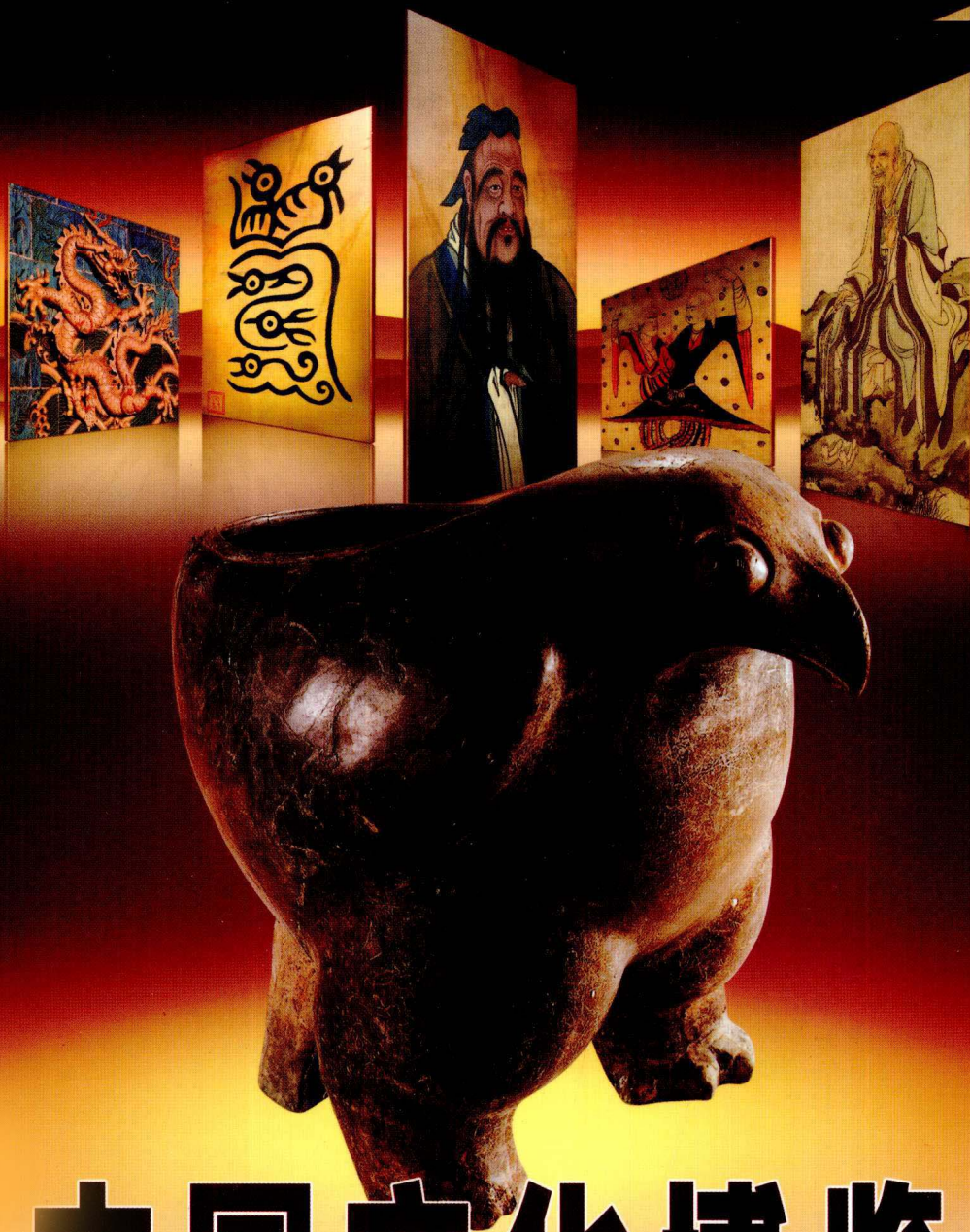


文化百科系列



中国文化博览

陈晓丹 编著

中国文联出版社

中国书画函授大学肇庆分校



中国书画函授大学

肇庆分校

肇庆分校招生处

中国
文化
博览
3

陈晓丹
编著

中国文联出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国文化博览.3/陈晓丹 编著. —北京:中国戏剧出版社,
2009.8

