



大理掌故

白族婚俗

□ 母锡鹏

白族婚俗是民俗风情的集中体现，风趣的“招新娘”活动、欢乐的拜天地仪式、意味无穷的“哭嫁”习俗，让参加婚礼的宾客能感受到白族婚俗的文化魅力。婚俗仿佛是一首抒情长诗，不论从历史的、民俗的还是艺术的角度去读它，都会有所收获。白族婚俗之“哭嫁”被列入省级非物质文化遗产代表性项目名录。

白族婚俗早在唐代就有文献记载。《蛮书》在谈到南诏民间婚俗时说：“俗法处子婚嫁出入不禁。少年子弟暮夜游行闾巷，吹笙芦笙，或吹树叶。声韵之中，皆寄情言，用相呼召。嫁娶之日，私夫悉来相送。既嫁有犯，男子格杀无罪，妇人亦死。或有强家富室贵财赎命者，则徙徙丽水瘴地，终弃之，法不得再合。”一千多年后的今天，参加白族婚礼，不仅能品尝到土八碗，看到绚丽的民族服饰，而且能体验到妙趣横生的民俗文化。关于举行白族婚礼的内容和形式，民谣总结说：“热热闹闹闹三天，欢欢喜喜讨媳妇。”

第一天，准备。男方要请人搭好彩棚。早上杀猪吃生皮；中午，贴对联挂喜匾；晚上，邀请亲朋好友、本家亲戚来家里唱戏、跳舞。人们一边品尝着主人摆下的果品、茶水、烟酒，一边娱乐和拉家常。到半夜子时，在座的人不分老少男女，吃一碗元宵，预先庆祝大团圆。

第二天，结婚之日。从早上便开始摆席待客，当来宾入席后，新郎在一个伴郎陪伴下，在《龙上天》唢呐乐曲中，一桌一桌地给客人敬酒。敬完第一轮后，迎亲队伍（新郎、伴郎、伴娘、家族长辈等）在媒人率领下，在唢呐声中去迎接新娘。到了女方家门口，唢呐手要

吹奏《蜜蜂过江》《迎亲调》等欢快、热闹乐曲6次，女方家才出来，由几位年长的亲戚招呼迎亲队伍进门。迎亲的人进门后，女方家便由4个小男孩逐一给他们敬献苦茶、甜茶、回味茶，然后新郎给女方父母、兄嫂以及其他长辈叩拜、敬酒，女方父母给媒人披挂一道红彩。这时新娘要大声哭起来，人们把这哭称为“哭嫁”。先哭父母，后哭兄嫂、弟妹、其他长辈，一边哭一边成段成段地唱父母的养育之恩，兄嫂、弟妹的关爱之情，然后才迎亲的人出家门。在去新郎家的路上，在欢快、激越的唢呐乐曲中，迎亲的人在路上“闹新娘”。队伍还没回到男方家，早有男方家的长辈在门口相迎。人们一进门，新娘在伴娘及男方长辈的簇拥下梳妆打扮。待新娘装扮好，开始拜天地、拜长辈，边磕头边改口叫“爸、妈”。拜堂仪式结束后，新娘在两个伴娘的簇拥下，在人们争相“抬新娘”的嬉笑声中跑进洞房。新人进入洞房时，那盆暖暖而又象征兴旺的炭火里埋好的辣椒发挥了功效，辣味直呛得新郎、新娘流泪、淌鼻涕，打哈欠，逗得进进出出洞房的人笑声不绝，使洞房洋溢着一种特有的喜气。一阵嬉笑过后，夫妻喝交杯酒，以示相敬相亲，永结同心，恩爱到白头。

第三天，回门认亲家。这一天一大早，新娘就起床打扫院子。太阳出来后，男方家送喜神，女方家接新人回门。双方父母刚见面，改口叫“亲家”，喝了认亲酒和“三道茶”后，婚礼在友好气氛中完成所有仪式。

