

人类的生活充满着魅力，其实抛开了民间的风俗，这魅力就无从说起。我们每一个人的生也充满着魅力，抛开了我们成长阶段的各种民间仪式，这魅力也就无从说起。

——著名作家方方

超值金版
29.00

姓氏生肖 · 节气时令 · 饮食文化 · 民间传说
服饰文化 · 民居建筑 · 祭祀信仰 · 交往礼仪

中华民俗知识

ZHONGHUA MINSU
ZHISHI QUANZHIDAO

全知道

雅瑟 陈艳军 / 编著



企业管理出版社
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

人类的生活充满着魅力，其实抛开了民间的风俗，这魅力就无从说起。我们每一个人的人生也充满着魅力，抛开了我们成长阶段的各种民间仪式，这魅力也就无从说起。

——著名作家方方

中华民俗知识

全知道



图书在版编目(CIP)数据

中华民俗知识全知道 / 雅瑟, 陈艳军编著. —北京: 企业管理出版社, 2010.11
ISBN 978-7-80255-619-5

I. ①中… II. ①雅… ②陈… III. ①风俗习惯-简介-中国 IV. ①K892

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 109183 号

书 名: 中华民俗知识全知道

作 者: 雅 瑟 陈艳军

责任编辑: 景 山

书 号: ISBN 978-7-80255-619-5

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编: 100048

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 出版部 68701719 发行部 68467871 编辑部 68414643

电子信箱: 80147@sina.com zbs@emph.cn

印 刷: 廊坊市华北石油华星印务有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 185 毫米×260 毫米 16 开本 26.75 印张 550 千字

版 次: 2010 年 11 月第 1 版 2010 年 11 月第 1 次印刷

定 价: 29.00 元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换

前言

古老的华夏文明为什么能够成为世界上唯一完整地保留下来且历久弥新的人类文明？中华民族为什么历经千年岁月的洗礼而愈发充满生机和活力？显而易见，这要归因于生生不息的中华民族精神和中国文化。而在中国文化的传承中，民俗作为非物质文化遗产的重要组成部分，是社会文化与社会观念深层内涵的表现。透过种种鲜活的民俗事象，后人可以深切地体味到历史文化的积淀。

中国民俗是中国人民传承文化中最贴近身心和生活的一种文化——劳动时有生产劳动的民俗，日常生活中有日常生活的民俗，传统节日中有传统节日的民俗，社会组织有社会组织的民俗，人生成长的各个阶段也需要民俗进行规范——结婚人们需要有结婚典礼或仪式来求得社会认同，在人的精神意识领域也有民俗——许多生活中的禁忌就是如此，如大年三十至初二，家中不许扫地，如果进行打扫就会破坏来年的财运……

中国是一个有着九百六十多万平方公里辽阔疆土的国家，因此，中国的民俗现象也就千差万别、种类繁多，但是它也并非无所不包。民俗，正如它的名字，它深植于集体，在时间上，人们一代代传承它，在空间上，它由一个地域向另一个地域扩布——压岁钱的风俗年年如此，而且各地盛行就是例证。

当然，中国的民俗也不是铁板一块，它在传承的过程中也会出现各种不同，不然为什么过年时北方吃饺子南方却吃年糕呢？民俗学家们把这种现象称之为“民俗的变异”。虽然民俗常常因为时过境迁而不断改变，却自有分明的类型或模式，如南方的吊角楼与北方四合院就是两种不同类型民居建筑。

传承了几千年，中国民俗已经包罗万象，它涵盖姓氏生肖、节气时令、饮食文化、工艺游艺文化、民间传说故事、服饰文化、婚葬文化、民居建筑、祭祀信仰、交往礼仪等等。又因为中国民族众多，每个民族都有自己独特的传统习俗，这样，就使中国的民俗文化变得异彩纷呈，斑斓多姿。

