《新农村新青年文库》编委会

主　任：

陶　宏　共青团中央青农部部长

刘增胜　中国农业出版社总编辑

副主任：

林　青　共青团中央青农部副部长

王立健　共青团中央青农部副部长

曹孟相　中国农业出版社副总编辑

成　员：

宁　澈　卫　洁　韩丽萍　蒋　华

刘冠宇　周承刚　张　豪

需要全本请访问 www.ertongbook.com

丛书前言

党中央从全面落实科学发展观、构建社会主义和谐社会的战略高度，提出了建设社会主义新农村的重大战略举措，为我国新农村建设勾画了美好蓝图。伟大的时代成就非凡的事业，美好的前程激励不懈的追求。建设社会主义新农村，为广大农村青年发挥聪明才智、实现人生理想提供了广阔舞台和难得机遇。要在新的时代中建功立业，广大农村青年就必须着力提高文化科技素质，切实增长就业创业技能，积极培养市场经营能力，努力成为“有文化、懂技术、会经营”的新一代农村青年，这也是社会主义新农村建设和构建社会主义和谐社会的基础工程和重要任务。

竭诚服务青年是共青团一切工作的出发点和落脚点。努力服务广大农村青年实现增产增收、成长成才，关系当前，牵动长远。当前，共青团中央正全力实施“青春建功新农村行动”，重点推进服务农村青年转移就业创业、农村青年中心建设和乡村青年文化建设等工作，对引导农村青年积极服务社会主义新农村建设提出了具体

要求，推出了具体举措，取得了阶段性良好效果。为进一步满足广大农村青年日益增长的生产生活和学习成才的迫切需求，共青团中央青农部以“关注焦点、瞄准致富点、找准需求点、抓住热点、切入视点”为原则，编辑出版“十一五”国家重点图书——《新农村新青年文库》，包括和谐家园、发展生产、劳动力转移、科普宣传、文化教育、自主创业、小康生活、生态环保等八方面内容的100本书。冀此服务和帮助广大农村青年进一步丰富知识，开阔视野，增长才干，带头倡树文明健康积极向上的时代新风尚，踊跃投身社会主义新农村建设和社会主义和谐社会建设，为全面建设小康社会，为实现中华民族的伟大复兴，奉献青春、智慧和力量，努力谱写出新一代“我们村里的年轻人”的奋斗之歌。

目　录

丛书前言

一、服饰 …… 1
（一）头饰 …… 2
（二）衣裳 …… 4
（三）足衣 …… 5
（四）民族服饰 …… 6

二、饮食 …… 12
（一）主食 …… 12
（二）肉食 …… 14
（三）中国八大菜系 …… 16
（四）宴席 …… 18
（五）茶 …… 20

三、居住 …… 23
（一）宫与室 …… 24
（二）建筑 …… 27
（三）起居习惯 …… 32

四、交通 …… 33
（一）传统交通工具 …… 33
（二）现代交通工具 …… 35

（三）民族交通工具 …… 38

五、诞礼 …… 41
（一）生育 …… 42
（二）诞礼 …… 45

六、婚娶 …… 51
（一）婚礼 …… 51
（二）其他婚俗 …… 57

七、寿诞 …… 60
（一）寿礼 …… 61
（二）寿堂 …… 61
（三）寿桃 …… 62
（四）寿联 …… 62
（五）寿诞 …… 64
（六）寿酒 …… 65
（七）寿面 …… 66
（八）寿宴 …… 66
（九）寿烛 …… 66
（十）寿柬 …… 67
（十一）寿礼民俗 …… 67

八、丧葬 …… 69
（一）葬礼 …… 69
（二）丧事文体 …… 73
（三）其他葬俗 …… 77

九、传说 …… 79
（一）神话 …… 79
（二）传说 …… 84

需要全本请访问 www.ertongbook.com

十、禁忌 …… 90
（一）人体禁忌 …… 91
（二）性别禁忌 …… 92
（三）婚姻禁忌 …… 92
（四）生养禁忌 …… 93
（五）服饰禁忌 …… 95
（六）饮食禁忌 …… 95
（七）居住禁忌 …… 97
（八）语言禁忌 …… 97
（九）丧葬禁忌 …… 99
（十）祭祀禁忌 …… 100
（十一）自然禁忌 …… 101
（十二）岁时禁忌 …… 101

