

百科小补丁

元宵节习俗知多少

□黄世凤

春节刚过不久，又将迎来一个传统佳节——元宵节。大鱼大肉还没吃完，糯糯的元宵、汤圆又即将吃进口中。那元宵节除了吃元宵和汤圆，还有哪些其他习俗呢？今天小米姐姐就为你细细道来！

猜灯谜

“猜灯谜”又叫“打灯谜”。灯谜最早是由谜语发展而来的，起源于春秋战国时期。它是一种富有讥讽、规戒、诙谐、笑谑的文艺游戏。谜语悬之于灯，供人猜射，开始于南宋。如今每逢元宵节，各个地方都打出灯谜，希望能喜气洋洋，平平安安。因为谜语能启迪智慧又饶有兴趣，所以流传过程中深受社会各阶层的欢迎。

迎紫姑

紫姑是中国民间传说中一个善良、贫穷的姑娘。正月十五，紫姑因穷困而死，百姓们同情她、怀念她，有些地方便出现了“正月十五迎紫姑”的风俗。每到这一天夜晚，人们就用稻草、布头等扎成真人大小的紫姑肖像，用以怀念。

闹花灯

正月十五这天是一年一度里闹花灯、放烟火的高潮。元宵节夜晚，街头巷尾，红灯高挂，宫灯、兽头灯、走马灯、花卉灯、鸟禽灯等等，不一而足。欧阳修有诗曰：“去年元夜时，花市灯如昼。月上柳梢头，人约黄昏后。”

舞狮子

每逢元宵佳节或集会庆典，民间都以狮舞前来助兴。这一习俗至今已有一千多年的历史。“舞狮子”又称“狮子舞”“太平乐”，一般由三人完成，二人装扮成狮子，一人充当狮头，一人充当狮身和后脚，另一人当引狮人。舞法上又有文武之分，文舞表现狮子的温驯，有抖毛、打滚等动作；武狮表现狮子的凶猛，有腾跃、蹬高、滚彩球等动作。

走百病

走百病，也叫“游百病、散百病、烤百病、走桥”等，是一种消灾祈健康的活动。元宵节夜妇女穿着节日盛装，相约出游，结伴而行，“走桥渡危，登城，摸钉求子，直到夜半，始归”。

耍龙灯

正月十五，除了闹花灯、猜灯谜、吃元宵之外，在中国传统民间还有耍龙灯的习俗。耍龙灯也称“舞龙”，也叫“龙灯舞”，它是我国独具特色的传统民俗娱乐活动。“耍龙灯”的表演，有“单龙戏珠”和“双龙戏珠”两种，在耍法上，各地风格不一，各具特色。

踩高跷

踩高跷，是民间盛行的一种群众性技艺表演。高跷本属中国古代百戏之一种，早在春秋时已经出现。踩高跷的人往往身着戏装，浓妆艳抹，且歌且舞。而踩高跷的角色，因为各自身份不同，所以造型各异，高低不一，非常具有观赏性。

祭门祭户

古代有“七祭”，这是其中的两种。祭祀的方法是，把杨树枝插在门户上方，在盛有豆粥的碗里插上一双筷子，或者直接将酒肉放在门前。

逐鼠

养蚕的人家在正月十五熬上一大锅黏糊糊的粥，有的还在上面盖上一层肉，放到老鼠出没的顶棚、墙角，一边念念有词祈求老鼠不再吃蚕宝宝。传说这样做，本年的老鼠就不会吃蚕宝宝了。

或许同学们对这些元宵节风俗都十分陌生，其实小米姐姐也一样，随着岁月流逝，能够被传承下来节日习俗已日渐稀少，你的家乡又有哪些有趣的元宵节习俗？快来和大家一起分享一下吧！月儿圆圆人儿圆圆合家团圆，汤圆圆圆心儿圆圆花好月圆。祝大家元宵节快乐，阖家团圆！