

我们的节日·元宵

火树银花合，星桥铁锁开。今年元宵夜，古城泉州的大街小巷被花灯映照得通明。这场延续千年的灯火盛宴，是泉州人刻进骨子里的浪漫，吸引着五湖四海的游客纷至沓来，感受“光明之城”的独特魅力。璀璨光影中，传统与现代交织，本土与外来文化碰撞，勾勒出一幅热闹非凡的元宵盛景。

【鲤城】古城元宵韵味浓 八方来客共此时

本报讯（融媒体记者杜婉琼 陈明华 实习生王炜煌）从清晨天高后的摸龟祈福，到入夜中山路的千灯绽放，来自天南海北的游客在民俗中触摸文化脉搏，在灯海中感受升腾的烟火气，以及来自“光明之城”的独特魅力。昨晚，随着千盏花灯陆续点亮，泉州古城里人流如织，皎皎月光之下，满城花灯与涌动人群众相映，构成一幅美丽的画卷。

来自山东青岛的游客陈鑫头戴簪花，手举相机，沿着中山路骑楼一路行走，精美的花灯令她流连忘返。此次新春之旅，她和闺蜜两家共7人从广东一路玩到泉州，于元宵节前夕抵达古城。跟随网络上的打卡攻略，陈鑫一行人品尝了闽南传统美食，观赏了木偶剧，计划晚上去吃姜母鸭，“泉州气候很温暖，过年氛围足，让人很惊喜！”

晚上，年逾六旬的马奶奶与闺蜜流连于骑楼灯海间，不知不觉已徜徉了一个多小时，“闽南花灯做工考究，特别精巧漂亮！”马奶奶是河南安阳人，因为泉州的气候温暖、环境宜居，她已在这里旅居两月有余。看着摩肩接踵的人流缓缓前行，她笑着说：“泉州的元宵好热闹，处处都透着温暖的烟火气。”

昨日上午，2026泉·澎“乞龟”祈福民俗文化活动揭幕点睛仪式在泉州天后宫举行，两岸乡亲相聚“乞龟”，共同祈福国泰民安、万事如意。

“摸龟嘴，大富贵；摸龟身，大翻身；摸龟脚，吃干不；摸龟尾，吃到有头又有尾……”活动现场人流如织，由6.98万斤“平安米”盘制的巨型“米龟”静卧于广场上，不少市民、游客有序走过平安桥，俯身绕行大米龟，从米龟头部开始逐一抚摸米龟每个部位，为新的一年祈福。

“第一次体验‘乞龟’民俗，还蛮有意思的。”亚裔美国人索尼娅（Sonja G）和中国朋友陈腾特意起了个大早，前来参加此次活动。“再过两三天就是我本命生日，想通过摸龟祈福活动，为自己求个平安。”

陈腾是龙岩漳平人，从事纪录片创作工作。她和索尼娅相识于两年多前——当时索尼娅首次来中国，由她负责接待，此后二人一直保持联系。此次索尼娅专程前来中国拜访陈腾，因索尼娅对中国传统文化有着浓厚的兴趣，陈腾便极力推荐泉州，促成了二人的这次泉州之旅。谈及对泉州的印象，索尼娅坦言，泉州没有太多高楼大厦，但社区氛围浓厚，很有过年的气氛，让她觉得很特别。

为期3天的行程里，二人还计划深入体验泉州的民俗文化，例如晚上到晋江梧林村落看烧塔仔，或到东石镇赏舞香龙，明天则前往埭埔村簪花，感受最原汁原味的闽南风情。

【丰泽】花灯美食齐聚 外国游客沉醉

本报讯（融媒体记者廖培煌 苏珊妮 实习生张宇轩）丰泽各个花灯展区频频出现外地游客的身影。他们穿行在流光溢彩的灯海间，或举着相机定格瞬间，或对着精巧的花灯啧啧称奇，眼神里满是对泉州这份浪漫的沉醉。昨晚7时许，在泉州市建筑服务产业园展区，记者遇到了张女士一家五口。张女士是泉州人，其丈夫Chris、公公Rod-erio来自美国。晚上，一家人来到建筑服务产业园赏花灯、逛集市。张女士和公公各自带着相机，对大型座灯“龙马精神”尤为感兴趣，按下快门时，不时说着“Amazing”（太神奇了）。赏完灯后，一家人到集市上的小吃摊流连。“泉州的花灯好看，美食也多，还被评上世界美食之都。”张女士言语间满是对家乡的自豪。

