

# 2023年清明节的来历和风俗简介 清明节的来历和风俗演讲稿(大全5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 清明节的来历和风俗简介篇一

老师、同学们：

“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂”。清明节，既是我国二十四节气之一，又是我国最重要的祭祖和扫墓的日子。关于它的由来，有许多动人的传说。下面就挑一个来讲讲：“春秋时代，晋国国君的儿子重耳为躲避追杀，在介子推等人的帮助下逃到了国外。他们在荒山中迷了路，又找不到东西吃，此时的重耳还心系百姓，这感动了介子推，他从自己腿上割了一块肉，烤熟了递给重耳吃。重耳在外流亡了19年后，终于回国做了国君。他给跟随他逃亡的人都封了赏，惟独忘了介子推。经人提醒，他非常过意不去，决定亲自去请介子推。谁知道介子推早就带着老母亲躲到绵山里去了，重耳带人搜山，也没能找到他们。有人提议放火烧山，重耳采纳了这个建议，结果适得其反，把介子母子烧死在一棵大柳树下。重耳非常后悔，把他们葬在柳树下，为忌烟火，他命令全国百姓每个的这一天都不得点火做饭，定为“寒食节”。第二年，重耳领群臣去绵山祭奠，发现柳树复活了，就把这棵柳树命名为“清明柳”，把“寒食节”禁火，在“清明节”插柳，代代相传，成了全国性的大节日。

忆往昔，诉不尽我们对先烈们的无限怀念；看今朝，唱不完我们对明天无限的憧憬；展未来，我们信心百倍，壮志豪情。不管我们将来从事什么职业，我们祖国的儿女，肩负着先烈

们没有完成的事业，肩负着建设经济发达、文明富强、巍然屹立于世界东方伟大祖国的历史重任，让我们以实际行动呼唤文明春风，告慰烈士忠魂！

谢谢大家。

## 清明节的来历和风俗简介篇二

亲爱的老师、同学们：

大家好！

我国传统的清明节大约始于周代，已有二千五百多年的历史。清明最开始是一个很重要的节气，清明一到，气温升高，正是春耕春种的大好时节，故有“清明前后，种瓜种豆”。“植树造林，莫过清明”的农谚。后来，由于清明与寒食的日子接近，而寒食是民间禁火扫墓的日子，渐渐的，寒食与清明就合二为一了，而寒食既成为清明的别称，也变成成为清明时节的一个习俗，清明之日不动烟火，只吃凉的食品。

关于寒食，有这样一个传说：

相传春秋战国时代，晋献公的妃子骊姬为了让自己的儿子奚齐继位，就设毒计谋害太子申生，申生被逼自杀。申生的弟弟重耳，为了躲避祸害，流亡出走。在流亡期间，重耳受尽了屈辱。原来跟着他一道出奔的臣子，大多陆陆续续地各奔出路去了。只剩下少数几个忠心耿耿的人，一直追随着他。其中一人叫介子推。有一次，重耳饿晕了过去。介子推为了救重耳，从自己腿上割下了一块肉，用火烤熟了就送给重耳吃。十九年后，重耳回国做了君主，就是春秋五霸之一晋文公。

晋文公执政后，对那些和他同甘共苦的臣子大加封赏，唯独

忘了介子推。有人在晋文公面前为介子推叫屈。晋文公猛然忆起旧事，心中有愧，马上差人去请介子推上朝受赏封官。可是，差人去了几趟，介子推不来。晋文公只好亲去请。可是，当晋文公来到介子推家时，只见大门紧闭。介子推不愿见他，已经背着老母躲进了绵山（今山西介休县东南）。晋文公便让他的御林军上绵山搜索，没有找到。于是，有人出了个主意说，不如放火烧山，三面点火，留下一方，大火起时介子推会自己走出来的。晋文公乃下令举火烧山，孰料大火烧了三天三夜，大火熄灭后，终究不见介子推出来。上山一看，介子推母子俩抱着一棵烧焦的大柳树已经死了。晋文公望着介子推的尸体哭拜一阵，然后安葬遗体，发现介子推脊梁堵着个柳树树洞，洞里好象有什么东西。掏出一看，原来是片衣襟，上面题了一首血诗：

