

财富地理

天下湖南之旅丛书

我欲因之梦寥廓，芙蓉国里尽朝晖

湖南风物甲天下

神奇瑰丽的民俗文化，数不胜数的资源特产，异彩纷呈的民族风情……揭秘湖南得天独厚的大地艺术，翻阅蔚为大观的家园天书

全心解读湖南风物之旅

Tianxia Hunan Zhi Lv

Tianze Hunan

天下湖南之旅

天泽湖南

风物之旅卷

湖南地图出版社

编委会主任：贺同新
名誉主编：欧阳斌 胡子敬
名誉监制：刘承锋 郑光恒
监制：潘如一
主编：廖静仁

天下湖南之旅

天泽湖南

风物之旅卷

中共怀化市委、市人民政府 协办
湖南友谊阿波罗股份有限公司

张忠藏书

二〇〇七年六月五日 永川

湖南地图出版社

图书在版编目(CIP)数据

天泽湖南:风物之旅卷/湖南省文联,财富地理杂志社编,—长沙:湖南地图出版社,2005.8
(天下湖南之旅丛书)

ISBN 7—80552—591—9

I.天... II.①湖...②财... III.风俗习惯—湖南省 IV.K892.464

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 095967 号

天下湖南之旅

天泽湖南——风物之旅卷

主编:廖静仁

责任编辑:银波

出版发行:湖南地图出版社

社址:长沙市韶山中路 693 号 邮编:410007

印刷厂:湖南彩印厂

开本:787×1092 1/16

字数:380 千

印张:40

版次:2005 年 8 月第 1 版

印次:2005 年 8 月第 1 次印刷

印数:1—6000

书号:ISBN 7—80552—591—9/K·587

定价:128.00 元/全套

版权所有 侵权必究

本书如有错页倒装等质量问题,请直接与印刷厂联系换书





风土人情 物华天宝 民族神韵

风物之旅

演绎激情时代!

丰饶盛世 泽惠三湘

· 欧阳斌 ·

湖南，物产丰饶，百业兴旺，一直为世人所称道。湖南，民风淳朴，乡情浓烈，在五湖四海有着极好的口碑。

应该说有地理、气候、环境等多方面的优越的自然条件，亦有劳动人民充满智慧的勤劳的不懈奋斗，湖南方有物产的丰饶。享有“鱼米之乡”的美誉，稻谷产量居全国第一位；是矿产资源大省，素称“有色金属之乡”和“非金属之乡”；动植物种类繁多，健康生长，畜牧业和养殖业产量一直位居全国前列。在这种环境中，湖南各地亦形成各具特色的丰富多彩的生活习性与人情风俗，以诚挚、热情、爽朗、泼辣为主要性格的湖南人，特别在今天把现代生活描画得更生动，更具吸引力。

人们常说，越是民族的，就越是世界的。湖南的风土人情、百业物产正是以过人的魅力作出了证明。在汉民族的生活中，有许多的文化奇葩在海内外产生影响，而少数民族的特色风情，更是吸引山外人们的目光，于生活习性、建筑艺术、服饰艺术、美食、节日活动、歌舞等等方面，为我们的生活提供了诗画般的情韵，具有“活化石”那样的美学意义。

湖南的风物、风俗，实际上是湖湘文化的重要组成部分。生活是一种全方位的构成，它的细枝末节组合成文化的总和。湖南的方方面面展示出的文明程度其实对湖湘文化的表述最有说服力。这是由全体湖南人表现出来的文化，是最具体最本质最准确的文化，最能体现湖湘文化的精神魅力。

今天，风物的充沛与优质，风俗的多样与蓬勃，将湖湘文化的表现演绎到了极致，无论你走进现代化都市，还是古镇或乡村，到处都能触摸到风物与风俗展示出来的文化氛围，这是最实在最引人激动的湖湘文化。当我们进行湖南旅游的时候，有历史之旅、红色之旅、山水之旅，亦不可忽视风物之旅。风物无处不在，风物也融汇在各种旅游的过程中。三湘四水铺开了风物之巨幅画卷，每一处都有令人兴趣盎然的点睛之笔。

