

梁满仓 著

中国魏晋南北朝习俗史

人民出版社

百卷本《中国全史》 编辑工作委员会名单

(按姓氏笔画排列)

名誉主编：张岱年季羨林
总策划：胡晓林
主编：史仲文 胡晓林
主任：王书良

专家团：

马学良	王柯敬	王相钦	王梓坤	王钟翰	仇春霖
宁 可	吕 齐	吕大吉	朱大渭	朱德生	刘乃和
刘重日	齐世荣	汤一介	牟仲鉴	杨 辛	李学勤
何兹全	宋蜀华	启 功	张传玺	张显清	张岱年
陈高华	林甘泉	林志浩	林耀华	罗安源	周一良
季羨林	庞 朴	哈经雄	钟敬文	贺名仑	徐迺翔
黄 烈	龚书铎	董久昌	路志正	戴 逸	

编 委：

丁双平	马洪路	王宇信	毛佩琦	石椿年	成常福
朱大渭	刘士文	刘秀生	李尚英	杨生民	佟德富
张 践	张 健	张才彬	张占国	武金铭	岳 斌
岳庆平	周湘斌	庞 毅	金 泽	顾建华	徐迺翔
梁满仓	谢宝成	颜品忠	颜吾荃		

百卷本《中国全史》各断代分卷主编

远古暨三代：	马洪路	张才彬	成常福
春秋战国：	王宇信	杨生民	岳 斌
秦 汉：	颜品忠	岳庆平	颜吾荃
魏晋南北朝：	朱大渭	梁满仓	
隋唐五代：	谢保成	武金铭	刘士文
宋辽金夏：	张 践	周湘斌	张 健
元 代：	佟德富	顾建华	
明 代：	毛佩琦	金 泽	何长华
清 代：	刘秀生	庞 毅	李尚英
民 国：	徐迺翔	张占国	

· 精装合订本 ·

中国全史

第 8 卷

本卷书目

中国魏晋南北朝习俗史

中国魏晋南北朝科技史

中国魏晋南北朝教育史

中国魏晋南北朝文学史

中国魏晋南北朝艺术史

(每册均由彩页隔开)

本卷提要

魏晋南北朝是中国历史上大动荡、大变革的时期。政治上王朝频繁更替，政治中心由北向南扩展，各种战争不断发生，阶级关系多层复杂。经济中心向南转移，新的经济区由于土地开发得以形成，思想上儒道佛相互影响和吸收，为中国历史上又一次百家争鸣。民族关系正经历着空前的民族大融合过程。这一切，必然会给这个时期的习俗带来很大影响，其结果就是具有这个时代特点的习俗的形成。本书采用分类叙述的方法，考察了这个时期的节令习俗、衣食居处习俗、婚姻习俗、丧葬习俗、鬼神崇拜及宗教习俗、娱乐习俗等，并着重考察了上述习俗的时代特征。

目 录

中国魏晋南北朝习俗史

一、魏晋南北朝习俗概述	1
二、节令习俗	8
(一)元 日	8
(二)人 日	14
(三)正月十五	16
(四)正月晦日	18
(五)寒食节	19
(六)三月三	21
(七)五月五日	24
(八)七月七日	25
(九)九月九日	28
(十)腊 日	30
(十一)除 夕	33
(十二)社 日	34
三、衣食居处习俗	37
(一)服饰习俗	37
(二)饮食习俗	46
(三)居处习俗	63
四、婚姻习俗	69

(一)婚 礼	69
(二)早 婚	75
(三)门第婚	79
(四)其它婚俗	83
(五)北朝鲜卑婚俗的两次改革	89
五、丧葬习俗	104
(一)丧葬礼仪	104
(二)薄葬与厚葬	112
(三)归乡葬	124
(四)合 葬	126
六、鬼神崇拜及宗教习俗	131
(一)天意崇拜	131
(二)自然崇拜	157
(三)人神、人鬼崇拜	168
(四)物的崇拜	178
(五)宗教习俗	179
七、娱乐习俗	181
(一)竞技活动	181
(二)角智活动	198
(三)自娱活动	209
(四)其它活动	224
八、结 语	232

