

文明之旅

十里不同风,百里不同俗。
中国幅员辽阔,民族众多,
在漫长的岁月中,孕育出了千姿百态的土风土俗。
它们看似不登大雅之堂,实际上却是雅文化之母。
俗文化无处不在,醇厚实在,趣味盎然,
就像一面镜子,映射出社会生活的风貌。
本书从细节着眼,从风俗流变入手,
立体而形象地展示了中国民俗的方方面面。



走进中国民俗殿堂

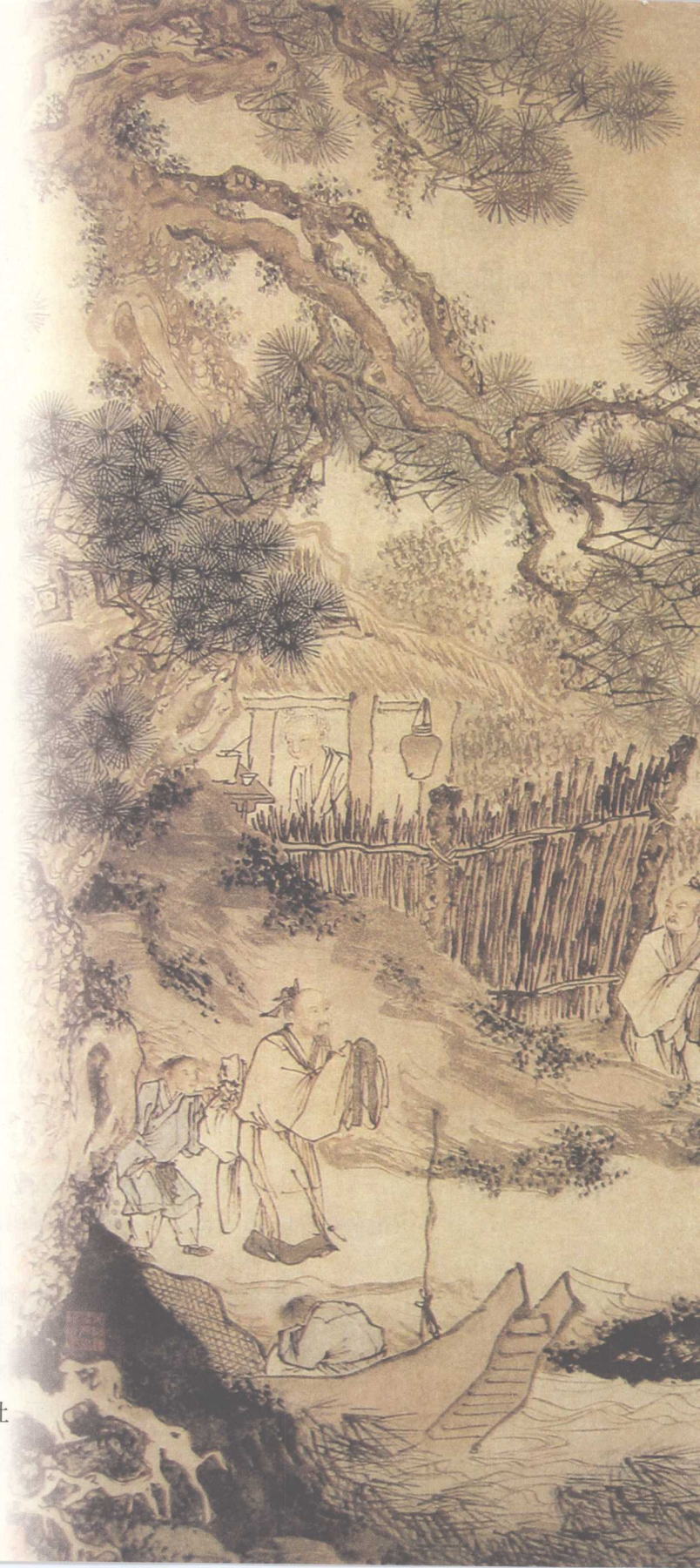
高奇
等编著

山东大学出版社

走进中国民俗殿堂

◎ 高 奇 等 编 著

山东大学出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

走进中国民俗殿堂 / 高奇编著. — 济南: 山东大学出版社, 2008.1
(文明之旅)
ISBN 978-7-5607-3471-2

I. 走...
II. 高...
III. 风俗习惯史—中国
IV. K892

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 158116 号

文明之旅丛书——走进中国民俗殿堂

策 划: 刘旭东

编 著: (以姓氏笔画为序)

