2023年藏地孤旅读后感(模板9篇)

读后感，就是看了一部影片，连续剧或参观展览等后，把具体感受和得到的启示写成的文章。那么你会写读后感吗？知道读后感怎么写才比较好吗？下面我给大家整理了一些优秀的读后感范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

藏地孤旅读后感篇一

作为南国港城湛江中心城区的赤坎，是历史悠久的古埠，有深厚的文化积淀，有独特的风情。

赤坎之美是清纯的。蓝的是碧波的海湾与明净的天空，绿的是椰树与花园，红的是热带赤土与民俗风情。她既象一幅色调鲜明的水彩画，也象一曲悠扬的'月下村笛。

赤坎之美是不经意的。那古榕下吸“大绿竹”的老人，那古井旁汲水的少女，那弯弯曲曲的街巷，那苔痕班驳的青石古渡头……这虽然不是旅游名胜，但只要你轻轻一瞥，一定会锁住你游离的眼神。

赤坎之美是兼容的。古埠赤坎本来就是各地客商云集聚居而形成，因而不为城墙所囿，福建街，潮州街，高州街，这些沿用至今的古老街名道出了古埠五湖四海同成而居，乐也融融的情形。而赤坎的建筑更能看出这种兼容的美，这里有传统的古典庙宇，岭南风格的商号民居，欧陆情调的法国建筑和民国期间南洋风格的楼房，参差错落，遍布于老城区，成就了赤坎又一道的风景。

赤坎之美又是豪迈的。昔日樯帆如林的古港湾，今天已建成了巨轮穿梭的现代化港口；昔日潮声寂寥的海滩，今天已变成了花树掩映的金沙湾新城；昔日一弯穿城而过的古河道，今天已变成景色迷人的风景线；一片片的红土丘陵上，正在

崛起一座座商业城，工业园和住宅小区。赤坎的豪迈，就如铺育她的大海那样，胸襟宽阔而充满自信。

我身为一个湛江人，一名中学生，我因此而感到非常的骄傲，我深信湛江会比现在发展更好，更完美，更卓越，湛江有一天会变成中国之最。

藏地孤旅读后感篇二

惊蛰，是24节气中的第三个节气，它以物候现象特征为名。“蛰”是藏的意思，《月令七十二候集解》中说：“二月节，万物出乎震，震为雷，故曰惊蛰。是蛰虫惊而出走矣。”意思是说，此时天气回暖，春雷始鸣，惊醒蛰伏于地下冬眠的昆虫。

惊蛰前后，天气开始转暖，并渐有春雷出现，雨水渐多。惊蛰地气通，各种动物开始活动，各种微生物能开始生长繁殖，其中也包括哪些能引起疾病的细菌、病毒。

因为惊蛰时节的特性，也就形成了一些与远离病虫害相关的习俗。比方说山西的惊蛰吃梨、山东的生火炉烙煎饼，用烟火熏燎死害虫，以及广西的“炒虫”等。而进一步引申惊蛰“除害”的习俗，则当属广东、港台、东南亚等地的祭白虎、“打小人”。

祭白虎习俗，相传是这样的：说以前人们认为惊蛰这天，白虎会出来吃人，为保平安，便要在惊蛰日举行祭祀，求上天保佑，不要让白虎出来害人，还用猪肉去喂白虎，以求塞住虎口。

打小人，一般在三叉路口、桥底、路旁、山边等阴暗的地方进行，相传这样的地方煞气大，较易招惹鬼神，克制小人。

虽然打小人在平时也可以进行，但在惊蛰这天打小人，具有特别的寓意，据说效果也最好。因为惊蛰的时候，害虫益虫虽然都出来活动了，但这时他们的力量还比较弱小，没形成气候，比较好打。小人也一样，在小人未成气候之前给予迎头痛击，可以起到压制小人、打击小人，让小人远离的作用。

