



“清明天气雨绵绵， 黑饭青糍作意虔”

——诗词文献中宁波人的清明礼俗



贺友直《清明上坟》，纸本，宁波美术馆藏

1 诗词里的清明

高翥其人活跃于南宋，是江湖诗派的重要人物，少时习诗，布衣终身，晚年曾在上林湖畔筑室“信天巢”。黄宗羲推他为余姚人的“诗祖”，并认为余姚一共就出过三个诗人，宋代的高翥、明代的宋禧和黄尚质。

如果有清明引用诗词排行榜，“纸灰飞作白蝴蝶，泪血染成红杜鹃”一句一定名列前茅。它以凄美意象描绘了清明祭扫场景：焚烧的纸钱灰烬如白蝶飞舞，悲痛的眼泪似血，染红了杜鹃花。诗句化用“庄周梦蝶”与“杜鹃啼血”，传递了天人永隔的悲切。

南宋四明人写清明的名句还有吴文英的《风入松》：“听风听雨过清明，愁草瘞花铭……惆怅双鸳不到，幽阶一夜苔生。”有人说吴文英的这首词是写给他去世的小妾的，将思念的怅惘与时光的荒芜融为一体。

《全宋词》中还有一首《海棠春·己未清明对海棠有赋》，由南宋名相吴潜写在四明任上。词人在垂暮之年由海棠花联想到战事，字里行间充满对国事的牵挂。南宋鄞县（今宁波）宰相郑清

之、宁海“闽风先生”舒岳祥也都写过清明诗。“歌哭同途去，繁华转眼收”等句，可见清明节令所引发的人们对人生无常、世事变迁的感慨。

南宋以降及至明清，甬人描写清明的章句数量更多，主题多围绕思乡、怀亲、踏青游赏展开，风土人情历历可见。

天一阁主范钦踏马汶溪，写《清明汶上》诗：“春风骀荡春日晴，千村万村花鸟鸣。沿溪斗草此乡俗，隔岸卖花何市声？不向天涯愁寂寞，只须马上度清明。劳歌日暮流飙发，映烛吟诗兴转生。”通篇不见悲情，只见春风得意。

明代鄞县（今宁波）人陆铨写《清明》：“清明日薄昼阴阴，篙外新秧短似针。缚草象人田畔立，借他风力逐飞禽。”说的是田野新秧初插、立稻草人的景象。

此外，清代慈溪人裘椿有《清明过荪湖》：“菜花黄接壤，芳草绿连阡”；鄞县人王焘写《清明题白湖金仙寺》：“长堤芳草佳人路，小屿桃花渔父船”。两首皆被收入《宁波地名诗》。

2 乌米饭与上坟船

谈及清明，少不了节令美食。对宁波人来说，青团、麻糍、乌米饭是必备“三件套”。

明嘉靖《宁波府志》有记：“清明，各家为青糍黑饭、牲醴祭墓，封土插竹，挂纸钱于颠，门壁皆插柳，或簪于首。”宁波老话说：“黑饭麻糍青雪团，清明祭祖到坟头。”青、黑之色，正宜于清明祭扫的气氛。

宁波大学教授张如安在《宁波历代饮食诗歌类编注释》里，收了许多讲清明美食的诗歌。比如元代四明文学家戴表元有《寒食》诗：“寒食清明却过了，故乡风物只依然。穷中有客分青饭，乱后谁堆挂白钱。”

青饭，即青精饭。明代鄞县人林昺《群书归正集》卷二云：“古人清明日为青精饭，采杨桐、细冬青叶为之。”明代鄞县人谢三宾的“岁月年华如逝水，不如归去饭青精”，清代宁海人鲍谦的“饭煮青精钱剪纸，家家都是上坟”，也都是写青精饭。