十一、生肖 …… 103
（一）生肖起源 …… 103
（二）生肖禁忌 …… 104
（三）生肖与吉祥 …… 105

十二、节日 …… 113
（一）汉族节日 …… 114
（二）少数民族主要节日 …… 120

十三、贺岁 …… 123
（一）迎春日（扫尘日） …… 123
（二）年画（门神画） …… 124
（三）贴春联 …… 125
（四）倒“福” …… 126
（五）团圆饭 …… 127
（六）饺子 …… 128

（七）汤圆 …… 129
（八）守岁 …… 129
（九）压岁钱 …… 130
（十）拜年 …… 130

十四、艺术 …… 132
（一）书法 …… 133
（二）绘画 …… 138
（三）器乐 …… 142
（四）戏曲 …… 147
（五）民歌 …… 151

十五、对联 …… 154
（一）春联 …… 155
（二）寿联 …… 158
（三）婚联 …… 161
（四）挽联 …… 163
（五）书房联 …… 167
（六）行业用联 …… 168
（七）谐趣联 …… 176

十六、民间医学 …… 179
（一）民间医学史话 …… 180
（二）中药药材 …… 184
（三）日常药膳 …… 190

参考文献 …… 193



一、服　　饰

服饰，是人类的智慧创造，也是人类独有的特殊技巧。服饰具有两重民俗性格：一是保护身体，二是装饰。服饰有其自身的古老传统，既有历史继承性，又有不同时代的革新与创造。

中国服饰历史源远流长，经过数千年的发展，它从最初的“出于羞耻感而遮体”的说法发展到现在一个具有各地特色的服饰民俗，服饰在世世代代的民俗传承下又形成了各种类型和品目。形成了一种多姿多彩的民俗风貌。此时，它也不仅仅是一个为了遮体而采的树叶或草——“遮羞布”，而成了一种出于既能遮体、保暖，又能美化自身的内在要求。这种实用与装饰的结合便构成了服饰的一个新的完整概念。

服装首先是人类生存的必需品，它为人类的生活、生产、劳动提供最基本的保护。随着文化的诞生、发展和变迁，服装就成了反映人的文化符号的艺术品了。可以说，服装反映了人们生活中的文明程度。

农村服饰同样形成了其独有的特色。在服饰习俗中，衣服（上、下衣）是最基本的、最典型的事象，因为它的传承范围最广；而脚下的鞋、袜，头上的帽子却是次要的、不典型的、附属的事象，因为其使用并不广泛。有民族传统及各民族差别形成的装束上的特色，是服饰的最鲜明的标志。民需生活和文化传统形成了各民族在服饰上不同的审美标准。服饰的样式、花色都按本民族惯例形成。以我国为例，鞋、袜在北方，尤其在西北、东北的最寒冷地区，皮、毡靴的使用价值很高；但是在江南水乡、西

南少数民族中，有些地方无论男女都“打赤脚”，鞋的习俗没有形成。同样，在我国许多地区，不仅有些男子习惯不戴帽子，更重要的是很多妇女以长发作为头的保护物，完全不用戴帽子。

服饰，作为一种物质文化，有着悠久而灿烂的历史，服饰的产生和服饰民俗的形成和人类居住的自然环境、气候条件，以及各民族生产方式和生活方式有着密不可分的关系。从衣服发展为成型的样式以来，人类一直是按气候冷暖配置衣物的，于是产生了单、夹、棉、皮衣之别。

本节主要着眼于通过人们的日常着装及民族服饰介绍来反映农村服饰文化的特色。

（一）头饰

一直以来，人们通常很注意头部的装饰。

占中国人口数量绝大部分的汉族人民已经普遍使用较为简单的一些花饰来装饰发式，但在一些少数民族中，仍保留有他们特有的发式和饰品。比如在瑶族中发式各具特征，有麻花式、圆盘式、盆桶式、蝶翅式、拱形、牛角形、海螺式、尖塔式等。他们特殊的头饰也不下 100 余种：主要有凤头式、平顶式、帆船式、飞檐式、宝塔式、圆筒式等。

