

Zhongguo Wenhua
Zhishi Duben

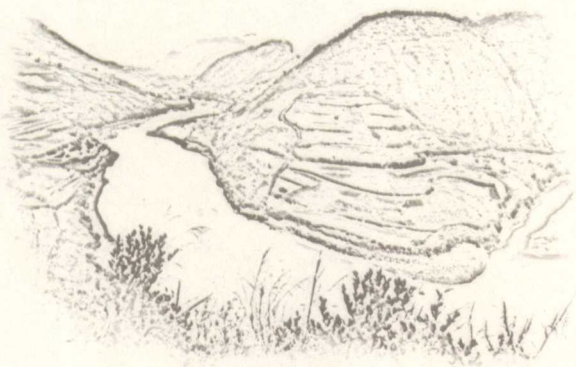
中国文化知识读本

主编

金开诚
李珊珊

吉林出版集团有限责任公司
吉林文史出版社

拉祜族



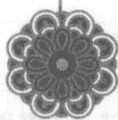
Zhongguo Wenhua
Zhishi Duben

中国文化知识读本

主编 金开诚
编著 李珊珊

拉祜族

吉林出版集团有限责任公司
吉林文史出版社



图书在版编目(CIP)数据

拉祜族 / 李珊珊编著. — 长春: 吉林出版集团有

限责任公司: 吉林文史出版社, 2010. 3

(中国文化知识读本)

ISBN 978-7-5463-2668-9

I. ①拉… II. ①李… III. ①拉祜族—民族文化—中
国 IV. ①K285.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 045871 号



中国文化知识读本

拉祜族

拉祜族

主编: 金开诚 编著: 李珊珊

责任编辑: 曹恒 干涉 责任校对: 钟杉

装帧设计: 曹恒 摄影: 金诚 图片整理: 董昕瑜

出版发行: 吉林出版集团有限责任公司 吉林文史出版社

印刷: 长春市利源彩印有限公司

版次: 2010 年 3 月第 1 版 2010 年 3 月第 1 次印刷

开本: 650 × 960mm 1/16 印张: 8 字数: 30 千

书号: ISBN 978-7-5463-2668-9 定价: 14.80 元

社址: 长春市人民大街 4646 号 邮编: 130021

电话: 0431-85618717 传真: 0431-85618721

电子邮箱: tuzi8818@126.com

“全景”为该书部分图片提供者之一

因本书使用的个别图片无法与作者取得联系, 在此向作者表示
歉意, 并请作者及时与我们联系, 以便按标准支付您的稿酬。

版权所有 翻印必究

如有印装质量问题, 请寄本社退换



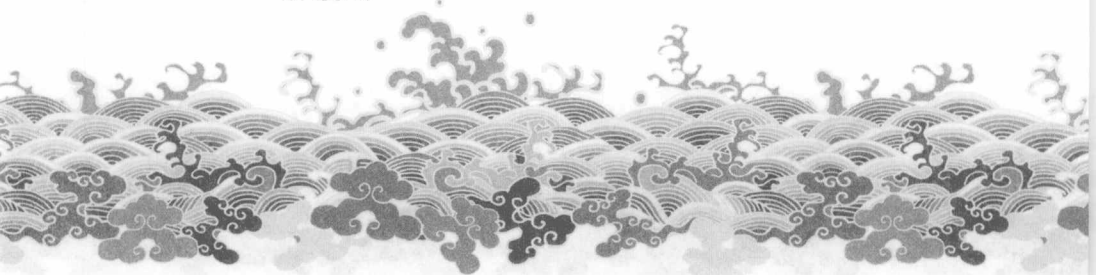
关于《中国文化知识读本》

文化是一种社会现象,是人类物质文明和精神文明有机融合的产物;同时又是一种历史现象,是社会的历史沉积。当今世界,随着经济全球化进程的加快,人们也越来越重视本民族的文化。我们只有加强对本民族文化的继承和创新,才能更好地弘扬民族精神,增强民族凝聚力。历史经验告诉我们,任何一个民族要想屹立于世界民族之林,必须具有自尊、自信、自强的民族意识。文化是维系一个民族生存和发展的强大动力。一个民族的存在依赖文化,文化的解体就是一个民族的消亡。

