

推 薦 序

在兩廣、湖南、江西之間，有五大山嶺東西橫互其中；山嶺南北兩地自然分隔成兩大地塊，並在悠長的歷史過程中塑造出同中有異的文明，共同形成了源遠流長的中華文化。考古發現說明，嶺南古文明根在大陸，是中原文化的延伸。進入歷史時期之後，嶺南的獨特地理條件逐步描繪出這地塊的人文及社會格局，最終形成與中國北方文明有別的嶺南文化。

嶺南位處亞熱帶，氣候宜居；平原廣闊，物產豐沛；海岸線東西綿延，盡收漁鹽之利。此地匯聚三江，交會成中國三大水系之一的珠江；支流繁茂，育人潤物。珠江南接大海，面向四方，是中國古代中外海上交通的樞紐。珠江三角洲廣納海外文明，培養出嶺南兼收並蓄、開放包容的地域性格。

公元前 214 年，秦始皇平定南越，設置南海、桂林、象郡三郡，自此嶺南地域納入中國大一統王朝的版圖。中國歷史上，北方地區不時遭受外族入侵，難免顛沛流離之苦；嶺南則長年安定富足，吸引大量中原氏族移居至此開基立業；形成廣府、客家、潮汕、雷州四大嶺南民系；並發展出獨特的語言、藝術、音樂、飲食、民俗等文化。

隨着文明演進，航海技術逐步拉近海國之間的距離。嶺南重鎮廣州位處珠江下游寶地，兼得江海之利，自漢代以來一直是中國對外通商的第一口岸，地位至清代而極盛。廣州匯通天下，以商業利益薈萃環球文化；嶺南在西方文明的長期滋養下，成為中國別樹一幟的文化板塊。在中國近代化的進程中，嶺南率先在政治、經濟、科技、教育、宗教、藝術等方面汲取西方文明的精華，成為中國最擅於與西方對話的文化地塊。

歷史證明，嶺南的地理條件確實有其獨特的優勢，因此造就了廣州的千年繁華和澳門跨世紀的中西情緣，香港和深圳在過去百年先後崛起成為全球矚目的世界級都會。在多元多變的文化影響下，嶺南地域的生活面貌也

不斷展現豐富的色彩；在中國改革開放的宏大格局之中，今日的嶺南地域已經從點伸延至線和面，在嶺南文化的根基上將珠江三角洲的城市建設成粵港澳大灣區。這個充滿活力的世界級城市群是國家發展藍圖的一項重大戰略部署，也是嶺南千年文化在充滿機遇的二十一世紀的一次歷史性蛻變。

在古今新舊的激盪之中，嶺南文化吸引了更多的目光和關注；有見及此，香港中和出版有限公司推出「圖解嶺南文化」系列，以繪圖配合文字和照片，深入淺出，通過專家學者的專業導賞，以文物解說嶺南歷史上的建築、民俗、書畫、戲曲、音樂等文化主題，引動今天的讀者尤其年輕一代，透過這場尋根之旅，去尋覓那份時空交錯的歷史感，並細心聆聽這些文化精華背後觸動人心的嶺南故事，更好地理解當下、擁抱未來。

嶺南大學協理副校長（學術及對外關係）、歷史系教授

劉智鵬

2021年3月

前 言

南粵民眾在嶺南大地上繁衍生息幾千年，創造出許多獨具嶺南地域特色的民風民俗，在語言、風俗、生活習慣、民間藝術等方面，既保留了南粵先民的古老遺風，又隨着時代發展變遷，呈現出開放、包容、創新的氣質。

嶺南各地民俗既有共性，又有特性。受嶺南地理環境的影響，廣東境內山脈、平地、台地、海洋等地形地貌，天然地將廣東分為珠江三角洲、潮汕平地、粵北山區、沿海地區等，不同的生態樣貌滋養出多樣的文化。在漫長的歷史時期，廣府人、客家人、潮汕人、雷州半島和少數民族等不同民系和民族在各個區域繁衍發展，創造出豐富多彩、個性鮮明的民俗文化，造就了嶺南民俗文化的多樣性，可謂「十里不同風，百里不同俗」，「各處鄉村各處例」。

