第5部分

如影随形的社会礼俗

需要全本请访问 www.ertongbook.com

◆一、喝茶敬酒话饮食

◆二、忌戴绿帽谈服饰

◆三、风水习俗看建筑

◆四、礼尚往来重人情

◆五、龙凤狮竹说吉祥

◆六、归宗认祖论血缘

◆七、养生益寿尚中和

◆八、十二生肖溯源流

◆九、讨彩避讳论禁忌

饮食起居，是人类社会至为重要的一个组成部分。中国向称礼仪之邦。上至帝王将相，下至黎庶百姓，不管是学富五车，还是目不识丁，无不重视礼节。汉代即有《仪礼》，后来又有《仪礼注》、《仪礼图》、《女诫》等行世。礼尚往来，礼敬为先，已经成为人们行为的准则和努力的规范。代代相传，踵事增华，遂酿成极为繁复的社会规范。

社会的人是脱不了社会礼俗这一无形锁链的束缚和影响的。或是囿于传统习惯，或是出于实用目的，或是出于礼貌礼节，或是出于经验教训，人们给自己的活动添上许多禁规，于是在最家常、最随意的饮食起居的范畴里，也布满了色彩各异的习俗禁规。说它色彩多样，除了因为它种类繁多、事例驳杂，还因为在荒唐的里面有着合理的规劝，在愚昧的色彩里有着科学的成分。风俗禁规之所以能千古相传，深入人心，光靠了神秘性的威慑是不够的。它确实也有一定的合理性和实用性，而当这些科学的成分染上了一层信仰的色彩时，遂具有更强大的制约力量。

在饮食起居、往来相见、社会公德、语言运用等各种社会活动中，送礼不能送钟，出门忌见尼姑，忌讳被称乌龟……为了趋祥避灾，遂有了或以乡规民约的形式，或以习俗礼仪的规范，或以超经验型的规定出现的五花八门的习俗规范。在人们的社会交往和生产劳动过程中，熟知这些社会禁规的人办事顺当，左右逢源；而不了解它们的人则处处触规犯忌，惹人生厌，弄得成事不足，败事有余。

一、喝茶敬酒话饮食

中国的古圣先贤在倡言“国以民为本”的同时，也早就认识到了“民以食为天”，认为人生百事中“吃”乃为第一要务，虫鱼鸟兽、花草树木都能拿来当食料。

在中国，真可谓无物不可吃，又可谓无事不为吃。由于“吃”的重要，除了口腹享受，许多事都与吃联系了起来，“吃”字运用的范围极广，尤其是俗语，似乎什么事情都可以用“吃”来形容与表达：受人谄媚曰吃马屁，受人奚落曰吃一鼻子灰，受人责骂曰吃排头，调笑曰吃豆腐，忌妒曰吃醋，坐监曰吃官司，借款曰吃头寸，诸如此类，不胜枚举。连所干事业都可以用“吃……饭”来做代名词，如吃政治饭，吃教书饭，吃银行饭，吃开口饭，吃白相饭等等，这种说法，表现了各项事业对于各人的切身重要性，工

作就是生存条件，得之则生，不得则死。而不懂这一套，在社会上便“吃不开”。甚至连治理国家也可以用烹饪术来比喻，如《老子》即说“治大国者如烹小鲜”。

由于“饮食”在中国人生活中的地位如此重要，因此，几乎离开了吃就办不成事。举凡拜祖宗、祭鬼神、会朋友、办喜事等，无不以饮食为先。

1. 茶在中国

饮酒喝茶，在中国古老的饮食民俗文化中，占据着极为显要的位置。人来客往，红白喜事，没有一项活动离得了它们的。信奉者以为，茶能醒酒去腻，酒能活血舒筋。

（1）茶的历史

中国是茶叶的故乡，是茶叶的原产地，也是世界上饮茶和制茶最早的国家。古代茶字作荼，自唐代始作茶字。因为荼有三义：一是指苦荼；二是指茅秀；三是如今的茶。三者极易混淆，因此到唐代改荼为茶，以作专称。我国人民饮茶的历史也许与使用中草药一样古老，相传从炎帝神农氏尝百草时就开始饮用茶了。在《神农本草》上说：“神农尝百草，日遇七十二毒，得荼（茶）而解之。”

饮茶最早见于记载的，是汉宣帝时的王褒《僮约》赋，其中讲到“烹荼尽具”和“武都买荼”。武都是四川绵竹县北的一座山名，为当时的产荼区。因此，荼叶不仅已是一种饮料，而且已成为商品。两千多年前开始人工栽培荼树，3 世纪以前，四川、云南种荼已相当流行。5 世纪时，饮荼习俗由南方传到北方，7 世纪时传入西北和西藏。

三国两晋时期，饮荼的风气渐盛，并逐渐传入宫廷。东晋时，谢安拜访陆纳，陆纳就是用“设荼果”来招待他的。从唐代开始，饮荼已成为我国人民的一种生活习惯。饮荼的普及，与佛教还有一段因缘。唐代是我国佛教盛行的朝代，大约在唐玄宗开元（713—741）年间，泰山有一座灵岩寺，寺里有不少和尚和信徒都要“坐禅”。坐禅时是不许打瞌睡和吃东西的，时间长了很难办。聪明的老和尚想出了一个好办法，就是允许坐禅者可以饮荼以兴奋脑神经。以后“转相仿效，遂成风俗”，逐步影响到京师和其他城市，并出现了供应煎荼的店肆，无论道、俗，都可出钱取饮。

