

上巳节：古老而浪漫的节日



曲水流觞图

今天是农历三月初三。农历三月三，亦称上巳节，是中国古代极其浪漫而富有文化内涵的节日。古人如此形容上巳节：“上巳良辰近，三春淑气妍。桃花轻露雨，细柳淡笼烟。燕剪当风掠，莺梭拂露穿。”如此佳节，非常浪漫、非常独特。草长莺飞三月三，让我们一起了解一下这个逐渐被淡忘的节日。

古时与中秋节同等重要

上古时代以“干支”纪日，三月上旬的第一个巳日称为“上巳”。“上巳”一词最早可以在汉初的文献中找到。《周礼》郑玄注：“岁时祓除，如今三月上巳如水上之类。”魏晋以后，上巳节的日期固定为农历三月初三。上巳节在我国古代曾与清明节、中秋节等传统佳节同等重要。

我国自古便有“二月二，龙抬头；三月三，轩辕生”的说法。相传三月三是轩辕黄帝的诞辰。轩辕黄帝是炎黄子孙的共同祖先，是华夏民族的文明始祖。据相关考究，轩辕黄帝的故里在今郑州市下辖新郑市。该地自古沿袭“三月三，拜轩辕”的传统，直至今日。郑州新郑连续多年举办黄帝故里拜祖大典。

上巳节的起源

从民间传说和古籍中还可以窥见其他不同的说法。一种说法认为上巳节起源于兰汤辟邪的巫术活动。古时候，人们在农历三月都会举行一些祭祀活动。古人在举行声势浩大的祭祀活动之前都会进行斋戒，其中就包括“兰汤沐浴”。当时人们认为“兰汤沐浴”是一种最好的沐浴方式，觉得这样做会和神灵联系在一起，以达到辟邪的作用。

另有观点认为，上巳节起源于先民的生殖崇拜活动。古时，女性在生育方面的地位充分显现。当时的人们在上巳节时沐浴避灾，以治疗不孕。人们将这种活动称为“祓禊”，“祓”是祛除病气、灾祸，使之清洁；“禊”是修洁净身。这种习俗相沿成习，沐浴也变成了上巳节的一个重要内容，所以就有人认为上巳节是从一些生殖崇拜活动慢慢发展形成的。

从曲水流觞到踏青赏春

先秦时期，上巳节最重要的习俗就是水边祓禊，目的是去除灾祸，洁净自身，同时也带有一些娱乐色彩。年轻男女在“三月三”这春意盎然的日子里，趁着水边祓禊，在水边互赠定情信物，踏青幽会。

两汉时期，上巳节仍沿袭先秦的风俗，在三月初一个巳日进行水边沐浴即祓禊活动。

魏晋南北朝时期，随着民众娱乐生活的丰富，上巳节曲水流觞、诗文竞赛的习俗兴起。“三月三”就是一个群贤集会进行娱乐活动的日子，再加上文人墨客的艺术加工，上巳节具有更丰富的人文色彩。

盛世大唐，中国传统节日的习俗大量增多，上巳节的习俗也呈现出更加繁荣的景象，逐渐从祓禊沐浴、曲水流觞转向踏青赏春，描写上巳节习俗的唐代诗文和历史典籍也杜撰可观。

时至宋代，上巳节的繁盛已逐渐暗淡，至明清，已显衰微。宋代皇帝也于上巳之日赐宴，群臣赋诗；宋代文人也对曲水流觞的故事有所向往，于大量的诗词文赋中可窥见一二，但数量已不及唐代，所述之景更无唐代的繁丽。至清朝，诗文中关于上巳节的内容更加冷清。

现在，上巳节对于很多人来说是个陌生的节日，某些习俗仍然得以保留，虽不见往昔盛况，但遗韵犹存。 据中新网

上巳节与《兰亭集序》

魏晋时期“清淡”之风盛行，当时的祓禊，文人饮酒赋诗、祭祀宴饮、曲水流觞，用诗赋表达个人对宇宙人生的感悟和家国情怀，为后人留下了众多的名篇佳句。主办方也常常将这些诗赋收集整理，并为之作序，青史留名。著名的王羲之《兰亭集序》便是在永和九年三月初三兰亭雅集之时写下的作品。

永和九年(353年)，三月初三日，王羲之和谢安、孙绰等42位文人士学、社会名流，在浙江山阴的兰亭作“修禊”之会。大家分坐于曲水之旁，借着宛转的溪水，以觴盛酒，置于水上。他们一边喝酒一边作诗，也发表一些议论。大家即兴写下了许多诗篇，下面这首便是王羲之当时的作品。

兰亭修禊诗

王羲之
仰观宇宙间，俯察品汇内。
俯仰无愧色，宇宙大如掌。
大矣造化功，万殊莫不备。
群籁虽参差，适我无非新。

尔后大家推举王羲之写一篇序。王羲之遂乘兴作《兰亭集序》，文采灿烂，感怀古今，发人深思，其书法作品更是道媚劲健，气势飘逸，被后世推为“天下第一行书”。《兰亭集序》的书风，使后世形成了“道媚”的审美观，“道”是指刚健有力，即运笔时所呈现出来的线条力度；“媚”即姿媚，讲究笔画和字形的美感。“道”与“媚”也成为后人评价书法家水平的基本要素。 据中新网

