

图说中国人生礼仪

仲富兰 著

上海市文史研究馆 编



学林出版社

上海人民出版

图说中国人生礼仪

仲富兰 著

上海市文史研究馆 编



图书在版编目(CIP)数据

图说中国人生礼仪/仲富兰著;上海市文史研究馆
编. —上海:学林出版社,2018.6
ISBN 978-7-5486-1370-1

I. ①图… II. ①仲… ②上… III. ①礼仪-介绍-
中国 IV. ①K892.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 075964 号

责任编辑 张予澍

封面设计 魏 来

图说中国人生礼仪

仲富兰 著

上海市文史研究馆 编

出 版 学林出版社

(200235 上海钦州南路 81 号)

发 行 上海人民出版社发行中心

(200001 上海福建中路 193 号)

印 刷 上海盛通时代印刷有限公司

开 本 720×1000 1/16

印 张 27

字 数 40 万

版 次 2018 年10月第 1 版

印 次 2018 年10月第 2 次印刷

ISBN 978-7-5486-1370-1/G·520

定 价 98.00 元

编辑工作委员会

主 编

郝铁川

副主编

沈飞德

执行副主编

崖丽娟 秦明章

编 委

王 群 游 伟 崖丽娟 秦明章

陆 斌 张建华 陈 挺

编 辑

周峥嵘 杨之立 章 洁 曹新芳

礼敬人生（代序）

姜义华

仲富兰教授主持编撰的《图说中国人生礼仪》一书终于完成，将由上海市文史研究馆隆重推出，文史研究馆沈飞德副馆长要我一定要写几句，说明一下编撰这部著作的原委。

2014年9月16日在上海市文史研究馆举办的第五届敬老崇文论坛上，我有一个重视礼治建设的发言，谈到中国很早便已形成家庭、社会自组织、国家三个层次的伦理性实体，从夏礼、殷礼算起，礼在中国已有4000年历史。在中华文化体系中，“礼仪”一直是中国社会稳定发展的重要文化力量，是中国人特定意识、精神、制度、规范、行为、习俗的总和。礼所凸显的责任伦理，包括对个体生命的爱护，对家庭的珍惜和尽责，对社会交往和各社会自组织的关心和担当，对国家及天下的守护和忠贞。近百年来，中国传统礼治、传统责任伦理接受了前所未有的挑战，也在浴火中经受了涅槃与重生。面对网络时代的新挑战，礼治有助于重建个人、家庭、社会、国家这些伦理性实体的整体性、稳定性、确定性。华东师范大学仲富兰教授也作了发言，认为充分发展与传承充满德性修养、仪轨意识、推己及人的礼仪文化，不仅有助于促进社会有序发展，而且通过将社会外在规范转化为内在伦理道德意识的直觉要求，可以大大提升中国人的公民素质，从而实现中华民族振兴的伟大使命。

中国素称礼仪之邦。上海市文史研究馆对当代中国如何通过礼仪文化建设，使礼治和德治、法治互相配合，将社会主义核心价值观落实到人们日常生活和行为习惯之中，专门成立了“礼仪文化研究中心”，并商定组织编写一套图文并茂的《中国礼仪》，商请仲富兰教授负责具体筹划。

仲富兰毕业于复旦大学哲学系，毕业后长时间供职于上海新闻媒体，曾任上海人民广播电台高级记者，接触基层生活、接触草根民众较多，很早就对中国民俗文化产生了浓厚兴趣，1986—1987年就发起成立上海市民俗文化学社，1988年9月成立上海市民俗文化学会，一直担任会长。在成立民俗文化学社与民俗文化学会时，他都曾拉着我，让我帮着敲敲边鼓，因此，我们较早就有了交往。2001年，他的4卷本《图说中国百年社会生活变迁》出版时，还让我写了一篇序。转到华东师范大学任教以后，他继续坚持中国民俗文化研究，多所贡献。