也正因其豐富性，形成了嶺南民俗活潑明快、兼容開放的特點。廣州萬紫千紅的迎春花會、佛山催人振奮的醒獅舞、梅縣優美押韻的客家山歌、潮汕熱鬧隆重的遊神風俗、粵西精彩斑斕的年例活動、粵北特色鮮明的民族崇拜……這些民俗激發人們的遐思聯想，鼓舞一代代嶺南人不斷開拓進取。

提到民俗，人們總會從「雅」的對立面去理解「俗」，卻忽視了「俗」中亦有「雅」，「俗」亦可塑造「雅」。因此，我們在編寫本書的過程中，特意尋找一些文人墨客描述嶺南民俗的詩詞，試圖展現嶺南民俗「雅俗共賞」之韻味，讓讀者重新認識和感受嶺南民俗文化特色。

嶺南民俗的種類繁多、各放異彩，在這樣一本薄薄的圖書裡定然無法全面囊括。每一種民俗都是歷史悠久、內容豐富的。因此，這本書只能涉及部分的民俗。親愛的讀者朋友，嶺南民俗和民俗活動背後還蘊藏着更加豐富的歷史知識和社會文化等各種價值，等待着你們繼續發現和探索。

編者

王維娜

2020年1月寫於廣州



歲時節慶中獨特的嶺南風	1
春節	2
元宵節	8
清明節	12
端午節	14
七夕節	18
中元節	20
中秋節	22
冬至	28
珠江三角洲廣府人的遊藝娛樂	33
波羅誕	34
茶樓聽粵曲	40
醒獅	44
凌空飄動的造型藝術——飄色	48
失落的嶺南絕唱——木魚歌	52
丘陵上的客家風俗	55
「自古山歌從口出」	56
客家擂茶	60
客家娘酒	64
新丁出生忙添燈	68
竹馬舞	72
耕海細作：潮汕人的禮俗與歌舞	75
工夫茶	76

「出花園」	80
「拜老爺」	84
英歌舞	92
捕魚人的夢與歌——汕尾漁歌	98
雷州半島的「雷」文化與「雷」民俗	103
粵西「睇年例」與「吃年例」	104
雷神雷祖崇拜	108
舞貔貅、疊羅漢	110
戴着面具跳舞——儺舞	112
雷劇	114
粵北山區瑤族、壯族、畬族的民族節慶	117
「耍歌堂」	118
瑤族的「還盤王願」	122
壯族「牛王誕」	126
畬族拜祖圖	130
畬族「招兵節」	132



歲時節慶中 獨特的嶺南風

嶺南地區是古代百越民族聚居的地方，在漫長的歷史歲月裡，百越民族與中原漢族的移民不斷交流和融合，逐漸形成了廣府、客家、福佬（主要生活在潮汕地區）三大民系。從他們的方言、節日慶典、飲食風味、遊藝娛樂中，可以探究出與中原文化的血脈相連，但同時又能呈現出各個民系和族群獨有的特徵，形成了多元、多樣、包容的風格，即使是全國人民都有的歲時節慶，也凸顯出迷人而獨特的嶺南風。

春節

茉莉薔薇夾馬櫻，攜籃叫賣一聲聲。雙雙飛蝶頻追逐，跟個賣花人入城。
羊城世界本花花，更買鮮花度年華。除夕案頭齊供奉，香風吹到暖人家。

——佚名《花田竹枝詞》

春節古稱元旦、朔旦、正旦等，指夏曆（即農曆）正月初一，從公元前 104 年漢武帝改革曆法，實行太初曆開始，至今已有 2000 多年的歷史。辛亥革命後，中國開始採用公曆，將公曆 1 月 1 日定為元旦，農曆元旦改稱「春節」。

春節歷史悠久，是中國最重大的傳統節日。在春節期間，中國各地均舉行各種慶賀新春活動。嶺南地區歷史文化底蘊深厚，新風古俗，自成一格：廣州春節「行花街」、陽江新春行大運、潮汕遊大標和扣英歌、粵北舞春牛、醒獅賀歲以及彩龍翔舞等等，都有農耕文明的印記，是依託於農耕社會的生產和生活方式創造出來的習俗，既包含了對去歲收穫的喜悅，也寄託了對來年光景的期望。



