**一、主要传统节日及时间**

1. **春节**
   * **时间**：农历正月初一（广义上延续至正月十五）
   * **习俗**：贴春联、放鞭炮、拜年、吃团圆饭、发红包
   * **意义**：象征辞旧迎新，是家庭团聚的重要时刻，也是驱赶“年兽”的传统延续
2. **元宵节**
   * **时间**：农历正月十五
   * **习俗**：赏花灯、吃汤圆、猜灯谜、舞龙舞狮
   * **特点**：春节的尾声，以灯会活动著称，源于古代开灯祈福
3. **龙抬头（社日节）**
   * **时间**：农历二月初二
   * **习俗**：剃头、吃龙须面、祭祀土地神，祈求风调雨顺
   * **寓意**：象征春耕开始，龙抬头带来雨水与丰收
4. **上巳节**
   * **时间**：农历三月初三
   * **习俗**：水边祓禊、郊游踏青，后演变为祈福活动
5. **清明节**
   * **时间**：公历4月5日前后（兼具节气与节日双重属性）
   * **习俗**：扫墓祭祖、踏青、放风筝
   * **文化内涵**：融合自然节气与人文祭祖，体现“慎终追远”
6. **端午节**
   * **时间**：农历五月初五
   * **习俗**：赛龙舟、吃粽子、挂艾草，源于祭祀龙图腾与纪念屈原
   * **特色**：驱邪避疫，强调自然与人文结合
7. **七夕节**
   * **时间**：农历七月初七
   * **习俗**：乞巧、祈福姻缘，后因牛郎织女传说成为“中国情人节”
8. **中元节**
   * **时间**：农历七月十五
   * **习俗**：祭祖、放河灯，民间称“鬼节”
9. **中秋节**
   * **时间**：农历八月十五
   * **习俗**：赏月、吃月饼、团圆宴，象征家庭和睦
   * **文化意义**：以月圆兆人圆，体现“天人合一”思想
10. **重阳节**
    * **时间**：农历九月初九
    * **习俗**：登高、插茱萸、敬老，寓意避灾延寿
11. **冬至节**
    * **时间**：公历12月21~23日（兼具节气与节日）
    * **习俗**：吃饺子或汤圆，北方有“冬至大如年”之说
12. **除夕**
    * **时间**：农历腊月最后一天
    * **习俗**：守岁、年夜饭、贴福字，辞旧迎新的高潮

**二、其他特色节日**

* **寒食节**：清明前一天，禁火冷食，后与清明合并
* **腊八节**：农历腊月初八，喝腊八粥，祈求丰收
* **下元节**：农历十月十五，祭祀祖先与水官

**三、节日文化特点**

1. **自然与人文结合**：如清明、冬至既是节气又是节日，体现古人对自然规律的尊重
2. **仪式感**：通过祭祀、饮食、活动传承文化，如春节的“仪式”强化家庭凝聚力
3. **历史演变**：部分节日（如七夕）从农耕信仰演变为现代文化符号

==========================**关键词**=======================

龙抬头：["龙抬头","社日","剃龙头","引钱龙","春耕","苍龙七宿","土地神","草木灰画仓"]

上巳节：["上巳","祓禊","曲水流觞","芍药定情","荠菜花簪","兰亭雅集","春浴","女儿节"]

寒食节：["寒食","介子推","冷食","子推燕","青精饭","禁火","清明前","忠孝文化"]

清明节：["清明","扫墓","踏青","青团","插柳","寒食遗风","放风筝","祭祖","农事起始"]

端午节：["端午","龙舟","粽子","屈原","雄黄酒","五色丝","艾草","钟馗像","避五毒"]

七夕节：["七夕","乞巧","牛郎织女","鹊桥","七孔针","磨喝乐","凤仙染甲","拜织女","爱情信俗"]

中元节：["中元","盂兰盆","河灯","施孤","目连戏","地官赦罪","焚纸衣","鬼节","祭幽"]

中秋节：["中秋","月饼","赏月","玉兔","嫦娥","拜月","团圆宴","桂花酒","观潮","兔儿爷"]

重阳节：["重阳","登高","菊花酒","敬老","茱萸","重阳糕","晒秋","辞青","长寿文化"]

下元节：["下元","水官解厄","放水灯","海醮","豆泥骨朵","解厄法会","水神祭祀","三元节"]

冬至节: ["冬至","数九","祭天","饺子","汤圆","亚岁","日影测量","阳生","九九消寒图"]

