# 清明节的由来（推荐）

来源：网络 作者：倾听心灵 更新时间：2024-06-29

*第一篇：清明节的由来（推荐）清明节的由来清明是我国的二十四节气之一。由于二十四节气比较客观地反映了一年四季气温、降雨、物候等方面的变化，所以古代劳动人民用它安排农事活动。《淮南子·天文训》云:“春分后十五日，斗指乙，则清明风至。”按《岁时...*

**第一篇：清明节的由来（推荐）**

清明节的由来

清明是我国的二十四节气之一。由于二十四节气比较客观地反映了一年四季气温、降雨、物候等方面的变化，所以古代劳动人民用它安排农事活动。《淮南子·天文训》云:“春分后十五日，斗指乙，则清明风至。”按《岁时百问》的说法：“万物生长此时，皆清洁而明净。故谓之清明。”清明一到，气温升高，雨量增多，正是春耕春种的大好时节。故有“清明前后，点瓜种豆”、“植树造林，莫过清明”的农谚。可见这个节气与农业生产有着密切的关系。

但是，清明作为节日，与纯粹的节气又有所不同。节气是我国物候变化、时令顺序的标志，而节日则包含着一定的风俗活动和某种纪念意义。

清明节是我国传统节日，也是最重要的祭祀节日，是祭祖和扫墓的日子。扫墓俗称上坟，祭祀死者的一种活动。汉族和一些少数民族大多都是在清明节扫墓。

按照旧的习俗，扫墓时，人们要携带酒食果品、纸钱等物品到墓地，将食物供祭在亲人墓前，再将纸钱焚化，为坟墓培上新土，折几枝嫩绿的新枝插在坟上，然后叩头行礼祭拜，最后吃掉酒食回家。唐代诗人杜牧的诗《清明》：“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。借问酒家何处有？牧童遥指杏花村。”写出了清明节的特殊气氛。

清明节，又叫踏青节，按阳历来说，它是在每年的4月4日至6日之间，正是春光明媚草木吐绿的时节，也正是人们春游(古代叫踏青)的好时候，所以古人有清明踏青，并开展一系列体育活动的的习俗。

直到今天，清明节祭拜祖先，悼念已逝的亲人的习俗仍很盛行。清明节由来的传说：

我国传统的清明节大约始于周代，已有二千五百多年的历史。清明最开始是一个很重要的节气，清明一到，气温升高，正是春耕春种的大好时节，故有“清明前后，种瓜种豆”。“植树造林，莫过清明”的农谚。后来，由于清明与寒食的日子接近，而寒食是民间禁火扫墓的日子，渐渐的，寒食与清明就合二为一了，而寒食既成为清明的别称，也变成为清明时节的一个习俗，清明之日不动烟火，只吃凉的食品。

相传春秋战国时代，晋献公的妃子骊姬为了让自己的儿子奚齐继位，就设毒计谋害太子申生，申生被逼自杀。申生的弟弟重耳，为了躲避祸害，流亡出走。在流亡期间，重耳受尽了屈辱。原来跟着他一道出奔的臣子，大多陆陆续续地各奔出路去了。只剩下少数几个忠心耿耿的人，一直追随着他。其中一人叫介子推。有一次，重耳饿晕了过去。介子推为了救重耳，从自己腿上割下了一块肉，用火烤熟了就送给重耳吃。十九年后，重耳回国做了君主，就是著名春秋五霸之一晋文公。

晋文公执政后，对那些和他同甘共苦的臣子大加封赏，唯独忘了介子推。有人在晋文公面前为介子推叫屈。晋文公猛然忆起旧事，心中有愧，马上差人去请介子推上朝受赏封官。可是，差人去了几趟，介子推不来。晋文公只好亲去请。可是，当晋文公来到介子推家时，只见大门紧闭。介子推不愿见他，已经背着老母躲进了绵山(今山西介休县东南)。晋文公便让他的御林军上绵山搜索，没有找到。于是，有人出了个主意说，不如放火烧山，三面点火，留下一方，大火起时介子推会自己走出来的。晋文公乃下令举火烧山，孰料大火烧了三天三夜，大火熄灭后，终究不见介子推出来。上山一看，介子推母子俩抱着

