

中秋明月满 天涯共此时

中秋节是我国的传统佳节。自古以来，中秋节就有祭月、赏月、吃月饼、赏花灯等习俗，流传至今，经久不息。

作为民俗活动的中秋节起源于魏晋时期的文人赏月，发展于唐，后与民间的拜月仪式相结合，在得到官方认定后最终形成于宋。

祭月仪式与礼乐文化

中秋节的最早起源和祭月仪式相关。我国古代存在秋分祀月的传统。中秋时节正是农作物收获的季节。原始人类通过类比联想将月球、作物的繁殖与大地母性相联系，这些相互联系的概念组成了一套与家族相似的体系。

周朝，随着儒家礼乐思想的萌芽和人文精神的成长，原始自然崇拜思想逐渐式微。周人认为，自然运行的规律、秩序与人世间的规律秩序是同构的，这样就通过祭月仪式将对自然规律的崇拜与维护社会秩序的要求统一起来，并最终达到让社会和谐的目的。统治者通过秋分祭月的仪式，教育官员和百姓事君尽

职，对自然界规律的敬重即是对社会秩序的维护。虽然古代官方的祭月仪式仍有祈求丰产之意，但《礼记》中记载的祭月仪式已经由直观功利性的生殖崇拜逐渐向尊重自然规律转化。

中秋赏月习俗的形成

除了祭月之外，文人逐渐在日常生活中形成了赏月活动。

文人中秋赏月的习俗最早见于魏晋时期。《晋书》卷九十二曰：“谢尚时镇牛渚，秋夜乘月。率尔与左右微服泛江。”欧阳詹《玩月诗序》云：“玩月，古也，谢赋、鲍诗、眺之‘庭前’、亮之‘楼中’皆玩月也。”可见当时已出现文人有组织的赏月活动，这种赏月活动是与民间信仰及官方的祭月仪式不同的自由的审美活动，是中秋习俗形成的又一来源。

到了宋代，赏月与拜月共同构成了作为民俗活动的中秋节的两个方面。从宋代开始，中秋节放假一天，民间团圆娱乐，加上自周以来祭月活动的历史，以及文人赏月活动的影响，几种因素汇聚在一起造就了为今人所熟知的中秋节，中秋作为民俗节日正式形成。

民间信仰在宋代已融入中秋活动中。苏轼《望海楼晚景》诗“楼下谁家烧夜香，玉笙哀怨弄初凉。临风有客吟秋扇，拜月无人见晚妆”，提到了民间拜月这一行为。在宋代，中秋之夜，人们“登楼或于

中庭焚香拜月，各有所期。男则愿早步蟾宫……女则澹妆装饰，则愿貌似嫦娥，圆如皓月”。

何以中秋象征团圆？当然与中秋节的月亮最为皎洁、圆满有关。南宋吴自牧《梦粱录》中所载家家户户“安排家宴，团圆子女”，证明在宋代，中秋节具有了团圆的含义。

在明清时期，中秋拜月较前代有了进一步发展。据刘侗《帝京景物略》等文献记载，明清时期拜月形成了一套规定的流程，摆祭案于月出的方向，放置画有蟾兔、月宫或是月光菩萨的月光纸于案上，焚香而拜，最后以烧月光纸、向家人分食祭品为结束。

这一时期的话本小说中也出现了对赏月和拜月的情况的描述。《红楼梦》第一回就出现了贾雨村赏月的情形，第七十五回描述了众人拜月的情境。这些记载和描写说明了在明清时代，诗意的赏月活动并未因拜月活动兴起而衰微，赏月与拜月是中秋节活动的共同组成部分。

明清时期，中秋赏月已成了中华民族共有的活动而见于各地。

本报综合

文学作品中的中秋烟火气

林语堂《京华烟云》

林语堂的《京华烟云》中浓墨重彩地描绘了“姚府蟹宴庆中秋”的场景。主客都落座之后，一个上面放满螃蟹的大绿盘子被端到桌子上来。全桌的人都惊呼了一声“啊！”随后便纷纷卷起袖子，准备开吃。吃螃蟹不同于吃别的饭那样由仆人伺候、端送，而是每个人都得自己忙、自己动。经过一阵忙乱，每一口螃蟹吃到嘴里都越发觉得味美。有人吃得快，有人吃得慢。有人爱吃蟹黄，有人爱吃蟹肉，有人不嫌费事爱慢慢吃螃蟹腿。就和打牌一样——各人的脾气都受到考验。有人把肉吃得很干净，也有人狼吞虎咽。