嶺南人怎樣過年？

嶺南春節從臘月二十三祭灶開始，謂之「入年關」，此後每日的活動都有固定的安排。舊時的「新春習俗歌」唱到：

臘月二十三，曬被洗衣衫；臘月二十四，清潔房邊地；臘月二十五，掃房揮塵土；臘月二十六，洗淨禽畜屋；臘月二十七，裡外洗歸一；臘月二十八，家什擦一擦；臘月二十九，髒物都搬走。三十喜歡團年，行花街接財神。

從年初一開始，嶺南不同民系過年風俗更是各有特色：

陽江人年初一「行大運」；廣府人初二「食無情雞」；客家人初三「送窮鬼」；初五「神落天」；初六正是年；初七「遊花地」、吃七樣羹。各種慶祝活動一直持續到農曆正月十五。

七樣羹

七樣羹又稱七樣菜，是一種潮汕地區春節時獨特特色的傳統食俗。將芥菜、厚合、芹菜、蒜苗、春菜、韭菜、芥蘭等七種蔬菜同煮，寄寓「新春發大財、合家平安、長長久久」。



廣府人過大年「行花街」

「行花街」，廣府人又稱為「遊花市」、「行大運」。自明清以來，廣府人就有「行花街」的習俗。除夕當晚是「行花街」的高潮，人山人海，水泄不通，就是為了沾點花香瑞氣，擠掉污濁晦氣，以求來年風調雨順、幸福平安。廣州除夕「行花街」還有「賣懶倡勤」的寓意，廣州有童謠唱道：「賣懶，賣懶，賣到年三十晚。」

廣府人十分喜歡花，廣州自古更有「花城」的美稱。「行花街」當然少不了買年花：



廣府人首選金橘，廣州話諧音「今吉」；再來一枝紅桃花，意為「宏圖」；再擺上一盆應節的水仙花，以示「花開富貴」……插在花瓶裡的鮮花搭配也很重要，菊花、芍藥、劍蘭、銀柳等等，擺在屋內滿室生香。在廣府人看來，過年沒有「行花街」就沒有年味。這既是「擠」出來的節日喜慶與狂歡，也是廣府人傳承已久的情感儀式。

廣州荔灣路花市
(黃國祥攝)

香港的年宵花市

年宵花市是香港農曆新年的傳統節慶活動。粵語中，「花」與「發」諧音，寓意「財運亨通」「花開富貴」「春華秋實」。香港年宵花市固定在春節前幾天舉行，香港人都喜歡逛一逛人山人海的花市，賞一賞具有吉祥寓意的各類應季花卉和盆栽，為新年添上濃厚的喜氣。

全港大大小小的「花市」均為戶外市場，從每年農曆 12 月 24 或 25 日經營至正月初一清晨 6 時結束。面積最大、人流量最多的是維多利亞公園「花市」。香港方物名家葉靈鳳曾這樣記錄香港的年宵花市：「年宵花市上最當令的是吊鐘、水仙和桃花。買了挑花的大都不再買吊鐘，但水仙是必買一兩棵的。桃花最值錢的是大株而形如覆傘的雙瓣桃花，水仙是經過人工製作的蟹爪水仙。一株模樣整齊的高大『桃花王』，花販會貼上紅紙標價千元以上。可是在這年頭兒，連最講究的南北行和銀號都在「慳皮」，對於這樣貴的桃花，恐怕很少人會有閒情來『問價』了。除了吊鐘桃花水仙之外，花市上陳列最多的是萬壽菊和桔樹了。這兩種花樹都是要連盆成對買的……」

香港年宵花市



潮汕遊大標

「遊大標」即鑼鼓標旗巡遊，是廣東潮汕地區的傳統民俗文化活動。清代學者鄭昌時曾賦《竹枝詞》：「東西弦管暮紛紛，閩粵新腔取次聞，不隔城根衣帶水，《馬頭》高調送行雲。」真實再現「遊大標」的熱鬧情景。