丰饶盛世，泽惠三湘。

湖南人民在创建小康社会的进程中，正在把我们的生活描画得更加美丽。

（本文作者系中共怀化市委书记）

目录 MULU

丰饶盛世 泽惠三湘(卷首语)\欧阳斌 1

湖湘风物放眼量\叶青 张利平 4

风土人情

传统节日:湖湘文化的盛典\薛飞 10

◇漫谈湖南春节习俗◇长沙节日习俗◇起春◇舞狮舞龙

湖南习俗:青枝翠叶茂城乡\袁疆 15

◇婚嫁习俗◇寿庆◇禁忌◇丧葬风俗◇农村习俗

湖湘文化孕育湘菜品牌\向力力 24

◇湖湘文化积淀湘菜品牌◇湖湘文化激活湘菜品牌

◇湖湘文化引领湘菜品牌

品味湖南:鲜美的湖南品位\屹然 立奇 27

◇湖南名菜◇湖湘风味的小吃

湖湘文艺:山情·水韵·神怡\华子 35

◇湖南戏剧◇湖南皮影戏和木偶戏◇湖南民间曲艺

◇滩头年画◇民间剪纸◇其他民间文艺形式

湖南工艺品杂话\叶青 48

◇湘绣◇苎麻纺织品◇竹席·竹器·竹雕◇陶器◇浏阳花炮◇石雕◇草席

另类的文化奇葩\薛飞 国毅 57

文化的另一种表现形式——关于建筑\弘征 翔歌 肖欣 杨汉立 叶青 62

◇翻阅“天下第一村”◇洪江有座古商城◇千年上甘棠

◇高椅:民居村落发展的一部建筑史书◇荆坪古村◇美丽皇都

墨溢潇湘\何满宗 72

物华天宝

78 民翔\打开藏珍聚奇的湖湘宝盒

◇稻米◇茶叶◇水果◇蔬菜◇养殖◇烤烟◇药材◇其他

◇丰富的矿产资源

民族神韵

106 王晓利\土家风情画

◇土家歌舞◇土家民间工艺

114 刘明祥\行走在瑶山瑰丽的民族文化图画中

◇服饰:一道流动的风景◇瑶舞:在如酒的鼓声中沉醉

◇香飘瑶山◇节日◇瑶歌:潺潺流淌

122 民翔\苗乡风情浓如酒

◇无酸不成席◇节日◇歌舞苗乡

◇傩戏傩技,苗乡绝唱

130 翔歌 叶青 国毅\品味侗民族文化的盛宴

◇欢乐的节庆◇侗乡歌舞:最绝妙的风景

140 李剑雄\高速翻动湖湘文化的壮美画卷

144 徐明华 胡伯俊等\视点

145 蔡力峰\谛听娄底心跳

169 胡子敬\ (编后语)生活与美丽结伴前行



湖湘风物放眼量

■撰文/叶青 张利平

4
风物之旅

当旅游成为一门学科时，地域性非常强的风物，也就有了市场价值。它不是旅游景点的衍生产品，而是重要的原生产品。湘西凤凰古城的石板街上，那风味独特的姜糖、蓝印花布、土家织锦、水冲石雕、傩面木雕……无不是一道道美丽风景。这些传统的工艺，其实是湘西最富魅力的旅游资源，取之不尽，用之不竭。

对于湖南地方风物的收集整理刊印，宁乡县人黄本骥可说是卓有贡献者。黄本骥，清道光辛巳举人，授沅州府黔阳县教谕。他对于历史文物、风土人情的兴趣浓厚且长久。晚年以“三长物”作为自己的斋名。其生平著作、编述达 21 种 218 卷，汇印成为《三长物斋丛书》。他编辑的《湖南方

物志》，记载了 129 种名称的矿产，140 种名称的动物，721 种名称的植物和 145 种制品，是研究湖南自然资源、物产分布以及农业、林业、渔业、制造业等方面十分重要的资料，成为第一部全面记载湖南各地动物、植物、矿物、制品的著作。此志于 1985 年被岳麓书社列入“风土丛书”，与《荆楚岁时记》、《岳阳风土记》一同再版。

湖南是一片古老的土地，亦是一片富饶的土地。从湘西大山区到湘北洞庭湖区，各民族从风俗、饮食到民间节庆等，既有差异又有相似之处。因为，湘西或湘北，千百年来同在湖湘大地共沐着楚文化的浸染，共同吸收着楚文化的营养。

