



6月15日,双峰县梓门桥镇侧水河,娄底市梓门桥镇第三届龙舟文化节暨龙舟邀请赛火热举行。 李建新 陈婷 摄影报道(湖南图片库)



南宋(浴婴图)(局部)中描绘端午节为孩子进行芳香药浴的场景。

清(悬艾人)。 徐扬作



清(雍正十二月行乐图)之五月龙舟(局部)。

郎世宁作

端午,一种文化遗产最『湘』的表达

湖南日报全媒体记者 易禹琳

2 把龙舟赛成“龙超” 士勇者闯山出湖的集体力量

五月五,龙船下水打锣鼓。还未到端午,5月30日,2026麻阳传统龙舟邀请赛在锦江落幕,6月12日,道州龙舟赛在潇水开赛;6月14日,单船百人以上、的益阳兰溪双绕龙舟亮相马六甲,让马来西亚人“见证了水上版的“中国功夫””……

划龙舟始于何时?宁波博物馆收藏的战国羽人竞渡纹铜钺,上方为龙纹,双龙昂首相向,前鼓弯曲,尾向内卷。下部以弧形边框线为舟,上坐四人成一排,四人皆头戴高高的羽毛冠,双手持桨似乎在奋力划船。这是有关划龙舟最早的图像之一。

而著名学者闻一多先生在《端午考》(端午的历史教育)里考证:在距今至少有四五千年前,住在江南的吴越民族,“断发文身”以“像龙子”,每年端午这天举行图腾祭——划着刻了龙纹的独木舟竞渡,把食物投进水里供奉龙神。这便是龙舟竞渡习俗的由来。

他们为什么选中端午这天呢?因为观天象,仲夏端午,东方苍龙七宿飞升于正南中央,处于全年最“中正”的位置。“飞龙在天”,这一天龙星升到最高,龙神离人间最近。

在湖南出土的《战国人物御龙帛画》表明,龙舟另有用途。帛画一男子头戴高冠,身穿博袍,腰佩长剑,侧立于龙舟,头顶有一华盖;龙昂首卷尾,弓身成舟,随风而行。舟尾立鹤(凤),舟旁有一鲤鱼随行。学者认为这是一幅“导引灵魂升天”图。

端午,在湖南的每一条江河上,都有龙舟在竞渡。看一次龙舟赛,能让你识得湖南人的真面目。

你去潇水看看道县人“宁完一年田,不输五月船”的龙舟赛,那千年传承的龙船,龙船头有龙、虎、麒麟4种类型,漆色达13种。湖南人不只吃得苦,也有巧心思。2024年,他们创下212条船同赛的吉尼斯世界纪录。

你去沅水看看“偷料”造的沅陵龙舟。无龙头,却敢横渡沅江,沅陵有全国少见的横渡过江赛制。当地的小孩还会不会跑,就在地上划旱龙舟了。湖南人不是孤勇者,都有童子功。

你去资水看看新化的龙舟赛,当年一只毛板船就敢闯出雪峰山的梅山后裔,稳稳掌控着龙舟,在大江南北“拿捏”10万家快印店。湖南人不只霸得蛮,也会生意经。

当然,今年的端午,你得去汨罗看“龙超”(湖南省龙舟超级联赛)总决赛。在举办过许多届汨罗江国际龙舟邀请赛的地方,来自乡野的38支劲旅争夺“龙王”。

一艘龙舟,一鼓号令,全体成员劈波斩浪,争分夺秒,冲向终点。那些怒吼的身影,让你看见最真象的“逆流而上”“风雨与共”“同舟共济”“众志成城”。

在这里,你恍然大悟:几千年来,世界上最高信“集体力量”的民族,就是这样靠着团结的力量,闯过一个又一个激流险滩。



6月15日,湘阴县鹤龙湖镇一年一度的临资口民间龙舟赛火热登场,50多条龙舟抢滩竞速。 宋政军 摄(湖南图片库)

3 把屈原当主角 中国人自主选择的全民偶像



汉寿县屈原广场上的屈原雕像

通讯员 摄

在端午的起源说里,有“伍子胥说”和“曹娥说”。一个是春秋末期楚国贵族、吴国忠臣被赐死投江,一个是东汉孝女投江寻父,同死于五月五这天。

但直至公元前278年,屈原在汨罗江怀石自沉,端午才真正从“毒月恶日”的防疫日和龙图腾的祭祀日,变成一个偶像的纪念日。

这一切的初始,源于汨罗人对放逐至此的三闾大夫的情义。传说当地人看到屈原投江,划起扁舟分秒去救他,于是有了龙舟竞渡的习俗;怕他被鱼虾咬,投饭团入水,于是有了粽子。直至五月十五,屈原投江的噩耗才传到汨浦,于是汨浦人把这天定为大端午来纪念他。