鑼鼓標旗巡遊主要由標旗隊和潮州大鑼鼓隊兩個部分組成。巡遊的隊伍人數少時三四百人，多則以千人計。遊行隊伍由少女扛着堆金織錦的橫帔走在最前面，隨後是馬頭鑼、大小五鋒旗隊、儀仗隊、腰鼓隊、兒童火龍火把隊、娘傘隊、戲出隊（也稱「擺塗景」）、大小年標隊、潮州大鑼鼓隊，整支遊行隊伍聲勢浩大，場面壯觀華麗，使人眼花繚亂、回味無窮。



潮汕「遊大標」

客家舞春牛

牛是農業社會的重要生產工具，居住在粵北韶關地區的客家人，千百年來就依靠着牛耕以減輕勞動強度。客家人對耕牛無比愛護和崇拜，並視牛為客家的吉祥物，認為可以帶來好運、驅逐邪氣。

立春是二十四節氣之一，自古有立春之日送勾芒土牛之俗。粵北客家每逢立春、春節常以「舞春牛」的形式來迎春、拜年，祈求五穀豐登，祝願幸福平安。「舞春牛」一般從臘月下旬開始，「春牛」用竹篾、木板、棕繩、黑布、紙張等材料紮成，並繪上吉祥圖案。春牛隊由十多人組成，一人舞牛頭，一人舞牛尾，一人扮主角耕夫，一人扮看牛仔（牛童），四位女子扮演阿妹挑水或擔花籃，其餘人操作樂器（鑼、鼓、鈸、二胡）。每年正月初一，各春牛隊必定出遊村坊，開始拜年活動。



舞春牛

元宵節

千門開鎖萬燈明，正月中旬動帝京。三百內人連袖舞，一時天上著詞聲。

——（唐）張祜《正月十五夜燈》

元宵節是中國的傳統節日之一，時間為每年農曆正月十五。正月是農曆的元月，古人稱「夜」為「宵」，正月十五是一年中第一個月圓之夜，所以稱正月十五為「元宵節」。



元宵吃湯圓



廣式紅木宮燈 —— 百變節日燈

元宵在早期節慶形成過程之時，只稱正月十五、正月半或月望，隋以後稱元夕或元夜。唐初受了道教的影響，又稱上元，唐末才偶稱元宵。自宋以後也稱燈夕。到了清朝，就另稱燈節。這一天晚上，民間要點燈盞，又稱「送燈盞」，以進行祭神祈福活動。

在傳統觀念裡，過年要一直延續至元宵佳節才算真正結束，正月十五日晚上人們通過吃湯圓、賞花燈、猜燈謎等一系列活

動，辭舊迎新。

廣東的玩燈節

元宵節，也叫「燈節」，在廣東地區，最重要的節目就是「玩燈」。「燈」與粵語的「丁」諧音，元宵燈會既有慶祝新春之意，也寄託了百姓祈求人丁興旺的美好願望。正月初九至正月十五期間，廣東各地都會舉辦燈節，各種具有地方特色的花燈大放異彩，如：廣式紅木宮燈、潮汕花燈、佛山彩燈、深圳沙頭角魚燈、江門龍鳳宮燈等。這些燈節以潮汕的遊花燈和佛山「行通濟」最為精彩。



潮州花燈 —— 人物紗燈

潮汕遊花燈

潮汕遊花燈，男女老幼傾城而出，街上華燈爭妍。當花燈出遊時，隊伍會以潮州大鑼鼓開道，用威武昂揚的龍頭燈「打頭陣」，再以翩翩起舞的鳳頭燈收尾，中間是以獅、象、魚、鳥為形象的花燈，還有以戲劇故事為題材的人物紗燈和盆景古玩花燈。這樣的遊燈隊伍，潮汕人稱為「龍頭鳳尾」，蘊含了人們「從年頭好到年尾」的祝願。



潮州花燈



潮州花燈 —— 人物紗燈

佛山「行通濟」

正月十六，佛山有「行通濟，無閉翳（沒有憂愁）」這個習俗，必須一次從橋頭走到橋尾，心中所求的願望就會成真。每到這一天，家家戶戶都會來到通濟橋，舉着風車，拿着花燈，提着生菜（寓意「生財」）浩浩蕩蕩地從北往南走過通濟橋，祈求來年平平安安、順順利利。

