

家庭书架
升级版

不可不知的 民俗全书

《家庭书架》编委会
编著

南海出版公司

家庭书架
升级版

不可不知的 民俗全书

《家庭书架》编委会
编著

南海出版公司

2013·海口

图书在版编目 (CIP) 数据

不可不知的民俗全书 / 《家庭书架》编委会编著. —
海口: 南海出版公司, 2013.11
(家庭书架)
ISBN 978-7-5442-6798-4

I. ①不… II. ①家… 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 (2013) 第208328号

BU KE BU ZHI DE MINSU QUAN SHU 不可不知的民俗全书

编 著 《家庭书架》编委会
责任编辑 张 媛 雷珊珊
装帧设计 张 宾
出版发行 南海出版公司 电话: (0898) 66568508 (出版) 65350227 (发行)
社 址 海南省海口市海秀中路51号星华大厦五楼 邮编: 570206
电子信箱 nhpublishing@163.com
经 销 新华书店
印 刷 北京正道印刷厂
开 本 787毫米×1092毫米 1/16
印 张 24
字 数 300千
版 次 2013年11月第1版 2013年11月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5442-6798-4
定 价 24.90元

南海版图书 版权所有 盗版必究

前 言

中国是一个拥有几千年文明的国家，中华文化博大精深，在世界文化中宛如一颗明珠，璀璨夺目。而在这绵延几千年的中华文化中，由广大人民群众创造的各类民俗文化以一种独特的力量代代传承，不仅丰富了人们的生活，成为沟通情感的纽带，还增加了中华民族的凝聚力。

民俗作为一种形成并传承于民间的生活风俗，最贴近人民的身心和生活。从古到今，人们在生产劳动时有劳动的民俗，在日常生活中有生活的民俗，在传统节日中有节日的民俗；在人生各个阶段也有民俗讲究；人的精神意识领域也有民俗。总之，民俗存在于历代劳动人民的物质生活、精神生活和社会生活的方方面面，人们置身其中受其规约，但并不为其所累，因而使其在民间得以代代相传。可见，民俗作为中华文化的一部分，一直散发着持久的魅力。

这本《不可不知的民俗全书》精心编选了活跃于中华各民族生活中的风俗习惯，精彩纷呈、包罗万象。自从呱呱落地，我们就有了自己的姓氏与名字，这是我们的前辈赐予我们的，它有怎样的来源、寄托，规避了哪些自古流传下来的起名禁忌？当我们长大准备结婚时，我们的婚礼要遵循哪些习俗？诞生于劳动人民生产实践中的二十四节气，指导着人们的农事安排，同时人们在每一个节气都会举行富有地域风情和民族风情的仪式、活动：立春时，北方人民要咬春（吃生萝卜、春饼），浙江温州一带要烧食春茶；在清明节，有祭祖扫墓、放风筝、吃鸡蛋等习俗；立夏时，江南地区的人民要吃乌米饭，四川民间要“嫁毛虫”；大暑时，有斗蟋蟀、吃荔枝、送大暑船等活动；到了立秋，要戴楸叶、吃西瓜等；冬至时，有喝腊八粥，吃馄饨、饺子、年糕，送鞋敬老等习俗……二十四节气中的这些习俗有着悠久的历史，它们极大地增添了人们生活的乐趣，它们有着怎样的来源，寄托着什么样的情感和美好愿望？本书将带领读者们走进一个绚烂的世界，帮助大家解决这些关于中华民俗的疑问，从而进行深入了解。

幅员辽阔的中华大地上还流行着丰富多彩的民间节日，本书从中选取了最有代表性的十九种，如春节、元宵节、春龙节、端午节、中秋节、重阳节等，以飨读者。在每一个节日里都有不同的节日庆祝活动，本书将一一为您呈现。最后本书介绍了一些民间俗神及神怪趣闻，如福禄神的传说、月老的



