

2011.10 總第005期

汉服网团队出品

www.hfqun.com

时

汉

伏

服

国妆

——中国妆束复原

路(下)

执古之道，
以御今之有

登高今夕事 九九是天長

博采众长 海纳百川

——圆领袍之唐圆领

目 录

初识衣礼

博采众长，海纳百川
——圆领袍之唐圆领

汉服思想

自知之明

风华国学

咫尺清风

围观热点

执古之道，以御今之有

中华妆束

国妆——中国装束复原

夏礼春秋

东篱独酌一陶然

聊聊斋

路（下）

初識衣禮

4000多年的传承和发展，使得汉服衍生出很多形制，其门类之多、制式之杂，恐怕是很多民族服饰无法媲美的一点，也正是如此庞大繁杂的服饰体系使得初接触汉服的朋友有点应接不暇的感觉，那么就请在此驻足片刻，从每一款单件一掠服章之美吧。

文編：星微瀾 / 美編：南極熊

博采众长 海纳百川

——圆领袍之唐圆领

众所周知，中国的盛唐时代是一个高度发达与开放的时期，具有开阔胸襟的唐朝人在自身文明的基础上广泛吸收周边国家的精华之处，这种博采众长、海纳百川的气度也使唐时代呈现出丰富多彩的生活形态。这种影响最直接的体现就在服饰！

圆领袍简介

唐代男装除开礼服外一度流行圆领袍，有关圆领袍的来源，普遍认为圆领袍（衫）源自胡服，但是圆领式样在中国服饰历史上很早便有出现，只是一直到隋唐才开始盛行，成为官式常服。在唐代正式纳入汉服体系，并延续到了五代宋明，在漫长的时间中逐渐固定下来，成为汉服的一个重要款式，并对日本，高丽等国产生了很大的影响。



图-1

圆领袍简介

圆领袍（衫）是在古代深衣的基础上发展而来的，是唐代男子主要的服装形式，女子也有穿着。它的前后身采用直裾，在领子、袖口、衣裾边缘部分都加贴边。在前后襟的下边，常各用一幅布横向拼接，腰部用革带紧束，上戴幘头，下穿长靴。



图-2

圆领袍简介

圆领袍多用组襻固定，用系带的目前不论画作还是文物都没有出土，还可以不系组襻呈现翻领的效果，也就是大家误以为的胡服特征。



图4

翻领效果



(图中美人为张静夕同袍)

图3



搭配相关

1、首服之唐幞头

起初，人们用一块布从后脑向前把发髻捆住，并使巾布的两角在脑后打结，自然下垂如带状；另两角回到头顶打成结子作装饰，这就是初期的幞头。后来，人们又在巾布的四角上接上带子，使其自然飘垂，装饰性就更强了；再后来，人们甚至将带子裁成或圆或阔的各种形

状，并用丝弦或铜丝、铁丝作骨，放在带子里，这就变成了可以任意造型的翘脚幞头。



图-9

裹幞头、穿圆领袍衫、乌皮靴的官吏

图-7

图-8

阎立本《步辇图》



庄學不告不... 彼自休... 出洽海... 水... 張芝臨池學書... 王羲之... 白... 王羲之... 王羲之...

搭配相关

2、革带

《礼记·玉藻》：“肩革带，博二寸。”郑玄注：“凡佩系於革带。”

《晋书·舆服志》：“革带，古之鞶带也，谓之鞶革，文武众官牧守丞令下及骑寺皆服之。共有囊绶，则以缀於革带。”

革带是系于袍服外面的一种代表身份地位的饰物，它同系于腰间的大带。革带上依等级

不同缀有玉、犀、金、银等，其中以玉最为珍贵。隋唐五代宋辽金元时期，是玉革带使用最为广泛的阶段。据记载，唐高宗显庆元年（公元656年）之后，“以紫为三品之服，金玉带，（kue）十三。”玉带之制大概是从这个时候开始的。所谓“玉”，就是嵌钉在革带上的方形或椭圆形玉板。位于革带首末两端的玉板，称为“铉

尾”。一条革带上嵌钉13块玉板，应是唐代最高品官的象征。唐代玉带目前发现较多。

在唐代，革带其中之一种类便是蹀躞带。



图-10

蹀躞带



图-9

革带



图-11

蹀躞带佩戴效果图

圆领袍浅辩

图-12

圆领其实只是一种与交领有别的特征，算是大类概念，具有圆领特征的款式唐宋明皆有之，但是又有区别。

襦袍（衫）就是圆领袍衫的一种。唐圆领（当然那个时候不叫“圆领袍”）有襦袍和开胯袍之区别，襦袍用于品官常服及士庶小礼服，开胯袍是士庶常服（当然了，文武官员在非正式场合也可以穿开胯袍，

所以不能看到官员穿开胯袍，就认为开胯袍也是品官常服）；宋圆领的多称为襦衫，是特殊的圆领袍（如图-13、14、15）；明圆领有很多种，袞服、蟒袍、公服的、常服的、命妇的、襦衫等（如图-16）。宋制襦袍（衫）、明制襦袍（衫）和唐制襦袍（衫）还有领口的结构及与之关联的内外襟结构、袖形等的区别。



开胯袍

<http://blog.sina.com.cn/zgzhuangshu>



大明论坛—華蓋殿
明 生员圆领襖衫 出土实物

江苏西郊出土 扬州博物馆藏
这是从江苏扬州明墓出土的一套士人服饰，
根据墓志记载，墓主姓火，名金。
生于正德九年（公元一五一四年），生前为秀才。
此为生员装束，只是色以褪，与原来颜色相距甚远。

图-13

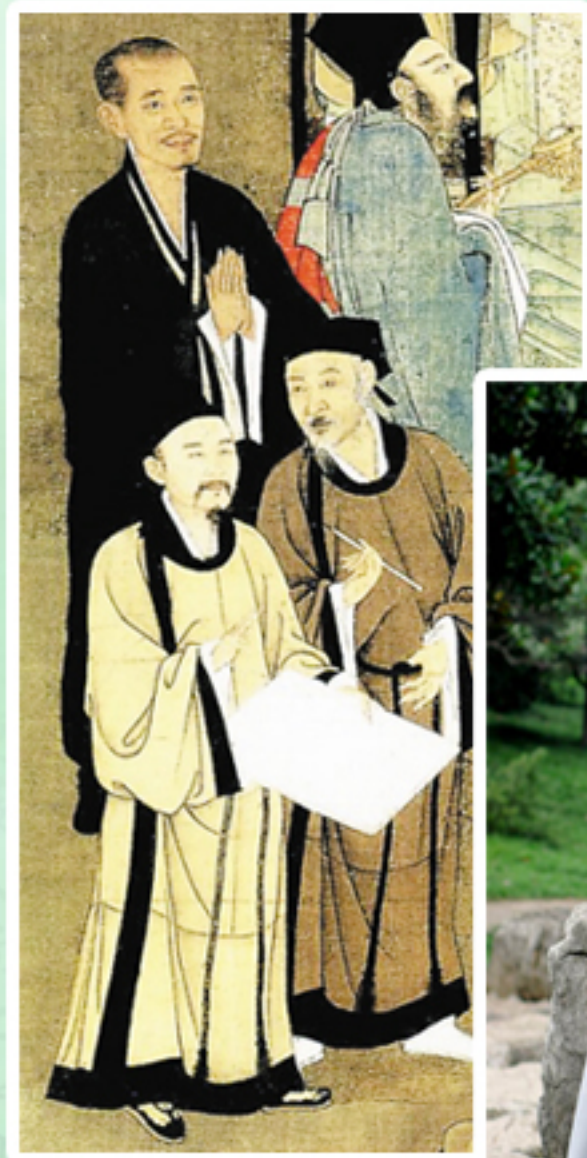


图-14

图-15





图-18

图-16



图-17

文物赏析



「唐圆领宝花纹绫袍」，现藏于浙江丝绸博物馆

图-19

文物赏析



「唐蓝色菱纹罗袍」，现藏于浙江丝绸博物馆

图-20

壁画剪影



整装仗仗

图-21

壁画剪影



永泰公主墓葬壁画中的圆领袍侍女



圆领衫
领口绊扣及可见的内着的



开胯
腰间革带及配饰并可见的

唐中 永泰公主 李蕙仙墓壁画（685-701）大足元年葬，神龙二年（706）追封公主陪葬乾陵。

图-22

壁画剪影



仪仗 (局部)

图-23

壁画剪影

唐初 淮安靖王 李寿墓壁画（577-631）贞观四年墓。



骑马侍卫

图-25

壁画剪影



女图
武陵郡王韦浩(692年)墓壁画 喂鸟待



进俚的领缘花纹，翻开的领口可见两端的布扣

壁画剪影



仪卫领班



男装侍女

图-27



博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之。（礼记·中庸）

文编：枫苑 / 页编：号鲁鸣佳

自知之明

《道德经》有云：“知人者智，自知者明。”事实上，有智慧的人一直是不缺乏的，但真正能够清醒明白的认识自己的人却是少之又少的。“不识庐山真面目，只缘身在此山中”、“旁观者清，当局者迷”这些句子都告诉了我们一个道理，那就是认识自我就像在一个迷局中寻找出路一般，身在其中的人，往往会被眼前的景象所迷惑而错失了真正的出路。自知之明是一个人身上一种难能可贵的品质，但这自知之明与自我贬低却是完全不同的。

自知之明指的是一

个人透彻的了解自己的能力，特别是对自己不足之处有清醒的认识。自我贬低虽然也是认识到了自己的缺点，却少了一种清醒透彻的心态，而使得自我陷入低估自己的迷局。

最近这段时间经常接触到这样一些观点（主要指成系统的观点，抒发个人不满的不成体系的观点不包括在内），那就是中国国内的政治是黑暗的，是不如其他国家的；中国的文化相较于其他国家文化的落后不是一星半点。这样的观点在很多的国人心中成了一种共识，而反对这样观点的人就会被挂上不肯反省自身不足的顽固派

。但正如我之前所说的一般，这样的一些观点其实并不是这些人以为的一般是自知之明的体现，而反而是他们陷入自我贬低的一个迷局中。

众所周知，世界上完美的物是只存在于我们的想象中的，任何人和事，在实际的存在中都是有着好与坏、利与弊。因此，存在问题并不可怕，但这些揭示中国问题的观点很大程度上只是渲染了中国的问题，却并没有就这些问题产生的原因、解决的方法等方面做更多的探讨。不断的渲染自己的缺点，却没有体现改正缺点的勇气，不是自我贬低又是什么？

身为一个中国人，看到自己身边出现的黑暗，看到身边出现的问题，会痛心，会难过，这都是正常的，相信不爱自己祖国的人是少有的。看到这些问题，渴望改变是正常的。因为没人会不希望自己的国家越来越好，越来越强大（当然某些被人收买而抹黑国家这类完全没有国家之感的人不算在内）。存在缺陷是一种状态，在认识的缺陷的同时，有几个人有去思考缺陷生成的原因，又有几个人去思索有什么办法能够修补缺陷。如果没有去思索这些根本性的东西，那么一味的去发掘问题又有什么意义？只不过是

让自己陷入一种无法解决的绝望境地。

承认自己有缺点只是自知之明的一个方面，在承认的基础上去寻求解决的方式方法，才是真正的自知之明。

很多人会拿中国与日本的文化现状对比，进而指出中国的文化现状存在着各种各样的缺陷。确实，中国的文化现状存在着诸多的问题，相比现阶段日本而言，中国在这方面确实是落后了很多。

但是，让人不能认同的是，很多发出这种感慨的人，除了说出日本怎样好，中国多么不好之外，没有任何有建设性的看法。我们要学习日本的

先进方法，而不是向不符合国情的现状去靠拢。

中国现在正顺着—个道路发展，经济达到了一定水平，所以文化崛起是必然的。这一点上与日本文化的发展轨道是有相近之处的，日本也曾经经历过完全西化到逐渐回归，而不是如现在我们所看到的从一开始就如此注重传统文化的。因此学习借鉴日本的文化发展的经验教训是可行的，但是完全向日本靠拢却是不必要的。中国能够从日本学到的就是，历史经验和一些有效方法，不再重蹈历史的覆辙。这才是对比中国文化与日本文化所应持的态度，

而不是简单的夸大日本的好，突出中国的坏。

改变中国的现状，需要我们好几代人的努力，而不是简单的口头上说一些话就能够实现，更不是拼命批评就能达到的。不要被动等待，我们要做的是主动出击，做自己所能做的，让自己无愧自己身为炎黄子孙的责任，而不是简单的抱怨。单纯的抱怨不仅不能解决问题，还会使自己信心丧失，失去自己作为中国人的立足点，这样是得不偿失的。

