的地理环境和黄色人种特有的思维模式，我国在祭祀文化的起源和形式上，与其他民族存在着一定程度上的差异性。就好比龙图腾的另类一样，不可避免地会留下民族的特征和烙印。

人们都知道，我们中华文明起源于黄河中下游。原始人面对着肆虐的黄河，产生了无比的敬畏，认为黄河是由神来主宰的，于是祭河神开始渐渐兴起，成为我国重要的祭祀活动之一。

传说人们祭河神都要献上很多祭品，一开始是用动物作为祭品，诸如蛇、鹿、牛、马、虎、熊等。祭祀的过程中，人们惊异的发现，如果把这些作为祭品的动物组合起来，正好是一条完整的中国龙形象！

就这样，形成了龙的最初形象，也可以说，龙的形象起源

于祭祀，祭祀文化的兴起略早于龙图腾的崇拜。在人类漫长的历史发展中，中国龙的形象不断演化，这是由于祭祀文化多元发展造成的。

祭祀初始是祭河神，后来又逐步发展到祭天、祭海等。人们用来做祭品的动物种类越来越多，被不断的添



加到龙的形象中去，龙也不断被神话为上天入海无所不能的吉祥物，逐渐形成了对龙图腾的崇拜。

龙的形象虽然有很多种变化，但是蛇身却作为龙的主体形象一直存在，也是中国龙形象构成的基础。

龙的传说历史悠久，商代甲骨文中已有结构完备的“龙”字，龙的图案和传说更可追溯到遥远的史前文化。人们推测，以蛇为图腾的部落不断战胜、融合其他部落，逐渐形成了华夏大民族。

在我国传统的习俗中，龙是吉祥的象征。在辽阔的神州大地上，以龙为名的山川城池不计其数，以龙为号的亭台楼阁举不胜举，与龙有关的民俗比比皆是。

古老的中华民族先人，尊奉龙是神灵、权威的象征。龙的崇拜由来已久，已成为中华民族先民心中神圣的图腾。在远古时代，人们崇拜龙，每年的五月初五都要祭祀龙图腾，久而久之就形成了民俗风情，这便是端午节的起源。

爱国诗人屈原悲愤投江

在春秋时期，楚国有一个大臣叫屈原。他于公元前340年出生在秭归，自幼勤奋好学，胸怀大志。

屈原早年受楚怀王信任，任左徒、三闾大夫，常与怀王商议国事，参与法律的制定，主张章明法度，举贤任能，改革政治，联齐抗秦，提倡“美政”。

在屈原的努力下，楚国的国力有所增强。但是，他的性格十分耿直，在修订法规的时候不愿听从上官大夫的话，再加上楚怀王的令尹也阻止怀王接受屈原的意见，怀王便开始对屈原产生了罅隙，疏远了屈原。

屈原虽遭谗被疏，但他始终以国家的兴亡、人民的疾苦为念，希望楚王幡然悔悟，奋发图强，做个中兴之主。他明知忠贞耿直会招致祸患，但却始终“忍而不能舍也”。

他明知自己面临着许许多多危险，他完全可以去别国寻求出路，但他却始终不肯离开楚国半步。表现出了他对国家的无限忠诚，和他“可与日月争光”的高尚人格与意志。

公元前305年，屈原反对楚怀王与秦国订立黄棘之盟，但是

楚国还是彻底投入了秦国的怀抱。屈原也被楚怀王逐出了郢都，开始了被流放的生涯。

屈原被流放到了沅江和湘江流域。在流放中，他写下了忧国忧民的《离骚》《天问》《九歌》等不朽的诗篇。他在诗中抒发了炽热的爱国思想感情，表达了他对楚国的热爱，体现了他对理想的不懈追求和为此九死不悔的精神。



他创造的“楚辞”文体在我国文学史上独树一帜，与《诗经》并称“风骚”二体，对后世诗歌创作产生了积极影响。

《离骚》是屈原以自己的理想、遭遇、痛苦、热情以至整个生命所熔铸而成的宏伟诗篇，其中闪耀着鲜明的个性光辉，是屈原全部创作的重点。

《天问》是屈原根据神话、传说材料创作的诗篇，着重表现作者的学术造诣及其历史观和自然观。

《九歌》是楚国祀神乐曲，经屈原加工、润色而成，在人物感情的抒发和环境气氛的描述上，充满浓厚的生活气息。由于是代人或代神表述，并非作者自我抒情，它更多地显示了南楚文学传统的痕迹。

《离骚》一组，《九歌》一组，构成了屈原作品的基本风

格。这些作品是他坚持“美政”理想，与腐朽的楚国贵族集团进行斗争的实录。

他的“美政”理想表现在作品中，就是“举贤而授能兮，循绳墨而不颇”。

所谓“举贤授能”，就是不分贵贱，把真正有才能的人选拔上来治理国家，反对世卿世禄，限制旧贵族对权位的垄断。他还以奴隶传说、屠夫吕望、商贩宁戚的历史事迹为例，说明了不拘身份选拔人才的合理性。

所谓“循绳墨而不颇”，就是修明法度，即法不阿贵，限制旧贵族的种种特权。

屈原的作品充满了积极的浪漫主义精神。其主要表现是他将对理想的热烈追求，融入了艺术的想象和神奇的意境之中。

