

日本的例行節日

一、新年（お正月）^{しょうがつ}

日本有句俗諺：「一年之計在於元旦（^{いちねん けい がんたん}一年の計は元旦にあり）」，可見日本人對於新年的重視。

日期：西曆1月1日，是日本最重要的節日之一。日本的新年原本與台灣一樣，訂於舊曆的1月1日，在進入明治時代後，日本政府為了與西方世界接軌，全面採用西曆。目前只有極少數的地方才過舊曆新年，並且大多位於沖繩或鹿兒島的鄉下地區。

佈置：日本人相信新年乃是「年神」造訪的日子，因此都會鄭重準備。過去，日本人從12月中就會開始準備過新年（關東12/8、關西12/13），被稱為「正月事始め」。之後，陸續進行大掃除與佈置的工作，等待新年的到來。

佈置：^{かどまつ}「門松」與^{しめなわ}「注連繩」。

- 門松：佈置在門口，因為松樹自古以來就被視為神明的棲息之處，因此藉由設置門松，迎接神明的到來。
- 注連繩：懸掛在家門口，象徵「結界」，具有避邪的功能、保持家中不被邪靈侵擾，維持家中環境的清淨。



二、除夕（^{おおみそか}大晦日）

日期：12月31日。

習俗：團聚在家，一起吃年夜飯，邊觀賞NHK的「紅白歌合戰」等除夕

節目。年菜稱為「御節料理」（^{りょうり}おせち料理）。正式的

御節料理必須盛在四方形的「^{じゅうばこ}重箱」，最上層的盒子稱為「一の重」，依次是「二の重」、「三の重」、「与の重」。食材均取吉祥之意，例如：



- 「栗金団」—甜栗子，用砂糖煮成的甜栗泥如黃金，象徵財運興旺。
- 「黑豆」—豆子的「まめ」與勤勞同音，象徵來年健康，能繼續勤奮工作。
- 「数の子」—鹽漬鯡魚卵，象徵多子多孫，家族綿延。
- 「田作り」—鰯魚甘露煮，又名「ごまめ」。鰯魚就是沙丁魚，是田地肥料之一，象徵來年豐收。
- 「慈姑」—慈姑的球莖上會長出長芽，日文中「芽が出る」的說法，象徵幸運成功，一展長才。

除此之外，元旦早上也會喝「屠蘇酒」(とそ)及吃「雜煮」(ぞうに)。

另外，除夕當晚，各家寺廟也會在深夜 12 點，敲響寺內的大鐘，一共要敲 108 下，象徵去除人們的 108 種煩惱。除夕夜過後，人們會呼朋引伴前往神社或寺廟進行「新年參拜(初詣)」。初次參拜據說能帶給人好運，同時也藉由參拜祈求新的一年諸事順利、闔家平安。此時，日本的大眾運輸工具也會配合初次參拜，在除夕這一天加長營業到清晨，載運初次參拜的人潮。

互相寄送賀年的明信片，除了恭賀新年的到來外，也藉此確認彼此的平安，也因此賀年明信片的數量十分驚人。據統計，日本人的賀年卡高達 20 億張。

與台灣相若，日本也會發給小孩子壓歲錢，日文稱為「お年玉」。一般來說，日本壓歲錢金額大多為 5000 到 10000 日幣，累積下來對小孩子來說也是一筆不小的金額。

傳統上，日本的小孩會在新年時玩一些特別的遊戲，例如放風箏與打陀螺。女孩們也會玩一種類似羽毛球的遊戲，稱為「羽根突き」。此外，新年的遊戲

還有「歌留多」、「双六」與「福笑い」。

近年來，這些傳統遊戲已經漸漸沒落了。



三、五節句(五節句：七草節、女兒節、端午節、七夕、重陽節)

日本古代，是以農耕為中心的農業社會，因著四季的變化，就產生了多種「節句」，即中文的「節氣」。其中以在江戶時代訂定為公定假日的「五節句」，至今仍流傳於民間。

日本視奇數為吉祥數字，和中國認為雙數是吉祥數字不同，而「五節句」的日期選擇上，又受中國文化的影響，兼併雙方文化，採用了重複日期，如：3月3日、5月5日。例外的是，由於1月1日是元旦，因此1月的「人日」的日期訂在7日，而非1日。