在认识中国问题上，要做到真正的自知之明，而不是简单的自我贬低。

國學

國學，一國所固有之學也。门类繁多庞大，恐怕方抵一生之精力也难以略通一二。但是，文明长河绵延不绝奔腾向前，总要抽取其间微澜些许，也算血脉传承，生生不息。

主編：王哲 副主編：周鳳小雅

主編：吳彭不飛

自古以来至今，凡有画师，无不展示了其独特的艺术魅力。汉唐以来，名画珍品的层出不穷，其中不乏传世之作。宋代时，折扇的发明，更是为扇子的发展带来了革命性的变化。折扇的流行，不仅丰富了人们的生活，也成为文人墨客抒发情感的重要载体。折扇的演变，从最初的实用工具，逐渐演变为一种高雅的艺术形式。折扇的制作工艺，如扇骨的选择、扇面的绘制，都体现了匠人的精湛技艺。折扇的流行，也反映了社会的变迁和审美趣味的转移。折扇作为一种文化符号，承载着丰富的历史信息和文化内涵。折扇的演变，是中华文明发展进程中的一个缩影。折扇的流行，更是中华文化博大精深、源远流长的有力证明。

明代时，折扇的流行达到了顶峰。当时的折扇，不仅种类繁多，而且制作精美。折扇的扇骨，多用名贵木材制成，如紫檀、黄花梨等。折扇的扇面，则多用宣纸、绢、纱等材料。折扇的绘画，更是达到了炉火纯青的地步。当时的折扇画家，如沈周、文徵明、唐寅等，都是中国画史上的大师。他们的折扇画，不仅构图严谨，而且意境深远。折扇的流行，不仅改变了人们的生活习惯，也深刻影响了中国的艺术发展。折扇的演变，是中华文明发展进程中的一个缩影。折扇的流行，更是中华文化博大精深、源远流长的有力证明。

扇子的分类

扇子的种类繁多，分类复杂。按照材料的不同，可以分为木扇、竹扇、纸扇、绢扇、纱扇等。按照形状的不同，可以分为折扇、圆扇、扇套等。按照用途的不同，可以分为团扇、折扇、扇套、扇柄、扇坠等。折扇是扇子中最流行的一种。折扇的扇骨，多用名贵木材制成，如紫檀、黄花梨等。折扇的扇面，则多用宣纸、绢、纱等材料。折扇的绘画，更是达到了炉火纯青的地步。折扇的流行，不仅改变了人们的生活习惯，也深刻影响了中国的艺术发展。折扇的演变，是中华文明发展进程中的一个缩影。折扇的流行，更是中华文化博大精深、源远流长的有力证明。

下面我们一起来看看

折扇

折扇，又称“折扇”、“折扇”、“折扇”、“折扇”。折扇的扇骨，多用名贵木材制成，如紫檀、黄花梨等。折扇的扇面，则多用宣纸、绢、纱等材料。折扇的绘画，更是达到了炉火纯青的地步。折扇的流行，不仅改变了人们的生活习惯，也深刻影响了中国的艺术发展。折扇的演变，是中华文明发展进程中的一个缩影。折扇的流行，更是中华文化博大精深、源远流长的有力证明。

折扇的演变，是中华文明发展进程中的一个缩影。折扇的流行，更是中华文化博大精深、源远流长的有力证明。折扇作为一种文化符号，承载着丰富的历史信息和文化内涵。折扇的演变，反映了社会的变迁和审美趣味的转移。折扇的流行，也深刻影响了中国的艺术发展。折扇的演变，是中华文明发展进程中的一个缩影。折扇的流行，更是中华文化博大精深、源远流长的有力证明。





》的第五首曰：“叠扇放床上，企想远风来。轻袖拂华妆，窈窕登高台。”诗里的叠扇，就是折扇，是折扇在晋代的一个名称。叠，除了有重叠的意思外，还有折、折叠的义项。《集韵·帖韵》释曰：“叠，屈也。”宋时折扇使用最广的名称是“折叠扇”，当可理解不过是早期名称“叠扇”的引申、演变罢了。即使在宋代，折扇仍有许多名称，并未统一。例如，《高丽图经》卷二十九称为“

折扇”，《梦粱录》卷十三称为“折揲扇”，《癸辛杂识》称为“聚扇”，以及还有的称为“聚头扇”、“聚骨扇”等等。可见，折扇之名可以追溯到晋代。由此亦可见折扇并非舶来品，而是发源于中国的土产。北宋时从日本、高丽人贡的折扇只不过因其“精致非中国所及”（苏轼语），故在宋文献中出现了反客为主的说法。

而折扇根据扇骨不同又分以下几类：

1、波折式

大小骨俱作弯曲如水波蛇行状的扇股。相邻两根扇骨的波峰波谷相错，如水波起伏，饶有趣味。此款多见于九档至十六档大扇，材质多竹或乌木。大骨一般不再施以雕刻，虽然也不是一个特别品种，但并不算十分难得。80年代以后，有些地区又恢复生产，但精细生动的趣味已荡然无存。



2、和尚头

此款式起源亦甚早。扇股聚头处成一圆球如和尚头，故名。此式明代已有，称圆头或大圆头。因如今扇股根为圆弧形者甚多，为避混淆，取此俗名，也十分生动。和尚头多见于十六档大扇，也有九档、十一档大扇股。秋扇极少有用和尚头的。和尚头可全由扇股一种材料“聚成”，也可在两侧加扇钉处镶两片异质材料，如竹股镶乌木、镶象牙、镶紫檀等。和尚头扇股价格较高，即使



朴素无工，也常超，出其材等，扇股材质价格。

3、集锦式(夹骨扇)

集锦扇可用普通扇面扇骨，也可用集锦扇面，也可用于专门的集锦式扇骨。集锦式扇骨不穿在扇面里，而是夹住扇面——露在外的扇骨便起了分割扇面的作用。但是，一般并不是所有的扇骨都是露在外面，而是每隔若干根露一根在外，根据扇面空间分割的需要。

4、尖头式

聚头处尖削如矛头的股式。明代称“尖根”。此款仅见于十六档竹骨大扇，但以精巧细致为特点，竹材质量甚为重要。

5、日式

日式扇骨为九档或十一档。大骨窄，与小骨相仿，仅梢部较粗。穿上扇面后扇面侧面露于扇骨之外，大骨虽窄但仍可施以各种雕工。



6、如意头

仅见于九档和十一档大扇。边骨形状似一柄如意。常用材料有乌木和黄杨，多雕刻镂空。



7、螳螂腿

因扇股大骨的形状上较粗下很细如螳螂腿而得名。此款较为多见，但有精粗高下之分，几乎都为竹股。



8、细梢式

这是秋扇所特有的扇股款式。穿入扇面的骨梢尖细，露在外面的部份宽而圆转，扇骨之间不露缝隙，多为二十档扇所用，材质有竹、棕竹、乌木、玳瑁、象

9、鱼尾

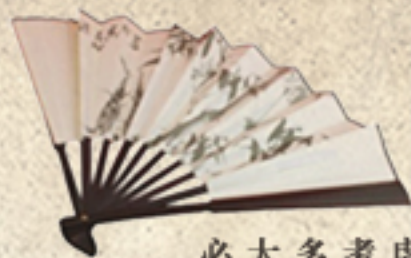
近扇钉处大小骨一齐内凹成束腰状的扇股

。因外形像鱼尾而得名。仅见用竹质者，因此需烘烤扇骨，扇骨执手处又极细，故常选竹材中极致密坚韧者，以保持其夹紧扇面的弹性。这是一种颇为罕见之品，1949年以后不再有人生产。



10、直式方头扇

直式方头扇股是折扇中最早出现，使用也极广泛。其造型为一长而窄的梯形，简洁到无可再简。有时两侧边并非真正直线而略内收。民国间生产的直式扇股常以“仿古雅扇”相号召。直式扇有一个简便之处，就是装扇面时不



必太多考虑扇面的长短。其他款式的扇股装扇面有一定长短要求：太短不美观；太长需切去部份，而许多藏家因不舍得破坏扇面书画的完整性，宁可不切，拖长一段，也不美观。直式扇无此问题。

檀香扇

檀香扇是用檀香木制成的各式折扇和其他形状的扇，主要使用对象为女性，亦称为文扇。檀香木，又名旃檀，白者白檀，皮腐色紫者紫檀，木质坚硬。檀香木制成檀香扇具有天然香味，用以扇风，清香四溢。

檀香扇有扇存香在的特点，保存十年八载

，依然幽香阵阵。夏令既去，藏入衣箱，还有防虫、防蛀的妙用。花式品种有拉花、烫花、雕花、绘画、印花、镶嵌和接骨等。制作过程



，一般经锯片、组装、鍍拉、裱面、绘画和上流苏等多道工序制成。檀香扇的生产和制作产地，国内主要有苏州、杭州、广州等。苏州以绢画为多，杭州和广州以拉花著称。苏州檀香扇为江苏著名传统工艺品。约创始于清末民初，二十世纪二十年代“张多记”等七家作坊。早期主要生产男扇，以后主要生产女扇。

苏州檀香扇，工艺精良，玲珑纤巧，芬芳馥郁，富有地方特色，深为各界妇女珍爱。扇面用绢面，扇骨拉制图案，式样有全面、格景、中空和西泠等。苏州檀香扇以“四花”（拉花、烫花、雕花、画花）见长。色泽秀丽、典雅大方，在泥金扇面上绘工笔重彩，高贵富丽。



团扇

圆扇，也叫“宫扇”、“纨扇”。是一种圆形有柄的扇子。宋以前称扇子，都指团扇而言。王昌龄《长信愁》诗：“奉帚平明秋殿开，且将团扇共徘徊”。



《杖扇新录》载：近世通用素绢，两面两面，或泥金瓷青、湖色，有月圆、腰圆、六角诸式，皆倩名人书画，柄用梅烙、湘妃、棕竹，亦有洋漆、象牙之类。名为“团扇”。圆形或近似圆形扇面，扇柄不长。团扇系中国的发明，又名纨扇，而后传入日本。

圆形或近似圆形，柄不长，多为唐代女性随身佩带，中国团扇一般在扇面画上仕女图。



日本通常用在艺伎表演时，古代日本有用其作为族徽。团扇在奈良时代由唐朝传入日本。在日本最初使用团扇的是宫廷贵族。

到平安时代末期，才允许一般庶民百姓使用。当时无论中国或日本，就团扇形状而言，只有圆形和方形，圆形使用量大，所以称其为团扇。

蒲葵扇

亦称“葵扇”。用蒲葵叶制成的扇子，炎夏使用。今俗称“芭蕉扇”，即名著《西游记》中牛魔王之妻——铁扇公主所拿宝贝原型。蒲葵，一种棕榈科的常绿乔木，其叶大，柄长。蒲扇也算是团扇的平民版了。



现今蒲扇制作精良

的要数广东新会。广东新会“玻璃白”葵扇，选用上等蒲葵叶制成，与一般芭蕉扇比较，制作较细，色泽光洁。无虫眼、烂疤和裂缝，这种葵叶俗“玻璃白”，制成的葵扇又叫“玻璃扇”。扇面上常用火笔烙烫出山水花鸟、人物鱼虫等纹样。



羽扇

用鸟类羽毛制成的扇子。羽扇是扇子家族中最早出现的，已有2000多年历史。天津古文化街的乔香阁至今

还保留着传统的羽扇制作技术，与当年诸葛亮使用的羽扇一模一样。羽扇前期本由鸟类半翅作成，后改用八羽、十羽排列，且加长木柄。传世的《斫琴图》所见之羽扇，似已属较后式样。羽扇，自是以禽鸟羽毛为材料，除了常见的鹅毛，还有雉尾、鹤尾、雕翎、鹰翎、孔雀翎、鹊翅等。鸟翅每侧十羽，由外而内，第一羽至第五羽，依次为“千金”、“合度”、“阔度”、“大屏”，余皆作“刀翎”，更内未窝翅。羽扇以柄居中，两边用羽对称。视羽至大小，一扇集数羽，十余羽至二三十羽不等。一般以竹签或金属丝穿翎管编排成



形。扇柄一般多用竹、木，高档者，则用兽骨角、玉石、象牙为柄。柄尾或

穿丝缕，或坠流苏。所用之羽不同，品类高下殊异。常见者莫过于鹅毛扇和雕翎扇。鹅毛扇以白鹅翎羽制成，也有呈灰色者。形状有圆形、腰圆形、鸡心形、佛手形等。每羽长不足八九寸，一般用羽十至四十不等。雕翎扇较为高档，一般羽长尺余，每羽宽一二寸，以十来羽便可辑而成扇。羽色或纯黑，或褐色。汉末盛行于江东，晋陆机傅咸有《羽扇赋》，传蜀诸葛亮、晋顾荣皆有捉白羽扇指麾众军之事。其初扇羽用十，扇柄刻木象鸟骨，东晋后羽减为八，改为长柄。见晋陆机《陆士衡集·羽扇赋》

