

上晓天地运转 通达世态变迁
下知人情世故 领略民俗风情

中华民俗

大全集



《超值典藏》编委会 / 编著

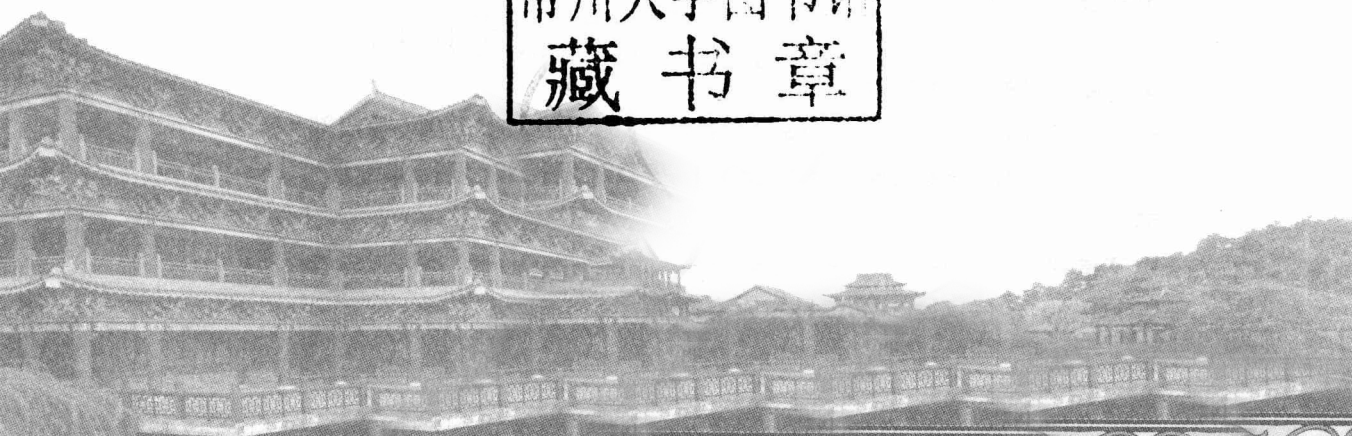
 中国书画出版社
CHINA PICTORIAL PUBLISHING HOUSE

上晓天地运转 通达世态变迁
下知人情世故 领略民俗风情

中华民俗

大全集

《超值典藏》编委会 / 编著
常州大学图书馆
藏书章



图书在版编目(CIP)数据

中华民俗大全集 / 《超值典藏》编委会编著. —北京:
中国画报出版社, 2012. 6
(超值典藏)

ISBN 978 - 7 - 5146 - 0476 - 4

I. ①中… II. ①超… III. ①风俗习惯 - 中国 - 通俗
读物 IV. ①K892 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 107878 号

中华民俗大全集

出 版 人: 田 辉

责任编辑: 李 刚

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路 33 号, 邮编: 100048)

策划制作: 膳书堂文化

电 话: 010 - 88417359(总编室兼传真) 010 - 88417409(版权部)
010 - 68469781(发行部) 010 - 88417417(发行部传真)

网 址: <http://www.zghbcbs.com>

电子信箱: cpbh1985@126.com

海外总代理: 中国国际图书贸易集团有限公司

印 刷: 三河德利印刷有限公司

监 印: 傅崇桂

经 销: 新华书店

开 本: 1/16

印 张: 24

版 次: 2012 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 5146 - 0476 - 4

定 价: 29.00 元

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系调换。

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载!

前 言

民俗是依附于人们的生活、习惯、情感与信仰而产生的文化,是一种来自于人们,传承于人们,规范人们,又深藏在人们的行为、语言和心理中的基本力量。由于民俗文化的集体性,培育了社会的一致性,增强了民族的认同,强化了民族精神,塑造了民族品格。日常生活中,人们置身其间却往往不为其所累,而甘愿接受这种模式性规范的保护。

民俗涉及的内容很多,直至今日它所涵盖的范围仍在不断的扩展,本书主要节选了现代人们所知的七大部分。

民族节日——我国历史悠久,民族众多,各民族在长期的劳动中,根据自然界季节更迭、祈求丰收、崇敬英雄、谈情说爱、传统习俗、宗教信仰等形成了具有民族特色的节日,是民族历史的活化石,是民族生活方式的集中体现,也是民族传统文化的生动展示。尽管各民族的节日在日期、内容、意义、过节方式等方面千差万别,但它们都有稳定性、群众性、民族性和传承性的共同特点,已经成为深深植根于中华大地上的一种文化现象。