随着我国综合国力的日益强大,广大民众对重塑民族自尊心和自豪感的愿望日益迫切。作为民族大家庭中的一员,将源远流长、博大精深的中国文化继承并传播给广大群众,特别是青年一代,是我们出版人义不容辞的责任。

《中国文化知识读本》是由吉林出版集团有限责任公司和吉林文史出版社组织国内知名专家学者编写的一套旨在传播中华五千年优秀传统文化,提高全民文化修养的大型知识读本。该书在深入挖掘和整理中华优秀传统文化成果的同时,结合社会发展,注入了时代精神。书中优美生动的文字、简明通俗的语言、图文并茂的形式,把中国文化中的物态文化、制度文化、行为文化、精神文化等知识要点全面展示给读者。点点滴滴的文化知识仿佛颗颗繁星,组成了灿烂辉煌的中国文化的天穹。

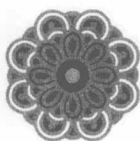
希望本书能为弘扬中华五千年优秀传统文化、增强各民族团结、构建社会主义和谐社会尽一份绵薄之力,也坚信我们的中华民族一定能够早日实现伟大复兴!



【目录】

一	黑黄白色共融繁衍	001
二	风俗习惯颇具特色	007
三	礼仪禁忌种类繁多	047
四	万物有灵虔诚信仰	051
五	节日庆典欢乐祥和	057
六	服饰艳丽美感无限	079
七	竹林深处大房共居	087
八	民间文化精彩纷呈	093
九	杰出人物千载流芳	119

黑黃白色共融繁衍



拉祜族自称“拉祜”，有“拉祜纳”（黑拉祜）、“拉祜西”（黄拉祜）、“拉祜普”（白拉祜）等支系。史称、别称有“史宗”“野古宗”“苦聪”“保黑”“磨察”“木察”“目舍”等。1953年，澜沧拉祜族自治县成立，根据本民族人民意愿，统一定族名为“拉祜族”。现有人口41万余人。

拉祜族属汉藏语系藏缅语族彝语支，大多数人通汉语和傣语。部分拉祜族普遍使用过西方传教士创制的拉丁字母形式的文字。后来，在原有的字母基础上，创制了拼音文字，推广使用。拉祜族主要分布在云南省澜沧江流域的思茅、临沧两地区，相邻的西双版纳傣族自治

拉祜族人源于青海，生活于云南

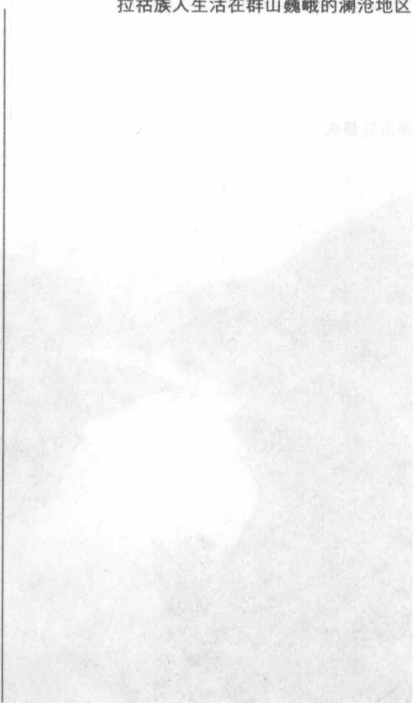


拉祜族



拉祜族人生活在群山巍峨的澜沧地区

州、红河哈尼族彝族自治州及玉溪地区也有分布。其中，澜沧拉祜族自治县和孟连傣族拉祜族自治县是最主要的聚居区。另外，作为跨界民族，缅甸、泰国、越南、老挝等国家也有十六万多拉祜人居住。拉祜族聚居地地处亚热带山区，夏无酷暑，冬无严寒，一年中雨季、旱季分明。澜沧地区群山巍峨，河道逶迤，风光怡人，资源丰饶，已发现的矿藏资源有铅、锌、铁、锑、铜、金、银、锰、煤、石膏、石墨、石灰石、水晶石等，尤以铅、锌、铁、褐煤、石灰石蕴藏量丰富。拉祜族经济以锄耕农业为主，旱谷、水稻、玉米是主要作物，除种植粮食以外，还大