据查，青精饭跟乌米饭大致是同一种东西。乌米饭系采乌饭树的叶子煮汤泡米，跟青精饭做法原理相同。

明末鄞县人谢三宾有《梦归家扫墓》：“十年做尽家园梦，此梦家园更系情。春雨满山开谢豹（谢豹即杜鹃花），染青饭黑上清明。”清代《蛟川竹枝词》中有：“清明天气雨绵绵，黑饭青糍作意虔。箫管水门桥下过，夕阳斜送上坟船。”也都讲到了乌米饭的问题，后者还呈现了一个比较有代表性的场景，坐船上坟，船上有吹手奏乐，与乾隆《鄞县志》提及的“清明祭墓以鼓乐前导”相合。

宁波有一句乡谚“上坟船逢着高抬阁”，比喻争高低，也就是“别苗头”。高抬阁是迎神赛会中最盛大的部分，上坟船虽然也吹吹打打，但毕竟没有彩灯旗帜，比热闹总还是差一些。民国宁波人张延章在《宁波十二个月竹枝词》中说：“三月清明乌笋香，家家争说上坟忙。归来喜遇高桥会，鼓阁龙灯五彩扬。”鄞西高桥会是宁波平原地区大型庙会的代表，上坟船与之相比肯定是不够看了。



乌米饭。图源“宁波文旅”微信公众号

3 风物中的怀想

清明节令美食还有很多。《甬上风物：宁波非物质文化遗产田野调查》中，许多受访者提及，祭祀仪式后，在场之人分发麻糍或烧饼，也有鸣锣之后，乡民赶来“抢麻糍”的习俗。各人回家则会做清明羹饭，大多为“咸齑黄鱼笋烤肉”。

清代余姚人陆达履写过《剡湖竹枝词》：“爆竹声喧齐拜罢，不分烧饼即分钱。”诗后作者自注：“清明扫墓，子姓往拜者，各分烧饼，谓之上坟烧饼。近亦有代以钱者。”余姚西门竹枝词亦云：“墓门爆竹一声雷，村女村男踊跃来。顷刻篮中烧饼尽，每人抢得两三枚。”说的都是分烧饼的事。

大家还煮杏仁粥。明代宁波藏书家陆宝有诗：“家居安旧俗，插柳过清明。冷水宜浇杏，生菹可代羹。”清代慈溪人岑振祖写：“换薪调查粥，过巷听箫笛。”“浇杏”“杏粥”云云，皆此之谓。

陆宝所说的“插柳”，在明嘉靖《宁波府志》“清明”条目下提到过。后世的宁波名谚在此基础上还发展出一首《清明戴杨柳》，用方言念韵脚更明显：“清明戴杨柳，下世有娘舅。清明戴朵花，下世有嬷嬷。清明戴扁柏，下世有阿伯。清明戴蛋壳，下世有饭吃。”

清明餐桌上，也少不了荤菜，比如清明鹅。明代吕本所辑《余姚新河吕氏家乘》开列的清明祭品物单上，除了“米糍糕一盘”，便有“鹅一只”供于桌上。此外，清明时令的水产品也不少。清代北仑人胡滨写：“时近清明烟雨霏，桃花鲚美麦鱼肥。”清代鄞县人周斯盛写：“蜻肥蛤嫩笋穿篱，正值家园荐墓时。”还有象山港的马鲛鱼，刺少肉多，清明时与雪菜同烧，鲜美异常。

对游子来说，清明节有特殊的含义。民国时人汤康雄回忆：“阿拉同乡，对于清明上坟异常重视，凡经商沪、汉、平、津等地同乡，届时必束装回籍。”

这个节日也承载许多文学名家的乡情。与张爱玲齐名的宁波作家苏青曾在《谈宁波人的吃》中回忆：“清明上坟的时候，野外多的是‘草紫’。草紫花红中夹白，小孩子们采来扎花球，挂在颈上扮新娘子。我们煮草紫不用油，只须在滚水中一沸便捞起，拌上料理，又嫩又鲜口。上海某茶馆的油煎草头虽很有名，但照我吃起来，总嫌其太腻，不如故乡草紫之名副其实的有菜根香。”

“五四”新文化运动中最早成立的文学社团文学研究会里，有一位北仑人王鲁彦，也写过一篇《清明》，描写自己童年时代坐船去嘉溪上坟，细节充分生动，颇值一读。

记者 顾嘉懿