头饰有妇插银簪，耳戴银环等。少数民族头饰的材料非常丰富，以银为主，还有金、铝、铜、锡等金属；珠玉、松耳石、珊瑚、玻璃球、蜜蜡等非金属材料以及羽毛、兽角、兽牙、刺猬刺、昆虫壳、花朵、竹筒、竹片等动、植物材料。饰物的形式有冠、帽、角、簪、钗、箍、圈、梳、铃、链、球等。青海省海南藏族妇女发套上排列许多银盾，最大的如汤碗，多达 30 个，一套银盾重达二三十斤。西藏日喀则、江孜一带的藏族姑娘成年后，盛装时一种叫



需要全本请访问 www.ertongbook.com

“巴珠”的头饰，一个“巴珠”上往往缀有上万颗珍珠宝石。

1. 帽

我国的劳动人民很多时候是用头巾来代替帽子，因为头巾不仅可以拿来擦汗，也可以裹在头上用来抵御炎热的太阳，十分方便，因此，头巾便成了一种受人们欢迎的头饰物。但是，在大家的生活中，帽子还是必不可少的，因为帽子的用处十分广泛：在南方，人们用帽子遮风、避雨；在北方，人们用帽子御寒防尘等。而在一些少数民族中，帽子甚至成为本民族的标志。这里，我们主要介绍的是维吾尔族各色帽子。



维吾尔族男女老少有戴帽子的习俗，他们都喜爱戴“朵帕”。帽冠上的图案纹样装饰绚丽多彩。维吾尔花帽不仅选料精良，且工艺精湛。花帽的图案与纹样千变万化，各不相同。这主要与地域环境有关：南疆喀什地区花帽样式繁多，尤以男花帽显著，它是以黑底白花纹为主，采用色彩对比强烈、格调典雅的“巴旦木”图案，按纹饰的线构成，棱角突起而显出立体感；和田、库车地区的花帽以优质的丝绒作面料，又配以色彩各异的丝绒线缝织；吐鲁番地区的花帽以色彩艳丽著称。

2. 首饰

农村的人们通常会赶着集会或过节时将自己好好地装扮一下，将自己收藏的心爱的首饰戴上，给大家一种焕然一新的感觉。以下是人们生活中常用的两种首饰：

（1）耳环：耳环如今已经成为一种普通的日常首饰，但各地由于民族和风俗的差异，佩戴耳环的习俗仍是不一样的。汉族人追求简化的生活，所以有些人佩戴耳环是比较随便的，市场上的各种首饰都能成为自己的好装饰，但也有一部分人的首饰是精挑

细选出来的。因此，人们往往会不时地更换新式耳环；但在如瑶族等少数民族中，人们从佩戴上耳环之日起就不能轻易取下，我们甚至能看到一些人将耳洞掉穿后又换一个地方佩戴的现象。

（2）手镯：农村人佩戴的手镯多半是家族中传留下来的，也有买的。同时，勤奋的人们在生活中还会自己编织一些编织物戴在手上做装饰。人们渐渐发现了他们这种才智，所以很多地方的编织物便流传开来，就像现在随处可见的藏族饰品一样，受到大家的欢迎。

（二）衣裳

★ 1. 寒衣

寒衣的由来与孟姜女哭长城的传说有关。

传说秦朝时候，有个姓孟的老汉在院子里种了一棵葫芦秧，等葫芦成熟后，姜老汉拿刀把它切开，突然见里边躺着个又白又胖、非常可爱的女娃。经村里人调解，女娃属于两家共有，在两家轮流居住，由两家共同扶养，并给女娃取了个“孟姜女”的名字，孟、姜两家老人为已长大成人的孟姜女选了个女婿叫范杞梁（或叫万喜良），选定良辰吉日，准备成亲。成亲之日，突然闯进几个衙役把新郎范杞梁当民夫抓走了。当时由于秦始皇在全国各地抽调大批民夫修筑长城，日日夜夜拼命干，民夫们饿死的不计其数。为了加快工程速度，他们又到处抓民夫补充，范杞梁也被抓去充当修长城的民夫了。一年过去了，范杞梁杳无音信，孟姜女决定去找丈夫，发誓找不到丈夫绝不回家。于是在农历十月初一这一天，她带上干粮和亲手给丈夫缝制的御寒衣服上路了。一路上，风吹雨淋、饥寒交迫，经过千难万险的万里跋涉，终于找到了修长城的地方，一打听才知道，为修长城死了许多人，丈夫范杞梁早就累死了，并被埋在长城下，尸骨都找不到了。这一消息如同晴天霹雳，孟姜女顿时伤心地恸哭起来，于是就有了孟姜女哭倒万里长城的结果。后来为反抗秦始皇，孟姜女戴孝拜了为

