





前言

中日韩三国合作秘书处（TCS）有幸出版《走进三国：中日韩手册》的修订版。自2013年第一版出版以来已有7年之久。该手册以中、日、韩、英四语出版，介绍了三国的文化特色，加深了三国间的相互理解。此外，在过去的7年里，三国人民的生活在继承传统的同时，也在不断变化发展。因此，本版本更新了相关统计数据和各种信息。

这本书告诉我们，纵观历史，中日韩三国在各自发展的同时，也致力于开展交流，建立合作关系。1999年，以东盟与中日韩领导人会议为契机，中日韩首次举行了三国领导人会议。此后，从2008年开始建立起独立的三国领导人会议机制。2011年，根据三国签订的协定，中日韩三国合作秘书处成立，作为促进三国合作的常设机构开始运作。在三国合作框架下，目前已在21个领域召开了部长级会议，并在广泛的领域开展合作。通过旅游和青少年交流也扩大了人员交流，2018年中日韩三国间的互访人数首次突破了3000万。2019年12月，第八次中日韩领导人会议发表了重要成果文件《中日韩合作未来十年展望》，构筑了面向2030年的合作之路。

正因为是每一位公民支撑着中日韩三国间快速发展的交流与合作，因此，加强三国公民间的相互理解十分重要。本册子旨在介绍三国的传统文化和生活方式，包括衣、食、住，以及三国在各方面的相似性与独特性。我真心希望这本手册能提高各位读者对每个国家的兴趣，并进一步加深对它们的了解。

中日韩三国合作秘书处
秘书长
道上尚史

道上尚史

中日韩手册

Into the Three Countries

目录

概况

了解三国

国土	08
国旗、国歌、国花	12
语言	14
世界遗产	16
节庆	22

风俗

品味三国

生活篇	
服饰	26
居所	28
颜色、数字、礼物	32
饮食篇	
美食	36
酒	42
茶	46
传统篇	
新年及春节	48
传统婚礼	52
文体篇	
体育	56
艺术	62

关于中日韩三国合作秘书处

中日韩主要统计数据 (2018)

概况

了解三国

- 国土
- 国旗、国歌、国花
- 语言
- 世界遗产
- 节庆

国土

中国、日本和韩国同处东北亚地区，三国位置临近，但在地形地貌上各具特色。东北亚地区河流、湖泊和山脉遍布。三国国内生产总值（GDP）总量约占世界的23.6%，人口总数占世界的20.7%。（详见附录中三国主要统计数据。）



国土面积(陆地面积)

单位	平方公里
中国	9,600,000
日本	380,000
韩国	100,000


资料来源：中华人民共和国中央人民政府，日本总务省统计局，韩国统计厅

人口(2018)

单位	千人	占世界人口比例%
中国	1,392,730	(18)
日本	126,529	(2)
韩国	51,635	(1)
合计	1,570,894	(21)

资料来源：世界银行

中国

 中国的陆地面积约960万平方公里，位居世界第三，由23个省、5个自治区、4个直辖市（包括首都北京）以及两个特别行政区组成。中国拥有13亿人口，是世界上人口最多的国家。中国拥有56个民族，包括主体民族汉族和55个少数民族。中国国土辽阔，人口众多，地形复杂，气候多样。地形西高东低，西部的喜马拉雅山脉和天山山脉等将中国与南亚、中亚地区连接在一起。东部地区临近黄海和东海，平原辽阔，人口密集。北部内蒙古高原以辽阔的草原为主，南部大部分地区则以丘陵和山地为主。长江和黄河发源于青藏高原，流向人口密集的东部海岸。中国国土大部分为山地地貌，“五岳之首”泰山是其中的名山代表之一。



中国，泰山



中国，上海外滩



中国，天安门

日本



日本是位于亚洲东部太平洋西岸的岛国，由4个主要岛屿（北海道、本州、四国、九州）和4,000多个小岛组成，国土面积为约38万平方公里，人口约1亿3千万。日本由包括首都东京在内的47个县组成，可分为八个地方，分别为北海道、东北、关东（首都东京所在地）、中部、近畿、中国、四国及九州。山地众多是日本的主要地理特征之一，其国土面积的四分之三为山地，其中富士山是日本的第一高峰，也是日本的名山代表。此外，日本地貌山河相间，河流多短而湍急，少有广阔平原。日本位于环太平洋火山带，火山活动活跃。伴随着大板块运动，日本地震灾害频发，但也造就了世界上最为著名的温泉之国。



日本，东京塔



日本，东京晴空塔



日本，富士山



韩国，雪岳山



韩国，汉江

韩国



韩国被称为“黎明宁静之国”，在地理上位于中国和日本之间。韩国拥有约10万平方公里的国土和5千万人口，由1个特别市（首都首尔）、6个广域市、9个道及一个特别自治市（世宗市）组成。韩国是世界上山地最多的国家之一，山地占国土面积的70%。山在韩国人心目中是非常重要的精神象征，白头山出现在韩国国歌歌词里。汉拿山、智异山和雪岳山的四季景色秀丽。此外，韩国江河广布，韩国人的生活和国家经济都集中于河流周边，尤其是横穿首尔的汉江，哺育了国家中心区域的密集人口和经济发展。因此，现代韩国的高速发展，也被人们比喻成“汉江奇迹”。




韩国，首尔光化门

国旗、国歌、国花

国旗和国歌对一个国家来说具有非常重要的意义，国花也往往象征了国家和民族推崇的信仰和精神。在中日韩三国中，只有韩国有正式的国花，在中国和日本，一些特定的花具有重大象征意义。



中国


 1949年，五星红旗被指定为中国的国旗。红色象征着革命，黄色五角星象征着照耀在辽阔土地上的国家统一的光芒。围绕一个大五角星的四个小五角星，象征着中国共产党领导下中国各民族的大团结。

中国的国歌是《义勇军进行曲》。1935年由诗人田汉作词，作曲家聂耳谱曲，曾经是1930年代描写爱国青年抗击日本侵略东三省的电影《风云儿女》的主题曲。《义勇军进行曲》在1949年被指定为临时国歌，并于1982年被正式指定为国歌。

中国没有正式的国花，牡丹是最受中国人喜爱的花。



日本


 日本国旗的正式名称为“日章旗”，但通常被称为“日之丸”。“日之丸”，顾名思义，意指“圆太阳”，在白色背景上画有象征着太阳的非常显眼的红色圆。日本人把自己的国家称为远东地区“太阳升起的国度”，相传灵感来自于太平洋海面上的旭日东升之景。

日本的国歌是《君之代》。歌词摘自平安时代(公元794年-公元1185年)的一首古诗。在成为国歌以前，《君之代》就已经具有很长的历史，被日本人广泛传唱。“君”代表天皇，“代”象征着统治。日本人认为，天皇顺应民意而生，所以日本政府对“君之代”的含义解释为，祈祷国家永恒的繁荣与和平。1999年，日本国会通过了关于国旗和国歌的法律，将“日之丸”和《君之代》指定为日本正式的国旗和国歌。

日本没有正式的国花，象征皇室的菊花普遍被国民认为是日本的象征。另外，樱花也被视为日本的代表。在和歌、短歌等古诗中，“樱”与“花”是同样的意思，由此也可看出日本文化对樱花的青睐。



韩国

 韩国的国旗是太极旗。旗帜中央的圆圈被分为相等的两个部分，上面的部分为红色，下面的部分为蓝色。在亚洲传统哲学中，这两个部分象征着正反两个方向的宇宙力量之间的平衡。两种力量体现在无限领域中的运动、平衡和协调。圆圈的四个角各画有四个卦相，象征着四种宇宙因素，即天、地、火、水。

韩国的国歌是《爱国歌》。爱国歌的歌词反映了韩国人积极向上的精神和对国家的忠诚，以及祝福国家永远繁荣昌盛的愿望。“太极旗”和《爱国歌》于1948年被指定为韩国的国旗和国歌。

韩国的国花是无穷花，其象征性来自韩国语的“无穷”二字。无穷象征着永恒，反映了韩国文化的永恒和韩国人刚毅和坚韧的气质。



语言

语言随着历史变迁而不断演变。同时，语言也受到文化和自然条件的影响。中国、日本和韩国在历史发展过程中创造出了不同的语言和文字。虽然三个国家都使用汉字，但是汉字的形状和部分汉字的释义却不尽相同。随着全球化进程的加快，三个国家的语言都传播到世界其他国家和地区。从下表中可以看出，在世界范围内，中日韩三国语言教育日渐普及，促进了三国与世界其他国家之间的友好交流。

中日韩三国常用汉字

	字数
汉语	2,500
日语	2,136
韩语	1,800


资料来源：中国教育部，日本文化厅，韩国教育部

教授中文、日文、韩文的国家和地区数量(2018)

	国家和地区
汉语	162
日语	142
韩语	60

资料来源：中国国家汉办(孔子学院总部)，日本国际交流基金会，世宗学堂韩财团

中国

 中国是一个多民族国家，拥有80多种语言。在众多语言中，以北京语音为标准的普通话是官方语言。

中文是世界上使用人口最多的语言，也是联合国6种官方语言之一。中国有若干个主要语族，普通话是汉族(占全体人口的90%)的共同语言。除了标准普通话以外，汉族人还使用方言，如广东话(粤语)、上海话(吴语)、福州话(闽北语)、福建/台湾话(闽南语)、湖南话(湘语)、江西话(赣语)、客家话等等。中国55个少数民族中，回族和满族也使用普通话和汉字。藏族、彝族、蒙古族及维吾尔族等29个少数民族使用自己的语言文字。


据史料记载，中国历史上最早出现的文字是距今三千多年前的甲骨文。二十世纪初，通过新文化运动，白话文代替了文言文，在全国范围内普及。白话文以普通话为基础，一直被使用至今。

1956年，中国政府开始推行汉语简体字。现在中国大陆普遍使用简体字，港澳台地区主要使用传统汉字，即繁体字。

中国从1958年开始采用拼音。拼音以汉字的发音标记为基础，使得人们可以从语音学角度区分中文的四种声调，也便于电脑上的汉字输入。



日本

 日本人将日语作为国语。尽管日本许多地方至今还保留着方言，但由于现代通讯方式的进步，以东京方言为基础的日语在日本全境普及。日语属于阿尔泰语系，与土耳其语、蒙古语等有很多相似之处，而在语法上与韩语类似。


目前，日语的书写体系基本上由三部分组成，即汉字、平假名和片假名。汉字是表意文字，在日语中，每个汉字通常有两种以上发音。日本人从中国引进汉字以后，利用汉字的变体发明了两种表音文字，即平假名和片假名。平假名和片假名由48个符号组成。平假名来自汉字的简化形式，十世纪以前主要由女性使用，现在已经在日语中普遍使用。片假名取汉字的一个偏旁而形成，主要用于标记除了汉字以外的外来语。

敬语是日语中的一个重要元素，反映出日本社会的人文态度和日本人对谈话对象的尊重。在日本社会交际中，敬语使用是否得体非常重要。同时，敬语的使用因对象而异，必须考虑双方的身份、社会地位、年龄和性别等因素。

日语的电脑输入借助日语单词的发音。输入日语单词时，屏幕上会出现假名体或罗马字母，确认后可以转换为正确的汉字。



韩国

 韩语是韩国的官方语言，韩文是其书写体系。它的发明和传播与韩国人强烈的民族性有着密切的关系。

历史上，韩国上流阶层使用古典汉字，妇女和中下阶层使用标记韩国语发音的汉字体系，即“吏读”。这两种语言体系在实际应用过程中都有很多不便。1446年，世宗大王和几位学者发明了全新的字母体系——韩文。韩文易于学习和书写，为提高韩国的识字率和韩国文化的发展做出了巨大贡献。为了保护世宗大王发明的“训民正音”（古代韩语），韩国政府将其指定为国宝，并于1997年被联合国教科文组织列入世界记忆名录。这充分肯定了“训民正音”的科学性和实用性。

韩国政府把首都首尔及周边地区使用的语言和音调定为标准韩语，其它地区都有自己的传统方言。韩国的方言通常以行政区来划分。在众多方言中，济州岛方言最具地方特色。

韩语有很多敬语和自谦语。今天韩国人所使用的敬语经历了漫长的发展历程。和日语一样，在韩国，正确使用敬语非常重要，对敬语的选择也因年龄、性别、社会身份及对话双方的亲疏程度等因素而定，而年轻人更喜欢简单和平等的对话方式。

标准的韩语键盘设定为两次输入法，辅音在左，元音在右。



世界遗产

China

联合国教科文组织世界遗产名录记载了世界各国的自然和人文艺术瑰宝，体现出对人类的杰出普世价值的珍存和尊重。世界遗产分为文化遗产、自然遗产和复合遗产三类。本章将为读者展现中日韩三国中最具代表性的世界遗产，以及他们所代表的独特自然人文元素。

中国，沈阳故宫



中国

故宫（北京故宫，沈阳故宫）

位于北京和沈阳的明清故宫，分别于1987年和2004年被联合国教科文组织指定为世界文化遗产。位于北京市中心的明清皇宫，更以紫禁城及故宫博物院而闻名于世界。位于沈阳的清皇宫建于1625年，集中体现了中国少数民族的文化特点。

紫禁城的基本布局呈巨大的四边形，错落有致，相互对称。建筑布局 and 空间排列展现出古代中国的城市规划和宫廷建筑的传统特点。以中轴线为中心，采用左右对称结构，前有外朝，后有内廷。沈阳故宫虽然在规模上远小于北京故宫，但展现出满族、蒙古族等少数民族独特的历史意蕴和艺术风格。

中国，故宫



秦始皇陵及兵马俑坑

秦始皇陵建于秦朝(公元前221年-公元前207年), 是建立中国历史上第一个中央集权政权的秦始皇(秦朝第一位皇帝)的陵墓, 也是世界上最大的王陵。同时, 数千个兵马俑被置于他的陵墓周围。整座工程, 包括陵墓的主体结构、内部的兵马俑模型以及其它陪葬品等等, 建造共耗时36年, 动员人力超过72万人。

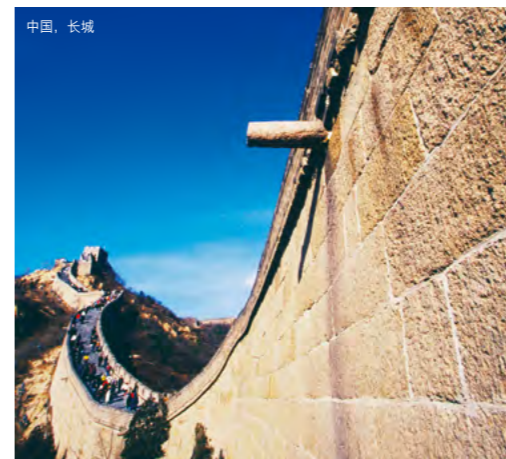
秦始皇陵生动地反映了中国古代的历史和建筑风格, 兵马俑坑展现了中国古代高超的工艺技术。兵俑的脸部造型全部按实际比例模仿当时真实人物, 形象逼真, 栩栩如生。地下陵墓和兵马俑的发现震惊了世界, 秦始皇陵于1987年被联合国教科文组织列入世界文化遗产名录。



