

# 挂艾草、点雄黄、射五毒…… 过端午，仪式感不能少

仲夏登高、顺阳在上，又是一年端午节。俗语说：“端午节，天气热，‘五毒’醒，不安宁。”6月22日，吃粽子、点雄黄、挂艾草、拴五彩绳、射五毒……这些属于端午的习俗再次出现在生活中，人们在这一天祝福安康，祈求平安幸福，节日氛围拉满。

通讯员 蒋颖颖 顾晓红  
张悦 汤佳 赵祥  
现代快报+记者  
李子璇 严君臣 庄剑翔  
顾潇 徐梦云 文/摄  
(部分图片由通讯员提供)



扫码看视频



射五毒



点雄黄

## 挂艾草 精美艾草花束热销，成祈福新“宠”

每到端午节，大家都会在家门口插上艾草，寓意驱邪纳福，这是一种对未来的美好期待。现代快报记者发现，今年很多人家门口挂上了精美的艾草花束。

端午挂艾草其实是很有讲究的，不同的地方还有很多不同的讲究，比如有的地方讲究“不忘不采不挂”，“不忘”是指“挂早不挂晚”，端午挂艾草，要在早上太阳没出来之前挂，最晚不能超过中午。“不采”是指株型矮小或者

叶子有损伤的不要采，此外被太阳晒蔫的也不要，如果提前买回家，一定要注意保鲜。“不挂”是指家里有孕妇或者没满月的婴儿则不挂，因为艾草的气味比较独特，最好不要挂在室内。

现代快报记者走访发现，菜市场里几块钱一束的艾草，一经包装变成创意花束后，身价立即上涨，吸引了不少消费者为“颜值”买单。南京秦淮区一位花店工作人员介绍，艾草花束售价75元一

束，以艾草、菖蒲为主要搭配，加上节日卡片等元素装饰，大家都很喜欢，销量很大。

当然也有不少选择自己动手制作艾草花束，近日，南京秦淮区朝天宫街道张府园社区居民在社工和志愿者老师的指导下，一起动手制作艾草花束。以艾草和菖蒲为基础，辅以少量女贞果、玉簪草作点缀，搭配上手写书签、祈福卡片，悉心修剪，绑系成束，制作出一束束精美的花束。

## 点雄黄 雄黄入酒辟“五毒”，曾是“大户专属”

6月21日，走进扬州仪征扬子公园，浓浓的端午味扑面而来。从傍晚6点30分开始，这里先后举行了安康祈福活动、“尚义求真”沉浸式表演以及端午传统习俗展示等。

祈福仪式中，由小朋友们集中将祝福牌悬挂于祈福架上。市民群众也纷纷上前领取空白祝福牌，写上自己的祝福，挂在祈福架上表达美好祝愿。

而“尚义求真”沉浸式表演，则讲述了春秋末期伍子胥逃离

楚国投奔吴国时，来到仪征一带长江边被当地一名渔丈人舍生所救的故事。后人为了纪念二人，便在每年端午时节祭奠。沉浸式表演，不但让大家感受到了端午民俗，也学到了历史知识和其中的人物精神。

与仪征端午活动现场一样，扬州多地都举行了点雄黄、沐兰汤等端午节的传统习俗展示。

配制雄黄酒多见于江浙一带。扬州民俗专家曹永森介绍，在古代使用雄黄酒还是“大户专

属”。普通人家每到端午，会备一点菖蒲艾草，而大户人家的生活更加精细，除“基础材料”外，会配制一些雄黄酒，洒在房前屋后的角落里，一来驱虫辟邪，二来增加过节的仪式感。《菱川竹枝词》“和以雄黄酒半醺”中的“醺”字指的就是节日气氛被烘托起来的意思，并非饮酒后微醺的状态。“蘸上一点雄黄，无病又无灾；系上百索子，平安又吉祥。”现场，民俗老师挨个为孩子们画额系绳，献上美好的节日祝福。

## 射五毒 用箭投射五毒，寓意无病无灾

“五月五，是端阳；插艾叶，挂香囊；五彩线，手腕绑；吃粽子，蘸白糖；龙舟下水喜洋洋。”端午节来临之际，淮安区东街道清淮路社区开展端午节系列活动，大家齐唱着歌谣，传承和弘扬传统文化精神，营造欢乐祥和的端午节节日氛围。

端午节的习俗是射五毒，五月初五为了预防五毒之害，便用箭投射五毒，寓意无病无灾。”活动现场，社工志愿者给孩子们普及端午节习俗，在社工

的引导下，孩子们排队，利用沙包玩起了投掷“五毒”的游戏，大家铆足力气，定睛瞄准印有“五毒”的图片，争取游戏的胜利，现场欢笑一片。

临近端午，南通市崇川区陈桥街道新时代文明实践所联合南通中等专业学校，共同承办开展“端午‘国潮’味文化塑新风”民俗文化节主题校园趣味运动会。活动通过端午民俗宣讲和体验，让学生们共同参与了雄黄画额、旱地龙舟、投壶、射五毒等与