一、魏晋南北朝习俗概述

习俗是在一定时期、一定区域内人们长期相沿积久成俗的生活方式。当我们在习俗前冠以魏晋南北朝的定语时，习俗就由一般的抽象的概念变成特殊的、具体的生活方式了。魏晋南北朝的习俗，大体上包括如下内容：服饰习俗、饮食习俗、居处习俗、节令习俗、婚姻习俗、丧葬习俗、鬼神崇拜习俗、娱乐习俗等。

魏晋南北朝时期的习俗比起前代，发生了很大的变化，这表现在：在服饰、饮食、居处等方面，南北差异越来越明显，在婚丧、鬼神崇拜、娱乐、节令等方面，都在继承前代的基础上，形成了一些新的东西。之所以会发生上述变化，主要受两方面的影响。

首先是地理因素的影响。魏晋南北朝时期，南方与北方在服饰、饮食、居处方面具有明显的差异。在服饰方面，南方盛行穿屐，北方却流行穿靴。屐是鞋的一种，多为木制，鞋底有齿，底比较厚，以使人的脚掌离地面较远。《梁书·孙谦传》载：广陵人高爽曾作谜语：“刺鼻不知嚏，蹋面不知瞋，齧齿作步数，持此得胜人。”谜底为屐。可知当时的屐面上有梁，鞋带从梁上穿过，系在脚上，样子似今日之凉鞋。又据有关史书记载，屐主要用于行走泥泞之路。这种穿屐习俗，显然与南方的地理环境有关。南方雨量充沛，气候潮湿，穿屐可使脚透气，又可踏泥。而北方穿靴，恐

怕与御寒的需要有关。又如在饮食方面 南方善食鱼、虾、蟹等水产品，不仅在食用量上，而且在烹制方面都超过北方。而北方善肉食 尤其在畜肉方面 食量和烹制上又为南方所不及。如《晋书·王浑传》载西晋时 北方人和峤好美食 有一次皇帝到他家 发现他家的蒸肫味道甚美 便问他如何烹制的 和峤答：“是用人乳蒸的”。这固然反映了贵族生活的奢侈，也反映了贵族肉食的讲究。这种饮食方面的区别，恐怕也与地理环境有关。南方河湖纵横 水网密布 盛产水产品 北方虽水源较少 但适于畜牧和畜养家畜、家禽。又如拓跋鲜卑，在代北平城时，是以毛皮为衣的。

《资治通鉴·文帝元嘉二十七年》载 拓跋焘太平真君十一年（公元450年），南朝军队进攻虎牢，北魏群臣请派兵保护那里的谷帛。拓跋焘说：“马今未肥 天时尚热。速出必无功。若兵来不止，且还阴山避之。国人本著羊皮袴，何用绵帛！”但当孝文帝将首都从平城迁到洛阳后，地理环境发生了变化。《魏书·元恂传》载 迁都洛阳后 孝文帝的太子元恂“不耐河洛暑热 意每追乐北方”。由于洛阳地理位置偏南 气候远比代北温暖 拓跋族穿皮裹氈的习俗显然已不适合，因此中原的绫罗绸缎必然会代替毛皮衣服。

当然，对地理环境的影响不能估计过分。我们认为，地理环境对习俗的影响是有限的，这种局限性表现在两个方面，第一，地理环境对习俗的影响 大多表现在服饰、饮食、居处等方面 而这些方面只是习俗的一部分。如果我们再把习俗划分成物质生活习俗和精神生活习俗两部分，就可发现服饰、饮食、居处等正属于物质生活习俗，是社会习俗的表层。这就表明，地理环境对社会习俗的影响，在广度和深度上都是有限的。第二，地理环境对习俗的影响在与社会因素结合起来时，才能表现得强烈和突