中国，秦始皇陵及兵马俑坑



中国，长城



长城

长城是中国古代文明的代表性建筑, 工程延续时间长达2,000多年, 所耗人力无数。1987年, 长城成为第一个被联合国教科文组织列入世界文化遗产名录的中国建筑, 同时也被认定为“世界七大奇迹”之一。它独特的历史地位和宏伟壮观的气势, 吸引着很多来自世界各地的游客。

中国古代王朝为了防御来自北方游牧民族的入侵, 筑起长城作为军事防御要塞之用。据最近发布的测绘地图显示, 砖石结构的长城从中国东部一直向西延伸到戈壁沙漠, 总长达8,850公里。长城并非一个完整的整体, 而是由多段不连续的部分组合而成。目前游客访问人数最多的部分是明朝时期筑造的八达岭长城。

中国，长城





日本，法隆寺地区的佛教古迹



日本，姬路城

姬路城

姬路城位于兵库县，其前身始建于公元1333年。1993年，姬路城和法隆寺内的佛像一道被联合国教科文组织评定为世界文化遗产。

姬路城主城（天守）外观上共有5层。包括主城和3个小城在内，整座古城共由83座建筑组成。古城被护城河和防御墙所环绕。这座坚固而优雅的防御性建筑，充分展现了古代日本人对防御性建筑的独特理念。

姬路城是木造建筑中的杰作。由于其独特的白色墙壁和宏伟的木造结构，姬路城又被人们称为“白鹭城”。这座古城复杂的建筑结构及其内部连接方式也颇具特色。作为日本第17座古城建筑，姬路城以其优雅的建筑形式和宝贵的文化价值，吸引越来越多的海内外游客慕名而来。

日本

法隆寺地区的佛教古迹

法隆寺位于奈良县，是世界上保留至今的历史最悠久的木造建筑之一。1993年，法隆寺成为日本首个被联合国教科文组织收录的世界文化遗产。寺藏48座佛像及其他2,300件历史文物，可追溯至日本历史上的各个时期，其中多被指定为国宝或重要文化遗产。

法隆寺的建筑结构具有很高的历史和宗教价值。寺庙建于公元607年，正值佛教从中国经朝鲜半岛传入日本的历史时期。以法隆寺为源头，佛教逐步向日本全境传播开来。

寺庙分为东庙和西庙两个部分。包括金堂、五重塔、中门、回廊等在中国和韩国已经失传的佛教传播早期的木造建筑样式，在法隆寺都仍然保存完整。



日本，法隆寺地区的佛教古迹

严岛神殿

严岛被视为日本传统宗教——神道教的圣地。这座多山的岛屿被列为“日本三景”之一。严岛神殿建在岛屿周边的浅海处，沿袭了神道建筑的传统风格。1996年，严岛神殿被列入世界文化遗产。

神殿及其鸟居（牌坊）因建在海上而著名，严岛神殿也因此被视为大海的守护神。神殿管区内有本殿、能剧舞台、乐房及分散在周围的其他众多神殿，彼此间通过总长约为300米的回廊通道连接。游客们可以漫步在神殿内部，欣赏海景。

日本，严岛神社的大鸟居



日本，严岛神社 ©Marufish





海印寺及八万大藏经藏经处

海印寺位于韩国庆尚南道伽倻山，以寺内的藏经处闻名天下，殿内藏有记述佛学经典的八万大藏经。

十三世纪初，高丽王朝（公元918年-公元1392年）为了防止外敌入侵，祈求释迦牟尼的保佑，在80,000多张木板上刻写了这部大藏经。八万大藏经集佛教理念之大成，历史悠久，保存完整，对于研究哲学、宗教、道德、社会及历史具有很高的学术价值。在保存至今的木板佛经中，八万大藏经的刻写质量之精和艺术水平之高，都堪称一绝。

藏经处的建筑结构也具有很高的文化和科学价值。历史上，修建藏经处的初衷在于保管八万大藏经。修建过程中所采用的防潮、自动调温和有效通风等设计理念，都充分体现了整座建筑的科学性。1995年，海印寺藏经处被联合国教科文组织评为韩国首个世界文化遗产。



韩国，海印寺及八万大藏经藏经处

韩国，昌德宫



韩国，济州火山岛和熔岩洞，万丈窟



昌德宫建筑群

昌德宫，位于首尔钟路区的中心地带，在历史上曾经是朝鲜王朝（公元1392年-公元1910年）王室成员最钟爱的宫殿，如今也是韩国最美丽的历史遗址之一。昌德宫取自“道德昌盛的宫殿”之意，在过去200多年间曾是朝鲜王室成员的居住地。

昌德宫建于十五世纪初，采用了从朝鲜半岛三国时期（公元前57年-公元668年）相传下来的独特的布局。整座宫殿的设计完美地融入周围自然景观之中。例如，宫殿后院的设计别具匠心，与自然景色融为一体，并精心布置了草坪、荷花池、石桥、露台和亭子等韩国传统人文景观。1997年，昌德宫被联合国教科文组织评定为世界文化遗产。



济州火山岛和熔岩洞

在韩国，济州岛是最受国内外游客喜爱的旅游胜地之一。2007年，济州岛被联合国教科文组织指定为世界自然遗产。济州岛是一个非常典型的火山岛，自然景色秀丽，主要旅游景点包括汉拿山国立公园、城山日出峰和拒文岳熔岩洞窟系。

汉拿山是韩国第一高峰，经过几十亿年的火山活动而形成，山势较为平坦。由于温差的影响，汉拿山自上而下形成垂直型植物生态系统。城山日出峰，是从海底喷出的火山凝固而形成的山峰，峰顶有宽阔的火山口。著名的熔岩洞窟包括的拒文岳（寄生火山）和五个熔岩洞窟：

Beng Dui窟、万丈窟、金宁窟、龙泉洞窟及 Dang Cheo水洞窟。这些洞窟形态各异，规模庞大、内部结构复杂，洞内的石灰石熔岩引人入胜。



韩国，济州火山岛和熔岩洞，城山日出峰



节庆



中国
中秋节

中秋节是中国人对大自然表示爱心和祈愿幸福生活的节日。每到中秋节，与家人团聚，赏明月、吃月饼是中国人的习俗。

日本
盂兰盆节

盂兰盆节是佛教徒们为祖先招魂而举行的祭礼。在祭礼期间，家人聚在一起祭祀祖先的灵魂。

韩国
中秋节(秋夕)

在韩国，中秋节时，几乎所有家庭都举行聚餐，共同分享秋收节庆食物，感谢祖先所赐予的丰收。

中国、日本和韩国

中国的春节 / 日本的新年 / 韩国的农历新年

中国的春节、日本的新年以及韩国的农历新年是三个国家的最重要节日，人们纷纷返家和家人团聚。

	中国	日本	韩国
1月	元旦(1月1日)	新年*(1月1日) 成年日(1月的第二个星期一)	阳历新年(1月1日)
2月	春节*(农历1月1日)	建国纪念日(2月11日) 天皇生日** (2月23日)	农历新年*(农历1月1日)
3月		春分(春分为中心一周)	独立运动日(3月1日)
4月	清明节(4月4日)	“黄金周”* - 昭和日(4月29日)	
5月	劳动节*(5月1日)	- 制宪节(5月3日) - 环境日(5月4日) - 儿童节(5月5日)	儿童节(5月5日) 佛诞日(农历4月8日)
6月	端午节(农历5月5日)		显忠日(6月6日)
7月		海洋纪念日(7月第三个星期一)	
8月		山之日(8月11日) 盂兰盆节*** (8月中旬)	光复节(8月15日)
9月	中秋节*(农历8月15日)	敬老日(9月第三个星期一) 秋分(9月22或23日)	中秋节(秋夕)*(农历8月15日)
10月	国庆节*(10月1日)	体育日(10月第二个星期一)	开天节(10月3日) 韩文日(10月9日)
11月		文化日(11月3日) 劳动感恩日(11月23日)	
12月			圣诞节(12月25日)

* 根据各国具体规定，休假可为三天或更多天，包括实际节假日的前后几天。

** 改朝换代时，国庆日变更为新天皇的生日。

*** 不是法定节日，但很多单位放假，以便员工和家人团聚。

风俗

品味三国

• 生活篇

服饰

居所

颜色、数字、礼物

• 饮食篇

美食

酒

茶

• 传统篇

新年及春节

传统婚礼

• 文体篇


体育

艺术

服饰

中日韩三国文化各具特色,体现在三国的服饰上尤为显著。三国传统服饰在设计方面充分结合了各国的气候条件、文化特点和历史元素。在这一章里,让我们一起来了解三国最具代表性的女性传统服装。

中国

 旗袍作为一种连衣裙,是中国最著名的传统服饰。最初由满族女人穿着。满族人为了监督和管理家族,建立了名为“八旗制度”的行政组织,旗袍也因此得名。

早期的旗袍以高领和直裙为特征,宽松舒适。传统旗袍以绘有荷花、龙、凤凰等吉祥物的丝绸缝制而成。为了在日常生活中穿戴更加合体和方便,20世纪初的上海出现了改良型旗袍。改良后的旗袍两边开衩,收紧了腰部的线条,更加凸显出女性优美的身体曲线。旗袍可分为短旗袍和长旗袍。旗袍上的纽扣被称作“盘扣”,其中比较有代表性的是蛙形结,因其形状像两只青蛙相对接而得名。这种设计充分展现出了中国特色,并将旗袍与其它服装区别开来。

旗袍因其独特的优雅气质,成为许多名媛出席重要活动的首选服装。中国女人也会在正式场合穿旗袍,有时候甚至将旗袍作为结婚仪式上的礼服。随着中国文化在国际上影响力的提高,旗袍逐渐获得了世界认可,也吸引了大批外国粉丝。




中国, 旗袍



日本, 和服·振袖


日本

 日本的传统服饰是和服。我们今天看到的和服是从平安时期(公元794年-公元1185年)演变而来的。在当今社会很少有人将和服作为日常着装,但是在新年晚会、结婚仪式、毕业仪式及茶道仪式等正式场合,以及出入歌舞伎剧场、高档餐厅等高规格场合时,仍然能看到日本女人穿着和服。

和服通常以丝绸作为原料,用宽腰带扎紧。制作和服时,需要先用蚕丝纺线,然后将丝线织成布,整齐裁剪布料,最后缝接每一块面料。除了丝绸以外,日本人还经常使用棉布作为制作日常和服的材料,如碎白点花纹布和捻线绸。虽然各地的分类方式略有不同,但总体来说,和服可以分为织造和服和染色和服。前者由染色后的纺纱纺织而成,例如“大岛绵绸”和“久留米织”等。后者则直接以毛笔在白色面料上染色或绘画而成,如加贺友禅、京友禅、冲绳红型等。

根据不同场合和针对不同年龄层,和服采用多种设计,拥有多种款式。女性的和服大体上可分为两种款式,即“振袖”和“留袖”。两种款式最大的区别在于袖子的长度。“振袖”是指从肩部一直到脚后跟的长袖,只有未婚女性穿。“留袖”则是指短袖,只有在下摆处才画有纹样。

韩国

 韩服是韩国最具代表性的传统服装。韩服的起源可追溯到朝鲜半岛的三国时期(公元前57年-公元668年),在高句丽古坟壁画中可以看到对韩服的描绘。为了适应朝鲜半岛地区的气候特性、社会流行趋势及历史文化变迁,韩服的款式从三国时期至今经历了一系列改良。现代韩国妇女穿的韩服,非常类似于朝鲜王朝(公元1392-公元1910年)末期的日常韩服。现在,人们除了在农历新年、中秋节、孩子周岁生日或结婚仪式等重要场合穿韩服以外,已经很少在日常生活中穿韩服。

韩服的基本设计强调曲线和鲜艳的颜色。女人穿韩服时要配穿上衣、裙子、前端突起的布袜子和多件内衣。

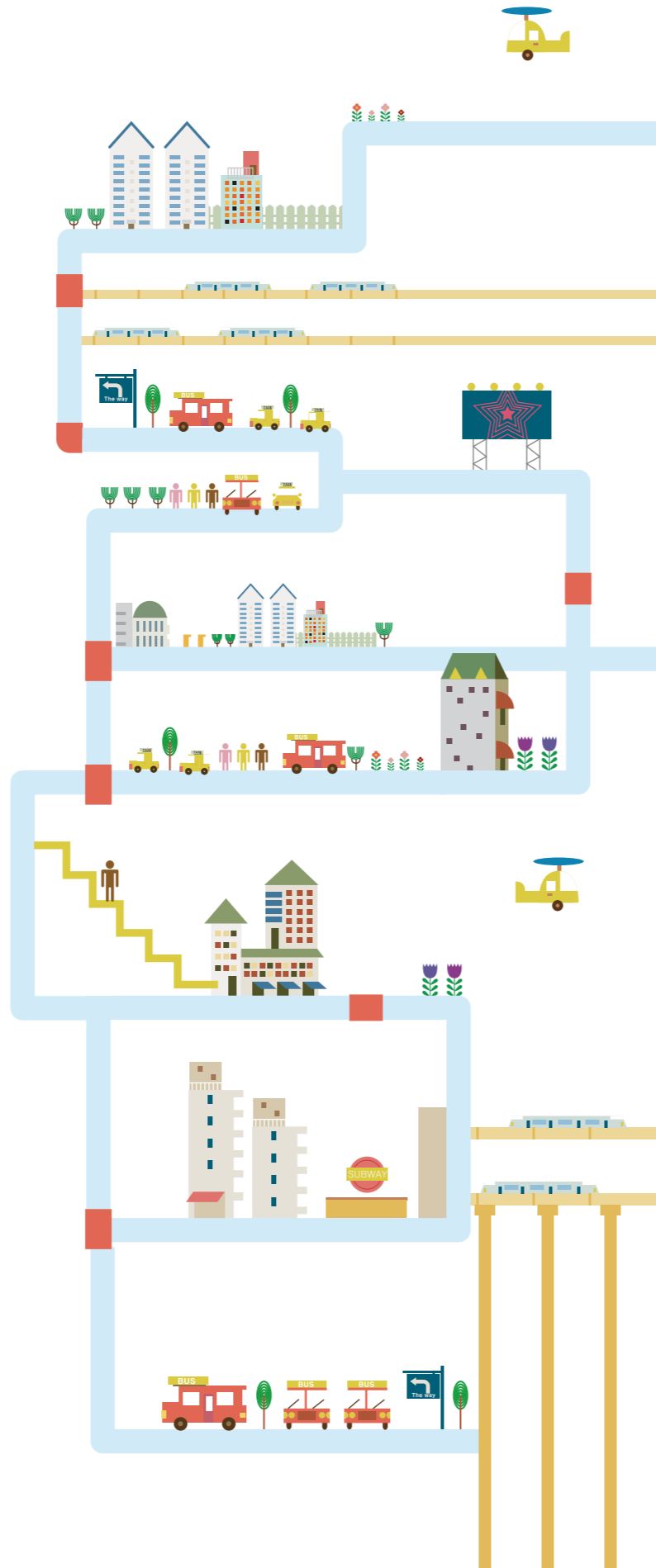
穿着韩服的同时,韩国女人喜欢穿戴各式装饰品,如冬帽、仪式上戴的女冠及簪子等。在过去,韩服的颜色主要用以区分性别、年龄及社会身份。如今,人们可根据个人喜好自由选择韩服的颜色。