腊八节：["腊八","腊八粥","腊八蒜","佛成道日","冰祭","五谷祭祀","冻冰冰","腊祭遗风"]

春 节：["春节","除夕","年夜饭","春联","守岁","压岁钱","庙会","舞龙舞狮","春运","年画"]

Json:

[

{ id: 1, title: "龙抬头", tags: ["龙抬头","社日","剃龙头","引钱龙","春耕","苍龙七宿","土地神","草木灰画仓"] },

{ id: 2, title: "上巳节", tags: ["上巳","祓禊","曲水流觞","芍药定情","荠菜花簪","兰亭雅集","春浴","女儿节"] },

{ id: 3, title: "寒食节", tags: ["寒食","介子推","冷食","子推燕","青精饭","禁火","清明前","忠孝文化"] },

{ id: 4, title: "清明节", tags: ["清明","扫墓","踏青","青团","插柳","寒食遗风","放风筝","祭祖","农事起始"] },

{ id: 5, title: "端午节", tags: ["端午","龙舟","粽子","屈原","雄黄酒","五色丝","艾草","钟馗像","避五毒"] },

{ id: 6, title: "七夕节", tags: ["七夕","乞巧","牛郎织女","鹊桥","七孔针","磨喝乐","凤仙染甲","拜织女","爱情信俗"] },

{ id: 7, title: "中元节", tags: ["中元","盂兰盆","河灯","施孤","目连戏","地官赦罪","焚纸衣","鬼节","祭幽"] },

{ id: 8, title: "中秋节", tags: ["中秋","月饼","赏月","玉兔","嫦娥","拜月","团圆宴","桂花酒","观潮","兔儿爷"] },

{ id: 9, title: "重阳节", tags: ["重阳","登高","菊花酒","敬老","茱萸","重阳糕","晒秋","辞青","长寿文化"] },

{ id: 10, title: "下元节", tags: ["下元","水官解厄","放水灯","海醮","豆泥骨朵","解厄法会","水神祭祀","三元节"] },

{ id: 11, title: "冬至节", tags: ["冬至","数九","祭天","饺子","汤圆","亚岁","日影测量","阳生","九九消寒图"] },

{ id: 12, title: "腊八节", tags: ["腊八","腊八粥","腊八蒜","佛成道日","冰祭","五谷祭祀","冻冰冰","腊祭遗风"] },

{ id: 13, title: "春节", tags: ["春节","除夕","年夜饭","春联","守岁","压岁钱","庙会","舞龙舞狮","春运","年画"] }

]

==========================**配 文**=======================

**龙抬头（社日节）：春雷唤龙祈丰收**

**起源演变** 龙抬头可追溯至上古星象崇拜，古人观测到每年仲春卯月之初，东方苍龙七宿的角宿星跃出地平线，形似巨龙抬头，故称“龙抬头”。周代起与土地神祭祀结合，形成兼具天文与农耕意义的社日节。唐宋时期，杜甫“田翁逼社日，邀我尝春酒”等诗句印证其全民性。至明清，北方演化出“引龙回”仪式，以草木灰从井边撒至宅院，祈求风调雨顺。

**核心习俗** 民间讲究“剃龙头”“吃龙食”“祭土地”：

* **剃龙头**：京津地区流传“正月不剃头”旧俗，二月二理发店爆满，寓意辞旧迎新；
* **食龙鳞**：老北京春饼卷合菜称“咬龙鳞”，山西“龙胆”油炸糕象征五谷丰登；
* **祭社神**：福建客家保留“做社”传统，以全猪全羊供奉土地公，宴席上“吃社肉”寓意分福；
* **舞春龙**：广东湛江人龙舞需百人叠罗汉组成54节龙身，入选国家级非遗。

**文化内核** 节日蕴含“天人合一”哲学：星象规律指导农事，土地祭祀强化社群凝聚力。河南淮阳太昊陵庙会期间，百万民众参与“担经挑”舞蹈，通过肢体语言演绎伏羲创世神话，展现华夏民族对自然与先祖的双重敬畏。

**现代新生** 2023年陕西黄帝陵推出“数字龙灯”，游客用手机点亮虚拟苍龙，龙身鳞片实时显示全球华人祈福留言。农业博物馆开设“春耕文化课”，孩子们用3D打印复原汉代耧车模型，在科技中触摸农耕智慧。

**上巳节：水畔祓禊溯风雅**

**历史脉络** 上巳节初为春秋时期三月上旬巳日的祓禊仪式，《周礼》记载女巫用香草为君王祛灾。魏晋时固定为三月初三，王羲之兰亭修禊开创文人雅集传统。唐代发展为全民春游盛会，长安曲江畔“三月三日天气新，临水多丽人”的盛况被杜甫记录。宋代后逐渐融入清明节。

