



# 话说中国

## 民俗

翟文明 / 编著 北京联合出版公司

HUASHUOZHONGGUO

广袤辽阔的中华大地，每个地方都有自己独特的风俗习惯。白山黑水，大河上下，江南江北，秀色岭南，西南边陲，西域大漠，青藏高原……灿烂的中华文明，处处绽放着美丽的风采，蕴藏着神奇的力量，包涵着深刻的精神特质。



图书在版编目 (CIP) 数据

话说中国. 民俗 / 翟文明编著. —北京: 北京联合出版公司, 2012.6

ISBN 978-7-5502-0777-6

I. ①话… II. ①翟… III. ①科学知识—普及读物 ②民俗学—中国—通俗读物 IV. ①Z228 ②K892-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 128704 号

## 话说中国. 民俗

编 著: 翟文明

责任编辑: 李 征

封面设计: 王 栋

---

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京通州富达印刷厂印刷 新华书店经销

字数 250 千字 710mm × 1000mm 1/16 12 印张

2012 年 7 月第 1 版 2012 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-0777-6

定 价: 29.80 元

---

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容  
版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-64255036 64243832

传真: 010-64258473



从民俗起源、文化内涵、地域特色等多种角度  
全面地、深层次地解析中国民俗  
流畅生动的文字 丰富精美的图片  
立体展现中国民俗的来龙去脉和精神特质

---

### 《话说中国》编委会

主 编 / 翟文明

副主编 / 黎 娜      刘 琳

编 委 / 陈焕钺      陈荣赋      淡 霞      段桂华

                 龚雪莲      宋小威      童小珍      王小彬

                 肖玲玲      徐胜华      喻 娟      周 轶

# 话说中国

民俗

翟文明 / 编著

【HUASHUOZHONGGUO】







# 前言 PREFACE

中华民族有着五千年源远流长的文明史，无论翻开哪一页，光辉灿烂的文明成果无不让我们感到骄傲和自豪。英国著名科学史家贝尔纳曾说过：“中国在许多世纪以来，一直是人类文明与科学的巨大中心之一。”中华民族数千年累积起来的灿烂文化，已成为我们取之不尽的思想宝库，对于我们民族精神与文化性格的塑造，都有着不可估量的现实意义。只有了解历史，才能更好地把握现在，创造未来；只有借鉴历史，才能更好地完善自己，充实人生；只有反思历史，才能更好地认清方向，造福社会。

为了让读者全面深入地了解中华文明的光辉灿烂，感悟中华民族文化内涵的博大精深，我们组织十余位专家学者经过多年的努力，推出了这一套融故事体的文本阅读、丰富精彩的图片鉴赏、便捷实用的检索功能于一体的16卷本《话说中国》系列丛书。本丛书包括历史卷（上下）、文学卷、绘画卷、书法卷、地理卷、山川卷、国宝卷、考古卷、佛教卷、道教卷、服饰卷、民俗卷、建筑卷、园林卷和文物卷，每一卷都系统而深入地展示中国文化的一个方面，16卷本又在总体上构成一个完整的文化知识体系，将中国历史从单纯的帝王将相、改朝换代的框架中释放出来，结合最新的研究成果，全方位、新视角、多层次地重新演绎中华五千年辉煌历史文化。同时，本套丛书还在各卷本中穿插了若干知识链接和小栏目，以增强读本的知识性与趣味性，给读者尽可能丰富的知识看点。

为了更好地展示中华文明的伟大与辉煌，我们在编辑体例上采用了图文互注的形式。在查阅大量历史文献资料的基础上，精选了6000多幅精美的图片，包括遗址复原图、文物照片、名人画像、山川风光、社会情景图以及各种图表等，或是文本内容的画面直观反映和延伸，或是文本内容的背景补充，图文联袂，相得益彰，立体凸现中国文化各个方面的深厚历史底蕴，充分照顾了现代读者的阅读口味，使读者获得持续愉悦的审美享受和潜移默化的精神熏陶。

历史作为人类既往行进、发展的记录，本身就是多元多面、错综复杂的。本丛书为了适应快节奏的时代步伐，力求在有限的篇幅中增强信息量，避免阅读时的沉滞感，通过流畅生动的文字、科学简明的体例、丰富精美的图片和简洁大方的版式设计等多种视觉要素的有机结合，让事实说话，以实物为证，还原历史真相，将中国历史文化立体、全息地展现在读者面前，使读者在轻松的阅读氛围中，以新视角、新层面看见历史，感受历史，思考历史。