节日习俗

祓禊

祓禊，指去灾病，上古女巫给去晦，唐宋时流行泡温泉，以前是在水边河边沐浴，用兰草洗身，用柳枝沾花瓣水点头身的仪式，为去灾祝福之意。因为此时正当季节交换，阴气尚未退尽，人容易患病，所以应到水边洗涤一番。所“禊”，即“洁”，故“祓禊”就是通过自洁消除致病因素的仪式。为什么要选在巳日呢？应助解释说，“巳者，祉也”，既除掉致病因素，又祈求福祉降临(《风俗通义·祀典·禊》)。



现存的高禖庙

祭祀高禖

在上巳节活动中，最主要的活动是祭祀高禖，即管理婚姻和生育之神。高禖，又称郊禖，因供于郊外而得名。人们通过这种巫教活动，除灾避邪，祈求生育。因此，上巳节又是一个求偶节、求育节。

畔浴

畔浴(沐浴)以春水洗涤污垢，认为这样做可以除去整个冬天所积存的病害，在新的一年里清洁免疫，吉祥如意。当时人们认为妇女不育是鬼神作祟，就利用上巳节的沐浴治疗不育症。这样久而久之，相沿成习，把沐浴变成上巳节的重要内容。



古人游春图

郊外游春

上巳节不仅是祛邪求吉的节日，还是自由快活的春游。青年男女到野外踏青，泼水相戏，自由择偶。

临水饮宴

临水饮宴，又叫曲水宴。流觞时，水边设席障，茶具与花，进行



荠菜粥

宴饮，吟诗作赋，十分风雅。此风在唐尤甚，至宋以后则渐无闻。

射雁司蚕

上巳节期间还进行一种弋射活动，即利用一种带丝线的箭射击野雁，射中后即索丝而取雁。这种雁与其说是猎物，莫如说是送礼的最好赠品。南方劳动妇女则开始育蚕，采桑喂蚕。

曲水流觞

曲水流觞，也叫临水浮卵。《荆楚岁时记》：“士民并出江渚池沼间，为流杯曲水之饮。”众人坐于环曲的水边，把盛着酒的觞置于流水之上，任其顺流漂下，停在谁面前，谁就要将杯中酒一饮而下，并赋诗一首，否则罚酒三杯。魏明帝曾专门建了一个流杯亭。

吃彩蛋

据传曲水流觞的前身便是“曲水浮素卵”或是“曲水浮枣”。人们将上了色彩的禽蛋和枣子一同放入水中，让它顺流而下，下游则有人蹲守一方，漂到谁身边，谁就可食了。这其中，枣喻“早”，蛋喻“怀孕”。因此，有祈求早生贵子，婚姻美满的美好愿望。

吃两物

人们在三月三还会吃荠菜粥和蒿子粑。荠菜粥，三月三正值采食荠菜的时节。荠菜的谐音是“聚财”。人们根据民间传说，在三月初三这一天祭祖的时候吃荠菜粥，借助祖先的神灵和财气祈求财运。

三月三吃蒿子粑的说法也流传已久。据传，人的魂魄容易被东游西荡的鬼迷惑，朴实憨厚的乡民们认为，必须吃这种带有野味的蒿子粑，才能把人的魂儿“粘”住，不被伤害。这样人才能健康，不生病。因此，在三月三的时候，家家户户都会做蒿子粑，祈求身体健康。 据大众网

上巳节也是中国古代情人节？



上巳节男女相会

值得注意的是，此前有一种说法称，上巳节别名也叫“三月三”，还是中国古代的“情人节”，男女可以在此时相会，表达爱慕之情。这种说法靠谱吗？

资料显示，“三月三”又叫女儿节，古代汉族少女也会在这个日子举行成人礼“笄礼”。女孩们“上巳春嬉”，在水边游玩采兰，穿上漂亮衣服，踏歌起舞，认为可以驱除邪气。

另外，在《诗经·郑风·溱洧》中说：“溱与洧，浏其清矣。士与女，殷其盈矣……维士与女，伊其将谑，赠之以勺药。”记载的就是民间上巳节，溱洧河畔青年男女出游相会的场景。

“但总体来说，上巳节应该是一个到水边祓禊、辟邪的日子，通过这种方式去洗掉一年的晦气，希望拥有洁净的新一年。”民俗学者王娟认为，从这点来看，上巳节不能简单认定为古代“情人节”。 据新华社客户端

相关诗词

三月三日

唐·白居易
暮春风景初三日，流世光阴半百年。
欲罢闲游无好伴，半江惆怅却回船。

酬乐天三月三日见寄

唐·元稹
当年此日花前醉，今日花前病里销。
独倚破帘闲眺望，可怜虚度好春朝。

三月三日诗

魏晋·陆机
迟迟暮春日，天气柔且嘉。
元吉隆初巳，濯秽游黄河。

上巳浮江宴韵得遥字

唐·王勃
上巳风光促，中川兴绪遥。
绿齐山叶满，红泄浪花销。
泉声喧后涧，虹影照前桥。
遽悲春望远，江路积波潮。

上巳

唐·崔颢
巳日帝城春，倾都祓禊晨。
停车须傍水，奏乐要惊尘。
弱柳障行骑，浮桥拥看人。
犹言日尚早，更向九龙潭。 本报综合