

南充

民间传统文化概论

李志杰 主编 康大寿 副主编



四川人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

南充民间传统文化概论 (精装) / 李志杰主编, 康大寿副主编.
—成都: 四川人民出版社, 2016. 11
ISBN 978-7-220-09864-2

I. ①南… II. ①李… ②康… III. ①传统文化-介绍-南充市 IV. ①K297. 13

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 162084 号

NANCHONG MINJIAN CHUANTONG WENHUA GAILUN

南充民间传统文化概论

李志杰 主 编
康大寿 副主编

责任编辑
实习编辑
封面设计
技术设计
责任校对
责任印制

章 涛
刘 澜
廖椿升 四川胜翔
戴雨虹
蓝 海
李 剑

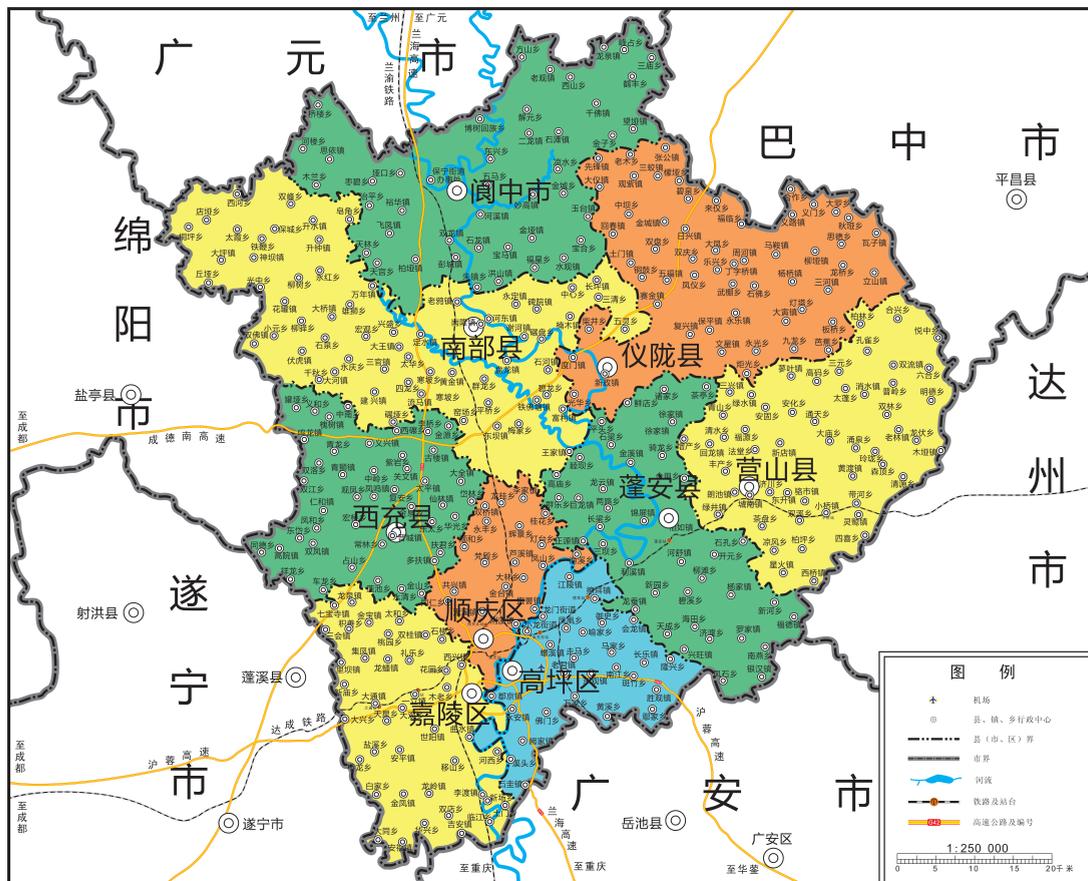
出版发行
网 址
E-mail
新浪微博
微信公众号
发行部业务电话
防盗版举报电话
照 排
印 刷
成品尺寸
印 张
字 数
版 次
印 次
书 号
定 价

