看 文化
文史 博談 命理 健康 美食
看中國 VISION TIMES
www.kanzhongguo.com www.visiontimes.com
美東版 第1073期C版 2026年9月18日～9月24日





為何亞洲人都在祭祖？一個故事影響兩千年

文｜陳靜

每年八月，日本迎來一年中最具情感溫度的傳統節日——盂蘭盆節。

街巷間掛起燈籠，寺院鐘聲悠揚，人們返鄉祭祖，在暮色中點燃迎魂火、放流燈，將對先人的思念寄託於一盞盞緩緩漂流的燈火之中。這不僅是一個節日，更是一場跨越生死、連接過去與當下的精神儀式。

然而，盂蘭盆文化的源頭並不在日本，而是在兩千多年前的古印度。它隨著佛教東傳，在中國、日本、韓國、越南、泰國等地，與本土文化不斷融合，最終形成了各具特色的祭祖傳統。雖然儀式各不相同，但貫穿其中的始終是一種共同的精神——追思祖先、敬畏天地、禮敬神明，並在代代相承的儀式中守護文明的根脈。

EDONOYAMA/ADOBE STOCK



日本盂蘭盆節期間展示的燈籠

目連救母與盂蘭盆節的由來

「盂蘭盆」一詞來源於梵文的「Ullambana」，意為「解救倒懸之苦」。所謂「倒懸」，比喻眾生在惡道中受苦，如同被倒吊一般痛苦難當。中國及東亞地區流傳已久的盂蘭盆節，其精神根源便來自佛教經典——《盂蘭盆經》中著名的「目連救母」故事。

相傳，佛陀十大弟子之一的目犍連（又譯目連）神通廣大，在證得阿羅漢果後，十分思念已故的母親青提夫人。為了報答母親的養育之恩，祂運用神通遍察六道，希望找到母親的去處。

然而，當目連看到母親時，眼前的景象卻令祂心如刀割。原來青提夫人生前雖疼愛兒子，卻因為慳貪自私，不敬三寶，常造口業、惡業，死後墮入餓鬼道。她骨瘦如柴，飢渴難耐，喉嚨細如針孔，腹部卻大如巨鼓，長年受著無法進食的痛苦折磨。

目連悲痛萬分，立即以神通盛來香飯送給母親食用。誰知母親因長期飢餓，深怕食物被其他餓鬼搶走，一手遮掩飯碗、一手急忙抓飯入口。然而飯食尚未入口，便化作熊熊烈火，根本無法吞食。目連眼見母親受苦，卻無能為力，不禁悲傷落淚。

於是祂來到佛陀面前，請求救度母親的方法。佛陀告訴祂：「你母親罪業深重，單憑你一人的神通與孝心，尚不足以化解她累世積累的業力。必須依靠十方僧眾清淨修行的功德，才能真正幫助她脫離苦海。」

佛陀進一步開示：每年黃曆七月十五日，正值僧團結束夏安居之時。經過三個月精進修行的僧眾戒德清淨、功德殊勝。若能在這一天備辦百味飲食、香花果品，供養十方僧眾，再將所得功德迴向現世父母、七世祖先及歷代亡靈，便能幫助他們消除業障、離苦得樂。

目連依照佛陀的教導，於七月十五日虔誠設齋供僧，並將功德迴向母親。最終，青提夫人得以脫離餓鬼之苦，轉生善道。「目連救母」的故事也因此廣為流傳，成為佛教孝道文化的重要象徵。

從此以後，每逢黃曆七月十五，人們便舉行盂蘭盆法會、供僧行善、祭祖追思，以感念父母恩德和祖先庇蔭。這一天不僅是超度亡者的日子，更是提醒世人飲水思源、慎終追遠的重要時刻。

因此，盂蘭盆文化最核心的精神，並非單純的祭祀儀式，而是以孝道為本、以慈悲為懷、以善行積德回報親恩。它讓生者懂得感恩、讓逝者得到祝福，也讓人與祖先之間的情感超越了生死的間隔，在代代相傳的禮儀與信念中綿延不絕。

隨著佛教沿絲綢之路東傳，盂蘭盆文化在中國融匯了「慎終追遠」的禮制傳統，又隨著文化交流傳播至日本、朝鮮半島及東南亞各國，在不同文明的土壤中，發展出各具風貌的節俗。不同的山川、不同的禮儀，卻共同延續著一份對生命源流的敬重。

日本盂蘭盆節 讓思念照亮歸鄉之路

日本的盂蘭盆節源於《盂蘭盆經》，又融合了神道教的祖靈信仰，形成了獨具特色的祭祖文化。大多數地區會在每年 8 月 13 日至 16 日舉行慶典。

節日期間，人們會舉行一系列充滿象徵意義的儀式。迎盆時，人們點燃篝火，引導祖先的靈魂回到家中；家家戶戶擺上水果、糕點、時令蔬菜，以及用茄子和黃瓜製作的「茄子馬」、「黃瓜牛」，象徵祖靈來去的坐騎；夜晚，人們圍繞高臺跳起盆舞，以舞蹈迎接祖靈，也祈願社區平安；到了送盆時，京都著名的「五山送火」點燃山間巨大的火文字，將祖靈送回彼岸。

在日本人的觀念裡，祖先並未真正遠去，他們依然守護著家族。因此，盂蘭盆節不僅是祭祀的日子，也是家庭團聚的重要時刻。許多遠赴異鄉的人都會在這幾天返鄉掃墓，與家人相聚，讓思念有了歸處、讓記憶得以延續。