白族婚俗注重传统、礼节和亲情，体现了白族人对家庭和婚姻的重视。它不仅是一场团聚和庆祝，更是一次传统文化的传承和弘扬，其独特魅力吸引着越来越多的人参加，感受其中蕴含的浓厚情感和文化内涵。

美食地理

华营豆腐班庄酒，乐和米线家家有

□ 赵思兰

在大理凤仪，一句“华营豆腐班庄酒，乐和米线家家有”的民谣代代相传，道尽了凤仪最地道的乡土风味，藏着最动人的人间烟火，更承载着无数凤仪人刻在骨子里的乡愁记忆。

华营豆腐，以百年匠心熬煮，豆香绵长。起源于清末民初的华营豆腐制作技艺，历经世代传承，始终坚守纯手工古法工艺，从选豆、泡豆、磨浆、到纱布滤浆、柴火煮浆、古法点浆，再到木板压制、自然成型，八大工序环环相扣，无一不凝聚着传承人的坚守与智慧。选用本地优质黄豆，搭配凤仪清冽山泉，不添加多余辅料，经匠人巧手雕琢，成型的豆腐白嫩紧实、滑嫩细腻，豆香醇厚绵长，无论是清炒、炖煮，还是制成臭豆腐、风味腐乳，都是凤仪人餐桌上不可或缺的美味。

班庄佳酿，以纯粮醇香诉说乡土温情。班庄酒，是凤仪乡土文化中别具韵味的存在，沿袭数百年的纯粮古法酿造工艺，精选本地优质粮食，历经多道传统工艺精心酿制，酿出的班庄酒酒体清澈、口感醇厚、绵柔回甘，酒香浓郁且不上头，是凤仪人日常小酌、逢年过节、亲友相聚的必备佳酿。没有奢华的包装，却有着最质朴的醇香，

一杯老酒下肚，酒香萦绕间，尽是乡土地道的温柔与深情。

乐和米线，以家常滋味承载烟火日常。“乐和米线家家有”，是凤仪最真实的生活写照。作为凤仪人的家常美味，乐和米线制作技艺独具特色，工艺介于酸浆与干浆米线之间，既保留了酸浆米线的筋骨爽滑、米香浓郁，又兼具干浆米线耐煮不易断、便于储存的特点。以优质稻米为原料，经发酵、磨浆、蒸制、塑形等传统工序制作而成，米线粗细均匀、口感筋道，搭配本地秘制酱料、新鲜配菜，无论是热气腾腾的煮米线，还是清爽开胃的凉米线，都能让人回味无穷。在凤仪，家家户户都熟悉这碗米线的味道，它是清晨唤醒味蕾的早餐，是午后慰藉身心的小吃，是漂泊在外的凤仪人魂牵梦绕的乡愁滋味，一碗米线，盛满了凤仪的烟火日常，也维系着乡土情怀。

一方水土养一方人，一方风味寄一段情。华营豆腐的豆香、班庄酒的醇香、乐和米线的米香，“凤仪三宝”交织成凤仪最浓郁的烟火气息，勾勒出凤仪人最熟悉的生活图景。这些扎根乡土的传统美食，不仅是舌尖上的极致享受，更是凤仪历史人文、民俗风情的生动载体，是连接过去与现在、维系家乡与远方的情感纽带。

云龙茶叶宴 尝尽万般鲜



白茶煮稀饭。

□ 字银洁 毛廷涛 周瑜洁  
李继明 文 / 图

时下，云龙县大栗树茶园的茶不仅可以用来喝，还可以化作盘中的佳肴。从一杯茶到一桌茶宴，云龙正在解锁茶叶的新吃法，重新定义“吃茶”的方式。

泡茶叶、刺鸡块、备虾仁……各种食材在大约四个小时变成了抹茶汤圆、红茶鸡、白茶稀饭、龙井炒虾仁、茶叶酥、黄金芽卤猪脚、绿茶排骨、凉拌茶叶、茶叶鸡片汤等一大桌茶香四溢，色香味俱全的茶叶宴。