筑城而死的范杞梁坟墓后，宿愿已偿，面对滚滚的渤海，纵身一跃，投海自尽了。

于是，每年农历十月初一，妇女们都要亲手缝制新寒衣，送给远方的亲人；如果亲人已经作古，就用纸剪制寒衣，到坟头上去挂起来，祭祀一番，然后烧给死去的亲人。千百年来“十月初一烧寒衣”已世代相传，成为北方民间祭祀亲人的风俗。

2. 款式与质料

服装的款式，因地域、历史风俗不同而各异。在我国民间，衣装与发式、鞋帽、局部装饰等总是融为一体的，与自然环境、社会风情十分协调。

服装的质料：蜡染服装很有名，它是用蜂蜡、树脂做防染剂，用植物蓝靛做燃料，蓝白相间，比蓝花布多一层“冰纹”，图案多样。贵州镇宁布依族蜡染多为单色，图案多用于衣领、袖、裙上，喜用龙爪菜、茨藜花和涡状、波状、连锁式花纹。

广西靖江壮族和湘西苗族的扎染色布，花纹多是凤、仙鹤、牡丹、蝴蝶、莲花等。

民族织锦有名的有壮锦、黎锦、傣锦、瑶锦、景颇锦、土家锦、布依锦等。其中最为有名的当属壮锦，关于壮锦有一个美丽的传说：广西忻城县一带，有一位叫达吉妹的壮家姑娘，聪明伶俐，能织善袖，常常受到人们的夸奖。但是她不满足于已有的成绩，总想织出更好的花纹，常常通宵达旦地冥思苦想。一天清晨，她在棉田里劳动，忽见粘着露珠的蜘蛛网挂在棉枝上，在霞光中犹如缀满彩色的珍珠。她心头一亮，受到大自然奇妙变幻的启示，灵性大开，于是一幅幅美丽的壮锦，从她的心中源源不断地流向织机。至今，壮锦的几何图案，仍脱不掉挂满露珠的蛛网的启示。

（三）足衣

鞋的种类很多——汉中的棕编鞋、博兴的草鞋、南通的茅靴等。茅靴用稻、草芦花、破皮条织成，用棉布和棉花包边，衬垫

的里子、鞋底，多为蓝花布，朴素大方。有些讲究一点的还掺加鸡毛，作为馈赠亲友的礼品。

蒙靴、藏族毡靴、赫哲族鱼皮鞋、维族补花皮靴、苗族木底草编鞋也各具特色。

藏族男女通行的长筒靴，底高 2 厘米，腰高至小腿之上，鞋面用红绿相间的毛呢装饰，鞋腰上也有线条、花纹。藏靴可分为“松巴”和“嘎洛”两大类。松巴靴底都是用牛绒捻的绳纳制的。还有一种靴底用牛皮包裹，一般多见于冬天穿着。其中较为高级的称“松巴梯呢玛”，用牛皮制底，并以粗毛线或棉线密密缝制，厚达 1 厘米多；靴帮色彩斑斓，分别用红、黄、绿、蓝等 8 种颜色的丝线在靴帮上绣出美丽的图案；靴面也绣花，十分艳丽。这种靴，做工精致考究，喜庆日子里才穿用。

（四）民族服饰

1. 蒙古族的服装

蒙古族的服装以皮衣为多，男女都穿袍子，喜用红、绿绸子扎在腰里。冬天多穿羊皮袄、皮裤、皮靴，里套毡袜子。夏天都穿布裤子、皮靴。蒙古族人民很爱美，即使皮袄挂不起面子也要用红、黑布或绒线在领、袖和衣边上绣花边。

