

## 元宵节的习俗

元宵节的习俗(精选 15 篇)

元宵节的习俗 1

农历正月十五日是为上元节，因为这节日的活动主要在月圆的夜间，通称为元宵或元夜。

元宵的活动最主要的是灯会和灯猜。

旧日福建，大体说来，从正月初九起，灯市便开始热闹起来，正月十三日后几乎可见各居家门前都挂出花灯。

元宵节给新嫁女送灯，是旧日福建的习俗，各地送的灯品式样不尽相同，但目的一样：为了“添丁”。福州一带已嫁女未生男者，娘家多于正月初以观音送子灯送之，是谓送丁；嫁后已生男者，娘家可送各式的灯，谓“添丁仔”。闽南各地给新嫁女送的是一对白芙蓉灯，给嫁后已生男者则送一红一白的。灯内点有蜡烛，弄不好会把灯烧了。花灯失火，通常被视为喜事，叫“出丁”。白灯失火视为生男吉兆，红灯失火视为生女吉兆。那当然是人们一种愿望的表达。

闽南一些地方，比如漳浦等地，灯节中还有一叫“穿灯脚”的习俗，即在元宵夜里，村中新娶进门的新娘子和当年生男孩的小媳妇，必须穿红着绿，打扮一新，在婆婆或其他年岁大的老妇人陪同下，手拿吉祥物，口中说吉利语，从大祖词堂的灯棚下走过，一展风采。其所以这样做，目的在于向祖宗也向乡亲介绍新媳妇。至于已生男孩的

灯节期间各地都热闹非常，有几个地方特别热闹，如福州的南后街，泉州的西门街，都是买灯、送灯、看灯最集中的地方。灯的种类甚多：走马灯、关刀灯、莲花灯、兔子灯、骰子灯、钱鼓灯、薄饼灯，应有尽有。

旧日福州南后街，有一种桔灯（与“吉丁”近音），用纸糊成，形如巨大桔子，形状简朴大方，民众多爱观赏。另外还有一种真的桔子灯，用较大的鲜桔桔皮制成。做法是在近蒂处切平，取出桔肉，留下空壳，再用小铁丝扎一烛托，放入空心桔中，插上小蜡烛，将蜡烛点亮。桔灯烛光透过红红的桔皮，通明绚烂，成为一件具有实物美感的艺术品。曾有人写诗赞道：“何人剖桔空中点，胜看莲花大盏灯。”

灯节期间，有些地方叠灯为山，人称“灯山”或“鳌山”。这鳌山开头只是一些有钱的富贵人家所张设，任人观赏，后来更多设在寺庙、神祠或闹市路口，让更多人看热闹。鳌山中除了千姿百态的大小花灯之外，多还摆设一些名贵的手工艺品、古董等加以点缀装饰，构成“鳌山胜景”，甚为壮观。

灯节中的舞龙灯，是福建元宵节中最受欢迎的节目，龙灯长数10尺，有头有尾。龙身有九节或十一节，以长帛彩绘鳞甲披盖其上，各节燃蜡烛，前导一灯球，由十数人手执舞弄，屈曲盘旋，随灯球而上下，前后敲锣打鼓以壮声势。龙灯于元宵夜在街头巡回，谁家有放鞭炮以示欢迎者，即进入该家庭院舞弄，让人们观赏，舞毕主人以薄礼相送以示答谢。这种舞龙灯，福州人称为“舞太平龙灯”。舞龙灯

## 元宵节的习俗 2

调查人：黄铭、赖宣琪、饶琳嘉、孙艺冰

调查目的：为了更好地了解潮州城乡春节及元宵节的习俗，丰富我们的寒假生活，锻炼我们的社会实践能力，为此，我们决定对这一课题进行调查。

调查地点：潮州市牌坊街

调查对象：牌坊街的街坊邻居、路人

调查时间：2XXX年1月31日 星期二

调查方式：我们几位同学是以对牌坊街的街坊邻居、路人进行个别询问的方式来进行了了解。

调查过程：我们分为两组，每组两人，每组负责牌坊街的一段，对牌坊街的街坊邻居、路人进行个别询问，根据被询问人的身份，来确定询问的问题，例如：在卖春联的店铺里，我们询问店主“人们一般在什么时候贴春联？”“春联的主要内容是什么？”。在调查过程中，人们的态度各所不同，有的人积极配合我们的调查，把自己所知道的都一一讲给我们听；有的人的态度很不好，不回答我们的问题，给我们的调查增加了难度。