与单纯冲泡饮用不同，以茶入菜打破了茶叶单一的食用边界，无论是蒸、炒、煎还是炖，每一种烹饪方式都被赋予了独特的茶香，形成别具一格的味觉体验。

在采茶人、制茶师，也是钻研茶叶宴的美食能手杨水洁看来，以茶入菜非常讲究搭配。做一桌茶宴通常会用到白茶、红茶、绿茶，不同的菜品要搭配不同的茶叶，这样才能最大限度地发挥出茶香。茶叶口感清鲜回甘，自带清雅香气，入菜既能中和食材油腻，又能增添独特风味，十分契合当下大众健康、清淡的饮食需求。

与人文之美。

业态上，赶街的形态也愈发多元。“有风集市”飘着咖啡醇香，中医药文化市集弥漫着本草之味，非遗创意市集里年轻人学做扎染、印甲马。还有独具特色的国际音乐节、民族服饰展演、嘉年华联欢等，丰富的活动让赶街的人都“不虚此行”。2025年首次推出的“七彩云灯·侠影江湖”仙侠不夜城，更是以光影科技和沉浸式场景，打造了一场武侠文旅盛宴，让千年街市变身全天候的潮玩地标。数字化智慧导览和线上直播则敞开一扇“云赶街”的窗，让远方的人也能一头扎进这份热闹里。

从文人墨客笔下的商贸盛事，到《五朵金花》里阿鹏金花的浪漫邂逅，再到今天“赶街+旅游+文创”的综合体，“三月街”在变与不变中走过了1300多年。变的是不断丰富活动形式、日益扩大的开放格局；不变的，是苍山脚下人声鼎沸的烟火气，是各族群众欢聚一堂的赤诚，更是刻进每一个大理人骨血里的月街情结。

千年时光，足够漫长也足够精彩。“三月街”就像一棵守护在苍山脚下的常青树，根系深扎于民族文化的沃土，枝叶则向着时代的阳光雨露尽情舒展。这场纵贯古今的聚会，仍以最鲜活的气息与最真挚的情义，续写着属于新时代的篇章。

的风物长卷。随着时代的发展，“三月街”的买卖已经从传统的骡马交易，拓展到生活的方方面面。数里街市场琳琅、种类繁多。今年的“三月街”更是设置600余个展位，按云南好物区、非遗美食区、中药材区、名特优街区、黄焖鸡区等板块布局。缅甸的玉石和珠宝、文山的三七、大理的扎染和银器、永平的黄焖鸡……从地道药材、非遗好物再到特色美食，一条街浓缩了无尽的风物与滋味。5月1日上午，焕新升级的“年货街”更是别有风味。酸辣鱼、黑皮、腌菜炒肉等十道原汁原味的“杀猪菜”热气腾腾，本地乡亲和八方来客同席而坐，在欢声笑语中感受“食在三月街，把日子过成诗”的惬意。

“三月街”就像一首老歌，旋律悠长，越品越有滋味。在时代发展下，“老歌”却也唱出了新意。扎根传统的同时，“三月街”也在时代潮流中迎来了拔节生长。形式上，文化表达更富新意。2023年，“唱着情歌去大理”民歌汇，吸引了全国22个民族的260多位民歌传承人汇聚苍洱；2025年，大型情景歌舞剧《一街千年》让徐霞客的足迹与电影《五朵金花》的经典同台闪耀。今年，开幕式震撼上演大型情景歌舞《四时锦绣赋苍洱》，以大理四季流转为脉络，用诗画般的情景歌舞，礼赞这片土地的锦绣山河

与人文之美。

“三月街”就像一首老歌，旋律悠长，越品越有滋味。在时代发展下，“老歌”却也唱出了新意。扎根传统的同时，“三月街”也在时代潮流中迎来了拔节生长。形式上，文化表达更富新意。2023年，“唱着情歌去大理”民歌汇，吸引了全国22个民族的260多位民歌传承人汇聚苍洱；2025年，大型情景歌舞剧《一街千年》让徐霞客的足迹与电影《五朵金花》的经典同台闪耀。今年，开幕式震撼上演大型情景歌舞《四时锦绣赋苍洱》，以大理四季流转为脉络，用诗画般的情景歌舞，礼赞这片土地的锦绣山河

