# 重阳节习俗

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2024-07-15

*金秋送爽，丹桂飘香，农历九月初九日的重阳佳节，活动丰富，情趣盎然，有登高、赏菊、喝菊花酒、吃重阳糕、插茱萸等等。 登高 在古代，民间在重阳有登高的风俗，故重阳节又叫“登高节”。相传此风俗始于东汉。唐代文人所写的登高诗很多，大多是写重阳...*

金秋送爽，丹桂飘香，农历九月初九日的重阳佳节，活动丰富，情趣盎然，有登高、赏菊、喝菊花酒、吃重阳糕、插茱萸等等。 登高 在古代，民间在重阳有登高的风俗，故重阳节又叫“登高节”。

相传此风俗始于东汉。唐代文人所写的登高诗很多，大多是写重阳节的习俗；杜甫的七律《登高》，就是写重阳登高的名篇。

登高所到之处，没有划一的规定，一般是登高山、登高塔。还有吃“重阳糕”的习俗。

吃重阳糕 据史料记载，重阳糕又称花糕、菊糕、五色糕，制无定法，较为随意。 九月九日天明时，以片糕搭儿女头额，口中念念有词，祝愿子女百事俱高，乃古人九月作糕的本意。

讲究的重阳糕要作成九层，像座宝塔，上面还作成两只小羊，以符合重阳（羊）之义。有的还在重阳糕上插一小红纸旗，并点蜡烛灯。

这大概是用“点灯”、“吃糕”代替“登高”的意思，用小红纸旗代替茱萸。当今的重阳糕，仍无固定品种，各地在重阳节吃的松软糕类都称之为重阳糕。

赏菊并饮菊花酒 重阳节正是一年的金秋时节，菊花盛开，据传赏菊及饮菊花酒，起源于晋朝大诗人陶渊明。陶渊明以隐居出名，以诗出名，以酒出名，也以爱菊出名；后人效之，遂有重阳赏菊之俗。

旧时文人士大夫，还将赏菊与宴饮结合，以求和陶渊明更接近。北宋京师开封，重阳赏菊之风盛行，当时的菊花就有很多品种，千姿百态。

民间还把农历九月称为“菊月”，在菊花傲霜怒放的重阳节里，观赏菊花成了节日的一项重要内容。清代以后，赏菊之习尤为昌盛，且不限于九月九日，但仍然是重阳节前后最为繁盛。

、 插茱萸和簪菊花 重阳节插茱萸的风俗，在唐代就已经很普遍。古人认为在重阳节这一天插茱萸可以避难消灾；或佩带于臂，或作香袋把茱萸放在里面佩带，还有插在头上的。

大多是妇女、儿童佩带，有些地方，男子也佩带。重阳节佩茱萸，在晋代葛洪《西经杂记》中就有记载。

除了佩带茱萸，人们也有头戴菊花的。唐代就已经如此，历代盛行。

清代，北京重阳节的习俗是把菊花枝叶贴在门窗上，“解除凶秽，以招吉祥”。这是头上簪菊的变俗。

宋代，还有将彩缯剪成茱萸、菊花来相赠佩带的。 各地过重阳节的风俗 除了以上较为普遍的习俗外，各地还有些独特的过节形式。

重阳节在陕北正式收割的季节，有首歌唱道：“九月里九重阳，收呀么收秋忙。谷子呀，糜子呀，上呀么上了场”。

陕北过重阳在晚上，白天是一整天的收割、打场。晚上月上树梢，人们喜爱享用荞面熬羊肉，待吃过晚饭后，人们三三两两地走出家门，爬上附近山头，点上火光，谈天说地，待鸡叫才回家。

夜里登山，许多人都摘几把野菊花，回家插在女儿的头上，以之避邪。 在福建莆仙，人们沿袭旧俗，要蒸九层的重阳米果，我国古代就有重阳“食饵”之俗，“饵”即今之糕点、米果之类。

宋代《玉烛宝典》云：“九日食饵，饮菊花酒者，其时黍、秫并收，以因粘米嘉味触类尝新，遂成积习”。清初莆仙诗人宋祖谦《闽酒曲》曰：“惊闻佳节近重阳，纤手携篮拾野香。

玉杵捣成绿粉湿，明珠颗颗唤郎尝”。近代以来，人们又把米果改制为一种很有特色的九重米果。

将优质晚米用清水淘洗，浸泡2小时，捞出沥干，掺水磨成稀浆，加入明矾（用水溶解）搅拌，加红板糖（掺水熬成糖浓液），而后置于蒸笼于锅上，铺上洁净炊布，然后分九次，舀入米果浆，蒸若干时即熟出笼，米果面抹上花生油。此米果分九层重叠，可以揭开，切成菱角，四边层次分明，呈半透明体，食之甜软适口，又不粘牙，堪称重阳敬老的最佳礼馔。

一些地方的群众也有利用重阳登山的机会，祭扫祖墓，纪念先人。莆仙人以重阳祭祖者比清明为多，故俗有以三月为小清明，重九为大清明之说。

由于莆仙沿海，九月初九也是妈祖羽化升天的忌日，乡民多到湄洲妈祖庙或港里的天后祖祠、宫庙祭祀，求得保佑。 新中国成立后，重阳节的活动充实了新的内容。

1989年，我国重阳节定为老人节。第到这一日，各地都要组织老年人登山秋游，开阔视野，交流感情，锻炼身体，培养人们回归自然，热爱祖国大好山河的高尚品德。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找