四川人民出版社 (成都市槐树街 2 号)
<http://www.scpph.com>
scrmcbs@sina.com
@ 四川人民出版社
四川人民出版社
(028) 86259624 86259453
(028) 86259624
四川胜翔数码印务设计有限公司
四川胜翔数码印务设计有限公司
170mm×240mm
22.25
343 千
2016 年 11 月第 1 版
2016 年 11 月第 1 次印刷
ISBN 978-7-220-09864-2
86.00 元

■ 版权所有·侵权必究

本书若出现印装质量问题, 请与我社发行部联系调换
电话: (028) 86259453

南充市行政区划图



前 言

民间传统文化是广大人民群众自己创造并传承的各种文化形态的总和，亦是一种由民间自主行为而形成的精神财富，更是一种在民间世代相传的地域文化；产生并传承于民间，反映的是基层民众共同的社会诉求和审美情趣。正如冯骥才先生^①所言，灿烂的中国民间文化是中华民族根的文化，是“中华文化的一半”，不仅凝结着炎黄百姓的生活情感和人间理想，而且昭示着华夏民族的个性与精神。

南充市地处四川省东北部，属丘陵地带，嘉陵江纵贯全境，其历史悠久，加之明末清初外来移民众多，故而民间传统文化积淀十分深厚。千百年来，南充民间忠义诚信的道德精神、和睦乡里的民间规制、勤劳淳朴的民风民俗、丰富多彩的民间文学、斑斓多姿的民间艺术，以及精美绝伦的民间工艺等等，不仅记载着南充社会的历史变迁与信息，折射出基层民众的价值取向与观念，反映了南充人民的精神追求与智慧，而且还包含有许多激励人们向上崇善的思想内容，蕴藏着大量适于调整社会关系与解决社会难题的重要启示。

但是，随着科学技术发展的日新月异、人类社会交往的全球化，以及人们生产与生活环境的巨大改变，南充民间传统文化也不可避免地遭受到了前

^① 冯骥才（1942— ），男，当代著名作家、文学家、艺术家，曾担任天津市文联主席、国际笔会中国中心会员、中国文学艺术界联合会执行副主席、中国小说学会会长、中国民间文艺家协会主席、国际民间艺术组织（IOV）副主席、中国民主促进会中央副主席、全国政协常委、国务院参事，以及开明画院院长、天津大学冯骥才文学艺术研究院院长、博士生导师等职。20世纪末以来，他投身文化遗产抢救工作，担任国家非物质文化遗产保护工作专家委员会主任，并致力于推动民间文化的保护与宣传工作。

所未有的严重冲击，许多民间文化遗产和民间文化形态正在迅速减退甚至消亡，其文献资料也在不断散失，故而南充民间传统文化资料抢救与整理的紧迫性已时不待人。经过大量的调查研究，并借鉴省内外的经验，2012年3月，南充民间传统文化搜集、整理与调研工作正式启动。四年来，通过全市上下包括许多乡镇、街道的相关领导及文化专干通力合作，尤其是通过一批专家、学者的艰辛努力，形成了“南充民间传统文化书系”的工作成果。“书系”共包括三个部分：

一是《南充民间传统文化概论》。这是一部带研究性质的专著，全书共分七章和附录，其内容涵盖了南充方言俚语、民间风俗、文学、艺术，以及民间规制、古镇与码头文化等各个方面；论述了南充民间传统文化与南充的自然地理、人文传统的关系及特点，并分析了南充民间传统文化保护中的困境，提出南充民间传统文化保护与传承中的思考与建议。在附录中，还表列有“南充市国家、省、市命名的历史文化名城、镇（乡）、村名录”“南充市国家及省、市级非物质文化遗产名录”“南充市国家及省、市级文物保护单位名录”“南充市现存历代字库塔一览表”，以及“南充市100年以上的古镇（乡）、码头一览表”。

