

2月20日，农历正月二十三，我国西北地区迎来一年一度的“燎疳节”。在宁夏大地上，燎疳节作为一项极具特色的民俗活动熠熠生辉。石嘴山市惠农区2025年“金蛇献瑞·幸福惠农”银河湾燎疳活动、平罗县2025年全国春季“村晚”示范展示暨威镇村第十届火龙燎疳节系列活动如期而至。

火焰腾空而起，人们欢笑着跨过火堆，祛除晦气，祈愿新年安康，这古老仪式饱含先辈对美好生活的热望。时移世易，如今的燎疳节在传承中创新，与文旅深度融合。

宁夏日报报业集团全媒体记者
龚依然 姬禹/文
韩胜利 见习记者 牛宝林 弥楠 马霄鹏/图

A 熊熊烈火腾空而起 数万群众汇聚感受民俗魅力

“正月二十三，家家户户燎疳疳。”

夜幕如墨，悄然笼罩着惠农区礼和乡银河湾，“金蛇献瑞·幸福惠农”银河湾燎疳活动迎来了高潮。歌舞与杂技交织，刹那间，两条火龙翩翩起舞，火魔方在艺人手中灵动飞舞，火壶、火棍等表演轮番上演，将气氛推向了高潮。随着表演结束，一排排草垛被点燃，熊熊烈火腾空而起，噼里啪啦的声响似新年的激昂鼓点。

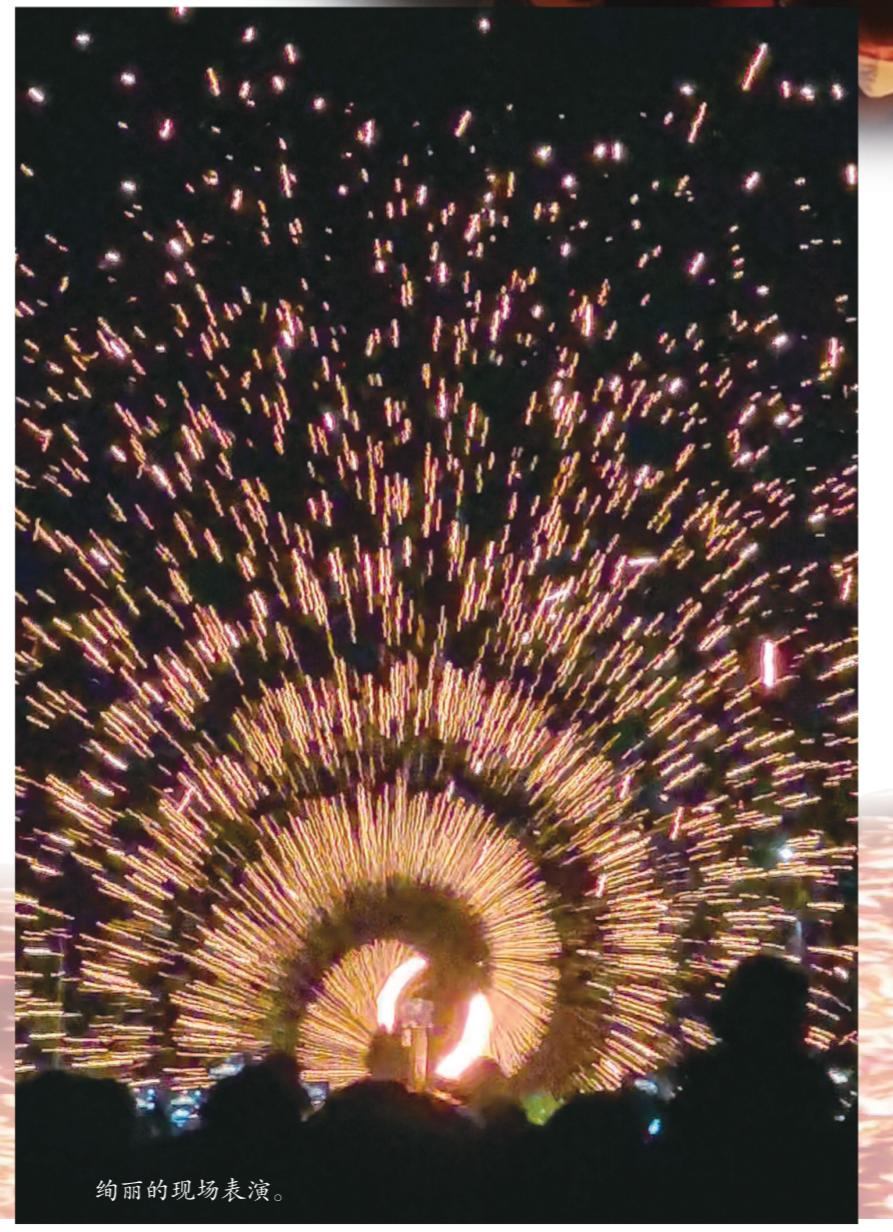
来自惠农区及周边乡镇的5万名群众，如潮水般汇聚于此。35岁的李强轻轻抱起8岁的儿子，小心翼翼朝着火苗靠近。他微微下蹲，让孩子的脚底掠过跳跃的火苗，嘴里还轻声念叨：“宝贝，新的一年健健康康，少生病，学习进步。”28岁的创业者王宇正摩拳擦掌，准备跨过火堆，他说：“去年创业磕磕绊绊，新的一年，希望能远离那些阻碍，事业顺顺利利，让我的努力能有回报。”

当晚，震天的锣鼓也在平罗县高庄乡威镇村响起。舞龙队员们身姿矫健，巨龙翻转腾挪，来自平罗县、大武口区以及银川等周边地区的众多群众欢呼雀跃，掌声阵阵。这一刻，传统非遗文化的独特魅力尽情展现。