ISBN 978 - 7 - 104 - 03040 - 9

I. 中… II. 陈… III. 文化史 - 中国 - 通俗读物
IV. K203 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 139168 号

中国文化博览 3

策 划:魏志国

责任编辑:吴淑苓

责任出版:冯志强

出版发行:中国戏剧出版社

社 址:北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码:100097

电 话:010 - 58930221 58930237 58930238

58930239 58930240 58930241 (发行部)

传 真:010 - 58930242 (发行部)

经 销:全国新华书店

印 刷:北京一鑫印务有限公司

开 本:710 × 1035mm 1/16

印 张:60

字 数:1000 千

版 次:2009 年 8 月北京第 1 版第 1 次印刷

书 号:ISBN 978 - 7 - 104 - 03040 - 9

定 价:298.00 元(全 4 卷)

版权所有 违者必究

前 言

历史的车轮告诉我们,了解过去,有助于理解现在,展望未来。我们努力使这套丛书成为广大青少年喜闻乐见的读物,感染熏陶,潜移默化,由浅入深,循序渐进,培养爱国主义感悟,提高爱国主义的思想和觉悟,树立正确的理想、信念和人生观、价值观、增强民族自尊心和自豪感,同时提高自身文化素质。

本书可以帮助青少年朋友了解中国悠久的历史,了解中华民族自强不息、百折百挠的发展历程,了解各族人民对人类文明的卓越贡献,了解先辈们崇高的民族精神、民族气节和高尚的道德情操,了解到中华文化的博大精深。

目 录

第一章 民 俗

| | |
|---------------|----|
| 春节 | 1 |
| 元宵节 | 4 |
| 上巳节 | 7 |
| 端午节 | 11 |
| 七夕节 | 15 |
| 中秋节 | 18 |
| 重阳节 | 21 |
| 腊八节 | 25 |
| 婴儿诞生礼 | 28 |
| 抓周仪式 | 31 |
| 成年礼 | 34 |
| 婚礼 | 36 |
| 生日做寿 | 40 |
| 丧礼 | 43 |
| 祖先崇拜 | 46 |
| 昭穆 | 49 |
| 祭祀 | 51 |
| “三冥节”祭祖 | 53 |
| 祭奠黄帝 | 56 |
| 祭天地(封禅) | 59 |
| 社稷坛祭祀 | 62 |
| 祭祀山神水神 | 65 |

| | |
|---------------|-----|
| 门神、灶王爷 | 69 |
| 饮食的礼仪 | 72 |
| 服饰与礼仪 | 74 |
| 人际交往礼仪 | 77 |
| 姓、名、字、号 | 81 |
| 十二生肖属相 | 84 |
| 饮酒与品茶 | 86 |
| 四合院 | 90 |
| 壮族歌圩节 | 92 |
| 傣族泼水节 | 94 |
| 汉族庙会 | 97 |
| 彝族火把节 | 99 |
| 白族三月街 | 102 |
| 蒙古族那达慕 | 105 |
| 抽陀螺 | 108 |
| 荡秋千 | 109 |
| 放风筝 | 111 |
| 过家家 | 112 |
| 扭秧歌 | 113 |
| 踩高跷 | 114 |
| 燃鞭炮 | 116 |
| 舞狮子 | 117 |
| 玩龙灯 | 118 |
| 斗蟋蟀 | 119 |
| 打花鼓 | 120 |
| 下象棋 | 122 |
| 弈围棋 | 123 |
| 猜灯谜 | 124 |
| 贴对联 | 125 |