流傳至今的五節句如下：

- 1月7日 人日(じんじつ) / 七草の節句
- 3月3日 上巳(じょうし/じょうみ) 桃の節句・ひな祭り
- 5月5日 端午(たんご) / 菖蒲の節句
- 7月7日 七夕(たなばた/しちせき) / 星祭
- 9月9日 重陽(ちょうよう) / 菊の節句

因為明治維新推行西化，以上「節句」也從原本的農曆日期變更為西曆日期，不過仍然不影響民眾對於「五節句」的重視。

節句的意義

古時的節句是依季節而誕生，因此與當季代表性的植物結合。

節句的宗旨是準備當季供品向神明祈願，祭拜完神明後，由信眾食用，因此日文的「節句」也可寫作「節供」。節句雖然是民間祭拜神明的習俗或例行活動，但更深一層的意義是讓平常辛勤耕作的民眾，得以藉此機會補充平常較捨不得吃的滋補飲食、休養生息。

在現代，節句從祭拜神明轉變成另一種增進家人情感的活動。以女兒節或男孩節為例，家中成員同聚一堂，為家中未成年的男孩或女孩慶祝過節，對於孩子們而言，都是一生難忘的、與家人情感深刻聯繫的回憶。而在迎接各種節句時，全家一起配合節句裝飾家裡，也都是可貴的相處經驗與共同的回憶。

此外，五節句中第五個的「重陽」，雖然仍會有慶祝活動。但坊間為了推銷五節句商品，大多已將之改變成中秋賞月。

1. 七草節 (七草の節句)

日期：1月7日。

由來：因為中國傳說新年的首八天是不同植物或動物的生日，而第七天剛好是人的生日，因此被稱為人日。另一個傳說則指出女媧創世時，在第七天造出了人，因此新年第七天為「人日」。

習俗：要吃「七草粥」。^{ななくさがゆ}習俗源自中國，大約是在平安時代時傳入日本，並成為宮中的習俗而流傳下來。到了江戶時代，此習俗才擴展至民間。

據說是因為人們在新年大吃大喝，因此藉由吃七草粥，使腸胃得以休息。另外在日本的東北地方，多數人不會在「人日」吃七草粥，而是改在1月15日的小正月食用。



2. 女兒節 (桃の節句)

日期：3月3日。

由來：因為日本自古就認為桃花具有驅魔的能力，並象徵著「生命力」、「不老」與「和平」。因此將這一天訂為女兒節，便是祈禱女兒能活潑健康地長大。另外這一天又被稱為「上巳之節句」，相傳古代中國人在這一天會到河中洗手洗腳，以便清除身上的邪氣與災厄。

習俗：要擺飾「雛人形」(^{ひなにんぎょう}雛人形)，起源於平安時代的「人偶信仰」。

- 平安時代：相信人偶能夠做為人類的替身，當遭遇厄運或做惡夢時，只要把做為替身的人偶放到河中流走，厄運與惡夢就會隨之消失。所以將「人偶」放水流代替洗手腳，做為「上巳之節句」的驅邪儀式。
- 江戶時代：這種儀式成為「武家」的習俗。當時武士家中的女兒都會在3月3日，於家中擺飾「雛人形」。此時的「雛人形」已從暫時性的替身，變為承受主人一輩子厄運的替身，帶有強烈的「祭典」色彩。加上由於「雛人形」也是武士女兒的嫁妝，顯示出擁有者的身份地位，所以裝飾才越發華麗。
- 江戶後期：出現被稱為「有職雛」的「雛人形」，呈現宮中人員裝扮。從此時開始，也會為「雛人形」增添各種家具，藉此祈求女兒能夠成為一個優渥的新娘。

雛人形擺設:

第一階:「^{だいらびな}内裏雛」代表天皇、皇后的男雛和女雛，背後是金屏風。

第二階:「^{さんにんかんじょ}三人官女」三名宮廷女官，手持喜酒、祝杯及祝壺。

第三階:「^{ごにんはやし}五人囃子」五人的宮廷演奏隊。

第四階:「^{ずいしん}隨身」隨從，兩側為一老一少的大臣，中間擺放料理。

第五階:「^{しちょう}士丁」中央是三名僕人，左側是橘，右側是櫻。

第六階:「^{どうぐ}道具」通常擺放小型嫁妝傢具。

第七階:「^{どうぐ}道具」為牛車、籠、轎子等。



由於整套雛人形價格昂貴，現代有各式各樣的迷你型雛人形，可以逐年添購補充。雛人形可以代代相傳，有些名門世家，每年擺飾的雛壇都很壯觀。祖先是諸侯大名的世家，雛人形均有幾百年歷史，可列為國家指定特別文物。

雛人形要在3月3日前一星期裝飾完畢，3月4日收拾，最遲在3月中旬之前就得收拾完畢，據說否則女孩子將來會嫁不出去。除了裝飾雛人形，日本各地仍有習俗，把紙製人形擱在竹皮或稻草船放入河流，祈求身體健康、平安順利。

3. 端午節 (^{たんご} ^{せっく} 端午の節句)

日期: 5月5日，也是屬於男孩的「兒童節」。

由來: 早期的端午其實是女性的節日。5月在古代日本是播種前的時節，女性在此時都必須以菖蒲清洗身子，藉此去除身上的污穢與邪氣，以免播種時影響稻作生長。男性則會暫時離開家中，以免受到邪氣的侵襲。而鎌倉時代，武士認為「菖蒲(しょうぶ)」即是「尚武(しょうぶ)」或「勝負(しょうぶ)」，因此將端午視作男兒的節日。當時的小孩還會玩一

種用菖蒲束用力敲擊地板的遊戲，敲擊聲較大的人即可取得勝利。江戶時代，有男兒的家庭都在院子掛上染家紋或鍾馗像旗幟，家中擺飾頭盔、長刀、火繩槍、武將人偶，屋簷擺飾菖蒲。

應節食物：關東人吃的和菓子是「柏餅」^{かしわもち}；關西人則吃「粽」^{ちまき}。

- 柏：即是榲樹，這種樹的特色是新芽長出之前，荖葉不會掉落，此舉可意味著子孫繁榮。
- 柏餅：是用榲樹葉包餡料的甜點。
- 粽：有各式各樣的粽子，但形狀呈長錐形。



4. 七夕(たなばた)

日期：舊曆是7月7日，但改為西曆後，分為7月7日與8月7日兩個日子。過去「七夕」寫成「棚機」(たなばた)。

由來：中國漢代的牛郎織女悲戀傳說，7世紀透過遣唐使傳入日本，與日本固有的各種織女傳說結合，成為宮廷例行儀式。

習俗：

- 江戶時代：擴展為民間祭典。
- 昭和30年代前：以凝聚在葉上的朝露磨墨，將願望寫在短冊^{たんざく}，掛在矮竹上裝飾於屋內，最後放入河川或大海。
- 現在：日本東北地方的宮城縣仙台市都會於每年8月舉辦盛大祭典，稱為「七夕祭り」^{たなばたまつ}。



5. 重陽節(重陽の節句)^{ちようよう せっく}

與其他節日比較起來，「重陽節」較不受重視。

日期：9月9日。

由來：傳自中國的陰陽思想。陰陽道主張奇數為陽數，「9」又是陽數中的極致，9月9日被稱為「重陽」，但也由於「重陽」的陽氣過重，被視為負擔、不吉利，因此需要舉辦儀式來化解不祥之氣。但是後世轉變為吉

祥之意，舉辦慶祝儀式。

習俗：以往舊曆會喝菊花茶、菊花酒。現代西曆的9月9日不是菊花季節，真正盛開是在10月上旬至11月上旬，日本全國各地會舉辦「菊人形」(きくにんぎょう)展。過去還會有在重陽節的前一晚，於菊上擺放棉花，吸取露水，用來擦拭身體的習慣。

四、盂蘭盆節 (お盆^{ぼん})