），传蜀诸葛亮、晋顾荣皆有捉白羽扇指麾众军之事。其初扇羽用十，扇柄刻木象鸟骨，东晋后羽减为八，改为长柄。见晋陆机《陆士衡集·羽扇赋》、《世说新语·言语》、《晋书·五行志》上。据清·王廷鼎《杖扇新录》记载：“雕翎扇：咸同以来，都下盛行雕扇，王公大臣皆用之。一羽长尺外，阔一二寸。扇形长方，一扇列九羽为率，价须十金。若七羽、六羽者尤贵。羽出北口，赭质而白章，亦有黑白各半，又有上下全黑、中间寸许白者，名‘玉带’，值数十金，甚有至百金外者，柄用象牙。”

五大名扇

(一) 真丝扇(安徽)
盛世百度工艺扇业是真丝扇发源地，至今有四百多年历史，真丝扇用真丝绸缎面料制作而成，它不但可以用于观赏收藏，也具有馈赠友人，之佳品。真丝扇的制作工艺复杂比纸张柔软，凌娟光滑，制作起来工艺要求极高，扇骨用头青天然高山楠竹制作，面料处理：先过浆下水，在烘烤阴干，在做成型定位，在染色印刷在过浆风干，然后折面定位，在做扇骨刻绘工艺，然后搭面成型，总计70于道工艺流程，目前真丝扇是安徽传承的手工艺制作工艺保留至今，真正纯手工制作。

(二) 檀香扇(江苏)
檀香扇是用檀香木制成，其木质坚硬。白

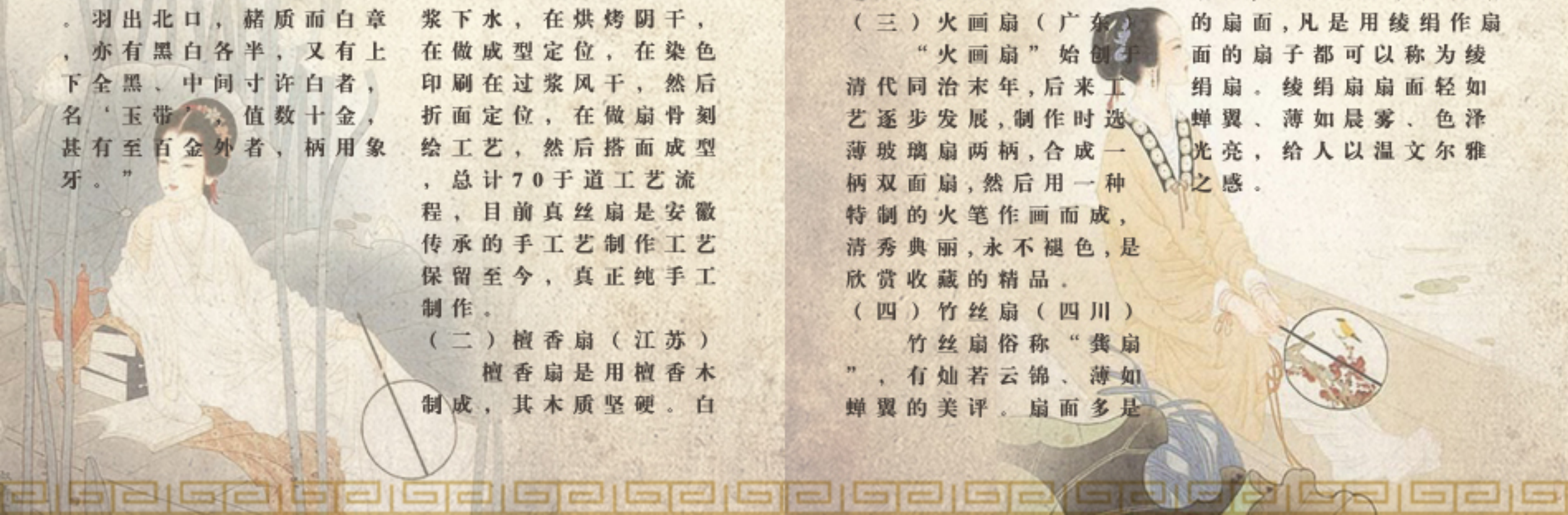
者白檀，皮腐色紫者紫檀，白檀为胜。有天然香味，轻轻摇，馨香四溢。此扇有“扇存香存”的特点，保存十年八载后，扇起来依然幽香阵阵，沁人心脾。夏令既去，藏入衣箱，还有防虫、防蛀的妙用。花式品种有拉花、烫花、雕花、绘画、印花、镶嵌和接骨等。一般经锯片、组装、镏拉、裱画、绘画和上流苏等十多道工序组成。

(三) 火画扇(广东)
“火画扇”始创于清代同治末年，后来工艺逐步发展，制作时选薄玻璃扇两柄，合成一柄双面扇，然后用一种特制的火笔作画而成，清秀典丽，永不褪色，是欣赏收藏的精品。

(四) 竹丝扇(四川)
竹丝扇俗称“龚扇”，有灿若云锦、薄如蝉翼的美评。扇面多是

桃形，形似纨扇，是用细如绢丝的竹丝精心编织而成的。它颜色嫩黄，薄而透光，绵软而细腻，恍若织锦，图案或山水人物，或花鸟虫鱼，无不维妙维肖，加上象牙或者牛骨做的扇柄，丝质扇坠，简直玲珑剔透，精美绝伦，被誉为巧夺天工的国宝。

(五) 绫绢扇(浙江)
绫绢在折扇出现之前就广泛用来制作纨扇的扇面，如今也用来作折扇的扇面，凡是用绫绢作扇面的扇子都可以称为绫绢扇。绫绢扇扇面轻如蝉翼、薄如晨雾、色泽光亮，给人以温文尔雅之感。



与扇有关

古往今来，不少名人都喜欢在扇面上题字、赋诗和作画，从而制成精致的书画扇面，更使这块尺方之地锦上添花。因此也发生了不少与扇子有关的风雅趣事。

最早在扇面上作画者，恐怕要数三国时代曹操的谋士杨修。据唐代张彦远的《历代名画记》记载，一次杨修在相府当差，写字时不慎将一滴墨汁溅到案上曹操的一把扇子上，聪明多才的杨修灵机一动，就势把墨点画成了小苍蝇。一会儿曹操走过来，竟认画作真，忙用手去拍打。

东晋书法家王羲之和北宋大诗人苏轼还分别流传有题写书画扇助人的故事。据说，王羲之一次出门散步至一桥

头，见一衣衫褴褛的老妇抱着一大把六角竹扇，沿途兜售，步履维艰，遂起同情之心，在老妇所卖之扇上各书五个字。老妇怨其弄脏了扇面，王羲之却笑着劝其不必担忧，尽可抬高扇价出售。结果原本滞销的扇子，转眼间便被顾客抢购一空。今天，浙江绍兴的“题扇桥”，正是为了纪念这个故事而修建的。

苏东坡在杭州作官时，有个制扇人因还不起两万枚大钱而被控告。制扇人因扇子卖不出，连饭都吃不起了，哪有钱还债。苏东坡听罢，就叫他取来20把扇子，随手在上面画了一些画，题了一些字。结果，那人带着扇子，一出门就被人以一千钱一把高价全部收购，这样制扇人才把债务还清了。

宋代以后，画扇之风开始在朝廷和民间普遍流行。大诗人陆游写过这样的诗句：“吴中近事君知否，团扇家家画放翁。”从中可以窥见其时画扇盛况之一斑。

历代文人墨客在题写书画扇方面积累了丰富的经验，佳作不断涌现，许多画家、书法家都有精美的画扇作品流传下来。宋徽宗赵佶书写的一帧草书团扇，笔墨精妙，上书“掠水燕翎寒自转，堕泥花片湿相重”两句诗，运笔洒脱，体势婉转，诗情书意融为一体。明代江南才子唐寅更被举为画扇老手，他的一幅题为“山居客至”的扇面题画倍受后人称道。画面上展现的是一派清新的山野风光：绿树山峦，小涧流水，两位长者相对而坐，侃侃而谈。画旁

题诗云：“红树黄茅野老家，日高山犬吠篱笆。合村会议无他事，定是人来借看花。”淡雅的诗句、秀美的行书和明丽的画境相得益彰，妙趣横生。在北京故宫博物院里，陈列着一柄特大的折扇，长近60公分，宽约152公分，两面分别绘有“柳荫赏花”和“松下读书”图，画笔娟秀、生动传神，系明宣宗朱瞻基的手笔。画扇面最多的要数清代著名画家任伯年。他年轻时只是上海一家小画店的画工，后来却成为一代名画家。他的扇面精品到了现代著名国画大师徐悲鸿手中，徐悲鸿对其爱不释手，还特地加盖上“悲鸿生命”那方意味深长的收藏印章。徐悲鸿本人以画奔马闻名于世，但他的扇面花卉，同样飘逸超群。他曾为友人作扇

面画，画面上枇杷数粒，果叶相间，错落有致，题诗云：“明年定购香宾票，中得头标买枇杷。”生动活泼，诙谐风趣。

国画大师齐白石喜欢在泥金扇面上作画，他所作的白茶花，尤其艳丽动人。另外，他作的《青蛙蝌蚪图》扇面，笔墨之精，极大地满足了欣赏者所追求的“以少胜多”的艺术情趣。齐白石老人不仅喜欢在扇面上作画，还常在扇面上题写诗文，或愤世嫉俗，或见机生趣，读来让人为之捧腹。1930年，北平某照相馆曾挂出白石老人的一帧照片，画面上这位艺术大师反穿狐皮马褂，拿一柄打开的大折扇，扇面上有其亲笔题词：“挥扇可以消暑，裘可以御寒。二者，须日日防，任世人笑我颠狂

。”寥寥数语，将当时社会之世态炎凉揭示得淋漓尽致。1936年，白石老人在北平鬻画，画好扇面，印章却铃反蜜了，他就在扇面添一蜂，并且题道：“老眼昏花，忙中将名章用倒，如有购者，特加画蜜蜂一只补过。”扇面上被人买去，白石老人佳“补过”精神也成为佳话。

书画家在扇面上题书作画多喜欢独辟蹊径，而不愿墨守成规。书法家邓散木先生题写的一幅行书扇面，采用长短相间的特殊章法，运用娴熟的书法技艺，挥洒自如、错落有致，构思十分精巧，观之如玉珠泻地、银河溅天，令人赏心悦目、叹为观止。

画家潘天寿在一把洒金扇面上画西湖荷花，题词“映日荷花别样

红”，不摇动扇子，如觉荷风吹指，顿生凉意。当代中国工艺美术大师朱念慈能在扇面上书写唐诗300首，共计11999字，于1982年在美国展出。轰动海外的杭州艺人金岗在《中国历代兵法选》的书写工作，单面书写了15位杰出军事理论家的军事著作98篇共计8万余字的金粉书法，堪称世界之最。

一把寻常的扇子，经过绘画艺人的辛勤劳动，便会成为高级的艺术品。倘若作画者是名艺人，扇子更会身价百倍。王星记黑纸扇因为得到了当代名画家黄胄、唐云、程十发、朱屺瞻、沙孟海、诸乐三等的大力支持，或题诗，或作画，成为享誉世界、无比珍贵的艺术品。

秋未几扇合收藏何事作人重感傷新托世情

群何者大都難不逐美漁

香昌唐寅



(唐寅 明 秋风执扇仕女图)



汉服之美，吸引了许多爱好者对其进行考究。而这些作为到底是一味复古还是另有别论，今天我们将要采访的对象是对汉服服饰有一定了解的南慧小蒋就表明，他们的工作小组曾负责华采衣令馆其一江陵马山一号楚墓(N15)复原的复原，目前正在致力于另一项目。就让我们走近距离的了解一下这位汉服考察者吧。

文编：张英 曹一

编辑：小翠 张英

编者：汉服之美，吸引了许多爱好者对其进行考究，而这些作为到底是一味复古还是另有别论，今天我们将要采访的对象是对汉服裁制有一定了解的南楚小将琥璟明，他们的工作小组曾经负责华采衣兮若英—江陵马山一号楚墓(N15)复原的复原，目前正致力于另一项目。就让我们来近距离的了解一下这位汉服考据者吧。