割肉奉君尽丹心，但愿主公常清明。

柳下作鬼终不见，强似伴君作谏臣。

倘若主公心有我，忆我之时常自省。

臣在九泉心无愧，勤政清明复清明。

晋文公将血书藏入袖中。然后把介子推和他的母亲分别安葬在那棵烧焦的大柳树下。为了纪念介子推，晋文公下令把绵山改为“介山”，在山上建立祠堂，并把放火烧山的这一天定为寒食节，晓谕全国，每年这天禁忌烟火，只吃寒食。

走时，他伐了一段烧焦的柳木，到宫中做了双木屐，每天望着它叹道：“悲哉足下。”“足下”是古人下级对上级或同辈之间相互尊敬的称呼，据说就是来源于此。

第二年，晋文公领着群臣，素服徒步登山祭奠，表示哀悼。行至坟前，只见那棵老柳树死树复活，绿枝千条，随风飘舞。晋文公望着复活的老柳树，像看见了介子推一样。他敬重地

走到跟前，珍爱地掐了一下枝，编了一个圈儿戴在头上。祭扫后，晋文公把复活的老柳树赐名为“清明柳”，又把这天定为清明节。

以后，晋文公常把血书袖在身边，作为鞭策自己执政的座右铭。他勤政清明，励精图治，把国家治理得很好。

此后，晋国的百姓得以安居乐业，对有功不居、不图富贵的介子推非常怀念。每逢他死的那天，大家禁止烟火来表示纪念。还用面粉和着枣泥，捏成燕子的模样，用杨柳条串起来，插在门上，召唤他的灵魂，这东西叫“之推燕”（介子推亦作介之推）。此后，寒食、清明成了全国百姓的隆重节日。每逢寒食，人们即不生火做饭，只吃冷食。在北方，老百姓只吃事先做好的冷食如枣饼、麦糕等；在南方，则多为青团和糯米糖藕。每届清明，人们把柳条编成圈儿戴在头上，把柳枝条插在房前屋后，以示怀念。

## 清明节的来历和风俗简介篇三

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

清明节，又称踏青节、行清节、三月节、祭祖节等，节期在仲春与暮春之交。下面给大家分享一些关于2022年的清明节的来历和风俗，希望对大家有帮助。

清明节据传始于古代帝王将相的“墓祭”之礼，后来民间也开始仿效，在清明节这一天祭祖扫墓。清明节大约始于周代，距今已有二千五百多年的历史，清明最早只是一种节气的名称，其变成纪念祖先的节日与寒食节有关，所以晋文公把寒食节的后一天定为清明节。

### 踏青

中华民族自古就有清明踏青的习俗。踏青古时叫探春、寻春

等，即为春日郊游，也称“踏春”。一般指初春时到郊外散步游玩。踏青这种节令性的民俗活动，在我国有着悠久的历史，其源泉是远古农耕祭祀的迎春习俗，这种农耕祭祀的迎春习俗对后世影响深远。清明节兼具节气与节日两大内涵，清明节气在时间和气象物候特点上为清明踏青习俗的形成提供了重要条件。清明时节，春回大地，自然界到处呈现一派生机勃勃的景象，正是郊游的大好时光。人们乃因利趁便，扫墓之余亦一家老少在山乡野间游乐一番。

中国民间长期保持着清明踏青的习惯，踏青习俗由来已久。清明期间正是春风得意、春意盎然的时节，万物萌动之时，迎春郊游于野外早就已成为风俗。据《晋书》记载：每年春天，人们都要结伴到郊外游春赏景。踏青风俗至唐宋尤盛。据《旧唐书》记载：“大历二年二月壬午，幸昆明池踏青。”可见，踏青春游的习俗早已流行。

