

民俗节庆



大理

双廊古镇接本主

说到大理的年味，白族民俗的“接本主”活动，是不得不提的。白族村寨几乎都建有本主庙。

正月初四是大理江尾红山口红山本主诞生纪念日。天刚亮，村民会从邻近的大建旁村驶出两只大船到红山接本主，船载本主到锣鼓曲的秋曲旬时，让本主“赏花”“阅兵”，然后驶向双廊北海滨，在龙灯、狮灯、霸王鞭和锣鼓唢呐声中接本主上岸，坐上两部木轮拖车，前面的人举着“回避”“肃静”牌，在黄罗大伞、古代金瓜刀枪剑戟等兵器及五色旌旗簇拥下，在礼炮和地雷声中，按照祖孙前后规矩，阁村所有男子拉接本主木轮拖车，徐徐进入双廊村，一直拉接到大建旁村本主行宫。

本主所到之处，香案供桌琳琅

满目，鼓乐、炮声喧天动地。本主接回村里后，各家各户抬着猪头、鸡等供品到本主行宫祭祀。晚上整夜唱戏、对歌，白族调、神曲此起彼伏，歌唱本主的英雄事迹，歌唱对新生活的追求，歌唱对美好爱情的向往。一直到正月初七才将本主送回红山本主庙。

每逢迎接本主之日，村子里的男人们舞龙、吹奏、抬轿、放炮、举彩旗，好不热闹，而女人们都会着上最美丽的白族服饰，年轻的姑娘、少妇们被粉色、红色的坎肩衬得娇艳欲滴，大妈们头上黑底蓝花或红花的包头更是扎得一丝不苟，每个岔口都有村民举香祭祀。

大年初一，双廊古镇也会开展接本主民俗活动，普村同庆，共度佳节。



祥云

正月初八哑巴节

每年的正月初八，祥云县禾甸镇大营七村都要举行一场万人狂欢的盛会——哑巴节，来自四面八方的游客汇聚一堂，一起体验这个古老而又神秘的节日。

哑巴节已有上千年的历史，被列入云南省非物质文化遗产保护名录，大哑巴则是整个哑巴节的核心人物。相传在远古时代，七宣村里有一位美丽善良的哑女，为村民们的生存四处奔波，感动了当地的龙王，让当地村民过上了幸福的生活。为了纪念哑女，每年的正月初八，人们都要选出一位村民装扮成龙王，也就是大哑巴，举行祭祀活动，以表

达对哑女的思念和感激。这一天，来自四面八方的舞族姑娘小伙子们欢聚一堂，载歌载舞，附近村民摆起小吃摊，摆出大营特产的土陶，欢迎远道而来的客人。在毕摩老者的带领下，村民们吹响号角，恭请大哑巴前来为全村百姓祈福。大哑巴的队伍浩浩荡荡地在村里穿梭，通过祭拜神树、年松，经过“三请三唱三起号”，最终到广场上开始极具彝族特色的哑巴舞表演。

哑巴节这一天来到七宣村，不仅体验到独特的哑巴文化，更能感受到彝家儿女的热情好客。

过年啦

找个新玩场 过个别样年

统筹：杨茜

采写：本报记者 秦蒙琳 木晓斐 期俊军 李春丽 崔敏
实习生 江芷汀 通讯员 冯雪娥 曾红文 樊娇艳 张天理 赵开月

每每临近翘首以盼的春节，很多人会异常兴奋，心思早已飞回那熟悉的家中。而真正回家过节时，却总觉得年年岁岁都相似，年味渐渐变淡了，儿时的年味已一去不复返，成了一份永久的、宝贵的怀念。读万卷书，不如行万里路。时值春节，不妨带着一家人找一个新玩场，度过一个别样的年。

春节大戏



丽江

感受东巴文化的奥妙

大年初一起，丽江又将迎来游客高峰，“魅力丽江 喜迎新春”民族文艺系列活动分歌舞展演、“东巴文化永流传”现场互动活动、民族打跳三大板块将展开。

在丽江古城玉河广场，第16届春节赠春联活动将于1月30日至31日(9时至17时)、2月1日(9时至12时)举行，别忘了请纳西东巴及书法家给你书写一副新春春联；2月5日(大年初一)、2月6日(大年初二)，举行“迎新春”专场演出；2月7日(大年

初三)、2月8日(大年初四)，举行“和美大研 喜迎新春”民族文艺展演，邀请东巴文老师教授纳西话、讲解东巴字，并通过现场互动的方式邀请现场观众参与活动，每场次赠送10件特色纪念品；2月9日(大年初五)、2月10日(大年初六)，举行“玉龙古城一家亲”民族文艺展演。

在丽江古城四方街，2月6日(大年初二)至2月10日(大年初六)，每天14时30分至16时(打跳)、19时至20时30分(篝火打跳)。

晋宁

新春游园+“民俗大拜年”

