

中国节日食俗的形成、内涵及流变

万建中

在饮食民俗中，有关节日的食俗表现最丰富，也最具有民族特色。探讨中国节日食俗的形成，首先要弄清节日究竟是怎样产生的。

节日是人类社会发展一定阶段的产物，其产生与天文、历法、数学有密切关系。但节日并非历日，也非节气。历日确定仅只为节日产生提供了必备前提。节日必须有一定的风俗活动。从最早的风俗活动上来看，原始崇拜、迷信与禁忌才是节日产生的渊源。大家知道，中国古代大部分节日都是单日，尤其是单月单日，如一月一日元旦、三月三日上巳节、五月五日端午节、七月七日七夕节、九月九日重阳节等。中国人喜欢讲双月双日，成双成对为吉利，为何节日大多是逢单呢？如果仔细考究，这些所谓节日并不象后世演化的那么欢天喜地，称“佳节良辰”，而都是些极不吉利的日子，各有所禁忌，非“凶”即“恶”。正是这些恶月、恶日，导致了节俗的形成。因此，在传承下来的节日风俗中，就大量充斥着迷信活动，如巫术、禁

忌、敬神、拔楔、驱邪及祈求降赐吉祥等，几乎每个节日中都有此类活动。而饮食是人们在节日期间从事这些活动的主要手段和工具。人们用自己嗜食的美味佳肴供奉神灵，以讨得神灵的欢心，祈愿神灵保佑度过这些不吉利的日子。这样，节日食俗便相继产生了，并成为节日习俗的一个重要组成部分。

有趣的是，祭祀用的供品人也可以食用，特别是乘余部分，是供人享用的。祭龙，是居住在南镇源、新平、墨江3个县里苦聪人的一个传统的民族节日，祭龙节在每年农历正月里的第一个牛日里举行。”在苦聪人看来，龙是会作祟，让人畜不宁，五谷不丰的天神。而鼠肉是苦聪人食品中的珍品，按苦聪人的传说，龙吃了苦聪人奉献的鼠肉就不会危害，扰乱苦聪人了。因此，苦聪人在这天要用鼠肉祭龙，同时，人也吃鼠肉，以保平安。”^{〔1〕}鼠肉是用来祭神龙的，享受这种牺牲的却是凡人，这种习俗在各民族中普遍盛行。神灵、凡人共同分享快乐，娱神和娱人融为

一体，自中国年节文化的开端，节日饮食就具备了这种双重功能。这就是中国节日食俗得以发展的一个主要原因。节日期间的一切食品都是人们嗜食的，试想，如果食品在供奉神灵后一概被抛弃，就会大大挫伤人们追求节日美食的积极性，节日饮食便会萎缩乃至绝迹。若此，节日文化也会不复存在，因此在我们这个极重重生和养生的国度里，不能让人们尽情吃喝玩乐的节日是不可能长久的。举凡拜祖宗、祭鬼神、供菩萨、扫墓等，无不以供奉食物为先，无论何种庆典、节日，几乎都是以大吃大喝一顿作为其高潮部分。美食是人的普遍愿望，对于一般的人来说，节日食品就是对于日常膳食的一种调剂。节日来到，人们利用时鲜产品精心加工，其制作和进食过程，实为欢度佳节不可或缺的内容。如果说祈福禳灾是年节食俗的肇起之源，那么，把节日作为农闲尽情享受口福的时间则是推动节日食俗不断发展的内在动力。

当然，年节饮食作为整个人类饮食文化的一部分，是人类在一定历史阶段征服自然的成果，显示了人类在饮食上征服自然的伟大和一定历史阶段的饮食水平。古代中原地区流行的“六月六吃黏”之俗，正是中国饮食处于粒食阶段的产物。上古时代无谷物粉磨器，先民又处于迁徙不定的生活中，具有携带方便、便于旅途食用的特点的“黏”，作为当时的普通食品，便是完全可以理解的了。至于精美的饺子和月饼等应节食品，则是中国古代饮食制作技艺高超的表现。

随着社会的不断进步，生产力的发展及人类文明程度的不断提高，人们已不再视单月单日为恶月凶日，但祈愿祝福作为节日期间特有的心理定势，一直沉积下来，成为年节食俗的深层意蕴。因此，长期以来，人们都把年节饮食与日常饮食区