图文并茂的《中国礼仪》究竟该怎么编撰？仲富兰教授先后提出好几个方案。中国号称“自伏羲以来，五礼始彰；尧舜之时，五礼咸备”，五礼，即吉礼、凶礼、军礼、宾礼、嘉礼。西周以来的礼制，在礼学专著《周礼》《仪礼》《礼记》中有较为完整的反映。其后，历代礼书大多卷册浩繁，如唐萧嵩撰《大唐开元礼》150卷，宋欧阳修撰《太常因革礼》83卷，宋郑居中撰《政和五礼新仪》230卷，金张玮撰《大金集礼》40卷，明徐一夔撰《明集礼》53卷，清来保撰《大清通礼》50卷，清徐松辑《中兴礼书》247卷、《中兴礼书续编》66卷。近代以来，礼制的变迁，更是空前。将这些礼一一作系统的整理与解读，不仅工作量过大，而且，一般读者也不会感兴趣，因为它们大多离现代人生活太远。现在呈现在读者手中的这部《图说中国人生礼仪》，是仲富兰教授对中国传统礼仪文化作了非常深入的研究之后，深思熟虑的结果。

这部著作有两个极为鲜明的特点。

其一，本书所选择的是继续广泛流行于民间、活跃于人们日常生活中、为人们所熟悉因而令人感到特别亲切的各种礼仪。

我认为，奠定中华文明的一个重要基础，就是中国很早就已形成的家庭、社会自组织、国家三个层次的伦理性实体。家庭（包括个人的身体和生命在内）是社会生产和社会生活的细胞；广泛存在的社会自组织，包括家族、宗族、亲友、乡里、同窗、同门、同事等，他们经常互相交错、互相重叠，不仅为家庭的存在提供多方面的保障，而且构成了国家由以成立的根柢；国家

以王朝、皇室、宰辅、郡县为代表，它如果不能适应家庭和社会自组织的需求，就会被更迭。在中国，礼，从根本上说，就是依托家庭、社会、国家这些伦理性实体，借助于丧、祭、射、御、冠、昏、朝、聘等各种制度化、程序化、规范化的礼仪，使每个社会成员在潜移默化中自觉承担起必要的伦理责任，以保障各层面的伦理性实体稳定、有序地运行。

《礼记·礼运》从人这一生命体的根本特征论及人们在家庭、社会及国家等伦理性实体中必须承担起相应的伦理责任，绝不是随意为之，“必知于其情，辟于其义，明于其利，达于其患，然后能为之”。《礼运》就此具体解释说：“何谓人情？喜、怒、哀、惧、爱、恶、欲，七者弗学而能。何谓人义？父慈、子孝、兄良、弟弟、夫义、妇听、长惠、幼顺、君仁、臣忠，十者谓之人义。讲信修睦，谓之人利。争夺相杀，谓之人患。”礼的作用，就是治人七情，修人十义，成人利，去人患。

于此可知，礼，不仅是国家的自觉行为，更是各种社会自组织的自觉行为，是每个家庭的自觉行为，是伴随着每个人生命成长全过程的自觉行为。只要国家仍然存在，社会联系、社会自组织仍然存在，家庭仍然存在，人的身体与生命仍然存在，礼就不会缺位。《礼运》因此告诫说：“礼义也者，人之大端也。”“故坏国、丧家、亡人，必先去其礼。”

正因为中国礼仪深深地扎根于民间，扎根于人们的日常生活中，所以，它有着特别深厚的根基，有着特别强大的生命力。从仍然存在于当代人们生活实践中的礼仪人手，无疑是礼仪文化研究中一个具有创造性的大突破。这也正是仲富兰教授长期重视中国民俗文化研究，对各种民俗如数家珍、特别熟悉的结果。

其二，本书以礼敬人生为主轴，揭示了对人、对人生、对人的生命、对人自身的传承的尊重、敬畏、爱护，方是中国礼仪的内在灵魂和根本精神。

世界上绝大多数文明的形成与发展，都和统一宗教和统一教会密不可分。但中国传统文化最大的特点，恰恰就是从来没有以这样的统一宗教、统一教会为主轴。中国所重视的知识，是以人为中心，而不是以上帝为中心，是以人们现实的实际生活为出发点和终极目标，而不是以达到彼岸神的世界为终