一棵烧焦的大柳树已经死了。晋文公望着介子推的尸体哭拜一阵，然后安葬遗体，发现介子推脊梁堵着个柳树树洞，洞里好象有什么东西。掏出一看，原来是片衣襟，上面题了一首血诗：

割肉奉君尽丹心，但愿主公常清明。

柳下作鬼终不见，强似伴君作谏臣。

倘若主公心有我，忆我之时常自省。

臣在九泉心无愧，勤政清明复清明。

晋文公将血书藏入袖中。为哀悼介子推文公把介子推和他的母亲分别安葬在那棵烧焦的大柳树下，并下令把绵山改为“介山”，在山上建立祠堂，把放火烧山的这一天定为寒食节，晓谕全国，每年这天禁忌烟火，只吃寒食。下令全国介子推被焚的三月五日为火禁日，禁止烟火，仅食寒食，并从此形成了中国古代一个著名的节日“寒食节”。走时，他伐了一段烧焦的柳木，到宫中做了双木屐，每天望着它叹道：“悲哉足下。”“足下”是古人下级对上级或同辈之间相互尊敬的称呼，据说就是来源于此。在介山，还有“思烟台”遗址。传说文公焚林，有百鸦绕烟而噪，或围在介子推周围，用躯体遮挡烈焰。晋人感其功德，在此筑起一高台，纪念这些义禽。

第二年清明节，晋文公率众臣到绵山下的介庙祭奠介子推，看到焚烧林山坡上的被烧柳树死而复活。晋文公以为柳树是介子推转化，他便赐柳树为清明柳。要求晋国百姓家家门上挂柳枝，扫墓栽柳，上绵山踏青，抒发思念之 情。并令寒食前一是为“炊熟日”，人们要做许多蒸饼，称 作“子推蒸饼”；也有人家用面粉和枣泥做成燕子状饼(三 角馅饼)，然后用柳条串起挂在门据上晾晒，称作“子推燕”。每年清明节不仅在房屋(村后)栽柳，而且青年男女要上 山踏青，’并要头戴上用柳条编织的柳冠或柳环。当时有民谣说：“清明不戴柳，红颜成皓首。”

据说，此后晋文公常把血书袖在身边，作为鞭策自己执政的座佑铭。他勤政清明，励精图治，把国家治理得很好。晋国的百姓得以安居乐业，对有功不居、不图富贵的介子推非常怀念。每逢他死的那天，大家禁止烟火来表示纪念。还用面粉和着枣泥，捏成燕子的模样，用杨柳条串起来，插在门上，召唤他的灵魂，这东西叫“之推燕”(介子推亦作介之推)。此后，寒食、清明成了全国百姓的隆重节日。每逢寒食，人们即不生火做饭，只吃冷食。在北方，老百姓只吃事先做好的冷食如枣饼、麦糕等；在南方，则多为青团和糯米糖藕。每届清明，人们把柳条编成圈儿戴在头上，把柳条枝插在房前屋后，以示怀念。

寒食节的由来

实际上，寒食节禁火习俗的起源与介子推毫无关系。介子推“割股奉君” 是否属实在史界也有争议。《史记》对介子推的介绍比较详细，有“龙蛇之歌”的记载，就是介子推的从人不服，编了个“民谣”挂在宫门口，说文公对待介子推不公平。对“割股奉君”只字未提。这个故事并不见于《左传》和《史记》的记载，南宋洪迈的《容斋随笔》专门考证过它。元张养浩曲《中吕·兼尧民歌·寒食道中》“清明禁烟，雨过郊原”似说寒食来源于唐尧传说。