如今，伴随着国家的快速发展，中华传统文化也开始复兴，中国已被世界各国人民所认知，中国民俗也日益受到世人的关注。与此同时，一些别有用心的人开始觊觎中国传统文化，甚至剽窃中国的传统习俗，妄图对中国进行文化分割，这不能不引起我们的注意。对此，我们不能怪别人，只能怪自己不珍惜自己的传统文化，将自己的传统文化视为糟粕，随意践踏。

另外，更值得注意的是，现代化运动改变了所有的传统社会，传统民俗文化的传承也不例外。中国民间文化遗产抢救工程的启动给我们敲响了警钟。其实濒临灭亡的何止是民间文化，各种民俗也大都无声无息地烟消云散了。在城市化高速发展的现代社会，

我们不得不正视的是，中国民俗在国内面临传承式微的堪忧境况。

人们常说，越是民族的，就越是世界的。任何一种文明传统的断裂，都是我们这个时代的悲哀。民俗的复兴是本土文化觉醒的标志。环顾中国民俗的传承与遗失，如何让优秀的传统民俗文化得以很好地传承与保护，让民俗文化这畦艺术之花璀璨盛开，是一件具有战略意义的大事。挽救传统民俗文化，刻不容缓！

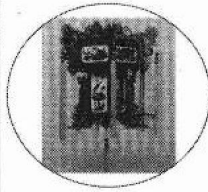
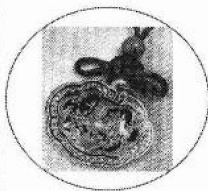
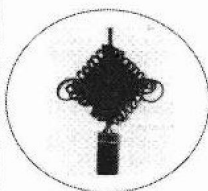
所幸，中国不乏有识之士，他们在竭力地保护着中国的民俗文化，不让它受到一点伤害。

民俗就是这样一种来自于人民，传承于人民，规范人民，又深藏在人民的行为、语言和心理中的基本力量。我们置身其间却不为其所累，甘愿接受这种模式性规范的保护！

目录

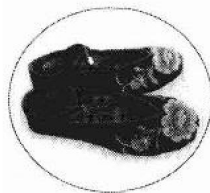
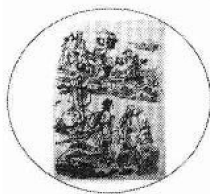
第一辑 源远流长的姓名生肖

第一章 我国姓氏习俗趣话	2
姓氏由女性而来还是图腾崇拜	2
得姓受氏是有缘由的	4
情趣盎然的奇僻姓氏	6
姓氏习俗之妻从夫姓	7
儿童的启蒙读物《百家姓》	8
华夏古今姓氏知多少	10
记录姓氏流传的家谱	12
丰富多采的家谱之分类	14
第二章 我国古人的名、字、号	16
个体意识的觉醒——名	16
正名之外的昵称——小名	18
名的解释与补充——字	19
尊其名而更美称——号	21
幽默形象的称谓——浑号	22
演艺界特有的名字——艺名	23
第三章 人人都希望有个好名字	25
姓名对人的命运有影响	25
想取好名字，就要知道其禁忌	27
起个好名字的九个技巧	29
起一个先声夺人的艺名	32
民间习惯给孩子取贱名	33
给孩子起小名应该知道的事儿	35
了解起名新规定	37
第四章 源于动物崇拜的生肖风俗	39
十二生肖起源趣话	39
十二生肖解疑	41
动人的生肖故事	45
让人有畏惧心理的本命年	46
本命年跟“红色”的关系	48