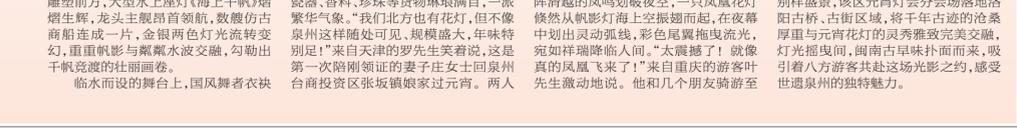
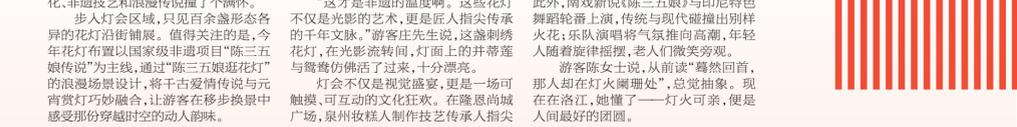
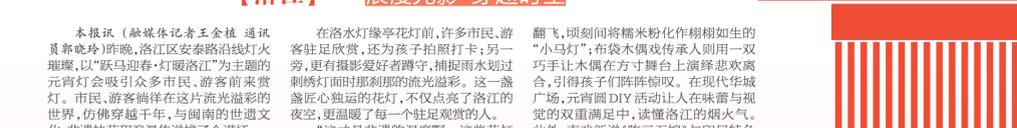
晚上8时，真武庙展区市民游客络绎不绝。展区就像一块被打翻的调色盘，赤橙黄绿青蓝紫的灯光交织在一起，将夜空染成了梦幻的色彩。当晚的“烈焰街看 骊驹跃新”元宵雅集活动环节多样，猜灯谜、免费享用元宵圆，吸引了众多市民和游客。在真武庙门口一侧的花灯下，一群肤色各异的青少年不时发出“哇”的赞叹声。这群青少年是新加坡加拿大国际学校的七年级学生，一行包括老师和学生共24人，10多名学生来自不同国家、学校组织他们来泉州研学。“泉州是世界遗产城市，泉州很多地方、景点都很有特色。”学生Jason说，他们大多是第一次来泉州赏花灯，大家非常开心，到处拍照留念。一名非华裔女生站在鱼形花灯下开心地拍照，“这些花灯既稀奇又美丽，听了中国同学讲解，才知道里面有许多美好寓意。”

中骏世界城灯展区域同样热闹非凡。晚上8时，商场内的非遗民俗表演“宋江阵”上演。随着鼓部的乐声响起，身穿各色服饰的表演者们登场，在令旗指挥下穿插迂回，时而合围，时而散开，武术表演与阵法变换，引得观众阵阵叫好。“非遗·舞鱼灯”表演紧随其后。乐声婉转，舞姿曼妙，鱼灯在表演者手中流转，美得人移不开眼。在商场内现代品牌门店的背景中，眼前色彩浓烈的非遗表演形成了极具冲击力的“古今碰撞”。鼓声与叫好声此起彼伏。挤在前排的王先生一边录着视频，一边连声叫好，非遗技艺在现代商业空间里迸发出了新的生命力。

泉州台商投资区海丝艺术公园元宵灯展，人头攒动。湖中的帆船雕塑前方，大型水上座灯《海上千帆》熠熠生辉，龙头主舰昂首领航，数艘仿古商船连成一片，金银两色灯光流转变幻，重重帆船与翔舞水波交映，勾勒出千帆竞渡的壮阔画卷。