调查结果：通过调查，我们了解了潮州城乡春节及元宵节的习俗。

春节的习俗主要有：

贴春联，一般是在腊月二十四“神上天”的时候或者在除夕那天，春联的内容根据人们的喜好，有的是关于花草树木，有的是关于“福”、

等等，这些都体现了人们盼望新年新气象，图个好兆头的愿望；  
祭拜祖先，贡品主要有：鸡、鸭、鹅、鱼、猪肉、水果、茶叶、酒、白果、粉丝等等；

吃年夜饭，一家人围在一起吃饭，寓意着团团圆圆，吃鱼寓意着年年有余（鱼），吃芹菜、蒜，寓意着有钱藏；

放烟花爆竹，营造一个热闹的氛围；

迎老爷，每个村庄都会按惯例举办游神，各村落的迎老爷活动都会延续到二月。节日当天，各家各户都会摆上香案，在香案上放小一点的香烛，摆上祭品，一般都是猪、鸡、鱼之类的，再摆上用甜糯米做的糕、寿桃之类的面制品。随后还要集中起来摆上一个代表该群体的香案，摆上供品和大量的糕点、水果。点上三根大概两米的贡香，同时还要摆上一个总的祭坛，祭坛上的供品也是非常丰盛的。在举行仪式的大宫殿入口处，还要供奉整头猪、牛、羊，还有用甜糯米糕做的一些寿桃，摆成一座小山的样子层层叠放着；

拜年，每家每户都会准备大桔和一些橄榄，寓意着大吉大利。人们会去亲戚朋友家拜年，长辈会分发压岁钱给晚辈；

7. 初七吃“七样羹”，“七样羹”是指：大（芥）菜、厚合、芹菜、蒜、春菜、韭菜、芥蓝等蔬菜同煮，寄寓“新（芹）春（春）发（蒜）大财（大菜），久（韭）合（厚合）各人（芥蓝）”。

元宵节的习俗主要有：

吃甘蔗，寓意着新年不蛀牙；

吃团圆饭，寓意着一家人团团圆圆；

迎花灯，小孩子会请长辈或自己制作一个可爱的花灯，等到元宵节晚上，孩子们就会三五成群地到街上去展示自己的花灯，有：萝卜灯、桔子灯、纸花灯等等。

调查体会：通过这次调查，我们锻炼了自己的社会实践能力和胆量，知道了在调查的时候要有礼貌，热情大方，不能犹豫不决，这样才能成功。了解了潮州城乡春节及元宵节的习俗，明白了我们应该将这些传统文化继续传承下去。

### 元宵节的习俗 3

春节是我国一个古老的节日，也是全年最重要的一个节日，如何过庆贺这个节日，在千百年的历史发展中，形成了一些较为固定的风俗习惯，有许多还相传至今。

#### 1、扫尘

“腊月二十四，掸尘扫房子”，据《吕氏春秋》记载，我国在尧舜时代就有春节扫尘的风俗。按民间的说法：因“尘”与“陈”谐音，新春扫尘有“除陈布新”的涵义，其用意是要把一切穷运、晦气统统扫出门。这一习俗寄托着人们破旧立新的愿望和辞旧迎新的祈求。每逢春节来临，家家户户都要打扫环境，清洗各种器具，拆洗被褥窗帘，洒扫六间庭院，掸拂尘垢蛛网，疏浚明渠暗沟。到处洋溢着欢欢喜喜搞卫生、干干净净迎新春的欢乐气氛。

#### 2、贴春联

春联也叫门对、春贴、对联、对子、桃符等，它以工整、对偶、简洁、精巧的文字描绘时代背景，抒发美好愿望，是我国特有的文学

无论城市还是农村，家家户户都要精选一幅大红春联贴于门上，为节日增加喜庆气氛。这一习俗起于宋代，在明代的开始盛行，到了清代，春联的思想性和艺术性都有了很大的提高，梁章矩编写的春联专著《槛联丛话》对楹联的起源及各类作品的特色都作了论述。

春联的种类比较多，依其使用场所，可分为门心、框对、横披、春条、斗方等。“门心”贴于门板上端中心部位；“框对”贴于左右两个门框上；“横披”贴于门楣的横木上；“春条”根据不同的内容，贴于相应的地方；“斗斤”也叫“门叶”，为正方菱形，多贴在家俱、影壁中。

### 3、贴窗花和倒贴“福”字

在民间人们还喜欢在窗户上贴上各种剪纸——窗花。窗花不仅烘托了喜庆的节日气氛，也集装饰性、欣赏性和实用性于一体。剪纸在我国是一种很普及的民间艺术，千百年来深受人们的喜爱，因它大多是贴在窗户上的，所以也被称其为“窗花”。窗花以其特有的概括和夸张手法将吉事祥物、美好愿望表现得淋漓尽致，将节日装点得红火富丽。