从先秦的文献记载可知，当时已有比较严格的禁火制度，从官方到民间都有改火的习俗。《周礼》中即明确记载当时有“司炬”之官，每当仲春季节，气候干燥，不仅人类保存的火种容易引起火灾，而且春雷发生也易引起山火。古人在这个季节往往要进行隆重的祭祀活动，把上一年传下来的火种全部熄灭，即是“禁火”。然后重新钻燧取出新火，作为新一年生产与生活的起点，谓之“改

火”。在禁火与改火期间，人们必须准备足够的熟食以冷食度日。

由于古代的禁火制度过于残酷和严厉，并不顾各地具体情况，甚至影响到民众的生产和生活。于是，汉代发生了周举在太原一带废除禁火陋俗的事件，魏武帝曹操也发布了《明罚令》废止禁火：

闻太原上党西河雁门，冬至后百有五日，皆绝火寒食，云为介子推。且北方冱寒之地，老少羸弱，将有不堪之患。令到，人不得寒食。若犯者，家长半岁刑，主吏百日刑，令长夺一百俸。

除了周举、曹操，历代也多有人对禁火寒食持反对意见。但是，我们的民族是一个喜好传说、热衷礼仪的民族，寒食节依然长期流传。民间根据当地的条件和寒食的特点，纷纷创造出一些特殊的寒食节食品，凉菜冷食花样百出，形成了与岁时节日相联系的风味小吃，丰富了中华民族的饮食习俗。

在长期形成并稳固流传的社会风俗面前，宫廷官府只能顺应其发展趋势。于是，为联络民众感情而产生了官方的赐火和请新火之举。据记载，唐代宫廷每到清明节前，要让宫内小孩钻榆木取火，先得火者，皇帝要赐绢三匹、银碗一只，是为“请新火”。对臣下赐火种表示关怀，以笼络人心，所以又有“赐火”之举。唐时的诗词和笔记小说中，有大量描述“赐火”、“御火”的文字，可见其俗之盛。

由于民间普遍崇信介子推的“忠孝”精神，人们更乐意将寒食节与介子推联系在一起举行纪念活动。虽然寒食节的真正起源并非来自于介子推，但将纪念介子推作为寒食节起源的说法却更为流行，甚至后来寒食节逐渐被清明节取代，许多人又把纪念介子推作说成清明节的起源。所以，千百年来，介子推的故事也在不断完善中流传下来。

**第二篇：清明节由来**

清明节由来

中国传统的清明节大约始于周代，已有二千五百多年的历史。它在古代不如前一日的寒食节重要，因为清明及寒食节的日期接近，民间渐渐将两者的习俗融合，到了隋唐年间（581至907年），清明节和寒食节便渐渐融合为同一个节日，成为扫墓祭祖的日子，即今天的清明节。从此，清明节踏青扫墓成为中华民族一种固定的风俗。

清明节，又称扫坟节、鬼节、冥节，与七月十五中元节及十月初一寒衣节合称三冥节，都与祭祀鬼神有关。

清明节，又叫踏青节，按阳历来说，它是在每年的4月4日至6日之间，正是春光明媚草木吐绿的时节，也正是人们春游（古代叫踏青）的好时候，所以古人有清明踏青，并开展一系列体育活动的习俗。清明节古时也叫三月节，已有2500多年历史。

公历四月五日前后为清明节，是二十四节气之一。在二十四个节气中，既是节气又是节日的只有清明和冬至。它的原意是大自然已经到了转暖的时候，万物开始复苏，可以春耕播种了。中国古代将清明分为三候：“一候桐始华；二候田鼠化为鹌；三候虹始见。”意即在这个时节先是白桐花开放，接着喜阴的田鼠不见了，全回到了地下的洞中，然后是雨后的天空可以见到彩虹了。

