



社\会\新\风\与\文\化\生\活

中秋节与 赏月文化读本

胡元斌 主编



新疆人民出版社
伊犁人民出版社

社会新风与文化生活

- 对联文书写作文化读本
- 谜语猜谜游戏文化读本
- 岁时节气知识文化读本
- 剪纸年画民间文化读本
- 春节除夕庆祝文化读本
- 元宵节与灯会文化读本
- 清明节与祭祀文化读本
- 端午节与龙舟文化读本
- 中秋节与赏月文化读本
- 现代婚丧喜庆文化读本



社 \ 会 \ 新 \ 风 \ 与 \ 文 \ 化 \ 生 \ 活

中秋节与 赏月文化读本

胡元斌 主编



新疆人民出版社
伊犁人民出版社

图书在版编目（C I P）数据

中秋节与赏月文化读本 / 胡元斌主编. -- 奎屯：
伊犁人民出版社, 2015.9
（社会新风与文化生活）
ISBN 978-7-5425-1493-6

I. ①中… II. ①胡… III. ①节日—风俗习惯—基本
知识—中国 IV. ①K892.1

中国版本图书馆CIP数据核字（2015）第200577号

责任编辑：韩新帮
封面设计：大华文苑

社会新风与文化生活
中秋节与赏月文化读本
胡元斌 主编

出版发行



新疆人民出版社

伊犁人民出版社

（新疆奎屯市北京西路28号 833200）

经 销 新华书店
印 刷 唐山新苑印务有限公司
版 次 2015年9月第1次印刷
印 次 2015年9月第1次印刷
开 本 690mm × 960mm 1/16
印 张 9
字 数 100千字
定 价 29.80元

前 言

党的十八大报告提出了到2020年全面建成小康社会的宏伟目标。其核心是“全面”，即追求多领域协同发展、不分地域、不让一个人掉队、不断发展的全面小康；其内容是“五位一体”，即建成经济、政治、文化、社会、生态文明的全面小康，是不可分割的有机整体。

小康生活，是广大人民群众梦寐以求的幸福生活；而小康社会，则是我党艰苦奋斗、孜孜追求、一心想为人民群众创造的一种幸福社会。经过全党和全国人民的共同努力，经过三十多年的改革开放，我国人民生活总体上达到了小康水平，我国进入了全面建成小康社会，并加快推进现代化建设的新阶段。党中央提出的全面建成小康社会的奋斗目标、基本任务和总体要求，为全国人民描画了今后的幸福生活，这是全党的共同任务，也是广大人民群众义不容辞的责任。为此，特推出“共享小康生活”系列读物，旨在广大人民群众提高自身素质，共建小康社会，共享小康生活。

要建成小康社会，享受小康生活，首先要过上平安健康的生活。常常可以看到，有些人和家庭因为安全或健康出了问题，导致整个人生和家庭都不幸，因残疾而穷困，因病痛而潦倒，同时也给社会增加了很大负担。还有些人涉黄、涉赌、涉毒、涉黑等，有些人被骗、被盗、被暴力侵害、被传销坑害、被邪教毒害等，从此陷入人生和家庭的不幸。这些都与建成小康社会背道而驰。小康生活就是要把“平安是福，健康是金”的理念转化为现实。“共享小康生活”之“安全预防与平安生活”读本，主要介绍交通出行、用电用火、网络生活、运动锻炼、食品卫生、疾病预防、劳动防护、黄赌毒黑、社会治安及自然灾害等方面的预防知识，悉心告诫，关怀备至，是教导广大人民群众安全每一天、幸福每一刻的最好读本。

要建成小康社会，享受小康生活，就要创造社会新风尚，过上有文化有品位的幸福生活。常常可以看到，有些人吃饱了、穿暖了、有钱了，但仍然过着封建的、落后的、愚昧的、腐败的、丑陋的生活，这不是真正

的幸福生活，不是小康生活的内容。小康生活包括文化内涵的建设，要体现出民风淳朴、文化品位的时代新风貌。“共享小康生活”之“社会新风与文化生活”读本，主要介绍对联与文书写作、谜语与猜谜游戏、岁时与节气知识、民间剪纸与年画、春节与除夕庆祝、元宵节与灯会、清明节与祭祀、端午节与龙舟、中秋节与赏月以及现代婚丧喜庆等文化知识，民风习俗、节日庆祝，与广大人民群众息息相关，是发扬传统、建设时代文化的普及读本。

