

Lishi de Fengshang

历史的风尚 · 伍



战马驰骋跃万疆

元朝



黑白格的时间◎著

元朝（十二世纪）
成吉思汗建立，
忽必烈建立，
元顺帝建立，
元朝灭亡。



中国质检出版社
中国标准出版社



Lishi de Fengshang 历史的风尚 · 伍

战马驰骋跃万疆
元朝

黑白格的时间

中国质检出版社
中国标准出版社

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

历史的风尚·元朝 / 黑白格的时间著.

—北京: 中国质检出版社, 2018.7

ISBN 978-7-5026-4577-9

I. ①历… II. ①黑… III. ①社会生活—历史—中国—元代

IV. ①D691.9

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第060581号

出版发行	中国质检出版社 中国标准出版社	印刷	中国标准出版社秦皇岛印刷厂
	北京市朝阳区和平里西街甲2号 (100029)	版次	2018年7月第1版 2018年7月第1次印刷
	北京市西城区三里河北街16号 (100045)	开本	880mm×1230mm 1/32
	总编室: (010) 68533533	印张	7.375
	发行中心: (010) 51780238	字数	166千字
	读者服务部: (010) 68523946	书号	ISBN 978-7-5026-4577-9
网 址	http: //www.spc.net.cn	定价	35.00元

如有印装差错 由本社发行中心调换

版权专有 侵权必究

举报电话: (010) 68510107



黑白格的时间，原名贾敬超，不卑不亢，清澈生活的女子，喜爱历史研究，诗歌、散文、小说曾荣获全国文学奖，已出版《每一天都活得热气腾腾》《努力必须张扬，人生才会锋芒》。



主编江晓英



黑白格子的时间



元朝，结束了五代十国以来长期分裂割据的局面，实现了“大中国”大统一。专制与放权相融合，轻科举，重商业，文化蓬勃发展。元曲、杂剧名人辈出，名作传世，元青花享誉世界。作为备受争议、不足百年的封建王朝，还有很多不被熟知的风俗习惯。

元朝的“流行服饰”有哪些？帝陵薄葬的谜团到底是什么？蒙古族有哪些需要注意的生活禁忌？本书以详细的史料，穿插趣味盎然的典故、轶事和文学作品，用轻松活泼的语言，揭密人们在那段风云突变、浩荡不平岁月里经历着怎样的原味生活。

历史的风尚系列

- 汉朝·大风起兮云飞扬
- 魏晋南北朝·对酒当歌绘斑斓
- 唐朝·一日看尽长安花
- 宋朝·珠玑罗绮竞豪奢
- 元朝·战马驰骋献万疆
- 明朝·观潮但看画图新
- 清朝·金粉东南十五州
- 民国·独立苍茫自咏诗



丛书编委会



主 编 江晓英

副主编 月 关 耳东水寿 冯远臣 黎正明
严 利 罗诗雨 张晶晶

编 委 白枫麟 慕新阳 南歌子 一水间
江 丰 青 红 红素清 安 雨
玛瑙石 黎明天 周 理

撰 稿 马 骅 韩 榕 欧阳茜茜 一 介
黑白格的时间 曾春梅 黄 欣 一 言

序言 铁骑江山里的原味生活

公元1271年，忽必烈公布《建国号诏》法令，取《易经》中“大哉乾元”之意，正式建国号为“元”。

元朝仅仅经历了97年的光阴，1368年元顺帝时，便被朱元璋率领的农民起义军所灭。弹指一挥间，恍如隔世，滚动的历史车轮呼啸而过，正如铁蹄踏破红尘滚滚来，又悲歌唱尽雕栏玉砌碎。

回顾这段历史，元朝最繁华时疆域东起日本海，南抵南海，西至天山，北包贝加尔湖，《元史》称“东尽辽左西极流沙，北逾阴山南越海表，汉唐极盛之时不及也。”

国土大统一，关于这点自然少不了众所周知的成吉思汗。

李儿只斤·铁木真（1162年5月31日—1227年8月25日），蒙古帝国大汗，尊号“成吉思汗”，意为“拥有海洋四方”，世界史上杰出的政治家、军事家。正是由于他和后代子孙的不断扩张、掠夺、征战，成就了前无古人的成绩，一举让蒙古国和后来的元朝成

为中国历史上疆域最辽阔的王朝。

元朝的统一，结束了五代十国以来长期分裂割据的局面，水陆交通大力发展，当时的商业、经济、科技、文化等均出现了不俗的表现，各民族、阶层、地区、习俗产生了巨大的融合效应，让旧俗和新俗在坚守和创新之间不断地碰撞、游离、剥落、壮大。