围观热点 —— 执古之道，以御今之有

采访对象：南楚小将琥璟明（以下简称 X）

采访者：薇薇吃猫猫 玄一（以下简称 G）

G：小将你好，欢迎做客我们《汉服时代》。

X：你好。

G：小将是从小时候开始？又是怎样接触到汉服的呢？

X：初中的时候，其实这个和道教一点关系，因为我当时有一个同学喜欢研究道教，后来我也对此产生了兴趣（我那个朋友也特别喜欢传统文化），当时我就认为道士的衣服很好看，后来偶然从网络上看到了汉服运动的早期资料，从此爱上了汉服。

G：那么小将的心中更喜欢怎样的汉服？

X：其实从初中一直到高中，都是简单的喜欢这一种服装形式（类似于开始的道服）。从大学开始，我才真正开始从史学角度去研究这个问题，这个时候，我发现自己不再是以前的单纯审美角度的喜欢，而是对历史和民族的一种责任感在驱使。

G：是什么支持你走到现在，而不是半途就放弃了？

X：可以这样说。我在大学做的事情和以前有很大区别，我认为培养出一种责任感是很重要的，这样才能让自己抵御各种挫折，并始终保持兴趣，这才是我们最终区别玩乐心态的重要条件。

G：在这个“汉服圈”里，有许许多多喜欢汉服的人，但是有些并不是真正从中华文化汉服文化这个角度来谈的，这些人缺少了一样东西，就是你说的，对历史和民族的一种责任感吧。

X：有责任感才是一种持久的动力，值得你付出一生心血去成就的事业，就不是一时兴起，短暂而逝的。

G：是的，所以才有了这么多的人从汉服的复兴之中来来去去，其实很佩服小将你啊，你还在上学，课余时间都贡献给了它吧。

X：嗯，其实直到现在还能坚持下来的人都很不容易，我主要是平时不玩网络游戏，也没有恋爱。

G：好好学习天天向上啊，嘿嘿~小将平时都活跃在哪里呢？

X：几年前认识我的可能都知道，那个时候我在很多社区活动，但是后来我时间越来越少，或者一些社区慢慢走向极端化，所以慢慢去的地方就少了，贴吧因为操作简便，浏览人数多，服务器稳定，所以最后就主要在百度活动了，现在可能就贴吧和 QQ 了。

G：其实经常看你给别人的留言，很多东西，就像你做的汉服制作工艺教程都是你自己通过试验总结出来的吧，这些东西真的很宝贵。

X：是的，但是我的东西也是在不断的更新，我认为我个人是一个特别喜欢分享的人，因为一个东西分享出去，可以给需要的人提供便利，也可以让别人发现里面的不足，因为看得人多了，就会发现一些你自己都没发现的问题，所以可以越做越好，这些年来有这个累积很大得益于分享。

G：互相学习，不断进步，能不能介绍一下教程的制作过程？

X：其实写那些教程很麻烦，那些教程都是我设法简化过的，我自己做衣服是不这样做的，因为尽量站在大众的角度思考这个问题，我们做衣服要用到很多专业设备，而这些很多人根本不可能拥有。

G：小将说的专业设备，比如呢？

X：服装工业设备，例如数字化制版，整烫机等。我用的样板很多都是用机器切割的，我们用的也是工业缝纫机，上面支持很多外挂设备。



G: 果然是很专业的设备, 那每次做的成品和样衣怎么处理呢?

X: 除了成品, 那些衣服都被我烧掉了, 因为下一套我可能会做得更好, 在这点上我比较容易没有满足感。我宿舍现在每个角落都堆满了面料, 我只能保存成衣和图纸, 其他的实在没地方放。

G: 下面准备做什么样的衣服? 有没有构想?

X: 暂时不会, 我现在其实在做一个研究项目——《汉代军戎服饰的研究与复原》。

G: 考证复原对象具体会从哪方面入手呢? 相信大家都很感兴趣~

X: 做的东西很多, 是以军服为切入点, 目前的考证工作我有一个小组。

G: 工作小组的人员都有哪些成员?

X: 学校的团队, 其他人都是做服装工艺的, 学校的小组在上次N15的复原上露过面了。

G: 那么N15的复原从开始到结束一共花了多长时间呢?

X: 一星期, 我说的这个时间主要是制定复原计划, 做工艺单, 采购材料, 调度人员, 工艺制作, 实际的前期工作会更长。

G: 真的很辛苦, 不过相信你们的付出是值得的。你们下一步的项目会不会到时候展出?

X: 这是一个校级的项目, 做完之后会考虑对外展览以及出版相关报告。汉服运动需要各行各业的人来参与。现在我还在测试样衣和整理数据。

G: 那么你们复原依据什么资料呢?

X: 有些是有实物出土的, 我们只要整理考古资料, 但有些没有, 我们只能根据已有资料再结合史料进行推测。我们大概已经去了6个省, 近20个博物馆。

说到这里我要说一个问题。有人曾向我提出过, 推测的东西很有可能是不准确的, 所以不要做。但是我的观点和这个不同, 我倒认为, 虽然存在失误的可能性, 但我有必要尽可能整理出相关资料, 做出这个“坯子”, 如果以后考古学有了新的发现, 就可以在我的基础上修改, 而不是从0开始。如果我们不去做, 那我们永远无法获悉真

相, 但是我们只要做出一步, 都是向真相更进了一步。不做等于不可能, 做了就是有可能, 这是一个概率问题。

G: 相信你们会做的很好, 支持你们, 我相信也有许许多多的人支持你们。

(编者插播: 是的, 第一个敢于吃螃蟹的人, 也许我比喻的不太恰当, 只是, 这其中需要克服的困难却是无法想象的! 我希望, 作为一个同爱汉服文化的人, 我们都能够多思考多理解多包容。)

G: 在工作中遇到什么困难和阻碍吗?

X: 很多, 团队作业不像个人, 需要有一定的章程和规范, 我们组中做工艺的, 技术都很不错, 可是他们并不了解汉服的构造特征, 所以我要是稍不留神, 可能就拼错裁片了, 然后就得拆, 所以每次基本都要亲自监督。

G: 说到汉服的结构的问题, 各家的争议似乎不少。

X: 现在真正懂汉服结构的人很少, 很多打着汉服一定要如何考据的人, 很多都是根本不懂结构的。那些人多是“自我考古”, 也就是自己认为不存在的就是不存在的, 这也是矛盾的根本, 所以才会有那么多的争吵。你记得我发过一个短衣短裤的专辑吗? 这里面我就在纠正此类问题, 因为过去的“自我考古”很多人认为汉服只要一做短, 就是“汉元素”, 其实被他们否定的样式, 历史上确实存在。所以发这类帖子的目的重点就在传递这样一种观念。

信息连载: <http://tieba.baidu.com/p/1135937521>

G: 很多人看到之后当时都很吃惊, 因为在大多数人的眼中可能“短”并不属于汉服, 但是它实实在在的存在, 因为知识的缺乏, 所以导致了这样一种现象的发生, 所以我们现在要的是多学习, 只有深厚的专业知识才能正确的对待汉服。

X: 所以我的观点一直就是, 汉服没必要刻意去改变, 但改变是必然的, 这个改变没有必要定义到某一个具体的时间段开始进行, 而是从现在开始就可以同步推进。研究过去的目的不在于要回到过去, 而是要从过去提取对我们现代有意义的东西。

G: 是的, 其实有时候我也在想, 每个朝代都有自身的特色, 服

表也在不停的改变着，从前就是这样，我们就更不应该照搬从前的了。

X：提炼是一种升华和重生而不是复活。这个我和其他做研究的也讨论过，观点基本是一致的，纵观服装历史，我们看到更多的是变化。服装是一个灵活的东西。研究历史需要严谨，因为那是告诉世人，我们的祖先曾经是怎样生活的，而汉服运动是灵活的是实在的，我们要从古人的生活中去挖掘对我们今天有指导意义的东西。所以一个是再现，一个是提炼。

G：那你觉得我们更多的在汉文化这方面应该注意的哪些问题呢？

X：我觉得就是不要把一个问题看死。不然真的很容易“走火入魔”。

G：我相信，小将的话会给看到的人一份启示。

X：我的百度签名是道德经里面的，我很喜欢老子的著作，这里面包含了很多祖先的智慧，“执古之道，以御今之有”。就像我们今日，阅读屈原的作品可以使用书本、电脑、甚至iphone，而不是非得用竹简或帛书。尽管介质变了，但在这里最重要的是屈原的精神。世界上每一件成功的艺术品都在于它向人们传递了一种精神，而他们的形式又是多样的，人一旦抱死在某个问题上不能释怀 很容易变得极端。所以我从不担心别人改汉服，我说过，你改金属、改蕾丝、改透明都行，问题是群众愿意选择什么。这才是最重要的。换言之，群众的选择就是在书写历史，而不是我们去规定什么。

G：是啊，这样才是属于这个时代的服饰，才能真正体现一个时代的主流思想。我们不用刻意去改变，由群众自己选择。真的很感谢小将能够抽空来接受采访，小将同学要多注意休息！

X：好的，不用谢。

编者结语：一个最初喜欢道服的初中生，一个频繁参加汉服运动的爱好者，一个用所有课余时间研究汉服的大学生，一个坚持研究过去的目的不在于要回到过去，而是要从过去提取对我们现代有意义的东西的人，小将就是这样一个人。从和他的谈话中，我实实在在的感受到了身为一个真正意义上的置身汉文化，汉服复兴者应该有的责任感和精神。采访过程中，我说，小将，你是我通过汉服遇到的最特别的人。



信息连载：华采衣兮若英——江陵马山一号楚墓(N15)复原，本次复原是由黄石理工学院艺术学院服装设计专业的汉服研究小组（琥璟明、鲁余栋、罗海波、王鹏智、柯宇鹏）制作，为了追求质感上接近文物，本次复原面料使用的是丝绸，领缘使用的是真丝织锦。工艺上使用了缝纫机和手缝相结合的操作方式。复原了1982年，湖北省荆州地区马山一号楚墓出土了大批战国时期丝织品中的小菱形纹锦面绵袍。这类衣服是楚国贵族妇女的大礼服。<http://tieba.baidu.com/f?kz=1099289997>



组织复原小组的想法在两年多前，此生心愿就是还原华夏真正风貌，从贵族到庶人，不管是皇室贵族王子王孙，还是官宦士人，兵卒将士，歌舞伎人，宫廷仕女，市井之徒，山野农夫，桑间村妇……都一一还原其风貌，先秦之浑厚，两汉之大气，两晋之风流，六朝风采，唐风倾国，宋明流韵。再现汉人先祖之精神面貌，还原古汉人之风采，近距离了解华夏，带给我们心灵的震撼。

对于有实物出土的服饰，我们基本上尽可能依照原物尺寸裁剪。其他款式也尽可能多参照俑、壁画实物以及文献复原。因为我们要求要还原全貌，所以只做出衣

国 妆

——中国装束复原

服单单不够，复原中最麻烦的是道具的还原，除了衣服，还有首饰，鞋帽巾冠，发型妆容配件等等都要一一做出，所以比较困难与麻烦。

由于资金和技术的限制，面料的局限性比较大，几乎不可能全部找到和古人一样的面料进行制作，我们只能尽最大可能寻找合适的面料，从博物馆、各地丝绸市场选择最好的真丝丝绸。另外由于早期服饰资料有限，在制作过程中也不断有新资料出现，有些造型也许只是个尝试，所以错误和不完善之处一定有不少，请大家见谅并指出。

西汉·曲裾袍



战国晚期·直裾袍



战国晚期·直裾袍



东汉晚期
贵族·素纱衣裳



魏晋十六国·襦裙

东汉晚期
贵族·素纱衣裳



东汉晚期
贵族·素纱衣裳



魏晋十六国·襦裙



北魏·襦裙



北魏·襦裙

东魏·襦裙



东魏·襦裙



初唐·襦裙

十六国襦裙

十字髻·背面



中國妝束



唐初宮女
襦裙·半臂
(非正式版)



中國妝束



仕女画人物

武周时期
半臂·襦裙



唐代·沙罗襦裙



唐代·沙罗襦裙



武周时期
半臂·襦裙



盛唐·襦裙



中國妝束

中唐·襦裙



中國妝束

唐裙

中國妝束



blog.sina.com.cn/zgzhhuangshu

盛唐·襦裙



中國妝束

blog.sina.com.cn/zgzhhuangshu

南朝·襦裙

南朝·襦裙



明末·道袍



南朝·襦裙

中國妝束

中國妝束



时间是横亘千古的河，上面满载着每一个民族生活的花火。佛经中说，一花一世界，那么，了解我们的节日，我们的传承，不仅仅是窥探史书们生活的风貌，更为触摸我们的传统我们的信仰。