### 元宵节的习俗 4

#### 关于清明节的习俗：植树民俗文化

清明前后，春阳照临，春雨飞洒，种植树苗成活率高，成长快。因此，自古以来，我国就有清明植树的习惯。有人还把清明节叫作“植树节”。植树风俗一直流传至今。1979年，人大常委会规定，每年

这对动员全国各族人民积极开展绿化祖国活动，有着十分重要的意义。

#### 关于清明节的习俗：踏青民俗文化

又叫春游。古时叫探春、寻春等。四月清明，春回大地，自然界到处呈现一派生机勃勃的景象，正是郊游的大好时光。我国民间长期保持着清明踏青的习惯。

#### 关于清明节的习俗：蹴鞠民俗文化

鞠是一种皮球，球皮用皮革做成，球内用毛塞紧。蹴鞠，就是用足去踢球。这是古代清明节时人们喜爱的一种游戏。相传是黄帝发明的，最初目的是用来训练武士。

#### 关于清明节的习俗：荡秋千民俗文化

这是中国古代清明节习俗。秋千，意即揪着皮绳而迁移。它的历史很古老，最早叫千秋，后为了避忌讳，改为秋千。古时的秋千多用树桠枝为架，再栓上彩带做成。后来逐步发展为用两根绳索加上踏板的秋千。打秋千不仅可以增进健康，而且可以培养勇敢精神，至今为人们特别是儿童所喜爱。

#### 关于元宵节的起源民俗文化

元宵节是中国的传统节日，早在 20xx 多年前的西汉就有了。

据说是汉文帝时为纪念“平吕”而设。汉惠帝刘盈死后，吕后篡权，吕氏宗族把持朝政。周勃、陈平等人在吕后死后，平除吕后势力，拥立刘恒为汉文帝。因为平息诸吕的日子是正月十五日，此后每年正月十五日之夜，汉文帝都微服出宫，与民同乐以示纪念，并把正月十

汉武帝时，“太一神”的祭祀活动定在正月十五。（太一：主宰宇宙一切之神）。司马迁创建“太初历”时，就已将元宵节确定为重大节日。

元宵节燃灯的习俗起源于道教的“三元说”。正月十五日为上元节，七月十五日为中元节，十月十五日为下元节。主管上、中、下三元的分别为“天”“地”“人”三官，天官喜乐，故上元节要燃灯。

另有一说是元宵赏灯始于东汉明帝时。明帝提倡佛教，听说佛教有正月十五日僧人观佛舍利，点灯敬佛的做法，就命令这一天夜晚在皇宫和寺庙里点灯敬佛，令士族庶民都挂灯。以后这种佛教礼仪节日逐渐形成民间盛大的节日。该节经历了由宫廷到民间，由中原到全国的发展过程。

元宵节的节期与节俗活动，是随历史的发展而延长、扩展的。就节期长短而言，汉代才一天，到唐代已为三天，宋代则长达五天，明代更是自初八点灯，一直到正月十七的夜里才落灯，整整十天。与春节相接，白昼为市，热闹非凡，夜间燃灯，蔚为壮观。特别是那精巧、多彩的灯火，更使其成为春节期间娱乐活动的高潮。至清代，又增加了舞龙、舞狮、跑旱船、踩高跷、扭秧歌等“百戏”内容，只是节期缩短为四到五天。

### 元宵节的习俗 5

自从元宵张灯之俗形成以后，历朝历代都以正月十五张灯观灯为一大盛事。梁简文帝曾写过一篇《列灯赋》：“南油俱满，西漆争燃。



宵张灯的盛况。隋炀帝时，每年正月十五举行盛大的晚会，以招待万国来宾和使节。据《隋书·音乐志》记载：元宵庆典甚为隆重，处处张灯结彩，日夜歌舞奏乐，表演者达三万余众，奏乐者达一万八千多人，戏台有八里之长，游玩观灯的百姓更是不计其数，通宵达旦，尽情欢乐，热闹非常。在唐代的发展成为盛况空前的灯市，中唐以后，已发展成为全民性的狂欢节。唐玄宗（公元 685——762）时的开元盛世，长安的灯市规模很大，燃灯五万盏，花灯花样繁多，皇帝命人做巨型的灯楼，广达 20 间，高 150 尺，金光璀璨，极为壮观。唐代是实行宵禁的，夜晚禁鼓一响就禁止出行，犯夜要受处罚；唯独在上元节，皇帝特许开禁三天，称为“放夜”。沿至宋朝，张灯由三夜延长至五夜，灯彩以外还放焰火，表演各种杂耍，情景更加热闹。《东京梦华录》中记载：每逢灯节，开封御街上，万盏彩灯垒成灯山，花灯焰火，金碧相射，锦绣交辉。京都少女载歌载舞，万众围观。“游人集御街两廊下，奇术异能，歌舞百戏，鳞鳞相切，乐音喧杂十余里。”大街小巷，茶坊酒肆灯烛齐燃，锣鼓声声，鞭炮齐鸣，百里灯火不绝。

