致我们的节日——重阳节

郜芬

家家有老人，人人都会老，尊老爱老敬老，是中华民族的传统美德，也是每个炎黄子孙的基本素养。在重阳节到来之际，重温和重阳节有关的知识和习俗，传承弘扬中华民族优秀传统文化，让家庭、社会和每个人形成尊老敬老爱老助老的好风尚，是每个中华儿女义不容辞的责任和义务。

重阳节有着久远的历史，据考证，重阳节的源头，可追溯到上古时代。现存有关重阳节习俗的文字记载，最早见于《吕氏春秋》之《季秋纪》，有载古人在九月丰收祭飨天帝、祭祖的活动。古人在九月农作物丰收之时祭天帝、祭祖，以谢天帝、祖先恩德，这是重阳节作为秋季丰收祭祀活动而存在的原始形式。

“重阳节”名称文字记载始见于三国时期。三国时魏文帝曹丕《九日与钟繇书》中曾这样描述当时的重阳节：“岁往月来，忽复九月九日。九为阳数，而日月并应，俗嘉其名，以为宜于长久，故以享宴高会。”节期在每年农历九月初九。“九”数在《易经》中为阳数，“九九”两阳数相重，故曰“重阳”；因日与月皆逢九，故又称为“重九”。九九归真，一元肇始，古人认为九九重阳是吉祥的日子。

祭祖一直都是主要节日的一大主题。重阳节是除夕、清明节、中元节中国传统四大祭祖节日之一。中国古代属于农耕社会，农业文明，是极其重视祖先经验的一种文明形态。中华民族自古就有礼敬祖先、慎终追远的礼俗观念，有着逢年过节祭祀祖宗的习俗，以示孝敬、不忘根本。重阳节期间，人们登高望远，对先祖和友人遥寄思念，最耳熟能详的诗句莫过于唐朝王维的《九月九日忆山东兄弟》：“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。”“一岁重阳至，羁游在异乡。登高思旧友，满目是穷荒。”“明年此会知谁健？醉把茱萸仔细看。”“九月九日望乡台，他席他乡送客杯。”这些优美的诗句都寄托着登高怀古，思念友人，思念家乡的情思。

在魏晋时，节日气氛渐浓，倍受文人墨客吟咏。晋代文人陶渊明在《九日闲居》诗序文中说：“余闲居，爱重九之名。秋菊盈园，而持醪靡由，空服九华，寄怀于言。”这里同时提到菊花和酒。魏晋时期有了赏菊、饮酒习俗的文字记载。陶渊明的“结庐在人境，而无车马喧。问君何能尔？心远地自偏。采菊东篱下，悠然见南山……”更把饮酒赏菊，融入自然，与自然和谐相处，当作一种生活态度。

唐朝时，重阳节被定为正式节日。从此以后，宫廷、民间一起庆祝重阳节，并且在节日期间进行各种各样的活动。据记载，正式将农历九月九日列为国家认定的节日是在唐德宗李适年间（780年—785年），将重阳节列为“三令节”之一。

宋代，重阳节更为热闹，《东京梦华录》曾记载了北宋时重阳节的盛况。《武林旧事》也记载南宋宫廷“于八日作重九排当”，以待翌日隆重游乐一番。明代皇宫中宦官宫妃从初一时就开始一起吃花糕庆祝，九日重阳，皇帝还要亲自到万岁山登高览胜，以畅秋志。清代，风俗依旧盛行，北京重阳节的习俗把菊花枝叶贴在门窗上，“解除凶秽，以招吉祥”。

发展至现代，重阳节被赋予了新的含义，1989年，我国政府将每年的九月九日定为老人节，将传统与现代和谐地结合起来，使这一传统佳节成为尊老、敬老、爱老、助老的新式节日。2012年12月28日，中国全国人大常委会表决通过新修改的《老年人权益保障法》，明确每年农历九月初九为老年节。

根据第七次全国人口普查：我国60岁及以上人口有2.6亿人，其中，65岁及以上人口1.9亿人。60岁及以上人口的比重达到18.70%，其中65岁及以上人口比重达到13.50%，人口老龄化是社会发展的重要趋势，也是今后较长一段时期我国的基本国情。