生肖文化——生肖也称属相,是中国和东亚地区的一些民族用来代表年份和人的出生年的十二种动物。生肖的周期为12年。每个人在其出生年都有一种动物作为生肖。十二生肖依次分配于十二地支,是中国民间计算年龄的方法,也是一种古老的纪年法,即常说的子鼠、丑牛、寅虎、卯兔、辰龙、巳蛇、午马、未羊、申猴、酉鸡、戌狗、亥猪。

婚嫁习俗——婚嫁就是结婚嫁娶,是人类为维持社会秩序、传递香火、延续人类文明的一种仪式礼节。通过婚嫁行为,一方面获得社会群体的认可,另一方面,确定正式的配偶关系。婚姻在中国古代被认为“将合二姓之



好，上以事宗庙，而下以继后世”的头等大事。传统婚姻礼仪是中国民俗礼仪中最隆重最热烈的礼仪之一。

丧葬礼俗——丧葬习俗是以丧葬为基础，在民间长期相沿、积淀而成的丧葬风尚和习俗。我国古代“重死轻生，厚葬薄养”，对葬礼极为重视，致有“生时不孝顺，死后哄鬼神”之谚。不过随着社会文明的发展与进步，国家殡葬制度的改革，长期形成的丧葬习俗也在不断注入新的内容。

孕产习俗——怀孕、生产、育儿是大事儿，自古以来颇受人们重视。对于孕妇也制定了一系列复杂的规定至详的规则。根据古人的观念，这些习俗是为了保护孕妇和胎儿的健康与生命。虽然有些习俗已经被证明不科学，但是大部分传统习俗还是有利于孕妇和胎儿的，可以借鉴采用。

寿诞礼俗——人诞生的那一天为“生日”，即“寿诞”，也叫“寿辰”。“生日”是人生旅途的起点，是人生一个很重要的日子，因此人们习惯于在生日这一天举行庆贺活动，是为“过生日”、“做寿”。年龄身份不同，“做寿”规模也各异。做寿习俗，在我国有较深远渊源，虽经两千多年的历史演变，过生日仍然大受人们欢迎。

目 录

第一篇 汉族传统节日

第一章 春 节	3	清明节的传说	29
春节的由来	3	清明节的习俗	31
春节过年的传说	4	第六章 端 午 节	33
春节过年的习俗	5	端午节来历	33
第二章 元宵节	16	端午节的传说	33
元宵节的由来	16	端午节的习俗	35
元宵节的传说	17	第七章 七 夕 节	38
元宵节习俗	19	七夕节的由来	38
第三章 立 春	22	七夕节的传说	39
立春的到来	22	七夕节的习俗	40
立春的传说	23	第八章 中 元 节	44
立春的习俗	24	中元节的由来	44
第四章 龙 头 节	26	中元节的传说	45
龙头节的由来	26	中元节的习俗	45
龙头节的传说	26	第九章 中 秋 节	48
龙头节的习俗	27	中秋节的由来	48
第五章 清 明 节	29	中秋节的传说	49
清明节的由来	29	中秋节的习俗	50
		第十章 重 阳 节	52
		重阳节来历	52



重阳节的传说·····	53
重阳节的习俗·····	54
第十一章 冬至 ·····	56
冬至的由来·····	56
冬至的传说·····	57
冬至的习俗·····	58
第十二章 腊八节 ·····	62
腊八节的由来·····	62
腊八节的传说·····	63
腊八节的习俗·····	64
第十三章 祭灶节 ·····	66
祭灶节的由来·····	66
祭灶节的传说·····	67
祭灶节的习俗·····	68
第十四章 现代节日礼俗 ·····	70
元旦·····	70
妇女节·····	70
植树节·····	71
劳动节·····	72
中国青年节·····	72
教师节·····	73
国庆节·····	73

