

学校的理想装备

电子图书·学校专集

校园网上的最佳资源

世界中世纪生活习俗史



内容提要

本书描述了丰富多彩的中世纪世界的的生活习俗，帮助读者了解中世纪人们的生活方式和行为。对欧洲、西亚、北非、南亚、东南亚、东亚、美洲的生活习俗史分别进行叙述，内容包括节日习俗、生活习俗、人生仪礼、文娱竞技等几方面。本书对各地区生活习俗形成与变迁的历史及原因进行了说明。中世纪是世界三大宗教形成并发展的时期，本书着重分析了各大宗教对中世纪各地区的习俗形成与发展的影响。书中虽有宗教习俗的内容，但大量的的是在宗教习俗影响下形成的日常生活习俗。中世纪发生过大规模的民族战争、民族融合，欧亚许多国家形成于中世纪，经过交流与融合，各民族的生活习俗也于中世纪形成并得到发展。本书勾勒出各地区生活习俗形成的基本轨迹，对于近千年来生活习俗发展的重要事件进行了说明。在叙述历史过程中着重介绍了历史上的重要生活习俗现象。

一、概述

中世纪界定于公元476年西罗马帝国灭亡至公元1453年东罗马帝国灭亡的这一历史时期。

中世纪是全世界封建制社会形成到发展的时期，也是世界三大宗教形成并广泛传播的时期。中世纪习俗具有一般生活习俗共有的特点，如历史性和传承性，时代性和变异性，地域性和民族性等。由于中世纪历史的特殊性，又形成中世纪生活习俗固有的特点。

1. 各地区、各民族生活习俗的交流与融合

中世纪是世界大动荡、国家大改组、民族大迁徙的时代。欧洲从统一的罗马帝国分裂成许多国家。西亚从分裂走向统一，最后又分成几个国家。南亚、东亚都经历了统一——分裂——统一的过程。在这分裂——统一的过程中，各民族在战争中增加了交流与融合。

促进民族文化生活习俗交融的原因，首先是政治的因素。中世纪战争大多是相对落后的民族战胜了政治体制、经济发展、文化更先进的民族。他们带着勃勃生机和无穷的活力战胜了许多老大帝国，如蛮族人对罗马的征服，阿拉伯人对波斯对叙利亚的征服。蒙古对我国宋朝的征服。蛮族、阿拉伯人、蒙古人在征服别国之前尚处于部落社会，其政治组织比较简单，当它们建立封建国家的时候，只能借鉴已经有过国家体制的老帝国。法兰克人建立国家时必须改变其部落联盟式的酋长制政治体制，借鉴罗马的国家形式。阿拉伯人也是如此，他们原是游牧的贝杜因人，穆罕默德建国后一直保持本色，是一个没有宫室、没有奢侈品的沙漠中的酋长，与本族人平等地住在帐篷里。但是在统一了中东以后，这样的政治制度已经不能适应它对中东的统治。叙利亚、波斯都是有悠久历史的古国，阿拉伯帝国借鉴了他们的政治制度，其朝廷重臣，许多是有高度文化教养的波斯人。波斯的习俗潜移默化地融入阿拉伯民族之中。波斯崇拜绿色，以后绿色成了阿拉伯帝国旗帜上的颜色。蒙元入关建都以前，一切是“并从旧俗”（《元史志》二十八），各部首领在帐篷朝见大汗，没有礼仪规定，所穿之衣服杂乱无章，皇帝出巡也无仪仗。建元以后“近取金、宋，远法汉、唐。至英宗亲祀太庙复制鹵簿”（《元史志》第二十八）。特定出天子的冕服，太子的冠服，官员的法服，以及士庶人的服色。使其“秩然其有序”，于是形成“朝廷之盛，宗庙之美，百官之富，有以成一代之制作矣”。封建朝廷讲究礼仪、讲究尊孔，每年有祭孔典仪，以儒家思想作为治天下之道。蒙古统治者全部接受了君臣父子等儒家观念及有关的礼仪制度。

第二，经济文化类型的转化也促进了民族文化生活习俗的融合。中世纪的国家有的以农业经济为主，有的以畜牧业经济为主，从而形成农业文化和牧业文化两种不同的文化类型。农耕地带的居民在经济和文化的发展上比较先进。中世纪的民族大迁徙，总趋势是畜牧业地方的居民向农耕地方迁徙，如日耳曼人迁入罗马、蒙古征服宋王朝。游牧民族征服农业国家后，怎样安排生产和经济呢？元太祖中使别迭曾进言：“虽得汉人亦无所用，不若尽去之，使草木畅茂，以为牧地。”元中书令耶律楚材则采取恢复汉地生产习俗，课以地税、商税的制度。从此元朝的各级官员从游牧的牧民一变而为农业经

济的管理者，他们当然是缺乏经验的，因此学习汉文化，实行汉制就是必然的过程。入主中原的蒙古族的文化从牧业文化类型转向农业文化类型，其习俗也随之而改变。比如：元月十五观灯、端午节、七夕乞巧、九九重阳节等习俗都被元代宫廷所重视，至时都有各种庆祝活动。元朝袭汉制，按《周礼》“冬至圆丘礼天，夏至方丘礼地”（《元史·志·祭祀一》），更进一步表现出其向农业文化类型转化的过程中礼仪的变化及其与汉民族礼仪的融合。

第三、杂居和通婚，是民族之间生活习俗交融的直接因素。比如，568年伦巴德占领北意大利，建立伦巴德王国。伦巴德人定居意大利后，逐渐意大利化，讲意大利语，信奉罗马天主教。12世纪《腓特烈时代大事记续编》曾记述伦巴德人来到意大利后“逐渐放弃其野蛮残忍的习俗，并和当地人通了婚。这样，他们的后裔就从母亲的种族，从当地风土人情的特点中获得了几分罗马人的文化和修养，并保持了拉丁人语言举止的优雅。”

中世纪各民族文化习俗的交融，虽然有各种有利的因素，但实际的融合过程还是很漫长的。主动仿效，学习外族文化习俗是一种情况，如日本派遣唐使，学问僧到唐、宋学习汉民族文化，查理大帝虚心学习拉丁文，并创办各类学校，这样使两种民族文化达到较快的融合。更多的是在潜移默化之中缓慢的融合。也有通过斗争或战争的交融，如诺曼人征服英国之后把法国制度、法国文化、习俗带到了英国，使英国封建制度形成，并使诺曼人与盎格鲁·撒克逊人融合为一。

总之，中世纪发生了国家之间、民族之间的大冲突、大裂变，它们促使许多新国家出现，也促成了民族生活习俗的变革、交流与融合。在民族的冲突与融合之中，民族文化的交流与对抗之中，产生了新的文化，促进了欧洲古典文化向封建文化的转化，使各民族的生活习俗呈现出新的面貌。

2. 各地区生活习俗概况及其所受宗教的影响

中世纪世界三大宗教——基督教、伊斯兰教、佛教都已形成，并已得到广泛传播和发展。在科学尚不发达的中世纪，宗教有很高的权威和很强的感召力。宗教的权威性规范着各地区人们的生活，直接影响了各地习俗的形成和变迁。

(1) 欧洲

基督教文化在中世纪欧洲取得了万流归宗的地位。

欧洲人的生活与宗教有密不可分的关系。各阶层的人，无论是国王，还是领主，无论是骑士还是普通百姓，只能在宗教的框架内思想与生活，绝对不能够超越。12世纪基督教规定了宗教仪式有七种：洗礼、坚振礼、忏悔礼、圣餐礼、终敷礼、婚礼、授职礼。除最后一项外，都是普通百姓直至王公大臣必须施行的。可以说人生的一切重大事件都被基督教会的宗教仪式所包容，从出生到婚配，一直到死都有专门的宗教仪式。人的一生都在宗教的制约之下。各种习俗都打上深刻的宗教烙印，几乎所有习俗都带着浓厚的宗教色彩。许多节日都与宗教有关，如仲夏节是为纪念施洗者约翰、冬至日是纪念圣女露西亚、圣诞节是纪念耶稣诞生，万圣节是为纪念所有死去的圣徒、情人节是纪念圣瓦伦丁神父等等。人们的衣食住行，生老病死都与教会和宗教相关，即使是演剧也都演圣经中的故事。

东罗马帝国（拜占庭帝国）与西欧不同，它较好地保存了古代文化，一直延续着罗马庄严的礼仪和专制政治制度，其皇权高于教权，其教会也不受制于罗马。然而与西方的教会一样，欧洲东方的基督教在精神方面影响和感化了整个斯拉夫世界，使他们的全部生活也在基督教的规范之内。其节日习俗、生活习俗也与教会密切相关。

(2) 西亚及北非

西亚和北非是阿拉伯伊斯兰文化地区。

阿拉伯帝国是政教合一的国家。这个国家阿拉伯穆斯林（教徒）享有特权，地位最高。非阿拉伯人，改信伊斯兰教，成为穆斯林，可以免去人头税。非阿拉伯人，不肯改变原来信仰，不肯皈依伊斯兰教，要交税，没有政治权利。地位最低的是奴隶。实际上阿拉伯帝国统治地区的人绝大多数改宗伊斯兰教。伊斯兰教的法律就是阿拉伯帝国的法律。《古兰经》就是阿拉伯帝国人们的生活准则。

西亚及非洲的许多国家的生活习俗深受伊斯兰教的影响。教徒按规定每天要祈祷并向麦加方向礼拜五次。每年有一个月的斋月，其间白天禁食。他们的节日都是伊斯兰教的节日。其婚姻每个男子可以娶四房妻室，其葬礼各国都大同小异，阿拉伯的习俗并非凭空而来，穆罕默德根据阿拉伯民族的生活特点，传统习俗，取其符合教规的部分让全体穆斯林遵循。其生活习俗注意讲究卫生，其人伦习俗纯洁干净，并视穆斯林均为兄弟。其宗教习俗单纯而严肃，十分易于实行。

阿拉伯帝国在阿拔斯（750—1258）时期已分裂，至10世纪这个大帝国已分裂为许多国家，只剩下以巴格达为中心的地区。不久结束了政治上的统治地位，只有宗教的统治地位。然而伊斯兰教却深入到整个西亚地区、北非，部分欧洲、中亚、南亚地区。所有改宗伊斯兰教的国家仍崇奉伊斯兰教。伊斯兰的广大穆斯林之习俗，以其古朴、肃穆、严正，纯洁之特色，呈现于中世纪。

(3) 南亚、东南亚

南亚印度是一个文明古国。

印度是佛教发祥地，但到八、九世纪，佛教衰微，印度教兴起，印度教在印度成为主要宗教派别。印度教是由婆罗门教和佛教融合而产生的。它主张善恶有因果，人生有轮回。生前作恶来世托生为畜类。主张人生忍受苦难，以求来世幸福。

穆斯林统治北印度后，印度教与伊斯兰教彼此对立，也相互影响。

印度教有许多礼仪，从出生、剃发、入教、居家、结婚、生育都有教规，印度教徒要按教规行事。印度教徒的生活，处处渗透着宗教意识。

印度古老的历史传统，特殊的种姓制度，特别是印度教的影响，农业文化的特色，与伊斯兰教的对立和互相影响，长期战争及分裂的局面，都影响了中世纪的印度民俗，使印度中世纪民俗充满丰富多彩、神秘悠远、仁慈爱物等特色。

东南亚的泰国、柬埔寨、缅甸、南亚的锡兰等国的生活习俗也都深受佛教和印度教的影响。

(4) 东亚

东亚中国、朝鲜、日本，不仅地理位置相近，风俗习惯也十分相近。中国是一个古老的文明发展很早的国家，中世纪前期已是封建社会高度发展的社会。中国的文化在东亚处于中心地位，对当时的日本、朝鲜影响十分深刻。当然，通过“丝绸之路”，也进一步加强了东西方的文化习俗交流。

中国虽然盛行佛教、道教，但中国不是一般的教权国。中国是封建帝王专制的国家，是深受儒教影响的国家。在中国各种宗教必须在帝王的统御之下，帝王自命天子，代表上天统治中国，任何把神奉为至高无上，而把皇帝看作没有神性的宗教，在中国都是不允许存在的。

中国是一个农业国，中国人以家庭、家族为生产生活聚集的单位，宗法制在中国有特别的意义。整个中国都在宗法制笼罩之下，形成君臣父子的种种关系，社会有严格的等级，人们有确切的名分和职责。反映这种宗法制的儒家思想，就是历代的统治思想，它深入到所有的村镇，每个家庭、每个人，一切人必须按儒家伦理道德去生活。和西方基督教神学文化不同，中国形成以儒学为主体的封建伦理文化。即儒教文化，就儒教的以天人关系为核心的信仰及其外在崇拜的对象和仪式来看，儒教也是一种宗教。儒教提倡祭天地、祖先、孔子、先贤的价值观，通过祭祀以教化人民树立等级观。中国的习俗与儒教文化密不可分。

中世纪的中国正处于隋唐宋元时代，民族众多，但汉民族的封建伦理文化，儒教思想一直处于中心地位，无论哪一个朝代、那一个民族当权，都提倡尊孔，都奉行相似的礼制。

中国素称礼仪之邦，所有的礼仪都体现着儒教的伦理道德的精神。如婚礼要凭父母之命、媒妁之言；丧礼要大办要隆重，以示对父母的尊崇。朝廷更有一套尊卑之礼，服饰冠履也要遵制，高低贵贱一眼可明。

另外中国以农业立国，几千年的农业文化体现在丰富多采的民俗中，如春社秋社的活动，鞭春牛、祭织女、祭社稷等活动，深刻反映出中国农业文化的特色。

中世纪中国的生活习俗是古代生活习俗的继承和发展，是后代生活习俗的开端和基础。隋唐以来的习俗继承了两汉魏、晋、南北朝的习俗，如春节、上巳、端午、重阳等节日古来已有。有的习俗在古代习俗的基础上有所发展，如人生礼仪的更加完备，节日礼俗的更加丰富，衣裳服饰的日益变化等。有的习俗在中世纪兴起并得到发展，如茶俗，从唐代陆羽写《茶经》后，便日益受到人们的重视，在茶具、品茶、制茶、茶会等各方面形成一种风气，成为我国一项重要的习俗。

日本中世纪是各种生活习俗形成并日益完善的时期，许多生活习俗通过日本僧人和学者从中国传入日本，成为日本人民生活的一部分，并形成了具有日本民族特色的习俗。

朝鲜为我国近邻，中世纪交往密切，在生活习俗上也深受中国影响。

(5) 美洲

中世纪美洲有自己独立发展的历史，那时印地安人是美洲的主人，他们属于蒙古人种，是5万年前从白令海峡来到美洲的。美洲各地区经济发展不平衡。中世纪北美、中美及南美已经有发达的农业，墨西哥、中美洲和南美安第斯高原的印第安人创造了发达的农业文化，他们是玛雅人、托尔特克、

阿兹特克人、奇布查人和印加人。他们以玉米种植为基础，建立了城镇，开始进入早期的阶级社会。

美洲文明带分布在两个地区，一是墨西哥高原至危地马拉一带，另一是南美安第斯高原及太平洋沿岸一带。前者为玛雅文明，后者为印加文明。印加文明发展的顶峰在 16 世纪，玛雅文明无论是在古典时期或后古典时期都有辉煌的成就，它的民俗是本书所要叙述的美洲主要民俗历史。玛雅人为多神信仰，他们祭祀的主神有十多个，祭祀在他们生活中是重要的内容。他们相信每天都有一个特定的神主宰，所以生日之神已决定了他们的一生命运。相信神祇和祭司，这种生活态度影响了他们的习俗和他们民族的命运。

3. 城市生活习俗的兴起

中世纪世界各地的经济都有了较大的发展，以手工业、商业为中心的城市得到迅速发展。英国 13 世纪已有 166 个城市，人口已达 100 万左右。法国里昂、诺曼底等地集市贸易十分活跃，以巴黎为中心的国内市场已开始形成，拜占庭的威尼斯也是有名的商城，比萨、热那亚、佛罗伦萨等都是意大利的贸易大城。西亚的巴格达是国际贸易城市，中国唐代的长安，宋代的汴京、临安、元代的大都，都是当时世界上最繁华的大都会。

都市生活习俗最突出是表现在商业上，西欧的城市里遍布纺织、印染、皮毛、珠宝、金银，绸缎等行业，有手工业作坊，有商店；西欧城市生活习俗表现在行会制度上。城市繁荣推动了文学艺术、民间和宫廷的文化娱乐活动。巴格达有歌舞娱乐的场所。汴京有瓦舍勾栏。城市的出现，使各种节日活动显得更加有声有色，形成万人空巷的规模宏大的庆典。如欧洲的狂欢节，不仅街道上人山人海，各种戴假面具的人物狂歌劲舞，而且街道两旁楼房的窗户和凉台上也都是围观的人，其热闹景象绝不是农村可比拟的。中国城市习俗在宋代得到长足发展，商业店铺的活动形成规律。夜市繁荣、酒店、饭店、茶食、衣服鞋帽的买卖俱全，并发展出各种特色商品，创出了名牌。瓦舍勾栏的各种伎艺演出丰富多彩。正月十五灯节，皇帝与民同乐。彻夜放花舞灯，达到城市生活的最高潮。

二、欧洲生活习俗

中世纪前期，欧洲出现了众多的蛮族国家，蛮族人最终取代罗马成为欧洲的统治者。

5—10 世纪是欧洲中世纪生活习俗发展的第一阶段，这阶段社会文明程度还比较低，罗马的古文明被破坏，新的文明还没有完全建立起来。以法国来说，迟至公元 10 世纪，全国大部分人不识字，只有神职人员掌握文化。这时期欧洲人还远不能正确认识各种自然和社会现象，他们的习俗中还有着原始性、神秘性的色彩，还有着氏族部落时期一些野蛮习俗的痕迹。比如 6 世纪法国颁布的《萨利克法典》还沿用氏族时期的神明裁判。神明裁判不是依靠事实和证据，而是相信神明会做出判决。比如两人争讼，无法断定谁是谁非时，就把二人的手放入沸水中，没有烫伤则为胜诉，有烫伤是神明惩罚，则为败诉。许多原始民族都使用过神明裁判法。另外他们的禁忌富有神秘性，比如《萨利克法典》对于剪掉别人头发，尤其是剪掉儿童头发的，给以严厉处罚。在那时代，法国人还认为头发里藏着人的灵魂，剪掉头发几乎和要人的命一样。掌握别人的头发就可以拿走他的灵魂。不仅是法国，其他国家也有类似的禁忌，英国 10 世纪后期尚流行类似的习俗。这个历史时期不仅封建王朝的礼仪还没有形成，就是封建王朝的制度也很不完善，帝国靠武力征服而取得的权力，查理大帝没有象样的宫廷，他率领部下在自己的几个庄园巡行，由庄园提供各种军需品。这阶段教会的势力不断加强，教皇国形成，各地教会都占有大片领地，僧侣成为封建主，在物质和精神上对群众产生着更大的影响，与宗教有关的各种习俗开始逐渐形成。

11—15 世纪是欧洲发展的一个重要阶段，也是中世纪欧洲民俗发展的第二个阶段。在封建经济不断发展的基础上，文化得到发展，文明程度大为提高。神明裁判法被废除了，城市发展起来，城市习俗开始形成；封建王朝政治制度更加完善，开始注重礼仪；主要的几个民族国家形成，如英国、法国、意大利。教会对人们的思想控制更加严密。这个阶段民俗中宗教色彩很强，世俗的成分也增多了；由于物质生活水平的提高，人们的衣食住行也在不断发展变化。如咖啡的饮用，威士忌的饮用，都在这一时期开始；大部分的宗教节日习俗是这个阶段形成的。

从 5 世纪末到 15 世纪中期是欧洲发生急剧变化的时代。北方民族不断南移，从日耳曼人社会变成封建的欧洲社会。在这一过程中他们的物质文化水平提高了，他们的生产生活方式和文化形态改变了，在新的社会形态中，创造出中世纪欧洲丰富多采的民俗。

1. 节日习俗

要了解欧洲的节日习俗，首先要研究基督教的宗教节日。宗教节日既有宗教意义，也融汇了各种古老习俗。基督教创立初期，遭到罗马帝国残酷迫害，不能公开活动，教徒们把宗教庆典巧妙地与罗马节日活动结合起来，以避免迫害，保护教徒生命。4 世纪以后罗马定基督教为国教，教会与罗马的矛盾得到解决，宗教节日庆典按以前的定制延续下来，如圣诞节就是罗马农神节改造的。欧洲从古以来有许多农事节气的古老习俗，基督教为适应人民长期以来的习俗，把宗教节日与世俗节日合一，以便群众接受。中世纪以后，

罗马古老的农业节日都被宗教节日习俗取代了。

下面先介绍一下中世纪有民俗意义的宗教节日。

(1) 宗教节日

主显节(1月6日)。据《新约圣经》记载,耶稣曾经三次向世人显示他的神性。第一次(见于《马太福音》2章)是耶稣诞生时,三个东方占星学者看到伯利恒升起一颗明亮的大星,他们来到伯利恒,看到那颗星星一直在他们前面移动,到了圣母玛利亚分娩的房子上空才停下来。他们看到圣母抱着一个刚生下来的婴儿。这个婴儿就是耶稣。三个学者马上伏在地上拜见圣子。并且把他们带来的宝盒打开,把黄金、乳香和没药献给他。这就是耶稣在三位非犹太人的学者面前第一次显圣,显示他是上帝派来的基督。这一天是1月6日(相当于公历1月18日或1月19日),称为“主显节”。又称为“三王来朝节”。第二次是耶稣传道受洗时,“圣灵”变化成鸽子降在他的头上。显示出他是上帝的儿子。第二次显圣(《见于《马太福音》2章)又叫“主领洗节”。东正教和其他东方教会更注重第二次显现。第三次显现(《见于《约翰福音》2章)是在迦拿城的婚礼上。迦拿是加利利的一个城镇,位于拿撒勒东北约8英里的地方。有一次迦拿的一家人娶媳妇,耶稣和他的母亲及门徒们都参加了婚宴。婚礼进行中酒喝光了。玛利亚对耶稣说:“他们没有葡萄酒了”。这家里有六个犹太人洁身用的石缸,每缸可以盛两三桶水,耶稣对佣人说:“往缸里倒满水吧”。佣人把缸都装满了水。耶稣让他们舀出来给管宴席的人,管宴席的人一尝是上好的葡萄酒。这是耶稣的又一个奇迹,从此声望大增。这是第三次显圣。

为了纪念耶稣的三次显圣,基督教规定每年1月6日为主显节。主显节时人们除了进行宗教仪式外普遍地要大吃大喝一通。据《英语国家史略》(温斯顿·丘吉尔著)记载,公元878年1月英国的盎格鲁·撒克逊人与入侵的丹麦人大战,撒克逊人的司令部和宫廷设在威尔特郡的奇普纳姆。那是主显节的夜晚,经历长期艰苦生活的撒克逊人庆祝这个宗教节日以自娱,因而放松了警惕,只顾虔诚地举行礼拜仪式,或喝得酩酊大醉。致使敌人乘虚而来,遭到惨重的失败。由此可见,人们庆祝节日以自娱,吃喝是一个主要内容。

欧洲各国庆祝主显节风俗也有所不同。在法国,主显节的吃进一步发展为富有特色的节日馅饼。这种馅饼中有一只包有蚕豆等物,吃到的人被举为节日国王。在塞浦路斯基督徒燃起篝火虔诚祈福。

圣·瓦伦丁日(2月14日)。这个节日起源于古罗马的牧神节,后来发展为情人节。古罗马人每年2月15日都要祭祀掌管自然的牧神卢佩库斯。那一天有青年男女的聚会。会上有一个装着许多姑娘名字卡片的盒子。未婚男子可从盒中抽任何一张名片,并与这张名片上的姑娘作为节日伴侣,如果青年喜欢这个姑娘便可以继续交往。这种节日习俗常常使一对对青年男女结成终身伴侣。基督教对这种盛行一时的异教的仪式无法制止,就试图以纪念一个基督教的殉教者来取代古代习俗,他们选中了瓦伦丁主教。

公元270年罗马皇帝克劳狄二世为了战争和镇压人民起义需要兵员,颁布法令,不准青年结婚。恋爱中的青年男女对此十分不满,又没有办法。这时基督教恩特兰纳的瓦伦丁主教约请青年爱侣到他的教堂去举行婚礼,成全了許多人。罗马皇帝克劳狄二世派人把瓦伦丁抓到宫里,劝他皈依罗马诸神,以免死刑。瓦伦丁神父坚决拒绝。瓦伦丁被关入监狱,他爱上典狱长的女儿,

盲姑娘阿斯特里乌斯，并为她治疗眼疾使她重见光明。瓦伦丁神父由于拒绝背叛基督教，最后被乱石和木棒打死，死后又被斩首示众。瓦伦丁临刑前给姑娘的告别信最后写“你的瓦伦丁敬上”。姑娘在瓦伦丁死后眼睛又失明了。

瓦伦丁主教死于2月14日。不久又一叫瓦伦丁的主教也于2月14日被杀。

公元496年罗马教皇取缔了2月15日的牧神节，规定2月14日为圣·瓦伦丁节。在这节日中保留了抽签的方式，但盒子里装的不是未婚姑娘的名条，而是基督教圣徒的名条，男女都可以抽签。教会这样作是希望他们仿效圣人去生活。但是名条抽中的圣徒的名字，不免使青年人感到索然无味。

罗马的牧神卢佩库斯统领着大自然和人间的婚姻，并在2月中让情人相会，男女求爱。这种习俗反映了人们的愿望和青年人的需求，但严厉的教皇坚决地否定了这一节日的内容，当时是无人敢违抗，无人敢恢复过去的抽签活动的。于是青年男子采取了另外一种手段，他们在这一天给自己心爱的姑娘赠送情人卡，用来表达对她的爱情，这就是圣·瓦伦丁卡。目前发现的最早的情人卡是1415年由奥尔良公爵查理斯在伦敦塔狱中写给妻子的情人卡。

谢肉节（狂欢节2月）。谢肉节也是基督教的一个节日，时间一般是在四旬斋（又叫大斋）节的前三天，其间举行大的庆祝狂欢活动。

谢肉节的名字是从拉丁语Carne vale而来，意思是“与肉告别”。因为教会规定大斋节期间要长时期的禁止吃肉和娱乐活动，所以人们趁封斋之前举行宴饮舞会，尽情享乐。

据《基督教百科全书》（丁光训，济南出版社）第三章说“狂欢节，特指”“天主教徒所过的狂欢周”，该节名称，内容、时间，因地而异，一般始于大斋前的主显节。

狂欢节的情况，通过安东尼·芒戴的描述，我们可以了解一斑，“罗马有一次狂欢节，大约持续三四天，他们称之为‘谢肉’。这一期间教皇有意离开罗马，听任城中喧闹狂欢。绅士们穿着各式各样的服装，有的装扮成女郎，有的则扮成土耳其人，总之，每个人都显得稀奇古怪。他们不是骑马就是坐在车上，没有人徒步行走，因为徒步行走过于危险。满街车马横冲直撞。我还从没见过如此疯狂的场面。”

“艺妓们兴高采烈，他们在窗台上铺上床单，人就斜靠着站在上面，听凭下面的绅士们将香水之类抛洒在自己脸上。”

“人人都戴着面具，因此彼此面对面也不知道是谁。如果有人嫉恨某人，也许这时就是诛杀仇敌的最好机会，谁也不会制止他，这时刻，法律业消声匿迹……伤害事件层出不穷，有的是蓄意谋杀，有的则遭车马的践踏或冲撞。然而，人们对此毫不在意，照样狂欢不误。”（《狂欢史·中世纪和文艺复兴》，100页，安东尼·戴芒著）

从以上记述可以看出狂欢节中人们化了妆或带上假面具上街游行，街边窗口也站着人。窗口的人与街上的人互相嬉闹，因为戴着假面谁也不认识谁，这种活动可掩饰许多暗中的活动甚至罪行。

狂欢节的最后一天，在人们的喧嚣欢闹声中，时钟敲响了12下，大街小巷顿时安静下来，四旬节开始了。

谢肉节的发源地是天主教街较多的南欧，意大利、法国、瑞士等国，特别是罗马、威尼斯、那不勒斯、尼斯等地方。从16世纪宗教改革以后，狂欢

节一度趋向衰落，狂欢节总有着纵欲的倾向，宗教改革首先要求神职人员坚持独身，禁欲行为逐渐蔓延开来。新教国家一般不举行狂欢节。

意大利水城威尼斯的狂欢节是迎春节日，人们戴上假面，或脸上涂上彩色，或扮动物，载歌载舞，不相识的人们在狂欢节中互相嬉戏。市中心胜马可广场上年轻人进行生命战胜死神、春天战胜冬天的表演。他们穿着盔甲，手持长矛，模仿战场上的战斗情景，以春天胜利表达人们迎春的喜悦心情。

德国狂欢节是古已有的传统活动，实际上是农民的春节，节日的活动表现农民抵御恶魔，驱逐寒冬，庆祝丰收，迎接春天的内容。德国狂欢节要持续两三个月，从11月11日开始直到来年复活节前四十天。它的高潮是在最后一个星期。狂欢节有大型的集会、舞会，也有小型聚会，人们在狂欢中狂放不羁。狂欢节的最高潮是狂欢节结束的前一天，这一天一定是星期一，有“疯狂的星期一”之称，内容是化妆游行和狂欢集会。

捷克的冬至节后是狂欢娱乐的时候。各地区有不同的方式进行庆祝，都是古代的风俗。

在西利那的契契曼尼和罗蒂斯，人们使用一种象征自然灾害的野牛面具。古时候，野牛到处破坏庄稼，因此农民要献礼给“野牛”让它躺下，以便让马铃薯生长更好。另有一种风俗，罗蒂斯的农民一面唱歌，一面将“野牛”杀死。每逢节日人们要戴起动物面具，唱歌欢乐。

在西利那地区，狂欢节戴的面具用草绳子编成，它象征丰收。人们常用稻草编带子做裙子。

另一种风俗在基苏卡很流行，青年人抬一个布做的人像，把它叫“婴孩”，到处奔走，挨户访问，主人给他们吃的东西。（取材于克尔希曼利《斯洛伐克农村的狂欢节》引自《外国风俗趣谈》）

瑞士的狂欢节更有民族特征。据李念培著的《瑞士》一书记载，瑞士的楚格市狂欢节前后另有三项古老的活动。a、圣阿加莎日（2月5日）之前的星期三，面包师、磨坊主、糖果商到教会一起聚餐。城市的孩子们聚集在中心广场，高呼：面包师，给吃的。面包师等人给孩子们投下小点心、香肠之类的吃的。圣灰节前的星期一，楚格街上出现谢尔大婶的形象。据说，古时候谢尔大婶的男人经常喝酒，烂醉如泥，大婶把他用篮子背回家。大婶身后有七个穿彩服的傻子。孩子们在这个活动中会得到糖果。中世纪法、英有一种“极乐社会”的团体活动，这种活动的主持者是“傻王子”、“疯妈妈”“荒唐神甫”。瑞士的谢尔大婶与以上形象前后出现，其间是否有联系，还待考证。瑞士人民创造出善良的谢尔大婶，使狂欢节，别有一番情趣。在忏悔的星期二，大家在街上进行化妆舞会。

瑞士西南部瓦莱洲，有个叫勒琴塔尔的小山谷，山谷中有四个村子，专门制作面具，冬天开始进行制作生产，到狂欢节时戴。“狂欢节戴上它，披上兽皮、麻片，带着大牛铃，到处吓人。”（《瑞士》）这个风俗曾被教会禁止。这一风俗源于古代，从穿着看也是上古中古的产物。那时人们相信鬼神，认为有恶鬼住在烟囱里，飞出时满面是灰，制作面具，装成可怕的样子用以破鬼。

最有讽刺意义的是，教会规定的忏悔的星期二，不仅没有人去忏悔，反而是狂欢节的最高潮。“人是欢乐而生的”，欧洲人通过这些民俗活动把自己的意愿充分表现出来，他们要充分享受生之欢乐。

大斋节（斋戒节、封斋节、四旬斋节）。大斋节在每年复活节前 40

天为节期，是基督教的斋戒节期。教会规定节期内不准举行结婚仪式，禁止吃肉，停止一切非宗教性娱乐活动。（可以吃鱼，因为鱼是冷血动物）。

四旬斋的来源。相传耶稣开始传教前曾在荒野苦修四十天。这个时期是耶稣基督断绝肉食，进行忏悔，以洁身、赎罪的四十昼夜。为纪念这一事件，基督教把复活节前四十天定为斋戒节。四旬斋节从“圣灰星期三”开始，所谓“灰”是告诫人们：活着的人不久将归于尘土。一般于星期五守大斋（禁食）和小斋（不吃肉）。四旬节最后一周的星期日开始进入“圣周”。这一周的最后3天称为“圣星期四”（“最后的晚餐”纪念日）、“圣星期五”（耶稣逝世纪念日）、“圣星期六”（复活前夜）。

信徒们从“灰的星期三”这天开始就是改悔时间。在这段时间里，一方面要使信徒牢记基督在旷野斋戒的苦行，一方面要让他们做好迎接耶稣基督受难、死去、复活的准备。除了要信徒做斋戒之外，他们还必须忏悔自己的罪过和人类的罪过。

在这段改悔的时间里，不管在举行宗教仪式的场合，还是在其他场合，教徒要穿表示悲哀的紫色衣服。

到了复活前夜，要点起火，以象征基督的死而复活。东正教一直严守这一节日习俗。

濯足节。根据《圣经》新约第13章记载，耶稣在受难的前一天（星期四），曾为门徒洗脚，并亲吻了他们的脚。为纪念这一事件，基督教定于复活节前三天的星期四为濯足节。教堂举行濯足仪式。

据《英国》第十一章（李念培著，世界知识出版社）记载，古时的英国国王为了表明自己是虔诚的信徒，每到复活节前的星期四，都在大教堂为穷人洗脚，并跪下来吻他们的脚。享受这种殊荣的穷人是精心挑选的，事先由国王侍从给他们洗过脚，并且洒上香水。举行过这个典礼后，国王还要赏给他们一些食物和布匹。这一习俗在延续了几百年之后于17世纪改变了形式。国王不再给穷人洗脚和吻脚，而是向到场穷人赠送一些新铸的钱币，以象征惜老怜贫之意。

哀悼耶稣受难日。复活节（星期日）前的星期五，是耶稣被钉死在十字架的日子。

从15世纪开始，瑞士弗里堡州的罗芒，虔诚的天主教徒每年在耶稣受难的圣星期五举行哀悼耶稣受难的活动，怀念为人类献身的耶稣以寄托哀思。

哀悼活动作为全城的活动进行。下午在教堂作弥撒，由神父宣读记载耶稣受难过程的《圣经》有关章节。读到为耶稣送葬时，全体与会者走到街上游行。游行队伍里有一个由小姑娘装扮的圣母玛利亚。女人们身穿黑衣，面罩黑纱，慢慢走在圣母玛利亚的后面。玛利亚前面有一个巨大的十字架，由一个忏悔者扛着。哀悼者们用红垫子托着与耶稣受难有关的各种物件，如荆棘冠、鞭子、钉子、锤子等等。

这个活动中全城人都要祷告、读经、吟诵圣诗。（见《瑞士》世界知识出版社出版）

英国人在这一天食用一种印有十字凹纹的小圆面包，这是一种甜面包，里面放有葡萄干等香甜的干果。在入炉烤制之前，面包上先印有两道十字交叉的深纹，这样烤制出来的十字面包是为了纪念牺牲在十字架上的耶稣。这种面包上面抹上黄油，趁热吃。在欧洲这种热十字面包已成为普通的节日食品。

棕枝主日（3月）。棕枝主日是纪念耶稣最后一次进耶路撒冷城。时间是复活节前一周的星期日。

据《圣经》《约翰福音》12章说，耶稣最后一次进耶路撒冷城，准备参加那里的逾越节。他入城时，耶路撒冷的群众，手执棕树枝热烈地向他表示欢迎。后来他就被犹大出卖，当他在客西马尼园作最后祈祷时，被士兵抓走，直至受难而死。为了纪念耶稣最后一次来耶路撒冷，这一天定为棕枝主日。

棕枝主日这一天，教堂里到处装饰着棕枝，教徒们手拿棕枝，绕教堂巡行一周。

中世纪时，棕枝主日，除了在教堂内进行纪念活动外，对于劳动的人要多给一些休息，有的还放假一天。法国中世纪作家拉伯雷的《巨人传》中曾提到这一事实，一般教徒要梳妆打扮去教堂带一把棕枝。

复活节（4月）。复活节是纪念耶稣死而复活的节日。是西方第二大节。

据《圣经》《马太福音》28章说，耶稣是上帝之子，是救世主。他在巴勒斯坦收下12名弟子，并到处传道，表演起死回生，医治病人、驱逐妖魔的奇迹。3年之后，由于犹太上层分子法利赛派和撒都该派的挑唆，罗马总督以冒渎神灵和政治性的罪名准备逮捕他。他的12门徒之一的犹大出卖了他，罗马总督彼得拉把耶稣抓获。对他处以鞭刑，逼他带上荆条冠，最后把耶稣钉死在十字架上。耶稣死于耶路撒冷郊外一个叫髑髅地的地方。《旧约》曾预言耶稣会复活，果然，在耶稣死后第三天，他又复活了，他曾显灵，在他和弟子交往了40天后，在橄榄山上，当着弟子的面徐徐升天。（参阅《圣经》《新约·马可福音》16章）

耶稣死于去耶路撒冷参加“逾越节”的日子，根据罗马帝国325年的一次教士会议的决定，复活节定于每年春分后第一个月圆后的星期日。

复活节教会要举行庆典。复活节前一夜叫“复活夜”，欧洲教堂于当晚举行传统的宗教仪式，神父手持蜡烛进入教堂，象征耶稣复活给人间带来光明。中世纪复活节时基督教举行浸礼仪式，受礼者穿白色亚麻布长衫进入教堂受礼。英国教徒都要去教堂做弥撒，领取圣餐。圣餐是由一块面包蘸上红葡萄酒做成，《旧约》记载，在最后的晚餐时，耶稣和12门徒一起用餐，他已知被叛徒出卖，他拿起面包谢主赐食，然后把面包分给众人说：“吃吧，这是我的身体”，接着他又拿起一杯葡萄酒递给门徒说：“这是我的血，是我立约为众人而流的血”。领圣餐这一仪式是为纪念耶稣的牺牲精神，也是为坚定信徒的信仰。1215年罗马教廷批准变体论，承认祝福过的面包和葡萄酒有神性，领圣餐于是盛行。复活节时，拜占廷帝国举行宗教游行，由神父率领教徒进行。

复活节的民俗活动也很多。主要有品尝节日食品，鸡蛋是复活节最重要的节日食品。古代时鸡蛋象征生命复苏，象征繁荣兴旺，多子多福。基督教兴起后，从公元2世纪开始就用彩蛋象征耶稣的复活。人们把煮熟的鸡蛋染成红色或绿色，做成复活节彩蛋。红色象征生活幸福，鸡蛋又象征耶稣的墓地。彩蛋不仅是给孩子们吃的食品，也是亲友间互相馈送的节日礼物。小兔子也是复活节象征，兔子繁育能力特别强，人们用它象征生命的繁衍。据《英国》介绍，远古时代英国人用兔子祭祀春天女神。人们习惯于这一天吃野兔，做野兔肉饼吃。热十字面包也是复活节食品之一，古代人们对这种面包有种种迷信，认为复活节的十字面包可以为人畜治病，甚至可治疗痢疾。

复活节民俗文化综合了古代各种古老民俗、异教习俗而形成。复活节英语为 Easter，是春天女神之名，古代把复活节与北欧人的“春太阳节”习俗融合为一，北欧人于这个节日要礼拜初升的太阳，庆祝春天降临。基督教把太阳复苏和耶稣复活统一起来，把人们对太阳的礼拜变成宗教的旭日庆典。复活节早晨的旭日庆典有着古老的历史传统，是时人们向东方膜拜，然后去教堂祈祷。后来春太阳节逐渐被复活节所代替。

复活节的日期最早的可以在 3 月 22 日，最晚到 4 月 25 日。

耶稣升天节（主升天节 5 月）。这是基督教纪念耶稣升天的节日。

据《新约》20 章记载，耶路撒冷以东约 800 米处有一座山丘名叫橄榄山，传说耶稣复活后第 40 天在这里升天。基督教会将复活节后第 40 天定为“耶稣升天节”，大约在 5 月 1 日至 6 月 4 日之间，一般是在星期四。东正教节日比公历晚十三、四天。这一天各地教会都有庆祝活动。

各国庆祝的方式不同，据《瑞士》一书记载，瑞士节日中有骑马巡行的风俗，这一风俗起于 15 世纪。由神甫手捧圣餐，其他信徒陪同骑马出巡。至今瑞士乡镇有骑马巡行核查地界，巡视边界线的习惯。这是与基督教主升天节（一般在 5—6 月之间）结合而形成特有的地方习俗。古时神甫一路上要布道颂经，最后在教堂前要举行祝福仪式。

圣灵降临节（降灵节 5 月）。这个节日也译为“神圣降临节”，是基督教第三大节日，约 3 世纪末开始守此节。《圣经·新约》记载，耶稣在复活后第 40 日升天，又过了 10 天，派遣圣灵降临。圣灵与圣父、圣子三位一体，所以圣灵既代表了天主，也代表了耶稣基督。圣灵降临，门徒领受圣灵后开始传教。是基督教向世界广为传教的开始。

教会规定每年复活节后第 50 天为“圣灵降临节”又称“五旬节”。因为复活节的日期不固定，这个节的日期也是不固定的。

这一天，教徒、城镇居民都要到教堂参加宗教活动。

中世纪时，教堂在这一天有“向穷人施舍”的风气。（《英国》202 页）。在英国还有的村镇，有一种古老的风习。据说该地过去没有水源，居民祈祷上天，忽然出现一道甘泉，于是他们便杀了小羊以供献给上天，以后这种风习与圣灵降临节结合，于是在节日这一天“屠宰一只小羊，抬着游行、跳舞，然后把小羊烤熟，将肉卖给参加活动的群众”。

(11) 圣体节。圣体节是纪念耶稣身体存在于圣体圣事中所用的饼和酒中。

这个节日又叫圣体节大瞻礼。教皇乌尔班四世于 1264 年颁布建立这个节日，1311 年教皇克雷芒五世定圣灵降临节后第一周的星期四为基督圣体节。

教徒和居民于这一天要到教堂参加巡行祈祷。人们都穿上整洁的衣服，妇女盛妆艳服参加这一宗教活动。教徒手执烛火、彩旗、花束列队行进，唱赞美诗，或诵念经文，在教堂附近巡行一周。

圣体节是仲夏时节的重大节日。《英国社会史》记载，15 世纪，每逢仲夏，各城市行会组织就以文化形式表现自身生活。这种风习影响了圣体节，每逢节日各行会都要演出有关圣迹的舞台剧或场面剧，15 世纪首先由僧界根据《圣经》编排神迹剧，进行演出，以后从僧界扩展到俗界。

(12) 圣母升天节（8 月）。这是纪念圣母“荣召归天”的节日，时间为 8 月 15 日；东正教由于历法不同，在 8 月 27 日或 28 日。这是关于圣母最古老而神圣的节日，表现教徒对圣母的崇拜。

传说圣母玛丽亚是以色列大卫王的子孙，她是耶稣的母亲，从圣灵受孕生下救世主，她本身是纯洁的童贞女，故被称为圣母玛丽亚。她无罪，死后肉体不腐，并随她的灵魂一起上天国。

这个节日最早起于巴勒斯坦公元5世纪，西方天主教于公元7世纪举行纪念，中世纪人们对圣母十分虔诚。对圣母的信仰由来已久。但丁《神曲》中有对圣母的祈祷。

(13)米迦勒节(9月)。这是纪念天使米迦勒的节日，时间是9月29日，东正教是11月8日。

天使中曾有背叛上帝的，米迦勒是大天使，率领天使军与叛逆者战斗，后来米迦勒就成为帮助基督与异教徒战斗的代表，也是战胜魔鬼以保护信徒的使者。

9月29日正值欧洲秋收季节。庆典很隆重。

各国习俗不同，英国人在这一天吃鹅。爱尔兰人把戒指放在面饼里，传说吃到戒指的人会交桃花运，有新婚之喜。

教会于这一天要举行庆祝米迦勒的宗教仪式。

(14)万灵节(10月)。万灵节在万圣节前夕。按罗马天主教会规定万灵节是11月2日，万圣节在11月1日，两个节日相距很近，加之古已有之的10月31日过桑巴因节的习俗，英格兰、苏格兰人仍在10月31日夜过万灵节。万灵节又叫鬼节，是人们为死去的亲人祈祷的日子。从10月31日到11月2日可以看作一个传统节期。

公元6世纪，欧洲的凯尔特人就已有过桑巴因节的习俗。凯尔特人(住在英国、法国、爱尔兰等地)的新年是从11月1日开始，从冬天开始；10月31日是他们的除夕。10月31日是温暖季节结束以后，昼短夜长，寒冬降临，凯尔特人认为是黑暗之神于这时降临了，于是为死亡和黑暗之神举行祭拜。他们以为10月31日死人的亡灵会从坟墓里跑出来，他们为自己死去的亲人摆上祭品，供鬼魂来享用。人们担心恶鬼出来作祟，就戴上兽头、披上兽皮，扮成鬼怪，以驱逐恶鬼。他们“到处燃起篝火，点上火把驱赶恶鬼”，制服妖怪。他们还在这一天“占卜自己的命运”(《英国》242页)

公元835年罗马天主教规定11月2日万灵节这一天，要为去世的基督徒作祈祷，还要为鬼涤清罪过。

人们把桑巴因节的内容融于基督教的万灵节，戴假面、跳舞驱鬼，从中世纪一直流传至今。

英国在10月31日还流行一种“啃苹果”的游戏。用线拴住苹果吊在空中，或放在大盆里飘浮在水上，把人们眼睛蒙住，手背着，看谁能啃到苹果。这种活动是收获苹果季节的活动，也是古代的游戏，与鬼神无关。只因为10月正是摘苹果的时候，所以也成为万灵节这天的活动。这个晚上女孩子们把干果或苹果籽投到火里，根据它们燃烧的形状，来预卜自己在婚姻上的前景。

(15)万圣节(10月)。万圣节定为11月1日，是专门用来纪念为基督教殉难的圣者的节日。为公元9世纪基督教会所定。万圣节的起源可追溯到公元7世纪，当时罗马教皇卜尼法斯把罗马的万神殿改为基督教的礼拜堂，并在礼拜堂合祭了所有的圣者。

以后万圣节扩展为对一切得救信徒(升入天堂的人)的纪念。

万圣节与万灵节相距一天，人们普遍把鬼节与万圣节合而为一，对圣者和普通公民同等对待。

万圣节时为亡灵化缘也是古代的活动，人们怜悯那些罪过不大而落入炼狱的亡灵，在这个时候给他们化募糕饼。

从基督教的教义看，生活在人间的基督徒是兄弟，生活在天国的圣人也是活着的基督教徒们的兄弟，天上人间仿佛是一个亲密家族。教会在这一天要和众圣者一起度过，一起欢乐，并对上帝感恩，对所有的圣人表示崇敬。这就是万圣节最初的意义。

(16) 圣露西亚节（12月）。12月13日为圣露西亚节。在瑞典，圣露西亚节这一天是阳光最少黑夜最长的一天，相当于我国的冬至。它与夏至仲夏节相对。

圣露西亚女神是美丽、善良、光明的象征。传说她出生于2世纪的罗马，因信奉基督教，被罗马当局派人刺瞎了双眼，但她坚贞不屈，虔诚向上帝祈求光明，最后奇迹出现了，她又重见了光明。圣露西亚是基督教世界的光明仁慈的女神。

基督教进入瑞典、圣露西亚传说也进入瑞典后，瑞典人把她奉为光明之神。12月13日这一天漫长的冬夜到了极点，阳光逐渐增多，所以人们要为她庆贺。瑞典人传说，圣露西亚女神在这天降临人间。圣露西亚节在瑞典尤为隆重。

圣露西亚节最初的庆祝仪式只有男人能够参加，他们大量饮酒，进食，以抵御寒冷。中世纪这个节日远没有以后的富丽多彩。

(17) 圣诞节（12月）。圣诞节是基督教国家最重大的节日。是纪念耶稣诞辰的节日。中世纪时的圣诞节还没有现代这样隆重、热闹，这样世俗化。圣诞节的内容也不如现在这样的丰富多彩。但构成圣诞节内容的各种文化因素，却早在中古时代已经形成。

关于耶稣的诞辰和圣诞节的确定。

据说耶稣诞生于公元前4年，由于教士推算错了四年，以至一直错到现在。谁也无法证明耶稣的具体生辰日期。12月25日这一天庆祝耶稣诞生是4世纪初叶由基督教会的神父提出的，目的是与当时异教的节日抗衡。公元前1世纪至公元4世纪初叶罗马人中异教徒占大多数，他们信仰太阳神密特拉。这是起源于波斯的信仰，到公元3世纪罗马人已普遍信仰太阳神，并于12月25日举行纪念活动。从节气上看，12月24日是北半球的冬至，25日开始太阳的光照越来越长，太阳给人间带来温暖，所以古代人向太阳顶礼膜拜，于25日庆祝太阳新生。基督教认为耶稣也是给人间带来温暖光明的太阳，所以把他的诞辰日与太阳节定为同一天。这样就巧妙地把两者结合起来，给太阳神节注入了宗教的内容，以便于罗马人接受。另外，12月17日至24日是罗马农神节，把圣诞节定于12月25日，使世俗的农神节与圣诞节也一致起来。圣诞节期为12月25日—1月6日。

圣诞老人，即圣尼科劳斯，或圣尼古拉，是公元4世纪时人，生于土耳其，年轻时即献身于宗教，曾任小亚细亚米拉城主教，传教中使许多人皈依了基督教。他还是创造过奇迹之一的圣徒，传说他曾使波涛汹涌的大海平静下来。史传他对穷人慷慨帮助，又特别喜欢儿童，在罗马迫害教徒的过程中他被捕入狱，直到君士坦丁大帝上台他才被释放。他曾以要员身分出席过君士坦丁召开的第一次教会会议，他于340年12月6日去世，后来成为俄国、希腊、西西里的主保人，他的慷慨解囊和热爱儿童使他成为圣尼克劳斯。1087年意大利船员中的基督徒，将圣尼古拉的遗体从小亚细亚运到意大利，并为

他修造了一座教堂。以后时常来这里举行祭奠。

12世纪时每年1月6日已有圣尼古拉节，是一个分送礼物施舍仁义的日子。西欧荷兰、瑞士等国流传一个传说：在圣尼古拉节前夕，尼古拉会把糖果玩具放在孩子们的袜子里，孩子们在圣尼古拉节时挂出长袜，放好靴子，等着圣尼古拉的礼物。这种习俗可追溯到很久以前法国孩子们穿木头鞋的时代。与圣诞节有关的活动包括：

第一、节礼节。起源于中世纪的节礼节是12月26日，这一天教堂施舍礼物给穷人。中古时期教士们这天打开募捐的盒子，把钱分给教区的穷人。

第二、圣诞树。据说圣诞树起源于公元8世纪的德意志，有一次不列颠的教士圣卜尼法斯在德国的盖斯马尔城外向德意志的德鲁依特传道，当地人有崇拜偶像习惯，认为橡树是神树；为了证明橡树不是不可侵犯的，教士当场砍倒了一棵橡树，橡树倒下来砸坏了所有的小树苗，只有一棵枞树（冷杉）完好无缺，圣卜尼法斯说“枞树的幸存是个奇迹，我们要将它叫做圣婴树。”德意志人以后在圣诞节时，崇尚冷杉，将冷杉种上，教徒们以冷杉象征基督教的崛起。

从历史上追溯，圣诞树起源于远古人民对于代表生命的长青之树的喜爱。古代欧洲人每到冬至时节便向长青的绿色枞树、冬青树、槲寄生树等祈求生命的复苏。古罗马人冬至节时，把常青树枝挂在室内，表示生气盎然；古代人认为寒冬时候常青树的绿色象征生命的永不止息；古罗马祭典太阳神时，常青树便作为太阳神赐给万物生机的标志。中古时代人们仍喜爱常青的绿树，如英国人偏爱冬青，因为冬青叶上的小棘，使人们想起耶稣的荆棘冠：槲寄生树在原始时代就被视作神圣之物，认为它可以医治百病，实际上槲寄生树有某些成分可以治疗精神的疾病。人们把这种树挂在墙上或门口，用以表示对客人的友善和欢迎。中世纪初期人们对常青绿树的喜爱甚至崇拜，曾被基督教当成异端行为，随着历史的变迁，这种对于常青树的喜爱的古老风俗也融于圣诞节的习俗之中了。

第三、唱圣诞的颂歌。据《英国》作者认为“圣诞前夕唱圣诞颂诗本来是一个古老的风俗，但在英国16世纪宗教改革时……强行禁止。”

第四、圣诞餐。“圣诞餐在英国古代都铎王朝时期（1485年以后）是庆祝圣诞的主要形式。在封建地主的庄园里，这顿饭要延续八九个小时。”一般人家“每逢圣诞也要设法吃上一只较大的家禽，起码是一只鸡”（《英国》185页）。

圣诞节从公元4世纪确立，发展到现在是有一个历史过程的。在最初的几个世纪，它的庆祝规模比较小，只是几个朋友在一起，或者与神父在一起，内容也多是依照罗马习俗互赠礼物，宗教仪式及圣诞晚餐。《法兰克人史》382页（都尔教会主教格雷戈里著，商务印书馆）记述了6世纪这样一件事“西卡尔在芒特朗村同该地几个其他人士庆祝圣诞节的时候，当地神父派一个仆人来邀请某几个人到他家同他饮酒。”从以上可以看出：庆祝圣诞节在6世纪时是很普遍的，书中写这个村庄里的几个人士自动聚在一起庆祝圣诞，可见圣诞节已是家喻户晓的节日；神父准备了圣诞晚宴，请熟人喝酒，圣诞晚餐从那个时代已经存在了。以后，12世纪圣尼古拉节的普及，游吟诗人在圣诞时唱耶稣事迹的诗，城市行会上演事迹剧，冷杉便成为圣诞标志。这一切都为西欧最盛大的节日圣诞节做好了准备，使圣诞节发展成现代的规模，它是十几个世纪欧洲人民创造的几种民俗文化的综合体现。

初期的圣诞节作为一个宗教节日是很庄严肃穆的，随着历史的发展，它已成为欧洲人民最欢乐的民俗节日。

(2) 世俗节庆

新年。希腊除夕前，提诺斯岛上要搬进一块长满藓苔的大圆石头，象征财源茂盛、五谷丰登。克里特岛上，人们则在拜年时带上一块大石头，进屋后把它放在地上，并祝愿主人有象石头一样大的一块金子。

西班牙除夕要设路障，放捕兽器、挖好陷阱以对付恶魔。瑞士除夕村人围着篝火，8名男子用力击打一块打谷板以驱逐恶鬼。

意大利元旦这天，各家都要燃起一炉旺火，昼夜不息。这种风俗来自古罗马，人们认为人类最初的火来自太阳，如果元旦那天家中的火种一断，将一年见不到太阳。

许多人家都要从窗口扔出旧东西，以此扔掉烦恼和恶运。

太阳日（挪威）。“太阳日”是号称“北极之门”、挪威大陆最北端的城市——特罗姆萨城的节日。节期是每年的1月21日。

这个城市每年有近六十天处于日夜黑暗之中，从11月25日开始，这一年再不见到阳光，直到来年1月21日太阳才开始露面。1月21日的太阳从特罗姆萨城匆匆而过，只停留几分钟，但它给人们带来了希望和光明，暗夜终于过去，光明就在前头，太阳又和人们见面了。每逢这一天，这里的居民都欣喜若狂，这是他们最快乐的一天，他们欢腾地跳着唱着太阳颂歌。

