

汉英双语版
Chinese - English

话说 端午

中文作者 陈连山
英文作者 付瑛瑛 等
英文审订 汪榕培

ANECDOTES ABOUT THE DUANWU FESTIVAL

English by
Fu Yingying et al.

Revised by
Wang Rongpei

Chinese by
Chen Lianshan

 上海外语教育出版社
外教社 SHANGHAI FOREIGN LANGUAGE EDUCATION PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

话说端午 (汉英双语版) / 陈连山等编著.

—上海: 上海外语教育出版社, 2008

ISBN 978-7-5446-0881-7

I. 话… II. 陈… III. 节日—风俗习惯—中国—汉、英 IV. K892.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第079039号

出版发行: 上海外语教育出版社

(上海外国语大学内) 邮编: 200083

电 话: 021-65425300 (总机)

电子邮箱: bookinfo@sflep.com.cn

网 址: <http://www.sflep.com.cn> <http://www.sflep.com>

责任编辑: 许进兴 李振荣

印 刷: 上海锦佳装璜印刷发展公司
经 销: 新华书店上海发行所
开 本: 889×1280 1/32 印张 6.875 字数 143千字
版 次: 2008年6月第1版 2008年6月第1次印刷
印 数: 3 100 册

书 号: ISBN 978-7-5446-0881-7 / G · 0431
定 价: 18.00 元

本版图书如有印装质量问题,可向本社调换

话说端午

中文作者 陈连山

英文作者 付瑛瑛 杨春侠 吴 平

王 哲 徐炳富

英文审订 汪榕培

ANECDOTES ABOUT THE DUANWU FESTIVAL

English by

Fu Yingying Yang Chunxia
Wu Ping Wang Zhe Xu Bingfu

Revised by

Wang Rongpei

Chinese by

Chen Lianshan



W 上海外语教育出版社
外教社 SHANGHAI FOREIGN LANGUAGE EDUCATION PRESS

话 说 端 午

ANECDOTES ABOUT
THE DUANWU
FESTIVAL

前 言

农历五月五是端午节。它起源于先秦时代，一直流传至今。在两千多年的流传过程中，不同时代、不同地域的人们根据各自不同的情况，创造了五彩缤纷的节日活动，例如采集百草（各种草药），悬挂菖蒲、艾蒿，出门游玩，缠五色线，佩带香囊，喝雄黄酒、菖蒲酒，吃粽子，龙舟竞渡，送瘟神等等。

端午节的民俗活动具有多重涵义。首先，它反映了人类对自然时序变化的顺应。时值仲夏，阳光普照，百草丰茂，蚊虫孳生，而引发疾病瘟疫的各种细菌、病毒也悄然滋长。由于科学观念的落后，古人不了解瘟疫的真正原因，只是含糊地归结为“邪气”。采集草药，悬挂菖蒲、艾蒿，送瘟神，都是为了驱除邪气，去除瘟疫，保护生命。其次，它也是对先贤的庄严纪念。一般认为划龙舟是为了纪念屈原，在有的地区如苏州，传说划龙舟是为了纪念伍子胥，浙江传说是为了纪念孝女曹娥。

五彩缤纷的民俗活动和丰富的文化涵义决定了端午节成为整个夏季最为隆重的节日，也成为我国四大传统节日之一。同时，端午节还流传到邻近的韩国、朝鲜、日本和越南等国家，成为一个具有国际影响力的重要节日。

Preface

The Duanwu Festival, which falls on the 5th day of the 5th lunar month, can be traced back to the pre-Qin period and has been passed down to the present day. During its history of over two millenniums, people with different understandings of Duanwu have created various kinds of festival activities, e.g. collecting medicinal herbs, hanging the calamus and the mugwort on the door, making an excursion, twining coloured threads around the arms, wearing the scent sachet, drinking realgar wine and calamus wine, eating the zongzi (the pyramid-shaped dumpling), holding dragon-boat race and expelling the God of Plagues.