## 植树

清明前后，春阳照临，春雨飞洒，种植树苗成活率高，成长快。因此，就有清明植树的习惯，有人还把清明节叫作“植树节”。植树风俗一直流传至今。清明节植树的习俗，据说发端于清明戴柳插柳的风俗。关于清明戴柳插柳，有三种传说。第一种传说，据说是为了纪念教民稼穡耕作的祖师——神农氏，后来由此发展出祈求长寿的意蕴。第二种传说与介子推有关，据说晋文公率众臣登山祭奠介子推时，发现介子推死前曾经靠过的老柳树死而复活，便赐老柳树为“清明柳”。第三种传说是唐太宗给大臣柳圈，以示赐福驱疫。

## 放风筝

风筝又称“纸鸢”、“鸢儿”，放风筝是清明时节人们所喜爱的活动。风筝即是用竹篾等骨架上糊上纸或绢，拉着系在上面的长线，趁着风势可以放上天空，属于一种单纯利用空气动力的飞行器。每逢清明时节，人们不仅白天放，夜间也

放。夜里在风筝下或风稳拉线上挂上一串串彩色的小灯笼，像闪烁的明星，被称为“神灯”。过去，有的人把风筝放上蓝天后，便剪断牵线，任凭清风把它们送往天涯海角，据说这样能除病消灾，给自己带来好运。

## 扫墓祭祖

清明扫墓，即为“墓祭”，谓之对祖先的“思时之敬”，祭扫祖先是对先人的缅怀方式，其习俗由来久远。据考古发掘，广东英德青塘遗址发现了万年前的墓葬，经加速器质谱(ams)测定，年代距今13500年左右，时代为旧石器时代晚期，是中国年代最早的可确认葬式的墓葬，表明距今1万多年前，岭南古人已具有明确的有意识墓葬行为和礼俗观念。扫墓祭祖，是清明节俗的中心。清明之祭主要祭祀祖先，表达祭祀者的孝道和对先人的思念之情，是礼敬祖先、慎终追远的一种文化传统。清明祭祀按祭祀场所的不同可分为墓祭、祠堂祭。以墓祭最为普遍，清明祭祀的特色就是墓祭，清明祭祀被称为扫墓，主要是由于采取墓祭方式。另一种形式是祠堂祭，又称庙祭，是一个宗族的人聚集在祠堂共祭祖先，祭完后要开会聚餐等，这种祭祀是团聚族人的一种方式。

清明祭祀在清明前后，各地有所差异。清明祭祖，按照习俗，一般在清明节上午出发扫墓。拜清的方式或项目各地有所不同，常见的做法有两部分内容组成：一是整修坟墓，二是挂烧纸钱、供奉祭品。扫墓时首先整修坟墓，其做法主要是清除杂草，培添新土，然后叩头行礼祭拜。这种行为一方面可以表达祭祀者对先人的孝敬和关怀，另一方面，在古人的信仰里，祖先的坟墓和子孙后代的兴衰福祸有莫大的关系，所以培墓是不可轻忽的一项祭奠内容。所供奉祭品主要是食品，品种各地不同，都是当地人认为的并且按祭祀者的经济能力能拿得出来的美味佳肴，或合于时令的特色食品。

## 插柳

清明节，中国民间有插柳习俗。清明插柳习俗，其来源普遍存在三种说法。有专家认为，插柳的风俗，是为了纪念“教民稼穡”的农事祖师神农氏的。有的地方，人们把柳枝插在屋檐下，以预报天气，古谚有“柳条青，雨蒙蒙；柳条干，晴了天”的说法。杨柳有强大的生命力，俗话说：“有心栽花花不发，无心插柳柳成荫。”柳条插土就活，插到哪里，活到哪里，年年插柳，处处成荫。

清明插柳戴柳另一种说法是驱鬼辟邪。我国北方一些地方将清明节、中元节、寒衣节，合称为“三大鬼节”。因受佛教观世音手持柳枝蘸水普度众生的影响，许多人便认为柳条有驱鬼辟邪的作用，把柳枝称为“鬼怖木”。北魏贾思勰《齐民要术》中写道：“取杨柳枝著户上，百鬼不入家。”清明既然是鬼节，值此柳条发芽时节，人们便纷纷插柳戴柳以辟邪了。