临水而设的舞台上，国风舞者衣袂

璀璨花灯耀刺桐



扫码观元宵灯会



10名国际超模携手百名泉州女手推花灯巡游古城闹元宵，传统非遗与国际时尚碰撞绽放。（融媒体记者张永馨 通讯员郭程程 摄）

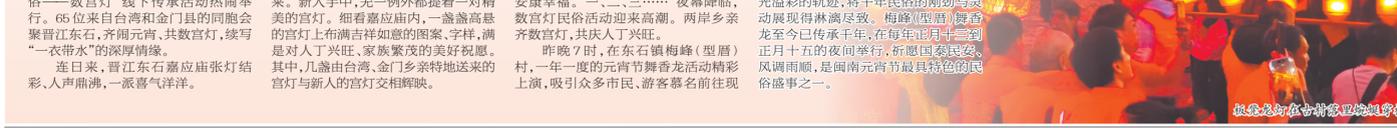
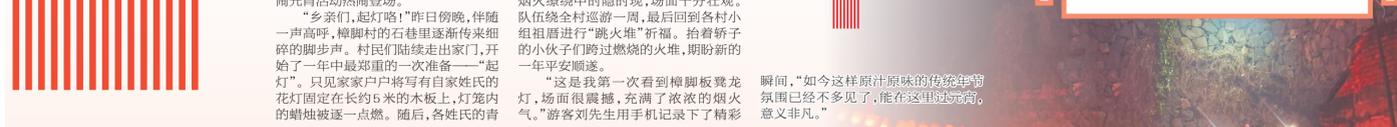
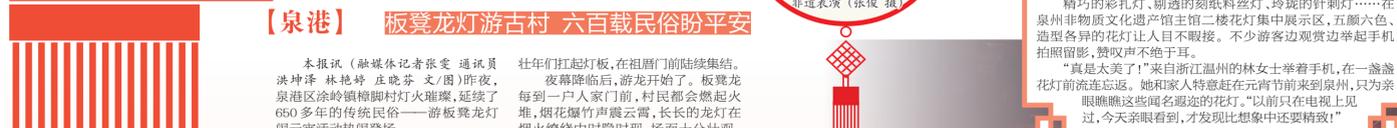


元宵夜，市区中山路人物涌动。（融媒体记者陈洪燕 摄）



小童围观元宵灯谜竞猜。（融媒体记者王琦 摄）

四海宾朋共良宵



扫码观元宵灯会



晋江东石，两岸乡亲同赏花灯。（张心茹 摄）



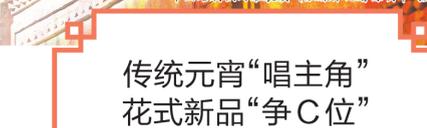
南安新体育场里的颇具特色的大型花灯。（融媒体记者石树峰 摄）



晋江东石，两岸乡亲同赏花灯。（张心茹 摄）



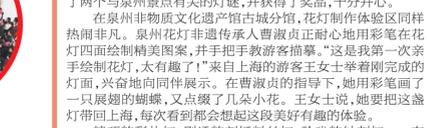
南安新体育场里的颇具特色的大型花灯。（融媒体记者石树峰 摄）



中山路骑楼闹元宵，市民参与夜游赏灯民俗活动，烟火升腾年味浓。（融媒体记者王琦 摄）



晋江东石，两岸乡亲同赏花灯。（张心茹 摄）



南安新体育场里的颇具特色的大型花灯。（融媒体记者石树峰 摄）



晋江东石，两岸乡亲同赏花灯。（张心茹 摄）



泉州非遗馆：赏精美花灯 学制作技艺

传统元宵“唱主角” 花式新品“争C位” 医生提醒：适量食用更健康

本报讯（融媒体记者张雯）在泉州民间，元宵节素有“上元小年兜”的说法，其隆重程度不亚于除夕。节日当天，象征团圆的元宵圆是家家户门餐桌上的必备美食。连日来，记者走访市区商超和老字号店铺发现，元宵圆销量不断攀升，传统手工元宵与新式创意汤圆“同台竞技”，供销两旺。

昨日中午，市区金鱼巷一家老字号元宵圆店门口长队蜿蜒。“我每年都来买，手工‘搓’的元宵有烟火气，软糯伴着花生香，是儿时的味道。”排队的王先生说。店内座无虚席，小朋友在家长陪同下品尝元宵圆。家长王女士表示，带孩子来赏花灯、吃元宵，是想让其感受传统民俗文化魅力。店主张女士称，正月是店里最忙的时候，不仅有市民打包整箱，还有不少游客进店堂食。

与传统元宵的火爆不同，新式汤圆凭借独特口味和高颜值“圈粉”年轻群体。市区东街一家连锁超市的速冻食品专区，汤圆琳琅满目，工作人员不断补货。“95后”小杨买了迷你水福汤圆，称其皮薄馅大，拍照好看；陈先生则青睐“0添加蔗糖”的黄糯米汤圆，觉得对老人友好。超市工作人员说，大品牌新式汤圆销量不断攀升，部分网红款甚至断货。