到了明代，朱元璋在金陵即位后，为使京城繁华热闹，又规定正月初八上灯，十七落灯，连张十夜，家家户户都悬挂五色灯彩，彩灯上描绘了各种人物，舞姿翩翩，鸟飞花放。龙腾鱼跃，花灯焰火照耀通宵。鼓乐游乐。喧闹达旦，这是我国最长的灯节，清代，满族入主中原，宫廷不再办灯会，民间的灯会却仍然壮观。日期缩短为五天，一直延续到今天。

## 吃元宵

正月十五吃元宵，“元宵”作为食品，在我国也由来已久。宋代，民间即流行一种元宵节吃的新奇食品。这种食品，最早叫“浮元子”后称“元宵”，生意人还美其名曰“元宝”。元宵即“汤圆”以白糖、玫瑰、芝麻、豆沙、黄桂、核桃仁、果仁、枣泥等为馅，用糯米粉包成圆形，可荤可素，风味各异。可汤煮、油炸、蒸食，有团圆美满之意。陕西的汤圆不是包的，而是在糯米粉中“滚”成的，或煮或油炸，热热火火，团团圆圆。

## 元宵节的习俗 6

元宵节吃汤圆的寓意是吉祥如意、阖家团圆，还有对未来生活的美好愿望和对家乡故土的思念。

1、专家表示，元宵一开始多被称为“汤圆”，因为它开锅之后漂在水上，煞是好看，让人联想到一轮明月挂在云空。天上明月，碗里汤圆，家家户户团团圆圆，象征着团圆吉利。因此，吃元宵表达的是人们喜爱阖家团圆的美意。

2、汤圆的名称与“团圆”字音相近，取团圆之意，象征全家人团团圆圆，和睦幸福，人们也以此怀念离别的亲人，寄托了对未来生活的美好愿望。

3、元宵节吃汤圆，除了寓意喜庆合家团团圆圆，还有御寒、补脾胃、益肺气之养生功效。元宵汤圆的材料主要是糯米，《本草纲目》中指出，糯米是补脾胃、益肺气之谷。糯米味甘、性温，吃后能补养人体气血，滋养脾胃。冬季最冷是三九，目前虽然已过，但天气乍暖

寒冷天最容易亏损的就是胃气。古人在正月十五闹元宵时用糯米材料制作汤圆，除了糯米有粘性，包圆容易下锅不会散开，还因糯米具有御寒方面的特性。

4、元宵时吃糯米汤圆，温暖脾胃，人气息就会变得相当顺畅，以致周身发热，起到御寒的作用，尤其适用于脾胃虚寒者。此外，糯米还含有蛋白质、钙、磷、铁、烟酸等丰富营养，可以说糯米汤圆正是温补强壮的食品。

#### 元宵节的习俗 7

在我的家乡——汕头，无论什么节日，我们都有着自己独特的风俗。

就拿元宵节来说吧。那习俗可真多呀！让我给你细细道来。

游神赛是家乡元宵节必须举行的，所谓的游神赛就是有几个人或者十几个人抬着一尊人称“老爷”的佛像，还有一些人是抬着一尊人称“观音娘娘”的佛像，抬“老爷”的人一般是比较多的，因为据说抬到“老爷”佛像的，那些结婚还未生子的人明年就会生男孩，抬着这两尊佛像的人就会在大街小巷上走一圈，后面还跟着一帮敲锣打鼓的人，观看的人也是人山人海，特别热闹，等这些人抬到村外后就开始赛跑起来，看看谁先把佛像抬到目的地，所谓的目的地就是在村里的广场搭好的一个神台，然后把佛像放进去后，人们就开始在广场上摆起了各种各样的祭品，祭拜起来了，祭拜的人特别多。在神台的对面，有一个戏台，村里特地请了戏班子来表演给神明看。人们祭拜完后就会放烟火，放鞭炮，热闹非凡。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/718115136071006063>