打小人的具体做法各地有所不同，有的是请专人进行，有的则是由自己进行。

如果觉得自己的工作、生活中总有人捣乱，感情中有第三者入侵的迹象，不妨试试惊蛰打小人。

有贵人帮扶，自然是行事顺利，身心舒畅。谁都希望有贵人相助，那么，在惊蛰时节采取一些招贵人的措施，不失为一种好的选择。

1、佩戴水晶饰物

紫色晶石具有招贵人的能量磁场，佩戴紫水晶饰品，有助于招来贵人相助。

2、佩戴、摆放与自己生肖相合的饰物

借助生肖之间相合、三合的关系，摆放或佩戴与自己生肖六合或者三合的生肖饰物，有助于招来贵人，相助自己。

3、净化周边环境，为贵人降临创造磁场

干净整洁的环境，是好风水的要点。所以，要想招来贵人，就要经常保持周围环境的洁净。

以上就是关于对惊蛰的风水习俗的介绍，希望大家能够能够时时关注古人留下的经典文化。

藏地孤旅读后感篇三

水族，是生活在我国分布在云南省、江西省、贵州省、广西区的少数民族之一，主要分布在贵州，水族的民族节日有什么呢?下面是小编为你搜集到的相关内容，希望可以帮助到你。

额节

额节，意为吃额，是荔波县永康、拉交地区水族的年节，除了没有跑马活动之外，过节的时段与内涵与端节相似。

卯节

卯节，水语称“借卯”，义为吃卯，在夏收夏种结束之后的水历9～10月间(对应阴历5、6月)分四批过节，是预祝稻作丰收与人口增殖的重大年节之一。头三批分布在荔波县的水利、洞托、水浦等地。最盛大的第四批卯节是三都县九阡镇、荔波县永康等地关尾。节期在《水书》中被认为是“绿色生命最旺盛的时节”。卯节，以地支卯日为节期，并以辛卯日为上吉，以丁亥日为至凶，担心旱象严重影响收成。以祭祖、祭祀稻秧、祈雨、对歌为主要内容，是祈求稻作丰产和人口增殖的传统年节。三都县水各村的卯节、卯坡，已作为重要的旅游文化开发。

苏宁喜节

苏宁喜节，水语音译，义为水历四月丑日节，水历四月对应阴历腊月，源于对生母娘娘祭祀的古节，被誉为水族的妇幼节，是贵州省三都县和勇村板孔、吉勇及相邻的独山县火寨等地的年节。节日期间，人们互相走访庆贺，而娃儿们却别有一番乐趣，他们提着特制的小提篼，结队挨家逐户去讨吉利的年饭。受到人们的热情地接待，给每人散发彩色糯饭、

肉块、豆腐干及红鸡蛋等。

铜鼓节

铜鼓节，是居住在都匀市基场、阳和两乡的水族，于清明节后第一个卯日在陈蒙坡丫口寨欢度的节日。相传先祖迁来时，部落斗争频繁，虎豹成群，经过努力解除了灾害。各村寨聚会商定，从此于清明过后卯日这一天聚会陈蒙坡欢庆胜利，相因成节。此外，还有独山县羊场地区农历六月六日在温泉过的洗澡节，三都、荔波等地传存敬雨水神的古朴“霞节”等。云南富源县古敢乡水族的节日还有二月二祭白龙(中和节，或称祭小白龙)、三月祭龙节(地支巳日过节，是古代上巳节的遗风)、六月祭土地、六月祭山神等。祈求风调雨顺，年岁丰稔，村寨平安。

水族的信仰文化属于原始宗教信仰范畴。水族认为万物有灵而崇奉多神。自然崇拜，祖灵崇拜，神灵崇拜构成了水族信仰的核心。在水族社会中，不论是原始宗教信仰的崇拜对象，或是崇拜形式、信仰仪式，还是原始道德的内容及其形式与传承方式，都比较清晰地反映出信仰文化与民间知识二者相互杂糅、有着千丝万缕联系的特点。

水族婚姻沿袭传统习俗，恪守同宗血缘不娶、异宗异姓氏族开亲的原则。“父母之命，媒妁之言”，依旧是水族地区男女青年婚姻的主流。注意门当户对，讲究明媒正娶。即使当代，恋爱不十分自由，婚姻难以完全自主的现象较为普遍。水族很早就实行一夫一妻制，封建时代出现的纳妾现象也为数极少。水族古代议定婚姻范围十分严肃，由此产生《倒栽杉》、《倒栽枫》和《破姓开亲》的种种传说。同时，与当地的习惯法紧密相连，故有“南低宇，吃不得”之谚语，即同血缘家族屋檐下的吊丧肉吃不得，特别注重婚姻集团内部的凝聚作用，即使相隔的年代久远也不能开亲。违反上述原则，习惯法最严厉的是沉埋处罚，尚未发现铤而走险的事例。鱼是水族的图腾崇拜物。在婚俗中鱼常作为信物、圣物出现。

缔结婚姻时，在荔波、九阡等地请媒人提亲时，男方母亲悄悄把包好的几条小干鱼置于盛着礼品的竹篮底部。而女方之母收到礼品时，也首先查看篮底是否有小干鱼。若应允婚事，则收下礼品和干鱼。新娘出阁之前的祭祖席上鱼更不可少，新娘还要吃下一筷鱼，以获得祖宗保佑。迎亲时，女方要看到男方带来的罩鱼笼和象征大鱼的金刚藤叶子等信物，才能发亲。迎亲进门时，要用鱼水罐祝福，即用新的小罐子盛上井水和两条小鱼，放在大门及新房门口，祝福新人如鱼得水，恩爱白头，并获得鱼类旺盛的生殖能力。为了家庭人丁兴旺，民族强盛，鱼作为联姻的信物、圣物的.习俗，在水族社会中世代传承而不衰。