别开来，使年节饮食处于一种特殊的民俗氛围之中；人们在饱享美味佳肴的同时，也抒发着内心最为美好的祝愿。以明、清以来除夕及元旦食俗为例，北方多吃饺子，除夕子时食用，取“更岁交子”之意。为了讨吉利，有的在饺子中放些糖，意味着来年生活更甜美；有的放些长生果（即花生），意味着健康长寿；有的在个别饺子里包一枚“制钱”，谁吃出钱来，谁就财运亨通。煮饺子时，饺子烂在锅里了，不能说“烂了”，要说“挣了”，挣是“赚钱”的意思。正月初一拂晓，新年活动进入高潮。元旦早晨，多数人家也吃饺子，认为饺子形似元宝，象征“招财进宝”的意思。也有吃“臊面子”的，面条要求长而不断，寓意长寿，又称“长寿面”。有的地区有把饺子与面条同煮而食，叫做“银线吊葫芦”或“金丝穿元宝”。南方除夕和元旦多吃元宵和年糕。元宵也叫“团子”、“圆子”，取“全家团圆”之意。年糕多用糯米制作，其生产和生活“年年（粘粘）高（糕）”之意。再如重阳节讲究吃糕，因“糕”与“高”同音，古人相信“百事皆高”之说，所以重阳节登高之时吃糕，象征步步登高，独具深意。节日风味饮食还有馄饨、春饼（卷）、粽子、月饼、汤元、贺年羹、青团、乌米饭、塌饼等等，它们都是被赋予特定的民俗内涵。这些吃食虽然现在随时可以食用，但它们主要是供节日时用的。或许正是由于节日食品蕴含种种寓意，在节日期间便盛行“礼尚往来”之俗。如在汉族大部分地区，从正月初二起，嫁出的姑娘（包括外甥、晚辈亲戚）要给娘家行拜年礼，礼品多为面糕、点心等；端午节女儿给娘家送粽子、油糕、绿豆糕（也有互送的）；中秋节女儿、女婿要给娘家送月饼；重阳节，娘家要给女儿送花糕。这样一来一往，年复一年，循环不已，其目的正是以应节食品为媒介，至亲之间相互表达祝福之情。

更值得一提的是，上述年节食俗的文化内涵是“一目了然”的，凡处于一定节日氛围中的都可以领略得到。其实，年节食俗与其它民俗一样，大多打上了一定历史阶段占统治地位社会思想的烙印，积淀着某一历史时期民间普遍信仰意识。随着时光流逝，这种深层的民俗意义往往为人们所忽视或遗忘。例如，农历三月三，壮族人民有吃五色蛋和五色糯米饭的食俗。五色饭即用五种颜色蒸出来的糯米饭，五色蛋即用五种颜色浸染后煮熟的鸡蛋。一般由黑、黄、紫、品红、品绿五色组成。黑色一般是用枫树叶煮水染制而成的；黄色则是用黄姜或是一种黄花煮的水泡制而成的；其它色彩也均来自植物。吃五色饭一般为图吉利，预祝“五谷丰登”，没有什么特殊用途。而五色蛋则专有其用处，是未婚男女求爱的专利品。节日里，当男女青年选择到自己心爱人时，便拿彩蛋去碰对方手中的彩蛋。对方若情愿，便甘心让他（她）碰，碰破皮，俩人心照不宣地走到没人处谈情说爱，唱起情歌。通过对歌，了解对方的身世、人品、爱好、家庭，表叙爱慕之情，并相赠自己手中碰破的鸡蛋给对方吃，从而建立恋爱关系⁽²⁾。这个食俗，不仅广西壮族有，南方的侗族等兄弟民族也有，而且都各附会着一段或几段传说。另外，谙熟中国古代食俗的人更会知道，这一吃彩蛋以传性爱的食俗，在汉文古籍中早有记载，南朝梁宗懔的《荆楚岁时记》云：“古之豪家，食称画卵，今代犹梁蓝茜杂色，仍加雕镂，递相餽遗或置盘俎。”蛋，古称“卵”，今广东方言犹有此称。此中的“画卵”，正是今日称为“彩蛋”的应节食品。