要建成小康社会，享受小康生活，就要培养健康的兴趣爱好，享受高雅的休闲娱乐生活。常常可以看到，本来应该高雅享受的休闲娱乐，却被有些人搞得庸俗不堪和声色喧嚣，有人有钱就任性，有人得势就放纵，这最终都是腐败堕落的滑梯。这些与小康生活是格格不入的。小康生活包括自身素质的提高和兴趣爱好的培养。“共享小康生活”之“休闲娱乐与健康生活”读本，主要介绍歌咏、器乐、美术、书法、舞蹈、口才、曲艺、戏剧、表演、游艺等知识，是指导广大人民群众培养休闲娱乐爱好的最佳读本。

要建成小康社会，享受小康生活，就要养成文明的道德行为，不断丰富自己的精神世界。常常可以看到旅游行程中诸如随地吐痰、乱写乱画等不文明的行为举止，不仅国内有，而且还有丢丑到国外的。这些根本不是小康生活的具体表现。小康生活包括行为文明建设和精神文明建设。“共享小康生活”之“休闲娱乐与健康生活”读本，主要介绍阅读、科普、健身、娱乐、游戏、旅行、环保、收藏、棋艺、牌艺等内容，是帮助广大人民群众增强文明行为、提高精神生活的最优读本。

总之，推出本套“共享小康生活”系列读物的目的，是使广大人民群众人人都投身建设小康生活，成为小康社会的建设者，也让广大人民群众人人都能很好地享受小康生活，成为小康生活的享受者，实现2020年全面建成小康社会的宏伟目标。

本套系列读物图文并茂、通俗易懂，非常适合广大读者和有关单位机构用以指导现代家庭、社区以及新农村建设。同时，亦适合各级图书馆收藏和陈列。

编者

2015年7月

目 录

源流演化——起源称谓

源于古老浪漫的嫦娥奔月·····	2
吴刚伐桂并传桂子于人间·····	9
对月崇拜及拜土地的说法·····	13
玄宗游月宫并大力推广·····	22
中秋被正式定名为节日·····	29
祭月在明清时期的演变·····	40
兔儿爷的出现和文化遗产·····	45

饕餮盛宴——饮食文化

月饼在我国的缓慢发展·····	54
北方地区的独特饮食风俗·····	67
南方地区的诱人中秋美食·····	72
台湾地区的别样饮食习惯·····	78

习俗流布——佳期节俗

用以抒怀遣兴的猜灯谜·····	84
中秋时节的舞火龙与摸秋·····	91
寓意深远的曳石和烧斗香·····	96
中秋果子节与石湖看串月·····	100
有趣的请月姑和窃瓜祈子·····	106
蕴含美好愿望的闽粤风俗·····	111

万民同庆——文化传承

在各民族中都有对月的崇拜·····	118
洋溢着浪漫与温馨的欢聚·····	125
风格迥异的各民族尝新节·····	131

源流演化

起源称谓

每年的农历八月十五，是我国的传统节日——中秋节。这时是一年秋季的中期，所以被称为“中秋”。在我国的农历里，一年分为四季，每季又分为孟、仲、季三个部分，因而中秋也称仲秋。

八月十五的月亮比其他几个月的满月更圆，更明亮，所以又叫作“月夕”“八月节”，也有“秋节”“八月节”“八月会”“追月节”“玩月节”“拜月节”“女儿节”或“团圆节”等称谓。

此夜，人们仰望星空如玉如盘的朗朗明月，自然会期盼与家人团聚。远在他乡的游子，也借此寄托对故乡和家人的思念之情。所以，中秋又称“团圆节”。



源于古老浪漫的嫦娥奔月

那还是在远古时期，天气异常炎热，因为天上有10个太阳，每天都烤着大地。有人说这10个太阳都是东方天帝的儿子，他们跟他们的母亲以及天帝共同住在东海的边上。

他们的母亲经常把自己的10个孩子放在世界最东边的东海洗澡，洗完澡后，让他们像小鸟那样栖息在一棵大树上。

因为每个太阳的形象中心都是只鸟，所以大树就成了他们的家，9个太阳栖息在长得较矮的树枝上，另一个太阳则栖息在树梢上。



每当黎明来临，大地需要晨光照耀的时候，栖息在树梢的太阳便坐着两轮车，穿越天空，照射人间，把光和热洒遍世界的每个角落。

10个太阳遵守着天地制定的规矩，每天一换，轮流当值，秩序井然，天地万物一片和谐，人们在大地上生活得非常幸福和睦。人和人之间像邻居、朋友那样，生活在一起，日出而耕，日落而息，生活过得既美满又幸福，人和动物之间也能和睦相处。