王 芬 王 蕊 冯淑静 闫化川
刘旭东 李丹莹 高 奇 翟 燕

山东大学出版社出版发行

(山东省济南市山大南路 27 号 邮政编码: 250100)

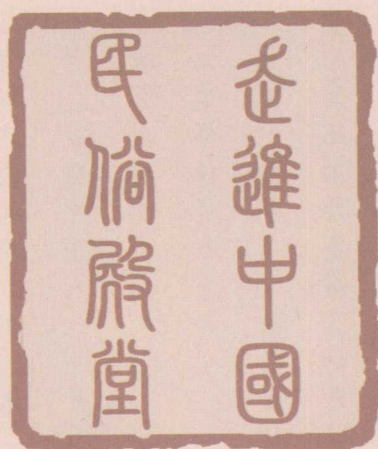
山东省新华书店经销

山东华鑫天成印刷有限公司印刷

720 × 1000 毫米 1/16 137.75 印张 3048 千字

2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

定价 (全六册): 480.00 元



请您循着中国民俗的长河，开始我们的文明之旅……

现在，我们把开启民俗宫殿之门的钥匙交给您，

您想贴近先辈的日常生活，获得中国人之为中国人的地道感受吗？

立体形象地展示了中国民俗的方方面面。

本书从具体细节着眼，从风俗流变入手，

醇厚实在，趣味盎然，就像一面镜子，映射出社会生活的风貌。

它们看似不登大雅之堂，实际上却是雅文化之母。俗文化无处不在，在漫长岁月中，孕育出了千姿百态的土风土俗。

十里不同风，百里不同俗。中国幅员辽阔，民族众多，

目 录



第一章 历代服饰文化	1
一、多姿多彩的史前服饰	3
二、夏商时期服制的初步形成	5
三、西周时期的冕服制度和服饰习俗	7
四、锐意创新的春秋战国服饰	9
五、端庄朴重的秦汉服饰	12
六、褒衣博带、民族融合的魏晋南北朝服饰	17
七、雍容富丽、大国气象的隋唐服饰	20
八、保守规范、质朴娟秀的宋朝服饰	23
九、元朝的民族特色服饰	26
十、艳丽堂皇的明代服饰	28
十一、繁缛华贵的清代服饰	32
 第二章 古代饮食文化	 37
一、主食的出现和演变	39
二、八大菜系的起源和演变	43
三、调味品	47
四、日常小菜	49
五、酒与酒文化	51
六、茶与茶文化	54
七、饮食礼仪与宴文化	57

第三章 历代住居和建筑 61

- 一、建筑的曙光 63
- 二、夏商时期的宫殿建筑 65
- 三、西周时期的宫室建筑布局 67
- 四、东周时期的居址选择和亭台楼榭 69
- 五、秦汉住居与家具 71
- 六、魏晋南北朝建筑 75
- 七、隋唐五代的住居建筑 77
- 八、宋代住居建筑 79
- 九、异族风情的蒙元住居建筑 82
- 十、明代的都城、民居和家具 83
- 十一、清代住居与建筑习俗 86

第四章 古代行旅文化 89

- 一、出行 91
- 二、出行禁忌 92
- 三、送别 96
- 四、必备物品 101
- 五、陆路交通 103
- 六、水路交通 109
- 七、旅舍和题记 113

第五章 生产经营习俗 117

- 一、三业溯源 119
- 二、秦汉的农事 122
- 三、魏晋的畜牧蚕桑 123
- 四、唐代百工 125
- 五、两宋的服务业 128
- 六、元代的农牧业 132
- 七、明代的农谚歌谣 133
- 八、清代的商业风俗 135