回顾元世祖在位时期，他为政开明，勇于接受中原文化，重视农业发展，大力提倡棉花种植。元朝时期便出现了早于欧洲“珍妮机”500年的纺车，而且创造发明人还是一位历经磨难、贫苦的家庭妇女——黄道婆，这点无不体现出我国古代劳动人民的勤劳、坚毅、勇敢和智慧。不仅如此，元朝时期还出现了农业专家王禎，以及天文学家、数学家、水利专家郭守敬等杰出代表人物。

“四方之士，荟萃于一府，相与共理官政，上下其议论，赞画其谋猷，相资以德，相尚以义。”以少数民族统治的元朝广开言论，吸纳各家之长。别的朝代政府都害怕百姓说出心声，只要出现过激言论，无不遭受当朝政府的暴虐，轻则鞭打，重则招致杀身大祸，还会牵连家人被发配到蛮荒之地干苦力，“祸从嘴出，心有愤恨不平之事，也只能忍。”“闭嘴”才能在夹缝中生存，然而这在元朝恰恰相反。

元朝可以说是中国古代历史上唯一没有从官方角度提出过多“避讳”制度的王朝，它是中国封建历史上思想文化禁锢制度最少的王朝之一。

元朝始终没有颁布完备的法典，与其他封建王朝相比，司法的随意性较为显著，也没有太多相关的禁止言论自由的各种禁令。

元代人行动不自由，但是言论非常自由，诗文、杂剧等内容体

现的斗争性很强。当时他们可以随意传唱，并且流传至今，成为不朽佳作，从中可以窥见元朝的自由言论。

科举制度选拔人才，为国效力，而这点元朝统治者最为不屑。

百年不到的统治时间，选拔人才的科举制度竟然中断了70余年，总计15次的科考，进士人数也就千余人。这段时间想通过科举得以有仕途发展的道路被堵死，“文人无用论”的思想在沦为弱势群体的文人中间蔓延，他们充满了对生存、仕途、文化的焦虑不安。难以抒发心中郁闷的文人雅士们，产生了对自然风光、山川河流、人间疾苦的关心和思考，进而追求生命和精神两方面能得以自由言论的表达形式，戏曲、元曲、白话文等众多形式的名作迭起，涌现出一批成就卓越的戏曲家、散曲家，以及诗人、画家等。

纵观元朝文化就是中国文化从雅化到俗化的过程，具有通俗化和多元化两大鲜明的特色。

元代最具代表性的新艺术形式是戏剧和散曲，元朝堪称中国戏曲发展的黄金时期，出现了很多伟大的剧作家和名作，例如，王实甫的《西厢记》、关汉卿的《窦娥冤》等。

《窦娥冤》中有段唱词：“六月飞雪千古冤 / 血溅白绫三年旱 / 何时借得屠龙剑 / 斩尽不平天地宽。”悲壮、愤恨、宁死不屈、感天动地，一个弱女子刚烈铁骨和不畏惧恶势力的人物形象在舞台上得以重现、升华，铿锵有力的唱词回荡在耳边。

七百年来，《窦娥冤》一直是我国戏曲的保留剧目，在舞台上盛演不衰。世人每每提及被冤枉，常会借用“六月飞雪，你要冤死我啊！”这句话吐露心中不平。

元代还产生了与唐诗、宋词并列的元曲，孕育出白朴、吴昌龄

等大家。元曲辞藻优美，又直接运用俗语、俚语，辛辣诙谐，可用雅俗共赏来形容，在文学艺术层面与历史研究方面都有深远意义。

除此之外，白话文小说，在元朝期间也迅速蓬勃发展起来。《三国演义》作者罗贯中、《水浒传》作者施耐庵，都生活在元朝环境下，四大名著中的两部都与元朝有着密不可分的关系。细心查看《水浒传》中很多场景化的描写，例如器物的使用、民俗礼仪的叙述、日常生活的描写等，均能直接展现出当时民众生活的方方面面。

让我们品读着“108位好汉在梁山聚义的故事”，嘴里念着“古道西风瘦马，断肠人在天涯”这句耳熟能详的元曲，听着“窦娥”“张生、崔莺莺、红娘”抑或悲壮抑或嬉笑怒骂的唱词，看他们在各自舞台上一颦一笑、一动一静之间的鲜活灵动，心中满含一份敬畏之情。

