端午节相关内容

**端午节的民间传说**

纪念屈原：据说，屈原于五月初五自投汨罗江，死后为蛟龙所困，世人哀之，每于此日投五色丝粽子于水中，以驱蛟龙。又传，屈原投汨罗江后，当地百姓闻讯马上划船捞救，千直行至洞庭湖，终不见屈原的尸体。那时，恰逢雨天，湖面上的小舟一起汇集在岸边的亭子旁。当人们得知是打捞贤臣屈大夫时，再次冒雨出动，争相划进茫茫的洞庭湖。为了寄托哀思，人们荡舟江河之上，此后才逐渐发展成为龙舟竞赛。看来，端午节吃粽子、赛龙舟与纪念屈原相关，后来这习俗传遍了全国。

纪念伍子胥：江浙地区端午节最早是为了纪念春秋时期吴国大夫伍子胥。吴王夫差因听信谗言，赐伍子胥宝剑自刎。伍子胥死前对人说：“我死后，将我眼睛挖出悬挂在东城门上，看越国军队入城灭吴”，夫差听说后大怒，命令把伍子胥尸体在五月五日投入河中。为纪念伍子胥，苏州民间后来自发在端午节形成了一系列的民俗活动。

纪念孝女曹娥：曹娥是东汉上虞人，父亲溺于江中，数日不见尸体，当时孝女曹娥年仅十四岁，昼夜沿江号哭。过了十七天，在五月五日也投江，五日后抱出父尸。就此传为神话。

纪念女诗人秋瑾：秋瑾字睿卿竞雄，号鉴湖女侠，小字玉姑，浙江绍兴人，幼年擅长诗、词、歌、赋，并且喜欢骑马、击剑，有花木兰、秦良玉在世之称。28岁时参加革命，影响极大，在预谋起义时为清兵所捕，至死不屈，于光绪三十三年六月五日在绍兴轩亨口英勇就义。后人为敬仰她的诗，哀悼她的忠勇事迹，于是，与诗人节合并来纪念她，而诗人节又是因纪念爱国诗人屈原而定为端午节。

**端午节习俗**

1.赛龙舟、洗龙湫水。龙湫水也就是龙舟竞渡过的水，人们认为那是好水、活水，故常有喜喝龙湫水、洗龙湫水浴的习俗，民间也就有“五月节洗龙湫水”的俗语流传。

2.吃粽子。端午节粽子主料：糯米，为禾本科草本植物糯稻的种子。味甘、性温，入脾、胃、肺经；具有益肺气、补中益气，健脾养胃，止虚汗之功效。( 糯米有收涩作用，对尿频，盗汗有较好的食疗效果。)

3.挂香囊。我国很多地方有端午节挂香囊的习俗，也是一种预防传染病的方法。自制端午香囊用到的中药有苍术、藿香、吴茱萸、艾叶、肉桂、砂仁、白芷，每味各两克，另外再加1克丁香。将这几味中药研细，然后放在致密的布袋中，缝合好。可以佩戴在胸前、腰际或肚脐处，也可以把香囊挂在门口、室内或车内。这几味中药，中医认为有散风驱寒、健脾和胃、理气止痛、通九窍的功能，从而起到防病的作用。

4.悬艾叶菖蒲。民谚说：“清明插柳，端午插艾”。在端午节，人们把插艾和菖蒲作为重要内容之一。家家都洒扫庭除，以菖蒲、艾条插于门眉，悬于堂中。中医学上以艾入药，有理气血、暖子宫、祛寒湿的功能。菖蒲是多年生水生草本植物，它狭长的叶片也含有挥发性芳香油，是提神通窍、健骨消滞、杀虫灭菌的药物。

5.喝雄黄。酒医史渊源《清嘉录》记载：“研雄黄末，屑蒲根，和酒饮之，谓之雄黄酒。我国民间有“早端午、晚中秋”之说，认为辰属龙，辰时正是群龙行雨之时，在端午节早晨摆雄黄酒宴，是百姓企盼出现风调雨顺、五谷丰登的好年景。”

6.煮大蒜。大蒜是一种中药，味辛甘，能杀毒灭菌，熟食能清肠胃毒素，疏通血脉。端阳节早晨，全国大部分地区的习俗是煮食新蒜头，以疏通血脉，消毒灭菌。

7.滚吃鸡鸭鹅蛋。全国各地均为流行。端午早晨，东北一带是由长者将煮熟的鸡鸭鹅蛋放在儿童的肚皮上滚动，然后剥皮让儿童吃下，据说这样做可免去儿童的肚子疼，实则为节日的一种嬉儿游戏。

8.驱五毒。五毒是指蝎子、蜈蚣、毒蛇、虾螈、壁虎五种毒虫。“端阳节，天气热；五毒醒，不安宁。