日本夏天最重要的節日，即是「盂蘭盆節」。

日期：過去多是在8月13日或8月15日舉行儀式。但現在多數地區都改在7月13日或7月15日舉辦。

由來：一般被視為佛教的節日，在8月15日，人們藉由祭拜死者，以撫慰他們的靈魂，因此各間寺廟都會舉辦盂蘭盆會。但事實上，8月15日在日本的傳統宗教「神道」中，原本就是迎接祖靈與祭拜神明的重要節日。這個節日之所以稱為「盆」，也是因為日本神道中祭祀祖先的器皿稱為「盆」之故。因此或許能推論出「盂蘭盆節」是神道與佛教互相交流後所誕生的節日。

習俗：13日時，會點燃「迎魂火 (迎え火^{むかひ})」，迎接祖先的歸來。部份地區的人也會在這一天去掃墓 (墓参り^{はかまい})，將祖墳打掃得乾乾淨淨。此外，少數地區還會舉辦集體迎魂火儀式。

16日時，則會點燃「送魂火 (送り火^{おくひ})」，將祖先的靈魂送回死者的世界。一些地方會將點有「送魂火」的燈籠或是供品放流於附近的河川，象徵祖靈被河流帶回黃泉世界。過去這種儀式頗為盛行，近年來則因為環保問題，而較少舉行。此外，在京都有著被稱為「五山送魂火 (五山送り火^{ござんおくひ})」的大型祭典。這一天，京都附近的五座山上，會燃起巨大的送魂火，藉此恭送眾多的死者靈魂回到冥界。



此外，人們還會齊聚於寺廟的廣場，一起跳「盆舞 (盆踊り^{ぼんおど})」。據

說其動作是仿死者免於地獄苦難的喜樂動作。近年來「盆舞」的宗教意味已漸漸消失，許多地區舉辦「盆舞」是為了拉近左鄰右舍的感情。

五、七五三^{しちごさん}

日期：日本的父母會在11月15日帶著特定年歲的孩子前往神社參拜。男孩是在3歲與5歲，女孩則是在3歲和7歲。

由來：選在11月15日進行參拜，是因為農曆11月是收穫的季節，而15日則是名為「鬼宿日」（鬼怪閉關在家，不會出現在世上）的吉日，因此11月15日可說是非常吉祥的日子。人們選在這一天，帶著孩子前往神社參拜，感謝神明賦予豐收並保佑孩子順利成長。這種儀式起源於平安時代，江戶時代才普及於民間。當時醫術落後，加上天災，孩子往往會早夭，孩子只要能活到7歲，父母就得謝天謝地了。因此江戶人認為不到7歲的孩子都是神佛的子弟，父母只是暫時替神佛照顧而已。

之所以是3歲、5歲與7歲這三個年齡，是因為不管男女3歲時都會進行「蓄髮儀式」，男孩5歲會進行「著袴之儀」，女孩7歲則會進行「解帶儀式」。因此父母才會在這三個對孩童來說非常重要的年紀，帶領他們前往神社參拜，感謝神明護佑孩子成長。

習俗：

- 「髮置」（かみおき）：無論男女，3歲時都會舉行髮置儀式。就是剃掉出生後長出的頭髮，帶上棉帽，祈求孩子重新長出的新頭髮可以維持到白髮蒼蒼的年齡。
- 「袴着」（はかまぎ）：男孩5歲時，第一次穿正式禮服的裙褲，透過此儀式，才能成為「童子」。頭上戴冠，站在棋盤上向四方拜神。棋盤表示人生賭場，向四方膜拜是祈求孩子長大後，無論碰到任何人生問題，都能順利過關。
- 「帶解」（おびとき）：女孩在7歲前穿的和服腰帶是縫在衣服上的，7歲後才開始學綁腰帶。而腰帶另有將靈魂鎖在體內的意思，如此才不會讓女兒一失足成千古恨。
- 前往照相館拍攝紀念照，孩子在拍照時，必定手持「千歲飴」，是一種長約30公分、染成紅白兩色的棒棒糖，裝棒棒糖的紙袋印有象徵長壽龜鶴、松竹梅等吉祥圖案。



參考文獻

【書籍】

1. 依田秀輝《看漫畫了解日本的行事（12個月）》（鴻儒堂，2009）

【網路資料&講義】

1. Wiki 相關條目：

〈http://www.wahouse.com.tw/special.php?rid=&class_lei=blog&id=12393〉

〈<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!FeZjAJ2bBg6UD2V116XvSQ--/article?mid=66>〉