午佳节或中华文明礼仪相关的游戏项目。让学生们在增长民俗知识的同时，感受到中华优秀传统文化的源远流长、博大精深。

端午节前，各色五彩绳在街头的小商铺都成为热销品。这种五彩绳的编织方法也叫绳结艺术，它以五彩丝线为材料，通过编、结、穿、绕、缠、编、抽等技法，编成各种结式和艺术造型。在端午节这天，民间有着在孩子的手腕、脚腕处系五彩绳的习俗，寄托祈福纳吉的愿望。

## 端午节 你的购物清单里有什么

盼望着、盼望着，端午小长假终于到了！忙碌了许久的你，是不是也想用“买买买”来犒劳一下自己？6月22日，现代快报记者走访发现，这个端午佳节，南京人购物清单的产品种类非常丰富，除了有“五红”这样的味觉盛宴，在购买力上也表现不俗，不少人都趁着这个假期的优惠活动，来购买夏季服装、鞋等。

现代快报+记者 季雨 文/摄



人头攒动的黄金柜台

## 舌尖上的端午，“五红”“五黄”成餐桌标配

端午小长假的第一天，网红城市南京又热闹了起来。不仅是各大景点，一些美食遍布的大街小巷，也成了大家的打卡胜地。

6月22日一大早，现代快报记者就来到了位于南京城南的一处网红农贸市场——能仁里菜场。早晨7点半，这里已经是满满的烟火气，挤满了前来采买的市民，他们手上都拎着大包小包的食材。

端午到，五毒醒；挂艾草，吃五红。“五红”“五黄”是老南京人端午餐桌上的标配。老一辈人总说，端午节吃了“五红”，整个夏天就可以辟邪避暑了。在能仁里菜场里，小龙虾和烤鸭的摊位人气很高，摊主使劲地吆喝，消费者也很给力。

现代快报记者注意到，今年小龙虾的价格也很接地气，按照小龙虾个头的大小，每斤的价格从十几元到三十元不等。正在购买小龙虾的毛大爷告诉记者：“今天儿子儿媳回家吃饭，准备买点回家烧给他们吃。”毛大爷坦言，现在小龙虾不贵，平时也能吃到，但是端午节吃“五红”，仪式感不能少，所以必须安排上。如果觉得清理、烹饪起来比较麻烦，那也没关系，100元/4斤加工好的小龙虾也已经开卖，年轻人也会慷慨解囊买些回家打牙祭。除此以外，苋菜作为“五红”之一，被摆在了蔬菜摊位的最醒目位置上。苋菜价格在3.5元/斤左右，过节吃多了大鱼大肉，可以炒一把苋菜来给肠胃减减负。

## 栀子花飘香，桃子、荔枝带来甜蜜味觉

荔枝、桃子、西瓜……夏日的空气里，总是弥漫着水果的香甜气息。

桃子每年6月开始大批成熟，因其甜蜜水嫩，又被人们称为“天下第一果”。在位于秦淮区的一家生鲜超市里，来自无锡阳山的水蜜桃就占据了一整个冷柜，消费者经过时都会被水蜜桃诱人的卖相所吸引。

无锡阳山水蜜桃主打就是水润清甜、皮薄多汁，一盒无锡阳山水蜜桃的售价是39.9元，每盒里有

四个水蜜桃，每个都有成人的拳头大小。桃子不仅好吃好看，而且寓意很吉祥，寿桃、蟠桃都有延年益寿、幸福平安的寓意。一些年轻人会买来送给家里的长辈尝尝鲜。

摆放在热销专柜的荔枝红彤彤的透着点绿，虽然外壳粗糙，吃起来却细嫩水润。在今年的荔枝市场上，除了最常见的妃子笑，桂味荔枝也很畅销。两者在价格上自然有一些区别。妃子笑的价格为10元/斤，桂味荔枝的价格则要贵一些，为15元/斤。“我家老公和孩子都爱吃荔枝，我今天趁早来买一些，来迟了被人挑挑拣拣就不新鲜了。”正在选购荔枝的刘女士告诉记者，“荔枝味道清甜不腻，多吃一点也不觉得难受。”

栀子花开，端午节来。空气里除了水果的香甜，还有栀子花的清香。在农贸市场里，不少人拎着一个小编筐，就开始售卖起栀子花。这样一把栀子花也不贵，花8块钱买上一把，回家放在花瓶里养着，就可以享受到阵阵香气。

## 燃情“端午经济”，市民趁优惠采买换季鞋服

吃饱喝足之后，大家都会选择趁着小长假出去逛一逛，那么“买买买”就成了主旋律。

6月22日，南京新街口的几大商场，迎来了首波消费小高潮。中午12时，商场内消费者络绎不绝，而人气最旺的地方，当数衣服和鞋履的销售柜台。

徐女士是上班族，平时朝九晚五没时间逛街，端午节到了，就趁着这个时候，来给自己买一些换季的衣服。“我每个季度都会给自己买一到两件新衣服，平时商场也没有什么活动，正好端午优惠力度大一些，买起来没那么心疼。”

与此同时，黄金首饰的柜台也很热闹，商家纷纷打出优惠活动来吸引消费者。“每克黄金有50元的优惠，镶嵌类饰品的活动力度更大。”店员向记者介绍，端午节活动力度还是可以的，开业才几个小时，已经开了十几单了。

现代快报记者观察到，端午假期，带老人出来消费的人有所增加。带着老人选一双合脚的鞋、选一身合体的衣服，已经成了不少年轻人过节时的基本操作。