让我们站在历史原本论的基础上，探究人们在那段风云突变、浩荡不平的岁月里到底经历着怎样的生活。让细腻的文字来承载解说，让尘封已久原汁原味的生活细节走近你我的世界，让我们重新推开元朝历史记忆的大门，缓缓走进。

黑白格的时间

2018年5月

第①辑 奢华斗艳，平淡求福

风云变幻，云卷云舒。在元朝历史中，每个节庆日都有不凡的寓意，或继承旧俗，或寄托新生，或祝福团圆，或怀念先祖。岁月有情，情怀不老。

隆重奢华的朝拜和新生的寄托——元旦 // 003

祝福与怀念不离不弃——元宵节和端午节 // 008

祭祖尊崇的绵延和迎春盛日——寒食、清明与上巳节 // 014

探秘传说和火红的喧嚣——七夕节 // 018

阖家团圆和祝福的延续——中秋节和立秋 // 024

名目繁多的宗教性节日——法宝、燕九与浴佛节 // 029

第②辑 融合探秘，遗风旧俗

饕餮大宴，美食是生活的不俗篇章；融合探秘，祭祀是怀念的永久内涵；世界谜题，帝陵薄葬是特色的保存形式。遗风旧俗，新奇和神秘相伴。

难掩异彩的美食——饮食业 // 037

隆重的宫廷宴会——诈马宴 // 045

遵循古训的祭祖——祭祀文化 // 049

蒙元特色的居住——约定习俗 // 054

帝陵薄葬，难觅真身——皇家丧葬 // 060

丧葬多样，各从本俗——平民丧葬 // 066

第③辑 推陈出新，格调各异

衣襟流转，光影交叠。质孙服、钹笠冠、罟罟冠、袍类、头饰、发髻等，被岁月擦拭边角，掀面出尘，自散光华。

质孙服华丽出彩——服饰款式 // 075

蒙古袍类独占鳌头——服饰形制 // 079

男女时尚的首服——服饰潮流 // 083

再填风采的发髻——多样发饰 // 087

舒适贴心的装束——平民服装 // 090

第④辑 豪爽儒雅，酒茶交错

酒意酣畅，茶迎四方。马奶酒、葡萄酒、蒸馏酒以及各种茶品、茶具等，在国宴盛会、亲友相聚时从不缺席，体面出场，助人兴事圆满。

酿酒工艺的革新——蒸馏酒 // 095

贵气逼人宴上宾——葡萄酒 // 099

男儿烈气品挚爱——马奶酒 // 105

觥筹交错，饮酒习俗散迷雾——饮酒佳话 // 110

