

# 老北京清明节有哪些民俗

□主讲人：户力平

## 清明之祭俗——扫墓

扫墓是北京人在清明时的一项重要习俗，谓之为对祖先的“思时之敬”，也称“祭祖”“祭奠”。据史料记载，扫墓的习俗早在先秦以前就已经出现了，到了唐朝更为盛行，既是人们对祖先崇拜意识的反映，也是生者对逝者的缅怀。

据明刘侗、于奕正《帝京景物略》记载：“(农历)三月清明日，男女扫墓，担提尊榼，轿马后挂楮锭，粲粲然满道也。拜者、酹者、哭者、为墓除草添土者，焚楮锭次，以纸钱置坟头。望中无纸钱，则孤坟矣。哭罢，不归也，趋芳树，择园圃，列坐尽醉。”而《大清通礼》则云：“岁，寒食及霜降节，拜扫圻莹，届期素服诣墓，具酒饌及芟剪草木之器，周胝封树，剪除荆草，故称扫墓。”由此可见明清时期北京地区清明祭扫的境况。北京人扫墓的地点多在城近郊一带。北郊的土城、东郊的西坝河、南郊的永定门外、西郊白石桥、西山都是墓地较为集中的地方。至少在民国时期，出了今天的二环路，就有许多坟圈子及墓地，清明节前后，多见扫墓祭祖之人。

老北京人扫墓，并不拘泥于清明这一天，而是前后十日内均可。前去扫墓时，应着素装，以黑、灰、白色为宜，忌穿大红大紫的衣服及佩戴耀眼的饰品。来到墓地应尽量保持安静，切不可嬉笑打闹或说不吉利的活儿。

早年间清明祭祀有一套固定的“程序”：修正墓地、摆贡(品)、上香、挂纸(后改压纸钱或烧纸钱)、敬酒、拜祭、送别，后来简化为清除墓地及四周的杂草，为坟培土，摆放供品、祭拜。

## 清明之雅俗——踏青

踏青，古时也称探春、踏春、寻春、游春，为清明时老北京的主要活动之一，所以清明节又叫“踏青节”，而今多称为春游、观光或休闲。

早年间由于交通不便，京城百姓踏青的地方多以北京城周边的景观为主。一是右安门外的草桥、黄土岗一带。当年出了南城的右安门便是大片的农田，其中以花圃居多。花木繁盛，绿柳花红，景色宜人。因紧邻京城，每到春季，百花盛开，城里人多出此门去踏春赏花。二是出西直门，到长河、高粱桥一带踏青。老年间长

河两岸杨柳葱青，高粱桥畔桃花争艳，附近还有多处庙宇，景色佳妙，所以吸引游人来此游春踏青。当年曾有“天坛游松，长河游柳”之说。三是出东便门，到通惠河二闸(庆丰闸)附近踏青。清明时通惠河两岸风景秀丽，芦苇白萍，鱼笛晚舟，不仅有飞泉石坝，震耳奔涛，还有台亭园囿。同时，这里也是民间艺人、文人墨客聚集之所。除此之外，陶然亭、莲花池、亮马河、香山、八大处、万柳堂、满井、土城儿等，也是人们踏青的好地方。

旧京踏青通常是与清明扫墓结合到一起的活动。人们扫完了墓，紧接着就踏青郊游去了。古人想得很开通，祭扫完了先人之后，顺便找个地方游春赏花，连吃带喝，不亦乐乎。出游时人们往往自带食物，中午在郊外进食，下午返回城里。“穷者步行，富者乘车坐轿，路人往来颇多，喧嚣一时。”

## 清明之食俗——吃寒食

我国的传统民俗节日几乎都与吃有关，清明节也不例外，老年间有寒食之俗，即清明节吃寒(凉)食，所以清明节也称“寒食节”。其实寒食节是在冬至后105天，也就是距清明不过一天或两天。据传寒食节源于“介子推绵山焚身”，为了纪念介子推死难日在这天禁止生火，吃冷食(饭)，以示追怀之意。在各地的寒食习俗中，被誉为“寒食十三绝”的老北京寒食习俗最具代表性。而寒食是民间禁火扫墓的日子，渐渐的，寒食与清明就合二为一了，“寒食”便成了“清明”的别称，也成为清明时节的一个食俗。

通常所说的京城“寒食十三绝”，包括蹄烧饼、螺丝转、馓子麻花、姜丝排叉、驴打滚、糖火烧、艾窝窝、糖卷果、糖耳朵、豌豆黄、焦圈、硬面饽饽、芝麻酱烧饼等十三种食品。其特点是融合了汉、回、蒙、满等多民族风味，兼有明清宫廷美食的特点。因为清明之日有不动烟火，只吃凉食之俗，所以这些食品均在清明节前三四日内制作成，且可存放多日，以便清明之日食用。此后这些食品又有所发展，其用料讲究、制作精细，逐渐成为京城著名的小吃，在老北京的庙会或沿街集市上多有叫卖，由此也成为“京味儿”饮食文化的重要组成部分，如今“寒食十三绝”在京城的一些风味小吃店里仍有出售，颇受老北京人的青睐。