回澜小学三年级:胡敏杰

**第三篇：关于清明节的由来**

关于清明节四年（7）班 44号 钟希琳 关于清明节的由来

我国传统的清明节大约始于周代，已有二千五百多年的历史。清明最开始是一个很重要的节气，清明一到，气温升高，正是春耕春种的大好时节，故有“清明前后，种瓜种豆”。“植树造林，莫过清明”的农谚。后来，由于清明与寒食的日子接近，而寒食是民间禁火扫墓的日子，渐渐的，寒食与清明就合二为一了，而寒食既成为清明的别称，也变成为清明时节的一个习俗，清明之日不动烟火，只吃凉的食品。

关于寒食，有这样一个传说：

相传春秋战国时代，晋献公的妃子骊姬为了让自己的儿子奚齐继位，就设毒计谋害太子申生，申生被逼自杀。申生的弟弟重耳，为了躲避祸害，流亡出走。在流亡期间，重耳受尽了屈辱。原来跟着他一道出奔的臣子，大多陆陆续续地各奔出路去了。只剩下少数几个忠心耿耿的人，一直追随着他。其中一人叫介子推。有一次，重耳饿晕了过去。介子推为了救重耳，从自己腿上割下了一块肉，用火烤熟了就送给重耳吃。十九年后，重耳回国做了君主，就是著名春秋五霸之一晋文公。

晋文公执政后，对那些和他同甘共苦的臣子大加封赏，唯独忘了介子推。有人在晋文公面前为介子推叫屈。晋文公猛然忆起旧事，心中有愧，马上差人去请介子推上朝受赏封官。可是，差人去了几趟，介子推不来。晋文公只好亲去请。可是，当晋文公来到介子推家时，只见大门紧闭。介子推不愿见他，已经背着老母躲进了绵山（今山西介休县东南）。晋文公便让他的御林军上绵山搜索，没有找到。于是，有人出了个主意说，不如放火烧山，三面点火，留下一方，大火起时介子推会自己走出来的。晋文公乃下令举火烧山，孰料大火烧了三天三夜，大火熄灭后，终究不见介子推出来。上山一看，介子推母子俩抱着一棵烧焦的大柳树已经死了。晋文公望着介子推的尸体哭拜一阵，然后安葬遗体，发现介子推脊梁堵着个柳树树洞，洞里好象有什么东西。掏出一看，原来是片衣襟，上面题了一首血诗：

割肉奉君尽丹心，但愿主公常清明。

柳下作鬼终不见，强似伴君作谏臣。

倘若主公心有我，忆我之时常自省。

臣在九泉心无愧，勤政清明复清明。

晋文公将血书藏入袖中。然后把介子推和他的母亲分别安葬在那棵烧焦的大柳树下。为了纪念介子推，晋文公下令把绵山改为“介山”，在山上建立祠堂，并把放火烧山的这一天定为寒食节，晓谕全国，每年这天禁忌烟火，只吃寒食。

走时，他伐了一段烧焦的柳木，到宫中做了双木屐，每天望着它叹道：“悲哉足下。”“足下”是古人下级对上级或同辈之间相互尊敬的称呼，据说就是来源于此。

第二年，晋文公领着群臣，素服徒步登山祭奠，表示哀悼。行至坟前，只见那棵老柳树死树复活，绿枝千条，随风飘舞。晋文公望着复活的老柳树，像看见了介子推一样。他敬重地走到跟前，珍爱地掐了一下枝，编了一个圈儿戴在头上。祭扫后，晋文公把复活的老柳树赐名为“清明柳”，又把这天定为清明节。

以后，晋文公常把血书袖在身边，作为鞭策自己执政的座佑铭。他勤政清明，励精图治，把国家治理得很好。

此后，晋国的百姓得以安居乐业，对有功不居、不图富贵的介子推非常怀念。每逢他死的那天，大家禁止烟火来表示纪念。还用面粉和着枣泥，捏成燕子的模样，用杨柳条串起来，插在门上，召唤他的灵魂，这东西叫“之推燕”（介子推亦作介之推）。此后，寒食、清明成了全国百姓的隆重节日。每逢寒食，人们即不生火做饭，只吃冷食。在北方，老百姓只吃事