唐代由于饮荼之风盛行，又出现了一位荼叶专家陆羽（733—804），他写出了我国第一部也是世界第一部关于荼的专著——《荼

经》。《茶经》系统地总结了唐以前我国人民种茶的经验和作者自己的饮茶体会，论述了茶的起源、种类、特性、制法、烹煎、茶具，水的品第，饮茶风俗，名茶产地以及有关茶叶的典故和用茶的药方等。他说："宁可终身不饮酒，不可三餐无饮茶。"因此，当时的皇帝还特地把陆羽召进宫去，让陆羽"现身说法"，当场烧给皇帝喝，皇帝赞赏不绝，于是"茶道大行，王公朝士无不饮者"。陆羽也从此被尊为"茶祖"、"茶神"。到了北宋末年，徽宗赵佶又写了一本《大观茶经》，进一步把制茶工艺细分为 20 条，大大地加深了人们对茶的了解和认识，从而推动了茶叶生产的迅速发展。

一直到唐宋时代，饮茶的方法都是把鲜叶蒸熟了，经过捣碎成饼，再用绳子串起来烘干，叫做饼茶。饼茶上印有龙凤图案，这就是历史上有名的龙凤团。在喝的时候，再把饼茶碾成碎末，放在锅里煮滚，让茶汁出透了再喝；有时还加盐、葱、姜、薄荷等同煮。到了元代，开始用鲜叶放在锅里蒸，制成整片叶子的散茶，这叫"蒸青散茶"。

明代以后，我国的饮茶从加工方法到品饮方法，都发生了明显的变化。从蒸后研、拍、焙而成的饼茶，发展为揉、炒、焙而成的散条形茶；从研末而饮之的唐、宋饮法，变成了沸水冲泡的瀹饮法。这是茶叶史上的一大转变，不但方便，而且能享受到色、香、味、形的妙处。明人对这种炒青制供法和瀹饮法，颇为自诩，认为"简便异常，天趣悉备，可谓尽茶之真味矣"。清人亦谓这是"开千古饮茶之宗"。至现代，除西藏等少数民族地区外，饮茶基本上都是以冲饮为主了。

明代制茶，以炒法为主，和今天的绿茶制法一样，炒法加工的绿茶成为人们主要的品饮对象。明人在制炒青时，开始熏制花茶，初为文人雅士们别出心裁的雅玩，后渐及民间，从而开创了人们品茶的又一新天地。至清代，炒青绿茶，名品大量涌现。花茶也得以充分发展，并进入商品市场，成为茶叶交易中的大宗商品。与此同时，又出现了红茶和乌龙茶这两种新茶类。红茶与绿茶的区别，主要在于炒制之前要经过一段时间的发酵；而乌龙茶则是介于绿茶与红茶之间的茶叶。

自茶进入人们的生活之后，便成为人们日常"开门七件事"之一。南宋吴自牧《梦粱录》中就说，"人家每日不可缺者：柴、米、油、盐、酒、酱、醋、茶"。那时还有"酒"一项，到明清以后，人们将酒除去，称"早晨起来七件事：柴、米、油、盐、酱、醋、

需要全本请访问 www.ertongbook.com

茶”。可见饮茶已与人们的日常生活息息相关，不可一日无之了。

（2）茶与健身

茶之所以千百年来受到人们的喜爱，是与茶叶对人体的很多好处分不开的。据现代生物化学和药物研究认为，在茶叶的化学成分中，有机化合物 450 种以上，无机矿物质元素也有 15 种之多。它既有营养价值，又有药用价值，还能提神。

茶最初出现在人类生活中，首先是从药用开始的。相传早在四千年前，我们的祖先就采摘野茶煎汁治病，后发现饮茶可增进人体的健康，便“煮作羹饮”，使茶逐步由药料变为饮料。三国时，饮茶的好处又被进一步认识，那时的名医华佗就说过“苦茶久食益思意”的话。而在明代顾元庆所著《茶谱》中，对茶叶功用的叙述更为全面：“能止渴，消食除痰，少睡，利尿道，明目益思，除烦去腻。”这与《神农本草经》所载“饮之使人益思”和《神农食经》的茶能“利小便，去痰热”的说法是相一致的。明代大医药学家李时珍在《本草纲目》中说：“茶苦而寒，……最能降火，火为百病，火降则上清矣。”现代科学更发现，茶叶对预防和治疗人体的多种疾病有好处，甚而日本人称之为“原子时代的饮料”，将 108 岁称作茶寿（“茶”字拆解，正好是一百零八）。

但是，饮茶虽然有许多好处，也还是有忌讳的。茶的性质寒凉（尤绿茶为甚），饮时要少而精。清代名医张璐说：“嗜茶成癖者，久而伤精，血不华，色黄瘁，痿弱，呕逆，洞泄……清晨啜茗，每伤肾气；酒后嗜茶，多成茶癖。”大意是嗜茶成癖的人容易伤精血、瘁神色，还会引起其他一些病症。饮茶对溃疡病人更需慎重。因为饮茶过多会使体内水分增加，加重心脏和肾脏的负担。