南朝梁代吴均所著的《续齐谐记》里记载:“屈原五月五日自投汨罗而死,楚人哀之,每至此日,辄以竹筒贮米,投水祭之。”

唐朝文秀以《端午》诗为证:“节分端午自谁言,万古传闻为屈原。堪笑楚江空渺渺,不能洗得直臣冤。”

中国人选择了屈原,端午是否起源于屈原已无关紧要,重要的是,从此,汨罗江成了蓝墨水上游,屈原成了端午的主角,也成了湘湖文化的源头。

屈原成了一代代人的精神偶像,他“举世皆浊我独清,众人皆醉我独醒”的高洁清刚,“长太息以掩涕兮,哀民生之多艰”的民本情怀,“路漫漫其修远兮,吾将上下而求索”的执着,激励了一批超级铁粉。

汨罗江畔,比他小140岁的贾谊,比他小195岁的司马迁,比他小1052岁的杜甫都来凭吊过他。

后世常以“贾谊”并列的贾谊,写下《吊屈原赋》。他与屈原同样少年得志,同样遭妒被贬,同样忠君爱民。他的《过秦论》《治安策》《论积贮疏》证明他不只是文学家。

司马迁在他创作的中国第一部纪传体通史《史记》中,为屈原撰写了一章《屈原列传》。而鲁迅《史记》为“无韵之离骚,史家之绝唱”。

一生忧国忧民的杜甫同样魂归汨罗江,当年,他吟诵“山鬼迷春竹,湘娥倚暮花”等向屈原致敬的诗句来湘。他死后,宋人把他和屈原共称:“远移工部死,来伴大夫魂。流落同千古,风骚共一源。”

当年,屈原在长诗《天问》里向天发了170问,千年后,在偏僻的永州,柳宗元以《天对》作答。

刘禹锡在常德待10年,“无论政治抱负,还是为人文,都以屈原为榜样”。“莫道谗言如浪深,莫言迁客似沙沉。千淘万漉虽辛苦,吹尽狂沙始到金。”

去宗棠以生在屈原之乡而自豪,毛泽东把《离骚》置于案头,列入终身最爱读的书籍之一……

屈原、贾谊、杜甫、刘禹锡、柳宗元、去宗棠、毛泽东……他们构建了“心忧天下”的湖湘精神。

端午,一个令人恐惧的日子,因为屈原,从此有了浪漫和诗意,有了怀念偶像的连续情感。



6月18日,洞口县花吉街雪梨园社区,居民在包粽子。

滕治中 摄(湖南图片库)

4 粽包万物 中国人海纳百川的气度胸怀

食粽,是端午的标配。在民间,唐朝沈亚之有《五月五日》诗:“盘中粽解碧菰皮,楚俗相传吊屈祠。不独三闾沉水恨,万家从此煮香糜。”

在宣纸,唐玄宗家群臣用的九子粽:“穴枕通灵气,长丝续命人。四时花竞巧,九子粽争新。”

那软糯糯的粽子,在北方包进了红枣、蜜枣,在广东包进了蛋黄、绿豆,在川渝包进了麻辣腊肉,椒盐杂粮,在江浙包进了咸肉……引发了人们千年的粽子咸甜之争。

而在湖南,万物皆可粽,咸甜都入味。

在汨罗,自古以来,形状一定要包成牛角状,他们以牛角为祭品,以“三粒寸”糯米为食材,若泡过碱水,色泽金黄,“角黍包金”;若只泡清水,颜色洁白,称之“香蒲切玉”。

在道县,粽子要包成枕头状。稻草晒干烧灰,清水淋漓沉淀出灰水,不用脂膏不用肉,灰水粽散发着淡淡的稻草香。

在茶陵,人们就拿手的奥肉粽。选用肥瘦相间的五花肉,以茶水酿制的老冬酒文火慢熬而成。

在沅江,“芦笋芦菇肉粽”独一份。外用芦叶,内裹嫩鲜香的本地特产芦笋与芦菇,再加入腌制好的五花肉。

发展到今天,中国人的粽子,在时间上纵贯全年;在内容上无所不包。在闽南,包进了鲍鱼海鲜,在杭州,包进了龙井虾仁。而在湖南,新见的黄精粽、平江的辣条粽、湘潭的剁椒排骨粽风味独特。