那时候人们感恩于太阳给他们带来了时辰、光明和欢乐，经常面向天空磕头作揖，顶礼膜拜。可是，这样的日子过长了，这10个太阳就觉得无聊，他们想要一起周游天空，认为肯定很有趣。

于是，当黎明来临时，10个太阳就一起爬上双轮车，踏上了穿越天空的征程。可是，大地上的人和万物就受不了了，10个太阳像10个大火团，他们一起放出的热量烤焦了大地，烧死了许许多多的人和动物。

在太阳的炙烤下，森林着火啦，所有的树木庄稼和房屋都被烧成了灰烬。那些在大火中没有被烧死的人和动物，猪突狼奔，四下流窜，发疯似的寻找可以躲避灾难的地方和能救命的水和食物。

很快，河流也开始干枯了，大海也面临着干涸的境遇，所有的鱼类也都死光了，那些原本藏匿在水中的怪物便爬上岸偷窃食物，维持自己的生计。

就这样，随着农作物和果园的枯萎烧焦，供给人和家畜的食物来源被断绝了，人们不是被太阳的高温活活烧死就是成了野兽口中食，人间一片凄惨的景象。人们在火海灾难中苦苦挣扎，眼看着再也无法继续生活下去了。

这时，有个年轻英俊的英雄大神叫大羿，他是个神箭手，箭法超群，可以说是百发百中。一天，他被天帝召唤去，领受了驱赶太阳的使命。

大羿领命之后看到人们生活在灾难中，心中十分不忍，便暗下决心射掉那多余的9个太阳，帮助人们脱离苦海。

于是，大羿不辞万苦，爬过了九十九座高山，迈过了九十九条大河，穿过了九十九个峡谷，来到了东海边，登上了一座山，山脚下就是茫茫大海。

大羿拉开了万斤力的弓弩，搭上了千斤重的利箭，满弓瞄准了天上那颗火辣辣的太阳，“嗖”的一箭射去，第一个太阳被射落了，天地间的温度降下去了很多。

紧接着，大羿又拉开弓弩，搭上利箭，“嗡”的一声射去，同时射落了两个太阳。这下，天上还有7个太阳瞪着红彤彤的眼睛看着大羿。大羿感到这些太阳仍很焦热，又狠狠地射出了第三支箭。这一次射得很有力，一下射落了4个太阳。

其他的太阳看到自己的兄弟一个个被射下来，吓得全身打颤，急得团团旋转。就这样，大羿一支接一支地把箭射向太阳，无一虚发，射掉了9个太阳。中了箭的9个太阳一个接一个地死去。



它们的羽毛纷纷落在地上，它们的光和热也一点一点地消失了。直到最后剩下一个太阳，它怕极了，就按照大羿的吩咐，老老实实地为大地和万物继续贡献光和热。

从此，这个太阳每天从东方的海边升起，晚上从西边山上落下，温暖着人间，保持万物生存，人们安居乐业。大羿立下了汗马功劳，受到了人们的尊敬和爱戴，不少志士慕名前来投师学艺。奸诈刁钻、心术不正的逢蒙也混了进来。

不久，大羿娶了一个美丽善良的妻子，名叫嫦娥。嫦娥心地善良，时常将大羿狩猎得来的猎物分给乡邻，因此也备受人们的敬重，大家都很喜欢她。大羿每天除了传艺狩猎外，终日 and 妻子在一起，人们都羡慕这对郎才女貌的恩爱夫妻。

一天，大羿到昆仑山访友求道，巧遇由此经过的王母娘娘，便向王母求得一包不死药。据说，只要服下此药的一半，就可以长生不老，如果将此药全部服下，便能即刻升天成仙。

然而，大羿舍不得撇下心爱的妻子和乡亲们，独自离去。



于是只好暂时把不死药交给嫦娥珍藏，嫦娥将药藏进了梳妆台的百宝匣里，不料被逢蒙看到了。

这年的八月十五，大羿带弟子们练功去了。逢蒙却中途溜回来，闯进嫦娥的住处，逼她交出不死药。为了不让仙药落到逢蒙的手中，嫦娥迫不得已，一口将药吞进肚子。刹那间，嫦娥身轻如燕，

冲出屋门直飞云天。

但嫦娥实在不愿意离开丈夫，她只好在离地面最近的月亮上面住了下来。大羿晚上回家不见妻子，急忙向人们打听，侍女们哭诉了白天发生的事。

大羿既惊又怒，抽剑去杀恶徒，逢蒙早已逃走，大羿气得捶胸顿足，悲痛欲绝，仰望着夜空呼唤嫦娥，这时他发现，今天的月亮格外皎洁明亮，而且有个晃动的身影酷似嫦娥，就好像嫦娥正在看着自己一样。