韩国, 韩服

居所

中日韩三国人民自古推崇与大自然融为一体的生活方式，结合各国自然气候条件，形成各具特色的房屋建筑风格。随着现代社会的中心向城市转移，三国的房屋建筑风格开始转变，设计的首要考量因素由人与自然的和谐相处转变为居住的便利性。特别是在城市化的过程中，三国都受到西方文明的影响，建筑设计风格出现同质化趋势。



中国



中国土地广袤，幅员辽阔，传统住宅的样式存在很大差异，具有鲜明的地域特色。在众多建筑样式中，最具代表性的是北京的四合院。

顾名思义，“四”代表东西南北四面，“合”是合在一起，形成一个口字形。因此，四合院由四面朝里的房间和中间的内院组成。在传统的居住文化里，朝南的大宅为本宅，通常供家庭长辈或一家之主居住，年轻人或小辈住在朝东和朝西的房间里，朝北的房间则供佣人居住。根据中国传统的风水理念，四合院的入口位于东南角。

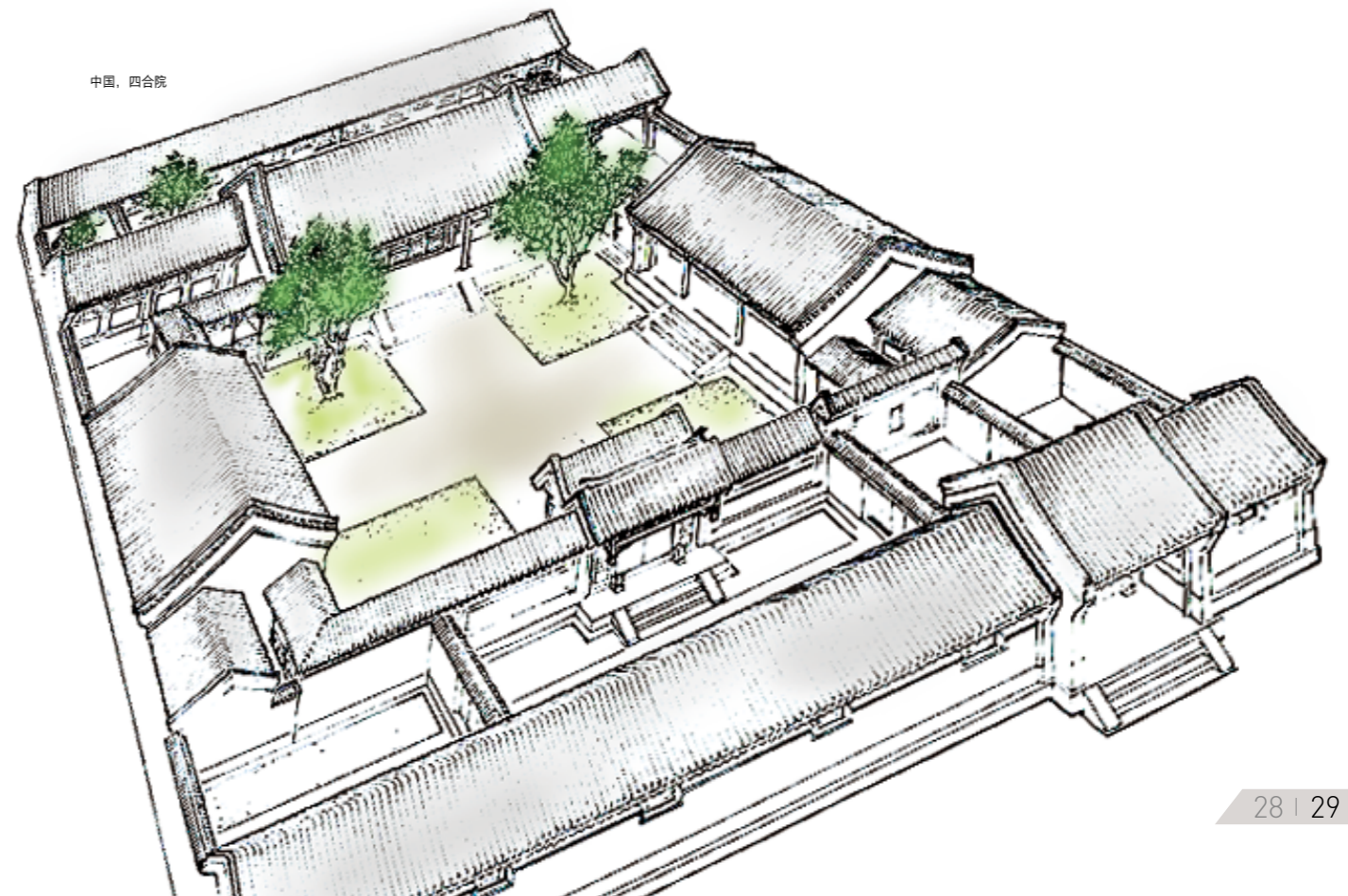
走进大门是一面影壁，防止内院被外人看到，同时也有驱邪的作用。四合院这种围拢的建筑风格，不仅可以有效防止冬季寒风和灰尘吹进院内，而且能为主人提供安静、舒适的居住空间，保护生活的私密性。位于四合院中心的内院非常安静，可以做露天花园，面积较大的四合院更是如此。

如今，随着社会的发展，中国人的居住方式变得更现代化，很多人住在公寓和高楼大厦内，注重舒适性、便利性。



中国，四合院

中国，四合院



日本



日本的传统房屋设计较多受到气候的影响。总体来说，日本全境夏季漫长，闷热且潮湿，所以日本传统房屋以木制建筑为主，用木制立柱来支撑，有冬暖夏凉的优点。

这种传统的木制房屋遍布日本全境，但因各地区不同的气候和生活方式而略有差异。其中，和室是最具代表性的日本传统居室。和室源自十六世纪后期的书院造样式，主要由厚厚的莎草垫子(榻榻米)、木制天花板、用薄纸等做的拉门(障子)和糊着厚纸的隔门(襖)等组成。

日本家庭使用榻榻米已经有长达600多年的历史。铺上榻榻米的地面，冬暖夏凉，在日本潮湿的季节里比现代的地毯更加整洁舒适。与此同时，用薄纸做成的障子，十分有利于屋内通风和采光。隔门起到了移动墙壁的作用。人们喜欢在隔门上作画，使其成为整个房间的焦点。障子和隔门能轻松拆装，可根据需要扩大或缩小房间的面积。

随着时代的变迁，日本的房屋样式也在不断发生变化。最突出的特点是，从带有拉门的传统木制建筑，向现代风格的住宅和混凝土公寓转变。近期调查结果显示，日本全体人口中的54%居住在家庭式独栋别墅，44%则居住在公寓里。而对于城市人口而言，居住在公寓里的人占城市人口的58%。现代的住房设计明显受到西方的影响，多使用木地板和钢制立柱。但是即便如此，仍有很多住房和公寓同时设有西式房间和日本传统式榻榻米房间。



日本，和室 ©TANAKA Juuyoh

日本，慈照寺东求堂 ©Martin.



韩国



韩屋是传统的韩国住房，其设计通常与气候和地形相结合，充分反映了古人的人生哲学、智慧和传统文化。根据所采用的屋顶材质的不同，如稻草、木材或瓦等，韩屋可分为不同类型。现在人们所看到的韩屋，大部分都采用了瓦制的屋顶。韩屋的地面由石块和泥土组成，在窗框糊上传统韩纸。在炎热的夏季，韩屋不是依靠人工的制冷装置，而是通过打开窗户，利用空气的自然流动来保持凉爽。韩屋的另一个特色是铺在地下的取暖装置(“温石”)，从厨房的灶孔直接向厚厚的石板地面下部传达热量，这种装置能够保持各个房间的温热。即便是今天，这种设计仍被广泛运用在许多住宅楼中。依靠这种科学的取暖技术和环保的设计结构，韩屋被列为韩国国家文化遗产。

现在，韩国人的居住方式在很大程度上受到西方的影响。目前在韩国最流行的居住方式是融合了西式设计的公寓。部分韩国人居住在多户分租的房子或郊区“别墅”(在韩国，“别墅”是指可同时供多户家庭居住的低层建筑)。这些住房的租金比公寓低。很多独居人士则租住面积较小的单人间。

此外，韩国还有一种非常特殊的租赁制度，即包租制度(“传世”)，即入住前一次性付清押金，合同到期后房东再退回押金的租赁方式。通常合同期为两到三年。



韩国，传统瓷器

韩国，韩屋



颜色、数字、礼物

文化影响我们的日常生活。生活在不同文化圈的人以不同的方式认识事物。中国、日本和韩国在各自的文化中赋予颜色、数字和礼物不同的象征意义，也影响他们的行为、思维、感觉和交流的方式。

中国



颜色

在中国文化中，红色是最喜庆的颜色。这是因为在人们的心中，红色象征着吉祥、生命、热闹和胜利。这就是为什么在农历新年和其他庆祝活动的时候都是用红色进行装饰，例如给孩子们红包，家家户户贴红春联等。但是很多人从小都曾听长辈说过，用红色写名字不吉利，意味着死亡。

黑色是一种庄重而严肃的颜色，它一方面象征着正义，例如中国民间传说中的“黑脸”包公，另一方面也给人恐怖、黑暗、阴险的感觉，例如“黑社会”（犯罪集团）和“黑车”（非法的出租车）。

白色象征着纯洁，但是白色与死亡和哀悼也有关系，中国古代葬礼的基本颜色是白色。太极的符号用白色和黑色代表着阴阳的统一。



数字

中国人对数字非常讲究。最受欢迎的数字是8，因为它的发音与“发”相似，即“发财”。选手机号码、结婚日期或车牌的时候都喜欢数字8，北京奥运会开幕式就是在2008年8月8日举行的。9也是一个吉祥数字，因为发音跟“久”很像，很多人选择在9月9日结婚是看中“长长久久”这个好彩头。情侣们会买99朵玫瑰来表示“爱你久久”。6这个数字意味着一切顺利，因为它的发音听起来像“溜”（顺利）。最近的网络用语666用来形容某人很厉害。



相反，最不受欢迎的数字是4，因为它听起来像“死”。在一些大厦里会避开4和14楼层。



礼物

中国人很看重送礼物，因为相信送礼是传达诚意、表示感谢、维护人际关系的重要方式之一。送礼是一门学问。一般来说，礼物要表达真心，不需要太贵重，因为中国有句古语说，“礼轻情意重”。送礼有一些忌讳的地方。例如，给朋友买水果篮的时候一定要把梨拿出来，分享一个梨像是“分离”的意思。扇子或伞也应该避免，因为它听起来像“散”。还有不能给过生日的朋友送钟作为生日礼物，因为它暗示着死亡。另外，千万不要给一个中国男人送绿帽子，因为这意味着他的妻子有外遇。



中国，红包



中国，新年送礼

日本



颜色

跟中国“红”不一样，日本没有对某种特定的颜色有强烈的感情。但是，举办婚丧嫁娶的时候都有相对应的颜色。例如，出席婚礼的时候，男性通常穿黑色礼服和白色领带，女性穿白色以外的衣服，因为白色是新娘的专属颜色。还有，出席葬礼时，男女都穿黑色衣服，男性也要打黑色的领带。红白组合是庆典活动和过新年时常用的颜色，在装饰物（条幅或丝带）、土产（包子）、食材（锅）上能看到红白相间的组合。



日本，红白馒头 ©wakanmuri

日本，鱼饼



数字

日语里数字4的发音会让人联想起“死亡”，所以被认为是倒霉的数字。例如，医院或酒店出于吉利的考虑，大多没有4层楼或4号病房。另外，9的发音让人联想起“痛苦”，因此，虽然不会像对数字4一样敬而远之，但也不受待见。受西方的影响，日本人喜欢数字7，不喜欢数字13。另外，日本人比较喜欢奇数。例如，婚礼贺礼金一般是3万日元、5万日元等数字。还有，数字8（汉字“八”）的字形上小下大，象征着繁荣昌盛，所以被认为是吉祥数字。



礼物

日本人送礼的时候，一般总是说句客套话：“不成敬意，还请笑纳”。送礼的对象主要是关照过自己的职场上的上级或者同事，礼物多为旅游或者出差时候买的土特产（主要是食物）。在接受别人的礼物时，不能当面打开，这是失礼的行为。日本有两大送礼时节，分别是每年夏天的中元节和冬天的御岁暮。那时候都是向平时给予自己照顾的人表达感谢之情而送礼。在日本，收礼人往往会回礼。另外，日本人对送礼也有忌讳。例如去医院探病送花时只能送花束，不能送栽在花盆里的花，因为那会让人联想到长期“栽”在医院里。



日本，礼物 ©Yusuke Kawasaki

韩国



颜色

韩国人经常自称“白衣民族”，自祖先起就喜欢穿白色衣服。白色通常是其他颜色的背景色，蕴含着包容、纯洁、牺牲、和平等意义。

传统意义上，红色象征阳，青色象征阴。把这两种颜色搭配在一起，意味着祈求宇宙万物的起源，即阴阳的和谐。典型的例子就是青纱灯笼，朝鲜后期开始在婚礼上使用，是在红纱底围上青纱制成的一种灯笼。新郎骑马前往新娘的家或新娘坐轿子出嫁时会用青纱灯笼照亮道路，祝福新郎与新娘有一个圆满的开始及和睦的婚后生活。现在，青纱灯笼不仅用于婚礼，也常用于传统文化活动中，象征照亮黑暗、引导正确的道路，也包含着欢迎和关照客人的心意。

吊丧时，穿白衣冠是传统礼仪。但随着服装的西化，吊丧者的服装也发生了变化，避免穿艳丽的衣服，而通常穿着黑色。另外，在韩国忌讳用红色署名。



数字

在韩国，数字7被认为是幸运数字，这是受到了西方文化的影响。韩国人也喜欢数字3，从“韩国人要三番”、“万岁三唱”、打赌或游戏中“三局两胜”都可以看出数字3象征“完整”。受阴阳思想的影响，3被认为是阴阳调和而成的最完美的数字。相反，4被认为是不吉利的数字。因为4和“死”的发音相似，让人联想到死亡，因此在韩国部分高楼用F代替4楼的电梯按钮。