第二辑 生动有趣的节气时令

目录



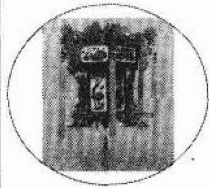
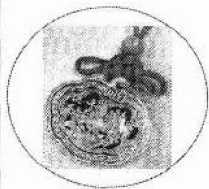
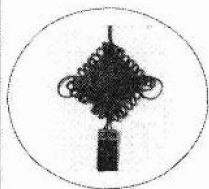
第五章 节气时令与历法的趣话	52
我国特有的阴历、阳历和阴阳历	52
何谓干支纪年法	53
公元纪年和干支纪年的转换	53
“十二时辰”所指的具体时刻	54
我国对元旦和春节的确定	55
干支纪年与人的年龄的对应	55
干支纪年法与人的生辰八字	56
“星期”与“礼拜”的由来	57
我国独特的二十四节气	57
二十四节气蕴含的意义	58
二十四节气的口诀	59
农历中特有的闰月	59
我国农历中月日的别称	60
趣话“冬至饺子夏至面”	60
夏至数九歌及三伏	61
冬至开始“数九”的古老习尚	62
第六章 春暖花开中的六节气	64
立春习俗	64
雨水习俗	67
惊蛰习俗	68
春分习俗	69
清明习俗	70
谷雨习俗	71
第七章 夏日炎炎中的六节气	73
立夏习俗	73
小满习俗	74
芒种习俗	75
夏至习俗	75
小暑习俗	76
大暑习俗	77
第八章 秋高气爽中的六节气	78
立秋习俗	78
处暑习俗	80
白露习俗	80

目
录

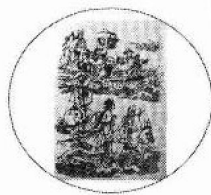
秋分习俗	81
寒露习俗	81
霜降习俗	81
第九章 冬寒凛冽中的六节气	83
立冬习俗	83
小雪习俗	84
大雪习俗	85
冬至习俗	85
小寒习俗	88
大寒习俗	88

第三辑 寓意深长的节日文化

第十章 春节	90
春节简介	90
春节的由来与传说	92
春节习俗	94
春节诗词选	98
第十一章 元宵节	100
元宵节简介	100
元宵节的由来与传说	101
元宵节习俗	102
元宵节诗词选	105
第十二章 清明节	108
清明节简介	108
清明节的由来与传说	109
清明节习俗	110
清明节诗词选	111
第十三章 端午节	113
端午节简介	113
端午节的由来与传说	114
端午节习俗	115
端午节诗词选	118
第十四章 七夕节	119
七夕节简介	119
七夕节的由来与传说	119



目 录



七夕节习俗	120
七夕节诗词选	122

第十五章 中秋节	124
中秋节简介	124
中秋节的由来与传说	125
中秋节习俗	125
中秋节诗词选	127

第十六章 重阳节	130
重阳节简介	130
重阳节的由来与传说	130
重阳节习俗	131
重阳节诗词选	133

第四辑 丰富多彩的饮食文化

第十七章 传统饮食习俗	138
中国人饮食重于一切	138
传统饮食习俗对我们生活的影响	139
一天究竟该吃几顿饭	140
美食与美器的搭配习俗	141
传统饮食重在调	141
酒与民俗不可分	142
源远流长的酒文化	144
中国古代名酒知多少	145
我国的饮茶风俗	147
备受推崇的中国茶文化	147
中国古代十大名茶	148
酒要满、茶要浅	150
“先干为敬”的由来	151
凝聚智慧的筷子	151
中国最具代表性的传统食品	153
出门饺子回家面	154
中国民间传统的几种零食	155
我国古代十大名厨	156
中国饮食中独特的烹饪方式	158

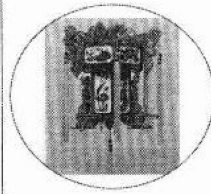
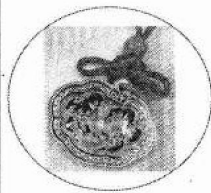
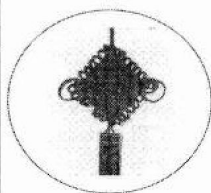
第十八章 各地饮食趣话	162
大江南北饮食拾趣	162
中国最有名的八大菜系	163

