



六个月大的人类幼崽戴上小领结、系上小花围兜,对着鸡腿、鱼肉、薯条甚至小蛋糕浅尝一口,配合朗朗上口的顺口溜,瞬间变身小小干饭人。辅食刚起步,仪式先拉满,一场可爱又热闹的宝宝开荤仪式成为社交平台上的热门育儿潮流。

开荤,原本是民间流传已久的育儿习俗。过去多在宝宝满六月时举行,寓意告别单纯的奶食阶段,正式品尝人间烟火,也寄托着长辈对孩子衣食无忧、健康强壮的祝福。传统开荤讲究用鲤鱼蘸汤,取鱼跃龙门之意,流程朴素。而如今,年轻爸妈把这一老习俗玩出了新花样。

## 1 开荤仪式不拘一格

吃口葱,聪聪明明;吃口蒜,能说会算;吃口鱼,年年有余;吃个鸡腿,顺风顺水。孩子爸爸对着手机念着一句句魔性又好记的开荤口诀,孩子妈妈则对着镜头快速抓拍,今日开荤KT板的背景前,打扮得精致可爱的小家伙坐在专属餐椅上,有时好奇张嘴,有时皱眉思考,有时一把抓住食物往嘴里塞,表情呆萌,让全家忍俊不禁。这一幕发生在赵女士家中。

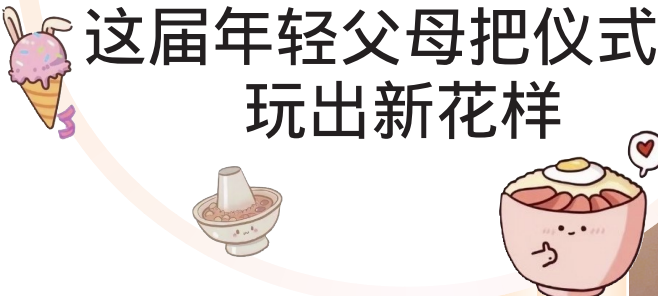
之前也是刷朋友圈看到别的宝宝办,觉得特别有意义,趁孩子刚好满6个月,就想着给自家娃也安排上。赵女士是一名95后新手妈妈。当天全家总动员,孩子外婆一大早就买回来了新鲜的鱼肉蔬菜瓜果,孩子爸爸负责布置墙面、装点氛围,自己则给宝宝洗澡打扮,仪式时候拍出美美的照片。

全家一起忙活的过程,比过节还温馨。赵女士告诉记者,整个流程都是自己一手把关,事先网购了小道具,准备好满满一桌子寓意美好的食材,堪比满汉全席,主打一个牌面拉满,福气管够。赵女士表示,仪式完成后,还给孩子喂了一点米糊,让他真正感受了一把吃的快乐。

不同于赵女士的大动干戈,前不久,市民孙晓莹选择在孩子开荤这天,全家去吃了一顿海底捞。海底捞荤的素的都有,点了满满一桌子菜,只要挂个背景就行了,省事还出片。她一边说,一边向记者展示开荤仪式当天拍的照片,万事皆可庆祝,对我们吃货来说可能就是找个理由搓一顿。像孙晓莹这样既赶时髦,又追求省力的父母不在少数。记者发现,还有家长选择在开荤仪式当天带宝宝去逛了一圈超市,美其名曰超市版。宝宝想吃什么随便拿,还能带宝宝出来感受新鲜环境,一举多得不费力。

# 念念有词 给宝宝开荤

## 这届年轻父母把仪式感玩出新花样



## 2 儿童摄影推动市场升温

随着开荤仪式的热度持续攀升,儿童摄影行业也敏锐捕捉到了这一商机,承接开荤仪式拍摄服务的工作室越来越多,成为新晋流量赛道。我市某儿童摄影工作室的负责人楼经理向记者介绍:近年来咨询开荤仪式拍摄的家长越来越多,今年接到的订单量比去年同期翻了一番,也有家长约拍在超市、菜市场等外景,就给宝宝拍一组专业的开荤纪念照。

据了解,儿童摄影工作室早已不只是按快门,而是提供一站式仪式服务。从主题场景搭建,比如定制国风、ins风、卡通风等专属布景、道具定制包括专属开荤服饰、寓意摆件、定制背景板,到引导宝宝自然互动、拍摄后期修图,再到搭配吉祥顺口溜的短视频剪辑,全程包办。

很多年轻爸妈没时间精细布置,也不懂怎么引导宝宝配合,我们的专业服务能让仪式效果更出片,也能让家长全程轻松参与。楼经理说,除了基础拍摄,工作室还会结合开荤祝福设计专属相册、文创周边,让这份纪念更有留存价值。

我们这次就是直接找的摄影工作室,全程有工作人员指导,不用自己操心。市民吕女士带着3岁的大宝和6月龄的二宝拍摄了开荤仪式,她坦言,专业团队拍出来的照片、视频质感完全不一样,发朋友圈后收获了大量点赞,一组照片不仅记录了二宝的成长,也留住了一家四口的温馨瞬间,这个钱花得值。她说。

开荤仪式本质是成长记录,和儿童摄影的核心需求高度契合。业内人士表示,工作室通过定制化服务满足了年轻父母的高品质需求,同时也让传统民俗的传播更具观赏性,不过行业发展也需注重规范,比如道具安全、拍摄流程的科学性,避免给宝宝造成不适,在流量之外守住专业与责任。



## 3 专家提醒:勿被仪式绑架科学育儿节奏

面对这场走红的育儿仪式,社交平台上也有不少质疑。有人说这是跟风迷信,滋生攀比,毫无必要;也有人指出部分家长盲目开荤,未根据个体发育情况给孩子添加辅食。

对此,有家长表示,虽然是走个形式,但就是愿意花心思,因为这份仪式感里,藏的是父母对孩子毫无保留的爱,也是家庭幸福感的体现。也有家长

说,开荤仪式不是迷信,而是记录下宝宝人生里第一个重要的饮食节点,等他长大以后看,也是一份很珍贵的回忆。我们办仪式就是图个开心,全家乐呵一下,仪式只是形式,爱才是本质,不盲目跟风,适合自己家庭就好。市民陈韬野同样给女儿办了简易开荤仪式,他坦言,仪式简单温馨就好,没必要攀比排场,核心是家人的陪伴和祝福。

针对开荤时机的选择,市妇幼保健院儿童保健科主任周震鑫提醒,给孩子开荤一定要坚守安全第一的原则。通常建议满6月龄开始添加辅食,最早不早于4个月,需结合宝宝挺舌反射消失、能独坐等发育信号,遵循由少到多、由稀到稠、由细到粗及由单一到多样的进阶原则,每次只引入一种新食物,切勿被仪式绑架科学育儿节奏。

### 记者手记

年轻父母育儿不再只关注吃饱穿暖,更重视情感寄托与成长过程的仪式感。他们在传统开荤仪式中加入网红

食材、创意布置,让仪式更适合拍照分享,既保留了老一辈的美好期许,又符合当下的社交习惯。

仪式感不是形式主义,而是把平凡的日子变得有意义。正如不少年轻父母所说,

一场小小的开荤仪式,是传统民俗的温柔新生,也是父母用最朴素的方式,记录孩子的成长点滴,祝愿他们一生平安顺遂,吃嘛嘛香,在人间烟火里,慢慢长大。

融媒记者 颜元滔

### 育儿小圆桌