夜空中，五彩斑斓的烟花为燎疳活动增添了浓厚的喜庆氛围。村民们拿出手机记录这难忘时刻，孩子们在烟花下追逐嬉戏，老人们则围在一起聊着家常，空气中弥漫着幸福的味道。“现场氛围一点不亚于演唱会，舞龙、烟花秀、打铁花、燎疳。我是平罗人，希望家乡的非遗活动一直传承下去。”从银川远道而来的马静如说。

在村头空地上，随着村民点燃提前准备好的麦草、稻草和干柴，熊熊篝火燃起，老老少少从火堆上跳跃穿行，年纪大一些的人一边跳一边念叨：“一燎干，二燎净，三燎一生不得病。”直到21时多，火堆化成火灰，村民们把火籽扫到一起，用铁锹高高扬起，边扬边喊：“麦子花开、胡麻花开……”欢声笑语回荡在小镇的每一个角落。

B 脚步起落间满是对生活的热望 燎疳狂欢硬核祈福



绚丽的现场表演。



精彩的烟花秀。



舞龙队员燎疳。



燎疳深受人们喜爱。



群众纵情跨过火堆。

C 文旅部门花式过节 燎疳已超越传统驱邪避灾范畴

如今的燎疳节，越来越“时尚”。一方面，传统民俗内核被精心保留，仪式流程原汁原味；另一方面，各地文旅部门巧借节事，推出民俗活动，游客穿梭其间，赏民俗表演、品特色美食，让燎疳节成为宁夏文旅的一张新名片。据悉，今年燎疳节之际，石嘴山等地文旅部门纷纷“借船出海”，借着春节最后一个节俗，推出各种各样更具时代感的活动：篝火晚会、文艺演出、摄影展、美食节、游乐游艺、非遗展示……

银河湾燎疳活动早已超越传统驱邪避灾的范畴，演变成群众欢乐的海洋，美食、游乐与竞技在此汇聚。2月20日下午，阳光洒在赛场上，一场群众运动会热闹开场，成为燎疳节的火热前奏。从小在农村长大的丁帅，对“抢种抢收”这项活动再熟悉不过。哨声一响，他迅速弯腰，抓起乒乓球，精准地投入一个个小盆中，动作行云流水。抢收环节，他如猛虎下山，飞速将“作物”拔起，装入筐中。起初，礼和乡队稍显落后，但丁帅凭借娴熟的技巧和惊人的速度，迅速扭转局势。他每一次弯腰、每一次投掷都精准无误，很快赶上并逐渐拉开与其他队的差距。最终，他带领礼和乡队勇夺第一

B 传统与现代交织 和民俗活动最配的要数非遗

在银河湾燎疳活动现场，65岁的张景看着众人活力满满，露出欣慰的笑容：“我小时候年年在村里跟着大人燎疳，所以今天特地来凑凑热闹，虽然跳不动，但看着也开心。”

张景最看重的是燎疳节的每个环节。他介绍，节日前夕，家家户户忙碌起来。主妇们精心剪出形态各异的纸人，寓意祛病除祟；男人们收集秸秆、柴草，在庭院或空旷场地堆成小山，这是燎疳的燃料。部分地区还会撒上盐粒、五谷杂粮，祈愿丰收。夜幕降临，吉时一到，德高望重的长辈率先点火，瞬间烈焰蹿升。人们按长幼顺序围着火堆，口中念念有词，多为祈求健康、平安、顺遂之语，将旧年晦气、病痛付之一炬。火舌舞动，大家连跨三次，跳过疾病、贫穷与灾祸，待柴草燃尽，火星明灭，众人用铁锹扬起灰烬，借微风之力让其飘散，灰烬高飞象征福运高升，同时依据灰烬形状占卜年景，如呈圆形为团圆，长条状则寓意风调雨顺。

除了传统项目，活动还融入诸多现代元素。“萌蛇添福”少儿美术展，用孩子们充满童趣与创意的画作，展现新年新风貌；科技兴农科普宣传，为乡村发展注入科技力量；音乐节上，喊麦、劲歌活力四射，嗨翻全场，让传统活动碰撞出时尚火花。这些，唤醒了不少年轻人对燎疳习俗的兴趣，越来越多的年轻人加入燎疳节、记录燎疳节。

“这项传统民俗的仪式感很强，在这熊熊烈火中，每个人都带着自己

名。蒙眼鸣锣、十拿九稳等一个个趣味十足的项目进行得如火如荼，来自惠农区14个乡镇的代表队配合默契，展开比拼。此时此刻，奖品已在一旁等候多时，6只公鸡、10只大鹅、欢腾的鲤鱼，还有一头膘肥体壮的小绵羊。红果子镇代表队摘得桂冠，队员们欢呼雀跃，簇拥着将小羊牵走。

而平罗燎疳节历史源远流长，其源头可追溯至清代，光绪年间《甘肃新通志·平凉县志》便有关于燎疳的记载，那时就有剪纸人、绕火跳跃等活动。民国时期，燎疳时往火堆中撒盐、纸炮等增添驱疾氛围的做法也在延续，《朔方道志31卷》就有相关描述，平罗的燎疳节也在这样的传统脉络中传承下来。如今，平罗威镇燎疳民俗已被列入第七批自治区级非物质文化遗产代表性项目名录。

“我们借助举办全国春季‘村晚’的契机，讲乡愁故事、看乡村变化，舞动火龙燎疳，展示全县人民淳朴的精神风貌，凝聚起最强奋进力量，让传统文化活在田间地头，让农耕文明焕发时代光彩，为培育文明乡风、繁荣乡村文化、赋能乡村振兴注入新的活力。”高庄乡党委书记王宗涛说。