礼物

在韩国，人们送礼庆祝喜事，也在重要事件发生时送礼祝好。过节时，人们主要送水果、肉类、海鲜、饮品等食品或实用的生活用品。一般来说，收礼人不会在送礼人面前马上打开礼物。给面临考试的学生一般送粘稠的麦芽糖或糯米糕，祝愿他们考试顺利。

韩国人搬家后会设乔迁宴招待朋友、亲戚和同事。送乔迁宴礼物时，客人通常准备肥皂、洗涤剂、卫生纸等。肥皂和洗涤剂容易起泡沫，象征房主在新居的生活繁荣昌盛，卫生纸则意为一切顺利。

在韩国准备礼物时也要注意忌讳。恋人之间不能送鞋，根据迷信，对方会穿鞋逃离。如果要送鞋，那就要送两双，意味着对方会再回来。



韩国，青纱灯笼

韩国，糯米糕



美食



“民以食为天”，饮食是日常生活的重要组成部分，是了解一个社会的重要因素之一。大米是中日韩三国共同的主食，三个国家都使用筷子。尽管中日韩是地理上的近邻，但各自形成了独特而精致的烹调传统。三个国家都有偏爱的味觉食谱。中国饮食可用甜、咸、辣、酸四个字来概括，日本饮食则以甜、咸、酸、苦为主，韩国饮食的代表性味道为咸、爽、酸、辣。



中国

从“您吃饭了吗？”这一句日常生活中的问候语，可以看出饮食在中国社会中的重要地位。中国饮食以色香味俱全而著名。由于中国物产丰富，加之各地不同的气候和生活习惯，各地区形成了不同的饮食偏好。传统上讲，北方人更喜欢面食，而南方人习惯于以大米为主食。中国料理根据不同的烹调方式可分为四个菜系，即山东菜（鲁菜）、四川菜（川菜）、江苏菜（苏菜）及广东菜（粤菜）。用一句话来定义各个菜系的特点，就是南甜北咸。此外，各少数民族也有自己的民族菜系。

中国还有种类繁多的点心和中式烧烤。最受欢迎的点心是猪肉或素菜馅的包子，而南方人更青睐上海小笼汤包。目前，在中国最受欢迎的菜谱有北京烤鸭、糖醋里脊、宫保鸡丁等。满汉全席作为宫廷菜，在传统中国料理中占据至高无上的地位。



中国，包子



中国，羊肉串



中国，满汉全席

北京烤鸭

烤鸭的历史可追溯至元朝(公元1206年-公元1368年)。北京烤鸭在中国是烤鸭的代名词，也是游客必尝的中国料理之一。正宗的北京烤鸭色泽红润，皮脆肉嫩，肥而不腻。吃烤鸭时，要先将其肉片成100多个薄片，然后和薄饼、黄瓜、酱料一起食用。



中国，北京烤鸭

满汉全席

满汉全席是满族和汉族两个民族融合的产物。这一盛宴持续三天，每天六顿，包括134道热菜和48道凉菜，需要使用陆地和海里的多种食材。令人遗憾的是，这种传统盛宴的部分烹调方法已失传。并且由于一些珍稀动植物受到保护，无法作为食材来使用，所以传统的满汉全席今天只作为一种传说而存在。



中国，筷子 ©John Morgan

筷子的使用和餐桌礼节

中国人吃饭使用筷子和勺子。与日本和韩国的筷子相比，中国人使用的筷子更长，且上粗下细。在中国，吃饭时通常是一只手端着饭碗，另一只手使用筷子。



日本，会席料理 ©JNTO



日本，寿司和卷寿司

日本



离开大米和大豆，日本饮食就无从谈起。大米是日本饮食的重要组成部分，大豆也被视为日本的必需食材。另外，日本的传统料理较多地使用鱼肉。日本人日常消费的很多食材都是豆制品，如酱油、味噌汤、豆腐等。日本饮食有四种主要味道，即甜、咸、酸、苦，鲜味也是一大特色。最典型的日本家庭饮食由糯米饭、主菜（鲜鱼或肉类）、蔬菜、汤类（味噌汤为主）以及咸菜组成。用餐以前日本人会说一句“那我就不客气啦”，表示对烹调食物的人的尊敬。吃完饭以后一般还要说一句“感谢您的款待”，再次表示感谢。

此外，日本人还习惯食用面包、面条、意粉等主食，以及肉类、鲜鱼、蔬菜、水果等各种食材。寿司、天妇罗、拉面，以及会席料理等传统正宗日餐，在海外深受欢迎。



日本，日式拉面 ©David Pursehouse

会席料理

日本料理的基本样式有会席料理、本膳料理，以及在茶道仪式上常见的茶怀石料理。会席料理源自江户时代(公元1603年-公元1867年)，至今还有一些高档日餐厅提供传统的会席料理套餐。食材以蔬菜为主，按照规定顺序上菜，还包括生鱼、烤物和汤类。会席料理的菜谱和上菜顺序已成为现代日式套餐的基础。



日本，天妇罗



日本，荞麦面

寿司

寿司是最著名的日本料理之一。自江户时代以来，已出现了很多种寿司，如紫菜卷、散寿司、鲭寿司、熟寿司等。最常见的寿司是在用醋调味的米饭上配上各种生熟海产品的饭团。很多日本人喜欢在寿司店用餐，因为做寿司需要几年的专业培训，在家里很难做出好吃的寿司。寿司是一种十分健康的食品，在全球很受欢迎。而且随着加州寿司卷的普及，寿司已不单单是一种传统日本食物，俨然发展成世界性美食。



日本，散寿司

筷子的使用和餐桌礼节

日本人用餐时通常一手拿筷子，另一只手拿碗或小碟子。日本筷子通常为木制，比韩国的筷子更短、更轻，上粗下细。日本人一般在用餐时采取分餐制，各自按量取菜。日本人非常讲究餐桌礼节，对用筷子的礼节尤其严格。父母们经常在日常家庭教育中引导孩子正确使用筷子的方法。



韩国



韩餐一般由米饭、汤和调味小菜组成。通常米饭和汤都要盛在每人单独的碗里，而肉、蔬菜等正餐和小菜放在餐桌中间共同享用。除了典型的韩国家庭饮食以外，紫菜包饭、炒年糕、辣酱汤等也是韩国人最喜爱的食物。

韩国料理最突出的特点是对食物的发酵。很多国家都有发酵食物的习惯，但很少见像韩国一样有如此广泛的发酵饮食文化。其中最具代表性的泡菜，是把白菜、萝卜等蔬菜与鱼虾酱、辣椒粉、大蒜等制做的调料腌制而成。传统的韩国家庭从11月底或12月初开始腌制泡菜，以便存量足够在漫长的冬季食用。其它发酵食物还有大酱、辣椒酱等酱类，以及用大米做的酒酿饮料和米酒等。



韩国，炒年糕



韩国，紫菜包饭 ©Ranirani



韩国，韩定食

韩国，泡菜 ©Lee Jongkeun



韩定食

标准的韩定食用餐流程与简化版的宫廷宴会料理类似。西餐讲究依次上菜，而韩定食则是一次性上齐所有菜肴。头一次看到这种场景的人一定会感到惊讶：餐桌上密密麻麻摆着30多道菜，从火锅（神仙炉）到烤牛排，再到海鲜料理、泡菜，以及各种调味蔬菜等，一应俱全。



韩国，排骨

拌饭

拌饭已成为韩国料理的象征。它起源于祭祀以后，将剩余的食物拌在一起食用的传统。如今最典型的拌饭，是以米饭搭配各种调味的蔬菜和烤肉，并配以煎鸡蛋。在食用前先用勺子拌好各种材料，并加入辣椒酱。拌饭营养丰富，属于低热量饮食，是韩国健康餐的代表。



韩国，拌饭

筷子的使用和餐桌礼节

韩国人吃饭时喜欢使用金属筷子和勺子。用餐时拿起饭碗是不礼貌的行为。虽然当代韩国社会的餐桌礼节已不像过去那么严格，但是长辈开始用餐后晚辈才能用餐，仍然是一种基本习惯。

酒

酒是中日韩三国文化不可或缺的重要组成部分，涉及到的宗教和历史渊源悠久。在当代社会，酒在各种社交场合中不可或缺，成为人际关系中必备的润滑剂。此章将呈现三国各具特色的酒文化。



中国

中国的酒文化具有4,000多年历史。过去酒被视为祭拜天地和祖先的神圣之物。随着农耕技术的发展，各种酒已成为中国人日常生活中必不可少的一部分，出现在宴会和婚礼等几乎所有社交场合。每逢喜事，人们都聚在一起开怀畅饮。

中国酒多以大米或小麦等谷物酿制而成，柔和醇香。中国酒通常分为白酒和黄酒两大类。白酒是指酒精度在四十度到六十度之间的蒸馏酒。黄酒是指酒精度在二十度以下的发酵酒，同时也是一种传统的医药品。白酒和黄酒根据酒香和味道，又分为多种档次。最具代表性的白酒和黄酒，分别是茅台酒和花雕酒。



花雕酒

浙江省绍兴市是花雕酒的故乡。花雕酒由大米和小麦酿造而成，酒精度在十六度左右，其中尤以女儿红和状元红最为有名。过去在绍兴，人们生女孩时会在地下埋女儿红，生男孩时则埋状元红，等到女儿出嫁或儿子考上

状元时再把酒挖出来用于庆贺，女儿红和状元红也因此得名。中国人喜欢

使用有花纹雕刻的红色陶器盛酒，并把它视为非常珍贵的结婚礼物，花雕酒因此得名。



茅台酒


茅台酒有200多年历史，取名源自其产地贵州省茅台镇。茅台酒用小麦和其它谷物，通过传统的蒸馏方式酿制而成，酒精度通常在四十度到五十五度之间。茅台酒是中国的国酒之一，也是国宴用酒。



中国的饮酒文化和礼节

在中国，敬酒表示对对方的尊敬。许多中国人认为，酒喝得越多，对对方就越是尊敬。这种习惯在中国北方比南方更突出。在酒席上必须先给长辈和上级斟酒。在喝酒以前先说“干杯”，而后往往一饮而尽。

日本

 地理上，日本与亚洲大陆隔离，造就了日本独特的酿酒技术和酒文化。在日本，酒不仅仅是饮品，更是和他人分享快乐的媒介，在社会生活中发挥重要作用。日本人认为和朋友及同事们一起喝酒，有助于融洽人际关系。

日本以清酒和烧酒享誉世界。清酒是一种酿造酒，1,500多年来深受日本人的喜爱。今天所采用的清酒酿造工艺和500多年前的酿造工艺几乎完全相同。烧酒是一种蒸馏酒，出现的时间稍晚于清酒。大约在500年前，日本人从中国引进了蒸馏工艺，日本烧酒的生产也从此开始。



日本，酒樽

清酒

历史上清酒在各种神道节日和婚礼等重大仪式中起到了非常重要的作用。日本人认为，清酒之神同时又是春耕秋收之神。所以人们为了祈祷丰收祭祀谷神时，还要供奉清酒之神。清酒的主要原料是大米和水。酿造清酒的工艺，从栽培优质大米和寻找优质水源开始。清酒的另外一个突出特点是麦芽的使用。酿造清酒的流程非常复杂，需要精湛的技术。如今日本拥有5,000多个清酒品牌，不同

地区的水质、酿造技术和大米的质量，造就了清酒品牌的多样性。饮用清酒时，冷热皆可，清酒的味道也因温度的变化而稍显不同。




烧酒

日本各地都出产烧酒，产自日本南部地区的烧酒是其中的上乘佳品。随着蒸馏设备和技术的发展，很多度数低、酒味醇的烧酒被开发出来，在日本掀起了烧酒热。和清酒一样，烧酒也因各地地理条件的差异而味道不同，现已拥有230多种品牌。烧酒使用土豆、大麦和大米等谷物酿造，酒精度在三十度左右。日本人喝烧酒时经常在酒里兑温水，很多年轻人还喜欢将烧酒和苏打汽水或水果味的饮料混合，作为鸡尾酒来喝。

日本酒文化和礼节

过去，日本人喝酒时经常将一只酒杯轮流传递着喝，一方面表示关系的融洽与友好，另一方面也表示对酒神的尊敬。为了表示友好，日本人之间经常相互倒酒。当长辈给晚辈倒酒时，晚辈要用两只手握紧酒杯接酒，并将酒杯向长辈倾斜。

韩国

 在韩国，酒是不可或缺的社交媒介。史料记载，朝鲜半岛早在2,300年前就产生了酒。长期以来，韩国人一直保持着与客饮酒，以及在祭祀等社会场合中喝酒的习惯。

韩国曾长期处于农耕文明之中，所以经常用大米、小麦、糯米和其它谷物作为酿酒原料。大米是酿酒过程中最主要的原料，其发酵程度决定酒的味道和香气。韩国有三种传统酒，即浊酒、药酒和烧酒，因提醇时间的不同而相异。除了上述三种传统酒以外，韩国人还喜欢喝各种果酒（如用韩国覆盆子酿制的覆盆子酒等）、啤酒和用花卉或植物调制的鸡尾酒。



韩国，覆盆子酒

米酒

利用大米酿酒时会形成两个分层：清淡的上层和米粒较多的下层。将下层兑水过滤后，就会变成被韩国人称为米酒的浊酒。在韩国，米酒是历史最悠久的酒类，呈乳白色，较混浊，口感柔和醇厚。米酒的酒精度在六度到七度之间，属于相对较淡的酒。过去，农民们劳累一天以后喜欢饮用米酒。在当今，米酒受到各年龄层的喜爱，并配合泡菜、绿豆饼等一起食用。米酒是一种比较健康的酒，在海外也越来越受欢迎。



烧酒

韩国人平时喜欢喝的烧酒酒精度在十六度到二十五度之间，属于蒸馏酒，其味道类似于口味甘甜的低度伏特加。烧酒有两种类型，一种是通过稀释乙醇酿制的烧酒，另一种是用土豆、小麦、大麦或木薯代替大米酿制的烧酒。现在比较流行的是后一种类型。晚间的韩国，大街小巷随处可见人们饮用烧酒，并佐以多种下酒菜一起食用。年轻人则喜欢混合苹果、草莓、桃子等口味的果味烧酒和鸡尾酒。



韩国酒文化和礼节


在韩国饮酒文化中，最值得一提的是对长辈的尊敬。若长辈给晚辈倒酒，晚辈们需用两只手拿起酒杯接酒。晚辈们在前辈面前喝酒时，要转过头去侧身饮酒。此外，按照韩国习惯，需要等杯中酒全部喝完后再倒酒。