我国古人对饮茶的讲究，都是经验的总结，是很有科学道理的。例如：烫茶伤人，姜茶治痢，糖茶和胃；头遍茶兴奋力大，三过后收敛力强；饭后茶消食，酒后茶解醉；空腹茶令人心慌，隔夜茶伤脾胃；午茶助精神，晚茶导不眠；过量茶使人消瘦，淡茶温饮清香养人；吃药不宜用茶水，等等。早上酒后都不宜过饮，早上空腹饮茶，凉性的茶水有损正在升发的胃中阳气，所以《琐碎录》有“莫吃空心茶”的说法。空心茶喝了令人心慌，而隔夜茶喝了使人脾胃大伤，过量茶使人神形消瘦。茶汁太浓会出现过度兴奋，引起心跳过快、过频、失眠等中毒症状，还会引起维生素 B 缺乏症，妨碍铁质的吸收。下等茶含鞣酸多，会使消化道粘膜收缩，或合成鞣酸蛋白而影响食欲、消化和吸收，甚至于出现便秘。

（3）饮茶民俗

以茶待客的礼俗，相传最早是从吴国末年的孙皓开始的。孙皓是个昏庸的君王，每次大宴群臣，都要把他们灌得酩酊大醉，引以为乐。大臣弗昭的酒量很小，孙皓就叫他以“茶茗”代酒。自这以后，文人便开始用茶接待客人了。到了唐代，以茶待客的风俗已遍及民间每个角落。从唐代颜真卿“泛花邀坐客，代饮引清言”之类描写用茶待客人的大量诗文，就可以看出当时饮茶礼俗的盛行。

我国有以下几种具有典型代表性的茶俗：

潮州“工夫茶”。广东潮州，人们通常将它看做一个社会经济区域，而不限于潮州市范围。潮州有着古老的文化传统，是个经济与文化比较发达的地区。潮州人热情好客，哪怕素昧平生，邂逅相逢，只要碰上他在饮茶，他一定会坦诚而热情地邀请你一块儿酌饮。潮州“工夫茶”，不是指制造成茶叶的工夫，而是指冲泡茶汤的“工夫”。相传他们从元朝开始就有喝“工夫茶”的习俗了。“工夫茶”的第一个特点是“三宝”——茶壶、茶杯、木炭灶（烧水泡茶的木炭风炉，像保温杯大小）；第二个特点便是“工夫”，“工夫茶”主要体现在“泡茶”这个工夫上；第三个特点是重礼节。主人向客人敬茶时，连盘带钵一起端到客人面前，客人如是小辈，其必须立起身，先道声“大胆”（意为不该由您端茶给我吃），再端起最靠身前的那只茶杯，端起茶杯后不能马上就饮，要先回敬主人，待主人推让以后，再敬身旁的客人，当所有客人都推让了之后才能饮，但不能一口饮尽，要慢慢品赏，一边品赏一边夸赞，饮毕之后，要用双手将杯子放回茶盘里，并再道声“多谢”。他们向客人敬茶，不是一轮二轮了事，不过，他们的杯子很小，就是喝上一天，也问题不大。

广州的茶楼。广州人上茶楼，分为早茶、午茶和夜茶三种，以饮早茶的人为最多。广州人的早茶，有的是当做早餐的，有的是来消闲的，有的是用茶宴客的，商人们还把它当做交易场所。广州近年来的中午茶、下午茶、深夜茶，以及音乐茶座、歌舞茶厅等等，也日趋兴旺起来。广州人的茶俗有一点很特别，当主人端茶给你时，要用两个手指（食指和中指）轻轻在台面上点几下，并道声“唔该”（意为谢谢），以示感谢。用手指敲点桌面的礼俗，相传起自乾隆皇帝下江南的时候。乾隆巡视江南时，有一次来到一普通的街边茶馆饮茶，皇帝当时情绪很好，因一时的高兴，抓起茶壶便向身边的臣仆们斟茶。这一无意中的举动，却把臣仆们弄得不知所

措。按皇宫礼节，皇帝给臣仆们递送东西时，要立即跪下去接，而此时是在民间的街坊茶馆中，不能在老百姓面前暴露皇帝的身份，因而又不敢当众下跪。怎么办？臣仆们灵机一动，想出了一个替身法，用两个手指屈成双腿的姿势，在皇帝的台面上“跪”了几下，以示感激皇帝的恩典。这个故事传开以后，便演化成现在这个表示感谢的礼俗。这个礼俗在港澳和东南亚华侨中都很流行。

苏杭的茶馆。“上有天堂，下有苏杭”。苏州人有“早上皮包水，下午水包皮”的习俗（皮包水，即泡茶楼；水包皮即泡浴室），喝茶是苏州人生活中的开门第一件事，每当晨光熹微，人们就已相聚在茶馆里饮茶。有饮茶嗜好的人，几乎每天非上茶馆不可。戴复古《临江小泊》有“系舟杨柳下，一笑上茶楼”的诗句，说明苏州及江南一带居民上茶楼的习俗很早以前就已经有了。苏州人热情好客，人们只要在茶桌上相遇，就会立即成为“茶友”，饮毕之后，双方常会争着付款。江南一带过年时，还有以“元宝茶”（就是在茶杯内放上两颗青橄榄或金桔）敬客的风俗，表示新年吉祥发财。杭州有“饮七家”的风俗：“立夏”那天，小孩都要去称体重，过完秤之后要坐七条门槛，吃“七家茶”，据说这样就可以避免“疰夏”（中医指夏季长期厌食乏力）；每逢“立夏”，家家户户都要煮新茶，并配以各种各样的糖果、水果之类，拿去馈送邻居和亲戚朋友，当地人也把这称作“饮七家”。