面对“老年人口数量最多，老龄化速度最快，应对人口老龄化任务最重”的严峻形势，做好老龄工作“事关国家发展全局，事关百姓福祉，需要我们下大气力来应对”。

在传承发展中，重阳节以富有生命意蕴的节庆活动世代流传，设宴敬老、饮宴祈寿主题逐渐和中国传统孝道伦理相融合，成为当今重阳节日活动主要内容。登高赏秋与感恩敬老是当今重阳节日活动的两大重要主题。重阳节期间，各社会组织都积极开展走访慰问送温暖活动，热心为老年人解决实际困难。他们带着营养品、慰问品，走进社区、养老院，给老人洗衣、洗头、洗脚、剪指甲，积极帮助孤寡、贫困、残疾、高龄和“空巢”老年人解决生活照料、精神慰藉等问题，努力为老年人办实事、做好事、献爱心，让老年人真真切切感受到党和政府关爱和照顾。

“老吾老，以及人之老”。尊老敬老，既是传统，也是社会进步的一个标志。在共同富裕的路上，让老年人老有所养，老有所依，使老年生活无后顾之忧是国家和社会致力的方向和目标。

作为每一个个体，尊老敬老，最为重要的在于“陪伴”。抽空多陪陪老人，常回家看看，把对老人的尊重、孝敬、关爱，体现在日常生活的点滴细节之中。我们家平时过节，父母不要儿孙子女的什么礼物，最重要的就是一家人一起吃饭，不为吃什么，只为享受一家人在一起的天伦之乐。重阳节更是早早就安排好餐厅，通知好兄弟姐妹侄子侄女外甥外甥女，一大家围坐一桌，热热闹闹，和乐融融，各自说着自己的学习工作生活上的新鲜事，给父母敬茶盛饭，把浓浓的亲情融入到餐饭中。

毛泽东在《采桑子·重阳》一词中写道：“人生易老天难老，岁岁重阳。今又重阳，战地黄花分外香。一年一度秋风劲，不似春光。胜似春光，寥廓江天万里霜。”今天的中国，人民安居乐业，各项事业蓬勃向上。夕阳无限好，人间重晚晴。重阳节，一个熔铸了民族情感的节日，一个古老而又崭新的节日，在新时代不断激励着我们不忘初心，砥砺前行。

重阳感怀三首

赵志刚

其一

一镰新月挂西楼，五彩重阳绚烂秋。
百业兴隆黎庶乐，河清海晏好金瓯。

其二

北雁南飞百草黄，西风凄紧露为霜。
菊花酒苦喉难入，三晋洪灾令我伤。

其三

九九重阳拄杖游。西楼雁过意难留。
风高霜洁尝梨枣，蟹硕花黄稻稷收。
南海阴霾何日散？新冠恶疫几时休？
青山毕竟遮不住，天佑中华壮志酬。

重阳帖

李安宁

九月九。半盏明月
端坐在一首泛黄的古诗里
浅吟低唱，满地菊花黄
秋风的衣襟能拧出相思的泪

故乡远在一粒稻穗里遥望
走不出田字格的目光
弯弯曲曲成小径的拐杖
染霜的鬓角插满茱萸

岁月蹉跎，落叶知情
一纸连通乡情乡音的素笺
让迎空拉长的一声雁鸣
落下满纸的他乡心碎

菊花摇曳逢重阳

文雪梅

“人生易老天难老，岁岁重阳。今又重阳，战地黄花分外香……”淡云微雨，秋风薄凉。每逢重阳节，我总会情不自禁想起毛泽东这首豪迈的《采桑子·重阳》，诗中的“黄花”即指“菊花”。

重阳节之际，人们有登高望远，品重阳糕、遍插茱萸等习俗，但是，其中最重要的一项活动还是赏菊、喝菊花酒，菊花成了重阳节的重要组成部分，故而，民间素有“无菊不成节”的说法。

“采菊东篱下，悠然见南山。”菊花，花之隐逸者也，是长寿之花。秋风飒飒，草木开始凋零枯萎，而菊花却风姿绰约，傲然盛开在时光深处，它不与百花争宠斗艳，高洁幽雅，清新脱俗，自古以来，就赢得不少文人墨客的赞赏。唐代李商隐的《菊花》淋漓尽致地描写着菊的色彩：“暗暗淡淡紫，融融冶冶黄。”唐代元稹的《菊花》却别有一番意蕴：“不是花中偏爱菊，此花开尽更无花。”唐代白居易在《重阳席上赋白菊》则有如此的文字：“满园花菊郁金黄，中有孤丛色似霜。”而最为经典的当是宋代李清照的《醉花阴·薄雾浓云愁永昼》：“东篱把酒黄昏后，有暗香盈袖。莫道不销魂，帘卷西风，人比黄花瘦。”一句人比黄花瘦，成了千古流传的佳句，叫人称绝。