故事、妈祖的传说、八仙过海、荀杳与吕洞宾，等等，这些传说故事皆是在人民群众中广为传播、人们耳熟能详的。

本书撷取的民俗在民间至今依然历久不衰，是非常有活力的一股文化力量，可谓中华传统文化的一个重要组成部分，它也能使当下人民群众的生活更加精彩、更富有意义。本书对某些民俗习惯不仅追本溯源，还讲述了它们在不同地域、不同民族间的变异状况，以使读者们对其有全面、透彻的了解。希望本书能呈现给广大读者朋友们一场民俗“饕餮大餐”，满足大家的求知欲望。



目 录



第一篇 源远流长的姓氏文化

- ◎第一章 中华姓氏文化 〇〇二
 - 中国最早的姓 〇〇二
 - 中华姓氏由来 〇〇二
 - 古人的改姓现象 〇〇三
- ◎第二章 民间起名习俗 〇〇五
 - 起名的忌讳 〇〇五
 - 古人的行辈 〇〇八



第二篇 恭谨隆重的民俗礼仪

- ◎第一章 婚嫁礼俗 〇一〇
- ◎第二章 寿诞礼俗 〇一六
- ◎第三章 丧葬礼俗 〇二一
- ◎第四章 传统礼仪 〇二四



第三篇 极富寓意的民俗节日

- ◎第一章 春节——华夏儿女普天同庆 〇三二
- ◎第二章 元宵节——张灯结彩，万家灯火 〇四〇
- ◎第三章 中和节（春龙节）——二月二龙抬头 〇五〇
- ◎第四章 花朝节——百花生日 〇五二
- ◎第五章 清明节和寒食节 〇五四
- ◎第六章 上巳节——招魂续魄，临水宴宾和求子 〇五八
- ◎第七章 浴佛节——中国传统宗教节日之一 〇六一
- ◎第八章 端午节——纪念屈原 〇六四
- ◎第九章 观莲节——莲花的生日 〇七一
- ◎第十章 六月六天贶节——回娘家节 〇七五
- ◎第十一章 火把节——东方的狂欢节 〇八二
- ◎第十二章 七夕节 〇八五



- | | |
|------------------------|-----|
| ◎第十三章 中元节——鬼节 | 〇九二 |
| ◎第十四章 中秋节（团圆节）——吃月饼的节日 | 〇九七 |
| ◎第十五章 重阳节——佩茱萸，饮菊花酒 | 一〇四 |
| ◎第十六章 祭祖节——送寒衣 | 一一〇 |
| ◎第十七章 下元节——水官解厄之辰 | 一一三 |
| ◎第十八章 腊八节——喝腊八粥 | 一一六 |
| ◎第十九章 小年——祭灶 | 一一九 |



第四篇 二十四节气中的民俗风情

- | | |
|--------------------|-----|
| ◎第一章 春回大地中的六节气 | 一二四 |
| 立春：乍暖还寒时，万物开始复苏 | 一二四 |
| 雨水：一滴雨水，一年命运 | 一二九 |
| 惊蛰：春雷乍响，蛰虫惊而出走 | 一三四 |
| 春分：草长莺飞，柳暗花明 | 一三六 |
| 清明：气清景明，清洁明净 | 一四二 |
| 谷雨：雨生百谷，禾苗茁壮成长 | 一五〇 |
| ◎第二章 炎炎夏日中的六节气 | 一五五 |
| 立夏：战国末年确立的节气 | 一五五 |
| 小满：小满不满，小得盈满 | 一六三 |
| 芒种：东风燃尽三千顷，折鹭飞来无处停 | 一六八 |
| 夏至：夏日北至，仰望最美的星空 | 一七一 |
| 小暑：盛夏登场，释放发酵后的阳光 | 一七六 |
| 大暑：水深火热，龙口夺食 | 一七七 |
| ◎第三章 秋风送爽中的六节气 | 一八〇 |
| 立秋：禾熟立秋，兑现春天的承诺 | 一八〇 |
| 处暑：处暑出伏，秋凉来袭 | 一八五 |
| 白露：白露含秋，滴落乡愁 | 一八六 |
| 秋分：秋色平分，碧空万里 | 一八九 |
| 寒露：寒露菊芳，缕缕冷香 | 一九〇 |
| 霜降：冷霜初降，晚秋、暮秋、残秋 | 一九一 |
| ◎第四章 天寒地冻中的六节气 | 一九四 |
| 立冬：蛰虫伏藏，万物冬眠 | 一九四 |
| 小雪：轻盈小雪，绘出淡墨风景 | 一九八 |
| 大雪：大雪深雾，瑞雪兆丰年 | 二〇二 |
| 冬至：冬至如年，寒梅待春风 | 二〇六 |
| 小寒：小寒信风，游子思乡归 | 二一九 |





