

中元节的由来、形成与发展

Sugianto Lim

Beijing Language and Culture University, China
qyetohayashi@yahoo.com

摘要：七月十五中元节与上元节、下元节并称为三元节。三元节是道教的节日，中元节的名称也是根据道教的说法而定。此外，佛教称七月十五为盂兰盆节。两个节日有着相似的内容和习俗，主要是以祭祀亡灵、悼念祖先为主。因而在后来的发展过程中被世俗合二为一了。中元节俗的形成离不开中国古人的灵魂信仰和阴阳观念，这一点从《周易》十二辟卦的阴阳消息规律中可以找到根据。中元节的形成发展可分为四个阶段：魏晋南北朝之前的孕育期，魏晋南北朝的成长期，唐宋的成熟期，元明清以后的延续期。

关键词：中元节；盂兰盆节；民俗；《周易》

The Origin, Formation and Development of Zhongyuan Festival

Sugiato Lim

Beijing Language and Culture University , China
qyetohayashi@yahoo.com

Abstract According to the Lunar Calendar, July 15th known as Zhongyuan Festival. Together with Shangyuan Festival and Xiayuan Festival are called Sanyuan Festival. Sanyuan Festival is the festival of Taoism, and the name of Zhongyuan Festival is also determined according to Taoism. In addition, Buddhism calls July 15th as Ullambana. The two festivals have similar contents and customs, mainly offering sacrifices to the dead and mourning ancestors. Therefore, in the later development process, it was combined into one by the secular. The formation of the Zhongyuan festival custom is inseparable from the belief of the soul and the concept of *Yin* and *Yang* of the ancient Chinese, which can be found from the pattern of *Yin Yang* growth and regression in the *Book of Changes*. The formation and development of the festival can be divided into four stages: the gestation period before the Wei, Jin and southern and Northern Dynasties, the growth period during the Wei, Jin and southern and Northern Dynasties, the maturity period during the Tang and Song Dynasties, and the continuation period after the Yuan, Ming and Qing Dynasties.

Keywords: Zhongyuan Festival; Ullambana; Folklore; The Book of Changes

前言

人类对灵魂不灭的信仰自古有之。在漫长的人类文明发展中，各民族的节日中不乏反映灵魂信仰的节日习俗与内容。西方的万圣节，中国的中元节、清明节等即是。这些节日习俗的形成在一定程度上反映着一个民族背后的意识形态、生命哲学、宇宙体系等人类与宇宙自然的问题。

中元节作为中华民族最典型的纪念逝者或反映灵魂不灭信仰的传统节日，它的由来、形成和发展也与中华民族的意识形态、生命哲学等密切相关。或者说，探讨中元节的由来、形成和发展，在一定程度上也是探讨中华民族的意识形态、生命哲学的特征和发展。

文中又以《易》为理，从中探索中元节作为鬼节的由来。按照《易》“一阴一阳之谓道”的道理可知宇宙天地万物无非由阴阳组成。阴阳既是对立又是统一的关系。鬼神在民俗话语中，即是与人类物质相对的另一形态的存在。在人间人为阳，人死了即转换形态为鬼神，为阴。因此讨论中元鬼节之由来离不开中国传统的阴阳学说。《易经》与阴阳是中国思维与哲学的源头。因此想要了解中元鬼节背后的民族意识形态，就有必要从《易经》和阴阳找到相关的启发。

《易·系辞》曰：“原始反终，故知死生之说；精气为物，游魂为变，是故知鬼神之情状。”对此，唐代孔颖达（2018：258-259）《周易正义》云：“精气为物者，谓阴阳精灵之气，氤氲积聚而为万物也。游魂为变者，物既积聚，极则分散，将散之时，浮游精魂，去离物形，而为改变，则生变为死，成变为败，或未死之间，便为异类也。”由此可见，按照易理的推想，鬼之由来与形态不过是阴阳灵气的积聚和分散所导致。阴阳积聚而为物，阴阳分散则为游魂。阴阳既散，游魂离开物体则为变。于人言之，则生变为死，人变为鬼。这大致就是中国传统意识中的鬼魂的由来。因此说，中元节的由来和形成，其背后对灵魂不灭的信仰是与中国传统阴阳哲学息息相关的。