从楚国崛起到秦灭楚的八百年



间，楚人之风习并未因强秦统一中国而消亡。汉将“楚俗”承袭，并传播到更广泛的地区。这种在湖湘遍地丛生的楚俗，又源于原始的巫祀，于是有人对楚俗的注释又为：礼俗——礼制、风俗。如民间习俗中的招魂，在湖南境内不论汉、苗、土等民族，都是同一主题“魂兮归来”。当亲人昏迷不醒，其家人便呼天喊地，声嘶力竭地大喊亲人的名字，想于寂寥空虚的幽冥中把勾去的魂喊回来。招魂正是为留住亲人魂灵，与冥鬼展开的一场惊心动魄的斗争。一般通过“神”的法力，请巫师（土家族叫“梯玛”，苗族称“师公”）过阴、上刀梯、踩火堆等，为人收魂、送鬼、驱邪，使其安心死去，不至于搅扰生者。凡客死他乡的人，亲人千方百计为其招魂，使其魂

归故里。各民族通过招魂深层地表达了“魂不离身”的坚强信仰。在古时的猎狩习俗中，湖南各民族猎人均崇拜梅山神，就是源于楚俗。

在湖南的节令习俗中，春节、元宵节、三月三、清明节、端午节、乞巧节、中元节、中秋节、重阳节、小年、除夕等均是民间各具特色的传统节日。只是有些少数民族地区将农历五月五称为小端午，农历五月十五称为大端午。在过端午节这一天，家家户户门前挂上称为“斩鬼剑”的菖蒲，或称为“打神鞭”的艾叶；有的在屋角、墙角、水缸周围洒雄黄酒，以灭蚊虫；有的用雄黄酒浸泡猪板油，然后抹在大蒜头上，将蒜头挂在通风处，作医治疮痍的良药。端午节吃粽子、包子、盐蛋。大人喝雄黄酒，小孩则在前额

用雄黄酒写上“王”字，佩香包用以避邪。午后，用艾叶、八角风等草药煮汤洗澡，有些地方还点艾灸，以祛风散湿，据说还可御五毒。凡临江湖或大河的地方，还举行龙舟竞渡。赛龙舟的传统习俗在沅、湘流域与洞庭湖区尤盛。

湖南各少数民族均各有自己的节日和礼仪，这些节日礼仪，反映了他们的传统习俗、道德风尚、宗教观念、民族特征等。但由于各民族世代相处，又互联婚姻，在习俗上相互融合，一些重要的民间传统节日也就成为了各民族的共同节日，也可说古老的楚俗对湖南各族人民的影响，浸之弥深了。

每年的农历六月初六，是土家族的一大重要节日。一说是这天为土王的生日，此日全村的人到摆手堂敬土

王，要杀牛，用牛的“十全”（心、肝、肺、舌、肠、头、蹄等）祭祀土王，然后大家聚而分食，对未到者必分送一份牛肉。这天，湘西各民族人家都翻晒衣物，称“晒龙袍”，以纪念这个日子遇难的覃王。在汉族人居住地区也有将农历六月初六称之为皇帝晒龙袍的习惯，于是家家户户都翻晒衣被，晒后可避虫害。有些地方，定这天为“尝新节”，用新米做粽子，并用新米煮饭，俗称“尝新”。尝新时，家里备办鱼、肉，先祭祖，后分食，以示一年“有吃有余”。但忌食鸡肉，因鸡与“饥”同音。边远山区，因高寒无早稻，也要扯禾苞代替新米，和陈米同煮，而过“尝新节”。在江华瑶族自治县这一天是平地瑶盛大的节日仁王节。苗族作为纪念民族英雄的节日。相传古时有个箭射皇帝的英雄妹努，



家住勾良苗寨，在这天不幸蒙难。从此苗家每逢这日举行歌会，以示纪念。

就“六月六”这个日子，在湖南各地各民族中就有着如此丰富的演绎，湖南民俗真是一本历史人文的大书。

谈及湖南的风物人情，不得不谈到湖南人嗜辣的饮食习惯。

湖南境内各民族多嗜酒及酸、辣、香味食品。尤以湘西、湘南山区为烈。之所以如此，主要是山区食粮以苞谷杂粮等粗食为主，粗涩难咽，配以酸、辣、香，益于下咽和开胃。山民居于丛岭深谷，泉水冷冽，岚瘴郁蒸，非辛辣或酒醴不足以温胃健脾。酒，山民多为自酿，尤以“包谷烧”酒出名。山区流传着“三日不食酸和辣，心里就像猫儿抓，走路脚软眼也花”之说。吃的酸辣食物，均为自己加工的酸汤、酸菜。山民一日三餐，离不开辣椒拌菜调味，有鲜辣子、干辣子、酸辣子、腌辣子、辣椒粉等。“嘉禾人真正怪、没有辣椒不成菜”的民谣足以说明嘉禾人嗜辣的程度。安化人将玉米粉与辣椒末拌和腌制，红白相间，好看又可口。