第二章 饮食

| | |
|------------------|-----|
| 中国的烹饪传统 | 127 |
| “大羹”与“玄酒” | 129 |
| 话八珍 | 131 |
| 酱齐食之王 | 132 |
| 胡食天子 | 134 |
| 道御膳与《食经》 | 136 |
| 饺子 | 137 |
| 豆腐 | 139 |
| 四大菜系 | 141 |
| 满汉全席 | 143 |
| 素食 | 145 |
| 五谷与保健 | 147 |
| 食疗术 | 149 |
| 药膳 | 151 |
| “国粹”筷子 | 153 |
| 厨师 | 155 |
| 厨娘 | 157 |
| 贾思勰与《齐民要术》 | 160 |
| 食圣袁枚 | 163 |
| 饮食与礼仪 | 167 |
| 食客 | 172 |
| 孔夫子与饮食 | 175 |
| 长生不老活饮食 | 176 |
| 奢侈之风 | 179 |
| 食茶遗风 | 181 |
| 陆羽与《茶经》 | 182 |
| 茶中清趣 | 184 |
| 茶百戏 | 186 |
| 贡茶 | 188 |

| | |
|-----------------------|-----|
| 谷芽酒 | 189 |
| “戒”酒古训 | 191 |
| 礼饮三爵 | 192 |
| 李白与“酒家胡” | 196 |
| “自来酒” | 197 |
| 酒令 | 198 |
| 美食与美器的千古绝配 | 200 |
| 菜饌与名称 | 205 |
| 菜品与形色 | 208 |
| 适口者珍 | 212 |
| 赏花筵宴 | 214 |
| 文人与饮食 | 216 |
| 文饭诗酒 | 217 |
| 冬至馄饨夏至面 | 219 |
| 四季佳节与饮食 | 221 |
| 春盘、重阳糕与百事大吉盒儿 | 224 |
| 七家茶·百家饭·结缘豆 | 226 |
| 椒柏酒·五辛盘·口数粥 | 227 |
| 中秋赏月团圆饼、年夜守岁合欢宴 | 230 |

第一章 民俗

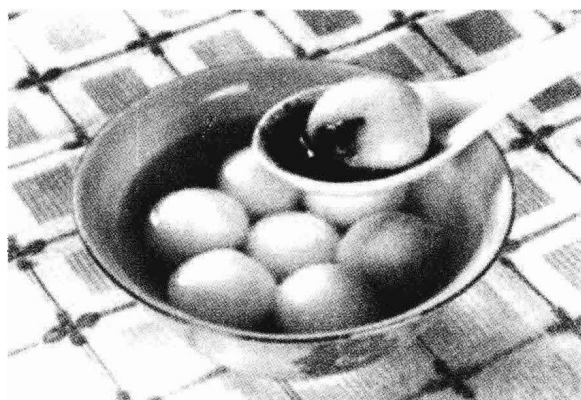
春节

春节，是中国农历年度的岁首（农历正月初一），又叫阴历年，俗称“过年”。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灶祭，一直到正月十五，其中除夕和正月初一为高潮。春节的历史悠久，据记载，中国人民过春节已有四千多年的历史，它是由虞舜兴起的。公元前两千多年的一天，舜即天子位，带领着部下人员，祭拜天地。从此人们把这一天当做岁首，算是正月初一。

春节在不同的时代有不同的名称。在先秦时叫“元日”、“改岁”、“献岁”等；到了两汉时期，又被称为“三朝”、“岁旦”、“正旦”、“正日”；魏晋南北朝时称为“元辰”、“元日”、“元首”、“岁朝”等；到了唐宋元明，则称为“元旦”、“元”、“岁日”、“新正”、“新元”等；而清代，一直叫“元旦”或“元日”。1912年孙中山在南京就任中华民国临时大总统时，宣布改用世界通用公历，并决定以公元1912年1月1日为民国元年一月一日，一月一日叫新年，但不称元旦。中华人民共和国成立前夕，1949年9月27日，中国人民政治协商会议第一届全体会议决定中华人民共和国采用世界通用的公元纪年。为了区分阳历和阴历两个“年”，又因一年二十四节气的“立春”恰在农历年度的前后，故把阳历一月一日称为“元旦”，俗称阳历年；农历正月初一正式改称“春节”，俗称阴历年。