用煮禽蛋作为应节食品以传情达意，其俗远有所承，它可以从中国古代叙述有关人、卵关系的神话中找到渊源。《史记·殷本纪》云：“殷契母曰简狄，有娥氏之

女，为帝誉次妃，三人行浴，见玄鸟（燕子）堕其卵，简狄取吞之，因孕生契。”这则神话不只一次地这样暗示我们——食卵，只有食卵，才是简狄受孕的最直接的原因。晋张华《博物志·异闻》亦载有一则“卵生”神话：“徐君宫人娠而生卵，以为不祥，弃之水滨。独孤母有犬名鹄苍，猎于水滨，得所弃卵，衔以东归。独孤母以为异，覆煖之，遂孵成儿。”可见有关人、卵关系的神话最初是反映了殷商民族远古的祈子习俗，“食称画卵”也是汉族地区的古俗。此俗与今日壮族等兄弟民族的“彩蛋”之俗，在举俗的目的，行俗的内容上是一脉相承的。

又如山东莱州正月十五祭祖必用茧饽饽，其形如蚕茧，成椭圆形，在一端做突出圆柱体，据说此圆柱部分必做得细长，否则家族中生男孩其“小鸡”（生殖器）一定细弱，我们可以肯定地说，这是古代性生殖崇拜的一种象征。⁽³⁾还有元宵节的汤圆，中秋节的月饼，其形状原本是古代先民对月亮及星星的摹拟，反映了他们的天体崇拜观念，久而久之，便有了合家团圆的寓意。这些例子说明，随着岁月的推移，人们的迷信思想日趋淡薄，原先最为讲究的祭礼、纪念仪式日益简化甚至不再举行，唯独各节日的饮食风习历久不衰，只不过食品的质量更为精益求精而已，致使许多节日活动成为以饮食为主甚至是唯一的饮食活动。因此，节日饮食往往包容了整个节日的历史文化内涵，节日风味食品成为我们追寻和探讨古代节日文化主要的现存实体。

二

年节食俗经世代代的流传，变成了一种固定的形式，在一个地区一个民族中，具有强大的制约功能，它可以使本族

本地的人民共同遵守而不可超越，它是不成文的法。倘若某人在节日期间不恪守当地食俗，一种失落感和被遗弃感便油然而生。然而，随着时代的进步，节日饮食风俗不可避免会产生传播中的变异现象。

中国节日食俗发展往往受到统治阶级的干预，这是中国节日饮食的一个发展特点，也是其变异的原因。因为每个时代的节日食俗都是人们的生活方式和价值观念的反映，所以中国历代统治者都十分重视通过节日食俗了解社会，考察民情，以加强自己的统治。每一个时代的大政治家无不注重通过“移风易俗”来稳定民心。有些节日饮食又是统治者所倡导起来的，这种统治者的倡导或禁止就导致一些节日食俗的改变。

中和节是唐代由朝廷颁诏提倡的一个节日。二月初一这一天，皇帝应给在京的大臣赐宴；各地官员在当地宴属官；上司要给下属赠刀、尺，表示为政要审慎裁度；地方官员要向上级献农书，表示不忘农事；老百姓亲友、邻里之间要用青袋子装着优良的谷物、瓜果种籽互相赠送，表示关心农业生产；村社都要提前酿“宜春酒”，到二月初一这一天祭祀勾芒神（五行神中的木神），以祈祷丰收；祭祀以后，大家饮宜春酒欢度节日。

统治阶级的倡导不仅新增了一些节日食俗，也为一些原有的节日食俗流变推波助澜，尤其使应节食品更为精美、讲究。例如立春献春盘，是自晋代就有的风俗。⁽⁴⁾唐代的春盘，还只有春饼、生菜等，取其清新之义。明代李时珍《本草纲目》记叙“五辛菜”云：“乃元且立春，以葱、蒜、韭、蓼、蒿、芥辛辣之菜，杂和食之，取迎新之义，谓之五辛盘，杜甫诗所谓‘春日春盘细生菜’是矣。”到了南宋时，宫廷春盘就异常奢华了。宋朝周密《武林旧事》中说：南宋皇帝赐给大臣的春盘，“翠缕红