在非经贸博览会2019年落户长沙,远销重洋的中国和非洲合作之路越来越宽,贸易额连续创新高。今年6月,中非经贸博览会又首次走进非洲本土摩洛哥。

在互联网岳麓峰会、世界计算大会、长沙国际工程机械展三大全国性行业峰会永久落地湖南,湖南敞开大门接纳全国产业链企业、外省龙头企业、行业协会入湘。

湘西山城怀化建起国际陆港,30小时可通达海,作为中国西部陆海新通道的重要节点,中欧班列、中老班列在这里集结,向西向东盟,向北到中亚和欧洲。

走向世界,走向未来。湖南正推进年轻人友好省份建设,澎湃更强劲的发展动能。



6月16日,中方县沙阳镇下坪村,村民在收割艾草。

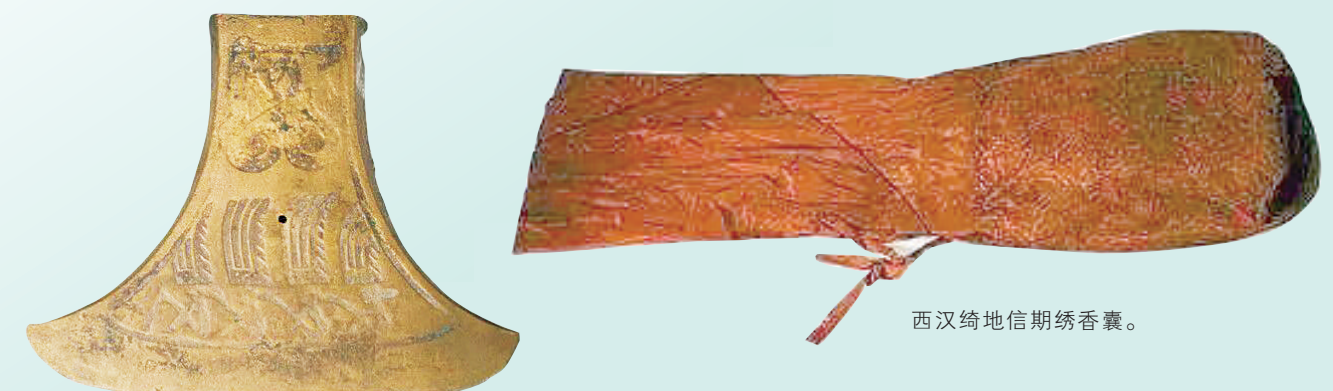
吴立波 摄(湖南图片库)

落在长沙月湖边的中国网络文学小镇汇聚全国500多名网络作家,拥有3000部网文IP,形成网文IP衍生有声书、漫画、动画、游戏、微短剧的全链条。

在一只纳入河湖南风味味的端午粽中,中国人学会了有容乃大。在一只软糯的粽子中,以勇敢著称的湖南人学会了以柔制胜。

湖南不靠海不沿边,开放包容却是湖湘文化自带的基因。湖湘拥抱接纳了屈原、贾谊、柳宗元、刘禹锡等贬谪群体,包容流寓文化而形成气质独特的湖湘文化;宋、福建人胡安国、胡宏父子开创了湖湘学派;岳麓书院特邀江西人朱熹前来“朱张会讲”,成就理学重镇。

今天,湖南有与兰山视频文创产业园,聚集了4000多家“文化+科技”型企业和6.4万名音视频产业人才,涌现湖南音视频实验室等22个研发创新平台。



战国羽人竞渡纹铜钺。

西汉绮地信期绣香囊。

5 香囊美学 中国人对传统文化的浪漫传承

“屈原离与薛芷争,纫兰以佩佩。”

一生爱香美人的屈原是戴过香囊的。

在“毒月恶日”的端午,人们发现插在门边的艾草菖蒲不方便携带出门,于是发明了香囊(又名香袋、香包、荷包等),用五色丝线缝成或用布缝成小袋,内装香料,佩在胸前或腰间,闻之芳香,沁人心脾,又能驱邪避邪的功效。

“三闾遗的存香囊,一掷幽兰入绣囊”,自屈原投汨罗江以后,端午人们佩戴香囊又多了一份睹物思人的纪念。

西汉马王堆汉墓出土的绮地“信期绣”香囊,是目前国内能见到的最早的实物香囊。它将素缟和“绮地绣”两种织品融合在一起,底为几何纹样,腰围有系带。香缟出土时,两手都握有香囊,囊内盛有香草药材。

一只香囊可窥见西汉长沙人的生活美学。香囊制作日趋精致,从色彩到质地,从图案到内容,制作者们极尽巧手匠心。这件端午特有的民间工艺曾在争奇斗艳中成为文物。

这份心思,也证明中国人在面对“毒月恶日”时越来越从容。几千年来,香囊芬芳在诗经楚辞、唐诗宋词里,出现在节庆和离别中,传递中国人含蓄表达的情意。

至21世纪,在动漫和游戏里沉湎的年轻人回过头来,爱上了古人的生活美学。他们“手搓”香囊、团扇、线香、茶盘、台灯,身上的衣服变成了新中式,头上的发髻变成了一步插的钗子……