面对多样的元宵、汤圆产品，健康问题不容忽视。泉州市第一医院内分泌科副主任医师郑雅芬提醒，元宵和汤圆的主要成分是糯米粉、黏性高，不易消化，且馅料含大量糖分和油脂，过量食用易致血糖升高、消化不良、老人、儿童及患有胃肠道疾病、糖尿病、高血脂的人群要“量腹节食”。她还建议食用时搭配蔬菜、水果或茶水，元宵节期间饮食规律、适当运动。

泉州非遗馆：赏精美花灯 学制作技艺

本报讯（融媒体记者杨泳红）元宵前夕及元宵节期间，不少游客走进泉州非物质文化遗产馆主馆与古城分馆，猜灯谜、观赏精美花灯，还亲身体验花灯制作。

“先采果子放一半酒精，打二字泉州小吃。”“掌舵的不是武将，打二字泉港非遗项目。”“险途多一半，打二字传统节日。”走进泉州非物质文化遗产馆古城分馆，馆内悬挂着的趣味灯谜，不时吸引游客驻足沉思。“太有趣了，既能通过灯谜了解泉州的文化和景点，还能赢得奖品。”来自南京的李女士接连猜对了两个与泉州景点有关的灯谜，并获得了奖品，十分开心。

在泉州非物质文化遗产馆古城分馆，花灯制作体验区同样热闹非凡。泉州花灯非遗传承人曹淑贞正耐心地用彩笔在花灯四面绘制精美图案，并手把手教游客描摹。“这是我第一次亲手绘制花灯，太有趣了！”来自上海的游客王女士举着刚完成的灯面，兴奋地向同伴展示。在曹淑贞的指导下，她用彩笔画了一只展翅的蝴蝶，又点缀了几朵小花。王女士说，她要把这盏灯带回上海，每次看到都会想起这段美好有趣的体验。

精巧的彩扎灯、剔透的刻纸料丝灯、玲珑的针刺灯……在泉州非物质文化遗产馆主馆二楼花灯集中展示区，五颜六色、造型各异的花灯让人目不暇接。不少游客边观赏边举起手机拍照留影，赞叹声不绝于耳。

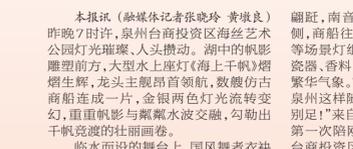
“真是太美了！”来自浙江温州的林女士举着手机，在一盏盏花灯前流连忘返。她和家人特意赶在元宵节前来到泉州，只为亲眼瞧瞧这些闻名遐迩的花灯。“以前只在电视上见过，今天亲眼看到，才发现比想象中还要精致！”

“如今这样原汁原味的传统元宵氛围已经不见了，能在这里近距离、意义非凡。”

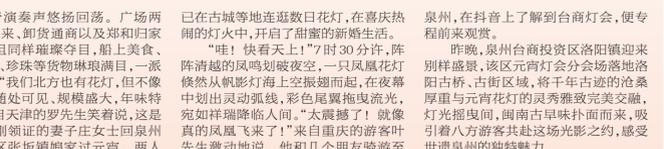


宗元中国·海丝泉州

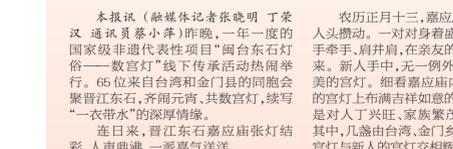
泉州台商投资区张坂镇过元宵。两人



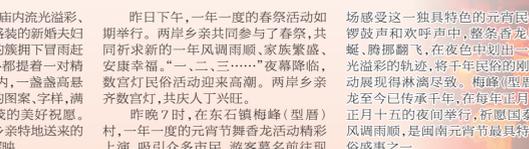
泉州台商投资区张坂镇过元宵。两人



泉州台商投资区张坂镇过元宵。两人



泉州台商投资区张坂镇过元宵。两人



泉州台商投资区张坂镇过元宵。两人



泉州台商投资区张坂镇过元宵。两人