# 目录

## CONTENT



### 黑、吉、辽民俗文化圈

掏“仓”猎熊	9
打糕、冷面	12
鱼皮、兽皮作衣裳	14
木屋、窝棚	16
“坐福”、“开脸”	17
“奠雁”、“席宴”	19
悬弓、抓周	21
树葬亡魂	22
狗拉爬犁	24
萨满跳神	26
冰雪节	27
射柳、叉草球	29
扭秧歌	30
二人转	32
皮影、木偶戏	34

### 豫、冀、鲁、晋、陕民俗文化圈

“二十八，蒸枣花”	37
住窑洞、贴炕围	38
白羊肚毛巾、红兜肚	40
百家衣裳百家饭	44
“随身饭”、“离娘肉”	45
“坐帐”、“上头”	46
“供鸡”、“点汤”	48
元宵闹花灯	49
七夕乞巧节	51

遛鸟、养鱼	53
放风筝	54
斗鸡	56
正月十五闹社火	57
挠羊赛	60
九曲黄河阵	62
安塞腰鼓	63

### 苏、浙、湘、鄂、赣民俗文化圈

“谢蚕花”、“轧蚕花	67
“女儿酒”陪嫁	68
“啜酒”、“油茶”、“合渣菜”	70
吊脚楼	71
土家服饰	73
乌篷船	74
“邀山歌”	76
“筷落地，吃不及”	78
端午节，吃粽子	79
浙南龙灯	81
绍兴社戏	83
赛龙舟	84

### 粤、闽、海南、台湾民俗文化圈

“功夫茶”	89
“柴头”、“蜡烛”	91
土楼、围屋	92
惠安女装	93
“讴莎瑶”	94
膜拜“泗州佛”	96
祭拜床脚婆	97
二次拾骨葬	98



除夕守岁	99
“扛猪赛”、“打猪赛”	101
“盘王节”上赛歌舞	101
广州迎春花市	103
妈祖崇拜	104
儋州山歌	106
田间“禾楼歌”	106

牛皮筏渡河	145
问话对歌考女婿	148
“火卜”命名	149
“姑娘追”	150
宁夏“花儿”	152
维吾尔族歌舞	154

## 云、贵、川、桂民俗文化圈

云南马帮	109
傣家竹筒饭	111
成都茶馆龙门阵	113
银衣绣饰妆苗女	114
吊脚竹楼干栏居	116
石砌方楼好雕饰	120
石板房	121
溜索渡江	123
“送童子”	125
泼水抹灰	128
泸沽湖走婚	129
夜半偷妻进家门	131
“上刀梯”、“跳云台”	132
焚人悬棺	134
傩巫跳神	135

## 西藏、青海民俗文化圈

糌粑、酥油茶	159
青稞酒	161
碉楼	163
身阔袖长数藏袍	165
接亲泼凉水	168
迎娶新娘	169
鸡肝卜卦	170
成年梳辫礼	172
水葬送终	173
“上马酒”	174
献哈达	175
“拉伊”、“花儿”	178
赛牦牛	179
门巴戏	181
热贡唐卡	182