丝，金鸡玉燕，备极精巧，每盘直（值）万钱。”如腊月八日食腊八粥，原本是佛徒们效法佛祖成道前牧女献乳糜的故事，取香谷和果实等造粥供佛以示纪念。唐宋以后，不仅寺院在“腊日”要做腊八粥，民间也争相效法，广为流传。所用原料不过是常食之物，凑够八样，和而煮之而已。自元以降，宫廷亦行煮腊八粥，元人孙国敕《燕都游览志》里有“十二月八日赐百官粥，民间亦作腊八粥”的记载。到了清代，喝腊八粥更为盛行。在宫廷里，皇帝、皇后、皇子等都要向文武大臣、侍从宫女赐腊八粥。光绪《顺天府志》中说：“腊八粥，一名‘八宝粥’。每岁腊月八日，雍和宫熬粥，定制，派大臣监视，盖供上膳焉”。当时宫廷腊八粥的原料有糯米、粳米、黄米、小米、赤白二豆、黄豆、三仁（桃仁、榛仁、瓜子仁）、饴糖等。把以上原料混合加水而煮，并适时掺入栗子、莲子、桂圆、百合、蜜枣、青梅、芡实等果料，每年清宫煮粥消耗的银子竟达十二万四千余两。这种糜费自然会波及到民间。晚清以后，一般富裕人家竞相以腊八粥原料的名贵、多样为时尚，直到目前，民间仍是如此。

在这里应该指出的是，封建统治阶级如此重视年节食俗，历行千载而不废，客观上留存了不少至今仍脍炙人口的传统年节食品。但其本意，却无非是显示天子与民同乐、皇恩浩荡，从而达到维持封建统治的目的。

与此相联系，都城的迁徙也会带来年节食俗的流传及变异。明朝人董穀在《碧里杂存》中说：“四方风俗，皆本于京师，自古然矣”。都城是全国政治《经济的中心，也是节日食俗的集中地和辐射点。中国自有朝代时起，都城便不断变迁。节日食俗也随着都城的变迁而流动。例如北宋都城南迁后，定在临安（今杭州），汴梁与

临安，虽一在中原，一在江南，相距甚远，但节日食俗都基本相同。以七月七“乞巧”食俗为例，宋孟元老《东京梦华录》说，京城汴梁人家七月七日晚，多结彩楼于庭院，称为“乞巧楼”，并摆设花瓜、酒炙、针线等，让女郎焚香列拜，叫做“乞巧”。宋吴自牧《梦粱录》载：南宋临安富贵人家在这一天要安排宴会，并在广庭中设香案酒梁，令“女郎望月，瞻斗列拜，以乞巧于女、牛。”清顾颉刚《清嘉录》则说，七夕前，市上已卖巧果，并演“天河配”之戏，“全国各地皆然”。

当然，历史记载也证明，都城的变迁，会把原都城的节日食俗带到新的都城，并影响整个地区的风俗习惯，但这种流传是在变异中进行的。因为两地自然环境和社会环境有别，年节食俗也就不可能原封不动地照搬。同样是“乞巧果子”，南北各有特色。《东京梦华录》记载，北宋汴京的巧果是“以油而糖蜜，造为笑靥儿，谓之果食，花样奇巧”。《清嘉录》记载：清代吴地的巧果是“以面粉和糖，制作芋结之形，油余会脆者，俗呼为芋结。”南北巧果所饰图案明显有别。另外，随着都城的迁移，一些节日食品则被淘汰，或转而成为具有地方食俗特色的食品而丧失了全民性应节食品的地位。例如，南宋临安人有冬至以馄饨祭祖的食俗，并有“冬馄饨、馄饨”的谚语。而到了清代，北京则有“冬至馄饨夏至面”的谚语。京谚中说的虽是馄饨，而实际上北京人吃的却是饺子，这又有别于五百年前的临安了。

在古代，由于战争、天灾等原因，人口迁徙成为一种常见的现象。而年节食俗也随着人口的迁徙而出现地域性的流动。例如今天福建、广东、江西和广西等地的客家人，本是古代中原汉人。自西晋“永嘉之乱始”，北起并州上党，西至司州弘农，东达扬州淮南，中至豫州新蔡安丰的汉族