巴塞尔三怪舞（瑞士）。莱茵河上的小巴塞尔市，每年1月后半月的一天（13日、20日或27日）要举行一次三怪舞活动。这个活动是由中古时期一个雕像引发，当时三怪舞是针对大巴塞尔进行的。

届时莱茵河上游飘下来一只船，船上有两名鼓手、两名旗手、两名炮手，炮手不断鸣炮，船上还有一个戴着面具的人，作野人打扮、野人手中挥舞着一棵连根的松树，他面向着小巴塞尔市区。船到中央桥时，又有两个怪物上船，一个是直立的狮子，一个是大嘴鸟。中午时，三怪走上桥，在鼓声的伴奏下在桥上跳起舞来，他们不屑于看大巴塞尔市区。三个怪物象征小巴塞尔的三个街区。本来三个街区分别组织怪物出来跳舞，以后三个街区合并举行这一次活动。

这个活动的起源是大巴塞尔与小巴塞尔的长久以来的矛盾，两地互相蔑视。大巴塞尔临河的一个建筑上有个中古国王的头部雕塑像。头像伸出舌头对河对岸的小巴塞尔表示蔑视。小巴塞尔于是每年一月举行三怪舞，以示报复。据说，三怪以背对大巴塞尔狂跳，跳完的时候最后要扒下裤子，以屁股对着大巴塞尔，以表示轻蔑。

阿甫赫利阿仪式（1月）

公元9世纪，北欧海盗（即威金人或诺斯人）侵入英国，并占据英国，长期生活下来。当时他们举行叫“阿甫赫利阿”的仪式。在设得兰群岛上的威克市，每年一月最后的一个星期二，进行这种仪式。

他们先造好一艘巨大的威金式木船，船头是一只龙头。两边有许多桨，还有各种颜色的盾牌，主桅杆上升起大旗。船上的人全是海盗式打扮，入夜他们300人在首领率领下，手持火把，拉着大船经过市区，一直到海。人们从船上下来，城里放爆竹，海面其他船放焰火，所有的人把火把扔向大船。船燃烧起来十分壮观。把船放在海中任其漂流。

古代威金人用这种方式庆祝太阳战胜冬天的黑暗。他们把船放进海中，

船上放着一个酋长的尸体。他们认为这样可以使酋长到达一座叫“瓦尔哈拉”的宫殿，在那里参加盛宴。

圣大卫节（威尔士 3 月）。每年 3 月 1 日威尔士人举行圣大卫的纪念活动。传说圣大卫是威尔士人的保护神。

圣大卫节这一天，各地的威尔士人都穿上节日盛装，佩戴上国花水仙花和青葱，举行宴会和庆祝活动。这个节日相当于威尔士的国庆节。

关于圣大卫的历史记载已经不多。传说圣大卫是早期基督教的圣徒。他生活艰苦，有几年天天只吃青葱和面包。

法耶节（西班牙 3 月）。每年 3 月 12 日至 19 日是西班牙的法耶节。“法耶”是拉丁语“篝火”的意思。

法耶节以火为节日主要内容，人们要燃烧木制模型，在熊熊烈火中欢乐庆祝，载歌载舞。一般 3 月 19 日午夜 12 时点火燃烧模型，一直到所有的模型烧成灰烬节日才结束。

据说“法耶”节是阿拉伯人统治西班牙时遗留下来的风俗，有力论据就是这个节日中充满了拜火式的狂欢。阿拉伯人征服西班牙是在 8 世纪初，这个节日中古前期已经存在了。

还有一种说法，是纪念耶稣父亲约瑟的节日。传说圣约瑟是个木匠，因此这一天是木匠节日。这一天以烧废木料作纪念。当时有些木匠把废木头做成简单模型，对周围事物、邻居丑行进行讽刺，表现含蓄，用意很深。在供大家观赏后把它烧掉。以后这种仪式就成为法耶节特定的仪式，用模型以讽刺现实也成为一种传统。燃放爆竹焰火也是这个节日的特色。

圣帕特里克节（爱尔兰 2、3 月）。圣帕特里克是爱尔兰的保护神，3 月 17 日是纪念他的节日。这一天各地的爱尔兰人都要举行庆祝活动，每人佩戴爱尔兰国花三叶白色花酢浆草，衣服上有绿色。吃带绿色的蛋糕。

圣帕特里克公元 385 年出生在不列颠（可能是威尔士）一个小村，该地属于罗马帝国，他是罗马天主教人。16 岁时，爱尔兰人袭击了他的村庄，掠走了他和几百名村民，他被当做奴隶卖掉。他在爱尔兰当了六年牧羊人。后来他逃离爱尔兰，脱离奴隶地位，改变了少年时代的放荡习性，在高卢修道院学习多年。后来他重返爱尔兰，做为神甫，任当地第二任主教。他做了许多好事，有了许多皈依者，因此激怒了克特尔的祭司，曾多次被捕；他在爱尔兰创办了许多修道院、学院、教堂，将这个岛变成了“圣人岛”。爱尔兰是欧洲唯一未经暴力便改信天主教的国家。圣帕特里克为爱尔兰的发展，特别是文化事业做出了突出的贡献。

圣帕特里克逝世于公元 461 年 3 月 17 日。人们为了纪念他的卓越贡献，便决定这一日为圣帕特里克节。从中世纪开始纪念，一直到现在。

愚人节（4 月）。愚人节是每年的 4 月 1 日，是人们开心取乐，玩各种恶作剧，用以轻松一下的节日。

中世纪初期的愚人节是一个公开举行大规模胡闹的节日。那时愚人节与近代愚人节不同。

据《狂欢史》记述，愚人节本来与基督教无关，但教会的基层教士都卷入到这一活动中来，有时公然在教堂由神甫主持这一活动。这可能是由于愚人节的活动正是在当时的割礼节那天举行的原因。愚人节时各地教会还提供物质支持，1398 年欧克塞尔教长针对愚人节抱怨教会向狂欢者提供酒，两年后教会颁布一道命令禁止男女在街上打闹。

愚人节各地活动的风俗不一样，“在博韦，人们将一头驴牵进教堂，然后主持弥撒的神父学三声驴叫，表示‘弥撒开始了’；在圣·奥米尔，‘愚人们’假扮成主教或教长，装作讲道的模样，教徒们则跟着大声诵经或者吼叫一通”。在有些城市神甫们还要向群众扔黑香肠（此字最早有粪便的意思）”，“戴面具一直是这一庆典的一个特征，这特征极为流行，也最为当局所感到愤怒。在愚人节，人们常常打扮得奇形怪状，骑在驴上”。“一个教士扮成模样滑稽的主教，倒骑毛驴，率领着众人向教堂走去。他一路上还喝着肉汤和啤酒，一大群人吵吵嚷嚷地紧随其后，教堂里火把代替了蜡烛，教士们反穿罩袍大跳其舞。”（《狂欢史》86—88页。（美）伯高·帕特里奇著）这本书援引了巴黎神学教授1445年对愚人节的指控，“神甫和教士们在布道时头戴丑恶的面具，身着女人或老鸨或者吟游歌手的衣服，合着乐队的节拍，一边跳舞，一边唱着淫荡的歌。当神甫应该主持弥撒的时候，却在祭台的台阶上吃起了黑香肠。他们还在那儿玩骰子，点燃旧鞋底，使其散发阵阵恶臭。他们在教堂又蹦又跳，毫无愧色。最后，这些人乘两轮马车来到城外，一路上还在车上表演各种动作，一批人跟随着，又笑又闹，种种丑态不堪入目，还吸引了一大群旁观者。”愚人节在教堂的恶作剧使教堂不堪忍受，1444年，桑斯教堂明确规定，晚祷时不得向唱诗班泼三桶以上的水。

中古时代愚人节引起卫道士的抗议，但是所有企图取消愚人节的动议都成为无效，中古时代愚人节与教会的紧密联系直到伊丽莎白时代才得以中止，它才变成了真正世俗的节日。

关于愚人节起源的说法有三种，一是古代新年曾是3月25日，而4月1日是新年后的第八天，新年假日的最后一天，所以允许人们再欢闹一次，另有说耶稣曾在4月1日遭受犹太人的戏弄，所以这天便成了愚弄人的日子。另有一说起源于法国，16世纪与中世纪前期的愚人节是不同的。

罗马城纪念日（4月）。4月21日是罗马城纪念日。罗马城是罗马帝国的都城。传说战神玛斯与努米托雷国王的女儿西尔维亚结合，生下一对孪生兄弟罗莫洛和雷莫，后来阿努利奥篡夺王位，处死西尔维亚，把兄弟俩放在筐中抛入台伯河。在涨潮时筐子挂在一棵无花果树上，两兄弟幸免一死，后被一只母狼用奶水养大。兄弟俩长大后杀死阿努利奥。并于公元前753年4月21日来到母狼养育他们的台伯河岸建城，命名为罗马。“母狼奶婴”成为罗马古城城徽，4月21日成为罗马城纪念日。

五朔节（5月1日）。五朔节是祭祀树神、谷物神，庆祝春天来临，盼望收获的节日。每年5月1日举行，是欧洲人民独特的节日。

五朔节是一个古老的节日，是人们最快乐的节日之一。五朔节前夕城镇和乡村的男女老少先去山林彻夜狂欢。他们来到树林、草地、山坡或山顶上，共同欢度良宵，直到早晨才带着木柱（高大的无花果树或杉树）、树枝回来，这木柱是他们最崇敬的东西，也是舞蹈时用的花柱。他们赶着几十头牛，牛角上缚着一簇簇的鲜花，木柱就是由牛拖回家。牛车上堆簇着鲜花和香草。木柱要把树皮全部剥去，树叶全部削去，再在上面涂上各种颜色，柱头上插满各种条饰或旗帜。成群的妇女儿童以最虔敬的心情紧随车后，然后把圆柱立在空旷的场地上，这就是象征生命与丰收的“五朔花柱”。回到家，又重摆宴席，围着花柱吃喝、唱歌，跳着庄严的祭礼舞蹈——五朔柱舞。

人们在五朔节祀奉花柱是为了促进五谷生长，祈祷神灵保佑子孙繁衍、六畜兴旺。这个节日在欧洲许多国家流行。但在中世纪五朔节不是很公开的，

因为基督教认为这与异教徒偶像崇拜一模一样，所以经常遭到指责。

(11) 娃波节（芬兰，5月）。每年5月1日是芬兰的娃波节，也是春节。

娃波指的是娃尔波丽丝，她本是一位英国公主，后来向日耳曼民族传播基督教，曾到德国的海登海娃修道院任院长。死后7世纪末的一个5月1日被追封为圣女。从此德国与斯堪的纳维亚国家就有了这一个节日。这是一个中世纪开始确定的节日。

中古的人们在这个春节的前夕都洒扫门庭，并敲击各种响器，点燃起篝火，以驱邪避灾。因为据传，娃波节前夕，邪恶与灾祸的女巫骑着长把扫帚，去和魔鬼幽会，它们躲在阴暗的角落向人类放暗箭。

这天农民开始播种，是播种月的开始。他们在户外开始放牧。城市人们欢乐嬉戏，迎接春天来到。

(12) 圣·埃菲基奥节（意大利，5月）。每年5月1日至4日意大利撒丁岛的人要庆祝圣·埃菲基奥节。

中世纪欧洲1348年发生了一场可怕的瘟疫，城里十室九空，到处尸体纵横，这就是鼠疫。据说圣·埃菲基奥曾将意大利撒丁岛人从鼠疫中解救出来。当地人民为了纪念他的伟大功绩，从那时候开始每年5月1日都要为他举行纪念活动。人们把圣·埃菲基奥的像放在牛车上环岛游行，然后到教堂去作弥撒。

(13) 抛猫节（比利时，5月）。抛猫节是从中世纪1231年开始的。比利时伊普尔市人在每年5月的第二个星期天举行这一节日。

中世纪的人把猫看成不祥之物，进行捕杀。人们用向空中抛猫的仪式来结束耶稣升天节。从1231年以后抛猫成为一种游戏，作为商业节日中的庆祝活动，带有商业的色彩。那时由一个身穿红色服装的男子，登上高高的钟楼，从口袋里捉出活猫，一只一只地向空中抛去，以祝贺商业的繁荣。

(14) 里斯本城市节（葡萄牙，6月）。这个节日在6月20日，是纪念一个名叫圣安东尼奥的传教士。他曾把自己家里的钱财全部拿出来分给里斯本城市的穷人。后来人们尊他为里斯本的保护神。据说圣·安东尼奥是13世纪的人，自13、14世纪以来，这个节日就盛行起来，成为世俗的节日。

庆祝活动主要在夜晚进行，晚上十点，人们参加节日游行，队伍中有赤脚姑娘组成的娘子军和头戴盔甲手持长矛和盾牌的男子军，到了午夜12点，全城鸣放鞭炮、万众欢腾，尽情歌舞，直到深夜。

(15) 仲夏节（芬兰瑞典等国，6月）。仲夏节是6月24日，仲夏节是一个古老传统的节日，可以追溯到公元5世纪。它本来是宗教性节日，是为了纪念基督施洗者约翰的生日而举行的庆祝活动，古代又叫圣约翰日。圣约翰比耶稣早六个月出生，并在约旦河为耶稣施洗礼，所以基督教称他为耶稣先行者。他随圣母玛丽亚一起受到神的恩惠，他因指责希律王而被杀害。罗马公教会把6月24日作为宗教节日庆祝，但人民群众早已把它作为民间节日而庆祝了。对于瑞典、芬兰等北欧人说白天是可贵的，阳光更为可贵，而6月24日正是夏至，是白天最长，阳光最充足的一天。北欧瑞典人大部分地区每年从十月到次年四月之间，几乎半年不见阳光，夏至这一天自然成为人们快乐庆祝，通宵享受阳光的一天（这一天斯德哥尔摩通宵都是光亮的）。

瑞典人在那天下午围聚在用各种花卉、叶子、花环装饰的十字形花柱周围，欢乐地跳舞。

芬兰人这天活动中心在首都西郊的塞乌拉萨里岛，岛上有演奏。晚上十

点点燃篝火。北欧人古代时相信火能赶走瘟疫，给人光明，篝火点起，人群沸腾，开始仲夏活动。次日在岛上立一扎满鲜花的花柱叶仲夏花柱，高 15 米，据说可带来好运。

瑞典少女在这天有选丈夫习俗，他们傍晚歌舞之后，要到田野去摘下七种不同颜色的花，放在枕头下面，据说睡着了就能梦见自己理想的丈夫。

芬兰青年人也把仲夏节作为寻找伴侣的时节。男女青年着意打扮，在节日里寻找自己的意中人。

有的欧洲国家，如英国、奥地利、丹麦等将这一天作为夏至节。夏至节夜的前一天夜晚称为仲夏夜。莎士比亚在 16 世纪所写的话剧中就有《仲夏夜之梦》。

塞浦路斯在夏至夜的前一天夜里举行跳火节。每年 6 月 23 日在场院点上篝火，人们光着脚，跳过火堆，边跳边唱：“臭虫滚蛋，跳蚤完蛋，圣·约翰把害虫驱散。”

塞浦路斯人民举行这种庆祝仪式，是为了期望和平幸福的一年，他们认为火有祛邪避灾的作用。

(16)葡萄节(瑞士)。瑞士韦维市庆祝葡萄丰收节始于 12 世纪。这个节日不是每年举行一次，它只是在葡萄收成特别好的年头才举行。

春天葡萄开始灌浆时就要对今年的葡萄产量作出估计，如果是特大丰收就早作预报，以筹备过节。在日内瓦湖畔的山坡上，世代种植葡萄，有着最有经验的葡萄专家，他们能够准确预报葡萄的收成。

筹备节日要准备排练歌舞和哑剧，准备服装和音乐。

葡萄节的活动，一是游行，葡萄种植业和酿酒之神巴考士坐在六匹大黑马拉的大马车上，走在最前面；接着有老牛拉着丰产女神赛丽斯，后面是男女游行队伍，女的拿鲜花，男的举大旗。二是由巴考士和赛丽斯给最好的葡萄种植人发奖。三是文艺演出，演出长达三小时，演员有四千人，城中的多数居民都来参加演出。他们表演葡萄种植过程的哑剧，小孩扮植物，原来穿土黄色服装，代表葡萄秧，然后把外衣脱掉变成绿色，表示葡萄生长叶子出现，春之女神来了，音乐舞蹈齐上，色彩十分艳丽；夏之女神来了，家畜上场，热闹而欢乐；秋天来了，接着是收获葡萄的季节，酒神来了，大家又高兴又忙碌，下了第一片雪，冬天的葡萄枝枯萎了。整个戏演完，全部演员上场，庆祝春天来到人间。从 12 世纪开始，节目音乐都没有多大变化。全城的人共同筹备，大家参加演出，经济共同分担。

这种节日大约二十年才赶上一次。每次活动举行两周。

(17)面包节(匈牙利)。匈牙利的面包节是 8 月 20 日，这是一个传统的民间节日。这一天农民已收割完新麦，他们用新麦烤出第一炉面包，赠给尊贵的客人并跳着舞庆祝丰收。

8 月 20 日是匈牙利伊斯特万一世的命名日。伊斯特万一世是匈牙利第一个国王，他在公元 1000 年加冕称帝。

(18)威尼斯赛船节(意大利)。威尼斯最早一次木桨船比赛于 1247 年 9 月 15 日举行，被称为“历史性的雷加塔(木塔船赛)”

关于赛船的起源，据说是当年威尼斯附近小岛上的一些菜农，每天清晨去大运河边的菜市卖菜，途中常常举行划船竞赛，以后才形成表演。

(19)伯尔尼洋葱节(瑞士、11 月)。公元 1405 年，伯尔尼发生大火灾，500 多间房屋被烧毁，伯尔尼区弗里堡的数百名农民帮助市民清理火场重建

家园。为了报答农民，伯尔尼城允许弗里堡农民进城卖他们的农产品洋葱等。第一次集市于 1439 年举行，以后就发展成洋葱节了。

每年 11 月第四个星期一就是洋葱节了。伯尔尼十来条街道都成了农产品集市，农民摆摊出售洋葱和其他冬季蔬菜干果等。洋葱摆满街头别有一番情趣。

傍晚就出现了浓厚的狂欢节气氛。

开始葱头节是 14 天，以后逐渐缩短。

2. 欧洲生活习俗

生活习俗主要是指服饰、饮食、居住等方面。它与社会发展水平、生产生活水平、文化传统、自然环境有直接的关系。

欧洲中世纪，尤其是公元 5 世纪，战争十分频繁。古代文化被摧毁，古代繁荣富足的城市生活不见了，新的欧洲居民不再建设剧场、浴池、道路，古代艺术消亡。古代文学、文字只有少数人能懂。欧洲通行着英国人、德国人说的日耳曼语，法国人、意大利人说的罗曼斯语，古代语言文字消灭了。在战火中，在斧砍、刀劈、剑刺的战争中蛮族人带着他们的生活习俗来到欧洲。这是一个陌生的欧洲。

5—10 世纪的欧洲人，还保留许多野蛮的生活习俗。在英国传教的圣徒卡尼法斯（675—754）抱怨说：“英国人完全无视婚姻关系，他们不要合法妻子，象马或驴一样过着放荡和淫乱的生活”。（《狂欢史》79 页美·帕高·帕特里奇著）“公元 610 年爱尔兰的阿尔斯特女王率领她的宫廷命妇来见库楚雷恩，女王和她的命妇们上身赤裸，并将裙子撩起，以便下身显露。这一举动是表示对库楚雷恩的极大敬意。”

中世纪初期，战争频繁，新兴的王国不断地征战扩充领土。那个时代法兰克人曾认为打仗掠夺是最光荣的事业，劳动种田是无能的表现。从 5 世纪到 8 世纪他们还未能停下来改善自己的文明程度，8 世纪法兰克王国的查理大帝还是一个目不识丁的文盲。欧洲的新统治者接受古代文明的过程十分缓慢。其中意大利、法国由于罗马的传统影响大，文明程度也稍高。

11—15 世纪欧洲习俗发生了较大的变化，这时教会起了重要的作用。教会教化人们脱离野蛮的习俗，倡导纯洁的生活。要求神职人员坚持独身主义。把生活中的纵欲倾向当成罪恶，宣扬禁欲主义，宣扬鄙视金钱，反对奢华的观念，宣扬所有的欢乐都是罪恶的观念。教会不仅通过教士进行宣传，还通过国家政权和教权进行惩戒。这个时期残暴好战的野蛮之风已不是主流，而禁欲之风盛行。教会反对服饰之美，甚至反对个人的清洁卫生，清教徒反对唱歌跳舞，反对狂欢节，反对愚人节。“在他们那儿，我们可以看见大量的对跳舞的指控材料和禁令”（帕特里奇《狂欢史》92 页）。教会的作法已超出纯净人们道德的范畴，实际上是打着教会和国家维护道德的旗号，反对人们正当生活享乐和对美好生活的追求。

这个时期禁欲与反禁欲的明争暗斗长期进行着。这些直接影响着中世纪欧洲的生活习俗、娱乐习俗。

(1) 服饰习俗

服饰是文明的标志之一，服饰习俗体现着民族文化特色，反映着一个时

代人们的生活状态和心理特点。中世纪欧洲是基督教统治时期，基督教对欧洲服饰影响巨大。由于基督教教义鄙视钱财，反对豪华，“中世纪下层民众的服装以简洁朴素为尚，妇女不事打扮，而且把珠宝捐给教会，常服只以白色的肥大长衣和连袖外套为主，色彩素淡”（《古今中外服装珍闻趣事》）。中世纪宗教统治下欧洲服装的颜色、式样都很单调，颜色尚黑、灰、白三色，衣服式样以拖地长袍为主。古罗马豪华的拖加袍被废弃了。

中世纪初期，欧洲人服装简朴，平民贵族衣式相同。八、九世纪男式服装有内衣外衣，衣式颇似我国古代的袍，但较紧身。裤长可将脚套进，裆短，裤带系于脐下。脚穿长筒或短筒袜，有时脚到腿都裹上布条。贵族及上层人士上衣外披一件长方形或圆形斗篷，斗篷固定于一肩，或系于胸前；劳动者上衣较短。法国查理大帝“只披法兰克人之衣服——用带束紧之麻布裤，用带系住之羊毛衫及大衣”（《中古及近代文化史》，商务印书馆 1935 年版 53 页）。冬天穿水獭皮或貂皮上衣，外面披一件斗篷。贵族腰间有宽大饰带，用以束紧衣服和佩戴宝剑，平民不准佩剑；衣料以麻布，毛织物为主。东方丝绸价格昂贵，以等量黄金计价，只有少数贵族能穿。《罗兰之歌》（法）、《亚瑟王之死》（英）有所记述。服装的等级差别主要表现在衣服质地和产地不同，贵族穿细麻布，穿意大利产的羊毛斗篷，冬天有貂皮等贵重毛皮；平民只穿粗麻、粗毛织物。

女式服装为长至脚踝的紧生长衣，两袖长而窄，外面穿一件宽松长袍，袖短于长衣。长衣领口较宽大，领口衣袖衣缝可有各种装饰镶边。斗篷从头顶披下来。

10 世纪男服变得更为贴身合体。英国男子的紧身衣上半贴身合体，下半象长至膝部的衣裙，宽松而舒展。紧身衣为套头式。紧身衣外披一件斗篷，并用一个大饰针别在胸前。这时女式服装变得宽大，衣袖加肥加长，头发蒙在披巾里边，身体被斗篷蒙起来。她们的内衣很长，直拖到地面，外衣到膝盖。圆口衣袖，衣服装饰华丽，很受拜占庭的影响。她们的头发用一块面纱蒙起，其端点重于背后直拖至地面。至 12 世纪宽松的衣服变得瘦窄，使身体曲线得以突出。并于身后系带，衣袖逐渐宽大，袖口可垂至膝部。

12 世纪出现了圆饼式头饰，它可以遮阳保护眼睛隔热，主要为十字军所戴。

上衣流行前开襟式，将前襟分成两片。

女式衣服为系带紧身衣，上衣紧贴身体，下面是宽大的衣裙，两部分之间用线缝起，两袖宽松拖长，其剪裁方法是上下衣分裁后缝合，与以前使用一块大布不同。

13 世纪男女服装趋于一致，男服还有紧身衣及各式各样的外衣，圆饼头饰，帽式装饰衣袖，敞胸披肩。下面有长筒袜、靴鞋。男子戴一顶中亚式小帽。这时护身外衣流行，适合旅行穿用，这种外衣是一件敞胸大披肩，旁边有缝，手臂可以伸出来活动。另外这时期流行封闭式马甲式外衣，上身如马甲，下面可长至膝下，这种无袖长衫，肩部向两侧延伸加长，就成帽式装饰衣袖了。13 世纪劳动者的长衫长短不等。男子上衣至膝，衣袖短小，脚下有无跟鞋，裤子于脚跟处有一圆洞，以便穿脱。夏天穿宽敞麻裤，上身裸露，冬天穿短外衣和无袖套头衣。妇女穿长袍，中间有缝，可便于劳动，收获时裙子口袋可装农作物。当时禁止农民穿好料子及颜色华丽的衣服。

14、15 世纪后，欧洲服装开始有了变化。由于经济繁荣，农业、商业、

手工业的发展，国际贸易的往来，东方文明的影响，欧洲服饰发生了许多变化，贵族男女追逐时尚，贵族妇女争奇斗妍，男子不拘礼节；贵族与平民的服装有了更明显的不同；衣服式样变化，衣料品种增多。

《巨人传》载中世纪衣料有绸缎、丝毛混纺、呢绒、大马士革呢、条呢、金线缎、各种皮毛。衣服有大衣、外套、外罩、上装、短装、衬衫、短披，女人有连衫长裙、晚礼服等。饰物有念珠、指环、链条、宝石、钻石、翡翠、珍珠、玛瑙等。服装力求摆脱古老习俗，追求时兴。东方服饰中的装饰和纽扣被欧洲人吸收，男人外套上排一系列纽扣或宝石，甚至内衣纽扣也用宝石和纽扣装饰。

14世纪男士的夹衣流行，夹衣两层，十分贴身，衣袖设计合理，可以自由活动手臂，便于全身活动。夹衣上有十几个扣子，夹衣衬里有细带可将瘦腿裤上端与之相连接；紧身外衣穿在夹衣之外，高领外衣兴起于14世纪末；衣领将两耳覆盖，颈后衣领盖过后脑，下部裙衣拖至地面；这时期的斗篷用一组扣子固定在身上，外观为圆弧形，又长又宽。妇女服装主要是带袖紧外衣和无袖长衫。由一块布作成，领口宽，衣领偏低，这就是14世纪欧洲妇女流行的袒领衫，领口有圆形、角形、方形，领口开得很大，露出胸的上半部，上身有无袖、短袖的，臂膀裸露，腰带提得很高。男女服装都讲究装饰。男裤与鞋连成一体，脚掌以皮革为底，脚下还穿无底长靴，靴上带有马刺。紧身男裤是两条裤管分开穿着，前后有长外衣遮挡。后来上衣越来越短变成夹克式外衣，15世纪外衣更短，成为不能遮羞的服饰。妇女的袒领晚礼服与男人的短外衣服装遭到神父的反对。15世纪宗教改革家杨·胡斯指出“由于女人穿着脖颈大开特开的服装，所以任何一个人都能直接看到她们闪烁光辉的肌肤直至裸露的半个乳房。”（《羞耻心的文化史》施莱贝尔著三联书店）男人服饰的变化也被人认为是不文雅。1390年在召开宗教会议的康斯坦茨地方市议会颁布了告示：“仅穿短上衣出入舞会或上街的人要格外留意，要将身体前后遮盖好，不要露出耻部。”（《羞耻心文化史》83页）告示发出不久短裤加长，并且与类似袜子的脚部的装饰缝在一起，后来又出现了用结实布料缝制的股袋，用以遮住耻部。

英国议院对于平民、普通骑士，穿的衣服与贵族穿着相同不能容忍，对于服饰上的追求刺激也极力反对，爱德华四世时，英国下院提出了这样的文件：“不允许勋爵等级以下的任何骑士……或任何普通人，使用并穿戴任何大礼服、夹克衫、大氅。但衣着必足以下长度：当他直立时，衣着能遮盖住其阴部和臀部。勋爵或任何更高一级的贵族，则不受此限制。”（布雷多克著《婚床》，三联书店）。

14世纪时兴一种染色服装，上衣左边一种颜色，右边一种颜色，裤子左右腿各为一种颜色，全身上下左右分四部分分别染色。15世纪初见习骑士的服装从帽子至靴子都用黑、白、浅绿三色互相组合而成。一般流行的是红、黑、绿、紫几种颜色。裤、鞋、帽、背心都可如此分。裤子可以内侧为紫，外侧为黑。（引《世界风俗·衣住篇》）。

中世纪衣服上绣的花纹以家徽为最常见。家徽本来是十字军东征识别敌我的记号，后来成为大家庭和一般市民家庭的记号。14世纪盛行尊重身分和家族之风，妇女衣上多绣大型家徽图案，已婚妇女把婆家娘家的家徽分别绣在衣服左右。

15世纪妇女服装向男装靠近，宽松的长衣腰间系带，外衣用宽大彩带束

腰，上挂有短剑，头戴男士小罩帽，脚穿尖头鞋。

中世纪妇女发式及帽式。12世纪妇女习惯地把头发梳在后面，扎两个辫子顺两颊垂下。13—14世纪妇女以方形白麻布包头，在头顶打结，或在耳际用发夹别住，只露出面部。中世纪头巾式样很多，有的与现代修女头巾相似，一直围到颈部以下。年轻姑娘可以在节日戴上花冠，已婚者是不允许的。15世纪在哥特式尖顶建筑的影响下，产生了相似的审美观的服饰，V字领、尖鞋、希南帽。希南帽呈圆锥形，内部用铁丝或浆糊使其成型，尖为40度角，高九英寸至三英尺，帽子上垂着薄纱（用高级麻布作），帽有圆环固定，前沿还可加天鹅绒。帽子价格昂贵。帽子有一个角的也有两个角的，有的呈展翅形。

中世纪的鞋种类很多，有皮、长统靴、短筒靴、便鞋、拖鞋等。腿带、腕带用皮革、麻羊毛织品制作。农民常穿木鞋。贵族穿尖头鞋，有时鞋尖极长，鞋尖长度代表穿者的地位。一般规定为六英寸，绅士十二英寸、贵族十四英寸、王族不限制、贫民不准穿。

中世纪男子留长发，骑士都披长发。

神父一直穿黑色长袍戴风帽；但发式有变化。8世纪开始为修士剃发，其仪式为“削发式”，希腊或东欧的削发式样是把头发全部剃光或剪得很短，称为“圣保罗式”，罗马削发式样是在头上剃掉圆圆一片，四周仍留发，称为“圣彼得式”。修士剃发是代表对上帝的谦恭及献身的标志。

14、15世纪欧洲的统治阶级追逐奢华和享乐，无视宗教戒律，在服装方面表现尤为显著。“无论贵人、贵妇，皆如儿童之喜着新衣，喜戴首饰。此为善奢侈浪费之时代，男子穿尖头鞋，而女子戴高一尺之圆锥帽。此时人用三千头松鼠之皮以制一件外衣，而奥而良公爵竟用七百粒细珠以绣一首诗歌于襟袖之上。”（《中古及近代文化史》）

中世纪基督教统治，人们对于服饰的正当的美的追求被看成是轻狂的行为，禁欲和反禁欲的斗争也表现在服装方面。人们按照美的标准不断地推进着服装的前进，直至文艺复兴，服装发展才有了一个较大的变化。

拜占庭从远东经波斯运来丝绸衣料，或以丝线原料加工成薄绸，制成衣服。

男式服装有紧身衣，有衣袖，前身有衣锁服饰做为装饰，衣长过膝，衣袖长短不一。腰间系有腰带。长身斗篷为正式庆典服装，斗篷前后镶有美丽的彩色垂片。披肩，是一块有褶的长形布块，固定于双肩。

女式服装有斗篷，还有披肩（王室皇后专用）长外衣，是由基督教法衣演变而来。女外衣短至臀部，长至脚踝。户外服装是长斗篷，从头部垂落覆盖全身。贵族妇女服镶嵌金银宝石、珍珠玛瑙，劳动妇女穿无袖或短袖上衣，衣身到腰。从查士丁尼皇后的画像看，其服装华贵无比，身穿一盖住脚面的长衣，衣制下摆很宽，似裙状，衣袖瘦窄至腕，袖口束紧。腰间系各种丝带，衣服上装饰各种宝石，胸前挂着各种珍珠宝石饰物，头戴帽，帽上饰着各种宝石，耳环垂下。其服装式样有的为欧式，其丝织面料与宝石饰物产于东方。

(2) 饮食习俗

饮食习俗与地理位置，自然条件和社会发展水平有密切的关系。中世纪前期的欧洲，封建经济得到很大发展，农村人口增加了，广大的土地、河流、森林资源充分利用起来，为欧洲的饮食提供了丰富的来源。

据阿萨·勃里格斯的《英国社会史》说，公元 600 年左右，萨克森人最常种植的谷物是大麦、燕麦和小麦，《瑞士》一书作者说：古代穷困的年代以燕麦、土豆类等食品为主食，喝牛奶但很少吃肉。《法兰克人史》谓：蛮族的饮料是用酒和蜜调和艾草作成的。作为欧洲饮食文化最突出的代表法国，在古代时烹调也是很原始的，法国高卢人最初的烹调就是烤制肉类，他们最喜欢吃的就是烤野猪。据说，他们用叉子把肉一块块地叉好，然后放在火上烤制、烤熟以后，加上蒜就可以吃了。这种作法很象我国新疆人的烤羊肉串的方法。他们在烤吃猪肉时，还同时把烤野兔、烤鸡、烤鹅加在一起吃。饮食十分丰富。

高卢人在罗马帝国时代已走向文明，中世纪初，与法兰克人融合，建立法国，形成法兰西民族。以后法国的饮食文化和烹调艺术得到进一步的发展。法国盛产小麦、水果和优质葡萄，两面临海，水产丰富，这些都为法国饮食文化的发展提供了物质基础。而罗马高卢的饮食文化更为法国人提供了宝贵的经验。

法国到查理大帝时代，封建的庄园经济已经十分发展，吃的东西大为丰富。查理大帝约在公元 800 年时发布了一道管理庄园的诏令。内容具体详实、面面俱到，有很高的历史价值。诏令是针对王室庄园而发的，除了其他意义外，我们从中可以了解当时法国王室及各庄园的饮食概貌。当时饮食种类很多。从诏令上看，有：

饮料：葡萄酒、普通葡萄酒、莓果酒、熟酒、啤酒。

肉类：牛肉、小猪肉、羊肉、肥鸡、肥鹅、鱼肉。

奶类：牛奶、奶酪。

腌制类：火腿、腊肉、咸肉、咸鱼。

果品：苹果、梨、李子、山梨、栗子、扁桃、木瓜、榛子、无花果、樱桃、葡萄、葡萄干。

蜜：蜜糖、自然蜜、蜜腊。

油：脂油、（猪油、牛油）、植物油。

调料：醋、芥末。

斋戒食品：蔬菜、鱼、干酪、植物油、蜂蜜、芥末、醋、黍米、稷、干的和新鲜的青菜、萝卜和芜菁、蜜腊。

面粉食品：面包。

所有这些食品都必须作到“颜色好看，品质优良，制备清洁”。

当时的餐具是铜的、锡的、铁的和木制的杯碗。从以上餐具可知查理大帝时代没有使用叉子，是用手抓饭吃的。

这时饮食的制作方法和饮食习惯已有很大改进。从单纯的烤制发展到多种烹调方法。能够制作腌制食物及腊肉、火腿。调料品种增多，菜肴滋味提高。有专门的厨房、面包房、酒作坊进行食品制作。制酒技术提高了。食品的质量、卫生、悦目都受到重视。葡萄酒啤酒为主要饮料。

欧洲人当时的主食是小麦制品，面包和通心面。瑞士的圣伽林修道院 8 世纪以制作“巴尼斯鲁纳提亚”新月形面包而闻名。1217 年圣诞节维也纳市民曾向奥波尔德公爵献上高级面粉制的新月面包。

通心面，欧式面条，制作技术于 12 世纪产生，13 世纪杰诺阿写了一本烹饪书，记载了面条的烹饪法，14 世纪拿波里有制造面条的工厂。

10 世纪以后欧洲人开始饮用白兰地和威士忌。10 世纪酿造威士忌的技术

从阿拉伯传入欧洲。11世纪意大利有了制造白兰地的技术。苏格兰和爱尔兰已能从大麦芽酿造的酒中蒸馏出威士忌。

基督教的斋戒影响了欧洲中世纪的食俗，由于一年中三分之一的日子要斋戒，欧洲人形成吃鱼习惯。天主教14世纪把星期天定为禁肉日，人们就改吃鱼，鲱鱼、鳕鱼等销量大增。腌和熏的技术越来越好。12世纪以后冬季鲱鱼的产量是鱼类中最高的、鲱鱼是储备起来的冬季食物。人们在春季收获前主要吃鱼及豆子。

欧洲食物中调料是其特色，中世纪烹调用调料是香草或药草。当时欧洲每年11月制作腌肉腌鱼，为了消除鱼、肉中的腥臭味，人们要用调料。放入肉中的香辛味调料有薄荷叶、月桂树叶、鼠尾草、麝香草等。14世纪《巴黎的家长》一书说蛋羹所需的调料香草有“薄荷花和艾菊，再加入薄荷叶、山艾叶、马吉兰叶、茴香、香菜、甜菜加上莖菜、菠菜、莴苣、并且要掺入一些姜粉”。

欧洲食俗事例一，13世纪初英国庄园主孟福特家留下一份流水帐，帐单上表明孟福特一家以面包为主食，还有大量的肉、家禽肉、鱼，还有珍贵的松鸡和梭鱼。稻米是稀有食物，锁在安全的地方。孟福特的妻子埃诺莉是亨利四世的妹妹，她的这份帐单有很高的史料价值，被引用在《英国社会史》（阿萨·勃里格斯著）一书中。帐目中记下穷人的食物是大麦和黑麦及豆类作的面包、肉、干酪牛奶、菜、淡啤酒。

当时香料昂贵，糖的用量高于胡椒。饮料是法国进口的加斯科葡萄酒，孟福特家自己制作啤酒。用啤酒花作啤酒是13世纪后期引入英国的。蔬菜、水果都采自果园。

13世纪餐桌上的菜肴不仅味道醇厚，而且色泽鲜艳，以醋和香料作调料，使菜肴显出桔黄色或象蕃红花的深红色，果汁也染色，有烤制的点心。

事例二：1393年巴黎一富裕市民写了一本《巴黎的家长》，是指导家政的书。一个巴黎主妇遵照《巴黎的家长》一书的告诫，为供应全家的伙食，需要买面包；为了制作可口的汤要选购“半头羊、小牛肉、鹿肉；在鸡店里购买雄鸡、小鸭、兔子等各十只”，“并购买一头供配料用脂肪较少的猪”。还要买香料数磅，制作奶粥的炼乳及勃艮第的肝脏和煤炭。由这些原料可制出烤肉、浓汤、派、鸡肉布丁。餐后点心是必不可少的（参阅《世界风俗·食篇》）。

欧洲中世纪所吃的水果有梨、苹果、李、樱桃、杏、石榴、柑桔、葡萄、无花果、醋栗、胡桃、枣椰子等。

在中世纪几百年中，欧洲饮食有很大改进。食物品种增多了，烹调技术发展了，调料增多，饮料有了发展，主食又增有精细糕点。人们不仅注意食品的质量和卫生，而且注意了食品的艺术美，色香味俱全。宗教给饮食习俗带来很大影响，吃鱼成为普遍的习惯。

欧洲的宴会。中世纪欧洲各国盛行由团体组织为“保护圣人”举行各种大小祭典，这种祭典在教堂举行，最后要举行盛大的宴会，会上每人都可狂吃痛饮一番。各种宴会也在家庭举行，如庆祝孩子诞生、洗礼、或断奶、以及为产妇祝福仪式，订婚、外出归来都可举行宴会。

《中古及近代文化史·节事》一节叙述了1454年勃艮第公爵的一个“雉之誓”的大宴，其烹调艺术之惊人，宴会之盛大是空前的。宴会举行之前就发出邀请，主人届时要在家里热情宴请客人，厨房有丰盛的食品，饮食需几

个小时，吃喝以后有跳舞及假面舞会。

宴会大厅里摆着三个餐桌，这种餐桌是长形，故又叫几案，或食案。第一桌是招待教会的餐桌，旁边有钟，有乐队唱歌。第二桌有九种令人惊奇的景象，比如，做一只大鸟，鸟腹中有 28 个音乐家在歌唱；又如客人正在宴饮时，有一阿拉伯人骑大象进入大厅，象背上安放一个塔，塔中有一个修女披着白缎、穿着黑衣，从塔里走出来。厅上还有 12 名贵妇人穿着红色缎子衣服，歌唱她们所代表的各种美德。其排场之大，设计之奇，真是令人目瞪口呆。这个宴会代表了当时法国宴会的一种特点，食物以大取胜。当时厨师们常常把一只大鸟肚中放一只天鹅、天鹅肚中放一只家鹅、家鹅肚中再放一只鸡、鸡肚中放一只百灵。然后把他们放到火上去烤制，烤好以后加上调料，宴会开始后，把这样做成的大鸟大鱼等摆好，由健仆把它们放到轿子里供人欣赏，然后再摆在桌子上供客人就餐。

据 14 世纪查理五世的首席厨师介绍他们的作法是先把各种肉类禽类煮熟，再用火烤。他们把糖和醋混合在一起用，他们的调料汁加入了面包渣，从而显得汁浓味厚。在烤天鹅烤孔雀时，要放一小块樟脑在它们的口里，烤熟以后再插上孔雀羽毛或天鹅羽毛。这种菜主要是供人欣赏，当然也有滋补作用，据说味道并不特别美。

14 世纪塔伊幼凡《料理大全》记述中世纪宴会会有五道菜，第一道菜：肉桂汤、丁香鹿肉、卤汁牛肉；第二道：孔雀、天鹅全烧、小兔拌辣酱、糖煮小鹧鸪；第三道：乳酪煮鸡、鸽肉派、全烧小羊；第四道：鹈、香料、药酒渍梨、蛋点心、小芹；第五道：餐后点心、水果、干酪等。

食具。据《外国日常生活典故趣闻》考证，文艺复兴前，欧洲人用手指进餐，平民用五个手指，上层人士用三个手指。至 13 世纪欧洲王公贵族家开始用小叉子进食。吃饭用的小叉于 11 世纪首先出现于托斯卡纳，但普遍不受欢迎。只有富有的托斯卡纳人喜欢使用。12 世纪亨利二世的枢密大臣坎特伯雷·贝克特大主教把餐叉传到英国。以后英国才慢慢用叉进食。

汤匙，远古新石器石代已产生，当时是做为祭器，是石做的。以后铁器产生，有用铁做的汤匙，也是祭祀用。13 世纪锡制匙子产生，才做为进餐用具。15 世纪意大利时兴一种使徒匙，匙是银做的，柄端刻成使徒像。

餐巾。餐巾最早是一块大毛巾，用来擦手，那时人吃饭用手抓着吃，调料用手蘸，手不洗不能蘸调料。餐巾是必不可少的。5 世纪罗马最后一个国王塔奎尼乌斯统治期间，罗马贵族规定餐巾第二个用途是作为狗食袋。

中世纪的烹调方法，有熏、腌、闷、炖、烤等。菜蔬凉拌已很流行。当时用的调料除辛香草外还有盐、醋、姜汁、葱、蒜、绿酱油、糖等。

中世纪一些新型食品：

小红香肠：从粗大的香肠到细长的小红肠，这一变化开始于中世纪，欧洲各城邦的肉业行会为了使食品更具有地方色彩，从而生产具有自己地区形状、大小和配方的香肠。这就产生了各地香肠的不同特色。地中海地区的香肠干、硬，不腐，料不易变质。苏格兰把燕麦粉填入，而以猪肉牛肉作辅料，也另有特色。

汉堡包：蒙古、鞑靼、突厥各部用次肉剁碎加工使之可口。14 世纪俄国的鞑靼人把这道菜传到德国，在汉堡流行起来，创制了汉堡包。

(3) 住的习俗

中世纪早期住宅是粗糙简陋的小屋，房屋由泥土建成，房顶上铺着草，室内没有什么摆设，室外有些果树。

8、9世纪时领主的住宅是一个大片的建筑群，包括庄园主的居室、妇女工作室（纺织、染色、梳毛等）、厨房、面包房、榨酒房、仓库、牲口棚、磨房、酒窖。领主的住宅有庭院，周围有围墙，有花园、果树、鱼塘。院子有大门。磨坊建在庄园外边。

居室内有被子、床单、褥子、枕头、台布、长凳及凳毯，各种杯碗、铁架、锁等。

房屋的筑造有在地面以上建筑的，也有半地下室的冬房。

到13世纪，一般的领主住宅都用石头建造，奢华的住宅有坚固的屋顶，室内铺着砖或地板，庭院中铺着卵石。据《英国社会史》记载，位于英国莱斯特郡一座有名的庄园，占地200英亩，仓库有30英尺宽。庄园内有一个很大的议事厅，这是一年活动的中心，既是宴饮的客厅，也是集合的处所，还能住宿。房间的窗子开得很高很小。据说当时玻璃主要用于教堂建筑。室内家具很简单，只有木床、木凳、木箱等。

欧洲领主建立城堡约在10—11世纪。开始时是用泥土和木料建造的土木结构的城堡，采用“高地与外壁”的形式。城堡或是建筑在一个山形地貌的地方，或是把城堡中央造成高地。城堡外面有壕沟，外壁建在壕沟与城堡的空地之上。

13世纪的城堡有了石头砌的高塔和塔楼，城堡的格局一般是中间有一个精致的主体建筑，围绕它的两侧有四座长方形的塔楼，或圆形塔楼。

城堡内部构造为地上三层，地下二层，各层均有一、二间房间。一楼为大厅，城堡主人在此接受臣下的觐见礼，这里也是进食，宴会之所在地。

二楼是城堡主人夫妇居住的房间，儿女及客人的房间设在三楼。楼顶建有瞭望塔。

地下部分，上层是一般客人和病人的房间，最下面是地牢，附近有储藏谷物和葡萄酒的地窖。

城堡的庭院内设有大谷仓、马厩、鹰舍、鸡舍、养鱼池、井、泉、教堂、冶铁屋、木工房。（《世界风俗·衣住篇》《住》）。

住房的取暖，早期为了抵御寒冷，有的地方人们挖半地下室住。中世纪早期人们大多采取比较原始的方法取暖，大家围在火堆旁，用兽皮裹着身体。到了11世纪建筑城堡以后，欧洲人在宽敞通风的城堡的房间里，安装巨大的壁炉。壁炉就成为中世纪和近代欧洲人取暖的主要方式。

中世纪市镇与后代不同，贵族与上层人的家都是小型城堡，其余劳动者都住在农家，有仓库有庭院。城市最大特色是有很多手工业者聚集的区域。同行住在一条街，当时有皮匠街，马鞍匠街等等。手工业作坊主各在房屋底层设一个工场，匠师在这里当众工作。第二层就是作坊主人及家眷的住所，二层楼比第一层突出，第三层又突出于第二层之外。所有房屋都是木结构，顶上有一个尖尖的屋顶，或者，以三角形做屋顶装饰，也有塔形的装饰。农村多雨的地方常用一种凹形房屋代替凉台。城市街道两边的房屋并没有在一条直线上，所以街道有时宽有时窄。城市街道路面多是泥地，泥泞而肮脏。商业区，运输商品的车子堵在路上，非商业区猪和牛随处横行。15世纪时，如果国王要来某市，市议会首先拿掉绞刑架上的尸体，随后把门前污物清理干净。清理道路，迎接国王。

市镇四周围有堡垒和石头墙包围，城墙上还有城楼，形状不一，有圆的、有方的，每市各有城楼一百多个，既可以作为一种景观，也起着防守保护城市的作用。纽伦堡市有三百个城楼，整个市镇就如同一座堡垒。有一个拱形城门，夜晚城门关闭起来。

中古时代的这种市镇，居住尚可，行路极不方便。

城镇发展后，也要街道便于行人。所以临街道的房屋都建筑起廊沿，把天空遮住，使行人可以避雨。这种城市建筑特色兴起于阿尔卑斯山南麓，14世纪传入北方，首先被伯尔尼所采用。

中世纪前期这种城市格局已初步形成。城墙上塔楼特多，街道参差不齐，街上的房屋形状不一，都有尖的三角形房顶，楼层突出的房间，看起来给人一种怪异之感。

欧洲各国的皇家宫殿也逐渐建筑起来。

查理大帝曾把罗马城的一些石柱雕饰运到法国修建宫邸，样式笨拙，建筑粗糙不可与罗马建筑同日而语。法国直至17世纪才修建了园林式的凡尔赛宫，英国1078年修建伦敦塔。二十年完工，是城堡式王宫。

3. 人生礼仪

欧洲中世纪人生礼仪与教会有密不可分的关系。从生到死，人生的重要关口都是在教堂和神父面前度过的。

(1) 初生礼，初生儿要接受洗礼

孩子初生前由家长物色教父教母，教父教母都要由品德高尚，正派，声誉好，有一定社会威望的人担任。

洗礼孩子出生后要施洗。象征着洗去罪恶，成为纯洁的人。基督教认为人生下来就带有原罪，通过洗礼这个形式象征着把罪孽洗掉。洗礼就是入教仪礼。孩子经过受洗，就成了基督教中的一个教徒。洗礼也是命名礼，在洗礼时由教父教母给孩子起名。

受洗的方式有两种：点水礼和浸礼。

初生儿由教母抱着，由神父进行施洗。

点水礼，由神父口诵圣经，把圣水盆中的水蘸在手上，给新生儿的头顶、额部点几滴。圣水是指经过神父祈祷祝圣过的清水。

浸礼必须在教堂特设的“浸礼池”中举行。由主持礼仪的神父扶着受洗者快速在水中浸一下全身，同时神父口念圣经。

家长在小儿施洗后举行家宴。参加者是至亲和密友及小儿的教父、教母，参加家宴的亲朋和教父教母都要给孩子带来礼物。

(2) 生日祝福

据说庆祝生日这个礼仪是三千年前埃及法老美尼斯统一了上下埃及王国之后，埃及人为法老美尼斯过生日，才开始有庆祝生日的礼仪。

基督教开始时反对过生日，他们认为婴儿是带着亚当的原罪来到世界的，世界充满罪恶没有必要庆祝生日，只有死亡可能使人解脱。他们认为庆祝生日是异教（埃及人）的习惯。

公元4世纪罗马教会研究耶稣的生日，研究的结果确定耶稣是12月25

日诞辰，决定庆祝圣诞，开创了庆祝圣诞节的活动。以后西方人才有了过生日的权利。

12世纪欧洲各地的教堂都记录了人们的出生日期。人们每年都要为自己的亲人朋友庆祝生日。生日蛋糕上插上象征生命的蜡烛，儿童早晨醒来就可以得到点着蜡烛的生日蛋糕。

中世纪德国把生日蛋糕叫 kinder feste（儿童节），标志儿童生日宴会的开始。一口气把蜡烛吹灭也是日耳曼“儿童节”的传统。

（3）婚姻礼俗

婚姻自古以来是人生的重大历程，一直有着各式各样的习俗。中古欧洲的婚姻习俗既继承了奴隶社会的习俗，也残存着原始社会习俗的痕迹。基督教的兴起对婚姻习俗更产生了重大的影响。

婚前习俗。有强烈忌妒心理的古代男子，对妇女的贞操关心备至。为在婚前保护好女孩子的贞操，古代吉卜赛人采用束身带和其他紧身衣的做法就很流行。贫穷人家用兽皮缝制，富有人家的紧身裙用银锁锁住，直穿到结婚时由丈夫打开。在欧洲这种作法应用很晚，据历史学家考证，在十字军东征时，一些将士，受到这种观念的影响，把它带回国内，而这时欧洲人的文化习俗也到了能够接受这种观念的时候。看来婚姻从一开始就打上了专横的男性的烙印（《婚床》二章，布雷多克著，三联书店1986年版）。

北欧人对男女青年的恋爱采取特别宽容的态度。中世纪在芬兰有“床呢”的习俗，一对情人在确定结婚关系之后，可以同床过夜休息，家长特别给开方便之门窗，只是规定双方在一起时要穿好衣服。瑞士人认为这种夜访是体面而符合传统的，城乡人民都习以为常（《婚床》二章）。

各种清教徒的理论激烈反对床呢，采取各种措施以防越轨。比如在床板夹缝中塞上木板或床中间放上坚硬的垫枕等。按规定床呢只准口与手的接触。

中古晚期到中世纪后期这种风气风行欧洲，最为流行的是北欧斯堪的纳维亚半岛各国和英伦三岛、荷兰、瑞士。据说床呢主要是寒冷贫穷造成的。床呢也产生了许多婚前怀孕生子的现象。

这种形式结成的夫妻，婚后也要到教堂接受神父的训斥，但这种训斥仪式在群众的嗤笑中只能草草了事。（《婚床》二章）

婚前要作大量的准备，姑娘要准备嫁妆和结婚礼品，女方家长要陪送许多礼品。中世纪英国，赠新婚夫妇的节日礼物，除了喜饼、篮子、刷子、椅子、饰带刺绣外，还有“新娘带”上悬挂的物品；针、剪、小银带、插针盒等。剪子用处是特殊的，妻子可以因为丈夫不忠，剪断婚姻的纽带（《婚床》三章）。

婚姻戒指是丈夫送给新娘的重要信物。圆形象征两人联姻的圆满。金戒指象征爱情的纯洁，银戒指象征温柔的情感。13世纪英国有蒲制的戒指，多是轻薄子弟勾引少女，始乱终弃的物件，中世纪欧洲订婚时讲究送钻石戒指。

欧洲父母为子女选择对象也很普遍。首先是男方拜访女家。相看姑娘的相貌、健康。女方父母和本人同意，就可以订出婚期。相亲者可以是父母本人，或父母派的代表。

中世纪早期欧洲的婚姻没有教会的参与。

王侯贵族家庭的青年男女，婚姻受家庭支配，家长要从经济条件、社会

地位、政治利弊等方面考虑如何为儿女联姻。普通百姓没有更多的利害羁绊，婚姻较为自由，教会也无权干与。一个男子与一个女子只要没有违反血缘关系的律条，真心相爱就可以结成夫妻，为了避免各种麻烦，需要有一个证婚人，给男女双方作证。早期基督教会虽然也企图控制婚姻，但进行是很缓慢的，早在基督教统治欧洲前，英法等民族就实行一夫一妻制。

在英国，开始实行基督教婚礼时，人们跟着新婚夫妇到教堂作新婚弥撒，在进入教堂作弥撒前，先由朋友帮忙在教堂门口举行婚礼。到了10世纪，牧师开始在教堂门口主持婚礼。直到16世纪，整个仪式才必须在教堂内举行。

根据布雷多克《婚床》一书的描述，中世纪婚礼是这样的：前往教堂的婚礼队列由新娘和她的侍从领头，一名侍从手擎一只饰有丝带的金花瓶，里面插着一束香；后面是吹喇叭的乐手，乐手后面是一群身穿与新娘一样服装的贞女，为的是防止魔鬼利用气味与新娘接近，如果新娘名字碰巧叫玛利亚，女俚相们则身穿蓝色，与圣画中圣母玛利亚服饰的深蓝色相同。后来人们还往新婚夫妇身上抛撒彩色麦穗，麦穗本来是异教神祇，富裕神女的象征。