女方允亲之后，通常要吃认亲酒、定亲酒，男方向女方家送上一头肥猪、银饰、礼金、服装及红糖等若干礼品，公开联姻消息。吃大酒接亲，聘礼悉数送上，场面更为壮观。迎新娘进家，新郎的家人全部退到屋外，虚掩大门迎候。大门外放着柴块，或放着打菜的竹篮及刀具。当盛装的新娘来到大门口，顺手抓起门外的柴块或提篮推门进家，象征劳作归来的家庭主人，并靠劳动开创幸福的新生活。当新娘正要跨进大门时，新郎的母辈一人往往朝新娘身上喷一口水，或用一束芭茅草拂拭，或撒一把常青的树叶，借以驱除途中可能染上邪气的绿眼鬼，从此幸福吉祥。水族传统婚礼，新人没有拜堂和闹新房之礼俗，当晚由伴娘陪宿，次日回娘家。过几天，新郎把新娘请来之后开始过新婚生活。过去舅爷的权力大，有优先娶姑妈女儿为媳妇的权力，俗称回娘头亲。现在，回娘头亲习俗已逐步消失，外甥女即使出嫁，作为交往礼仪只给舅父送一般性的礼物。传统婚礼，新郎一般不迎亲，而请几位未婚男女充当姨娘、舅爷的“菲、祝”代迎，大多数地区的新娘撑伞徒步行走，但有“忌踩脚印”之习俗，即遇上抬死人或有另外新娘经过的路段，要背新娘避让以消灾。都匀市套头地区的水族，还保留着由兄弟全程背新娘送到新郎家的古俗。

以大米为主，清中叶以前还以糯米为主食，此后粘稻种植逐

步推广，粘米逐步变成主食。包谷、大麦、小麦、红稗、荞子、饭豆、红薯等是辅助食物。蔬菜以青菜、广菜、罗卜、南瓜及豆类最为普遍。辣椒、蕃茄、葱蒜为主要佐料。水族人民有南方生活的特性，喜吃酸辣味的开胃食品，因此家家常备糟辣、酸汤、盐酸菜等。副食品中的内类牲口有猪、牛、狗、鸡、鸭，鱼类在水族地区有悠久的喂养历史，并且以鱼作为祭典和待客的珍品。水族人民喜糯食，通常以之和为待客上品，糯米饭、糯米粑、棕子常作为馈赠口，甜酒、腊酒和汤粑也多以糯米为原料。水族人民喜饮酒，从制曲到酿酒的工艺，家家户户的妇女都掌握。酒类有大米酒，糯米酒、杂粮酒、甜酒等。其中以九阡地区所产的糯米酒为上品。九阡酒都要窖藏，下窖时间越长越佳。上好的九阡酒其色泽棕黄，状若稀释的蜂蜜，香味馥郁，清甜可口，适量饮服能助兴提神，舒筋活血。即使误饮过量，也不打头伤胃，是远近闻名的特产。

水族饮食分便餐、客餐两种。日常多为酸汤菜及米饭。造饭多用木曾蒸，少数地区也有鼎罐焖饭。客人到家多以豆腐、肉或鸡鸭招待，上客多以小猪及鱼招待。

饮食有吃火锅的习惯，味鲜而营养丰富。

藏地孤旅读后感篇四

随着全球化进程的发展，不同地区的风俗文化逐渐成为人们关注的话题，其中既有古老而神秘的原住民文化，也有现代化而独特的城市文化。在体验和探讨各地风俗文化的过程中，我深深地感受到了文化之美和多样性。以下是我对各地风俗文化的心得体会。

首先，神秘而深邃的原住民文化让人难忘。在澳大利亚的荒漠里，我见识了土著族人的传统歌舞，听着他们悠扬的歌声，看着他们跳跃的身影，我不禁想象着几百年前，这片大陆上

的人们是如何用歌舞纪念和祈求自然界的恩赐，用文化传承着祖先的智慧和艺术，让人不由地心生敬意。而在南非的小村庄，我也被当地居民礼仪周全、热情好客的生活方式所打动，从他们的食物、民居装饰到日常语言中的谚语习惯，都体现出他们自豪的文化和生活态度。

其次，现代化而充满创新的城市文化也吸引着我。在日本的东京，我发现建筑设计、时尚流行和科技应用十分先进而与众不同。城市街头的信号秩序良好，建筑外观简洁现代，时装和音乐风格也相当个性化。而在中国的上海，我则感受到了这座城市的繁荣和活力。石库门里的旧式街区，老上海式的糕点牛排，到高楼大厦的纷繁景象，这座城市充满着各种各样的生活和活动。