茶



茶是世界第二大饮品，以其清淡的香气和味道受到全世界人民的喜爱。茶文化在中国、日本和韩国都历史悠久，然而各国发展出了不同的饮茶文化。

中国

 中国是茶的故乡，中国茶的发现和利用有五千年的历史。中国的茶文化源远流长，博大精深。中国人饮茶，注重一个“品”字。品茶不仅仅是鉴别茶叶的优劣，还可以通过品茶来悟道，获得精神上的愉悦。

茶是中国传统的重要组成部分。柴米油盐酱醋茶在中国俗称开门七件事，喝茶已经融入了人们的生活。有客人来访的时候，主人都会倒上一杯茶来招待。

中国的茶有很多类：绿茶、青茶、红茶、黑茶、白茶和黄茶，其中最有名的是普洱茶、龙井茶、碧螺春和铁观音等等。

茶道和茶艺是茶文化的核心，除讲究茶叶冲泡方法礼节与用具外，更重视不同茶叶的色、香、味的品尝。




中国，茶道




日本，茶道

日本

 日本的茶最早是由遣唐使于8世纪初由中国带入日本。12世纪，禅宗和茶叶的制法一起被普及到日本各地。当时日本寺庙里僧人会把茶树新叶研磨成粉末状当药一样喝。后来到了14世纪，老百姓也喜欢这样喝茶。此后，随着禅文化、茶具和茶室的发展和安土桃山时代公元（1568-1600年）茶道做法的确立，从而形成了现代的茶道。日本的茶种类很多，最常见的有煎茶、烘焙茶、糙米茶、大麦茶等。另外，在日本，由于西方文化的影响，红茶也受欢迎。近年来乌龙茶等中国茶也很流行。

韩国

 韩国的茶最初是7世纪后由求法僧从中国引入。9世纪后通过寺庙普及到王室和官僚文人群体，逐渐形成了韩国人的喜好与风土人情的茶文化。同时，高丽时代（公元918-1392年）瓷器的发展也与茶具的流行关系密切。

韩国的茶文化强调“礼”，“茶礼”是最能体现韩国茶文化特点的词语：佛殿上供奉佛祖茶的仪式被称为“献茶礼”；在节日祭祀给祖先上茶的仪式被称为‘茶礼’。韩国茶文化有“清爽、朴素、温和”的特点，反映韩国四季分明的自然环境和祖先淡泊潇洒的审美。

韩国人喜欢喝人参茶、大麦茶、薏米茶、糙米茶、圆头茶、牛蒡茶、玉米须茶、梅子茶、五味子茶等，也常常喝用植物的根或水果制成的茶以修养身心，此外人们也喜欢绿茶。

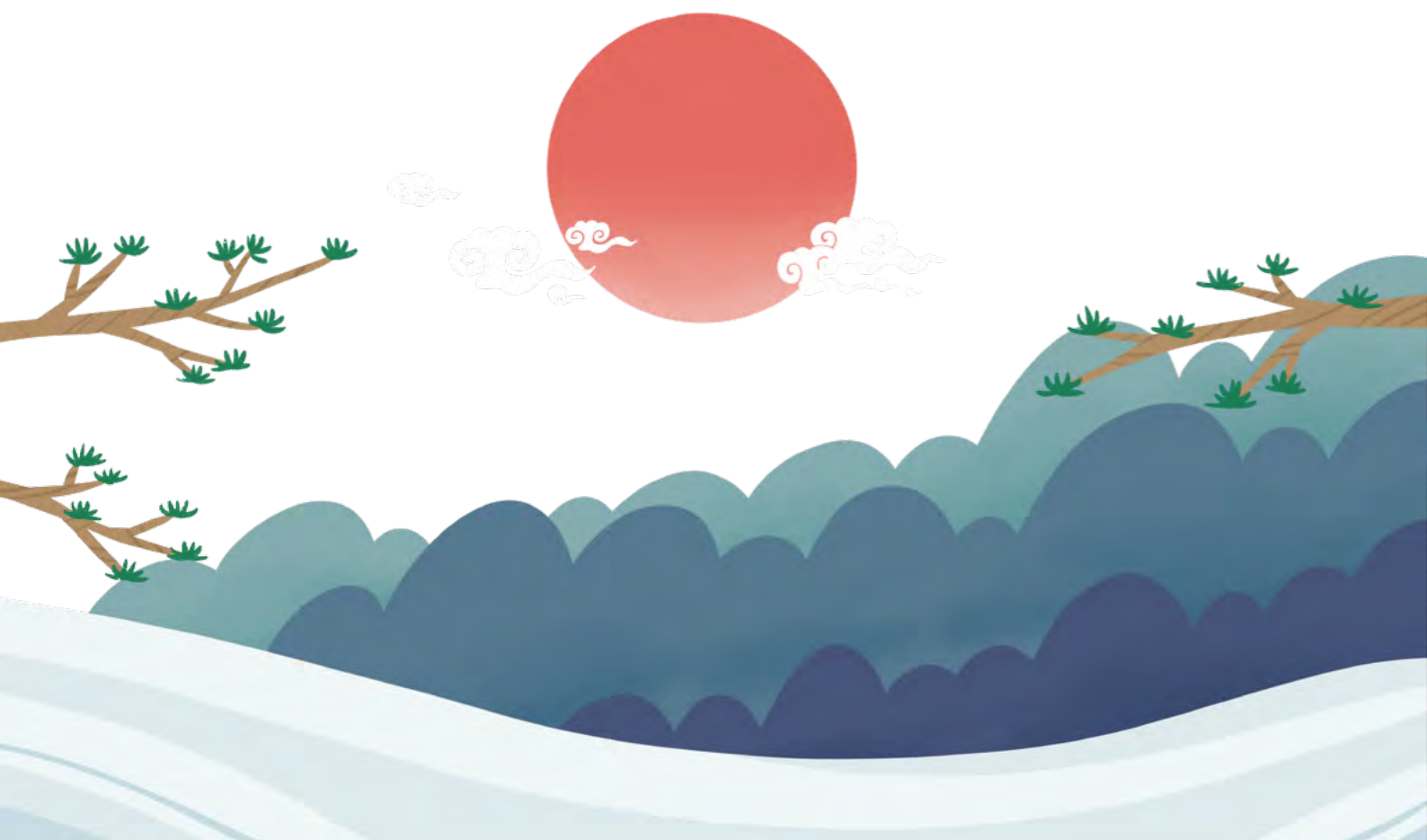
韩国，人参茶




新年及春节

Happy New Year.

中日韩三国有丰富多彩的传统佳节，每个节日背后都有深远的文化渊源。以新年为例，虽然在三国都是年度最盛大、最重要的公共节日，但日期和庆祝活动各有不同。中国人和韩国人庆祝农历新年，而日本人则庆祝公历新年。



中国

 中国的主要传统节日有春节、清明、端午及中秋节，依据农历决定每个节日的日期，这些节日是中国传统历史文化的写照。除了上述节日以外，少数民族还有自己特有的传统节日。

春节(农历新年)是中国人最重要和盛大的传统节日。春节起源于3,600年前的商朝(公元前1600年-公元前1046年)，那时候的人们在一年的年末和新年的年初向祖先供奉祭品。之所以称为春节，是为了和从1911年开始采用的阳历新年相区别。习惯上，春节假期从农历十二月的最后一天(除夕)一直持续到到农历正月十五(元宵节)。春节一般在阳历1月末至2月中旬之间的某一天。

家庭一贯是春节的关键词之一，回家过年是中国人的普遍习惯。所以每年春节，国家的交通体系都会迎来一年中最繁忙的时节。人们置办年货，打扫房间，迎接新春。春联是每个家庭的必备品，象征着祝福的“福”字在节日装饰品中随处可见。

农历新年的前一天(除夕)和当天，节日气氛被推向高潮。传统上讲，春节期间，中国北方人喜欢吃饺子，南方人更爱吃年糕。人们身穿新衣裳，互相问候或赠送礼物，陪伴家人、亲戚和朋友。孩子们可以收到用红色纸包的压岁钱和其它礼物。中国人相信爆竹声能驱邪，所以经常在春节期间燃放烟花和爆竹。人们也热衷于参加各种庆典活动，如舞狮、舞龙、划船、踩高跷和赶庙会来庆祝新年。



中国，庙会



中国，饺子



中国，汤圆 ©shizo



中国，庙会

日本



日本堪称是节日的国度。毫不夸张地说，在日本几乎每天都有节日。其中重要的节日包括新年、节分、女儿节、儿童节和七夕节等，尤以新年(1月1日)最为重要。

日本的新年起源于古代日本人感谢收获之神，为保护祖先招魂的仪式。人们用松树枝和竹子做成的装饰品以及悬挂的稻草绳来装饰大门。为了迎接神和灵魂，日本人还在家里摆放两排镜饼。现在的日本人喜欢用更加简单的方式庆祝新年。

日本新年通常持续数天之久。在新年来到以前，人们通常需要做多项准备。年末，日本人会打扫干净自己的房间。新年未到之前，日本人就开始给亲朋好友邮寄贺年卡。此外，日本人还在新年到来前准备御节料理、米饼、杂煮以及其它节日料理。每到新年，人们都纷纷回到故乡和家人团聚，所以每到年底都会引发严重的交通堵塞。

新年的前一天，人们吃荞麦面，祈祷长寿和幸福。到了午夜时分，人们还可以听到从寺庙传来的108响除夜钟。



日本，除夜钟 ©Kyoto-Picture



日本，镜饼 ©midorisyu

节日期间家人和朋友们都身穿和服。为了对过去的一年表示感谢并祈祷新年平安，日本人在新年的首次出门经常选择到神社或寺庙祈福。孩子们可以拿到父母或亲戚给的礼物或压岁钱(“御年玉”)，所以更加期盼节日到来。放风筝、转陀螺、打“羽根突”(类似羽毛球的一种游戏)都是孩子们喜爱的传统游戏。



日本，御节料理



日本，门松 ©NEM



日本，羽子板



日本，陀螺



日本，放风筝

日本，北野天满宫「Photo by ©Tomo.Yun (http://www.yunphoto.net)」



韩国



韩国的节日大部分以农历为准，所以没有固定的日期。在众多节日活动中，农历新年和中秋节是最重要的两个节日。农历新年通常在公历1月底到2月中旬之间，休假3天。为与农历新年区分，公历1月1日被称为“新正”，为公休日。

农历新年期间，很多韩国人回到故乡过年。新年的早晨，人们通常聚在长子的家中举行祭祖仪式“茶礼”。此时，人们身穿韩国传统服装，围坐在供奉祖先神位和敬奉饮食的祭坛前，按照辈分顺序依次向祖先跪拜，以表敬意。然后围在一起品尝年糕汤、煎饼、炖排骨、韩果(韩国传统点心)等传统食品。在韩国，人们风趣地说，吃年糕汤意味着又长一岁。农历新年的准备过程非常繁琐，有些家庭会用一整天的时间准备祭祀用品和家人聚餐的饭菜。近年来，韩国信奉基督教的家庭过节时仅聚餐而不举行“茶礼”。

“茶礼”结束后，年轻人需要向家中的长辈们行跪拜礼，祈祷新年幸福和健康。之后，长辈们也向孩子们送去祝福和礼物。



韩国，风筝



韩国，掷柶戏

在之后的节日期间，一家人聚在一起玩掷柶戏和放风筝等传统游戏，或是观看农历新年电视特辑节目等。



韩国，韩果



韩国，年糕汤



韩国，煎饼

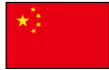


传统婚礼

不管走到哪个国家，结婚仪式都是最盛大和最幸福的活动之一。亲属和朋友们欢聚一堂祝福新人，成为婚礼上约定俗成的定例。本章将介绍三国传统的结婚仪式。



中国

 传统结婚典礼在中国文化中占据着非常重要的地位，可追溯至2,400年以前。整个仪式准备过程非常繁琐和细致。在传统的中国社会，婚礼准备期间，新郎和新娘的家人会找媒人看新郎和新娘的生辰八字，新郎家向新娘家赠送聘礼。

新郎家为结婚选定吉日后，要选一个“好命妇人”在婚礼前一天布置婚床。新娘也给新郎的家人送礼，被称为嫁妆，包括珍贵的珠宝、精美的厨房用品和床上用品（床套和枕套等）。

红色是中国传统结婚仪式上的主色调，在中国文化中象征着幸福、快乐和繁荣。结婚仪式当天，新娘身穿红色上衣、裙子和红鞋，用红色的盖头遮住脸。新郎身披红色长袍，脚穿红鞋，肩上斜挎用丝球装饰的红色绸带。新郎和其他家人为了迎接新娘，用红色花轿将新娘接到装饰一新的新郎家，随后来参加婚礼的宾客燃放爆竹以祝贺婚礼和驱邪。

正式的结婚仪式在新郎家举行。新郎和新娘先拜天地，再拜父母，最后夫妻对拜。婚礼仪式结束后新郎和新娘进洞房。中国婚礼上还有客人闹洞房的习俗。



日本



尽管日本人的婚礼习俗发生了很多变化，但是传统婚礼仍很受欢迎。当一对新人决定结婚后，家人和朋友将共同举办传统的订婚仪式，即“结纳”。为了正式宣布结婚约定，两家互换食品、玩偶和现金等，象征着幸运、和谐、长寿、多子多福。

据史料记载，日本的婚礼习俗可追溯到1500多年以前，婚礼仪式的习俗通常是，结婚典礼由男方家庭主持，新娘及其亲属被邀请到新郎家。自1900年皇太子(后来的大正天皇)举行神前婚礼仪式以后，在神社举行婚礼开始广泛普及。新娘身穿纯白色和服(“白无垢”)，象征旅行的开始，外披长外套，头戴花布(“角隐”)。新郎身穿带花纹的黑上衣和传统日式裤子(“纹付羽织袴”)。在神前结婚式上，一般只有新郎和新娘的直系亲属参加。



仪式的步骤如下: (1)净化仪式; (2)向神灵供奉饮食和清酒; (3)神职人员向神灵敬奉祈祷文; (4)给新郎和新娘倒一杯接受神灵祝福的清酒(“三三九度”); (5)新郎和新娘共读婚姻誓约; (6)神职人员和新娘及新郎向神灵供奉常绿树枝(“玉串”); (7)共饮清酒，象征家人之间的誓约; (8)撤下供奉的饮食; (9)神职人员行礼，仪式结束。



日本，传统婚礼 ©LHQON



日本，传统婚礼 ©gwaar

韩国



婚礼，在韩国文化中是最重要和最快乐的仪式。传统的韩国婚礼程序非常繁琐。首先，男女两家一起参加交换成婚意向的仪式。通过介绍人成婚时，需要得到两家父母的同意或批准。然后，新郎在朋友们的陪同下前一天将装有聘礼的礼盒送到新娘家，这种习俗一直延续至今。传统的结婚仪式在新娘家的庭院里举行。传统上，新娘家和新郎家往往相隔较远，所以在婚礼当天，新郎骑着马到新娘家，向新娘的母亲敬上象征着永恒爱情和献身的大雁，即“奠雁礼”。