## 清明之趣俗——放风筝

每至清明时节，那飘动于空中的各色风筝，便成为旧京最为别致的景观。人们不仅白天放，放风筝夜间也放。夜里多在风筝下或风筝拉线上挂上一串串彩色的小灯笼，当风筝高高升起时，那一盏盏小灯笼便在空中闪烁，被俗称为“神灯”、“天灯”。

风筝在我国南方称为“鹞子”，而北方则称“纸鸢”。清代《帝京岁时纪胜》记载：“清明扫墓，倾城男女，纷出四郊，提酌挈盒，轮毂相望。各携纸鸢线轴，祭扫毕，即于坟前施放较胜。京制纸鸢极为工巧，有价值千金者，琉璃厂为市宜之。”北京人不但在清明时放风筝，其制作技术极为娴熟、精巧，并形成曹氏、哈氏、金氏和马氏四大流派风筝。其中“曹氏风筝”是指清代著名文学家曹雪芹制作的风筝，在扎、糊、绘、放四个方面更独特，他还专门写过一本《南鹞北鸢考工记》，对风筝制作、放飞的方式做全面论述。

老年间北京人所放的风筝，有的是从厂甸买回来的，有的是亲手制作的。特别是十来岁的孩子，大多是自己制作。以旧珠帘的条子做骨架，用浆糊粘在旧报纸上，然后拿毛笔简单的在上面画个图案，最后拴好线，就到外面去放。而比较讲究的顽主，则是请制作风筝的高手特意制作，其样式、造型独具匠心。早年间快到清明时，京城街头还有摆风筝摊儿的，出售各色各式的风筝。

放风筝妙在既能在近处观赏，又能在远处赏玩，而且全身运动，宜于养性强身。早年间南城的梁家园、湖广会馆后身及先农坛西侧都是最吸引人的放风筝场所，而离城门较近的人们，多是到关厢之外空旷之地放风筝。清代顾禄所著《清嘉录》曰：“春之风自下而上，纸鸢因之而起，故有‘清明放断鹞’之谚。”据传，放风筝最早是为了放走晦气，所以很多人在清明节放风筝时，将自认为的晦气或灾病都写在纸鸢上，等风筝放高时，就剪断风筝线，让纸鸢随风飘逝，并高喊“晦气没了!”“灾病没了!”

## 清明之习俗——插柳戴柳

早年间，清明节有插柳戴柳的风俗，所以清明节又称之为“插柳节”，民谚有“清明不插柳，红颜变皓首”之说，而今这种趣习已基本消失了。

清明将至，它是我国重要的传统民俗节日之一，自夏代已有，原指大禹治水后既清且明，天下太平。汉代成为节令节日之一，谓之“清明节”，也称“三月节”，表示天气晴朗，万物滋生。

作为历史文化名城的北京，清明时节的各种民俗活动很多，且参与人员广泛。其中祭祀扫墓、踏青赏景、吃寒食、放风筝、插柳戴柳等是最主要的活动方式。

民间对清明节时插柳戴柳有多种说法，有辟邪除灾之说，有求生保健之说，有纪念神农氏之说，总之是为了图个平安和吉利。另说，插柳之俗是受佛教影响，古人认为柳木能驱鬼，称柳树为“鬼怖木”，因清明有鬼日之称，故纷纷插柳、戴柳以辟邪。尽管带有唯心色彩，却反映出人们驱邪、祈吉求福的朴素心理。

插柳戴柳有多种形式，最常见是在天刚亮的时候，将柳条插在门楣上。妇女多以戴柳作时令的点缀，孩子们则往往将柳条编成柳圈，俗称戴“柳圈(帽)儿”，并以柳条为材料，做成“柳哨儿”。因城里的柳树不是很多，所以人们往往是在扫墓或踏青回来时顺便在路边、河边折上几枝柳条，或插或戴。有的人还特意到城门外的护城河畔采折一些嫩绿的柳枝别在门框上，以示插柳，讨的也是一个吉利。

由于清明期间城中柳枝奇货可居，街头巷尾甚至出现了为数不少的叫卖柳条的小贩。故有文人诗曰：“清明一霎又今朝，听得沿街卖柳条。相约毗邻诸姐妹，一株斜插绿云翘。”

民国后期插柳戴柳趣习渐少，只有那些重礼数，图讲究的人家还在清明时有插柳戴柳的雅习，以后就逐渐消失了，而今知道这一雅习的人已不多了。



### 主讲人介绍：

户力平：北京史地民俗学会会员。多年业余从事北京文史研究，特别是北京地名、风物、民俗及古村落研究，并在《北京日报》《北京晚报》《劳动午报》等报刊发稿千余篇。已出版《光阴里的老北京》《北京地铁站名掌故》《京西海淀说故》《香山传说》等。