自贡灯会的历史可以追溯到唐宋时期，当时自贡地区就有了新年赏灯的习俗。至清代有“狮灯场市”“灯竿节”等活动，到20世纪初，又渐渐形成了节日的提灯会、闹花灯、放天灯与舞龙灯等活动，逐渐发展成集西南地区民风、民俗之大成的灯会。

1959年10月1日，为庆祝中华人民共和国成立10周年暨自贡解放10周年，自贡市人民委员会在市人民公园（今自贡彩灯公园）举办了解放后的第一次游园灯会。公园内张灯结彩，尤其是人工湖两旁的道路边到处都是五颜六色的灯泡，到了夜晚，更是焰火齐放。

1964年2月13日，新中国成立以来的首届灯会在市人民公园开幕。该届灯会又名春节灯会，展出彩灯1000余盏（具），分4个展区。主题灯长2米、高l米，包括“万象更新”“毛主席著作”“三面红旗”“祖国万岁”“红心向党”等灯组。在人工湖中，还安装有荷花灯、鱼虾灯、白鸽灯以及各种吊灯30具。此届灯会至3月13日闭幕，历时29天，接待观众40万余人次。

从此，“自贡灯会”作为一张靓丽的名片正式冠名以灯为主题的节庆活动，与“两千年井盐”和“亿万年恐龙”一起，逐渐成为自贡的金字招牌。从1964年到2020年春节，自贡已举办了33届灯会。2008年6月7日，自贡灯会经中华人民共和国国务院批准列入第二批国家级非物质文化遗产名录。

随着时代的发展，自贡灯会也在不断推陈出新，其表现形式和内容也越来越丰富。现代的自贡灯会，不仅继承了传统的彩灯艺术，还结合了现代科技和创意设计，打造出更加精美、宏伟和富有创意的彩灯作品。