新娘和新郎在举行婚礼当天才第一次见面。新娘做两次跪拜礼，新郎回礼，即“交拜礼”。然后新娘和新郎一起用酒瓢喝酒。切成一半的瓢，象征着新娘和新郎通过婚礼结合在一起。在仪式中新娘身穿色彩鲜艳的外套和韩服，新郎的礼服类似于朝鲜王朝时期(公元1392年-公元1910年)官员们的服装。

婚礼结束后，新郎和新娘为了向新郎家人表示敬意，行“币帛礼”。在家族仪式中，婆婆会往新娘的裙子里撒枣子和栗子，祝福新婚夫妻早生贵子。



韩国，币帛礼用品



韩国，奠雁礼用品



韩国，传统婚礼 ©韩国之家



韩国，传统婚礼的菜肴

体育

在中国、日本和韩国，一些传统体育项目历经变迁一直保留至今。这些运动项目已经超出体育的范畴，反映出政治、社会、文化的变迁以及各国的精神面貌。今天，三国都不遗余力地保护和弘扬传统体育项目，同时现代体育项目受到越来越多的关注。

中国



中国的传统体育 太极拳

所谓太极拳，顾名思义，意味着“最终极的拳术”，是一种借力发力和以静制动的搏击方式。太极拳的哲学基础起源于“柔能克刚”的中国哲学和道教理念，通过一系列慢动作，达到缓解紧张情绪、强身健体的目的。

太极拳的核心动作可概括为“沾、粘、连、随”，另外还有推、拉、合、击、搓、扣、打和放等技术。这些动作可以帮助太极拳练习者更有效地发挥力量。

这种柔和的武术有很多益处，不仅能够用于护身，而且还可以促进身心健康。尤其是太极拳中的呼吸调节术能缓解紧张情绪，有助于提升身体的柔韧性，消除精神压力。太极拳强调外在力量和内心世界的协调，适合于所有年龄层的人。作为一项有益健康的专业体育项目，太极拳在全球范围内得到了广泛普及。



中国，太极拳



中国，龙舟比赛 ©曾成刚



中国的传统体育 龙舟比赛

龙舟比赛是中国民间为了祈祷和平、幸福和健康而进行的一项传统体育项目，风靡全国，它的起源可追溯到2,500年前。直到今天，龙舟比赛仍然是中国农历五月五日（端午节）的一个重要庆祝项目。

普遍流行的说法是，端午节源于纪念中国战国时期（公元前476年—公元前221年）伟大的诗人屈原。历史上，屈原在流亡期间听闻自己的国家灭亡后投河自尽。人们为了防止水中的鱼吃掉屈原的尸体，击鼓呐喊以威吓河里的鱼，并向河里扔用粽叶包裹的金字塔状的糯米糕，即粽子。自那以后，人们为了表示对屈原的敬意，每年都举行龙舟比赛。

在中国，龙是力量、权力和保护的象征。在节日期间人们乘着传统的龙舟展开激烈的竞争，比赛经常会进行一整天。为了在激动人心的比赛中获胜，参赛者们竞相制造最强、最快的龙舟。

过去，龙舟比赛主要在中国南方举行。1984年，政府将龙舟比赛指定为国家正式体育项目。现在，龙舟比赛在整个亚洲和部分西方国家普及开来，宣传着中国的传统文化和体育精神。



当代中国流行的体育项目

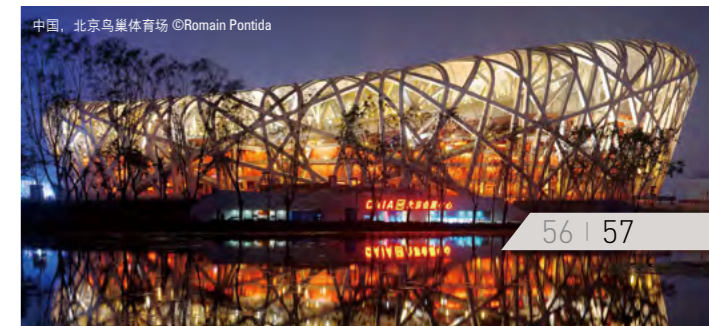
中国人在日常生活中非常喜欢参加体育活动，2008年北京奥运会更是成为中国大众体育和国家体育产业发展的新起点。2015年，北京获得2022冬季奥运会和残奥会的举办权，北京将成为国际上唯一举办过夏季和冬季奥运会的“双奥城”。

以足球和篮球为代表的球类项目在中国最受欢迎。中国足球协会负责管理与足球有关的事务，中国有自己的足球职业联赛—中超联赛，共有十六支地方队伍参赛。中国人还喜欢通过电视观看欧洲足球联赛，并有一大批英超、德甲、西甲、意甲等联赛的球迷。

篮球在中国也颇受欢迎，中国篮球协会在很多城市拥有职业球队。近年来，中国产生了不少国际性篮球明星。2002年篮球明星姚明加盟NBA球队，掀起了中国新一轮篮球热潮。

乒乓球、羽毛球和跑步一直深受中国人的喜爱。中国人认为运动不仅可以强身健体，也是一种社交方式。在公园、广场等公共场所都可以看见人们练习太极拳、散步或跳广场舞。年轻一代更喜欢羽毛球、跑步、瑜伽和篮球等运动。

中国，北京鸟巢体育场 ©Romain Pontida





日本，相扑 ©DavidGsteadman

日本



日本的传统体育
相扑

相扑是日本的传统武术。过去，相扑是一种宗教仪式。选手们参加相扑的目的是为了祈祷丰收。奈良时期(公元710年-公元794年)，人们将这种仪式与拳术和摔跤技巧相结合，最终发展成今天的相扑。在某种程度上，相扑的发展得益于日本皇室的大力支持。相扑属于一种宗教仪式，所以传统的相扑比赛大都在神社里举行。

通过对相扑历史的研究，可以加深对日本传统文化的认识。日本把相扑赛场视为神圣的场所，所以要举行净化仪式。比赛开始以前，相扑选手(力士)摆出威吓对手的姿势，向圆形赛场撒一把盐和沙子。力士们身穿兜裆布，将头发盘成传统的日本发髻。相扑比赛通常在两名身高体胖的力士之间进行，直到其中一个人的身体部位触地或被推出场外为止。

相扑保留了古代日本的诸多习俗，不仅仅是一项体育运动，也成为了日本传统文化的象征，深受日本人民喜爱。



日本，白鵬



日本，柔道 ©IQRemix



日本的传统体育
柔道

柔道是日本最具代表性的武术之一。柔道起源于1882年，受到比它年代更久远的柔术的启发，在柔术的基础上增添了对意志的训练。柔道的核心理念是“柔能克刚，弱能克强”。在柔道比赛中，看起来更强壮的选手未必能取胜，因而极具观赏性。柔道自诞生以来，逐渐在世界各地流行起来。自1964年东京奥运会起，柔道正式成为奥运会比赛项目。

在日本，柔道选手均身穿白色柔道服，系有腰带。但是在国际比赛中，为了区分比赛双方，一方身穿白色柔道服，另一方则穿蓝色柔道服。柔道比赛在四边形垫子上进行，选手用67种投技和29种寝技，相互展开格斗，取胜的理念是利用对方的力量战胜对方。

裁判根据比赛技术的实施情况打分。投掷对方，使对方的背部完全触到垫子上(一本)，会得到最高分数，可立即结束比赛。结束比赛的另一种方式是，说出“认输”或用手、脚拍击垫子或对方身体两次或两次以上。如果比赛的一方犯规，如拖延时间、超出比赛区或消极比赛，另一方可以得分。



当代日本流行的体育项目

除了传统的体育项目以外，日本人还喜欢各种来自西方的球类项目。其中，最受欢迎的是棒球和足球。日本职业棒球自1934年诞生以来，一直受到热捧。随着越来越多的日本著名棒球选手加盟美国棒球队，日本人越来越关注美国棒球比赛。同时，日本国内的春季、夏季“甲子园”全国高中棒球锦标赛，也备受日本球迷追捧。“甲子园”的选手是日本职业棒球的主要后备力量。

在足球方面，日本足球联赛是在日本国内最受欢迎的足球联赛。日本人还非常喜欢看国际足球比赛。和棒球一样，越来越多的日本足球选手加盟外国职业球队。足球在世界杯期间几乎垄断了所有体育媒体。日本女足在2011年FIFA女足世界杯上荣获冠军，又在一年后的伦敦夏季奥运会上蝉联冠军，把国内对足球的热情推向高潮。

此外，日本人还通过观看比赛和直接参与的方式，享受多种体育项目。体育热催生明星，而明星效应又反过来提升该项目的知名度。以高尔夫为例，自2007年石川辽荣获三星威公开赛KBS杯最年轻冠军后，高尔夫运动逐渐受到日本各年龄层国民的关注。此外，日本也是男女花样滑冰强国，培养出了浅田真央、高桥大辅、羽生结弦等世界著名花样滑冰选手。而在2012年伦敦夏季奥运会上获银牌的乒乓球选手福原爱，也在日本掀起乒乓热。

日本人在日常生活中也喜欢运动。初中和高中都设有课外俱乐部活动。许多学生热衷于课外体育活动，有时参加地区或全国性的比赛。工薪阶层喜欢通过去健身房锻炼、做瑜伽和跳舞等方式减压。





韩国的传统体育
摔跤

摔跤是韩国传统的民间体育项目。在远古时代,韩国人的祖先们为了在严酷的自然条件下生存,发明了这种防御性武术。历经变迁,摔跤不仅仅是一项体育运动,更是韩国历史和文化的载体,融合了国家的文化遗产和韩国人的价值观。摔跤技巧可分为四种类型,即手技、脚技、腰技和混合技术。

在摔跤比赛中,如果一方选手将对方摔倒在沙地上,则比赛结束。如果膝盖以上的部位触地,则判负。参加摔跤的选手要统一系上宽腰带(不同选手颜色不同),并将带子绕在右腿上打结。同时,摔跤选手们只允许穿符合比赛规定的短裤。

摔跤比赛分为业余比赛和职业比赛。业余比赛可在市级、道级和全国范围内进行;职业比赛则只在全国层面开展。个人和团体赛还分为各种体重级别,比赛只能在同一级别的选手之间进行。



韩国的传统体育
跆拳道

跆拳道是韩国的传统武术,注重对身体和意志的双重训练,有利于强身健体,拥有大量爱好者。1988年汉城奥运会上,跆拳道作为表演项目第一次登上国际舞台。在2000年的悉尼奥运会上,跆拳道首次被指定为正式比赛项目。经过多年的发展,跆拳道已成为颇具国际声誉的全球性体育项目。

跆拳道从字面上可解释为脚和手的武术,“跆拳道”指脚,“拳”指拳头,“道”意味着套路或武术,其理念在于通过身体的对抗搏击,追求自外而内的自律和修炼。跆拳道训练从第十级白带开始,最高级别是一级的黑带。

参赛者在各回合之间有1分钟休息时间。参加由3分钟不间断回合组成的系列赛时,必须带上护具。在比赛中选手们可以利用脚技,但只能使用脚腕以下的部位;比赛中允许使用握住前两个指节的手技。另外,比赛中禁止用手击打对方的头部。



当代韩国流行的体育项目

在众多体育项目中,足球和棒球最受韩国人的喜爱。2002年,韩国成功举办韩日世界杯,这也成为韩国足球的转折点。随着更年轻和更具实力的选手(孙兴民、奇诚庸等)走向国际舞台,韩国国家队已成为亚洲最强球队之一。韩国足球K-联赛也吸引了大批观众。不少韩国人将踢足球看做一种休闲运动,并大量参与业余足球比赛。

棒球在韩国也大受欢迎。韩国棒球委员会下属十支职业球队,其出色表现近几年来受到了球迷的狂热追捧。韩国国家棒球队在国际比赛中的成绩也在逐年提升。在2008年北京奥运会上,韩国棒球队荣获金牌;在2009年世界棒球经典赛上,韩国队荣获银牌。秋信守和柳贤振等选手不仅在韩国家喻户晓,在世界范围内也名声斐然。

此外,韩国选手在很多其他国际性体育大赛中也取得了辉煌的成绩。2010年温哥华冬季奥运会花样滑冰金牌得主金妍儿是韩国花样滑冰的偶像级选手,也是国宝级人物。还有朴世丽、崔京周、金美贤等高尔夫项目的国际球星。



韩国人热衷于体育运动,喜欢各种户外运动,无论年龄大小,喜欢爬山和骑自行车。为了自我提升,越来越多人喜欢去健身房锻炼,练瑜伽和普拉提。年轻一代人还特别喜欢电子竞技。

韩国,金妍儿 ©(QUEEN YUNA)



艺术

艺术使生活更加丰富多彩。电视、电影和其他形式的媒体引领着时代的潮流。中日韩三国在各自的历史发展进程中，取得了辉煌的艺术成就。近代以来，三国不断吸收他国文化精华，形成了颇具特色的现代艺术。

中国



京剧

京剧是中国最具影响力的戏曲形式。经过200多年的发展，京剧与其它地方戏曲之间不断交流和融合，已发展成为集唱、说、演、舞蹈和武术于一身的综合性表演。京剧演员用美丽的脸谱、华丽的服装及优雅的动作，吸引着爱好者的目光。

京剧的表演人物主要分为四个行当，即生、旦、净、丑，根据人物的年龄、性别以及社会身份，以不同的扮相彰显不同人物的个性。各个行当还可细分为更多的具体人物。大部分行当在化妆、服装及动作等方面采用夸张的表现手法，其中净和丑的脸谱更为精致和花俏。

京剧脸谱的化妆使用不同的颜色和样式，体现人物的人格、性格和命运，基本颜色有红色、黑色和白色。一般来说，红色代表忠诚、智慧和诚实等积极的形象，黑色代表勇气和清廉，白色则象征狡猾和消极。另外，紫色、黄色、蓝色和绿色也各具含义。



中国，京剧 ©陈文



杂技

杂技具有悠久的历史，是中国文化遗产的重要组成部分。杂技的基本表演形式有杂耍、魔术及技巧等。

杂耍演员利用碗碟和帽子等道具表现出多种组合的杂耍技术。杂耍大多使用生活中常见的小道具，反映出中国杂技的大众性和生活性。

魔术主要是指具有中国特色的戏法变换。在表演过程中，魔术演员仔细设计每一道表演程序，运用化学、器械原理，并结合光电色彩效果等等，用敏捷灵活的手势，表演出瞬息万变、眼花缭乱的绝技。