中國中元節 慎終追遠的千年傳統

中國的中元節與盂蘭盆節擁有共同的文化淵源，但在漫長的發展過程中，又融入了禮制傳統和民間習俗，形成了更加豐富的文化內涵。

黃曆七月十五這一天，人們掃墓祭祖、焚香敬禮、放河燈、施食布施，希望慰藉逝去的親人，也寄託對生命輪迴的思索。「慎終追遠，民德歸厚矣。」祭祖不僅是表達哀思，更是在一代代人的傳承中，提醒後人銘記自己的來處，珍惜家族的延續與親情的紐帶。每一次焚香、每一次祭拜，都體現著對天地秩序的尊重，也維繫著人與祖先之間綿延不斷的聯繫。

河燈順水而下，燈火映照夜空，彷彿把生者的思念送向遠方，也讓生命的記憶隨著光影靜靜流淌。

韓國秋夕祖先就在團圓之中

韓國的秋夕雖然被稱為「豐收節」，卻同樣擁有濃厚的祭祖傳統。

節日期間，人們會舉行茶禮祭拜祖先，前往祖墳掃墓，清理墓地，再與家人圍坐共享鬆餅等傳統食物。在韓國人的觀念裡，祖先並不是遙遠的存在，而是始終與家族共同分享團圓時刻的精神陪伴者。

因此，秋夕不僅慶祝豐收，更是在團聚中表達感恩。當一家人按照傳統擺放祭品、依禮祭拜時，儀式本身便成為連接過去與現在的紐帶，讓家族的記憶在代代相傳中不斷延續。

越南蘭盆節孝道與慈悲同行

越南的蘭盆節（Vu Lan）同樣源於盂蘭盆故事，是越南最重要的傳統節日之一。節日中最動人的傳統，是人們在胸前佩戴玫瑰花：父母健在的人佩戴紅玫瑰，父母已經離世的人佩戴白玫瑰。

一朵花，便成為親情最直觀的表達。它提醒人們珍惜眼前的陪伴，也寄託著對逝去父母無盡的思念。

與此同時，人們還會舉行誦經、放生、布施等儀式，把對父母的感恩，延伸為對眾生的慈悲關懷。在這裡，祭祀不僅屬於家庭，也成為人與社會、人與生命之間的一種溫暖聯結。

泰國薩泰節 功德跨越生死

在泰國南部，一些地區至今仍保留著與盂蘭盆文化相近的「薩泰節」（Sat Thai）。節日期間，人們向僧侶布施、製作傳統供品、舉行誦經儀式，為逝去的親人祈求安寧。

在當地的傳統中，後人的善行能夠化作祝福，傳遞給已經離開的人。因此，祭祀不僅停留在懷念之中，更成為激勵人們修身行善的重要契機。對祖先的思念，最終化作現實生活中的善意與責任。

SUPAWIT/ADOBE STOCK



人們掃墓祭祖時準備焚燒的紙錢

燈火不同 信仰相通

縱觀日本、中國、韓國、越南、泰國等地的盂蘭盆文化，人們所採用的儀式雖各不相同：日本以迎魂火與送魂火點亮山川；中國以河燈寄託思念；韓國用莊重的祭禮延續家族傳統；越南以玫瑰表達孝思；泰國則通過布施與誦經迴向功德。但無論形式如何變化，它們都指向同一種精神世界。

在這些傳統中，祖先並非只是歷史中的名字，而是家族血脈的源頭，是文化記憶的承載者。祭祀也不僅是一場儀式，更是一種信仰的表達。燈火、供品、誦經、舞蹈，看似各有風貌，卻都寄託著人們對生命源流的感恩、對天地秩序的尊重，以及對家族傳承的珍視。

從古印度《盂蘭盆經》中「目連救母」的故事，到東亞各地綿延千年的祭祖傳統，「盂蘭盆文化」在不同文明中不斷融合、增長，卻始終沒有改變最初的精神內核——以感恩追念來者，以虔誠敬奉先人，以莊重的儀式維繫人與祖先、人與天地之間的聯繫。

天地有序，神明有位，祖先有源，這是古老文明共同傳承的精神秩序。正是在這種秩序之中，孝道、誠信、仁愛、責任等倫理觀念，得以安放。人知道何為有所敬、何為有所畏，也因此懂得何以立身、何以齊家、何以承續文明。

當人們在節日中焚香祭祖、點燈送魂、俯身行禮時，他們所延續的不只是一個古老的節俗，更是在守護一種源遠流長的文明精神——敬天而知節，敬祖而知本，敬神明而知畏。

正是這種對天地、祖先與神明的敬畏，使道德有所依歸，禮序有所承載，文化的根脈也因此在歲月流轉中薪火相傳、生生不息。



中國人在中元節這天放河燈，用來慰藉逝去的親人。

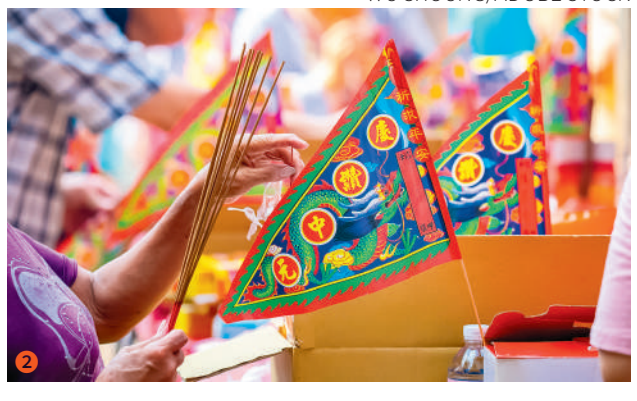
1 日本盂蘭盆節的提燈

2 臺灣中元節的普度旗

GOODSPEED/ADOBE STOCK



WU SHOUNG/ADOBE STOCK



PAUL/ADOBE STOCK