第六章 古代民间信仰 139

- 一、鬼魂崇拜 141

二、祖先崇拜	145
三、天地崇拜	147
四、自然崇拜	149
五、龙图腾崇拜	151
六、俗神信仰	153
七、行业神	160

第七章 人生历程 163

一、生人之谜	165
二、生育观念	167
三、祈子风俗	169
四、生育习俗	174
五、教育和成年	179
六、婚姻风俗	180
七、寿庆活动	190
八、丧葬礼俗	195

第八章 家族文化 203

一、家族演变	205
二、家谱之风	208
三、家族祭祀	212
四、家法族规	214
五、社交礼仪	217
六、称谓习俗	221
七、门第姓氏	225
八、取名习俗	228

第九章 传统节日 235

一、春节	237
二、元宵节	242
三、清明节	246
四、端午节	250
五、七夕节	253
六、中秋节	256

七、重阳节 259

八、腊八节 261

第十章 传统体育 263

一、传统投射运动 265

二、浪里白条与冰雪之嬉 268

三、古代田径 271

四、古代球类竞技 273

五、角力性竞技运动 276

六、传统养生术 279

七、中国武术 284

第十一章 古代游戏娱乐 289

一、娱乐性歌舞 291

二、博戏源流 294

三、棋盘上的春秋 298

四、鸟兽虫鱼的驯戏 302

五、鸟兽虫鱼的斗戏 304

六、日常健身娱乐游戏 308

七、趣味盎然的古代童戏 311

第十二章 口头文学 317

一、打油诗 319

二、对联 321

三、绕口令 325

四、谚语 328

五、谜语 332

六、歇后语 337

七、歌谣 339

八、笑话 344

后记 347



第一章 历代服饰文化



关于服饰的起源，历来有种种争论，或为防寒避暑，或为掩体遮羞等等。不管出于何种原因，服饰一来到人间，人类历史上便增加了一幅充满魅力的恒久绚丽的画卷，它们不仅仅是人类外表的物质包装，而且更具有美化的功能。几乎是从服饰产生的时候起，人们就把生活习俗、审美情趣、色彩爱好以及种种文化心态、宗教观念、政治理念等都沉淀于服饰之中，折射出服饰的深厚精神文化内涵。

中华民族已走过了五千年连绵不断的文明发展史，由各朝代、各民族共同谱写的服饰文化更是源远流长，丰富多彩，形成了一个博大深邃的文化宝库。关于祖先们是如何制造和使用各种纺织工具，麻布和丝织品是何时进入人们生活等问题现在已经有了比较清楚的认识。随着社会经济和人们生活水平的不断提高，衣冠服饰同样也经历着不断的发展和变化。进入阶级社会之后，衣冠制度日臻完备，并且成为统治阶级“严内外，辨亲疏”，“昭名分，辨等威”的统治工具之一。中国的冠服制度产生于夏商时期，到西周时已经形成一个基本完善的制度体系。中国历史上各个朝代起起落落、变更跌宕，在具有一些服饰共性特点的基础上，又形成了各有千秋的不同衣饰风尚。殷商时期在服饰上已形

成明显的尊卑贵贱差别。周代随着等级制的完善,各种礼仪应运而生,这在服饰上得到了非常明显的体现。当时有祭礼服、朝会服、从戎服、吊丧服和婚礼服之分,这些服饰种类几乎贯穿于此后两千多年的封建社会生活之中。战国时期,各国割据而治,诸子兴起,百家争鸣之风象征着当时思想的活跃,服饰上也显现出风采各异的气象。随着秦汉的一统,服饰的共同风格在大江南北逐渐增多。魏晋南北朝时期,南北民族的大融合在服饰上表现得非常明显,另外象征士人风度的褒衣博带无疑为中国服饰风尚增加了狂放豁达的一笔。隋唐时期,国家统一,经济繁荣,服饰以开放、大气、华丽为特点,尤其是妇女“袒露装”的出现,足见得当时社会的开放程度。宋明以后,理学泛滥,封建伦理纲常森严,服饰风格又渐趋保守。元、清等异族统治王朝又为中原服饰风格注入了新鲜的北方草原风情。清朝末年和民国时期,随着西洋文化的东渐和社会的剧烈变动,中国古典的传统服饰开始走向衰落,新旧并存、亦中亦西、斑驳陆离的民国服饰日趋迤逦、简便,在中国服饰发展史上具有转折作用。