返璞归真，茶品茶具的较量——盛茗之器 // 115

第⑤辑 护天佑地，群神出动

元朝是中国封建历史上唯一明确提出宗教信仰自由的王朝，融汇四方，兼容并蓄的宗教推崇，让元朝的宗教发展异常蓬勃。护天佑地，群神出动。

信仰自由的推崇——宗教 // 121

航海平安的女信使——妈祖 // 128

行业缔造的开山祖——黄道婆 // 132

第⑥辑 山河通透，遍寻美景

交通发展、两都巡幸制度，为元朝的政治、经济、商业、文化的发展起到重要作用。踏遍山河，四通八达，方能遍寻美景，安定美好生活。

移步天下，四通八达——交通 // 139

举足轻重，稳国安危——两都巡幸 // 145

第⑦辑 婚姻缔造，主次有序

“诸色人同类自相婚姻者，各从本俗法；逆相婚姻者以男为主，蒙古人不在此限。”元朝的婚姻礼制具有鲜明的特点，有野蛮，有粗鲁，惊心动魄，婚姻不易。

野蛮和礼仪交织——抢婚和议婚 // 153

供养丰足的夫婿——多妻制 // 160

立足飘摇的无奈——入赘婚和童养媳 // 164

寻求庇佑的再嫁——收继婚 // 169

第⑧辑 竞技娱乐，一较高下

竞技娱乐，你追我赶，互不相让。狩猎、射柳、锤丸、蹴鞠、斗草等娱乐活动层出不穷，妙趣横生，热火朝天，给生活增添一份新意。

誓决高下的搏斗——马上竞技 // 175

落子无悔的傲气——棋类 // 181

普天同乐的欢悦——游戏 // 185

第九辑 文学造诣，可比天人

诗词歌赋品人生百态，文人墨客掀历史风云。元朝特殊的时代背景，让散曲和杂剧蓬勃发展，名人辈出，名品享誉世界。游戏笔墨，嬉笑怒骂，让世人得以品鉴元朝的生活实录。

创新文化体裁——散曲和杂剧 // 193

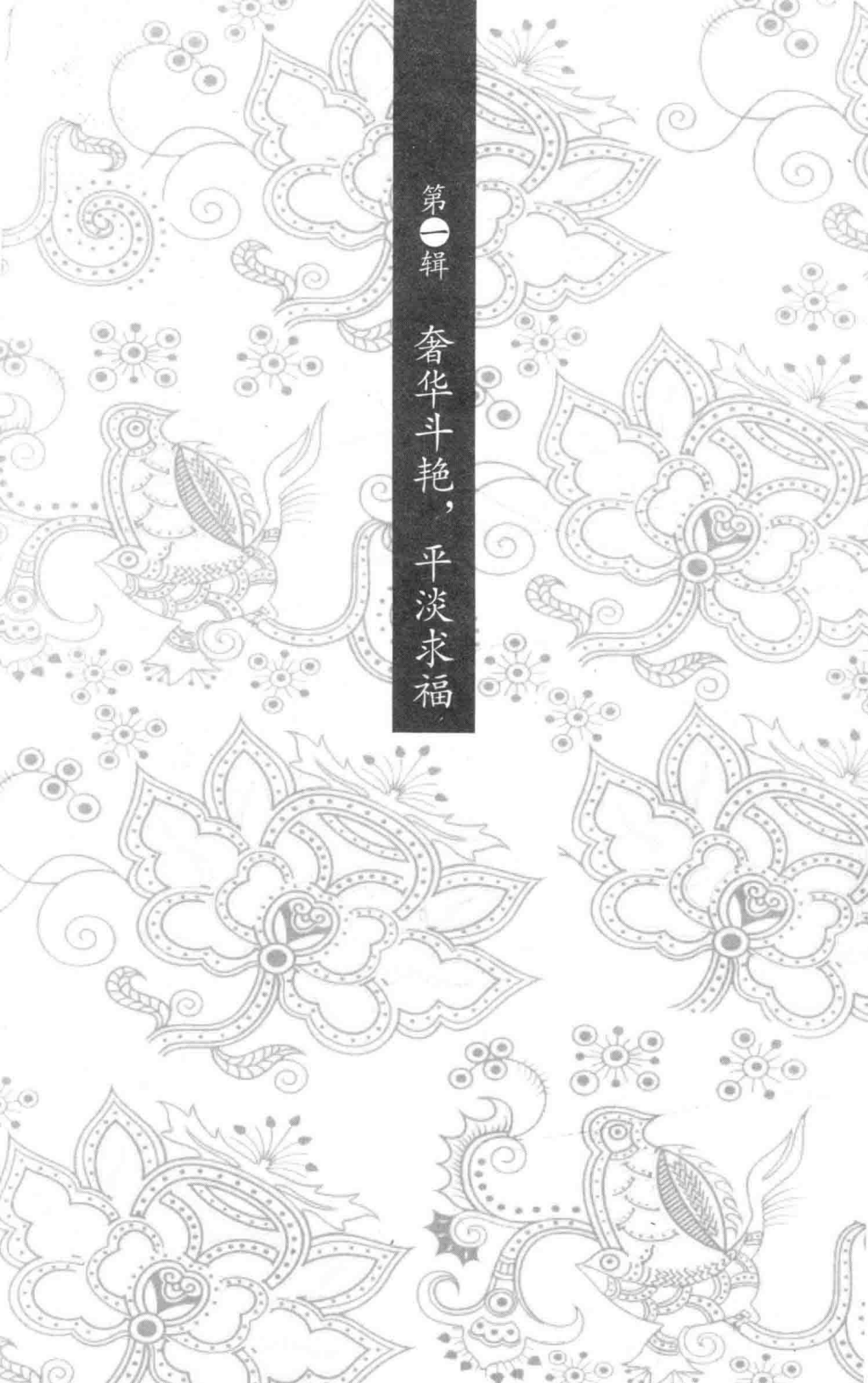
名标千古的伟人——关汉卿 // 199

曲状元之称的雅士——马致远 // 206

别样的元四家之首——黄公望 // 211

探究瓷器发展巅峰——青花瓷 // 216

参考文献 // 222



第一辑

奢华斗艳，
平淡求福

风云变幻，云卷云舒。在元朝历史中，每个节庆日都有不凡的寓意，或继承旧俗，或寄托新生，或祝福团圆，或怀念先祖。岁月有情，情怀不老。