重阳时节，秋阳杲杲，各色菊花竞相开放，芬芳宜人，清香淡雅，给重阳这个传统节日增添了一抹别样的诗意。在我国，重阳节历来就有赏菊花的风俗，所以，古时的重阳节又称菊花节。宋代《东京楚华录》卷八中曰：“九月重阳，都下赏菊，有数种。其黄、白色蕊者莲房曰‘万龄菊’，粉红色曰‘桃花菊’，白而檀心曰‘木香菊’，黄色而圆者‘金龄菊’，纯白而大者曰‘喜容菊’。无处无之。”秋高气爽，陪同老人，徜徉在怒放的菊花丛中，凝视着五彩缤纷、芳香四溢的满园菊花，耳听鸟语，细嗅花香，令人心醉，心中难免感慨现世安稳，岁月静好。

“酿一杯思念的酒，摘一片鸿雁的羽，添一缕菊花的香，在重阳的时候送到你手中，让弥漫着祝福的芬芳，飘逸出幸福的味道，带给你无限好运和快乐。”临近重阳节，人未老，却意外收到朋友发来重阳节短信，无不让人欣喜。也是，重阳时节，有清香可口的菊花酒相伴也是不错的选择。菊花酒，在古代被看作是重阳必饮、祛灾祈福的“吉祥酒”，它能疏风除热、养肝明目、消炎解毒，故具有较高的药用价值。重阳时节，回到老家，与父母坐在院中的桂花树下，喝一杯父亲亲自酿的菊花酒，尝一口母亲蒸的重阳糕，这样的幸福时光，弥足珍贵，让人留恋。

菊花摇曳，暗香浮动。重阳时节，那一朵朵五彩缤纷的花儿，绚烂着金秋的妖娆和妩媚，倚风飘散着旖旎的秋韵，绽放着人们心中的思念，更盛开着敬老、尊老、孝老，爱老的文明之风。

编者按：

岁岁重阳，今又重阳。在迎接我们的节日——重阳节到来时，本版有幸邀约到两位年过六十岁的花甲老人撰写自己的老年生活。其中张斌老人今年已有103岁，任然思路清晰，写作生活感悟文章。老有所乐，老有所为，已成为老年人的生活追求。在重阳节到来之际，祝老人们生活快乐，健康长寿！

晚年幸福靠“五子”

陈宏

在和平的年代里，人们要想在晚年过上幸福分生活，就必须同时具备“五子”，即有一个好身子，有房子和票子，有健康的那口子（老伴），至少还要有一个好孩子。

好身子是晚年幸福的基础。一个人，只有身体好和心理好，才能时刻保持进取的精神、昂扬的斗志、冲天的干劲和旺盛的精力，才能做到生活好、工作好，才能使自己的生命有朝气蓬勃的光彩。反之，如果身体和心理不好，即使后“四子”都很好，你的生命、生活与工作也会因之黯然失色，你很难成就本该成就的事业，同时你还可能产生对生命的厌倦和连累儿女的愧疚心理。房子和票子是人晚年幸福的物质基础。人到晚年，如果没有属于自己的房子，属于自己安定清静的居所，即使儿女们的房子再多、再好，你住在儿女家里也会有时产生寄人篱下之感。尤其是儿女多的朋友，更应该在年老之前建造属于自己的房屋，免得到了老年没有了精力与财力不能建造房屋，而儿女们却又为此各执己见而争议不休。

除了房子外，人到晚年也一定要有一笔能够足以养老的资金（票子），即使你有工资，那工资本也一定要掌握在自己手里，以便随时灵便地使用。正如俗话所说：“儿女有不如自己有”。那口子和好孩子是晚年幸福的感情基础。人常说：“少为夫妻老来伴”。人到晚年，如果没有了老伴，又没有一个好孩子，没有人陪你说话，没有人为你洗衣做饭，没有人为你负责生病住院，没有人为你分享欢乐与化解忧愁，那将是怎样的孤独与凄惨！如果老伴健在，身边又有一位或几位好孩子，你的饮食起居有人细心地照顾，儿女们经常地在你身边逗着你玩，那该是怎样幸福的情景哟，你那个时候一定是心花怒放、笑逐颜开的吧！