二是带有文献性质的“南充民间传统文化资料”丛书。我们按照民间传统文化的分类，并依据南充民间文化的特点及所收资料的具体情况，将丛书编辑为十辑，即《南充方言》《民间风俗》《民间故事》《民间歌谣》《谚语·歇后语·楹联·碑记》《民间音乐》《民间艺术》《家训族规》《民间建筑》以及《古镇·码头》。其中，《南充方言》对较为复杂的南充官话方言，尤其是对在南充范围所存在的客家方言岛、湘方言岛等都进行了较为详细的分类说明；《家训族规》对南充境内所收集到的80余部家训族规进行了点校与注释，它们中制定时间最早的为唐、宋时期，以清代为最多，其内容丰富并具有时代性、典型性与代表性。此外，其他各册均较为全面地收集有南充境内相关的文献资料，不仅所涉及的时空范围广，而且文化形态种类亦多，其中不少历史资料如民间故事、歌谣、音乐，以及楹联与碑记等均为抢救性的整理与保存。

三是影像资料，这是一套以历史照片为主体的影像图集，共收存了不同时期的一千四百余幅新老图片，共分为《民间艺术》《民间风俗》《码头·古

镇·古建筑》三册。它们记录与承载着众多具有实物形态的民间文化历史信息，更是一种直观而形象的南充民间传统文化史料。

南充民间传统文化的历时久远，且具体内容宽泛庞杂，由于有的资料已经散失，有的又因碑刻破损而字迹模糊，或因文献资料的残缺错漏，或因来自民间人士的转述等原因，故而上述成果中必然会存在着一定的缺陷与不足。但让我们感到欣慰的是，我们得到了各级领导的关心与支持，尤其是基层民众的热情参与更是让人难以忘怀。

在此次资料的收集、整理与研究过程中，我们同时也受到了一次深刻的优秀传统文化教育。我们相信，民间传统文化中那些美好的情感与精神定会成为新时代鼓舞人民前进的精神力量，并为推动南充社会的政治、经济、文化全面发展发挥其积极作用。我们期望，此后有更多的人士来关心和从事民间传统文化的保护与传承工作，让南充民间传统文化的花朵在中华文化的百花园中开放得更加绚丽多彩。

目 录

第一章 绪论	(001)
第一节 南充历史上的行政区划与民间传统文化	(002)
一、南充市行政区划的历史沿革	(002)
二、南充行政区划的变迁对民间传统文化的影响	(004)
第二节 民间传统文化中的南充自然地理因素	(009)
一、南充的丘陵地貌与南充民间艺术的特点	(009)
二、纵贯南充全境的嘉陵江与民间多彩的江河文化	(012)
三、南充的气候物产与丰富的民俗文化资源	(016)
第三节 民间传统文化中的南充人文精神	(024)
一、源远流长的“巴渝遗俗”	(024)
二、淳朴温厚的“忠义之邦”	(026)
三、家诗户书的“崇文”传统	(032)
四、和睦乡里的“民间规制”	(041)
五、丰富多彩的“客家文化”	(047)
第四节 南充民间文化的保护与传承	(049)
一、南充民间传统文化面临的主要困境	(049)
二、民间传统文化保护与传承上的几点思考	(051)
第二章 南充方言	(058)
第一节 南充方言语音	(058)
一、南充各县（市）区方言语音	(059)

□ 南充民间传统文化概论	
二、南充方言语音特点	(061)
第二节 南充方言词汇	(069)
一、完全特征词	(070)
二、部分特征词	(075)
第三节 南充方言语法	(077)
一、词法	(077)
二、句法	(079)
第四节 南充方言中的方言岛	(080)
一、独特怪异的西充方言	(081)
二、新老兼存的湘方言	(086)
三、坚守传统的客家方言	(089)
第三章 民间风俗	(093)
第一节 生产习俗	(093)
一、农耕习俗	(093)
二、匠作习俗	(097)
三、桑蚕缫丝习俗	(098)
第二节 生活习俗	(100)
一、服饰习俗	(100)
二、饮食习俗	(101)
三、居住习俗	(102)
四、行旅习俗	(103)
五、民间医疗习俗	(103)
六、民间信仰	(105)
第三节 节庆习俗	(105)
一、春节与落下阄	(106)
二、蛴螬节	(107)
三、迎富节	(108)
四、上巳节	(108)
第四节 礼仪习俗	(109)
一、人生礼仪习俗	(109)