极目标。中国传统的知识谱系，也不是以物、以人与物的关系为中心，而是把人、人生、人的传承、人的生命、人的现实生活放在第一位。这正是中国礼仪的内核。中国礼礼仪所凸显的对个体生命的尊重和爱护，对家庭的珍惜和尽责，对社会交往和各社会自组织的关心和担当，对国家及天下的守护和忠贞，都体现了这一内核。

每个人的个体生命一旦形成，便会产生需要、倾向、热情、私见、幻想等主观意志，这些主观意志既源于人自身的生命体验，又受制于个体生命的社会关系和社会实践。表明对个体生命珍惜、尊重和精心爱护的礼，因此便集中于对人的主观意志及其与社会的联系的各种预期。婴儿出生后，有三朝、满月、周岁等礼仪庆贺新生命的诞生。周岁时有“抓周”仪式。以后每年都要在生日那天庆生。男子的成人礼是冠礼，女子的成人礼是笄礼。成人礼在人生中非常重要，它标志着自此就要承担起一个人所应承担的全部职责。《礼记·冠义》说：“礼义之始，在于正容体、齐颜色、顺辞令。容体正，颜色齐，辞令顺，而后礼义备。”人到了老年，辛劳了几十年，要受到各种优待和礼遇。人去世时，必须举行丧礼，表达对死者的哀思。凡此，都凸显了人的生命具有崇高价值，而个体生命的价值则和他们自身的生命体验及他们在社会联系与社会实践承担了或尽到了什么样的责任紧密结合在一起。

家庭是社会赖以存在的基础。每个人的个体生命诞生于家庭之中，最初的教育、成长，也是在家庭之中。婚姻是组成家庭的决定性因素，它使伦理性的爱具有恒定的意义。婚姻使双方组成一个人，双方抛弃自己自然的和单个的人格。敬老爱幼也是家庭生活的重要部分。家庭需要财富或资源来维系，财富或资源的取得及如何分配、如何使用，便成为家庭生活的重要内容。家庭中的礼仪，用以规范父子、夫妇、兄弟等家庭各成员之间的关系。包括晨昏定省之礼、祖先祭祀之礼、饮食之礼、婚冠之礼、飨燕之礼、庆贺之礼、居丧之礼等，目的都在于保持家庭和睦稳定及不断传承，如《礼记·礼运》所说：“父子笃，兄弟睦，夫妇和，家之肥也。”

包括亲朋故旧在内的各种社会交往，尤其是对于各类社会自组织的联系、关心和担当，是由共同的信仰、彼此的需要而形成的复杂的联络体系。亲四方

宾客之礼，为的是建立起可以使人们在众多方面相互依赖的联络方式。“遇君则修臣下之义，遇乡则修长幼之义，遇长则修子弟之义，遇友则修礼节辞让之义，遇贱而少者则修告导宽容之义。”（《荀子·非十二子》）目的是通过对他人生命、他人人生同样的尊重、敬畏，形成和维护社会共同的利益、可以使人们各得其所的社会秩序。

国家，在中国，从来被视为一个伦理性的实体。中国人讲究修身、齐家、治国、平天下，个人、家庭、社会、国家、天下，在伦理关系上环环相扣，连为一体。“民惟邦本”，国家作为伦理性的实体，除去负责保障民众的个人权利、督促民众履行个人义务之外，还负责教化民众尤其是从君主到各级官吏，孝、悌、忠、信，仁、爱、诚、敬，礼、义、廉、耻，成为一种“国家伦理”。对国家而言，包括吉礼、嘉礼、宾礼、军礼、凶礼在内的各项礼仪，通过对全体民众生命、人生的尊重和爱护，促使人们增强了他们的认同感和归属感。

在中国礼仪中，也有某些原始巫、祝文化的影响，也有不少佛教、道教，乃至基督教、犹太教、伊斯兰教的影响，但原始巫、祝和所有这些宗教要在中国生根发展，都要顺应中国传统文化关注人人、人生、人的生命、人的传承和人的现实生活这一传统，否则，它们就无法广泛传播。