要想使自己的晚年“五子”俱备，你在年轻时就应该努力于以下几个方面：一是要懂得“志不可满”的道理，凡事不必太苛求。人在年轻的时候，往往有理想，有目标，并为之奋斗。但目标的制定，一定要符合自己的实际，不能高不可攀；并且奋斗中要分解目标，要分时间段逐步完成。二是要合理安排自己的工作、休息与锻炼身体的时间。工作固然重要，但不能为了业绩而忽视生命。要注意锻炼身体和合理饮食，要时刻保持身体强壮、心理健康与心态平和。要为自己的晚年幸福奠定一个身心健康的基础。三是要注意营造家庭和谐的良好氛围。在家庭生活中，要尊老爱幼、夫贵妻贤、父慈子孝。在你年轻的时候，一定要孝敬双亲，为你的儿女将来能够孝敬你做出榜样。“百善孝为先”，“孝”字当头，其他问题都能迎刃而解。四是要努力创造晚年幸福的物质基础。在自己有精力、有体力、有财力的中年时代，就应该为自己建房子、存票子。建房子将来有安乐窝；存票子，将来吃、穿、病、用不发愁。别等到年老了再去想房子、要票子；那个时候，你没有精力，没有体力，虽有财力却又无力支配，麻烦大啦！

朋友们，晚年幸福靠“五子”，切记哟！

重阳赏看“重阳词”

魏益君

“芙蓉金菊斗馨香。天气欲重阳。远村秋色如画，红树间疏黄。流水淡，碧天长。路茫茫。凭高目断。鸿雁来时，无限思量。”这是宋代晏殊的《诉衷情·芙蓉金菊斗馨香》，描绘是重阳节的清新画面：在节气接近重阳的时侯，芙蓉和金菊争芳斗妍。

远处的乡村，秋色如画中一般美丽，树林间从浓密的红叶中透出稀疏的黄色，真是鲜亮可爱。中原地区，秋雨少，秋水无波，清澈明净；天高气爽，万里无云，平原仰视，上天宽阔没有边际，前路茫茫，把握不住。登高远望，看到鸿雁飞来，引起头脑中无限的思念。

每年的农历九月初九日，是中国的传统节日——重阳节。古人认为重阳是一个值得庆贺的吉祥日子。古代民间在重阳节有登高祈福的习俗，庆祝重阳节一般包括登高、晒秋、赏菊等活动；流传至今，又添加了敬老的内涵，于重阳之日享宴高会，感恩敬老。在中国的古诗词里，描写重阳的经典篇章很多，而宋词里的重阳节，就更加脍炙人口，耐人寻味。

“与客携壶上翠微，江涵秋影雁初飞，尘世难逢开口笑，年少，菊花须插满头归。酩酊但酬佳节了，云峤，登临不用怨斜晖。古往今来谁不老，多少，牛山何必更沾衣。”宋代苏轼的《定风波·重阳》，说的是重阳出游登高：同客人带酒登山，长江水倒映着秋天景物的影子，大雁刚刚从这里飞过。人活在世上难遇一次开心欢笑的时候，趁年轻时头插菊花玩个痛快回来。

宋代晏几道的重阳节给人是悲凉的情绪，《阮郎归·天边金掌露成霜》：“天边金掌露成霜。云随雁字长。绿杯红袖趁重阳。人情似故乡。兰佩紫，菊簪黄。殷勤理旧狂。欲将沉醉换悲凉。清歌莫断肠。”天边的云彩有如仙人金掌承玉露。玉露凝成了白霜，浮云随着大雁南翔，排成一字长。举绿杯，舞红袖，趁着九九重阳，人情温厚似故乡。佩戴紫色兰花，头上插着黄菊，急切切重温旧日的颠狂。想借一番沉醉换掉失意悲凉，清歌莫唱悲曲，一唱断人肠。

而宋代辛弃疾的重阳却给人另一种感悟，《鹧鸪天·寻菊花无有戏作》：“掩鼻人间臭腐场，古来惟有酒偏香。自从来住云烟畔，直到而今歌舞忙。呼老伴，共秋光。黄花何处避重阳？要知烂熳开时节，直待西风一夜霜。”从古到今人间都是“腐臭场”，只有酒是香的。自从隐居在云烟畔，每天都过的闲适潇洒。重阳时节，呼朋唤友共享美丽秋色，只这菊花竟还未开放。看来要想菊花开得热烈绚烂，还得等待刮一阵秋风，落一夜严霜。