二、社交礼仪习俗	(113)
第五节 民间体育娱乐	(114)
一、民间体育游戏	(114)
二、棋牌游戏	(115)
三、其他游艺	(117)
第六节 民居建筑风俗	(119)
一、民居布局上的习俗	(119)
二、民居修建习俗	(121)
三、其他民间建筑的修建习俗	(124)
第七节 善行义举	(126)
一、义诊	(126)
二、义渡	(127)
三、义学	(128)
四、修桥铺路	(130)
五、义赈	(130)
第四章 民间文学	(132)
第一节 民间故事	(132)
一、神话故事	(132)
二、民间传说	(134)
三、红军故事	(142)
第二节 民间歌谣	(142)
一、儿歌	(143)
二、情歌	(144)
三、“嫁歌”	(145)
四、丧葬歌谣	(146)
五、时世歌谣	(147)
第三节 谚语与歇后语	(148)
一、谚语	(148)
二、歇后语	(152)
第四节 楹联与碑记	(153)

□ 南充民间传统文化概论	
一、楹联	(153)
二、碑记	(158)
第五章 民间艺术	(166)
第一节 民间音乐	(166)
一、民间歌曲	(167)
二、民间器乐	(175)
第二节 民间舞蹈	(178)
一、队列舞	(179)
二、龙狮舞	(182)
三、花灯舞	(187)
第三节 民间戏剧	(189)
一、川北灯戏	(190)
二、川北木偶戏	(192)
三、川北皮影戏	(195)
四、傩戏	(197)
第四节 民间曲艺	(199)
一、以说为主的曲艺	(199)
二、以唱为主的曲艺	(201)
三、连说带唱的曲艺	(203)
四、杂技	(206)
第五节 工艺美术	(207)
一、雕塑工艺	(208)
二、工艺绘画	(218)
三、编织工艺	(220)
四、纺织工艺	(223)
五、纸扎工艺	(225)
第六章 民间规制	(226)
第一节 家训族规	(226)
一、南充家训族规地域的多元性及其内容的广泛性	(227)
二、南充家训族规的时代特征	(230)

第二节 乡规民约	(235)
一、南充乡规民约的主要内容	(235)
二、南充乡规民约的类型与特点	(242)
第三节 行约帮规	(244)
一、南充民间工商行业发展的历史状况	(244)
二、南充行约帮规的主要内容及其社会价值	(247)
第四节 会馆制度	(253)
一、明末清初移民潮与南充境内会馆的大量出现	(253)
二、会馆制度的主要内容与作用	(255)
第七章 古镇与码头文化	(258)
第一节 南充古镇与码头的形成及其名称的文化内涵	(258)
一、南充古镇与码头的形成与发展	(259)
二、南充古镇与码头的名称及其文化内涵	(264)
第二节 古镇与码头的建筑文化	(269)
一、南充古镇与码头的地理类型	(269)
二、南充古镇与码头的建筑类别及其特点	(276)
第三节 古镇与码头的商业贸易及其民间的集市文化	(284)
一、南充古镇与码头的集市贸易	(284)
二、集市商贸中的规制与习俗	(286)
第四节 古镇与码头的工商行帮及其他民间组织	(290)
一、工商行帮及其行业信仰	(290)
二、古镇与码头中的其他民间组织	(294)
第五节 古镇与码头的休闲娱乐文化	(297)
一、茶馆文化	(297)
二、餐饮文化	(300)
三、娱乐文化	(303)
附 录	(306)
附一：南充市国家、省、市命名的历史文化名城、镇（乡）、村名录	(306)
附二：南充市国家及省、市级非物质文化遗产名录	(308)

□ 南充民间传统文化概论	
附三：南充市国家及省、市级文物保护单位名录	(312)
附四：南充市现存历代字库塔一览表	(324)
附五：南充市 100 年以上古镇（乡）、码头一览表	(327)
参考文献	(333)
后 记	(337)

□

第一章 绪 论

南充市位于四川盆地东北部、嘉陵江中游，地处北纬 30°35′-31°51′、东经 105°27′-106°58′之间，南北跨度为 165 公里，东西跨度有 143 公里，东与达州相邻，南与广安接壤，西与遂宁、绵阳相连，北与广元、巴中毗邻，自古以来，这里就拥有“西通蜀都、东向鄂楚、北引三秦、南联重庆”之地利。