茶馆是中国民俗的一个典型。一座茶馆，三教九流，五方杂处，是民间百态和各种信息的荟萃中心，可以说就是一个社会的缩影。茶馆之所以对一般民众有吸引力，当然不仅在于它能够解渴，满足人们一般的生理要求，更重要的是人们在茶馆里可以得到文化的熏陶和享受。江南水乡的茶馆，多半是临水依岸的水榭式楼房。春天，绵绵细雨纷纷落，夏天，习习凉风把暑消，令人心旷神怡。茶馆也是民间说书艺术的传播场所。对于没有多少文化的老百姓来说，茶馆正可以满足他们欣赏民间文化和艺术的需要，从而获得娱乐和休息。茶馆店堂一般都挂有书画作品，环境布置较为雅致，形成了独特的文化氛围，给人以赏心悦目的文化享受。

中国何时有茶馆已难考证。我国早期的先民最早饮茶时并不怎样讲究，大约到陆羽著《茶经》后方才考究起来。《唐书·隐逸传》说，陆羽“嗜茶，著经三篇，言之原之法之具尤备，天下益知饮茶矣。时鬻茶者，至陶（陆）羽形置炀室间，祀为茶神”。自陆羽大力提倡以后，饮茶遂成为人们一大嗜好，并衍为风尚。在此后漫长

的岁月里，茶不仅是有闲阶层和文人墨客酒足饭饱之后的必备饮料，也是一般民众沟通情感和联系的重要媒介。“来客敬茶”是相沿甚久的一种习俗。

唐代大书法家颜真卿曾书有这样的对联：“冷花邀坐客，代饮引清言。”是为茶馆而书写的。这说明至迟在唐代，我国的茶馆就已经出现了。《梦粱录》记述宋代汴京和杭州的茶馆业更是盛况空前：“汴京熟食店，张挂名画，所以勾引观者，留连食客。今杭（州）城茶肆亦如之，插四时花，挂名人画，装点店面，四时卖奇茶异汤。”南宋大诗人陆游，一生嗜茶，老来更甚：“唾壶麈尾已从省，茶灶笔床犹自随”，“茂草满庭喧鼓吹，嫩汤出鼎试旗枪（绿茶的一种）。”晚清以来，随着上海开埠，茶馆业便十分发达，其中以豫园“也是轩茶楼”（后改“湖心亭”）最为有名。而江浙一带茶馆比之上海，更有天时、地利和源远流长的历史，因而更为兴盛。

茶馆是中国古代社会商品经济不发达的产物，它适应了自然经济条件下民众的需要。千百年来，茶馆既充当着民间知识交流的载体，又是人们修养身心之地；既是大众传播的渠道，又是各种民事活动的交流场所。它默默地打发着许多人的闲暇时间，又滋养着民族精神的风习和文化。这种特有的“茶馆文化”相当典型地反映了中国民俗文化的特点。当然，随着社会生产力的发展、社会生活的变迁和人们心理需求的改变，旧式茶馆的功能必然也要相应改变。

（4）茶与婚丧

茶叶与婚俗紧密联系的习俗，全国几乎都有。明朝许次纾在《茶流考本》中说：“茶不移本，植必子生，古人结婚必以茶为礼，取其不移志之意也。”以前的古人，囿于对茶树生态的认识，以为茶树只能从种子萌芽成株，不能移植，因此把茶看做是至性不移的象征，所以民间男女订婚要以茶为礼。古时，还把男女订婚的各个阶段以茶来命名，如：女方接受男方聘礼，叫做“下茶”或“定茶”，也有叫“吃茶”的。江浙一带，旧时把整个婚姻的礼仪总称为“三茶六礼”。“三茶”就是订婚时的“下茶”，结婚时的“定茶”，同房时的“合茶”。

我国南方有“喝新娘茶”的习俗。新娘成婚后的第二天清晨，洗漱、穿扮之后，到厅堂拜见正襟危坐的公婆，接着，由婆婆带引着去给亲戚和邻里一一敬茶，同时，身边还须有一个提壶斟茶的助手。此时，亲友和邻里都要准备好“红包”，饮毕之后，随着放回杯子的同时，在新娘的托盘里放上一个“红包”，新娘略一蹲身表

示感谢。过程看起来很简单，但谁也逃脱不了新娘的敬茶，如有意逃脱，就会被视为“不近情理的人”。

在我国民间习俗中，茶与丧祭的关系也是十分密切的。古云“无茶不成祭”，汉族和许多少数民族，绝大部分还保留着古老的用茶祭扫祖宗、祭典神灵和用茶陪丧的风俗，如在人死后要放置一包茶叶在死者手里。他们以为，人死后必经孟婆亭吃迷魂汤，故成殓时，用茶叶一包，拌以土灰置于死者手中，死者的灵魂过孟婆亭时，就可以不饮迷魂汤了。在祭祖扫墓时，必须要有一包茶叶与其他祭品一起摆放在坟前。在祭神时，不论什么神，包括佛祖、观音菩萨、龙王庙、土地神、关公庙、玉皇大帝或孔庙，据说他们都有喝茶的“习惯”，因而都要敬茶。