不仅如此，各地文化之间的交融也呈现出不同的风貌。在菲律宾的马尼拉，我看到了激进而流行的欧美嘻哈文化与传统民间跳舞的交融。菲律宾的年轻人喜欢穿着时尚个性的服饰，在公共场合跳起了道地的传统民众集体舞蹈，展现着他们多样化而深厚的文化底蕴。在印度的德里，佛教文化、日耳曼文化、波斯文化与本地化的印度教文化相互交融，从美食、艺术、宗教到政治、行业，显露出的敬意和信仰都无一不承载着历史上的交流与融合。

最后，亲身体验和分享也是认识不同文化重要的方法。在体验各地文化的过程中，我慢慢地理解了文化多样性的意义：每个民族和地区都有其独特的人民、历史和价值观，在这些板块中，我们能看到各种的人们从生活中创造的美丽文物、习俗和传统。更值得指出的是，尊重不同文化和信仰之间的差异，是要求一个成熟的全球公民必须具备的素质。

整体而言，不同的文化氛围和遗产让我感到无穷的好奇心和敬畏之情，文化在不断交流和变化中让世界变得更加美好，更加精彩。只有因地制宜地保护和弘扬文化遗产，我们的生活才会更加多元、丰富。

藏地孤旅读后感篇五

在中国这样一个多元化的文化大国中，每一个地区都有其独特的风俗文化。在我长期的旅游和生活中，我深刻领悟到了各地风俗文化的魅力和深度。下面，我将分享我的心得和体会。

第一段：北方的冬窝

北方在冬季非常冷，因此人们有着独特的生活方式。北方人的冬天，是凭借家里的“火炉子”来过的。吃饭时，一般是一家人围坐炉前，吃着热乎乎的烩面、饺子和羊肉泡馍，喝着热乎乎的家常菜。在这里，我深刻体会到了家人之间的情感交流和温暖。

第二段：江南的水乡

江南是中国最具代表性的水乡之一，水乡文化被包含在镇里的巷子、桥梁、小楼和花园等，散发着淡淡的文学气息，具有江南特色。在这里，我学习到了如何在很小的空间内，种植各种各样的植物，如香草、花和蔬菜。这些简单而有趣的生活节奏，让我深切感受到了江南水乡独特的生活方式。

第三段：西部边疆的马帮文化

在西部地区，由于环境的特殊性，人们的生活方式和文化有着独特的风貌。在西藏和新疆等地，我目睹了马帮文化，其形成了独特的军事、商业交流与文化交流的方式。马帮不仅仅是一种交通工具，也是一种文化和旅游资源。旅行跟随着沉重的、踩着雪地或沙漠的蹄子行进的马队，我感到自己走进了一个浓郁的历史时代，具有强烈的文化感染力。

第四段：南方的气候和农耕文化

南方的气候很温和，农耕文化渗透到这里的生活方式中。南方，水米之乡，小巷深处常常开满鲜花；农村间的乡村公路围绕在起伏的山峦与稻田之间，秋天的黄色芦苇摇曳，春天的油菜花满眼。在这里，我深刻体会到了种植植物的观察力和耐心，也学会了珍惜我们生活的每一片美丽的风景。

第五段：总结

各地风俗文化的差异是人类就地取材、共存共荣的自然产物。在各地的探索中，我细细品味不同的人文现象和旅游体验，更体会到了不同地区民族文化背景的深刻差异。同时，也发现了各地的文化交流与互动，不断激发创新和进步，也为世界文化的多元化与繁荣做出了不可或缺的贡献。总而言之，在这些冷暖人情、风物人事、特色美食和民俗文化的深度挖掘中，我真正领悟到了：文化是一座桥梁，一个人的人生观与情感趋向，常常源自于他接纳了多元文化的涵养。

藏地孤旅读后感篇六

地方风俗是一个地区文化的重要组成部分，通过了解地方风俗，我们可以更好地理解当地的历史、传统和价值观念。在地方风俗课程中，我学到了许多有关地方风俗的知识，同时也从中获得了一些宝贵的体验和体会。在这篇文章中，我将分享我在地方风俗课程中的心得体会。

第一段：开头引出地方风俗课程的重要性

地方风俗是地区文化的重要组成部分，它是一个地区的独特身份和自豪感的体现。通过了解地方风俗，我们可以更好地理解这个地方的历史、传统和价值观念。因此，地方风俗课程的实施对于增强我们对自己所在地区的认同感和归属感具有重要意义。