春节是我国一个古老的节日。也是全年最重要的一个节日，如何庆贺这个节日，在千百年的历史发展中，形成了较为固定的风俗习惯相传至今。

除夕之前有扫尘的风俗。“腊月二十四，掸尘扫房子。”，据《吕氏春秋》



汤圆

记载，我国在尧舜的年代就有春节扫尘的风俗。按民间的说法：因“尘”与“陈”

谐音。新春扫尘有“除陈布新”的涵义，其用意是要把一切穷运、晦气统统扫出门。这一习俗寄托着人们破旧立新的愿望和辞旧迎新的祈求。每逢春节来临，家家户户都要打扫环境，清洗各种器具，拆洗被褥窗帘，洒

扫六间庭院，掸拂尘垢蛛网，疏浚明渠暗沟。到处洋溢着欢欢喜喜搞卫生，干干净净迎新春的欢乐气氛。

扫尘后人们开始在家里贴上红红火火的春联，无论是城市还是农村，家家户户都要精选一幅大红春联贴于门上，为节日增添喜庆气氛。这一习俗起于宋代，在明代开始盛行，到了清代，春联的思想性和艺术性都有了很大的提高。

在我国北方，除了贴对联外还有贴窗花和倒贴“福”字的习俗。人们在窗户上贴上各种剪纸图案——窗花。

在贴春联的同时，一些人家要在屋门上、墙壁上、门楣上贴上大大小小的“福”字。春节贴“福”字是我国民间由来已久的风俗。“福”字指福气、福运，寄托了人们对幸福生活的向往，对美好未来的祝愿。为了更充分体现这种向往和愿望。有的人干脆将“福”字倒过来贴，“倒”谐音“到”，表示“幸福已到”、“福气已到”。民间还有将“福”字精描细做成各种图案的，图案有寿星、寿桃、鲤鱼跳龙门、五谷丰登、龙凤呈祥等。

春节习俗还有贴门神和年画。古时候所指的“桃符”，即门神。据马鉴《续事始》上说，“门神”就是桃木板上画着“神荼、郁垒”的像。据《风俗通》上说，“郁垒，神荼，是昆弟二人，能执鬼”。到了唐代，门神又发生了新的变化。唐太宗患病，夜闻鬼声非常惊怕。天明告诉群臣之后，开国大将秦叔宝和尉迟敬德就全副披挂，仗剑执铜，侍立在门旁，这一夜唐太宗再也没有梦见鬼。唐太宗既要长久平安，又不愿两位大将经常侍立，就命画工画了他们两人的像，悬到宫门口，称做门神。后来人们仿照这种做法，纷纷在

春节把门神贴在门上以避邪恶。

年画，有着悠久的历史。中国最早年画是“门神”，是画的传说中的人物神荼，郁垒。还有的画古勇士成庆的像于殿门，或画虎于门口。唐代画秦琼、尉迟恭、钟馗形象做门神。宋代以后出现了王昭君、赵飞燕等妇女形象为题材的年画。至明末清初，出现了驰名中外的“三大民间木刻年画”：天津“杨柳青”，苏州“桃花坞”及山东潍坊年画。

中国的年画形式多样，题材广泛，风俗不一。形式有中条、屏条、窗顶、灶画、嘉幡等数十种。题材有山水花鸟，戏曲人物，民间传说等。在艺术风格上，天津杨柳青年画是以细巧、典雅而著称；山东潍坊和苏州桃花坞年画是以粗壮、朴实而见长；北京、西北一带年画则以粗犷、苍劲而闻名。此外漳州年画、佛山年画、四川绵竹年画、上海月历牌年画都独具风采，各有千秋。四川绵竹年画仍以旧时的门神印制为主。

把家里打扮的红红火火后，就有了过年的气象。大年三十最重要的年俗活动之一就是除夕守岁，守岁之俗由来已久。最早记载见于晋人周处的《风土记》：除夕之夜，各相与赠送，称为“馈岁”；酒食相邀，称曰“别岁”；长幼聚饮，祝颂完备，称曰“分岁”；大家终夜不眠以待天明，称曰“守岁”。