The folk activities for the Duanwu Festival are of multidimensional significance. Firstly, these activities conform to the seasonal changes by the human beings. When summer comes with bright sunshine and luxurious plants, mosquitoes and other insects are rampant, bringing with them various kinds of bacteria and viruses. The ancient people called them "evil influence" as people did not know the real causes of the plagues. Therefore, they collected medicinal herbs, hung the calamus and the mugwort and expelled the God of Plagues to lustrate the evil influence. Secondly, these activities are to commemorate the ancient saints. The dragon-boat race is held to commemorate Qu Yuan according to the popular legend, to commemorate Wu Zixu according to the Suzhou legend and to commemorate the filial daughter Cao E according to the Zhejiang legend.

The Duanwu Festival has become the grandest occasion in summer and one of the four traditional festivals in China, and also an important international festival in such neighboring countries as South Korea, North Korea, Japan and Vietnam.

目 录

第一章 端午节的来龙去脉

- 一、节日名称的变化和字面涵义 10
- 二、端午节起源于战国时代 13
- 三、汉代端午节习俗的初步发展 19
- 四、魏晋南北朝时期端午节的定型 22

第二章 端午节的传统习俗

- 一、从出游避灾，到登山克仗 24
- 二、端午采百药和斗百草 26
- 三、沐浴兰汤 31
- 四、五彩缤纷的辟邪装饰物 33
- 五、端午节的饮食 48
- 六、端午节的祭祀 57
- 七、社会交际和妇女归宁 62

八、龙舟竞渡	66
九、射柳游戏	75
第三章 文艺作品中的端午节	
一、民间传说中的端午节	77
二、诗歌中的端午节	80
第四章 端午节的国际影响	
一、朝鲜、韩国	83
二、日本	87
第五章 端午习俗的现代意义	
一、端午节体现着科学、合理的人生理念	89
二、保护端午节	91

Contents

Chapter One

The Origin and Evolution of the Duanwu Festival

- | | |
|--|-----|
| I. The Change of the Terms and the Connotations | 94 |
| II. The Duanwu Festival Originated in the Warring States Period | 99 |
| III. The Initial Development of Customs of the Duanwu Festival
in the Han Dynasty | 107 |
| IV. The Formation of the Duanwu Festival in the Wei, Jin, Southern
and Northern Dynasties | 113 |

Chapter Two

The Traditional Customs of the Duanwu Festival

- | | |
|---|-----|
| I. Going on Excursions to Avoid Disasters and Climbing
the Heights to Have Stones-fighting | 116 |
| II. Collecting Medicinal herbs and Competing with Grass | 120 |
| III. Having the Euratopium Bath | 127 |
| IV. Colourful Talismans | 130 |
| V. The Food for the Duanwu Festival | 154 |
| VI. The Sacrificial Rituals on the Duanwu Festival | 165 |
| VII. The Social Communications and Married Women's Visit to
Their Parents | 172 |

VIII. The Dragen-boat Race	177
----------------------------	-----

IX. The Willow-Shooting	191
-------------------------	-----

Chapter Three

The Duanwu Festival in the Literary Works

I. The Duanwu Festival in the Folktales	194
---	-----

II. The Duanwu Festival in the Poems	198
--------------------------------------	-----

Chapter Four

The International Impact of the Duanwu Festival

I. In North Korea and South Korea	202
-----------------------------------	-----

II. In Japan	208
--------------	-----

Chapter Five

The Modern Significance of the Customs of the Duanwu Festival

I. The Scientific and Reasonable Life Value Embodied in the Duanwu Festival	211
--	-----

II. Protecting the Duanwu Festival	214
------------------------------------	-----



第一章 端午节的来龙去脉

自古以来，全国各地端午节的活动彼此相似，又各不相同，所以端午节有很多不同的名字。但是，其核心内容都是去除邪气，保持身体健康。这是端午节的文化本质。

在战国时代，即产生了仲夏（即农历五月）是“恶月”的观念和相关民俗，例如抛弃五月出生的婴儿、采集百药、沐浴兰汤和登高辟邪等。当时节日时间是五月初五，或五月午日。这是端午节的起源。到了汉代，端午习俗得到了初步发展，出现了手臂缠五色丝、门口挂五色印、皇帝请大臣吃臯羹等习俗和礼仪。魏晋南北朝时期，出现了吃角黍（粽子）、龙舟竞渡等习俗，标志着端午节的全面成熟。