第二篇 少数民族节日

第一章 壮族歌节 ·····	77
歌圩节简介·····	77
歌圩节的传说·····	78

第二章 黎族三月三 ·····	79
“三月三”简介·····	79
三月三的传说·····	80
第三章 傣族泼水节 ·····	82
泼水节简介·····	82
泼水节的传说·····	83
第四章 苗族踩山节 ·····	87
踩山节简介·····	87
踩山节的传说·····	88
第五章 苗族芦笙节 ·····	93
芦笙节简介·····	93
芦笙节的传说·····	94
第六章 瑶族达努节 ·····	97
达努节简介·····	97
达努节的传说·····	98
第七章 瑶族赶鸟节 ·····	101
赶鸟节简介·····	101
赶鸟节的传说·····	101
第八章 彝族火把节 ·····	104
火把节简介·····	104
火把节的传说·····	105
第九章 侗族斗牛节 ·····	107
斗牛节简介·····	107
斗牛节的传说·····	108
第十章 藏族藏历年 ·····	111
藏历年简介·····	111
藏历年的由来·····	112

第十一章 藏族望果节	114
望果节简介	114
望果节的传说	115
第十二章 藏族沐浴节	118
沐浴节简介	118
沐浴节的传说	119
第十三章 蒙古族那达慕大会	120
那达慕大会简介	120
那达慕大会的由来	121
第十四章 白族祭鸟节	122
祭鸟节简介	122
祭鸟节的传说	123
第十五章 白彝族跳宫节	125
跳宫节简介	125
跳宫节的传说	126
第十六章 景颇族“目脑”盛会	129
目脑节简介	129
“目脑”盛会的传说	130
第十七章 朝鲜族五谷祭	132
五谷祭简介	132
五谷祭的传说	132
第十八章 土家族惊蛰向虎日	135
惊蛰向虎日简介	135
惊蛰向虎日的传说	136
第二十九章 布依族六月六	138
六月六简介	138
六月六的传说	139

第二十章 哈尼族祭龙节	141
祭龙节简介	141
祭龙节的传说	141
第二十一章 达翰尔族药泉会	143
药泉会简介	143
药泉会的传说	144
第二十二章 仡佬族吃虫节	146
吃虫节简介	146
吃虫节的传说	146
第二十三章 水族卯节	148
卯节简介	148
卯节的传说	149
第二十四章 鄂温克族火神节	151
火神节简介	151
火神节的传说	151

第三篇 十二生肖文化

第一章 十二生肖的象征意义	157
十二生肖的来源	157
生肖鼠的象征意义	159
生肖牛的象征意义	161
生肖虎的象征意义	164
生肖兔的象征意义	166
生肖龙的象征意义	167
生肖蛇的象征意义	170
生肖马的象征意义	173
生肖羊的象征意义	174
生肖猴的象征意义	176



生肖鸡的象征意义	177
生肖狗的象征意义	179
生肖猪的象征意义	181

第二章 十二生肖的传说

鼠的传说	184
牛的传说	185
虎的传说	185
兔的传说	186
龙的传说	187
蛇的传说	188
马的传说	189
羊的传说	190
猴的传说	191
鸡的传说	191
狗的传说	192
猪的传说	193

第四篇 婚嫁习俗

第一章 传统的结婚礼俗

婚姻的定义	199
传统迎亲礼俗简介	200

第二章 结婚程序

说媒	203
相亲	204
纳彩	205
问名	206
纳吉	207
纳征	208
订盟	209

择期	210
迎亲前准备	211
迎亲过程	213

第三章 婚典礼俗

参典要求	216
拜堂	216
入洞房	217
闹洞房	219
喜棚宴客	220
认大小	221
试厨	222
庙见	222
回门	223

第四章 婚礼禁忌须知

婚不亲迎禁忌	225
婚不用乐禁忌	226
婚礼不贺禁忌	226
婚礼不放爆竹禁忌	227
迎娶时辰禁忌	227
婚服禁忌	228
迎亲禁忌	229
送亲禁忌	230
上轿禁忌	231
途中禁忌	233
下轿禁忌	236
进门禁忌	238
拜天地禁忌	239
婚宴禁忌	240
洞房禁忌	241
新妇禁忌	245

