



漫话端午风

◎ 赛龙舟

□ 王珉

故乡厦门是水乡，素有海上花园的美誉，出门就能望见台湾海峡。临近端午，大雨小雨接连得赶集似的，整座岛溢满滋润的雨水。那时吃完粽子，就被长辈带去集美看龙舟赛。彼时，看的不过是热闹，从未亲自接触过龙舟。不曾想到，儿时的朋友邀我一块参与海峡两岸龙舟赛，我立马就答应了。

“五月五，过端午，划龙舟，敲锣鼓”。每年农历五月初五端午节，都会举办海峡两岸龙舟赛，如今已发展成闻名海内外的国际赛事。老人常说，厦门集美龙舟池是著名华侨领袖陈嘉庚先生在1950年修筑的，池畔四周建筑皆是仿古的楼台和亭榭。清晨、傍晚的龙舟池格外热闹，桨起棹落之间，号声铿锵，碧波影彩，金鼓齐鸣，围人如堵，人声鼎沸。竟渡场面，彩旗飘飘，艘艘龙舟，一排排，龙头交颈，似在寒暄。顷刻，号令一声，各路“英豪”驾着七彩龙舟，劈波斩浪，桨浪起，锣鼓喧天，舟行碧波，如梭如箭。水上声嘶勇向前，岸上观众声声呐喊。浓烈的氛围，和着6月骄阳相映成趣，就连池边柳枝上蝉儿也欢歌鼓噪。

赛前，我们挑选了一条9米左右长的龙舟，用“三角包头”包住船头，采用两块如壮汉手臂般厚实、圆润的木头，将“包头”与船舷用大钉和铁丝分别固定在一块，两根杉木名为“分水”。分水将“包头”与船连在一块，且抬高船舷，以便划船时俯身划水。我们把船舷用红布罩着做龙身，又于船肚立一长杆，上挂一面锣，下支一面鼓，分挂一把长桨于船尾两侧做龙尾。独立船头，紧抓龙头架，手舞红绸之人称为“号头”，整个龙舟的人悉听他的指挥。“号头”的声音必须震撼嘹亮，让船员们听罢热血沸腾，浑身劲头十足。坐在头舱的人称为“头号”，一般选全身肌肉、有一股蛮劲的汉子担当。我本文质彬彬，只能作为“末号”。

比赛即将开始，来自海内外2000多名运动员都蓄势待发。在我们两旁水道的荷兰龙舟队和老人龙舟队，引起了许多人的关注。

当“号头”稳住船头，抓紧龙头，带着韵律高喊：“划呀！划呀！”之后，锣鼓即刻敲响。号头又扯嗓高歌：“采哟！采哟！龙采哟！”我们亮嗓随之：“嗨哟！”豪迈粗犷的口号，痛快无以表达此刻的激动，彼时的龙舟恰似离弦之箭般冲向终点。百舸争流，劈波斩浪，龙舟池两岸欢呼声、锣鼓声、号声，声声震撼。舟身浪花飞溅，一字排开的龙舟，真像传说里条条破浪前行的神龙。临近终点，感觉自己热血沸腾，胸膛似乎即将引爆，我只顾俯身死命划桨。倏忽，我仿佛看到最前的伙伴，把手中的桨猛地横进池内，龙舟缓缓停下。我眉笑颜开，龙舟此刻已过终点！

赛龙舟的传统习俗，相传源于古时的楚人，因不舍贤臣屈原投江死去。楚人借划龙舟驱散江中之鱼，以免鱼食屈子之身。现代人在你追我赶的赛龙舟中，忘却疲劳惟闻高亢喝彩，点亮了端午习俗的别样情趣。

◎ 包粽子

□ 梁惠娣

每年端午节前夕，母亲都买回一大堆做粽子的材料，然后我们一家人一起做各自拿手的粽子，简直是在进行粽子大比拼。

父亲做粽子沿用祖母的做法。早在端午节前两天，父亲就去山上割回一大把叫不出名的叶子。那叶子背面的中间生着一排刺，父亲手脚利索地把叶片上的刺砍掉，把叶子削成一条条约莫有一尺长的叶片，样子跟竹片差不多。然后父亲拿这些叶片，运用编织箩筐的手法编织起来，一会儿工夫就能编织出一只只巴掌大小的笼子来，像我们小时候玩的蛐蛐笼。父亲说这是“粽子笼”。“粽子笼”上的叶片经纬搭配，编织得密不透风，里面漏不出来。然后，父亲将洗好的米和拌好的五花猪肉馅装进粽子笼里，然后用绳子将笼子的上部绑紧，再将粽子