第1页，共3页

先做好的冷食如枣饼、麦糕等；在南方，则多为青团和糯米糖藕。每届清明，人们把柳条编成圈儿戴在头上，把柳条枝插在房前屋后，以示怀念。

1.清明节的由来

清明节是我国民间重要的传统节日,是重要的八个节日：上元、清明、立夏、端午、中元、中秋、冬至和除夕之一。一般是在公历的四月五日,但其节期很长,有十日前八日后及十日前十日后两种说法,这近二十天内均属清明节。

清明节的起源，据传始于古代帝王将相“墓祭”之礼，后来民间亦相仿效，于此日祭祖扫墓，历代沿袭而成为中华民族一种固定的风俗。本来，寒食节与清明节是两个不同的节日，到了唐朝，将祭拜扫墓的日子定为寒食节。

“清明节”的得名还源于我国农历24节气中的清明节气。冬至后第105天就是清明节气。清明节气共有15天。作为节气的清明，时间在春分之后。这时冬天已去，春意盎然，天气清朗，四野明净，大自然处处显示出勃勃生机。用“清明”称这个时期，是再恰当不过的一个词。

[2] 冬至后一百零五天谓之寒食，从前这天禁火，冷食，故又称“冷节”、“禁烟节”。民间传说寒食是为了纪念春秋时的介子推被火焚于绵山，晋文公下令禁火。介子推是山西人，所以冷食习俗在山西首先流行。旧时寒食断火，次日宫中有钻木取新火的仪式，民间也多以柳条互相乞取新火。

2.清明节的风俗习惯

清明节的习俗是丰富有趣的，除了讲究禁火、扫墓,还有踏青、荡秋千、踢蹴鞠、打马球、插柳等一系列风俗体育活动。相传这是因为寒食节要寒食禁火，为了防止寒食冷餐伤身，所以大家来参加一些体育活动，以锻炼身体。清明节，民间忌使针，忌洗衣，大部分地区妇女忌行路。傍晚以前，要在大门前洒一条灰线，据说可以阻止鬼魂进宅。因此，这个节日中既有祭扫新坟生离死别的悲酸泪，又有踏青游玩的欢笑声，是一个富有特色的节日。荡秋千

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，改之为秋千。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。荡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。

蹴鞠

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。打马球，也是端午之戏之一。马球，是骑在马上，持棍打球，古称击鞠。三国曹植《名都篇》中有“连翩击鞠壤”之句。唐代长安，有宽大的球场，玄宗、敬宗等皇帝均喜马球。章怀太子墓中《马球图》，画出了唐代马球的兴盛：画上，二十多匹骏马飞驰，马尾扎结起来，打球者头戴幞巾，足登长靴，手持球杖逐球相击。《析津志》记辽国把打马球作为节日的传统风俗，于端午、重九击球。《金史·礼志》也记金人于端午击球。宋代有“打球乐”舞队。至明代，马球仍流行。《续文献通考·乐考》记载明成祖曾数次往东苑击球、射柳。明《宣宗行乐图》长卷中绘有宣宗赏马球之场面。当时的官员王直写的端午日观打球的诗：“玉勒千金马，雕文七宝球。鞚飞惊电掣，伏奋觉星流。炎页过成三捷，欢传第一筹。庆云随逸足，缭绕殿东头。”北京白云观前也有群众骑马击球之典。清代天坛一带也还有马球运动，直至清中叶之后，马球才消失了。近年西安市又出现了仿古马球运动，使这一古老的体育运动在绝迹多年后重又出现在中华大地上。

踏青

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。

植树

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，每年三月十二日为我国植树节。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。

放风筝

放风筝也是清明时节人们所喜爱的活动。每逢清明时节，人们不仅白天放，夜间也放。夜里在风筝下或风稳拉线上挂上一串串彩色的小灯笼，像闪烁的明星，被称为“神灯”。过去，有的人把风筝放上蓝天后，便剪断牵线，任凭清风把它们送往天涯海角，据说这样能除病消灾，给自己带来好运。