回门禁忌	247
第五章 现代婚嫁礼俗	250
谈婚论嫁	250
缘定三生	251
结婚登记	253
择定婚期	254
置办嫁妆	255
婚典筹划	255
确定婚典主事人员	257
寄柬发函	258
装饰新房	258
张贴婚联	260
布置婚典仪场	260
嫁衣装饰	261
送嫁迎亲	263
婚典程序	263
婚宴礼仪	265
新人礼仪	266
欢闹洞房	267
拜亲访友	268
酬谢答礼	268
第六章 时尚婚嫁礼俗	270
集体式婚典	270
旅游式婚典	271
广告式婚典	273
公告式婚典	273
家庭舞会婚典	273
郊游式婚典	274
“双合一”式婚典	274
特色式婚礼	274

“推做堆”式婚礼	274
茶话座谈式婚礼	275
植树结婚典礼	275
电影晚会婚礼	276

第五篇 孕产礼俗

第一章 怀孕禁忌	279
胎神禁忌	279
室内禁忌	281
室外禁忌	284
冲犯禁忌	287
执炊禁忌	290
饮食禁忌	291
胎教禁忌	295
第二章 生产禁忌	297
产地禁忌	297
分娩禁忌	301
产妇禁忌	304
第三章 诞生礼俗	308
接生礼俗	308
降生礼俗	308
报生礼俗	309
志庆礼俗	310
三朝礼俗	311
十朝礼俗	312
满月礼俗	312
百日礼俗	314
周岁礼俗	315
取名礼俗	315



继拜礼俗	317
贺客礼俗	318

第六篇 丧 葬 礼 俗

第一章 传统丧葬礼俗	323
丧葬礼仪的传承与改革	323
传统丧葬观念	327
传统丧葬礼俗程序	327
第二章 现代丧葬礼俗新观念	332
新观念带来的新礼俗	332
现代丧葬程式	333
第三章 吊唁祭拜者礼俗	338
吊丧的礼仪	338
吊唁注意事项	339
吊唁方式	340
第四章 丧葬文体礼仪	344
讣告	344
公告式讣告	345
发唁电唁函	345
挽带	346
遗嘱	346
墓碑文	347
第五章 各式各样的葬礼	348
土葬	348
火葬	348
水葬	349

洞葬	350
树葬	351
悬棺	352

第七篇 传统祝寿礼俗

第一章 寿诞俗礼	355
寿诞俗礼简介	355
寿诞吉祥物	357
寿诞喜庆用品	360
第二章 传统寿宴	363
传统式寿典	363
民间祝寿礼俗	363
寿诞雅称集释	364
第三章 传统做寿礼俗	368
开寿	368
花甲寿	368
六六寿	369
古稀寿	369
过大寿	369
过九	370
行暖寿	370
寿桃山	371
艺、丐拜寿	372
行冥寿	372
借寿	372
补寿	373

第一篇

汉族传统节日



第一章 春节

春节的由来

春节是中国最富有特色的传统节日。它标志着农历旧的一年结束,新的一年已经开始。人们将告别寒冷单调的冬季,迎接生机盎然的春天。

春节的各项活动主要包括两个方面:辞旧岁,迎新年。与春节相关的国家礼仪和民俗活动非常丰富。从腊月初八的“腊八节”、腊月二十三的祭灶节、除夕守岁、初一拜年、初“破五”、初七人日,一直延续到正月十五“元宵节”,其间的各种民俗活动都和春节相关,人们通常都把它们看做新年的一部分。换言之,广义的“春节”概念可以包括腊八直到元宵节。

春节原名“元旦”,隋代杜台卿在《五烛宝典》中说:“正月为端月,其一日为元日,亦云正朝,亦云元朔。”

“元”的本意为“头”,后引申为“开始”,因为这一天是一年的头一天,春季的头一天,正月的头一天,所以称为“三元”;因为这一天还是岁之朝、月之朝、日之朝,所以又称“三朝”;又因为它是第一个朔日,所以又称“元朔”。宋吴自牧在《梦粱录》中解释:“正月朔日,谓之元旦。”《说文解字》中对“旦”字的解释为“从日见一上,一,地也”。表示太阳刚刚从地平线上升起,就是早晨的意思。因为它分别表示一年的第一个早晨,正月的第一个早晨,所以称“元旦”和“正旦”。除上述称谓外,春节还称“开年”“开岁”“芳岁”“华岁”等,在诸多称谓中以称“元旦”最普遍,时间最长久。

