

傳統節日

節氣時令

傳統禮俗

衣食住行

婚嫁習俗

民間禁忌

民間工藝



识微见远·博通经典

《微经典》  
编委会◎编著

# 中华民俗

不可不知的

ZHONGHUA MINSU

折射民族精神，弘扬传统文化

民俗常识权威读本

常识



江苏凤凰美术出版社  
全国百佳图书出版单位



识微见远·博通经典

# 中华民俗

不可不知的

常识

《微经典》  
编委会◎编著

江苏凤凰美术出版社  
全国百佳图书出版单位

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

不可不知的中华民俗常识 / 《微经典》编委会编著.

-- 南京: 江苏凤凰美术出版社, 2015.5

(微经典)

ISBN 978-7-5344-8755-2

I. ①不… II. ①微… III. ①风俗习惯-中国-通俗读物 IV. ①K892-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第046664号

责任编辑 刘晓娟  
装帧设计 瑞雅书业·付世林/王波  
文字编辑 王晓慧  
美术编辑 许瑶瑶  
责任印制 徐屹


出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司  
江苏凤凰美术出版社 (南京市中央路165号 邮编: 210009)  
北京凤凰千高原文化传播有限公司

出版社网址 <http://www.jsmscbs.com.cn>



经 销 全国新华书店  
印 刷 北京凯达印务有限公司  
开 本 787mm × 1092mm 1/32  
字 数 100千字  
印 张 6  
版 次 2015年5月第1版 2015年5月第1次印刷  
标准书号 ISBN 978-7-5344-8755-2  
定 价 12.80 元

营销部电话 010-64215835-801

江苏凤凰美术出版社图书凡印装错误可向承印厂调换 电话: 010-64215835-801



坐着站着，  
只要一本书就能到另一个世界；  
笑着哭着，  
哪一页有你的笑容或泪水，  
你都记得；  
醒着想着，  
即便是远行，  
也要沉甸甸地带在身边陪着；  
总是能够点一盏灯亮着，  
读着读着，心就暖了……

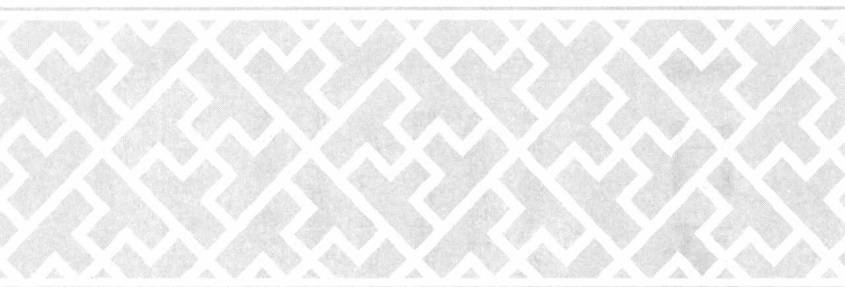


# 前言

民俗，即民间风俗，泛指一个国家、民族、地区中集居的民众所创造和世代相传的生活文化，是约定俗成的风尚、礼仪、习惯和禁忌的总和。

“十里不同风，百里不同俗。”中国是个幅员辽阔、历史悠久的多民族国家，56个民族的中华儿女虽在同一片疆域上生活、劳作，但在漫长的历史发展过程中却形成了千姿百态的民风民俗，这是一笔巨大的财富。民俗折射出民族的精神与性格，是炎黄子孙沟通情感的纽带，是彼此认同的标志，是规范行为的准绳。民俗文化是中华文化的瑰宝，身为中国人不可不知！

为了弘扬传统民俗文化，让更多的人对民俗有更加全面、正确的认识，我们精心编纂了这本《不可不



知的中华民俗常识》。在内容上，本书精心选取了读者最感兴趣及最想知道的民俗知识，涉及传统节日、节气时令、传统礼俗、衣食住行、信仰习俗、民间禁忌、民间工艺等方面，并配以精美图片。在形式上，本书采用一问一答的形式，语言通俗生动，体例清晰简明，更直接地解答了读者心中的民俗疑惑。

值得注意的是，虽然有些民俗活动，尤其是禁忌民俗带有一定的迷信色彩，可能毫无根据，甚至毫无实用价值，但是这些民俗文化能以如此强大的生命力跨越千年并传承至今，就值得我们去尊重。不过读者在阅读时一定要带着批判的眼光，要“取其精华，去其糟粕”，如此才能领略中华民俗文化的魅力。

# 目录

## 传统节日

- |             |   |             |    |
|-------------|---|-------------|----|
| 大年初一一天      | 二 | 月满团圆过中秋     | 一一 |
| 正月十五闹元宵     | 三 | 登高九月九，敬老在重阳 | 一二 |
| 二月二，龙抬头     | 四 | 腊八节喝腊八粥     | 一三 |
| 踏青祭扫在清明     | 六 | 迎神送灶过小年     | 一四 |
| 龙舟甜粽庆端午     | 七 | 辞岁除夕一整夜     | 一五 |
| 星河红线牵，乞巧七夕节 | 九 | 节气时令        | 一七 |
|             |   | 二十四节气是怎么产生的 | 一八 |