蒙古袍很肥大，除乘马放牧中能护膝防寒以外，夜晚还能当被盖。细而长的袖筒，在乘马持缰时冬防寒，夏防蚊虫。肥大的蒙古袍腰带，主要的作用是乘马时能保持腰肋骨的稳定垂直。它的另一作用是冬保暖、夏防蚊虫。

作为蒙古服饰特色之一的“哈布特格”，不仅点缀了蒙古族妇女的美丽，而且，表现了蒙古族妇女的勤劳和智慧。

2. 藏族服饰

藏族服饰的风格形成同藏民居住的青藏高原的环境及气候条件有密不可分的关系。藏族的服饰风格的传承，往往与其民族的历史、文化发展史紧密相连，体现着民族的集体智慧。



藏北高原气温低，风沙大，又有着辽阔的草原、天然的牧场，生活在这里的人们就要选择便于起居、保暖御寒的服装。牧区藏族穿着以皮袍为主，它结构肥大，袖口宽畅，穿着自如。牧民的皮袍必须搭配腰带，穿时提起下摆与膝盖平齐，腰带一束，怀里形成大囊，里面可装不少随身用品。皮袍是用土法加工的绵羊皮缝制的，既经久耐用又抵风御寒。

农区气候比较温和湿润，人们穿着的女式长坎肩和男式袍子，都以黑毽毽为原料，款式仍属大襟眼装，右腋下钉一个纽扣。女式藏袍大都是黑色的，一般冬季穿有袖子的，夏装无袖，但也有四季穿无袖的，冬春季节外加一件十毽毽短褂。男式袍子用绿色或蓝色绸布做两条宽 5 厘米、长 20 厘米的飘带。一般男式白毽毽藏袍的领口镶上 6 厘米宽的加洛。毽毽生产几乎遍及藏族农区、半牧半农区。毽毽结实耐用，保暖性能好。

★ 3. 维吾尔族服饰

维吾尔族是我国历史悠久的民族之一。主要居住在天山以南的绿洲城镇，散居北疆、东疆和乌鲁木齐市。维吾尔族人民创造了丰富多彩的文化艺术，绚丽多姿的服饰就是维吾尔服饰文化的重要组成部分。维吾尔服饰形式清晰，纹路多样，色泽鲜明，式样宽松，洒脱，色彩对比强烈。

维吾尔妇女爱穿裙装，喜爱选择鲜艳的丝绸或毛料缝制，常见的有大红、大绿、金黄等色的裙装，内穿淡色衬裙。她们偏爱本民族独创的“爱得来斯绸”缝制连衣裙。

维吾尔族男装，是以“袷袢”式服饰为主要款式，“袷袢”常用彩色条状绸作面料，这是一种深受欢迎的传统式衣料，名为

“切克曼”，其次是“拜合散”，它织造细密，衣质轻软，是缝制“袢”的好面料。冬季穿着皮制“祫袢”，十分保暖。

4. 苗族服饰

苗族支系与支系、县与县、寨与寨之间在服饰上都有严格区别。其服装的主要色调也不尽一致，所谓的“花苗”、“黑苗”、“白苗”、“汉苗”等就是依据所穿服色或服式而来的自称或者他称；也有根据妇女的裙样，称为“长裙苗”和“短裙苗”的。

苗族服饰分为湘西型、黔东型、川黔滇型、黔中南型以及海南型等五大类别和若干款式。

湘西型，主要流行于湖南湘西州及湘、黔、川、鄂四省交界一带。人们一般穿圆领大襟短衣，盘肩、袖口等处有少许绣花；宽脚裤，裤筒边缘多饰花边；包扎又高又大的青布或花布头帕，戴银饰。

黔东型，主要流行于黔东南。女装以交领上衣和百褶裙为基本款式，以青土布为料，花饰满身，图案多为平绣的各种龙、凤、鸟、鱼及花卉。雷公山一带女装独特，百褶裙甚短，长者30厘米，短者不足20厘米，上衣花饰用彩线挑以各种几何图案。妇女盛装银饰繁多。男装多为青色土布衣裤，包青头帕。

黔中南型，流行于贵州中南部以及黔、桂、滇交界处。女装上衣多披领、背帕等，下装有一青色百褶裙，也有蜡染裙。以挑花为主，兼用蜡染。贵阳、安顺、安龙等地的花溪式女装，其披领酷似一面旗帜，俗称“旗帜服”，花饰也很繁多。