的热闹……一条街，就这样盛满了各方的期待，为平淡的日子添了滋味，让生活更富美好。

“一年一度三月街，四面八方有人来，各族人民齐欢唱，赛马唱歌做买卖……”“三月街”虽已延续了千年，但“赛马、唱歌、做买卖”依然是不变的主题，也是其最具生命力的核心灵魂。

赛马场上，骏马奔腾，从旧时茶马交易“先试骑，后议价”的习俗演变而来的赛马活动，现今早已升级为专业的民族赛马大会。来自内蒙古、新疆、北京及云南本地的骑手纵马驰骋，速度赛马、走马、跑马射箭轮番上演，马蹄砸地、喝彩震天，骑手们共同追逐代表无上荣耀的“马王奖”。射弩、陀螺、秋千、吹枪等传统民族体育赛事也同步展开，各族运动健儿在赛场上奋勇拼搏，矫健身姿尽显豪迈。

“三月街”的对歌，自然又精彩。大青树下、街场边，身着白族盛装的男女老少围坐一圈，即兴编词、以曲传情。歌声里，既有青年男女含蓄而炽热的爱慕，也有邻里乡亲间的温情祝福，更有对美好生活的由衷礼赞。这边对歌唱罢，那边的洞经古乐、大本曲又接着开场，整个三月街瞬间成了一座没有边界的露天大剧场。街里四邻和八方游客都能在歌声里体验纯粹、感受热情。

街市上的买卖更是一卷活色生香的画卷。随着时代的不断发展，“三月街”的买卖已经从传统的骡马交易，拓展到生活的方方面面。数里街市场琳琅、种类繁多。今年的“三月街”更是设置600余个展位，按云南好物区、非遗美食区、中药材区、名特优街区、黄焖鸡区等板块布局。缅甸的玉石和珠宝、文山的三七、大理的扎染和银器、永平的黄焖鸡……从地道药材、非遗好物再到特色美食，一条街浓缩了无尽的风物与滋味。5月1日上午，焕新升级的“年货街”更是别有风味。酸辣鱼、黑皮、腌菜炒肉等十道原汁原味的“杀猪菜”热气腾腾，本地乡亲和八方来客同席而坐，在欢声笑语中感受“食在三月街，把日子过成诗”的惬意。

□ 褚雪琴

“千年赶一街，一街赶千年。”当2026年的春风拂过苍山洱海，这句流传久远的民谣，再次被涌动的人潮唤醒。5月1日，农历三月十五，大理“三月街”民族节如约开幕。这场始于唐代南诏时期的古老盛会，绵延至今已逾1300余年历史，却仍以深厚的文化底蕴和蓬勃的时代气息，向世人呈现一幅纵横古今、融汇万象的斑斓画卷。

“三月街”始于唐代永徽年间，最初为民间庙会。至宋代，伴随茶马互市的繁荣，它发展为西南最大的马匹、药材边贸市场，蹄声阵阵、马铃叮当。明清时期更是商贾云集，成为联结中原与东南亚的商贸重地，“十三省物无不至”的盛景至今还被称道。1991年，“三月街”被正式定为“大理白族自治州三月街民族节”；2008年，又入选国家级非物质文化遗产名录。于是，“三月街”完成了从民间庙会到民族盛典的华丽蜕变，成为大理一张闪亮的文化名片。

一条街，赶了千年，活跃了十三个世纪，却依然生生不息。只要时节一到，农人们会赶紧赶早完活计，抽空来逛上一圈，补齐生产生活用具；远在外乡的游客也像听到家乡的召唤一般，循着歌声回来“过节”；来自各方的商户和游客也会按时到场，做买卖、尝美食、