第二段：学习地方风俗的过程

在地方风俗课程中，我学到了许多与地方风俗相关的知识。我们通过阅读相关书籍、观看纪录片和参观实地展览等方式来了解不同地方的风俗习惯。同时，我们也参加了一些传统活动，比如民俗展示和庆祝活动，亲身体验了地方风俗的魅力。

第三段：地方风俗课程的收获

通过地方风俗课程的学习，我不仅了解了地方风俗的具体内容，还对地方文化产生了强烈的兴趣。我深刻地感受到了地方风俗对一个地区的发展和社会的影响，更加珍惜和喜爱自己的家乡。这门课程让我重新认识了自己的文化身份，提高了我的文化自信心。

第四段：地方风俗课程的启示

通过学习地方风俗，我意识到每个地方都有独特的文化传统和底蕴，这是我们应该珍惜和传承的。地方风俗课程鼓励我们尊重并保护自己的文化遗产，同时也培养了我们的跨文化沟通能力和尊重不同文化的意识。这门课程使我意识到文化多样性的重要性，并激发了我探索其他地方风俗的兴趣。

第五段：对地方风俗课程的期望

通过地方风俗课程的学习，我希望能够更多地参与和传播我家乡的地方风俗。我希望在未来的日子里，能够利用自己所学到的知识和技能，为地方文化的传承和发展做出贡献。我也希望能够走出去，了解更多地方风俗，拓宽自己的视野，以更加全面的视角看待世界。

地方风俗课程给我带来了一次难忘的学习经历，让我对我的家乡有了更加深入的了解和认同。通过了解地方风俗，我不仅得到了知识，更是收获了一种文化自信和自豪感。我相信，地方风俗课程不仅对我个人的成长有着积极的影响，也有助

于地区的文化传承和发展。我将继续努力学习和传承地方风俗，为它们的繁荣和发展贡献自己的力量。

藏地孤旅读后感篇七

在我们赤坎，在大年三十的时候，我们都要大扫除。大扫除的寓意是把晦气，霉运都扫走，还要把自己家门前的垃圾烧掉，寓意也是一样的。这一天当然也要贴对联啦！我们要把旧的对联撕下来，换上新的，迎接新的一年。家家户户的对联都各有特色。吃团圆饭的时候，鸡、鸭、米粉和淮山可是必不可少的！

大年初二，这一天在湛江叫做开年日，也是我们最忙的一天了！千门万户都要去庙里祈福。烧香时所烧出的烟运载着我们美好的愿望。来祈福的人很多，他们排成的队伍长的跟一条龙似的。除了祈福，我们大家还要吃开年糕。开年糕黏乎乎的，好吃极了！

大年初三是斥口日，传说这一天很容易会发生吵架事件，所以大家都会在自家的门前放鞭炮，把不好的东西赶走。由于大年初一，是忌杀生、忌倒水、忌扫地等，部分农村还有吃斋习俗。初二也不能扫地，所以今天就要大扫除了！

初四到初十，无论是小孩还是大人，都要穿上新衣服到亲戚家拜年。大人们都忙着封利是，小朋友们呢，就忙着收利是了！

十五元宵节可热闹了！大部分村庄和乡镇要举办舞狮、游神、唱大戏、武术表演等民间活动舞狮会游荡每条村，我们要准备钓清（红包）给舞狮“吃”。当然也少不了放鞭炮啦！晚上，我们大人小孩可忙了！大家一起去偷清：偷到荷兰豆，眼眉就会弯。偷到葱，就会很聪明。偷到蒜，就会计算……。

我家乡的习俗我很喜欢，真希望下个新年的到来！

藏地孤旅读后感篇八

每个民族都有自己不同的服装，那么，壮族服装风俗有什么呢?下面是小编为你搜集到的相关内容，希望可以帮助到你。

壮族服饰主要有蓝、黑、棕三种颜色。壮族妇女有植棉纺纱的习惯，纺纱、织布、染布是一项家庭手工业。用自种自纺的棉纱织出来的布称为“家机”，精厚、质实、耐磨，然后染成蓝、黑或棕色。用大青(一种草本植物)，可染成蓝或青色布，用鱼塘深可染成黑布，用薯莨可染成棕色布。壮族服饰各有不同，男子、女子的服饰，男子、妇女、未婚女子的头饰，各具特色。