扫墓

清明扫墓，谓之对祖先的“思时之敬”。其习俗由来已久。明《帝京景物略》载：“三月清明日，男女扫墓，担提尊榼，轿马后挂楮锭，粲粲然满道也。拜者、酹者、哭者、为墓除草添土者，焚楮锭次，以纸钱置坟头。望中无纸钱，则孤坟矣。哭罢，不归也，趋芳树，择园圃，列坐尽醉。”其实，扫墓在秦以前就有了，但不一定是在清明之际，清明扫墓则是秦以后的事。到唐朝才开始盛行。《清通礼》云：“岁，寒食及霜降节，拜扫圹茔，届期素服诣墓，具酒馔及芟剪草木之器，周胝封树，剪除荆草，故称扫墓。”并相传至今。

清明祭扫仪式本应亲自到茔地去举行，但由于每家经济条件和其它条件不一样，所以祭扫的方式也就有所区别。“烧包袱”是祭奠祖先的主要形式。所谓“包袱”，亦作“包裹”是指孝属从阳世寄往“阴间”的邮包。过去，南纸店有卖所谓“包袱皮”，即用白纸糊一大口袋。有两种形式：一种是用木刻版，把周围印上梵文音译的《往生咒》，中间印一莲座牌位，用来写上区号亡人的名讳，如：“已故张府君讳云山老大人”字样，既是邮包又是牌位。另一种是素包袱皮，不印任何图案，中间只贴一蓝签，写上亡人名讳即可。亦做主牌用。关于包袱里的冥钱，种类很多。

插柳

据说，插柳的风俗，也是为了纪念“教民稼穑”的农事祖师神农氏的。有的地方，人们把柳枝插在屋檐下，以预报天气，古

谚有“柳条青，雨蒙蒙；柳条干，晴了天”的说法。黄巢起义时规定，以“清明为期，戴柳为号”。起义失败后，戴柳的习俗渐被淘汰，只有插柳盛行不衰。杨柳有强大的生命力，俗话说：“有心栽花花不发，无心插柳柳成荫。”柳条插土就活，插到哪里，活到哪里，年年插柳，处处成阴。

清明插柳戴大鬼节，是百鬼出没讨索之时。人们为防止鬼的侵扰迫害，而插柳戴柳。柳在人们的心目中有辟邪的功`受佛教的影响，人们认为柳可以却鬼，而称之为“鬼怖木”，观世音以柳枝沾水济度众生。北魏贾思勰《齐民要术》里说：“取柳枝著户上，百鬼不入家。”清明既是鬼节，值此柳条发芽时节，人们自然纷纷插柳戴柳以辟邪了。

**第四篇：清明节由来**

清明节由来：

我国传统的清明节大约始于周代，已有二千五百多年的历史。清明最开始是一个很重要的节气，清明一到，气温升高，正是春耕春种的大好时节，清明前后，种瓜种豆、植树造林，由于清明与寒食的日子接近，而寒食是民间禁火扫墓的日子，渐渐的，寒食与清明就合二为一了，而寒食既成为清明的别称，也变成为清明时节的一个习俗，清明之日不动烟火，只吃凉的食品。清明节的习俗：

清明节是传统的纪念祖先的节日，其主要形式是祭祖扫墓。这一习俗相沿已久，据史书记载，秦汉时，墓祭已成为不可或缺的礼俗活动。

清明节的小故事：

小英雄王二小故事

抗日战争时期，王二小的家乡是八路军抗日根据地，经常受到日本鬼子的“扫荡”，王二小是儿童团团员，他常常一边在山坡上放牛，一边给八路军放哨。1942年10月25日，日本鬼子又来扫荡，走到山口迷了路。敌人看见王二小在山坡上放牛，就叫他带路。王一小装着听话的样子走在前面，为了保卫转移躲藏的乡亲，把敌人带进了八路军的埋伏圈。突然，四面八方响起了枪声，敌人知道上了当，就气急败坏地用刺刀挑死了王二小，正在这时候，八路军从山上下来，消灭了全部敌人。