这个春节，昆明市晋宁区将推出一大波精彩纷呈的活动，带市民感受浓浓的年味。

晋宁区各乡(镇、街道)将开展文体系列活动，“红色文艺轻骑兵·五进”文化惠民演出将从1月持续到4月；“团团圆新春”音乐文艺演出将于1月31日前在晋宁区会堂表演；市民还可于2月5日前往永乐大街观看13时到15时的“民俗大拜年”文艺巡演活动，巡演路线从郑和路与永乐大街交会处开始，至

磷都路与永乐大街交会处结束；2月6日到8日，每天13时到15时将在郑和文化广场举办新春文艺演出。

2月5日13时至16时，市民可前往南滇池沙滩公园参加新春游园活动。同时，“郑和公园第十七届山歌调子大赛”将于2月5日、6日在郑和公园举行。2月19日、20日，宝峰民族文化广场将开展“云南·晋宁第二十二届宝峰闹春调子会”。同时，从2月起至3月底，晋宁区博物馆将举行碑刻拓片精品展，感兴趣的市民可前往参观。

玩个刺激



江川

斗牛大戏将频频上演

在玉溪市江川区安化彝族乡，建有一个斗牛场——晖喃箐斗牛场。大年初一至初三，这里将举办斗牛、斗马活动。届时，将有来自贵州、大理、丽江、泸西、宜良、晋宁、玉溪等地的50余头牛、30匹马在此“一决高下”。活动期间还将举办山歌赛。

据了解，春节期间预计会有5000人到场观看。活动期间，从安化彝族乡民族文化广场通往晖喃箐斗牛场的2公里滨河大道将实行单向通行，除晖喃箐斗牛场停车场外，游客可按秩序将车单向停放在滨河大道。



师宗

到“滇东第一漂”玩漂流

今年，来曲靖师宗过个别样的壮年，一起见证参与彝族绑腿猴节、苗族踩花山、公园游乐、拜佛祈福等丰富多彩的民俗节庆活动。

据了解，位于师宗辖区的菌子山景区目前处于休整状态，春节期间暂不营业，喜欢赏杜鹃花的游客要暂时绕道而行。色彩斑斓的凤凰谷被誉为“中国生命文化主题殿堂”。

滇东第一漂——凤凰谷漂流全长6.9公里，水流落差30余米，时而曲折蜿蜒，时而平湖深潭，时而激流浅滩，奇峰异石相伴。凤凰谷漂流时，游客可体验到激流险滩漂、田园风光漂、生态丛林漂、互动戏水漂、壮乡风情漂5个区域。

过壮家年品壮家食。为了营造欢乐祥和的春节氛围，师宗旅游部门结合凤凰谷所在地五龙壮族乡“三月三”的传统仪式，身着盛装，在竹竿、银器的伴奏声中歌舞翩跹，敲上一筒简壮

品个年味



洱源

传统汤圆年味浓

春节的脚步临近，在水流充沛的洱源县凤羽古镇大涧河畔，磨坊不时传出白族妇人的打趣谈笑声，和着哗哗的水碓冲击声，热闹欢腾的景象宣示着这座千年古镇的年味渐至。

每年正月初一、初五、十五，凤羽家家户户都有吃汤圆的传统。正月里吃汤圆不稀奇，讲究的是做汤圆的糯米面。走进凤羽米磨坊，只见四五名白族妇女一边劳作一边自娱自乐。有的在木锤旁跪着往外掏面，有的用扫帚往春坑里扫面，有的在一旁用细筛筛面，有的往各自袋子里分装磨好的细面，一遍遍地



施甸

品传统火烤糖

春节将近，年味渐浓，还记得儿时过年都吃过些什么好吃的零嘴吗？说起软绵黏牙的米白糖，黄澄透亮的龙须糖，品种繁多的火烤糖，清香甘甜的黄花耙耙，是不是让不少施甸人回味起了儿时的味道？

火烤糖产自施甸姚关，这个贯穿了当地人半个多世纪的小吃，以悠久的岁月，传统的工艺，香脆、甜而不腻的口感伴随了一代又一代人的成长，承载了多少姚关人挥之不去的甜蜜记忆。

“走，去买火烤糖吃。”在姚关，不管是大人还是小孩，只要一听说有火

烤糖吃，闲暇时总会围坐在一起，一边拉着家常，一边将一块块香甜可口的糖饼喂入口中。姚关人说的火烤糖，是当地一个有50多年生产历史、名为“老供销社”的手工作坊用面食制作，包含鸡骨糖、草鞋饼、白饼、口酥、落地松糖和杂糖等系列甜品糕点，因为是用灶火烤制而成，所以也被当地人习惯地叫做火烤糖。

在逢年过节时去称上几斤火烤糖，一家人围坐在一起慢慢享用。儿时最喜欢吃的就是口酥、芝麻饼和杂糖，一口咬下去，那种香甜酥脆的感觉就会溢满全身。