南充市现辖 3 区（顺庆区、高坪区、嘉陵区）5 县（西充县、南部县、仪陇县、蓬安县、营山县）、代管 1 市（阆中市），幅员约 1.2479 万平方公里，人口 742.33 万（2015 年），是四川省第二人口大市。南充历史悠久，“其民纯朴好义，弗事华侈”，“家诗户书，人物甚盛”^①，加之美丽的嘉陵江流经全市，故而南充拥有众多宝贵的物质与非物质文化遗产，享誉国内外的国家级非物质文化遗产“川北灯戏”“川北大木偶”“川北皮影”“阆中正月十六游百病”“阆中手工打结丝毯”^②就源于辖区内的仪陇县、南部县和阆中市。南充境内还有被命名为全国历史文化名城的阆中市、全国历史文化名镇的阆中市老观镇与“中国传统村落”的阆中市天宫院村，以及百年以上的古镇近 200 个。古老而灿烂的中华文明与聪慧而勤劳的南充人民给我们这块土

①（清）《南充县志》（嘉庆十八年刻本），顺庆区地方志办公室 2011 年 11 月重排线装点校本上册，第 27 页。特别注释：该《南充县志》版本初刻于清代嘉庆十八年（1813），但增辑于咸丰七年（1857），故而该书实应为咸丰七年增辑本。

②“川北灯戏”与“川北大木偶”于 2006 年被公布为国家级非物质文化遗产，“川北灯戏”源于阆中市老观镇等地，“川北大木偶”源于仪陇县马鞍镇等地；“川北皮影”于 2008 年被列入国家级非物质文化遗产，其中“川北王皮影”源于阆中市，“马王皮影”源于南部县；“阆中正月十六游百病”于 2013 年以“传统体育”被列入国家级非物质文化遗产；“阆中丝毯织造技艺”（即“阆中手工打结丝毯”）于 2014 年经国务院批准被列入第四批国家级非物质文化遗产传统技艺扩展项目名录。

地留下了极为丰富多彩、斑斓多姿、种类繁多的民间传统文化。

第一节 南充历史上的行政区划与民间传统文化

行政区划的设置与本地区人们的社会交往关系密切，而民间社会人们的相互交往与其相互影响又是民间传统文化发展变化的一个重要因素。一般来讲，在中国古代农业社会中，人们的相互交往主要在两个范围里进行，一是血缘（即家族）范围，二是地域范围，也正是这一原因，人们在习惯上、心理上长期形成了较为浓烈的家族观念与乡土观念。而行政区划的隶属，又往往与地域范围内人们之间的交往密切相关，如同一行政区划内人们的交往度与亲密度就远比非同一直辖区内的人们相对强烈得多，这种现象在今天都还仍然或多或少地存在着。因此，要了解南充民间传统文化的概况与特点，就有必要首先了解南充市行政区划的历史沿革。

一、南充市行政区划的历史沿革

早在四千多年前的中国新石器时代晚期，南充这里就有先民居住，在夏朝初期出现了“有果氏之国”^①，殷商属巴国，周为巴子国属地。战国时期，巴子国国都于公元前330年前后迁至阆中，秦惠文王后元九年（前316）秦灭巴，十一年（前314）在现境内置阆中县，隶属巴郡。^②秦代郡县建置依旧。

西汉时期，地方实行州、郡、县三级制，今南充境内分原阆中辖地置阆中、安汉（今南充）、充国3县，属益州巴郡，新莽时曾更安汉县为安新县。^③东汉兴平元年（194）境内置巴郡（郡治安汉），辖安汉、阆中、西充国（由充国更名）、南充国（分充国县置）4县。^④建安六年（201）改巴郡为巴西

^① 传说在夏禹和夏启时期，当时居住在现南充辖区内的部落首领每年都要去安邑都城进贡柑橘，故被封为“有果氏之国”。

^② 当时阆中县县治在现阆中市保宁镇，巴郡郡治在江州县，即现今重庆市市中区。

^③ 安汉县为汉初纪念纪信“荥阳诳楚，舍身安汉”之功而置，县治在今顺庆区舞凤乡清泉坝五里店；充国县治在今阆中市木兰乡；益州州治在当时的成都县，即今成都市区；巴郡郡治仍江州县未变。