一、节日名称的变化和字面涵义

端午在历史上有很多不同的名字，如端五、重午、重五、端阳、天中节、浴兰节、蒲节、女儿节、娃娃节、五月节等等。这些名称的产生时代不一样，涵义也不同。

端午习俗的最早记载见于战国时代的《夏小正》：“此日（指仲夏之午日）蓄采众药，以𪚩除毒气。”仲夏，就是农历五月。午日，是干支记日法的一个日期。仲夏午日，是指五月的第一个午日。端午，字面意思是“初午”。由于它是从“仲夏午日”发展而来的，所以其完整的意思是五月的第一个午日。

但是，按照数字记日法，没有“午日”，端午节都在五月初

五。所以，端午节常常写作“五月五日”。

“端午”这个词汇最早出自西晋周处的《风土记》。根据金武祥辑本《风土记》记载：“仲夏端午，烹鹑角黍。端，始也，谓五月初五日也。”又云：“端午造百索系臂。”又云：“端午采艾，悬于户上。”一连三处都是用“端午”。不过，周处字面上用的是干支记日法的节日名称，但是其实际涵义却是数字记日法的五月五日，而不是五月午日了。

唐代以后，端午一词多见于各种文献中。起初，每月的初五都可以称为“端午”，后来逐渐专指五月初五。唐玄宗《端午》诗、杜甫《端午日赐衣》诗讲的都是五月初五端午节。

“端五”的字面意思是初五。魏晋以后，数字记日法成为主流，端午节定在五月五日，“端五”的意思正是五月初五。“端五”之所以能够取代“端午”，主要原因在于计日方法改变了，其次在于“午”、“五”两个字发音相同，“午”很容易被“五”取代。

端午节的另外一个名字是重午，重午的意思是午月午日。五月为什么叫“午月”？这里涉及古代天文历法方面的知识。古代天文学家发现北斗星斗柄在初昏时刻所指的方向各月不同，每年循环一次。于是根据其所指方向来计算月份，分别用子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥代表十二个月份，叫做十二辰。夏历（即农历）建寅，就是把北斗星斗柄指向寅辰的孟春之月作为正月，即以寅月（正月）为每年第一个月。那么，五月的时候，初昏时刻北斗星斗柄指向午辰，所以，五月就是午月。端午节是午月的午日，自然就是重午。

重五，即五月五日，因为月份和日期都是五，故名“重五”。

端午节又称为天中节。其原因是此节的精确时刻是午月午日午时，太阳正在中天。按照八卦理论，午代表的是离卦，象征的是火。太阳的热量走到午的方位才达到顶点，所以此节的每一时间层次都是午。定在午月午日午时，表示这个时刻正是日在中天，阳气达到极点。

端午节也叫端阳节。端阳的意思是太阳正处于极盛状态，意思与“天中”接近。

浴兰节的名称见于南宋吴自牧的《梦粱录》：“五日重五节，又曰浴兰令节。”这是因为古代有端午节用兰草水沐浴的风习，所以叫做“浴兰节”。

端午节还称为“蒲节”。这是因为五月菖蒲成熟，而端午节又有悬菖蒲于门首或用菖蒲泡酒饮用的习俗。菖蒲是端午节的标志性植物。

女儿节的叫法最早见于明清时代的北京地区，后来又流传到各地甚至海外，包括韩国、朝鲜。根据明代刘侗、于奕正《帝京景物略》记载，当时北京城端午节的时候，从初一到初五，家家把小姑娘打扮得漂漂亮亮，头插鲜红的石榴花。因此，端午节又称为女儿节。而明代沈榜《宛署杂记》说，当时还有端午节妇女回娘家的习俗，这也是端午被称为“女儿节”的原因之一。清代康熙年间《大兴县志》的记载与《帝京景物略》相同，可为佐证。现在的陕西也有“女娃节”或“女儿节”的称呼。