十字军东征以前，女人被看做劳动力受到夫家的欢迎，新娘的父亲受到损失，他要得到补偿。十字军东征以后，男少女多，女人不珍贵，父亲主动把女儿送出去，父亲在结婚仪式上陪着新娘到教堂。神父诵圣经问新郎是否愿意把这个女人做为他的妻子与她结婚，新郎回答完毕，新娘也要回答神父同样的问题。新郎饮过酒，吃过面包片，做完结婚弥撒后，神父赐给新郎一吻，新郎再吻新娘，把神的祝福传给新娘。

弥撒做完，人们把教堂的座位清开，新婚夫妇可在教堂内玩“跟着首领”的游戏，然后在教堂内举办丰盛的婚礼宴席。夜晚，新娘家又摆一桌，饭后人们跳舞狂欢。

中世纪英国还有一个奇特的风俗，在教堂里摆上一只沉重的箱子，用它考验未来的新娘。她如果在众人面前单手提起这个箱子，就是一个合格的妻子；如果提不起来，人们认为她身体太弱，担当不起主妇的重任，新郎就要和她解除婚约。

教会插手婚姻是为了确定一夫一妻且终身不渝的婚姻制度，这个目的，他们达到了。16、17世纪以后的婚礼形式与现代欧洲的教堂婚礼基本上是一致的。

欧洲各国（如法国、俄国等）在婚礼前，新娘离家时都有哭着告别娘家的习俗，有时是女伴哭着送别。

中世纪时候欧洲曾有童婚形式，又叫未来婚的形式。当时男子法定婚龄是14岁，女子婚龄12岁，教堂里还出现儿童、幼儿、甚至襁褓中婴儿成婚的现象。这种作法的当事人父母，都是为了保有财产不被充公；娃娃婚由父母和教堂导演出来。如《婚床》引用《切斯特区志》载：

约翰·黑格马登3岁时与5岁的新娘成亲。神父抱着他，哄他念誓词，小约翰却说他不想学说话。神父说：“你还要再说几句，我才让你出去玩。”7岁的埃伦·丹姆普特新婚之夜与10岁新郎约翰·安德鲁斯一起被她的两个妹妹夹在床的中间。从那以后，他从不和她躺在一张床上。更不和她亲近。

中世纪初期，欧洲还流行着许多迷信甚至野蛮的习俗。

结婚仪式后，神父要带上牛奶和甜酒到新房为新婚夫妇祝福，当新人喝完奶和酒，神父还要向婚床祝福，把圣水洒在新娘、新郎的身上，再用圣香熏新房，以免魔鬼来作祟。那时人们迷信，以为没有神父祝福，魔鬼就会出

现。

“托拜厄斯之夜”，新婚夫妇一般要熬过三个“托拜厄斯之夜”才可以同房。托拜厄斯为人们提供了新婚的典范，据说他听了天使长拉斐尔的劝告，婚后三夜未与妻子萨拉实行同房。婚后实行三天的节欲可能是起源于异教的某种对魔法的崇尚。基督教通过婚后三天节欲这一宗教仪式和死板的规定，把人欲罪恶化，把结婚看成是可以亵渎神明的勾当。这本来是异教的戒律，基督教在宣传节制人欲时，把这古老的习俗又复活了。并使自己与异教不谋而合。

中世纪早期领主享有初夜权。封建社会初期，新娘在新婚之夜，不是和丈夫同房，而可能是和封建领主同房，领主有初夜权，有的地方有地位的僧侣也享有初夜权。苏格兰王室曾享有这种权力，“据古代苏格兰作家记载：与奥格斯都同时代的埃努斯三世国王曾颁布法令：‘每个有姿色的新娘在与其丈夫交欢之前，本王和其王位继承人有权与这女子睡觉的权力。依照这项法令的规定，国家的最高统治者同样有权与其下属诸侯及其所属奴仆家的新娘睡觉’。这项法令在长达十个世纪的封建王朝中一直生效。直到圣·玛格丽特劝说她丈夫马科尔姆三世国王废除它时为止。自此以后，如果诸侯或奴仆希望让自己的新娘与国王睡第一夜以提高声望，他就必须交纳一定的税钱。”（《婚床》，167页）

蜜月是欧洲人对新婚第一个月的美称。蜜月有饮蜜酒和抢婚两种含意。它的来历已很久远。据说是公元5世纪匈奴王阿提拉留传下来的。公元450年在阿提拉同罗马皇帝瓦伦提安三世的妹妹霍尼亚拉婚礼上，武士们开怀畅饮蜜酒。公主霍尼亚拉是被匈奴王阿提拉抢来的。婚后阿提拉提出西半部罗马帝国应归属于他。三年后他因饮蜜酒过度而死。

北欧人在新婚第一个月每天饮一杯叫“mead”的酒。故称蜜月。又据说古代北欧有抢婚习俗，小伙子抢到新娘以后，先把姑娘藏起来，使娘家人找不到，过一月后木已成舟只好承认。蜜月又有躲躲藏藏的意思。总之蜜月变成是在婚后，夫妻生活开始阶段，新婚夫妇避开家人朋友，独自享受新婚之乐的日子。蜜月原词本是古挪威语；本义是隐居之意。

欧洲中世纪流行一种扫帚婚礼，这种礼仪本来是吉卜赛人的礼仪，中世纪英国威尔士地区也流行这种风俗。扫帚是女人的劳动工具，代表家庭主妇的形象。妇女结婚时，把一把长柄扫帚横在举行典礼处的大门前，或新娘家门前，或新房门前。婚礼开始后，新郎要小心翼翼带着新娘跨过这个扫把，再进入门内，这样才通过结婚典礼，完成结婚大事，否则婚礼算是失败。通过扫帚婚礼的夫妇得到社会的承认。婚礼上的监督者，必须是女方部落或家族中一德高望重者，由他来做司仪，判断是非。

基督教的神父，各类主教大人，在中世纪初期允许娶妻成婚。有许多神父染指良家妇女，有的主教荒淫无耻，如列日的主教亨利三世竟然有65个私生子。教会的神父成了放荡淫乱的典型。11世纪教皇格里高利七世发起改革运动，要求所有的教士、修道士和神职人员都要坚持独身主义，情况有所好转。13世纪开始才逐渐形成教会内的神职人员都成为独身主义者。宗教改革以后，由神父主持婚礼才有一定的权威性，基督教婚礼才得以盛行。苏格兰直到基督教改革运动时，还时兴为期一年的试验婚制度，英格兰是在脱离罗马教皇以后才宣布，不受祝福的婚礼是非法的。

中世纪妇女被基督教宣传为有罪的人，她们生的孩子来到人间也带着罪

恶。妇女本是爱情的象征，但爱情被宣布为淫诲。在这种重压之下婚姻只是人生必经的历程，妻子只是家中必备之物。人生的意义被扭曲，爱情被践踏。婚姻中强调男子是主宰，妇女要顺从，甚至在婚礼上还有男子踩新娘脚以显出男子主导地位的风俗。但是妇女从来没有听从命运的摆布，她们一直在抗争，最突出的是 12 世纪的爱情法庭。英国法国都有这一机构。全部由女性组成，庭长是精明能干的妇女。她们的工作是解决婚姻爱情上的纠纷。英王亨利二世的女儿，玛利郡主领导的那一届爱情法庭有 60 个女陪审员，她们惩罚残暴的丈夫，为受虐待的妇女伸张正义，使受屈的妻子得到自由。

她们的法律条文特别强调爱情在婚姻中的地位。如：只为结婚而相爱的妇人，不能做爱人看待。爱情与婚姻是两回事，因为爱情是与生俱来的，是无条件的；婚姻是可以有条件的，而且夫妇之间还有一种要素：那就是爱情的责任……等等。条文还规定不接受求爱，应拒绝接受礼物，否则按“文妓”处理。

(4) 丧葬仪礼

欧洲中世纪初期，萨克森人、法兰克人等还保持着一些较原始的葬礼。我们看《罗兰之歌》的描写吧：

查理皇帝命令把罗兰·奥立维和主教尸体放好，
把他们三个尸体剖开，
把他们的心脏用锦袍包起来，
把它们放在白玉石匣里。
然后又抬起三位将军的尸体，
用酒和香料给他们清洗，
把他们三位先用鹿皮包起

……

又用格拉扎的锦缎盖好尸身。

以上虽然是文学艺术作品中的描写，但它决不是作者随意杜撰的。比如《英语国家史略》也提到中世纪骑士界有关布鲁斯的骑士“黑”道格拉斯的传说，“黑”道格拉斯跟随布鲁斯战斗二十年，布鲁斯死后，他带上主人的心，要把它埋葬到圣地，途经一个西班牙港口时，他参加基督徒同摩尔人的斗争，他向异教徒冲去，把装着布鲁斯心脏的银匣子投入两军混战的战场。“按照你的意愿前进吧，勇敢的心！只要我一息尚存，就跟随着你”！

中古初期的人们认为一个英雄去世了，但他的心还有着灵魂。所以他们用挖出心脏的方法来保存他的心。为了不让他的身体腐烂，就涂上许多香料，还要用酒来清洗。这反映了生者对死者的崇敬，保存死者的心，仿佛死者并没有死去，还与生者在一起，还在激励着生者去战斗。

以后欧洲的丧葬仪礼被基督教改造了。

丧葬习俗体现一个民族或一种宗教的世界观。中世纪欧洲的丧葬礼仪体现了基督教的思想。

天主教（包括东正教）教徒临终时由神父为他举行终敷礼。

教徒临终之际首先向神父作临终忏悔，把自己生平中的罪恶、错误向神父坦白，据说进行了忏悔就可以得到天主的宽恕；然后神父要为临死的人诵念赦罪的圣经，送给他圣餐并为其敷圣油包括五官和手足并作祈祷。这样做的目的是减少临终病人的痛苦，使他能够善终，并且能够获得赦免罪过，升

入天堂。

死者于晚上或夜间过世，神父为其进行晚祷。尸体从床上移到尸架上，并进行清洗、穿衣。

死者的灵柩要抬入教堂的墓地。灵柩上放上教堂的蜡烛架，点起蜡烛为死者送行。

据说葬礼的烛火能够引导死者的灵魂进入天堂。这时神父身穿黑袍，胸前配带十字架，手捧圣经，走在灵车前面。送葬的亲属和朋友列队跟在后面。

中世纪丧服为紫色，寡妇要穿紫色长衣。基督教教义认为人活着是为追求升入天堂的幸福，人死后就可能升入天堂，鲜艳的紫色有庆祝的含义。但是地中海沿岸各国的寡妇兴戴面纱、穿黑服，据说是为了躲避丈夫幽灵的纠缠。

坟地设在教堂专设的坟场，坟前立一墓碑，上面有死者姓名、生前主要事迹等。

丧仪在教堂进行，出殡仪式由神父主持。欧洲人与亚洲人对于亲属死亡表现不同，亚洲人以号淘大哭表示悲哀，欧洲人表现得十分克制，不把悲痛的感情强烈表现出来。

(5) 骑士任命仪式，贵族骑士一般由长子继承。

据《世界文明史》(六)记述，12世纪“北法兰西”举行骑士任命仪式有一套郑重的礼仪。被任命的骑士年龄12岁、13岁、15岁、17岁、19岁、“平均为20岁或21岁。”

举行仪式前夕，一楼大厅摆设着翌日盛典使用的环锁战甲、黄金马刺、白豹皮衣。夕阳西斜时，竖琴、三弦琴乐师退去，将被任命的年青骑士和他的侍从共同沐浴，大厅内搬进十余大桶的热水。夜晚，未来的骑士到教堂将佩剑及其他武器置于圣坛之上，一宿不眠守护武器，十几个小时不眠、不坐、彻夜站立，早晨听弥撒歌声后，受主教祝福，配戴净化过的武器，于六时步出教堂；返家后吃白面包和肉，换上白色衣服在城堡中心露面，贵族和贵妇、侍从和家族的人们表示欢迎，发出热烈的欢呼声，两只喇叭齐鸣。

年轻人踏上草地的地毯，站在中央，奏乐声停下，典礼开始。为勇士命名的老人，用双手在他的双足上包上铁制的鞋子，并配上黄金马刺；两位叔叔为他披上环锁战甲战盔（这是一种胸前挂满无数线穿的锁环的战甲）；父亲走向闭目停立的儿子身旁，发表简短的贺词，在儿子的左腰上亲手配上一把宝剑，重重地从儿子颈部猛力一击，打得儿子左右蹒跚，父亲接着拥吻儿子；有人牵出一匹骏马，骑士不登马镫，直接翻身上马。他接过盾牌和长枪，用两支马刺猛力一踢，飞驰而去，在附近草原比试马技，原野上立一木柱，顶上有一盾牌，骑士快速骑马一击木柱，木柱被击倒，骑射比试结束，整个仪式完结。

仪式后是宴会，大宴长达数小时，摆出堆积如山的十二盘荤菜，有鹿、猪、熊、孔雀、白鸟、肉鸡、兔子等。其次为鸠、等鸟肉和煎饼等佳肴，还有大量的美酒。

4. 竞技和娱乐民俗

古代欧洲，罗马人酷爱文艺娱乐和体育竞技活动，如戏剧、古代足球等

等。进入中世纪，罗马文化被毁灭，古代的竞技游戏活动也几乎荡然无存了。

中世纪欧洲人民还保留着他们喜爱的舞蹈、唱歌、弹琴和各种军事体育活动。

舞蹈。跳舞，这项被教会神学家和清教徒看作为罪孽的活动，在中世纪是屡禁不绝的。舞蹈既与古代世界的神灵崇拜有渊源的关系，也是表达人们感情的一种方式，大规模的群众性舞蹈是在节庆的日子如狂欢节、五朔节上必不可少的一个项目，也是宗教庆典后的一个节目。“跳舞经常是在教堂广场上举行的，1282年因弗凯辛的神父就曾在自己的教堂广场上率领着六人大跳其舞”（《狂欢史》）。那个时代每逢五朔节，圣灵降临节或其他节日，各个教区、城镇和乡村的男女老少相聚一起，又是唱歌又是跳舞，欢度整个良宵。领主的宴会后或国王的宫廷里特别盛行假面舞会，人们在这种舞会上可以没有顾虑地跳舞，与自己所喜欢的姑娘相会，甚至说着与贵族身份不相称的话语。平时循规蹈矩的面孔、道貌岸然的面孔、谦卑恭顺的面孔、虔诚忠信的面孔在跳舞时都撕破了，露出了人们本来的面貌，他们顺应着感觉下意识地跳舞，暂时解放了平时被束缚的包裹得紧紧的心。英国王室中世纪时时兴一种四人舞，人们戴着假面狂跳，以致曾引起过一个未来的国王与某个贵族之间的个人决斗。9世纪的教皇对妇女以参加圣徒纪念日为名一心却只想参加跳舞十分不满。跳舞在当时是压抑之下的暂时放松，是感情的暂时解放。1374年在荷兰，比利时、德国曾爆发过一场跳舞的狂热，当时许多人都象发狂了一样地跳舞，几乎无法自我控制。教会对此忧心忡忡，他们一直认为跳舞是不道德的行为。从公元4世纪起基督教就反对跳舞，圣·奥古斯丁曾经想禁绝一切舞蹈；人们用《马太福音》和《路加福音》反对奥古斯丁的建议，以后教会屡屡禁跳。中世纪学者神学家们，清教徒们有大量反对跳舞的文件和禁令，但人们在中世纪所受的精神压抑实在太深重，他们总需要放松一下自己，所以禁舞是屡禁不绝。跳舞中产生的病态的狂热，实际就是因为压抑太深、太长，以至于造成临时解脱时的病态现象，并不是中世纪所说的有什么魔法。

舞蹈本来是有益于人身心理健康的娱乐活动，引导不当有时会出现一些偏差，但绝不象中世纪神学家耸人听闻的说法，认为跳舞这种行动会招致地震、浩劫等巨大天灾人祸。

戏剧。戏剧起源于民间，多神教时期歌舞、表情动作的节目，就有着最原始的戏剧因素。

中世纪时罗马的大剧场荒废了，但天主教的礼拜剧却发展起来。教堂剧针对群众喜欢看热闹的场面和故事情节的特点，用戏剧进行传教活动。欧洲的教堂剧分两种；一种是奇迹剧、根据使徒的故事改编的；一种是神秘剧，以圣经内容为主题改编的。

教堂中热闹的戏剧表演后来被教会禁演了。教会认为在神殿中演剧是不严肃的，戏剧表演先是移到教堂门口，以后移到市镇的广场上。

这时市民参加进演戏的活动中，戏剧的内容仍是宗教剧，剧务事情与教堂脱离，由市民负责组织，一般在圣诞节和复活节演出。各手工业行会分别担任各种圣经故事的演出事宜，行会的会员亲自参加了演出。如诺亚方舟的表演由细木匠行会或造船业行会负责演出，洪水故事由渔业行会演出。这时候城镇中创造了众多的宗教剧，表演从“创世”到“末日审判”中的各种故事。

戏剧演出方式是一个大马车，上面搭起舞台。演出前夕大马车和穿着节日盛装的行会会员作环城游行，演员化了装在车上，其他人跟在车后。节日早晨就开演，流动舞台从一个广场转到另一个广场，全城成了一个大戏场，人们如果从早晨跟着大车看一天，也不可能看完所有的节目。

演出服装很简陋，道具也十分简单。

英国现今仍保留着 14 世纪宗教戏剧中 50 篇剧本的故事和台词。其中有严肃的宗教剧、但也有生活气息很浓的、滑稽可笑的剧。如《诺亚和洪水》一剧，写诺亚和老婆打架吵闹的场面，有诺亚老婆不肯上方舟的场面、最后写诺亚虽然上了方舟，逃脱了洪水，但却逃脱不了老婆的詈骂和老拳。

瑞士的施维茨州有一个宗教小城艾因西戴伦，中古以来一直演宗教剧，演的有巴洛克时代的剧，到现在每隔十年还要上演一次。

英国和法国中世纪时期，演戏活动都很活跃。15 世纪世俗戏剧开始了，产生了道德剧。道德剧的人物是象征性的，如代表美丽、友谊、力量、知识、谨慎，各种品德各由一人来扮演。

也有演民族英雄的剧，如瑞士阿尔特多夫镇及因特拉肯市都曾演过有关威廉·退尔事迹的剧。威廉·退尔是瑞士 14 世纪的农民英雄。因为不堪奥地利的残暴统治，农民准备起义，威廉·退尔射死了总督，起义相继暴发，推翻了奥地利的统治。威廉·退尔有许多传说和历史事迹，人们爱戴他，他的家乡是阿尔特多夫镇。

中世纪没有固定的剧场，剧团的演员们一个个城镇进行演出，可以说是浪迹天涯。

唱歌。中世纪最早的歌者就是吟游诗人。早期的吟游诗人是民间的说唱艺人，他们不只是歌唱家，还是讲故事讲神话的人；他们保存了历史的传说，并且向人民解释自然现象，说明各种事件。歌手在古代有崇高的地位，他们既是祭司又是法师。氏族部落瓦解以后歌手地位降低了，他们成为国王、领主的门客。以歌唱帮助消遣快乐。

吟游诗人一边弹着合弦，一边歌唱，他们唱的歌大都是随口而出，自编自唱，所以他们也是诗人，也是歌唱家。7—8 世纪吟游诗人唱出了《贝尔武甫》（英国）这首诗歌。法国 8—9 世纪出现了《罗兰之歌》。歌唱查理大帝的勇敢骑士罗兰的英雄事迹。

吟游诗人的歌唱内容随着基督教的发展而变成宗教的内容。有些神父自己编词歌唱。唱的是圣经故事、圣徒传的内容，如《基督》、《使徒们的命运》等。

以歌和琴拯救君王命运的传奇式吟游诗人布朗德尔，是为英国立下大功的人。1193 年初狮心王理查带领十字军回国。他的船只在亚得里亚海失事。他上岸后本想乔装穿过德意志，但他的敌人奥地利公爵（曾受到理查侮辱）迅速跟踪追击。理查被捕，被关在一座城堡里。罗马皇帝听说以后，要公爵把俘虏交出给皇帝本人。好几个月过去了，理查到底被监禁在哪里仍是保密的，皇宫里一般人也不知道。英格兰人听说国王被囚禁在德意志，臣民们感到十分震惊，理查弟弟要篡位，宣布国王已死，但是最终消息传来说理查没有死。是谁找到了国王，知道他还活着呢？是理查的忠实的吟游诗人布朗德尔。真象传奇故事一样，布朗德尔弹着国王最喜爱的和弦，走遍一座座城堡，终于如愿以偿，听到了理查国王回奏的琴声。

中世纪的音乐和歌唱与宗教有密不可分的关系。基督教会在教堂的礼拜

仪式上有歌唱，开初有合唱，以后有两部对唱，更以后还有表演唱。那时的音乐曲子也都是弥撒曲。到 15 世纪初出现的佛兰德尼斯乐派（又称尼德兰乐派），如大作曲家杜飞（1400—1474）、卜舒阿（1400—1460）等所作的曲子多是弥撒曲、经文歌等宗教乐曲，当然，他们也创作了世俗乐曲。

体育和竞技。中世纪有训练青年骑士的游泳、骑马、投刺、比武、狩猎、棋奕、吟咏等七项活动。青年骑士要学会使用武器、骑射。骑马要学会跳沟、跳障碍、就地转圈、飞驰奔腾等，枪术要学刺破寨门、穿透铠甲、拨开树丛等；还要学会使用战斧、怎样有力劈砍、切刹有方，还要学习使用短刀、练习拉弓、舞剑等。一般的体育活动有跳、跑、摔跤、投掷、抛石、射箭、跳舞、划船、标枪、铅球等。

最为惊心动魄的是一种模拟战争的比武活动。类似于我们今天的军事演习。

这种运动分两种，一种是单人战斗，一种是两队战斗。据《中世纪及近代文化史》一书称这是中古时代骑士们最喜欢的游戏。古代这种战事演习和真实的作战几乎没有很大差别，两队武士上场，用真枪实剑刺杀劈砍，失败的一队成为胜利者的战俘。必须用钱来赎身。这种军事演习死伤也很多，1240 年科伦附近的一次演习，死了 16 名骑士。

宫廷内的骑士也以演习为游戏。14 世纪以来只使用木枪或剑互斗。

两队互打时，有评判的规则，战事演练的前夕先检查骑士的武器。然后审查参加者的资格，凡是因为娶了地位较低的妻子而降级的骑士，不能参加这种演习，演习在广场上举行。军号吹响，两军骑士勇猛直前进行厮杀。看台上贵妇人为他们助威，她们用力摇着丝带或者手绢鼓励战士英勇战斗。演习完毕，由评判员公布结果，最后是发奖，往往请贵妇人予以颁奖。

西班牙的斗牛是一种激烈而危险的竞技活动。斗牛起源于西班牙古代的宗教活动，当时人们将牛杀死，作为奉献给神的祭品。13 世纪西班牙国王阿方索十世时，这样杀牛祭神的活动演变为赛牛表演。以后演变为斗牛。

盖尔人足球。这是苏格兰及爱尔兰的盖尔人民间的体育活动，起源于 12 世纪的英格兰。最初为宗教活动，参加比赛的人均代表各自教区。每队由 25 人—100 人组成，没有比赛规则，以一方把球带过对方教区界为胜。比赛在歌声和诗歌朗诵中进行。以后逐渐演变成正规的体育活动，订出比赛规则、球场型制等。规定球场长 420—480 英尺，宽 252—300 英尺，两端设一个高 16 英尺、宽 21 英尺的“H”形球门，中间横梁离地 8 英尺，下置网，每队 15 人，可用脚踢或用手击球传递或射门，但不允许扔球。比赛时间为一小时，分上、下两半时，射球进网得 3 分，过横梁得 1 分。

芬兰的赛船会。这是芬兰民间传统的体育活动，每年七月第二个星期日举行。比赛地点是西北部苏尔卡瓦地区。船体有规定，年龄有限制，壮年组 45 岁以上，老年组 60 岁以上。比赛距离为 65 公里，以先达到终点为胜。最初比赛在夜间举行。

打猎是王公贵族的爱好，皇宫管辖之下有狩猎各部，有猎犬官员、猎鹰官员、分管猎兔猎鹿的狗群；猎鹰、猎鸭、猎雀、猎鹭等之鹰。王公贵族经常在自己领地中狩猎以为乐事。

14 世纪西欧有了网球、台球、高尔夫球、橄榄球的雏形。

网球。中世纪的网球不用网，只是在中间拉上一条绳子。球拍用羊肠制作。由看客作裁判，报告球是从绳上还是绳下过去。还有用手直接打球的玩

法。

中世纪游艺种类有：纸牌、骰子、跳棋、掷骨牌等。

东罗马帝国的魔术堪为一绝。罗马艺人善于表演吐火、分身术、易牛马头等魔术，在世界各地享有盛名。中世纪前期已传入中国。

三、西亚及北非生活习俗

阿拉伯帝国是伊斯兰教的发源地，8世纪中叶阿拉伯已成为一个横跨欧亚非三大洲的大帝国。伊斯兰教也成为世界性的宗教。

伊斯兰教的信徒穆斯林必须遵循《古兰经》的训诫。《古兰经》对于信徒生活的各方面，如衣、食、住、行、婚丧嫁娶、经商等都有规定。穆斯林们的宗教信仰、世俗生活、人生礼仪都包容在《古兰经》中，西亚地区人民的生活习俗伴随伊斯兰教的创立而形成并固定下来。

阿拉伯人通过圣战统一了西亚，征服了埃及，深入到南亚。伊斯兰教也随之发展到世界各地，并把穆斯林的宗教及生活习俗传播到各地。被征服地区的古老文明深刻影响了阿拉伯人，使他们在社会发展水平、物质文明和精神生活上都有了巨大进步。

伊斯兰教以其简单明了的教义，信徒间互相平等的观念，及其与农牧业生活相适应的宗教思想征服了各族人民。伊斯兰教把宗教礼仪、生活准则、道德规范通过《古兰经》灌输给广大的穆斯林。如伊斯兰教要求信徒完成念、拜、斋、课、朝五功，从西亚到北非甚至到南亚一些地区的穆斯林都遵循着古训，有规律地进行宗教活动与生活，他们每天要祈祷五次，每年要斋戒一个月，一生要去麦加朝觐一次。

阿拉伯教权国在中世纪中期衰落了，但是伊斯兰教仍主导着广大地区人们的信仰和生活，穆斯林的生活和宗教习俗从中世纪一直传承至今。

1. 西亚生活习俗

(1) 节日礼俗

拜拉台夜。原意为“付清、豁免，即了结每人一年的功过是非。”亦叫“换文卷夜”、赦免之夜。传说真主在这夜打开一切饶恕和怜悯的大门，赦免将死者之罪。时间在教历8月15日（公历约4月初）《伊斯兰简史》说这一夜“真主安拉决定人们一年的生死祸福”。穆斯林“8月14日晚为死者诵经文、布施”。15日白天封斋，夜晚诵经，恳求安拉的恩赐。

大赦之夜。伊斯兰教历9月27日，安拉向先知颁降《古兰经》经文，穆斯林认为该夜祈祷胜过平时一千个夜，众天使和鲁哈（圣灵）亦奉命降临人间，所以他们在大赦之夜礼拜祈祷，赞颂真主和先知，彻夜不眠，称“坐夜”、“守夜”。大赦之夜又称作平安之夜，盖得尔夜。

开斋节。开斋节是伊斯兰教盛大的节日之一。教历622年穆罕默德宣布623年9月为斋月。并规定进行全月斋戒。开斋节定在伊斯兰教历的十月一日，也即是斋月后的第一天（公历5月）。根据伊斯兰教规定，在二十九日，斋月期满时，由阿訇登楼望月，寻看新月（月牙）和天象，确定开斋时间。如果在斋月的第二十九天看到新月，斋月就是二十九天。见月即行开斋，次日即定为开斋节。如不见月，则继续斋戒一日，开斋节顺延。

按伊斯兰教的规定，成年的穆斯林，每年都要封斋一次，时间为一个月。守斋者要清心寡欲，白天禁食，生活极为清苦。所以人们在月底盼望新月，就象盼望所有的节日一样。因为新月出来第二天就是开斋节。

伊斯兰教经典记载，创教初期，在封斋节满月时，伊斯兰教创始人穆罕默德曾率领穆斯林们步行到旷野之外，举行礼拜。穆罕默德在当时曾于沐浴

后，身穿整洁的服装，发放“菲尔士”（开斋钱）。从此以后，穆斯林在节日前，每个家庭成员都向穷人发放“开斋捐”。

每年的开斋节都非常隆重，所有穆斯林都要参加庆祝和礼拜。这一天一大早就沐浴更衣，聚集在附近的清真寺，进行祷告、礼拜，然后进行节日活动。节日活动包括人人穿上漂亮衣服，全家人聚在一起共进以清淡食物为主的开斋饭；节期家家户户用最好的肉、最鲜的奶庆祝节日，用各种食品来招待亲友和客人，人们在这一天还要访亲问友，互相祝贺。

古尔邦节。古尔邦节是伊斯兰教的重大节日之一，又叫宰牲节。是伊斯兰教传统的年节。阿拉伯语称“尔德·艾祖哈”，“尔德”是节日，“艾祖哈”有“宰牲、献牲”的意思，汉译名为“宰牲节”。即宰牲献牲的节日。古尔邦节在每年伊斯兰教历的12月10日举行，因为公历与伊斯兰教历不同，所以每年古尔邦节的公历日期是不固定的，大约在公历7月下旬。

古尔邦节是根据古代阿拉伯地区的宗教传说演变而来的。传说北部阿拉伯人的始祖先知易卜拉欣夜间做了一个梦，梦中安拉责备他有过失行为，启示他杀死自己的儿子伊斯马仪，以考验他对真主的忠诚。易卜拉欣是个虔诚的信徒，决定杀死儿子，在他杀子献祭的时候，魔鬼撒旦三次巧言引诱易卜拉欣违抗安拉旨意，放走献祭的儿子。易卜拉欣不为所动，投出石块斥退魔鬼。安拉被易卜拉欣的纯真情感、坚定信仰所感动，决定以羊代替，在易卜拉欣举起刀子的一瞬间，安拉派遣特使牵着一只羊匆匆赶到现场，命令他宰羊代替献子。从此以后，阿拉伯民族便形成了在这一天宰牲献祭的风俗。

公元7世纪穆罕默德创立伊斯兰教后，承袭了古代的这一风俗礼仪，把古尔邦节定为宗教的节日之一。

所有的穆斯林在这一天都按照传统习惯欢度节日。节日前，家家户户打扫得干干净净，精心制作节日食品糕点。节日显得格外繁忙，人们要准备宰杀的牛、羊，节日的瓜果；宰杀的羊必须满一百八十一天，牛是两年零一天。

节日清晨穆斯林要沐浴熏香，穿戴干净整齐，到清真寺参加会礼。能入寺的只有青年及中老年男子。宣布参拜开始后，穆斯林们互相祝贺，互道节日幸福，然后由“伊玛目”（教长）带领，边颂赞词、边步入礼堂大殿进行节日会礼。参拜的时候寺内寺外所有的信徒一律向麦加圣城方向磕头礼拜，礼拜以后观看宰牲仪式。

礼节后便是各家各户的宰牲活动，经济宽裕的都要宰一只羊、有的还宰牛、宰骆驼。宰羊的过程是，宰好羊以后，立刻剥皮、掏出内脏、砍去头蹄、用水洗净、晾晒干燥、涂上作料，用火烤熟或煮熟，晚上全家围坐品尝烂熟的羊肉。“据称，宰杀之肉分为三份、一份送亲友、一份施舍，一份自食”（《世界大事典·中古部分·古尔邦节的确立》）。

节日里，人们访亲问友，赠节日食物，一般为面食。主人按传统礼节摆出丰盛的筵席，同吃羊肉、糕点和瓜果，共叙友情，互祝节日；也有的诵经祈祷、缅怀先人。

圣纪与圣忌。伊斯兰教历3月12日（公历一般在10月）是先知穆罕默德诞生纪念日。是伊斯兰教的主要节日之一。7世纪，艾布·赛义德正式把3月12日定为圣纪。并将穆罕默德逝世日（回历11年，公历632年3月12日）称作“圣忌”。节日这天，穆斯林在清真寺诵经，赞圣。阿訇讲穆圣的生平事迹，并聚餐以志纪念。

波斯元旦 阿拉伯帝国初期不事庆祝，到阿拔斯王朝已把波斯元旦作为

一个节日庆祝。举行庆典、互赠礼品，唱歌宴饮，作为一个地区性的民族节日来庆祝。

斋月 斋月是穆斯林五项功课中的第四种：斋功。是信徒向真主感恩并表示虔诚之月。公元 622 年穆罕默德仿犹太人定阿术拉日（1 月 10 日）斋戒，次年宣布九月为斋月，全月斋戒。

相传安拉（真主）在伊斯兰教创始人穆罕默德四十岁那年的伊斯兰九月，把《古兰经》的内容传授给他。穆罕默德受到启示后，便以“安拉的使者”的身份开始传教。为了表示对真主的虔诚和对先知的纪念，穆斯林在每年伊斯兰教九月实行斋戒，故称“斋月”。

穆斯林在斋戒期间，不管酷暑和劳累，每天从日出到日落，必须禁绝一切饮食、饮料、烟草、香料、房事及一切娱乐活动。到日落之后，才可以进食。这项规定十分严格，除儿童、精神病患者外，无论男女必须封斋。按伊斯兰教规定患病、旅行、月经、怀孕、哺乳、分娩可以在当年某一时间补上自己封斋的天数。这些人如果不能补缺，就必须以施舍补赎。

斋月不仅要封斋，而且虔诚的穆斯林要努力做到使真主高兴。人们必须在斋月到来之前把一切该了结的，一切有争议的、违反教义的事做出了断。封斋前该结婚的青年要办完婚事，斋月中不准寻欢作乐。

斋月对穆斯林来说是一种精神的快乐，他们因克制自己的欲望和感情的高尚行为证明了自己对神圣戒律的尊重。一个月的吃苦和做为信徒的种种表现坚定了对真主的信仰。

斋月节期，穆斯林每晚都要祈祷、礼拜。

麦加朝觐典礼麦加城是伊斯兰教创始人穆罕默德的诞生地。公元 7 世纪穆罕默德在这里创建了伊斯兰教。公元 622 年他迁居麦地那，630 年穆罕默德征服了麦加，将位于该市中心的多神崇拜偶像克尔伯神殿作为一神教伊斯兰教的最高圣殿。

朝功是伊斯兰教的五功之一，“穆斯林一生”应“至少到麦加朝觐一次”，朝觐过麦加的穆斯林可以得到“哈吉”（朝觐者）的称号。

每年一次的朝觐大典在伊斯兰教历 12 月上旬举行。各地区的朝觐者届时前往麦加朝觐。

克尔伯圣殿和黑石是朝觐的圣物，圣殿又叫天房，长 40 英尺，宽为 33 英尺，高约 50 英尺，据说是先知易卜拉欣和他的儿子伊斯马仪为了表达对真主的崇拜，在公元前 18 世纪建造的。天房由粗石筑成，盖有羊毛织的布。天房东南隅有一块黑石，相传是古圣易卜拉欣留下的遗迹。

穆罕默德 632 年亲自朝觐，以后礼仪基本遵从前制。

朝觐过程：

受戒。朝觐者进入麦加前要换去平时的衣服，披上两块白布、赤脚穿草鞋、不理发、不修容颜、不剪指甲、不争吵、不伤生灵。用以表示穆斯林置功名利禄于不顾，团结一心，共同维护真主创造的一切。

游天房。朝觐者全部按逆时针方向绕天房和黑石走七圈，不行礼拜。信徒在游天房时希望靠近黑石，触摸它、亲吻它，人多无法靠近时则注视它。

在天房附近的撒法、买尔卧两山之间以疾行往返七次，到渗水井饮泉水，以表示对古代先知的怀念，对安拉的感恩。

去米那山进行宗教仪式并宿夜。

去阿拉法特山，在太阳通过子午线时听布道演说。

过宰牲节，履行宰牲仪式，向象征魔鬼的石柱投石，然后宰牲。

返回，告别天房。

穆斯林日常宗教礼仪每天礼拜五次，分别在黎明、中午、下午、黄昏和晚上举行。每星期五下午，在清真寺举行一次集体礼拜“主麻礼”。伊斯兰教每年在“开斋节”、“宰牲节”举行两次会礼。在斋月每天夜晚都要祈祷礼拜。伊斯兰教徒礼拜之前必须沐浴净身，叫做“大净和小净”，大净洗全身，小净洗手、洗脚、脸、摸头、净下。用水洗叫“水净”用土洗叫“土净”，“土净”是把两只手放在干净的地上拍一拍、摸摸脸、搓搓手。没有水才用土净，有水土净无效。

礼拜要在清真寺大殿举行，穆斯林面朝麦加方向，由教长带领着作站立、赞颂、鞠躬、叩头、跪坐等动作。然后由教长宣讲教义。

伊斯兰教统治的西亚中亚地区还有其他宗教存在。阿拉伯帝国是有信仰自由的。阿拔斯王朝时，棕枝主日基督教女子打扮得漂漂亮亮庆祝节日。当时的哈里发买蒙还写一首诗《棕枝主日巧梳妆》加以赞美。可见伊斯兰教统治时期的政策是宽容的。

(2) 西亚生活习俗

阿拉伯帝国包容了欧亚非三大洲的许多民族和国家，在它辽阔的版图内，生活着各色人种。伊斯兰教在礼拜、斋戒和道德、生活各方面用戒律使这广大的地区趋于一致，但是由于历史文化、自然条件的不同，生活习俗也因因地制宜而显出各具特色，从而使阿拉伯帝国的习俗表现出统一性和丰富性相结合的特点。

服饰习俗。阿拉伯半岛是亚热带沙漠气候，为了抵御风沙，当地人形成穿长袍、裹头的习惯。这种把身体裹得严严实实的衣服十分宽大，不仅可防漫天的黄沙，还可以挡住暑热的侵袭。下摆宽宽大大还利于通风。

阿拉伯男子的衣服包括“利伯丝”（衬衣），“加米丝”即短衫，“古乎坦”即长袖上衣，“裘巴”即外衣。冬天加上一件外套。

西亚男袍的式样不全相同，尤其在开襟的方式，领子的样式，衣制的长短上大小一样。从《世界文明史》、《回教世界》之图例看，开襟有中开与右开之别。《阿里之继位》图中，阿里的袍式为中开襟。《盲诗人鲁达基之像》鲁达基的袍子也是中开襟，而诗人里面的衣服却是左开，而《修筑工程之图》工人穿的是右开的衣服。《伊斯坦堡清道夫》清道夫的衣服中间开襟，衣制短小，袍仅过膝，表现出土耳其衣制的特点。衣服领子各不相同，鲁达基的衣服为直领、巴雅齐德二世的袍子是圆领。中亚多穿圆领衣，《在撒马尔干清真寺聆听布道的人们》也是穿圆领衣，波斯人更以圆领衣为多。《聆听回教教理的师徒们》图中之人的服装有直领衣有翻领衣、窄袖翻领衣为青年人所服用。

阿拉伯牧民的袍制极长，而一般波斯人衣袍只达膝盖以下，可露出一部分小腿。所有衣袍都系腰带。

外出都穿宽袖上衣，上衣有官吏用的陀拉式；下摆很高的泰拉桑，为学者教师所用；夹克式的库坦福，为军人所用。中世纪阿拔斯王朝尚黑，后倭马亚王朝尚白，故我国古籍上有黑衣大食、白衣大食之记载。

《中西文化交流史》（沈福伟著，上海人民出版社）记述唐代时期波斯男子穿“贯头衣”，“两厢延下关之，并有巾帔，缘以织成。唐俑中有折襟

胡服男像”。贯头衣为套头衣，用一块大布，于头颈部开一洞，两侧缝住，肩上有披巾。此书彩图四中的人物图像均头缠白布，服圆领衣，衣袖窄，上臂处有一圈状装饰，衣长过膝，为波斯之衣服。

我国古籍也记载了西亚服饰状况，如《岭外代答》《大食诸国》节有“官豪各以金线挑花帛缠头，搭顶（围巾），以白越诺金字布为衣，或衣诸色锦，以红皮为履”。元《岛夷志略》（汪大渊）记述百姓穿著“男女长身、编发、穿驼褐毛衫”。《诸藩志》（宋·赵汝适）《大食国》一节记国王衣饰“王头缠织锦番布、朔望戴八面纯金平顶冠、衣锦衣、系玉带、蹀间金履”。《岭外代答》指出：“其国人相尚以好雪布缠头。”关于衣料还指出其国产“越诺布、金丝锦、五色驼毛段。”天寒“以色毛段为衣”。

平民与贵族衣式相同，但衣料质地相差很大。

一般地说，内衣用埃及麻布，上衣以毛织品丝织品为多。上层喜白色等单一之色。彩色为奴隶及歌伎所穿。学者及教师盛行戴高帽，一般人用低圆帽。外面披一宽大的围巾，学者及僧侣用蓝色宽布垂肩。（参阅《世界文化史》（7）142页《天方夜谭的世界》）

足下穿靴，一般牧民是赤脚。

西亚男人皆蓄胡须。贵族喜用香料香水。

西亚妇女服饰最大的特点是蒙面纱，裹身体。这是根据伊斯兰教把妇女全身都看做是羞体的缘故。

中世纪的伊斯兰妇女要穿长袍，披大披巾，即一大方巾，用它裹住身体。这种大方巾，实际作用是个大披风从头顶直裹到脚面，用它可以掩蔽全身，一则挡住风沙日晒，二则避免外人看到妇女的身体，脸部有一窄缝，妇女向外看将窄缝扒开。另有一种斗篷也是从头盖到脚，只在眼部留两个洞，露出双眼，观看事物。巴基斯坦普什图妇女就穿这种服装。

妇女出门或见客都要戴面纱，面纱是用黑色薄丝做成，透过面纱妇女可以看到外面的一切，而外人却很难看到她们面孔。

妇女头部要用黑布包起来，这样除了手和脚之外，外人什么也看不到。

除面纱以外，中亚古代有一种帷帽，帽用藤编制而出，周围垂网，为妇女遮面之用，帽顶涂上桐油可防雨。《中西文化交流史》称此种帽为古国吐火罗之女帽，曾流行于我国唐宋时代。

妇女蒙面纱之习俗，起源于父系氏族社会，世界上许多民族均有这种习惯，特别是在婚礼及结婚前后一段时间里。结合西亚地理环境、宗教影响，面纱成为当地妇女服饰一大特色。

西亚妇女有带首饰的习惯，如戒指、手镯、项链、项圈、脚上的套镯等。男子送妇女的礼物多为首饰，阿拉伯古代俗语有“套在脖子上的项链已够你受了”，可以证明古代阿拉伯妇女对首饰的重视。

波斯等国服饰习俗对阿拉伯的影响。阿拉伯帝国民族众多，地域辽阔，进驻农业文化地区，颇受波斯的影响。

阿拉伯帝国一度盛行波斯的礼帽和高筒帽，据《阿拉伯—伊斯兰文化史》称，阿拔斯朝时“波斯的高筒帽成了法官和国家要人戴的帽子，连当时的哈里发也戴波斯式礼帽，而且在帽子上再缠头巾。他们有时象波斯人一样别出新裁，在头巾上缠出各种式样，反映出不同的等级和阶层。和波斯相似，当时，各类人有自己的服装，审判官、法官、警察按级别装束有别：法官穿红袍，用白色皮毛镶边，头戴白帽。这在《天方夜谭》及历史画卷中都有反映。

阿拔斯王朝时代经济高度发展，服装显出五彩纷呈之状态。《阿拉伯—伊斯兰文化史》称，当时人们有穿夹衣、穿长袍、穿巴肯齐的，诗人们穿着绣花衬衫，或是格子布衣服或黑衣服。尤其是宫廷中充满了四面八方来的女奴，有亚洲人、非洲人，还有欧洲人。“哈里发和王公贵族的宫殿以及有钱人的府邸，充满了秉性、习惯、语言各异的不同民族的奴隶。”哈里发“面前站着 20 个罗马宫女，这些宫女一个个束着腰带，身穿罗马绸衣，脖颈上挂着金十字架，手上拿着椰枣树和橄榄树叶。”中亚来的女奴“买提玛十分喜欢紫罗兰，她混身香气扑鼻，袖管里也散出花香。”阿拔斯王朝时期宫中妇女服饰颇有百花齐放之势。

西亚中世纪十分流行在衣服的袖子、带子、衬衣上绣上诗句，特别是绣上爱情的字句。艾哈迈德·艾敏记述，玛瓦尔迪说，我在穆罕默德·本处见到一名女奴，在衬衣的缎带上绣上了这样的诗句：情深一片离乡去，路遥白头不变心。她的衣服上绣着：情侣各在天涯，难见音容笑貌。他还看见哈密族的一个名叫欧蕾布的女奴，身穿金丝缎带装饰的衬衣，缎带上绣着：

痴心一片紧相随，
哪管粪土与黄金。
何时赢得情人意，
何时烦恼不相侵。

他们在头巾、帽沿、腰带、手帕、枕头、毯子、床、蚊帐、鞋子、靴子以及衣服褶皱上都绣上诗句。这也是波斯影响的表现。

伊斯兰教是反对偶像崇拜的，阿拉伯人的衣饰上没有人或动物的图案。中亚地区的服装。阿拉伯帝国统治时期的中亚地区，我国唐代史称西域，其穿著我国称为胡服。这种中亚的胡服具有衣长及膝、衣袖瘦窄等特点，腰间系有皮带，头戴毛毡或皮帽，脚著靴、领式为圆领、翻折领、对襟开领等，下着竖条小口裤。中亚胡腾舞、柘枝舞、舞衣也都是双袖紧窄的。这几种舞唐代曾传入中国。当时传入中国的还有各式胡帽，如胡腾舞者所戴的帽是虚顶织成的蕃帽、柘枝舞者所戴为卷檐虚帽、波斯人戴白皮帽（参阅《中国古代服装简史》戴争著，轻工出版社）。饮食习俗。《古兰经》关于吃有许多戒律，如：

对你们禁食的有：自死之物、血液、猪肉、
以及诵读非安拉之名而宰的东西，
还有掐死、打死、摔死、撞死
和野兽吃剩的东西，
—吃你们自宰者不算禁忌—

在神石上屠宰的和用抽签手段也算禁忌（第五章《筵席》）。以上所说“在神石上屠宰的”，指克尔伯周围的一些石块，多神教徒在那里宰牲，以血涂石，献祭给偶像。“用抽签手段”是指多神教几人共买牲畜，分享牲畜肉所用的方式。《古兰经》禁止饮酒：

诚信的人们啊，饮酒、赌博、立偶像、求签、只是一种恶俗劣习，属于魔鬼的行为，你们应该远避。

（第五章《筵席》）

《古兰经》昭示人们要吃洁净的有益于健康的食物，污秽不洁之物不能入口。猪肉在穆斯林看来是不洁净的肉，所以是禁吃的。

《古兰经》允许人们享受安拉赐给他们的口福。伊斯兰教并不提倡禁欲

主义，但是它反对毫无节制的行为。

中世纪初期阿拉伯半岛的游牧民生活十分艰苦，加上各部族之间的战争、血仇等，人民没有安乐幸福之可言。自然环境恶劣，粮食少。贝都因人（牧人）把骆驼、牛、羊看成最重要的财富。他们的饮食中肉类乳类是主要食品。

牛肉、羊肉、骆驼肉是他们食用的肉类，但是他们不吃外形怪异丑恶的螃蟹、甲鱼、昆虫。鱼是他们平时及斋戒期间的食品。

阿拉伯人爱吃羊肉，但不吃死去的牲畜，只吃鲜活的肉，在杀牲上规定宰杀时要口诵安拉，以后专门由清真寺阿訇宰杀。

他们的饭有烤制的饼和饭。《一千零一夜》中记述穆罕默德喜欢吃妇女们做的肉汤和用面糊蒸制的食品。

烤饼中放油和糖，做出来甜而香腻，是穆斯林们喜吃的食品。饭用糖拌或用菜和肉拌起来吃。

在吃肉、吃饭时要使用葱和各种调料。

《岭外代答》卷三记大食诸国（即阿拉伯各国）的饮食情况：“食面饼、肉、酪，贫者乃食鱼、蔬。地少稻米，所产果实甜而不酸”。记吉慈尼情况为：“食饼、肉、乳酪，少鱼米”，“多畜牧驼，马。”眉路骨惇国“以肉面为食”。巴格达“皆食饼、肉、酥酪，少鱼、菜、米。”波斯国“烧羊为食”（《岛夷志略》）。

从以上历史材料看来，一般地说中古时期阿拉伯国家人民的饮食以面饼为主食，也以肉、奶酪为食。产蔬菜的地区不多。靠近海、河、湖泊的地方人们能吃到鱼。普通人的饮食尚较单调。

关于酒食《岭外代答》记：“以葡萄为酒，以蜜和香药作眉思打华酒，暖补有益”。

宋赵汝适的《诸蕃志》《大食》一节，记阿拉伯各国饮食：“民专仰米、谷，好嗜细面蒸羊，贫者食鱼、菜。”

西亚盛产葡萄、橄榄等，阿拉伯盛产椰枣，这些是他们喜吃的水果。

阿拉伯人原来住帐篷，席地而坐。吃饭则围在地毯上吃。

如果来了客人，按照习惯，款待客人时，主人盘坐在毯子上，客人依次围成一圈，客人先伸出双手，由奴仆用水壶替客人冲手。吃饭时用手吃，要用右手抓饭，阿拉伯人认为右手是清洁的，决不能用左手，甚至用左手握手也是决不允许的，那将被认为是对人的侮辱。

阿拉伯人很善谈，常常边吃边谈，可以吃上、谈上一两个小时。

饭后喝饮料，中世纪阿拉伯人喝的一种饮料是用等量的椰枣和葡萄干混合放在容器里，加上水，搁置一段时间即成为可口的饮料。咖啡是阿拉伯人重要饮料。

阿拉伯人饮食习俗在叙利亚、波斯等国的影响下发展。

阿拉伯人统治的地区不断扩大，在他们面前呈现出异常广阔、异常丰富的世界，他们有了各种美味的饮料，各种美味的食品，生活极大的丰富起来，随着美索不达米亚平原、波斯、中亚等地区农业经济的发展繁荣，他们几乎是不自觉地从牧业文化走向农业文化。他们的饮食习惯也发生了巨大的变化。比如早期倭马亚王朝时的哈吉斯举行宴会，他曾请教商人，问他们波斯宴会的状况，商人说宴席是四人一桌，由四个使女抬一个大银桌，桌上放着许多金盘，客人们围着桌子转着吃。哈吉斯对波斯的习俗很不以为然，他坚

持阿拉伯人的习惯，开宴会时大声喊着：“孩子们，把骆驼宰了分给大家吃”。这里体现着牧业生活的习惯。以后到阿拔斯王朝时，其宴会排场之大，食物之精美都是空前的，我们从《天方夜谭》中可以窥见到那个时代的豪华宴饮，与早期阿拉伯人的习俗已大不相同。

阿拔斯时代的饮食品种极其丰富，如：

主食：

白面包、层层薄皮的酥卷、精糖的、细馅的面点等。

奶类：

黄油、奶酪。

菜类及肉类：

排骨、肉冻、土尔丁、羊肉、肥鹅、子鸡、烤羊肉、蔬菜。

水果有：核桃，扁桃、葡萄、椰枣、无花果等各种水果。

酒有；一般酒、色酒。

调料：醋、盐、香草等。

以上是从《阿拉伯—伊斯兰文化史》一书中世纪部分摘抄的材料，这些远远不能代表当时饮食的全部，但从这里我们可以看出，与穷苦的贝都因人相比，这时的阿拉伯人，尤其是贵族的生活习俗的改变是多么大啊！

伊斯兰的戒律是不允许喝酒的，但人们可以喝果汁酒。尤其是阿拔斯时代的人喝果酒已成一种习俗，他们从罗马引来了掺蜂蜜的色酒，叫“拉沙吞”，从波斯引来了“黑风加”，这种酒的饮法很特别，以七周为一轮，根据月亮的圆缺连饮七个星期，还有椰枣酒、干葡萄酒、大麦酒、玉米酒、蜂蜜酒、混合酒、还有蜂蜜加无花果、蜂蜜加麦子的酒。西亚人认为这些只是饮料，不算酒，可以开怀畅饮。西亚人猎取野物做为食物，其手法与其他地区人不同。他们猎中后要赶快跑到猎物前，趁血未凝固时，割断喉咙，才可以食用。因为伊斯兰教规规定，不能吃已死之物。中亚的饮食习俗与西亚相近，从倭马亚王朝以来，中亚归属于阿拉伯帝国，其许多习俗受到西亚风俗的濡染。如喜吃甜、香油膩之食物，主食以面饼为主，喜吃牛油、奶酪、羊肉等。我国元朝宰相耶律楚材曾随军到中亚，他的许多诗反映了中亚的食俗。试摘录一部分诗句，可知当时中亚一带人民饮食情况之一般。赠蒲察元帅七首（公元1220年）其二：

……

忙唤贤姬寻器皿，便呼辽客奏箏琴。

葡萄架底葡萄酒，杷榄花前杷榄仁。其三：

主人知我怯金觞（主人知道我不能饮酒），

特为先生一改堂（特为我改变一下宴会形式）。

细切黄橙调蜜煎（橙子切细片，用蜜汁煎），

重罗白饼糝糖霜（以罗细的白面掺上白糖作饼）。

几盘绿菊分金缕（桌旁有菊花，花瓣如金缕），

一碗清茶点玉香（一碗清茶，清碧如玉，清香宜人）。

明日辞君向东去，

这些风味几时忘。其四：……

春韭旋浇浓鹿尾（鹿尾巴刚烧制好，马上用韭菜汁拌进去），

腊糟微浸软驼蹄（用腊肉的汁汤浸泡着煮酥的驼蹄）。

丝丝鱼脍明如玉（把生鱼切成薄片看来好象片片白玉），

屑屑鸡生烂似泥（把鸡肉捣碎如烂泥一般）。
白面书生知此味（指自己初尝此佳肴），
从今更不嗜黄芥（黄芥、指芥菜）。其六：
黯紫葡萄垂马乳（葡萄暗紫色，样子象马乳），
轻黄杷榄灿牛酥（杷榄轻黄色，颜色象黄油）。其七：
品尝春色批金桔（剥开金桔品尝春色之美），
受用秋香割木瓜（切开木瓜，享受秋色之香）。

耶律楚材在中亚尝到生平未见过的异域风味，感触深刻，作了七首诗，这些诗反映了中亚人民所吃的各种食物及其作法。他自己在小注中特写出：“泰西庖丁亦善作鸡泥”，说明这些食物是西方（实际是西亚）厨师所作。其主食为白面糖饼，菜蔬有羊肉、鸡肉、鹿肉、鱼等，还有各种果品。

中亚的主食与西亚相同，有烧饼、胡饼、油煎饼等。还有一种饭叫“
，论斤出售，耶律楚材诗云；“食饭秤斤卖，金银用麦分（用麦子当尺量金银，以区别大小，不用量器称重量）”（《湛然居士文集·西域河中十首》）。

是一种肉饭，其中加蒜以调味。所谓的烧饼是“用面一斗、羊肉二斤、葱白一合、豉汁和盐熬炙而成”，“胡饼，一名麻饼、炉饼、中可着馅、各色不同”（《中西文化交流史》，161页）。