通濟橋



揭陽「燒龍」「行彩橋」

揭陽市的元宵節還有兩大代表性活動——「燒龍」和「行彩橋」。「燒龍」相傳是喬林鄉人戰勝外患之後的一種慶祝形式，至今已有五百餘年歷史。在經過春節遊龍迎春後，正月初十晚開始燒龍。彩龍身上裝滿煙火，由一群青壯男子托舉，參拜神靈後點燃火藥。伴隨鑼鼓和炮竹聲，彩龍騰躍飛舞，五彩奪目，極為壯觀。燒龍活動是為了祈禱來年風調雨順、五穀豐登。

「行彩橋」又稱「行頭橋」。揭陽古城（今榕城區）的大小橋樑都張燈結彩，男女老少摩肩接踵，行橋祈福，熱鬧非凡。其中石獅橋是人流量最多的地方，大家一邊過橋一邊摸橋頭的石獅，口念吉祥話語，寄託新年願望。

揭陽「燒龍」



揭陽「行彩橋」



象徵吉祥如意的石獅

清明節

挈盒攜樽郊外行，新蓬圓子祭先塋。

原頭累累瓶裝骨，塚上添泥貼太平。

——（清）吳澄《祭祖》

清明節，又稱踏青節、行清節、祭祖節等，是中華民族古老的節日。清明是「二十四節氣」之一，交節時間在公曆4月5日前後。這一時節，生氣旺盛、陰氣衰退，萬物「吐故納新」，大地呈現春和景明之象。

清明節源自上古時代的祖先信仰與春祭禮俗，掃墓祭祖與踏青郊遊是清明節的兩大禮俗主題，這兩大傳統禮俗主題在中國自古傳承，至今不輟。

清明節與春節、端午節、中秋節並稱為中國四大傳統節日。2006年被列入第一批國家級非物質文化遺產名錄。



「太公分豬肉，人人有份」

廣東人極為重視清明祭祖，俗稱「拜山」。臨近清明時，家家戶戶都會準備好各式祭品，計劃好祭拜路線和時間。具體的時間、祭品樣式等會因地方不同、民系不同而稍有差異。正如俗話所言「各處鄉村各處例」(即「每個鄉村的慣例都有所不同」)。不少在他鄉生活或經商在外的遊子和宗親就會在清明節返鄉祭祖，或與親人一起宴飲，溝通情感或參與「太公分豬肉」的活動。

「太公分豬肉」就是在祭祖儀式後，由德高望重之人(一般尊稱為「太公」)將祭祀過祖先的燒豬切成小塊，分給族人們，寓意祖先留下來的東西「人人有份」，族人們在祖先的庇佑下幸福平安。大人會將切下的第一塊燒豬肉先分給小朋友試吃，隨後大人也加入到分吃「太公豬肉」當中，並把各自分得的燒豬肉帶回家。傳統的「太公分豬肉」象徵着家族的團結與凝聚。

各具嶺南特色的清明歲時食物

廣府人除了清明祭祖的金豬(燒豬或燒乳豬)之外，還會吃清明蕎菜；客家人有清明粄，這是由艾葉、苧葉、雞屎藤、枸杞葉等草木做成的米粄，能保健養生；潮汕人過清明節，則少不了薄餅和蒸棧枳果，棧枳果與閩南地區的「青糰」同屬一類小吃，薄餅後來又發展為春餅。據傳，嶺南地區很多清明歲時食物是由古代寒食節的食俗流傳而來。



客家清明粄



潮汕棧枳果

端午節

龍船鼓響又端陽，祝君前程壽吉昌。
力爭上游風光好，財源廣進福呈祥。
朝進羊，晚進象。家和諧，喜成雙。紅花開，炮仗響。

——端午節民間歌謠

端午節，又稱端陽節、龍舟節、重午節、天中節等，是中國民間十分盛行的民俗大節。農曆五月五日過端午節，是中華民族自古以來的傳統習慣。

端午節兩個標誌性習俗是扒龍舟和食粽。仲夏端午，是飛龍在天的吉日，以扒龍舟形式祭龍是端午節的重要禮俗主題，此俗至今在中國南方沿海一帶仍盛行。傳說戰國時期的楚國詩人屈原在五月五日跳汨羅江自盡，百姓們怕江河裡的魚吃掉他的身體，就紛紛回家拿來米糰投入江中，以免魚蝦糟蹋屈原的屍體，後來就成了吃粽子的習俗。後人亦將端午節作為紀念屈原的節日。