^④ 南充国县系分充国县而置，治所在今南部县柳驿乡。

郡，郡治迁阆中，仍隶属益州。三国蜀汉、西晋、成汉时期，郡县依旧。^①

东晋时期，由于战争频繁，故而地方建置亦较混乱，现南充境内除原有巴西郡辖西充国（郡治由阆中迁至此地）、南充国、安汉、羔羊县（今仪陇县境）4县外，在东晋末期又分巴西郡，另置北巴西郡，阆中为北巴西郡郡治。南朝宋时，巴西郡为僚人所聚，郡县迁今绵阳市境内侨置，辖境内阆中（郡治）、安汉、西国（西充国改）、南国（南充国改）、羔羊等县。南朝齐时，郡县建置依旧。

公元581年，隋文帝杨坚统一中国，从而结束了南北朝分裂割据局面。文帝开皇三年（583），全国整理行政区划，实行州、县二级制，在今南充境内设置14县，分属蓬州（州治安固县，即现营山县安固乡）、隆州（州治阆内县，由阆中县改名而来）与涪州（州治石镜县，即今重庆市合川区合阳镇，境内汉初县属之）。开皇十八年（598），改安汉县为南充县。

唐代，境内置果州南充郡、阆州阆中郡和蓬州蓬山郡，分属剑南东川道和山南西道，辖南充、相如、西充（分南充县而置）、阆中（阆内改名，州郡治）、南部、新井、奉国（今阆中境内）、新政、蓬山、仪陇等19县。五代时，州县设置未变。后唐于明宗天成四年（929），“‘割阆、果二州置保宁军’，此为其后保宁建府名号由来之始。”^②

北宋，境内置果州和阆州、蓬州3州，分属成都府路和利州路，辖南充（果州州治）、西充、相如、阆中（阆州州治）、南部、新井、奉国、新政、西水县，以及蓬池（蓬州州治）、仪陇、营山、伏虞、良县等14县。南宋时期共15县，果州辖南充（州、府治）、西充、相如〔宝祐六年（1258）划属蓬州〕、流溪4县，阆州辖阆中（州治）、南部、新井、奉国、新政、西水（苍溪）6县，蓬州辖蓬池（州治）、仪陇、营山、伏虞、良山（后增辖相如）5县。南宋宝庆三年（1227），果州南充郡升为顺庆府（府治南充），隶潼川府路。

元朝在全国实行行省制，行省之下为路、府（州）、县。南充境内设有顺庆路顺庆府，领南充、西充2县；广元路保宁府^③，领阆中、南部、苍溪3

① 但从三国蜀汉始，南充国县治所便由今南部县柳驿乡迁往南部县南隆镇。

② 参看《南充市志》（1707-2003）上册，方志出版社2010年版，第61页。

③ 至元十三年（1276），阆州升为保宁府，不久改为保宁军，后仍改为府。

县；顺庆路蓬州，领相如、仪陇、营山3县。

明代时南充隶四川布政使司，境内置2府，辖顺庆府南充、西充县和蓬州、营山、仪陇县，以及保宁府阆中（府治）、南部等1州6县。清代时南充隶四川省，境内置川北道和保宁府（道、府治阆中）、顺庆府（府治南充），辖阆中、南充、南部、西充、营山、仪陇和蓬州（县级州）等1州6县。

1912年，中华民国成立，南充隶四川省，民国3年（1914），境内改川北道为嘉陵道，辖南充（道治）、阆中、南部、西充、营山、仪陇、蓬安（原蓬州）等7县。民国24年（1935），境内置第十一行政督察区（区治南充），辖南充、蓬安、营山、仪陇、西充、南部等6县，阆中时隶属第十四行政督察区。在这期间，中国工农红军第四方面军于1932年冬至1935年春，在陕南和川北一带曾建立了中共川陕省委和川陕苏维埃政府，南充境内当时先后建立有1个中心县委与8个县（市）委。