出。地理环境的变化是极缓慢的，魏晋南北朝时南方与北方的地理环境的差异，在这个时期以前早已存在，受这种环境影响，南北方在服饰、饮食方面的差异也早已存在，但这种差异从未表现得像魏晋南北朝时这样强烈和突出。这是因为，魏晋南北朝以前，中国的政治中心历来都在北方。夏商周自不必言，春秋战国时南方出现了楚、吴、越等政权，但又被北方的强秦所统一。此后又经过秦、西汉、东汉，这种政治格局一直没有改变。自从三国以来，孙吴在江南建立政权，中间经西晋的短暂统一，不久又有东晋、宋、齐、梁、陈相继建国，江南六朝一直持续了近400年。在漫长的岁月中，由于政权的凝聚力量，南方的政治、经济、文化形成了自己完整的制度和特色，南方的习俗也具有了足以和北方平分秋色的影响。北魏末期，南朝梁将陈庆之送北魏北海王元颢返洛阳即帝位，陈庆之任侍中。有一次，陈庆之得病，访能治者。北朝士人杨元慎自言能治，陈庆之遂请他。杨元慎口含清水往陈庆之身上一喷，祷告说：“吴人之鬼，住居建康，小作冠帽，短制衣裳。自呼阿依，语则阿傍。菰稗为饷，茗饮作浆。呷啜葍羹，接嚼蟹黄，手把荳蔻，口嚼槟榔。乍至中土，思忆本乡。急手速去，还尔丹阳。若其寒门之鬼，头犹修网，鱼漉鳖，在河之洲。咀嚼菱藕，捃拾鸭头，蛙羹蚌臠，以为膳羞。布袍芒履，倒骑水牛，沅、湘、江、汉，鼓棹遨游。随波遡浪，唵喁沉浮，白苧羞起舞，扬波发讴。急手速去，还尔扬州。”杨元慎此举，意在嘲笑南方人饮食习惯，但通过他的这篇祷词，我们可以发现魏晋南北朝时期，江南地区在服饰、饮食方面，形成了自己与北方大不相同的特点。不但如此，南方的一些习俗，正以不可抗拒的力量向北方渗透。如饮茶之俗，在北魏后期，一些北方贵族为招待南方投降的官员，尽管自己不饮茶，也要在家中备茶水。又如北魏首都洛阳地区的鲜鱼价

格，已经比牛羊还贵。再如螃蟹的加工方法，在南北朝末期已出现于北齐贾思勰的著作《齐民要术》中：“藏蟹法 九月内 取母蟹 得则著水中 勿令伤损及死者。一宿则腹中净。先煮薄糖 著活蟹于冷糖甕中一宿。煮蓼汤 和白盐 特须极咸。待冷 甕盛半汁 取糖中蟹内著盐蓼汁中 便死 泥封。二十日。出之 举蟹脐，著姜末，还复脐如初。内著坩甕 中 百个各一器 以前盐蓼汁浇之 令没。密封 勿令漏气 便成矣。特忌风里 风则坏而不美也。”以上诸例，反映了南北方习俗的差异及互相影响。

与地理环境对习俗的影响相比，社会环境对习俗的影响要更广、更深。魏晋南北朝时期 战乱频仍 政权更替频繁 人民流徙成潮，佛教盛行，道教发展，民族迁徙与融合，中西文化交流，这一切都给当时习俗打上鲜明的时代烙印。

魏晋南北朝时期，各种战争不断，如朝代更替的战争，统治集团内部的战争，对立政权之间的战争，少数民族与中原汉族的战争，南北之间的战争，农民反抗封建压迫的战争等。战争加自然灾害 使人口锐减。据《后汉书·郡国志》注引《帝王世记》载，西汉平帝元始二年（公元 2 年）有民户一千三百二十三万三千六百一十二，口五千九百一十九万四千九百七十八，为西汉时最高的户口数。至东汉桓帝永寿二年（公元 156 年）仍有民户一千六百零七万零九百六十，口五千零六万六千八百五十六，略少于西汉户口最多时。但经过东汉末到三国的战乱，曹魏景元四年（公元 263 年）灭蜀后 魏、蜀两国户口的总和加上吴亡时的户口数，全国共有户一百四十六万六千四百二十三，口七百六十七万二千八百八十一，这个数字仅为东汉永寿年户数的 13.73%，口数的 15.32%。各封建政权为了恢复和占有有一定数量的人口 除实行减轻剥削、奖励生产、招徕流民以及进行括户斗争外，还纷