力种植甘蔗、茶叶、咖啡、橡胶。现在还建起了农机、制糖、制茶、采矿等地方工业。

新中国成立前，拉祜族地区社会发展极不平衡。临沧、思茅、元江和墨江等地于 19 世纪 80 年代至 20 世纪 20 年代先后形成封建地主经济；澜沧东北部、双江、景东、镇源、景谷等地虽然也基本形成封建地主经济，但生产落后，土地集中程度不高，尚残存村社组织和土司制度特权剥削。这些地区的拉祜族，约占本民族总人口的半数左右，所用农具与汉族基本相同，但耕作粗放，产量较低。地租一般占产量的一半。手工业有打铁、纺织、制竹器等，一般属于自给自足的副

澜沧江景观



业,很少在市场出售。隶属于傣族土司的拉祜族村社,社会状况亦参差不齐。

耿马拉祜族为傣族土司农奴;澜沧西南部、孟连和西双版纳等地拉祜族为傣族土司贡纳制隶属农民,本族部落首领与成员间初步形成封建隶属关系,但亦有不少地方还残存着大家庭公社组织。这些地区的生产更加落后,生活更为贫困。铁制农具极其昂贵,十分缺乏,还停留在刀耕火种阶段,产量很低。除农业外,还有季节性的狩猎、养蜂和采集,在经济生活中起着重要的辅助作用。金平县拉祜族(苦聪人)的社会经济则严重倒退,他们在森林中从事原始迁徙农业,住的是仅有一人高的简易小屋,不会纺织,以兽皮或蕉叶蔽体,即便是19世纪时还采用“无言贸易”方式与外族交易。

中华人民共和国成立后,拉祜族人民获得了新生。澜沧拉祜族自治县、孟连傣族拉祜族佤族自治县先后成立,拉祜族人民享受到了民族平等和当家做主的权利。党和人民政府根据拉祜族地区社会经济发展的不同情况,于1958年完成社会主义改造,经过五十多年的开发建设,拉祜族地区的各项事业都取



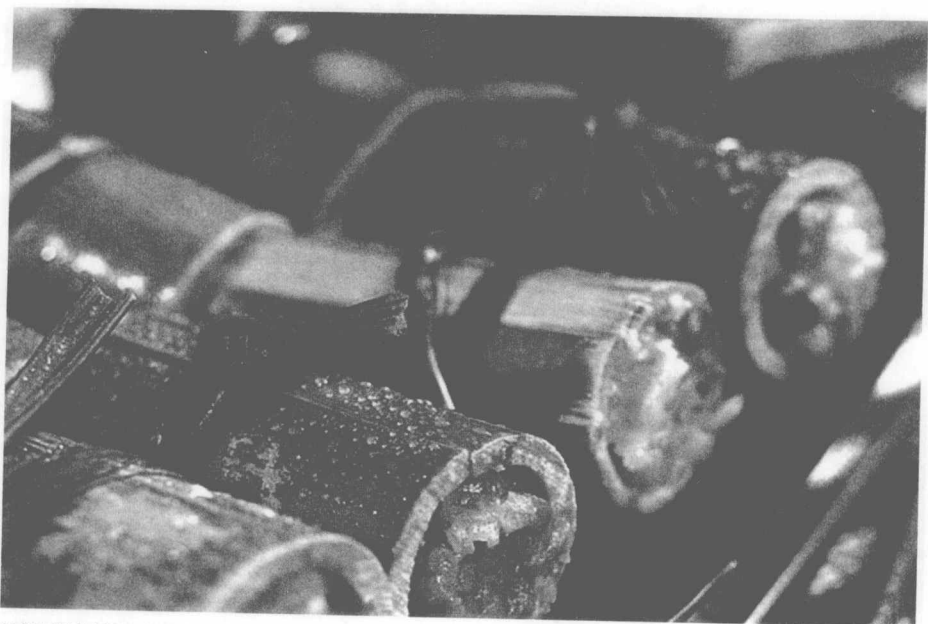
澜沧江大拐弯



澜沧地区的拉祜族民居

得了较大的发展。农业生产有了根本改善,许多地方种植了双季稻,粮食产量逐年增加。建起了规模可观的炼铁、农机、制糖、纺织、造纸、水泥、采煤等厂矿企业,其中澜沧铅矿是云南省著名的大型企业。还兴办了一批发电站,仅澜沧县有兴建大小电站 70 多座,全县大部分地区实现了电力照明。