## 宁、甘、新、蒙民俗文化圈

吐鲁蕃“坎儿井”	137
“罐罐馍”	138
祝酒歌	140
蒙古包	141
新疆花帽	143

专题—饮食 /42-43

专题—服饰 /86-87

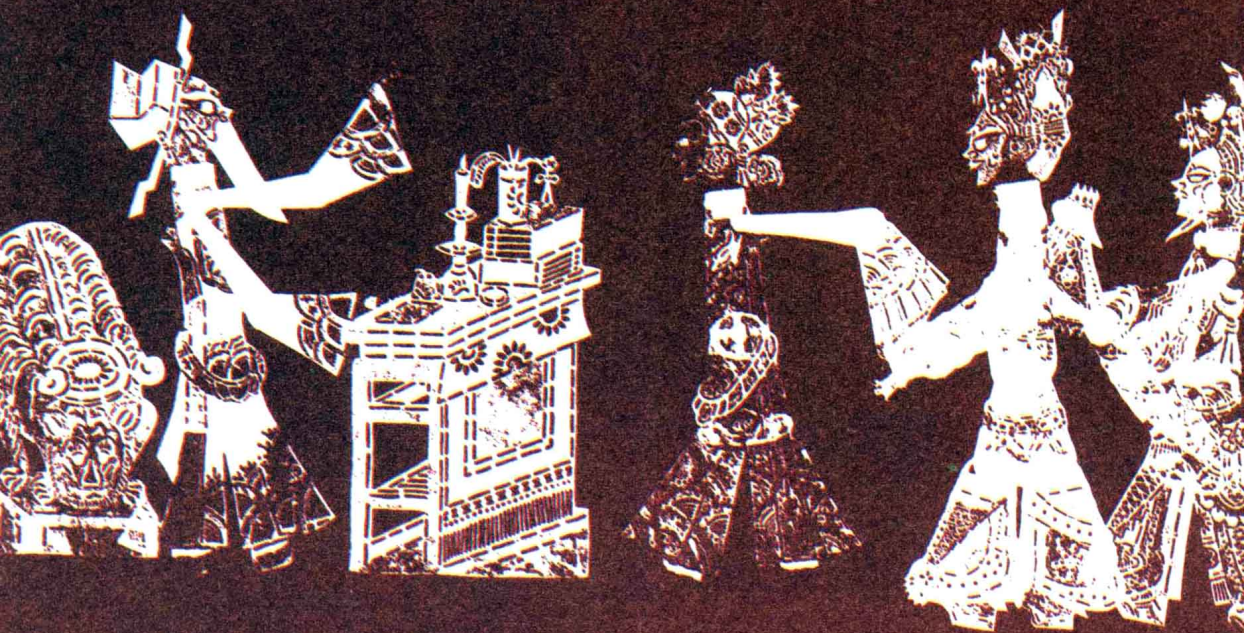
专题—婚俗 /118-119

专题—游艺 /156-157



黑、吉、辽

民俗文化圈



# 白山黑水

我国东北的黑、吉、辽等地区气候寒冷，终年被冰雪覆盖。生活在那里的满、朝鲜、赫哲、鄂伦春、鄂温克等族人民，在与严酷的自然环境做斗争的过程中，形成了顽强不屈的民族性格和崇尚勇武的传统风俗。

## 掏“仓”猎熊

生活在东北地区的鄂伦春族是一个典型的森林民族，他们的生活与森林密不可分，狩猎是他们世代相传、赖以生存的本领。这个民族的先人，早在一千多年以前就以狩猎民族的身份见诸史书记载之中。由于世代从事传统狩猎生产，并且从年龄很小的儿童时期就开始接受各种狩猎本领的训练，使得这个民族的成年男子几乎个个都是好猎手。

鹿是鄂伦春人经常捕捉的猎物，但是，要论勇敢和惊心动魄，则要算鄂伦春族人捕猎野熊的场面。如果说猎鹿需要猎人灵活机敏的话，猎熊则更多的是需要猎人的勇敢，这是因为捕猎野熊要比猎鹿危险和困难得多。在春季野熊刚刚结束冬眠和盛夏七月野熊的发情期，熊性会格外凶猛，有经验的鄂伦春族猎手在这两个时间都尽量避免猎熊。即使在其他季节，猎熊时也需要猎人沉着勇敢，有高超的枪法

和机敏的反应能力，否则是很危险的。

入秋以后，猎人可以循着野熊上树寻找野果时发出的声响发现目标。到了深秋野果落地，猎人则需借助猎犬寻找在柞树或榛树丛中觅食的野熊。猎犬一旦发现野熊，便会猛扑上去，与野熊展开搏斗。猎人则趁机迅速找好有利的地形，沉着瞄准，将野熊击倒。

相比之下，鄂伦春族猎人冬季打围时进行的“掏仓”（猎熊），则在惊险中又有几分趣味。“仓”是指野熊为了冬眠而建造的窝，利用树洞或山洞建造的窝叫做“地仓”，在树上利用树杈树枝建造的窝叫做“天仓”。野熊进窝开始冬眠时，大多身圆柱体胖，