加强以社会主义核心价值观为中心的道德建设的重要性，已为越来越多的人所认知，而要使社会主义道德、理想、信仰、情操体系乃至整个社会价值体系、人生价值体系深入人心，变成人们日常生活准则，在今日之中国，决不能忽视礼治。《论语·为政》中说：“道之以德，齐之以礼，民有耻且格。”《礼记·曲礼》中说：“道德仁义，非礼不成；教训正俗，非礼不备；分争诉讼，非礼不决。”对于道德、信仰而言，礼可以使它们具象化、制度化、俗世化、持久化，因为礼伴随着人从胎儿到死亡的生命全过程，渗透或融合在人们日常生活、民间习俗、普遍性的行为方式中。同时，礼又可以有效地防止道德与信仰走向偏执与极端。《论语·泰伯》中说：“恭而无礼则劳，慎而无礼则蒞，勇而无礼则乱，直而无礼则绞。”像恭、慎、勇、直这样一些优良的品德，如果没有礼的制衡，也会走向自己的反面。当道德一旦变成狂热，信

仰一旦变成迷信，就可能引发激烈的无休止的宗派冲突。

对于加强法治建设而言，礼可以起到防患于未然的重要作用。《礼记·经解》中说：“夫礼，禁乱之所由生，犹坊止水之自来也。故以旧坊为无所用而去之者，必有水败；以旧礼而无所用而去之者，必有乱患。”汉初贾谊总结秦王朝二世而亡的教训时指出，礼与法不能偏废，而应相辅相成：“夫礼者禁于将然之前，而法者禁于已然之后。”“礼云礼云者，贵绝恶于未萌，而起教于微眇，使民之迁善远罪而不自知也。”（《治安策》）二者不是互相排斥的关系，而是互相接续的关系。

当代中国，保持了历史上一贯的政教分离传统。虽然有众多宗教同时存在，占据支配地位的仍然是关注人、关注人生、关注人的生命、关注此岸世界的精神，仍然是个人、家庭、社会自组织、国家这些伦理实体的责任伦理，也是今天推进礼治的主要职责。

还要说一点，那就是为了使中国礼仪更易为人们所了解，仲富兰教授和他所率领的团队，收集了大量具象资料。本书虽然只选录了一部分，也足以显现作者编撰此书是如何用心。

最后，还应强调一下，上海市文史研究馆馆长郝铁川、副馆长沈飞德的积极推动和鼎力支持，以及众多馆员的集思广益，也是本书成功编撰的重要动力和有力保证。

目 录

Contents

礼敬人生（代序）/姜义华 > 1

概说：探寻人生礼仪的意义 > 1

礼敬生命，优育后代

——话说“怀子礼”

1. 从“多子多福”说起 > 13
2. 你见过送子观音图吗？ > 17
3. 那个叫“碧霞元君”的泰山老奶奶 > 20
4. 张仙与送子传说 > 23
5. 渴望新生命降临人间 > 26
6. “瓜”与“蛋”的隐喻 > 30
7. 纸上画着的祈子期盼 > 33
8. 安胎：传承最完美的基因 > 36
9. “四目人”与孕期禁忌 > 39
10. 稳婆“绝唱”与产育吉祥 > 42

行礼接子，礼乐传家

——话说“接子礼”

1. 为人生的第一声啼哭报喜 > 49
2. 外婆的“长命锁” > 52
3. “红蛋”风俗意蕴绵长 > 55
4. 说不尽的“蜡烛包” > 58
5. 踩生习俗说“交感” > 62
6. 为婴儿祝吉的“洗三”礼 > 65
7. 祈祷祝福的“满月酒” > 69
8. “满月剃头”落胎发 > 72
9. “姑家的帽子姨家的鞋” > 74
10. “满月对联”的祝福与期待 > 77

守礼循善，满含期望

——话说“命名礼”

1. 摇篮边的期望与祝福 > 83
2. 古礼上的命名礼仪 > 85
3. 说说姓氏的来历 > 88
4. 姿采各异的命名习俗 > 92
5. 五行学说与取名之道 > 96
6. 命名中的礼数 > 100
7. 关于命名的忌讳 > 103
8. 生肖与取名 > 106
9. 取名中的“模拟巫术” > 110
10. 少数民族命名礼仪 > 113

