

九九敬老 百善孝为先



历史文化

古代尊老敬老成风尚

我国自古以来就有尊老、敬老的传统美德。

《孔子家语》记载：鲁哀公问孔子，大夫们都劝我，要大力提倡尊老老年人，这是否可行？孔子回答说，君王，您果真能做到这一点，那么从此以后普天之下百姓都要仰赖您的无量功德了，哪里仅仅是鲁国受益呢？哀公说，为何这么说呢？孔子说，在过去，有虞氏尊有德行的人为贵，而同时特别尊重老年人；夏后氏尊有爵位的人为贵，也同时格外尊重老年人；殷商人尊世禄之家为贵，同样尤其尊重老年人；周朝人尊孝敬父母的人为贵，仍是对老年人特别尊重。虞、夏、殷、周是天下盛世王朝，那时没有遗弃老年人的。老年人受到天下人的恭敬已经很久了，仅次于侍奉自己的父母。因此，在朝廷上爵位相同以年长者为首；70岁以上的长者拄着拐杖到朝廷，国君询问事情就要为他安置座位；80岁以上便不在朝廷为官了，国君咨询国事要亲自到他家里请教，于是敬老之风就扩展到整个朝廷；走路时不敢与年长者并肩而行，不是错后行走就是跟随在身后（跟长辈走则随后而行，跟兄长走则错行于侧）；在路上遇到老年人，则不论乘车还是骑马，包括侍从人员都要避让，头发斑白的老年人，自己不挑担子上路行走而由年轻人代劳，于是敬长之风就延伸到道路之上了；在乡里提倡敬老，老年人就不会缺少衣食，强壮者不侵犯弱小者，人多势众者不欺负人少势弱者，于是敬长之风就扩展到州郡街巷了。哀公听后赞叹说：这真是太好了！

可见，国家提倡长幼有序、尊敬老者，社会就不会出现“强者胁迫，弱者暴寡，知者诈愚，勇者怯懦，疾病不养，老幼孤独不得其所”等乱象。正是为了避免天下大乱，圣人才制定礼仪，从上至下，培养人的敬老意识。

我国古人对于尊老敬老的风尚非常重视，甚至通过乡饮酒礼等具体礼仪规定下来。提倡尊老、敬老的社会风气之所以重要，还是因为老人都是曾经为国家社稷做过贡献的人。所谓“前人栽树，后人乘凉”，提倡尊老、敬老也就是提倡不忘本、知恩报恩、饮水思源的社会风尚。

据《学习时报》

中华民族是一个极为重视孝道的民族。“百善孝为先”。在中国的节日文化中，不仅祭祖敬宗等内容体现出浓厚的慎终追远的意识，而且老人在节日中的角色地位也鲜明地体现出人们敬老、爱老的情怀。重阳节就是一个典型的以敬老、爱老为主题的老人节。

重阳节的时间是农历九月初九。在中国的文化中，“九”为阳数，九月初九，日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫“重九”。重阳节在一些地方也称“登高节”“菊花会”等。历史上，这个节日不是一个老人独享的节日，关于其起源也有辟邪、求寿和尝新等多种说法。

时值深秋，天高气爽，粮米归仓，又逢重九，于是人们在这一日便会登高望远，饮酒赏菊，佩戴茱萸。“九月九，九重阳，菊花傲酒满缸香。”在浙江东阳一带，重阳节时人们会携带着菊花酒，

全家登高览胜，开怀畅饮。在四川广安，这天人们会呼朋引伴，登高欢聚。

重九之时，恰逢菊花正盛，赏菊、咏菊曾经是节日里的重要内容。重阳节还有文人节之称。古代的文人墨客在这天留下众多的美丽诗篇，以寄托对故人的思念。

近代以来，重阳节辟邪、尝新的意味日渐淡薄，但求寿敬老的习俗越来越被看重。因为“九九”与“久久”同音，九在数字中又是最大数、有长久长寿的含意，所以重阳佳节流行祝寿祈福。现在，在中国大陆，如果重阳正值周末，一家老少会欢聚一堂，一起秋游赏景，登山健体。在中国台湾地区，早在1953年重阳节就被定为老人节，在这天会给寿星送寿桃、做寿面，举办各种敬老活动。