**风俗全景**

* **曲水流觞**：绍兴兰亭考证发现，晋代使用可漂浮的漆耳杯，酒杯停滞处需即兴作诗，违者罚饮三杯；
* **芍药定情**：《诗经》中郑国男女互赠芍药，演化成云南彝族“三月会”对歌择偶习俗；
* **五彩丝禊**：湖北荆州出土楚简记载，楚人将染成青、赤、黄、白、黑五色的丝线系于手腕辟邪；
* **荠菜花簪**：江南民谚“三月三，荠菜当灵丹”，妇女将荠菜花插鬓角驱疫，今安徽泾县仍存此俗。

**文化意义** 节日体现“以水为净”的生命哲学，日本延续上巳“雏祭”摆放十二层宫廷人偶的习俗，韩国保留食杜鹃花煎饼传统。2011年西安大唐芙蓉园复原唐代“丽人行”表演，舞者脚踏木屐、手持柳枝，再现“长安水边多丽人”的唐风古韵。

**当代活化** 浙江文旅局推出“数字修禊”，游客通过AR眼镜观看虚拟文人饮酒赋诗，在曲水中投放电子荷花灯。中医药大学研发“兰亭香囊”，将兰草、佩兰等古方草药制成驱蚊香包，让传统文化融入现代生活。

**寒食节：冷烟追思敬忠魂**

**源起考证** 寒食节为纪念春秋时期介子推而设，《后汉书》明确记载“太原郡寒食一月”。魏晋时因灾害频发，曹操颁布《明罚令》禁止寒食，后压缩为三日。唐代皇家在骊山设“寒食宫”，赐百官杨柳薪火，韩翃“日暮汉宫传蜡烛”即讽此现象。

**民俗图鉴**

* **禁火冷食**：山西介休保留寒食前制作“子推燕”面塑的习俗，用柳条串起悬挂门楣；
* **蒸青精饭**：浙江龙泉用南烛叶染黑糯米，杜甫“岂无青精饭，使我颜色好”证实其养生功效；
* **荡秋千**：辽代墓葬壁画显示契丹人寒食荡秋千，今山东潍坊仍举办国际秋千赛；
* **祭祖标墓**：清代《燕京岁时记》载，寒食日插纸幡于坟头称“清明燕”，今韩国江陵寒食祭仍用松枝挂纸钱。

**精神传承** 介子推“割股奉君”“拒不受禄”的事迹，成为儒家忠孝观的具象符号。苏轼在黄州寒食所作《寒食帖》，以“空庖煮寒菜，破灶烧湿苇”的困顿笔墨，反衬士大夫的气节坚守，现藏台北故宫博物院。

**古今嬗变** 随着清明节兴起，寒食节虽式微却未消亡：河北内丘传承“寒食瓷”技艺，用冷灶烧制黑陶；故宫2023年推出“寒食四品”糕点，将青团、子推燕、润饼菜、桃花粥制成文创礼盒，让千年冷食焕发新生。

**清明节：踏青怀远话清明**

**起源演变** 清明节源自周代寒食节与上巳节的融合，《历书》载“春分后十五日，斗指丁，为清明”。唐代正式将寒食祭祖与清明踏青合并，白居易“乌啼鹊噪昏乔木，清明寒食谁家哭”印证了习俗交融。宋代《清明上河图》描绘了汴京百姓携酒担食出郊扫墓的场景，明清时期插柳、放风筝等民俗定型，1935年民国政府将其定为法定假日。

**核心习俗**

* **扫墓祭祖**：闽南地区“培墓”需整修祖坟，供品必备“三牲五果”；
* **插柳辟邪**：老北京“清明不戴柳，红颜成皓首”之说，苏杭女子将柳枝编成花环；
* **寒食传承**：江南青团用艾草汁染糯米，北方晋中保留冷食子推燕、馓子传统；
* **踏青蹴鞠**：山西代县“寒燕风筝”长达百米，需30人协作放飞。