人，先后于西晋至隋唐、唐末、宋末、元代和清代多次南迁。这些南迁的汉族人就是后来客家的先民，他们来到新居地以后，虽然与当地土著人杂居相处，但仍保存了不少原有的食俗。例如广西的客家人在春节仍要包粽子。而在现在汉族地区，粽子本是端午节的应节食品。春节时吃粽子，在汉族地区只见于绍兴、嘉兴和湖州。绍兴古称会稽，远在三国时，就有东吴人从会稽南迁的记载。广西客家人与绍兴、嘉兴和湖州人春节均食粽子，应是历史上吴越人南迁的史迹。又如寒食节禁火，自汉魏起便是山西地方的风俗。《后汉书·周举传》载：“周举迁并州刺史。犬原一郡，旧俗以介子推焚骸，有龙忌之禁。至其月，咸言神灵不乐举火，举移书于子推庙云：‘春中寒食一月，老少不堪。’今则三日而已。”《魏书》载有魏武帝曹操《明罚令》有：“闻太原、上党、西河、雁门，冬至后百有五日，皆绝火寒食，云为介子推。”此俗后流传至山东各地；作为寒食节的食品，由古时的寒具转化而来的馓子，成为广泛流行于鲁西、鲁南的名吃。这一传播现象，很可能是于明朝初年由山西向山东的大批移民造成的。

统治者的提倡，都城的变迁与人口的流动，是促进节日食俗横向渗透及传布的主要外在因素。其实，节日食俗是一种“活着”的文化现象，它一直处在不断的演变之中，并且有其内在的规律可寻，大致有三种趋向。

应节食品不定型向定型转化。中国节日食俗开始阶段都有一个食品不稳定的过程，应节食品多种多样，各地并不统一，即使同一食品，叫法也不一致。如正月十五日叫“上元”，上元节的食品，历代所记不尽一样。《荆楚岁时记》说：东晋时“正月十五作豆糜加油糕”，“正月半宜作白粥泛糕”。陶谷《清异录》载唐和五代上元节吃

“油画明珠”。《岁时杂记》说：宋代“上元节食‘焦餠’最盛且久”。《膳夫录》说：北宋汴京节食有“上元油餠”。直到宋末元初，上元节食才统一为“元宵”。其所以叫“元宵”，是因为人们习惯在上元夜吃它，取上元节宵食之义。上元节月亮正圆，元宵形如月，故亦名“圆宵”。有的地方称“汤圆”，有的称“汤团”，或称“圆子”、“团子”，取月圆人团圆之意。再如中秋吃月饼，最先见于苏东坡的“小饼如嚼月，中有酥与馅”之句。唐和五代时赏月的食品只见到“玩月羹”等，未见有用饼。月饼作为一种食品的名称并同中秋赏月联系在一起，始见于南宋的《武林旧事》。明代以来，有关中秋赏月吃月饼的记述就更多了。沈榜《宛署杂记》说，每到中秋，百姓们都制作面饼互相赠送，大小不等，呼为“月饼”。《熙朝乐事》里也说：八月十五日称为中秋，民间以月饼作为礼品互相赠送，以示团圆。应节食品之所以趋向固定、专一，是人们逐渐对节食的名称和其包蕴的民俗内涵产生了共识。人们往往把那些最能象征纳祥祈福的食品作为节日之标志，以迎合群体在节日期间共有的祈愿心态。

应节食品的简朴向精美转化。任何一个节日民俗产生的初期，其主要食品都是按一定的式样模式，用常食的大米及面粉制成的。随着人们生活水平的提高，人们不可能每年重复食用那些与常食并无多少区别的节食，应节食品在花样及原料方面愈来愈讲究。

以重阳糕为例。唐代之前一直呈现古朴的风格，之后则随着时俗的移易而不断翻新。首先是在糕上塑造动物形象。《岁时记》说：“民间九月九，以粉而蒸糕，上置面制小鹿数枚，号‘食鹿糕’。”据《梦梁录》云：宋代有“以糖而蒸糕，上以猪羊肉鸭子为丝簇灯，插小彩旗，名曰‘重阳糕’。”还有“蜜煎局以五色粉塑成狮蛮，以