中国八大菜系之一的湘菜，有许多著名的菜肴，如祖庵鱼翅、东安鸡、牛中三杰……《史记》中载，楚地“地势饶食，无饥馑之患”。“湖广熟，天下足”更是广为流传。湖南人民利用本地丰富的资源，创造了多种多样的菜肴。经过长期烹饪实践，并吸收外地经验，逐步形成湘江流域、洞庭湖区和湘西山区三种地方风味为主的湖南菜系。湘菜在品味上注重香鲜、

酸辣、软嫩，在制作方法上以煨、炖、腊、炒、蒸诸法见称。在外地游客心目中，湘菜最大的特点就是麻辣。辣是湖南饮食文化的主味，亦是湖南人性格的体现。看来透过饮食习俗也能了解湖湘地域文化的形成和民间习性的内蕴和禀性。

湖南各地的风味菜肴，更是使游人闻香驻足，大快朵颐。譬如长沙火宫殿油炸臭豆腐、洞庭湖区的一鸭四吃、岳阳叉烧鳊鱼、瑶族鸟酢、石门和渣、衡阳玉麟香腰、侗族虫蛹菜、湘西苗族血肠粑、江华豆腐瓢、沅江银鱼余肉汤、邵阳豆腐猪血丸、九嶷山炒血鸭、嘉禾猪血灌肠……真是数不胜数。湖南的奇山秀水吸引的是游客的眼睛，而各种名吃，使游客们胃口大开，真正领略到湖南饮食文化的特殊魅力。

湖南的风俗人情是一幅画，湖南少数民族的奇风异俗是各民族用自己独特的历史人文编织的一幅锦缎。少数民族民风淳朴且勤劳勇敢，他们创造出了各种民族风格特具的工艺品，如织锦、蜡染、夹染、银饰、花带、刺绣（绣花、挑花）、斑布、编织等，当土家、瑶、苗、侗等少数民族聚居地的鼓角、木叶、芦笙响起，各色的锦服银饰闪亮。