因各朝代历法不同,元旦所在的季节也不同。中国古代的历法是阴阳合历,需同时考虑到太阳和月亮的位置,故确定元旦时,需首先确定它在某个季节,然后



再选定与这个季节相近的朔月作为元旦。由于一岁与 12 个阴历月并不相等,相差约 11 天,故每隔 3 年需设置一个闰月来调整季节。中国上古的天文学家曾想出一个简便的方法来判断月序与季节的关系,这就是以傍晚时北斗七星的斗柄的指向定月序,称之为十二月建。从北方起向东转,将地面划分为 12 个方位,傍晚时斗柄所指的方位,就是该月的月建,其子月、丑月、寅月分别相当于十一、十二、正月。

中国是个古老的多民族国家。不同的历史时期的不同的民族都曾经根据自己的文化传统和风俗习惯确定过自己的元旦,即改为“正朔”,改正月初一的时间。颛顼帝和夏代都以孟春正月为元,即使用建寅的夏历,以农历正月初一为元旦;商代使用殷历,殷历建丑,以农历十二月初一为元旦;周代使用周历,周历建子,以农历十一月初一为元旦;秦代使用秦历,秦历建亥,以农历初一为元旦;西汉前期仍然使用秦历,汉武帝太初元年(104 年)改用司马迁、洛下閎创制的太初历,又重新使用建寅的夏历,以农历正月初一为元旦。以后除王莽和魏明帝一度改用建丑的殷历,唐武后和肃宗时改用建子的周历外,各朝代均使用夏历至清朝末年。

“春节”这一词,在不同的历史时期,还有不同的特指。汉朝时,人们把二十四节气的第一个立春称“春节”。南北朝时,人们把整个春季叫“春节”。辛亥革命胜利后,南京临时政府为了“顺农时”和“便于统计”,规定在民间使用夏历,在政府机关、厂矿、学校和团体中实行公历,以公历的元月一日为元旦。但一般人称公历元月一日为“阳历年”,仍把农历正月初一称“元旦”。

1949 年,中国人民政治协商会议通过使用世界上通用的公历纪元,把公历即阳历的元月一日定为元旦,为新年;因为农历正月初一通常都在立春前后,因而把农历正月初一定为“春节”。春节一般指除夕和正月初一。但在民间,传统意义上的春节是指从腊月初八的腊祭或腊月二十三的祭灶,一直到正月十五,其中以除夕和正月初一为高潮。在春节这一传统节日期间,我国的汉族和大多数少数民族都要举行各种活动以示庆祝。这些活动均以祭祀神佛、祭奠祖先、除旧布新、迎禧接福、祈求丰年为主要内容。活动丰富多彩,带有浓郁的民族特色。

春节过年的传说

相传,中国古时候有一种叫“年”的怪兽,头长触角,凶猛异常。“年”长年深居

海底，每到除夕才爬上岸，吞食牲畜伤害人命。因此，每到除夕这天，村村寨寨的人们扶老携幼逃往深山，以躲避“年”兽的伤害。

这年除夕，桃花村的人们正扶老携幼上山避难，从村外来了个乞讨的老人，只见他手拄拐杖，臂搭袋囊，银须飘逸，目若朗星。乡亲们有的封窗锁门，有的收拾行装，有的牵牛赶羊，到处人喊马嘶，一片匆忙恐慌景象。这时，谁还有心关照这位乞讨的老人。只有村东头一位老婆婆给了老人一些食物，并劝他快上山躲避“年”兽，那老人笑道：“婆婆若让我在你家待一夜，我一定把‘年’兽赶走。”老婆婆举目细看，见他鹤发童颜、精神矍铄、气宇不凡，但仍然继续劝说，乞讨老人笑而不语。婆婆无奈，只好撤下家，上山避难去了。

半夜时分，“年”兽闯进村。它发现村里气氛与往日不同：村东头老婆婆家，门贴大红纸，屋内烛火通明。“年”兽浑身一抖，怪叫了一声。“年”朝婆婆家怒视片刻，随即狂叫着扑过去。将近门口时，院内突然传来“劈劈啪啪”的炸响声，“年”浑身战栗，再不敢往前了。原来，“年”最怕红色、火光和炸响。这时，婆婆的家门大开，只见院内一位身披红袍的老人在哈哈大笑。“年”大惊失色，狼狈逃窜了。