目
录

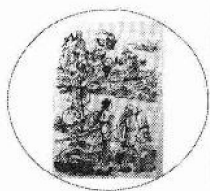
彝族人的饮食习俗	164
客家人的饮食习俗	166
荆楚人的饮食习俗	166
回族人的饮食习俗	167
有趣的菜肴命名	168
中国饮食经典——满汉全席	169
第十九章 名人与名吃	173
刘备招亲与“龙凤喜饼”	173
杨贵妃与“贵妃鸡”	174
西湖东坡鱼的历史典故	174
济公与无锡排骨	175
赵昺与护国菜	176
成吉思汗与铁板烧	176
忽必烈与涮羊肉	177
朱元璋与珍珠翡翠白玉汤	177
朱元璋与四菜一汤	178
努尔哈赤与“黄金肉”	178
康熙与羊眼包子	179
丁宝桢与贵州名菜宫保鸡	179
胡雪岩与金华火腿	180
慈禧与宫廷小吃	180
几大传统食品的典故	181
第二十章 各地名吃揽胜	183
北京的风味佳肴——北京烤鸭与涮羊肉	183
老北京有哪些著名的风味小吃	184
名扬四海的天津“狗不理”包子	186
山东煎饼的历史	186
香飘四海的山西刀削面	187
四川担担面	188
南北闻名的风味汤圆	188
油酥香甜的老婆饼	189
江西兴国“三鱼”的传说	190

第五辑 巧夺天工的工艺文化

第二十一章 精美绝伦的刺绣编织	192
中国传统刺绣的起源	192
中国的“四大名绣”	193
独领风骚的中国绣花鞋	195



目录



情致与智慧的结合——中国结	196
漂亮的装饰——荷包	197
出神入化的中国竹编	199

第二十二章 经典雅致的文房四宝	201
文房四宝的起源	201
中国传统名笔	203
中国传统名墨	204
中国四大名砚	206
中国各代名纸	208

第二十三章 栩栩如生的剪纸塑艺	210
中国民间剪纸的历史及传承	210
各地剪纸荟萃	212
民间剪纸中的奇葩——窗花	215
中国民间泥塑的历史	215
泥塑名家泥人张	216
中国民间面塑的历史	217
各地面塑荟萃	218

第六辑 兴致盎然的游艺文化

第二十四章 荡秋千，放风筝，玩杂耍	222
衣带飘飘荡秋千	222
拉拉扯扯放风筝	224
欢天喜地扭秧歌	226
扭扭搭搭踩高跷	227
紧张刺激的蹴鞠	228
变幻莫测的传统魔术	229
喜闻乐见的相声	230

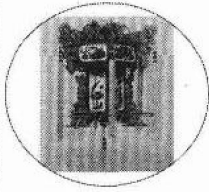
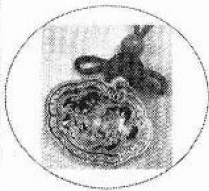
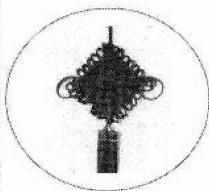
第二十五章 听听戏，下下棋，搓搓麻	231
最早的电影——皮影戏	231
灵动鲜活的木偶戏	232
中国戏曲中的珍品——昆曲	234
中国的国粹——京剧	235
喜闻乐见的评书	236
最大众化的游戏——象棋	236
高雅人的游戏——围棋	237
风靡世界的麻将	239

目 录

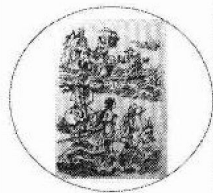
第二十六章 稀奇古怪的休闲娱乐	241
玩昆虫的游戏——斗蟋蟀	241
势不两立的斗鸡	242
中国传统骨牌与多米诺	243
最早的扑克——叶子戏	244
古人也玩摔跤——角抵	244
男女老少皆宜的藏钩	246
力量与气势的对抗——拔河	247
火树银花的烟火	248