在整个世界的服饰走向一体化的当今社会,回顾中国这段漫长的服饰发展的历程,细究各个朝代服饰的礼俗风尚,考察丰富多彩的社会风情画卷,来领略中国传统服饰文化的洋洋大观,欣赏中国古典文化的独特魅力,对于思考中国的文化定位和发展方向等问题无疑具有重要的意义。



一、多姿多彩的史前服饰

人类诞生和衣饰诞生并不是同步的,在10多万年前的旧石器早、中期,现在还找不到关于已经掌握缝纫技术的任何证据。衣饰产生初期,形制还非常简单,无论男女老幼大都以植物的皮叶、动物的毛皮或鸟类的羽毛为衣饰,其首要目的是为了生存,如遮挡烈日、抵御严寒、对付蚊虫和野兽的袭击等。在人们还穿着兽皮、树叶的年代里,除了利用天然细枝条、动物筋皮等来绑缚外,把动植物纤维绞拧而成的绳索类物品很可能在稍晚时候也已经出现,利用它们来捆绑扎束衣服,可以产生出更多的衣服式样。后来,这种仅仅是披覆、捆绑而成的衣服渐渐不能满足人们的需要,人们希望能有一种工具可以把一定形状的、已经裁好的兽皮等通过一种方式连缀起来,这种希望最终导致了骨针的出现。考古成果证明,在旧石器时代晚期人们就开始使用磨制的石、骨类针形物来缝制衣服了。

距今约1万年时,中国进入以农业和定居为特征的新石器时代,纺织制衣成了人们生产和生活中的一个重要组成部分。新石器遗址中大都具有石质或者陶质纺轮出土。纺轮的出现,标志着当时制作衣装在原材料上已经不仅局限于兽皮、树皮等物,而是开始采用某些植物纤维,利用机械工具来织布做衣了。从考古发掘的材料来看,早期使用的纺织原料大多以野生的麻、葛为主。人们先将麻、葛中的纤维抽出,再用纺轮捻成麻线,最后织成粗麻葛布。另一种较早被用来纺织的植物纤维是苧麻,它又被称为“中国草”。《诗经》中就有描写人们沤苧脱胶、分离纤维的生产过程。中国是蚕桑丝绸的发源地,有“丝绸之国”的美誉,养蚕取丝在中国有悠久的历史,古书中即有黄帝元妃嫫祖育蚕、制茧、织帛的传说。

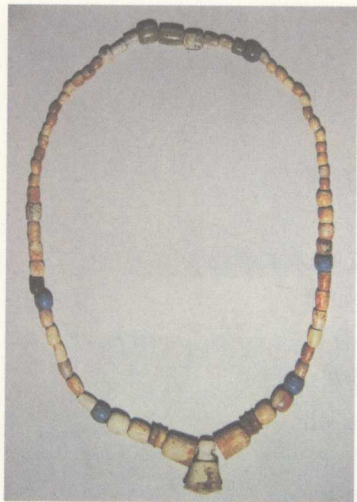
随着服装材料的多样化,服装形式和功能也在逐步得到改善。贯头衣和披单服等披风式服装应是较早时期的典型衣着。在纺织品出现之后,贯

马家窑出土彩陶盆上的舞蹈纹



含山凌家滩出土的玉人





玉项饰 良渚文化

头衣已发展为一种定型服式，它在相当长的时期、极广阔的地域以及较多的民族中普遍被采用，基本上替代了旧石器时代的部件衣着，成为人类服装的祖型。传说中对于古时炎帝神农氏的服饰描绘得十分具体：他身上着红色襦袴，小腿上缚着绑腿，头上是鸟羽帽，足蹬皮履，手执农具。虽然这些传说中很多内容夹杂了后人附会的成分，但也可以看出当时的衣服制作已经趋于成熟了。安徽含山凌家滩遗址出土的距今约有4600年的玉雕立人，身穿紧身衣裤，可见当时已经有了上衣和下衣的区别；腰系一条宽带，腰带既可以使衣服紧贴身体，又可以起到装饰的作用；头戴一顶扁平圆帽，帽顶中间还有一个便于摘戴的小饰物，这顶冠帽用方格花纹的布料制成，玉人后脑上还刻有四条横线和两条断断续续的竖线，应该是下垂的冠巾之类的饰