研究方法

本研究属于定性研究。主要通过梳理、分析相关文献撰写而成。在前人的研究基础上，作者结合了中国易学的视角分析，用《周易》的智慧解释中元节的由来和形成。在形成的阶段分类上，根据张宁在《中元节考述》中把中元节的形成

分为四个发展阶段，包括一、魏晋南北朝之前的孕育期；二、魏晋南北朝的成长期；三、唐宋的成熟期；四、元明清以后的延续期。

结果与讨论

1. 中元节由来

根据前人的研究成果，现在大家都比较一致地认同中元节由来的两种说法。分别是按照佛教的说法和道教的说法。杨思民在《论中元节的形成、发展及文化价值》中有专门谈论中元节来历的章节。傅功振和樊列武的《浅析“中元节”及其现实意义》也在文章的开头说明了相关问题。

刘志文在《广东民俗大观》中指出中元节即盂兰盆节本是一种印度佛教仪式。“盂兰盆”一词源于梵语“Ullambana”的音译，是一种用竹条编织而成的供品盛器，引申为“救倒悬”的意思。根据佛教的说法，盂兰盆节习俗源自目连救母的典故。目连亦称目犍连或大目犍连，是佛陀的十大弟子之一。其法力无边，有“神通第一”的称号。正因为目犍连有一次通过神通得知已故的母亲正在阿鼻地狱饿鬼道受苦，如处倒悬，不忍心看到自己的母亲如此之苦的目犍连试图用自己的法力来拯救母亲。但目犍连用法力变出来的食物在他母亲吃下去之前即化成火焰，根本无法得救度。无奈之下目犍连祈求佛祖救度。根据《盂兰盆经》记载，佛祖对目犍连曰：“汝母罪根深结，非汝一人力所奈何！汝虽孝顺，声动天地，天神地祇、邪魔外道、道士、四天王神，亦不能奈何！当须十方众僧、威神之力，乃得解脱……十方众僧，七月十五日僧自恣时，当为七世父母，及现在父母，厄难中者，具饭百味五果、汲灌盆器、香油锭烛、牀敷卧具、尽世甘美，以著盆中，供养十方大德众僧。”（释金明，1990：1-2）佛祖让目犍连在夏季众僧安居结束之日（农历七月十五日）备百味饮食，供养十方众僧，以此公德回向地狱受苦众生即可解脱。因此，盂兰盆节在佛教里面也作孝亲节。

七月十五中元节俗称“七月半”又称“鬼节”。根据已有的研究结果记载，中元之命名来源于魏晋南北朝时期道教的说法。道教信仰中有三元节，分别是正月十五上元节、七月十五中元节、十月十五下元节。正月十五上元节为天官的诞辰，此时祭天；十月十五下元节为水官的诞辰，此时祭水；七月十五中元节为地官的诞辰，传说这天地官下临人间，查定人间善恶。由此形成了天官赐福、水官解厄、地官赦罪的三元节。傅功振，樊列武引《道经》载：“七月十五日，中元之日，地官校勾搜选众人，分别善恶……于其日夜讲诵是经。十方大圣，齐咏灵

篇。囚徒饿鬼，当时解脱”。（2008：39）因此人们自古普遍将这一天作为悼念祖先、祭祀已故亲人的日子。

但由于道教的中元节和佛教的盂兰盆节有着诸多重合与相似性，因此中元节也经常被称为盂兰盆节。故佛教寺庙会在此日举办盂兰盛会超度亡灵和祭祖。这样一来，佛教的盂兰盆节就与道教所谓的中元节便有了重合之处。如今海外不少国家，如印尼的庙宇，每逢中元节人们也会以盂兰盛会互相称之。