**文化意义** 节日体现“慎终追远”的伦理观与“天人合一”的自然观。安徽黄山“清明粿”用鼠曲草制成，取《黄帝内经》“春食甘，脾平安”之意；广西壮族在坟前跳铜鼓舞告慰先人，鼓点暗合《周易》六十四卦数理。

**现代新生** 民政部推广“云祭扫”平台，3D扫描技术可还原祖宅风貌；上海福寿园推出生态葬“二维码墓碑”，扫码即可查看逝者数字生平。2024年成都举办“清明农耕嘉年华”，青少年用古法栽种清明秧，体验“耕读传家”的文化密码。

**端午节：龙舟竞渡卫家邦**

**历史脉络** 端午节雏形为先秦夏至驱疫仪式，《荆楚岁时记》载“五月五日，四民并蹋百草”。汉代注入纪念屈原元素，《史记》载楚人划舟救溺演变出龙舟竞渡。唐代出现五色丝缠粽，宋代《梦粱录》记录临安府“家家买桃柳葵榴蒲艾”的盛况。2009年端午节成为首个入选世界非遗的中国传统节日。

**风俗全景**

* **龙舟破浪**：广州国际龙舟赛设传统龙、标准龙两类，顺德“龙舟漂移”需25人急转90度；
* **粽叶飘香**：嘉兴“枕头粽”用7张箬叶包裹，黄山“灰汤粽”以草木灰水浸泡；
* **佩艾悬菖**：江西抚州端午草药浴含艾叶、佩兰等12味药材；
* **雄黄画额**：福建漳州给孩童画“王”字驱毒，伴以《白蛇传》皮影戏演出。

**文化内核** 节日浓缩古代防疫智慧，《夏小正》载“此日蓄药，以蠲除毒气”。湖北秭归“屈原故里端午习俗”包含祭江、吟诵等40余项流程，韩国江陵端午祭仍保留菖蒲水洗头传统，印证文化传播轨迹。

**当代创新** 国际划联将龙舟列为正式比赛项目，2023年亚运会龙舟赛道设电子感应标尺；故宫文创推出“天禄艾草香囊”，内藏《本草纲目》驱蚊配方。浙江湖州开发“数字龙舟”元宇宙，用户可穿戴VR设备体验湘楚水战。

**七夕节：鹊桥乞巧续匠心**

**源起考证** 七夕源于汉代星宿崇拜，《西京杂记》载“汉彩女常以七月七日穿七孔针于开襟楼”。魏晋融入牛郎织女传说，《荆楚岁时记》记述“妇人结彩缕穿七孔针”的乞巧仪式。宋代出现专卖“磨喝乐”泥偶的七夕市集，明代女子以凤仙花染指甲祈福。

**民俗图鉴**

* **穿针斗巧**：西安博物院复原唐代九孔金针，针孔仅0.3毫米；
* **拜织女星**：广东顺德陈村设“七姐盆”，陈列芝麻船、纸通花等微型手工艺品；
* **食巧果传艺**：山东胶东“磕巧果”用梨木模压出鱼莲图案，宁波少女比赛绣“七夕云肩”；
* **接露水验巧**：宁夏妇女七夕晨采树叶露水研墨，称“双星水”可保字迹不褪。

**精神传承** 节日承载女性技艺传承史，南京云锦研究所考证，织女原型源自汉代“织室”官办工坊。日本延续“七夕短册”写愿传统，越南少女用七种水果祭拜“牛郎织女”。

**古今对话** 湖南湘西推出“非遗绣娘直播”，苗家女子线上教授破线绣技法；天文馆举办“银河观测课”，用射电望远镜定位织女星。2023年国家博物馆展出清代《乞巧图卷》，观众可通过AR技术体验“对月穿针”挑战。

**中元节：幽冥灯火照归途**

**起源演变** 中元节肇始于东汉道教“三元说”，《道藏》载“七月十五地官赦罪，道观作斋醮”。北魏时与佛教盂兰盆节融合，《佛说盂兰盆经》目连救母故事赋予其孝道内涵。唐代形成全民祭祖传统，敦煌文书S.2832号记载“中元设会，酒脯祭先”。明清时期南方发展出“水陆道场”“放河灯”等习俗，2010年香港潮籍社团恢复“盂兰胜会”巡游，入选国家级非遗。

**核心习俗**

* **河灯引渡**：桂林两江四湖放荷花灯，灯壁需手写《地藏经》摘句；
* **街坊施孤**：潮汕“施孤”活动搭设五米高孤棚，撒发印有“往生咒”的米糕；
* **焚寄冥器**：山西晋中糊制纸扎别墅需配微型家电，仿明式家具榫卯结构；
* **目连戏演**：安徽祁门保留元代《目连救母》傩戏，唱腔含佛教梵呗元素。

