**端午节的传说**

农历五月初五，是我国传统的端午节，又称端阳、重五、端五节。早在周朝，就有“五月五日，蓄兰而沐”的习俗。但今天端午节的众多活动都与纪念我国伟大的文学家屈原有关。

战国时代，楚秦争夺霸权，诗人屈原很受楚王器重，然而屈原的主张遭到上官大夫靳尚为首的守旧派的反对，不断在楚怀王的面前诋毁屈原，楚怀王渐渐疏远了屈原，有着远大抱负的屈原倍感痛心，他怀着难以抑制的忧郁悲愤，写出了《离骚》、《天向》等不朽诗篇。公无前229年，秦国攻占了楚国八座城池，接着又派使臣请楚怀王去秦国议和。屈原看破了秦王的阴谋，冒死进宫陈述利害，楚怀王不但不听，反而将屈原逐出郢都。楚怀王如期赴会，一到秦国就被囚禁起来，楚怀王悔恨交加，忧郁成疾，三年后客死于秦国。楚顷衰王即位不久，秦王又派兵攻打楚国，顷衰王仓惶撤离京城，秦兵攻占郢城。屈原在流放途中，接连听到楚怀王客死和郢城攻破的噩耗后，万念俱灰，仰天长叹一声，投入了滚滚激流的汩罗江。

江上的渔夫和岸上的百姓，听说屈原大夫投江自尽，都纷纷来到江上，奋力打捞屈原的尸体，(此风俗日后演变成赛龙舟)人们纷纷拿出家中的粽子、鸡蛋投入江中，让鱼吃了就不会去咬屈大夫尸身。还有郎中把雄黄酒倒入江中，以便药昏蛟龙水兽，使屈原大夫尸体免遭伤害。过不了多久，水面上浮起了一条昏晕的蛟龙，龙须上还沾著一片屈大夫的衣襟，人们就把这恶龙拉上岸，抽了筋，然後把龙筋缠在

孩子们的手、脖子上，又用雄黄酒抹七窍，有的还在小孩子额头上写上一个“王”字，使那些毒蛇害虫都不敢来伤害他们。从此，每年五月初——屈原投江殉难日，楚国人民都到江上划龙舟，投粽子，喝雄黄酒，以此来纪念诗人，端午节的风俗就这样流传下来。

另一个传说是，唐僖宗年间，黄巢领兵造反，所到之处，杀人百万，血流成河。老百姓听见黄巢来了就纷纷逃难，惟恐避之不及。这年五月，黄巢的军队攻进河南，兵临邓州城下，黄巢骑马到城外勘察地形，只见一妇人背著包袱，手里抱著个男孩象是在逃荒，感到很奇怪，就上前询问。那妇人说，“听说黄巢杀人不眨眼，不日就要攻进邓州。城里的男人都被徵调去守城，我只好带着孩子逃命去了。”黄巢听罢，对这妇人产生了恻隐之心，说，你回去把菖蒲和艾草插在门口，这样黄巢的军队就不会伤害你们家的人了。妇人听了，将信将疑，不过她还是回到城里，把这个消息告诉了父老乡亲。第二天正是五月端阳，黄巢的军队攻进城里，只见家家户户门上都挂了菖蒲艾草。为了遵守对那位妇人的承诺黄巢只得无可奈何的领兵离去，全城因而得以幸免於难。

为了纪念这件事，此後每到端午节，大家就会在门上插菖蒲、艾草，这项习俗一直流传到今天。

**端午节的习俗**

在屈原的传说尚未广泛流传前，端午的习俗仍因袭对恶日的禁忌，以保健、避疫为主要原则。

悬艾叶、菖蒲、蒜头：

艾、菖蒲和蒜被称为“端午三友”。南北朝时，端午又称为“沐兰节”，荆楚一带有采艾的习俗。采艾要在鸡未鸣以前就出发，挑选最具人形的艾草带回去挂在门上，有的还将艾草扎成虎形，再粘贴艾叶於其上。艾与菖蒲中含有芳香油，它们和蒜一样都有杀菌作用。端午期间，时近夏至，正是寒气暑气交互转换之时，从饮食到穿衣、行动都得注意。宝山县有谚语道：“未吃端午粽，寒衣不可送；吃了端午粽，还要冻三冻。”古时，人们缺乏科学观念，误以为疾病皆由鬼邪作崇所至，于是，端午节这天，人们以菖蒲作宝剑，以艾作鞭子，以蒜头作锤子，又称为“三种武器”，认为可以退蛇、虫、病菌，斩除妖魔。