纷实行奖励早婚早育多育政策。在这里，战乱对早婚习俗的影响是显而易见的。又如魏晋南北朝时期，民间对各种神灵的祭祀相当普遍，而且虽屡被封建政府禁止却始终不绝。观其祭祀的目的，一为乞求生子，二为避祸驱邪，三为健身去病，四为卜问吉凶，五为禳除水旱之灾，六为乞求丰收年景。人们向神灵乞求的，正是人间难以得到的，正是这种水旱成灾，瘟疫蔓延，社会动荡，战争不断，人们欲求安宁而不得的社会环境，使民间祭祀十分盛行，这又反映了社会环境对宗教和鬼神崇拜习俗的影响。

魏晋南北朝的政治生活中，政权更替十分频繁，曹魏代汉，西晋代魏，宋晋更替，齐宋更替，梁齐更替等，都采用禅代形式。上述各开国之主，除了手中拥有强兵之外，还借助讖纬将自己神化。为了使更多的人相信自己的禅代之举是代表天意，此时期的讖纬大多采用比较简单的讖语的形式。可见这个时期讖纬流行，形式简化，与当时的政治环境有关。

魏晋南北朝时期，人民流徙范围之广，数量之大，也超过了前代。仅以西晋永嘉之乱以后，人民向南方流徙为例，王仲荦先生将此种流徙分为七个时期：永嘉元年（公元 307 年）司马睿移镇江东，北方流民相率过江；太兴四年（公元 321 年）祖逖病死，郗鉴自邹山退屯合肥，祖约自谯城退屯寿春，其后遂尽失黄河以南、淮水以北地区，流民渡江者转多；永和五年（公元 349 年）梁犊起义雍城，石虎愁怖病死，石赵政权崩溃，桓温出兵关中，雍、秦流民多南出樊、沔，或至汉中；太元八年（公元 383 年）淝水大捷，苻坚败亡，黄河流域再度分裂，中原流民相率渡江；义熙十二年（公元 416 年）刘裕北伐，河南、关中次第收复，既而复失关中，刘裕死，又失河南，流民南渡者转多；宋元嘉二十七年（公元 450 年）北魏南侵至瓜步，流民南渡江淮；宋泰始二年（公元 466

年),失淮北四州及豫州淮西之地,流民南渡江淮。这一次次的流民浪潮,将大批北方人送往江南,他们的一些生活习俗,必然也会与南方交融、影响。以居处习俗为例,北方的胡床正是随着流民南徙而在江南广泛使用的。胡床在南方的流行,不仅使坐具专门化,而且使传统的坐姿也开始发生变化,这是社会环境对习俗影响的又一例证。

西晋以后,北方少数民族纷纷在中原建立政权,民族迁徙与民族融合成为当时的一种潮流。这种情况对此时期习俗的影响也是很大的。如在饮食方面,关于胡饼、胡桃、醴酪等记载很多,这当与各少数民族进入中原的影响有关。又如拓跋鲜卑从北方的大兴安岭地区南迁至代北,孝文帝时,又迁都洛阳。在拓跋鲜卑一路南下的整个过程中,他们的衣、食、婚姻等方面的习俗也发生了一系列变化。拓跋鲜卑在政治、经济、文化、习俗等方面的一系列改革是自觉的,是为了更稳固地在中原站住脚,取得汉人对其政权的支持。这也反映了社会环境对习俗的影响。

魏晋南北朝时期,自西汉以来的儒学独尊的局面受到猛烈冲击,玄学的兴起,在思想上打破了死水一潭的局面,为佛教、道教的兴起扫清了道路。在这种基础上,外来佛教得到广泛的传播,土生土长的道教也得到长足发展。佛、道的兴盛和发展,从文化习俗意义上来说,影响是广泛而深刻的。梁武帝佞佛,他即位后,相继发出《断杀绝宗庙牺牲诏》、《断酒肉诏》等,这对南朝的饮食习俗不可能没有影响。又如魏晋南北朝时期流行的地狱、冤魂报应等观念,显然是佛教影响的结果,而占卜、占星、相面、相宅、相墓、望气、风角等方术的流行,显然是道教影响的结果。