“一夜连双岁，五更分二年”，除夕之夜，全家团聚在一起，吃过年夜饭，点起蜡烛或油灯。围坐炉旁闲聊，等着辞旧迎新的时刻，通宵守夜，象征着把一切邪瘟病疫照跑驱走，期待着新的一年吉祥如意。直到今天，人们还习惯在除夕之夜守岁迎新。古时守岁有两种含义：长者守岁为“辞旧岁”，有珍爱光阴的意思；年轻人守岁，是为了延长父母寿命。近年来，科技发达，电视普及，城乡人们除夕之夜阖家同看中央电视台春节联欢晚会，成为新的民俗，也是和谐中国的具体体现。

守岁就是辞旧迎新，在新的一年到来之时，中国民间有“开门爆竹”一说。即家家户户开门的第一件事就是燃放爆竹，以噼噼啪啪的爆竹声除旧迎新。爆竹是中国特产，亦称“爆仗”、“炮仗”、“鞭炮”。其起源很早，至今已有两千多年的历史。放爆竹可以创造出喜庆热闹的气氛，是节日的一种娱乐活动，可以给人们带来欢愉和吉利。守岁就到了新年的初一。新年的初一，人们都早早出门，穿上最漂亮的衣服，打扮得整整齐齐，走亲访友，相互拜年，恭祝大吉大利。拜年的方式多种多样，有的是族长带领若干人挨家挨户地拜年，有的是同事相邀几个人拜年，也有大家聚在一起相互祝贺，称为

“团拜”。由于登门拜年费时费力，后来一些上层人物和士大夫便使用名帖相互投贺，由此发展为后来的“贺年片”。

春节拜年时，晚辈要先给长辈拜年，祝长辈长寿安康，长辈可将事先准备好的压岁钱分给晚辈，据说压岁钱可以压住邪祟，因为“岁”与“祟”谐音，晚辈得到压岁钱，就可以平平安安度过一岁。压岁钱有两种：一种是以彩绳穿线编作龙形，置于床脚，此记载见于《燕京岁时记》；另一种是最常见的，即由家长用红纸包裹分给孩子的钱。压岁钱可在晚辈等拜年后当众赏给，亦可在除夕夜孩子熟睡时，由家长悄悄地放在孩子的枕头底下。现在长辈为晚辈分送压岁钱的习俗仍然盛行。

元宵节

农历正月十五，是中国民间的一个重大节日——元宵节，也叫上元节、灯节。

关于元宵节起源的说法很多：

一种说法起源于西汉。

据说，汉高祖刘邦死后，吕后乱政。朝中大臣周勃和陈平等人力扫除了“诸吕”，拥立刘恒为帝（即汉文帝）。由于扫除“诸吕之乱”的这一天正好是正月十五，所以，以后每年的这天晚上，文帝都要出宫游玩，以示庆祝。从此以后代代相传，逐渐形成了一个固定的节日。由于正月也叫元月，夜也叫宵，故称之为元宵节。《汉书》上有相关记载：“执金吾掌禁夜行，惟正月十五敕许弛禁。谓之‘放夜’。”说明西汉时期，实行晚间不许人们游逛于街道的“宵禁”制度，但在正月十五这天可以解禁。

另一种说法与道教有关。

道教信奉“三官神”，即天官、地官和水官（或人官）。三官各有生日：“天官”生于正月十五日，这天为“天官赐福日”，称“上元”；“地官”生于七月十五日，这天为“地官赦罪日”，称“中元”；“水官”生于十月十五日，这天为“水官解厄日”，称“下元”。人们在正月十五这天给“天官”过生日，祈求“天官赐福”，于是定这天为“上元节”。

