



清明節的曆法如何推算，民間俗語有云：「冬至百六是清明」。就是由冬至日起計，至一百零六天，便是清明節。相信時下青年大都不知道，在清明節前一天，是寒食節，每逢此日，禁止生火，昔日新界人都遵守此習俗，而寒食節本身是中國全國性的傳統習俗，相傳是春秋時代晉國介之推歸隱山林，不願出仕，晉文公乃下令放火燒山，欲逼他出山，豈料介之推寧死不出，晉文公哀痛之餘，乃下令此日禁止生火，故名寒食節。

新界傳統大族對清明節習俗非常重視，極富傳統色彩，全村的父老及子孫，浩浩蕩蕩地抬着牲品到山頭拜祖，拜祖完畢然後分據山頭齊進食，稱為「吃山頭」。

所謂「吃山頭」，其實就是在山上舉行盆宴，孝子賢孫們攜備肥肉、鮮雞、魷魚、筍乾、蘿蔔等，在祖墳前的山頭，掘成爐灶，就地生火煮製，並且以南乳、柱侯醬、生抽、麵豉及玫瑰露酒炆雞、炆豬肉。另外又起爐灶，煮大鑊飯，然後男女老少，分據山頭，大嚼一頓。

先人的葬地，一般都以「墳墓」稱之，但在新界人眼中，「墳」和「墓」是有分別的，「墳」就是一般土葬的山墳，新界鄉民習俗，凡有親人去逝，都採土葬，落葬完畢，就在墳前堆砌石頭，因此又稱「墳頭」，多數無需立碑。逾十年後，將「墳」挖開，取出先人骸骨，清理後，放入金塔，暫時安置於山邊，然後聘請風水師，物色到認為是好風水的位置，才奉葬先人骸骨，並刻石立碑，這就是「墓」。

墓地由於經過風水師指點，所以又雅稱為「風水地」，但在風水學的正式名稱是「穴」。而新界的客家人，習慣上稱「墓」為「地」，例如「太公地」、「阿婆地」。今日，新界人談笑之間，有時將對方的太公墓地稱為「梳

化」，這是由於新界人的墓形設計似一張大「梳化」。

新界人重視清明拜山習俗，一般人以為他們既拜「墳」，又拜「墓」，其實，新界人在清明節拜祭者，多為「墳」，至多是本房內的「墓」；至於「墓」，尤其是太公墓，則在重陽節期間，召集全族各房子孫，浩浩蕩蕩地去拜祭。

昔日新界人在清明時節除了上山拜墳外，亦會順便採挖一些山草藥回來，由於這些藥都不離開樹葉和樹根，故統稱為「清明茶」或「清明根」。

「清明茶」一詞，亦見於清代王崇熙《新安縣志》，卷三《輿地二》云「……竹仔林之清明茶，亦邑中之最著者也。」但無具體列明「清明茶」的品種名稱。

不過，同一志書卷四《山水略》云：「鳳凰山在大奚山眼內……有神茶，一株能消食退暑，但不可多得，土人於清明日上山採之，名曰鳳凰茶。」大奚山即大嶼山，證明該島鳳凰山上所產的鳳凰茶，就是「清明茶」的一種。

不過，鳳凰茶只是鳳凰山的特產，新界一般山頭所能採挖到的「清明茶」及「清明根」，為「苦梅根」、「洗衫仔根」、「山甘草」、「崗油藤根」。

鄉民採挖回來後，若是「清明茶」者，則將其搗碎，用鹽醃，然後密封於瓶內，待有病時，用滾水沖飲；若是「清明根」，則曬乾收藏，有病時用水煮之服用。「苦梅根」與「洗衫仔根」，是治熱氣特效藥，「山甘草」適用於油風（喉痛），牙痛或生牙癢等，「崗油藤根」可治嘔吐肚痛及絞腸痛，據稱，有一種「清明根」可以治「馬上風」。

昔日新界鄉村地區由於交通不便，鄉民有病無論找大夫或到醫院或購買成藥都甚困難，因而老一輩鄉民都重視清明採藥，以備不時之需。時至今日，鄉民只需按「九九九」，便有救護車送病人到急症室，毋須再上山採「清明茶」、「清明根」，年輕一輩更不知其為何物。