居住习俗。西亚人中世纪的居住习俗分两种，一种是游牧民族住的帐篷，一种是农耕民族住的房屋。

阿拉伯半岛的游牧人是住在帐篷中的，“贝都因人”就是“住帐篷的人”之意。游牧的贝都因人赶着骆驼、马、羊等牲畜过着逐水草而居的游牧生活，骆驼是他们主要的交通工具，帐篷是他们的住房，游牧民没有建筑房屋的习惯，除非是为了敬神。一般历史学家都认为阿拉伯帝国初期，前四任哈里发时，还是一个沙漠中的酋长王国，哈里发与牧民们一样常常住在帐篷里，过着简陋的生活。

阿拉伯帝国倭马亚王朝时，改变了传统的游牧制度，过渡到农业与牧业相结合的经济，定都大马士革，开始定居生活。

中世纪西亚房子以泥石为砖，以薄石为瓦，“民居与中国同，瓦以薄石为之”（《诸蕃志·大食》），“民比居如鱼鳞”（《岛夷志略》元·汪大渊）。王室宫殿伟丽辉煌，“宫殿皆以沉香、乌木、降真为之，壁皆以黑白玉为之”（《西使记》），“其居以玛瑙为柱，以绿甘石为壁，以水晶为瓦、以碌石力砖、以活石为灰、帐幕之属悉用百花锦、其锦以真金线夹五色丝织成”（《诸蕃志》）。

阿拉伯房屋有矩形中庭，有前室与侧室，分别住着男人和女人。院中有做饭洗衣的角落。房屋内铺地毯。9世纪后使用桌子。

妇女有特定的住房，为阿拉伯人之特殊居俗。此俗来源久远，中世纪初期，阿拉伯人住在帐篷里，帐篷中专辟一角为妇女所居，外人不得入内。后来阿拉伯的住宅中仍有专供妻妾和女儿住的房间，那里不准其他男人接近，是男人（除家长）的禁地，这种禁地叫做“哈连”。各地伊斯兰教徒的住宅也都设有妻妾的房间，如印度、伊朗等地。在土耳其的皇宫里，宫殿的第二层是后妃的住所，这里只有皇帝可以进入，其余的男人都不准进。“哈连”有五十多间房，国王有四个王妃，哈连中有四间大屋是王妃所住，装饰豪华。其他宫女房子就很小了。皇帝办完公事，就回到哈连，在通往哈连的走廊入口有宦官把守。后宫由宦官把守是从倭玛雅王朝开始的习惯。这种习俗是从

罗马帝国传下来的。

“哈连”一词在阿语中本义是“神圣”，长久以来被当作圣地麦加的代名词、或神殿的意思。直到10世纪才变成男人禁地后宫之意思，后来又变成表示一般富有人家千金小姐的闺房。”（《世界风俗·衣住篇》328页）

《世界文明史》图册（7）《回教世界》“庭园”一章指出，阿拉伯世界、西亚回教国家十分重视庭院的建筑。“十字形庭园是回教典型的造园法”，他们要求“园中有花卉、周围有树木”。有水有树木是阿拉伯人追求的境界。“阿拉伯帝国最盛时期的皇帝哈伦·阿尔·拉希多，便在底格里斯河畔建造了有很大庭院的离宫”（《世界风俗·衣住篇》322页）。一般宫殿之中庭有泉、池、喷水池，配植以树木花草。贵族之家和有条件的人家庭院中种些果树，有枣椰子或石榴，这些果园“古代波斯人称为‘巴利达艾沙’，意为‘围起’”；因为果园“通常都是用石头围着”（《世界风俗·衣住篇》314页）。回教式的庭园在倭玛雅王朝时传到伊比利半岛，西班牙的格拉那达的阿尔汗布蕊宫殿是“有代表性的回教庭园”，“在此可以见到流水、喷泉和花木的巧妙搭配”《世界风俗·衣住篇》。

建造房屋使用较多是泥砖。美索不达米亚平原石块与木料很少。一般人用细细的粘土制砖。“把粘土加上适当的水调和，使其凝固，再加工成一块块，放在太阳下晒，这就是泥砖”，中世纪阿拉伯人“学会了泥砖的做法”（《世界习俗·衣住篇》，312页）。后来阿拉伯人越过了直布罗陀海峡，来到伊比利半岛，同时也把泥砖带来。在这个地方，除了使用普通的泥砖之外，还有外观美丽的窑砖和瓦。

阿拉伯帝国的城市繁荣，有宽阔的街道和热闹的市场，有发达的商业和手工业。中国古书记波斯：“街阔五丈余，左右铺砌青石石板，尤极精致，以便来往。”街道非常热闹，有各种集市。城市建在河边。“河两岸皆民居，日为墟市，舟车辐凑”（《诸蕃志·大食》），车船往来，集市上有卖粮食的如“麻、麦、粟、豆、糖、面、油、柴”，还有“鸡、羊、鹅、鸭、鱼、虾、枣圈、葡萄、杂果，”另外有珍珠、玉石、香料、药材、锦缎、驼毛、布匹之类充满集市。

游牧人的帐篷

沙漠中的居民，多半是夜间行路，白天就在树荫下睡觉，夏天晚上露天睡觉是平常的事，牧民们夜晚把骆驼围成一圈，人们在中间睡觉，没有屋子一样生活。

在西亚或中亚北部，天气寒冷，不能在野外睡，牧民就住在黑色羊毛帐篷里。

帐篷里有一部分用帘子隔起，那是女人的住处，女人在那里做饭，女人的住处男人是不能进入的。

帐篷中可以生火堆，主人不断加入木柴，免得火堆熄灭。帐篷上顶有出烟的洞口。

阿拉伯地毯是西亚人居室的重要设备。

阿拉伯人本是游牧民族，依赖骆驼过着游牧生活，他们住的是帐篷，有的把布铺在沙漠上，就算床铺，骆驼围绕在主人周围就可以入睡。

地毯是阿拉伯的特产，据《世界民俗大观》记，早在两千多年以前贝都因人已开始编织和使用地毯。早期阿拉伯人制造地毯已经非常讲究，他们以上等羊毛做原料，在自制的织造架上用手工织毯。地毯的图案多取材于阿拉

伯人喜欢的花，上面还有优美的“簇叶、葡萄叶、和动物等”，“上面的几何图形和花卉，装饰则格外堂皇富丽”。我们看到“百合花或向日葵”，“整束的水仙花，插在瓶内的郁金香，还有“牡丹和簇叶，有着优美柔软的花茎”（《远东与近东文明》153页，雷奈·格鲁塞著，上海人民出版社）。

阿拉伯人在长期的游牧生活中形成了铺地毯的习惯。他们以前逐水草而居，常常搬家，为了搬家方便，他们没有更多的家俱，没有床和桌椅，只有地毯是他们最重要的用具。白天可以在地毯上活动，吃饭，夜间在地毯上睡觉，平日在地毯上会客。定居以后地毯仍是他们重要的家俱。王公贵族的地毯十分讲究。如阿拔斯朝买蒙结婚时“铺的地毯是用金线织的，并镶满珍珠和蓝宝石。”（《阿拉伯—伊斯兰文化史》）

对于游牧民来说地毯是他们须臾不可离开的用具，它除了铺地以外，还可以在搬家时携带各种食品、用具及儿童。祈祷时还要用地毯垫着膝盖。最穷的家也要有地毯，使用地毯的习俗是西亚人创造的，现在地毯已遍于全世界。

阿拉伯人过渡到定居生活以后，他们仍习惯盘腿坐在地毯上。无论是聊天、吃饭都在地毯上进行。据今天所看到的中世纪图画，波斯人等都是在地毯上落坐，也有稍高的台为尊者供坐。阿拉伯人即使在户外也是铺上地毯席毯而坐，《远东与近东文明》一书提供16世纪的画，芳草如茵，鲜花满地，而女主人公则坐于一毯之上。室内地毯上还有茵褥，大多以软锦为茵褥（《岛夷志略》）。

(3) 人生仪礼

割礼。阿拉伯人无论男女幼年时都要行割礼，男子必在

10岁之前进行，打扮整齐骑马到理发店手术。在实行割礼时，家长要宴请亲戚朋友，女孩在不为人注意情况下手术。阿拉伯—伊斯兰文化史记载，伊本赫东说：“哈查吉为庆祝儿子割礼，举行宴会。证明中世纪时确有此风俗。

婚俗。阿拉伯人的婚姻，据说在伊斯兰教兴起之前，一个男子可以占有十几个妻子，可以娶姊妹几人同时为妻。那时游牧

民性关系不够严肃，也有乱伦现象发生。针对这种不正常的情况，伊斯兰教提出婚姻方面的戒律。伊斯兰教准许男子娶四房妻子，还可把手下奴婢收房。

结婚，先由媒人作媒，父母定亲。伊斯兰的妇女头戴面纱，而且一直关在家里，很少参加社会活动。男女从不亲近，青年男女没有机会互相接触，因此男子在婚前看不到未婚妻的面貌，只是由媒人介绍。在中世纪男子喜欢娶自己的堂妹或表妹。因为这些女子他们熟悉、了解。当然，这种近亲结婚的后果逐渐被人们认识，那是以后的事。由于种种原因，至今娶堂妹表妹的现象仍存在。

男子在婚前要送给未婚妻一定数量的聘礼或聘金。一般平民送牛羊之类，王公贵族的聘礼就十分可观了。“买蒙迎娶哈桑的女儿布兰时，在新婚之夜给了她一千颗宝石作彩礼”（《阿拉伯—伊斯兰文化史》）。婚礼也十分奢华：“点燃的龙涎香烛，每个一百迈宁（相当于900多克），铺的地毯是用金线织的，并镶满了珍珠和蓝宝石。”

西亚人结婚前要有订婚，订婚除有聘金外，还应经过清真寺的认定；结

婚也经过清真寺。父母为儿女的婚事都是大操大办，宴请亲友，大吃大喝，载歌载舞，热闹几天，婚事才算办完。订婚与结婚家庭要举行庆祝，男女双方家庭分开活动，婚礼前新娘要染红手心脚心。

婚后男子对女子有绝对权威。如果认为妻子有错，男子可以惩罚妻子，可以关起她来，可以休妻。如果认为妇女不贞，结婚当天晚上就可以休掉。

关于离婚，伊斯兰教有保护妇女儿童的规定，离婚后男方对已怀孕的妇女还要尽到责任：“尽可能在你们的寓所安排她们居住。你们切不可妨碍她们，使她们痛苦，如果她们怀孕，你们应对她们给养充足，直到她们分娩结束。如果她们为你们哺乳，你们应给以报酬，并合理地相商支付，如果你们之间意见冲突，就让他另找别的乳母”（《古兰经》六十五章《离婚》）。

如果男方把离婚的话已说出口，又想收回这个决定，必须交付一定的赔偿金。《古兰经》的规定是释放一个奴隶，或是连续戒斋两个月，或者是供应六十个贫民一天的口粮，以后，男子才可以和妻复婚。这无疑是告诫一些随便休妻，把离婚看作儿戏的人做事要慎重。

丈夫离弃妻子后，不可以索要以前送她的各种礼物。丈夫给妻子的聘礼聘金永远属于妻子所有，丈夫去世，家人也不能剥夺。这些开明的保护妇女的作法都是载于《古兰经》之中的。《古兰经》记述过一个库白依沙事件，反映了伊斯兰教成立以前的野蛮风俗，有个人死后留下了妻子，他的另一个妻子的儿子，或是近亲拿一块巾帕盖在这个女人头上，就取得了处置她的优先权。要娶她就和她结婚，不用给聘金。要嫁她出去，就享受她从死者得到的聘金，不给她一文。假如不娶不嫁，就把她禁闭起来虐待，逼她用死者的聘金赎买自由，或把她折磨死，承继她的聘金。穆罕默德对聘金、离婚的习俗作了一部分更改。同时还废除了养义子的习俗、掷石交易的习俗。

伊斯兰教对乱搞男女关系，偷窃、严厉地处罚。

富裕的阿拉伯人、王公贵族都有娶女奴或把女奴纳为妾的习惯。他们不愿娶自由人妇女，因为与她们结婚，事先看不到她们的容颜。与近亲婚配又有许多后遗症。《阿拉伯——伊斯兰文化史》记了一首近亲结婚弊病的歌：“近亲结婚体必弱，异族联姻壮又强。近亲婚配愁不尽，生子瘦弱病又长。”因此盛行娶女奴之风。女奴来自世界各地，有罗马人、黑人、土耳其人、斯拉夫人、印度人等。由此产生不同民族的婚配。如黑祖兰本是一个女俘，来自阿富汗，正是她为穆罕默德·迈赫迪生了穆萨·哈迪和哈伦·拉希德。倭马亚王朝最后一位哈里发麦尔旺·本·穆罕默德是库尔德女奴所生。各民族之间的通婚，加速了民族的融合，产生了一批新的人。

丧葬习俗。阿拉伯人和所有的穆斯林丧礼的程序是相同的。一般地说，穆斯林都是速葬、丧葬仪式与死期不超过三天，最好次日下葬。

人死后先要净洗，全身裹上写有经文的白布，送到清真寺（也有先将尸体送往清真寺净洗的）。然后把尸体放在一个特定的木盒中。在清真寺举行仪式，然后亲友们护送尸盒到墓地。一路上阿訇念着《古兰经》，送葬男子低声诵读，妇女们在后面号淘大哭，表示哀痛。穆斯林都有公墓，把死者从匣中抬出，放入事先挖好的墓坑中，死者的脸要朝向麦加的方向，以便死者能继续作礼拜。

穆斯林的葬礼比较简朴，没有丧服的规定。墓上没有标记。只是在葬埋以后的三天到七天内，每天请一阿訇去墓地念经超度亡灵。

阿拉伯人认为所有的穆斯林在真主面前都是平等的，反对个人崇拜。人

死后不搞盛大的葬礼。坟墓上也不标记，无论穷人富人都埋在一个公墓里，即使是王室贵族也不例外。

(4) 游艺竞技习俗

歌会和宵会。中世纪富人家蓄养众多奴隶，有许多女奴专门为主人弹琴歌唱。

当时的奴隶贩子、奴隶主把女奴的教养看得十分重要，他们从女奴幼时就请老师教她们吹拉弹唱。女奴到了成年，学得一身本事，可以卖给王公贵族，赚上一大笔钱。因此许多女奴才艺双全，不仅会弹琴，会唱歌，有的还会自己编歌词。有的甚至精通数学、医学、天文、地理等各种学问。

王公贵族之家在招待客人时，常开歌会，由女奴唱歌来娱乐大家。阿拔斯朝几代哈里发也常在家中听歌，不仅有宫中歌女唱，还有外面歌手来唱。据说麦赫迪什么歌都听，歌手们到宫里为他演唱。他坐在帷幕后面，人们看不到他的面孔。

奴隶贩子常常占有一大批奴隶，他让女奴歌手在公共场合表演，这种演唱会，年青人都可以去听，只要化钱就能够进去。在这种演唱会上，女奴们一展才艺，博得不少公子王孙的爱情，演出许多爱情故事。

阿拉伯人的宵会也十分著名。阿拉伯的祖先生活在自然环境恶劣的阿拉伯半岛上，他们逐水草而居，过着游牧的生活，为了与大自然作斗争，他们喜欢过集体生活。一天劳动后尤其喜欢聚在一起聊天。这就是宵会。他们这种传统从古代到中世纪一直延续下来，特别是伊斯兰教兴起，穆斯林是兄弟的思想深入人心，相聚在一起互相谈心，交流经验，谈见闻。这种宵会是阿拉伯人特有的一种聚会形式，传统悠久。

古代时人们走出家门，坐在沙地上，沐浴在月光下，聚会畅谈。冬天他们点起篝火，围坐在篝火边谈话。与会的人可为一家一族，还有不相识的人。

中世纪穆斯林们更喜欢聚集在学者、宗教家身边，听他们讲学，也有唱歌弹琴等娱乐活动（参考《外国奇风异俗，阿拉伯人的宵会》世界知识出版社）。

阿拉伯人十分慷慨好客，他们的篝火为迷路的人、饥饿的人带来光明和希望，他们的家只要有条件也慨然招待不相识的人。按照阿拉伯人古老的民族习惯，生客住下来，三天之内决不过问客人身世情况和来意。只是招待，管吃管住，饥饿的人可以受到热情款待。《古兰经》告诉人们：“当蚂蚁拖着麦粒摇曳时，不要去折磨它”，对弱者的同情，体现了阿拉伯人民传统的美德。

阿拉伯人形容一个人好客，不用好客、慷慨等字样，而是说某某人的火是不灭的，或某某人的灰很多。中世纪早期的诗人骑士哈蒂木·塔伊（死于公元578年）成了人们谈论好客的代名词，称颂他的火是永不熄灭的，他的家成了行人和遇难者的归宿和隐蔽所。

《一千零一夜》中的许多故事也反映了阿拉伯人民的这种美德，如《塞欧德·萨里睦和樊子鲁、张尔蕃的故事》、《商人阿里·密斯里的故事》等。前者写帮助落难朋友，后者写招待不相识的商人。这种慷慨大方、热情好客的程度是其他民族文学中罕见的。

棋艺及其他。国际象棋是印度人创造的，9世纪传入阿拉伯。中世纪印度的象棋被广大穆斯林所爱好。印度的棋艺习俗被伊斯兰世界所接受，并

融入到阿拉伯帝国的日常生活中。

诗人伊本·鲁米有一首描写象棋大师艾布·卡萨母·泰瓦奇的诗，可以了解中世纪下棋风气之盛，棋艺之高。下面摘录一部分：设棋坛力克众将，挫群雄无人抵挡。……谈笑间巧布迷阵，轻落子突出奇兵。杀得对手难招架，杀得棋盘战火浓。……你精明无比，你狡诈出奇。弈子不用看，心中有全盘。（《阿拉伯——伊斯兰文化史》）除下棋以外，还有掷骰子、赌博，这是穷人、富人都玩的活动。斗鸡、斗狗在当时也盛行一时。养鸽也成为阿拉伯人的一种娱乐。唱歌是阿拔斯王朝时最普遍的娱乐活动，这种习俗是阿拉伯人受波斯习俗的影响而形成的。边唱、边弹、边组词、作诗歌，成为一些诗人、歌唱家的特长。易卜拉欣·本·迈赫迪因擅长于唱歌作曲而闻名。打猎成为贵族的习尚，据说艾布·依萨十分喜爱狩猎，有时狙击羚羊、兔子，有时用鹰猎鹪鹩。户外活动还有射箭（弓术）、枪术等。

波罗球是盛行于西亚和中亚的体育活动。它是一种马上游戏，骑马的人分为两队，手执球杖，杖头如匙形，以球杖击球，以先击入球门者为胜。这项运动唐代已传入我国。

2. 北非生活习俗

非洲部分，本章以埃及为主。中世纪前期由于阿拉伯人的入侵，伊斯兰教排斥了基督教或其他原始崇拜，成为北非埃及、马格里布，以及东非的索马里、苏丹，西非的加纳、马里等国的国教。他们的习俗都受到伊斯兰教的影响。但是在非洲，伊斯兰教的观念不如阿拉伯人强，尤其是西非，万物有灵论在他们观念中几乎是根深蒂固的。

埃及是非洲的文明古国，4世纪末是拜占庭帝国的一部分，7世纪中叶被阿拉伯人征服，阿拉伯语替代了科普特语，埃及逐渐阿拉伯化。尽管埃及从法蒂玛王朝开始独立（公元969年），但是仍一直是一个伊斯兰教国家。

埃及人的习俗大多与阿拉伯人相同，由于历史文化的影 响，还有一些独特之处。

(1) 节日礼俗

埃及日出节。每年2月21日，在阿布辛堡举行。这是古埃及法老拉莫西斯二世的生日。古埃及人崇拜太阳神，国王被说成是太阳神的后裔。拉莫西斯二世神庙是日出节瞻拜物的对象。这天清晨6点25分，太阳将它朝霞似的光束穿过拉莫西斯神庙高10米、宽5米的石门，通过60米的甬道，照射到神庙尽头石室内面向东方的法老拉莫西斯二世的石像上，10分钟以后，石室内的石像被沙漠和湖面的反射光全部照亮，太阳直射在石像的地方成为一个耀眼的光斑。然后渐渐向左下方移去，不久在它的尽处瞬间消失。6点55分，拉莫西斯二世石像和它身旁的三个石像恢复正常的光照。这是日出节最神奇的时刻，日出节那一天埃及人凌晨起身，纷纷来到尼罗河畔，迎接黎明时这一奇观。这一奇观是埃及人民智慧的充分体现，是古埃及人有高度的天文、地理、建筑科学知识的证明。

尼罗河泛滥节。尼罗河两岸是埃及古文明的发源地。尼罗河与埃及人民的生产生活有密不可分的关系，它每年6月水位开始上升，9月达到高潮，11月以后开始下降。水退以后两岸形成肥沃的冲积平原，大量的淤泥是最好

的肥料。自古以来，埃及人民就利用这种天然的肥料进行农业生产。这里盛产棉花、粮食作物，每年可种三季。埃及人民对尼罗河充满感激崇拜之情。

每年6月中旬，尼罗河将要泛滥、水质呈现绿色的时候，人们都聚集在河岸举行盛大的“落泪夜”庆祝活动。人们向岸边的尼罗河神木雕像膜拜，祭司读着祝祷词，向河神祈祷幸福。河面上有无数船只，人们在船上跳舞唱歌。8月，当河水漫过两岸堤坝淹没大片土地的时候，人们还要热烈地庆祝一番。这时法老本人、文武群臣和宗教首领都要参加。人们把拉莫西斯三世雕成美女，敬献给尼罗河神，使他们结为夫妇。

据《尼罗河泛滥节》（李连元著，载《外国奇风异俗》，世界知识出版社）记述，尼罗河泛滥节源于一个古老的传说。据说有一天，女神伊兹斯的丈夫外出遇难身亡，女神悲痛欲绝，泪水如暴雨一样落在河里，使河水突然上涨。人们为了使女神不要太伤心，便想出用歌舞、吹打的形式来安慰她。女神的泪水泛滥到尼罗河两岸使两岸五谷丰登，生机勃勃。人们每逢河水泛滥都要载歌载舞欢庆一番。

尼罗河娶妇。埃及传统民间节日，时在8月28日。尼罗河泛滥，古埃及人认为是河神发怒造成，为使河神高兴，平息水患，人们每年选出一个美女为尼罗河新娘，将其投入河中。新娘届时要穿新衣，端坐在彩花装饰的轿子里，在达官贵人和众人簇拥下来到河边。待伊斯兰教教长或清真寺伊玛姆背诵《古兰经》，朗读献给尼罗河神的颂歌后，新娘便在欢呼声中和妇女尖叫声中被抛到河里，与尼罗河成亲（引自《中外民俗学词典》）。

惠风节。惠风节在每年4月15日，是埃及传统节日，已有5000年历史。惠风节有“闻闻春风”气息的意义。据古代传说，这一天是善神战胜恶神的日子，后来与基督教复活节相融。传统食物有鸡蛋，埃及人认为鸡蛋形似宇宙，故为神圣之物，互送鸡蛋象征吉祥。生菜充满生机，也是节日食品。伊斯兰教传入，视鱼为“真主降下的神灵”，预示幸福生活的到来，故又有了吃鲜鱼的习惯，鱼被埃及人看作圣洁之物，吃鱼有特别神圣的色彩。大葱也被看作驱邪免灾之物，因为它强烈的刺激味有使人苏醒的效果，故做为惠风节的主要生菜。

这一天埃及人都要到外面盛妆出游，以享受春天的气息，闻一下春天的风（《悠久的惠风节》，载刘伟编《世界各国风情趣谈》）。

马斯卡尔节（埃塞俄比亚）。埃塞俄比亚是信奉基督教的国家，马斯卡尔为“十字架”的意思。相传公元326年9月27日是圣海伦娜找到耶稣罹难真十字架的日子，所以又称“真十字架日”。为了纪念这个节日，每年9月27日人们照例要庆祝“马斯卡尔”节。

埃塞俄比亚庆祝这个节日开始于14世纪，当时埃塞俄比亚皇帝达维在接到十字架碎片时，举行了一次庄严的仪式，以后就延续下来，成为一个有特色的民族节日。

埃塞俄比亚的9月末正是雨季快要结束，田间工作快要开始的时候，这时埃塞俄比亚的春季要来了，遍地开放着一种十字形的黄色小花，人们叫它马斯卡尔花，天空出现了一种深蓝色的小鸟，人们叫它马斯卡尔鸟。雨季刚过，太阳格外明媚，满山满谷浓翠欲滴，人们在这时候尽情欢乐。至于它的宗教意义逐渐被人们淡忘。

(2) 人生仪礼

埃及人的婚礼。埃及是伊斯兰教国家，婚礼是隆重的。

按照伊斯兰教规矩，男女双方结婚前不能见面。订婚全由父母决定，相亲也只能是由母亲、姐妹帮助。

订婚后男方要给女方一笔彩礼，以便新娘置办首饰和家俱。

结婚前女子要洗澡，在亲友女伴陪同下完成这件大事。

结婚由男方派人出车迎接新娘，新娘打扮一新，戴上各种首饰。新娘上车后到了新郎家先不肯下车，一定由新郎许下诺言才肯下车。结婚仪式上要有诵读《古兰经》的仪式。到新郎家，新娘头戴面纱，二人分别坐在两把椅子上，亲戚在旁撒钱币。吃饭后新郎在夜幕降临时去教堂跪拜两次，回来才可以揭开新人的面纱。两人同饮完一杯凉水，结婚的仪式才算完成。

埃及人的割礼。埃及人于公元前 1400 年左右便有行割礼的习俗。他们认为这种习俗有利于人的健康，使人清洁、卫生，并能在一定程度上控制人的性欲，可以培养人良好的道德品质。开始时，他们对男女都实行割礼，男子用石刀割损包皮，女子割损阴蒂，男子由理发师进行，女子由接生婆进行。男孩 7 岁行割礼，行割礼前要举行仪式以示庆祝，行割礼时在家进行，妇女们在一旁欢呼歌唱。手术完，男孩家摆席，诵《古兰经》。

埃及的丧礼。埃及的丧礼，首先是家人报丧，妇女们用手或石块击打胸部报丧，有节奏地敲打铃鼓报丧。

家人把死者抬入清真寺，请教长洗尸体、裹尸布，然后将尸体装入尸架，即尸棺，抬入墓地。埃及穆斯林的墓坑是先打一个直坑，然后从直坑向里再打一个横坑，尸体脸朝上，头朝麦加方向，安葬在横坑里面。入葬时，脸部的尸布打开。葬完用土把坑填平，不起坟头。

守葬吊唁期间，丧家男子不刮胡子不理发，不在家睡觉，在临时搭的棚里睡，以守丧，最长达 40 天。亡人房间三日内油灯不熄。这时期请诵经人诵读《古兰经》。如果死的是亲爱者，妇女要把床单、枕头染成黑色，把地毯翻个个儿。各种灯架烛台都要裹上黑布。把死者的马尾毛剪下放于鞍子上把马牵到停尸床前。如果死者是一个大人物，家中女人要把脸用黑色或靛蓝抹上。

埃及葬礼隆重，当某人去世，亲戚朋友都来参加丧礼，阿訇领着众人走向墓地，一路上阿訇不停地背诵《古兰经》。到了墓地，按伊斯兰教习俗，葬礼一切活动都在阿訇主持下进行。众人在阿訇带领下做祷告，然后再入葬。入葬时众人高喊“真主伟大”，“我们属于真主，我们都要回到他那里去。”

一般地说，伊斯兰教教徒死后不留坟墓，不树墓碑，但埃及与一般阿拉伯世界观念不同，由于受古代埃及文化的影响，有钱人要为亲属营造墓地。盖上一座与生前环境相同的阴宅，供他死后居住。死人埋入地下，亲属就在阴宅中为他守灵 40 天。每逢重大节日，如开斋节，宰牲节，死者的亲人还要来此为死者扫墓。他们认为死者灵魂长在，给死者死后安身之处非常重要。

(3) 北非的服装

北非、埃及、苏丹、摩洛哥、利比亚等伊斯兰教国，地处撒哈拉大沙漠中，他们的服装是宽大的长袍，喜穿白色、深蓝色。北非地区风大沙多，每年强风刮起，天昏地暗，飞沙走石，一片混沌，人们用长袍蒙住头脸，挡住风沙，夜晚长袍可做被盖。北非人头上缠头巾。妇女蒙面，外出时黑色面纱上扒一道缝可以看路。

埃及中古服装，《岭外代答》称国王“以帛织出金字缠头，所坐之物则织以丝罽（音计，毡毯之类，是一种毛织品）”（此条出于“大秦”条，据杨人榘先生考证，此时所说大秦指埃及）。

埃及衣料以亚麻织物为主。亚麻织的“凉纱”是一种极薄的织物，这种衣料特别适宜炎热的天气穿用，这种布做的服装，式样简单，以白色为主，花纹单纯。埃及人的身分地位不同，但不以衣服和服饰区别。

四、南亚及东南亚生活习俗

印度是南亚的文明古国，是佛教和印度教的发源地，对南亚、东南亚产生了重要的影响。中古时期印度经历了无数的战乱，外族的入侵，宗教的变革，伊斯兰教的统治，但是印度仍以它古老的文明，深邃的哲学，独特的宗教在中古历史上闪耀着它特有的光芒。

中古时期印度长期处于分裂状态。4—6 世纪中叶笈多王朝统一了印度北方。以后有 哒王朝，后有戒日王统治时期，戒日王尚可号令北方。7 世纪中戒日王去世，印度北方分裂成许多国家，全印度形成数百个封建割据的大小王国，王国之间互相争霸。直到 13 世纪德里苏丹王国时期才形成印度历史上第一个稳固的政权。印度不断遭到外国的侵略，经济受到破坏，阶级矛盾、民族矛盾都十分尖锐。

印度的宗教在社会发展中也不断变化发展，戒日王时代佛教盛极一时，但到八、九世纪时佛教衰落了。产生于 4 世纪的印度教受到统治阶级的支持而获得很快的发展，印度教承继了婆罗门教的一些宗教仪礼及种姓制度，完善了婆罗门教与佛教的教理成为印度的统治宗教。印度教和婆罗门教一样，把人分成四种，即婆罗门（僧侣），刹帝利（武士、官吏），吠舍（平民、商人）、首陀罗（农民、手工业工人）。各阶层地位悬殊，世代世袭，不可更改。与印度教同时存在的宗教，除佛教外还有耆那教。13 世纪由于伊斯兰教国的侵入，伊斯兰教在印度发展起来，佛教衰落了，15 世纪后又兴起了锡克教。在众多的宗教中，印度教占着最重要的地位。

印度教与印度人民生活关系十分密切，尤其是在广大农村，人民生活的各个方面是由印度教支配着的，寺庙是印度教社会生活的中心，寺庙是农村土地的所有者，是财富的集中者，是学校，是村的行政中心，是劳动力的雇用者，是讨论各种问题的中心，还是娱乐活动的中心。另外，印度教把人的一生划分为四个阶段：学习期、居家期、隐居期、脱俗期。每个印度教徒都要按着这个程式安排自己的一生。印度教渗透在印度社会的各个方面，规定出每个教徒从生到死的各种程式和法规。它深植于印度人的生活之中。印度是一个思考的民族，它的宗教中所包含的深邃博大的思想，深刻的哲理，在外族长期统治的历史过程中没有泯灭。印度在生活方式和思维方式中一直保有自己民族独有的特色。从 13 世纪德里王朝到 16 世纪莫卧尔王朝，5 个世纪的伊斯兰教统治，伊斯兰教最终未能全部取代印度教，未能使印度伊斯兰化。

当然，伊斯兰教对印度的冲击是巨大的。它的平等观念，它的穆斯林都是兄弟的观念，吸引了印度低级种姓的群众，为了争取平等，许多低级种姓群众改宗伊斯兰教。一些高级种姓者为了少交税并取得政治上的权势和地位也改宗了伊斯兰教。这样阿拉伯、波斯、蒙古的文化和生活习惯就渗入了印度，改变了古代印度吠陀时代以来的某些文化习俗，从而奠定了南亚现代文化习俗的基础。

印度习俗由于民族众多、教派众多，各种宗教的互相渗透和影响，表现出丰富多彩的面貌。佛教有自己的法会，印度教有其特殊的寺庙、法规，伊斯兰教徒从外表即可认清。中世纪印度教

占有重要地位，是本章介绍的重点。

印度人大多数信仰印度教，印度教的节日就是大多数印度人的节日，印

度教所规定的人生礼仪就是大多数印度人的人生礼仪，印度教相信世界有因果，人生有轮回。他们认为欲乐、资财、人道、解脱为人生四宝，这四宝决定着人生的价值取向。所谓欲乐就是人应该享受生的快乐，狭义的说指的是爱和欲。这是关

系种族繁衍的大事，古代有《爱欲经》为指导，中世纪盛行生殖崇拜，性力崇拜，女神崇拜。表现为节日对处女的膜拜，举林伽狂欢（林伽为性器）等。资财是保证生存的条件，印度教视资财为人生之一宝，灯节纪念的拉丝密女神即为印度的财神。自然，不管是追求欲乐和财富都是有限度的，不义之财不能取，贪婪是罪恶。印度教认为解脱是人生的最高价值，是人生的理想，是人的神性的实现。所以生活只是过程，现实只是达到理想的过程。基于种种观念中古的印度人有强烈的宗教意识，也不反对合理的凡俗享乐。这种既入世又出世的生活态度构成了印度特殊的人生风俗。

1. 南亚生活习俗

(1) 节日习俗

印度教信奉的神多，节日也多。主要的神有三位，湿婆，为大自在天，是毁灭之神，可降魔除暴；毗湿奴，为遍入天，保护之神，可降福人间；婆罗摩，为大梵天，创造之神。此外还有因陀罗，为战神，雪山女神为毗湿奴之妻子；杜尔迦女神，是一位骑在狮子上的女战神；黑天神等。众多节日为诸神所设，内容丰富多采。

除印度教之外，伊斯兰教徒有自己的节日，佛教也有大规模的活动。

无遮大会。中世纪前期印度的无遮大会盛况空前。据玄奘《大唐西域记》卷五《曲女城之会》载，戒日王时代，公元642年，戒日王于二月在曲女城设大会。戒日王率领数十万人在伽河（恒河）南岸，拘摩罗王率数万之众在河的北岸，以河水中线分界，各从水陆两路并进。两国王在队伍最前面，四方有兵士护卫，有坐船的，有骑象的，击鼓鸣螺，吹奏管弦，一路浩浩荡荡，奔向曲女城。大队人、象经九十日，至曲女城集中在苑伽河西大花林中。

是时，诸国二十余王，先奉诏命，率领本国最优秀的僧人，有佛教的和尚，印度教的婆罗门，还有群官、兵士，都来参加集会。

戒日王在法会之前在河西命人建一座大寺庙，寺庙东边建一宝台，高百余尺，中有金佛像，大小与戒日王相同，台南建一宝坛，是浴佛像之处；从这里往东北十四、五里，又筑一行宫。从二月初一，以各种美味食品款待和尚和婆罗门。到二十一日时，自行宫至伽蓝，夹道为阁，阁倍加装饰，乐队吹奏各种优雅的乐曲。戒日王从行宫中让人拿出一座金像，高三尺余，放在大象身上，用幔帐遮住。王身穿僧王之服，手执宝盖在金佛左边侍奉佛像；拘摩罗王穿印度王之服，手执白拂在右边。两王各有五百象军，披铠甲在周围侍卫。佛像前后各有一百头大象护卫。乐队分别乘坐在象上吹奏着音乐，随队伍前进。

戒日王边行进，边以珍珠、杂宝、及金银诸花，随步四散，供养三宝。

仪式开始在宝坛用香水洗浴佛像，王亲自背着佛像送上西台，以各种珍宝，僭奢耶衣数十百千，而为供养。这时只有二十多个和尚随从着，各蕃国国王为戒日王侍卫。

吃过饭后，集中起不同的学派教派，商榷研讨，论辩真理所在。天色已

晚，王驾回行宫。

就象这样，每天送金像，有各种卫队乐队护送，一直到大会结束。无遮大会参加者不分教派，戒日王在大会上散发财物，每五年举行一次。

印度教的节日和斋日很多，“有十二个月十三个节之说，但最主要的节日有四个，霍利节、胜利节、灯节、佩鐺节。“传统习惯认为佩鐺节是婆罗门的节日，胜利节是刹帝利的节日，灯节是吠舍的节日，洒红节是首陀罗的节日”（《印度各邦历史文化·北方邦》）。实际上这几个节是大家都庆祝的节日。这些节日与古代雅利安和达罗毗荼人的战争有关。据说胜利节就是纪念雅利安人战胜达罗毗荼人的节日，十首魔王指达罗毗荼的王。

霍利节。霍利节又称洒红节，也叫印度泼水节。每年印历12月月圆之夜开始（公历在2月、3月间）。是印度教几大节日之一。

据《印度文化与民俗》十章介绍，关于这个节日的起源，印度教有一个传说。据说印度古代有个叫赫尔那耶伽西布的国王，“暴虐无道，骄傲自满”不敬神灵，竟然要全国上下“不准再提天神的名字”，而要尊他为神，否则就要严厉惩处。

他的儿子普拉赫拉德是保护神毗湿奴虔诚的信徒，对抗他的旨意，继续敬神。他非常恼火，千方百计要害死儿子，先是“把儿子从万丈悬崖上推下，但儿子没有摔死”，“又叫人用大象踩”也害不死。最后魔王把不怕火烧的“妹妹霍利叫来”，叫他抱住普拉赫拉德坐在火堆上焚烧。但有神灵保护的普拉赫拉德没有死，霍利由于符咒失灵而被烧死。当普拉赫拉德从火中走出来的时候人民为他祝贺，向他泼洒红色的水以示庆祝。为纪念这次善良和正义战胜残暴邪恶的事件，“人们每年用柴草做堆象征霍利”，把它烧掉，以表达人民拥护正义、反对邪恶的信念。

还有一个与洒红节有关的历史事件。古代拉其普特人遭到帕坦人的猛烈进攻，亡国在即。王后罗帕玛蒂急中生智，用甜言蜜语给敌酋写了一封信说：“希望不要再杀了，春天要过去了，请带上你的勇士同拉其普特的女子共度洒红节吧”。被胜利冲昏了头脑的帕坦人兴冲冲地来赴会、狂欢时，扮成女子的武士们，抽刀血洗了帕坦人，用敌人自己的血染红了敌人的面颊。

二月末三月初，印度全民都来参加这个狂欢的节日霍利节。节日早晨人们彼此祝贺，互相洒水、洒红取乐。人们手持红色粉末的袋子走街串巷，不管是否认识，不管是男是女，见人就贺喜、拥抱，然后相互往对方脸上、头上、身上洒满红颜色的水。不管老人小孩，不管地位高低，不管什么种姓，人们任意嬉戏，尽情欢笑，有人手中提着有颜色的水桶，向街上的人们泼去，浇得个全身湿透，人们也不在乎，照样狂欢狂跳；人们击打各种板子、手鼓，弹着歌曲、嘴里喊着，无比疯狂，无比幸福快乐。有的地方男子高举林伽游行狂欢。这一天允许人们胡骂，说低级下流话。无人介意。还有人扮成湿婆模样骑着毛驴喊着骂人的口号。

洒红节亲友们互相在额上点吉祥痣，以示祝贺。

农村庆祝霍利节就跟过年一样，打扫屋子制作洒红的颜料。节日时不仅洒红抹牛粪和泥巴，还要手执棍棒集体跳舞、唱有关霍利节的歌。这种节日舞蹈很有特色，“古吉拉特邦的棍棒舞是很有名的”（《印度文化与民俗》、《印度各邦历史文化》）。

十胜节。十胜节又叫德喜合拉节、胜利节。

十胜节“从九月底开始，到十月初结束，时间一般是10天”（《印度文

化与民俗》十章)。

十胜节是欢庆罗摩战胜十首魔王波罗那的节日，是印度教四大节日之一。

据《罗摩衍那》记载，罗摩是十车王的大儿子，品德高尚，武艺高强。父亲准备立他为王储。十车王的小王后要国王定她的儿子为太子，国王因为对小王后有诺言在先，只好答应了小王后。罗摩劝慰了父亲，自愿到森林里去流放14年。罗摩的妻子悉多与他同行。不料到森林后，十首魔王抢走了悉多。后来罗摩在神猴哈曼奴的帮助下打败了十首魔王。战争进行了十天，十首王及其儿子和兄弟全部被杀死。罗摩获胜，悉多得救。罗摩和悉多重获团圆。罗摩重返阿逾陀。

“十胜节是庆祝罗摩战胜十首王的节日。过节时，婆罗门供奉笔墨、书籍，刹帝利供奉武器，吠舍供奉秤，农民供奉农具和粮食”（《印度各邦历史文化·北方邦》）。

节日期间举行各种宗教仪式。演罗摩故事，最后烧掉“魔王”以示庆祝。人们崇敬罗摩，因为他是毗湿奴的化身，是人们的保护神，可以保佑国泰民安。

灯节。灯节是印度教的重大节日，时间在印历八月见不到月亮后的第十五天举行，大约在公历10月、11月。

据说“首先庆祝这个节日的是阿逾陀人”。当摩罗和神猴战胜十首王之后，回到阔别14年的首都阿逾陀城时，“阿逾陀人全都点上油灯，昼夜热烈欢迎庆祝”（《印度文化与民俗》十章），以后沿习成风，遂有灯节。

又说，古代有毒王纳拉卡苏为害人间，人类求助于神，诸神派使者克里希纳王来帮助人们。他在黎明前征服了毒王。人们欢天喜地，用无数火炬欢庆胜利，欢迎光明，驱走黑暗，以后沿习成风。灯节又叫“屠妖节”。

印度屠妖节的仪式在庙堂要庆祝五天。每天念诵不同意义的经文。第一天献给印度教徒，第二天庆祝毒王纳拉卡苏之死；第三天献给财富和繁荣女神拉丝蜜；第四天献给地底之王巴利，拉丝蜜允许他从地下爬出来在光明中生活一次；第五天歌颂兄弟姐妹们团结。

节前印度人民就忙碌起来，张贴神像、准备供品，打扫房间，点上灯烛，迎接神祇的到来。据说财富繁荣之神拉丝蜜女神会在节日时到那些清洁的点着灯火的人家去给人祝福。节日之前商人更加紧张，他们要在节前把帐目整理清楚，以便节日祷告，以后另立新帐。屠妖节等于他们的新年。拉丝蜜女神是印度的财神。

节日这一天人们起得很早，身上涂上姜油洗过澡，换上新衣，以表示纯洁和清白。孩子们头发梳整齐，少女们头上插上素馨花。然后一家人站在拉丝蜜女神像前祷告。这一天印度教徒都要到庙堂去祈祷和感恩。妇女们手捧碟子，里面有槟榔叶、槟榔、香蕉、鲜花和香料，象征和谐相处，家人团结，好象生活在清新、美丽的大自然中。人们在庙中默默祷告，然后由祭司把朱砂粉放在人们手心，让他们点额，祭司还在神前剖开一个椰子，以椰肉的洁白象征人内心的清白，椰水象征纯洁。

灯节的夜晚，处处点着一排排小油灯，院子里不留一个死角，门户大开，欢迎拉丝蜜女神进家里来，给自己带来财富和好运。

街上也是一片光明，鞭炮齐响，张灯结彩，热闹非凡。

杜尔迦节。杜尔迦节是印度的重要节日，是苏拉特国王掌权以后兴起

的节日。当时是每年春天过节，以后改为秋天，每次庆祝五天。

据《往世书》记载，凶神阿修罗变成水牛，折磨众神。他把众神赶出天堂，“自己登上因陀罗的宝座”。众神请求湿婆和毗湿奴帮助，二神震怒，喷出一道火焰，照射整个宇宙，然后这道光焰就“变作一位漂亮的女神”，即“杜尔迦女神”。众神送给她各种礼物，各种武器，喜马拉雅山神送给他一只狮子当坐骑。

杜尔迦有五对手臂，每只手臂各持一件武器。她“伸开十臂向阿修罗挑战”，“阿修罗率众前来应战”，战争开始，直打得山摇地动，天昏地暗。杜尔迦投出一个圆圈，叫做“巴希”，套住了阿修罗，阿修罗百般挣扎，搞得“宇宙突然摇晃起来”。但终未能挣脱，最后“杜尔迦抽出宝剑将它刺死”。“众神和百姓欢声雷动，向杜尔迦祝贺致敬”。众民和诸神都请求杜尔迦在他们以后遇到危难时，来解救他们，杜尔迦答应了这个要求。印度教徒们“送她回家与亲人团聚”。为了感谢杜尔迦战胜邪恶，扶植正气的功绩，遂有了杜尔迦节。

过节前人们就开始忙碌，打扫房屋、购置新衣、买节日食品、买礼物、塑杜尔迦神像。

节日开始，城里到处树立着神棚，神棚内有一个高台，台上并排竖有高大的杜尔迦等神像。台上有祭司念诵对女神的祈祷词，台下人群双手合十静听祈祷，连续拜神三次，拜神后把手中的鲜花投向女神，以示敬奉之意。据说木苹果树是湿婆夫妇心爱之物，印度教徒视为吉祥物，群众也有向神敬奉水果及木苹果树的。拜祭完毕人们歌舞欢乐，沉浸在欢乐的节日气氛中。据说舞者多为男子，他们各持一陶碗，碗内有点燃的干椰壳，轻烟袅袅，有一种神秘气氛。欢庆活动在夜间举行更加热烈。参加祈祷者，穿着最新最好的衣服，神棚的周围和场地也都装饰一新。

杜尔迦节在孟加拉庆祝最为庄重。西孟加拉邦印度教国王让人在王宫里搭神棚祈祷，以后才逐渐扩展到民间进行祈祷活动。

神像是用“黄麻”、“香蕉叶”和“泥土”制作而成，节日前就准备材料进行制作。塑造出一尊“骑在雄狮背上”，十只手宰杀牛魔王姿势的杜尔迦女神。

孟加拉的印度教徒在女神节前除打扫房屋外，还成群结队去恒河——印度教的圣河沐浴。他们不仅纯洁了身体，也纯洁了灵魂。孟加拉女神庙在节日里修建一新，庙内再现女神战恶妖的形象。泥塑全部彩绘着装，栩栩如生。孟加拉是夜间祈祷，人们涌向女神庙，双手合十向女神拜祝祈祷，敬奉上鲜花，水果和木苹果树，以后就是欢庆歌舞。

节日最后一天是活动的高潮，人们把神像请下来，载歌载舞运往圣湖或圣河，放入水中。运送神像过程中，教徒们虔诚地双手合十，目送女神升天的场面。船把神像沉入水中，一些教徒甚至跳入水中护送神像，“心情沉重”，悲戚哭号，以示对女神依依不舍之情。

人们在回家的路上，因为想到女神已安然回自己的家，心情又轻松愉快起来。

保护节。保护节在印历5月（公历7—8月）的圆月那一天。保护节又叫手镯节。它是印度的重大节日。

节日的来源据《印度各邦历史文化·北方邦》说，神和恶魔之间进行了激烈的战争，恶魔连连获胜，神节节败退。最后因陀罗——天神王也打败了。

准备弃首府而逃亡。他把大臣和导师祭主（木星）请来商议，要跟恶魔决一死战。这时因陀罗的妻子说：“夫君，不要怕，我自有办法克敌制胜。第二天早晨，她在丈夫手上套了一个保护圈”。再战时，果然魔王被保护圈吓跑。

每年保护节，姐妹们都要给兄弟们手上戴上个手镯“拉凯”，以保护兄弟平安无事。兄弟们也给姐妹们送鲜花、礼物，以表达兄弟姐妹之情。《印度文化与民俗》介绍节日前街上已出售过节时手上戴的拉凯，和各种点心、糖果。

过节这天姐妹们早早起床，沐浴、打扮，供神祭祖。然后坐在兄弟面前给他点上吉祥痣，“给兄弟的右手上戴上拉凯”，并“对兄弟”表示“良好祝愿”，如祝你“平安”、“幸福”、“发财”等，“兄弟也向姐妹发出誓言：为了保护你的荣誉和尊严，即使赴汤蹈火，流尽最后一滴血，也在所不辞”。

印度教婆罗门和祭司也给信徒配戴拉凯。有的地方“墙上画有巨幅神像”，人们进行祈祷，并给神上供，在“门口墙上画有巨型黄色手印以表吉祥。”（《印度文化与民俗》十章）

沐浴节。这是印度教的节日，纪念黑天神的化身扎格纳特神降临的节日，时间在4月（公历6、7月）。

这天有扎格纳特庙宇的地方都要举行节日活动，由祭司把扎格纳特、其弟大力罗摩、其妹苏婆特罗的神像从庙宇抬出，在太阳升起前用一百零八个水罐的水为之沐浴，涂油并高高举起，让所有的人都能看到。

乘车节。扎格纳特在沐浴之后，乘荫凉快。曾乘车出游。人们认为扎格纳特是大神毗湿奴的化身，为纪念这次出游，印度的毗湿奴教设立了乘车节。时间在沐浴节后15天。

节日活动中心在奥里萨邦的普里城。教徒们重新洗净和粉刷扎格纳特像，放在一座大车上摆上供品，拉到其他神庙，并在那里放14天，然后拉回原来的寺庙。

印度教徒认为见到扎格纳特神像，可免去轮回再生之苦，有些狂热的教徒为表示虔诚，甚至投到车下丧生，以为这样可以升天。

黑天神诞辰日。黑天神是印度教崇拜的大神之一。黑天神诞辰日是印度教三大派中毗湿奴教派的一个重要节日。

纪念活动在每年相当于公历8月8日举行，节日期间，信徒不吃饭，在恒河等圣河中举行沐浴、油身、对黑天神礼拜，诵经，并对婆罗门施舍财物。

象人神节。象人神节在每年9月。

传说印度三大神灵之一的湿婆外出远游，他的妻子司掌美丽的女神，用自己的汗水创造了一个儿子，起名叫迦内希，一天女神沐浴，让儿子守门，不放外人进来。这时湿婆正好回来，他见一个孩子不准他进门，就把小孩的头砍了。女神见儿子被杀，悲痛欲绝。湿婆了解了情况，安慰女神：“我出去找一个代替儿子头的东西，我要把第一样遇到的东西移到他身上”。他出门后，遇到了一头大象，他就把象头安在了迦内希的身上。女神见儿子变成象人更加难过，湿婆就给了迦内希高超的智慧。迦内希就是印度人崇拜的象人神。

每年9月欢度象人神节，他们塑一个象人神象，供奉在家里，10天后把它抬到海边，进行海祭。孟买狭长的海滩上是海祭象人神的一个地方。到节日时，人们把大小不一的象人神用车运到海边，放入海中，情绪热烈欢腾。

(11) 蛇节。印度的蛇节在每年的 8 月举行。

蛇是印度人的朋友、宠物。蛇节时，人们和蛇玩耍，与蛇亲吻，把蛇缠在脖子上走来走去。

各地的庆祝方式不一样，在比哈尔邦，印度教徒用蛇形的船和筏表示庆祝。在加尔各答人们祭祀大蛇女神，在旁遮普邦，人们祭祀黑蛇的塑像。（参阅《印度各邦历史文化》）

(12) 阿术拉节(巴基斯坦)。“阿术拉”特指回历一月十日(公历 8 月)。

巴基斯坦 伊斯兰教的什叶派在这一天哀悼什叶派的领袖侯赛因。侯赛因是穆罕默德先知的的外孙，公元 680 年在卡尔巴拉战役中殉难。

巴基斯坦是伊斯兰教国家，伊斯兰教的重大节日巴基斯坦都给以庆祝。阿术拉节的哀悼活动是巴基斯坦最有特色的一次宗教节日活动。

悼念活动从伊斯兰教历 1 月 1 日或 3 日(公历为 8 月中旬)开始，到 10 日达到高潮。十日之前该教派妇女全部穿黑袍。10 日男子们上街哀悼，他们举着什叶派的旗及象征穆罕默德、侯赛因等圣人的图案，侯赛因的战马及陵墓模型，每人手攥四、五根二尺长的铁链子，铁链末端系一个半尺长的刀，刀尖是个弯钩。他们甩起铁链用力往自己背部甩打，一拉一甩，背部出现几条链痕和刀痕，弯钩撕扯着一块块皮肉。不一会个个都皮开肉绽，使人惨不忍睹。可他们毫不感到痛苦，在甩刀的同时捶胸顿足高呼侯赛因的名字，队伍中喊叫、哀悼、哭泣声交织一片，充满悲哀壮烈的气氛。围观的敌对派别逊尼派也被感动得动容泪下。

悲痛的悼念者有的因流血太多，有的因过度悲伤纷纷昏厥，被人们抬到医院。悼念活动才达到高潮。

这一节日为悼念侯赛因而设，故又称“哀悼节”。侯赛因殉难于沙漠之中受尽了干渴的折磨，什叶派在节日里设水摊、饭摊，施舍行人以还愿。

(13) 水灯节(泰国)。水灯节起始于泰国第一个皇朝——素可泰皇朝(13 世纪中叶——14 世纪中叶)时代的袅帕莱王妃，王妃首创放水灯的仪式，并亲自设计了水灯的莲花形状。水灯多用芭蕉叶或芭蕉树皮制成，水灯的形状似莲花，或大如盆，或小如碗，中间燃着香烛。

水灯节在每年泰历 12 月(公历 11 月)月圆那天举行。自黄昏时开始，直到深夜，人们在湄南河两岸放水灯。人们把自己制作的水灯放到河面上，跪下合十祈祷，然后看着自己所放的水灯，直到看不见。人们以为水灯闪烁的烛光愈久，来年的运气愈好。水灯节适在雨季之后，又是月圆之时，水面万盏水灯，宛若繁星，天上地上相映成趣，极富有诗情画意。

水灯节是农民对河神的一种酬谢仪式，农业靠河水，丰收靠河水，每年收获以后，为报谢神恩，人们放起水灯，祈祷上天，消灾纳福，希望来年有个好收成，好日子(《碧水灯花——泰国水灯节》胡本英著，载于《外国奇风异俗》)。

(14) 佛牙节(斯里兰卡)。佛牙节是斯里兰卡最隆重的佛教盛会。

公元 317 年，南印度羯陵伽国国王派遣王子和王女两人化装成婆罗门，把佛陀的左犬牙从佛牙城带到斯里兰卡。从此佛牙被斯里兰卡历代君王当作镇国之宝和王权的标志，对佛牙建塔供奉。每年 7、8 月间还在佛教中心康提那举行佛牙游行，供群众瞻拜。

(14) 大象游行节(斯里兰卡)。相传僧伽罗人格吉巴国王在位(114—136)时，朱罗国入侵抢走佛牙塔和一万多个宝石鼓，还俘虏了许多士兵。格吉巴

国王带领全国军民击败了朱罗国侵略者，夺回宝物和士兵。为了庆祝这一胜利，斯里兰卡举行了大规模的大象游行。以后沿袭为每年8月中旬举行大象游行节。

(2) 南亚的生活习俗

南亚地处亚热带和热带气候区，自古以来就有发达的农业。印度是著名的文明古国，无论在文化方面，经济方面，都曾处于古代世界的前列。以后由于外族的侵略，国家的分裂，造成一度的混乱和发展的缓慢。中世纪前期印度的生活习俗大多传承了古代的习俗，由于波斯人、阿富汗人、突厥人的侵入，生活习俗也受到外族的影响。但是大多数农民群众仍保持着古老的生活习惯，随着社会的发展，经济的进步，各民族的融合，中世纪印度人民的习俗也有所变化。