放到大锅里蒸，美味的粽子就做好了。

母亲是广西人，她做粽子用她娘家的传统做法，是形态酷似枕头的“大枕头粽”。母亲先用几块巴掌大的竹叶合在一起，然后放上浸泡好的糯米和调好的红豆猪肉馅，然后将竹叶合拢在一起，用苇草绑好打结，一个圆柱形的大粽子就做好了。蒸熟的粽子，打开粽叶，露出白玉般的糯米，散发着浓浓的香味。母亲做的粽子每个能包上1斤左右的米，真像一个不小的枕头，这样的大粽子一个人是吃不完的，用刀切成一片一片的，吃时蘸白糖或红辣酱，香甜嫩滑，油润不腻，甚是美味。

在海南工作的姐姐做的是海南粽子。她用芭蕉叶包的粽子成方锥形，糯米中有咸蛋黄、叉烧肉、花



生、冬菇等，热粽剥开，既有芭蕉和糯米的清香，又有肉、蛋的浓香，香浓淡兼有，味荤素俱备，令人胃口大开。

我做的则是正宗的广东粽子。我用3块苇叶包上糯米，在糯米里放进莲蓉、绿豆沙和红豆沙等馅料，做成风味独特的甜馅粽子。粽子的个头较小，外形别致，正面方形，后面隆起一只尖角，状如锥子。这样的粽子黏韧而清香，颇具风味。

我们一家其乐融融地齐齐动手做粽子，就像在进行一场家庭厨艺比赛，人人都亮出自己的拿手绝活，做出各具特色、既好看又好吃的粽子。通过亲自动手做粽子，既可享受劳动带来的快乐，又能增进一家人的感情，更能深化对我国传统节日的理解和传承，这真是一举多得的好事。

◎ 祭屈原

□ 张帮俊

说到端午不能不提到屈原。作为屈原故里，湖北秭归人的“屈原情怀”随时间一起走过2000多年，始终不曾改变。每年的端午节，这种怀念就更加浓烈了。

秭归共有3个端午，农历五月初五为“头端午”，五月十五为“大端午”，五月廿五为“末端阳”。这当中，“头端午”最热闹、也最隆重。和很多其他地方的人一样，在这一天，包粽子、煮鸡蛋、喝雄黄酒、挂艾叶和菖蒲成为秭归人年年端午上演的必备节目。亲朋好友聚在一起，品尝最丰盛的美食来享受团聚的天伦之乐。到了“大端午”这天，女儿、女婿要带上礼物回娘家与亲人团聚，端午的热闹气氛一直持续到农历五月廿五，也就是“末端阳”，才宣告结束。如此时间跨度之长的端午，也只有在秭归。

“有棱有角，有心有肝。一身洁白，半世熬煎。”流传在秭归民间脍炙人口的《粽子歌》，既是对三闾大夫屈原刚正不阿、忧国忧民的性格写照，又道出了在秭归人心中占重要分量的端午粽。在秭归，不会包粽子是很丢面子的事。粽叶、糯米、红枣、丝线；绿色、白色、红色、彩色，在包粽高手手里，很快，一个漂亮的“三角粽”就弄好了。粽子很多地方都能吃到，但是，屈原故里的粽子什么味，只有自己来品尝才知道。

古人有端午龙舟竞渡的传统，其含义为人们争前恐后，抢着去搭救楚大夫屈原。每年端午的龙舟赛会，将秭归端午的气氛推向高潮。屈原祠前筑祭坛，供“楚三闾大夫屈原之灵”牌位，百姓从四面八方涌来，人头攒动，既热闹又庄重。在《招魂曲》音乐中，每条龙船的带头人领着划手列队站立在祭坛前，巫师扮相的主祭人诵读祭文，引领祭奠者叩头拜祭。壮行酒一口气喝光，摔碗壮行，各条龙船你争我赶，拼力量、拼速度、拼坚持力，拼出最后胜利者。