第七辑 虔诚恭谨的礼仪风俗

第二十七章 拜见之礼	252
见面时的传统礼俗	252
跪拜之礼	253
大礼之“三叩九拜”	254
拱手之礼	255
五体投地	255
“长跪”一词的来历	256
写信一定要有“此致”	256
第二十八章 庆贺之礼	258
充满象征意味的诞生礼	258
欢欢喜喜庆满月	259
给孩子庆百日	260
有趣的“抓周”	261
古今传统成年礼习俗	262
中国人过生日或做寿的礼俗	263
旧时民间的“借寿”与“避寿”	264
虚岁与做寿	265
民间温锅庆乔迁的习俗	265
第二十九章 礼之杂谈	267
古人究竟“尊左”还是“尊右”	267
传统宗法社会所说的“五服”	268
古人的“九族”	268
分家要由舅舅来主持	269
汉族民间交往中的禁忌	270



目录



第八辑 美丽动人的传说故事

第三十章 上古传说故事	272
开天辟地	272
女娲造人	273
女娲补天	274
后羿射日	275
嫦娥奔月	275
夸父逐日	276
大禹治水	277
第三十一章 中国四大传说故事	278
牛郎织女	278
孟姜女哭长城	279
梁山伯与祝英台	280
白蛇传	280
第三十二章 民间传说故事	282
人间活佛济公	282
八仙的传说	283
董永与七仙女	285
劈山救母	286
刘三姐的传说	287
沉鱼落雁的故事	288

第九辑 异彩纷呈的民居建筑

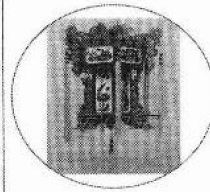
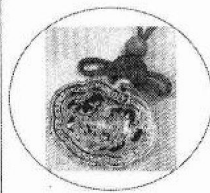
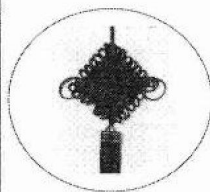
第三十三章 趣话传统民居建筑	292
住居与中国人的文化心理	292
传统民居主体建筑物的特点	292
传统民居中的楼、阁、厢、轩、舍、斋、寝	293
中华文化的象征——牌坊	293
奇特的东北冰雪建筑	294
细说老北京的胡同	295
江南水乡民居的独特风味	296
南方一些少数民族的干栏建筑	297
我国最普遍的居住布局——四合院	297
北京故宫房间的特点	298
“山色湖光共一楼”的宇宙观住居习俗	298
北方人最爱的火炕	299

目 录

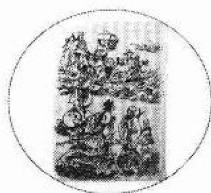
民间在建房过程中的仪礼活动	299
第三十四章 民居里的陈设	301
床的发展史	301
椅子的有趣历史	302
中国家具史的奇峰——明代家具	303
传统四合院的影壁	303
古人要在房子里摆放“屏风”	304
重要建筑物的正门两侧的狮子	305
第三十五章 趋吉避凶的风水文化	307
风水不是迷信	307
风水与风水术	308
风水的别称	309
阴阳学说与五行学说	310
中国的风水鼻祖——郭璞	311
看风水需要悟性	311
选择宅基地的宜忌	312
门向选择有学问	313
屋向背合、种大树之忌	313

第十辑 摇曳多姿的服饰文化

第三十六章 传统衣服习俗	316
中国传统的衣裳制度	316
中华民族传统衣服独崇黄色	317
古人所穿体衣有哪些种类	318
苗条秀美的旗袍	318
传统民族服装——马褂的演变	319
鞋的历史传承	320
儿童要穿“百家衣”，男孩儿穿花衣	321
民间儿童盛行的虎头鞋、猫头鞋、狗头帽	321
民间奇特的晒衣习俗	322
古代服饰的穿戴禁忌	323
第三十七章 传统装饰习俗	325
衣服上佩带装饰品	325
我国早期的饰品和饰俗	325
古人文身的古老习俗	326
是先有帽而后有冠	327
象征官阶的乌纱帽	328