朝鲜族把尊敬老人看成家庭乃至整个社会生活中极为重要的礼节。青少年

对长辈必须使用敬语尊称，当着老人面不许吸烟、喝酒，非喝酒不可的场合，也要背席而饮。吉林省延边朝鲜族自治州自1984年起，就把公历8月15日定为老人节。节日里，村村都敲锣打鼓，喜气洋洋；人们都身着盛装，载歌载舞；各地还要举行祝寿大会，请60岁以上的老人坐在台上，为他们佩戴大红花，由全村晚辈送上祝福。

壮族九月初九这天要给家中的老人准备寿米。凡是当年已寿满60岁的老人，其子孙要在节日这天给他们安排一个放粮的缸，叫“寿米缸”，晚辈们和嫁出去的女儿看望老人时要带一些新米添入米缸，称为“添寿”或“养缸”。“寿米缸”放在老人的床边，也有的放在神龛里，平时不能动，只有做寿时老人才会从中取米做成粽子和糍粑，分给子孙和亲戚们食用。

云南新平县哈尼族的老人节是在农

历十一月十五。这天早晨，全村的男青年要到山上去砍青松，装点村中的跳场；妇女则在家中备办佳肴。晚上，全寨的男男女女穿戴整齐，捧着香喷喷的糯米饭、鸡蛋等食物，敬献给坐在青松下的老人们。人们跳舞唱歌，欢度节日，敬贺老人。结束时，还会请老人讲述一年来子女们对他们的孝敬情况，并当场给尊老的晚辈予以表扬，对不孝的晚辈进行批评教育。

其实纵观中国的各个节日，老人在其中往往有着重要的地位。中国最大的节日——春节中的一个重要内容就是晚辈给长辈拜年。苗族过苗年、过四月八等众多节日时，都需要寨中德高望重的寨老来组织，其他人则要听从寨老的安排。老人在节日中讲述历史，主导仪式，传承文化。每一次过节，都是对他们地位和权威的一次确认和强化。

据学习强国

佳节又重阳 孝道代代传

金秋送爽，丹桂飘香，今天是九月初九，重阳节。这一天，在中国人的传统情怀里，既有“遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人”的真挚亲情，也有“待到重阳日，还来就菊花”的知己友情。如今，重阳节还是法定的“老年节”，更增添了浓浓的人情味和深刻的文化底蕴。

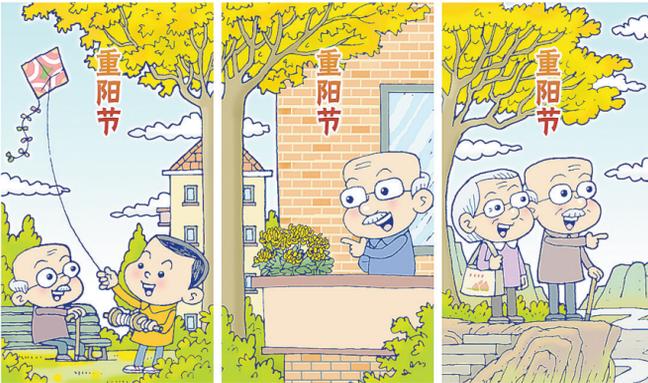
九月初九，“九九”谐音“久久”，有长久之意，因此，常在此日进行敬老活动。中国自古以来就有尊老、敬老的传统，“天地之性，人为贵。人之行，莫大于孝”“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”……这些名言流传至今，加深了人们对孝道的理解，诠释了传统美德的真谛。

2012年，新修改的《老年人权益

保障法》将重阳节规定为“老年节”，倡导全社会参与敬老、尊老、爱老、助老。社会大力发展敬老、养老事业，让所有的老人都能够老有所养、老有所乐。各地纷纷以不同形式积极开展敬老活动，无论是免费提供文艺演出，还是组织老人举办时装秀、歌唱跳舞活动，都给老年人的生活增添了不一样的活力和精彩。