技巧表演通常包括顶长杆或用脚转动物体等高难度动作。杂技演员往往从幼儿时代就开始对腰部、腿部和头部的力量和技巧进行长时间训练。

历史上，北京的天桥地区是看杂技表演的首选之地，聚集了大批杂技演员。近年来，天桥杂技剧场经常上演世界水平的杂技表演。另外，河北省吴桥也是著名的中国杂技之乡。



中国，杂技 ©shizhao



中国，成龙 ©Walt Disney Television



中国，张艺谋



中国电影

中国的电影产业诞生于1913年，几经坎坷，终于从1979年开始进入了快速发展期。中国大陆电影事业蓬勃发展的同时，香港和台湾的电影事业也取得了辉煌的成就。近年来，中国已成为世界第二大电影市场。中国电影敏锐地捕捉着快速发展、变革中的中国社会，也通过镜头向世界展现了中国的历史文化风貌。

以张艺谋、陈凯歌为代表中国第五代电影人，向世界展现了中国电影的魅力。越来越多的中国电影人在国际电影节上获奖，包括第43届柏林国际电影节和1993年戛纳国际电影节等。贾樟柯、姜文等新一代中国电影人，也在世界舞台上崭露头角。成龙和章子怡等中国影星在世界范围内知名度不断上升，为中国电影的世界化做出贡献。



日本, 能剧《葵上 梓之出》, 驹瀬直也 ©The Nohgaku Performers' Association



日本, 能剧, 般若 ©Japan Arts Council

过去, 能剧的舞台都设在户外, 但是现在一般设在大型建筑物内。舞台由主舞台和“桥悬”组成, 主舞台上盖有神道风格装饰的屋顶, 而“桥悬”则是走上舞台的通道。能剧融合了台词、演唱、音乐、伴奏及舞蹈等多种艺术表现形式。

演员们身穿绣花绸面料的华丽服装, 带上木制的漆器面具。面具通常可分为如下几种: 年轻女子、老人、恶魔等。演员使用折扇等道具, 通过手势传情达意。伴奏坐在舞台后侧, 用能笛和小鼓等乐器配合演出。同时, 合唱队用歌声唱出剧主角的言语和思想。

日本



能剧

日本的古典表演艺术可分为四种形式, 即能剧、狂言、歌舞伎以及文乐, 其中能剧和狂言被统称为能乐。能乐、歌舞伎和文乐已经被联合国教科文组织评定为人类非物质文化遗产。在保留至今的各种舞台表演形式中, 能剧的历史不仅仅在日本, 甚至在世界范围内都是比较悠久的。能剧由14世纪初的观阿弥和世阿弥创造, 其核心在于其玄妙和深奥。



歌舞伎

歌舞伎作为日本最著名的古典戏剧形式之一, 集华丽的服装、鲜明的妆容、规定化的舞蹈、音乐及表演等特点于一身。如果说能剧突出“静中之动”, 那么歌舞伎则以戏剧性的动作和夸张的表演著称。歌舞伎诞生于江户时代(公元1603年-公元1867年), 距今已具有四百多年的历史。歌舞伎吸收了能剧和文乐等其他日本古典戏剧的元素: 舞台设置从能剧演变而来, 剧本则借鉴了很多文乐的特色。

初期, 歌舞伎的表演者仅限女性, 如今已发展成为成年男性表演的艺术。男演员出演女性角色, 成为歌舞伎表演的一大特色。歌舞伎的另一个特点是妆容。演员们通常将面部、脖子和手上涂白, 再用红色、黑色或蓝色突出嘴唇和眼睛的轮廓线。演员们身穿华丽的锦缎外衣, 头戴夸张风格的假发。

“三味线”是歌舞伎表演最主要使用的乐器。除舞台上的音乐之外, 歌手、“三味线”演奏者、笛子和各种打击乐器的伴奏人员均隐身幕后。



日本, 歌舞伎



动漫和漫画

谈到当代日本流行文化, 动漫和漫画首当其冲。

起初, 很多动漫和漫画都是给孩子们看的。近年来, 动漫和漫画的题材和表现手法更加地丰富, 有的反映了社会问题, 逐渐吸引到了更加广泛的观众。

著名动漫大师宫崎骏的作品受到了不同年龄层观众的喜爱, 代表作《千与千寻》曾获第52届柏林国际电影节动画片金熊奖和第75届奥斯卡金像奖“最佳长篇动画片电影奖”。

“阿童木”和“龙珠”等动漫在全球著名, 甚至在海外制作成了电影。近年来, 世界闻名的动漫“精灵宝可梦”系列推出了后续一系列卡片、角色商品和手机游戏等周边产品。全球的动漫粉丝们喜欢角色扮演, 打扮成自己喜欢的角色。“海贼王”、“进击的巨人”和“灭鬼刃”等动漫作品也受到不同年龄层观众的欢迎。



日本, 动漫 ©othree

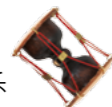


农乐

韩国的农乐（“风物游戏”）是历史最悠久、流传最广泛的传统音乐。它是一种歌舞、演唱及杂技相融合的综合性艺术表现形式。农乐起源于古代农民们为庆祝或祈祷丰收而举行的传统仪式，通过歌舞放松劳累的身体。



自此之后，农乐作为展示农民悲欢离合的艺术形式，其发展和人们的生活息息相关。



农乐通常在户外演出。表演者身穿颜色鲜艳的服装，戴着系有长飘带的“象帽”，在打击乐器和吹奏乐器的伴奏下，和着音乐节奏，做出走步、弹跳、旋转等动作。观众在观看表演的同时可以即兴参与表演，共同享受农乐所带来的快乐。此外，经过对农乐进行改编，诞生了另一种专用于舞台表演的打击乐演出形式，也就是常说的“四物游戏”。“四物游戏”因表演者演奏的四种乐器而得名，其最大特点是演出过程中乐器节奏的快速转变。观众用鼓掌或高呼（和声）的方式一起参与到表演之中。这种新型音乐表演自1978年诞生以来，受到广泛的喜爱。



韩流

近年来，“韩流”风靡全球。“韩流”始于20世纪90年代，特指以音乐、电视剧及电影为载体的韩国演艺及大众文化在全世界流行的现象。中国媒体为了表现韩国演艺圈快速上升的人气，首次使用了这个名称。此后，“韩流”的影响力越来越大，不仅提升了韩国品牌在国际上的知名度，而且将丰富的韩国文化传播到了亚洲和全世界。

早期的韩流主要集中在电视剧，现在韩国的大众音乐(K-pop)已成为韩流的主要力量。自2000年以后，K-pop走向国门，走向世界，在全球范围内掀起热潮。歌手出众的外貌、眼花缭乱的舞蹈动作以及动感曲调，征服了全球的粉丝。少女时代、Big Bang、TWICE、BLACKPINK、防弹少年团(BTS)及鸟叔等音乐人风靡亚洲国家，在欧美国家也不断掀起高潮。现在，“韩流”音乐会已经在全球范围内受到了热捧。

韩国电影也在引领“韩流”。奉俊昊导演拍摄的电影《寄生虫》获得了多个国际奖项，包括2019年戛纳电影节的金棕榈奖，2020年奥斯卡的最佳影片、最佳导演、最佳国际影片、最佳原创剧本等四个奖项，这是奥斯卡历史上第一部获得最佳影片的非英语电影。



韩国，农乐



板索里

“板索里”是一种独特的表演形式，没有音乐伴奏，一名歌手和一名鼓手用口头朗诵的方式进行表演。歌手穿着传统韩服，一手拿折叠扇，通过歌唱、讲白和姿态等，模仿故事中的主角。鼓手则应和着歌手，击出激动人心的节奏。“板索里”的表演时间很长，有些演出甚至需要9个小时。

“板索里”的故事梗概、人物和演出形式，基本成型于朝鲜王朝时期(公元1392年-公元1910年)。在发展的过程中，“板索里”着重描绘普通民众的喜怒哀乐。传统的“板索里”共12场，但是相传至今的只有5场。2003年，“板索里”被联合国教科文组织指定为人类非物质文化遗产。

“板索里”采用现场演唱的方式，那些能够感动观众、深受观众喜爱的歌手被称为“名唱”。观众通过自己的掌声和歌声应和歌手和鼓手，参与到表演之中。



韩国，防弹少年团 ©Mnet

关于中日韩三国 合作秘书处

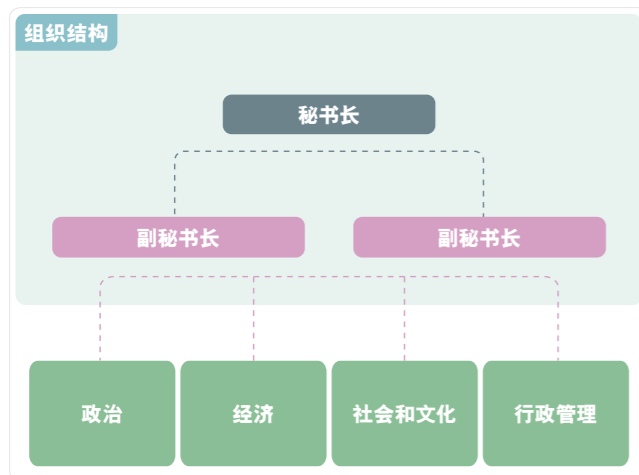
关于三国合作和 中日韩三国合作秘书处

1999年，中日韩领导人在菲律宾出席东盟与中日韩(10+3)领导人会议期间举行早餐会，启动了中日韩合作进程。此后，三国合作稳步发展，并于2008年开始建立独立的领导人会议机制。经过二十多年发展，三国在政府层面建立了21个部长级会议机制，包括外交、环保、贸易经济、灾害管理、教育和文化等领域。

三国合作秘书处是为促进东北亚地区的和平稳定与共同繁荣而设立的政府间国际组织，根据中华人民共和国、日本国和大韩民国三国政府共同签署的协议，于2011年9月在韩国首尔正式成立。在三国平等参与的原则下，三方共同承担秘书处运行费用。

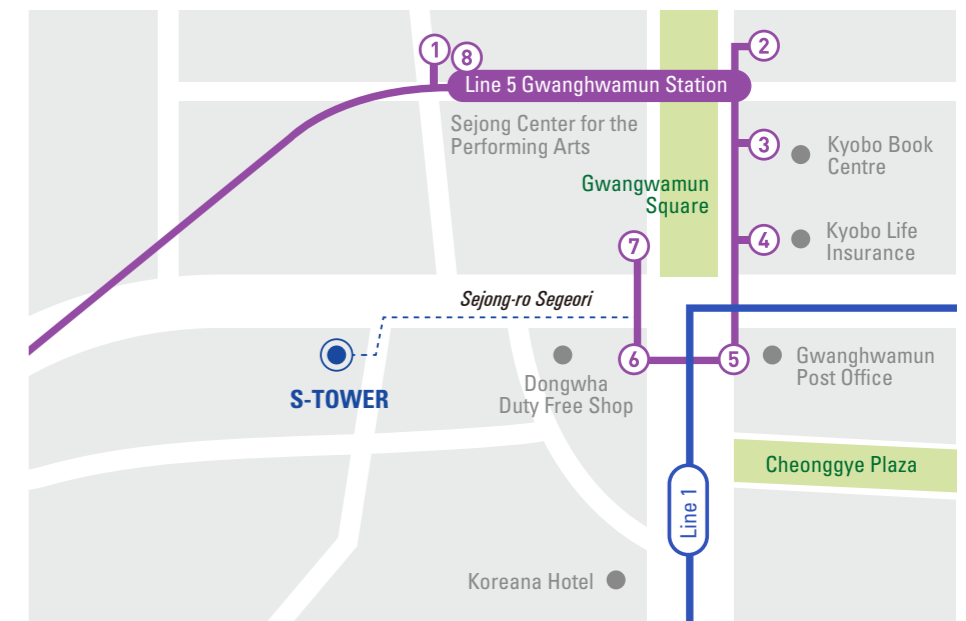
三国合作秘书处的目标是，通过支持三国磋商机制运行和管理、促进探讨和实施合作项目，进一步增进三国间合作关系。秘书处的旗舰项目包括中日韩合作国际论坛、三国青年峰会、中日韩企业家论坛、中日韩自贸区研讨会、中日韩记者交流项目和中日韩共用汉字词典等。

秘书处由协商委员会和四个职能部门组成。协商委员会由一名秘书长和两名副秘书长组成。协商委员会下设政治事务处、经济事务处、社会和文化事务处及行政管理处。



秘书处地址

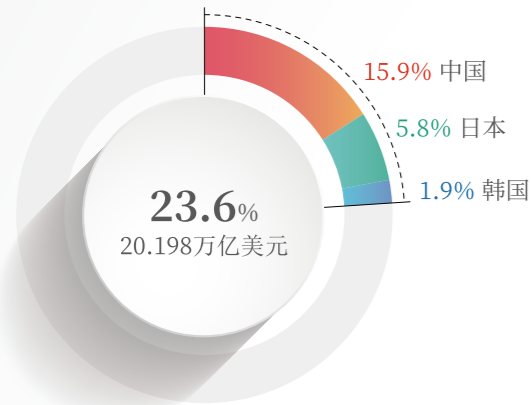
地址 韩国首尔特别市钟路区新门安路
82号S大厦 20层 (邮编03185)
电话 +82-2-733-4700
传真 +82-2-733-2525
电子邮箱 tcs@tcs-asia.org



中日韩主要统计数据 (2018)