本书尽可能囊括湖南风土人情、民族风情，成为一本资料性的风物小百科。然而，限于时间与篇幅，总有遗漏而造成的遗憾。我们希望通过这本书了解湖湘风物，却是由衷的。



风土人情

传统节日：湖湘文化的盛典

湖南习俗：青枝翠叶茂城乡

湖湘文化孕育湘菜品牌

品味湖南：鲜美的湖南品位

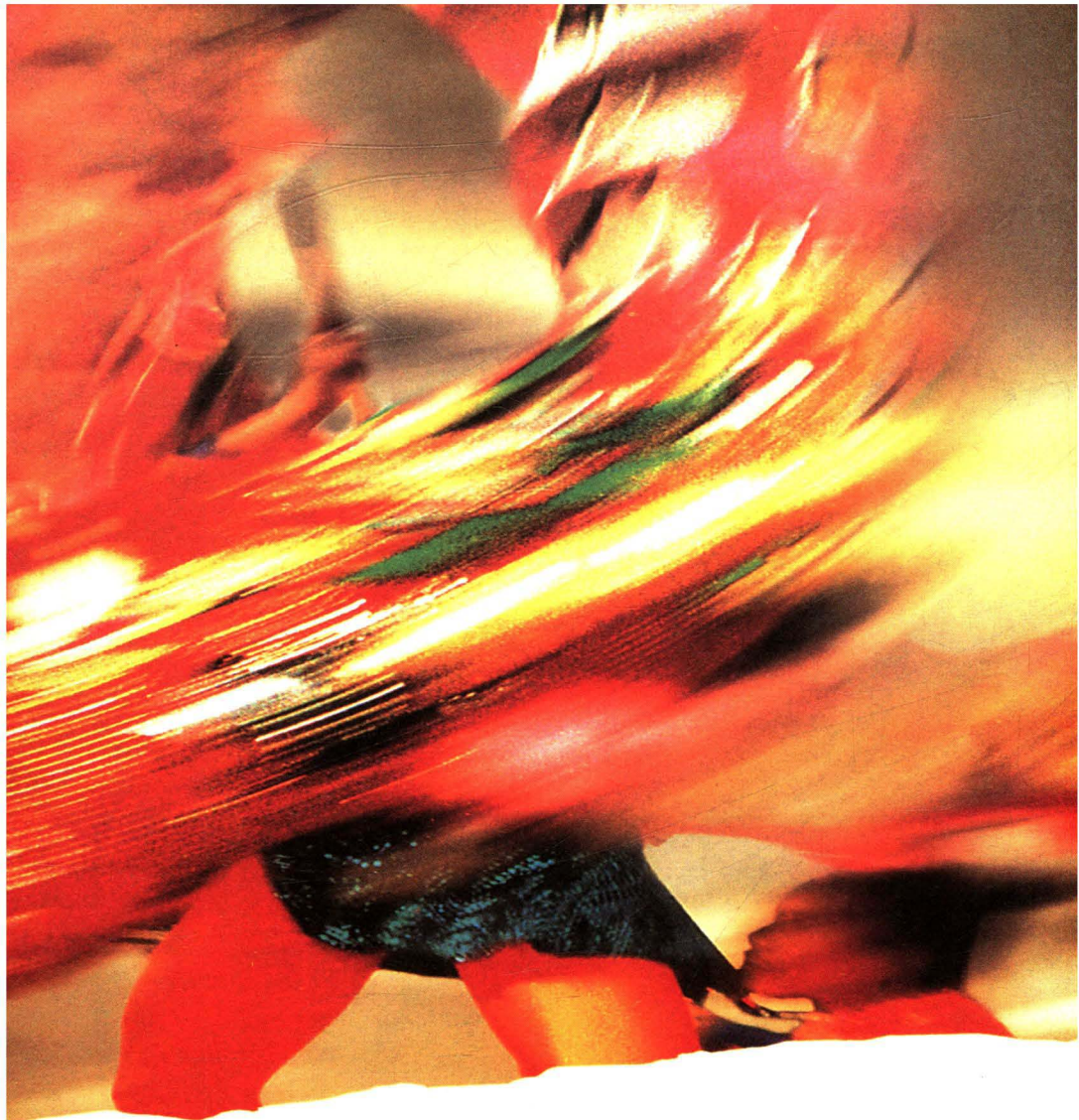
湖湘文艺：山情·水韵·神怡

湖南工艺品杂话

另类的文化奇葩

文化的另一种表现形式——关于建筑

墨溢潇湘





传统节日： 湖湘文化的盛典

■ 撰文 / 薛飞

18

风物之旅

节日的湖南，是由鞭炮、酒宴、锣鼓、彩旗、欢笑所构成的湖南。

中国多种版本的汉语辞书上是这样地解释：节日——纪念日，传统的庆祝或祭祀的日子。形成后就时间固定，纪念、庆祝、祭祀的方式大体相同，但各地有异。

湖南的传统节日基本上每个月都有，等于说从年头到年尾都比较均匀地安排了一个个“法定”的庆祝时间，也可以说是适当地安排了群众文化活动的时问。有三个节日是大节日，人们都十分认真地对待。这就是春节、端午节和中秋节。从时间上看，元宵节（正月十五）至端午节（五月初五）之间的日子为3个月20天，端阳节至中秋节（八月十五）之间的日子为3个月10天，中秋节至小年（腊月二十四）之间的日子为4个月10天。这样的设置在一年中比较均

匀，有着便于人们在繁忙的劳动之间进行适当休息的作用。所以，这几个节日最为热闹与欢乐。

湖南人民过节的方式充满着浓郁的湖湘文化的特点，各种活动与山水情韵紧紧地融合在一起，将地方的风土人情进行充分地展示，具有独特的艺术感染力，堪称流派式的民俗遗产。这样，湖南的节日习俗也就成为湖湘文化的一个组成部分，对湖湘文化的典型性表现，及其繁衍与发展起到重要的作用。

随着时间的推移与习惯的延展，传统节日的习俗也大量地融汇到公历节日之中。特别是劳动节（5月1日）、国庆节（10月1日）时，国家均法定了7天长假的休息，使传统节日的许多活动在这期间内开展。特别有意思的是，这两个节日分别与端午节、中秋节在时间上特别接近。

旅游湖南，走进湖南的节日！

漫谈湖南春节习俗

湖南人俗称春节为过年。

湖南人习惯的过年时间比较长，包括送旧岁与迎新年两个部分。据史料记载，清代的春节从头年的腊八节（农历十二月初八）开始，到次年的元宵节（正月十五）结束；清末至民国期间，起始时间为小年（十二月二十四），至元宵节结束；解放后，政府规定机关在春节期间放假三天，但一般群众仍习惯以头年腊月二十八左右开始休息，于次年正月初五结束，再在元宵节休息一天，农村过年的时间仍然长一些。