什么是二十四节气歌·····一九

立春：万物复苏，东风送暖·····二〇

雨水：春归大地，润物无声·····二一

惊蛰：伏龙升腾，春雷阵阵·····二二

春分：时值仲春，昼夜平分·····二三

清明：烟雨霏霏，清风和煦·····二四

谷雨：人间四月，雨生百谷·····二四

立夏：万物繁茂，夏日始发·····二五

小满：阳气生发，谷籽渐满·····二六

芒种：谷种成熟，时维农忙·····二七

夏至：阳夏炎炎，白日最长·····二八

小暑：惊雷骤雨，阳炎初上·····三〇

大暑：暑气至阳，登极扭转·····三二

立秋：知秋一叶，枫丹露白·····三三

处暑：七月流火，天下入秋·····三四

白露：寒暑交替，露结天凉·····三五

秋分：阳去阴来，仲秋之分·····三六

寒露：鸿雁南飞，霜白菊黄·····三七

霜降：草木枯黄，白露为霜·····三八

立冬：水冻结冰，万物蛰伏·····三九

小雪：寒意渐凛，雨气凝晶·····四〇

大雪：千里冰封，银装素裹·····四一



冬至：夜长至极，阴阳逆转……………四二  
小寒：脚踏坚冰，数九寒天……………四四  
大寒：天寒地冻，轮回始终……………四五

传统礼俗……………四七

古人是怎么排行的……………四八  
「九族」指的是哪些人……………四八  
古人如何行拱手礼……………四九  
古人座位的尊卑如何划分……………五〇  
分家为何要由舅舅主持……………五一  
什么是「三书六礼」……………五二

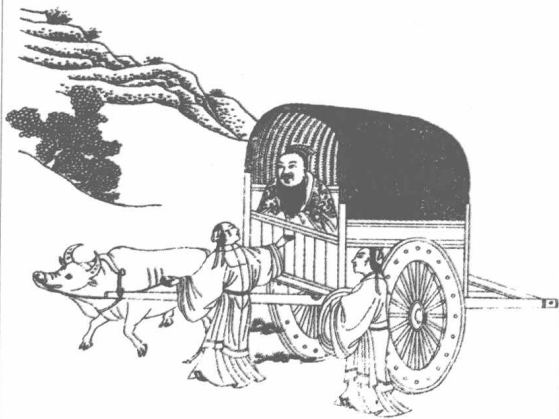
古人在什么时候举行婚礼……………五五  
盖红盖头的习俗从何而来……………五六  
结婚时为什么要挂门帘……………五七  
「洞房」一说从何而来……………五八  
洞房礼俗有哪些……………五九  
「黄道吉日」从何而来……………六一  
回门是怎么回事……………六一  
古代为何有同姓不婚的习俗……………六二  
古人是怎么照顾孕妇的……………六三  
坐月子是怎么回事……………六四  
如何过满月……………六五

什么叫百天·····	六六
抓周是怎么回事·····	六七
祝寿礼仪有哪些·····	六八
为什么做九不做十·····	六九
七十三、八十四有何说法·····	七〇
什么叫送终·····	七一
如何报丧、入殓·····	七一
吊唁有哪些讲究·····	七二
什么叫接三·····	七三
怎样出殡·····	七三
给死人烧纸钱从何而来·····	七五

### 衣食住行·····

黄色是龙袍的专属颜色吗·····	七八
男左女右由何而来·····	七九
先有帽还是先有冠·····	七九
唐装是唐朝的服装吗·····	八〇
古人为何要佩剑·····	八一
儿童为什么要穿虎头鞋·····	八三
古代女子是如何画眉的·····	八三
「五谷」指的是哪五种粮食·····	八五
炊饼是什么样子的·····	八六

- 在古代，牛肉为何象征造反…… 八七
- 『四菜一汤』由谁开创…… 八八
- 为何有『出门饺子回家面』的说法…… 八九
- 『房』和『屋』在古代有何区别…… 九〇
- 『门当户对』如何得来…… 九一
- 摆放石狮子的习俗如何得来…… 九二
- 明清时宫廷是怎样过冬的…… 九四
- 为何会出现温锅习俗…… 九四
- 古人如何进行口腔清洁…… 九五
- 古代的车轮是什么样的…… 九六
- 古人坐轿有哪些讲究…… 九八



