

值昇短講---重陽節 (27/10/25)

6B 鄧皓然 張瑋麟

A:今天我哋想同大家分享一個重要而富有文化意義的節日——重陽節。

A:重陽節，又稱重九節，通常係農曆九月初九慶祝。呢個節日的起源可以追溯到古代中國，根據《易經》的理論，九是陽數中最大的數字，兩個九相重，故稱為重陽。這一天，正好是秋天的季節，象徵著豐收和長壽。在古代，重陽節也被視為一個祭祀祖先的日子，以表達對先輩的敬仰和懷念。

B:在重陽節，我們有許多傳統習俗，其中，最為人知的就是登高。人們會在這一天登上高山，寓意避邪消災，增添健康。登高不僅是一種體育活動，還讓我們感受到大自然的美好，享受秋天的清新空氣，與家人朋友共享快樂的時光。

B:除了登高，重陽節還有飲菊花酒的習俗。菊花在這個時期盛開，寓意著長壽與健康。人們會用菊花泡酒，並和家人一起分享，祝願彼此健康長壽。這一習俗不僅讓節日更加熱鬧，還增強了家庭的凝聚力。

A:在唔少嘅地方，重陽節會舉辦各種活動來慶祝這個佳節。首先登高比賽是非常受歡迎的一個活動。學校、社區甚至企業都會組織這樣的比賽，大家以小組形式一起挑戰高峰，這不僅能增進團隊合作精神，還能鍛煉身體，提升健康意識。

A:此外，係一嘅社區，還會舉辦敬老活動，組織義診和文藝演出，讓年輕人和老年人之間有更多的交流和互動，增強社會的凝聚力。這些活動讓我們更深入地了解重陽節的意義，也讓老年人感受到社會的關愛。

B:除了這些傳統活動，重陽節也提醒我們珍惜與家人、朋友之間的關係，關心身邊的人。在忙碌的生活中，我們常常忽略了對長輩的關愛。重陽節是一個契機，讓我們回過頭來，去關心、尊重和陪伴年長者，讓他們感受到社會的溫暖。

B:總之，重陽節不僅是一個傳統的節日，更是一個充滿人情味和文化底蘊的日子。係呢個特別的日子，我們不僅要慶祝生命的延續，也要感恩生活中的每一個人。希望大家在這個重陽節中，能夠與家人一起登高、飲酒，參加各種活動，並傳遞對生命的敬畏與愛。