鄂伦春族猎用手套和狗皮帽  
在狩猎生活中，皮手套是不可须臾离开的东西，它以狗皮做成，上部狗皮翻出来为腰，便于保暖，手心、腕处皆有活口缝。

行动懒散笨重，反应灵敏程度会大大降低，于是猎人们趁此大好时机前来“掏仓”了。

他们踏着积雪在山林中搜索前进，猎犬一路跑在前面。突然，猎犬发出信号，示意发现一处野熊冬眠的“地仓”。猎人们上前仔细观察，只见一株参天大树下一个深深的树洞洞口打开，看不清里面冬眠的是一只棕熊还是黑熊。猎人们迅速在四下埋伏停当，接着由一位经验丰富的猎人“叫仓”，以便把野熊轰赶出洞。只见他抬起大小石块使劲投向洞内，埋伏在左右的猎人们只待野熊受惊逃出树洞便猎枪齐发将它猎获。可是如果这只野熊就是不肯“出仓”，猎人就将一捆干草点燃，用长木杆挑入树洞。野熊终于“按捺不住”，冲出树洞，刚一露头就被猎枪击中。

对于在“天仓”中冬眠的黑熊，猎人们则首先用以木棒敲击树干的方法“叫仓”，如若不能奏效，便用长长的木杆挑起汗味浓重的帽子或衣物诱使黑熊“出仓”。野熊被击倒之后，猎人们不是欢呼庆贺，

## 打围

打围是鄂伦春族人集体狩猎的方式。早先，这种集体出猎是由鄂伦春族组织各家族成员进行。自枪支传入之后，这种集体打猎活动打破了家庭界限，由临时自发组成的“打围”小组“昂阿”取而代之。每到适宜时候，猎人们便互相走家串户，相约进山。猎人们首先推举一位德高望重、经验丰富的“塔坦达”为“昂阿”的首领。一路上，“昂阿”的成员一切听从首领的指挥，砍柴、做饭、搭帐篷、喂马饲犬。突然，一只猎犬发现了猎物的踪迹，只见“塔坦达”指挥若定，猎人们齐心协力，一会儿诱引，一会儿包抄围攻，一会儿又左堵右截。强悍的野兽终于被制服了，大家阵阵欢呼。猎期过后，所有捕获物在全体成员之间平均分配，而那位领头人“塔坦达”只是要了一份最次的兽肉，难怪猎人们对她如此敬重。

而是虔诚地说它“睡着了”。随后严格按照自己民族的信仰和禁忌处理猎获的野熊，使得惊险、有趣的猎熊活动又蒙上一层神秘的色彩。

在提倡野生动物保护的今天，鄂伦春族猎人已经很少进行这种最能代表他们狩猎文化风貌的猎获野熊活动。但是他们在

猎熊活动中培养起来的团结和勇敢机智的精神，仍然一代又一代地流传着。



### 鄂伦春人以狩猎为主要生活来源

食兽肉，穿兽皮，住“仙人柱”，图为鄂伦春人集体出猎“打围”的情形。



鄂伦春族老猎人和他的猎物



朝鲜族房屋

### 朝鲜族

此图出自《皇清职贡图》，极好地表现出了朝鲜族的服饰装扮特色。朝鲜族在中国形成较晚，直至清末，朝鲜人大量进入中国，主要分部在东三省，形成一个民族。

## 打糕、冷面

有人说，朝鲜族人离不开泡菜，其实，朝鲜族更离不开打糕和冷面。打糕是一种粘食，满族和朝鲜族都喜爱这种食品，冷面则纯粹是朝鲜族的专利了。打糕是朝鲜族日常生活不可缺少的食品之一，逢年过节、婚丧嫁娶、宴客待宾，都要精心制作。可以说打糕对于朝鲜族人，就如同饺子对于北