过去，在腊八节这一天，人们开始为过年作准备。杀猪、鸡、鸭、鹅，熏制成腊货，屋里屋外打扫卫生等等。

后来，人们习惯从腊月二十四日那天开始过年。腊八节那天开始所做的事，便移到从这天开始。当然，这时要准备的事更多。

除夕这天被大家认同为过年的正式开始。这天的主要任务有两件

事。一是办团年夜饭，每家都要尽家底动用最高规格的菜肴，既宰杀新鲜的，也拿出熏制留存的，可谓鸡鸭鱼肉、山珍海味大展览。各地备菜有自己的特点，有的必不可少芋头，寓意“遇头吉祥”；有的要吃萝卜和青菜，表示来年家中“清清吉吉”；有的要用桂花、花生汤圆，图的是“富贵团圆”；有的则用上整条鱼，但吃饭时只能用筷子点一点汤吃，尔后每餐端出来，一直要端到正月十六那天才能吃，其说法是为的“连年有余”。另一件主要的事就是守岁。守岁时特别讲究烤火。民间有“三十的火，十五的灯”的说法。全家人围坐，长辈向小辈发“压岁钱”，吃年糕或糍粑。到半夜十二点钟时放鞭炮或焰火，称作“开天门”。这晚上要尽量坐到天亮，获得守岁的欢愉。

新年正月初一早晨。开门时，要放鞭炮，称作“开财门”。有的地方在半夜时准备一些稻草或柴禾靠放在大门上，开门时就会有柴禾倒进门来，喻为“进财”。从这天开始拜年。民间有“初一崽，初二郎（即女婿），初三初四拜地方”的说法。

正月初五那天，又要办隆重的酒宴，用的菜肴与团年夜饭的大致相同。同时，从初六那天开始，各种文艺活动活跃起来，耍花灯、舞龙、舞狮、打地花鼓、唱戏等等，各种活动至元宵节那天形成高潮。

元宵节以观看龙灯、花鼓为主体，同时还要吃元宵（即汤圆）。元宵的馅料繁多，各地有各地的特色，主要为甜品，有甜甜蜜蜜、团团圆圆的寓意。



长沙节日习俗

长沙地区人们每过年过节，以汉族习俗为主。长沙过年的习俗其实很大程度代表湖南的春节习俗。现在，就长沙除春节外的一些传统节日习俗进行简要的介绍。

中和节 二月初二。民间称龙头节，俗语龙抬头。老百姓将这天所食的食物冠以龙字，如称面条为龙须面，食饼叫龙鳞饼。后来又称此日为土地神生日，人们常用猪头祭土地神。

花朝节 二月十五。相传唐代以这天为花朝，即百花生日。宋代此日有扑蝶之戏，明清时湖南有贺花神、出售花木等活动。长沙女子有在这天穿耳的习俗。

三月三 秦汉时期，每年三月上旬巳日（称上巳日），人们要到水边举行招魂禳灾仪式。后来，“取鼠曲菜汁作羹”，“以厌时气”。后演变为“三月三，地菜子煮鸡蛋”之俗。地菜

子即荠菜，有明目、理脾胃之功能。

四月八 这天为佛祖释迦牟尼生日，长沙古有造乌米饭（俗称青精饭）之习俗。无子者往佛寺许愿乞儿。一些地方将写有“四月八，佛祖先；毛姑娘，请上天”的纸条呈“十”字形贴于厅堂廊亭处，据说可防毛虫瓦蛆。

端午节 五月初五。是与春节、中秋并列的民间重要节日。家家户户都准备很多包子、粽子、盐蛋，饮雄黄酒，饭后将酒撒墙边屋角，涂抹儿童额头、肚脐。出嫁女儿向娘家送蒲扇、粽子、包子等，男女换上节日盛装，到外婆或其他亲戚家送节、看龙船。东汉初，长沙一带就有了用箬叶包裹，外缠五彩丝的粽子了。如此说来，吃粽子一俗，应自长沙始。为纪念屈原，将龙王接上船头，竞渡开始。赛事至傍晚犹酣，有的于初六日加赛，赛毕举行送龙王仪式。民间以为划龙船可禳灾（古人认为五月是恶月，多灾）。长沙人习惯在端阳薰蚊香、苍术、芸香等，以除疫去邪；用甘草、金银花、土茯苓等药物煮蚕豆或鸡蛋吃，据说有清热解毒去风湿之功能。