中式美学正频繁地与今天的人们相遇。你也许想不到,一款湖南的茶饮因为融合了东方韵味而让年轻人疯狂追捧。它的logo集合了仕女、团扇和八角窗这些经典的中国元素;它的茶名“声声乌龙、烟花易冷、琴筝纸虎、蔓越莓”从唐诗宋词中走来。

今年的端午,射五毒、插艾草、点雄黄、包粽子、绣香囊、赛龙舟,湖南给你全套端午大餐。

摆一支艾蒿,划向端午的源头,在历史的长河中寻找中国人度过几千个“毒月恶日”的勇气和智慧。

香包,我们能把“毒月恶日”“过成端午,能把龙舟赛成“龙超”,能把屈原当成全民偶像,能学棕纳山河的包容气度,有把香囊变成美学的无穷创意。

面对不确定的未来,这就是我们的底气。

1 把“毒月恶日”过成端午 中国人不断晋级的生存智慧

进入农历五月,人们就绷紧神经。各种蛇出没。一农户被蛇咬后携死蛇上医院,还有蛇窜进小区电梯,吓出人们一身冷汗。不过,湖南人对毒蛇并不陌生,湖南永州之野早在唐代就以产“异蛇”出名,郴州莽山的“烙铁头”也经常出镜。

雨不停地下,大小河流涨起了“端午水”,山洪冲垮了道路,淹没了村庄,城里的街道上漂起了汽车。“00后”刚从抗洪前线被召回,“70后”权威地说:农历五月才是真战场。

农历五月五日是端午。“端午”二字最早见于西晋人周处《风土记》:“仲夏端午,烹鹑角黍”。但端午最早叫“毒月恶日”。《礼记·月令》说五月“日长至,阴气争,死生分”,意思是白昼最长,阴阳交锋,生死各半。

人们肉眼可见,农历五月,头上太阳热辣,脚下大地湿气蒸腾,蚊蝇滋生,毒虫横行,衣物易霉烂,食物易腐败,稻田遭虫害,疫病来袭,死亡的阴影笼罩。

东汉王充在《论衡·言毒篇》中分析原因:“夫毒,太阳之热气也,中人人毒……太阳火气,常为毒螫……天下万物,含太阳气而生者,皆有毒螫。”

人们怪罪于太阳,传说天上有10个太阳,后羿去射下9个,但人们也离不开太阳,那么,进入“毒月恶日”,人类该怎么生存?老祖先又怕又恨,先是消极“躺平”,不嫁娶、不建房、不砌灶、不搬家、不造船。可小孩子出生不挑时间,翻开司马迁《史记·孟尝君列传》——战国四公子之一的田文,就因为生于五月五日,他爹田婴下令:“勿举也”(勿种),幸其母偷偷将其养大。

“躺平”不靠谱,人们进而求神或搞些奇奇怪怪的事情。最初贴符射“五毒”(蝎子、蛇、蜈蚣、壁虎、蟾蜍),后又在厅堂里张贴天师符、韦陀镇妖图、钟馗捉鬼图等。到了汉代,故宫博物院收藏的一幅《赐食羹》图,描绘汉代以来皇家端午赐食羹肉汤,人们幻想吃了吃腐尸的猫头鹰肉汤可辟邪驱鬼。

慢慢,人们发现上述行为纯属心理安慰,就会向大自然借力。采来菖蒲和气味浓烈的艾草,驱蚊灭菌,提神通窍,挂在门边,就是古代版便宜的空气清新剂和消毒液。

《本草纲目》里记载,少量服用雄黄可以泻内毒,外敷有杀菌镇痛的功效。人们用矿物雄黄研末入酒,给孩子额头画“王”字,洒向墙角床底,可灭蚊、驱蛇、拒猫。《白蛇传》里白娘子就是喝了雄黄酒现了原形。

《礼记》记载“五月五日,蓄兰为沐浴”,人们用佩兰煮水洗澡,预防痱子、疖疮,端午因此有了别名“浴兰节”。

2023年,江西樟树战国墓出土了大量芳香类草药遗存,证实了中国现存最早的一部农事历书《夏小正》关于端午采药不是传说。

没有抗生素,没有疫苗,聪明的古人学会了全方位防疫——采药、沐浴、挂艾草、酒雄黄、驱五毒。

就像歌里唱的:从来没有救世主,也靠不了神仙皇帝。面对“毒月恶日”,我们只能靠自己。