文编：官阿 粽子 邱峰先生

页编：小政物

东篱独酌一陶然

重阳简阅

夏历每年九月初九日为“重阳”节。“重”者，《博雅》解为“再也”。重阳节是个历史悠久的节日，又称重阳日，重九日，九日，登高节、踏秋节、菊花节、茱萸节，是华夏民族重要的传统节日，从《周易》中的记载来看，华夏民族很早就开始对“九”表示出特有的崇拜，“九”在华夏文化中具有重要的意义，以“九”为阳，以“九”为大，以“九”为尊。

众所周知，重阳节有三大节俗，“登高、饮菊花酒、插茱萸”，可是，为什么先民要在九月初九的重阳日登高、喝菊花酒、插茱萸？仅仅因为秋高气爽可享登临之乐、秋菊鲜美可品清酒之芳？

在传统的天文节令观念中，阳数代表的是开始，重要的“重阳”之日往往是季节更替的时间节点。比如，三月三上巳节，季节由冬转春；五月五端午节，岁时由春入夏；而九月九阳气极盛，正是秋季即将结束，冬天就要到来的时刻。

汉民族传统节日有一个重要的现象，每当季节更替的时候，人们都要驱毒、除疫、防病健身，三月三上巳节最重要的主题便是祓禊祛灾，五月五端午节则是逐月解毒，同样，九月初九也是华夏先民除疫健身的节日。

如何祛疫健身？纵观这些以“卫生”为主题的节日，大致有三种方式：以节令饮食驱病解毒、以浸沐佩戴禳解避疫、以

野游和运动亲近自然。如上巳节的佩兰、祓禊、踏青、游春；端午节的沐兰汤、佩香囊、缠彩缕、食五毒饼、划龙舟、打马球。九月重阳，则是登高、饮菊花酒、插茱萸等等。华夏传统节日，真正是“以人为本”“以生命为本”的节日。

山为阳泽为阴，高为阳低为阴，山巅峰顶正是极阳与重阳之处，且秋高气爽，天空万里，故重阳节登临：“霜降之时，唯此草盛茂”，秋菊自古被古人视为“候时之草”“长寿之草”，菊是汉方医学重要的人药植物，陶渊明曰“酒能祛百病，菊能制颓龄”，故重阳节赏菊、饮菊花美酒；晚秋寒气常被视为鬼魅恶气，有驱风逐邪、稍积祛寒作用的茱萸便成为驱病疗疾的巫术用品。

在西汉初期，重阳节似乎还有雅俗之分，《西京杂记》曰：“戚夫人待儿贾佩兰，后出为段儒妻，说在宫内时，九月九日佩茱萸，食蓬饵，饮菊花酒，云令人长寿。”相传自此时起，有了重阳节求寿之俗。而同时还有大型饮宴活动，是由先秦时庆丰收之宴饮发展而来的。《荆楚岁时记》云：“九月九日，四民并籍野饮宴。”隋杜公瞻注云：“九月九日宴会，未知起于何代，然自驻至宋未改。”求长寿及饮宴，构成了重阳节的基础。至东汉桓景重阳节“作绢囊，盛茱萸，悬臂登高山，饮菊花酒”以避祸后，登高成了另外一项习俗。

重阳正式成为一项重大节日是在魏晋时期，在贞元五年（公元789年）正月，

唐德宗诏中言“四序嘉辰，历代增置，汉崇上巳，晋纪重阳”可见一斑。

隋唐时期的重阳节有赐宴，赐茱萸，插茱萸，赏菊花，饮菊花酒及茱萸酒并桑落酒，可食用重阳糕，麻葛糕或菊花糕，登高，置药市，骑射。

重阳节正式成为国家节日是在唐德宗贞元元年九月二日下诏，以“方今边隅无事，悉庶小康”为由，定正月晦日、三月三日、九月九日为“三令节”。每逢重阳节，百官休沐，皇帝赐宴曲江池，人们纷纷佩茱萸，登高游玩，或聚会宴享，观赏菊花。

唐代登高、赏菊风气之盛，为历代所罕见。唐孙思邈撰《千金月令》中说：重阳之日，必以香酒登高眺远，为时宴之游。赏以畅秋志。表明汉魏时代以躲避邪恶为目的的登高活动，这时已经变成一种健身、游玩的娱乐活动，重阳节时，唐代帝王都要到慈恩寺大雁塔，或渭水边上的临渭亭登高宴会。



重九正仲秋，芳菊盛开，古往今来，人们无不喜爱菊花。唐朝，人们很重视重阳节赏菊，许多咏重阳的诗篇都写到了菊花。如王维“无穷菊花节，长奉柏梁篇”，李颀“风俗尚九日，此情安可忘。菊花辟恶酒，汤饼茱萸香”；杜牧“尘世难逢开口笑，菊花须插满头归。”由此可见，唐代简直是无菊无酒不重阳了。

唐代重阳节不是一天，而是两天。《唐辇下岁时记》说：都城重九后一日宴赏，号“小重阳”。李白《九月十日即事》诗写道：“昨日登高罢，今朝再举觞。菊花何太苦，遭此两重阳。”诗中描写九月十日“小重阳”再次宴赏的风俗。此外，有时鉴于朝中在九日前后有重大活动，重阳节有挪至九月十九日举行的，也是唐人通融的一种办法。

重阳传说

较早有关重阳节的传说，最早见于梁朝吴均的《续齐谐记》：

“汝南桓景，随费长房游学累年。长房谓曰九月九日汝家中当有灾，宜急去。令家人各作绛茱萸囊，盛茱萸以系臂，登高饮菊花酒，此祸可除。”

景如言举家登山。夕还，见鸡犬牛羊一时暴死。长房问之曰，此可代也。今世人九日登高饮酒，妇人带茱萸囊，盖始于此。

唐代的《初学记》和宋代的《太平御览》等多种重要类书都转述了吴均《续齐谐记》里的这个故事，并认为九月九日登高喝菊花酒，妇女在胳膊上系茱萸囊辟邪去灾的习俗由此而来。和大多数传统节日一样，

重阳节也有古老的传说。

干宝《搜神记》云：淮南全椒县有一丁氏，嫁给同县姓谢家，由于谢家是大富户，她婆婆却凶恶残暴，虐待丁氏，强迫她干繁重的家务，经常遭到痛骂和毒打。丁氏最终忍受不住，在重阳节悬梁自尽。死后冤魂不散，依附在巫祝身上说：“做人家媳妇每天辛苦劳动不得休息，重阳节请婆家不要让她们再操劳。”所以，江南人每逢重阳日，都让妇女休息，叫做“休息日”。这位姓丁氏的妇人立祠祭祀，称为“丁姑祠”。以后，每逢重阳节，父母们要把嫁出去的女儿接回家吃花糕；到明代，甚至将重阳节称为“女儿节”。

汉刘歆《西京杂记》记载：汉高祖刘邦的爱妾戚夫人被吕后害死后，戚夫人的侍女贾佩兰也被驱逐出宫，嫁给扶风人段儒，闲谈时曾提到她在宫廷时，每年九月九日佩茱萸，食蓬饵，饮菊花酒，以辟邪延寿。

唐代诗人沈佺期《九日临涇亭侍宴应制得长字》诗：“魏文颂菊蕊，汉武赐萸囊……年年重九庆，日月奉天长”。

《旧唐书·王勃传》记载：王勃的《滕王阁序》就是在重阳节这一天写出来的。当时王勃的父亲担任交趾令，王勃前往探视父亲，九月九日路过南昌时，洪州牧阎伯屿正在重修滕王阁中宴请宾客及部属，他想夸耀女婿吴子章的才气，便事先拿出纸笔请宾客动笔作序，所有的宾客都知道他的用意，没有人敢作。却不料王勃事先并不知道州牧的用心，于是毫不谦让接过纸笔。州牧原本心中十分生气，立即派人在旁边看王勃书写，谁知道王勃才气不凡，

蓄积已久的心情完全抒发出来，文章越写越好，当写到“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”的词句时，忍不住拍案叫绝！王勃从此一举名震诗坛。

民间故事继承了《续齐谐记》的故事梗概，再添上民间艺人想像创造的情节，又产生了很多重阳节传说的异文。这里选择了三则异文展示给大家。

第一则：采自河南

很久以前，汝南县有个人名叫桓景。他和父母妻子一家人守着几片地，安分守己的过日子。谁知天有不测风云，汝河两岸忽然流行起瘟疫，夺走了不少人的性命。桓景小时候曾听大人说过，汝河里住了一个瘟魔，每年都会出来散布瘟疫，危害人间。为了替乡民除害，桓景打听到东南山中住了一个叫费长房的神仙。他就决定前去拜访。谁知他翻越了千山万水，还是找不到仙人的踪迹。有一天，他忽见看见面前站着一只雪白的鸽子不断地向他点头，桓景走近前一看，鸽子忽然飞了两三丈远，落地后又不断地向桓景点头。就这样，桓景跟着白鸽，终于找到了费长房的仙居。桓景走到门口，恭恭敬敬的跪了两天两夜。到了第三天，大门忽然开了，一个白发老人笑眯眯的对他说：“弟子为民除害心切，快跟我进院吧”。

费长房就给了桓景一把降妖青龙剑，让他练习降妖的法门。有一天桓景正在练剑，费长房走过来对他说：“今年九月九，汝河瘟魔又要出来害人。你赶紧回乡为民除害，我给你茱萸叶子一包，菊花酒一瓶，让你家乡父老登高避祸”。说完，就用手

招来一只仙鹤，把桓景载回汝南去了。

桓景回到家乡，就把费长房的话向大伙儿说了一遍。到了九月九那天，他就带着全村老小登上了附近的一座山。把茱萸叶子分给每人一片，让瘟魔不敢近前。又把菊花酒倒出来，每人喝了一口，说是可以避瘟疫。安排妥当后，他就带着降妖青龙剑回到村中，等着斩杀瘟魔。

不一会儿，汝河里狂风怒吼，瘟魔出水走上岸来。忽然抬头看见人群都在山上欢聚，它便冲至山下，却被酒气及茱萸的香味吓得不敢上前。一回头，又看见桓景抽出宝剑，和瘟魔斗了几个回合，瘟魔斗他不过，转身就跑。桓景“嗖”的一声射出了宝剑，宝剑闪着寒光，一眨眼就把瘟魔钉死在地上。

从此汝河两岸的百姓，再也不受瘟疫的侵袭了。人们就把九月九日登高避祸的习俗，一代代的传到现在。

第二则：流传在陕西关中一带

说是很早以前，有个庄户人家住在骊山下，全家人都很勤快，日子过得也不错。

有一天，这家主人从地里回来，半路上碰上个算卦先生，因为天快黑了，这先生还没找上歇处。由于主人家里很窄，只有个草棚子房，于是就在灶房里打了个草铺，让妻子儿女都在草铺上睡，自己陪着算卦先生睡在炕上，凑合着过。

第二天天刚亮，算卦先生要走，庄户人叫醒妻子给先生做了一顿好吃喝，又给先生装了一袋白蒸馍。算卦先生出了门，看了看庄户人住的地方，叮咛他说：“到九月九，全家高处走。”

“庄户人想，我平日没做啥怪事，又不想升官，上高处走啥呢？但又一想，人常说算命先生会看风水精通天文，说不定我住的地方会出啥麻烦。到了九月九，就到高处走一走吧，全当让全家人看看风景。”

到了九月九，庄户人就带着妻子儿女背上花糕香酒，登上骊山高峰去游玩。等他们上山后，半山腰突然冒出一股泉水直冲他家，把他家的草棚子一下子就冲垮了。不大功夫，整个一条山沟都被泡了。庄户人家这才明白算卦先生为什么让他全家九月九登高。

这事传开后，人们就每逢夏历九月九，扶老携幼去登高，相沿成俗，一直流传到今。

第三则：

相传在东汉时期，汝河有个瘟魔，只要它一出现，家家就有人病倒，天天有人丧命，这一带的百姓受尽了瘟魔的蹂躏。

一场瘟疫夺走了青年桓景的父母，他自己也因病差点儿丧了命。病愈之后，他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。桓景四处访师寻道，访遍各地的名山高士，终于打听到在东方有一座最古老的山，山上有一个法力无边的仙长，桓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，仙长为了他的精神所感动，终于收留了桓景，并且教给他降妖剑术，还赠他一把降妖宝剑。桓景废寝忘食苦练，终于练出了一身非凡的武艺。

这一天仙长把桓景叫到跟前说：“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，一盅菊花酒，并且密授避邪用法，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，从此九月初九登高避疫的风俗年复一年地流传下来。

