

中华优秀传统文化丛书



端午节

李楠楠◎编著

悬艾挂蒲，粽叶飘香，龙舟竞渡，
对酒携樽，汨罗江渚，祭江凭吊屈大夫……



013064979

K892.18

12

中华优秀传统文化丛书

端午节

李楠楠 ◎ 编著



K892.18
12

吉林出版集团有限责任公司



北航

C1672960

图书在版编目(CIP)数据

端午节 / 李楠楠编著. — 长春 : 吉林出版集团有限责任公司, 2013.1

(中华优秀传统文化丛书)

ISBN 978-7-5534-1346-4

I. ①端… II. ①李… III. ①端午节—风俗习惯—中国 IV. ①K892.18

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第316512号

端午节

编 著 李楠楠

策 划 刘 野

责任编辑 祖 航 李 娇

封面设计 隋 超

开 本 680mm×940mm 1/16

字 数 42千字

印 张 8

版 次 2013年 1月 第1版

印 次 2013年 1月 第1次印刷

出 版 吉林出版集团有限责任公司

发 行 吉林出版集团有限责任公司

地 址 长春市人民大街4646号

邮编: 130021

电 话 总编办: 0431-85618719

发行科: 0431-85618720

邮 箱 SXWH00110@163.com

印 刷 吉林省金昇印务有限公司

书 号 ISBN 978-7-5534-1346-4

定 价 19.80元

版权所有 翻印必究



北航

C1672960

目录

端午节的由来	8
端午节的名称	10
端午节的地位	12
端午节的核心内容	14
端午日邪气之说	16
战国时期的端午习俗	18
汉代的端午习俗	20
端午节的确定	22
登高望远	24
游水	26
采百药	28
斗百草	30
兰汤沐浴	32
艾蒿和菖蒲	34
挂葫芦	36

五毒符、五毒衣	38
画面	40
五彩丝	42
佩香囊	44
健人	46
豆娘	48
粽子	50
粽子的演变	52
吃粽子的传说	54
中国各地名粽	56
粽子的国际影响	58
吃五黄	60
饮雄黄酒	62
破火眼	64
饮菖蒲酒与朱砂醕	66

013064979

K892.18
12

中华优秀传统文化丛书

端午节

李楠楠 编著



K892.18
12

吉林出版集团有限责任公司



北航

C1672960

前言

中国文化历时久远，累积了千百代人的智慧，是人类文明的宝贵遗产。时间与智慧让文化浑厚且深邃，缤纷多彩，包罗万有。文化为人类所创造，同时也推动人类的演进。中国文化是中华民族生生不息、团结奋进的不竭动力，是凝聚人民力量、培育民族精神的基础。

中国位于太平洋与帕米尔高原之间，独特的地域环境使中国文化早期的发展很少与外界文化发生关系，成为世界上少有的原生性文化。这种文化绵延不断，丰富而又深刻，并成为支撑中华文明的坚强支柱。

中华民族创造了丰富的物质文化和精神文化，物质文化是一种外部现实，精神文化也同样是一种现实，它是自由的思维空间，横无际涯，这个空间让我们感受中国文化之美，体验中国文化之崇高。博大的中国文化传统之下，涵盖着无数的文化个体，正是这些个体给了中国文化以实际内容。不同的个体在纷杂的历史条件下产生，辐射出璀璨的光华。

灿若群星的文化个体，也不尽然就是一个个体，更多的时候它是一个体系，一个多元的组合。每个文化个体个性迥异但又同在一个更大的文化体系之内，和谐而又体现着中国文化的精髓。

经济的全球化，对文化产生了深刻的影响，但这种影响不应该导致民族特色文化的消亡，各种文化相互交融后的结果应该是千姿百态，应该是异彩纷呈。一个胸襟宽广的民族更需要的是智慧和远见，保护和传承文化是我们的责任，它关系到民族的兴衰和存续。作为炎

黄子孙应该对民族的优秀传统文化存一种尊重敬畏之心，保护它的多样性，寻求与不同文化的共处、交融与繁荣。

随着经济的全球化，我们要欢迎更广泛的文化交往，积极吸收人类文明的成果，丰富自己。中华文明应该主动地走向世界，世界对我们了解得很少且肤浅，我们也有责任让世界认知中国文化的真相。

基于加强中国优秀传统文化保护与推广的目的，我们选取了春节、元宵节、清明节、端午节、中秋节、重阳节、腊八节、冬至节、祭灶节、京剧、评剧、豫剧、越剧、黄梅戏、木偶戏、舞龙舞狮、秧歌、庙会、武术、杂技等二十个优秀传统文化现象，一一介绍，力求表现各种文化现象的精髓，展现这些经过成百上千年选择与沉淀下来的中国文化的内容与形式。这二十个文化现象，有关民俗文化的占较大比重，而中国古代的民俗活动往往掺杂了许多迷信的成分，但要原汁原味地表现这些文化，不可避免地要提到，所以我们在了解这些文化的同时也要树立我们自己的正确的价值观，为提升我们民族文化的整体水平和民族整体的文化素养作出贡献。

中国文化的人文精神、崇德尚群、中和之境、整体思维、慎终追远的文化特质在它们中均有体现。这些文化特质既包含着自强不息的进取精神，更包含着尊重传统、鉴往察来的历史智慧。我们愿意将这些优秀的文化特质呈现给广大读者，更希望通过它让世界对中国有深层次的了解和认识，推动中国优秀传统文化走向另一个顶峰。