最脍炙人口的当属李清照的“重阳词”，她的笔下总透着淡淡的秋愁。《醉花阴·薄雾浓云愁永昼》：“薄雾浓云愁永昼，瑞脑销金兽。佳节又重阳，玉枕纱厨，半夜凉初透。东篱把酒黄昏后，有暗香盈袖。莫道不销魂，帘卷西风，人比黄花瘦。”薄雾弥漫，云层浓密，日子过得郁闷愁烦，龙脑香在金兽香炉中缭袅。又到了重阳佳节，卧在玉枕纱帐中，半夜的凉气刚将全身浸透。在东篱边饮酒直到黄昏以后，淡淡的黄菊清香溢满双袖。此时此地怎么能不令人伤感呢？风乍起，卷帘而入，帘内的人儿因过度思念身形竟比那黄花还要瘦弱。李清照的另一阕《行香子·天与秋光》，写的更是情景交融，给人共鸣：“天与秋光，转转情伤，探金英知近重阳。薄衣初试，绿蚁新尝，渐一番风，一番雨，一番凉。黄昏院落，凄凄惶惶，酒醒时往事愁肠。那堪永夜，明月空床。闻砧声捣，蛩声细，漏声长。”

九九重阳，徜徉在宋词的韵脚里，赏看那些优美的“重阳词”，别有一番韵味！

我是一棵小草

张斌

我是一棵小草，生长、生活在大树林的小河旁。我似小草，生长在贫脊荒芜的土地里！我似小草，但却有顽强的生命力！我似小草，平凡、踏实、低调；我似小草不张扬，不虚浮，认真做事，老实做人；我似小草，不与大树比高，不与艳花比美；做人如草，平凡就好，平凡身姿，平凡心态，过平凡日子，当平凡人，做平凡事！

小草坚韧，小草顽强，虽不能逆风而动，但能顺势起伏！小草生长、生活在田野路边、沟壑悬崖，野径草原，遇疾风而知劲草，耐贫脊而生茂荣……小草坚守着自己的生命和承诺，为大地增添绿色！

小草幼年时生活在饥饿贫困中，小草少年时生活在炮火硝烟中，小草青年时生活在暴风骤雨中，雷鸣电闪里，惊涛骇浪中，小草阅尽世事沧桑，历经盛衰荣辱！

小草后半生沐浴党的雨露阳光，乐看华夏国强，人民奔赴小康！小草生活幸福不忘党恩，以娇柔的身躯，使大地成茵，山河披锦！

做人如草，平常就好，小草春风吹生，夏经暴雨，秋经风霜，冬经冰雪！小草岁交枯荣，随几片花落，伴几声鸟鸣，览人间世俗！

我推半窗明月，卧一榻清风，闲时与子民微信交流，好文共赏；与冠民临帖练字，书法切磋；登楼顶种菜浇花，去公园游览漫步，阅宋时古风，看漆园盛景，到文庙诵圣人之文，慕蒙城历代后生博士学魁；至庄子祠仙鹤湖边闭目梦蝶，晨起舞剑，晚读诗书，既锻炼身体，又陶冶情操，乃小草之大福也！

大自然衍生万物，覆盖大地山河，吾若小草，晨迎朝阳，夜伏大地！冬去春来，抬头看天，低头看地，风吹神州大地绿波荡，雨洒山河小草溢清香。小草植根于肥瘦淳朴的土壤里，吸吮着泥土的营养，享受着雨露的恩泽！

吾若小草，视生活如明镜，每日好心情，看阳光更觉明媚；每日好心情，看水水更碧；每日好心情，看天天更蓝，吾若小草，生命顽强，心态年轻，永不觉老！

天空蔚蓝，阳光和煦，微风轻拂，小草曼舞。吾若小草，怀一颗童心，满怀希望，憧憬未来，向往美好！

小草淡淡的香味，唤醒了我百年尘封的记忆：遥想既往岁月：小草童年生长之矮小，常被人之漠视，常遭人踩踏！小草细而柔，韧而毅。

小草生长在平凡的世界里，生长在万物共荣的大地上，生长在一个短暂而又漫长的世纪中。小草历经百载之始末，尝尽人间之苦甘，阅遍了世人之恶善！不平凡的生活岁月，记载了小草平凡而又不平常的人生！我似小草，小草如我！

103岁 写于2021年金秋