第五篇 民间日常行为、饮食禁忌

◎第一章 日常行为禁忌	二二八
行为举止禁忌	二二八
日常语言禁忌	二三四
与人交往禁忌	二三七
寻医问药禁忌	二四三
出行旅游禁忌	二四六
◎第二章 饮食禁忌	二五〇
食物禁忌	二五〇
饮食进补禁忌	二七四
饮食时间禁忌	二七七
饮食方式禁忌	二八五
饮食工具禁忌	二八八



第六篇 动人的民间传说故事

◎第一章 民间俗神	二九二
福神的传说	二九二
禄神的传说	二九三
送子张仙	二九五
麻姑献寿	二九七
王母娘娘蟠桃会	二九八
和合二仙	三〇〇
泗州大圣	三〇二
月老的故事	三〇四
刘海戏金蟾	三〇五
顺天圣母	三〇七
妈祖的传说	三〇九
文财神的故事	三一—
武财神的故事	三一三
门神的故事	三一四
灶王的故事	三一六
灶王奶奶	三一九
厕神的故事	三二〇





药王的故事	三二二
兔爷的故事	三二四
虫王的故事	三二五
梅葛二圣	三二七
◎第二章 民间神怪趣闻	三二九
龙之九子	三二九
龙王夺海	三三〇
弥勒佛与新年	三三二
哪吒闹海	三三四
八仙过海	三三五
李玄借尸还魂	三三七
费长房拜师	三三九
汉钟离成仙的故事	三四〇
张果老的传说	三四一
何仙姑成仙的故事	三四二
蓝采和的传说	三四四
黄粱一梦	三四五
汉钟离十试吕洞宾	三四七
苟杳与吕洞宾	三四八
吕洞宾与白牡丹	三五〇
龙七公主赠洞箫	三五二
韩愈与韩湘子	三五三
曹国舅的传说	三五五
太岁头上动土	三五六
黄大仙的传说	三五七
张天师的传说	三五九
许逊斩龙	三六〇
葛洪成仙	三六一
关圣帝君	三六二
灵官马元帅	三六四
恶城隍改邪归正	三六五
黑白无常的来历	三六六
白水素女	三六八
白鹤姐妹	三六九



第一篇 源远流长的姓氏文化

民俗就像空气一样，是我们须臾不能离开的。它是我们沟通情感的纽带，是规范人们行为的准绳，是世代锤炼和传承的文化传统。博大精深、源远流长的中华姓氏文化与民俗有着不可分割的关系，它深入到我们日常生活中的各个领域，是中华民族传统文化中的瑰宝。



中华姓氏文化

中华文化是世界上最古老的文化之一，也是中华民族智慧的结晶。从某种意义上说，中国人的姓氏见证了中华民族历史发展的全过程，其以一种血缘的特殊形式记录了中华民族的形成和发展。

中国最早的姓

人类最早生活在母系社会里，中国人的姓氏追根溯源，也都与母系社会有关，与女娲有关。“姓”是一个会意字，左边一个女，右边一个生，合在一起意味着姓最初是女性的专利，所以中华姓氏中一批最古老的姓氏都是女字旁的，比如姬、姜、嬴、姒、妊、姚等。

中华姓氏由来

张、王、李、赵、钱、孙……我们每个人都有自己的姓氏，这些姓氏究竟是如何产生的呢？其实在上古时代，姓和氏不是一回事，氏是从姓派生出来的。从汉代开始，姓、氏混而为一。我们现代的姓，大部分是从几千年前代代相传下来的，其来历大致可分为十种类别。

