

# 重陽節

何志平

農曆九月初九，是中國傳統的重陽節。按《易經》所述，天地萬物皆有陰陽之分，而「九」為陽數，九月初九，月日並陽，兩陽相重，故稱為重陽。

重陽節是一個歷史悠久的節日，早在春秋戰國時的《楚詞》中已有提及。詩人屈原在《遠遊》中寫道：「集重陽入帝宮兮，造旬始而觀清都」。到三國時，魏文帝曹丕的《九日與鐘繇書》中，已明確寫出重陽的飲宴：「歲往月來，忽復九月九日。九為陽數，而日月並應，俗嘉其名，以為宜於長久，故以享宴高會。」歷經魏晉南北朝，重陽節已成為一個很受重視的節日；到唐代，更被皇室確立為正式的節日。

## 賞菊萬人空巷

重陽節正值金秋，秋風送爽，加上是豐收的黃金季節，故歷來慶祝重陽節的活動豐富多彩，情趣盎然，主要包括登高、賞菊、喝菊花酒、插茱萸、吃重陽糕等活動。

在眾多節俗活動中，最為廣泛流傳的是登高。相傳此風俗始於東漢，有驅邪避禍的用意。其實重陽登高，是一項有益身心的郊遊活動，秋高氣爽，登山遠眺，滿目青翠之中，夾雜著點點紅葉，令人心曠神怡。

除了登高，賞菊和喝菊花酒亦是古時甚為流行的節俗活動。菊花盛放於秋季，經霜耐寒，一向被視為寓意長壽的吉祥物。賞菊的風俗，據說起源於晉朝詩人陶淵明。陶淵明以隱居出名，以詩出名，也以愛菊出名，後人遂以重陽賞菊作仿倣。北宋京師開封，重陽賞菊尤其昌盛，當時的菊花品種很多，千姿百態。明清以後，中國各地在重陽節前後都會舉行盛大的菊花大會，人們傾城出動，出現萬人空巷的盛況。

根據古籍記載，重陽節飲菊花酒的風俗早於西漢已經形成。菊花酒一般是在前一年的重陽節釀製，採集菊花及其枝葉，摻雜在黍米中，到第二年重陽節便可以開釀飲用。菊花有卻風明目、清熱解毒的功效。據說喝了菊花酒，可以延年益壽。

## 插茱萸食花糕

重陽節插茱萸，在晉代葛洪《西經雜記》中已有記載。古人認為在重陽節插茱萸可以消災避難，一般會以香袋盛茱萸佩帶，或縛於臂上，還有插在頭上的。唐代時，插茱萸已經甚為普遍。除了佩帶茱萸，人們也有頭戴菊花的。到宋代，還有將彩繒剪成茱萸、菊花來相贈佩帶。清代，重陽節的習俗是把菊花枝葉貼在門窗上，是頭上簪菊的變俗。

重陽糕又稱花糕、菊糕。唐朝及宋朝時，重陽節吃糕，就如同中秋節吃月餅一樣，都是應節的食品。重陽吃糕，也因為「糕」與「高」同音，寓意步步高升、前途光明的意思。後來重陽糕更衍生出眾多品種，名目繁多，如配以梨、橙和玉榴等不同果料，名為「春蘭秋菊」；以栗黃、銀杏和松子為佐料並捏成獅子面目的「獅蠻糕」；也有於糕上點綴小鹿子數枚，取「福祿壽」中「祿」的諧音的「食祿糕」等。現今的重陽糕，並無固定品種，各地在重陽節吃的鬆軟糕類都稱為重陽糕。

在內地，重陽以登高為主。在香港，除了登高之外，也會同時進行掃墓。慎終追遠，對於先人，中國傳統一向有春秋二祭。春露秋霜為祭期，春祭由穀雨至清明；秋祭則由寒露至霜降，霜降在重陽之前。香港開埠以來，依據華人風俗而放假，其中清明假期可作為春祭，重陽放假，順理成章作為秋祭，所以重陽拜山，是香港人獨有的風俗。

## 重陽與老人節

每逢重陽當天，掃墓人士多數以一個或數個家庭為單位，帶同祭品和香燭上山掃墓，拜祭先人。在參與人數，祭祀形式和規模方面，均有別於新界原居民以族為單位的祭祖活動。在邱東《新界風物與民情》一書中指出，一般新界鄉民重九祭祖，通常分為三次：第一次是私人掃墓，即小家庭式祭祖；第二次是房份掃墓，由數家至十餘家人不等；第三次是大眾掃墓，即全村同姓，無論已遷出或分居各地都共同祭祖，結隊前往掃墓。族人會帶備燒豬、三牲酒禮、碗筷、杯盤，以及鐮刀等用具同往。到達祖墳時，部分人取石堆砌爐灶，煮備傳統的盤菜，其他人則清理墳旁雜草，掃除垃圾。

內地的重陽節，近年被賦予了新的含義。在一九八九年，為敬老崇孝，中國把每年九月九日定為老人節。全國各地機關和團體，都會在此時為從工作崗位上退下來的老人們組織秋遊賞景，或臨水玩樂，或登山健體；家庭的晚輩會攙扶著年老的長輩到郊外活動或為長輩準備一些可口的飲食。傳統與現代巧妙地結合，令重陽節成為尊老、敬老、愛老、助老的老年人的節日，增加了重陽節的精神內涵。