王仲荦:《魏晋南北朝史》。

中外文化交流也是魏晋南北朝时期的一个特点。尤其在北魏时，与西域联系的丝绸之路又被打通，中原与西域诸国的关系又重沟通。这种交流，对此时期的娱乐习俗的影响十分明显，比如握槊这种竞技游戏，就是从西域传入，后与南方流行的双陆互相融合，形成唐宋时期流行的娱乐项目。又如在这种交流影响下大量的西域乐器传入内地，西域乐曲也开始在中原流传。《隋书·音乐志》载：“今曲项琵琶、竖头箜篌之徒，并出自西域，非华夏正器。《杨泽新声》、《神白马》之类，生于胡戎，胡戎歌非汉魏遗曲，故其乐器声调，悉与书史不同。其歌曲有《永世乐》，解曲有《万事丰》，舞曲有《于阗佛曲》。其乐器有钟、磬、弹箏、拊箏、卧箜篌、竖箜篌、琵琶、五弦、笙、箫、大筚篥、横笛、腰鼓、齐鼓、担鼓、铜钹、贝等十九种，为一部。”西域乐器不但用于朝廷的盛典，也用于人们的娱乐欣赏。如《北史·恩幸传》载：“其曹僧奴、僧奴子妙达，以能弹胡琵琶，甚被宠遇，俱开府封王。”《颜氏家训·教子》载：“齐朝有一士大夫，尝谓吾曰：‘我有一儿，年已十七，颇晓书疏，教其鲜卑语及弹琵琶，稍欲通解，以此伏事公卿，无不宠爱，亦要事也’。”西域乐器如此被北朝贵族公卿欣赏，从中可见中外文化交流对北朝娱乐习俗的影响。

综上所述，我们说，魏晋南北朝习俗的形成，与当时的地理社会有密切的关系，其中社会环境对习俗的影响是广泛而深刻的。

二、节令习俗

中国古代的“节”并不是我们今天“节日”的概念，而是指节气。古时有“四时”、“八节”之称；“四时”指春、夏、秋、冬四季；“八节”则指立春、春分、立夏、夏至、立秋、秋分、立冬、冬至八个节气。在不同的季节和节气中，人们举行不同的仪式，进行各种活动。随着季节不停地周而复始地变化，这种活动和仪式渐渐地分别固定在一年中的某一日上，形成了比较固定的传统节日。这种节日在魏晋南北朝时被称为“岁时”就是指一年一度的固定时日。这个时期的“岁时”很多，现将它们分别介绍。

（一）元 日

元日为夏历的正月一日，又称为“元正”、“正旦”。因为它处于一年的开端，四季的开头，一月的开始，所以又称为“三元”或“三正”。元日在魏晋南北朝时是一个比较重要的节日，每年此时，上至皇室贵族，下至庶民百姓，都要举行各种形式的活动。

朝廷年年元日都要举行朝会。东汉末建安年间，刘劭曾到许昌，当时曹操正定都在这里“挟天子以令诸侯”。时值岁末，主管星历的太史预言，元正将发生日蚀。群臣闻此，纷纷来找尚书令荀彧，主张停止朝会。刘劭正在荀彧的住所，便说：“古时候的梓

慎、裨竈是著名的史官，他们也有算错的时候。有的时候灾异自己会消失，有的时候是史官推算有误，所以不应因为天象将有变异而废行朝礼。荀彧非常赞同，便建议曹操照常举行朝会，日蚀果然也没有发生^①。类似的事情在西晋咸宁三年（公元277年）、四年（公元278年）、东晋太兴元年（公元318年）、建元元年（公元343年）及永和年间（公元345—公元356年）都发生过。所不同的是，这几次都因天象变异而停止了朝会^②。另外，十六国时后赵、南燕、南朝的宋、齐、梁、陈、北朝的北魏、北齐、北周都有元日朝会的记载。这说明整个魏晋南北朝时期，除个别年份外，朝廷中一直进行着元日朝会的活动。

元日朝会的仪式在西晋《咸宁注》中描述得很详细。在元日之前，事先为王公卿校在端门外准备好简易座位，并在宫殿前准备好乐队。群臣到齐后，宫廷中火盆大燃，群臣从云龙门、东中华门进入，来到东阁下坐待。皇帝在一片鼓乐声中出来，百官皆伏拜。鼓乐停后，百官按品位高低依次献礼贺拜，最后是少数民族客人进拜。贺拜毕，皇帝入内稍事休息，然后在一片钟鼓乐声中复出。主管接待宾客的谒者将王公至二千石以上的大官领上殿，依次向皇帝献寿酒。献酒时，献酒者先将寿酒跪授侍中，由侍中将酒跪置御座前。然后献酒者自酌，置己位前。时谒者跪奏说：“臣某等奉觴再拜，上千万岁寿。”侍中答：“觴已上。”百官伏称万岁，四厢乐声大起。寿酒献完，皇帝开始进御膳，群臣也就席进食。食毕君臣一起欣赏乐舞，直至宴乐结束。元会时的盛况，在一些文学作品中描绘得更加生动。曹植的《正会诗》说：