1. 以姓为氏

姓作为氏族公社时期氏族部落的标志符号而产生，其后人有的便直接承袭为氏。母权制氏族社会以母亲为姓，所以那时许多姓都是女字旁。如：姬、姜、姒、姚等。





2. 以国名为氏

如春秋战国时期的诸侯国：齐、鲁、晋、宋、郑、吴、越、秦、楚、卫、韩、赵、魏、燕、陈、蔡、曹、胡、许等，皆是今天常见的姓。

3. 以采邑为氏

采邑是帝王及各诸侯国国君分给同姓或异姓卿大夫的封地。这些卿大夫的后代或生活在这些采邑中的人有的便继之为氏。

4. 以居住地为姓

这类姓氏中，复姓较多，一般都带邱、门、乡、闾、里、野、官等字，表示不同环境的居住地点。

5. 以乡、亭之名为氏

这类情况不多，今日常见姓有裴、陆、阎、郝、欧阳等。

6. 以先人的字或名为氏

出自此条的姓氏很多，据统计有五六百个，其中复姓近200个。如宋戴公之子公子充石，字皇父，其孙以祖父字为氏，汉代时改皇父为皇甫。

7. 以次第为氏

一家一族，按兄弟顺序排行取姓，如老大为伯或孟，老二为仲，老三为叔，老四为季等。后代相沿为氏，表示在宗族中的顺序。但也有例外。

8. 以官职为氏

如司徒、司马、司空、司士、司寇等。一些以官职为姓的姓氏，单从字义上看，也可以分辨出来，如籍、谏、库、仓、军、厨等。

9. 以技艺为氏

如巫、卜、陶、匠、屠等。

10. 民族融合带来的姓

我国古代少数民族融合到汉族中所带来的姓。

古人的改姓现象

1. 因避祸而改姓

因避祸而改姓在古代并不少见。这是因为封建社会的刑罚过于残酷，动辄满门抄斩或夷三代、灭九族，甚至灭十族。所以同族者乃至同姓者，为求自保，除了逃亡之外，改姓也成了一条救生之路。

司马迁因李陵案受宫刑后，他的两个儿子司马临和司马观，据说怕受株连而改名换姓隐居乡里。哥哥取马字加两点姓了冯，弟弟取司字加

一竖姓了同。千百年来他们虽姓氏已不相同了，但血缘却是相同的，所以他们共祭一祖，互不通婚，素有“冯、同不分，冯、同不亲（不结亲）”之说。

明朝的方孝孺，因不肯为燕王朱棣起草即位诏书而被杀，并诛灭十族（九族再加上方的学生），死者达八百余人。侥幸逃得性命的方氏族人就改姓了施。施由“方人也”三字组成，因此这个姓中就含有原是方家人的意思。

2. 因避讳而改姓

古代人都要避帝王的名讳，因避讳而改姓的现象，早在春秋时就已经存在了。如宋武公名司空，司空氏就被改称为司功氏；晋僖侯名司徒，司徒氏也就成了司城氏。这种避讳改姓的现象，春秋之后几乎历代都有，而且越避越多，越避越复杂。

汉宣帝名询，荀与询同音，汉宣帝之后荀姓就被改姓孙。于是战国时的儒家大师荀卿，到汉宣帝时就被叫作孙卿了。

明朝太祖朱元璋灭元建明后，对元朝的“元”字很敏感也很厌恶，元姓在当时的民间就曾绝迹多年。





民间起名习俗

名字是与历史、社会、文化联系在一起的。孔子曾经说过：“名正则言顺，言顺则事成。”荀子也说：“名有好善，轻易而不拂，谓之善名。”可见，姓名不仅是一个人的特定代号，而且还有深刻的寓意，是人一生中宝贵的财富之一。

起名的忌讳

俗话说：名不正则言不顺。中国人对姓名很重视，因此，在起名字的时候有很多禁忌。宝宝呱呱落地，父母最关心的莫过于给孩子起个好名字。实际上，命名时存在许多忌讳，现将这些起名时常见的忌讳归纳如下：

