# 关于元宵节的习俗及由来

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2025-04-16

*这篇关于元宵节的习俗及由来，是特地为大家整理的，希望对大家有所帮助！2月17日是农历正月十五元宵节，也是万家团圆的好日子。元宵节，也称为小正月、元夕、上元节，是我国春节后第一个重要节日。下面，就让我们一起来了解一下有关元宵节的由来和习俗。 ...*

这篇关于元宵节的习俗及由来，是特地为大家整理的，希望对大家有所帮助！

2月17日是农历正月十五元宵节，也是万家团圆的好日子。元宵节，也称为小正月、元夕、上元节，是我国春节后第一个重要节日。下面，就让我们一起来了解一下有关元宵节的由来和习俗。

正月是农历的元月，古人称夜为“宵”，所以称正月十五为元宵节。正月十五日夜晚是一年中第一个月圆之夜，也是一元复始，大地回春的时候，人们对此加以庆祝，也是庆贺新春的延续。

元宵节又称灯节，按民间传统，在这皓月高悬的夜晚，人们要点起彩灯，以示庆贺。或出门赏月、燃灯放焰、或喜猜灯谜、共吃元宵，合家团聚，其乐融融。

采访：北京史地民俗学会副会长 张宝章（（元宵节）这个传统的节日已经有两千多年，从汉朝开始咱们中国就有元宵节。这个主题以后越来越发展，越来越丰富。所以我们现在这么重视这个节日，就是因为它是一个欢乐的、团结的、和谐的节日，这是中国人特别崇尚的一种思想。）

民间过元宵节有吃元宵的习俗。元宵由糯米制成，或实心，或带馅。食用时煮、煎、蒸、炸皆可。起初，人们把这种食物叫“浮圆子”，后来又叫“汤团”或“汤圆”，这些名称与“团圆”字音相近，取团圆之意，象征全家人团团圆圆，和睦幸福。

采访：北京史地民俗学会副会长 张宝章（在元宵节吃元宵这已经有一千年的历史。元宵节不管是穷富，家家户户都得想办法吃上一顿元宵。比方在我们原来的海淀镇，海淀镇上很多糖果店都是要经营元宵，还有到大街上喊卖元宵的。）

“猜灯谜”又叫“打灯谜”，起源于宋朝，是元宵节后增的一项活动。人们把谜语写在纸条上，贴在五光十色的彩灯上供人猜。因为谜语能启迪智慧又饶有兴趣，所以流传过程中深受人们的欢迎。

采访：北京史地民俗学会副会长 张宝章（作为海淀区来说，在明代的时候就有一个很的米家灯，北京市的各个灯市，比方说在灯市口、前门外、后门这些灯市都有米家灯展示，就有很多诗人写了很多关于米家灯的诗：西沟桥上月初升，西沟桥下水澄澄。奇石回廊都不见，游人还问米家灯。）

随着时间的推移，元宵节的活动越来越丰富，不少地方节庆时还增加了耍龙灯、耍狮子、踩高跷、划旱船扭秧歌、打太平鼓等传统民俗表演。这个传承已有两千多年的传统节日，不仅盛行于海峡两岸，就是在海外华人的聚居区也年年欢庆不衰。

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！