江南地区，有的习俗是在端午节饮菖蒲酒，则其药用效能就更为直接。通常是在节前，便把菖蒲切碎，伴上雄黄，浸入酒中，节日便可饮用。

写符念咒：

除了用艾、菖蒲和蒜这“端午三友”驱鬼外，还有一种重要的驱鬼方法，是在室内挂避邪驱鬼的符咒。挂驱鬼符还有一些严格的仪式。如有的要求必须在端午日出或正午时书写，书写材料用生朱，砚内、书写人口中必须放上硝石等。较为通行的符咒有：“五月五日天中节，赤口白舌尽消灭”之类。上海人过去在端午节悬挂钟馗像于门口，正是这种辟邪风俗的继续与演变。另外，类似于此的祛鬼禳魔的习俗，还有在儿童额上点雄黄酒。节日一早，妇女们便将儿童耳上夹艾蒿，头上戴菖蒲，然后用雄黄酒在额上写一个“王”字。据说，这样可使百鬼畏惧，保命长生。

饮雄黄酒：

中国江南民间端午节有吃“五黄”的食俗。“五黄”指黄鳝、黄鱼、黄瓜、咸蛋黄及雄黄酒。神话传说《白蛇传》中，白娘子饮雄黄酒，现出蛇身的原形。故而，民间便认为蛇蝎蜈蚣等毒虫可由雄黄酒破解，端午佳节饮雄黄酒可以驱邪解毒，身体健康。

挂荷包和拴五色丝线：

应劭的《风俗通》则记载：“五月五，日以五彩丝系臂，名长命缕，一名续命缕，一命辟兵缯，一名五色缕，一名朱索，辟兵及鬼，命人不病瘟”。

中国古代崇拜五色，以五色为吉祥色。因而，节日清晨，各家大人起床后第一件大事便是在孩子手腕、脚腕、脖子上拴五色线。系线时，禁忌儿童开口说话。五色线不可任意折断或丢弃，只能在夏季一场大雨或第一次洗澡时，抛到河里。据说，戴五色线的儿童可以避开蛇蝎类毒虫的伤害;扔到河里，意味着让河水将瘟疫、疾病冲走，儿童由此可以保安康。

陈示靓的《岁时广记》引《岁时杂记》提及一种“端五以赤白彩造如囊，以彩线贯之，搐使如花形。”以及另一种“蚌粉铃”：“端五日以蚌粉纳帛中，缀之以绵，若数珠。令小儿带之以吸汗也”。这些随身携带的袋囊，内容物几经变化，从吸汗的蚌粉、驱邪的灵符、铜钱，辟虫的雄黄粉，发展成装有香料的香囊，制作也日趋精致，成为端午节特有的民间艺品。

赛龙舟：

关于龙舟的竞渡，文字的记载始于公元五百年前梁代吴均的的《续齐谐记》。较后，许多的记载中都可以找到有关赛龙舟的文字记载。现存中国各地的数千种方志中，共有227种方志有龙舟竞渡的记载。端午划龙舟，龙舟竞渡的说法，包括有“大众舟齐出发，赶往丞救屈原。”及“一呐喊鼓乐吓退蛟龙。”

这项活动在端午节前后举行，是一种声势浩大的自发的节日文化活动。龙船就是龙形和舟楫。古代帝王出巡江海湖河乘的船，其首尾作巨龙形状，叫龙船或龙舟。荆州市五月端午竞渡的龙般是在普通木船的首尾，临时扎上龙头、龙尾，也有特制的专用龙船。《荆楚岁时记》载：“五月五日竞渡，俗为屈原投汩罗，曰伤其死，故命舟楫以拯之，舸舟取其轻利谓之下凫，一自以为水军。一自以为水马，州将及士人悉临水观之。”宋庄季裕的《鸡肋篇》记载了江陵赛龙船的盛况：“湖北以五月望日为大端阳，泛舟竞渡，逐村之人，各为一舟。”明代袁中道《午日沙市龙舟》云：“旭日垂杨柳，倾城出岸边。黄头郎似马，青黛女如仙。龙甲铺江丽，神装照水鲜。万人齐著眼，看取一舟。”

**维基百科**

华人的端午节，华人的四大传统节日之一，与东亚其他地区的端午节同源于中国端午节。端午节每年农历五月初五庆祝，最初是夏季驱离瘟神和祭龙的节日，后来加入纪念多位华人地区历史人物，最广为人知的是纪念战国时代楚国诗人屈原，他在五月初五这天投汨罗江自杀殉国，1939年，抗日战争烽火正燃之际，重庆文艺界抗敌协会为纪念爱国诗人屈原，于是议定每年端午节屈原逝世之日为诗人节。有些说法则与吴国大夫伍子胥有关，而非屈原[3]。端午节在各地有各种传统别称，包括“端阳节”、“重五”、“龙舟节”、“龙船节”、“双五节”、“肉粽节”（闽南语地区使用）、“粽子节”等。

此外，由于上述历史上发展出来的特殊文化内容，华人的端午节文化和东亚其它地区的节庆文化出现区别，因此到了现代，为了区分其他地区的端午节，华人的端午节有时被称为“中华端午节”，即华人所过的端午节，或在中国称“中国端午节”。