1. 忌祖先和先贤的名字

汉族起名，一般避开祖先的名号。究其原因，其一是汉族传统极讲辈分。以祖先名字为名，不但打乱了辈分的排序，而且会被视为对祖先的不敬。其二是由汉族名字的特殊性决定的。汉姓，首先是承继父姓，然后起一个本人的名字，如果在承继了父姓以后，再加上祖先的名字，那么两者就没有丝毫区别了，这样你根本无从分辨张三这个人到底是爷爷还是儿子了。

2. 忌生冷字

如果命名时使用一些生僻字，一般人不认识，就会影响交际。

3. 忌多音字

我国的姓氏多半属于单音字，也有个别姓氏属于多音字，如



“乐”字。这种姓氏在交际时会造成麻烦。如果说姓氏的多音是无法改变的事实，那么名字的拟定是完全可以避免这种麻烦的。

4. 忌读“绕口”字

命名有时可以用叠音的方法，例如：丁丁、方芳等。如果不是叠音的姓名，名和姓的发音方法就要拉开一定的距离，否则，读起来会不顺口。有些名字读起来费劲，弄不好就会读错、听错，原因在于取名用字拗口，几乎成了“绕口令”，如沈既济、周啸潮、张靓阳、胡楚父等。

5. 忌姓名字体的单调重复

有些人命名，喜欢利用汉字的形体结构做文章。例如：金鑫、王珏、石磊、林森等，这种命名方式的审美效果颇佳，可惜我们的姓氏中能如此利用的微乎其微。而且，拥有上述之姓的人也不可能人人都使用这种方法。

有些人取名时喜欢将姓名用字的部首偏旁相同，并将此作为一种命名技巧来推广，如王玉、石砵、李季等，这种姓名的部首偏旁完全相同，容易使人产生一种单调之感，特别是在书写时。我们既然是用汉字取名，就不仅要考虑意义上高雅脱俗的抽象美，而且还要注意书写时变化多姿的形象美。

6. 忌读不雅的谐音

有些人的名字，表面上看非常高雅，但由于读起来会与另外一些不雅的词句声音相同或相似，很容易引起人们的嘲弄和戏谑。这种语词可分为两类：一是生活中的某些熟语，一是贬义词。例如，宫岸菊（公安局）、蔡道（菜刀）、陶华韵（桃花运）等。

上述谐音使姓名显得不够严肃、庄重，容易授人以笑柄。另外有一些名字易被人误解为贬义词，如白研良（白眼狼）、胡礼经（狐狸精）、沈晶柄（神经病）等。这种谐音往往变成绰号。父母起名时，如不慎重，很容易给儿女造成心理负担。

7. 忌过于时髦的字

在历史的某些阶段，总会涌现出一些极为时髦的字眼儿，如约翰、玛丽、莉萨、安娜等。如果命名时追逐这样的字，必然使人感到家长文化素质低，简直是俗不可耐，而且这样的名字也容易重复。同时，中国人还是不要起过于西化的名字。中华民族是一个文明古国，我们有着自己的伦理道德、审美意识和文化价值。



8. 忌过于夸赞的字

名字好听与否，不在于用词多么华美，而在于用词用得恰到好处。但有的人可能会犯以下错误，如给男孩子起名，总是离不开一些过于生猛的字，如豪、强、炎、猛、闯、刚等，容易使人联想到浑噩猛愣、放荡无检、使气任性、不拘礼法等。毕竟中国文化认为，人之刚烈坚强，并非那些喜怒形于色、遇事拔刀而起的血勇之人，而是一些遇事不惊不怒、谈笑风生的伟丈夫。同时，有人给女孩子命名却又总是在一些春兰、秋菊、珍珠、艳艳之类的词里绕圈子，如果把它们放到一定的文化氛围中，就会使人产生艳俗的感觉。所以，取名时应尽量避开这些表面上明丽的字眼。