男装有右襟与对襟两种，右襟衫反膊无领，衣纽从右腋下开至腰部又转向正中，再开出三四寸而止，衣襟镶嵌一寸多宽的色布边，用铜扣纽，再束上长腰带;对襟开胸，长仅及脐的紧身衫，这是在劳作时穿着的。而女装为无领右襟，只是衣袖比男装大些，宽大近尺，长至膝盖，镶嵌绲边，边条有宽细，一般在二三道以上。肩内贴布反衬在外，起缝三线，名叫“反膊衫”。男女衫的扣钮均铜纽或布纽。男女裤子式样基本相同，裤脚有绲边，俗称“牛头裤”。已婚妇女有绲花边的肚兜，腰裤左边悬挂一个穗形筒，与锁匙连在一起，走动时发出“沙啦沙啦”的响声。男子礼服惯穿长袍，外面套上一件短褂，通称“长衫配马褂”，起先是头戴顶圆帽，后来改戴礼帽。到了现代，壮族的穿着衣式已基本现代化，但老一辈人，仍普遍以穿蓝、黑两色为主。

壮族的婚姻，有自由恋爱和父母包办的形式，一般婚前享受充分的恋爱自由，但父母干涉包办也时常有。壮族一般实行一夫一妻制。妇女和男子一样都是家庭的劳动力，但仅有男

子有继承权。其婚姻制中盛行“不落夫家”或“坐家”，有些地方还保持这种习俗。壮族女子出嫁日一是梳头：由媒婆、送嫁婆帮新娘梳头，新娘则边唱“哭嫁歌”，从早上哭到离开娘家,有哭“爹娘”、“兄弟姐妹”、“姑爷”等多种哭嫁歌。主要内容有歌颂父母养育之恩，有埋怨生为女孩要出嫁，有埋怨兄弟自己嫁出后独占家产，或是对一同长大的姐妹的留恋等等，曲调婉转缠绵，催人泪下。

“哭嫁”是流传于壮族农家的一种婚嫁习俗，源远流长，历史悠久。壮族农家大部分人居住的地方，群山连绵，地势偏僻，交通不便，姑娘出嫁之处，近到2至3里，远则数百里，跨省、跨县、跨乡、天隔一方，一别难见。“相见时难别亦难”，不知何时是归期，思前想后，不禁潸然。“哭嫁”，是勤劳勇敢，淳朴善良，尊老爱幼，热情好客的壮家人告别家人，答谢亲友的感情流露和心灵表白。所谓“哭嫁”，就是姑娘出嫁时，以“哭”代说，倾诉衷肠，表达离情，招呼来宾，告别亲人的一种形式。

姑娘出阁时，要吃“离娘饭”。办酒前夕，由家庭中最年长的女性长辈给姑娘梳妆，打扮成年妇女模样。晚上鸡叫头遍时，在堂屋前举行仪式，焚香燃纸，祷告先辈。先哭祖父(母)、父母、以谢多年养育之恩，表达依依惜别，谓之“开声”或“启声”。青年男女结婚后，新娘便返回娘家居住，遇重大节日和农忙时节才到丈夫家短暂居住，直到怀孕之后才长住婆家。因此，“不落夫家”的时间为三、五年不等。在历史上，“不落夫家”期间有性自由，近代受儒家文化影响，认为这是一种不正当的行为，遭到严禁，违者或离婚，或赔偿一定的财物。恋爱自由，婚姻自主。

多数地区的壮族习惯于日食三餐，有少数地区的壮族也吃四餐，即在中、晚餐之间加一小餐。早、中餐比较简单，一般吃稀饭，晚餐为正餐，多吃干饭，菜肴也较为丰富。大米、玉米是壮族地区盛产的粮食，自然成为他们的主食。

日常蔬菜有青菜、瓜苗、瓜叶、京白菜(大白菜)、小白菜、油菜、芥菜、生菜、芹菜、菠菜、芥蓝、蕹菜、萝卜、苦麻菜，甚至豆叶、红薯叶、南瓜苗、南瓜花、豌豆苗也可以为菜。以水煮最为常见，也有腌菜的习惯，腌成酸菜、酸笋、咸萝卜、大头菜等。快出锅时加入猪油、食盐。

壮族对任何禽畜肉都不禁吃，如猪肉、牛肉、羊肉、鸡、鸭、鹅等，有些地区不吃狗肉，也有些地区却酷爱吃狗肉。猪肉也是整块先煮，后切成一手见方肉块，回锅加调料即成。壮族人习惯将新鲜的鸡、鸭、鱼和蔬菜制成七八成熟，菜在热锅中稍煸炒后即出锅，可以保持菜的鲜味。

壮族喜爱猎食烹调野味、昆虫，对三七的食疗颇有研究，利用三七花、叶、根、须做菜很有特色。壮族还擅长烤、炸、炖、腌、卤成熟法，嗜酒，口味辣麻偏酸，喜食酥香菜品。主要特色菜有：辣血旺、火把肉、壮家烧鸭、盐风肝、脆熘蜂儿、五香豆虫、油炸沙虫、皮肝糁、子姜野兔肉、白炒三七花田鸡、岜夯鸡等。