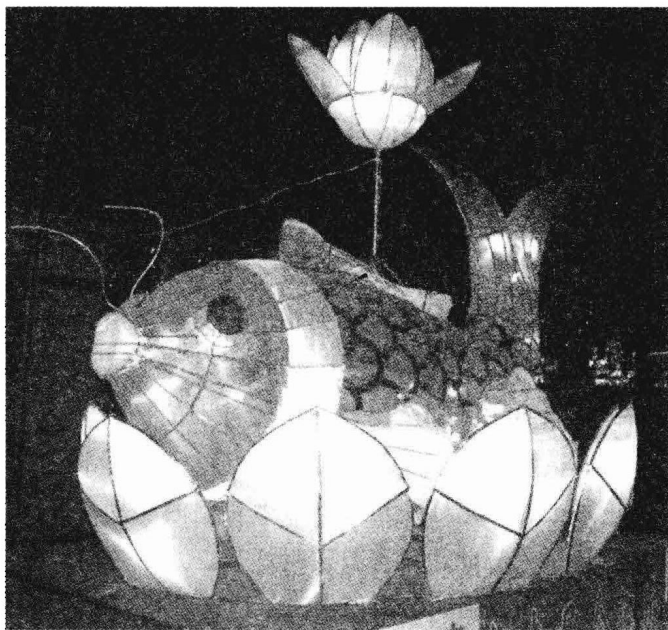
除了以上两种说法，民间还流传着两个美丽而有趣的传说。

一个是，相传汉武帝有个宠臣名叫东方朔。有一年冬天，下了几天大雪，

东方朔到御花园去给汉武帝折梅花。刚进园门，就发现有个宫女泪流满面准备投井。东方朔慌忙上前问明缘由。原来，这个宫女名叫元宵，家里还有双亲及一个妹妹。自从她进宫以后，就再也无缘和家人见面。她觉得不能在双亲面前尽孝，不如一死了之。东方朔对她的遭遇深表同情，就向她保证，一定设法让她和家人见上一面。于是，东方朔在长安街上摆了一个占卜摊，不少人都向他求卦。但是，他给每个人的签语都是“正月十六火焚身”。这引起了长安城的恐慌，人们纷纷求问解灾的办法。东方朔就说：“正月十三日傍晚，火神君会派一位仙女下凡，她就是奉旨烧长安的使者，我把抄录的偈语给你们，可让当今天子想想办法。”说完，扔下一张红帖，扬长而去。人们拿起红帖，赶紧去禀报皇上。汉武帝一看，只见上面写着：“长安在劫，火焚帝阙，十五天火，焰红宵夜。”他连忙请来了东方朔寻求办法。东方朔假意思了一下，说：“听说火神君最爱吃汤圆，宫中的元宵不是经常给你做汤圆吗？十五晚上可让元宵做好汤圆，万岁焚香上供，传令京都家家都做汤圆，一齐敬奉火神君。再传谕臣民一起在十五晚上挂灯，满城点鞭炮、放烟火，好像满城大火，这样就可以瞒过玉帝了。此外，通知城外百姓，十五晚上进城观灯，杂在人群中消灾解难。”武帝听后，立即传旨照东方朔的办法去做。到了正月十五日长安城里张灯结彩，热闹非常。元宵的父母也带着妹妹进城观灯。当元宵的妹妹看到写有

“元宵”字样的大宫灯时，惊喜地高喊：“元宵姐！元宵姐！”

元宵听到了喊声，终于和亲人团聚了。经过如此热闹了一夜，长安城果然平安无事。汉武帝大喜，下令以后每到正月十五都做汤圆供火神君，正月十五照样全城挂灯放烟火。因为元宵做的汤圆最好，人们就把汤圆叫元



元宵灯

宵，这天叫做元宵节。

还有一个是，传说在很久以前，凶禽猛兽四处伤害人和牲畜，人们就组织起来前去捕杀。有一只神鸟因为迷路而降落人间，却被不知情的猎人给射死了。天帝知道后大怒，并立即传旨，下令让天兵于正月十五到人间放火，把人间的人畜财产通通烧光。天帝的女儿不忍心看百姓无辜受难，就偷偷把这个消息告诉了人们。众人听说了这个消息，吓得不知如何是好。最后，才有个老人想出个办法，他说：在正月十四、正月十五、正月十六这三天，每户人家都在家里张灯结彩、点响爆竹、放烟火。这样一来，天帝就会以为人们都被烧死了。大家听了都点头称是。到了正月十五这天晚上，天帝往下一看，发觉人间一片红光，响声震天，以为是大火燃烧的火焰，心中大快。人们就这样保住了生命及财产。为了纪念这次成功，从此每到正月十五，家家户户都悬挂灯笼，放烟火来纪念这个日子。