9. 忌大姓取简单名字

曾有一段时间我国人名出现单名热，而单名最大的弊端就是造成大量的重名现象。当然，对于一个十几亿人口的大国来说，要完全避免重名是不可能的。“张王李赵遍地刘”，这样的姓氏如果再取单名，势必造成大量的重名。

10. 其他需要忌讳的地方

名字的“禁区”有的是社会约定俗成的，有的则是字义的限制，有的从属于自身的社会观念和审美意识。除以上九种忌讳之外，还有其他一些取名需注意的地方，如：

某些表示秽物和不洁的字一般不入名号。某些地区有给孩子起“贱名”、“丑名”、“脏名”的习俗，为的是让孩子不为妖魔所光顾，以为可以消灾免祸、长命百岁。其实这是一种迷信。

人体器官名称不入名。但有的也入名，甚至常入名。例如，春秋有重耳，秦汉时有赵王张耳，战国楚怀王名熊心。不过，这些人体器官的字都是与另字相配合而另有新义的。

某些令人恶心的动物的名称不宜入名。但有些动物常常入名，如金豹、文虎、平鸽、小燕等。

文艺作品中一些典型人物的姓名也多为后人不敢取。因为某些典型人物的姓名与其代表的特定含义已成为中国文化的一部分，有固定含义在里面。

起名禁忌，实际上包罗万象、博大精深，包含着政治、文化、习俗、心理等许多内容，对大多数人来说只要注意以上十点就应该能起满意的名字。这里不提倡大家花太多精力在起名上，更不赞成花



钱请别人取名，因为孩子的名字也蕴涵了家长亲人的期望，因此最好是长辈亲自起名，也可以请族中有学识的长辈取名。

古人的行辈

“行辈”是中国特有的表示家族纵横关系的方式。行，指排行，是一个人在家族中的长幼次序。表示行辈的方法主要是用字，通过用字区分辈分、排行。这些字因时代不同而各有特色，在先秦时期，最常见的行辈用字是：孟、伯、仲、叔、季，如伯禽、仲山、叔陶等，排行长幼一目了然。之后的排行像长、次、幼、少、元等也很常见。长、元表示排行第一，如司马长卿（司马相如字）；次，是次子，指排行第二，如祭彤字次孙；幼、稚，表示排行最末，如东吴孙坚的弟弟孙静字幼台，东晋葛洪字稚川；少，指弟弟，如东汉时人许荆上有兄长，他的字是少张。

魏晋以后，表示行辈的字逐渐从字转向名，这就是现在的家谱中一般的行辈字派了。如唐代杜甫的两个儿子分别叫宗文、宗武，颜真卿、颜杲卿、颜春卿三兄弟则同属颜家的“卿字辈”。一些大家族通常规定出若干代的辈字，这样，同一家族即使历经数代，分散各地，从名字上也能分辨出辈分关系来。行辈字快要用完的时候，就由家族中德高望重的族长再次续字延长。

因为行辈有其特定的意义，因此到了宋元以后，宗谱在中层以上的家族中十分盛行，甚至影响到了皇族。以清廷为例，其行辈字派也是两种方法并用，即名字和偏旁，像雍正帝一辈的名的第一个字都是“胤”，后一个字都是“丷”旁。乾隆、道光、咸丰皇帝还分别规定了四代行辈用字：永、绵、奕、载、溥、毓、垣、启、焘、岂、增、祺。

从古到今，后代行辈关系最完整清楚的要属孔子家谱了。孔氏从第五十一代起，规定孔氏族人的辈字为：元、之、浣、思、克、希、言、公、彦、承、弘、闻、贞、尚、胤。清朝时，原有辈字用完，乾隆帝特赐三十字用做辈字，前十字回溯自五十六至六十五代的辈字，后二十字为：兴、毓、传、继、广、昭、宪、庆、繁、祥、令、德、维、垂、佑、钦、绍、念、显、扬。民国九年，又继拟二十个辈字，分别为：建、道、敦、安、定、懋、修、肇、彝、常、裕、文、焕、景、瑞、永、锡、世、绪、昌。