信仰习俗……………九九

玉皇大帝是谁……………	一〇〇
西王母是谁……………	一〇一
寿星有什么传说……………	一〇二
谁是财神……………	一〇三
门神都是谁……………	一〇四
灶神是怎么来的……………	一〇五
八仙都有谁……………	一〇七
民间为何崇拜土地神……………	一一〇
妈祖是谁……………	一一一

送子观音的形象是怎样的……………一二二

天师钟馗的来历是什么……………一二四

四大天王都有谁……………一二五

弥勒佛有什么传说……………一二六

为何「男戴观音女戴佛」……………一二七

民间禁忌……………一一九

为何有「年初一，不杀鸡」的说法……………一二〇

「年初一，不吃稀」有何讲究……………一二一

为何说「正月里剃头，死舅舅」……………一二二

为何有「男不拜月，女不祭灶」之说……………一二三

- 吃饭时有何禁忌……………一二四
- 食材选取有何禁忌……………一二五
- 为何说「七十不留宿，八十不留饭，九十不留坐」……………一二六
- 为什么「前不栽桑，后不栽柳」……………一二七
- 为何有「反穿罗裙，另嫁男人」之说……………一二七
- 女子为何逢七忌回娘家……………一二八
- 服饰颜色上有哪些禁忌……………一二八
- 为何有些地方药罐子只能借，不能还……………一三〇
- 称谓上有哪些禁忌……………一三二
- 参与祭祀的人有何讲究……………一三二

- 上坟烧纸时要注意什么……………一三三
- 哪些属相不适合结婚……………一三四
- 搬家时有哪些禁忌……………一三五
- 取名时有哪些禁忌……………一三七
- 农业生产方面有什么禁忌……………一三八
- 商业上的禁忌有哪些……………一三九

### 民间工艺……………一四一

- 剪纸是如何表现其艺术性的……………一四二
- 窗花都是红色的吗……………一四三
- 唐三彩只有三种颜色吗……………一四四

- 年画是怎么来的……………一四五
- 谁是糖人艺术的祖师爷……………一四六
- 孔明是面塑的祖师爷吗……………一四七
- 为何说「天下面塑出穆李」……………一四九
- 泥塑是如何产生和发展的……………一五〇
- 泥人张因何得名……………一五一
- 脸谱分为哪两大类……………一五二
- 戏剧脸谱中有哪些常见色彩……………一五三
- 风筝是谁发明的……………一五四
- 中国的四大名绣是什么……………一五五
- 如何辨别苏绣的优劣……………一五六
- 什么是蜡染……………一五七
- 蜡染中的冰纹是怎么出现的……………一五八
- 什么是唐卡……………一五九
- 香包起源于何时……………一六〇
- 中国结有什么象征意义……………一六一
- 休闲娱乐……………一六三**
- 斗蟋蟀在哪个朝代最流行……………一六四
- 蹴鞠是一项什么运动……………一六五
- 象棋是如何产生和发展的……………一六六
- 围棋是如何产生和发展的……………一六七

陀螺怎么玩·····	一六九
陀螺的发展历史是怎样的·····	一七〇
投壶游戏是如何产生的·····	一七一
华容道怎么玩·····	一七一
什么是马吊牌·····	一七二
九连环是什么·····	一七三
踢毽子有几种基本踢法·····	一七四
跳房子有什么样的游戏规则·····	一七五
捉迷藏的一般玩法是什么·····	一七五
推铁环是怎么玩的·····	一七六
丢手绢是怎样一种游戏·····	一七六



# 传统节日

典藏







## 大年初一头一天

春节就是我们常说的“过年”，指的是农历正月初一。在我国的传统节日中，它可以称得上是我国民间最重视、最讲究的节日。春节有着悠久的历史，其源头可追溯到殷商时的祭祀活动。在古时候，正月初一有很多称谓，正式的叫法有元旦、元日、元辰、元王、元朔等，通俗的叫法为年初一。后来民国建立，开始通用公历，于是元旦成了公历1月1日的称谓，而农历一月一日则称为春节。

传统春节颇为讲究，习俗众多，如扫尘，贴对联、窗花和年画，燃放鞭炮，蒸年糕，互相拜年等。

春节扫尘的含义是“去陈迎新”，按老百姓的说法，“尘”和“陈”同音，“扫尘”为的就是将去年的霉运、衰败之气扫出家门。这一习俗背后蕴含的，是人们除旧接新的美好期许和愿景。

贴对联、窗花和年画的习俗较为普遍，几乎全国各地都会如此。春联通常是以时代背景为依托，将心中的美好期盼抒发出来。除了贴春联，很多人家都要将各式各样的“福”字张贴在屋门上、墙壁上和门楣上；窗花颇具美感，人们喜欢将其贴在窗户上；作为一种古老的民间艺术，年画是老百姓的信仰和淳朴民风的体现，寄寓着人们对美好未来的向往。

蒸年糕，因为“年糕”与“年高”同音，为了讨个好彩头，基本上每家每户都会准备年糕。