1、壮族的春节

壮族的春节从大年三十至正月初一、初二，共3天，但初四至初五仍算春节期。它是一年中最隆重的节日。一般从腊月二十三起就开始做准备，家家户户搞卫生、缝制衣裤、购买年货、张贴对联、制做糕点、杀猪、包粽子。春节又是个团圆的日子，凡是在外面工作的人，一般都赶在年三十之前回家团聚，吃团圆饭。春节期间，除了走亲访友，男女青年多去参加对歌、打陀螺、跳舞、赛球、演戏等文娱体育活动。除夕家家杀鸡杀鸭，蒸制扣肉、粉精肉，制做叉烧肉等等。晚饭的八道菜中少不了“白斩鸡”，有老人的家庭，会炖猪脚、炖整鸡。米饭要做得很多，剩到第二天吃，象征着富裕。

年三十晚家家都要守岁，直到半夜鸡叫，燃放鞭炮，除旧迎新。过去，有的地方把放鞭炮谓之“招牛魂”(壮语叫“欧魂

怀”)，意思是老黄牛的魂魄尚散落在田野，把牛魂招回来，新的一年开始，老黄牛又该辛辛苦苦地为主人家效力了。“招牛魂”开始，有的人家敲锣打鼓，吹萧吹笛，整个村寨洋溢着一片欢天喜地的气氛。

2、正月初一、初二

凡来客必吃粽子。壮家的粽子是较高贵的食物。粽有大有小，大的一二斤重，小的二三两，还有一种叫“风莫”(特大粽子)的，重达一二十斤。粽子主要原料是糯米，但要有馅儿。馅儿是由去皮的绿豆、半肥不瘦的猪皮拌上面酱制成，挟在粽心里，煮熟后，其味之香堪称一绝。

3、陀螺节

在广西壮族聚居的地方，每年都举行一次有名的体育盛会——陀螺节。时间是由旧历年除夕前两三天至新年正月十六日，历时半个多月。陀螺，壮语叫“勒江”，它有大有小，有轻有重。有大如河田柚的，重一斤左右，有小如鹅蛋的，也有二三两。制作陀螺一定要选用质地优良的坚木。它的“头”要圆滑。“打”的时候，用两三尺长的麻绳一圈一圈往上缠，一直缠到自己认为适当的地方，再用右手的无名指和小指挟住麻绳的尾端，迅速往地面一旋，陀螺就“呼呼”地转动起来。质量好的陀螺，再加上旋的.技术高明，转起来长达七八分钟才倒下来。比赛打陀螺更是热闹非凡，获第一名者荣称“陀螺王”。据说打陀螺自兴起至今，已有300多年的历史了。

4、陇端节

陇端节，是云南省文山壮族苗族自治州富宁县以及附近的壮族人民的一个传统节日。“陇端”(壮语，赶田坝之意)，是壮语译音，意为到宽阔平坦的地方去相聚。相传这个节日已有700多年的历史，原是为了纪念民族英雄侬智高(壮族)于公

元1052年4月起兵反对宋王朝的事迹。现在，陇端街已发展成为富宁县以及邻近一带壮、瑶、苗、彝、汉各族人民进行物资交流，共同欢庆的传统节日。相传在北宋年间，为了抵制封建统治者的残酷压迫和剥削，侬智高率广西壮族揭竿而起，取得节节胜利，建立“南天国”，自称“南天王”，克南宁，破钦州，打广州，势力很大。后来起义军失利，退守富宁。北宋统治者为平息农民起义，削弱起义军力量，把壮族人民遣散到贵州等地。临别前，壮族人民纷纷集会，伤心叙别，嘱咐乡亲们来年归来团聚。此后，每年农历三月，客居他乡的壮族人民返乡归寨同亲友团聚。随着时间的推移，形成了“陇端”节。陇端节从农历三月二十五日开始，历时三天。节前，作为东道主的村寨，杀猪宰牛，在田坝上搭戏台，做好接待客人的食宿安排。届时，姑娘们穿上衣角、袖口镶着银排和绣有花边图案的无领斜襟上衣和蜡染统裙，戴上壮锦胸兜，脚穿绣花鞋，各个花团锦簇，美不胜收。英姿勃勃的小伙子与姑娘们相聚，载歌载舞，直到日落。仍有余兴者还可随姑娘进寨继续对歌。

5、吃立节

吃立节，是广西壮族自治区龙州县、凭祥市一带壮族人民特有的节日。“吃立”壮语意为“欢庆”。壮族人民素有欢度春节的传统。但在1894年春节来临之际，法国侵略者侵略我边境，为了打击侵略者，青壮年奔赴疆场，英勇杀敌，保卫了家园。正月三十日，出征的将士凯旋归来，乡亲们杀鸡宰羊，做糯米粑，盛情款待，共同欢庆胜利，补过春节。从此以后逐渐形成吃立节。节日期间，人们舞狮子、耍龙灯、唱歌跳舞，热闹非凡。