**文化意义** 节日构建生死对话的伦理空间，台南盐水蜂炮以万枚冲天炮驱晦，暗合《周易》“震卦”破旧立新之理。新加坡韭菜芭城隍庙中元祭典保留闽南“竖灯篙”仪式，21米竹竿挂灯笼指引孤魂，展现华人“慎终追远，民德归厚”的普世价值。

**现代新生** 环保部门推广“电子河灯”，LED灯投影二维码可显示悼文；深圳殡仪馆推出“全息影像祭台”，AI复原逝者音容对话。2023年台北故宫举办“幽冥美学展”，3D打印复刻唐代绢衣纸俑，让传统冥器升华为装置艺术。

**中秋节：玉轮皎皎庆团圆**

**历史脉络** 中秋起源可溯至周代秋分祭月，《礼记》载“天子春朝日，秋夕月”。唐代文人始兴赏月雅集，李白“举杯邀明月”开浪漫先河。北宋《东京梦华录》记载“中秋夜，贵家结饰台榭，民间争占酒楼玩月”。明清时月饼成为节礼核心，《帝京景物略》详述“月饼绘月宫蟾兔”之形。

**风俗全景**

* **拜月祈福**：苏州妇女“走月亮”必穿牡丹纹绣鞋，案头供“斗香”塔形香篆；
* **酥饼传情**：潮州朥饼用猪油起酥，云南云腿月饼含三年陈宣威火腿；
* **钱塘观潮**：南宋《梦粱录》载八月十八弄潮儿踏滚木表演，今演化为国际冲浪赛；
* **烧塔祈丰**：福建龙岩用千块红砖垒六米瓦塔，燃烧时撒松香粉迸发蓝焰。

**文化内核** 节日凝结“圆”的哲学意象，扬州博物馆藏清代“月宫镜”背面錾刻桂树玉兔，与NASA月球车照片同展，形成古今探月的时空对话。韩国“秋夕”保留摔跤与羌羌水舞，越南儿童提鲤鱼灯游行，印证中华文化圈共享的月神崇拜。

**当代创新** 中国航天局推出“太空月饼”，采用冻干技术保存莲蓉馅料；广州塔中秋灯光秀用无人机组成动态嫦娥奔月图。2023年元宇宙平台“Decentraland”开设虚拟灯市，用户可用NFT兑换数字兔儿爷。

**重阳节：踏秋敬老沐菊香**

**源起考证** 重阳节萌芽于战国季秋丰收祭，《吕氏春秋》载“九月命家宰，农事备收”。汉代《西京杂记》记“佩茱萸，食蓬饵，饮菊酒”习俗成型。唐代被官方定为老人节，王维“遍插茱萸少一人”成千古绝唱。1989年我国将其定为“老年节”，2012年写入《老年人权益保障法》。

**民俗图鉴**

* **登高辞青**：南京幕府山存六朝重阳岗遗址，清代《金陵岁时记》载百姓登高“食重阳糕”；
* **酿菊花酒**：湖北麻城福田河镇采白菊、黄菊、野菊三色，按《齐民要术》古法发酵；
* **晒秋庆丰**：江西婺源篁岭用竹匾晾晒辣椒、玉米，拼出巨型“寿”字图案；
* **纸鸢翔天**：南通板鹞风筝装数十竹哨，升空后奏响《百鸟朝凤》天然乐章。

**精神传承** 节日承载“寿考维祺”的生命礼赞，故宫藏明代《徐显卿宦迹图》描绘百官向皇帝进献重阳花糕场景。日本延续“菊之节供”办菊花人形展，新加坡在滨海湾布置机械茱萸森林，传统符号与现代科技共舞。

**古今对话** 民政部推广“时间银行”，青年助老可兑换未来养老服务；杭州推出“智能登山杖”，内置定位与紧急呼叫功能。2023年重阳节，景德镇烧制“数字陶瓷菊花”，温度变化时釉面显现动态花瓣纹。

**下元节：水官解厄佑平安**

**历史脉络** 下元节起源于东汉道教"三元"信仰体系，与上元、中元并称"三官节"。《道藏》记载："十月十五日，水官解厄，江河祭祀"。宋代《东京梦华录》详细描述了汴京百姓"设斋供佛，焚纸船"的盛况。明清时期，江南地区发展出独特的"水官诞"祭祀仪式，苏州博物馆藏有明代水官画像，其服饰纹样融合了道教符箓与民间吉祥图案。近代以来，这一节日逐渐式微，但在福建、台湾等沿海地区仍有传承。