小彩旗簇之，下以熟栗子肉杵为细末，入麝香糖蜜和之，捏为饼糕小段，或如五色弹儿，皆入韵果糖霜，名之曰‘狮蛮栗糕’。”南宋临安又发展为“取糖肉秫而杂揉为之，上缕肉丝鸡饼，缀以榴颗，标以彩旗。”少则两层，多则九层，并雕饰以两只小羊，寓意“重阳”。明、清的重阳糕花色更多，既有油糖果，炉余的，也有发而垒果蒸的，还有用江米、黄米捣成的。每层之间夹以桃仁、松子仁、温朴、青梅等各种果料，在酥皮上还粘附香菜叶一两片，并根据果料的不同，分粗细两种⁽⁵⁾。应节食品花样众多，精美耐看，大大增强了节日的喜庆气氛，同时，也使制作这些食品成为民间技艺，其整个的操作程序更为复杂，也更富有民俗意味。

应节食品花色种类增多了，原料也越来越贵重，端午粽子的发展历史最能说明这一点。较早记载端午吃粽子风俗的是东汉末年应劭的《风俗通义》：“俗以菰叶裹黍米，以淳浓灰汁煮之令烂熟，于五月五日及夏至啖之。”可见东汉时粽子不过是一种普通食品，而且不独在端午吃。到了西晋，吃粽子的习俗才逐渐固定在端午。魏晋时期，端午吃粽子已很盛行。不过晋代民间的粽子，是用芦叶裹着高粱米做成的。到了唐宋时代，粽子成了节日和市场上的美味食品。明代，用芦叶裹粽子，粽馅的种类有豆沙、猪肉、松仁、胡桃、蜜糖等。清乾隆时，有“火腿粽子”等。到了近现代，经过千百年的发展，粽子的形状多为三角锥形和四角枕头形。粽子的制作，在我国北方多用糯米或黍米，以红枣、豆沙为馅，也有用柿饼等果脯做馅的。南方粽子，有鲜肉粽子、鸡肉粽子、火腿粽子。还有夹沙粽子、什锦粽子以及不裹任何馅的凉粽等。这些名目繁多的粽子迎合了各种口味的需要，把节日食品同日常食品区分开来，使人们在节日里可以

尽情饱享口福。对应节食品美味的追求，是中华民族美食文化重要的组成部分。

祈求型向品味型发展。年节食俗深层的意蕴多祈求性。随着社会的发展，人们征服大自然和农事生产的能力越来越强，祈求神灵恩赐、宽恕的内容逐渐淡漠或消退，人们在习俗活动中更多倾注在民众性的美味享受上，甚至省却了极富民俗氛围的赶做应节食品的活动，而至少在城市居民中，有相当多的人已经习惯于从市场上购买节日食品。应节食品也就不断淡化其身上附着的种种寓意，而成为最早民族风味特色的名点。

另外，由于应节食品越来越丰富多彩，精美可口，这就必然导致应节食品民俗内涵的淡化，也即是人们不仅要在节日

食之，而在平时也同样享用，应节食品演变为日常食品。如寒食节的“寒具”，也即馓子、麻花一类的食品。这类食品不仅存放时间较长，适宜冷食，而且具有油香酥脆的特点。《齐民要术》里称赞它“入口即碎，脆如凌雪”。它的确是寒食禁火之日的绝妙食物。但随着岁月的推移，馓子、麻花一类食品已经越出节食食品的范围，发展为四季皆宜的面点，唐代“烧尾宴”上就有叫“巨胜奴”的酥蜜寒具。宋代杭州等地，馓子是饮食市场常见之物。清代淮安馓子曾列入贡品，人民群众走亲访友也用它相互馈赠。中秋的月饼现在也有日常化的倾向，原先只能在节日里品尝到的美味食品，现在则随时可食，这是人民生活水平普遍提高的结果。

(1) 赖存理编著《中国民族风味食品》，第123页，中国商业出版社，1989年12月版。

(2) 见《广西各地歌圩资料》，转引自月郎《简狄吞卵神话与上巳祈子习俗》一文，载《民间文学论坛》1991年第2期。

(3) 吕伟达《山东年节食俗初探》，载《民俗研究》1991年前4期。

(4) 详见邱庞同《奇珍异馐的民族风情》一文，载

《中国烹饪》1985年第2期。

(5) 见范玉梅编著《中国的民间节日》，第57页，人民出版社，1986年9月版。

万建中 民俗学硕士，曾发表20多篇学术论文，出版一部专著。现任江西大学中文系讲师。

(本文编辑、终校 束有春)