印度是一个民族众多，教派众多的国家，这就造成了印度生活习俗的丰富性、多样性。

服饰习俗。印度是古代文明发达最早的国家之一。吠陀时代（公元前6—10世纪）已经有自己的服装，他们不仅穿外衣，还有内衣、斗篷，并懂得用棉花、羊毛、兽皮制作衣服，据印度历史记载，这时已有陶迪（围裤）、沙丽等服装。（《印度文化史》）

从6、7世纪完工的阿旃陀石窟的雕像画像之服饰可以看出，印度中世纪男人用布围腰作为裤子，上穿衣服，女子沙丽从上身直缠到下身为裙，披围巾，戴头饰。如阿旃陀第十七号石窟“母亲和儿子”的图像，母亲沙丽绕身，露出两臂，沙丽从上缠到腰下，颜色美丽，有花纹，儿子穿无袖上衣，衣至腰下，对襟、开领、下身有围布，臂戴镯，发编辫。

关于印度7世纪的服饰，唐高僧玄奘有详细描写，《大唐西域记》卷二《衣饰》篇记载，印度衣服“无所裁制”，用一整条布裹在身上，不加裁剪缝制。其衣服颜色是“以白色为贵”。男子“绕腰络腋”，把布围在腰上，又从腋下缠起来，“横巾右袒”，身上横围一块布，露出右边的胳膊。女子的衣服与男子不同，“襜（音蝉）衣下垂”，上衣的衣服垂下，“通肩总覆”女子如果围布从两肩上覆盖而下，不似男子的“右袒”，这种围法就是披沙丽。据玄奘记述印度古代衣服是用丝、毛、麻织物制作的，也有用细的野兽毛织物做的。《大唐西域记》还记述北印度天气寒冷，人们穿短衣和裤，样子很象胡服。玄奘游历了印度各邦，看到各地衣服都不相同，有以孔雀羽毛当衣服，有的把骷髅挂在身上，有的赤裸着身体，没有衣服，有的用草板盖住身体，有的不留头发和胡须，有的蓬着胡须，把头发用一根簪挽起来。

关于和尚的僧服，玄奘记述，和尚的衣服长仅过腰，下面束一裙。没有扣，用带系住。有黄色，也有红色的。

上层的刹帝利、婆罗门，崇尚清静，整洁，国王大臣穿的很好，头戴花幔宝冠，身上佩着玉和瓔珞。

玄奘看到印度人不穿鞋，牙齿染成黑色或红色，耳上穿孔（以上均见于《大唐西域记》卷二《印度总述》）。

围裤与沙丽是印度的传统的基本的服装，围裤用一块布围在腰胯之上，可长可短，视天气变化而定。沙丽6或7尺长，（也有更长的），可披戴，打折，缠绕全身。贫家女子只有一条沙丽，洗涤时可披在身上一半，同时洗涤另一半。

沙丽可以用棉布作，也可以用丝绸作，还可以绣上图案。夏天女人喜用淡色，冬季喜用深色。

印度服装不分等级都是一种式样，但封建领主穿高级料子，平民百姓穿质量低级粗劣的布料。裙子花色各异，沙丽披戴自由，档次高低，花色品种大不相同。

印度男服包括上衣和下裳，女服有一短衫、一裙及一块沙丽，中世纪上层人士穿有全套的衣服，劳动农民只穿一条小裤遮一下身体。

印度天气炎热，衣服都要通风宽大，使其不增加热度。

据《印度古代文明》记载，中世纪印度能够生产“丝绸、平纹细布、亚麻布”，并且有了棉花，为印度的服装提供了很好的物质前提。

印度教派众多，服饰各异。印度教男穿围裤，女穿沙丽。伊斯兰教，女带面纱，长袍遮身。耆那教徒有的全身赤裸，有的身穿白衣。

吉祥痣。印度妇女结婚时在额前点吉祥痣，象征喜庆、吉祥、痣大小与指头相似，圆形、红色。吉祥痣是已婚妇女的标志。未婚者和寡妇不点。

在参加宗教活动中，祭司向人们祝福，并向人们头上涂红粉，这也是一种吉祥痣，不过祭司不是画的圆形，而是在脑门上画一条竖线。

将士出征时，家人在他们头上涂上吉祥痣。表示对他的祝福，希望他平安、胜利。

吉祥痣是印度人民特有的一种面部装饰，中古时期这种红色圆点，点在额头好象福星高照，有喜庆、欢乐、幸福的种种象征。

装饰。印度人民是讲究装饰自己的民族，从古代文明时代，他们已经有戴各种装饰品的习惯。不论男女，不论穷富，都喜戴首饰，如手镯、项链、臂镯、耳环等。

笈多王朝（4—6世纪）装饰品的种类已很多。除了手镯，脚镯、项链、臂镯、耳环之外，头上戴的首饰如“交错莫里”、“吉利德”等，臂饰和腰带饰品也有了增加。从阿旃陀石窟的壁画中可以看出那时妇女头上戴有宝石的首饰，昂贵的宝石不仅装饰在头发的分缝处，还装饰在发髻上面，当时男女都讲究戴项链。

玄奘的《大唐西域记》反映了7世纪印度的情况，其中关于人们的首饰，装饰也有所记载：男女都在“耳上穿孔”，有花环宝冠，作为首饰，男女都以镯子、璎珞佩在身上，有的富商大贾，只戴镯子。印度人还喜欢在身上涂各种香料，比如旃檀香，郁金香等。

印度人的首饰多用宝石、金、银、象牙制作（《世界风物志》《印度篇》）。

印度人的头饰，用钩子和小链子固定在头上，上面穿着、镶着各种金、银饰品和宝石制品。

耳环，有宝石与金属两种，耳环形制种类繁多，大小各异。更有女人在耳朵上刺出许多小孔戴上多种耳饰。国王也戴耳环。

鼻饰，是随着伊斯兰教传入而带来的习俗，不是印度土俗。多用金银制作，为已婚妇女所戴。

项链、镯子，指环。手镯以其圆形，在印度有福寿双全的含义，脚上的脚镯早已有之。

印度服饰是不断发展变化的，唐代玄奘所见印度人的发式为“顶有小髻，余发垂下”，“齐发”（剪齐头发）。到了宋代赵汝适（曾官福建省帕提举，主管外贸）所见的情况已有变化，他写的《诸蕃志》中《天竺》篇述“辨

发垂下，两鬓及顶以帛缠头”。此时印度一部分邦的发饰受到伊斯兰教的影响，从齐发改为缠头。到元代，汪大渊所见为“手帕系额编发垂耳”（《岛夷志略》）汪为元至正年间（14世纪）人，当时，印度风习深受伊斯兰教及蒙古的影响。以上三人记述说明印度古老的风习在13世纪后受回教影响，发生了伊斯兰化的改变。其衣服、鞋也有变化，7世纪时衣服完全是以布缠身，如玄奘所说“无所裁制”，到宋代已有改观：“妃衣大袖镂金红衣”（《诸蕃志》《天竺》篇）。玄奘时印度人“人多徒跣，少有所履”，是光脚板。到元代汪大渊时“穿白皮织鞋，以绵纱结袜”，明显受到波斯风格之影响。

印度食俗。印度是佛教发源地，八、九世纪后印度教占据统治地位。印度人的饮食习俗深受到宗教的影响。印度教虽然吃肉，但鄙薄猪肉，不吃牛肉、只是吃鸡、吃鱼而已。

中世纪印度人能吃肉，也能喝酒。据《印度古代文明》7章（（印）塔帕尔著，浙江人民出版社）记述，中世纪初期：“肉是普遍食用的，酒是日常饮用的，有当地产的各种酒，有西方进口的酒”。但到后来印度教盛行，饮酒的习惯改变了。伊本·库达特在9世纪中叶曾记述“印度诸王及其臣民均不饮酒”（《阿拉伯·波斯突厥人东方文献辑注》47页（法）费琅中华书局）《大唐西域记》记载中世纪印度的主要食品有“乳、酪、膏、酥”等乳类制品，有“砂糖、石蜜、芥子油”等调料，有“诸饼”均“常所膳也”，肉食有“鱼、羊、麝”的肉，不食“牛、驴、象、马、豕、犬、狐、狼、狮子、猴、猿”，吃这种肉会受到众人鄙视，要被赶出“城郭”，吃葱蒜也会被逐出。蔬菜有“姜、芥、瓜、瓠、鞞陀”。饮料各阶层不同，刹帝利以“葡萄、甘蔗”为饮料，婆罗门饮葡萄、甘蔗汁，吠舍饮用米面制的酒。

《岭外代答》记“国王事天尊牛，杀之偿死”。印度人自古尊重牛，印度教认为牛是繁殖后代的象征，又是人类赖以生存的食物——牛奶、黄油的来源，不准杀牛，不吃牛肉，特别视母牛为圣牛。

印度吃素的人多，等级高的很少吃肉，低级种姓吃羊肉。他们都喝奶、喝茶。

总之，印度人的主食是奶、米饭或烤制的面饼，副食有各式各样的水果、蔬菜，肉食有羊肉、鱼、鸡肉。酒类有啤酒，果酒等。

中古时期，印度人有一种礼仪习俗“口嚼萎叶或配以香料的槟榔叶，是一种合乎礼仪的习俗。”（《印度古代文明》7章）。萎叶或槟榔叶是当作一种咀嚼物献给客人的，当客人吃完饭以后，就献上这种咀嚼物，以起爽口的作用。

据《伊本·巴图塔游记》（作于1355年）记载，他到德里苏丹的一个属国时，对他的招待是“大部分是米饭，还有啤酒，最后是萎叶。”“每天吃三顿饭，早晚都吃水果和糕点。”（《阿拉伯波斯突厥人东方文献辑注》，493页）这种招待客人的方式当是与印度德里苏丹一致的。

印度中世纪炊具与中国不同，《大唐西域记》说他们有锅，但没有蒸饭用的瓦罐，盆多是泥的，铜盆很少。

吃饭用手抓食，没有汤匙筷子之类，只用右手吃，忌讳用左手。忌讳共食用一盘，“兄弟不同爨，不共器而食”（《岭外代答》周去非）。每人吃饭用一器物，各种调料用手指去调和（《大唐西域记》）。

喝茶喝奶把它们斟入盘中，用舌舔饮。

《大唐西域记》说印度人爱清洁，吃饭前必洗手，不吃剩饭，瓦木器具

用完就丢弃，金银铜铁的食具擦得亮晶晶的。

玄奘说印度人爱清洁，尤爱洗澡，不洗澡不与别人接触，国王洗澡时还有音乐伴奏，还要事先祭祀（《大唐西域记》中《饌食》篇）。

居住习俗。笈多王朝时期，印度生活已很富足。从古代发掘看，城市人生活安逸舒适，他们室内用具齐全，《印度古代文明》第七章记载当时室内已有沐浴用的喷水陶罐。

中世纪印度城市的房屋盖得讲究“有高的窗和阳台”，“街道两旁的窗口和阳台向外突出，为行人遮挡阳光和阵雨。”（《印度古代社会史》，151页，刘欣如著，中国社科出版社）主要街道两旁林立着普通居民的房屋，虽然比较小，但都“带一个可展望大街的阳台”，这时的房屋的木结构已被砖瓦结构所代替。贫穷百姓也用竹条代替木材建筑房屋。房屋都按城市基本方位定向（《印度古代文明》（印）塔帕尔，浙江人民出版社1990年）。

玄奘对居住情况也有所记述，《大唐西域记》记城市为方形，有曲折的大道和小巷，屠户、捕鱼的、歌妓、优人、卖肉的、打扫粪便的都不准住在城里。街道上行人靠左行。

玄奘记述印度住宅是砖垒砌而成，也有用竹子和木条编制而成的。屋顶和墙壁用石灰抹，或用茅草苫上顶，地上涂以牛粪，有鲜花散布在室内各处。

平民所居的房屋“内侈外俭”，屋子高低大小不同，层台重阁形制不拘，王宫之门在东面开。

王坐卧在绳床，君王的座子又大又高，有珍珠装饰，叫做狮子床，上铺细毛毯，下有宝几。

寺庙有隅楼四起，三层楼阁，雕刻梁栋，窗户墙垣都用图画彩绘装饰。

(3) 人生礼仪

印度教的人生礼仪。印度古代祭祀仪礼十分繁多，每日每月每年都有例行的祭礼。其人生仪礼为祭礼仪式的重要部分。印度教徒的一生，不过是按照仪礼依次完成的历程而已。

受胎礼。古代印度人认为儿子是自己生命的继续，自己灵魂升天也依靠儿子的祭祀供奉，生育是人生大事。结婚后想要怀孕而进行的祈祷仪礼就是受胎礼。时间在婚后第4天，行过礼后夫妇才可同房，另说，每月进行一次，在停经时，一直到怀孕。有病，未沐浴，另有所爱之妇女无权行此礼。仪礼方式是夫妻一同喝奶，并供奉十位神，对神唱经文。为除去妻子身上的恶物精灵，丈夫向妻也要唱经咒文。然后夫妻交欢，事毕，丈夫再唱经文，祝愿妻子受胎，其词为：“好象大地孕育阿耨尼，好象上天孕育因陀罗，窪尤住于地胎，我现在把胎放置在你胎中”（《见于《家庭经》及《奥义书》）。

妊娠4个月还要行护胎礼。

成男礼，祈求胎儿为男子的礼仪。择一吉日清晨，让孕妇穿上新衣服，面向东坐在吉祥草上。男女双方要发誓不堕胎。丈夫立在妻子背后，以右手抚孕妻的肚脐，唱念经文。取大麦一粒说“你是牡牛”，置于孕妇之右，又取两粒豆子唱：“你是睾丸”，然后加入一滴奶，让孕妇一起吞下。此时亦有把苏摩树（榕树）汁和嫩草粉，用圣火一烧注入妻子的右鼻孔的仪式。丈夫的手放在胎心上，祈祷妻子生一个男孩。

梳发礼。成男礼后一个月行梳发礼，孕妇要沐浴，穿上新衣，坐在圣火右边的牛皮上。丈夫念诵经文而为妻子分发，把头发向上梳，以避邪镇魔，

使胎儿健康发育。此时要把未熟的乌昙钵罗果放在妇人头顶上，以祈顺产。乐师在一旁奏琵琶唱歌，使孕妇心情愉快。

诞生礼。在孕妇临产时要驱逐恶魔罗刹，供养神祇，唱念经文，以新桶汲的水一滴滴在妇女头上，脚下放上兔尔杨梯草，产婆用手抚产妇唱经文说“象风吹一样”。这叫安产礼。其二是新生儿产下后，父亲对儿子加三回气息，象征三神保佑，用蜜和牛奶酪抹在小儿口中并给以祝福。这叫授名礼。再次，父亲在儿子耳边祝福孩子聪明，并摸小儿的两肩唱念：“石头啊，斧子啊，无上的金子啊，你是生在吠陀的小儿，保佑你百年长寿。”这是授智礼。再次为授乳礼，断脐时，产婆唱：“我把你从死中解脱出来”，然后放在母亲腿上。母亲先用右乳哺儿，再用左乳哺儿。

命名礼。此礼一般在生后十日举行。父母及小儿都要沐浴净身，穿新衣，祭祀诸神，祈祷长命幸福，高声念小儿的名字，男儿名由偶数音组成，女孩名由奇数音组成，各种姓语尾不同。另由父亲为小儿起一个秘密名字，以免别人诅咒，这个名字除父母外谁也不知。

出游礼。生后第4个月举行。是小儿出门之礼，与父母共同外游，呼吸新鲜空气。

初食礼。生后第6个月举行。这时父母若希望孩子富贵就用羊肉，若希望他有名望则用鸟肉，希望他有智慧就用鱼肉，希望他强而有力就有米饭。以其中的一种和蜜和奶，喂给小儿。还要念经祝福。

结发礼。表明婴儿期终了的礼仪。婆罗门生一年或三年时，刹帝利五岁，吠舍七岁时举行。圣火北面有盛着米、麦豆、胡麻的容器，孩子坐在母亲膝上坐于西侧，旁有牛粪及夏西树叶，父亲在母亲南侧，手拿一束吉祥草坐着。然后父亲把孩子的头发由左而右用湿吉祥草三束放在发的右边，对着剃刀念经文，把孩子周围头发剃下来用夏西树叶盛着放在母手，母放在牛粪器里。左边也这样剃，仅留顶上的头发不剃。然后念经祝福孩子安全。然后让理发师为孩子结小髻。

剃发礼。剃除头发周边及胡子的礼，也是成年礼。婆罗门16岁，刹帝利22岁，吠舍24岁，因孩子已入学，故此礼常在老师处施行。其作法与结发礼相似。

入法礼。婆罗门8—16岁，刹帝利11—22岁，吠舍12—24岁为入法时间。此时不入门则名为浮浪者。入法时穿新衣带21束薪给老师。此时婆罗门服黄赤色衣，上着羚羊皮，带波罗奢木杖，以经木祭纛；刹帝利服淡红色衣，上着鹿皮（有斑点），系上弓弦的带，桂着乌昙钵罗的祭纛；吠舍穿黄衣，上着山羊皮，用麻带，携比尔瓦木杖，挂毛祭纛。师尊双手盛水向东站着，弟子也盛水于手，师尊把掌中水漏在弟子手中，然后水落下，老师握着弟子的手和姆指唱道：“我拉你的手，神握你的手，阿耆尼是你的老师。”弟子仰面而拜并说“神，我是你的梵行者，请保护我”。弟子由左绕至右，老师诵经，弟子屈膝抱师的脚，乞求教师教授。神圣的娑毗陀利赞歌《摩奴法典》认为赞歌为母，教师为父。传完神歌戴圣带线，未婚三股，婚后增为五股，并且给与杖。从此跟随师尊学习梵经、梵礼、遵守教规。至少要学12年。

归家礼，离开老师之前先沐浴行归家礼。当日不见日光，日出前沐浴，添火加柴行礼；坐于火的西侧剃发刮须，请其他梵行的人洗浴，十分认真地洗浴完，穿好衣服，戴上耳环，喷上香料，面镜正身，拿上伞、杖，在星没之前修无言行，向北向东礼拜，拜星月，辞师友，乘车归家。从此称为洗浴

者，是对其尊称。归家礼要在学完吠陀经典后方可举行。从此就要按礼而行，如不疾走，不攀木，不暴言，不在耕地小便，不观太阳等。

结婚礼。欲婚的男方请长老为媒，向女方家求婚，女方家中同意，端出盛花、米、果物的盆盘，并在念经后置于女子头上。古代男子要交纳礼于岳父。结婚日，新妇以香水洗头，新郎穿新衣，新妇坐于圣火旁，其父用刀在新妇头顶比划，表示希望女儿不再归家。新郎握新妇手宣誓说：“天为我，地为你，你将永远忠于我”，说后一起向石行走，并说：“来吧，象石头一样坚固”，新娘新郎用右脚踏石，夫妻相伴绕圣火三次，新娘投米给圣火并唱“愿给我们的将来幸福，愿丈夫长寿”，然后夫妇向东北走七步。这是在妇家，临行牵两匹白牛回夫家，到夫家仍行仪式如前。

婚礼中有三个仪式，一是将出身好人家的小孩放在新妇膝上，祈求子孙繁衍。二是夫妇面向北斗誓言感情不变，三是供奉圣火祭神，祈求将来之幸福。

婚后三日不同床，要驱逐恶神的障碍（参阅《印度哲学宗教史》第三章，高楠顺次，商务印书馆 1935 年）。

印度教徒人生的四个时期。学习期。人生到一定年龄，辞别父母到师门做弟子。此期的目的是学习吠陀经典，学会祭祀，锻炼身体；吃斋不淫，朝夕祭把奉香火；卧土室，至村落乞食供奉教师；一意修行。年限一般为 12 年，12 年只能学完一部吠陀，学四部要 48 年，即是终身修行的人。

住家期。梵行期结束，归家为家长，结婚生子，从事种种职业，以告慰祖先，祭祀诸神，《法经》中规定结婚法，夫妇情交之法，祭祀法，食事法，接客法。总之把人的世俗生活也视为宗教生活的一部分。如能正确实行各法，来世可得善报。

林棲期。年龄已经老，各种人世义务结束，把家交给长子，财产分配给诸子，隐居山林。可偕妻也可独处。主要是苦行以练身心。身穿树皮兽皮，不剪头发和指甲，吃林中果实木根木皮，也有时断食，这一时期冥思苦想，印度古代的《奥义书》等哲学著作，就是隐居山林的学者的哲学发现。

遁世期，又有称比丘、行者、游行者，沙门等名号。四方巡游，不再祭祀。剃发，身穿薄衣，手扶杖，拿水罐，背上乞食袋。舍弃一切财产，没有固定住所，靠别人的施舍生活，《包达耶那法典》对此期提出五戒：不害生命，说真话，不盗财，忍耐，离欲。宿于树下石上，乞食，不吃肉，入城只向七户托钵，不给也不生气，毁誉褒贬置之度外。《阿霸斯坦巴法经》说要“无火、无家、无乐、无保护”，除诵经典外保持沉默。乞食仅供身体需要（参阅《印度哲学宗教史》第四篇、第三章，高楠顺次著，商务印书馆 1935）。

印度的婚姻习俗。结婚：印度民族众多，宗教各异，其婚俗也是多种多样的。因为印度教徒居民占大多数，我们就以印度教的婚礼，婚姻习俗为主来介绍，兼及其他民族的习俗。

中世纪印度人的婚姻是由父母包办的。父母亲要亲自为女儿挑选未婚夫。女儿从小所接受的教育就是对父母的信赖，听从父母的选择去爱自己的丈夫，侍候丈夫是天经地义的事，一生一世跟着丈夫，不允许离婚。

“印度教徒结婚有三个目的：卡摩——爱；贾尔摩——履行宗教仪式；普拉贾——生育后代”（《印度的婚姻习俗》载《南亚译从》1983.2）。

结婚典礼是隆重、热烈的。按固定的繁琐仪式进行，其中包括新郎向岳父行礼；岳父把新娘交给新郎；绕圣火行走三圈等。每项仪式有它的意义，

在进行中都伴有宗教经文的朗诵。为了保护新婚夫妇不受邪恶目光的伤害，有人捧着一个托盘，上面放着在石灰水、姜水中燃烧的樟脑，在新郎新娘头上转三次，再把水泼到房屋外面的路上，人们相信这样会使邪恶的目光随火的熄灭而消失。

结婚时新郎要在新娘头发分缝的地方涂上红粉，从此新娘作为妻子都要在额发上涂红粉。原先是涂动物的血在额上以为吉祥，以后改为涂红粉。

结婚时新郎要送新娘一个项链，并亲自给她戴上，这一项链表示丈夫对她的占有，妻子要永远跟随丈夫，一直到死。这个项链妻子要终身佩戴，永不摘去。丈夫死后，首饰同他一起烧掉。

结婚后的妇女披纱丽的方法与婚前不同。婚前纱丽只披卷到腰，这说明她是未婚少女。已婚妇人可以将纱丽从头披到脚，求婚的小伙子就不要去干扰了。

妆奁习俗。据《印度文化与民俗》第七章介绍，妆奁习俗在印度有古老的历史，早在吠陀时代已存在。古代著名史诗《罗摩衍那》中曾有反映。最初妆奁习俗只在印度教的高级种姓中流行，后来在低等种姓中也盛行起来。

按照习俗女子出嫁必须有一份象样的嫁妆。嫁妆的多少与男方地位有关，地位高，嫁妆就要多，嫁妆多寡还决定着女子在夫家的地位，嫁妆多，在夫家才有地位，如果嫁妆不多，满足不了夫家的要求，新娘过门后会遭受虐待，甚至被烧死，谋害，被逼自杀。

泰米尔人的婚俗。泰米尔是印度的一个民族，他们的信仰是印度教，他们古老婚俗十分有趣。

菩提树征婚。植树习俗来源于史前印度的信仰，当时人们认为植物和牲畜都是人的化身，因此被请来当证婚人。

仪式进行时，三位已婚妇女把檀香糊和红粉涂在菩提树枝上，并把椰子放进水罐，新郎把大米和鲜花作为祭品投进插着树枝的容器。最后是用一条黄带子把树枝和椰子拴起来。

系结婚带子。泰米尔人结婚新郎要给新娘系“塔里”，“塔里”是一根黄色的带子，上面有神祇的符号，新娘系上了结婚带子，就标志她是一个已经结过婚的女人。泰米尔妇女终生都要佩戴着它。带子上面打着三个结是为了提醒新娘，她生来要侍候父母、丈夫和儿子。

侍候丈夫是新娘的义务，是泰米尔人妻子的美德，在婚礼中这一点突出地表现在座位安排上。未系“塔里”之前，新娘坐在新郎右边，系了“塔里”之后，新娘坐在新郎左边。

套脚趾环。泰米尔人结婚时，新郎要给新娘套上个脚趾环，预示着妻子要成为丈夫最忠贞的妻子。

仪式进行时，新娘先要看着“阿鲁纳达蒂星（大熊星座中的一颗星），然后新郎把脚趾环套在她的第二脚趾上。平常一个男印度教徒触碰自己妻子的腿部被认为有失身份，但结婚仪式上这一举动被看成是丈夫的荣誉、威信和尊严都摆在妻子的脚前，希望她能象自己的母亲一样好好地保护它们。

新娘看着“阿鲁纳达蒂”星，然后再套脚趾环，这里面有一个关于贞洁的故事。据说阿鲁纳达蒂是一位圣人的妻子，她对丈夫忠诚而闻名。有一天众神的王因陀罗、太阳神苏利耶和火神阿耆尼一起决定要考验她。当她去河边取水时，三个神来到了她的面前。

她向三位天神表示了敬意，知道了天神来意，她请天神休息一下，三位

天神不同意休息，并说，他们可以用魔力使罐子装满水。第一位天神用魔力使罐子装了四分之一的水，第二、三位天神也同样使罐子装进了水，这样水罐就有了四分之三的水。他们要阿鲁纳达蒂装进剩下的四分之一。她知道自己没有什么魔力，就以自己的贞洁发誓，如果自己一向是贞洁的忠于丈夫的妻子的话，罐子里的水就会满溢出来，果然水溢出来了。

又有一次因陀罗要他自己的妻子变成阿鲁纳达蒂（她有万变的本领）。可是不管她怎样努力也模仿不成。她对阿鲁纳达蒂的贞洁表示警奇，便把她变成一颗星，以使妇女们永远记住她。

泰米尔人的这些婚俗强调了丈夫对妻子的占有权，强调了妻子是丈夫的所有物，提醒了作妻子的义务、本分，特别强调着女人的贞洁。

印度在中古初期，对贞洁没有如此重视，印度国王禁止人们饮酒，但对淫乱，通奸熟视无睹。伊斯兰教进入印度，穆斯林统治时期，按穆斯林的习俗对贞洁提出了非常严格的要求。对印度民族产生了很大影响。

献给佛寺的女孩。中世纪印度佛寺中的僧人有女人陪伴，有的女子被送入寺中，终生陪僧人。据埃得里奇《诸国风土记》记述，“印度人崇拜佛，一僧均有数女相伴”。普通人家生下一个美丽的女孩，“就献给佛陀”，女孩长大，穿上漂亮衣服，“由父母陪伴，母牵其手，来到佛陀面前”，将女子终身“献给佛陀”，其家人将女交给执事便回家。从此她在寺中学舞蹈、学手势语，当样样精通以后，就穿上华丽的衣服，戴上首饰。“命运依附于寺庙，再也不能摆脱。”（《阿拉伯波斯突厥人东方文献辑注》78页）

童婚。印度童婚由来已久。这与古代印度法典规定男子要与是他年龄的三分之一的女子结婚有很大关系。《摩奴法论》有“三十岁的男子应同十二岁幼女结婚，二十四岁的男子应同八岁的幼女结婚”的说明。古代法典肯定童婚，造成古代童婚的盛行。

穆斯林曾长期统治印度，伊斯兰教徒中也流行童婚。中世纪童婚是合法的，印度教徒不愿同穆斯林教徒结婚，为了免受其害，印度人干脆提早结婚。童婚现象更加严重起来，女子八、九岁就结婚。童婚是印度极为普遍的现象，如果女孩十二岁未婚，倒是反常现象，会引起别人吃惊。

按照习俗，幼小的小女孩结婚后仍住在娘家，一直长到十一、二岁才到夫家去。年纪小小就要干繁重的家务劳动，稍不如意就要遭到打骂。

据《印度文化与民族》七章分析，童婚的盛行与嫁妆太贵，嫁女不易也有直接关系。女孩父母贫困，无力筹办昂贵的嫁妆。孩子越小嫁妆费用越低，这就迫使穷人早早把女儿从小嫁出，以免长大嫁不起。另外当母亲的考虑到给丈夫殉葬，丈夫如果早死，丢下小孩无人照料，莫不如给女儿早定终身，了却心事。

童婚给妇女带来严重的后果，早育早产，不仅影响了父母的身体发育，尤其是不利于女子的身体健康，而且影响了下一代的体质。也造成女子过早死亡。

丧葬习俗。据《大唐西域记》载，凡有病患，绝食七天，如果不好，给以药。

如果有人死，亲人哀痛哭号，撕裂衣服，拔头发，拍头额，刺胸。没有丧服制，服丧期没有规定。

送殡有三种礼仪，“一曰火葬，积薪焚燎，二曰水葬，沉流漂散，三曰野葬，弃林饲兽”。

殡葬之后，送葬的人要在外面洗澡以后才可回家。没有人在丧家吃饭的。另外有一种人年龄太老，快要死了，或身患不治之重病，没有活的希望，自愿离开人间看轻生死。亲人朋友，奏乐为他饯行。让他坐在一只船上，渡恒河，船在河中沉下，人溺而死，认为得“生天”。

僧人父母死不哭，只是诵经以谢父母之恩（参见《大唐西域记》中《印度总述》）。

殉葬习俗。殉葬习俗在印度古已有之，它体现了印度社会妇女地位的低下。在印度寡妇的命运十分悲惨，古代印度对寡妇，曾有种种歧视和禁令，寡妇不准再嫁，不准穿好衣、吃好食物，不准参加各种集会庆典和活动，古代有大量寡妇殉葬的事实。

中世纪仍盛行此种习俗。笈多王朝时期（4—6世纪）曾有殉葬的事，著名剧本《小泥车》中就有所反映。戒日王时代（公元606—641）这种习俗仍流行。在《戒日王传》中记载王之母亲就是自愿殉葬的。有几个妻抢着丈夫克里希纳尸体跳火自焚的记载，见于《往世书》。还有丈夫未死妻子自行先跳火自焚的惨事（《印度文化民俗》七章）。

伊斯兰教进入印度，穆斯林占统治地位的时期，妇女地位更加低下。殉葬是合理合法的，当时印度教为维护本教的统治，不愿教徒与外族伊斯兰教的穆斯林通婚，对寡妇限制更严，“殉葬已不再是凭寡妇自愿，而是全凭行政命令”（《印度社会与文化》，392页，穆克吉尔）。

寡妇殉葬的程序，首先是先去洗澡，然后穿上新衣戴好首饰，好象要去新婚一样，来到焚尸台、丈夫棺木燃烧的柴火堆旁，火势熊熊燃烧，殉葬者对着火堆口中祈祷着，然后把首饰扔入火中，自己跳进火里，直至烧死。火葬场周围送葬的锣鼓声和音乐声在寡妇进入火堆时，突然响起来，在场的人手持木棍长矛，向火中的女子砸去，怕她跳出火堆。一切悲惨呼喊都在喧嚣声中淹没。

这种残忍的殉葬制度是印度几千年来宗教的仪节，《摩尼法典》有“女子不当独立”条，后被解释为寡妇不能单独活下来，在丈夫死后要追随丈夫于地下。

印度教把寡妇看成不祥之物，认为妇女成为寡妇乃是前世造孽的报应，她丈夫的死亡是由她前世罪恶造成的。把寡妇看成害死丈夫，妨丈夫的罪人。丈夫死后寡妇不能继承遗产，不能享受正常生活。只能忍辱负重过着非人生活。宗教又让她们以殉葬求得升天，解脱人世的苦难。统治阶级对殉夫制进行欺骗宣传，《古代印度社会史》记：“与夫同死亡烈妇，可永居天堂”，“若殉夫而死可赢得来生幸福”，“若不愿殉葬者，其来生永不得转世为男人，或为畜类”。这种宣传曾误使一些人相信，然而，许多女子是被迫殉葬的，尤其是国王死去，几十名妃子跟着殉葬的事时有发生。直到14、15世纪时数百名妃子宫女殉葬的事还时常发生。

殉葬制度开始于王公阶层，王公逝世时后妃殉葬是古制，逐渐扩大到上层，以后又扩大到平民。

焚尸仪礼。印度教一般实行火葬。火葬地点多选在恒河岸边，宗教圣地、或木纳河畔。他们认为这些地方是进行焚尸礼最好的处所。在这里焚尸死者的灵魂可以升入天堂。

据《印度文化与民俗》七章介绍，葬礼时间都选在黄昏，人们抬着尸体走向焚尸场，边走边敲鼓，并喊着“罗摩”的名字。焚尸场上有准备好的木

柴堆，家属要在柴堆上面洒上圣水。然后在死者七窍上涂上酥油。焚烧时由长子点火，点火前家属要从右至左“绕遗体转三圈”，点火以后长子要眼望西方，表示送死者上西天。

尸体“先从头部烧起”。家属要一直在旁守候，所有寡妇与无子女的妇女不得在场（家属除外）。

一般人家用木柴焚化，富人用香木焚化，骨灰撒入恒河。家属回家首先沐浴否则不可接触任何东西。然后拜神、施舍、超度亡灵。

(4) 文化娱乐习俗

印度人能歌善舞。古代印度人民创造过各式各样的舞蹈。《印度各邦历史文化》记，布尔焦·阿旦摩舞是11世纪焦尔王朝流传下来的骑马舞。其形式类似于我国的民间舞“跑驴”。舞者在一匹纸做的马中间做出各种马的动作。马头用纸做得很逼真。跳舞时一般是一男一女装扮成国王和王后，这种舞蹈是泰米尔邦的传统舞蹈。又如克达克里舞是印度四大古典舞之一，是故事性很强的颂神舞。内容多取材于印度两大史诗《摩诃婆罗多》和《罗摩衍那》。这种舞蹈涂脸谱，脸谱用稠浆糊做成，品德高尚的人物用淡绿色，戴白冠；魔鬼、坏人鼻涂红色，眼周围涂黑色，戴红胡须。这种舞多是男扮女装，妇女不参加演出。

音乐如格尔登，是印度古典传统音乐。14世纪时杰旦尼耶为宣传毗湿奴教而提倡的一种音乐。表示对克里希纳虔诚的一种颂神曲。曲调委婉凄切，令人陶醉（以上引自《印度各邦历史文化》）。

据《印度古代文明》记述，中古时期宫廷盛行戏剧演出。

动物赌斗十分盛行，“尤其是公羊、公鸡和鹌鹑”，这种游戏在农村更普遍（《印度古代社会》）。

体操和竞技是体育竞赛的重要部分。

棋类运动，国际象棋发源于印度，中世纪已传到西亚。

2. 东南亚生活习俗、

东南亚中世纪时以越南和柬埔寨（又称真腊、吉蔑）文明程度最高。这个地区的一些其他岛国当时还处于氏族部落或奴隶制时代。

(1) 柬埔寨

柬埔寨（即真腊）在9世纪是东南亚一个十分强大的国家，占有中南半岛的中部，人民深受佛教的影响。中世纪马苏第在《黄金草原》一文中称：“这里居民纯洁无瑕，有剔牙之习惯，憎恶奸淫，回避各种下流之举，不饮酒精饮料”（《阿拉伯波斯突厥人东方文献辑注》169页）可以看出，当时柬埔寨人民有清洁卫生的习惯，有明确的道德规范，有禁欲倾向。宋周去非《岭外代答》述：“其国僧道咒法灵甚，僧之黄衣者有室家，红衣者寺居，戒律精严。道士以木叶为衣。”

服装。据《真腊风土记》《服饰》篇载，男女皆“以布围腰”，出入“则以大布一条缠于小布之上”，布质量不同“甚有等级”，国主之布，有值黄金三四两者，极其华丽精美。国王用纯花布，“头戴金冠，如金刚头上所戴者；或有时不戴冠，但以线穿香花，如茉莉之类，周匝于髻间；顶上戴大珍

珠三斤许。”手足及诸指上皆戴金镯、戒指、上嵌猫儿睛宝石，脚下趺足，足下和手掌皆以红药染成赤色。

妇女“大抵以一布缠腰”，不论男女皆“露胸酥，椎髻，趺足”，国主之妻亦如此。

供役于王宫之女统称陈家兰，她们装束特别，凶门前削去其发，涂以银砾，并涂于两鬓之旁。身上涂香料，手戴金镯和指环。

其地产木棉，但“不能纺”。

元《岛夷志略》云：柬埔寨人衣服是“以锦围身，眉额施朱”。

柬埔寨中世纪的居住习俗。据《诸蕃志》（宋赵汝适）记述官府民宅均“编竹”为屋，上面“覆茅”。国王住的讲究，“鑿石为室”，石头砌的房屋。有青石、莲花，池沼之胜景。池上有桥、约三十余丈。其“殿宇雄壮”。国王坐于五香七宝床上，挂着宝帐。《真腊风土记》《宫室》篇，记王宫的宫室面东，正室之瓦以铅为之。贵族及普通人家房屋区别很大，但大都用草为顶。只有寺庙，正寝二处用瓦覆盖。普通百姓不敢用瓦。

大臣贵族家屋室宏阔，官级不等，屋室广狭不同。大臣等人屋宇广袤。

每家有一洗澡池，或两家合一池，不分男女，都在其中洗澡。以后渐有浴盆之类（引自《真腊风土记》）。

食俗。柬埔寨有稻，但无麦与豆，“亦不识合酱”不做醋。蔬菜有“葱、芥、韭、茄、瓜、西瓜、冬瓜、王瓜、苋菜”（《真腊风土记》），“元萝卜、生菜之类”。

造酒。第一等蜜糖酒，用药麴，以蜜和水一半对一半为之。其次者“朋牙”，以树叶为之。又其次，以米或以剩饭为之，名曰“包稜角”。又有苳浆酒，是用一种生在水中的苳叶，其浆可以酿酒（见《真腊风土记》《醞酿》篇）。

人生礼俗。据《真腊风土记》《室女》篇载，姑娘婚前行“阵毯”之礼。富室之女七至九岁，贫苦人家之女，最晚不超过十一岁，“必令僧道去其童身，名曰阵毯”。国内有女应行阵毯之家先要申报官府，官府给此家一巨烛，烛间刻画一处，阵毯之夜，烛点到刻画之处，则是女孩行阵毯之时。阵毯前一月或半月或十日，父母必择一僧或一道，不管他在那个寺庙，来为女孩阵毯。一般好僧都为富户官吏家先行聘请，贫家无法选择。富家给僧人酒、米、布帛、槟榔、银器之类，至有一二百担者，值中国白金二三百两之物。少者或三四十担，或一二十担。亦有不要钱为贫女做阵毯，谓之做好事。盖一岁中，一僧只可以对一女做阵毯，允许一家，不能他许。阵毯那天夜里，设饭食，鼓乐，大会亲戚邻居，门外搭一高棚，装泥人泥兽。到黄昏时用轿和伞盖迎接僧人回家，用采帛结两个亭子，一个女孩坐，另一个僧人坐。到时候二人入房，僧人“以手去其童，纳之酒中”，此夜僧与女同居，至天明用轿和伞，鼓乐把僧人送回寺庙，以后再用布帛为女孩赎身，否则此女终为此僧所有，不能嫁给别人。在阵毯之前女孩与父母住在一起，以后则无所拘束。结婚时也有彩礼，不过是走形式。阵毯之夜一条街有时十余家同时举行，城里迎僧人的队伍，交错于路上，处处是鼓乐之声。

柬埔寨女子早婚，“女子满十岁即嫁”（《岛夷志略》（元）汪大渊）。

丧葬习俗。人死无棺，放在席上，盖上布。出丧时前面有旗帜，鼓乐，又用炒米绕路抛撒。把死者“抬至城外僻远无人之地，弃之而去，俟有鹰犬畜类来食，顷刻而尽，则谓父母有福故获此报。若没有野兽食，或食而不尽，

反谓父母有罪。父母死不讲穿孝服，男子髡发（剪去头顶之一部分头发），女子凶门上剪去钱一样大的一片头发，以这种形式作为守孝（引自《真腊风土记》）。

上朝礼仪。群臣入朝先在阶下三叩首，上阶后则跪坐，以两手抱胳膊，围在王之周围，议事完毕，跪伏退朝（见于《诸蕃志》）。

(2) 越南

越南，我国古代称为安南，其习俗与中国相似。据宋人周去非《岭外代答》卷三记述，其国节日，饮食，服饰习俗各有特色。越南中古政治制度与中国相同，皇帝自命为天子，妻为后，子为太子。朝廷内有宰相（称辅国太尉），外有枢密使金吾太尉都领兵。据周去非称其“制皆僭拟，”一切皆是仿效中国制度。

节日。元旦犒赏军队，以“大禾饭、鱼鮓”，越南盛产大米，故以大米为犒。

“正月四日国王宴官僚”。

“七日十五日号大节，人民相庆，官僚以生口献王，王次日宴酬之。”

服饰：“其国人乌衣、黑齿，椎髻，徒跣，无贵贱皆然”。看来越人当时穿黑衣，染黑齿以为美，头上梳髻，用椎将髻固定。光脚，不穿鞋袜。其王也是光脚板，“平居也然”。但王“珥金簪，上黄衫，下紫裙尔”。其余平居上衣则上紧翻领皂衫，四裙如背子，名曰四颠，下衣则皂裙也，或珥铁簪，或曳皮履，手执鹤羽扇，头戴缥笠。

越人文身“其文身如铜鼓款识，其军人横刺字于额曰‘天子兵’”。

越人戴帽“裹乌纱巾，顶圆而小，自额以上细褶如缝，上彻于顶。身着大翻领皂衫，加于翻领衫之上，足加鞋袜，游于衢路，与吾人无异。但其巾可辩耳。”“使者之来文武官皆紫袍、红鞋，通犀带，无鱼。”

“其俗之轿如布囊”（均见于《岭外代答》卷三）。

越南南部古称占婆，又称占城。“土皆白沙，可耕之地绝少，无羊豕蔬茹，人采香为生。其生活习俗受印度影响。《诸国风土记》记载，“占婆岛民不杀害任何四足动物，也不伤害爬行动物。他们可以吃自然死亡的动物肉，但大部分人不吃”。这明显是佛教的信徒的生活习俗，佛教经典说的“净肉”包括自然死亡的肉，一般人可以吃。占婆尊崇牛，保护牛，法律规定“凡杀害一头奶牛处以死刑，至少要被剁去双手”（《阿拉伯波斯突厥人东方文献辑注》82页）。占婆人穿的衣服比较简单，“不分男女，均由两件缠腰布组成，一件用作拖地披风，一件用来缠裹身体和面部”。（《诸国风土记》）占城的城墙以砖为之，并有石塔。

(3) 印尼

印尼诸岛与占婆不同，当时尚没有柬埔寨高度的文明，据伊本·萨维《编年史一览表》记载：爪哇人“不分男女老少，均穿一件近似短裙的围腰布”。

《诸国风土记》记载，苏门答腊“男女皆裸体”，西海岸则“穿肥大长裙”。宋周去非《岭外代答》写苏门答腊人“钻齿，陷以黄金”，就是把金或铜镶在牙齿上。

印尼古称阇婆国。《岭外代答》卷三记“国王撮髻脑后”，在后头梳个髻。《诸蕃志》记王“戴金铃，衣锦袍，蹀革履”。人民则是“剃头留短发”

“好以花样缬布”（《岭外代答》）缠身上。“以椰子并搯树浆为酒。蔗糖其色红白，味极甘美”。又据《诸蕃志》记，印尼“产稻、粟、豆，无麦”以吃米饭为主，其菜蔬肉食有“鱼鳖、鸡鸭、山羊，椎马牛以食，果实有大瓜、椰子、蕉子、甘蔗、芋”。

印尼有妇女殉葬风俗，“官豪有死者，左右奉承人皆愿随死，焚则跃入火中，弃骨于水，亦蹈水溺死而不悔”（《岭外代答》），这可能是受印度的影响。

（4）马来亚

马来亚文明程度较高，《伊本·巴图塔游记》中记载，当作者以使者身份去马来亚时，受到友好热情的接待，国王的侍卫长给他们拿来马来的服装，请他们穿上。其中有缠腰布“其中之一是纯丝的，另一条是丝棉混纺的，第三条是丝麻混纺的。”缠腰布就是裹在腰上、腹部及至腿部的裹裤，还给他们送来“三套内衣”、“三套不同的衣服，称之为‘中衣’还有“三种毛大衣，其中一件是白色的”。另外，还有“三条头巾”。以上可以看出马来人当时所穿衣服是比较复杂的，衣服有内衣、中衣和大衣；下身有裹着身体的裤子；头上包着包头。而且衣服的质地已经很高。

当时马来人住木头造的房子，款待外宾的木房中有地板、天鹅绒地毯、竹床、丝面被等。

中世纪马来人的婚礼从《伊本·巴图塔游记》（作于1355年）可窥见一斑。他有一篇《对扎希尔苏丹儿子婚礼的记叙》，现作一摘要：

我出席了结婚典礼。在宴请来宾地方的中央搭起了一个大台，台上铺着丝织品。新娘子来了，她头上不戴面纱。从宫殿里步行走了出来。她由近四十个女嫔相陪伴，她们都是苏丹、埃米尔及大臣们的妻子。她们手持新娘裙子的下摆，头上也不戴面纱（平时不这样）。新娘子走上台阶，在她面前是男女音乐家，她们吹打乐器，也演唱歌曲。接着，新郎骑一头已装饰好的大象来到了，大象背上有一个座位，上面是一个伞盖。新郎头戴王冠，左右有近一百名年轻人服侍，他们身穿白衣，骑在马背上，马匹也都披挂，马匹头部戴着装饰有金子和宝石的无边圆帽。

当新郎进到门口时，有人向观众投以金币和银币。苏丹坐在高高的地方，可以看到一切。他的儿子从大象身上下来，去吻他父亲苏丹的脚，然后便登台走近新娘。新娘起身去吻新郎的手。新郎在新娘边落坐。人们拿来槟榔和葵叶，新郎接过来拿在手中，然后送进新娘嘴里；接着轮到新娘，她也把这些东西送到她丈夫的嘴里。新郎拿一把葵叶先放进自己嘴里，接着又放进新娘嘴里，就这样互相轮换进行。以后人们把坐着新娘和新娘的礼台抬进宫殿。

出席婚礼的人们饱餐一顿，然后就离去。

以上描写反映了14世纪马来人结婚时新郎骑象娶亲、抛撒钱币，新郎新娘互相喂葵叶的习俗。互相喂葵叶是男女之间最亲密的表示。

五、东亚生活习俗

1. 中国生活习俗

本章介绍隋唐宋元生活习俗史，时间从公元 589 年至公元 1368 年。

隋（589—617）立国时间较短。封建社会中期的唐帝国为中国封建社会的鼎盛时代。唐朝（618—907）生产发展，国家富庶，经济繁荣，商贸发达，是当时世界上最强大的帝国之一。唐代习俗传承了两汉魏晋以来的习俗，体现着中华民族古老文化的传统。另外，中亚、印度、西域各族文化习俗的传入对唐习俗产生了广泛而深刻的影响。唐是一个全面开放的帝国，长安是一个国际大都会，各国的奇装异服，各地的美味佳肴，各民族的文娱体育都汇集在长安，被唐人融化和吸收，使唐代习俗呈现出新异的面貌。唐代，特别是盛唐，物资富足，刺激着人们尤其是王公贵族们，使他们享乐欲望极度膨胀。唐代上层的奢侈豪华生活，成为唐代历史的一个特色。唐以后的宋（公元 960—1279）是封建社会更加成熟的时代，它不仅形成了维护封建制度的理学，而且各种典章制度也极为完备。宋代习俗集古代习俗之大成，各种礼仪都极为细密，开封建社会后期礼仪习俗之先。宋代的城市习俗随城市的繁荣发展而更加蓬勃地发展起来，成为宋代习俗的一个重要组成部分。与宋同时的北方辽、金的兴替和元朝的建立，促成各民族习俗的交流与融合。中原地区的习俗不仅早已普及到南方，而且随着宋王朝的南迁在南方获得更大的发展，比如灯节在北宋已成为最热闹最隆重的节日之一，到南宋以后灯的制作更为精巧，花色品种之多，技艺之高超，几乎达到登峰造极的地步。元代（1279—1368）是蒙古族建立的政权。蒙族原为游牧民族，征服中原以后从奴隶制社会迅速向封建制转化，从牧业经济转向农牧结合的经济。政治制度发生了巨大的变化。元太祖时“朝廷草创，官制简古，惟左右万户，次及千户而已”“凡遇称贺，则臣庶皆集帐前，无有尊卑贵贱之辨”（《南村辍耕录》卷一，陶宗仪《四部丛刊》本上海书店印行）。进入封建社会，元借鉴辽、金、南宋的政治制度创立了一整套适合封建统治需要的官制、典章制度，建立了当时世界上最大的城市之一——大都。元建立后虽然仍保留着原有的蒙古“国俗”，但也继承了宋代的文化习俗，蒙古军队征服了中亚、印度、罗斯，一直挺进到西欧。各种异域习俗曾一度被带到中国，元代朝廷里有着中亚甚至欧洲人充任的官吏。元朝是一个民族大融合、习俗大交融的时代。

从隋唐到宋元，将近 800 年来，我国的习俗表现出以下几个特点：第一，农业文化特色。我国以农业生产为主，生产、生活与季节变化有密切的关系，人们按季节安排各种农事活动和有关庆典，如立春，准备开始春耕；立秋准备秋收；中秋庆丰收；冬至一年农事活动结束，人们要隆重庆祝。春有春社，秋有秋社，一年四季，各有相应的节日。第二，儒家思想及有关的封建伦理道德文化渗透在这时期习俗中。儒教重视祭祀，唐代以天地为大祭，以社稷为中祭，以风雨为小祭。强化等级差别，突出皇帝的至尊地位。宋代宗祠兴起，理学兴起，使封建宗法社会更加严密，使整个社会制约于封建伦理道德控制下，祭祀和人生礼仪更加完整细密。等级观念男尊女卑思想进一步强化。第三，各民族民俗的融合与交流。唐和元是两个开放的时代，唐代大量吸收西域文化。元代中原地区文化迅速渗透到北方民族。民族习俗的交融对于中华民族的形成有重要的意义。第四、各种宗教习俗的形成。唐代道

教兴盛，佛教蔚为大观，元代喇嘛教和道教广泛传播。这些宗教都有相应的庆典，对我国民俗产生了重要的影响，其中一些宗教习俗已融为我国民俗的一部分，如浴佛节、腊八节等。第五、这一时期是我国封建社会习俗完备形成的时期。唐宋以来各种习俗已经发展成熟，其礼仪完备，过程已形成一种程式，所有细微末节都已制度化、礼法化。如婚姻礼俗、孕育礼俗等，对后世产生了深远的影响。

(1) 岁时节令习俗

元旦。元旦为一年的开始，是历代都十分重视的节日。朝廷于这一天要举行元旦朝会。文武百官，各民族使者，外国使者，都于这一天早晨向皇帝祝贺新年，皇帝在朝廷上隆重接受朝拜，会后大宴群臣及使者。

元旦朝会过程大体是：元旦早晨，皇帝升辇，在众多侍卫陪同下升御榻、鸣鞭。然后由侍卫引导各部大臣，各路使者入朝称贺，山呼万岁，多次行跪拜大礼。行礼后按品级安排宴会的地点，高级官吏在殿内，中级官吏在两廊下。皇帝与群臣一起吃饭，吃饭时有司仪，群臣向皇帝祝酒。在元旦朝会的全过程中有乐官奏乐。

元代朝会上下群臣要穿一样衣服即“预宴之服，衣服同制，谓之质孙”（《元史·志·礼乐一》）。元代帝后同登御榻、同受朝贺，并与诸王宗亲、驸马、大臣，宴于殿上，最后“侍仪使导驾，引进使导后”（《元史·志·礼乐一》）回寝宫。这种帝后同受朝贺的情景是历代少见的。

元旦这一天民间也是最热闹，最欢乐的一天。隋唐以来过年仍遵古制，计有清晨放鞭炮，《荆楚岁时记》所云：“先于庭前爆竹，以辟山臊恶鬼”的习俗一直沿袭下来。挂桃符。桃符用长二三尺，阔四五寸的桃木板所制。上画神荼、郁壘之像以期辟鬼。更衣拜年《梦粱录》谓“往来拜节”。饮屠苏酒、椒柏酒。《岁华纪丽》：“元日”谓合家饮屠苏，不病瘟疫。

宋代城市发展，元旦更有一番热闹景象。《东京梦华录》卷六云，开封市民这天“士庶自早互相庆贺”，坊巷里买食物、玩具、果品、柴炭之类的小贩大声吆喝。大街通衢“结彩棚，铺陈冠、梳、珠翠、头面、衣着、花朵、领抹、靴鞋、玩好之类”，街市上还开着舞场、歌馆，人来人往，“车马交驰”好一派热闹景象。到晚上，贵族妇女纷纷上街观看赌戏，到馆子里吃饭，饮酒，“惯习成风”，无人笑话。宋代庆祝春节的时间从年前孟冬即已开始，一直持续到灯节。据《增补武林旧事》记载，南宋时，旧岁孟冬“街上有”乘肩小女，鼓吹、舞馆者数十队“供贵族豪门晚上请去作表演”。每天晚上“楼灯初上，则箫鼓已纷然自献”。

宋代士人拜年，已有投刺习俗，“刺”古代是一个竹片上刻自己姓名，交给要见的人，如主人不在留刺为证。据周辉的《清波杂志》记，有一读书人，令人牵着马，每到一门就高喊几声，留下刺，表示自己已来拜过年。这是最早以简单化的方式进行拜年，既不浪费时间，又不失于礼貌。

宋以后，桃符开始用写春词表喜庆，陆游有诗云：“半盏屠苏犹未举，灯前小草写桃符”。（《剑南诗稿·除夜雪》卷十九）。以后贴春联的习俗，就是从这时开始的。

乞如愿的活动在南宋时很盛行。用细线绳一根拴一个锦作的人，将它投在粪堆之中，执杖痛打，口中还念念有词。据传“如愿”是一个给人带来幸福富裕的媳妇，后被丈夫杖打逼走。“乞如“愿”，则是希望她回到人间，

给人带来美好生活。宋代诗人范成大有《打灰堆词》一诗，写这个活动，诗中描写天将亮时，一个老妇人手拿一根棍子在灰粪的土堆上用力猛敲，灰尘四起，口中祝祷“我家常富足”，希望作买卖能赚大钱，牛多鸡多，蚕茧收获多。“老媪当前再三祝，只要我家常富足，轻舟作商重船归，……短衲换著长衫衣”。即反映了当时的习俗。

辽金元元旦习俗受唐宋习俗的影响，基本与唐宋一致。正旦朝会，民间庆祝方式都相同。辽有在除夕时向帐外扔糯米团子的习俗，如果扔出去的是双数，奏乐饮宴，如果扔出的是单数，就要让巫者作法事。“令巫者十二人鸣铃，执箭，绕帐歌呼。帐内爆盐垆中，烧地拍鼠，”（《辽史·礼志六》卷五）这样作的目的是为了驱鬼避灾。金代“元夕张灯，宴丞相以下于燕（北京）之新宫，赋诗纵饮，尽欢而罢。”（《大金国志》卷十三）元朝“京官相尚往还送迎”，互相拜年“如是者数日。”车马纷纭于街衢、茶坊、酒肆、杂沓交易至十三日，人家以黄米为糍糕，馈遗亲戚，岁如常。”（《析津志辑佚》中“岁纪”节，熊梦祥著，北京古籍出版社）