梁实秋《雅舍谈吃》

梁实秋在《雅舍谈吃》中写到中秋节家人朋友围在一起吃烤羊肉。中秋时，烤羊肉上市。要说北平（今北京）的烤羊肉，正阳楼最有名，工料细致，肉切得很薄。切肉师傅还在柜台近处表演他的“绝技”：一块肉用一块布蒙盖着，一手按着肉一手切，刀法利落。亲朋好友三五一群围一个桌子，抬起一条腿踩在条凳上，一边吃烤肉，一边喝酒赏月，十分开心。

施耐庵《水浒传》

《水浒传》第2回“王教头私走延安府 九纹龙大闹史家村”，末段讲史进中秋节在史家村宰羊烹鹅，款待少华山的朱武三位头领，酒至半酣，被华阴县尉率人围困。其中有两首词分别描述中秋节和中秋月，其中那首中秋节词写道：“帘栊卷，金杯频劝酒，欢笑贺升平。年年当此节，酩酊醉醺醺。莫辞终夕饮，银汉露华新。”对古人欢度中秋的描述细致入微。

罗贯中《三国演义》

罗贯中在《三国演义》第103回写道：“时值八月中秋，是夜银河耿耿，玉露零零，旌旗不动，刁斗无声。”后面又写孔明帐里设七盏大灯、四十九盏小灯，这跟民间中秋节放孔明灯的习俗有关。第8回貂蝉出场，后人名之为貂蝉拜月。拜月同祭月、中秋节有关。 据《沈阳日报》



团圆 平等 诗意 生命意识 中秋的文化内涵

团圆、平等、诗意、生命意识是中秋节的重要内涵，而团圆又是最为核心的内涵。

中华民族向来有追求和谐圆满的人生理想，而中秋节的形成正满足了人们的这一愿望。唐人殷文圭的“万里无云镜九州，最团圆夜是中秋”和宋人高登“但愿团圆三十秋，不计东西与南北”的诗句，恰当地反映出中国人渴望团圆的深层心理。

历史上，中秋团圆的意愿，为增强家族、友朋的凝聚力，起到很好的社会调节作用，最典型的例子便是苏轼与苏辙兄弟二人。二人在中秋以诗的形式互通书信，看似是在相互诉说他们所见到的景色、经历的事情，实质却是在中秋这个合家团圆的时刻，以诗意联系起兄弟二人的情感。唐代王建的《十五夜望月寄杜郎中》、宋代司马光的《八月十五日夜寄友人》皆是在中秋节时以诗歌的形式与朋友交流情感、增进友谊。

贯穿中秋文化的另一核心内涵，则是平等的观念。宋人的一些记载完全摆脱了古代祭月礼的贵族性和某些节日的小众特点，使得中秋节成为全民平等欢乐的节日，所谓“风露清，月华明，明月万家欢笑声”，体现出中秋节日精神的平等性。

诗情画意也是中秋的内涵。中国的传统节日，贯穿着中国人的时间意识，体现着自然和生命的节律，代表着中国人天人合一的生活理想，所以向来不乏诗情画意，其中以中秋为最。“但愿人长久，千里共婵娟”代表着古人对人生的达观态度；“但愿团圆三十秋，不计东西与南北”“共看明月应垂泪，一夜乡心五处同”通过对人类共同情感的抒发，起到心灵抚慰的效果；“素月分辉，明河共影，表里俱澄澈。悠然心会，妙处难与君说”则在人与自然的交融中，领会生命的澄明之境。诗人将对人生的感慨、思考与中秋的月色结合在一起，使人生充满了诗意。

中秋的内涵还包含着中华文化的生命意识。与中秋相关的符号、神话，体现出了中国人的生命意识。西王母、月桂、蟾蜍、月兔本身都是生育和长生的符号。嫦娥奔月、吴刚伐桂则体现出了中国人对生命永恒与精神生生不息的追求。“但愿人长久”就是中秋时节对生命长久的美好祈愿。中秋的其他意义——团圆、平等、诗意均是人们对世俗生活的美好祝愿，而健康长寿则是一切美好生活的前提。

