

五月慶端陽 傳承文化粽葉香

文／本刊編輯室 圖／本刊資料庫



配戴香包是為「驅五毒」衍生出來的習俗。

在中華文化中，大多數人將端午節視為紀念楚國詩人屈原與吳國忠臣伍子胥的節日，但也有不少學者考證，吳越一帶在屈原之前即已有過端午節的習俗。相傳古代中國南方吳越人（今江浙一帶）認為自己是龍的傳人，每年五月初五舉行祭龍儀式，以求來年風調雨順、大豐收，並將食物裹在樹葉或裝在竹筒中投到江裡，而後慢慢演變成現今端午節吃粽子的習俗。

五月驅五毒 家家戶戶保安寧

民間有一俗諺：「端午節，天氣熱，五毒醒，不安寧。」古人認為動物自驚蟄後開始活動，到了農曆五月的時候，天氣開始變炎熱，又有梅雨造成的濕氣，瘴癘之氣增加，造成瘟疫疾病也常在此時開始出現。而毒蛇、蟻、蜈蚣和蠍子等生活在潮濕陰暗環境或是夜間活動的毒物，在農曆五月也已相當活躍，農民出入家戶農田工作時被蛇蟲咬傷就時常發生，成了所謂的「五毒」，五毒出入居室，襲擾人類，因此必須採取一些方式來避毒與驅毒，才得以平平安安地生活，因此端午節有「避五毒」與「驅五毒」的習俗。為了驅毒避邪，民間百姓在端午這天有了插艾草、懸菖蒲和吃蒜頭的習俗，人們以艾作鞭，以菖蒲作劍，以蒜作錘為三種武器，認為可以退蛇蟲、滅病菌、斬妖除魔和驅毒避邪；此外，成年人也會飲用雄黃酒和菖蒲酒驅蛇蟲；小孩子則要配戴藏有朱砂、雄黃和香草的香囊預防疾病。

立蛋午時水 除穢轉運來年旺

相傳端午節是一年之中陽氣最重的一天，午時（上午十一點到下午一點）又是一天之中陽氣最盛的時辰，端午節午時所取的午時水是「極陽水」，具有除穢、轉運、解暑熱去時疫等功效。現在的都會區雖無法找到湧泉，但拿水龍頭的自來水放在太陽下曬曬也可以，或者再簡單一點，只要在端午節午時打開飲水機取水也行。端午節立蛋也是許多人的兒時記憶，據聞若在端午節中午能把生雞蛋直立起來，來年便會鴻運當頭，起源雖不可考，卻也因為充滿趣味與祝福而得以繼續流傳。

粽文化飄香 多元特色在地味

端午節也稱粽子節，中華文化中粽子的歷史悠久，在春秋時期就有用菰葉白葉包黍米成牛角狀，稱「角黍」的食物，另外還有用竹筒裝米密封烤熟，稱「筒粽」；到了南宋時期，五月五日作粽，會在筒粽上蓋棟葉，以五彩絲線纏之，更接近現今粽子的樣貌。粽子流傳至今，因地區的不同各自發展成獨具在地性的口味，讓粽文化更多元豐富，例如大陸地區的粽子就發展成兩個主要系統，分別是北方粽與南方粽。

南北大不同 甜鹹葷素選擇多

北方粽一般用蘆葦葉卷為漏斗狀，但因蘆葦細長而窄，常需兩、



↑立蛋的起源雖不可考，卻是許多人的共同記憶。

→北方粽一般都是甜素餡。



臺灣則是按照地區將粽子分成兩種類型，分別是北部粽與南部粽。北部粽是將半熟米搭配竹葉包裹填餡，再蒸一次使其入味，且多用桂竹籐包裹，外觀色澤棕黃，略帶斑點；南部粽的特色為投水煮食，較不油膩，所用之「粽葉」，質地細緻而葉面較寬（大部分是麻竹葉），氣味也較芳香，食用時帶有淡淡的竹葉清香。不同的作法背後有著不同的故事，如同濃縮了某個時代的某部分文化，轉化成一顆顆飽滿軟糯的粽子，在炊煙中持續飄著文化的香氣。

彈牙與軟糯 口感豐富留著香

三月相疊才能綁粽，餡料則灌入糯米、粘黃米等，亦可加入棗、小棗做餡，有用粘黃米或其他粘糧食的封口用細繩或草絲捆紮（北方傳統上用馬蘭草），作成稜錐正四面體形狀，然後用水煮熟，可以熟食也可以冷食，具有葉子的清香。南方粽則多以箬葉包粽，粽子形狀接近三角錐，餡料除了糯米外也加入肉、赤豆等配料，甜鹹葷素應有盡有，近年來，越來越多人們在肉粽中加入適量肥豬肉，口感更為香美；也有人在粽子中加入煮熟的鹹鴨蛋黃的作法，讓南方粽的口味更多元。



划龍舟是端午節的一大習俗。



↑臺北市榮服處於端午佳節與臺北市政府相關單位代表陸續至轄內退員宿舍關懷探訪，祝福長者佳節愉快。



↑新竹榮服處慶端午關懷列車，載著滿滿的愛心小茶點、精緻禮盒及可口油飯，發送至新竹縣（市）各地，致贈給榮民（眷）長輩。



↑花蓮縣榮服處將肉粽禮盒，結合欣欣水泥捐贈的1萬5千元，一併分送給縣內雙老、單身、獨居之榮民（眷），共計100戶榮民（眷）家庭受惠。



↑嘉義榮服處舉辦端節活動，由志工們精心製作用料紮實養生粽，並邀請鄰近的榮民（眷）長輩們一起手作香包，歡慶端午佳節。



↑桃園市榮服處與桃園郵局攜手合作，由桃園郵局提供100份無塑安心小食組環保餐具，贈予單身獨居榮民及遺眷家庭。



↑臺中市榮服處為使清寒榮民眷能過好節，主動連結臺中市國防大學復興崗校友會及快樂志工行善隊探視年長清寒榮民（眷）。



↑高榮屏東分院舉辦「關懷社區包出健康包出愛」端午節活動，深入社區與民眾共享包粽樂趣。



↑金門縣榮服處處長呂媽定到各鄉鎮慰問榮民（眷）。



↑臺東縣榮服處處長林振生致贈榮民郭伯伯（左）愛心粽慶端午。



↑魅力舞蹈關懷團隊等愛心團體，日前特別請假來到板橋榮家作一連串的採茶表演，向長輩們祝賀端午節快樂。



↑南投縣榮服處舉辦端節關懷活動，包粽500粒捐贈榮服處轉送清寒榮民（眷）。



↑澎湖縣榮服處送特色福粽，關懷年長獨居榮民（眷）。



↑佳里榮家副主任李維安率榮家服務團隊，慰問榮民及年長獨居長輩。



↑屏東榮家為慶祝端午節，特舉行封街綁粽大賽，最後由陳駿伯伯奪得錦繡綁粽大賽冠軍。

端午佳節時
長輩樂過節
圖、文／各地榮家、榮院、榮服處