原来各县、区、乡间只有崎岖小径,现在兴修了公路,邮电事业已能为最偏远的居民点服务。商业和农贸市场繁荣,普遍办起小学,县里还有中学,并培养出部分大专院校毕业的专业人才,一支有文化的民族干部队伍业已初步形成。



竹筒饭是拉祜族人的特色食品

日常食俗：

以稻米为主食，次为玉米、豆类、荞麦等，一日三餐，舂米现煮。蔬菜有萝卜、芋头和酸笋，喜食辣椒、鱼和野兽肉。喝山泉水，男女皆喜吸草烟、吃煮茶，尤嗜饮酒。“剁生肉”是待客最好的菜肴。

拉祜族过去有日食两餐的习惯，主食为当地生产的大米和包谷。拉祜族擅长用竹筒做饭，这种竹筒饭一般是到山上劳动时才做，在家里就用土锅煮饭，用土锅煮出来的饭特别清香。

竹筒饭的做法非常简单：砍来新鲜的竹筒，把米放到竹筒里，再放上适当的水，竹筒口用树叶子塞住，再把竹筒放到



火上烧。等到竹筒外壳烧焦之后，竹筒里的饭也就熟了，这时，只要用刀破开竹筒就可以品尝香喷喷的竹筒饭了。

拉祜族的餐具大部分用竹子做成，有竹碗、竹勺、竹盐盒、竹编的饭盒，还有用木头做的碗和勺等，这些餐具都制作得美观实用。

拉祜族吃的米饭一般是旱稻，旱稻一年只能种一季。因为拉祜族居住的山区没有水田，只能种旱稻。旱稻不需要太多的水，靠老天下雨就可以有收成。拉祜族种的旱稻产量很低，但米饭的味道很好吃，煮出来的米饭成红色，不用吃，用鼻子闻就能闻到香味。