6、娅拜节

云南省富宁县剥隘镇者宁、索乌一带的壮族，每年四月属兔那一天，都要杀一头牛、一口猪、两只鸡和四十八尾鱼，到娅拜山去，奠祭壮族妇女娅拜(有传说为侬智高母亲)。那天，

男女老少都到场，礼仪十分隆重。相传娅拜是一个壮族山寨的头领，她率领壮家百姓同官兵打仗，失败后被残杀。众人把她埋葬到高山之巅，并将此山叫作娅拜山。每年到娅拜遇难之日，壮族人民就杀牛宰猪去祭奠她。这样年年祭奠，从未中断，久而久之，便形成了一个节日——娅拜节。

7、壮年

也叫“将也益”，春节叫“将昆”，即汉族节。壮年以农历十二月为岁首，十一月末日为除夕，习惯叫“崴谊久”，意为过二九(不管月大月小，都如此称谓)。是日，全寨集资买猪，(有的村寨按户轮流专门喂养社猪)宰杀敬祀社王，祈求保佑五谷丰登。

相传古时曾杀人祭社，后来以猪代之，社王棚一般设于村边大树脚下，祭时，由魔公主持，妇女和家有孕妇的男子均不能参加，在社棚前宰猪敬供，集体叩拜，庄严肃穆，不许喧哗说笑，忌穿白色、花衣，否则当年收成不好，禽兽为患。祭毕，将煮熟的猪肉按户均分，各得一串，带回家里作″接魂″敬祖主要供品。从除夕到初三，即敬土地公之前，严禁内外人出入。过年十天之内为节日活动期间，村村寨寨敲锣打鼓，吹笛弹琴，纵情欢娱。亲友互访道贺，青年玩山串寨对歌作乐。有的还给周围兄弟民族送年礼，近邻的苗、侗、瑶、汉等族，前来作客，有的还鸣炮、击鼓、吹笙，表示庆贺，到处喜气洋洋，充满着民族团结气氛。

藏地孤旅读后感篇九

地方风俗是一个国家丰富多彩的文化遗产，它承载着一代又一代人的智慧与传承。作为一名大学生，我有幸在课程中学习到了地方风俗的知识。这门课程不仅拓宽了我的眼界，还增强了我对自己国家文化的认同感。在接下来的文章中，我将分享自己的学习体验和心得感悟。

第二段：学习的过程

在地方风俗课程中，我们了解到了我国各个地方的特色风俗。从北方的冰雪节到南方的舞火龙，每一种风俗都有其独特的历史渊源和文化内涵。我们通过观看图片、视频和实地考察等方式，加深了对地方风俗的了解与研究。课堂上师生的互动也让我们更好地感受到了地方风俗的魅力所在。

第三段：收获与感悟

通过学习地方风俗，我对自己的国家有了更深的认识和了解。我曾经以为我的家乡是个普通的地方，然而通过课程的学习，我才发现家乡背后隐藏着许多有趣的风俗与故事。这让我更加珍惜自己的家乡，也激发了我去探索更多地方风俗的欲望。同时，我也发现地方风俗之间存在着某种共通性，这种共通性超越了地域和民族的界限，更加彰显了中华民族的博大精深。

第四段：启发与启示

地方风俗课程不仅让我学到了知识，更重要的是它启发了我对生活的思考。地方风俗是人们生活的一部分，它记录了人们的习俗和信仰，反映了一个地方的独特性。当我们挖掘和传承这些风俗的时候，我们正在捕捉历史的脉搏，也在延续着祖先们的智慧和精神财富。因此，我们每一个人都应该关注和传承地方风俗，让这个宝贵的文化遗产得以传承。

第五段：未来的展望

地方风俗课程的学习不仅对我个人有着重要意义，也对整个社会有着深远影响。通过激发对地方风俗的兴趣，我们可以进一步加强地方风俗的研究和保护工作。同时，我们也需要通过不同的方式将地方风俗的知识传播出去，让更多的人了解和认同这些独特的文化符号。未来，我希望能够继续深入

学习地方风俗，并将这些知识传递给更多的人，让地方风俗的魅力永远流传下去。

总结：

通过学习地方风俗课程，我对自己国家的文化有了更深的认识与了解。这不仅扩大了我的眼界，更增强了我对自己文化的认同感。同时，我也深刻领悟到地方风俗的保存与传承的重要性，希望未来能把这些知识传递给更多的人，让地方风俗的魅力流传下去。