追根溯源

由于年代久远，节日的形成不易考察明确。因此，关于重阳节的起源，有种种不同的说法：

其一：

重阳的源头，可追溯到先秦之前。《吕氏春秋》之中《季秋纪》载：“（九月）命家宰，农事备收，举五种之要。藏帝籍之收于神仓，祇敬必飨。”“是日也，大飨帝，尝牺牲，告备于天子。”可见当时已有在秋九月农作物丰收之时祭飨天帝、祭祖，以谢天帝、祖先恩德的活动。

汉代《西京杂记》最早记录了九月九日这天的独特风俗，西汉时的宫人贾佩兰称：“九月九日，佩茱萸，食蓬饵，饮菊花酒，云令人长寿。”相传自此时起，有了重阳节求寿之俗。这是受古代巫师（后为道士）追求长生，采集药物服用的影响。同

时还有大型饮宴活动，是由先秦时庆丰收之宴饮发展而来的。《荆楚岁时记》云：“九月九日，四民并籍野饮宴。”隋杜公瞻注云：“九月九日宴会，未知起于何代，然自夏至宋未改。”求长寿及饮宴，构成了重阳节的基础。

三国时，魏文帝曹丕《九日与钟繇书》说：“岁往月来，忽复九月九日。九为阳数，而日月并应，倍嘉其名，以为宜于长久，故以享宴高会。”可见当时节俗已定型了。重阳节主题，是求长寿、戴茱萸、酿菊酒、赏菊、酿酒及祭祀酒业神等。在流传至今后又添加了敬老等内涵，更具有意义，另外有登高野宴活动及各种游戏等。[1]

其二：

重阳节的原型之一是古代的祭祀大火的仪式。

作为古代季节星宿标志的“大火”（即心宿二），在季秋九月隐退，《夏小正》称“九月内火”，大火星的退隐，不仅使一向以大火星为季节生产与季节生活标识的古人失去了时间的坐标，同时使将大火奉若神明的古人产生莫名的恐惧，火神的休眠意味着漫漫长冬的到来，因此，在“内火”时节，一如其出现时要有迎火仪式那样，人们要举行相应的送行祭仪。古代的祭仪情形虽渺茫难晓，但我们还是可以从后世的重阳节仪中找到一些古俗遗痕。如江南部分地区有重阳祭灶的习俗，是家居的火神，由此可见古代九月祭祀“大火”的蛛丝马迹。古人长将重阳与上巳或寒食、九月九与三月三作为对应的春秋大节。汉刘歆《西京杂记》称：“三月上巳，九月重阳，使女游戏，就此祓禊登高。”上巳、

寒食与重阳的对应，是以“大火”出没为依据的。

随着人们谋生技术的进步，人们对时间有了新的认识，“火历”让位于一般历法。九月祭火的仪式衰亡，但人们对九月因阳气的衰减而引起的自然物候变化仍然有着特殊的感受，因此登高避忌的古俗依旧传城，虽然世人已有了新的解释。

重阳在民众生活中成为夏冬交接的时间界标。如果说上巳、寒食是人们渡过漫长冬季后出室畅游的春节，那么重阳大约是在秋寒新至、人民即将隐居时的具有仪式意义的秋游，所以民俗有上巳“踏青”，重阳“辞青”。重阳节俗就围绕着人们的这一时节感受展开。

重阳节常常在典籍中与上巳节相提并

论，重九与重三，这两个节日正好处于季节变化的临界点上，上巳节是寒气褪去，天气回暖，重阳节则正相反，暑热尽消，

提醒人们要开始准备过冬了；上巳节在水边祭祀、沐浴、采兰，可以说这是一个水的节日，那么到了重阳节，高山高台高楼都是人们聚会、饮酒、赏菊的去处，

祭祀时要点起篝火，以象征冬季虽然寒冷，但在火炎的温暖下，还是能够平安度过的，所以重阳节代表了火的庆典。

重阳节在典籍记载中比比皆是，因此夏历（农历）九月九日这一天也具有了独特的意义，九为阳，所以重九之日也被称为重阳日。



农历九月九日，为传统的重阳节。因为古老的《易经》中把“六”定为阴数，把“九”定为阳数，九月九日，日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。重阳节早在战国时期就已经形成，到了唐代，重阳被正式定为民间的节日，此后历朝历代沿袭至今。“重阳节”名称见于记载却在三国时代。据曹丕《九日与钟繇书》中载：“岁往月来，忽复九月九日。九为阳数，而日月并应，俗嘉其名，以为宜于长久，故以享宴高会。”

重阳节首先有登高的习俗，金秋九月，天高气爽，这个季节登高远望可达到心旷神怡、健身祛病的目的。和登高相联系的有吃重阳糕的风俗。高和糕谐音，作为节日食品，最早是庆祝秋粮丰收、喜尝新粮的用意，之后民间才有了登高吃糕，取步步高的吉祥之意。

重阳日，历来就有赏菊花的风俗，所以古来又称菊花节。农历九月俗称菊月，节日举办菊花大会，倾城的人潮赴会赏菊。从三国魏晋以来，重阳聚会饮酒、赏菊赋诗已成时尚。在汉族古俗中，菊花象征长寿。古代还

风行九九插茱萸的习俗，所以又叫做茱萸节。茱萸入药，可制酒养生祛病。

重阳祭祖也是重阳节时的民间活动。人们利用重阳登山的时机，祭扫祖墓，纪念先人。九月初九也是妈祖羽化升天的忌日，沿海地区有到湄洲妈祖庙或天后祖

祠、宫庙祭祀的风俗，求得妈祖保佑。

重阳节时举家着汉服，带着自制的菊花酒、菊花茶、阳糕、菊花饼，佩上茱萸香囊，登山游赏，采菊簪菊赏菊，在山上举行重阳野宴，长空万里清风徐来，饮酒赋诗、不亦乐乎。

1. 赏菊、簪菊、饮菊花茶、酿菊花酒、做菊花饼

重阳日，沐浴更衣，换上汉服，举家或结伴，赏菊、采菊、吟诗赋对。采菊，女子在头上簪戴。相互赠送，在家中做菊花插花，亲手泡制菊花茶。

●菊花茶

菊花茶种类多样，泡制方法可在网上搜索。（本方案涉及到部分中药，请在专业中医指导下使用，仅供参考）



举几例供参考：

§菊花山楂茶：菊花10克，山楂、金银花各10克。功效：消脂降压、减肥轻身。

§三花茶：菊花，金银花，茉莉花均少许。功效：可清热解毒、宁神静思。

§菊花蜜饮：菊花50克，加水20毫升，稍煮后保温30分钟，过滤后加入适量蜂蜜，搅匀之后饮用。功效：明目、生津止渴、清心健脑。

●酿菊花酒

在条件许可的情况下，亲自动手酿造，也可以泡制，当然，也可以购买。菊花酒一般是在菊花盛开时采摘，和谷物一起酿酒，藏至第二年重阳饮用。

泡制则相对容易。泡制方法多样

举一例供参考：将干菊花去蒂洗净晾干，泡于低度粮食酒中，一两天后就可以饮用。常饮可活血行气、延年益寿，也可并加地黄、当归、枸杞等。

●亲手制作菊花饼

菊花菜肴品种非常繁多，各地各有特色。

举几例：

§菊花饼：黄甘菊去蒂，捣去汁，白糖和匀印饼，加梅卤成膏，不粘，可久。此为甜食。

§菊花粥：菊花末15克。粳米100克。将菊花去蒂，蒸后晒干或阴干，然后磨成细末备用。把粳米淘洗



干净，放入锅内，加水适量，用武火烧沸，再用文火熬成粥时，调入菊花末，再稍煮即可。

§藏菊：鲜冬瓜切去盖，藏白菊朵于瓢内，仍盖好，放稻草中煨之。

§墨菊汤：水发金针花菜40g，水发银耳40g，墨菊花20g，湘莲50g，冰糖100g。金针花菜、银耳、墨菊花洗净沥干，银耳撕成小块，湘莲去心泡涨蒸熟备用，再将冰糖捣碎。锅内放清水置于旺火上，烧开后将冰糖放入其中煮5分钟，而后将墨菊花放入冰糖水中煮40-50秒左右。转小火再将金针花菜、湘莲一并放入锅内1分钟，盛入碗中即成。此汤呈黄、白、紫，香甜如蜜，并有滋补作用。

2. 做重阳糕

重阳糕市场有售，但自己制作别有情趣。重阳糕花色多样，做法不一。

最简单的做法举例：

杭白菊20~30朵，马蹄粉200克，新鲜菊花1朵（切碎），冰糖适量。

做法：用清水煮菊花约10分钟（将菊花用纱布包起来，可避免隔渣的麻烦），当颜色呈现淡黄色即可，不要煮的时间过长，否则会略带苦味。取出菊花加入冰糖调味，甜度要比正常的略甜一点，因为加入马蹄粉溶液后会有稀释作用。加入已切碎的新鲜菊花。将马蹄粉以适量清水溶解，倒入菊花水大火蒸约15-20分钟，变成完全透明即熟，热食或冷食均可。也可在糊中加入葡萄

茱萸插鬓花宜寿

干、红绿丝、杏肉等细小果脯块或者铺上柠檬片，更增风味。此糕甜软酥松，入口即化，齿颊生香。功用清凉去火。

3. 做菜萸佩

敬老，这是近年来赋予重阳的新意义。在民俗观念中，九九重阳，因为与“久久”同音，包含有生命长久、健康长寿的寓意，有长寿延年的美好祝愿在里面。1989年，我国把每年的农历九月九日定为老人节，以示全社

会应该延续华夏民族尊老敬老的美好品德，重阳节又多了一层新含意。

在重阳节这一天给老人穿上汉服，陪伴老人们登高、赏菊、饮菊花酒、戴茱萸佩、吃重阳糕，吟诗、对弈。探望敬老院，举行各种敬老公益活动。这一天，享受秋高气爽、菊花飘香的节日欢乐。



(所有文字及图片均来自网络!)



登高今夕事，

九九是天长

重阳节习俗

◆ 赏菊

菊花，又叫黄花，属菊科，品种繁多。我国是菊花的故乡，自古种菊花就很普遍。菊是长寿之花，又为文人们赞美作凌霜不屈的象征，所以人们爱它、赞它，故常举办大型的菊展。菊展自然多在重阳举行，因为菊与重阳关系太深了；因此，重阳又称菊花节，而菊花又称九花。赏菊也就成了重阳节俗的组成部分。宋代《东京梦华录》卷八：“九月重阳，都下赏菊，有数种。其黄、白色蕊者莲房曰‘万龄菊’，粉红色曰‘桃花菊’，白而檀心曰‘木香菊’，黄色而圆者‘金龄菊’，纯白而大者曰‘喜容菊’。无处无之。”

明代，在《陶庵梦忆》中记载有：“兖州绍绅家风气袭王府。赏菊之日，其桌、其炕、其灯、其炉、其盘、其盒、其盆盎、其看器、其杯盘大觥、其壶、其帊、其褥、其酒；其面食、其衣服花样，无不菊者夜烧烛照之，蒸蒸烘染，较日色更浮出数层。席散，撤帘以受繁露。”

清代赏菊，如《燕京岁时记》：“九花者，

菊花也。每届重阳，富贵之家，以九花数百盆，架度广厦中前轩后轻（轩轻，车前高后低叫轩，前低后高叫轩，比喻高低优劣），望之若山，曰‘九花山子’。四面堆积者，曰‘九花塔’。”在《清嘉录》中记苏州赏菊活动说：“哇菊乍放，虎阜花农，已千盞（古代腹大口小的器皿）百盂担入城市。居人买为瓶洗供赏者，或五器七器为一台，梗中置熟铁丝，偃仰能如人意。或于广庭大厦堆垒千百盆为玩者，约纸为山，号菊花山。而茶肆尤盛。”另如《金瓶梅》、《浮生六记》等书中也有赏菊之记载。至今，重阳节期间，各大公园也仍组织大型菊展，并将菊绑扎成各类动植物，人物等造型，十分美观。



◆ 登高、避疫、赏秋

重阳最重要的节日活动之一，即是登高。故重阳节又叫“登高节”。登高所到之处，没有划一的规定，一般是登高山、登高塔。

早在西汉，《长安志》中就有汉代京城九月九日时人们游玩观景之记载。在东晋时，有著名的“龙山落帽”故事。据《晋书》中《孟嘉传》载，九月重阳这天，晋朝大司马桓温及参军大将孟嘉等人登上龙山（今湖北江陵县西北的一座山），孟嘉观赏山景，连帽被风吹走也不知道。桓温叫人作文笑他，他也不示弱，作文答辩，一时传为佳话。

南朝时，梁人吴均在《续齐谐记》中记载一个神异的故事：汝南人桓景，随费长房游学，费长房要他在重阳这天让家人各作绛囊，盛茱萸系臂，并登高，饮菊花酒，才可免祸。桓景照办了，才逃脱灾祸。这个故事，生动地反映出重阳时人们的避邪除灾心理。