娃娃节是端午节的现代俗称之一。因为端午节的辟邪保健习俗主要是用来保佑儿童，五色线、五毒服、涂雄黄都是用在儿童身上，所以有“娃娃节”的称法。

端午在五月，是此月最大的节日，因此，端午节也叫做五月节。

二、端午节起源于战国时代

（一）端午节习俗的核心是驱邪除瘟

学术界关于端午节的起源，有多种假说。如辟邪说、纪念屈原说、仿效勾践操演水师说、纪念伍子胥或曹娥说、吴越民族祭祀龙图腾说，以及古代越人新年说等等。假说不同，节日的起源时代当然也就不同。

我认为只有辟邪说是最可靠的端午节起源假说。因为深入分析端午节各种习俗的核心内容，我们会发现它们具有惊人的内在一致性——辟邪除瘟。

普遍流行的传统端午习俗包括八



○ 龙舟盛会

个方面：第一是使用菖蒲、艾蒿的各种习俗。人们一直相信菖蒲、艾蒿具有巫术和药用的双重价值，因而出现许多利用菖蒲、艾蒿辟邪保健的习俗。如采各种草药(包括菖蒲、艾蒿)，在门上悬挂菖蒲、艾蒿等等。第二是缠挂五色线以驱邪辟凶。第三是用艾虎或道教符图驱邪。第四是饮用药酒(主要是蒲酒和雄黄酒)，也是为了驱邪保健。第五是吃粽子，这是象征季节变化(详见后文)，实际也是趋吉避凶的。第六是出门游玩，这在上占时代是为了回避邪气。第七是划龙舟或龙舟竞渡。虽然有传说称划龙舟或者龙舟竞渡是纪念屈原，但是在很多民众心目中龙舟竞渡的真正目的是“送瘟神”。第八是亲友互相赠送礼物。因为端午日不祥，所以亲友之间在危难之时互赠礼物，互相关心。以上八项端午节习俗中，都是以辟邪、辟瘟、保健为目的，因此辟邪就是端午节的核心。端午节的原始本质就在于此。

其他各种假说都不能全面解释端午节的习俗，更不能深入解释其核心内容，因此，不能被用来推断端午节起源的时间。

(二) 古人为什么说端午日有邪气

古人为什么要在五月五日(或午日)辟邪除瘟呢？换言之，他们为什么认为这一天有邪气侵害、如此凶险？这是古人创造端午节的思想基础。了解这个思想基础，是探讨端午节起源的重要前提。

长期的生活实践使古人认识到五月仲夏疾病较多，而且当时的医学不发达，人们不能确切了解病因，就认为此时多邪气。而古代的哲学家们相信阴阳二气的和谐是宇宙正常运行的基本保

证，一年之中的各个自然节气是宇宙运行的关键点，尤其是冬至、夏至。冬至，阴气极盛，但是阳气开始复苏；夏至则是阳气极盛，阴气开始产生。包含着夏至的仲夏五月就成为人们关注的一个焦点。《礼记·月令》说：“是月（指仲夏月）也，日长至，阴阳争，死生分。君子斋戒，处必掩身。毋躁，止声色。”意思是五月里白昼最长，阴气、阳气激烈斗争，生物半死半生。君子应该斋戒，禁绝一切情欲。这里所谈的核心是夏至时节（后来的端午节包含了夏至的因素）阴阳二气的斗争，以及斗争的结果——代表生命的阳气开始衰竭，代表死亡的阴气重新出现，并逐渐强大，从而威胁生命。因此，古人把五月看成是邪气丛生、有害于生命的“恶月”。

普通人所说的邪气，哲学家所说的“阴气”，成为端午日不祥的理由。为了应对这种“邪气”，人们创造了各种习俗。这是后来端午节习俗集中在辟邪方面的最根本原因。

我们现代人当然不相信所谓“邪气”、“阴气”。但是，夏季多蚊虫，多细菌、病毒，对于生命健康有威胁，此为不争的事实。传统端午习俗中包含的人生科学经验，仍然值得继承。至于从传统端午节中衍生出来的各种艺术想象，我们也可以视为现代生活中的一种点缀，为我们的生活增添些许趣味。

（三）端午节习俗的起源

先秦时代在我国历法史上属于月令时代。国家完全垄断历法的制订和节日活动的内容。当时的王官依照自己对于天时的观察和理解制订出全面指导社会生活的国家时间制度——月令，强调