

客家摇篮：民族迁徙的千年印记

刘效江 王 玮



徐都灯 方代平摄



于都唢呐 谢金俊摄



客家祭祖 李传材摄

推开厚重的历史之门，仿佛又听见客家先民迁徙的足音。

约1600年前，魏晋南北朝时期，为避战乱，客家先民淌着热泪，恋恋不舍离开中原故土，走上艰难而不可预知的南迁之路。

回望曲折的南迁路，有一个城市不能不说，那就是江西赣州。赣州是客家人的

发祥地、中转站、主要聚居地和客家民系形成的摇篮。

沿着赣江，客家先祖从这条黄金通道涌进赣南山区，然后深入福建、广东。如今，赣州954万人口中，95%以上为客家人。

客家，原是当地土著居民对客居外来户

家逐渐与这里的原住居民一道，成为这块土地的主人。从此，在中国汉民族的谱系中多了一个优秀的民系——客家，并从这里出发，衍播世界、影响五洲。

一代代客家人在赣州这片热土上开拓耕耘，创造了璀璨夺目的客家文化，也让客家文化旅游成为赣州独具一格的旅游名片。

客家文化旅游成为赣州独具一格的旅游名片。

客家美食推荐

赣州是客家人的重要聚居地，这也赋予了赣南饮食深深的客家烙印。

赣南客家饮食文化传承了汉唐中原饮食文化的精髓，以地域饮食文化为基础，历经千年发展和创新，具有了鲜明的特色、丰富的内涵和无穷的韵味，被中国烹饪协会称之为“客家饮食文化的发祥地之一”，成为中国饮食文化百花园中的一朵奇葩。

独树一帜的赣州客家菜已是赣菜的重要组成部分。到赣州旅游，一定要尝一下具有深厚浓郁文化底蕴和别具风味的地域特色美食。

赣州的知名菜品不在少数，拥有中国名宴“阳明宴”和“客家宴”，有毛泽东命名的菜品“四星望月”、广泛流传的名菜三杯鸡、王安石曾拍案叫好的鱼饼、深得王阳明喜爱的赣南小炒鱼、受苏东坡青睐而改名的炒东坡等。此外，赣州市还特别推荐崇义全竹宴、大余风味全鸭宴、上犹全鱼宴等极具特色的美食。

赣南小吃同样不计其数，客家艾米果、黄元米果、信丰萝卜饺、瑞金牛肉汤、宁都肉丸、大余烫皮、兴国鱼丝、南安板鸭等，都深受游客的喜爱。如果来赣州，一定要去尝一尝。



“四星望月”(资料照片)

旅游线路推荐

客家摇篮·东江探源之旅 五日游

(赣州—赣县—龙南—定南—安远—赣州)

第一天

赣州—赣县（参观江西客家博物院、赣县客家文化城、明清建筑白鹭古村落）—龙南（晚住龙南）

第二天

龙南（参观客家特色围屋建筑关西新围、栗园围，观客家民俗表演，品客家风味小吃，晚住龙南）

第三天

龙南—定南（游览九曲旅游度假村，虎形围）—安远（体验热泉汤谷温泉，晚住安远）

第四天

安远（游览“东江源头”三百山风景区，东升围）—赣州（晚住赣州中心城区）

第五天

参观江南第一石窟通天岩、五龙客家风情园



水上舞龙舞狮 李传材摄



客家城帮舞龙 刘汉卿摄

客家古建

作为赣州旅游的重要组成部分，赣州的客家景区、景点非常多，这些景点特色鲜明，吸引了一批又一批游客的探访。

在赣州这片山山水水间，坐落着不少已有数百年历史的东方古堡，它们或沧桑等待、或沉默静守，成为历经岁月的客家人留存在这片土地上的实物载体之一。时间这双神奇的手，将这些散落于赣州村落的古老建筑雕琢成了神奇。在赣州，如果没有到过围屋，就没办法真正懂得为何这里是“客家摇篮”，也无法了解什么是“东方古罗马”。唯有实地触摸，才能感受到这些古老建筑的温情。

探访客家围屋，便犹如读一部部客家史书。

赣州市龙南县有376座围屋，是赣州拥有客家围屋最多的县，具有代表性的有关西新围、渔仔潭围（客家酒庄）、栗园围、燕翼围等。关西新围已是全国重点文物保护单位。步入围屋，所见的每一处场景，都能引起惊叹，关西新围也被世人称为“遗落在民间的古城堡”。石城县清代陈联客家围屋迄今已有208年的历史，结合了方围、天井式民居、府第式民居、苏杭园林风格四大特色。