元宵节是中国的传统节日，历史悠久。人们此时会举行一些活动来庆祝这个节日，这些活动就逐渐成为元宵节特有的习俗。

吃元宵是庆祝元宵节必不可少的一项活动。元宵，又叫汤圆、圆子。宋朝时，人们见之煮熟后浮于水面，就称之“浮圆子”。这些名称与“团圆”音相近，取团圆之意，象征全家人团团圆圆。史籍中有关元宵的记载很多，宋朝孟元老《东京梦华录》介绍汴京城过元宵节时市场所卖的食品时写道：“市人卖玉梅……科头圆子、拍头焦饊。惟焦饊以竹架子出伞上，装缀梅红缕金小灯笼子，架子前后亦设灯笼，敲鼓应拍，团团旋走，谓之‘打旋罗’，街巷处处有也。”其中的“科头圆子”、“拍头焦饊”就是元宵的品种之一；宋朝周密《武林旧事》也有这样的记载：“节食所尚，则乳糖圆子、饊柏……十般糖之类。”其中，“乳糖圆子”可能是水煮的元宵，“饊柏”可能是油炸的。北宋之前的元宵是实心无馅的，煮熟之后再以白糖、蜜枣等配食。南宋始有中间包糖的“乳糖圆子”。此后，元宵的品种不断增多，酸、甜、咸、辣等各种口味的元宵都已出现。比较特别的是用芥、葱、蒜、韭、姜组成的菜馅元宵，被称为“五辛元宵”，有勤劳、长久、向上的含义。

正月十五闹花灯是元宵节最为热闹的活动，民间有“三十的火，十五的灯”的谚语。故此，元宵节又叫灯节。元宵燃灯，最初是为了弘扬佛法。汉明帝永平年间，因明帝提倡佛法，适逢蔡愔（yīn）从印度求得佛法归来，称印度摩羯（jié）陀国每逢正月十五，僧众云集瞻仰佛舍利，是参佛的吉目良辰。于是，汉明帝下令正月十五夜在宫中和寺院“燃灯表佛”。此后，元宵放

灯的习俗又流传到民间。汉时张灯仅一晚。到了唐朝，国家规定元宵节当天及其前后各一天为法定节日，官府也停止办公，放灯三天。除了时间延长外，唐代灯市的规模也令人吃惊。唐开元年间的长安灯市燃灯五万盏，花样繁多，其中包括二十间房屋那么大、高一百五十尺的大型灯楼。难怪唐朝诗人崔液做出“谁家见月能闲坐，何处闻灯不看来”的咏叹。宋代，元宵放灯时间延长到五夜。从正月十四到正月十八，宋都汴京必是火树银花、灯火辉煌。其花灯品种除了一般的之外，有人别出心裁，用辘轳把水引到灯山最高处，然后“逐时放下，如瀑布状”。到了明代，明太祖朱元璋更是把放灯时间延长为十天，从正月初八直到正月十七，并增设了戏曲表演。清代，虽然燃灯期限被缩短成五天，但民间的灯会依然喧闹红火。直到今天，元宵灯会依然是人们喜闻乐见的娱乐活动。