端午粽



插在門上的艾草

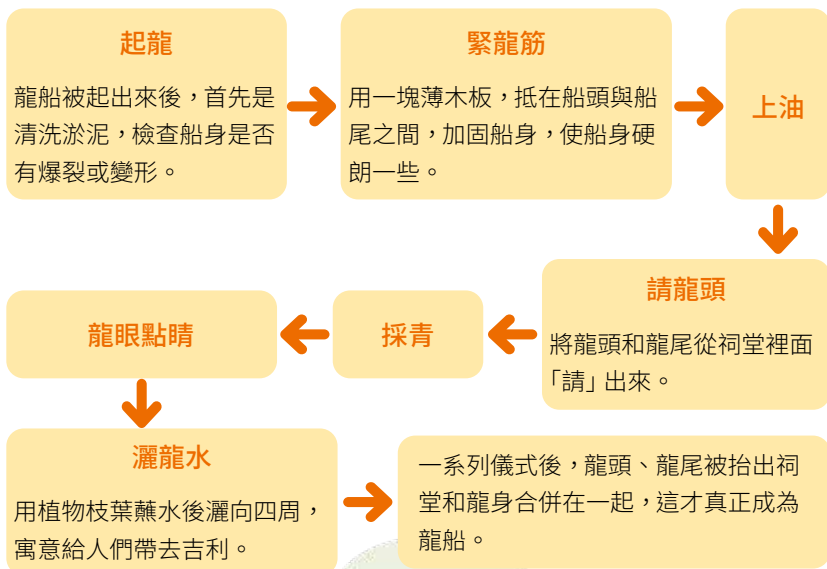


廣東人端午賽龍舟的「開幕式」

廣東和全國許多地方一樣，端午節要賽龍舟、飲雄黃酒、寫符章、掛艾草、包粽子、斟艾酒等等，其中以廣東賽龍舟尤為精彩。

賽龍舟前，廣東人會進行起龍儀式，就是把深埋在河涌和池塘泥水中的龍舟挖起、洗淨、風乾。因為傳統龍船在陽光底下暴曬會爆裂，所以要將龍船沉在河裡，用濕潤的河泥包裹起來。

起龍，只是一年一度龍舟季的「開幕式」而已。起龍、採青、招景、應景、賽龍、藏龍、散龍……這些嶺南賽龍舟儀式繁複，每一步都有它的講究之處。



賽龍舟的趁景與鬥標

廣東各地舉辦龍舟競渡，賽前邀請各鄉龍船前來應景，只表演技巧，不排名次，人們稱之為趁景。趁景那天，每條船上都插有各村鎮的標旗，到達指定地點報到後便開始他們在江面上的表演。江面是震天的鑼鼓響，岸邊是齊聲高呼的吶喊聲，氣勢如虹，彰顯各自實力。趁景完畢，才正式開始比賽，也就是鬥標。

鬥標也叫鬥龍，鬥龍得了第一名叫奪標。由於鬥標只有第一名，之後就不會排其他名次了，所以鬥標往往會鬥得十分激烈勇猛。號令一響，江面上一條條龍船如離弦利箭射向終點，兩岸人山人海，鑼鼓聲、鞭炮聲、吶喊聲，聲聲震天，好不熱鬧！鬥龍既考橈手（划船的人）的爆發力、耐力，又考鼓手（擊鼓的人）的節拍，還考舵手（控制龍船方向的人）的機敏以及頭旗手（護標旗的人）和標手（搶標的人）的膽量，更考全船人