大羿心如刀绞，他拼命地朝月亮奔去，可是他追一里，月亮退一里，怎么也追不上去。在万般无奈之下，他就在门前摆下供桌，上面放上嫦娥最爱吃的各种水果，遥向月亮上的妻子

祭拜。

百姓们闻知嫦娥奔月成仙的消息之后，乡亲们见大羿这样做，也都照样纷纷在月下摆设香案，向善良的嫦娥祈求吉祥平安。

从此，在每一年的八月十五晚上，大家都会一起对着月亮祭拜，拜月的风俗就这样在民间一直被保留了下来。

据说嫦娥身体变轻，开始升空时，惶恐中的她想抓住点什么压下身子，慌乱之中便抱起了自己一直喂养的一只白兔。

白兔儿当然无法留住嫦娥，就随着她一起上了月亮，成为神话中一抹可爱温馨的色彩。据说玉兔在月宫有一只捣药杵，夜晚在药臼中捣制长生不老的灵药。

但是在我国的一些地区，关于嫦娥奔月的传说又有了另外的一种说法。说大羿成功射落了天上的9个太阳之后，成为了为普天下所敬仰的英雄。但是大羿的丰功伟绩，却受到了其他天神的妒忌，他们到天帝那里去进献谗言，最终使天帝疏远了大羿，并把他永远贬斥到了人间。

满心委屈的大羿和妻子嫦娥只好隐居在人间，靠大羿打猎为生。根据《淮南子》的记载说，大羿觉得对不起受他连累而谪居下凡的妻子，便到西王母那里去求来了长生不死之药，好让他们夫妻二人在世间永远和谐地生活下去。

但是这样贫苦的日子生活久了，嫦娥开始厌烦了，一天她趁大羿不在家的时候，偷吃了全部的长生不死药。嫦娥由于背弃了丈夫，怕天庭诸神嘲笑，就投奔月亮女神常羲，想在月宫



暂且安身。

可是月宫空无一人，出奇的冷清，她在漫漫长夜中咀嚼孤独、悔恨的滋味，慢慢地变成了月精白蛤蟆，在月宫中终日被罚捣不死药，过着寂寞清苦的生活。

奔月以后的嫦娥，经常回想起丈夫平日对她的好处和人世间的温情，对比月亮里的孤独，倍觉凄凉。可谓“嫦娥应悔偷灵药，碧海青天夜夜心。”

于是，嫦娥向丈夫大羿托梦倾诉自己的懊悔之心，取得大羿的原谅之后，又说：“平时我没法下来，明天乃月圆之候，你用面粉作丸，团团如圆月形状，放在屋子的西北方向，然后再连续呼唤我的名字。到三更时分，我就可以回家来了。”

第二天，大羿照着妻子的吩咐去做，果然在夜半三更的时候，嫦娥由月中飞来，夫妻俩终于团圆了，中秋节做月饼供嫦娥的风俗，也由此形成，当是世人渴望美好团圆，渴望幸福生活的情感流露。

吴刚伐桂并传桂子于人间

当人们在八月十五这天，抬头仰望天空中那轮皎洁的明月的时候，可以看见在那轮皓月中有些影影绰绰的黑影，人们都说，这是吴刚在伐桂呢！

传说中说在月亮中有一颗高达500丈的桂树，这株桂树不仅高大，而且有一种神奇的自愈功能。吴刚本为樵夫，醉心于仙道，但始终不肯专心学习。因此惹得天帝极为震怒，就把他打入月宫，令他在月宫砍伐桂树，并严厉地对他说：“如果你砍倒桂树，就可以获得你想要的仙术。”

吴刚每砍一斧，树的创伤就会马上愈合，日复一日，吴刚一直在砍伐桂树，但是他的愿望一直也没有实现。因此，吴刚只好常年留在月宫中砍伐桂树，但始终都砍不倒这棵树，吴刚只好周而复始，一天天地不断地砍。很快，千万年过去了，那棵神奇的桂树依然如旧，生机勃勃，甚至完好无损，吴刚始终也没有将这颗桂树砍倒。每到农历的八月十五这天，桂树就会散发出一种奇异的馨香，芬芳浓郁，溢满整个月亮。

后来，吴刚知道人间还没有这种桂树，就心想着把桂树的