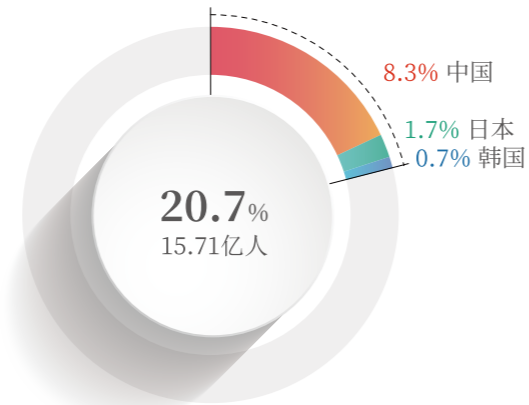
国内生产总值

数据来源: 世界银行集团



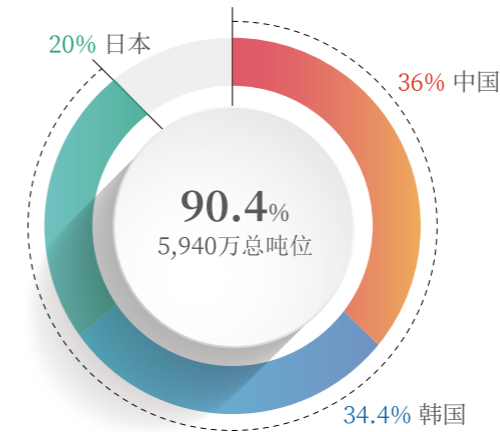
人口

数据来源: 世界银行集团



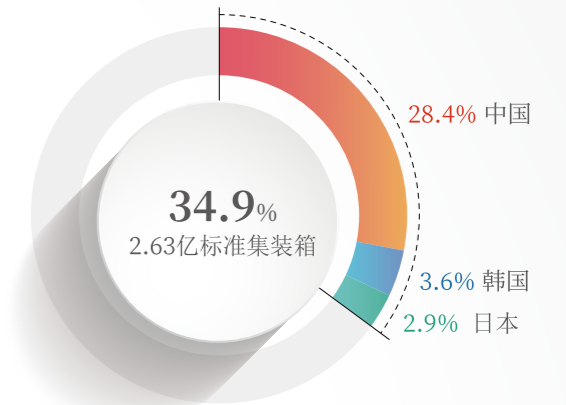
造船量

数据来源: 联合国贸易和发展会议



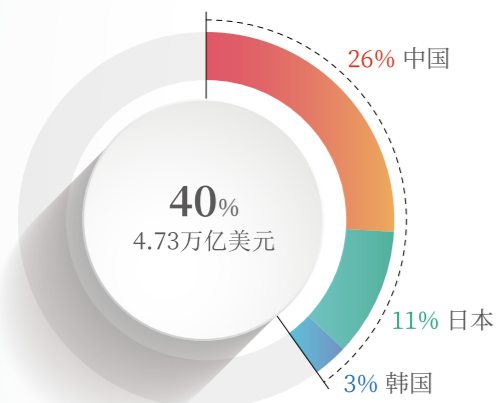
集装箱吞吐量

数据来源: 世界银行集团



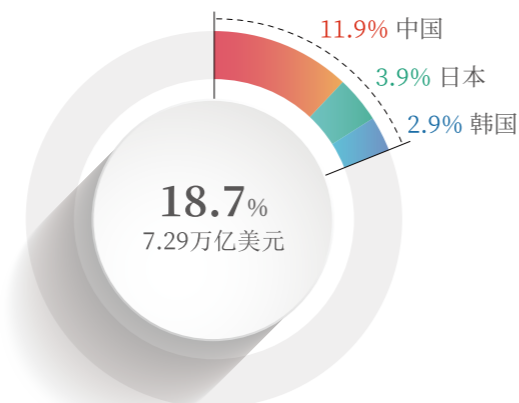
外汇储备总额

数据来源: 世界银行集团



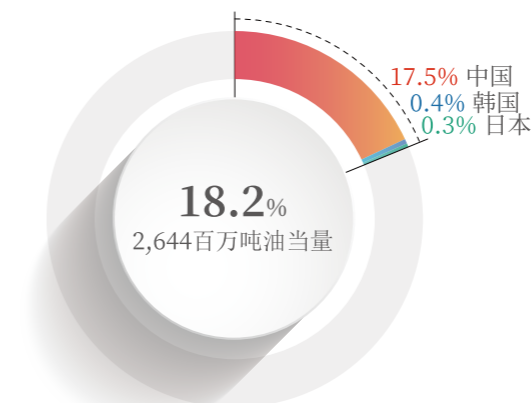
贸易额

数据来源: 国际货币基金组织-国际金融统计数据库



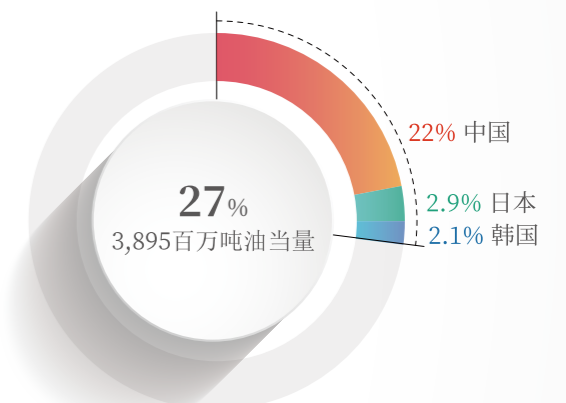
能源生产总量

数据来源: Enerdata



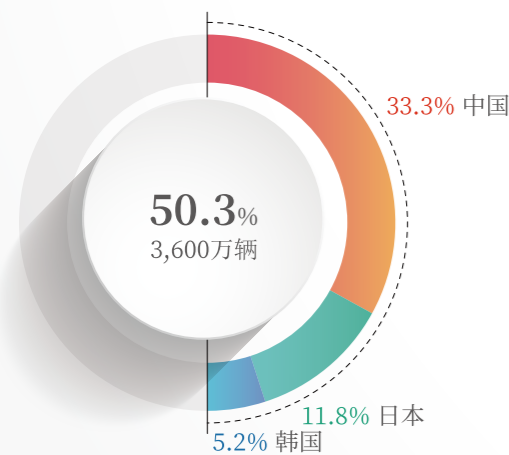
能源消费总量

数据来源: Enerdata



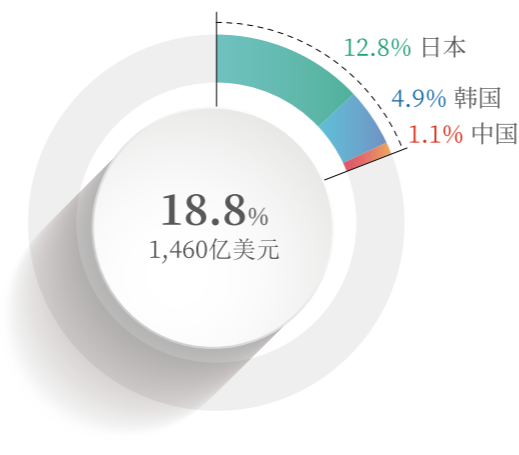
乘用车产量

数据来源: 世界汽车组织



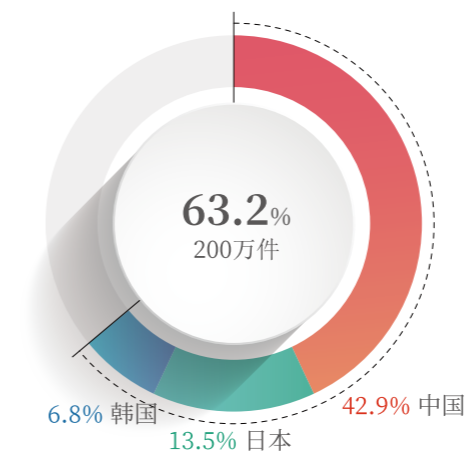
汽车出口额

数据来源: 联合国贸易数据库



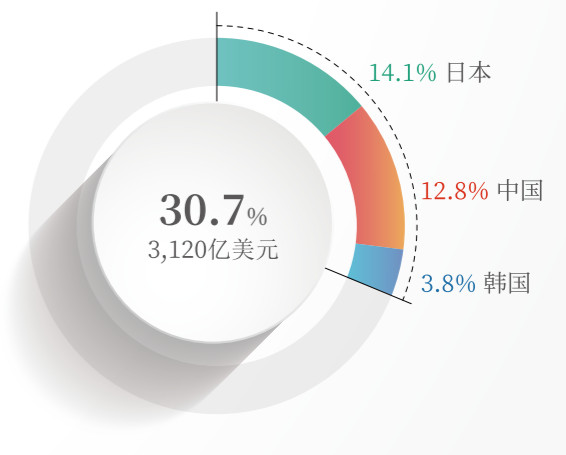
知识产权(发明专利申请)

数据来源: 世界知识产权组织



对外直接投资

数据来源: 联合国贸易和发展会议



参考文献

Asahi Breweries, LTD., Japan

http://www.asahibeer.co.jp/

Asian Education Media Service

http://www.aems.illinois.edu/index.html

An Introduction to Korean Culture / Koo Nahm / Hollym

British Tae Kwon Do

http://www.britishtaekwondo.org.uk/

Cabinet Office, Japan

http://www.cao.go.jp/index-e.html

Central Research Services, Inc., Japan

http://www.crs.or.jp/

China.com.cn

http://www.china.com.cn/aboutchina/zhuanti/cwh07/node_7031338.htm

China Culture.Org

http://www1.chinaculture.org/index.html

China Daily

http://www.chinadaily.com.cn/english/home/index.html

China, Japan, Korea: culture and customs: ju brown

https://books.google.co.kr/books/about/China_Japan_Korea.html?id=3r-3YH3t45cC&redir_esc=y

China.org.cn

http://www.china.org.cn/

China Today

http://www.chinatoday.com/

Chinese Historical and Cultural Project

http://www.chcp.org/index.html

Confucius institute

http://www.cim.chinesecio.com/hbcms/f/article/info?id=b57dafabcde547efbab46b0492638731

Consulate-General of the People's Republic of China in Los Angeles

http://losangeles.china-consulate.org/eng/

Cultural China

http://www.cultural-china.com/

East Asian Tea Institute

http://www.ea-tea.co.kr/

E-national Indicators, ROK

http://www.index.go.kr/egams/index.jsp

Facts about Korea/ Korean Culture and Information Service Ministry of Culture, Sports and Tourism/ Hollym

Foreignercn.com

http://www.foreignercn.com/index.php

Gochang Pansori Museum

http://pansorimuseum.com/eng/

Hakutsuru Sake, Japan

http://www.hakutsuru.co.jp/english/

Hanban (Confucius Institute Headquarters)

http://english.hanban.org/

Han Style, ROK

https://www.han-style.com/english/

Himeji City

http://www.city.himeji.lg.jp/index.html

Himeji Tourist Information Hime no Michi

http://www.himeji-kanko.jp/en/

Japan Arts Council

http://www.ntj.jac.go.jp/english.html

Japan as it is / Gakken

JapanBall.com

http://www.japanball.com/index.htm

Japan External Trade Organization

http://www.studyinkorea.go.kr/ja/main.do

Japan Fact Sheet

http://web-japan.org/factsheet/index.html

Japan Foundation

http://www.jpf.go.jp/

Japan National Tourism Organization

http://www.jnto.go.jp/eng/

J-Cast.com, Japan

http://www.j-cast.com/japan/

J. League

http://www.j-league.or.jp/eng/

Kabuki

http://www2.ntj.jac.go.jp/unesco/kabuki/en/index.html

Kids Web Japan

http://web-japan.org/kidsweb/index.html

Kiku-Masamune Sake, Japan

http://www.kikumasamune.com/index.html

King Sejong Institute Foundation

www.sejonghakdang.org

Kokugakuin University

http://www.kokugakuin.ac.jp/index.html

Korea Be Inspired

http://english.visitkorea.or.kr/enu/index.kto

Korea Culture & Tourism Institute

http://www.kcti.re.kr/index.dmw

Korea Funeral Culture & Policy Institute

http://www.kfcpi.or.kr/

Korean Cultural Service New York

http://www.koreanculture.org/main

Korean Culture and Information Service

http://www.kocis.go.kr/

Korean Gallup

https://www.gallup.co.kr/

Korea.net

http://www.korea.net/

Korea Traditional Wine

http://www.koreansool.com/default/

Lonely Planet China / Damian Harper / Lonely Planet

Liquid Jade: The Story of Tea from East to West

https://www.amazon.com/Liquid-Jade-Story-East-West-ebook/dp/B00IQOC2LC/ref=sr_1_1?dchild=1&keywords=the+liquid+jade&qid=1590988848&s=books&sr=1-1

MeSay, Japan

http://www.mesay.biz/index.htm

Ministry of Culture, Sports and Tourism, ROK

http://www.mcst.go.kr/main.jsp

Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology, Japan

http://www.mext.go.jp/english/

Ministry of Foreign Affairs of Japan

http://www.mofa.go.jp/index.html

National Bureau of Statistic of China

http://www.stats.gov.cn/english/

National Geographic

http://www.nationalgeographic.com/

Omotesenke Website

http://www.omotesenke.jp/list2/list2-1/list2-1-1/

People.com., China

http://www.people.com.cn/

Sankei Shimbun, Japan

http://sankei.jp.msn.com/

Sejong Special Self-Governing City

http://www.sejong.go.kr/global/en/index.jsp

Seoul Metropolitan Government

http://www.seoul.go.kr/main/index.html

Studying in Korea

http://www.studyinkorea.go.kr/en/main.do

Supreme Court of Korea

http://eng.scourt.go.kr/eng/main/Main.work

Takara Sake, Japan

http://www.takarasake.com/home.php

Tea Culture through Tea Leaves: Jinsu Lee and Jinmi Lee

//www.kyobobook.co.kr/product/detailViewKor.la?mallGb=KOR&ejkGb=KOR&linkClass=081707&barcode=9788993255133

The Academy of Korean Studies

https://www.aks.ac.kr/

The Asahi Shimbun

http://www.asahi.com/english/

The Central People's Government of the People's Republic of China

http://www.gov.cn/

The Japan Times

http://www.japantimes.co.jp/

The National Assembly, ROK

http://korea.assembly.go.kr/

The Urasenke Foundation San Francisco

http://www.urasenke.org/tradition/index.php#senrikyu

Three countries of east asia (Chinese edition): jin wengue,

https://www.amazon.cn/dp/B004JQDD0E

Tokyo Grand Tea Ceremony

https://tokyo-grand-tea-ceremony.jp/about.html

The National Institute of the Korean Language

http://www.korean.go.kr/eng/

The University of Edinburgh

http://www.ed.ac.uk/home

Travel China Guide.com

http://www.travelchinaguide.com/

TVETipedia

http://www.unevoc.unesco.org/tviki_front.php

Umami Information Centre

http://www.umamiinfo.com/

Understanding the difference of Tea Culture between South Korea, Japan, and China: Geunsu Lee

https://www.naks.org/jml/conference-proceedings/126-2014-10-22-06-30-38

UNESCO World Heritage Centre

http://whc.unesco.org/

Urasenke Konnichian Website

http://www.urasenke.or.jp/textb/spirit/spirit2.html

Visit Seoul

http://www.visitseoul.net/en/index.do?_method=main

World Bank

http://data.worldbank.org/

World Ssireum Federation

http://worldssireum.org/

思想政治(必修)三年級(全一册) / 人民教育出版社

新中学校 公民 改訂版 日本の社会と世界 / 清水書店

佐藤貴悦・斎藤智文・巖鐘仁 (2015) 日中韓マナー・慣習基本辞典：プライベートからビジネスまで知っておきたい11章. 勉誠出版.

吉村耕治・山田有子 (2019) 日本文化における紅白の意味－日本の色彩文化の特質. 日本色彩学会誌, 43 (3) : 47-50



中日韩手册 Into the Three Countries

编辑	小野山 香衣、林美莲、笹尾 望美、孙霞丽慧、张夏源
审稿	道上尚史, 秘书长 姜度好, 副秘书长 曹静, 副秘书长 长渊宪二, 社会文化处处长
出版发行	中日韩三国合作秘书处 秘书长 道上尚史
联系方式	+82-2-733-4700
传真	+82-2-733-2525
网站	www.tcs-asia.org
联系邮箱	tcs@tcs-asia.org
ISBN	979-11-88016-35-8 03380

Copyright © 2020 by Trilateral Cooperation Secretariat.
All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without written permission of the publisher.



Made by FSC certified 'Montblanc' from HANSOL paper company.
FSC refers certified mark for the product which manufactured by Eco-friendly woods not supplied from primeval forest or gene manipulation woods.



