



廣東人過年習俗

農曆十二月十六「尾牙」，是代表著準備一年終結的祭祀，連串過年習俗，由此掀起序幕。傳統「尾牙」的拜神儀式，祭品都是象徵好彩頭的食品，如髮菜蠔豉（發財好市）魚（年年有餘），柚（年年都有）等。

根據傳統老闆在「尾牙」席間，會請員工吃「無情雞」。即雞頭或雞尾指向那一位員工，又或老闆親自夾雞塊給該名員工吃，便代表請他另謀高就。這一天適宜吃蝦，因辛苦了一整年，吃了蝦邊笑哈哈。

年廿四，謝灶君——兩碌蔗做天梯

臘月（農曆十二月）廿四為小年夜，叫做「交年」，不像北方是臘月二十三是小年。小年這一天，亦是謝灶之日。以前官員在臘月二十三謝灶，民居在二十四謝灶，「水上人家」一般在臘月二十六謝灶。要謝灶君的原因是，他要在這一天返回天庭，向玉皇大帝匯報所監視的家庭在過去一年來的善行時口下留情，隱惡揚善，所以都供奉美食會爐灶君。謝灶的供物有：清水、白米各一碗，這是表明灶君與這家人關係一清二白，如果灶君徇私，此二物帶回天上時就會變黑。最特別之處就是要還要供奉甜食，祭品當中有兩碌長蔗，兩塊片糖和一對有枝有葉的柑。兩碌蔗的作用是給灶君當天梯，返上天庭；甘蔗有尾，祈求做事善始善終，有頭有尾。片糖代表甜食，以前的人沒有糖果的甜品，所以用片糖；至於柑，是取其廣東諧音「金」，當然是用來會爐灶君的。據說，灶君是玉帝的「二五仔」，老百姓為了他在玉帝面前講好話，所以要令灶君口甜；也有另一說法就是要黏著他的口，免他亂說話。此外，還有炒米餅、炒米碾、柑、桔、紅糖和一封利是。

年廿五，辦年貨——開炸蒸糕有規矩

謝灶以後，家家戶戶都開始忙於賀年食品，現時已很少家庭會自製油角、煎堆與年糕。因為如果做得不好，可能會趕走來年好運，所以都外購為妙。

「年廿四『開炸』、年廿五蒸糕，年廿八包粽」是以前家庭製作賀年食品的日程。「開炸」即「開油鍋」，與蒸糕。一連串的工序很關鍵，稍一不慎講了一句不吉利的話，都可能會令一家終年交上厄運，所以負責這個步驟的主婦。為了不容有失，嚴禁小孩參與，以免他們亂講不吉利的話。

年廿八洗邋邋——清舊物換金花神紅

年廿八（農曆年二十八），洗邋邋（航髒）春節將至，辭舊迎新，是象徵除舊迎新，祈望今年好過舊年的意思。負責清潔的掃把被認為不潔之物，可能與災星「掃把星」意義相同，所以年廿八洗邋邋之後，要將掃把收起。另外，掃地也要由大門向屋內掃。男人還要剪髮，女人要洗頭。過年前的大掃除與往常不同，平時可以做表面工作，過年了，中國人的習俗是不能把舊的、髒的東西帶到新的一年裡，所以，平時打掃時顧不到的邊邊角角也要翻出來徹底清潔。

到了新年，若邋邋了那只能用收拾起，還要不能丟出街，等到年初四後才能打掃地方。另外，為神位和招牌更換「金花」和「神紅」，稱「簪花掛紅」，「金花」和「神紅」是神位的護法，向小或極為神靈服務。至於在金漆招牌上「簪花掛紅」，也寓意大吉大利，商務蒸蒸日上。

年廿九，責年——鯪魚，蔥，芹，蒜吃出好彩頭

舊社會各行各業重視過年，所以到了歲晚就收爐，市場也不開，那麼老百姓會買備耐放的食物準備在過年期間享用，俗稱「責年」。這些「責年」食物在年廿九就開始準備，要挑選可以責年的食物難免要講意頭，蔥、芹、蒜、鯪魚是其中一些。蔥，芹，蒜都要留根，象徵有頭有尾。這三種蔬菜都諧音「聰明」，「勤力」，「精打細算」，魚則取其「年年有餘」的意思。芸芸魚類中選鯪魚責年，是取其全身泛銀，山善生輝，像金一樣。用來責年的就不要大鱗，要有頭有尾，煎出來後魚身呈金黃色，很好彩頭，要將鯪魚留起來責年。最重要是煎之前灑鹽醃鹹，按照習俗，在魚身上放一封紅包和一對柑或桔，然後放入米缸，象徵豐衣足食，直至開年拿出來翻煮食用。