大理美



暖阳映照云龙桥

4月，春风拂过漾濞江，南方丝绸之路上的漾濞云龙桥进入一年中最美的时光，桥头古榕抽出红色新芽，无数漾濞人的乡愁便具象化了，古老的桥仿佛连通着故乡与远方，一枝一叶诉说着漾濞这座小城的烟火与温情。 [杨木华 摄]

漫天飞舞的苹果花

□ 姚婷

小时候，除了漫山遍野的野花，我见过最多的就是桃、梨、李、杏、苹果等果木的花。它们在春天是花，到秋天成果，备受农家喜爱，是乡间寻常之物。

苹果花是我见过最多的花，可以说我是在苹果树下长大的。小时候，我家菜园里栽了七棵苹果树，我家大门外又是林场占地数百亩的苹果园，我的家被苹果树团团围住。苹果树开花时节，我的家仿佛被罩在松软的雪堆里，场面很是浩荡壮观。

记不清那一年我几岁，只依稀记得林场旁边那一大片松树林被砍倒了。那些松树长在那里好多年了，林子里堆积起一层厚厚的松针，像是给大地裹上了一件棉袄。树下还有碧青的野草、美丽的野花和漂亮的小蘑菇生长着，我们时常在树林里玩耍，那一大片松树林是我们天然的游乐场。

我看到一棵松树的油锯声里倒下。随后履带拖拉机开来了，它拖着雪亮的铁犁，像一头猛兽轰隆隆地来回奔窜吼叫着。埋在地

下的奇形怪状的树根被铁犁翻了出来，带着新鲜泥土的气息，举着折断根须的创口无助地晾晒在太阳底下。我和林场的小孩子们整天坐在草地上看履带拖拉机挖地。回家的时候我会顺手拖一个树根回去，晒干的树根在冬天被母亲放进火塘里，啾啾吐出红红的火苗儿，最后化为一堆灰烬。年幼的我感受不到那些树根的痛苦，对那一大片松树林的消失也不觉得痛惜，心里竟有些兴奋和喜悦，因为听说那里将要建一个苹果园。那么大一块地，可以种下多少棵苹果树啊？

不久，人们果然在新翻出来的土地上种下了许多苹果树苗。林场的每家每户也都分到了几株苹果树苗。我们家种着白菜和青菜，爬满南瓜藤的菜园里也种上了七棵苹果树苗。手指粗的苹果树苗没有叶子也不见芽儿，像一根根黑色的棍子插在地里。

春天到了，那根根黑色的棍子吐出了几片新叶；又一个春天到了，它们长出了枝丫，长成了一株伞状的树。再一个春天来临时，苹果树开花了。它的花骨朵儿是红色的，像一张张擦了胭脂

的小嘴嘟着撒娇。五个小小的花瓣渐次打开，眼前却是一朵白色的花，原先胭脂似的红色褪掉了，花瓣上只剩丝丝缕缕、若隐若现的粉红。

一个春天的早晨我推开窗户，就看到菜园里那七棵开满花的苹果树，粉白素净的花朵挂满枝梢。我走出家门，又看到林场的苹果园，数千棵苹果树也开满了花。眼前像是起了一场大雾，又像是下着漫天的飞雪……四处弥漫着苹果花略带甜腻的清香，给人暖融融的感觉。风起时，凋谢的苹果花瓣离枝飞舞，星星点点，四处飘落。那时节，整个林场飞花不断，此起彼伏，我们像生活在唯美的动漫中。坐在院落里歇息，头上、肩上也悄无声息地沾上苹果花瓣；走在路上，也会有苹果花瓣迎面飘来，温柔地触碰你的脸颊，又轻盈地往地上扑去……不忍再往前迈步，生怕踩疼了那地娇柔的花瓣。

那个苹果园让林场的春天有了轰烈烈烈的阵势。

后来，我没有见过比那个苹果园更大的苹果园了，也没有见过那么多苹果树一齐开花、一起凋零的情景。但我心