**申遗风波**

2005年11月，韩国的江陵端午祭被联合国教科文组织的《人类非物质文化遗产代表作名录》所认定（第三批）。此事发生后，端午祭的本源地中国的一些媒体及团体开始对“以韩国起源的节日的名义在无形文化遗产登录”等进行强烈的反驳。然而，这只是一则在中国大陆媒体中被广为散布的谣言。实际上，在人类非物质文化遗产宣言以及名表中皆找不到“端午的起源在韩国”的主张。另外，也有报道称“韩国在申请江陵端午祭之际，曾说明过‘（端午祭）本是中国的节日。传入韩国后已经历经了1500多年’。”。其实在代表作宣言的5个月前，中国也出现过“湖北省的江陵端午祭与韩国的江陵端午祭共同登录世界文化遗产”的呼声，而韩国学界则以“中国的江陵端午祭与韩国的江陵端午祭仅仅名称相同，而实际内容则完全不同”为理由进行反驳。

**粽**

粽是各地华人于端午节所吃的食品，近世所见的粽子是古代中国北方的角黍和南方的筒粽互相影响、融合而成。晋朝初年开始有固定在端午节吃角黍的记载，当时民间食用的角黍是用芦叶裹高粱米做成的同时也是一种祭品，制成角状，意义是祈求传宗接代。后世的北方粽馅料常包括红枣、栗子等，亦有传宗接代的意义。南方的筒粽是把大米放入竹筒中炊煮而成的，除食用外也用于祭祀。南方稻作区常常祭祀水神，而传统上龙被视为水神，故人们常用筒粽祭龙，其中一种方式是把筒粽以饲蛟龙，也是越人祭龙的古老活动。而这时角黍和筒粽已开始混同，统称为粽。南朝梁时端午开始有了纪念屈原的意义，于是粽子也成为祭屈原的祭品，食粽也有了纪念屈原的意义，且演绎出蛟龙窃食筒粽，因蛟龙惧怕楝叶、彩丝，故祭祀屈原的筒粳要塞上楝叶，缠上五彩丝。至唐代，粽子已经成为节日和市场上的美味食品了，也常用五色彩丝捆扎，称为“百索粽子”。当时流行的粽子多种多样，其中一种叫九子粽，用彩线将九个粽子扎在一起，常见于唐诗中。唐代以后，端午食粽子的民俗历代传承下来。历经多朝后，粽子的风味和粽馅的种类更形多样了，如明代有以艾叶浸米而成的“艾白粽”，清朝宫廷用奶酪浸米一夜后煮成的“奶子粽”和乾隆年间出现的“火腿粽子”。直至现代，吃粽子已成为华人过端午节的标志风俗，人们端午节常以粽子为礼物，粽子的品种、花色都日益繁富，形状、用料和馅类亦按各地的饮食习惯和口味而有所不同，而粽谐音“中”，又有科举高中的吉祥寓意[93]。而粽子的主料糯米能补中益气和治疗脾胃虚寒，常见的粽子馅料红枣能补脾益胃，而包粽子的苇叶、竹叶能清热利湿，荷叶还能和胃宁神，因此吃粽子也有养生之目的。

此外，还有很多地区有当地特有之特色端午食品。浙江等地的农村端午节以大蒜和鸡蛋一起煮做成早餐，浙江温州端午节有一种薄如绢帛的半透明饼，用绿豆芽、韭菜、肉丝、蛋丝、香菇等作馅，卷成圆筒状来吃。

江南、吴越地区水乡保留了许多独具地方特色的风俗，江浙一带较盛行纪念伍子胥和曹娥的活动。江苏南京人在端午节会备清水一盒加入少许雄黄以及鹅眼钱两枚，用此水洗眼，称为“破火眼”，据说可保一年没有眼疾。武进有夜龙舟，晚上在龙舟四面悬上小灯竞渡，并有箫鼓歌声相和。苏州沧浪区有祭伍子胥的习俗，2006年苏州端午节纪念伍子胥之俗以“苏州端午习俗”之名向联合国教科文组织申报为世界文化遗产。浙江省桐卢县有学童在端午节送礼给师长的习俗，称之“衣丝”；当地又相传此日天医星临空，医家会于午时采药。杭州的龙舟不只是竞渡或扒船畅游，还有比拼装饰、技巧的“花样龙舟”，除了西湖的划龙舟活动外，还有西溪五常港和深潭口一带的“西溪龙舟胜会”具有400多年的历史；其中又以蒋村龙舟形式最为多样，龙舟比赛重视的是表演花样和趣味而非速度，又有祭龙王、千岁龙舟下水闹端午、“幸福船”展示、水上文艺表演等，西溪龙舟胜会被列为浙江省非物质文化遗产。嘉兴市的端午节有着独特的祭祀蚕神嫘祖习俗，这是因为端午节是当地蚕收获的季节，有谢蚕花的习俗，俗称“蚕花利市”，南湖周边的蚕民都会到南湖烟雨楼的大士阁祭嫘祖，同时，在南湖来划龙舟竞渡娱神，竞渡前要先将龙头抬到嫘祖前像前祭拜；晚上还要点烛焚香，将鸡、猪头等摆放在神位前，举家磕拜“蚕花利市”，然后吃蚕花饭。