



# 九九重阳节 浓浓敬老情

## 记者采访文史专家,带你了解福州重阳节习俗

2 海都记者 吴雪薇

农历九月初九,为重阳节。为何称“重阳”?原来《易经》定“九”为阳数,九九相重为“重九”,也就是“重阳”了。九九归真,一元肇始,古人认为是吉祥的日子。据史料记载,战国时即已形成重阳节,自魏晋以来,重阳气氛日渐浓郁,备受历代文人墨客吟咏,而到了唐代,重阳被正式定为民间的节日,此后沿袭至今。那么,福州重阳节有什么习俗呢?记者采访了文史专家、福建省文史研究馆原馆长卢美松。

### 于山九日台 闽越王登高旧迹

唐代王维有“遥知兄弟登高处,遍插茱萸少一人”之叹,重阳节“登高、赏秋、插茱萸”的习俗由此可见。除此之外,重阳习俗还有赏菊,喝菊花汤、菊花酒等。

登高赏菊的活动既是休闲娱乐,也是锻炼身体,以期在渐寒的时节里强身健体,辟除恶气。恰逢秋风正劲的好时节,放风筝也是属于小朋友的登高快乐。

过去的福州人有些登高的好去处,如于山、乌山、大庙山。据卢美松介绍,于山的九日台有着汉闽越王无诸重阳登高活动的旧迹;而传说大庙山有块陨落的流星石,被“老福州”们作为登高石,重阳时曾吸引众多的人捷足先登,求的就是一个步步高升。

### 福州九重糕 寓意“步步高升”

重阳节还有“专属”的食糕。糕,与“高”同音,图的就是一个步步高升。

卢美松介绍说,福州俗食重阳糕,称“九重糕”,传统做法是先用茱萸液将米浆染色,做出金黄色的第一层,中间夹着七层糖色,最底层是米浆的原色,一共九色,是为九重。乡下人家一般自磨自蒸,馈赠亲友,城内市民则多自店铺购买,登高而食,期待年年逐步高升发达。

位于福州苍霞的彬德桥粿店,至今依然在销售“九重糕”。潘老板告诉记者:“来买粿的,一年每个节气、各色人等都有,但逢着节庆,销量会特别高。”显示传统习俗至今仍有旺盛的生命力。老人们说,吃下九重糕,接下来的日子就可以一切顺利。九重甜糕里,包含着福州人对身体健康、事业进步的美好期盼。

### □小贴士

### 重阳为何成敬老节

为什么重阳节会成为敬老之节呢?

卢美松认为,其也在于“九”之吉祥寓意。“九”是个位数中最高,若入“十”则过满,月满则亏,不一定是吉祥寓意。福州人过寿也常过“九”,“九”是人生的一个坎,过了坎则有一个转折。因此过“九”寿应食太平面,祈求老人平平安安;“重九”以及“拗九”也都会祝福老人生活健康康,寿命长长久久。

随着时代的发展,人们顺理成章地把重阳节同中华民族尊老敬老的优良传统结合起来,并赋予了重阳节新的内涵。

为保障老年人合法权益,健康发展老龄事业,弘扬中华民族的尊老美德,2013年7月1日实施的新修订的《中华人民共和国老年人权益保障法》明确规定,每年农历九月初九为老年节。今年10月23日是我国第十一个法定老年节。



九重糕



建隆/制图

## 潮舞银发族 炫彩新生活

老年大学内,老人们从零开始学舞蹈、学美妆,开启“第二人生” A08

## “世界长寿乡” 有啥长寿密码

A08

## 海峡都市报 骨科名医馆 情暖重阳特别活动——

# 助老安心陪诊

【活动对象】60岁以上老年患者,成功预约后免费全程陪诊;对于个别行动不便的市区老年患者,视情况提供免费接送服务。

【陪诊疾病类型】老年人常见的各类脊柱、关节等骨科疾病,以及关节痛、颈肩痛、腰腿痛等各类疼痛疾病。

【其他事项】

服务时间:每天上午8:00-12:00,下午2:00-5:30(周末无休/急诊24小时响应)

服务地点:福州中德骨科医院(省市医保定点医院)

预约限额:为了确保陪诊服务质量,每天限10名患者

贴心陪伴,让就医不再孤单

陪诊预约热线:968880



可在  
线咨  
询  
维  
码

地址:福州六一北路171号与前岐路交界处(火车北站向南800米,新闻大厦向北80米;乘坐2、17、23、46、62、100、106、108、133、K2、K3路公交车到洋下新村 福州中德骨科医院下)

(闽-榕)医广【2023】第02-01-02号 广告