王二小牺牲了，当地军民把他埋葬在刘家庄的山坡上。现在，王二小的坟上长满了青草。他的鲜血染红的那块大石头，现在还静静地卧在山沟里，人们把它叫做“血色石”。

这个故事让我们深深感到，今天的幸福生活来之不易，是无数革命先烈用生命和鲜血换来的，他们的精神永远值得我们学习和更加珍惜现在的生活，用勤劳和智慧去开创明天，开创未来。

**第五篇：清明节的由来（范文模版）**

清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。借问酒家何处有？牧童遥指杏花村。

大家一定觉得奇怪，怎么一上来就念诗呢？今天可是清明节，是重要的“八节”之一。如今大家都知道清明节放假，可是对于我们为什么要过清明节，清明节为什么放假，又了解多少呢？

“清明节”的得名还源于中国农历24节气中的清明节气。清明节气共有15天。作为节气的清明，时间在春分之后。这时冬天已去，春意盎然，天气清朗，四野明净，大自然处处显示出勃勃生机。用“清明”称这个时期，是再恰当不过的一个词了。

清明节是传统的纪念祖先的节日，清明祭祖也由来已久。早在上古时代就有帝王诸侯祭祀宗庙的仪式，到春秋时代孔子的墓祭这些都属于贵族所特有的，到了秦汉以后，贵族制度没落，才有一般民众到祖先坟墓区祭祀的习俗。

那为什么要祭拜祖先呢？

相传汉高祖刘邦和西楚霸王项羽大战好几个回合，终於取得天下。他光荣返乡，想要去祭拜父母，谁料到了墓地一看，这墓地啊！与其说是墓地，倒不如说是乱葬岗来的贴切，那时连年的战争，谁还顾得上墓地啊，坟墓上杂草丛生，墓碑东倒西歪，有的断落，有的破裂，导致无法辨认碑上的文字。

刘邦非常的难过，于是从衣袖里拿出一张纸，撕成许多小碎片，紧紧捏在手上，然后向上苍祷告说：“爹娘在天有灵，现在风刮得这么大，我将把这些小纸片，抛向空中，如果纸片落在一个地方，风都吹不动，就是爹娘的坟墓。”说完刘邦把纸片抛向空中，果然有一片纸片落在一座坟墓上，不论风怎么吹都吹不动，他跑过去仔细一瞧，果然看到他父母的名字。

刘邦高兴得不得了，马上请人重修了父母的墓，而且从此之后，每年的清明节一定到父母的坟上祭拜。汉高祖在清明祭祖的事传到了民间，百姓便纷纷效仿。

清明节作为一个传统的扫墓祭祖节日，在福州，清明节有着其独特的风俗，就是每年清明节前后，福州市民家家户户都要去郊外踏青，为祖先扫墓、压纸、培土。扫墓完毕后，必须折松枝带回，插在家门口，向邻人说明本户已履行了扫墓祭祖的责任。

福州人扫墓祭祖还要供奉供品，供品并不复杂，只有光饼、豆腐和面点等，但有一供品是绝对少不了的，即福州特制的“菠菠稞”。

现在，清明节纳入了国家法定假日，目的就是让我们这天回去祭拜祖先，告诫自己莫忘本。

从前福州人扫墓，不会烧纸钱、放鞭炮。“因为不能用火，所以给祖宗的纸钱，就要压在坟墓四周，这便是福州清明祭祖时‘压纸’习俗的缘由。”

扫墓的最后一道程序是压纸，就是在墓头上压一些冥钱纸，表示此墓已由后人祭扫过，或向路人表示：在此安息的前辈后继有人！有闽诗云：“坟前致祭酒三杯，点滴何曾到棺材；地下料应无币厂，只好人间造钱财。”诗句既幽默、诙谐，又道出了福州人为什么称清明扫墓为“压纸”的缘故。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！