第二天是正月初一，避难回来的人们见村里安然无恙十分惊奇。这时，老婆婆才恍然大悟，赶忙向乡亲们述说了乞讨老人的许诺。乡亲们一齐拥向老婆婆家，只见婆婆家门上贴着红纸，院里一堆未燃尽的竹子仍在“啪啪”炸响，屋内几根红蜡烛还发着余光……

欣喜若狂的乡亲们为庆贺吉祥的来临，纷纷换新衣戴新帽，到亲友家道喜问好。这件事很快在周围村里传开了，人们都知道了驱赶“年”怪兽的办法。从此每年除夕，家家贴红对联、燃放爆竹、户户烛火通明、守更待岁。初一一大早，还要走亲串友道喜问好。这风俗越传越广，成了中国民间最隆重的传统节日。

春节过年的习俗

(1)过大年前大扫除

过年，旧时习惯上叫“忙年”。“忙年”总括是三件大事，一是大扫除，二是办年货，三是喜庆装饰。过大年前大扫除的习俗，在唐宋时期就相当流行了。旧时叫“扫房”，也叫做“扫尘”、“扫年”。直到今天，各地都还有“腊月二十四，掸尘扫房



子”的说法。在城市,扫尘日不限定在二十四日这天,年尾的任何一天都可以,不仅是扫除那些平时不易扫到的地方,如房屋顶部的尘埃、蛛网等,也要将器物上的尘污洗擦干净。有些做子女的把这当做尽孝良机,即去家政公司请钟点工打扫卫生,让长辈能轻松过年。

在农村,要进行这一年来的全面清扫,如打扫门庭,上自椽瓦,下迄沟渠,所有屋角、栋边,都要用长竿扎上扫把,处处刷过,也要清除道路上的垃圾,以便来来往往的“拜年客”行走。还要洗涤所有用具。这样一派干干净净迎新春的热烈气氛,是我们民族素爱清洁、珍视环境的优良传统的体现。

(2)办年货

办年货也就是准备各种各样的食品,这是准备过年的重点。在旧时的农业社会中,由于生活节奏缓慢,商品经济不发达,故在许多地区,置办年货每天该做什么还有具体俗规,如北京地区民谣的安排:二十五,做豆腐;二十六,去割肉;二十七,去宰鸡;二十八,白面发;二十九,满香斗。河南地区民谣:二十五,磨豆腐;二十六,煮年肉;二十七,杀年鸡;二十八,去插花;二十九,去沽酒。

随着人民生活水平的提高,办年货都没有旧时那样费时费力了。对城市人来说,绝大多数人过大年前仍在上班工作,他们是用星期天或工作之余的时间,或上酒楼饭店预订年夜饭,或上超市、商场、菜市场购年货。乡村“办年货”的气氛比城市浓重一些,人们要准备足够的酒和肉,很多农家要在自己喂养的猪中挑选出一头最好的宰杀,专门用作过年时食用,这就叫做“杀年猪”。有些地方还自家制作年节食品,年糕是其中之一。年糕是一种米糕,因为性黏,本来称为黏糕,但是由于“黏”和“年”谐音,谓吃了“黏糕”就会“年高”,即新年内就会大吉大利。因为这种讨口彩的求吉心理,使得做年糕、吃年糕的习俗至今仍在全国很多地区流行。此俗还流传到了国外,印着大红“福”字的“年糕”是菲律宾华人过年时家家必备的食品,因为它既是一种菲律宾人爱吃的甜食,又象征着“年年高”。

随着农村经济的不断发展,我国有些地区的办年货比旧时还浓重有味,如浙江绍兴这样的江南水乡,农历腊月是这里最热闹的时节,传统的手工酿酒,人们忙着揉年糕、裹粽子、串腊肠、扯白糖……好一派喜迎新春的忙碌景象。如今由于年节准备工作的好坏,对人们的年节质量很有影响,因此,政府部门每年对过年的节日物质供应和节日期间的娱乐活动都特别注意。在节日未到之前,便早已做好充分安排,以便在物质上、精神上都能满足人民群众和社会的需要。