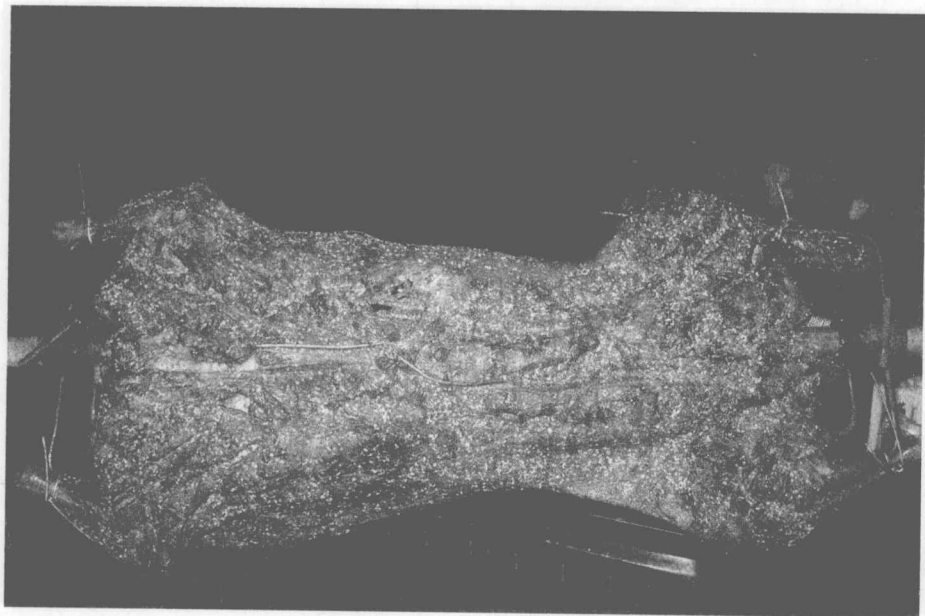
金灿灿的稻子

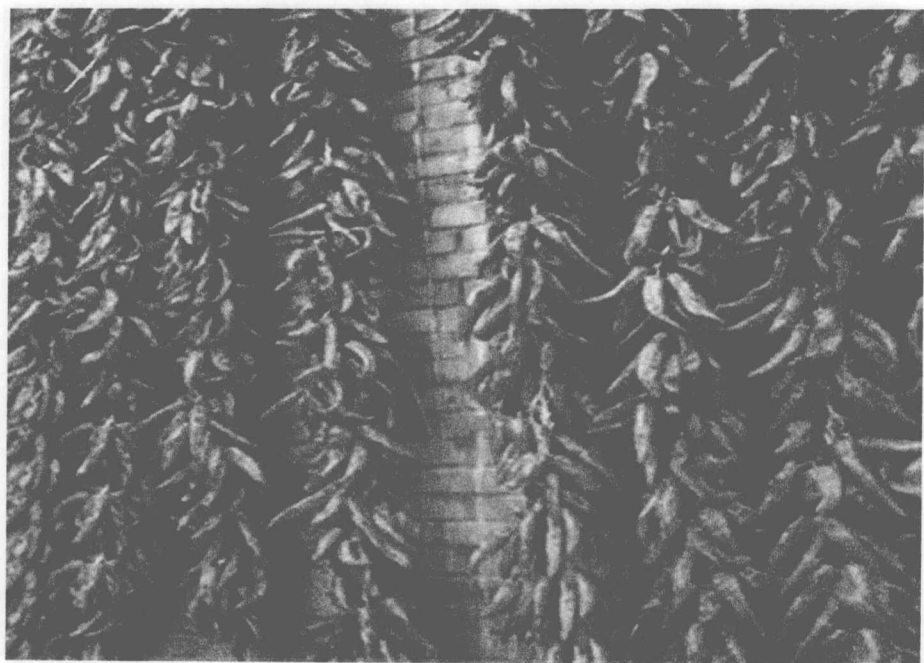


拉祜族还喜用鸡肉或其他配料加大米或包谷做成稀饭,有瓜菜、菌子、血、肉等各种稀饭,其中鸡肉稀饭为上品,在制作包谷饭时,先将包谷舂成碎块,簸去糠皮,后用清水浸泡一夜,淋干后舂细,揉成细小均匀的颗粒,用竹甑蒸熟成糕状,即可食用。食时可用筷子,或用刀切成块,有时还加上糖或蜂蜜,细糯香甜可口。拉祜族的日常菜中最受欢迎的是将菜、肉及相应的作料与水放入一段鲜薄竹筒内煮熟,这样既有竹之清香,又保持原有肉菜的香味。

拉祜族烤肉别具风味,大都是猎获的野兽肉,他们把肉或直接用火烤,或用

烤肉是拉祜族人喜爱的食品





拉祜族人喜食吃辣椒

芭蕉叶将肉包住埋入火中，烧熟而食。烤肉香脆可口，佐以辣椒后还能开胃。拉祜族中的苦聪人在狩猎时，习惯将猎获的兽头奖给第一枪射中者，将前腿奖给发现猎物的人，剩下的肉，人均一份。猎获物的下水，就地燃火，放入竹筒内煮熟分食。在开膛剖肚时，中年人喜欢用手捧喝热气腾腾的“护心血”，据说猎物的护心血有补血，消除劳损的妙用。拉祜族不仅会腌菜、腌肉、磨豆腐，还会酿酒。在民间，男女均嗜饮酒，并有在酒肉上不分彼此的习惯。

拉祜族的男女老少都喜欢吃辣椒，

拉祜山的辣椒有两种，一种是人工种植的辣椒；一种是野生的辣椒。因为拉祜族喜欢吃山里的野菜，野菜没有辣椒是不好吃的，所以，拉祜族吃饭都离不开辣椒，就算没有其他的下饭菜，用辣椒下饭同样吃得开怀。

拉祜族地区盛产茶叶，是著名的茶叶之乡。拉祜人擅长种茶，也喜欢饮茶。茶，是他们的生活必需品。每日外出劳作之前，晚上回家之后，饮茶、品茶是他们的生活习惯，更是一大乐趣。他们可以一日不进餐，但不可一日不饮茶，他们说：“不得茶喝头会疼。”拉祜人的饮茶方法

拉祜族人喜欢饮茶

