

## 民俗采风

## 一碗面条里的讲究

蔡华先



记得在我小时候，每逢正月初七，奶奶都会做手擀面。我好奇，为什么要做手擀面，奶奶说，老辈儿传下来的规矩，今天管小孩儿，应该吃面条。

到了正月十七，奶奶又会说：老规矩，今天管大人，也要吃面条。

到了正月二十七，母亲也会提醒奶奶：今天管老人，咱们今天也擀面条吃。

那时，生活条件并不算太好，隔几天就能有面条吃，对我们来说当然是求之不得，面条擀好、煮熟了，捞出来在凉水里浸过，盛到碗里，浇上面卤，也顾不得问一问这面条吃得有什么讲究，到底是什么老规矩，使用筷子一个劲地往嘴里拔拉，三下五除二，吃完一碗，再盛上一碗。

面条，看起来是一种很普通的食物。它不仅可以饱腹，更有着深深的文化寓意。平常我们吃面条的时候，其实是有很多讲究的。

面条的一种重要的文化寓意就是长寿。所以，时至今日，人们在过生日的时候，一定要吃一碗长寿面。

过生日吃长寿面，民间相传，这一习俗源起汉代。有一天，汉武帝与几个近侍闲聊长寿之道。有的说“人的脸长，寿命就长”，有的说“人中长一寸，可活一百岁”。东方朔一听，不由得笑道：“怪不得彭祖骨瘦如柴，人中倒有八寸。”汉武帝奇怪：“哪有这等怪模怪样的人？”东方朔说：“脸长就长寿，人瘦脸就长，可知彭祖一定是瘦子了。人中长一寸，可活一百岁，彭祖活了八百岁，他的人中想必有八寸之长了。”此事传到宫外后，竟有人把东方朔的滑稽言谈真当一回事了，而且把“脸”传成“面”，把“瘦”传成

在慢慢长大之后，终于能一边慢慢吃面条，一边听大人说道说道其中的讲究。

原来，正月初七吃面条，竟和女娲造人的传说有关。

在神话传说中，女娲不仅造人，还创造了万物。女娲创造万物的时候，每天造一种，次序是“一鸡二狗、三猪四羊、五牛六马、七人八谷”，按次序排下来初七就是“人日”，即人类的生日，亦称“人胜节”“人庆节”“人口日”“人七日”等。汉朝开始有“人日”节俗，魏晋后流行“人胜”的习俗。人胜是一种头饰，人们剪彩帛为人形或花形，或镂金箔来贴屏风，同时也戴在头发上，祈求平安。到了唐代之后，人胜节更是备受重视。每至人日，皇帝赐群臣彩缕人胜，又登高大宴群

“寿”。于是脸长人瘦就成了“面长人寿”，并由此演绎出吃长寿面条祝寿的习俗。

这毕竟是一种传说，另有一种看法认为，过生日吃面条的习俗缘起汤饼会。汤饼就是面条最初名称。因为最早时期，所有的面食均叫“饼”，汉代刘熙所著的《释名·释饮食》中有记载：“饼，并也，溲面使合并也。”在汤中煮熟的面则被称为汤饼。汤饼会是古代的一种庆贺生育的礼仪，婴儿出生后，亲友们前来祝贺，主人家举办宴席答谢，称为“弄璋之喜”，而弄璋之宴主要是吃汤饼，故称汤饼会。那么，弄璋之宴为什么非要吃汤饼不可呢？宋人马永卿在《懒真子》中说：“必食汤饼者，则世所谓长命面也。”也就是说，汤饼在当时已经成为祝福新生儿长命百岁的象征了。刘禹锡有诗云：“忆尔悬孤日，余为座上宾。举箸食汤饼，祝辞添麒麟。”

天，人们纷纷祭神，以祈求灾消年丰。至清代，夏至祭神更为盛行，是日民间须吃面食，以示敬神。清代潘荣陛《帝京岁时纪胜》：“是日，家家俱食冷淘面，即俗说过水面是也。”

夏至之后，很快就会入伏。入伏时间从夏至后的第三个庚日开始算起，每年入伏日期不尽相同，一般在7月11日至7月21日之间。入伏之后，人们的饮食也很有讲究。在民间有句俗语，叫做“头伏饺子二伏面”。伏日吃面，这一习俗至少在三国时期就已开始了。《魏氏春秋》上说，何晏在“伏日食汤饼，取巾拭汗，面色皎然”。

为什么夏至吃面、二伏吃面？这个习俗的起源也许与古人的生活环境与饮食习惯有关。伏天吃面

臣。唐朝高适的《人日寄杜二拾遗》中有“今年人日空相忆，明年人日知何处”，说明唐代的人日节已不仅仅专用作祈祥祝安，又增添了一层思亲念友的气氛。

在胶东一带，一直流传着“初七管小孩儿”也有叫做“拦小孩儿”或“拴小人儿”“十七管中年人”“二十七管老年人”的习俗，这三天都要吃面条，寓意着用长长的面条缠住岁月的双腿，让日子走得慢一些，生命过得长一些，这既是生命长长久远的象征，又有健康长寿的祝福。