（5）茶与文人

茶本来是一种很普通的饮品，当人们赋予诗之韵味以后，身价可就不凡了。唐代顾况《茶赋》说道：“此茶上达于天子也，滋饭蔬之精素，攻肉食之膻腻，发当暑之清吟，涤通宵之昏寐……”因此，茶在百姓眼中它是饭（经济物质），在富人眼中它是浆（消膻去腻），而在文人眼中它却是诗！自秦汉以来，茶就已成为文人雅士们吟诗作画的重要素材和对象，到了唐代已登峰造极。如唐代大诗人李白诗云：“生怕芳茸鹰嘴芽，老郎封寄谪仙家，今夜更有湘江月，照出霏霏满碗花。”

茶的情韵，不仅表现在文人的笔下，同时还表现在文人的生活之中。古人宴饮时，不仅把客人请到茶楼饭馆或家庭房舍里，而且常常在竹篱边、树影下摆桌设茗，使之更为风情雅趣。他们不仅把茶拿来品饮，而且拿来入宴，如唐代何景明有“绿箩阴下列蒲团，茗叶松花时晚餐”，宋代范成大有“暗香新曲嫩，茗宴小春轻”，用茶来“进晚餐”、宴客人，对茶的珍重可见一斑，也可见今日茶宴的源远流长。古人还常常把自己最心爱的儿女小辈比作茶。唐代诗人元好问，曾专门为他聪明伶俐、5 岁就能吟诵诗词的小女儿德华写了一首诗：“牙牙学语总堪夸，学会新诗似小茶。”唐代朱有敦诗云：“进得女真千户妹，十三娇小唤茶茶。”《红楼梦》一书中，光说到茶的地方就有 262 处之多！难怪有人说：“看了《水浒》想大碗喝酒，看了《红楼梦》想煮泉饮茶。”（刘志文《烟酒茶俗》，辽宁大学出版社）

（6）斗茶习俗

以品为主的唐代煎茶，发展到宋代，便出现了斗茶。苏辙《和



图九：斗茶
（《中华传统游戏大全》）

子瞻煎茶》诗中说："君不见，闽中茶品天下高，倾身事茶不知劳。"说的就是当地的斗茶。斗茶也叫"茗战"、"斗茗"，作为一种十分优雅的喝茶习俗，产生并大盛于宋代。北宋中期以后，斗茶已风靡全国，上至达官贵人、文人墨客，下至车水贩浆的一般平民，无不以斗茶为乐事（图九：斗茶）。斗茶大致包括斗茶品、行茶令和茶百戏。

斗茶品，二人或多人共斗，自带佳茗，先斗茶色，"茶色贵白"，"以青白胜黄白"；次斗茶汤。通过茶的研磨、煎水、点汤、击拂等程序，使茶面汤花色泽鲜白，如"乳雾汹涌"，高出蒸面，并保持其耐久力，两者斗茶，以汤花先退、现出水痕者为负。根据茶的品种，选用最恰当的水煎，茶煎毕，比赛茶汤的颜色、味道，谁的茶汤先在碗边沾上茶痕，谁为负。宋代范仲淹著名的《斗茶歌》写得很清楚："斗茶味兮轻醍醐，斗茶香兮薄兰芷。其间品第胡能欺，十目视而十手指。"既斗茶的品类优劣，又斗用水的功夫。有时茶质虽略次于对方，但用水得当，也能取胜。北宋江休复《嘉祐杂志》云："苏才翁尝与蔡君谟斗茶，蔡茶精，用惠山泉，苏茶劣，改用竹沥水煎，遂能取胜。"有时用同样的水煎茶，最能检验茶质优劣。这种斗茶，必须了解茶性、水质，以及煎后效果，不能盲目而行。

其次是茶令，饮茶行令，用以助兴。宋人王十朋诗"搜我肺肠茶助令"自注："予归，与诸友讲茶令，每会茶指一物为题，各举故事，不通则罚。"所举故事，都与茶相关，可互问互答，输者只许闻茶香，眼巴巴看着赢者品尝香茗。据说宋代李清照常和丈夫赵明诚行茶令，十有八九都是赵明诚败北。

第三是分茶，宋人称之为"茶百戏"。南宋文学家杨万里有一首《澹庵座上观显上人分茶》诗，专咏茶百戏，云："分茶何似煮

需要全本请访问 www.ertongbook.com

茶好，煎茶不似分茶巧。蒸水老禅弄泉水，隆兴元春新五爪。二者相遭免瓯面，怪怪奇奇真善幻。纷如劈絮行太空，影落寒江能万变。银瓶首下仍尻高，注汤作字势嫖姚。”究竟采用什么方法，使盏面怪怪奇奇变幻无穷，今天已不能揭示其中奥秘，宋代的确有人能够“别施妙诀使汤纹水脉成物象者，禽、兽、虫、鱼、花草之属，纤巧如画”。当时有一位善于分茶的和尚叫福全，“能注汤幻茶，成一句诗，并点四瓯，共一绝句，泛于汤表”。围观者终日不绝，门庭若市。

宋代斗茶之风兴起，与宋代的贡茶制度有关。在向宫廷贡茶之前，以斗茶的方式评定茶叶品位的高下，胜者作为上品进贡。久而久之，就形成了斗茶的习俗。

2. 酒与人生

俗话说“无节没有酒、无酒不成礼”。在我们国家，可以说一年三百六十五天，天天都有人在欢度节日，天天都有人在宴宾接客，天天都有人在举行婚、丧、奠、祭仪式，小儿满月、交朋结义、庆功祝捷、家人团聚，如此种种，所有活动都离不开酒。