物，从帽到衣，玉人已经穿戴一套完整的衣装了。在马家窑出土的彩陶盆上，画着一些舞蹈人物，或者穿着窄袖紧身、长度与膝部齐平的衣服，或者穿着紧身上衣，下身则穿着鼓成球形的短裙，生动形象。据人类学家推测，人类穿鞋的时间或许比穿衣的时间还长，原始人最初把树皮和兽皮绑在脚下，可算是一件最简单最原始的鞋子了。在甘肃省玉门地区出土过矮筒的绘彩陶靴，还发现过半身人形罐、彩陶人等，他们穿着皮靴或尖头靴子。

从“黄帝始作冕”等文献记载来看，远在4500年前，黄帝就已经穿冕服了，并且冕服制度似乎也比较完善了，可以用色彩和

花纹标识等级，对这些说法现在还有很多疑问。但从“黄帝、尧、舜垂衣裳而天下治，盖取诸乾坤”等记载，再结合考古材料，能够证明披叶衣皮的习俗到黄帝时期就被织造麻、帛、丝布和垂衣裳的习俗取代了。中国古代服饰在很早时候就具有上衣下裳的基本特征。“衣裳”在今天是对服装的统称，但古代却不同，“衣”专指上衣，“裳”专指下裳，下裳不是裤子，而是一种长裙。有人认为这种服饰习俗与古人对天地的崇拜有关，上衣下裳的服饰特色是仿效天地而定的，衣裳的颜色乃取于自然之色，如礼衣所用的青黑色，就是象征拂晓时天空的色彩，即“玄色”；而裳的颜色则用大地的黑黄色，也称纁色，古代礼服中常称的“玄衣纁裳”

戴帽的陶人 仰韶文化



盘发陶人 红山文化





便是肇端于此。

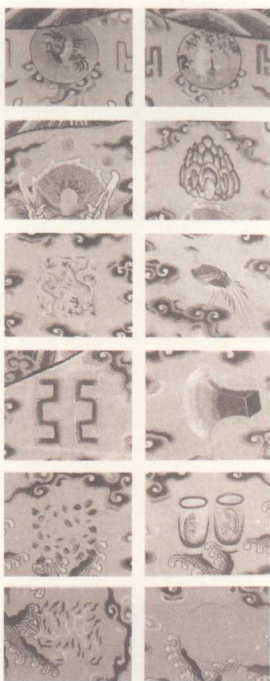
除了身上穿的衣服之外，远古先民还有对自身外表进行美化装饰的习俗。如在身上涂抹花纹，将头发做成各种形状，对身体某些部位的手术变形，以及佩戴各种装饰物，等等。

二、夏商时期服制的初步形成

夏代是中国历史上第一个正式建立的王朝，它的一些纺织习俗与传统，在延续了新石器时代晚期一些特点的基础上又有所创新，其中最为引人注目的是服饰上的贵贱分化越来越明显，服饰已被逐渐列入了“礼制”的范畴。自此，“礼俗”成为中国风俗史的重要组成部分。

《尚书》记载帝王衣服上绘绣的花纹一共有12种，称为“十二章”，它们分别是日、月、星辰、山、龙、华虫、宗彝、藻、火、粉米、黼、黻。每一种纹饰都有它特定的含义来象征帝王的品德操行。如日、月和星辰象征光明，山象征万人仰望，龙象征应变，华虫象征文采，宗彝作为一种祭祀用的礼器象征忠孝，藻象征洁净，火象征光明，粉米象征滋养万民，黼象征决断，黻代表明辨。这种十二章具全的帝王之服，其他官职的人是不能穿的，根据等级的不同衣服纹饰的数量依次递减。所谓“施章乃服明上下”，就是说在衣服上施加不同的花纹来标志上下尊卑。这说明夏商时期，中国的服饰制度已经初步形成了。史书记载夏代桀王生活奢靡，供养乐女3000人，她们都身穿“文绣衣裳”，这种衣饰应该是刺绣着图案的丝织衣物，华丽高贵，而一般的平民百姓，则多穿着麻、葛布缝制的衣裳。