还有一种说法是，此俗是为了纪念介子推。介子推为明志守节而焚身于大柳树下，让晋文公和群臣百姓痛心不已。第二年，晋文公亲率群臣爬上山来祭拜介子推时，发现当年被烧毁的那棵老柳树居然死而复生。晋文公当下便将老柳树赐名为“清明柳”，并且当场折下几枝柳条戴在头上，以示怀念之情。从此以后，群臣百姓纷纷效仿，遂相沿成风。清明插柳戴柳成为纪念介子推的一种象征。

## 拔河

拔河早期叫“牵钩”、“钩强”，唐朝始叫“拔河”。据说它发明于春秋后期，开始盛行于军中，后来流传于民间。唐玄宗时曾在清明时举行大规模的拔河比赛，从那时起，拔河成为清明习俗的一部分。

## 荡秋千

荡秋千是中国古代清明节习俗之一。五代王仁裕《开元天宝

遗事》载“天宝宫中至寒食节竞竖秋千，令宫嫔辈戏笑以为宴乐。帝呼为半仙之戏，都中士民因而呼之”，宋代宰相文彦博诗《寒食日过龙门》，诗中描写为“桥边杨柳垂青线，林立秋千挂彩绳。”秋千，意即揪着皮绳而迁移。

荡秋千的历史很古老，最早叫千秋，后为了避忌讳，改之为秋千。古时的秋千多用树桠枝为架，再拴上彩带做成。后来逐步发展为用两根绳索加上踏板的秋千。荡秋千不仅可以增进健康，而且可以培养勇敢精神，至今为人们特别是儿童所喜爱。

## 斗鸡

古代清明盛行斗鸡游戏，斗鸡由清明开始，斗到夏至为止。中国最早的斗鸡记录，见于《左传》。到了唐代，斗鸡成风，不仅是民间斗鸡，连皇帝也参加斗鸡。如唐玄宗最喜斗鸡。

## 射柳

射柳是一种练习射箭技巧的游戏。据明朝人的记载，就是将鸽子放在葫芦里，然后将葫芦高挂于柳树上，弯弓射中葫芦，鸽子飞出，以飞鸽飞的高度来判定胜负。

## 蹴鞠

鞠是一种皮球，球皮用皮革做成，球内用毛塞紧。蹴鞠，就是用足去踢球。这是古代清明节时北方喜爱的一种游戏。相传又是黄帝发明的，最初目的是用来训练武士。马球，是骑在马上，持棍打球，古称击鞠。三国曹植《名都篇》中有“连翩击鞠壤”之句。《析津志》记辽国把打马球作为节日的传统风俗，于端午、重九击球。《金史·礼志》也记金人于端午击球。宋代有“打球乐”舞队。至明代，马球仍流行。



《续文献通考·乐考》记载明成祖曾数次往东苑击球、射柳。明《宣宗行乐图》长卷中绘有宣宗赏马球之场面。当时的官员王直写的端午日观打球的诗：“玉勒千金马，雕文七宝球。鞞飞惊电掣，伏奋觉星流。炎页过成三捷，欢传第一筹。庆云随逸足，缭绕殿东头。”北京白云观前也有群众骑马击球之典。清代天坛一带也还有马球运动，直至清中叶之后，马球才消失了。

## 蚕花会

“蚕花会”是蚕乡一种特有的民俗文化，过去清明节期间，梧桐、乌镇、崇福、洲泉等地都有此项民俗活动。其中以洲泉的马鸣庙和青石的双庙诸的蚕花会最为精彩隆重。马鸣庙位于洲泉镇西，在当地有“庙中之王”之称，每年蚕花会人山人海，活动频繁，有迎蚕神、摇快船、闹台阁、拜香凳、打拳、龙灯、翘高竿、唱戏文等十多项活动。这些活动有的在岸上进行，绝大多数在船上进行，极具水乡特色。