江西省首批历史文化名村之一的寻乌县澄江镇周田村，由大批客家富商建造的18座（现存完好的有15



与天共舞

辜晓红摄

座）客家围屋民居，是极具代表性的客家文化和客家古建筑。

在赣州众多的客家围屋中，定南“虎形”围屋以其独特的建筑构思和凄美的爱情故事而出名。定南“虎形”围屋始建于清乾隆五十一年（1786年）。整个围屋的建筑造型为昂首坐视的虎形。2012年11月，虎形围屋被列入世界文化遗产预备名单。

安远境内有大大小小300多座客家围屋，围内雕梁画栋，古色古香，结构奇特复杂，变化精巧，是了解客家文化和客家历史的化石和标本。最为著名的是有着浓郁客家风情的镇岗东生围，它建于清道光二十二年，是赣南区域内最大的客家方围。

其他景点还有全国唯一一座以“研究客家民俗文化”为主题的博物

院，是目前国内规模最大、功能最全的客家文化建筑群；赣县白鹭古村中，百年以上的客家民居就有60多栋，村内现仍保存着全国罕见的女性祠堂、寸金寸片的云母片、故宫唯一一块遗留在外的金砖等。

客家民俗

提到客家文化旅游，不得不说一下赣南的客家民俗游。客家历经2200余年的历史积淀，在赣南这片土地上经过世代相传和积累，形成了内容丰富的各类民俗文化。这些民俗文化至今仍强烈地作用于赣南人民生活的方方面面。行走赣南，实在不能省略至今仍在传承的赣南民俗。这些毫无商业气息的民俗旅游，在静悄悄地等待游客一探真容。在丰富多彩的民俗活动现场，会有这样的感觉：历史，

其实正在发生。

农历三月十三，在全南县城厢镇镇仔村一带，流传着一个古老而独特的乡间习俗——“太公会”。这是当地的曾氏宗族的一大盛事，至今已有400多年的历史。每年的这一天，曾氏“宗圣祠”内将红烛高照，鞭炮齐鸣，全体族人在此祭祖祈福，一派喜庆热闹景象。至午时，家家户户摆酒设宴，各方亲朋好友纷至沓来。家里客人来得越多，人气越旺。如今，“太公会”成为

曾氏道传公后人辨祖归宗的独特标志。“太公会”深厚的历史人文积淀、神秘的古韵风雅，将曾子的道德观念、精神风范薪火相传，实乃一笔宝贵的非物质文化遗产。

“迎故事”是寻乌县特有的客家民俗活动。所谓“迎故事”，即以历代传说故事、戏曲及现实生活中的人物或情节，进行人物造型。以两个以上的小孩化装成某出戏曲中的人物，固定在特制的木架上，即故事棚。故事棚

为船状木架，用花布、彩布、花环装饰起来，周边缀以密密麻麻的五彩小灯，内铺木板。故事棚由青壮年抬着游动，由于阵容强大，节目丰富，表演精彩，为人们所喜闻乐见。

龙南县端午节期间举行的太平龙舟盛会，在大池塘中举行，别有一番情趣。是赣粤两省三县五乡端午节期间最受欢迎的传统民间活动，自明弘治年间创办以来，历经490余载久盛不衰。

宁都县黄石镇中村至今还保留着一项在赣南独一无二的民间习俗，这就是被史学界称为“古老民俗文化活化石”、被艺术界称为“戏曲活化石”的省级非物质文化遗产中村傩戏。该村每年都要举行两次表演傩戏的集会，第一次从农历正月初二起至十六结束，第二次从农历九月十一起至十七结束。田头镇元宵“妆古史”活动，是因扮装的内容为历史事件和民间传说而得名的，已延续近400年。江西省非物质文化遗产项目宁都石上曾坊桥帮灯，已有400多年的传承历史。

此外，在赣州还可以欣赏赣南采茶戏、兴国山歌、于都唢呐“公婆吹”、石城灯会等国家级非物质文化遗产，这些都会给旅客的旅行增添难忘的回忆。

奔腾不息的江水中，能看见客家血脉的搏动；壮怀激烈的红土上，能听见客家乡音的昂扬；走进赣州，就能感受到客家原乡最真挚的情怀。客家文化在此积淀生根，发展成绵延不息的精神力量。中华民族曾经迁徙奔波的岁月，那些曾经经过的磨砺史诗，都在这里一一映现，铭刻成无法忘却的记忆。



气势浩大的桥帮灯

李传材摄