殷商时期，物质财富增长很快，当时人们已熟练掌握丝织技术，并改进织机，发明了提花装置，绣染技术也渐趋成熟，从而为中国以后几千年的丝织绣染工艺奠定了基础。商代贵族在衣服的质地、款式、色彩和佩戴饰品上都较夏代奢靡得多。在一些王墓和贵族墓中，发现了大量的丝织品和装饰品，商王武丁的一个后妃，名叫妇好，在她墓葬里发现的玉类装饰品有400



后世的十二章纹

殷墟出土的商代人物雕像



殷墟出土的玉人





殷墟出土的骨笄

多件，种类之繁冗复杂，令人叹为观止。

妇好墓出土的玉人形象，头上梳着一条长长的辫子，辫子从右耳后侧向上盘到头顶，然后绕到左耳的后侧，再向右耳侧伸，最后辫梢和右耳后侧的辫跟相接。头顶的上方还戴有一圈束发的圆箍，圆箍的前面连着一个卷筒形的头饰，头饰的质地应为丝绸，有人认为这就是《诗经》中所载的称为“頍”的头饰。穿着交领、窄长袖、一直垂到脚踝的华丽大衣，配有宽腰带，腹前悬着一个上窄下宽的“蔽膝”，穿着鞋子，神态倨傲。西周之前的衣着服饰，主要是采用上衣下裳的形式，春秋战国之际才开始流行将上衣下裳连成



殷墟出土的玉人的头部



商圆雕石人



商青铜立像

一体的衣服，这种衣服称为“深衣”。但从商代玉人、石人雕像所反映的衣服形制情况看，除了上衣下裳的风俗外，许多已具深衣的特点。商代的衣着式样已出现原始的深衣制。

古时的“冠”不同于现在的帽子，它是古人戴在头上的“头衣”，因为他们把头发梳理成髻，冠是用来束发的。它的形状为一个圈形，上面装有一条不太宽的冠梁，为了防止冠掉下来，往往还会在冠圈的两边连接上丝绳做的冠缨，冠缨在下巴下面打一个结，这样冠便固定住了。商代的发型和冠饰也各式各样，反映了其独有的俗尚。

商代大部分人还没有脱却光着脚的古习，只有一部分人穿着各种材质的鞋子。一些显贵和高级武士，流行穿皮革制成的翘头鞋，这种翘头鞋高帮、平底、无跟、圆口，厚而不肥，称为“鞮”，穿之颇显英爽练达。有些贵妇则穿着平头的高帮鞋，此鞋圆口，没有系带，鞋的形状圆滑饱满，有的为丝织而成，有的以麻类织物衬里，温暖合脚。一些中下层的人则穿着类似于现在草鞋的粗屨，它们为草、麻、树皮等制成，样式非常简单，把绳盘系在做成的鞋底上即可。



三、西周时期的冕服制度和服饰习俗

周代建立起了比较规范的服饰制度，还专门设立了掌管服饰的官职。据《周礼》记载，当时这些掌管服饰的官职分工是很细致的，这表明周代服饰所体现出的等级差别，已不仅仅是一种形式和观念上的区别，而已经成为必须遵守的法律制度的一部分了。衣冠服饰正式登上政治舞台，被纳入“礼治”范畴，成为“昭名分、辨等威”的工具。

当时人们将“礼”划分为吉、凶、军、宾、嘉五种，合称“五礼”。与之相适应，吉礼有吉服，凶礼有凶服，军礼有军服，相互之间各有不同。即使同一服饰，也会因主人的身份高低以及场合的差异而有不同的形制。天子吉服用衮冕，祭昊天上帝时用大裘冕，祭先公时用鷩冕，祭四望山川时用毳冕，祭社稷时用絺冕，祭群小即山林、河泽、土地之神时用玄冕。它们之间主要通过冠帽造型、饰物种类数量、服装质料、颜色图纹来标识。天子祭上帝时戴的冕前后无旒，祭先王时用十二旒，祭先公时用九旒。还有衣服上绣的花纹，在最隆重的典礼上要用十二章纹，祭先王等场合只用九章，祭四望山川时则减少到五章，普通小祀时只用黻纹一章。