当然人们登高也不单是攀登而已，还要观赏山上的红叶野花，并饮酒吃肉，享受一番，使登高与野宴结合起来，更有吸引力。如隋时孙思邈《千金方·月令》：“重阳日，必以看酒登高远眺，为时宴之游赏，以畅秋志。酒必采茱萸、菊以泛之，即醉而归。”记隋代风俗，已与后世近似。在南宋的《梦粱录》卷五载：“日月梭飞，转盼重阳。……是日‘孟嘉登龙山落帽，渊明向东篱赏菊’，正是故事。”南宋韩元吉《水调歌头·九日》上片：“今日我重九，莫负菊花开。试寻高处，携手摄展上崔嵬。放目苍崖万仞，云护晓霜成阵，

知我与君来。古寺倚修竹，飞槛绝尘埃。”描写了重阳赏菊及登高观景的韵致。

明清时，北京地区登高颇盛，《燕京岁时记》云：“京师谓重阳为九月九。每届九月九日则都人提壶携榼，出都登高。南则天宁寺、陶然亭、龙爪槐等处，北则甸门烟树、清净化城等处，远则西山八处。赋诗饮酒，烤肉分糕，询一时之快乐也。”不论文人百姓，都喜欢登高后在山上野餐、烤肉食用。有些贵戚富家则带上幕帐、烤具、车马、乐器，登高台、土坡，架起幕帐、桌椅，大吃爆烤羊肉或涮羊肉，并唱戏奏乐，听歌看舞。如清末慈禧太后，每年重阳于北海东的桃花山登高、野餐、烤肉，并架蓝布围障，防止闲人偷看。在玉渊潭钓鱼台等处，也集中了不少登高之客。故宫御花园里也有登高之山。

又如广州地区，游客多于重阳登上白云山，饮酒赋诗，热闹非凡，影响至今。在上海，附近无山丘，便把沪南丹凤楼及豫园的大假山作为登高雅集之所，也很热闹。至民国年间干脆又登二十四层高的国际饭店。而近代的北京香山、山东的牛山、江西南昌的滕王阁等等，也都是登高胜地。尤其是滕王阁，因了唐代王勃于重阳节时在阁上写出千古名文《滕王阁序》，更闻名天下。至于湖北江陵龙山上的纪念晋代孟嘉落帽的落帽台古迹，也吸引着许多游客。

由于重阳为秋节，节后草木开始凋零，所以有称重阳节野游活动为“辞青”，与三月春游“踏青”之说法相对应。清潘荣陛《帝京岁时纪胜》记：“（重阳）有治肴携酌于各门郊外痛饮终日，谓之‘辞青’。”

这也是一个颇有诗意的名称。

关于登高习俗的起源，有不同的说法：

一说可能源于古代对山神的崇拜，以为山神能使人免除灾害。所以人们在“阳极必变”的重阳日子里，要前往山上游玩，以避灾祸。或许最初还要祭拜山神以求吉祥，后来才逐渐转化成为一种娱乐活动了。（古代认为“九为老阳，阳极必变”，九月·九日，月、日均为老阳之数，不吉利。故而衍化出一系列避不祥、求长寿的活动，并非如魏文帝曹丕所称九为“宜于长久”之数。这是明代谢肇淛《五杂俎》中的看法。

一说重阳时节，秋收已经完毕，农事相对比较空闲。这时山野里的野果、药材之类又正是成熟的季节，农民纷纷上山采集野果、药材和供副业用的植物原料。这种上山采集农民们把它叫做“小秋收”。登高的风俗最初可能就是从此演变而来的。至于集中到重阳这一天则是后来的事。那意思是以此作为一种象征，起点提倡作用，正像春天宜于植树，人们就定个植树节的道理一样。此外重阳节期间天气晴朗，气温凉爽，适宜于登高望远。



◆ 佩茱萸·簪菊花

重阳节有佩茱萸的风俗，因此又被称为“茱萸节”。茱萸是重阳节的重要标志。重阳节时人们还喜欢佩戴菊花。茱萸又名“越椒”、“艾子”，具备杀虫消毒、逐寒祛风的功能，因此得雅号“辟邪翁”，菊花又名“延寿客”。

茱萸是一种可以做中药的果实，因为出产于吴地（今江浙一带）的茱萸质量最好，因而又叫吴茱萸，也叫越椒或艾子，它是一种常绿小乔木，树几乎可以长到一丈多高，叶为羽状复叶，初夏开绿白色的小花，结实似椒子；秋后成熟。果实嫩时呈黄色，成熟后变成紫红色，有温中、止痛、理气等功效。茱萸叶还可治霍乱，根可以杀虫。《本草纲目》说它气味辛辣芳香，性温热，可以治寒驱毒。古人认为佩带茱萸，可以辟邪去灾。

重阳佩茱萸的习俗在唐代很盛行，人们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，称为茱萸囊，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。

重阳茱萸其实也和端午节的雄黄和菖蒲的作用差不多，目的在于除虫防蛀。因为过了重阳节，就是十月小阳春，天气有

一段时间回暖；而在重阳以前的一段时间内，秋雨潮湿，秋热也尚未退尽，衣物容易霉变。这段时间又是桂花盛开之时，所以民间称之为“桂花蒸”，这时必须防虫。茱萸有小毒，有除虫作用，制茱萸囊的风俗正是这样来的。

但是在宋元之后，佩茱萸的习俗逐渐稀见了。其变化的因由大概要从重阳节俗的重心的潜移中去理。重阳在早期民众的时间生活中强调的是避邪消灾，随着人们生活状态的改善，人们不仅关注目前的现实生活，而且对未来生活给予了更多的期盼，祈求长生与延寿。所以“延寿客”（菊花）的地位最终盖过了“避邪瓮”（茱萸）。

汉民族女子自古便有簪花之俗，依节令不同簪戴不同的花卉。春天多簪牡丹、芍药，夏天多簪石榴、茉莉，秋天多簪菊花、秋葵等。重阳节簪菊风行，唐杜牧诗《九日齐山登高》云，“江涵秋影雁初飞，与客携壶上翠微。尘世难逢开口笑，菊花须插满头归。”。簪菊之俗唐代已有，历代盛行，宋代还有将彩缯剪成茱萸、菊花来相赠佩带的。不仅女子簪菊，男子也可簪菊，这可不是什么异常风习，古时汉族男女皆留长发插笄，人们在重阳登高赏菊时在发上插上几朵，颇显热爱生活的灵动和俏皮，且古人认为菊花可避邪、增长寿，重阳簪戴男女老少皆宜。

◆ 放纸鸢

放纸鸢是惠州过重阳节的主要习俗。换句话说，惠州民间过重阳节是以放纸鸢为主要特征的。此习，除惠州流传的民谣

中有叙述以外，光绪《惠州府志》亦有记述。

纸鸢亦现在的风筝。风筝是五代以后的称谓，五代之前，北方习惯称“纸鸢”，南方则多叫“鹞子”，惠州的“纸鸢”称谓很明显的是保留了五代以前的古老名称，且有“南北混合”的味道。

风筝始见于春秋时期，初型均是鸟类。相传公输般（鲁班）“削竹为鸢，成而飞之”，“作木鸢以窥宋城”。这里的“竹鸢”“木鸢”，就是代风筝的雏型。不过，当时没有纸，只能用竹木制成。清人笔记中说“韩信率军十万围攻项羽于垓下，以牛皮制风筝一具，下置善笛之人吹思乡之曲，其声悲怨，楚军弟子八千人尽皆散去”。这里所说的汉代风筝，也只不过是牛皮制的风筝。东汉蔡伦造纸术后世后，始有纸制风筝，出现了“纸鸢”和“鹞子”的称谓。“风筝”之名的出现，据记是出现在五代，《询乌录》记曰：“风筝，即纸鸢，又名风鸢。初，五代李邕于宫中作纸鸢，引线采风为戏，后于鸢首以竹为笛，使风入竹，声如筝鸣，俗呼风筝。”唐以后，风筝盛行，并定清明节为风筝节，宋以后更是在老百姓中间普及了。从这以后，风筝的形状已不局限于鸢、鹞、鸱等鸟类，虫、鱼、人神均有之，明清以后，风筝制作已成为一种十分精湛的手工艺技术。

惠州民间的纸鸢，已非本来面目，多为四方平面，带一尾巴，其形状与民间所贴门神、神位相似，故疑为神状风筝的一种简化。在惠州民间，风疹制作极为简单，采竹一枝弯曲，一支直整，撑住一张四方纸，贴上尾巴调好线，即可放飞。有一种不带尾巴，四方状纸稍大，称“阿婆鸢”，

以放飞时平稳、安定而得名。

除此外，其他形状的纸鸢也偶而有之。

重阳这天，人们多伴以登高，于街道和旷野处放飞风筝，孩童、成人均有之，亦甚壮观。

按我国的传统习惯，放飞风筝多在清明。重阳放纸鸢可说是惠州民间特有习俗。其来由无从考究。但从惠州的领南气候观之，时间上似乎颇为恰当。清明前后为雨季，春雨不断，这时显然是不适合于放纸鸢的，而重阳前后秋高气爽，劲风不断，人们按传统习俗要登山登高，进行户外活动，此时放纸鸢，天时地利人和，是颇为适合的。

◆ 吃重阳糕

重阳的饮食之风，除前所述的饮茱萸、菊花酒，吃菊花食品之外，还有好些，其中最著名的就是吃糕。在北方，吃重阳糕之风尤盛。

据《西京杂记》载，汉代时已有九月九日吃蓬饵之俗，即最初的重阳糕。饵，即古之糕。《周礼》载饵用作祭祀或在宴会上食用。汉代又记有黍糕，可能与今天的糕已差不多。蓬饵，想必也类似于黍

糕之类。至宋代，吃重阳糕之风大盛了。糕与高谐音，吃糕是为了取吉祥之意义，因而才受到人们的青睐。

重阳糕又称花糕、菊糕、五色糕，制无定法，较为随意，有“糙花糕”、“细花糕”和“金钱花糕”。

粘些香菜叶以为标志，中间夹上青果、小枣、核桃仁之类的糙干果；细花糕有3层、2层不等，每层中间都夹有较细的蜜饯干果，如苹果脯、桃脯、杏脯、乌枣之类；金钱花糕与细花糕基本同样，但个儿较小，如同“金钱”一般，多是上层府第贵族的食物。

据说，早年不家用发面饼夹上枣、栗诸果的，或以江米、黄米面蒸成粘糕饼，似“上金”、“下银”的花糕。

有诗描述重阳糕的制作：

蔡云：

篝火鸣机夜作忙，
织工一饮登高酒，
依然风雨古重阳，
蒸出枣糕满店香。

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。

重阳糕不仅自家食用，还馈送亲友，称“送糕”；又请出嫁女儿回家食糕，称“迎宁”。

◆ 吃重阳糕的传说

重阳花糕的起源有一种来源甚早的说法。《南齐书》卷九上说，刘裕篡晋之前，有一年在彭城过重阳。一时兴起，便骑马登上了项羽戏马台。等他即位称帝后，便规定每年九月九日为骑马射箭、校阅军队的日子。据传说，后来流行的重阳糕，就是当年发给士兵的干粮。

另一种传说则流传于陕西附近。传说明朝的状元康海是陕西武功人。他参加八月中的乡试后，卧病长安，八月下旬放榜后，报喜的报子兼程将此喜讯送到武功，但此时康海尚未抵家。家里没人打发赏钱，报子就不肯走，一定要等到康海回来。等康海病好回家时，已经是重阳节了。这时他才打发报子，始了他赏钱，并蒸了一锅糕给他回程作干粮。又多蒸了一些糕分给左邻右舍。因为这糕是用来庆祝康海中状元，所以后来有子弟上学的人家，也在重阳节蒸糕分发，讨一个好兆头。重阳节吃糕的习俗就这样传开来了。

◆ 饮菊酒

菊花，是我国名花，也是长寿名花。在“霜降之时，唯此草盛茂”，由于菊的独特品性，菊成为生命力的象征。

早在屈原笔下，就已有“夕餐秋菊之落英”之句，即服食菊花瓣。汉代就已有菊花酒。魏时曹五曾在重阳赠菊给钟馗，祝他长寿。晋代葛洪在《抱朴子》中记河南南阳山中人家，因饮了遍生菊花的甘谷水而延年益寿的事。梁简文帝《采菊篇》中则有“相呼提筐采菊珠，朝起露湿沾罗襦”之句，亦采菊酿酒之举。直到明清，菊花酒仍然盛行，在明代高濂的《遵生八笺》中仍有记载，是盛行的健身饮料。