拜祭祖先是孝敬的一种表现，是一种尊敬祖先和怀念祖先，敬仰祖先的一种最重要的一种礼节，这个时候是个传统的忌日，纪念祖先，是看望祖先的一个最好的时间。

清明节的时候，好多人都会来到祖先的墓碑前，献上花朵，献上祭品，献上一片孝心。我也不例外，我和叔叔，爸爸，还有我的小朋友们来到这里，纪念祖先的离去，纪念祖先的节日。清明时节雨纷纷，这些小雨把人的心情勾了出来，用一种怀念的心情来到了这里。来到了这个让人敬仰的祖先的墓碑前，述说自己的心声。看望祖先其实是非常必要的，想想过去，想想以前，没有祖先们的培养，哪里还会有我们的现在的生活。没有祖先我们将不付存在。清明节这样的日子能体现出的是一种拜祭的最适合日。清明节这个日子是给祖先一个与我们互相沟通和互相探望的一个机会。清明节这个日子让祖先们安心，让后人进进自己的孝心，让后人献出一种敬仰和孝敬。这样也是对自己的一种尊重，万事孝

为先，只有把孝敬放在最前面，才能拥有更多的做人的标准，才能做一个正直的人，做一个孝敬的人。

清明节拜祭的日子，是纪念祖先的离别，是纪念祖先们的一个节日。

;

## 清明节的来历和风俗简介篇四

清明节高速公路不收费，清明节免费时段从清明节假日第一天00：00开始，节假日最后一天24：00结束。

全国收费公路对7座以下(含7座)载客车辆免收通行费，包括允许在普通收费公路行驶的摩托车。

根据《重大节假日免收小型客车通行费实施方案》来看，收费公路免费通行时间为春节、清明节、劳动节、国庆节，共4个国家法定节假日以及当年国务院办公厅文件确定的上述法定节假日连休日。

### 一、清明节高速免费吗

清明节是四大高速免费的法定节假日(春节、清明、劳动节和国庆)之一，2023年清明节高速免费。

### 二、过路费

指通过某条路段需要缴纳费用，一般用于国道收费站之类的地方，国家征收的路费不是无限的，当国家收回它建路的费用，收费站自然拆除。

收费标准一般都从以下几个方面综合考虑：工程投资总额，其投资的组成情况；专业部门对该公路及收费站中、长期和

远期交通流量的预测资料；拟批准的收费年限；国家和地区在收费期物价上涨的预测；资本市场的变化趋势和银行贷款利率变化的趋势；地区经济发展的水准，车主行驶高速公路得到的效益，社会承受能力等等。

## 清明节的来历和风俗简介篇五

孕妇最好避免清明的扫墓活动，这不只仅是阴气重的影响。从别的方面来说，清明时节是非常拥堵的，为了胎儿的安全，并不建议孕妇去参与，再者扫墓的气候和周边的环境均不利孕妇的安康。此外是女性有例假，也要避免此类活动。

### 2 不可在墓地照相

大家扫墓的目都是为了祭奠祖宗，而非玩乐。举头三尺有神明，大家扫墓的时分，最好意怀敬意，专心谨慎，千万不要在墓地合影，以致随意的照相，否则引来了不好气场，就有阴阳失衡的可能，会损伤个人的运势。

### 3 忌穿大红大紫

清明节是不能穿的大红大紫去上坟的，置信大家也不会穿这样的衣服去参与此类活动的。不过总有人会疏忽大意，在佩戴或是内衣上不经意运用了红色。当然本命年是例外，内衣可穿红色。

### 4 外人不要参与他人的扫墓

清明的时分作为外人的身份去参与扫墓是比较忌讳的，容易招致不用要的省事。毕竟不是一家人，各自加持的气运也不同，可能会构成气场的紊乱，招致不和谐而走霉运。

### 5 身体不佳，时运不济者避免扫墓

一个身体正处于生病状态，或是虚弱状态的，或者最近运气不佳，诸事不顺的人最好不要去参与扫墓活动，由于此类人正处于总体运势低迷的状态，极易招致倒运，说的难听点就是邪灵上身，由于阴晦之物最喜气运低迷的人，这种人缺乏人气，容易侵犯。