（1）酒的起源

酒，是从祭天地祖先而逐渐发明创造出来的，可以说是民间礼俗的产物。经过漫长岁月的酝酿、充实和渗透，酒和酒俗几乎渗透到人类生活的方方面面，与人类生活结下了不解之缘。“酒”字在我国出现很早，远在殷墟文化就已经出现了“酒”字。酒的出现年代当更为久远，酒的产生，实际上是在还没有文字记载之前就已有了的。据考古学家发现，远在原始社会时期的龙山文化早期，我国就有了酿酒和饮酒物件出土，发展到了商代，我国的酿酒业已相当成熟和发达了。

那么酒在中国是什么时间产生的？最普遍的一种说法认为酒是禹时一个叫做仪狄的人制造的。这个意见最早似乎见于成书于公元前 2 世纪的《吕氏春秋》，后来刘向辑录的《战国策》也说：“昔者，帝女令仪狄作酒而美，进之禹。禹饮而甘之，曰：‘后世必有以酒亡其国者。’遂疏仪狄而绝旨（美）酒。”《孟子》里也有“禹恶旨酒”的话。战国时史官所撰《世本》，更明确地说“仪狄始作酒”。

战国时期成书的《黄帝内经·素问》认为酒在传说中的黄帝时代就有了。汉代人写的《孔丛子》也认为酒的产生在尧舜之时。这两种说法虽有不同，但值得注意的是将酒的产生都提到禹之前。

唐朝人陆龟蒙在《笠泽丛书》中曾提到舜的盲父瞽叟曾用酒去害舜的传说，宋朝《本草衍义》中也说："《本草》中已著酒名，信非仪狄明矣。又读《素问》，首先以妄为常，以酒为浆。如此则酒自黄帝始，非仪狄也。"

在古代，人们由于不能正确理解人与自然界的关系，往往将许多发明创造归功于某个帝王或英雄，这显然是不符合历史事实的。在这些传说中，影响最大的莫过于所谓杜康或少康造酒之说。宋朝人高承在其所著《事物纪原》中，引了《博物志》、魏武帝诗、《玉篇》和陶潜《述酒·题注》，而最后认为"不知杜康何世人，而古今多言其始造酒也。一曰少康作秫酒。"《世本》里也提到杜康和少康，但《说文解字·巾部》却说："古者少康初作箕帚、秫酒。少康，杜康也。"

晋朝人江统在《酒诰》中就怀疑过仪狄、杜康造酒的说法。他说："酒之所兴，肇自上皇；或云仪狄，一曰杜康。有饭不尽，委余空桑，郁积成味，久蓄气芳。本出于此，不由奇方。"江统的意思是说，酒的产生并不是黄帝、仪狄、杜康等人的发明创造，而是人们将煮熟了的剩饭无意中丢在野外树林里，"郁积成味，久蓄气芳"，是通过自然发酵而成的。

事实是，我国远古时代，人们靠采集和狩猎为生。有时采集的果品一时吃不完，堆放在一起，在一定的温度和湿度下，果品中的糖分物质在微生物的作用下，自然发酵成酒。这些甘美可口的液体，引起原始人类的极大兴趣，经过长期反复实践，人类学会了人工酿酒。这种原始的酒就是果酒。自然发酵的果酒受季节限制很大。进入农业社会以后，人类又发明了用谷物酿酒的方法。殷商时期，用谷物酿制美酒已相当普遍。在商代遗址中，人们发现了规模可观的酿酒作坊遗址。商代的酿酒大师们已经认识并掌握了酿酒原理，发明了使用曲蘖酿酒的方法。《尚书·说命篇》里，商王武丁对他的大臣傅说，"若作酒醴，尔雅曲蘖"，说明那时就已使用"蘖"酿酒，与今天已大致相同。众多商周时期精美的青铜酒器的出土，向人们表明早在三千五百多年前，酒已成为人们日常生活中不可或缺的组成部分。

我国早期酿制的芳香甘醇、风味独具的谷物酒是黄酒，据古书记载，酒的名称有醴、醪、酎、酴、醇等。根据酿制时间的长短和成色，一般分为浊酒与清酒两大类。浊酒的特点是酿造时间短，曲少米多，成酒稠浊，味道甘甜，稍带酒味。如醴是古时人们经常饮

用的一种甜酒，经一宿酿制而成，味甜而甘浓，酒味较淡，适合不善饮酒的人饮用，因而成为一种礼节性的饮料，故此又有“事酒”之称。酒初酿成时，汁与渣滓混在一起，是混浊的，若经过过滤，就变成了清酒。酎、酴、醇等都是经过多次复酿的清酒，酒度较高，滋味醇厚，酒液清澈。

《乡饮酒义》记载：“太古本无酒，以水行礼，故后世因谓水为玄酒，不忘本者，思礼之所由起也。”意思是说，远古时代本是没有酒的，人们为了祭祖敬神就用水来行礼。为什么要用水来行礼？即“饮水思源”不忘本的意思。酒当时被称为“玄酒”，是为了祭礼才创造出来的。