方汉族人一样重要，不但全家人一起吃，还要全家人一起动手制作。

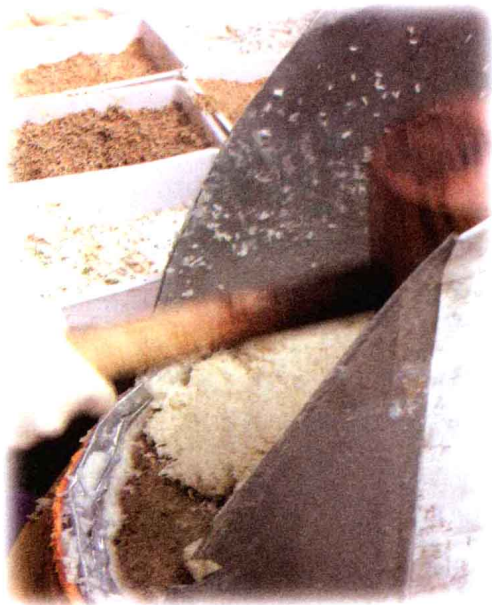
打糕的制作过程比较复杂，先由家中的阿妈妮（老妈妈）或阿志妈妮（大嫂）把江米（即糯米）淘洗干净，再用水浸泡半天，然后捞出撒上少许盐水，上锅蒸熟后取出放进专用的大木槽或石槽中。接下来便需要家中的男子汉上场了。只见两个壮汉每人手提一把硕大的专用硬木木锤或铁锤走到槽边，各站一端抡起锤子轮番向槽中的熟江米锤打，妇女则守在一旁不断向槽内浇上一些水。直到槽内的江米米粒被打碾成糕团状为止。随后，妇女们把打好的糕团切成薄片，再撒上红小豆、豆沙面或大豆面，独具风味的打糕这才做成。

在整个制作过程中，孩子们有的给大

人打下手帮忙,有的围着大人嬉戏,那种合家团聚、其乐融融的场面,不亚于汉族人合家围坐在一起包饺子的温馨气氛。打糕吃起来凉软香甜,耐人回味,吃过的人无不交口称赞。如果蘸上白糖或蜂蜜食用,味道更是非同一般。

满族人则不但把打糕作为日常食物,还将其用于祭祀供奉,使用的原料也不仅限于江米,粘高粱和大、小黄米等,也都可以做成香甜可口的打糕,吃起来另有一番风味。

冷面是朝鲜族人的特有食品,其制作与口味均可谓天下独有。制作时先把荞麦面或小麦面与土豆面按比例掺在一起和成面团,再用专用的工具轧成面条直接落入滚开的水锅中,煮熟后捞出放入冷水中冷却,使面条爽滑筋道。面条盛入碗里,再浇上事先煮好撇去浮油、早已晾得凉凉的牛肉汤或鸡肉汤,放上香油、胡椒面、辣椒面、酱油、醋,配上牛肉片、鸡蛋丝、切开的半个煮鸡蛋,一碗酸甜香辣、清凉爽口的朝鲜冷面就做好了。如果碗中再配上切好的苹果片或梨片,味道更是别样鲜美了。有时他



#### 制作打糕

该图表现打糕制作过程中一个重要环节,蒸熟的米放在专用的槽中,由男子用专用的锤锤打,直至米粒被打碾成糕团为止。

们熬汤时还会加入甘草等中草药,使冷面别有一种药香,也增加了营养。

对于朝鲜族人来说,冷面不仅是可以满足饱腹的食物,同时也具有重要的民俗文化意义。冷面的形状绵长不绝,朝鲜族人认为它具有长寿多福的寓意。因此,每年农历正月初四中午,朝鲜族人家家户户都要吃冷面,谓之吃“长寿面”,以求“长命百岁”。不但在节日喜庆之时要吃冷面,每有宾客来访,朝鲜族主人也会热情地以冷面款待。由于冷面的独特诱人风味,其制作方法已经广为流传。

朝鲜族节日列表

岁首	农历正月初一	岁首、上元、寒食、端午、秋夕为朝鲜族人民的五大节日
上元	农历正月十五	
上巳	农历三月初三	
寒食	农历四月五日前后	
燃灯节	农历四月初八	
端午	农历五月初五	
流头日	农历六月十五	
秋夕	农历八月十五	
重九	农历九月初九	

## 鱼皮、兽皮作衣裳

东北的赫哲族是一个古老的民族，他们世代以捕鱼为生，以鱼肉为粮食，甚至以鱼皮为服装，以鱼骨为装饰品。这种独特的鱼文化在中国各民族中恐怕是绝无仅有的，难怪赫哲族在历史上曾被称为“鱼皮部”。在《桦川县志》、《西伯利亚东偏纪要》、《皇清职贡图》等古代典籍中，都对赫哲族人的服饰有所记述，足见赫哲族人的鱼皮服饰影响之久远。