舐犊情深，开启慧根

——话说“抓周礼”

1. 戴百家索，穿百家衣 > 119
2. “认干亲”习俗及其异化 > 122
3. 生养中的“跳墙”礼 > 125
4. 抓周礼上有哪些物品? > 128
5. 开启人生五味的年轮 > 132
6. “初度”是“生日”的代称吗? > 136
7. 抚我成人，寄思“母难日” > 139
8. 生日宴上那碗面 > 142
9. 从生日说到生肖 > 145
10. 祈拜六十星神的由来 > 149

礼润童心，养性立志

——话说“童蒙礼”

1. 古人怎样给孩子开蒙? > 155
2. 从“朱砂启智”到“开笔破蒙” > 158
3. “社学”与“童蒙养正”规矩 > 161
4. 古代的“学生守则” > 164
5. “蒙养”细节决定成败 > 168
6. “教先从家始”习俗养成 > 172
7. 洒播在儿童心田的哲理 > 175
8. 懂规矩方能守规矩 > 180
9. 一生爱劳动，饮食不忌口 > 183
10. 随墨香流转的蒙学教材 > 186

青春飞扬，早成大器

——话说“成人礼”

1. “孺子”与“成人” > 193
2. 从头改变的“加冠礼” > 196
3. 冠礼“三加” > 200
4. 笄礼“三拜” > 203
5. 由“冠礼”说到帽子 > 206
6. 笄与古代女子的头饰 > 211
7. 古代女子怎样化妆？ > 215
8. “女人好，天下安” > 220
9. 变味的“成人礼”有多少文化？ > 225
10. 习与性成的“成人礼”复兴 > 229

琴瑟相和，百年好合

——话说“婚礼”

1. 古人如何相亲？ > 235
2. “婚仪六礼”的嬗变 > 239
3. 婚姻中的“门当户对” > 245
4. “掀起你的盖头来” > 248
5. “交杯酒”与“同心结” > 253
6. 明媒正娶与古代媒人 > 257
7. “双喜”与婚俗趣闻 > 261
8. “洞房”为啥要“闹”？ > 265
9. 此物最相思 > 269
10. 古礼不提倡婚事奢办 > 273

尊老爱幼，孝行中华

——话说“敬老礼”

1. “尚齿”与长者为尊 > 279
2. “是谓能养”与“继志述事” > 284
3. 乡饮酒礼与“王杖令” > 289
4. 孝道是敬老的精髓 > 293
5. 祝寿与寿诞礼 > 297
6. 寿诞礼的象征寓意 > 303
7. “六十六块肉”是咋回事 > 307
8. “千叟宴”与“子孝父母安” > 311
9. 生命信仰中的“寿星”崇拜 > 315
10. 敬老尚需崇文 > 319

礼遇生命，庄严落幕

——话说“丧礼”

1. “事死如事生” > 325
2. 治丧、吊丧与入殓 > 329
3. “生者寄也，死者归也” > 333
4. 程式化的丧服与居丧 > 338
5. 居丧六礼之演变 > 342
6. 生者与逝者的对话 > 346
7. 人生“白喜事” > 350
8. “做头七”是怎么回事？ > 354
9. 殡葬形式的革故鼎新 > 358
10. 融会中西的丧礼习俗 > 362

礼祭先祖，慎终追远

——话说“祭礼”

1. 祭礼的对象与空间 > 369
2. 祭祀皇天——与大自然和谐相处 > 373
3. 祭祀地母——亲和后土彰显仁爱 > 377
4. 祭祀先祖——怀念先人民德归厚 > 381
5. “家祭无忘告乃翁” > 385
6. 释奠礼——祭祀先师之礼 > 389
7. 土地记忆与城隍信仰 > 393
8. 慎终追远的节日祭祀 > 396
9. 清明祭礼的演变 > 400
10. 祭先烈、敬先贤、忆先人 > 404

主要参考文献 > 409

跋 > 411

编后记 > 413

概说：

探寻人生礼仪的意义