据上观新闻



清代 张 翥《月下挂兔图》

有趣的中秋习俗

除了我们熟知的赏月、拜月、吃月饼，中秋佳节还有哪些传统习俗？今天就带你了解一下。

燃灯

中秋之夜，有燃灯以助月色的风俗。如今湖广一带仍有用瓦片叠于塔上燃灯的节俗，江南一带则有制灯船的节俗；在广东、香港等地，制成不同形状的灯竖起于高杆上，俗称“树中秋”或“竖中秋”。还有在天空放飞孔明灯，满城灯火不啻琉璃世界。无论何种形式，承载的都是祝福与思念。

玩花灯

中秋玩花灯主要在家庭、儿童之间进行，多集中在在南方。

观潮

在古代，浙江一带除中秋赏月外，观潮可谓是一项中秋盛事。中秋观潮的风俗由来已久，早在汉代枚乘的《七发》赋中就有了相当详尽的记述。汉以后，中秋观潮之风更盛。明朱廷焕《增补武林旧事》和宋吴自牧《梦粱录》也有观潮记载。

猜灯谜

中秋月圆夜在公共场所挂着许多灯笼，人们都聚集在一起，猜灯笼身上写的谜语。因为是大多数年轻男女喜爱的活动，同时也在这些活动上也传出爱情佳话，因此中秋猜灯谜被衍生成了一种男女相恋的形式。

偷菜

在湖南的侗族地区，年轻女子在中秋节晚上偷菜是一种习俗。相传，在中秋节期间，月宫里的仙女会到人间去，在蔬菜上撒甘露。谁在这一夜吃到带甘露的蔬菜，谁就健康快乐。

玩兔儿爷

兔儿爷是北京的地方传统手工艺品，属于中秋应节应令的儿童玩具。每逢中秋节，北京城里的百姓都会供奉“兔儿爷”。这一习俗源自明代。后“兔儿爷”转变成儿童的中秋节玩具。有人仿照戏曲人物，把“兔儿爷”雕造成金盔金甲的武士，有的骑着狮、象，有的背插纸旗或纸伞，或坐或立，讨人喜欢。

卜状元

江南有中秋“卜状元”习俗。把月饼切成大小三块，依次叠放，而后全家人掷骰子，谁的数码最多，即为“状元”，吃大块；依次为榜眼、探花，游戏取乐。 据《中国日报》



清代 陈 枚《月曼清游图》



宋代 马 远《月下把杯图》

中秋雅味

月饼

殷、周时期江浙一带有一种纪念太师闻仲的“太师饼”，此乃月饼“始祖”。明代，中秋吃月饼才在民间逐渐流传。当时的饼师把嫦娥奔月的神话作为图案印在月饼上，使月饼成为受人青睐的中秋佳节必备食品。清代，中秋吃月饼已成为普遍的风俗，且制作技艺越来越高。

螃蟹

中秋宴俗，古时以宫廷最为精雅。明代宫廷中秋讲究吃螃蟹。螃蟹用蒲包蒸熟后，众人围坐品尝，佐以酒醋。食毕饮苏叶汤，并用之洗手。宴桌周围摆满鲜花、大石榴以及其他时鲜，宴会时演出中秋的神话戏曲。

石榴

中秋节前后石榴成熟上市，因其颜色鲜艳、饱满多籽，入口如晶粒玉浆，常被视为吉祥物，寓意多子多福、家族兴旺、绵延不绝，是中秋节必备的美食之一。

柚子

柚子谐音“佑子”或者“游子”，有祈求月亮保佑的意思。吃了甜月饼，再吃点酸柚子，开胃又解腻。

桂花酒

桂花是富贵吉祥、子孙昌盛的象征。人们经常在中秋时吃月饼赏桂花，食用桂花制作的各种食品，以糕点、糖果最为多见。中秋之夜，仰望着月中丹桂，闻着阵阵桂香，喝一杯桂花蜜酒，合家欢庆，甜甜蜜蜜，已成为节日一种美的享受。

田螺

清咸丰年间《顺德县志》记载：“八月望日，尚芋食螺。”中秋前后是田螺空怀的时候，腹内没有小螺，因此肉质肥美，是食田螺的最佳时期。广州民间不少家庭都有中秋食螺的习俗。

鸭子

福建有中秋吃鸭子的习俗，因此时鸭子肥壮。多以槟榔芋与鸭子一同烧，味道独特。广西、云南的佤族在八月十五买饼杀鸭，欢度佳节。

每年中秋前后，南京盐水鸭色味最佳，又是在桂花盛开的季节制作，美其名曰“桂花鸭”。《白门食谱》中有这样的记载：“金陵八月时期，盐水鸭最著名，人人以为肉内有桂花香也。”

本报综合