赫哲族人制皮用的鱼，都是重达几十斤甚至几百斤的大鱼。制皮时先将鱼皮整张剥下，去鳞后晒干，再经过揉搓、木锤捶砧等“熟皮”工序，使鱼皮变得像布料一样柔软，并用红、黄、蓝、绿等色彩鲜艳的野花等植物燃料将其染上各种颜色。经过拼接、剪裁，再用特制的鱼皮线连缝，一件鱼皮衣服便初步成形了。接着再在襟沿、口边镶缝上用染有不同颜色的鹿皮剪裁而成的各种云纹或其他吉祥图案，使得衣服既有浑朴粗犷的风格，又有美观大方的色彩。此外，衣服上还要饰以贝壳、铜钱、鱼骨扣和其他各种鱼

骨饰品，从而更加雅致耐看。

赫哲族人可以用鱼皮制成各种式样的衣服，如鱼皮长衫、鱼皮套裤和鱼皮靴鞅等。如果不是亲眼所见，外人是很难相信毫

### 勤劳的赫哲族妇女在缝制鱼皮衣

赫哲人在制作鱼皮衣方面有一套非常成熟的技术。加工鱼皮时先将鱼皮剥下，晒干，然后用特制的熟皮工具“空”（木槌）、槌床或木铡刀反复捶打、揉搓，直至柔软为止。鱼皮熟好后，用各色野花染色，然后方可施制加工成各种衣服。





## 《皇清职贡图》

描绘了赫哲人乘桦皮舟捕鱼的情形。

骁勇、英武的本色。

说起兽皮服饰，还必须提一下兽皮围脖。在东北地区，这是不分民族、不分男女老少人人喜爱的一种冬季防寒衣饰。这种围脖的制作材料，有狗皮、狼皮、兔皮、山狸猫皮、水獭皮、紫貂皮等，而妇女们则更加钟情于用火狐皮或银狐皮等制作的各色优质狐狸皮围脖。于是在隆冬时节东北地区，无论是城市还是乡村，人们佩戴的

兽皮围脖都足以构成一道靓丽的风景。

恰喀拉  
恰喀拉散處於深泰沿東海及  
富必亞邑等河男女俱於鼻傍  
穿環銀字許銀銅人馬飾男以  
鹿皮為冠布衣跪足婦女則披  
髮不閉而櫛梳頗多刺棘故其  
屋廬舟楫俱用桦皮俗不知網  
若以叉魚射獵為生性嗜酒無  
蓄積土語謂之恰喀拉話感道  
艱皮



不起眼的鱼皮也会有这样大的用场。虽然赫哲族人从20世纪初时已经开始使用布匹、绸缎等其他布料缝制衣服，但由于鱼皮衣装具有独特的特性，因而在赫哲族人民中间依然受到普遍喜爱。

除了鱼皮服饰之外，赫哲族人还喜欢穿着各种兽皮衣装，这与他们兼事狩猎生产活动不无关系。然而兽皮衣饰却不是赫哲族人所独有的，东北地区许多民族都有制作兽皮衣装的高手，其中鄂伦春族人更是胜人一筹。他们喜爱的兽皮衣装有狗皮男女袍、鹿皮裤、狗头皮帽、狗皮鞋、鹿皮高腰皮靴、布腰皮底鞋、狗皮袜、各式狗皮手套，以及兽皮制作的口袋、帐篷、背包、荷包、马褙、帽饰等等。在这些兽皮衣饰的装扮下，鄂伦春族猎人们更是个个显示出

## 赫哲族

赫哲族是中国的一个古老的民族。其先民很早就生活在黑龙江、松花江、乌苏里江的三江流域。由于赫哲族人过去穿鱼皮衣，有犬陪伴，所以被人们称为“鱼皮部”和“使犬部”。赫哲族主要聚居在黑龙江省同江县、饶河县、抚远县，少数散居于附近县的一些村镇。使用赫哲语，属阿尔泰语系满一通古斯语族满语支，有奇楞和赫真两个方言，现在都使用汉语。赫哲族没有本民族的文字，使用汉字。赫哲族人长期从事渔业生产，积累了丰富的捕鱼经验。同时，他们也开展了多种经营，如农业、养殖业等。