目录



漂亮的玛瑙	329
戴戒指要分男左女右	330
民间女性喜爱的鞋花	330
漂亮的肚兜刺绣	331
非常可爱的小孩儿兜肚	332

第十一辑 隆重庄严的婚丧风俗

第三十八章 千奇百怪的婚嫁风俗	334
古时的同姓不婚	334
旧时指腹为婚的习俗	335
无媒不成婚	335
含蓄地相亲	337
结婚之前要合婚	337
说媒的礼仪	338
热热闹闹去迎亲	339
拜堂的礼仪	340
欢欢喜喜入洞房	340
婚礼的高潮——闹洞房	341
结婚之后的礼仪	342
婚后的第一次回娘家	342

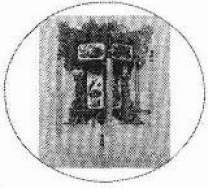
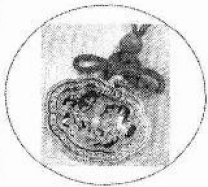
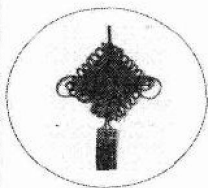
第三十九章 神圣隆重的丧葬风俗	344
传统的丧葬文化	344
初终的礼俗	345
装殓的礼俗	346
报丧的礼俗	346
成服的礼俗	348
送盘缠的礼俗	349
送葬的礼俗	350
落葬的礼俗	350
做七的礼俗	351
居丧的礼俗	352
墓碑、镇墓兽	353
民间年节必祭祖	354

第十二辑 神秘莫测的吉凶俗信

第四十章 寓意深远的祥瑞之物	358
传统的“四灵”崇拜	358

目
录

中华民族和龙图腾	359
民间祭龙求雨的习俗	359
趣话东方神鸟——凤凰	360
龙与凤的不解之缘	361
四不像的麒麟	362
民间“麒麟唱”和“麒麟送子”的习俗	363
唯一真实的灵兽——龟	364
“三星高照”中的三星	366
福星高照话福神	366
“五福临门”中的五福	367
能带来高官厚禄的禄星	368
备受喜爱的“寿星”	368
民间的其他祥瑞之物	369
 第四十一章 千奇百怪的禁忌	 372
民间的天象禁忌	372
各地年龄禁忌何其多	373
民间数字禁忌	374
民间婚丧礼仪中的属相禁忌	375
不吉利的话绕着说	375
怕谶语应验要说吉利话	376
水上行船的禁忌	377
孕妇忌食兔肉、生姜	378
日常行为中的禁忌与破忌	378
民间出行的禁忌	379
旅途中通常有什么禁忌	380
不同行业的行为禁忌	381
农业生产过程中的禁忌	382
 第四十二章 信仰习俗	 384
对门神的信仰	384
祭灶神风俗的由来	385
祭灶习俗与熟食习惯	387
男不拜月、女不祭灶	387
对土地神的信仰	388
趣话城隍庙	389
中国民间迎财神、祭财神的习俗	391
“正财神”赵公明	392
公正无私的文财神比干	393
生财有道的文财神陶朱公范蠡	394
撒钱济贫的准财神刘海蟾	395
关帝信仰与关帝庙	396



第一辑

源远流长的姓名生肖

世界上许多古文化早已连同创造它们的种族一起销声匿迹了，而中国姓氏、生肖文化则历经了四五千年始终延续和发展着。姓氏是一个家族的标志，往往代表着一个家族的身份，姓氏的传承可以看成是家族的延续。生肖是我国民间计算年龄的方法，也是一种古老的纪年法。那么，我国的姓氏与生肖都有怎样的历史，又是怎样发展的呢？