（2）酒的功过

节假日里，亲朋欢聚，少量饮酒，可以提神助兴；平时适量饮酒，可以暖肠胃，御风寒，活血通络，增加食欲。近年来科学研究证明，葡萄酒中含有 32 种氨基酸、12 种维生素以及多种含氮物质等营养物质。特别是因为含有较丰富的维生素 B_{12} 和儿本酸，适量饮用，有补血作用，同时还能使血中高密度脂蛋白增加，从而减少冠心病、脑血管病的发生。少量饮酒还有助于安眠。在中医治疗中，酒可以配合药物治病，用我国传统的“药酒”治疗各种慢性病，效果明显，但也应节制慎用，以免伤身。酒醉饭饱之后不可情绪激动、大喊大吵，也不可从事奔跑等剧烈运动，否则肝风内动，容易引起中风等症。喝醉之后，汗孔开张，所以应记“酒醉不可当风，当风使人发喑，不能言”，“酒醉热未解，忽以冷水洗面，发疮”，“醉不可露卧……（否则会）发癞疮”，“酒已醉，勿强饱食之，不幸则发疽”。

明代医药学家李时珍说：“酒，天下美禄也。面曲之酒，少饮则和血行气，壮神御寒，消然遣兴，痛饮则伤神耗血，损胃亡精，生疾动火。邵尧夫诗云，‘美酒饮教微醉后’，此得饮酒之妙，所谓醉中趣，壶中天者也。若夫沉湎无度，醉以为常者，轻则致疾败行，甚则丧邦亡家而殒躯命，其害可甚言哉！此大禹所以疏仪狄，周公所以著酒诰，为世范戒也。”李时珍这段话，说得非常辩证而且中肯。就是说，再好的东西都有一个限度，过分了就会走向反面。任何物质都具有二重性，使用得当，就能发挥它的作用，如使用不当，就会走向它的反面，变利为害。酒虽有许多益处，但过量了对人体所产生的害处是万万不能轻视的。尤其酗酒，作为一种社会恶习，它不但对酗酒者本身无益，对社会也会造成危害。

酒对于人类来说，功过、得失都是很大的，主要看人们怎样去掌握它，驾驭它。只看到它利的一面，不适当地去鼓励人们喝酒，势必造成严重的后果；如果反过来光看它有害的一面，一个通告就把它禁绝了事，那也是不可取的简单做法，它有违国情民俗。我国历史上就曾有过多次的严厉禁酒。据宋朝大文学家苏东坡说，自汉武帝以来，一直就有“酒禁”（《文献通考·征榷考》）。综观各朝史籍记载，历史上几乎每一个朝代都实行过酒禁，如北魏时文成帝太安四年开始禁酒，连“酿粘饭皆斩之”；北齐武成帝河清四年二月壬申，以“年谷不登，禁酤酒（禁止卖酒）”；北周武帝保定二年二月癸丑，以“久不雨，京城三十里内禁酒”；隋文帝开皇三年，“罢酒坊，与百姓共之”。

（3）酒俗酒令

由于活动内容不同，饮酒的礼仪形式也不相同。因此，酒礼酒俗，在民间饮食文化中，是最为丰富多彩的。在我国民间，不但饮酒有俗，酿酒也有俗。譬如，“孟冬”就是我国各地农村自古以来共同的酿酒月。孟冬酿酒，是我国水稻农耕文化的一个突出的标志。孟冬在农历十月，此时五谷已登，农事完毕，物和人都开始“冬藏”，此时，家家户户便开始酿春酒了。但自周秦明清，各地历代孟冬的饮食习俗也不尽相同。周人用刚刚收获的枣（或稻）来酿造春酒，以供来年春天用以祈求长寿。到了秦汉以后，孟冬之月虽然仍是酿造春酒的传统月份，但是春酒的酿造目的却与周代大不一样。例如汉代人每至十月亦有“冬酿酒”的习俗，但其目的却是供冬至、腊月、元旦祭祖先之用。

在我国，节日饮食各有特色，但都离不了饮酒。正月初一，先秦时期有宫廷祭祀宴饮、民间喝春酒的习俗。南北朝时元旦有饮屠苏酒、椒柏酒的习俗。正月最末一天即“晦日”，又称“送穷日”，古人在这天“沥酒”于地，以送穷求富。社日，要祭祀土地神，社日分春社与秋社，大概在春分秋分前后。唐代把社日固定在立春、立秋后第五个戊日，其中春社尤其受到重视，人们在年前就酿造社日用的酒，社日那天，农民纷纷带酒肉在田间搭祭坛，进行祭祀活动，祭后，聚饮联欢。唐人王驾在《社日》诗中说的“桑柘影斜春社散，家家扶得醉人归”，正是社日欢饮而散的生动写照。端午饮用菖蒲酒，驱瘟辟邪；雄黄酒，消毒杀虫；蟾蜍酒，壮阳增寿；夜会社酒，安神催眠。中秋之夜，民间有吃团圆饭、喝团圆酒的习俗。一般认为重阳节始于先秦，汉代已有佩茱萸、食蓬饵、饮菊花

酒的习俗了。冬至日，东汉时有向“君师耆老”进献酒肴的习俗，宋代连最穷的人也要备办酒食祭祀祖先，到近代陕西关中等地还有冬至敬师的习俗：家长和学生端着放有四碟菜和酒壶、酒杯的方盘，托着果品点心到学校慰问老师，向老师敬酒。

