

# 欧美万圣节庆祝方式详解

在欧美国家，万圣节不仅是一个历史悠久的节日，更是一个全民参与的娱乐盛事。最具代表性的庆祝方式之一是制作南瓜灯（Jack-o'-Lantern）。人们会将南瓜掏空，在表面雕刻出各种鬼怪、笑脸或创意图案，并在内部点上蜡烛。南瓜灯最早源于爱尔兰的民间传说，原意是用来驱赶恶灵，如今则成为万圣节不可或缺的装饰元素。

化妆游行是万圣节庆祝活动的另一大亮点。儿童和成人都会穿上各式各样的服装，扮成鬼怪、巫师、僵尸甚至流行文化中的角色，在街头游行和参加派对。这种扮装活动不仅带来了娱乐和社交的乐趣，也让人们在一夜之间体验到不同角色的魅力。许多学校和社区也会组织化妆比赛和主题派对，使节日氛围更加浓厚。

此外，“Trick or Treat”（讨糖活动）是万圣节最受孩子们喜爱的传统习俗。孩子们会挨家挨户敲门，用“不给糖就捣蛋”的口号向邻居讨要糖果。这一习俗起源于欧洲中世纪的“Souling”，当时人们会在诸圣节前夜向贫民分发食物和钱财，以祈求灵魂的安宁。如今，这种活动已演变为现代化、娱乐化的形式，不仅增加了节日趣味，也促进了邻里互动。