编者

2013年1月7日

目录

端午节的由来	8
端午节的名称	10
端午节的地位	12
端午节的核心内容	14
端午日邪气之说	16
战国时期的端午习俗	18
汉代的端午习俗	20
端午节的确定	22
登高望远	24
游水	26
采百药	28
斗百草	30
兰汤沐浴	32
艾蒿和菖蒲	34
挂葫芦	36

五毒符、五毒衣	38
画面	40
五彩丝	42
佩香囊	44
健人	46
豆娘	48
粽子	50
粽子的演变	52
吃粽子的传说	54
中国各地名粽	56
粽子的国际影响	58
吃五黄	60
饮雄黄酒	62
破火眼	64
饮菖蒲酒与朱砂醕	66

端午节祭祖	68
祭神和贴挂神像	70
送瘟神	72
亲友馈赠礼物	74
端午节与扇子	76
妇女归宁	78
端午雨	80
古代的君臣礼仪	82
龙舟竞渡	84
龙舟竞渡的演变	86
迎鬼船	88
屈原与端午节	90
秭归三端午	92
勾践与端午节	94
介子推与端午节	96

伍子胥与端午节	98
曹娥与端午节	100
龙图腾说与端午节	102
端午节与夏至	104
射柳	106
端午节禁忌	108
小说中的端午节	110
诗歌中的端午节	112
端午节名谚	114
中国各地的端午节	116
少数民族的端午节	118
端午节的国际影响	120
朝鲜和韩国的端午节	122
日本的端午节	124
端午节保护	126



端午节的由来

每年的农历五月初五，是中国的传统节日端午节。端午节又称端阳节、午日节、五月节等，是中国汉族人民纪念屈原的传统节日，更有吃粽子，赛龙舟，挂菖蒲、蒿草、艾叶，熏苍术、白芷，喝雄黄酒的习俗。

端午处在仲夏之月，恰遇季节即将发生重大变化之时。为了顺应大自然时序的变化，人们采草药、使用菖蒲和艾蒿、出游、缠五色线、吃粽子、赛龙舟。这些民俗行为所包含的主题思想是消除引发疾病的神秘邪气，也有人认为端午节是对屈原、伍子胥、曹娥等古代圣贤的纪念。直到今天，端午节依然是中国广泛存在的四大传统节日之一。同时，端午节还流传到邻近的韩国、朝鲜、日本、越南、马来西亚等国家，成为一个具有国际影响力的重要节日。而在中国的湖北、湖南、贵州、四川一带，端午节又分为大端午与小端午。小端午为每年农历五月初五，大端午为每年农历五月十五。



仲夏

古代汉语中，用孟、仲、季分别指代第一、第二和第三，仲就是第二的意思，而仲夏就是指夏天的第二个月。一般来说，仲夏是指农历五月份。



端午节赛龙舟

四大传统节日

春节，阴历腊月二十三过小年开始，经过除夕、春节，直到元宵节结束。清明节，阴历三月间，即阳历四月五日前后。端午节，阴历五月初五。中秋节，阴历八月十五。

大端午与小端午

小端午是农历五月初五，家家会包粽子、煮鸡蛋，形同过小年。大端午是农历五月十五，每家每户不仅会包粽子、煮鸡蛋，还会准备自酿的米酒，门上插上艾叶，一般单位还会组织划龙船比赛。



端午节的名称



端午节民俗饰品

端午节的名称还有许多，是中国所有传统节日中叫法最多的，如端阳节、重五节、重午节、天中节、夏节、五月节、菖节、蒲节、龙舟节、浴兰节、屈原日、午日节、女儿节、地腊节、灯节、太阳节等。

端午节另一个比较普遍的称呼是“重午”，意思是午月午日。午，属十二地支，农历五月为午月，五、午同音，五五相重，故端午节又名“重午节”或“重五节”，有些地方也叫“五月节”。端午节又称为天中节，因为这个时节的精确时刻是午月午日午时，太阳正在中天。太阳的威力走到午的方位才登峰造极，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。端午时值仲夏，是皮肤病多发季节。古人以兰草汤沐浴去污为俗，因此端午节又被称作浴兰节。端午节还称为“蒲节”，因为五月菖蒲成熟，而端午节又有在门口悬挂菖蒲或用菖蒲泡酒饮用的习俗，“蒲节”也因此得名。



端午

“端午”的“端”字有“初始”的意思，因此“端五”就是“初五”。而按照历法，五月正是“午”月，因此“端五”也就渐渐演变成了现在的“端午”。

太阳节

端午节被称为太阳节。中国还有一个是月亮的节日，就是中秋。端午节是在中午过，中秋是在晚上过，所以端午是太阳的节日。

五月节

在东汉以前，端午节一般直接写作五月五日。而到了战国就写作“仲夏午日”。



端午节的地位

端午节是中国一个十分古老的节日，它的起源可以一直上溯到先秦时代，至今已有2000多年的历史。同时，端午节也是中国传统节日中，别名最多的节日，堪称节日别名之最。几千年来，经过一代代的演变和传承，很多传统的习俗一直保留至今，比如吃粽子、赛龙舟等。直到今天，它仍然是一个十分盛行的隆重节日。在中国社会的节日生活中，端午节占有重要地位。自2008年开始，国家发布政令，把部分传统节日放到国家法定节日体系中来，端午节就是规定中的一个，被正式列入国家法定节假日。

中国非常重视非物质文化遗产的保护，2006年5月20日，经国务院批准端午节被列入第一批国家级《非物质文化遗产名



端午节上的粽子