初岁元祚，吉日惟良。

^① 《三国志·魏志·刘劭传》。
^② 《宋书》卷十四《礼志》一。

乃为嘉会， 宴此高堂。
尊卑列叙， 典而有章。
衣裳鲜洁， 黼黻玄黄。
清醑盈爵， 中坐腾光。
珍膳杂遫， 充溢圆方。
笙磬既设， 箏瑟俱张。
悲歌厉响， 咀嚼清商。
俯视文轩， 仰瞻华梁。
愿保兹善， 千载为常。
欢笑尽娱， 乐哉未央。
家室荣贵， 寿若东王^①。

晋人傅玄《元日朝会赋》也说：

前三朝之夜中，夜燎晃以舒光。华灯若乎火树，炽百枝之煌煌。六钟隐其骇奋，鼓吹作乎云中^②。

通过一诗一赋，我们仿佛能看到群臣身着华贵的衣装，进贺元日；仿佛能看到庭中熊熊的燎火和烂若火树的华灯；仿佛能听到那悦耳的钟鼓乐声。

南北朝时，南朝的元日朝会与魏晋时差别不大，北朝则有其独特之处，其中尤以北齐最为典型。北齐除元日大宴群臣外，有两点异于南朝，第一，北齐元日有中宫朝会。中宫指皇帝的后宫，即嫔妃公主朝拜皇后之仪。第二，北齐元日有宣诏慰劳州郡国使臣之举。元会之日，各州郡国派使者进京。皇帝派侍中宣诏，一方面向各州刺史问好，问各地的庄稼长势和粮价高低以及人间疾苦；另一方面指示各州郡长官要勤政爱民，判案公正，赋役均

^①《太平御览》卷二十九。
^②《太平御览》卷二十九。

平，要谨慎监察长吏的浮华之举，及时纠劾纲纪败坏之人。宣诏毕，给使者纸和笔，让他们各自陈述治理本土所应采取的良策。对那些在对策中丢字落字的人，则让他们起立罚站；若字写得潦乱，就罚对策人喝一升墨汁。若对策中文理粗疏，无可取之处，则将对策人赶出宴席。对那些文迹才辞可取者，则在吏部备案，视为流外三品。元日宣诏让使者陈述治理本土之策，这在魏晋时已有，但对使者的处理方法确实显示出北齐的特点。

除朝廷在元日举行朝会外，一些地方军政要人也举行元会。东晋时，陶侃曾任荆州刺史。他办事缜密，善于筹划。一次州中造船，他命人将剩下的木屑和竹头全都保管起来，众人全都疑惑不解。后值正月初一，陶侃举行元会，当时雪后初晴，大厅前融雪犹湿，陶侃便命人将木屑拿出来铺在厅前的地上^①。

正月初一这一天，在民间，百姓也以家族为单位举行类似的活动。据南朝梁宗懔所写的《荆楚岁时记》载，正月一日，人们闻鸡鸣即起身，无论长幼，全都穿戴上整齐的衣帽，以次拜贺。然后一起饮椒柏酒和桃汤。饮酒的次序都不同往日，是先幼后长。这是因为，元日是新的一年开始，这标志着幼童又向成人迈进一步，所以先酒贺之，而老年人又失掉一岁，所以后喝酒。

在新的一年开始之际，人们都希望在新年中健身去病，驱邪降福。围绕这个主题，人们举行种种活动。

爆竹、燃草。正月一日清晨，人们闻鸡鸣而起，先在庭院中爆竹、燃草。所谓爆竹，即将竹子放到火中燃烧，令其发出叭叭的爆裂声。据说这样做，是为了吓走一种名为“山臊”的恶鬼。传说山中有一种怪物，人形，身長一尺多，只有一只脚，其名为“山臊”。

① 《晋书》卷八十八《陶侃传》。