作为中国传统三大祭祀节日之一，七月十五中元节的由来相当久远。它的形成离不开古人的灵魂信仰和阴阳观念。并且在一定程度上能够反映出中国传统的宇宙观。《周易》的十二辟卦象征着一年的十二个月。农历七月属否卦，卦象下坤☷上乾☰，下卦为阴卦，上卦为阳卦。否卦卦辞“否之匪人，不利”，预示着天地否闭，阴阳相等而不相交，人道不通，所以不利。不利是指不利于人道畅行，其原因是七月否卦阴气盛藏于内，在继续发展的话就要逼走阳气了。人为阳，鬼为阴，人间称阳间，地府称阴间，否卦卦辞说“匪人”即非人，非人畅行之时便是阴间阴物、鬼魂类畅行之时，因此七月又称鬼月，中元节又称鬼节。否卦内卦是坤卦，纯阴；外卦乾卦，纯阳；阳气表外而阴气盛藏，就像是七月暑气，虽然体感暑热实则阴寒渐盛。因此中元节俗主要涉及阴界、亡灵、祭祀等与阴气磁场相关的内容，其实与古人对宇宙天地阴阳消息的规律有着密切联系。通过这样的传统节日也体现了中国人“与天地合德，与四时合序，与鬼神合其吉凶”的追求，节日习俗高度配合天地时序的运转规律。因此也不难理解古代特定时节有其特定的祭祀礼俗。

再看看与中元节并肩的上元节和下元节。下元节在十月十五，旧俗中也有祭祀祖先的内容。农历十月属坤卦，下坤☷上坤☷，内外卦全是坤卦，是纯阴卦，是阴气至盛至极的时候，它也孕育出了如祭祀这般与阴气磁场相关的节日习俗。相比之下，正月十五的上元节（元宵节）却比中元、下元节多出了生气，浪漫和喜庆。正月在十二辟卦中属泰卦，泰卦卦象下乾☰上坤☷，象征着天地交泰，天地之间充满着生机，一片欣欣向荣的景象。因内卦为乾卦（☰）三个阳爻在下，因此又称三阳开泰。从卦象来看，这与七月份的中元节相比形成了鲜明的对比，否卦下☷上☰，泰卦下☰上☷。否卦阴藏于内，阳表于外；泰卦阳藏于内，阴表于外；就像正月外表的阴冷、天寒地冻，实则阳气渐盛于内。由于古人崇阳抑阴

的观念，所以在正月阳气渐盛之际进行一系列庆祝活动。又因为泰卦象征天地通泰，万物生气焕发，为了感激上苍，迎接新一年的福泽，故上元节的祭祀对象是负责赐福的天官。

从七月中元否卦的阴气渐盛，到十月下元的阴气极盛，再到正月上元的阳气渐盛，三个节日呈现出了天地时序运转、宇宙阴阳生息的规律。同时也反映了中国人天人合一的理念。因此中元节俗的由来和形成绝非偶然，而是古人仰观于天文，俯察于地理，所以才能与天地准。

2. 中元节的形成与发展

对亡灵的有意识的祭祀活动早在先秦时代就有。当时还只是一种萌芽状态，而祭祀亡灵作为中元节的主题也是逐步确立的。张宁在《中元节考述》中把中元节的形成分为四个发展阶段：一、魏晋南北朝之前的孕育期。二、魏晋南北朝的成长期。三、唐宋的成熟期。四、元明清以后的延续期。从祭祀亡灵主题的确立过程来看，这一分期应当是比较符合实际的。

2.1 魏晋南北朝之前——孕育期

人类对灵魂的崇拜以及对死后世界的认识其实很早就有。根据《搜神记》卷十六载：“昔颛顼氏有三子（生下即死），死而为疫鬼：一居江水为疰鬼；一居若水为魍魎鬼；一居人宫室，善惊人小儿，为小鬼。”（转引钟敬文，2009：133）古人相信人有灵魂，人死之后肉体虽然不复存在但灵魂却是永恒的。

“死亡”对于人类来说是一个可怕的字眼。面对死亡人类是那么的无奈。但身为万物之灵长人类又如此地不屈于死亡。人类相信“死亡”只是肉体在腐烂，人只是转入灵魂状态。在人类文明漫长的发展史中，这种意识一直陪伴着人类。这种意识也深深地影响着、左右着人类的思维、信仰、社交；无论是东方还是西方，小到个人，大到一个民族，从个人的思维到民族的观念都深受灵魂意识的影响。东方的中元节和西方的万圣节的形成可以说是人类对灵魂崇拜的体现。