重阳节，我们不妨抽点时间多回家陪伴父母，让他们尽情享受天伦之乐。还要把尊老、敬老变成日常行动，内化于心、外化于行，成为一种习惯和自觉，如此，才能让老年人享受到真正的陪伴，才能让敬老的美德更好地代代相传。

据人民网



古人如何过重阳

重阳节是中华民族的传统节日，又叫“登高节”“老人节”等。唐朝时，重阳正式被定为民间节日，沿袭至今。

古人如何过重阳？《西京杂记》中记有登高、赏菊、佩茱萸、吃重阳糕和饮菊花酒等民俗。

登高是重阳节最重要、最常见的习俗。金秋时节，天高云淡，古人都选择外出郊游踏秋。孟浩然的“北山白云里，隐者自怡悦。相望始登高，心随雁飞灭。愁因薄暮起，兴是清秋发。时见归村人，平沙渡头歇。天边树若荠，江畔洲如月。何当载酒来，共醉重阳节。”山野风光，恬淡幽静，好似一幅淡雅的水墨画。李白的“九日天气清，登高无秋云。造化辟川岳，了然楚汉分。”以及明代诗人姜塘的“重阳佳节意休休，与客携壶共上楼。满目山河增感慨，一时风景寄遨游。”都描绘了登临高处的愉悦心情。而脍炙人口的“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。”则表达了诗人思乡怀人之情。刘禹锡的“世路山河险，君门烟雾深。年年上高处，未省不伤心。”更是句句含情，情深意长，让人愁肠百结。

游园赏菊，也不可或缺。菊花被誉为花中隐士，历代文人对其十分青睐。唐宋时期，重阳赏菊的风气愈加浓厚，描写菊花的诗词不可胜数。陶渊明的“菊花如我心，九月九日开。客人知我意，重阳一同来。”质朴生动，情趣横生。孟浩然的“待到重阳日，还来就菊花”将诗人留恋农家赏菊之情淋漓尽致地展现了出来。

插茱萸是重阳节的另一习俗。茱萸是一种植物，可入药，制酒擦身能消病祛邪。古人认为九月九日是灾难之日，而茱萸可以消灾，所以人们将茱萸戴在手臂，或插在发



古人登高畅饮菊花酒，插茱萸思念远方的兄弟。 戴敦邦 作

间，还做成香囊佩挂，用以辟邪求吉。周处的《风土记》里也有载：“九月九日律中无射而数九。俗于此日以茱萸气烈成熟，尚此日折茱萸以插头，言辟恶气而御初寒。”朱放的“那得更将头上发，学他年少手茱萸”，杜甫“明年此会知谁健，醉把茱萸仔细看”等，都描写了重阳插茱萸的习俗。

此外，吃重阳糕、饮菊花酒也必不可少。《四民月令》有载：“重阳之日，以糕酒登高眺远，为时宴之游赏，以畅秋志。酒必采茱萸甘菊以泛之，既醉而远。”另有《花糕》“中秋才过又重阳，又见花糕各处忙。而夹双层多枣栗，当筵题句傲刘郎。”

古人过重阳，习俗众多，节味浓厚。遥想那时农耕社会，劳作休憩在山水草木间，人与自然相近相亲，令人怀念向往。 据《兰州日报》

重阳习俗的由来

春秋就有说法 唐代已成民间节日

九月初九重阳节，又称为“重九节”，是一个纪念先人及扫墓的节日。现在我国将九月初九定为“老年节”。在我国，庆祝重阳节的活动多彩浪漫，一般包括出游赏景、登高远眺、观赏菊花、遍插茱萸、吃重阳糕、饮菊花酒等。其中，登高远眺是庆祝活动的重头戏。