來趁景的龍船



員的團結協作，因此參加奪標的都是經過精心挑選、有勇有謀的隊員。

賽龍舟當晚，各村坊筵開數百席，男女老少晚上吃龍舟飯。龍舟飯的菜式是傳統雞、鴨、鵝、魚、豬肉，以及由龍舟賽會贈送的燒豬肉、米酒等。龍舟競渡，既是村落、宗族之間的交流與競爭，也是節日裡的民間盛事與狂歡。



龍舟鬥標的場景



七夕節

十丈長筵五色香，香奩金翠競鋪張。可應天上神仙侶，也學人間時世妝。
芝麻為米燭為橋，巧乞天孫夜未遑。郎比牽牛妾織女，年年夜夜是今宵。

——（清）汪鮑《羊城七夕竹枝詞》

七夕節又有「乞巧節」「女兒節」等不同的叫法。七夕節在嶺南還有別樣的稱謂，如「七姐誕」「七娘誕」「擺七夕」「拜七娘」等。嶺南人對乞巧的追捧堪稱全國之最，儀式之鋪張、場面之熱鬧可與春節媲美。節日裡，女子們擺巧、鬥巧、拜仙、敬神、宴遊、歡唱，獨具一派南國風光。宋人劉克莊詩云：「粵人重巧夕，燈火到天明。」乞巧的風俗在清末民初，更是十分興盛。

民間乞巧賽藝會上的參展作品



嶺南女子展現巧手的節日

乞巧風俗在廣州、東莞較為興盛，其中以廣州乞巧活動最集中。以規模最大的珠村為例，「拜七姐」活動自古就有着完整的程序和儀式，並一直保留至今。年輕的女子還會進行「擺巧」，她們會將自己精心製作的「巧物」擺出來讓人品評，這些「巧物」有刺繡、珠繡、微型景觀等等，還有極具特色的對影穿針「賽巧」環節。

常盛不衰的嶺南乞巧節

千年古俗唯有嶺南地區常盛不衰，與嶺南特有的文化密不可分。廣州俗語「第一遊波羅（波羅誕），第二娶老婆」，雖是戲說波羅誕，但羊城乞巧節也會出現「看物人稀看人多」的有趣場景。嶺南山川靈秀，充滿南國水鄉的浪漫情致，海外風情熏染，正是在這樣一個相對開放的社會環境中，女性更希望能夠通過一些節日來展示自由的個性，所以與七夕節日活動的全國性衰落相比，嶺南七夕活動的生命力依然旺盛。



民間乞巧賽藝會上的參展作品

中元節

初秋當望夜，平楚帶斜曛。暑氣能昏月，砧聲不隔雲。
華燈浮白水，老衲誦冥文。漫說中元節，儒書惜未聞。

——（元）仇遠《中元》

中元節俗稱「七月半」「鬼節」，是追懷先人、敬祖盡孝的日子。嶺南地區在這一天無論貧富都要備下酒菜、香燭和紙錢祭奠先人，賑濟孤魂野鬼。民間相傳，在七月十四日零時，地府鬼門關大開，那些無主野鬼就會到陽間四處遊蕩。所以中元節前後人們盡量不在深夜出門。



中元節祭祀

廣州車陂村「擺中元」

在廣州天河區車陂村，至今仍保留着「擺中元」的傳統民俗。中元節時，由沙美梁氏宗祠的「太婆」帶領女性後人進行傳統祭拜。宗祠大廳裡會擺放巧哥巧姐們親手製作的精美手工製品，包括絲布花、紙通公仔、車陂龍船景、廣州塔微縮版模型、廣州西塔模型等，叫做「擺中元」，寓意對未來生活的美好祝願。「擺中元」期間，祠堂每天中午和晚上都會擺桌提供大盆齋菜，由梁氏姑嫂們親自掌勺，只需隨緣添些香油錢便可品嚐到特色齋宴。



廣州車陂村「擺中元」

潮汕中元節施孤普度

施孤是把食物用品施給無主孤魂，讓其早日投胎轉世的儀式。每到七月，潮汕各大寺廟會舉辦盂蘭盆會，搭建孤棚舉行施孤、放生、放水燈等活動。各家各戶會準備食物、香燭、紙錢等，於路旁野外跪拜，遍濟孤魂。



潮汕中元節施孤