在冰雪满地的北方，人们还利用自然，雕刻制作出晶莹剔透的冰灯。令人赏心悦目，留连忘返。

猜灯谜是伴随着元宵灯会的兴越而流行的又一项活动。灯谜，就是写在彩灯上的谜语。由于灯谜很难猜中，就像很难用箭射中老虎一样，所以灯谜又叫“灯虎”，猜灯谜又叫“射灯虎”。谜语在我国源远流长，早在春秋战国时期，一些游士为游说君王采纳自己的意见，就常常把本意寓含在隐语之中来暗示。这种隐语当时叫“廋（sōu）辞”，便是谜语的前身。猜灯谜作为元宵节的一项游戏始于南宋，人们把谜条系在花灯上，让游人在赏灯的同时进行猜射。明清时期，猜灯谜的活动也十分流行，明清时代的小说《红楼梦》、《镜花缘》等对“猜灯谜”都有所描写。谜语在我国历史悠久，谜格多达几百种，常见的谜格包括粉底格、秋千格、谐音格等。灯谜的谜面往往要注明用什么格。给猜射者一些启发和提示。制灯谜者的奇思妙想，往往令人拍案叫绝。比如：焉哉呼也（打四书句一），其谜底是“失之者鲜矣”。意思是，之乎者也矣焉哉，这几个文言文常用字中，只有“焉哉呼也”，失（没有）“之”、“者”，鲜（少）“矣”。

上巳节

所谓“上巳”，是指夏历中三月的第一个巳日，上巳节又称三月三，是我国历史相当悠久的传统节日之一。追溯上巳节的来历，可以一直推至上古时

期。传说伏羲氏与女娲捏土造人，繁衍后代，故而后人尊伏羲为“人祖”，并在淮阳一带修建太昊陵古庙，在农历二月二到三月三举行庙会，在此期间对伏羲进行朝拜。后来又逐渐定为在上巳这一天举行各种庆祝活动。也正是因为是为了祭祀造人的祖先，上巳节最初的诸多活动都与子孙繁衍有关。

关于上巳节的意义，历来有很多种说法。一般认为，这项活动在殷周时期就已经形成，最初是一种巫术活动，主要目的在于除灾避邪，祈求生育。有学者依据屈原的《九歌·招魂》以及《续汉书·礼仪志》注引等资料，特别强调了在先秦时期上巳节“招魂续魄”的巫术色彩。其他如沐浴祓禊等活动都是以此为核心而展开的。不论目的如何，上巳节最初是一种巫术活动是毫无疑问的。

汉代学者应劭认为，上巳节时值季节交替，阴气尚未完全消退而阳气又“蠢蠢摇动”，在这种季节人容易生病，所以应该到水边去清洁身体防止疾病。这也就是古代上巳节的重要内容，“祓禊”，即为除灾祈福而在水边举行的清洁身体的仪式。《诗经·郑风·溱洧》篇中有“惟溱与洧，方涣涣兮，惟士与女，方秉兰兮”之句。徐广《史记注》也记载有“三月上巳，临水祓除，渭之禊”。由此可见上巳节“祓禊”的习俗由来已久。至于为何选在巳日，应劭的解释是因为“巳者，祉也”，选在这一天，就是为了既清洁身体祛除疾病，又祈求福祉降临。这一观点得到了现代学者乌丙安的认同，他也认为上巳节就是“古人春季驱邪祛瘟的卫生保健古俗”。

除了清洁身体、除灾避邪，祈求生育也是上巳节重要内容之一。古代专门设置有女巫来主持上巳节的活动，其原因之一大概是因为在这一天要组织妇女到河边沐浴。主要是为了利用春天的桃花水洗去妇女身体里的不洁，驱走各种恶鬼，为生育创造条件。名义上是清洁身体洗去污垢，实际上是希望能够借此驱鬼求育，因此，上巳沐浴也被认为是古代治疗妇女不孕症的水疗法。

“上巳”在汉代正式定为节日，魏晋以后固定为三月三日。

在上巳节，主要举行祭高禘、祓禊、曲水流觞、会男女、蟠桃会、祈丰收等活动。

高禘，即管理婚姻和生育之神。最初的高禘，是以孕育中的女性形象出现的，是生殖的象征。祭高禘显然是一种与求子有关的巫术活动。

祓禊，是一种沐浴、洁身、祈福的仪式。古时人们认为有的妇女没有生育能力是由于鬼神作祟，就在上巳节举行沐浴仪式治疗不育症。《周礼·春官