年三十，慶團年——行廿宵，吃年飯，守歲賣懶

年卅是最熱鬧的，行「年宵」，一家團員吃「團員飯」。飯後到子夜不眠，圍左起來「守歲」。按照傳說，老百姓應該在這天才買年花、年桔等。過年過節，吃團員飯的形式最重要，要整齊齊整整，菜要好彩頭。以前晚飯一般在5點多，不超過6點開飯，吃完飯後廣東人會讓小孩走上街「賣懶」，一手拿著小紅燈籠，令一手捧著盛載蒸熟雞蛋和茨菇的碗，然後連群結隊邊走邊喊：「賣懶，賣懶，買到年卅晚，人懶我唔懶。」這夜最盡興。

全家一起守歲，過年夜守歲之俗十分普遍。守候新春來臨，新年鐘聲敲響，家家戶戶鳴放鞭炮。依隨傳統亮著全屋的燈，直到子夜，接過財神後，在小孩枕頭下擺放壓歲錢，一家平平安安迎新歲。

大年初一拜年——守禁忌，向長輩奉茶

年初一，年卅子夜到年初一凌晨，放炮竹，拜了神才算新年來了，拜神之後，便不再開大門，只到天亮為止，為了吉利，這一天也要嚴守諸多禁忌。

不吃葷、忌打破物品、忌水土出門（直至年初四都不掃地）、忌使用利器。過年期間，語貴吉祥，拜年說恭喜的話省不得，但也要留意過年禁忌：忌說「衰」、「死」等；不慎打破東西，就要喊「落地開花，富貴榮華」；禁西早、洗頭；菜不可有七款，「食七」不好彩頭，也忌以湯淘飯，據說，以湯淘飯會令犯者在該年出門遠行時遇上大雨……總至晚十一吉利為先，清早起床，一家老少都會齊集廳中互相拜年。在家拜年，長幼有序，年幼的要向長輩拜年。

傳統上媳婦要早起，向家翁家姑奉茶，茶內要有紅棗和蓮子。

大年初一很忌諱動刀殺生。尊崇佛教眾年初一、十五吃齋的風俗要吃齋，演化成廣東人大年初一吃齋的習俗。親友到來拜年要奉上「全盒」，叫人拿盒內小食要說：「拗金」、「拗銀」。拜過年後，已婚的長輩會給後輩派紅包。在許多廣東人的心目中，初二的開年飯，與新一年的運情，有很大關係。因此，廣東人的開年飯，除包括年夜飯種種好意頭的菜餚外，有些家庭會斬些燒肉，取紅皮赤壯、健健康康之意。有些人會用生菜鋪金菇，取金錢滿地，生生猛猛之意。

如果單點，或在家自己做菜，廣東的年夜飯，一定要有「全雞」，象徵「全家福」；會有與「發財好市」諧音的髮菜蠔豉；或與「生財就手」諧音的「生菜豬手」；象徵著來年快樂；還須有嘻嘻哈哈代表開心快樂的各種鮮蝦；貌似「一團和氣」的紅燒圓蹄等。

團年飯特別看重「好意頭」，菜式就代表著深深的寓意。如魚（象徵「年年有餘」）、蠔獅（音取「好事」、「好市」）、髮菜、生菜（音取「發財」、「生財」），鳳爪扒金錢（即雞腳冬菇，意寓「招財進寶」）、慈菇（寓意以後添男丁）、芹菜（勤力）。



Kung Hei Fat Choi!

2025

We are Brighter Together this Year of the Wood Snake!

As your trusted Partner for Life, Sun Life is dedicated to supporting your dreams and ambitions, just as we have for the past 130 remarkable years.

Together, let's create a future filled with abundance, joy, and countless blessings!

好運在

PLAY TIME

歡迎 新用戶的禮物

可免費獲得高達 P3875

註冊和登入費 P275

+ 免費散佈

巨額現金回饋 保證提款

高達 2% 在 10 分鐘內

VIC SOTTO
PLAYTIME ENDORSER

www.playtime.ph