



称作饵，《西京杂记》最早提到九月九日食蓬饵，饵、糕同物异名。《说文解字》谓“饵，粉饼也，”，可知饵就是用米粉蒸成的饼。米粉有稻米粉和黍米粉两种，黍米有黏性，二者合蒸而成。九月恰黍谷成熟收割之际，黍米便成为“时享”即岁时节日祭祀祖先神灵的应时祭品。而进献之后的祭品，由民众集体分吃以分享神惠，饵便转身成为民众的时节佳品。后世的重阳糕即渊源于九月的尝新食品。六朝以后，糕类成为重阳节的时令佳品，唐宋时期重阳食糕风俗流行开来，唐代称麻葛糕，宋人已习称“重阳糕”。如吴自牧《梦粱录》记述南宋杭州城的重阳糕：“都人店肆，以糖面蒸糕，上以猪羊肉鸭子为丝簇钉，插小彩旗簇之，名曰‘重阳糕’”。明清以后，糕面装饰更加丰富多样，重阳糕又多被称为“花



糕”。从九月九食饵到重阳食糕，表面上只是称呼和字面的变动，但背后所蕴含的民众的价值和情感诉求却发生了巨大的转移。食饵最初主要是为了祭祀和辟邪，《西京杂记》就有“食蓬饵以祓妖邪”的说法。后来随着社会文化的日益世俗化，人们更加注重现世的顺遂吉祥和生活享乐，谐音“高”的糕之名便应运而生。糕成了生长、向上、高升的象征，如宋代人们在九月九日天亮时，“以片糕搭儿女头额，更祝曰愿儿百事俱高，作三声。”（吕原明《岁时杂记》）。又糕面上置小鹿子，称为食禄糕，重阳糕上的各种装饰物也有各自的吉祥寓意。

此外，重阳节还流行骑竹马、放风筝、放纸条等游戏活动，更为孩童们增添了节日乐趣。小孩子骑竹马，民间