后世帝王冠冕图 阎立本《历代帝王图》局部



在周代的服饰中，冕服是最具代表性的服饰之一，它主要由冕冠、冕服和佩饰附件三部分组成。冕冠是周代礼冠中最尊贵的一种，专供天子、诸侯和卿大夫等各级官员在参加各种祭祀典礼时穿戴。冕冠由冕板和冠两部分组成，冕板多用细布帛包裹，上面喻天用玄色，下面喻地用纁色，整板呈前圆后方来隐喻天圆地方。冕板的前后沿都垂有用彩色丝线串连的珠串，叫“冕旒”，天子用十二旒，公、侯、卿、大夫依官职的高下依次递减。旒上穿缀的



衮冕 《三礼图》



鷩冕 《三礼图》



毳冕 《三礼图》



鞠衣



祿衣



皮弁

彩珠叫“玉”，天子冕冠上的冕旒用五彩十二玉，公、侯、卿、大夫仍比照职位依次递减。冕板下面是冠，冠两旁各设有一圆孔，当冠戴在头髻之上时，用玉笄顺纽孔穿过，起固定的作用。在笄的一端系有一根叫“紘”的丝带，经下颌绕过，系于笄的另一端，可以使冕冠更加牢固。在冠底沿的内侧、两耳的上部位置，还各悬出一条齐耳长的丝带，丝带末端各缀有一颗珠玉，叫作“充耳”，隐喻为王者对于谄佞之言应有所不闻，“充耳不闻”即是由此引申出来的。冕服主要包括上衣和下裳，上衣宽松广袖，下裳是宽大的长裙，上衣玄色，下裳纁色。冕服的佩饰附件主要有中单、带、大带、绶和舄等。中单是衬于冕服内的素纱衬衣；带是用熟皮制成的蔽膝，天子用朱色带，公侯俱用黄色带，所绘章纹有所不同；大带是系在腰间绣有彩色边缘的宽丝带；绶是系于腰间的玉饰组佩，因为古人崇尚“君子于玉比德焉”，玉象征着高尚的品德，所以当时贵族身上多佩玉；舄是与冕服配套使用的一种厚底鞋，天子和诸侯多穿赤舄。

周代的服饰制度对妇女服饰也作了具体的规定，王后、命妇的服饰主要有祔衣、褕翟、阙翟、鞠衣、展衣、祿衣六种，除此之外还有六种礼衣的内衬——素纱。六种礼服的形制大致相同，都是不分衣裳的袍式装，传说妇女穿着这种上下连为体的衣服，寓含妇女应对丈夫忠贞不二的意义。六种礼衣中以祔衣最为尊贵，是王后陪从帝王祭祀先祖等礼仪场合所穿的祭祀装；褕翟也是王后的祭服，是陪从帝王祭祀先公时的礼装；鞠衣是王后的告桑之服；展衣是王后和士大夫之妻在朝见帝王、接见宾客时的礼衣；祿衣为王后面君和平时闲居时所穿。诸侯王的母亲、妻子可以穿鞠衣，卿大夫的母亲、妻子可以穿展衣等。

当时对民间男女的服饰也有规定。尤其是凶礼之服，一般人们按照与死者的亲疏关系穿着不同的服饰，从发式、首饰、衣服到鞋履都各有不同；穿着时间有长有短，长则三年，短则数月。按宗法制度，凶服分五等，即斩衰、齐衰、大功、小功、缌麻，合称“五服”。就西周的中下层民众来说，他们穿戴则简单得多。周代的衣服较商代要宽大一些，长度多超过膝盖，袖子除了少数比较窄小之外，多数都很宽大。

因为周人重礼，在礼仪上还有专门的“冠礼”。周代的孩童一般都是垂发至眉，并且两边梳“两髦”，或把两髦扎束成两个形状像角的发结，称为“总角”。成年的时候要把头发在头顶盘成髻形，女子主要是用笄把头发插定，而男子则是戴冠，用笄将冠和髻一起固定起来。男子戴冠的时候要专门举行一个仪式，表示已经成