

■非遗“闹”元宵

# 正月十五 元宵节

吃汤圆、猜灯谜是元宵节的重要内容。

老底子宁波人过元宵，讲究的是一个“早”字。在宁波，汤圆又被称作汤团。春节前10多天，家家户户就开始忙碌起来，准备一件重要的事情——磨汤团粉。而在元宵当天，一碗热气腾腾的汤团或汤果，往往也是天亮就下肚的，寓意着新的一年圆圆满满、顺顺利利。

夜色低垂，华灯初上，人声鼎沸的元宵灯会如“竞看繁星在平地”。悬挂在彩灯下的灯谜随风轻轻晃动。忽然，人群中爆发出一阵欢呼声，原来是有人猜出了谜底。欢呼声也点燃了其他人参与其中的热情……

## 1 团团圆圆吃汤圆

宁波的老墙门里，几乎每村都有一口大石磨。一过腊月二十，浸好的糯米便成了主角，邻里之间你帮我、我帮你，轮流磨粉，热闹非凡。

水磨汤团粉是宁波汤团的灵魂。糯米一进磨，细腻的粉浆便顺着磨嘴流入老式的纱布袋里。等袋子盛满，先让水滴干，再将糯米粉一块一块挖下来，放进筐里。要吃的时候，取上一块，揉成团，裹上芝麻馅或猪油馅，搓成圆滚滚的汤团，下锅一煮，香气四溢。碰上阳光好的日子，有的人家会把糯米团晒出去，晒干后储存起来，等到元宵节再用水拌捏成湿粉，现做现吃。

“最好吃的汤团往往是现吃现做。”宁波三雪汤圆创始人汪超群的母亲徐元惠回忆，“有时候晒粉遇上东南风，糯米团容易变味，所以直接做好吃了算数，味道最鲜。”

不过，在过去，并不是每家每户都能吃上汤团。对于一些贫苦人家来说，汤团是奢侈品，他们使用汤果来代替。汤果粉的制作方法和汤团粉一样，只是在糯米里掺上一定比例的粳米，吃起来比汤团稍硬一些。

将汤果粉加水搅拌后，摘成一段一段的粉段子，下到沸水里煮熟，便是简单的汤果。如果加入青菜，就成了青菜汤果；如果放入白糖，再加点浆板（酒酿），就成了浆板汤果，甜滋滋的，别有一番风味。

在徐元惠的记忆里，更为常见的是“番薯汤果”。“番薯丁”意味着“好翻新了”，年糕寓意着“年年高”，“汤果”则是圆圆满满。

宁波的小囡们常常唱着一首童谣：“老公老婆，浆板汤果。”这句童谣背后，藏着宁波人乐观的生活态度。即便家境贫寒，吃不起猪油汤团，只能吃汤果，但只要夫妻和睦，日子也能过得有滋有味。这种朴素的生活智慧，正是宁波老底子文化的精髓。

如今，尽管生活条件好了，汤团成了随时可以吃到的美食，但宁波人依然怀念那种邻里互助磨粉、全家围坐搓汤团的烟火气。一碗香喷喷、甜糯糯的汤团，承载着宁波人对团圆、对传统的深深眷恋。正是这份烟火气与老底子的味道，一代代传承了下去，成为宁波人心中最温暖的记忆。



## 2 老少皆宜猜灯谜

元宵赏灯最早可追溯至东汉时期，人们通过点灯祈福，以期扫除一年的烦恼。到宋代时，元宵已是民间的盛大节日，更派生出猜灯谜这一独特的民俗文化，即将谜面贴在花灯上供人猜想，猜中者还会有彩头奉上。

《梦粱录》曾记载“商谜者”“先以鼓儿贺之，然后聚人猜谜”的热闹场景，《清嘉录》更以“连肩挨背，夜夜汗漫，入夏乃已”描述众人蜂拥而至、竞相猜谜的热闹景象。

从古至今，元宵猜灯谜“热度”始终不减。“关公黑脸短须——打一消费品”，这则灯谜是宁波市非物质文化遗产项目“宁波谜语”代表性传承人傅瑞庭在走访中搜集到的。

1949年之前，宁波一家具店将这则灯谜挂在店门口，并开出巨额奖赏：猜中者即可免费获得家具一套。灯谜有些难猜，但阻挡不住人们“前赴后继”的热情。一时间，家具店门庭若市，套用现在的话来说，“泼天的流量”带来“泼天的富贵”。

2024年，鼓楼举行元宵猜灯谜活动。傅瑞庭带着上百条从民间搜集来的，带有鲜明地方特色的灯谜到场，一下成为人群中的焦点。

“有人拿着手机百度，有人打电话请教家里的长辈，场

面十分火爆。”

在傅瑞庭看来，元宵灯谜经久不衰，不仅因为老少皆宜，更因为“参与感、互动性强，而且成就感、价值感高，一旦猜中，就会给人一种‘我很行’的感觉。”

据傅瑞庭回忆，过去人们不只在元宵时猜灯谜，夏夜纳凉时，冬日入夜后，闲来无事的人们都会通过猜谜语来打发时间，“先是孩子玩，大人们也相继加入。”

元宵灯谜和平时猜的谜语有所不同。平时猜的谜语多联系实际生活创作，无论是谜面还是谜底，多适合口头表达；元宵灯谜的“文化味”则更浓一些，“包含更多的文化知识、历史典故。”傅瑞庭说。

古往今来，不少文人墨客更是直接将灯谜藏于诗歌中。

比如，唐代诗人李峤就曾写下“解落三秋叶，能开二月花。过江千尺浪，入竹万竿斜”，以此打一自然现象；唐代文学大家王安石也曾以“倚阑干、束君去也，霎时间红日西沉。灯闪闪人儿不见，闷悠悠少个知心”来猜一个字；清代诗人郑板桥也曾以“口小腹大鼻耳高，烈火烧身称英豪。量小岂能容大物，二三寸水起波涛”来打一个生活用具。

记者 石承承 袁先鸣 崔引