“原始宗教从逐渐产生到繁荣，各种自然崇拜、图腾崇拜、灵魂崇拜、祖先崇拜的观念与仪式在初民社会中盛行。山顶洞人的尸体上撒有赤铁矿粉，并有简单的生产工具（石器）陪葬，说明当时已有灵魂观念。不少墓葬中死者的头向一致，并陪葬有工具与生活用品，反映了某种回归彼岸世界的观念。”（钟敬文，2009：33）这是人类早期灵魂观的体现。当时巫术活动已盛行，后来甚至分化为专门的巫师与祭司，不同程度的祭祖活动频繁举行。

2.2 魏晋南北朝——成长期

魏晋在中国历史上是一个变化巨大的时期。由于这时期朝代更替频繁、战争频频发生，魏晋玄学思潮开始盛行。人们开始追求形而上的东西，而且对生死、哀伤，对人生短暂、生命无常的感慨达到了前所未有的高潮，并成为那个时代的普遍音调。祭祖在当时成为一种隆重的行为，魏晋之前，祭祀的日期并不确定，后来逐渐固定在七月十五日前后。“南北朝时，七月十五已是皇家祭祀祖庙的吉日（见《宋书·礼（四）》），民间祭祀祖灵的活动日大概也在这一时间。”（萧放，1998：71）这一时期的中元节俗开始被赋予形而上的色彩，对节日的祭祀含义添加了宗教形而上的理念，包括结合了阴阳学说等内容。从此中元普渡就不仅仅是简单的节日祭祀而已，它背后还反映了中国古人的一些学说观念与道德理念。有了这样的理念根基，节日习俗就能成形并稳定发展。根据《亡灵信仰与中元节俗》的说法，中元节是在上古秋祭习俗的基础上发展而来的。由于古代人农业生产技术不高，认识水平还很有限，人们对春种秋收的农业收成非常忧虑。因此希望有神灵的援手以保证农业的丰收。这样就形成了以秋收的农作物报答神灵祖灵的信仰习俗。在农作物丰收的时节人们要举行一种仪式，即给祖先献祭的仪式，把丰收所获的谷物首先献给保佑自己的先人。

古老的祭祖习俗到了南朝时期因佛教文化的融入而面目一新。在崇尚佛教的风气下，七月十五日演变为盂兰盆节。江新建（2008：40）《佛教与中国丧葬文化》一书中写道：“南朝时梁武帝曾于大同四年（538）带头在同泰寺设盂兰盆斋。”节日当天人们需要诵经，准备供品给孤魂野鬼。这又与道教所谓的七月十五地官诞辰之日不谋而合。人们相信在田地耕作必受地官保佑才能有收获。因此在秋收时节民间都会准备丰富的供品祭拜地官大帝及自己的祖先。

2.3 唐宋——成熟期

唐以后，中元才作为系统的节日出现。李唐王朝建立后，统治者提高了道教的地位，使其高居三教之首。因此道教节俗在主流意识的影响下介入民众生活。宋代也是道风鼎盛的时代，神鬼信仰弥漫于社会，因此与鬼有关的中元祭祀在民间的传播更是如鱼得水。

唐代中元节已经有祭祖、礼佛的内容。江新建（2008：40）《佛教与中国丧葬文化》一书中介绍：“到了唐代，每年七月十五日皇家就送盆到各个官寺，献贡各种杂物，民间也有人到寺庙献盆、献贡杂物。”宋代《东京梦华录》记载：

“中元先数日，市井卖冥器、靴鞋、帽带、彩衣之属，以竹斫成三脚高三五尺织灯窠之状，谓之“盂兰盆”，挂冥钱、衣服、备素食以供养先祖。”（转引张宁，2010：26）由此可见唐宋时期中元节已具备影响千年的节日形态，对后世产生了久远的影响。