重阳佳节，我国有饮菊花酒的传统习俗。菊花酒，在古代被看作是重阳必饮、祛灾祈福的“吉祥酒”。

我国酿制菊花酒，早在汉魏时期就已盛行。据《西京杂记》载称“菊花舒时，并采茎叶，杂黍为酿之，至来年九月九日始熟，就饮焉，故谓之菊花酒。”

晋代陶渊明也有“酒能祛百病，菊能制颓龄”之说。后来饮菊花酒逐渐成了民间的一种风俗习惯，尤其是在重阳时节，更要饮菊花酒。《荆楚岁时记》载称“九月九日，佩茱萸，食蓬耳，饮菊花酒，令长寿。”

到了明清时代，菊花酒中又加入多种草药，其效更佳。制作方法为：用甘菊花煎汁，用曲、米酿酒或加地黄、当归、枸杞诸药。

由于菊花酒能疏风除热、养肝明目、消炎解毒，故具有较高的药用价值。明代

医学家李时珍指出，菊花具有“治头风、明耳目、去痿痺、治百病”的功效。

古时菊花酒，是头年重阳节时专为第二年重阳节酿的。九月九日这天，采下初开的菊花和一点青翠的枝叶，掺和在准备酿酒的粮食中，然后一齐用来酿酒，放至第二年九月九日饮用。传说喝了这种酒，可以延年益寿。从医学角度看，菊花酒可以明目、治头昏、降血压，有减肥、轻身、补肝气、安肠胃、利血之妙。时逢佳节，清秋气爽，菊花盛开，窗前篱下，片片金黄。除登高插茱萸外，亲友们三五相邀，同饮菊酒，共赏黄花，确实别有一番情趣。



尤其是诗人们，赏菊饮酒，吟诗唱酬，给后世留下不少佳句。

由于菊花酒的缘故，重阳又成了祭祀酒业神的酒神节。如《山东民俗·重阳节》介绍，山东酒坊于重阳节祭红神，神为杜康。在贵州仁怀县茅台镇，每年重阳，开始投料下药酿酒，传说是因九九重阳，阳气旺盛才酿得出好酒。每当烤出初酒时，老板在贴“杜康先师之神位”的地方点香烛，摆供品祈祷酿酒顺利（见《中国民俗采英录》）。在湖南宁远，每于九月九日“竞造酒，日重阳酒”。这些风俗说明，重阳与酒的关系极深。



图：重阳节（王弘力先生中国古代风俗百图）



柳新章

铺开卷白纸，尺素风华，蘸过世态苍凉。

执一管尖笔，丹青染墨，写尽人间冷暖。

每一笔描写的背后总有生命绽放的感动，每一个故事的尽头都有直透心灵的温暖。清茶一杯，孤灯半盏，看书卷上铺陈开来的红尘万千。阅尽千般浮华后，你是否会在嘴角漾起一个同样会心的微笑，去期待下一个开端？

文编：惠惠 / 题编：浅语

第九，九天见日。

众人刚一冲出去，就来了个瀑布跳，直接掉进了一条大河中，大家一看是黄河，这是从东南方向穿来牛角声，战鼓雷雷，上千个的木舟从他们身边划过，其中一个穿着华丽，头戴羽冠的强壮的男人将他们拉到穿上。

“这装束你们是有穷氏族的。”强壮男疑惑的问他们。

“不是，我们是炎黄的后人。”大牛作揖说道。

“全部抓起来，押到水牢。”强壮男大怒道。

众人被带离大船，押到了一处山坳里，这里有些阴暗，到处点燃着火把，穿着华丽的兵们将他们带到山洞里的水牢，这里积水很深，里面还有游鱼，看来通着一些暗河！

“为什么抓我们？”大牛对这士兵大喊。

“本来也不像抓你们的，你们的装束算是自己人了，但你们不知道蚩尤大王正和炎黄作战嘛，真是撞刀口。”士兵摇头说道。

“为什么要打仗，不都是自己人吗？”管茂说道。

“说起来还都是女娲后人，但

出了一些问题，我也不太懂，我让火正（官职名）来解释一下吧。”

不多时来了一个浑身绣着火团环纹的人走了进来，对他们说：

“本来这是一场不该打的战争，但因为蚩尤王顽固，不甘心更换新的天文历法，遭致部族内外矛盾，所以就打炎帝，伐黄帝，知错而不改，蚩尤肯定要失去人心的。”火正说完离开。

“《史记·历书》：‘少皞之衰也，九黎乱德，民神杂扰，不可放物，祸菑荐至，莫尽其气。颛项受之，乃命南正重司天以属神，命火正黎司地以属民，使复旧常，无相侵渎。’这场大乱是起于黄淮，长江地区，天时一直在变，蚩尤部族旧的天文历法多有错误，不能满足炎帝需求，出了很多天灾人祸，矛盾加剧！而黄帝得道，历法符合天时之变，炎帝准备替换掉旧的历法，但这就牵涉到蚩尤为首的司历法的诸侯，他们不愿意放弃权利，所以内部矛盾，扩大到整个两河流域，中国上古时的第一次大战。”管茂对众人说道。

夜深，一士兵逃了回来，哭

诉道，蚩尤大王被炎黄杀掉了，火正问道：“其他人呢？”

“呜呜呜，大军行至逐鹿，遇洪水，折兵将无数，叛逃者无数，然蚩尤大王仍然胜了很多回合，可是敌众我挂，大王被杀！但被炎黄封为战神！以慰其民！”士兵哭在洞外对火正哭诉道。

“早晚的事，把里面的人放了，我们一起去朝拜新的天子轩辕！”

众人来到轩辕的新都有熊，天子的服饰较之之前的服饰华美之外就是服饰宽大，给人飘逸之感！众人跪拜天子，舞蹈，音乐，还有让众人吃惊的各种生物，那些多是书中的传说。火正将众人引见给天子，天子好奇这群服饰有些相似又有些区别的人。“你们是从胡说八道而来的？”轩辕问道。

“正是。”大牛作揖说道。

“哈哈，你们真不简单，很多人都迷失在前面的关卡，鲜有后来者来到这个领域，你们想知道什么，我可以尽量告诉你们。”轩辕说道。

“我，后生有问题要问？”一个一路从未发言的眼镜男说道。

“恩，尽管问吧，大家请就坐。”说罢，众人和黄帝一起正坐，仆人们端上来很多美食！

“我想知道为什么现在南方春季大旱？”眼镜男问道。“噢，我看看。”轩辕拿出笔记本搜索了下。（众人晕倒）眉头紧皱！

“我让后羿给讲一个故事。”黄帝说罢，拍了几下手，一个身着青铜和革皮混合的人走了出来，束发，冠上镶着一颗蓝宝石，背上凤弓！

“大家好，我是后羿，羿国的君主，我的国家人民善射，是轩辕天子的一个军备国！”后羿给大家做介绍，众人拜礼！

“你们听说过后来人们广为流传的‘后羿射日’，把天上的九个三足乌鸦射死，只剩下一个太阳，大地解旱，五

谷丰登！其实不是这样，这只是我被封神后的一些神话传说，所谓的十个太阳就是，诸侯们的乱了秩序，争做霸主！而夏朝天子的不理朝政，自做自大，没有用中央军及时镇压，漠视地方诸侯的相互征伐，以致很多水利工程经费被用在了无用的内耗上，加上当时确实气候异常，农耕过渡开采原始森林，造成天下农耕之地缺水，这就让百姓如同生活在水深火热之中！不得以我杀了天子，干涉了朝政！”后羿说罢向轩辕天子作揖，离开了！大家才知道是如此！

“恶政如猛兽，如十鸦之日，都是人们憎恨的！”轩辕天子认真的说着！

“对了，女娲和伏羲先王在等着大家，你们坐这个去吧。”轩辕

天子带大家去了后庭，大家走进一个透明的葫芦，大家作揖告别轩辕。一阵光炫大家进入了另一个空间！”

大家看到的是一个异度的空间，天空多半晴朗，一少半黑暗，下面是不知深度的洪水正在向西冲去，死了很多，很多人，很多人类城池被毁灭，泰山几乎要被淹没，少部分乘着的木舟向高原逃去！

“《淮南子·览冥篇》云：往古之时，四极废，九州裂，天不兼覆，地不周载；火燿焱而不灭，水浩洋而不息；猛兽食颧民，鸷鸟攫老弱。于是女娲炼五色石以补苍天，断鳌足以立四极，积芦灰以止淫水。苍天补，四极正；淫水涸，冀州平；狡虫死，颧民生；背方州，抱圆天。”管茂背着古

书记载的女娲时代的景象！

“你们来了！”一个满头辨发的男人出现在他们葫芦内！

“你是伏羲人王？”管茂作揖说道。

“正是，你们现在看到的大洪水时期的世界，宇宙之物正在天外飞着。”伏羲继续说着。

“黑夜和白天是可以共存的，之前一直以为黑夜世界全是黑夜，白天就全是白天，这次宇宙之物的遮挡，让我明白黑白其实是在转换！”

“那不就是八卦的阴阳之变吗？”大牛这时作揖说道。

“对，而且黑白都不是绝对，黑中有白，白中有黑！”伏羲说道。（这是地外未知星体说法！）

【还有中国本土的说法就是水神共工撞不周山，大洪水，这个推论就是月亮从地球分裂

出去。地球本是个葫芦。有些传说，月亮曾经离地球是非常近！又大又圆！月球分裂，产生地震，洪水，还可能引起地球短暂的转动改变！】

大洪水的特点就是人类共同的记忆，而且将一万年前的古文明基本淹没，比如亚特兰蒂斯，美索不达米亚，印度东南沉没的大陆等。但对上古有着较为精准描述和文明奇特保留的就是华夏文明的八种，比如伏羲创造的八卦，很多专家都认为洪水的起因非自然，地球内部的改变，而是宇宙一系列变化造成的大灾难，而八卦中蕴含着宇宙信息，我觉得这是华夏文明后来高速发展的原因，还是源于有继承！而其他的大多湮灭！

人类从诞生可能经历的地球环境不同，所酝酿的文明也就不同，可能真的出现过高度发达的史前文明，这一切都需要时间

来考证……

从新疆出土的伏羲与女娲的交合图，让人倍感先人们那种超凡的感知能力，似乎已经看懂生命的奥妙，DNA的双螺旋……从华夏族的交颈Y，让人想起父系一脉传承的契合，从孔子的华夏礼仪或多或少改变都可知也，让人想起文明基因的稳定传承，虽然有或多或少的不同，这些一脉的，稳定的继承才使得华夏族在几千年内总是有凝聚力！众人来到女娲面前，女娲正在用魂魄来激活每一个泥人，每激活一个，女娲就憔悴一份，失色一份，女娲的秀发不再乌黑发亮，慢慢变白，她的双眸不再明亮，慢慢失明，她的肌体不再丰腴健美，而是渐渐枯萎……她脚下的泥塑们，却获得魂魄获得新生，围绕在篝火旁欢欣鼓舞。

“欢迎你们回来了，我的孩子们。”女娲托着

疲惫的声音说道。

“女娲圣母，我们回来了。”说罢大家大礼跪拜，女娲露出一丝微笑。

“你们想看华树嘛？”女娲说道。

“想，这是村中流传已久的传说。”大牛作揖说道。

女娲一挥手，一道门打开，众人依次进入，但他们看到的是一片混沌的地球，茫茫宇宙，数不尽的星系在漂浮着。众人惊异，又退回进来。

“没看到华树吧。”

女娲说道。

“嗯，看来这只是传说。”管茂失望的回说道。

“呵呵，其实我也没见过，我来到地球便是一片混沌，万灵皆失去秩序，眼看就要变作一个大的坟场，但是我做的泥人他们开始带领着灵物们走出困境，繁育后代，又开辟新的生活，我想这华树就是希望之心，带领万灵走出困境享受自然美好生

活。”女娲微笑的说道。

这时她手中又一个泥人被激活，这个人在刚出生时会哭上稍时，摸摸女娲的脸庞，而后高兴的走向未知的世界。众人深受感动，要求也像泥人一样摸摸女娲的脸庞，这是对神母的感恩。礼毕，众人乘坐葫芦离开了这里，回到了村中！

长者看到大家，村人看到众人，精神面貌皆焕然一新，他们跪拜长者为师，开始为村中的改变贡献自己的能力！

完

2011.10 總第005期



汉服网团队

主編：星燾調

責任編輯：伊水/楓蕊

燕草/花似滾

玄衍/微微吃

棉裏/秦歌

楚小蕪/貓

玄一/燈子

邱瑤先生

蘭西

美術編輯：墨熒淺淺

南極熊

小邪

奈落

荒影不羈

奇奇咪嗚

小武嘞