立春。各朝按惯例，朝廷“以立春后上辛祈谷。”（《宋史·礼志三》卷一百）隋唐宋均有此祭典仪式，到元代时“天子亲遣使致祭”的只有社稷，先农、孔子，至正以后才有祭天仪式。

立春鞭春牛这一古俗在隋唐宋元仍盛行不衰。所谓春牛是一个泥塑之牛。《东京梦华录》卷六记“立春前一日，开封府进春牛入禁中，鞭春”，立春日皇帝让宦者用彩色丝杖打春牛，表示促春耕之意。各州府也仿效朝廷鞭春，从立春前夕到立春清早，人们都上街观看。小春牛也成为节日期间互相赠送之礼品。元《析津志》记，元朝也有迎春牛之举：“太史院奏某日得春，苑平县或大兴县”“塑春牛，勾芒神”，“司农”迎春牛于“齐政楼之南”，“以采杖击牛三迎而退”（《析津志·风俗》）。

食春盘。春盘为立春日用盘装蔬菜、水果、点心馈送亲友的礼品。唐宋以来均有此俗。唐代立春日春饼生菜（韭菜）装盘叫做春盘。唐杜甫诗《立春》有“春日春盘细生菜，忽忆两京全盛时，盆出高门行白玉，菜传纤手送青丝”（《杜少陵集注详解》卷十八）句。写唐时立春风俗互送盘的情景，贵族高门由侍女将春盘送到亲友之家。侍女手纤细小巧，春盘瓷白如玉，放上嫩绿的细细春韭，可谓华美之极了。

宋朝廷于立春日赐入朝称贺群臣“春幡胜”，幡胜为金银箔及罗彩剪出的装饰品，可戴在头上以表庆祝。唐代是“赐侍臣彩花树”（《西阳杂俎》卷一）。

辽代重视立春，有立春仪。立春辽帝要先拜祖先，供祖先酒。于是日皇帝戴幡胜，并将幡胜赐予臣下。教坊奏乐，侍仪使进彩杖，皇帝要给土牛上香，并亲自鞭牛。司辰报告春到，鞭牛。然后“引节度使以上官员上殿，撒谷豆、击土牛。”（《辽史》卷之五十三）最后是宴会，群臣依次行酒两行。端进春盘，行酒三行。大家起立，立春仪结束。

辽的立春节仪，深受宋立春民俗的影响，说明辽已逐步发展起自己的农业文化。辽农业文化之始，借鉴于宋，其迹象十分明显。这种农业文化又促进了辽的农业生产和经济的发展，使辽迅速从奴隶制过渡到封建制社会。

立春日向来就有“打球，秋千之戏，”（《荆梦岁时记》）到隋唐宋元仍沿有此习。

元宵节。隋唐宋元历代以来，元宵节都是最热闹的节日。元宵节又称

灯节，至宋庆祝规模之大，庆典之隆重均为前代所无。据《东京梦华录》卷六记述，年前已开始搭起高大的木架，初七时把木架用锦绣彩色装璜起来，到灯节前一天“城中张灯，大内正门结彩为山楼影灯，起露台，教坊呈百戏”（《宋史》卷一百一十三）。皇宫内外到处挂起灯笼，皇宫中也搭起山棚木架。各种文艺舞蹈在宫门之下的露台上演出。最为奇特的是搭出文殊菩萨骑狮，普贤骑象的模型，模型上有灯，还有水从菩萨手中流出。还有火龙灯，用草把捆成龙形以黑布蒙上，其上“密置灯烛数万盏，望之蜿蜒如双龙飞走”（《东京梦华录》卷六）。特别是灯节时的歌舞百戏演出冠绝一时，有说唱、舞蹈、音乐、武术、杂技等。如击丸（手技）、蹴鞠（踢球）、走绳、上竿、吞剑、木偶戏、杂剧、耍虫蚁、耍猴等。节目百十种，不可胜数。演出队伍达数百。南宋时各种文艺演出进一步发展，《梦粱录》记临安（杭州）舞队有清音、遏云（唱歌）、棹刀、鲍刀、胡女、装扮三教人物、装扮迎亲迎酒等喜庆活动，耍槌，仕女、杵歌、装扮各国人物，还有竹马儿、村田乐等农村节目，另有旱船、踢灯、鲍老等。《繁胜录》记有扑胡蝶，耍和尚、鞞鞞舞。《武林旧事》记有大憨儿、粗姐、麻婆子、快活三郎、诸国献宝、大乐、瓦鼓、教象（训象）、打娇惜等。

灯的制作到南宋可谓登峰造极，《武林旧事》卷三记：苏灯为五色琉璃作，直径三、四尺，上有山水、人物、花鸟。福州灯白玉制作，“清冰玉壶，爽彻心目”；新安作的是无骨灯；宫内有琉璃宝石灯山，高五丈，上有人物，由机关控制能够活动。另结采楼灯，上有殿堂，人物故事，龙凤喷水，可称奇绝。

元宵之夜皇帝坐于皇城之上，万民观灯于皇城之下，演出节目令人目不暇接，买卖应节物品食品的小贩，穿插往来于人群之中，数万灯盏映亮夜空。夜深放烟火，人们彻夜欢腾。

金代诗人元好问有《京都元夕》一诗写于正大二年（1225年）：“袿服华装着处逢，六街灯火闹儿童。长衫我亦何为者，也在游人笑语中”。其所反映金的习俗与宋代完全相同。

元朝元宵节也盛行闹花灯之俗，临近河湖的地方有火灯。元代盍西村有《前调·江岸水灯》（《元散曲选注》20页，北京出版社），“万家灯火闹春桥，十里光相照，舞凤翔鸾势绝妙。可怜（可爱）宵，波间涌出蓬莱岛。香烟乱飘，笙歌喧闹，飞上玉楼腰”。写出水边岸上一派闹灯景象，岸上十里无数盏灯，照亮夜空，闹花灯的群众表演花灯舞，舞姿曼妙，水上的灯船如蓬莱仙岛，有放烟火的，还有喧天的歌舞音乐。

上巳节。上巳节本指三月第一个巳日，自晋以后只用三月三日。三月三日本为袿除之日，即到水边除去不祥。到唐以后更成为士女出游之日。唐代此风甚盛。如杜甫的《丽人行》即写唐代贵妇出游情景“三月三日天气新，长安水边多丽人”；接着写贵妇们穿着最豪华的服装，吃着珍羞美味及游乐情景。诗中写了唐代赐宴曲江的史实。反映出唐代仍有倾都褻饮踏青，去水边袿除不祥的习俗。

宋代上巳日成为道教北极佑圣真君的诞辰，这一天除道观设醮庆祝外，民家也都设醮祈恩。

辽代这一天刻木为兔，分朋走马射之。先中者胜，负者下马跪着进酒，胜者马上饮之。

清明节。清明节是传统的扫墓之日。

清明节前两日是寒食，唐韩翃有《寒食》一诗很著名，“春城无处不飞花，寒食东风御柳斜；日暮汉宫传蜡烛，轻烟散入五侯家。”寒食开始即不举火，只吃冷食。皇帝于清明赐火给近臣。自古至唐宋此风未改。杜甫《清明》有“朝来新火起新烟”句，也反映这种习俗。金元时代词人元好问有《辛亥寒食》、《壬子寒食》等诗，足见其为一脉相传之俗。

清明扫墓，人们都去郊外，到唐宋已成为踏青的习俗。杜甫《清明二首》云：“绣羽衔花（鸟儿衔花）他自得，红颜骑竹我无缘。胡童结束还难有，楚女腰肢亦可怜”（《杜少陵集注详解》卷二十二），写出清明所见，小儿骑竹马，儿童穿胡服，女郎作细腰，一派游春景象；其第二首有“十年蹴鞠将雏远，万里秋千习俗同”句，反映自古以来的习俗，寒食清明举行踢球和秋千之戏。

宋代清明郊游极盛。“士庶俱出郊省坟”“四野如市，往往就芳树之下或园囿之间罗列杯盘，互相劝酬”（《东京梦华录》卷七），宴于郊外的“酒尊食垒或张幕藉草”（《增补武林旧事》卷三）或“于名园芳圃，奇花异木之处”（《梦粱录》卷二）。南宋西湖“笙歌鼎沸，鼓吹喧天”有各种文艺演出，直到月色上柳梢还歌吹不断。

元代“清明寒食”，“起立彩索秋千架，自有戏蹴秋千之服”。元人游春之风不变，萨都刺《清明日偕曹克明登北固楼》云：“东风吹绿扬子江，滟滟江波泻春洒。况乃又是清明天，元从一饮三百钱”“陌上家家列纸钱，孙刘高家何人拜？”（《萨都刺诗选》宁夏人民出版社），诗中反映元代清明节上坟及游春事。

四月八日浴佛节。浴佛节为佛祖释迦牟尼生日，寺院于这一天灌浴佛像。以小金佛演示佛出生奇迹。《东京梦华录》卷八说：“四月八日，佛生日，十大禅院各有浴佛祭会，煎香药糖水相遗，名曰‘浴佛水’。”佛徒相信喝浴佛水可以祛病延年。寺中僧尼在这一天用器皿装上“浴佛水”，“遍往邸第富室，以小杓浇灌，以求施利”（《武林旧事》卷三周密）。浴佛节时南宋西湖有放生会。为纪念佛诞辰，汴京肉铺关门，人们吃素。

端午节。五月五日又称端午节，唐宋习俗为采艾草扎成人形悬于大门上，叫做插艾，还要插上菖蒲等物以避邪祟。宋人身上还要佩符袋、香袋以驱病毒。南宋民家以艾草扎张天师像悬于门上，有些人家是悬一虎头。对于这些传统习俗《东京梦华录》及《梦粱录》均有记载。欧阳修《渔家傲》词有“五色新丝缠角粽，正是浴兰时节动，菖蒲美酒清樽共”的诗句，描写用丝线缠粽子的情况。五月节为浴兰时节，有用兰草洗浴以除不洁及喝菖蒲酒的习俗。唐宋之前已有端五赛龙舟之习，其起源“为屈原投汨罗日伤其死所故”（《荆楚岁时记》），苏轼诗记“至今沧江上，投饭救饥渴，遗风成竞渡”（《苏轼诗集》卷一《屈原塔》）之事。又“水溪击鼓何喧阗，相将扣水求屈原”（《苏轼诗集》卷一《竹枝歌》），宋人亦竞渡纪念屈原。

南宋人游西湖“是日游舫亦盛，盖迤迳炎暑，宴游渐稀故也”（《武林旧事》卷三）。

辽人与金人都重视端午节。金帝于端午举行拜天之礼。辽俗用采艾叶和绵著衣上，用五彩丝为绳缠臂，还用采丝绕盘做成人形，谓之“长命缕”。金人于端午进行射柳、击球、饮宴等娱乐活动。

南宋人编结巧粽，可以编为“楼台舫辂（舟车）”（《武林旧事》卷三），表现出手艺的高妙；金人射柳，表现为重骑射。不同的民族在纪念一个节日

中，表现出不同的风俗，体现了不同的文化内涵。

各地有端五采药的习惯，民间以为端五采百草制药，药的性能好，治病灵验。

端午节节日食品为粽子。

七夕。七月七日晚为七夕节，又称乞巧节。传说是牵牛织女相会的日子。我国妇女自古以来有七夕乞巧的习俗。唐宋时代此风更盛。乞巧是乞求灵巧和智慧，也是乞求幸福和美满。五代王仁裕《开元天宝遗事》记载，唐玄宗与杨贵妃“每至七月七日夜，在华清宫游宴，时宫女辈陈瓜花酒馔于庭中，求恩于牵牛织女星也。又更捉蜘蛛，闭于小盒中，至晓开视蛛网稀密，以为得巧之候，密者言巧多，稀者言巧少。民间亦效之。”到了宋代，仍继续这种风气，从宋代的记述看七夕在民间已成为一个重大的节日。《梦粱录》卷三载，七夕时全城的“儿童女子，不论贫富皆着新衣。富贵之家于高楼危榭，安排筵会，以赏节序；又于广庭中设香案及酒果，令女郎望月瞻斗列拜，乞巧于女、牛。或取小蜘蛛，以金银小盒盛之，次早观其网丝圆正，名曰‘得巧’；”南宋“妇人女子，至夜对月穿针，餽钗杯盘，饮酒为乐。”（《武林旧事》卷三）

乞巧节在宋代供奉魔合罗，魔合罗是佛教中的童佛，六岁出家成佛。宋人用泥制一娃娃神，给他穿上衣服放在红纱碧笼罩子里，就是魔合罗。皇宫中供奉的用象牙雕镂，或用龙涎香佛手香制造，甚至有用金铸成，贡献给宫廷。

元代，每逢七夕，宫女们登上高台，各用五彩丝穿“九尾针”，互相比赛，看谁先穿完九个针孔。先穿好的称为得巧，晚穿好的称为输巧。《析津志辑佚·岁纪》说“七月皇朝祠巧夕”，“土庶之家咸作大棚，张挂七夕牵牛织女图”。

七夕节是妇女的节日，妇女们都希望自己有一副巧手，创造出美好的生活。

中元节。七月十五中元节，又叫做“鬼节”。传说这一天是赦免鬼罪的一天，同时又是道教地官大帝的生日，将为鬼打开地狱之门，鬼魂要回家乡。所以人们在这一天祭祀祖先。

寺庙这一天要举行盂兰盆会。盂兰盆是“解救倒悬”之意。盂兰盆会起源于目莲救母的传说，《盂兰盆经》载，目莲之母因有恶行死后堕入饿鬼道，目莲对母极孝，以钵盛饭喂母，但食未入口已化为火炭。目莲求救于佛，佛为他说“盂兰盆经”，让他在七月十五作盂兰盆，盆中置百味五果，供养众佛僧，仰众佛的恩光来解脱饿鬼如倒悬一般之苦。目莲依佛祖之言祭祀群鬼，最后与父母同成正果，成为地藏王之护法。寺庙和宫观都在这一天大作法事，超度亡灵。贵族家请僧人“于家设醮，饭僧荐悼”（《梦粱录》卷四）

七月十五家家祭祖，吃斋念佛，烧香上供，叩拜并祭扫祖先之墓。

中元节城市热闹非常。《东京梦华录》卷八记，开封于节前街上就有卖冥器的，即纸糊的鞋、帽、衣服一类，并有买盂兰盆架的，为一竹架，衣服纸钱可以在上面焚烧。街上还有卖果实、种生、花果之类。伶人从七夕开始就开演目莲救母的故事，直演到十五日，观众很多。七月十五一早街上买糗米饭，供上供用。还有卖转明菜花花油饼等。

这一天“茹素者几八九，屠门为之罢市”（《武林旧事》卷三）。

祭祀“例用新米、新酱、冥衣、时果、彩缎、面棋”（《武林旧事》卷

三)。

七月十五晚上有放灯的习俗，不仅寺院放灯，宫中也放灯“内侍往江中放灯万盏”（《梦粱录》卷三），意思为替鬼照亮冥界。

秋社。秋社是祭祀土地神的节日，这是一个古老的节日。一般在立秋后第五个戊日举行。《梦粱录》卷四说：“秋社日，朝廷及州县差官祭社稷坛，盖春祈而秋报也”。

农村秋社有社会，会后有聚餐，社会有祭神和谢神的活动。毛滂《浣溪沙·武康社日》有“风露满帘清似水，笙箫一片醉为乡”“打鼓枫林谁作社？”等诗句，反映秋社日“笙箫一片”“打鼓枫林”的热闹场面，乡人饮酒“醉为乡”的情景，以及乡人轮流作社的习俗。

宋都开封“八月秋社，各以社糕、社酒相赍送。贵戚、宫院以猪、羊肉、腰子、奶房、肚、肺、鸭并、爪薑之属，切作棋子片样，滋味调和，铺于饭上，谓之社饭，请客供养”，“妇女皆归外家，晚归，即外公、姨、舅皆以新葫芦、枣儿为遗，俗云宜良外甥”（《东京梦华录》卷八）

唐宋以来朝廷及州县都要祭春社、秋社。“春秋二社及腊前一日，祭太社、太稷。”

元代“至元七年（1341年）十二月，有诏岁祀太社太稷”（《元史·志·祭祀五》）。这说明元代进一步接受了农业文化仪礼。元祭祀社稷时间“凡祭之日，以春秋二仲月上戊”。祭祀典十分隆重，祭祀时祭供各种酒、羊、牛等肉，有众多官员参与。

祭社稷是一种古老而严肃的活动。元代社稷坛分社坛、稷坛。社坛土用青赤白黑黄五色，依方位筑之。中为黄色，四方各设一陛道。稷坛土不用五色。两坛高五丈，宽、长各五丈。坛外筑墙垣。祭祀前将祭祀用的香烛、酒、马奶酒置于望祠堂称为迎香。其次是参与祭祀的官员前一天进行清斋。祭祀之时祭官们捧着干枣、鹿肉干、榛子、桃干、菱角、芡实、栗子、鱼肉、兔肉、猪肉等依次奉供，主要的祭牲是一只牛、四只羊、四只野猪。祭祀时要奏乐、跪拜、读祝文。参与的主要官员有太常卿、光禄卿、祝史、监察御史、监礼博士等（《元史·志》）。

(11)中秋节。八月十五中秋节。中秋赏月由来已久，宋代节日活动更加丰富。

唐代中秋玩月之俗已盛行。《开元纪事》载“中秋夕，上与贵妃太液池望月”。宋代始定中秋、仲秋节。开封是北宋都城，从节前已热闹起来。《东京梦华录》卷八记，中秋前，各酒楼装修门面，“重新结络门前彩楼”，挂起花头画竿，悬挂醉仙锦旗，各店“皆卖新酒”。市人争相来饮新酒。到八月十五中午酒楼“拽下望子”。市民中秋赏月“贵家结饰台榭，民间争占酒楼玩月”，“京城“丝篁鼎沸”，“夜深遥闻笙竽之声，宛若云外。”“闾里儿童连宵嬉戏，夜市骈阗，至于通晓。”到南宋亦如往昔。“王孙公子、巨家富室莫不登危楼，临轩玩月”“琴瑟铿锵，酌酒高歌，恣以竟夕之欢。”（《梦粱录》卷四）一般商人“亦登小小月台，安排家宴，团圞子女，以酬佳节”。穷苦市民“虽陋巷贫窶之人，解衣市酒，勉强迎欢，不肯虚度此夜。”天街买卖“至晓不绝，盖金吾不禁故也”（《梦粱录》卷四）。

中秋吃螃蟹、水果，据《东京梦华录》记，“是时螯蟹新出，石榴、勃、梨、枣、栗、葡萄弄色，柑桔皆新上市”。

月饼的名称见于《武林旧事》“蒸作从食”一项中，那时月饼是一种圆

形带馅的甜点心，尚未列入中秋馈赠之节令食品。到明以后，月饼名气大振，成为节日食品。

(12)重阳节。九月九日为重阳节，又称重九。古人以九为阳数，月，日都逢九故名重阳。重阳，民间流行的习俗有登高、赏菊、佩茱萸、吃重阳糕等。重阳登高的习俗传说很多，影响最大的是《续齐谐记》中桓景避难的传说，桓景听从仙人费长房的指点，九月九日臂上系茱萸、登高，饮菊花酒，避免了全家人的灾殃。从此以后形成九九登高的习俗。

唐代重阳登高的习俗很盛。唐代著名诗人王维有《九月九日忆山东兄弟》一诗，其中“遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人”即反映了重九登高情景。

宋代沿有九九登高的习惯，《东京梦华录》卷八记“都人多出郊外登高，如仓王庙、四里桥、愁台、梁王城、砚台、毛驼冈、独乐冈等处”，饮酒赋诗，摘采茱萸，兴尽而返。茱萸、菊花重九倍受人青睐，《梦粱录》卷五说：“今世人以菊花茱萸为然，浮于酒上饮，盖茱萸名避邪翁，菊花名延寿客，故假此两物服之，以消阳九之厄尔”。菊花不仅做为药物服之，而且做为高品位的花被人欣赏，重九是赏菊之日。《梦粱录》卷五记，“禁中与贵家此日赏菊”，百姓于此日要“市一二株玩赏”，开封此日处处是菊花，“无处无之”（《东京梦华录》卷八）。重阳节吃重阳糕。开封节前一日，都人做重阳糕，“各以粉面蒸糕遣送”、“又以粉做狮子蛮王之状，置于糕上，谓之狮蛮。”（《东京梦华录》卷八）重阳糕的样式是糕上撒有各种干果，果实如石榴子、栗黄、银杏、松子之类，上面再插上小旗。宫廷庆祝重九很隆重，南宋“禁中于八日作重九排当于庆瑞殿，分列黄菊，灿然眩目。”“点菊灯略如元夕”（《武林旧事》卷三）。寺庙于此日办斋会，《东京梦华录》卷八记，“诸禅寺各有斋会，惟开宝寺、仁王寺有狮子会，诸僧皆坐狮子上作法事”。

辽朝重九宫廷热烈庆祝，据《辽史》五十三卷记“臣僚旦赴御帐，从驾至围场”，进行打猎活动，“天子率群臣部族射虎”，获猎少的为负，罚重九宴。射猎完毕，在高地设帐，皇帝赐诸官菊花酒。这一日要研茱萸酒洒在门户以驱灾。

金朝重九在郊外祭天、狩猎、射柳、击球。重九出猎是金的旧俗，最能体现其原为狩猎民族的特色。

辽金民间赏菊、登高等活动与宋代习俗相同。

元代重九仍沿袭宋代习俗。《析津辑佚》“岁纪”中说：“九月登高簪紫菊。”萨都刺有诗《客中九日二首》，其一为：“寥落天涯岁月赊，每逢佳节每思家。无钱估得邻家酒，不敢开窗看菊花。”诗中反映重阳节时诗人客居他乡的心情，说明九九重阳节在当时人心中的重要地位。

(13)冬至。冬至节在农历十一月。这是一个古老的节日。这一天北半球白昼最短，其后白昼逐渐变长。《玉烛宝典》谓冬至的“至”有三义，一者阴极之至，二者阳气始至，三者日行南至。冬至是古代一个重大的节日，又叫“亚岁”。其庆祝活动仿效除夕、新年，规模稍差。民间曾有“冬至大如年”的俗谚。冬至时，皇帝要接受百官朝贺，礼仪隆重。历代帝王都于冬至祭天。官府于这一天放假。冬至是历代王朝大祀天帝之节。唐代冬至“祀昊天上帝于圆丘”（《唐书·礼乐志一》），宋代“冬至至圆丘祭昊天上帝”（《宋史》卷九十八），元代至正三年（1341年），皇帝“亲祀南郊”（《元史·志·祭祀六》）。

民间重视冬至节。唐代杜甫有《冬至》诗“年年至日长为客，忽忽穷愁泥杀人，江上形容吾独老，天涯风俗自相亲”（《杜少陵集注详解》卷二十一）。诗写杜甫旅居夔州，穷愁潦倒的心情。正值冬至，人在天涯之远，但冬至风俗与长安相同，故觉亲切。宋代冬至如年节，《东京梦华录》卷十称：“京师最重此节，虽至贫者，一年之间积累假借，至此日，易新衣，备办饮食，享祀先祖”，官府允许赌博，市民庆贺往来，一如年节。南宋也如此，“都人最重一年贺冬，车马皆华整、鲜好，五鼓已填拥杂沓于九街”，妇人小儿服饰华丽，岳祠、城隍各庙烧香人很多，三日之内“店肆皆罢市，垂帘饮博，谓之做节”（《武林旧事》卷三）。祭祖先是冬至节一项内容，杭人冬至祭祖专用馄饨，故有“冬馄饨”之说。（《武林旧事》卷三）

辽代冬至祭黑山。辽国俗，杀白羊、白马、白雁，各取血和酒，天子望黑山拜，每年冬至“五京进纸造人马万余事，祭山而焚之”，人们不祭“不敢近山”（《辽史·礼志六》卷五十三）。黑山在辽境北，俗谓契丹人魂魄归宿之地，契丹人极为敬畏。

(14)腊日与腊八。“腊”是古代祭祀之名，指岁终祭祀众神，古代腊日是冬至后第三个戌日。隋唐宋各代都由宫廷进行祭祀，宋称为“君王腊”，唐谓“腊祭”。唐代“腊日赐北门学士口脂蜡脂，盛以碧镂牙”（《酉阳杂俎》卷一）。辽王朝“腊辰日”，天子与群臣“饮酒作乐，赐甲仗、羊马”（《辽史·礼志六》）。

腊日与腊八在中古时代区分很清楚，《东京梦华录》、《梦粱录》就是这样区分的。

“腊八”成为民间节日出自佛教传说。据说佛祖释迦牟尼于此日成道，腊八为佛教“成道节”。佛寺于此日隆重庆祝，逐渐扩展到民间，成为一个民俗节日。《东京梦华录》卷十记，初八日，街巷中有僧尼三、五人作队念佛，以银铜沙罗或好盆器，坐一金、铜或木佛像，浸以香水杨枝洒浴，挨家串户请求布施。“诸大寺作浴佛会，并送七宝五味粥与门徒，谓之腊八粥。”（《梦粱录》卷六）。所以腊八粥又叫做佛粥。以上记述概括起来：腊八佛寺诵经、浴佛，并效法佛成道前牧女献乳糜的故事，用米及果类煮粥供佛，这就是“腊八粥”。宋代腊八粥据《梦粱录》记，做法是“腊八粥，亦设红糟、以麸、乳、诸果、笋笋等为之”。在佛教寺院的影响下，民间也做腊八粥。《东京梦华录》卷十谓：“都人是日各家亦以果子杂料煮粥而食也。”宋代开始的吃“腊八粥”习俗已有千余年历史。

宋代于腊日制腊药，“医家亦多合药剂，侑以虎头丹、八神、屠苏、贮以绛囊，馈遗大家”（《武林旧事》卷三）。腊日有“打夜胡”驱祟的习俗，宋《东京梦华录》卷十记“自入此夜，即有贫者三数人为一伙，装妇人神鬼、敲锣击鼓，巡门乞钱，俗呼为‘打夜胡’，亦驱祟之道也。”这种习俗源于南北朝腊日驱疫活动。

(15)祭灶。农历十二月二十三或二十四日为祭灶日，又叫小年。隋唐宋代多在二十四日祭灶。关于灶神，唐段成式《酉阳杂俎》卷十四说：“灶神名隗，状如美女，又姓张名单，字子郭，夫人字卿忌，有六女皆名察（祭），常以月晦日上天白人罪状……故为天帝督使，下为地精。己丑日，日出卯时上天，禺中下行福，此日祭得福。”由于这种灶君上天告状的传说，小年祭灶习俗在宋代极为盛行。“二十四日交年，都人至夜请僧道看经，备酒果送神，烧‘合家’替代钱纸，贴灶马于灶上，以酒糟涂抹灶门，谓之醉司命。”

(《东京梦华录》卷十)。人们愚弄灶君希望他上天言好事，下界降吉祥。祭灶是极普遍的活动，《梦粱录》卷三记“二十四日，不以贫富，皆备食糖、豆祭灶”，“此日市间及街坊，叫卖五色米食花、胶牙糖、箕豆声，叫声鼎沸。”据说胶牙糖可粘住灶君之口，使其不能说人坏话。

(16)除夕。除夕为传统节日中最重大节日之一。在我国，这一节日有久远的历史。隋唐宋元以来，除夕节日活动有扫除、挂桃符，放爆竹、祭祖、驱疫鬼、馈岁、守岁等习俗。

除夕习俗宋代记录最为完备。《东京梦华录》卷十记，除日“禁中爆竹山呼，声闻于外，士庶之家，围炉而坐，达旦不寐”。历代除日风俗计有：打扫房屋，敬门神，挂桃符。《梦粱录》卷三云：“十二月尽，俗云月穷岁尽之日谓之除夜，士庶家不以大小，俱洒扫门闾，去尘秽，净庭户，换门神，挂钟馗，钉桃符春牌。”

祭祖，祭神。《梦粱录》卷六云：“祭祀祖宗。遇夜时备迎神鲜花供佛，以祈新岁之安”。又据(《增补武林旧事》卷三)记，“祀先之礼则或昏或晓各有不同。”

放爆竹。除夕之夜“爆竹鼓吹之声，喧阗彻夜”(《武林旧事》卷三)。“爆竹声震如雷”(《梦粱录》卷六)。放爆竹一方面以送旧岁，驱散旧岁一切不吉、邪鬼；另一方面是迎新年，求新年大吉大利。

点灯。唐宋沿袭古代庭燎习俗，点灯烛及火盆，除夕夜处处光明“红映霄汉”(《武林旧事》卷三)。烛光照耀“如同白日”(《梦粱录》卷六)。

驱鬼。驱疫鬼每年除夕宫廷都有驱傩的仪式。是时“用皇城亲事官”，随驾的卫士“戴假面，穿上绣画的衣服，“执金枪龙旗”，有人假装将军，有人装门神、装判官、装钟馗及其小妹，装灶神和土地神，浩浩荡荡的驱鬼队有千余人，“自禁中驱崇，出南薰门外转龙湾，谓之‘埋崇’而罢。”(《东京梦华录》卷十)。

唐代段安节著《乐府杂录》有关于驱傩的记述：用方相四人，戴冠及面具，黄金为四目，衣熊裘、执戈、扬盾，口作“傩、傩”之声，以除逐也。右十二人，皆朱发，衣白画衣。各执麻鞭，辫麻为之，长数尺，振之声甚厉。另有扮成食虎者，食不祥者，食蛊者等神。表演驱傩时，诸官都上棚观看，百姓也入看，十分壮观。

馈岁。节前馈送礼物，“馈岁盘合、酒担、羊腔，充斥道路。”(《武林旧事》卷三)

守岁。唐太宗写《守岁诗》云，“冬尽今宵促，年开明日开。”人们有除夜不眠以待更尽岁尽的习惯。一则送旧岁，二则迎新岁，一夜之中度过两年，意义深远。

钟馗出现在除夕诸神之中，是在唐代，唐玄宗曾命吴道子画钟馗之像，传说钟馗是唐进士，死后曾为玄宗捉鬼除病。钟馗传说与钟馗像遂传遍天下，成民间习俗中的人物。

宋代除夕有照虚耗(老鼠)之俗，以光烛照各处，防止老鼠盗吃供品。

饮屠苏酒。王安石《除日》诗有记“春风送暖入屠苏”事。屠苏酒是一种药酒，传说由大黄、白术、桔梗、蜀椒、乌头、拔契等配制而成。又传为唐代孙思邈所创。除夜服用可防疫。其饮法为少者先饮。

(17)辽、金、元节日习俗。辽金元时习俗多向宋学习仿效，其都城燕京汴梁，原为唐宋旧地，故年节习俗均相沿袭成风。但是各民族仍保持许多古

老的习俗，反映其狩猎生活、游牧生活的民族文化。现摘要分述如下：

祭山仪（辽）。祭山仪是辽祭祀天地神祇之仪，地点在木叶山。木叶山为辽始祖耶律阿保机之葬处。辽人祭山仪植树作神门、中立君树。立天神地祇的牌位，帝后都向牌位致奠，大臣宰相向君树致奠。诸亲王臣子在皇帝带领下绕神门树若干圈。并把酒肉扔向东方。最后饮酒吃肉，仪式结束。

瑟瑟仪（辽）。这是祈雨的仪式。祈雨前先置百柱天棚，皇帝在百柱天棚祈雨，致奠祖先，然后率群臣射柳。射柳是一种骑射比赛。先将柳枝削皮使其成一段呈白色，插柳枝为两行，高数寸，欲射之柳用帕标志。射柳者以箭射柳枝，射断柳枝并以手去柳，打马飞驰而去的为上，断而不能去者次之，断在青的地方或射中没有射断和没有射中的为负。

拜日仪（辽）。契丹拜日，每月朔旦，东向而拜日。辽人不拜月，他们崇拜太阳。

岁除仪（辽）。除夕之夜，皇帝下诏，由有关官吏把羊油和盐放在火里烧，巫依次赞祝火神，皇帝向火礼拜。

洒马奶子节。（祭成吉思汗）。每年六月二十四日，皇帝幸上都，用一马，八只黑羊，彩段丝绢各九匹，以白羊毛缠九个穗，三张貂鼠皮。命蒙古的巫覡及蒙古和汉人的秀才、达官四员主持其事。拜告苍天之神，又呼成吉思汗的御名而祝并曰：“托天皇帝福荫，年年祭赛者。”（《元史·志·祭祀六》）

射草狗（元）。每年十二月下旬，择日，于西镇国寺内墙下，洒扫平地，太府监供彩币，中尚监供细毡、针线，武备寺供弓箭环刀，束秆草为人形一、为狗一，剪杂色彩缎做肠胃，选达官世家之有地位的贵人交相射之。将草人、草狗射烂，用羊酒祭奠，祭毕，帝后及太子嫔妃并射者各自脱下所穿的衣服，使蒙古巫覡祝赞，然后把衣服给丞。叫做脱灾。这项活动非别速、扎刺尔、乃蛮、忙古、台列班、塔达、珊竹、雪泥等氏族不得参与（《元史·志》）。

巡皇城（元）。元朝每年二月十五日举行迎引伞盖活动。由朝廷拨伞鼓手一百二十人，甲马五百人，抬汉代关羽像的轿军五百人。宣政院所辖三百六十所寺庙，掌管供应三百六十坛佛像、坛面、幡幢、车鼓、头旗，每坛抬坛者二十六人，钹鼓僧十二人。大都掌供民间大社一百二十队。教坊司掌各种乐器，如大乐鼓、板杖鼓、箏、笛、琵琶、笙、琴等四百人。妓女杂扮队戏一百五十人，杂技一百五十人，汉、回、河西细乐三百二十四人。凡执役者官给铠甲袍服器仗，全都鲜丽整洁，珠玉金绣，装束奇巧，首尾排列三十余里，都城士女，市民百姓围聚观看，有官府维持秩序，分守城门，中书省官员总监视。正月十三日于西镇国寺迎太子游四门，抬高塑像，具仪仗入城。十四日由佛教国师率梵僧五百人于大明殿内建佛事。正月十五日请下御座上的伞盖，奉置于车上，诸仪仗队列于殿前，社队、演员、僧人列于崇天门外，迎引大伞盖出宫，到庆寿寺，吃素食，食过起行，从西宫门外垣海子南岸，入厚载红门，由东华门过延春门而西。皇帝、皇后、妃子、公主在玉德殿门外，搭彩楼观览。游行完毕，把伞盖送还宫中，恭置御榻上。帝师与僧众作佛事至十六日散。岁以为常，谓之游皇城。夏六月中，上京亦举行一次。

此伞盖按帝师八思巴言做成白色，顶用白缎，泥金书梵文于上，谓镇压邪魔护安国刹。每年二月十五日举行迎引伞盖的活动，“周游皇城内外，云与众生袪除不祥，导迎福祉”（《元史·志·祭祀六》）。

此项活动从元世祖忽必烈至元七年（1270年）开始，每岁举办。

这项活动正是元代初期以信仰喇嘛教为主的宗教习俗。这种抬塑像，列仪仗，举大伞，列队而行的活动影响了以后京城每过节日列队走会的习俗之形成。

射天狼（元）。射天狼为十月开垛场中的活动，其作法，“宰执奉弓执箭，跪以进，太子受弓后，发矢至高远处，名射天狼”（《析津志辑佚·岁纪》）。

扫黄叶（元）。扫黄叶又名送寒衣节。十月进行，“是月，都城自一日之后，时令谓之送寒衣节。祭先上坟，为之扫黄叶”（《析津志辑佚》“岁纪”）这一月内人们追思远祖先人，礼仪特重，不论贫富都说家中富有，祭祖先十分虔诚恭敬，表现出重视人伦，尊重先辈的风习。

腊日洒净与驱邪（元）。在腊日（或接近除夕之日）“于宫中大明殿牌下，西蕃咒师以扇鼓持咒，供羊、马、牛、酒等物，陈设于殿庭，咒师数人奏咒乐念咒，两人牵手巾，一人以水置其中，谓之洒净。以诸肉置于桶中，二人抬而出殿前，一人执黑旗于前，出红墙门外，于各宫绕旋，自隆福宫、兴圣宫出，驰马击鼓举铙奔走，出顺城门外二里头，将所致桶中肉抛撒以济人，谓之驱邪。”（《析津志辑佚·岁纪》）

这种宗教习俗是喇嘛教的习俗，说明元朝习俗深受喇嘛教的影响。

宋元时期，西有西夏，东有辽金，后又有元，各族人民聚集一起，在长期的共同生活中，少数民族受到中原汉族节日习俗的影响，越来越多接受了汉族的节日习俗。元旦、除夕、元宵、立春、端五、重九、立秋、冬至、腊日无不接受汉族节日文化影响。元朝蒙族原来有萨满信仰，后来又接受了佛教、道教的信仰，西藏喇嘛教僧人在元成为国师，倍受尊敬，其宗教仪式和活动规模空前，对我国的节日习俗产生很大影响。

(2) 物质生活习俗

隋唐宋元时代生产发展，农业生产水平有所提高，手工业越来越发达，人们的物质生活水平也较古代有很大提高。与国内外各民族的交流与交融，生活习俗发生许多变化。

服饰习俗。隋唐时期的服饰与南北朝时相比有明显的差异，袍袖不象魏晋那样宽肥，衣领不象北朝那样翻折，多为窄袖圆领袍。由于与西域、波斯的交往，受西域、波斯及北方少数民族胡服的影响，胡服成为流行服装。到晚唐、五代，特别是宋又重新制定服饰制度，服饰又回到传统轨道。辽金元各民族有自己的传统服装，但其公服袍仍基本沿袭汉族服制。

隋朝服装受胡服影响颇深，《文献通考》谓隋炀帝巡游时令百官戎服从驾，而以紫、绯、绿三色为九品之别。

唐代沿袭隋制。男服有 a：袍衫、襴袍、缺胯袍等。唐代袍衫与前期各朝有所区别，式样为右衽、圆领、窄袖，衣长至膝下或足；襴袍作为士人的服装，其下摆处有一道宽宽的横襴故称为棠苳襴衫分等级，一为黄，二为黑，三为纁，四为绿，五为紫，庶人为白。扣子分铜铁银等。在领和袖的地方无边缘装饰。缺胯袍，下摆处开衩。这种袍活动方便，成为庶民、劳动者所常穿的服装，也是戎服之一。b：胡服具有衣长及膝，衣袖瘦窄的特点。领式或为圆领或为翻折领，对襟开领等。头戴皮帽，脚踏靴，腰间著一皮带，即为典型之胡服。唐代时兴胡服，男女都喜穿胡服，胡服便于骑马，便于出外游

乐，做为常服较方便、舒适。c、半臂，据《实录》载，“隋大业中，内官多服半臂……今背子是也。”半臂是一种对襟、无袖或短袖长衣，衣长至膝，穿在袍衫之外，不分男女，尊卑通用。d、裤褶也是一种古代胡服，褶是上衣，短身宽袖，身比襦稍长。其裤口较肥大。唐代以裤褶定为朝见之服。除以上四种服装外，黄袍是皇帝、太子的专用服装。《唐书》《舆服志》载唐高祖以赭黄袍巾带为常服，不久天下人仿效稍用赤黄，于是朝廷下令禁止臣民服赤黄色衣服。以后黄袍成为皇帝专用服装。另有弁服，穿其服装必须戴弁冠，故而名弁服，弁服是皇帝皇太子朔望及视事所穿，文官办公也穿。其等级区别在于颜色及弁上之（音其；冠上的装饰，状如棋子）的数目和质地。唐朝沿隋制，三品及以上服紫色，四品绯色，五品浅绯色，六品深绿色，七品浅绿色，八品深青色，九品浅青色，（以后青改为碧色）。士人、举子、庶人服白色。衣料以葛、毛、麻为主。胥吏服青。衣料五品以上用细绫及罗，六品以下用小绫制作。晚唐五代时期又穿起宽衣大袖、长裙丝履，短衣、窄袖只有劳动者服用（《中国服饰简史》五章）。

隋唐妇女服装也受胡服的影响，样式有：a 窄袖衫襦，隋和初唐女子，上穿窄袖衫襦，下穿长裙，腰系长带，肩披长巾，足穿高头履如常见之唐张萱的《捣练图》。b 袒胸大袖衫襦，为贵族妇女服饰。袒露胸的上部，对襟，大袖，长裙，或著裯裙。如有名的《簪花仕女图》。c 裙，有长裙，腰可高至胸部，裙长拖地，似朝鲜之裙。另有裯裙，由两种以上布料拼接而成，多幅裙片。d 胡服，领、袖、下摆均有锦边装饰，对襟，窄袖，折领或翻领，头戴高顶胡帽，束带，下穿竖条小口裤，足踏尖头绣花鞋。e 男装。唐代有女著男衫之风，首先是在宫内流行，逐渐流传至民间。男装为园领或折领、窄袖，头戴软脚幞头，腰系革带，足踏黑色靴子。f 帔帛。帔帛是流行在隋唐的妇女装饰，似一个长丝围巾披在身上，披的形式各种各样。《簪花仕女图》中之女子披一帔帛飘垂而下。帔帛宽窄各异，长于身长，敦煌壁画中有供养人像，其帔帛之长，两手左右伸展左右手各余约一臂之长。

唐男子帽为幞头，又叫折上巾。即用三尺皂罗，从后边裹发。古代男子留长发，为方便起见用黑纱裹头，唐以后用木作支架子用绢衬在里面作成帽子形式。即绢幞头，幞头的两角以象两仪，以后平伸出来发展为纱帽翅。幞头两角有的在后面，有的在前面，形式各异。男子鞋主要为靴和乌皮履。女子鞋为翘头履。女子头部发式，唐代时兴高髻、倭堕髻、花髻等。女帽有帷帽（状如草帽，沿边有帷）、胡帽。

据《中西文化交流史》述，唐服“以中亚和波斯风为主”，“唐俑中有着折襟胡服的男像，就属波斯风。襟袖窄小是天宝初期长安流行服式，传自西域。吐火罗人均着小袖袍小口裤，中亚胡腾舞，柘枝舞，舞女衣着都双袖紧缠”。“萨珊波斯时代妇女流行耳环，伊斯兰教兴起后此风依然，长安妇女群起仿效，称为步摇。女子披肩巾（巾帔），则仿自中印度”。“天宝初长安不分贵贱都好衣胡服为豹幅，妇人则簪步摇”。元和中，长安宫人流行回鹘装，“回鹘衣装回鹘马，就中偏称小腰身”（花蕊夫人《宫词》）。“开元初充仪仗队的骑马宫人都戴胡帽，靓妆露面，不再障蔽。士庶仿效”。胡帽有几种，胡腾舞者戴虚顶织成蕃帽，柘枝舞者戴卷檐虚帽，波斯丈夫戴白皮帽，都是长安时行的胡帽式样。”

宋代服装，袍服、衫、袄等均沿袭唐制，但有所变革，等级鲜明，条目细致，如衣带就分二十多种。对庶民与官做出严格限定，庶人“只许服皂、

白衣、铁、角带，不得服紫。”（《宋史·舆服志》）“幞头巾子，自今（989年）高不过二寸五分，妇人假髻并宜禁断，仍不得做高髻及高冠，其销金、泥金、真珠装缀衣服，除命妇许服外，余人并禁。”

宋代男服有 a.朝服，为官员上朝所穿，有上衣有下裳（裙），里面衬白中单，有蔽膝，大腰带，有玉剑，佩，银、革带，锦绶，玉环，下穿白绫袜，皂靴。b.袍，长至膝下，圆领，衫和袖有窄有宽，朝服、祭服均为袍一类。c.衫，长衣，下摆有一围襴，谓之襴衫。为士大夫所穿。d.背子，为对襟式，有长裾，有带，两腋下不缝合。e.半臂，与唐式同。f.袄，为短上衣。

宋女服与晚唐有别，晚唐五代宽衣，至宋则兴窄衣。a.窄袖衣为流行女装，衣长至膝，十分瘦窄，交领或圆领，省布而贴身，穿时配以长裙。另有翻领式衫，肩有帔肩（帔帛），腰有彩带结成连环而下垂。b.裙，宋流行多褶裙，前后各四幅。c.襦，短衣，衣窄，袖细。

服色，黄袍为皇帝专用。宋代官服“三品以上服紫，五品以上服朱，七品以上服绿，九品以上服青”，（《宋史》卷一百五十三）。

宋人帽制因袭唐制为幞头。幞头在宋有所发展，“其初以藤织草巾子为里，纱为表，而涂以漆，”“后惟以漆为坚，去其藤里，前为一折，平施两脚，以铁为之”（《宋史·志·舆服五》）。宋人有簪花习惯。皇帝赐花与臣下，百官“各依品位簪花”（《梦粱录》卷二）宋还有东坡巾，这是一种造型方正之帽，帽上面为四墙，角较锐、墙外有低墙，又名乌角巾。为士人所爱戴用。

唐宋两代妇女化妆不同，唐代初年讲究宽眉，《簪花仕女图》中仕女眉粗如蚕蛹。天宝末年流行细长之眉，“青黛点眉眉细长”（白居易《上阳白发人》），中唐流行八字眉，黑唇、赭面、椎髻。白居易有《时世妆》诗谓“腮不施朱面无粉，乌膏注唇唇似泥，双眉画作八字低。”“圆鬟无鬓椎髻样，斜红不晕赭面状，”“元和妆梳君记取，髻椎面赭非华风。”这种妆束是吐蕃影响所致。宋代则流行细眉。整体讲究清秀、典雅。

辽金服饰一方面采用汉人服饰，又有本民族服饰。辽朝廷上辽主与南班汉官用汉服，太后及辽官用胡服。辽主自辽会同十年采用通天冠、绛纱袍为礼服。其官员服色也以紫色、绯色、绿色区分等级。

据《中国古代服饰简史》第八章考证辽代开始用不同山水鸟兽刺绣花纹，区别职位高低。明清官服承袭了辽的这种作法。

辽衣左衽，造型瘦窄，圆领，下摆开衩，腰间束带，穿长裤，长统靴。

契丹、女真、蒙古男子都髡发。据《中国古代服装简史》第八章记，契丹男子顶发剃去只留下额前和左右之发，或四周垂下，或垂之于耳后。官员头戴毡冠，上以金华为饰，并有后垂金花，织带中贮发一总。女真与蒙古有的只留耳上两边之发，左右耳垂两发辫，耳上戴耳环。契丹女子发型似现代之马尾式女发，发向后梳，于头后上方结束起来，近年发现之契丹女尸就是此种发型。

金代建国后，于天辅五年（1123年）制定服制，一一效仿宋代的服饰、法物、仪仗等。金主穿紫窄袍，玉带。如遇大礼穿袞冕法服。章宗定都燕京以后，进一步采用宋的舆服制度。其特点是在胸部肩部饰以绣金花纹。女真人服饰也以左衽为特点，袖很窄小，领为圆，衣到膝。

契丹人和女真人都生活在寒冷的北方，秋冬用皮毛为衣，以貂鼠皮最贵重，狐、羊等皮次之，獐麋猫犬牛皮、马皮、鼠皮更次之。

元代服装参考辽金南宋的服制，又有民族特色。其冠服与金宋形制相似。元代于英宗时代制定了天子的冕服，太子的冠服，百官的祭服，朝服，其形制大体同宋。元的“质孙服”为元朝特色服装。其制，衣袖较狭窄，下裳较短，衣长至膝下，腰间多褶，并在其衣肩背间贯以大珠，下穿小口裤，腰间用紵丝金线或红紫帛拈线组成束腰围在胸下至腰间。这种服装本为戎服，便于骑马奔跑。据约翰·普兰诺·加宾尼著的《蒙古史》（《出使蒙古记》60页，中国社会科学出版社）记述蒙古朝廷选举贵由为大汗（定宗）时，“第一天，他们都穿白天鹅绒的衣服，第二天——那一天贵由来到帐幕——穿红天鹅绒衣服……”第三天第四天与会者都穿一色的服装。这即为质孙服，一般内廷大宴所服。“质孙，汉言一色服也，内廷大宴则服之。冬夏之服不同，然无定制，凡勋戚大臣近侍，赐则服之。下至乐工……总谓之质孙云”（《元史·舆服一》）。

蒙族的服饰有民族特色，计有：比肩，俗称褡子答忽。为一种皮衣，有里有面，比马褂长，类似半袖衫。

比甲，是一种前有衣裳、但没有衣襟，也没有领、袖，后面长倍于前，用两褡结之。亦为便于马上之服装。

帽，王公大臣戴大帽，即暖帽，钹笠等。

元代官民以戴帽为多，帽檐有圆、有方，或前圆后方。

其冠服大抵相类于汉制，采用唐、宋、金形制。

元代靴有鹅头靴、鹄嘴靴，云头靴、毡靴、皮靴等”（《中国古代服饰史》十二章）。

蒙古族妇女服饰衣有袍，袍式宽大而长，大袖，袖口较窄衣长曳地，行时两女奴拽之。此指贵族妇女之服装。袍多用大红织金，吉贝棉、蒙茸、琐里（极轻薄的毛料）。其他如红、黄、绿、茶色、胭脂红、鸛冠紫、泥金色等色亦流行。

妇人之袍宽大式样，类似宋代的团衫，大衣。

云肩，围于颈下胸背肩之处，围者以宫女舞女为多。

宫人贵妇多穿红靴。

蒙族妇女喜用黄粉涂额。

发型，云髻高梳为元妇女之发式。

命妇服，一品至三品服浑金，四品五品饰金塔子，六品以下服销金并金沙搭子。

元代规定倡家只服皂背子，或紫皂背子。”（见《中国古代服饰史》十二章，丹青图书有限公司，周锡保著）宋辽金元各代妇女均着裙，汉族妇女裙长，少数民族妇女裙短以便于骑马。元代裙制只到足部，较前代为短。元代女子的衫襦袖窄长，衣长至腰下，衫襦外罩半袖衣，汉族右衽，蒙族多左衽。蒙古妇女在衫襦外的肩上饰云肩，形似云朵。杨子器《元宫词》有“金绣云肩翠玉纓”，此习从金已开始。

元代妇女的冠最有特色。元代蒙族妇女后妃、大臣的正妻都戴“姑姑冠”，据加宾尼《蒙古史》说：“这种头饰有一厄尔高（一厄尔相当于45英寸），其顶端呈现正方形，从底部至顶端，其周围逐渐加粗，在其顶端，有一根用金、银、木条甚至羽毛制成的棍棒。这种头饰缝在一顶帽子上，这帽子下垂至肩，这种帽子覆以粗麻布、天鹅绒或织锦”。《蒙鞑备录》记：“凡诸酋之妻皆有顾姑姑冠，用铁丝结成，形如竹夫人，长三尺许，用红青锦绣或珠、

金饰之，其又有杖一枝用红青绒饰之。”姑姑冠元后期仍用，其制为圆为方，其富丽状况已不是初期可比。

男子所戴之笠子，是辽、金、元时期北方民族广泛使用的帽子，形状似今之小沿草帽，圆顶，顶上有红缨。元贵族帽顶要装饰金珠室石。笠为春夏秋季所戴可防寒、避晒、遮雨。笠多由毡面制作，元代后期追求华美，造型质料与初期已不同。冬天戴暖帽，用貂皮、狐皮、羔皮制作。

元朝蒙族人尚白、新年伊始，大汗及臣民依惯例穿上白衣。这是吉祥的象征。

食俗。随唐宋元饮食习俗不断丰富发展，各朝代有所不同。随时间短暂，炀帝下江南观赏江南景物，尝遍江南美食。据《清异录》卷下（宋陶谷撰，四库本 1047 册）记“炀帝幸江都，吴中贡糟蟹、糖蟹。”可知隋时已有酒糟、蜜腌之法。唐朝饮食在普通的饭食基础上猎夺、求精，唐有所谓八珍，《辍耕录》记，八珍乃是“醍醐、沆、野驼蹄、鹿唇，驼乳糜、天鹅脂、紫玉浆、玄玉浆”这种饮食非一般人所食。唐食俗有波斯印度等国的影响。如（类似八宝饭）即波斯的一种饭传入我国的，其音为直译。糖的制作为印度传入，对我国食俗有重要影响。宋朝城市发展，饭馆林立，促进了饮食业的繁荣。元代蒙族等北方民族有其特殊的食俗。从隋唐到宋元食俗历代相传，我国人民的饮食习俗日益丰富，烹调技术不断提高。

唐代初期中期饮食极其讲究，除一般饮食外，特喜珍稀异域之饮食。这与皇室的奢侈风气有关。一般饮食，主食为米面所做，如饼、馒头（蒸饼）饭、黍米饭、食、等。以各种饼为最常食用，《酉阳杂俎》卷七中饼类就有阿韩特饼、凡当饼、饼、五色饼、蒸饼等。唐菜很多，除蔬菜外，鸡肉、鱼肉、猪、羊、牛肉均食用。皇室贵族则食用驼峰、八珍等珍稀食物。《酉阳杂俎》记唐代崇尚之食物有：猩猩唇、烧烤猴子、石鱼、巩洛之鱒、洞庭之鲋、灌水之鲤、菜黄之鲑、憋炮羔、鹑、小蚶、熟蚬等。烹调的佐料有姜、酱、豉等。所用蔬菜也都极珍贵，如；瓜州红菱、芳菰、会稽之菰、梦泽之芹，具区之菁、越酪之菌。通过烹调要做到“甘而不喂（意为浓），酸而不（意为酷），咸而不减，辛而不耀，淡而不薄，肥而不腴”（《酉阳杂俎·卷七》），这一原则虽是伊尹提出，但在唐代做的烹调的标准被重新提出并加以重视。

唐初武后及中宗时韦巨源曾任尚书令，家中有皇家食谱，《清异记》卷下曾摘录，现分列如下：

单笼金乳酥 是饼，但用独隔通笼，欲（使）气隔
曼陀样夹饼公厅炉
巨胜奴酥蜜寒具（馓子） 婆罗门轻高面笼蒸
贵妃红加味红酥 七返膏七样作四花糕 金铃炙
御黄王母饭遍缕印脂，盖饭面装杂味 通花软牛肠
光明虾炙生虾则可用
生进二十四气馄饨花形馅料各二十四种
生进鸭花汤饼厨典，入内下汤同心生结脯先结后风干
见风消油浴饼 金银夹花平截剔蟹细碎卷
火焰盏口 上言花，下言体冷蟾儿羹冷蛤蜊
唐安 斗花 水晶龙凤糕枣米蒸破见花乃进
双拌方破饼饼料花角 玉露团雕酥