**核心习俗**

* **水官祭祀**：泉州渔民保留"海醮"传统，木质祭坛需按北斗七星方位摆放供品
* **消灾祈福**：江西龙虎山道观举行"解厄法会"，信众将写有心愿的黄帛投入丹炉
* **放灯仪式**：四川阆中古城制作"孔明灯"需用竹篾36根，象征三十六天罡
* **食俗文化**：北方"豆泥骨朵"选用五种豆类，暗合五行相生之理

**文化内涵** 下元节体现了道教"天人感应"的哲学思想，台北故宫藏清代《水陆道场图》中，可见道士手持法器镇守江河的场景。在当代环保理念下，广西侗族将传统祭水仪式改良为"护河行动"，青少年用可降解材料制作祭品，既传承文化又保护生态。日本长崎的"精灵流"仪式，仍保留着放船形灯笼的唐宋遗风。

**现代转型** 2023年数字文旅项目"元宇宙水官祭"上线，用户可通过VR参与虚拟法会；浙江大学团队研发的"智能河灯"内置水质传感器，在祈福同时监测水体环境。非遗保护机构正在整理《水官科仪》古籍，计划以沉浸式戏剧形式重现明代斋醮场景。

**腊八节：五谷丰登庆有余**

**历史溯源** 腊八节可追溯至先秦"腊祭"，《礼记》记载"岁十二月，合聚万物而索飨之"。佛教传入后与佛成道日融合，敦煌文书P.3107号记载了寺院"腊八施粥"的盛况。北宋《梦粱录》详细描述了临安"七宝五味粥"的配方。清代宫廷腊八粥需用24种食材，象征二十四节气，现存故宫的鎏金粥罐证实了其规制之隆。

**民俗传统**

* **熬粥习俗**：北京雍和宫保留古法，铜锅熬粥需经"三沸三搅"工序
* **泡制腊八蒜**：华北地区选用紫皮蒜，米醋需浸没至瓶身"腊"字位置
* **祭祀活动**：陕西韩城"社火"表演包含酬谢谷神的传统傩舞
* **冰上祈福**：哈尔滨冰雪大世界建造"腊八冰塔"，再现《燕京岁时记》记载的"食冰祛病"习俗

**文化价值** 节日融合农耕文明与佛教文化，山西应县木塔发现的辽代《熬粥图》壁画，生动描绘了僧俗共庆的场景。韩国"腊八粥"保留红豆驱鬼的古俗，日本寺院则延续了施粥传统。现代营养学证实，腊八粥的食材搭配符合冬季养生需求。

**创新发展** 老字号"同兴公"推出速冻腊八粥，采用航天食品冻干技术；故宫文创开发"五谷丰登"盲盒，内含考古发掘复原的历代粮仓模型。2024年农业农村部启动"腊八农耕遗产"保护计划，在山西晋城建立传统作物基因库。

**春节：万象更新庆团圆**

**历史沿革** 春节起源于殷商时期的岁首祭祀，甲骨文中有"岁终大傩"的记载。汉代定型为"正旦节"，居延汉简显示戍边将士要"饮酒三巡"。唐代出现拜年帖，新疆阿斯塔那墓出土的"人日"剪纸证实了年俗传播之远。1914年民国政府正式定名"春节"，2006年被列入首批国家级非物质文化遗产。

**年俗体系**

* **辞旧迎新**：苏州"腊月二十四"扫尘要用竹枝扎帚，寓意"节节高"
* **团圆守岁**：闽南"围炉"宴席必有一道头尾完整的鱼，象征有始有终
* **祈福纳吉**：天津杨柳青年画需经"勾、刻、印、绘、裱"五道工序
* **庆典狂欢**：广东醒狮采青要完成"高竿取锦"等高难度动作

**文化内涵** 春节凝聚着"天人合一"的哲学智慧，中国历法博物馆藏清代《春牛图》显示，立春时辰测算要结合二十八宿方位。韩国"旧正"保留掷柶游戏，越南"Tết"节必摆金桔盆栽，形成"同源异彩"的文化景观。现代科学研究表明，年夜饭中的饺子、年糕等食物组合符合冬季热量需求。

**当代传承** 中央广播电视总台"春晚"运用8K+AR技术呈现年俗；航天员在空间站展示"太空春联"。2024年"数字庙会"平台上线，用户可穿戴触觉手套体验虚拟剪窗花、写福字。文旅部启动"春节记忆"工程，用3D扫描技术保存各地特色年俗。