如今，每到正月初七，我也会提醒出门在外的女儿吃上一碗面条。正月十七自己也会买点面条回来，做点炸酱面吃。正月二十七也会买点面条，回老家送给母亲。

此后，这道食品又成为每次生日祝贺宴会上所必备，随着时间的推移，逐渐流变为对长寿的预祝。《新唐书》载，开元时，王皇后恩宠渐衰，颇不自安，某日向丈夫哭诉说：“陛下独不念阿忠脱紫半臂易斗面，为生日汤饼邪？”是说唐玄宗处藩邸时，其丈人王仁皎（阿忠是王皇后对其父仁皎的称呼）曾经用一件短袖上衣（半臂）换来一斗面粉给他做生日面条。由此可知，第一，过生日吃面条的习俗至少在唐代已经流行；第二，这种习俗应是从汤饼会的祝诞礼仪衍生出来，故名“生日汤饼”。弄璋之宴吃汤饼的习俗就这样慢慢地延续下来，并不断演变，变成现在生日宴上必吃的长寿面。

可以说，不只是在生日宴上，在人生很多的重要时刻里，面条都占有一席之地，有着相当重要的地位。这种重要地位，极少能有其他食物与之相抗衡，除了饺子。

条，最初的目的旨在“辟恶”。《荆楚岁时记》记载：“六月伏日进汤饼，名为避恶。”夏季天气炎热，蚊虫苍蝇多，食物容易腐败，滋生细菌。而面条现做现煮，开水煮熟之后，直接食用，简单方便，干净卫生。这可能是古代三伏天污染最少的食品，久而久之，也就成了一种习俗，它不仅体现了顺应时令的饮食智慧，也暗含了养生之道。

在时令节气上，烟台的食面习俗还有“迎春饺子打春面”“入伏饺子立秋面”等说法。其中的“打春面”是指立春这天要吃面条，以祈盼年丰。“立秋”时节天气开始转凉，烟台大多数地区家庭主妇都要做顿热卤面或热汤面食用，以养护家人的肠胃。

## 四

面条不仅是顺应时令和节气的食品，在胶东人的迎来送往中，面条也占据着重要地位。

对于面条，在胶东一带，还有这样的说法：上车的饺子下车的面，有的地方叫做送行的饺子接风的面、抬脚的包子落脚的面，出门饺子回家面、上船饺子下船面等。这些其实都是一个意思，家人或亲朋外出远行的时候，要吃饺子或者包子；当家人或亲朋远行归来的时候，要吃面条。这已成为胶东一带人们迎来送往的一个重要礼节。

朋友来到、家人从外返回要吃面，此谓长接。亲朋好友要出远门了，最后送行的饭要吃饺子，此谓短送。一长一短，表达了企盼团聚的心情，希望外出的人快快归来。送行吃饺子还有讨吉利的意思。饺子有馅，说是吃了“有肚囊”，一个人出门在外要应对许多突发事件，有肚囊就是有心眼、有智慧。不仅如此，饺子还有“囫囵完整”的含义，暗含着亲人的殷殷期盼与美好祝福，所以送行饺子意义深远。

那么“下车面”或者说“回家面”呢？

不妨让我们来想象一下这样的一幅场景：远行的游子历经旅途的颠簸，风尘仆仆地回到家乡。此时，一碗热气腾腾的面条摆在面前，或是一碗打卤面，也许是一碗炸酱面，总之是一碗饱含心意的面条端上桌。游子迫不及待地挑起一筷子面条，吸溜入口，那温暖的感觉瞬间从舌尖蔓延至全身，所有的疲惫和饥饿都被一扫而空。这碗面，不仅仅是食物，更是连接亲情的温暖纽带。这简简单单的“上车饺子下车面”，背后藏着的是家人之间最纯粹、最深厚的情感。它没有华丽的辞藻，却用最朴实的方式，诠释了亲情的珍贵和温暖。

亲人归来或贵客上门，端上一碗面条，除了是胶东人热情的待客之道，其实还有一层含义。因为面条很长，人们给它的寓意就是富贵长寿、长长久久，希望吃了面条能将亲人拦在身边，表示主人家的热情和诚意。

这热腾腾的“上车饺子下车面”，时时提醒着我们，无论走得多远，都不要忘记家的方向，不要忘记亲人那温暖的怀抱。

在烟台人的男婚女嫁中，面条也担任着重要角色，即“上轿饺子下轿面”，结婚当天，女儿出嫁，在家要吃饺子，婆家要擀面条给新人吃，新人在炕上坐定之后，就有人端上面来，面条切得很宽，约有三厘米宽，叫“哺面”或“开口面”，有的地方叫宽心面，意思是新娘子初来乍到，希望她不要想念父母，心情愉悦，也有说法是将来的日子会宽裕，有钱花。

普普通通一碗面，着实饱含着诸多心意。当你端起一碗面，不妨细嚼慢咽，细细品味其中的滋味。