中国酒俗的民俗特征，突出地表现在结婚的礼俗上，从民间把结婚称为“喝喜酒”来看，酒与婚礼的关系是非同一般的。为什么会把婚姻和酒这两者联系得那么紧呢？这要从酒的起源说起。酒的产生，是从以水祭祀开始的，有“饮水思源”的意思。姑娘要出嫁了，要离开父母身边了，为了感激父母的养育之恩，临走之前，向祖宗、父母敬酒以示“思源”，这是婚礼有酒的最早起源，后来才进一步发展为由男方送酒给女方父母，以至用酒宴请亲朋好友。青年男女结婚无论是对家庭还是社会，乃至作为人类繁衍后代的起点，都是一桩不可或缺的重大事件。结婚既然是一件大事、喜事，办喜事当然少不了要用酒来饮宴客人。围绕这个事件，许多民俗事象以及心理得到了最充分的表现机会，酒与婚姻也就紧紧联系在一起了。

酒为婚礼衍生出了许多的礼仪形式，如汉民族婚礼上的饮“交杯酒”。“饮交杯酒”的仪式过程一般是这样的：仪式前，准备好一壶酒和两个杯子，放在新房里，酒壶上要系上红布条或缠上红纸条（南方许多地方有系数根白线的，线上系上红纸条，表示吉祥如意和白头偕老）以示“吉庆”。仪式开始时，新郎新娘并立在床前，由媒人或婶娘斟好两杯酒，分别端在两只手上，念颂着“相亲相爱，白头到老；早生贵子，多子多福”之类的颂词，将左手上的酒杯交给新郎，右手上的酒杯交给新娘，新郎新娘向媒人或婶娘鞠躬致谢，道声“遵您金言”后，双双接过酒杯，交臂而饮（有些地方也有不交臂的），各自饮了一口以后，新郎新娘交换酒杯之后再饮，如都会饮酒的话，可以把酒一饮而尽，如不会饮酒，特别是新娘，稍抿一点即可。喝“交杯酒”在最早称作“合卺”，是指新婚夫妇在洞房内共饮“合欢酒”，以此象征夫妻以结永好。合卺之仪，在先秦礼书中已有记载。周时用一个瓠（葫芦）剖分成两瓢，卺即半瓢的意思。新婚夫妇各执半瓢喝酒漱口，称为合卺，象征男女两体的结合。到汉朝，葫芦瓢演化为酒杯，俗称“合欢杯”。唐朝之前，合卺只是用酒漱口，并不真饮，到唐时才真正演变成喝酒，还要一饮而尽。宋时，合卺已演变成喝“交杯酒”，据《东京梦华录》记载，宋人用彩线将两个酒杯连接，新人各饮一盏，称为交杯。喝“交杯酒”的婚俗一直沿用到明清以后，在今天的婚礼中还能看到。

中国酒俗的民俗特征还突出地表现在酒令游戏上。酒令是古人创造的一种十分有趣的饮酒游戏，它在中国饮酒史上，起源甚早，源远流长。春秋战国时期的饮酒风俗，是“当筵歌诗”、“即席作歌”。秦汉间，承前代之风，每每于席间联句，叫做“即席唱和”，用之日久便产生了一些令辞。《后汉书·贾逵传》说贾逵“尝作诗、颂、诔、书、连珠、酒令凡九篇”。可见正式的酒令至迟在汉代已出现了。饮酒行令时，为保证令行顺利，赏罚严明，立监酒、令官。《史记·齐悼惠王世家》记吕后宴群臣，命刘章为监酒令，刘章请求以军法行令。席间，吕氏族人中有逃席者，被刘章挥剑斩了。

至唐宋，酒令得到较大发展，在时人的诗中常能见到。宋人赵与时《宾退录》收录白居易诗云“筹插红螺碗，觥飞白玉卮”，“碧筹攒彩碗，红袖拂骰盘”，是用骰子、筹来行令。唐代的叶子酒牌也流行得很广。明、清两代是酒令大发展的时期，酒令品种五花八门，凡世间事物、人物、花草、虫鱼、曲牌、诗词、中药、月令等等，皆可入令。元代杂剧《西厢记》因备受明清人推崇，几乎家喻户晓，于是被编为“西厢记酒筹”、“访莺莺令”。《红楼梦》问世，脍炙人口，好事者又据以编为“红楼人镜”、“访黛玉令”等。明清传奇戏曲大发展，演戏、听戏之风盛行于城乡之间，于是又拈剧中曲牌，与它物搭配，编成“月令虫兼曲牌名”、“诗句贯曲牌名”、“曲句贯曲牌名”、“曲牌贯果名鸟名”等各种酒令。若以 类别之，则可分成古令、雅令、通令、筹令等。清人周长森为酒令总结了“四宜”：岁时之谧宜、宾僚之会宜、山水之游宜、花月之赏宜。除此之外，酒令可以使人反应迅速，才思敏捷，督促人平日好学，博览群书，喜诵好记。上自经史名著、诗词歌赋，下至黄历、小说，都要阅览，又需留心自然知识，注意观察各种事物。有了这些知识，自然熟能生巧，临阵不惧，对答如流。否则便会无言以答，只得大口饮酒，被灌醉方休。

3. 饮食民俗

饮食男女，乃人之天性。饮食不但是维系生命的命脉，而且对人体健康也至关重要。古人有云：“百病横生，年命横夭，多由饮食。饮食之患，过于声色。声色可绝之逾年，饮食不可废之一日。”所以，古往今来，各族各地，对饮食都有许多的习俗规范，以保证人的长寿身健、协调愉悦。

饮食民俗在中国所具有的突出地位，恐怕不是其他民族可以相

需要全本请访问 www.ertongbook.com