1949年，中华人民共和国成立，南充境内各市、县隶属川北人民行政公署（省级行政区）^①，辖南充市（川北行政区治，区直辖市）与南充、西充、南部、仪陇、营山、蓬安6县，隶属南充专区（治今岳池县九龙镇），时阆中县隶属川北行署区剑阁专区。1952年撤川北行署区隶四川省，南充专区区治迁南充，辖县未变，南充市改属南充专区。1953年撤剑阁专区，阆中县划属南充专区。1968年南充专区更名南充地区。1991年1月阆中撤县建市。1993年7月，撤南充地区、南充市（县级）及南充县^②，设立南充市（地级），辖顺庆（市治）、高坪、嘉陵3区及西充、南部、仪陇、营山、蓬安5县，阆中市由省直辖，由南充市代管。

二、南充行政区划的变迁对民间传统文化的影响

从民间传统文化的角度思考，南充行政区划变迁对其影响主要表现在以下几个方面：

^① 1950年，中国地方政权的设置进行了重大变革，在原四川省境内设置有川东、川南、川西、川北4个省级行政公署，行政公署下设置专区，专区之下设县。川北人民行政公署驻南充市，辖南充市和南充、遂宁、达县、剑阁4个专区35个县。1952年8月，4个省级行政公署撤销，9月，四川省人民政府成立。

^② 原南充市（县级）更名为顺庆区，同时又在原南充县辖境分设高坪区、嘉陵区。

（一）历史上的政区地名在民间文化中的使用

一般情况下，一个区域的民间传统文化，如民间艺术或者特产美食的名称往往都会在其前冠以行政区划的名称以示区别，南充亦是如此。但由于南充民间文化的历史较早，故而许多民间艺术与特产美食的名称大多是因南充历史上的政区地名而来。

在南充，长期流行于民间的灯戏、大木偶、皮影、剪纸等民间艺术，由于南充在晚清和民国初年时为川北道的所在地，加之 1949 年中华人民共和国成立后又是川北行政公署的所在地，人们习惯在其名称前冠之有“川北”二字，故它们在被列为国家级非物质文化遗产时的定名亦为“川北灯戏”“川北大木偶”与“川北皮影”，外地也将南充各县（市）、区流行的民间剪纸亦通称为“川北剪纸”。

此外，南充的许多名特食品亦是如此。如“川北凉粉”发源于清末民初，原由南充县江村坝农民谢天禄在现顺庆城区中渡口搭棚卖担担凉粉，因他的凉粉制作精细便因此有了名气。随后农民陈洪顺在此基础上使凉粉制作工艺得到进一步完善，其名声大噪，享誉川东北一带，现已由一农舍小食成为川菜代表性的著名小吃和国家工商部门注册的“中华名特小吃”，它同样因当时南充为川北道的所在地且后又是川北行署的首府而故名为“川北凉粉”。南充顺庆区的羊肉粉是南充乃至川北名特小吃之一，早在清代它就已深受民众喜爱，名声远播，由于当时南充县为顺庆府治所在地，故被称之为“顺庆羊肉粉”。在阆中，“保宁白糖蒸馍”为一大名食，系清乾隆时回民技师哈公奎所创，因当时阆中县为保宁府治，因而亦称为“保宁白糖蒸馍”^①。“保宁醋”是四川阆中的传统名产，为中国“四大名醋”之一，始创于明末清初，迄今已有 400 多年历史，同样因阆中县当时为保宁府治故称之为“保宁醋”。此外，南充的其他知名农副产品的名称大多也在其前冠以所隶属行政区划的名称，如“充国香桃”也因其产地西充县在西汉时为充国县而取此名；南充知名品牌“奉国大米”也因产自阆中市老观山区（南北朝西魏直至南宋时属奉

^① 据《阆中县志》记载：“川中之麦皆花于夜，邑中之麦有独花于午者，故其面特佳。旧志云，面为保宁最知名，取南麦碾细，用重罗筛之，白如干雪，蒸为馍首名曰蒸馍，远至千余里外。虽外霉内燥，去其霉以水浸之，纵隔数月，蒸之移时，而色味香如故。外来客商多于县中购面及蒸馍以作饌品。”参看《阆中县志》（帝制时期），阆中县志编修委员会 1982 年自印本，第 146 页。