三国时曹丕下令重阳宴饮

九九重阳，早在春秋战国时的《楚辞》中就提到了。屈原的《远游》里写道：“集重阳入帝宫兮，造旬始而观清都。”这里的“重阳”是指天，还不是指节日。

汉代，过重阳节的习俗渐渐流行。相传汉高祖刘邦的妃子戚夫人遭到吕后的谋害，其身前一位侍女贾氏被逐出宫，嫁与贫民为妻。贾氏便把重阳的活动带到了民间。贾氏对人说：在皇宫中，每年九月初九，都要佩茱萸、食蓬

饵、饮菊花酒，以求长寿。从此重阳的风俗便在民间传开了。

唐朝时，重阳节才被定为正式节日。从此以后，宫廷、民间一起庆祝重阳节，并且在节日期间进行各种各样的活动。

宋代，重阳节更为热闹。到了明代，皇宫中宦官宫妃从初一就开始一起吃糕庆祝。九日重阳，皇帝还要亲自到万岁山登高览胜，以畅秋志。

清代，明代的风俗依旧盛行。二十世纪八十年代起，中国一些地方把夏历九月初九定为老人节，倡导全社会树立尊老、敬老、爱老、助老的风气。1989年，中国政府将农历九月初九定为“老年节”“敬老节”。

东汉恒景学艺为民除害

重阳节也有古老的传说。相传在东汉时期，汝河有个瘟魔，只要它一出现，家家有人病倒，天天有人丧命。瘟疫夺走了青年恒景的父母，他自己也因病差点儿丧命。病愈之后，恒景辞别了心爱的妻子和父老乡亲，决心出去访仙学艺，为民除掉瘟魔。恒景四处访师寻道，访遍各地的名山高士，终于打听到

在东方有一座古老的山，山上有一个法力无边的仙长，恒景不畏艰险和路途的遥远，在仙鹤指引下，终于找到了那座高山，找到了那个有着神奇法力的仙长，仙长被他的精神所感动，最终收留了恒景，并且教给他降妖剑术，还赠他一把降妖宝剑。

一天，仙长把恒景叫到跟前说：“明天是九月初九，瘟魔又要出来作恶，你本领已经学成，应该回去为民除害了。”仙长送给恒景一包茱萸叶和一盅菊花酒，并且密授辟邪用法，让恒景骑着仙鹤赶回家去。

恒景回到家乡，在九月初九的早晨，按仙长的叮嘱把乡亲们领到了附近的一座山上，发给每人一片茱萸叶，一盅菊花酒，做好了降魔的准备。中午时分，随着几声怪叫，瘟魔冲出汝河，但是瘟魔刚扑到山下，突然闻到阵阵茱萸奇香和菊花酒气，便戛然而止，脸色突变，这时恒景手持降妖宝剑追下山来，几个回合就把瘟魔刺死剑下。从此九月初九登高辟邪的风俗年复一年地流传下来。

牲畜也过重阳节

给牲畜过重阳节，这似乎不可思议。然而旧时在南京南郊的江宁、溧水一些农村却很盛行。

给牲畜过重阳节称“撒群”。这天，解开牲畜的拴绳，打开圈养的家禽门，将家畜放于野荒地中，让其自由自在“放风”一天。当地人认为，任何牲畜家禽，猪、马、牛、驴、羊、鸡、鸭、鹅等皆上天所赐凡间，都有生存权利，活动自由。人类不能只顾自己活得痛快而剥夺其他动物的自由。

一般人家养猪羊、鸡鸭鹅，条件好的养牛马驴。同一天里同时“撒群”，田地粮食庄稼就会遭殃。因此农人们很自觉，放养牲畜家禽时必须跟着，往荒地中赶。到了人民公社集体化时，生产队集体饲养牛马驴，则由社员“撒群”。此时，社员们暂时放下一切农活，全体出动，全日看青。看青，即看好庄稼地，不让牲畜毁坏庄稼。此时，便可看到平时难见到的乡村画面——人与农庄，动物与田野，彼此和平共处的和谐情景。

据《南京晨报》