汉宫棋钱能印花煮 长生粥进料天花 九辣香赐绯含香粽子 蜜淋甜雪蜜 太例面

八方寒食饼用木范 素蒸音声部面蒸象蓬莱仙人凡七十字

白龙鳧治鰾肉 金粟平 鱼子 凤凰胎杂治鱼白

羊皮花丝长及尺 逡巡酱鲜体乳酿鱼完进

丁子香淋脍醋别 葱醋鸡入笼 吴兴连鲈不发缸

西江料蒸彘肩脍 红皮杖杖蹄上截一羊得四事

升平炙治羊鹿舌拌三百数 八仙盘剔鹅作八副

雪婴儿治蛙豆荚贴仙人 乳淪鸡小天酥鹿鸡掺拌

分装蒸腊熊存白 卵羹纯兔 青凉臠碎封狸内夹脂

筋头春炙活鸡子 暖寒花酿驴蒸耿烂 火炼犊炙尽火力

五生盘羊兔牛熊鹿并细治 格食羊肉肠脏缠豆夹各别

过门香薄治群物，入沸油烹 缠花云梦肉卷镇

红罗钉脂血 遍地锦装鳖羊脂鸭卵脂副

蕃体间缕宝相盘七升 汤浴绣丸肉糜治隐卵花

以上食谱可以看出唐初饮食制作方法之复杂多样，用料之精细讲究，制作的精致，食谱之多种多样。

唐代饮食深受西域之影响。据《中西文化交流史》161页述“开元以后‘贵人御馔，尽供胡食’。胡食包括（音部斗）、烧饼、胡饼、搭纳等。”是一种油煎的饼。是中亚、印度和穆斯林各国通行的抓饭。“长安东市长兴里有专门营业的店，论斤出售，中加以蒜。烧饼，不用芝麻，用面一斗，羊肉二斤，葱白一合、豉汁和盐熬炙而成。胡饼一名麻饼、炉饼、中可着馅，各色不同”。“西域名酒在长安同样时行。唐初统一高昌，传入葡萄酒酿造法，唐太宗亲自监制，计有八种葡萄酒”。“长安西市本多外国人所开胡店”，“酒店大多是中亚各国人士和波斯人所设，店中卖酒以外，兼以擅长歌舞的胡姬招徕顾客”“城东春明门到曲江一带也有胡姬所开酒店”。唐代饮食文化已经高度发展。杜甫《丽人行》一诗揭露贵族生活是一个重要内容，但是其所反映的饮食文化也不可忽视：“紫驼之峰出翠釜，水精之盘行素鳞，犀筋厌饫久未下，鸾刀缕切空纷纶，黄门飞鞚不动尘，御厨络绎送八珍，箫管哀吟感鬼神”。诗中反映出食物的珍稀，制作的精良卫生，如驼峰和鱼的制作颜色之美；用具考究，如绿色的玉盆与水晶透明的盘，筷子是犀牛角所制；色彩悦目，以紫色之驼峰放在翠绿的盆里，以透明的水晶盆放素白色的鱼；达到色香味具美；饮食环境与气氛之幽雅，送菜者络绎不绝而秩序井然，“不动尘”更说明其服务质量之高，音乐婉转悠扬，为进食者创造了一个美好环境。从这幅贵族宴饮风俗画中，可以认识到唐代饮食文化水平之高。

唐代烹调方法已很高超，《酉阳杂俎》记贵族家名食“萧家馄饨，漉去汤肥，可以淪茗”、“庾家粽子白莹如玉”，“韩约能作樱桃，其色不变”。书中还记载了当时烹调的一些绝招，如，如何做五色饼，如何做蒸饼，如何不用刀把鱼切为缕等，说明唐人对烹调研究之深入。

宋代统一了全国，使中国从五代十国的割据局面成为大一统之天下。生产得到发展，经济逐步繁荣，饮食品种增多，技术提高。

宋代主食品种繁多，根据《东京梦华录》、《梦粱录》、《都城纪胜》、《武林旧事》总计，面食有面条类、馄饨类、馒头类、饼类、包子类、卷子

类、饺子类等，每类又可做出各种内容有别、味道各异的食物。饭、粥、糕也是当时的主食。副食有肉类，如鸡、鸭、鹅、羊、猪、牛、鱼、暇、蟹、螺等，蔬菜有茄子、韭菜、瓜、藕、菘（白菜）、芥菜、笋、生菜等。烹调方法有余、蒸、炒、烧、脍、腊、煎、腌、糟等。佐料有盐、蜜、酒、醋、糖、奶、姜、芥末、辣椒、花椒、酱、豉等。宋代的糖点心至少有四十种之多。宋代春、夏、秋、冬，各有应节食品夏天冷饮已在街市上出售，种类很多如绿豆汤、甘草汤等。

北宋开封饭铺、酒馆、饮食摊床、饮食挑子遍于街市。开业时间极长，夜晚三更要为值夜或有公干的人员准备夜宵，早晨四更又要为早起的各种商贩、市民准备早点。南宋临安也继承了北宋这一特点。从北宋到南宋饮食习俗中北味与南味互相融合了。南方吃法比较细致，也很讲究。如《清异录》记建康人渊藪家“家事鼎铛有七妙，荠可照面，馄饨汤可注砚，饼可映字，饭可打擦擦台，湿面可穿结带，饼可做劝盏，寒具寒食所食之饼嚼著惊动十里人。”南方饭馆更有特色，如闾阖门外有饭馆人呼为张手美家，“水产陆贩随需而供，每节则专卖一物”。“元阳霁元日油画明珠上元油饭六一菜人日涅盘兜二月十五手里行厨上已冬凌粥寒食指天馐馅四月八如意圆重午绿荷包子伏日辣鸡鹑二社饭摩日侯罗饭七夕孟兰饼 中元玩月羹中秋米锦重九糕宜盘冬至萱草面腊月法王料斗腊八”（《清异录》卷下）北宋南迁，把中原自古以来的饮食烹调的精华传入南方，推动了南方食俗的发展。如馒头传入南方发展为笋肉馒头、鱼肉馒头、蟹肉馒头、杂色煎花馒头等。饼在北宋有胡饼、糖饼、髓饼，到了南方发展为牡丹饼、荷叶饼、芙蓉饼、金花饼、梅花饼、菊花饼等数十种。

金人的食俗“以糜酿酒，以豆为酱，以半生米为饭，渍以生狗血及葱、韭之属和而食之”食器“皆以木为盘”，众人同食“以长柄大木勺数柄回环共食。”（《三朝北盟会编》卷三）其肉食状况“肉味无多品，止以鱼生，獐生、间用烧肉”（《三朝北盟会编》卷三引《女真传》）。金与辽以渔猎、畜牧、农作为生，农业尚不发达，饮食比较粗糙，烹调方法也以烧、煮为主。他们都喜欢酒。酒量很大。辽与金初期以渔猎畜牧为主，饮食以肉为主，狩猎所得即烧熟食用，以后受宋代农业文化影响，经济变成半农半牧形态，饮食文化也随之变化。据宋使臣使金的记载，金人用米饭、胡饼、炊饼等招待使者，可说明金饮食文化受宋文化的影响。

蒙族以畜牧业为生，其饮食以肉奶为主。定都大都以前仍过着畜牧生活。

蒙古人的饮食习俗由他们的生产生活所决定，《蒙鞑备录·粮食》称：“鞑人地饶水草，宜羊马，其为生涯，只是饮马奶，以塞饥渴。凡一牝马之乳，可饱三人。出入只饮马乳，或宰羊为粮，故彼国中有一马者必有六七羊。谓如有百马者，必有六七百羊群也。”他们喝马奶酒，《马可波罗行纪》上册 69 章《鞑鞑人之神道》记：“鞑鞑人饮马乳，其它类白葡萄酒，而其味佳，其名曰忽迷思。”“彼等亦有干乳如饼，携之与俱。欲食时，则置之水中，溶而饮之”。上书 68 章有：“彼等以肉乳猎物为食，凡肉皆食，马、犬、鼠、田鼠之肉，皆所不弃。”他们以肉食为主，很少吃粮食或不吃粮食。《黑鞑事略》谓，“其食，肉而不粒。猎而得者，曰兔、曰鹿、曰野彘、曰黄鼠、曰顽羊，其脊骨可以为杓。曰黄羊，其背黄，尾如扇大。曰野马，如驴之状。曰河源之鱼，地冷可致。牧而庖者以羊为常，牛次之，非大宴不刑马，火燎者十九，鼎煮者十二三。”加宾尼《蒙古史》第四章谓：吃肉时“他们之中

的一个人把肉切成小块，另一个人用刀尖取肉，送给每一个人。”他们以奶为主食“如果有马奶的话，他们就大量喝它，他们也喝母羊、母牛、山羊，甚至骆驼的奶”，“他们把小米放在水里煮，做得如此之稀”，“他们每个人在早晨喝一二杯，白天他们就不再吃东西。不过，在晚上，他们每人都吃一点肉，并且喝肉汤”。他们的饮料有葡萄酒、米酒、马奶酒、蜂蜜酒”（这些是他们在冬季饮用的四种饮料。”（《鲁不鲁乞东游记》载于《出使蒙古记》172页）欧洲传教士鲁不鲁乞在蒙哥汗时代（1251—1260）曾去蒙古。他与加宾尼（贵由汗时在蒙古）的记述有不少偏见，但就食俗看、也写出了主要之点。引于此处可作旁证。

元世祖建元朝（1279年），定都大都以后，食俗有很大变化，我们从当时祭祀用品可知、原来蒙古族祭祖之礼有割牲，奠马湏（奶）“至元十七年祭礼所用之物除蒙族传统用品之外，有荐新鲭、野彘，孟春用之。雁、天鹅，仲春用之。葍韭、鸭鸡卵，季春用之。冰、羔羊，孟夏用之。樱桃、竹筒、蒲筍、羊，仲夏用之。瓜、豚、大麦饭、小麦面，夏季用之。芝麻、兔、鹿、稻米饭，孟冬用之。麋、野马，仲冬用之。鲤、黄羊、塔刺不花（其状如獾），季冬用之。至大元年春正月，皇太子言荐新增影堂品物，羊羔、炙鱼、馒头、子，西域汤饼、圆米粥、砂糖饭羹，每月用以配荐。”（《元史·志二十五·祭祀三》）可以看到蒙族入关以后饮食丰富，品种增加许多。主食有饭，馒头、饼，副食有各种鱼、蛋、蔬菜。他们并且从宋人处汲取烹调方法，饮食文化提高很快。

元代劳动人民饭食简陋，《析津志辑佚》说他们中午吃“饼之类”，早晚多“便水饭”，菜则是“生葱、韭蒜、酱、干盐之属”。

茶俗。饮茶在我国有悠久的历史，到了唐代，陆羽著《茶经》后，茶已成为我国人民一日不可无之物了。这时饮茶习俗已经形成。陆羽在《茶经》中，烹茶用具就记载有二十四种。

唐宋以来茶具多种多样，如烧水用铁炉、烤茶用竹焙，煮茶用纸囊。量茶用铜则，盛水用木方，饮茶用盏等。唐宋时茶泛起白色为贵，当时饮茶喜用黑纹如兔毫的瓷盏加以衬托。烹茶必须在水二沸时，一边用竹筴环搅水中心，一边用则把茶粉抛入，然后，当水沸溅出去沫子时，再把事先舀出来的二沸水倒下去制茶。

烹茶用水关系极重要，水有泉水、江水、井水。泉水为最好。据说江西南康谷簾泉的水为天下第一，江苏无锡惠山泉水为第二。苏东坡有诗谓“独携天上小团月，来试人间第二泉”。唐宋人都有共同品茶的习俗，宋“和凝在朝，率同列递日以茶相饮，味劣者有罚，号为汤神。”（《清异录》卷下）人们还有“斗茶”习俗，斗茶实际是评选鉴别茶的优劣。唐宋人认为好茶应为白色，并且上面有一层泡沫。比赛时看茶杯上留下水痕早晚，“水痕先者为负”（《茶录》，蔡君谟）。

唐以湖州紫筍茶为贡，宋以龙凤团贡茶为贵。

唐代以茶待客，颜真卿有《春夜啜茶联句》一诗谓“泛花邀坐客，代饮引清言”的诗句。

宋代时已有用开水泡茶之俗，宋代《梦粱录》称之为“点茶”。

宋代茶馆遍布于街市。茶馆布置高雅，“张挂名人字画”（《都城纪胜·茶坊》），给人们创造一种清幽雅致的氛围，使人在喝茶中享受到闲雅清远的美感。

唐元稹有《茶》诗，把饮茶的过程概括为“碾雕白玉，罗织红纱。铤煎黄蕊色，碗转曲尘花。夜后邀明月，晨前对朝霞。”诗说明：用白玉碾碾碎茶叶，用红纱罗过筛；放在茶铤里煎煮，放在碗里呈现浅黄色，泛起一层浮沫；晚上喝茶对月，晨起也有喝茶习惯。

唐宋人以煎茶为主，煎茶时火候不可轻，也不可过，皮日休《煮茶》诗，把煎茶过程分为五步：“香泉一合乳”，指先把茶和泉水合在一起。“煎作连珠沸”，水刚沸，水面出现一串串连珠。“时有蟹目生”，水沸腾，水珠成蟹眼状。“乍见鱼鳞起”，水沸腾更剧烈，水显出鱼鳞状波纹。“声疑松带雨”，声音响起，好象风吹过松林又带着雨声一样。到这时茶才煎好，可以饮用。

饮茶在唐宋是非常高雅的事，文人把亲自种茶，亲手采茶，自己制茶都做为一种清高的活动。茶神陆羽一生不做官，与茶为友，正是这种精神的体现。文人以茶会友，唐宋都有“茶会”，三五个人一边饮茶，一边谈论诗文、佛道，兴致来时提笔赋诗，颇有进入仙界之感。钱起《过长孙宅与郎上人茶会》就称赞这种茶会是最快乐最悠然的事：“松乔（仙人）若逢此，不复醉流霞（饮酒）”。饮茶的最高境界是使人超尘脱俗，故杜牧曾自称“茶仙”。

唐宋人以茶为礼物互相馈赠，为普遍的习俗，如《故人寄茶》（曹邺），《谢刘相公寄天柱茶》（薛能）一类的诗俯首可拾。当时人们把最新最好的茶寄给亲友，作为最贵重的礼物，也作为人生的乐事。

茶与道家、佛教都有密切的关系，佛僧、道众饮茶利用修炼，诗僧齐己、皎然等多有茶诗问世。

元继承了喝茶习俗，茶成为元代人民日常生活的重要事项，茶也是元人待客的礼仪。元人孙周卿有散曲《山居自居》说：“亲眷至，煨香芋，宾朋友，煮嫩茶”。元时喝茶已传入蒙族，蒙族人喜喝奶茶，奶茶砖茶捣制而成，茶中有牛奶或羊奶，还有蜂蜜、食盐等。元李德载有《赠茶肆》一曲，谓“金芽嫩采枝头露，雪乳香浮塞上酥”。这里的“塞上酥”即指奶茶，奶茶营养价值高，又有消食、消火、助消化、开胃的作用，逐渐成为牧区人民不可缺少的饮料。

元的居住习俗。元代蒙族居住在帐篷中，在中世纪元有“金帐帝国”之称。蒙族以畜牧为生，放养牛、羊、马匹，逐水草而居，没有固定的居处，帐篷随时可拆迁由牛车运走。加宾尼《蒙古史》谓“他们的住处是圆的，象帐幕一样是用树枝和细棍构成的。帐顶中央有一圆孔，以便射入光线，同时也使帐内烟可以出去，因为他们经常在帐幕中央生火。帐的侧面和帐顶都以毛毡覆盖，帐门也是毛毡做成的。这些帐幕，有一些是大的，其他一些是小的，视其主人地位贵贱而定。”《鲁不鲁乞东游记》（《出使蒙古记》，112页）谓“他们的帐幕以一个用交错的棍棒做成的圆形骨架作为基础，这些棍棒在顶端汇合成了一个小圆圈，从这个小圆圈向上伸出一个象烟囱一样的东西。他们以白毛毡覆盖在骨架上面，并常常在毛毡上面涂以石灰或白粘土和骨粉，使之更为洁白，有的时候他们也把毛毡涂黑。覆盖在烟囱周围的毛毡，他们饰以各种各样的美丽图画。在门口，他们也是挂绣着许多颜色的图案的毛毡，他们把着色的毛毡缝在其他毛毡上，制成葡萄藤，树、鸟鲁等各种图案。他们把帐篷做的如此之大，以致有时可达三十英尺宽。因为我有一次量一辆车在地上留下的两道轮迹之间的宽度，为二十英尺，当帐幕放在车上时，它在两边伸出车轮之外至少各有五英尺。我曾经数过，有一辆车用二十二匹

牛拉一座帐幕，十一匹牛排列成一横排，共排成两横排，在车前拉车。车轴之大，犹如一条船的桅杆。在车上，一个人站在帐幕门口，赶着这些牛。”

“当他们把帐幕安置在地上时，他们总是把门朝向南方，然后将装着箱子的车子排列在两边，距离帐幕半掷石之远。”“一个富有的蒙古人或鞑靼人有一二百辆放置箱子的车子。拔都有二十六个妻子，每一个妻子有一个大帐幕，另外还有其他小帐幕，安置大帐幕后面，供仆役们居住。每一座大帐幕，拥有足足二百辆车子，当他们安置帐幕时，正妻把她的帐幕安置在最西边，在她之后，其他妻子按照他们的地位依次安置帐幕，因此地位最低的妻子把帐幕安置在最东边。一个妻子与一个妻子的帐幕之间的距离，为一掷石之远。因此一个富有的蒙古人的斡耳朵看来象是一座大的市镇，虽然在里面住的人很少。”“主人的床榻安置在帐内的北边。妇女的地方总是在东边，这就是说，当帐幕主人面向南方坐在他的床上时，妇女在他的左边，男人的地方在西边，即在他的右边。”“男人们走进一座帐幕后，绝对不能把他们的箭袋挂在妇女这一边。在男主人的头上边，总是挂着一个象洋娃娃一样的用毛毡做成的偶像，他们称之为男主人的兄弟。另一个同样的偶像挂在女主人的头上边，他们称之为女主人的兄弟”，“这两个偶像之间的上方，挂着一个瘦小的偶像，这是整个帐幕的保护者。”“在妇女这一边的入口处，还挂着另一个偶像，偶像身上有一个母牛的乳房，这是为挤牛奶的妇女们做的。在帐内的男人的这一边，挂着另一个偶像，偶像身上有一个母马的乳房，是为挤马奶的男人们做的。”

他们的居住习俗反映了他们在特殊的自然条件下的聪明、智慧、崇拜与迷信。

元定都大都后其居住习俗也发生了根本的变化。特别是皇宫的建筑，皇城建筑宏丽无比，其建筑仿历代皇宫之形制。据《辍耕录》卷廿一谓：城方六十里，分十一门，正南为丽正门，右有顺承门，左有文明门。北之东头为安贞门，北之西为健德门，正东为崇仁门，东之右为齐化门，东之左为光熙门，正西和美门，西之右为肃清门，西之左为平则门。皇宫正对丽正门，正殿为大明殿，宫城九里，左右有朵楼，诸宫门皆金铺、朱户、丹楹、藻绘、彤壁、琉璃瓦饰檐脊。皇宫中的寝室十分高大，高七十尺，深五十尺，用青石、白玉石、文石铺地，地上铺厚地毯，红柱上有金色的龙、朱红色的窗户。御床为楠木或樟木为之，以黑貂皮为壁毯，褥子为金缕织作而成，室内设屏风等。宫内有太液池，白玉石桥，石龙喷水，其亭苑仿江南之园林“宛转相迷”，“各擅一景之妙”。元代宫殿还保有畜牧业生产的遗迹，宫中专设有羊圈及牧人之住所。

(3) 人生仪礼

生育习俗。生育子女是人类繁衍，家族延续的重要环节，隋至元这一阶段，医学不甚发达，人们对生育有喜有忧，反映在习俗里有庆贺，有忌讳，有对产妇及婴儿的保护。

隋唐宋以来沿袭中国古代的生育习俗，从产前到产后，有以下诸俗：

产前娘家送催生礼。《东京梦华录》有：“凡孕妇入月”，父母要送银盆或彩画，上有“五男二女”像，并有馒头之类。《梦粱录》谓，除送以上物品外，还有“鸭蛋 120 枚、膳食、羊生、枣、栗、米、牙儿绣绷、采衣”等“送至婿家，名催生礼”。

产后亲友送礼。“人争送粟米、炭醋之类”（《东京梦华录》卷五）。

落脐。“女家与亲朋供送膳食，如猪腰、肚、蹄脚之物。”（《梦梁录》卷二十）

满月。唐高宗龙朔二年七月皇子李旭满月赐酺云日，是我国做满月最早记录。到宋代“大展洗儿会，亲朋盛集，煎香汤于盆中”（《东京梦华录》）。盆中放入果子、彩钱、葱蒜等物，用数丈长的彩绸绕盆，谓之围盆。用金银钗搅水叫“搅盆”，“亲朋以金钱、银钗撒于盆中，谓之添盆。”（《梦梁录》卷二十）小儿洗过后将他抱入婶母等人房中，叫“移窠”。

百日。生子百日，置会，谓之百酺啐（《东京梦华录》卷五）。这是祝愿小孩长命长寿的活动。

周岁。抓周“其家罗列锦席于中堂，烧香秉烛”“将果儿、饮食及父祖诰、勒、金银、七宝玩具、文房书籍、道释经卷、称尺刀剪、升斗、等子、彩缎花朵、官楮钱陌、女工针线、应用物件并儿戏物都置得周备”，小儿放锦席上“座观其先拈何物，以为佳讖”。（《东京梦华录》卷二十）抓周，亲朋都来并馈送礼物，其家备宴。

元代蒙古族妇女生产要离开原来的帐篷，搬到另一个地方去生小孩，这里面包含着迷信和忌讳。《元史》卷七十七说“凡后妃妊身，将及月辰，则移居于外毡帐房。若生皇子孙，则锡百官以金银采段，谓之‘撒答海’。及弥月，复还内寝。其帐房则以颁赐近臣云。”

成人仪礼，隋至元这一历史阶段仍然继续着以前我国成人的仪礼，男子为冠礼，女子为笄礼。举行成人礼的时间过去没有统一规定，从宋代开始有了在寒食举行成人礼的习俗。《东京梦华录》卷七有：“子女及笄者，多于是日上头。”

婚礼，婚姻是人生重大事件。在礼法严格的我国封建社会，婚礼分纳采、问名、纳吉、纳征、请期、亲迎几大步骤。

纳采，男方家长派人向女方家长献纳采择之礼。唐朝纳采有“合欢嘉禾、阿胶、九子蒲、茱萸、双石、绵絮、长命缕、干漆九事，皆有词，胶漆取其固，绵絮取其调柔，蒲萸为心可屈可伸也，嘉禾分福地，双石义在两固也。”（《酉阳杂俎》卷一）、“宋代之制，诸王聘礼，赐女家白金万两。敲门（宋称纳采为敲门）用羊二十口，酒二十壶，采四十匹”（《宋史·礼志十八》）。

问名，询问女子名，以归卜于宗庙，以看联姻的吉凶。宋代男方先把自己“男家三代官职品位、名、讳、议亲第几位男及官职，年月日吉时生、父母或在堂，或不在堂，或书主婚何位尊长，或入赘”女方加帖写上“议新第几位娘子，年甲、月、日、吉时生，具列房奁、首饰、金银、珠翠、宝器，动用帐幔等物，及随嫁田土、屋业、山园等”（《梦梁录》卷二十）。

纳吉，男方卜得吉兆，告诉女方家长。

纳征又叫纳币，即宣告正式订婚，至此婚姻关系得到社会认可、法律保障。纳征是男方向女方送聘礼。宋代纳聘十分隆重，一般分为下定和送聘两步。下定比较简单，男方送上罗、绢、银胜等，有钱人送上“珠翠、首饰、金器”（《东京梦华录》卷五）。女方回定礼淡水、活鱼、筷子、酒等。送聘礼是鹅酒或羊酒。重礼是三金“富贵之家当备三金（金钏、金镯、金帔坠）”一般人家也以银或镀银代之。此外还有银铤，叫下财礼，同时用两个信封装上聘书、礼状。即使最没钱人家帛、银、鹅酒、茶饼也要送去。女方家穷、无嫁妆，男方此时要送首饰，衣物等叫兜裹。

媒人作媒任务完成，当事者要送媒人“媒箱”。其中有缎匹、杯盘、钱物等。

请期，男方把迎娶的日子告诉女方。

迎亲，据《梦粱录》卷二十说，宋代迎亲前男女双方互送礼物，男方送花粉、花髻、销金盖头等，女方送幞头、靴、袍、笏等。迎亲前一日，女方到男家“铺房挂帐幔”，布置新房，放置房奁、珠宝首饰等物。并以亲信女人或从嫁女使看守房中，迎亲之日男方让人捧着花瓶、花烛、香球、纱罗、洗漱妆奁、裙箱、百结青凉伞、交椅浩浩荡荡前去迎亲，并雇乐队吹吹打打，有“引迎花担子，或棕担花胜轿”前往女家迎娶新人。新人迟迟不出则有催妆、催促登车，新人出阁，车轿故意不行“求利市钱酒毕方行起担”。

新娘迎娶回家，结婚大事完成。结婚时还要举行撒豆、拦门求利市，女子入门还有坐虚帐、饮交杯酒、拜堂等一系列活动。

唐代迎亲习俗据《酉阳杂俎》卷一述：“迎妇，以粟三升填臼，一枚以覆井台，三斤以塞窗，箭三只置户上。妇上车，婿骑而环车舅姑以下悉从便门入，更从门入，言当践新妇迹。”又妇入门，先拜猪舍及灶。这些习俗无疑是告诉新妇入门以后要操持家务，舂米、担水、喂猪、做饭，服从丈夫与公婆。明显地有着封建色彩。宋代也有婿坐高座之习俗（见《东京梦华录》卷五），反映了男尊女卑的意识和社会风气。

结婚后三日有女家“送三朝礼”之俗，婿有拜门之俗。

隋唐宋代尊古制一个男子可以取一妻，不可重婚，允许纳妾。蒙族习俗不同，加宾尼《蒙古史》第三章称：“每一个男人，能供养多少妻子，就可以娶多少妻子，一个人有一百个妻子，另有人有五十个，还有人有十个——一个人多些，另一少些。按照他们的风俗，可以和任何亲戚结婚，但他们的母亲、女儿和同母姐妹除外，甚至在他们的父亲去世后，可以同父亲的妻子（生母除外）结婚，弟弟也可以在哥哥去世后同他的妻子结婚。”《鲁不鲁乞东游记》曾记“有时候一个儿子把他父亲所有的妻子都拿来当妻子，只有自己的生母除外。因为父母的斡尔尔总是归最小的儿子继承，因此他必须供养他父亲所有的妻子，这些妻子都带着他父亲的财产来到这里。”关于这种情况《马可波罗行记》上册 238 页也有记述，马可波罗又云，“可以取妻至于百数，然视第一妻为最尊贵。”

关于蒙族结婚礼仪，《鲁不鲁乞东游记》说：“当任何人同另一个达成一项交易，取他的女儿为妻时，姑娘的父亲就安排一次宴会，而这位姑娘则逃到亲戚家躲起来。这时父亲便宣布：“现在我的女儿归你所有了，你在哪里找到她，就把她带走。”于是朋友们到处寻找她，直至找到了她。这时他必须用武力把她抢过来，并把她带回家去，佯装使用暴力的样子。”入关以后习俗改变。元大都士庶之家聘女前一天“家人送女儿入堂中澡浴，”“迟明则出嫁”男家“散汤钱”。（《析津志辑佚》）其俗与汉俗相近。

丧葬习俗。隋唐宋代在人死之后仍有属纆、招魂（名复）、沐浴、饭含、小敛、大敛、殓葬等礼仪。宋代在丧葬方面与前代不同的地方有下面几点：

宋代以纸做“明器”随葬的风习逐渐多起来。宋赵彦卫《云麓漫钞》卷五云：“古之明器，神明之也。今之以纸为主，谓之冥器”。

宋代葬礼废弛情况严重，人们普遍追欢逐乐，不愿意按礼法认真地举行丧仪。“举奠之际，歌吹为娱，灵柩之前令章为戏，其伤风教”（《宋史》卷一百二十五）。

宋代火葬风行。受佛教寺院僧人火化的影响，加之宋代人民生活贫困，无力殡葬，南方火葬之习俗更盛。以至宋朝廷也感到问题严重“方今火葬之惨，日益炽甚，事关风化，理宜禁之”（《宋史》卷一百二十五），朝廷十分关注几经颁令，未能禁止。

辽、金、元是北方少数民族建立的王朝，他们的丧习俗与汉民族大不一样。辽的契丹人原来实行风葬，后来受到宋殡葬习俗的影响实行土葬，并效法宋朝处处以礼仪为之。除保留契丹民族送殡时杀黑羊，过神门之木等特殊习惯外，其葬仪一切与宋相似。金代女真人丧葬时有烧饭、殉葬、送血泪之习俗，烧饭谓将饮食之物尽焚之，“其亲戚、部曲、奴婢设牲宰、酒饌以为祭典，名为‘烧饭’”（《虏廷事实·血泣》文惟简）。殉葬“死者埋之，而无棺槨。贵者生焚所宠奴婢、所乘鞍马以殉之。”（《大金国志》卷三十九）。送血泪，据《大金国志·初兴风土》载“其亲友死，则以刃斫额，血泪交下，谓之‘送血泪’”。

蒙古族的葬俗的特点是殉马、驱马蹴平、剜木为棺。加宾尼《蒙古史》第三章有“当他死去以后，如果他是一个不很重要的人物，他就被秘密埋葬在他们认为是合适的空地上。埋葬时，同时埋入他的一顶帐幕，使死者坐在帐幕中央，在他面前放一张桌子，桌上放一盘肉和一杯马乳。此外还埋入一匹母马和它的小马、一匹具备马笼头和马鞍的马。另外，他们杀一匹马，吃了它的肉以后，在马皮里面塞满了稻草，把它捆在两根或四根柱子上，因此，在另一个世界里，他可以有一顶帐幕以供居住，有一匹母马供他以奶，他有可能繁殖他的马匹，并且有马匹可供乘骑。他们把吃了那匹马的骨头烧掉，为他的灵魂祝幅。”《黑鞑事略》云：“其墓无冢，以马践踏，使如平地”。《宋史》卷七十七记“凡宫车晏驾，棺用香楠木，中分为二，剜削人形，其狭长短，仅足容身而已，殓用貂皮袄、皮帽，其靴袜、系腰、盒钵，俱用白粉皮为之。殉以金壶瓶二，盞一，碗碟匕筋各一。殓讫，用黄金为箍四条以束之。輿车用白毡青缘纳失失为廉，覆棺亦以纳失失为之。前行，用蒙古巫媪一人，衣新衣，骑马，牵马一匹，以黄金饰鞍辔，笼以纳失失，谓之金灵马。日三次，用羊祭奠。至所葬陵也，其开穴所起之土成块，依次排列之。棺既下，复依次掩覆之。其有剩土，则远置他所。送葬官三员，居五里外。日一次烧饭致祭，三年然后返。”

蒙族祭祀成吉思汗礼仪隆重。成吉思汗祭典从窝阔台时代已经开始，到了忽必烈时代，元正式建制，定都北京后在北京举行大规模祭祀祖先的典礼，并且规定了对于成吉思汗四时的祭祀大典。《元史》卷七十七记：元朝每年6月24日在上都举行祭典，谓之洒马奶子。

元大都丧葬礼仪是民族融合的产物。“但有丧孝，请僧诵经，喧鼓钹彻宵”，“孝子扶掖亲戚友人挽送而出至门外某寺中”，“一从丧夫烧毁”，“礼尽而去”，“家中亦不立神主”（《析津志辑佚》“风俗篇”）。

(4) 娱乐习俗

文艺习俗，文艺习俗是指世代相传的民间文艺，一般是通过口口相传的形式流传下来，隋唐宋元文艺习俗的承传、发展、流变线索清楚。

唐朝盛行的“俗讲”，是僧侣用生动的故事向俗家讲说佛经。僧人们为传教边讲边唱，把佛经故事加以敷演，以吸引观众，如讲说目莲救母故事，讲降魔故事等。清光绪年间从敦煌石窟中发现不少僧侣俗讲的底稿，就是所

说之“变文”。除僧侣外，民间艺人也讲唱各种故事。唐王建《观蛮妓》诗云：“欲说昭君敛翠眉，清声委曲怨于歌”，可见俗讲是有说，有唱，有表情动作的一种文艺表演。

宋代民间“说话”发展起来。“说话”就是说书，《东京梦华录》说北宋汴京有霍四究专说三国故事，尹常卖专说五代故事。说书分小说、讲经（佛经）、讲史等类。《梦粱录》卷二十谓说话有“戴书生、周进士、张小娘子、宋小娘子”等人专门讲历史。

北宋京瓦伎艺中有了初期的杂剧，北宋的杂剧与唐的参军戏是一脉相传，参军戏只是戏剧的雏形；北宋杂剧已比较复杂，可以较大规模地演出。

《东京梦华录》记中元节演目莲救母故事“自过七夕，便搬《目莲救母》杂剧，直至十五日止，观众增倍。”

金代北方的演唱有“诸宫调”，这是有说有唱以唱为主的表演形式，《西厢记》最早是以“诸宫调”形式演唱的。“诸宫调”由若干宫调套曲连成长篇，故名。

元代从北方戏剧基础上发展起来元代杂剧，元杂剧是独具民族风格的戏曲艺术形式，有说、有唱、有表演、有舞蹈、有完整的故事、有固定的形式，有一定的剧本。元杂剧前身有金院本，陶宗仪《辍耕录》辑录金院本名录六百九十。从现存资料看金院本与元杂剧多相似之处。元杂剧比金院本更加成熟，并出现许多大作家。出现了久演不衰的剧目。杂剧的曲词是在诗、词和民间文学基础上形成的，能够比较自由地表情达意。元杂剧分旦本、末本，是以正旦主唱或以正末主唱来分类的，每个剧本有四折，前面有个序幕叫楔子。演员分正旦、正末、净、副末、贴旦、孤、卜儿、孛老等。

技艺习俗，包括游艺、游戏、竞技、体育方面的内容。技艺的演出可在宫廷、会社、瓦肆。民间多以年节办会形式表演。宋代《东京梦华录》记元宵节的盛况“游人已集御街两廊下，奇术异能，歌舞百戏，镂缕相切，乐声嘈杂十余里，击丸蹴鞠，踏索上竿，赵野人倒吃冷陶，张九哥吞铁剑，李外宁药法傀儡，小健儿吐五色水，旋烧泥丸子，大特落、灰药、骨樞儿杂剧。温大头、小曹嵇琴，党千箫管，孙四烧炼药方，王十二作剧术，邹迂、田地广杂扮。苏十、孟宣筑球，尹常卖五代史，刘百禽虫蚁，杨文秀鼓笛，更有猴呈百戏，鱼跳刀门，使唤蜂蝶，追呼蝼蚁。”可以见到当时游戏技艺活动之大观。隋唐宋元以来的技艺民俗大约有下列诸项。

相扑，古时又叫角抵、争交、摔交等，隋唐五代摔跤已经常常表演。隋炀帝曾化装为平民去看摔跤等百戏。唐代盛行相扑。《吴兴杂录》曾记，唐代七月中元节时，常有角力相扑的活动。后唐庄宗善于摔跤，许多军人不能与之匹敌。宋代角觝常在朝廷宴会中表演，御前表演的多是“虎贲中郎将”（《梦粱录》卷二十），瓦市相扑先以女子相扑开场，令人观睹，然后以膂力朝争交。《梦粱录》记“杭城有周急快、董急快、王急快、赛关索”等人“俱瓦市诸郡争胜以为雄尔。”南宋临安相国寺每年在南高峰露台有争交比赛，“如头赏者，旗帐、银盆、采缎、锦袄、官令、马匹”为奖。

蹴鞠，意为踢球，球多用皮革缝制，内充毛发，唐代又有了充气的球，有人写诗嘲笑诗人皮日休为：“一包闲气如常在，惹踢抬拳卒未休”。写球内充气，喻诗人心中不平。宋代盛行蹴鞠，宋徽宗尤喜此道，江少虞的《宋朝事实类苑》五十二卷记“今有步打、徒打、不徒则马打，大有规则体制，用意奇巧，取其精炼者为上，今圣精敏此艺，置供御打毬供奉。”

马球，骑在马上用杖击球的运动。击球棍为木制，杖头如匙，球为木制。唐代马球盛行，宫廷尤盛。唐代帝王都爱好此项运动。《封氏闻见记》有唐太宗命令练习打球的记述。章怀太子墓中壁画有马球图，可见马球为唐风俗时尚。打球分两队，球被击入球门以后插旗记分。五代也打马球，后蜀花蕊夫人有宫词云“自教宫娥学打球，玉鞍初跨柳腰柔”之句。宋代军中打球为一种训练，平时练习，在宫廷宴会上在御前表演，胜者得赏，败者球头吃杖，此事《东京梦华录》记述详备。

拔河，唐代有了拔河运动。《封氏闻见记》曾记“今则大麻绳，长四五十丈……分二朋，两勾齐挽。当大旗之中，立大旗为界，震鼓叫噪，使相牵引，以却者为输。名曰拔河。”

傀儡戏，傀儡戏分悬线傀儡、杖头傀儡、水傀儡、药发傀儡、肉傀儡等五种。唐宫中曾演此戏。宋《梦粱录》谓，宋代悬线傀儡弄得如真人一样，名艺人如金线卢大夫、陈中喜等。杖头傀儡最著名演员为刘小仆射。水傀儡有姚遇仙、赛宝哥、王吉、金时好等。水傀儡表演水战、钓鱼等。

踢弄，包括各种杂技，如上竿、打筋斗，踢拳、上索、索上担水，索上走装神鬼，又有踢瓶、弄碗、踢馨、踢缸、踢钟、踢笔墨，弄花鼓花槌、壁上睡等，还有变戏法，谓之藏人，烧火藏剑，撮放生，《梦粱录》卷二十谓“此艺施呈，委是奇特，藏去之术，则手法疾而已”。

唐代时从西域传来变魔术之戏，因过于诡异而被禁。

掉刀蛮牌，《东京梦华录》言“两人出阵对舞如击刺之状，一人作奋击之势，一人作僵仆，出场凡五、七队，或以枪对牌，剑对牌之类”。这种武术表演往往采取两人对阵形式，两人“作奋刀击刺之态百端”。另有人表演“板落”，“一人弃刀在地，就地掷身，背着地有声”。

围棋，是我国古老的棋类。唐代帝王喜围棋，当时有棋奕高手名王积薪，曾随玄宗幸蜀。五代徐铉著有《围棋义例》。宋代刘仲甫著有《棋诀》。说明围棋至唐宋已从理论上总结提高，提出围棋的战略战术理论。

象棋，是一种象征战斗的棋戏。唐代象棋已很普及，宋代上下都喜象棋，宋徽宗有《宫词》谓“白檀象戏小盘平，牙子金书字更明”之句。

双陆，双方各有十五子，掷骰子行马（棋子），十五马都出完者为胜。

风筝，唐代有木鸢之说。宋代盛行放风筝，宋代词人刘辰翁有《水龙吟》词谓：“是处风筝，满城昼锦，儿郎俊伟”。

秋千，是我国传统的妇女运动。《荆楚岁时记》云“春时悬长绳于高木，士女衣彩服坐于其上而推引之，名曰打秋千”，唐代清明节盛行打秋千，杜甫《清明》诗曰：“万里秋千习俗同”。宋代仍盛行打秋千，欧阳修《蝶恋花》词有“乱红飞过秋千去”之句。

斗草，是古代妇女儿童的游戏，一种是以吉利的草名相赌斗，回应不上者为输，一种是以草之耐拉性赌斗。宋代斗草风气极盛，诗词中多处见以斗草描写妇女生活，如晏殊《破阵子》词中有：“疑怪昨宵春梦好，原是今朝斗草赢。笑从双脸生。”之句。“斗草”元代盛行，五月，“北城官员妇人女子，多游南城，爱之风日清美而往之，名曰‘踏青斗草’”（《析津志辑佚》“风俗”篇）。

斗鸡，斗鸡盛行于唐代，唐玄宗设皇家鸡坊，每到节日庆典以斗鸡为戏，有鸡童贾昌倍受宠幸。李白有诗曰：“路逢斗鸡者，冠盖何煊赫”（《古风五十九首》）。唐代皇帝和贵族日日以斗鸡为乐，对国家大事置于不顾，受

到人民的讥讽。

斗蟋蟀，始于天宝年间，至宋大盛，斗蟋蟀之风不限于皇家贵族，而普及于民间。据《繁胜录》载，南宋乡民争相捉蟋蟀进城来卖，好蟋蟀能卖上二两银子，杭州城内常有三五十伙人斗玩。

狮舞，狮舞是我国民间流行的舞，唐代舞狮有很大发展，无论是宫廷还是民间都喜爱这一活动。诗人白居易《西凉伎》写：“西凉伎、假面胡人假狮子。刻木为头丝作尾，金镀眼睛银贴齿，奋迅毛衣摆双耳”。舞狮盛行于唐，千百年来流行于我国民间。宋代苏汉臣《百子嬉春图》中就有狮舞场面。

胡旋舞，这是从西域传来的舞蹈，盛行于唐代。白居易《胡旋女》一诗描写舞蹈情景：“胡旋女，胡旋女，心应弦，手应鼓。絃歌一声双袖举，迴雪飘摇转篷舞。左旋右转不知疲，千匝万周无已时。”

游艺民俗在元大都很活跃。每逢五月五日、九月九日元代盛行打马球、射柳的活动（前已叙述），元代的大都于清明前后打秋千以袪除不祥，兼有娱乐之意。

那达慕大会，是蒙古民族传统的盛大集会，一般在春、秋举行。那达慕为蒙语的意译“游艺”之意。在成吉思汗时期，已初具雏形，那时叫“奈勒”，当时蒙古的大家族为了显示自己的力量，维护或重新分配草场，每年要举行一次集会。集会时要祭祀祖先，由喇嘛念经，然后进入正式活动。竞技有赛马、射箭等。

蒙古摔跤运动在13世纪已盛行，是传统的娱乐活动。

观潮之俗，观潮之俗盛于宋。浙江省钱塘江每年8月潮水上涨，浙人有弄潮之习惯。南宋定都临安（杭州）以后，皇帝、贵族、大官盛行于8月去江边观潮并检阅水军，使观潮成为一大盛事。

潮之壮观如《武林旧事》所见：“方其远出海门，仅如银线，既而渐远，则玉城雪岑际天而来”江潮之来如城如山，如“雷霆震撼”，“势极雄伟”。

杭人弄潮，勇敢壮观“吴儿善泅者数百，皆披发文身，”手执彩旗”出没于鲸波万仞中，腾身百变，而旗尾略不沾湿”，以此为能。弄潮之际，“江岸上下十余里间，珠翠罗绮溢目，车马塞途”（《增补武林旧事》卷三）。

最盛之日为8月18日，淳熙十年（1183）8月18日驾诣德寿宫迎上皇观潮，检阅水军，有水军数千弄枪，弄旗、列阵、舞刀，放烟火于江面上。只见军仪整齐、齐声敬礼，声震如雷。皇帝观潮于天开图画高台，下瞰了如指掌，都民遥望黄繖雉扇，似在九霄之上。

民间（主要是杭人）于8月中旬日开始之日聚集临安城外六和塔附近观潮，有时聚集十数万人。江潮8月15—18日为高潮，后逐渐退去。

瓦舍、瓦肆是宋代特有的游艺娱乐与商业相结合的场所。它是随着宋代城市经济发展而兴起的。手工业、商业的发展，城市人口增多，随着市民阶层对文化娱乐的要求而兴起了瓦肆。无论南宋北宋，都市中都存在瓦肆勾栏。

《东京梦华录》记汴京瓦肆有：“街南桑家瓦子，近北则中瓦，次则里瓦，其中大小勾栏五十余座”。大的瓦舍可容纳数千人，“不以风雨寒暑，诸棚看人，日日如是”。瓦肆勾栏演出各种文艺节目，戏剧杂技表演及体育表演。演员有固定的艺人队伍，也有许多流动艺人前来演出。它的出现不仅满足了市民娱乐活动的需求，也促进了文艺和各种伎艺的发展，在我国民俗史中有重要的意义。

瓦肆有著名的演员：“崇观以来在京瓦肆技艺张廷叟，孟子书主、张小

唱、李师师、徐婆惜、孙三四等，诚其角者”。瓦肆演出有“傀儡戏”、“诸宫调”、“影戏”、“乔影戏”、“舞旋”、“讲史”、“小说”、“合生”、“商谜”、“杂技”、“叫果子”、“说诨话”等。南宋时瓦肆更加发展，历史上有名的就有三十五座之多。除瓦肆外还有“勾栏甚多”（《武林归事》）。

2. 日本生活习俗

日本中世纪初由大和国统一了日本全岛，当时还处于奴隶制社会。到7世纪中叶，经过大化改新，日本奴隶制经济向封建制经济转变。大化改新标志日本封建社会的开始。在漫长的封建时代，日本的经济得到长足的发展，文化方面也有许多建树。《大宝律令》和《养老律令》、仿《唐律》而成，显示了日本的文化从封建社会的开始就深受中国的影响。当日本刚刚踏进封建社会时，中国的封建社会已经是繁荣昌盛的大唐时代，他们很自然地借鉴唐代的各种典章制度，学习唐代的文化，吸收汉民族政治、经济、文化艺术各方面思想之精华，结合日本的具体情况发展自己的国家及经济文化，遣唐使穿过滔滔海浪来到唐朝取经，促进了中日人民经济文化的交流，加速了中日民族文化习俗的交融。日本习俗的形成与宗教有密切的关系。中世纪佛教传入日本，佛寺僧人是日本有高度文化知识的阶层，他们去过中国、印度等地，吸收了外国的先进文化思想和各种习俗，把它们带回日本。许多习俗首先在寺院盛行，然后推广到民间，如茶道，又如一些饮食习俗（制酱、做豆腐）等。日本人民自古有神道信仰，中世纪以后佛教盛行。人民常以僧侣为崇敬的对象，效法僧侣的习惯，形成了某些习俗，如火葬、洗浴等。

统治者的提倡与某些习俗的形成也有很大关系。有一些岁时节令是从皇宫开始祭典或庆祝的，如重九、七夕、冬至等，宫廷作为节日举行庆典以后形成制度，见之于律令，并推广到全国。

日本人民善于吸收外国先进经验，又能因地制宜，为我所用，使各种外来习俗都带有深刻的日本特色，成为纯日本式的习俗。如酱汤，本来是从中国传入的酱，经日本人民的使用，变成当今日本最富民族特征的食物。中世纪日本民族善于取人所长，毫无保守思想，这种精神是十分可贵的。

日本中世纪习俗的形成与日本民族的历史、文化、特殊的自然条件，包括气候、地理环境有密切的关系。比如在日本的食俗中，鱼是日本饮食中的大项。这与四面环海，鱼类资源丰富有关。日本的木屐特别适宜在潮湿气候下散热，散湿气，成为日本服装一大特色。日本民族对美的追求，表现在日常生活的各个方面，对于茶道、花道的形成有直接的影响。

(1) 节日礼俗

雏祭（偶人节）。雏祭是祭祀偶人。时间是三月三日。中国古代以为三月三日是不吉祥的日子，为消灾祈福有祓禊活动。

日本皇宫曾仿效晋“曲水流觞”。奈良时代（公元8世纪）显宗天皇元年三月三日皇宫内举行曲水流觞活动并设宴款待大臣。奈良时代将三月三日定为法定节日。此事见于日本《全集解》。三月三日进行祓禊，祈求平安。

到了日本平安时代（794—1192年），在三月三日举行沐浴，临水祈福，除去不吉祥。又在水中放入漂亮的偶人，即所谓“流雏”。人们认为流雏的偶人能带走人们的秽气。另一种认为偶人是神祇的凭依之物。

室町时代（1392—1467）用漂流偶人代替水流觴的活动，已在民间广泛流传。三月三日为“流雏”活动之日，人民群众把这一临水祭典的活动，发展成为十分有趣的民间节日。最初偶人各家自做，节日时顺水漂走，以期袪灾祛邪。制造偶人的方法在足利时代由中国传入日本，流雏才逐渐兴起。

高山节。高山是日本中部的一个山城，人口只有几百。高山节是当地居民祭神的日子。这个节日从中世纪中期开始举行。

高山节每年举行两次，分春秋两季举行，春季4月14日至15日在日枝神社，秋季10月9日或10日在樱山八幡神社。

节日要举行隆重的祭神典礼。典礼后有庆祝活动。

花见节。花见就是赏花，特指观赏樱花。这个节日形成较晚，是德川幕府时代形成的。但是赏樱的习俗却有着悠久的历史传统，它是从中世纪初就已开始，中世纪日本人已有到山野观樱的传统。

樱花繁富、艳丽，一片绯红色，它是日本的名花，它自古以来被日本人所喜爱。四月是樱花盛开的日子，也是人们观赏它的最佳季节。早在7世纪，持统日皇就曾连续数年到奈良的吉野去观赏樱花，8世纪时平安朝廷特意划出一大片地方来种植樱花，以便于观赏。9世纪初，嵯峨日皇举行了日本历史上的首次观花大会，推动了观花这一活动更广泛地发展起来。安土——桃山时代的大将丰臣秀吉也十分喜爱樱花，他带上一群近臣和诗人，去吉野赏花，并在院内大摆赏花酒会，终日赏花、饮酒、吟诗。不过中古封建时代，赏花还只是上流社会的活动，但每年在同一时间观赏同样的花景，而且兴致越来越高，内容越来越丰富，这就为花见节的形成做好了历史的准备。

正象许多习俗一样，花见节的形成也经过千百年的历史，它从小发展壮大，从少数上流社会的活动发展到广泛的群众性的活动，因为它符合人们热爱一切美的事物，热爱大自然的共同心理。

到了德川幕府时代（17世纪）赏花普及到一般人民群众，形成每年四月全国人民争看樱花的花见节。又叫樱花节。

端午节。五月五日端午节，来源于中国。中国远古时候把五月视为毒月，五月五日则更不吉利。这时候天气热起来，有毒的虫子到处活动，对人们的身体健康造成威胁。所以古时候中国人在端午节时门上插菖蒲、艾草，身上佩香袋，喝雄黄酒，以防止毒虫上身。人们还在这一天采集制作草药，以防疾病灾异。后来人们传说五月五日是屈原投江的日子，又在这一天戴彩粽来纪念屈原。

中国纪念端午节的习俗在中世纪初传入日本。日本飞鸟时代推古天皇（593—628）时，日本人用五彩丝系菖蒲挂在胳膊上，用来灭灾减病。端午节时天皇在宫中举行菖蒲宴，饮雄黄酒。每年这一天规定向天皇献菖蒲。

“推古天皇十九年五月五日穿华衣去菟田野猎药，以袪毒气”（《千里同风录》，马兴国著，辽宁出版社）。

公元834年的《令义解》确定五月五日为节日。

《续日本后记》839年5月条有：“乙酉，是端五之节也，天皇御武德殿，观骑射。”这时正是日本的平安时期，武德殿是平安京皇宫的宫殿，天皇在这里观看骑马射箭，并且举行宴会，这正是五月五日以后被定为男孩节的起源。

五月五日要进行打菖蒲的游戏，把菖蒲编成辫子形状，互相在地上摔打，先打断者为输。另外还有比较奇石优劣的游戏，叫石合城。此外还进行放风

筝、赛马、赛船等活动。

端午节的节日活动大都是锻炼人的勇武精神，端午在日语中的发音同尚武相似，端午节在武士中十分盛行。

日本人还在五月五日这一天在门上插菖蒲艾草以避邪。

端午节日本有装饰武器的习俗。据说此风起源于奈良时代末期。天应元年皇子早良亲王奉命讨贼，五月五日那天神风大作，把敌船刮沉大海，讨伐军大获全胜。为祝贺这次大捷，人们把王子的武器铠甲都装饰起来，以后沿袭成风。

日本还有五月节吃粽子的习惯，并且有在这一天装饰五月人形金太郎、钟馗的习惯。

御田神节。这是日本千代町村民迎接米神降临的仪式，时间是每年 6 月的第一个星期日。

据说，公元前 2—3 世纪，日本人民就开始种稻子，为了战胜妖魔鬼怪，祈求丰收和取悦米神，京都的村民们在 12 世纪开始举行这种仪式。

节日是在插秧期间，牛被披上花鞍，人们烧起稻秸，在熊熊烈火燃烧的同时，妇女们一起召唤米神的降临。过了一段时间，领头者扮成米神用歌声指挥妇女插秧，妇女们整齐地插秧。一旁有鼓手伴奏，一直要插满稻田，耕牛拉犁耕田；一直到暮色降临，米神告退，田地里的男女老幼齐声与米神呼喊“米神再见，明年再见”为止（引自《风俗奇观》二章，任巍，黑龙江人民出版社 1988 年）。

七夕。七夕是七月七日，日本又称乞巧节，七夕祭。中国古代传说这一日牛郎织女相会，年年此日，家家晚上摆供品，妇女进行祈祷和乞巧活动。这一习俗奈良时代传入日本。

奈良时期（710—794），日本宫廷于七夕进行祭祀活动，《千里同风录》载：天平 6 年（734 年）七夕，天皇观赏相扑表演，命文人赋七夕诗。

正式把七夕作为宫廷的节日来祭祀是天平胜宝 7 年（755 年）开始的。这一年七夕“天皇于清凉殿摆案，供瓜果，燃明烛，祭牵牛织女星”（《千里同风录》）。

日本人民又叫七夕为棚机祭（纺织机杼），祭祀织女，有表示尊重纺织劳动的意义。七夕时妇女把针放入水盆里，如果针呈现长形，谓之得巧。

祇（音其）园祭。祇园祭又称天王祭。祇园祭起源于 876 年日本京教祭神会。相传一千多年前京都流行鼠疫，死了许多人，人们认为是“瘟神”带来的灾难。就把用泥塑的瘟神送到河边，举行仪式，用以追悼死者。从此以后就产生了祇园祭，为日本夏季一次重要的祭礼仪礼。祇园祭时间一般在每年 7 月，历时二十多天。

佛教三大法会。其一是涅槃节。佛祖或僧人去世称为涅槃，涅槃节是纪念释迦牟尼逝世的佛教节日，时间是每年的四月一日。佛教寺院在这一天都要举行隆重的法会。

日本在 8 世纪，举行祭祀活动。一说是天平胜宝五年（753 年）在奈良东大寺举行；一说是天平宝字五年（761 年）在皇宫举行。宫廷内设堂，挂释迦牟尼涅槃图，天皇亲自参加。

其二是浴佛节。四月八日是佛祖释迦牟尼的生日，佛教僧徒都要参加庆祝，中国佛寺在这一天以铜佛置水中洗浴，隆重地举行法会，来庙浴佛，信男信女都踊跃参加观礼，并向佛祖祈福。这一活动于 7 世纪传入日本。“日

本首举在推古天皇 14 年（《千里同风录》），人们用甜水浇佛像，并且把剩的甜水带回家，据说喝了可以有福。

其三是盂兰盆节。盂兰盆节起源于中国，五世纪时“盂兰盆经”目莲救母的故事流行于中国。盂兰盆会为佛教仪式，每年七月十五日佛寺都举行这一法会。表示缅怀先祖，也是为解救地狱中的鬼魂。以后这一活动普及到民间，人们向佛寺施舍，并请僧人念经以超度亡灵。

7 世纪这一风俗传入日本，先是佛寺举办盂兰盆会，以后又传入宫廷，最后深入民间。

公元 606 年推古天皇十四年，四月八日和七月十五日设斋，以示祭典。

盂兰盆节在日本正式开始是齐明天皇三年（657 年），天皇命令在飞鸟寺西边仿建印度神话中的须弥山，并筹办盂兰盆会。“五年以后天皇命令全国于七月十五日举行法会”（《千里同风录》）。

到镰仓时代（1192—1333），盂兰盆会与施舍饿鬼会、万灯会结合举办，后又转变为“精灵祭”，所以盂兰盆节又称为祭魂节。从江户时代起节日延长成为三天，以后成了惯例。

现今日本的盂兰盆节在每年的八月十三——八月十五日。（日本改用西历后盂兰盆节由农历七月十五改为八月十五）。

盂兰盆节在普通百姓家就是祭祖日，为祖先摆上供品，摆上祖先遗像、牌位，进行祭祖活动。

释典。我国唐朝每年有祭拜孔子的典礼。这一风习在 8 世纪初传入日本。

日本奈良时代大宝元年（701 年）后，每年二月和八月初的丁日，举行祭祀孔子的拜奠典礼。主祭孔子并有孔门十哲：颜回、闵子骞、冉伯牛、冉仲弓、宰子我、端木子贡、冉子有、仲子路、言子游、卜子夏。