端午节又叫“诗歌节”，人们以诗会的方式来表达对这位爱国诗人的思念与尊敬。千百年来，秭归人吟诗祭屈原的习俗沿传至今。每到端午节，好诗者聚在一起吟诗祭奠诗人，怀古论今，这其中既有乳臭未干的孩子，也有耄耋老人，还不乏种田的农民，他们自创的诗歌更显风土乡情。

“屈子忠贞求索忙，披肝沥胆事怀襄。筹谋决策驱秦寇，历练精兵捍楚疆。”“四月忙种正农忙，农民整田好插秧。敬请客人来观看，撇纯盘在牛头上。”他们创作的作品以“七言诗”、“五言诗”及各种古词为主，看来，深受文化熏陶的秭归人即使是种田人，写出的诗也颇具水平。

蕴藏在秭归人心中的“屈原情怀”，使每一个端午都那样温情款款。即便时光荏苒，这份情结永不变。

我们的



你所不知道的端午节

□ 张永坝

“儿”、“小葫芦”等形状，挂在儿童脖子上，以求吉利。有的用菖蒲根泡酒，认为喝了能健康长寿。菖蒲被先民奉为神草，与兰花、水仙、菊花并称“花草四雅”，农历四月十四定为菖蒲的生日。菖蒲，又名臭菖蒲、水菖蒲、泥菖蒲、白菖蒲、大叶菖蒲，多年生草本湿地植物，全草有香气。原产我国，喜生于沼泽、沟边、湖边。其性温，味辛、苦，功能辟秽开窍，宣气逐瘀，解毒杀虫，治癫痫，惊痫，痰厥昏迷，风寒湿痹，噤口毒痢等，外敷治痈疽疥癣。菖蒲剑叶盈绿，端庄秀丽，是盆栽观赏佳品，有抗污染作用。

佩香囊 用各种花色碎布，剪裁缝制成八卦、木鱼、粽子、寿桃、石榴、菱角、狮子、虎头、小兔、猪娃、金鱼等各种不同形状的小布袋，内容朱砂、雄黄、细辛、茴香、丁香、白芷等香料，下垂五色丝线或线索，结成一串，小巧玲珑，斑斓夺目，清香四溢。小孩佩香囊，不但点缀襟头，还有

避邪驱瘟之意。各味香料都是中药材，具有抗菌、驱虫等作用。

沐兰浴 早在先秦时，就有端午蓄兰沐浴习俗。后来，民间习惯用菖蒲、艾叶煎成“草头汤”，用来沐浴。有些地方的产妇要用艾草泡水洗澡或熏蒸，有消毒止痒功效。现在台湾流行的“药草浴”，就是用艾等花草和水煮开洗澡，老年人称为“游百病”、“洗百病”。

饮雄黄酒 早年端午时，将雄黄与白酒混合成雄黄酒，除饮用外，还喷洒屋角墙根，用以驱“五毒”。并用酒浸雄黄涂小儿额头、耳廓、指间、足心，以辟邪驱虫。雄黄，又称雄精、石黄、腰黄、鸡冠石等，学名叫四硫化砷，呈粉末状，色橙红或橘黄，难溶于水，性温，味苦辛，有毒，是解毒杀虫药，有燥湿杀虫、消肿止痛之功，外用可治癫痫、恶疮和蛇虫咬伤，内服微量能驱寒祛风、镇惊解毒。

《周末》执行主编 姜范

编辑 张济和 何东宪 李丹

梁婧 敦蓉

摄影 卢旭 金晶

邮箱 jjrbzmzk@163.com



端午民俗很多，除了赛龙舟，吃粽子外，还有悬艾人、插菖剑、佩香囊、沐兰浴、食大蒜、饮雄黄酒等驱“五毒”的习俗，故有“古时卫生节”之称。

悬艾人 端午那天，以艾叶、蒜头、榴花、龙船花等制成人形，称为“艾人”，悬于堂中。有的剪为小虎形，贴以艾叶，妇人争相佩戴，意在辟邪驱瘴。艾，又称艾蒿、香艾、艾草、艾绒、灸草，为多年生菊科草本植物，我国大部分地区均产。其性温，味苦、辛，有小毒，有温经止血，散寒调经，安胎功效。常用于针灸，故又称为“医草”。

插菖剑 用菖蒲作剑悬于门，或菖艾扎成把，插于门楣，意在驱魔祛鬼。有的把菖蒲刻成“小人