苗族服装图案繁多，挑花、刺绣、编织、镶衬、蜡染等多种方式并用，做工十分讲究。从刺绣图案中甚至可以寻出苗族的历史和象征意蕴。什么地方饰什么图案，什么图案表示什么，什么身份年龄的人该饰什么图案，都有着严格的规定。

5. 彝族服饰

彝族服饰款式繁多，一般女子下装为“其长曳地”的百褶裙，是由几种颜色的布料连接起来的，缝合处粘贴花边，十分漂



亮。男子蓄发堆髻于头顶，再缠数丈长的包头帕，把前面缠裹成尖堆状，斜插额前的头帕外，做成勇武的“英雄结”。左耳戴缀有红丝线的红黄大耳珠，不留胡须。男女上衣右开襟，紧身，袖口、领口、襟边都绣有彩色花边。身披羊毛织成的斗篷“擦尔瓦”，颜色多为黑色或羊毛本色。

彝族支系众多，服饰因而各不相同，可分为凉山、楚雄、红河和川黔等类型。

常见的为凉山地区彝族服饰，女子穿无领大襟式窄袖衣，外套镶绣有精美纹样的深色坎肩，下着宽大的五色百褶裙，脚穿绣花鞋，头顶一方头帕，帕上有精细刺绣，用长辫将其盘在头上。流行于云南红河、楚雄等地的鸡冠帽是极有特色的彝族少女头饰。用布和绸缎作面料，内加衬布，剪成两片鸡冠形帽冠，故得名。鸡冠帽堪称为精美工艺品，有的饰以刺绣、挑绣装饰，色彩浓丽，图案精细，有的缀满大小银泡，烁烁闪亮，象征星星和月亮。

★ 6. 壮族服饰



壮族的男女一般都穿黎桶，服装款式以蓝黑色衣裙、衣裤式短装为主。

壮族妇女的服饰朴素大方、端庄得体。她们一般的穿着是，一身蓝黑，裤脚稍宽，头上包着彩色印花或提花毛巾，腰间系上精致的围裙。上衣有藏青或深蓝色短领右衽偏襟上衣，分为对襟和偏襟两种，

有无领和有领之别。有一暗兜藏于腹前襟内，随襟边缝置数对布结纽扣。在边远山区，壮族妇女还穿着破胸对襟衣，无领，绣五色花纹，镶上阑干。下穿宽肥黑裤（也有的于裤脚沿口镶二道异色彩条），腰扎围裙，裤脚膝盖处镶上蓝、红、绿色的丝织和棉织阑干。劳动时穿草鞋，并戴垫肩。在赶圩、歌场或节日穿绣花鞋。壮族妇女普遍喜好戴耳环、手镯和项圈。服装花色和佩戴的小饰物，各地略有不同。上衣的长短有两个流派，大多数地区是短及腰的，少数地区上衣长及膝。

壮族男装多为破胸对襟的唐装，以当地土布制作，不穿长裤，上衣短领对襟，缝一排（六至八对）布结纽扣，胸前缝小兜一对，腹部有两个大兜，下摆往里折成宽边，并于下沿左右两侧开对称裂口。穿宽大裤，短及膝下。有的缠绑腿，扎头巾。冬天穿鞋戴帽（或包黑头巾），夏天免冠跣足。

★ 7. 朝鲜族服饰

在我国少数民族中，朝鲜族服装比较独特，呈出现素净、淡雅、轻盈的特点。朝鲜族一般喜欢素白色，以示清洁、干净、朴素、大方，故朝鲜族自古有“白衣民族”之称，自称“白衣同胞”。

朝鲜服饰可分为官服、民服、节日服、丧服等。由于朝鲜族人民多居于偏僻的山村，服饰的原料主要以自种自织的麻布和土布为主。20世纪初，随着机织布和丝绢、绸缎等面料的传入，朝鲜服饰也随之多样化了。



女装一般白色，短衣长裙。短衣有长长的白布带在右肩下方打蝴蝶结。长裙多有长皱褶。裙有缠裙、筒裙、长裙、短裙、围裙之分。年轻女子一般爱穿筒裙、短裙。年轻姑娘和少女

需要全本请访问 www.ertongbook.com