祭坛上供酒、牲、钱币，举行仪式，奏乐。室町时代这一风俗逐渐消亡。

重阳。重阳节源于我国，我国人民有重九登高、插茱萸，饮菊花酒的风俗，重阳节这一天更是赏菊的好时节。这一风俗在 7 世纪已传入日本。

天武十四年（685 年）九月“天皇宴于旧宫安殿之庭”（《千里同风录》引自《日本书记》），当时只是摆筵庆祝，还不算节日。

弘仁七年（816 年）类聚国史有九月九日条，并见“九月节”字样。这时候日本已把九月九日当作节日来庆祝。

天长八年（813 年）“天皇参加重阳庆祝活动”（《千里同风录》）。淳和天皇参加重九仪式，并令文人赋诗庆贺。

据《千里同风录》引述《续日本后记》记载：“辛亥，天皇御紫宸殿，赐菊醪宴于侍从以上”。这是仁明天皇承和二年（835 年）九月的事件，以后重阳节从宫廷扩大到民间。（11）冬至。中国封建社会各朝代都有冬至祭天的礼仪。古代皇帝被看作是“天子”，因此要敬畏上天，按时祭拜，以得天佑。日本国制也是天皇制，祭天也是必行的礼仪。

日本奈良时代已正式祭天，据《千里同风录》记载，冬至祭祀始于奈良时神龟二年（725 年）十一月五日，《冬至应为十一月二十二日》。这天祭祀完毕，圣武天皇在大安殿接受百官朝贺，并赐宴群臣，其作法和中国皇帝相似。到延历四年（785 年）冬至时，桓武天皇于河内国交野郡祭祀天神和先帝。

(12)新年。新年习俗日本深受中国的影响。又有鲜明的民族特色。

新年，是指阴历年，中世纪日本把过年作为一年中最热闹的节日。新年前要作好各种准备，新年要有很长的假期。

年前扫除，是中国几千年的习惯。日本称为“扫尘”，在日本历史上有关于“扫尘”的记载，“延喜式中有记载”“镰仓初期《明月记》和室町中期的《新长乡记》”认为扫尘“应选吉日”（《千里同风录》）。

门前搭门松，唐时中国十分崇敬松树，把松视为“大夫”“公爵”，把松树看作吉祥的象征，过年时要立门松。日本在平安时代未至镰仓时代初期也出现立门松的风俗，人们在腊月二十八日前从山上伐来松枝，立上门松。到镰仓末期到室町初期还要立松、竹各一。松竹代表长青不老。日本立门松还有迎神之意。

年前准备有节日特色的食品米糕及各种食物。

除夕，吃年夜饭、团圆饭，守岁。

岁尽，中世纪时日本有饮屠苏酒的习惯，据史载，日本饮屠苏酒，始于弘仁年代（810—823）。

室町时代日本有了画宝船的风俗，画出载有七福神的宝船放在枕头下，据说可以做好梦，带来好运。

日本天皇在元旦有一定的礼仪。“大化二年（660年）孝德天皇开始在元日寅刻（四时）祭拜天地、四方山陵”，然后戴上佩玉绶带（表示是神所赐与）。“接受百官朝贺。”（《千里同风录》）

一般群众要在元旦参拜神社、寺庙，以祈祷好运。然后就是互相拜年的活动。

“年玉”是日本新年伊始赠物的风俗。室町时代（1336—1476）十分盛行，赠物有古代大刀、金子、砚台、毛笔、纸、酒、鱼等。家里还要给男孩、女孩“年玉”，“年玉”无论是来自神还是来自长者，对于接受者来说，都含有长者的灵魂。

(13)大傩（音挪）。大傩是年终驱逐疫鬼的一种仪式，中国朝廷每年岁终举行，日本皇朝吸收了这一风俗，其内容也十分相似。

日本在8世纪开始举行大傩。《续日本记》载，文武天皇庆云三年（706年）十二月举行大傩。仪式上的鬼神都由朝中人扮演，天皇左右亲近的舍人扮鬼，大舍人扮方相，另有七八个小孩扮成随从。阴阳师高声颂念祭文，读毕，方相大喝一声“驱鬼”，上卿以下的官吏齐声应和，殿上武士拉开弓射苇箭，扮鬼的舍人从清凉殿水沟旁逃走。仪式结束。

自庆云三年以后这种仪式每年举行。平安时代把大傩改为追傩。

镰仓时代朝廷上不再举行大傩仪式，但民间特别是以寺庙为中心盛况依然。

(2)生活习俗

生活习俗受着社会发展、经济条件、生产水平的制约，自然环境、气候等与生活习俗的形成也有重要关系，宗教等思想意识形态也影响着生活习俗的形成。

日本进入封建社会较晚，在生活上以大唐为榜样，追求较高度的文明。以农业经济为主的日本，封建时代生产得到发展，为人们的衣食住行创造了更好的条件，为精神文明的提高打下了物质基础。中世纪日本的生产生活都有很大的提高，日本人民根据岛国特有的条件，吸收外来文化，创造了自己

生活习俗的文明。

服饰习俗。日本的民族服装是从中世纪开始定型的。中世纪初期日本各阶层服装不同，据《日本文化史》称在6—11世纪贵族穿礼服，腰上束带，有衣有冠。贵族男子的便服叫直衣，是一种长袍。官员的服装由于官员等级不同而颜色不同，有“冠位十二阶”，冠帽用不同颜色的材料缝制，“其名称表示儒教的道德范畴，分配的颜色则反映了五行思想”（《日本文化史》第三章（日）家永三郎，商务印书馆出版）。

下级官员和上层平民穿的“水干”，类似于狩猎服，（是一种款式肥宽的衣服）是民间的便服，后来成为公卿的便服。“水干”前后襟下摆缩短了，掖在和服的裤裙里、用粗的合股线穿过袖子和衣服的接缝处，并打上类似菊花的结，叫“菊缀”（《日本文化史》第三章）。

民众穿传统的简单缝接起来的不带中国式圆领的衣服——直垂。这种衣服便于干活，最实用。

和服。日本和服，起源于奈良时代，公元8—9世纪。当时正是中国文化大量传入日本，唐装也传入了日本，首先在日本贵族中流行即“唐风贵族服”；到了平安时代（794—1192）日本人民对唐风贵族服作了若干改造。其袖子、筒体变长，衣服越来越宽，由于束带穿在身上更能显出人体之美，形象显得修长、潇洒，这种衣服很象敦煌壁画上的服装，这就是早期的和服。对于唐风贵族服的改造日本人称之为“国风化”，以后和服逐渐推广到民间。这种服装的特点是宽袖、开襟、束腰、宽带，构成和服的主要部分是长襟大袖的长衫，与中国古代服装相似；腰带不可少，另外有外褂，还有裙裤（男服）。穿和服，长衫外面套外褂，其形状与长衫相同，但比较短。日本将长衫叫“长著物”，外褂叫“羽织”。长衫下面再穿上袴，袴的形状好象百褶裙。在上层社会中，常把自己的家徽印在或绣在羽织（外褂）的衣袖、衣背等处，以显示自己门第，这种羽织叫“纹付羽织”，在郑重严肃的场合，人们是要把和服的全部构件都穿在身上的。

妇女和服中腰带是重要组成部分，腰带可以把宽大的“长著物”结束得十分合体，充分显示出女性的端庄、美丽。所以日本人在腰带上很动脑筋，开始时腰带窄而细，只有两寸宽，六尺五寸长；桃山时代以后妇女不穿裙，腰带露在外面，并学中国样式作筒状带，还要缠绕数层，元禄年间腰带加宽到五、六寸，并且加了里子，上有刺绣，腰带的结打在后面，就形成了现代的和服。

和服体长，袖长，衣服虽宽穿在身上仍能贴身合体。这是日本人民把“唐风贵族服”经过改制“国风化”后的结果。

国风化以后的和服逐步推广到民间，但日本服装等级鲜明，王公贵族与平民穿的服装有严格的区别。首先是颜色不同，据《千里同风录》介绍，庶民穿黄色，奴隶穿黑色。皇帝穿红色，太子穿桔红，亲王穿深紫，太上皇穿青；以上服色，其他人不准使用。其次是衣服质地不同。武士以上的人可以穿丝织品绫罗绸缎，百姓只能穿棉、麻织物。据《世界民俗大观》介绍，日本朝廷对服装有严格的规定，“不仅将军（实际上的行政首脑）、大名（领主）、高级武士和中下级武士服装各不相同，就是城镇里的老板与伙计，工匠与徒弟，农村里的地主与佃农的衣服也不一样。”

古代和服为素地，自天平胜宝年间（750—756年），受唐文化影响，服装饰以花纹。

平安时代，冕服红地上绘有日月星辰。龙凤虎猿，云鹤、波涛、菱、桐和蔓草等图案，在唐代传入日本。平安时代流行的花样是鹤龟与松。到镰仓时代（1192—1333）发展为梅、松，室町时代（1392—1467）才有了竹。

日本服饰的发展与纺织业有密切的关系。开始用麻织布，6 世纪左右出现了大和锦，纺织绸缎的工艺得到发展，中国的织锦，绫罗绸缎也到了日本。

和服在古代穷人穿不起，《诸蕃志》说：“妇人衣如单被穿其中以贯头一衣率用二三镰”。这里说“贯头衣”为中国农耕服装，也是日本农民所穿的简单服装。

木屐是日本的一种鞋，产生于弥生时代（公元前 2 世纪——公元 3 世纪左右），最初是东南亚农人为了水田作业方便，用木板或竹板为底捆在脚下，后来才在陆地上穿着。日本气候潮湿，穿木底鞋十分舒服，因此在日本发展起来。木屐底下的前后各有两块木齿，有方形的，也有圆形的。木屐与和服配套穿着，更显出日本服装的魅力。

草屐源于中国，是用草、皮革和布制作的。日本平安时代出版的《西宫记》中，曾出现草屐一词，说明 8 世纪以后草屐已传入日本。镰仓时代穿著草屐的日益增多。

布袜是中国古代穿着的袜子，后传入日本。镰仓时代规定，50 岁以上的老人和官吏可以穿著布袜。穿布袜还限定时间，每年十月十日到来年二月二日允许穿著。可见布袜在当时是一种贵重的服饰，不是什么人都能穿、什么时候都能穿的。

发式。男子，从室町时期以后时兴一种发式叫“月题”，“剃掉额上的头发数寸”，只留脑后和两侧头发，然后梳上髻。如现在相扑力士发型发式一样。

女子，梳高髻，受唐代发式影响而形成。

折扇。中国古代有团扇，日本使用蒲葵扇，后来发展为折扇。折扇既是一种器物，也可做为一种饰物。

宋代江少虞记述，熙宁（1068—1077）末游相国寺，看见卖日本国扇，柄用漆漆得很细，用鸦青纸做成（《皇朝类苑·风俗志》）。宋代郭若虚也见过这种日本扇，他在《图画见闻志》中记“折叠扇用鸦青纸为之，上画本国豪贵、杂以妇女鞍马、或临水为金沙灘，及莲荷、花木、水禽之类，点缀精巧，又以银泥为云气、月色之状，极可爱、谓之倭扇。”

饮食习俗。食俗。日本气候温和，雨量适中，平原多分布在沿河沿海地区，适宜水稻生长，蔬菜四季长青。岛国四面环海，近海鱼类丰富。在自然条件影响下，日本的食物主食是饭食，副食品以海产品和蔬菜为主。菜蔬、鱼、肉、蛋禽。“烹制清淡”，不油腻，少有刺激性烈性佐料，以“辣、酸、甜、咸”互相调配而成。

弥生时代日本已种植水稻，吃米饭是日本人民几千年的传统。

日本人民吃面食深受中国影响。据《千里同风录》记载，1341 年中国人林净因去日本传播了用麦粉作皮，用豆沙作馅的馒头的制作方法。中国的米粉糕是镰仓时期中国人陈宗敬传至日本，时称“外郎糕”。随禅宗传入日本的有挂面、荞面条等。

日本的许多蔬菜也是由中国传入。如奈良中期曾传入茄子。两国僧人的往来，日本遣唐使的多次来华，商贸的互通，将中国的绿豆、菜豆、豌豆、大豆、小豆、芥菜、莲、胡麻、牛蒡、慈菇、冬瓜、南瓜、萝卜、芜菁、山

芋、韭菜、茼蒿、黄瓜、胡萝卜、葱、青芋等逐渐传到日本，据《千里同风录》介绍日本《中国传来物语》均有记载。

1183年1月2日中臣佑重的日记中曾提到豆腐，说明12世纪豆腐已传入日本。

中世纪日本饮食丰富多彩，有许多蔬菜，有各种面食饭食。菜蔬味淡雅，与僧人饮食喜清淡有关。中世纪中日两国僧人往来频繁，许多食物，菜蔬由僧人始作，渐渐传至民间。

日本喜吃生鱼片。我国唐宋元间均有吃生鱼片的习俗，中世纪时即已传入日本，但我国到清代改变了这个习惯，日本一直保留到今天。

日本称烹调为“料理”，据《千里同风录》中《料理的流派与特点》记：中世纪光孝天皇（884—887在位）登基前，十分喜欢烹调，与他手下的四条中纳言、藤原政朝山荫有共同兴趣，创立了“四条流”料理流派。“四条流”是日本最古老的料理流派，以公卿料理和庶民料理为主。12世纪以后又有“四条园流”和“四条园部流”两派。室町时代以后又出现了“大草流”和“生间流”等派。

日本菜蔬特点与其历史的发展相关联。奈良时代，佛教传入日本，开始禁肉食，人们多吃海鲜奶制品；室町时代诞生了日本菜的主流怀石菜。所谓怀石料理，是由茶室发展而来；“僧人坐禅时，将烧温的石头揣入怀内”，叫做怀石，“怀石料理是按先后顺序端上并撤下一道菜”，可以显出主人的热情和菜肴的丰富。除怀石料理外，日本还有一汤一菜的本膳料理和会席料理。

酱汁。酱汁是日本历史悠久的民族饮食之一。日本701年《大宝律令》的官制中，宫内膳食部门，专有制酱部。说明8世纪日本制酱已很盛行。1249年日僧觉心到中国径山求法，学习了径山专制酱方法。回国后在和歌山县寺内制作成功，大享盛名。制酱汁是由寺庙、宫廷传至民间，室町时已广泛应用。

日本酱汁以酱为主，与蔬菜、豆腐、香菇海味等煮制而成。酱的原料主要是大豆，营养丰富，与海味蔬菜煮后味道鲜美。日本习惯以米饭与酱汁就着吃（《世界风俗大观》）。

茶与茶道。茶道是日本的特殊的一种饮茶活动，它以沏茶、品茶为手段，联络感情，陶冶性情。茶道在日本有悠久的历史，中世纪茶道已经创始，茶道的精神已经确立。

茶传入日本大约在8世纪前，8世纪皇宫已盛行用茶，天皇经常赠茶犒劳僧人。如729年圣武天皇赠僧人茶，749年孝谦天皇赠僧人茶，犒劳他们念经之辛苦。815年嵯峨天皇下令种茶。但这个时代喝茶仅限于宫廷和上层，茶叶珍贵，饮茶风没有普及，日本还没有种茶技术。

12世纪荣西禅师两次来到宋朝，第一次回日本就把茶种种在肥前的背振山上。日本僧人已懂得茶有“遣困、消食、快心之功”（《千里同风录》引《尾明惠传记并遗训》）第二次荣西从宋归国，把茶种种在长崎县平户岛的“富春园”。荣西并著有《吃茶养生记》，书中写道：“茶也，养生之仙药也，延龄之妙术也。山谷生之，其地神灵也。人伦采之，其人长命也”（《千里同风录》，引自《茶道古典全集》第二卷）。

室町时代，茶树栽培普及起来，茶叶产量增加，饮茶已成为广大民众的习俗。

荣西把茶传入日本，并传播了茶道的思想，指出茶生于寂静山谷，集天地之灵气，饮茶培养人的超尘脱俗的精神。这种教义到了室町时代的村田珠光加以发扬，战国时代千利休把茶道普及到民间，追求“和敬清寂”，使饮茶与禅宗教义相合，成为一种文化，达到修养身心的目的。

茶道是从僧人饮茶、种茶、研究茶、总结饮茶的精神而来的，首先在寺院中提倡，以后普及到民间。茶道的精神体现了日本民族重修养，爱清洁，喜清静追求，所以受到人们的重视，一直流传至今。

茶道要求有幽雅自然的环境，规定一套点茶、泡茶、献茶的程序；而且有茶具的选择、欣赏；茶室的装饰布置；茶庭的建筑等。体现了饮茶中的艺术追求。茶室的古色古香幽雅大方，饮茶的彬彬有礼，使参加者领略一种幽闲、平和的意境，人与人之间的和谐气氛，同时领略茗茶的色香味。

茶道在日本通过小型茶会形式进行。举行茶会的房间叫茶屋（茶室），一般为9平方米的房间，布置非常雅致，有名人字画、文房四宝、插花装饰和茶具陈列。茶道仪式分三个步骤，即煮茶、冲茶、敬茶。煮茶前有研茶（把茶叶捣碎）、拭碗等程序。茶道动作要轻，冲茶只少半碗，主人双手献茶，客人接茶要细细品尝，然后进行交谈。最后客人向主人道谢，起立依次告别。茶道受中国影响很大，源于宋代抹茶法。镰仓时代传入日本，初为斗茶竞技。后总结为茶道。

居住习俗。日本是一个四面环海，多火山、多地震的国家。聪明的日本人在建筑自己的住宅时从实际出发。创造出他们特有的居室。日本居室的特点是防潮湿，防地震。

日本湿度大，如何使室内空气流通是他们首先解决的问题。据《世界风俗大观》介绍日本居室首先是建筑材料的选用，日本人的房屋多是木结构，所有门窗板壁都是原木，不涂油漆。这些原茬木在空气潮湿时可以吸收水汽，空气干燥时再释放出来，起到调节室内湿度的作用。其次居室房脊很高，窗子多，湿气可以随气流通过屋顶窗子排出室外。第三，拉窗的窗纸，墙壁的石灰泥墙，室内厚厚的榻榻米都有很好的吸湿隔湿作用。

日本地震多，防震是日本房屋的第二个特点。他们用一根根木柱支撑起房屋，力量的支点放在柱脚石上。横梁之间用榫接的方法。横梁上挖孔，让柱子穿过横梁、孔挖得比较大，使柱子和横梁有一定的回旋余地，即便有地震时，柱子横梁发生倾斜也不会倒下，震停可以恢复原状。

据《日本文化史》介绍，室町时代末期建筑方面出现了书院式住宅建筑特色，日本住宅中客厅的基本设施壁龛、搁架等书院式的特色在古代的镰仓时代住宅中都还没有。“它们构成了室町时代末期出现的书院式住宅建筑特色”。有了壁龛可以挂画轴，可以放插花，这种建筑方式推动插花艺术的发展，插花做为一种技艺是在进入室町时代以后。

日本洗澡有古老的历史传统。

洗浴的风俗是由僧人扩展到民间的。僧人有浴佛节日，洗浴佛像，平时也把佛像洗干净。为了表示对佛的尊敬、拜佛前把自己身体洗干净，这就是斋戒沐浴。这种洗浴净身的习惯逐渐传到民间，兴起了洗澡，修澡堂的风俗。

最初的澡堂叫石室或石山窝。洗澡的地方是在室内就地挖一坑，放上油纸、注入水，将许多热石子放进水中，水热后洗浴。

日本的洗澡分为热水浴和冷水浴两种，一种“风吕”热水浴是中世纪后期丰臣秀吉时期命名的，一种冷水浴又叫行水。“风吕”热水浴实际是用一

个很大的铁锅洗热水澡。

公共浴室已有六百五十年的历史，日本叫做“钱汤”，男女同时在大型浴池里洗澡，泡澡。他们把男女混浴看成一种自然的事，并不觉得奇怪，但是有一条规矩，不得互相注视。

(3) 人生仪礼

日本是非常注重礼仪的国家，在那里，一个人从出生到长大成人，要举行各种礼仪。

出生及命名

三朝之祝。出生三天“用艾丸如米大，于所生孩儿顶中灸三焦，以保一生无恙”。同时“备酒品款待义父及邻族亲识”（《日本考》）。此风俗与中国习俗“三朝与儿落脐灸肉”相似。三天以后表示进入婴儿期。中国出生三天有洗三之说，日本天皇子女也有三日进行洗浴的“浴汤之仪”（《千里同风录》）。

七日之说。出生七日命名。处理脐带。

满月。男孩、女孩满月后都要参拜神社祈祷平安成长。

百天。进行食初仪式，即第一次吃饭。

周岁。有抓周习惯。为了预测小孩命运，在孩子面前摆上各种东西，任凭孩子伸手去抓，根据抓到的东西预想孩子未来的工作。周岁还有试力饼的风俗，叫小孩背着饼，用以试力。也有谓背饼如被大人打落地上，孩子长大不离开家。

贺七、五、三。这个风俗起源于古代。男孩满三岁和五岁，女孩满五岁和七岁去神社参拜。古代男女三岁束发。男孩七岁穿裤，女孩七岁束腰带。

二十岁成人礼。日本天皇天武天皇十一年（683年）仿唐制制定了结发加冠制度。冠礼又称元服。714年皇太子加元服。

将元服作为制度确定下来是在平安时代即清和天皇（858—876在位）时期。冠礼有几项内容：请贵人为束发，（改为成人发型），表示已经成年；由大宾给以加冠，一般是加一个乌帽，只有有天皇特许并可入殿的人才给加冠，到镰仓幕府时，全部加乌帽；穿成人装。

奈良及平安时代，上层社会人只有加冠后才能有做官的资格，当时元服、叙位，任官是必经之路。所以冠礼时间大为提前。天皇12—14岁；贵族12岁；武士13—15岁；百姓在15岁以后。

女子成人礼是结发和着裳，把下裙系在腰上。

婚姻礼俗。中世纪以前日本婚俗有一个发展过程。中国的魏晋时代，中日已有交往，《魏志倭人传》记当时日本婚姻状况是一夫多妻制，“其俗国大人皆四五妇，下户或二三妇”。到唐代日本尚有招养婚。招男子入赘为婿。平安时代有了服役婚，男方要在女方劳动三年，才能娶走女方，这时妇女有一定的自由。“到了室町时代（1392—1467）日本的婚姻形式发展为嫁娶婚。”（《千里同风录》中《婚姻篇》）中世纪前日本婚姻风俗是从招养婿到嫁娶婚的发展历史，中世纪以前家族以女性为中心。

婚礼的内容包括：

结纳。相当于中国的纳采，下定礼。

皇室结婚由家臣当媒人，《日本书纪》“皇极三年（644年）正月条有“纳苏我仓山回麻吕长女为妃”，“成婚姻之昵”“中臣镰子连，即自往媒”。

由家臣出面去与女方联系。

据《千里同风录》、《婚姻》篇记，日本真正有媒人是始于奈良和平安时代。日本昌泰年（898—901）间僧人昌住著有《新撰字镜》一本书，是字书，其中对媒字的解释“媒，妁也，仲立”，和铜三年（713年）日本《常陆风土记》记载一般平民百姓男女青年的婚姻情况，尚比较自由，祭神时，男女相互对歌，二人合意，就到僻静的地方，男子向女方赠送定情礼，即“聘财”。

结纳到16世纪才发展得象现代一样完备。

成亲。前期招养婿时代，以女方为主，仪式在女家举行。早上“男家派人给女家送上装有和歌的柳笥，女方同意，便回一封用和歌写的信，于是当晚新郎一行乘牛车来，当夜在女家举行结婚仪式”。一般是“黄昏新郎上门”（《千里同风录·婚姻》）。

镰仓时代由招养婚转为嫁娶婚，“嫁娶婚”明显“增多”，（《千里同风录·婚姻》）女子到男家成婚。女方嫁妆多以衣物家俱不用钱，女子到夫家有一定的仪式，“妇入夫家必先跨火”（《隋书·倭国传》），跨火之后才能与夫相配成婚。“新娘及门，喝婆家的水”再进屋也是日本习俗。婚礼酒宴之上，富贵之家要“用锡箔纸制出蓬莱山的造型做为装饰”。（《千里同风录》）室町时代这种装饰是用于新年的，后来用于婚礼，一金属盘中有松竹梅鹤龟等的造型。象征吉祥如意，长寿，百年合好等。

酒宴之上有媒唱。媒人唱喜歌名为《高砂曲》。这种仪礼源于中国，中国新娘迎入家中，由喜娘唱吉庆的歌。

饮酒，日本婚礼饮酒很有讲究。结婚有“三三九度杯”之说，根据中国阴阳学说，奇数是阳，偶数是阴，三表示天、地、人。三乘三最高数九是最可喜庆的意思。所以结婚典礼上要“用三只酒杯，每杯喝三次，一共喝九回”。这是男女交杯酒必须完成的数量。“三三九度杯最早见于伊势贞陆（1417—1473）写的《帘中日记》中娶亲之时一节”（《千里同风录·婚姻》）记述过娶亲时的这种情景。

日本婚俗受中国阴阳五行学说的影响，尤其是中世纪，我国的历法传入日本，由历法产生的吉凶、忌讳也传入日本，日历上注有某日可否冠、婚、外出、动土等。这一陋习也影响到日本婚俗。结婚前先要合八字，男女双方要交换出生年、月、日、时和天干地支相配的八字，看二人命是否相配，成亲日子也要选定黄道吉日。

丧葬礼节。古代日本葬礼十分隆重。据《三国志·魏志·倭人传》记载，日本邪马台国女卑弥呼死时曾“大作冢百余步，殉葬奴婢百余人”。古代日本相信神鬼，相信死后人有灵魂，对死者进行厚葬，死时仪礼安排受中国影响，受佛教影响。

据《千里同风录·丧葬》记载，人死后要招魂，大呼其名叫做招魂。《日本书纪》中天武天皇14年（685年）11、24条有“为天皇招魂”事（《千里同风录·丧葬》）。

人死后要使其面向西方净土，采取头向北面朝西而卧。

头上蒙以三角形的布或纸，叫做天冠。

汤灌，洗身之意。源于我国佛葬的礼制，镰仓时代传入日本。洗身后穿衣，衣左。

哭丧。据《日本书纪》记载453年允恭天皇死，新罗供十八艘船，八十

名各类乐人。举家悲泣。

入殓时随葬衣物放入。入殓前死者口中放饭含，饭含为中国习俗，人死后把米填入死者口中并放一铜钱或玉石。

出殡时孝子捧灵牌，亲属缠白布。棺一上路，就要扫席铺，摔碎生前的饭碗，以防止死者再回来。

六、七世纪一种横穴式墓室普及日本，墓室用石砖建造，墓中有壁画和浅浮雕。墓前有石碑。石碑上有死者姓名生辰死日。

八、九世纪日本盛行薄葬之风。此风首由嵯峨天皇（786—842）提倡，嵯峨天皇遗诏称“人之死也，精之形销，魂无不亡。故气属于天，体归于地。今生不能有光舜之德，死何用重国家之费。”“丰财厚葬，古贤所讳”“是以欲朝死夕葬，作棺不厚，复之以席，约以黑葛、置于床上，衣衾饭含平生之物一皆绝之。”（《千里同风录·丧葬》）

佛教僧人进行火葬。日本寺庙兴起火葬，而且很快普及民间。首先是僧人道昭，他来唐学习佛教教义，回国后建禅院弘扬法相宗，公元700年圆寂。“时年七十有二，弟子等奉遗教火葬于栗原，天下火葬从此而始也”（《新订增补国史大系·续日本记》，6页，吉川弘文馆）。

火葬手续简单，所费不多，不占土地，因此普及很快。从镰仓幕府开始的中世纪，火葬十分普及，各地出现将火葬处理后的骨骸放入寺院的纳骨风习，甚至皇室贵族也使用火葬。平安时代末期，中山忠亲《山槐记》记载永历元年（1160）12月2日，鸟羽天皇皇后、近卫天皇之母美福门院，死后火葬，骨骸收入高野山金刚峰寺。这一时期地方寺院灵场也有了纳骨风习。

室町幕府时期，儒教思想的武士要求禁止火葬，认为火葬是佛教的产物，是反儒家思想，两种思想斗争激烈。

据《养老律令》规定，日本当时有服丧之制，并要按时祭典。

(4) 体育竞技与娱乐习俗

相扑。相扑又名角抵，是一种摔跤的竞技。日本最早见于史籍的是《日本书纪》的角力故事。最有真实史料价值的是642年，皇极天皇元年天皇为招待百济使者，令宫廷卫士角力的记述。

古代日本早已有相扑，是农村祈祷丰收的敬神仪式。6世纪末到7世纪初，相扑由寺院和民间逐渐转移到宫廷，成为一种体育竞技活动，供人观赏。

奈良时代起，“天皇于每年七月在皇宫宴请群臣，观赏全国一流选手表演相扑。弘仁年间（810—823）被定为相扑节。这种习俗一直延续到高仓天皇承安四年（1174年）。”“这个时期内每年都在宫中进行相扑比赛。”（《千里同风录·相扑》）

古代相扑的场地为“土俵场”（擂台），高54厘米，各边长5.45米，直径为4.54米。边上没有绳索围起。

相扑手没有重量限制。个子高大，体型肥硕是相扑手的自然条件。在相扑中还有各种技巧，日本人称为技。有各种招式需要相扑手掌握，从古至今已积累七十多个复杂的招式。当一名相扑手是不易的。他们的饮食是肉类、杂碎、鱼类配上各种菜烧制而成。

马毬。马毬是从西域传入唐，后又传入日本。

日本历史上最初记玩马毬的是《万叶集》，后有嵯峨天皇咏《早春观打毬》一诗：“芳春烟景早朝晴，使客乘时出前庭，回状飞空疑初月，奔球转

地似流星。……”（《经国集》）。马毬大约在8世纪传入日本。

马毬是骑马打球之运动，人分两队，手中各执一毬杖，毬杖形状很象冰球杆，前有一匙状物、球杆用藤条为之。击打一个木或皮质的毬。将毬击入网者为胜。毬始终在人们的杖头飞来飞去，运动奔放、激烈。

平安时代初期和中期，马毬曾被列为端午的一项活动，是赛马和骑射的补充项目。

蹴鞠。蹴鞠是产生于中国古代的踢球运动。

日本在大化改新前已有蹴鞠运动，史料记载公元905年3月20日（延喜五年）天皇贺临仁寿殿观赏蹴鞠，在武士家的社会也有蹴鞠游戏盛行。

《源氏物语》三十四回记蹴鞠活动：“樱花处处吐艳，柳梢略带鹅黄之际，即使这种游戏（指蹴鞠）鄙不足道，诸人也都力争胜负，竞夸才能，各不相让。”

据《千里同风录》记日本蹴鞠有多种方法，有八人连续交替踢而不使球落地的“上鞠”；单人踢的“员鞠”；踢起后，用树枝挑起的“延鞠”；每年七夕为牛郎织女表演的“七夕鞠”；一天早午晚三次的“三时鞠”等。

风筝。风筝是日本一种有悠久的历史的民间游艺活动。风筝曾由中国传入日本如唐人风筝，神怪风筝等。713年和铜年间《肥前风土记》书上第一次出现“风”字，即指风筝的字样。公元720年的《日本书纪》26卷上开始有描绘风筝的文字。最初风筝在日本主要被用在宗教仪式上，或在战争中测量风向和地理位置。后逐渐推广到民间成为一种游艺活动。

日本人古代把风筝做为天与地的媒介，把对神的祈求通过风筝传达给神，神也由风筝给人以福运。至今日本人过年还把自己的心愿写在风筝上，以传达给神明，保自己幸福发财。

音乐舞蹈与杂技。日本称乐舞为伎乐舞，伎乐，舞乐。

伎乐舞开始是作为宗教音乐佛教文化被日本接受的。兴起的时间是日本推古天皇时期（公元592—621），推古天皇时期由圣德太子摄政，圣德太子信奉佛教，奖励儒学，把伎乐作为佛教祭仪的乐舞加以汲取。这时期乐舞有浓厚的佛教色彩和印度民俗特色。据日本乐书《教训抄》记，伎乐曲目中有唐乐《武德乐》和涉及印度神话的狮子、蜈蚣、迦楼罗、金刚、波罗门、昆仑、力士、大孤、醉胡等九种。在佛教仪式时演员头戴假面具，合着钲、笛、腰鼓的节奏，进行哑舞。目前奈良东大寺还保存有大佛建成时仪式上用过的假面具。

日本早期音乐舞蹈还有“武舞”和“文舞”。与宗教舞蹈同时由外部（中国、朝鲜）传入并兴起。舞乐的装束华丽，服装称为唐装，被列为正统舞乐。平安时代舞乐取代伎乐，不但在宗教典仪式上演出，也用于各种人生仪礼，如婚丧嫁娶等，还用于出征，凯旋的仪式。

8世纪初，大宝元年（710年）天皇宣布在宫中设雅乐寮，负责宫中的舞蹈音乐演出，管理并培养乐人。其下有歌师、舞师、笛师、唐乐师、高丽乐师、百济乐师，新罗乐师、伎乐师、腰鼓乐师和各类乐生。舞乐中的“兰陵王”、“太平乐”等源于我国。其乐曲《王昭君》、《采桑》、《玉树后庭花》、《秦王破阵乐》、《孔子操琴》、《未央宫乐》、《千秋乐》等据考证都是我国传入的。

乐舞所用的乐器种类繁多如琵琶、阮咸、箏、瑟、琴、五弦、箫、尺八、横笛、笙、大鼓、腰鼓、钹等都是中国传入。

仁明天皇(834—850)将雅乐分为两部,左部以唐乐为主。舞者穿红衣,右部以高丽乐为主,舞者穿绿衣。

散乐,实际是杂技之类,有幻术,傀儡、空竹、单人相扑、侏儒舞、独双六和滑稽表演等。日本称散乐为猿乐,中国叫做百戏。散乐于8世纪从中国传入日本。《续日本纪》记载,天平七年(735年)“庚申……入唐回使及唐人奏唐国新罗乐拊枪”,实际是把中国的“弄枪”带到了日本。奈良时代中期,由中国传入的“吞刀”、“走火术”等被定为宫廷节目。宫廷一直把杂技列为宫廷表演节目,《看闻御记》嘉元年(1441年)四月八日有“看放歌、表演手鞠、龙子、品玉等,轮鼓甚称上手也”。轮鼓就是空竹。

“能”是日本古代的歌舞音乐。从中国传入,并加以日本化的演出。据《日本文化史》作者记,“猿乐是作为杂耍式的曲艺或滑稽的口技表演,由称为猿乐法师的贱民在神社的祭典或寺院的法令等宗教活动中作为余兴演出。”这种民间文娱活动“从13世纪起具备了戏剧结构,作为猿乐能而发达起来。进入14世纪以后,是利义满将军时期,出现了能乐演员观阿弥和世阿弥父子,使之达到成熟。”

“能”面具保留在民间巫术活动中使用的鬼面模样。

平家物语。琵琶法师弹奏琵琶,同时讲述的口传文艺是平家物语。13世纪到14世纪出现了平家物语,平治物语。

3. 朝鲜生活习俗

中世纪前期朝鲜的北部曾隶属于唐朝,南朝鲜为新罗。到公元918年高丽王朝继新罗之后再次统一朝鲜半岛。公元8世纪朝鲜已确立了封建社会的土地关系。国家实行中央集权的政治制度,公元13世纪蒙古入侵,高丽王朝灭亡。朝鲜为我国近邻,历史上又几度受唐帝国、元帝国的控制,在文化上深受中国文化的影响,民俗与我国也有许多共同之处。如春节、端午、中秋节等节日都是一致的。朝鲜的民族食俗、居住、游艺等也有其特色,现择要加以说明。

(1) 祈雨祭

朝鲜古代旱灾频繁,以农业为主的经济深受旱灾的威胁。在科学尚不发达的时代里,人们把希望寄托于上苍或水神。朝鲜历代盛行祈雨祭祀,民间、官府都要进行。

官府,国王亲自向天祈祷,于祭祀期间,禁饮食,住茅屋以示诚信,还特赦囚犯。大旱之年国王率领百官亲自到南郊祭天举行祈雨仪式。祭祀由女巫主持,祭祀中不管烈日当空、骄阳似火,文武百官也不准戴帽,不准用阳伞和扇子。祈雨多在北郊、南郊、临海院等处进行。

民间也有祈雨祭祀习俗。民间把祭坛设于山顶或河边,供上祭品(猪、鸡、酒、水果、饭食、糕等)。祭祀仪式一般由村长或地方官主持。有时还请女巫跳舞念经。

(2) 生活习俗

食俗。朝鲜泡菜。泡菜是朝鲜的传统食品,有白菜、萝卜、黄瓜、洋白菜、芹菜、韭菜等各种各样的泡菜。最普遍的是冬贮白菜的泡菜、腌制冬

贮菜的时间是在立冬前后，先将白菜洗净泡入盐水数日，取出冲洗，将辣酱抹在菜心，加姜丝和少许盐，放于缸里，缸埋在地下，半月以后即可食用。为使泡菜味道鲜美，还用苹果、梨、牛肉汤、鱼酱等同腌于菜中。泡菜由中国传入朝鲜，在公元 1100 年已有泡菜的记载，到公元 1600 年已成定型。泡菜是朝鲜人民最喜欢食用的食品。也是朝鲜极有特色的食品，它虽然是由中国传入，但经过朝鲜人民的实践与创造，形成与中国泡菜不同的别有特色的腌制菜蔬，它具有酸辣、鲜脆、清香、爽口的特殊风味。

朝鲜酱汤。朝鲜的汤是朝鲜人民饮食中每餐必备之物。汤的种类很多，有炖肉汤、熬骨汤、凉汤、鱼汤、海带汤等，酱汤是最为一般化的汤，酱汤又名土酱汤，是用农家的自制酱作成的。酱是以黄豆为原料制作的。做酱汤时把酱兑上水，根据各人喜好放入各种菜蔬，如白菜、豆腐、豆芽、蘑菇等，经过熬制而成。

朝鲜“神仙炉”。据说从朝鲜三国时代已经盛行，其制作与我国的火锅十分相似，炉内有山鸡、鳊鱼、虾、竹笋、松蕈、蕨菜、水芹菜、栗子、白果、松子、枣等近三十种菜。锅内加佐料清水，开锅十几分钟后即可食用。神仙炉各种菜肴色彩鲜艳，有红黄绿紫白各色，其味有咸有甜，滚热吃进，鲜美无比。此菜原为宫廷菜，名为悦口子汤，后传入民间，有一文人尝后赞为神仙之品，神仙炉以此得名。

服饰。朝鲜有白衣之国之称。古代男人穿白色长袍，妇女穿白色长裙。女服上衣短，裙子长，裙腰系在乳之上，上衣右衽，无扣，用带子系结，裙子长大，至脚。

朝鲜穿白色之俗源于：爱清洁，讲卫生；脏了可以发现，白衣要勤洗勤换。节约染料，古代染料昂贵，穿本色麻织或丝织衣可以节约，以后有了棉织衣，都不用漂染；据说朝鲜服丧时间长，白色为孝服，长时期穿孝，变成白色服装的习俗。

朝鲜民居。宋代徐兢《奉使高丽图经》《民居》篇记，朝鲜民房小而拥挤，如“蜂房蚁居”，房子比较简陋，“诛茅为盖”，房顶上铺茅草，房屋“仅庇风雨”谈不到享受；“其大不过两椽”，两间房。瓦房是富家所拥有的，但也不多“瓦屋十才一二”。十家中一二家是瓦屋。

瓦屋为贵族王侯所居，以木杆搭架，上覆瓦片，墙为砖砌。屋顶为四个斜面，室内用砖或薄石砌成土坑。一间大屋间隔成寝室、客厅、厨房等。

炕是屋子中的主要活动空间之一，人们大多喜脱鞋上炕，盘腿坐于炕上。

(3) 人生仪礼

周岁生日宴。这是为孩子周岁举行的礼仪，目的是祈愿孩子的未来成才、长寿，祝贺孩子成长。这一天要给小孩穿生日服，生日服由七色绸缎制成。然后摆生日桌，桌上摆米、打糕、寿面、钱、笔、尺、墨、书、弓箭、针线等。桌前摆好毯子，让孩子站在上面任意抓取桌上的东西，家人依据孩子第一个抓到的东西来预测孩子的未来。如以米、钱象征富有，以寿面象征长寿，以弓箭象征武将，以笔墨书籍象征文才，针线象征手艺巧，只有打糕象征没出息。仪礼过后，宴请来宾。孩子父母还要给邻居送去生日打糕，孩子能走则亲手交给长辈。邻居亲友则在碗里放上米、钱之类，以祈愿孩子福寿。

还甲（回甲、花甲、周甲）。是朝鲜的人生仪礼，是老人六十周岁生

日，在人生礼仪中是非常重要的礼仪。据《高丽史》中《甲日祝寿》的记录可见，还甲仪礼至少从 13 世纪以前就开始传承下来。还甲这一天，过生日的老人要穿上子女们准备的民族服装，接受还甲宴。除老人夫妇外还有老人兄弟陪宴；子女们依长幼次序给老人祝寿、献酒、磕头，先男后女。如果老人有父母，先由父母接受祝酒后老人再接寿酒。祝寿者要夫妻一同向老人祝寿，双双跪在老人面前，为老人磕两次头，为老人亲自斟酒；孙子和外孙也要磕头祝寿。祝寿仪式隆重，子女们也要穿节日礼服参加这一活动。有客人来祝贺，主人家要摆宴招待以示谢意。

(4) 游艺习俗

荡秋千是朝鲜妇女喜爱的民间游戏。这种习俗在公元 1 世纪至 7 世纪就已经开始，12 世纪时，荡秋千活动已在各地普遍展开。每逢端午节妇女们聚集在大树下或秋千架旁，荡起秋千，尽情欢乐。封建社会妇女受到各种束缚，而端午节，她们可以涌向游戏场，荡起秋千。这是她们最欢乐的时候。

荡秋千的比赛分单人或双人两种，双人是两人在一架上荡。评比方法因时因地而异，但有一个共同点，就是以高度决定胜负。有的以树梢或树花为标准，看谁能咬到或踢到，有的在高处挂一个铜铃，看谁能碰响它。

跳板。跳板是朝鲜的民间游戏，从公元 918 年到 14 世纪末的高丽时期，就已经开始流传。关于起源，一说为囚犯妻子想念丈夫而创造的方法探视丈夫，一说女子闺中寂寞悟出此道与情人相会。

跳板的方式有单人跳、轮番跳和技巧跳三种，单人跳看单人在跳板上跳出的高度。轮番跳是四人一组看轮番腾空的高度。技巧跳是手持扇子、小鼓、绸带等，边跳边表演各种动作。跳板比赛时，观众人山人海，十分热闹。

跳板的木板用弹性强并且坚固的木料制成，长度为 4.5—5 米、宽度为 30—40 厘米，木板中间厚 7—8 厘米，两端厚 3—4 厘米，垫木高度为 30—35 厘米。

跳板既是一种游戏，也是一项传统的民间体育活动，它能锻炼人的勇敢、灵巧和在空中控制人体的能力，增强人的弹跳力。设备简单、富有趣味，在朝鲜是十分普及的运动。

摔跤，是朝鲜传统体育项目，多在端午节或中秋节举行。摔跤双方把一根长三米、宽 33 厘米的红色或黄色带子系在腰上 1/3，剩下的系在腿上。比赛预备，双方蹲下，左膝弯曲，右膝着地，左手套在对方腰带上，右手紧握对方腿部。比赛开始后，足部以上任何一部分着地即为负。比赛经过一轮一轮淘汰，决出最后的冠军，冠军名为壮士，奖品有黄牛。

摔跤因握布带的方式不同有正跤、左跤等，另外儿童也有摔跤运动，规则不同，有利于锻炼儿童的身体和胆量、智慧。

六、美洲生活习俗

玛雅文明是中世纪美洲最辉煌的一页。玛雅地处中美洲，它的地区包括今日墨西哥的东南部及尤卡坦半岛上的几个州，伯利兹属危地马拉、洪都拉斯地区。

中世纪前期是玛雅文明的古典期（3—9 世纪）及后古典期（10—16 世纪）。16 世纪西班牙侵占了玛雅，毁灭了玛雅文明，成千册的玛雅典籍被焚毁，掌握玛雅文明的祭司被烧死。对于古代玛雅文明，今人只能凭借残留的四份玛雅经典和考古成果以斑窥豹。

玛雅习俗受到基督教文化的冲击，16 世纪后有很大变化，但是通过考古和 16 世纪欧洲人的记述及玛雅人的生活实际仍能够看到中世纪前期玛雅习俗的影子。

1. 玛雅祭祀

(1) 祭祀。

玛雅人祭祀神灵有一整套的祭祀仪式，每次的祭典都有六个阶段。

斋戒，在祭祀之前主祭者、祭祀者要进行斋戒节欲。主祭祭祀者本人暂时禁忌性生活，表示对神灵的虔诚，做到精神及内心的纯洁。

由祭司占卜择定吉日。玛雅人的每一天都有特定的神灵主宰。祭祀前要选出最合适的日子。

驱逐参加礼拜人当中邪恶的精灵。

对着崇拜物焚香。

祈祷，向神灵祈求并开列出奉献的祭品。

献祭，除食物、烟、果、蜂蜜、鱼肉、羽毛、兽皮、贝雕、玉器等外，还有活的动物及活人血祭。参加祭祀的人也要割破皮肤用鲜血祭以示虔诚（参阅《玛雅的智慧》第五章，林大雄，浙江人民出版社）。

(2) 人祭

玛雅实行活人献祭仪式。这是公元 10 世纪之后托尔特克人带来的习俗。

妇女和儿童也经常被作为牺牲而献祭。

(3) 为雨神献祭活人以及“神使”

伊扎人的住地干旱少水，他们靠两口露天的大井取得水源，他们把两口井称为“圣井”、“雨神之家”。为了取悦神灵，他们把一切好东西都投进圣井，不仅有金、玉、珠宝、刀斧、贝雕、还有活人。每当饥荒、瘟疫、旱灾时，就把活人投进井里。通常是清晨把作为人祭的少女投入井里，如果她被很快溺死，则是不祥的预兆，人们就会哭号；如果从清晨到中午井中的人还侥幸活着，那么上边的人就会垂下一条长绳，把幸存者拉上来。这个生还的人从此备受崇敬，被认为是雨神派回来的“神使”。12 世纪后期，有一位叫亨纳克·塞尔的男子就因投井不死而被奉为“神使，他甚至去做了玛雅潘的最高掌权者”（《玛雅的智慧》第四章）。

2. 生活习俗

(1) 服饰习俗

古代玛雅男子服装“是遮羞布、披肩、凉鞋和头饰。所谓遮羞布是一条五指宽的长带子，长度足可绕腰部数圈，然后兜住胯下，一头搭在腹前垂于双腿间至膝的高度，另一头在身后垂至大约相当的位置”。披肩就是“一块方布，在两肩上围过来于胸前打结”（《玛雅的智慧》第二章）。凉鞋以鹿皮做底，鞋面用麻线；头发很长，在头顶扎束，垂于脑顶后。

妇女穿裙。裙子为本色白色，有的穿胸衣。

首饰有手镯、脚镯、耳环、唇插、鼻插、项链（《外国风俗事典·玛雅习俗》）。

男子一般穿白色。贵族、首领、祭司、武士用一切漂亮的羽毛、贝壳、宝石、兽皮、动物骷髅进行装饰，美洲豹、鳄鱼、人面的图案只有上层人可以使用，克查尔鸟的蓝色羽毛是王族专用的。

玛雅人有纹身涂脸的习俗。男孩没结婚前脸和身都涂成黑色，结婚后涂成红色。斋戒涂成黑色。武士涂成黑红两色。涂的位置有眼、鼻，甚至整个脸部，手臂、躯干。俘虏的颜色是黑白条纹，祭司用蓝色。

玛雅人以扁头为美，孩子出生沐浴后四五天，用两块木板把前额和后脑夹起来，使其发育成扁头。

显示高贵的标志是对眼，母亲们在孩子两眼之间下垂的头发上挂一个树脂小球，使孩子两眼向内斜视，变成对眼。为了悬挂各种首饰，玛雅人在嘴与鼻之间穿孔。

(2) 食俗

玛雅人的食物主要是玉米和豆类。

农作物南瓜、葫芦、甘薯、木薯作为食物的补充，辣椒、西红柿、菜豆等为菜蔬。他们饲养火鸡和狗，还会养蜂。

狩猎的动物可以作为肉食如鹿、野猪、兔、火鸡、松鸡、鹌鹑、豚鼠、猴子、獾、蛇等，鱼和鸟雀也是可食之物。

昆虫如河蜗牛、陆蜗牛、黄蜂幼虫也上餐桌。

果实，番石榴、罗旺子果、鳄梨、椰子、木瓜、番荔枝。

蜂蜜制作的酒为他们的饮料。

吃饭的顺序，男人先吃，妇女和小孩后吃。

吃饭时“所有的男人都是在同一时间吃饭，然后是妇女和孩子后吃”（《印第安人的房屋建筑与家庭生活》第十一章，[美]摩尔根著，文物出版社）。

(3) 居住习俗

玛雅人的村落常常分布在靠近天然水塘的地方。他们的住宅是用茅草搭盖的屋顶很高的茅屋。墙用石灰刷得粉白，屋前搭有遮棚，村落中心有一个广场和一座用石头建成的庙。

优加坦的住房是令人惊异的。那里有许多石头大厦，过去被认为是神庙，如今人们认为“石头大厦是作为住房而不是作为神庙建筑，它们是人们的家屋，这样的村落很多，差不多所有村落都由一二所巨大建筑物组成（《印第安人的房屋建筑与家庭生活》第十一章，[美]摩尔根著，文物出版社）。

这本书还提出“优加坦最大的一群废址在乌克斯马尔。它的几所建筑物

有的被称为总督府，有的被称为修女院……这些废址的年代远在西班牙人征服之前。”修女院是一所民居：“修女院是一座中间有庭院的四合院建筑物，它屹立在三层平台的最高层，最低一层平台高三呎，宽 20 呎，第二层高 12 呎，宽 45 呎，第三层沿房子前面高 4 呎，宽 5 呎、房子前面长 279 呎。”

“这四所房子共有 76 个房间，大小为 20—30 呎长，10—12 呎宽，有 20 个单房间和 25 个双套间。双套间中有一半是黑暗的，只经前面房间门道透入光线。在第五所建筑物内有 6 个相似的双套间。在这个四合院建筑物的右边房屋内有 6 间互通的房间，其中一间是正面房间。”

“每一双套间……可容纳几对带孩子的婚偶”（《印第安人的房屋建筑与家庭生活》十一章），这种房屋实际上是：“美洲式的联合大公寓”，“大家室内实行生活的共产制”。

3. 人生仪礼

(1) 出生

“墨西哥土著人，印第安宗教中有象洗礼一样的形式，出生 8—10 天的婴儿就要接受某种沐浴并给他们取名。”（《墨西哥文化碰撞的悲喜剧》《基督教与墨西哥民间习俗》节文龙，浙江人民出版社）上书并记述“古代印第安时期土著人进行穿耳垂孔的洗礼仪式时，类似天主教新生儿教父的人必须在场。”

(2) 赫兹梅克仪式

这个仪式举行的时间是“女婴三个月时举行，男婴则在四个月时举行。”“因为玛雅人炉火边有三块石头，象征着妇女在家中的活动范围；而农田有四个边角，象征男子在田里的活动范围。”（《玛雅的智慧：浪漫神奇的文化隐喻》第一章，林大雄著，浙江人民出版社）

赫兹梅克仪式要有类似教父教母的人参加，仪式开始时，桌案上摆放着 9 种不同的物件，男孩子是书、弯刀、斧子、锤子、刺枪、掘土棍以及他将需要的物品。女孩是针、线、扣针、瓢、烙煎饼的铁锅等，生父把孩子交到教父手中，教父则把孩子挎抱在自己的左臂上，走近桌案绕桌子走 9 圈，每走一圈就选拿一件物品交到孩子手中，同时告诉孩子这一用品的用处，他把玉米粒放在物品中间，每取走一件就带走一粒玉米，走过 9 圈再把孩子交给教母，她又重复这些动作，她在桌子上放 9 颗葫芦籽，每走一圈吃掉一颗。最后由教父把孩子交给生父，生父母跪在教父母前表示谢意，并献给教父母各种食物作礼品。

这个仪式与中国的周岁抓周很相似，只是由成人取拿物件，而且它最大的特点是挎抱婴儿，使婴儿有坐立成人的意义。

(3) 悬珠贝

男孩 4、5 岁时，父母在其头顶头发上系挂一个白色小珠，小珠在头上晃来晃去，提醒儿童行为必须有节制，使其成为有礼有节的人。

女孩在同样年龄时，就要在她们腰间扎上一根绳，上边垂挂着象征贞操的一枚红贝壳。

这两样东西陪伴幼儿一直到成年，青春仪式之前不可随意取下，尤其女

孩，取下贝壳是会被视为耻辱。4) 婚姻礼俗

男女婚姻通过父母之命、媒妁之言完成。一般婚姻童年就由家长确定，到了适当的年龄举行结婚仪式。选择对象是门当户对，但有禁忌，如，同姓不通婚、妻之姐妹、兄弟寡妻、孀居后母均在禁止之列。

女婿在婚前要为未来的丈人家当6—7年的“长工”，为女家劳动，以赚回老婆的赎身钱。如果岳父不满意，可以将女婿赶走，女孩另嫁他人。

结婚前男方要为新娘准备礼服、首饰和全部嫁妆，除此之外还要交出聘礼。

(5) 丧葬习俗

人死亡后，玛雅人要悉心为死者包裹尸体，给死者嘴里放上玉米、玉石，以免死后受穷。

墓穴里放上神像保佑死者，还要放进死者的劳动工具，如石匠放石斧，祭司放图谱，猎人放弓矢等，因为死者将来还要运用他的技能技巧。

上层人士死后葬在庙宇中，通常是火化后把骨灰放在瓮中入葬。根据发掘，曾发现一7世纪的墓葬，陪葬品有金玉冠冕等珍贵首饰，还有青玉面具。

另有一种把骨灰放在本人的雕像中。甚至有的家族留下死者面部骨架，用树脂塑出死者的脸，使其与真人惟妙惟肖，以供祭祀。

4. 娱乐体育习俗

(1) 球赛

玛雅人的球赛在一个大球赛场举行，长度为150米左右，两头各有一座庙宇，庙宇的平台靠场地形成两面高墙，墙上有环形球洞。球是用生橡胶制的，重5斤左右。

玛雅人的球赛胜负决定人的死活。奇岑——伊扎球场“一个平台的墙面上绘有球赛的场面和输家被推上神庙做人祭的场景。”（《玛雅的智慧》第四章）

(2) 舞蹈

玛雅男女有各自的舞蹈，极少有男女共舞。据《玛雅人的智慧》记载，舞蹈有两种，一种是八百人参加的战争舞。大家手持小旗，跟着鼓声迈行军步。人多而不乱，步调一致。还有一种舞是大家围成一个圆圈，有二人随音乐进入中心，他们手持一把芦苇，先是一个人跳舞，在跳的过程中始终保持手中芦苇的竖立，另一人蹲着跳，持芦苇者把芦苇扔给对方，而另一人则以极高的技巧，用一根棍将芦苇接住，扔接完后两人回位，再上来两个人。

(3) 戏剧

目前只留下一些平台，据说就是戏剧舞台。玛雅人的古代戏剧已经佚失，“但据查有一些可知的喜剧剧目”（《玛雅的智慧》第六章）。

