

2026年6月17日 星期三 编辑 张海 版式 罗梅 校对 汪智博

源远流长话端午



每年农历五月初五，是中国四大传统节日之一的端午节，又称端阳节、重午节、天中节等。仲夏时节，粽叶飘香、龙舟竞渡、艾草悬门，跨越2500余年的时光，端午节从先秦的驱疫习俗，演变为兼具祈福安康、追念先贤、激发家国情怀的文化盛典。



端午节的起源，根植于先秦先民顺应自然、驱邪避疫的生存智慧，核心渊源可分为三类。一是仲夏驱疫的古老习俗。农历五月，湿热交织、蚊虫滋生、疫病易发，先民便在五月初五采艾草、悬菖蒲、佩香囊、饮雄黄酒，以草药芳香驱蚊虫、避邪气。



二是吴越民族的祭龙传统。据考证，端午节源于古代吴越地区的“龙子节”，当地先民以龙为图腾，五月初五划龙舟、投食江中祭龙，祈求风调雨顺、族群安康，龙舟竞渡的雏形便由此而来。



三是纪念先贤的文化叠加。战国末年，楚国爱国诗人屈原心怀家国，公元前278年郢都沦陷后，他悲愤投汨罗江殉国。百姓为缅怀他，划龙舟投粽子喂食鱼虾。这一传说赋予了端午节爱国情怀与忠义气节的精神内核。



先秦至两汉

端午节的历史变迁，是一部南北融合、代代传承、不断丰富的文化发展史。先秦时期，端午习俗集中在南方楚、吴、越等地，以驱疫、祭龙、竞渡为主。



两汉时期

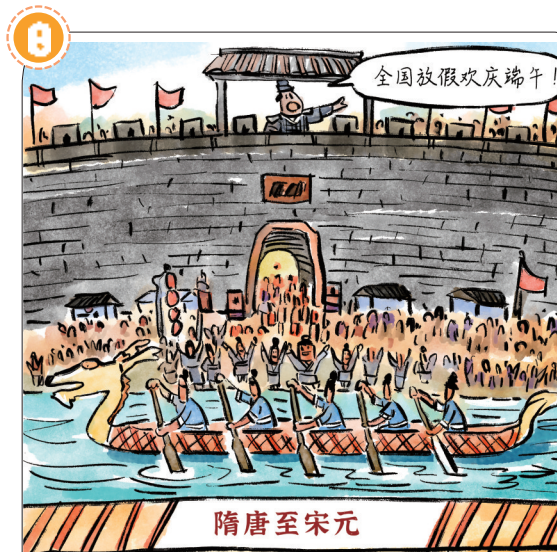
两汉时期，纪念屈原的习俗逐渐普及，吃粽子、悬艾草的习俗从南方传入中原，节日雏形基本形成。



战乱纷纷的年代，用叶子包粽子更快捷更省事！

魏晋南北朝

魏晋南北朝时期，战乱频繁、民心思安，端午驱疫祈福与纪念先贤的内涵深度融合，《续齐谐记》明确记载楚人以竹筒贮米投水祭屈原，粽子从“竹筒饭”演变为菖叶包裹的形制。龙舟竞渡、佩香囊等习俗全面定型。



隋唐至宋元

隋唐大一统后，南北文化交融，端午节成为全国性节日，官方放假、民间欢庆，龙舟竞渡规模扩大。宋元时期，商品经济发展，端午习俗融入市井生活，粽子口味增多、香囊工艺精致，节日兼具祭祀、娱乐、社交等功能。



明清至今

明清时期，端午习俗全面普及，吃粽子、赛龙舟、挂艾草、饮雄黄酒成为各具特色的端午习俗。2009年9月，联合国教科文组织正式批准将端午节列入《人类非物质文化遗产代表作名录》，这也是中国首个入选世界非遗的传统节日。

◎综合人民日报、光明网等 漫画/杨仕成