唐宋时期的中元节俗已经形成完整的节日祭祀的内容，包括祭祀对象的确定，仪式的分化，宗教祭祀与民间普渡的分类，祭祀用品的运用等，都能反映出这一时期中元节俗的成熟稳定。在祭祀对象与仪式的分化方面，可分为寺庙道观的宗教化仪式，其祭祀对象主要针对神佛和亡亲。从佛教的盂兰盆节角度而言，此日祭祀亡亲是孝亲的一种表现，因此七月是孝亲月，是一个充满人文情怀的月份。这与民间的中元普渡有着相当大的区别。民间的中元普渡与《东京梦华录》所记载的内容相当符合。“以竹斫成三脚高三五尺织灯窠之状，谓之‘盂兰盆’，挂冥钱、衣服、备素食以供养先祖”这段描述和现在保留的中元节俗有着极高的一致性。描述中被称为“盂兰盆”的三脚高杆用于悬挂冥钱、祭品等物，与现在中元节俗中的施孤棚相似，并且其功能也一致。可见民间的中元普渡中以冥钱、祭品等置于施孤棚上祭祀先祖这一习俗自宋代已成形并保留至今。然而现在中元普渡的祭祀对象不仅仅是自己的祖先，也可祭祀其他无后无主的孤魂。这便让中元节变成了不仅仅是孝亲的节日，而且还普及到祭祀亡灵鬼魂的节日，为中元节添加了一丝鬼节诡异阴森的气氛。

2.4 元明清以后——延续期

中元节俗到唐宋时期具备完整的节日形态后，逐渐成为无论集镇还是乡村都十分重视的一个节日。佛道两教的中元节仪式都有一定的规模。佛教仪式的活动多在相关宗教社区举行，而在乡村人们更多的是传承以自家为单位的祭祖、斋醮、烧纸钱等内容，前者有人称之为公普而后者为私普。种种祭祀活动反映出的是人们对祖先的崇拜与敬畏。

这一时期的中元节俗已呈现出多样化的风俗。《中元节考述》中介绍：“各县在中元节这一天有不同的风俗，有的于夜间在水陆放灯，有的于门两旁供芝谷，有的上坟祭扫，有的携瓜果脯礼楮钱登丘陇祭奠。”（张宁，2010：26）如今海外的中元节俗还是延续着如此多样化的风俗习惯。不同地区都保留了符合当地风土民情的一些习俗。但现在还保留着放水灯这个习俗的地方已经不多见。

结语

中元节作为中国传统三大祭祀节日之一，其由来已久。中元节形成的背后有着深厚而且深刻的文化和思想底蕴。可以说古人对灵魂的崇拜是中元节形成非常关键的因素。再加上后来的各种传统观念的渲染，如阴阳观念、道德观念等，便形成了如今我们看到的以祭祀亡灵，悼念亡亲为主的中元节俗。从阴阳观念又渗透出古人的宇宙观、天人合一等理念。因此可以说中元节为我们呈现了中国古人的智慧，而这些观念和智慧又成就了这样与时偕行的一个节日。这一点我们可以从《周易》十二辟卦的阴阳消息规律找到中元节俗形成的依据。

从历史进程的角度来说，中元节的发展阶段基本可按不同时期分为四个阶段，分别是魏晋南北朝之前的孕育期，魏晋南北朝的成长期，唐宋的成熟期以及元明清之后的延续期。从孕育到成长，魏晋南北朝时期是中元节发展重要的里程碑。受到魏晋玄学思潮的影响促成了后来中元祭祀与普渡的宗教色彩和思想的形成，节日习俗从此被提升到了形而上的高度。唐宋的成熟期标志着节日习俗的定型与传承的稳定性。虽然到元明清之后有些习俗逐渐消失，但大体而言，节日的主要习俗活动仍然得以保留下来。

参考文献

- 傅功振 & 樊列武. (2008). 浅析“中元节”及其现实意义. 寻根, 2.
- 孔颖达. 周易正义. (2018). [唐]. 中国致公出版社.
- 张宁. (2010). 中元节考述. 语文学刊, 1A, 25 - 26.
- 江新建. (2008). 佛教與中國喪葬文化. 湖南人民出版社.
<http://www.hnppp.com/index.asp>
- 萧放. (1998). 亡灵信仰与中元节俗. 文史知识, 11, 71.
- 释金明法师. (1990). 佛说盂兰盆经. 马六甲佛化盂兰盆法会工委出版.
- 钟敬文. (2009). 民俗学概论. 上海文艺出版社.