

duō cǎi de
多彩的

shǎo shù mín zú zhī lǚ
少数民族之旅



图书在版编目(CIP)数据

多彩的少数民族之旅 / 苏涛编著. —北京: 中国画报出版社, 2006. 8

ISBN 7-80220-039-3

I. 多... II. 苏... III. 少数民族风俗习惯 - 中国 - 画册 IV. K892.3-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 093840 号

策划出品: 北京圣蓝戈文化传播有限公司

主 编: 苏 涛

撰 稿: 郭荣敏 曹 健

封面设计: 陆 璐 李 伟

绘 画: 李 伟 陆 璐

责任编辑: 李春生

多彩的少数民族之旅

出 版: 中国画报出版社

地 址: 北京市海淀区车公庄西路 33 号

开 本: 889 毫米 × 1194 毫米 1/20

印 张: 12.5

印 数: 1-5000 册

版 次: 2006 年 8 月第一版、第一次印刷

定 价: 48.00 元(全 3 册)

(文中的人口数字, 均采用 2000 年全国人口普查统计)

duō cǎi de
多彩的



shǎo shù mín zú zhī lǚ
少数民族之旅

中国画报出版社

shànzhòng tī tián de mín zú hā ní zú
4 善种梯田的民族——哈尼族

chī yóu de hòu yì miáo zú
8 蚩尤的后裔——苗族

wèi shù de mín zú gē lǎo zú
12 “喂树”的民族——仡佬族

yún guì gāo yuán gǔ yuè rén hòu yì bù yī zú
16 云贵高原“古越人”后裔——布依族

zhù zài shuǐ biān de mín zú shuǐ zú
20 住在水边的民族——水族

néng shàng dāo shān xià huǒ hǎi de mín zú lì sù zú
24 能上刀山下火海的民族——傈僳族

dú lóng jiāng pàn de shòu liè mín zú dú lóng zú
28 独龙江畔的狩猎民族——独龙族



yǐ nù jiāng mìng míng de mín zú nù zú
32 以怒江命名的民族——怒族

hǎi nán dǎo zuì zǎo de jū mín lí zú
36 海南岛最早的居民——黎族

dāng dì rén máo nán zú
40 当地人——毛南族

lǐng nán de shì jū mín zú zhuàng zú
44 岭南的世居民族——壮族

dà hǎi de ér nǚ jīng zú
48 大海的儿女——京族

liáo rén de hòu yì mù lǎo zú
52 僚人的后裔——佤族

pán wáng de hòu rén yáo zú
56 盘王的后人——瑶族

jū zhù zài shī de jiā xiāng de mín zú dòng zú
60 居住在“诗的家”的民族——侗族

tǔ shēng tǔ zhǎng de mín zú tǔ jiā zú
64 土生土长的民族——土家族

shān lǐ de kè rén shē zú
68 山里的客人——畲族

shān dì mín zú gāo shān zú
72 山地民族——高山族

shàn zhòng tī tián de mín zú
善 种 梯 田 的 民 族

hā ní zú
哈 尼 族





rén lèi de xiǎng xiàng lì hé chuàng zào lì lǐng rén tàn wéi guān zhǐ
人类的想像力和创造力令人叹为观止。

lián mián qǐ fú de āi lǎo qún shān yǒu wú shù gāo dá shàng bǎi céng de tián
连绵起伏的哀牢群山,有无数高达上百层的“田
shān zhè xiē tī tián cóng shān jiǎo céng céng dié dié zhí tōng máng máng de
山”,这些梯田从山脚层层叠叠,直通茫茫的
yún hǎi zhēn shì zhuàng guān jí la
云海,真是壮观极了!

hā ní zú xiàn yǒu duō wàn rén kǒu dà bù fēn jù jū zài diān nán hóng hé hé lán cāng jiāng de
哈尼族,现有140多万人口,大部分聚居在滇南红河和澜沧江的
zhōng jiān dì dài qí yú fēn bù zài pǔ ěr měng hǎi jǐng hóng měng là lù quán xīn píng děng dì zhǔ yào
中间地带,其余分布在普洱、勐海、景洪、勐腊、禄劝、新平等地,主要
cóng shì nóng yè hā ní zú dì qū jù yǒu yōu yuè de zì rán tiáo jiàn dì xià yùn cáng zhe fēng fù de kuàng
从事农业。哈尼族地区具有优越的自然条件,地下蕴藏着丰富的矿
chǎn zhù míng de xī dū gè jiù jiù shì hóng hé hā ní zú yí zú zì zhì zhōu de shǒu fǔ mò jiāng hā ní
产,著名的“锡都”个旧,就是红河哈尼族彝族自治州的首府,墨江哈尼
zú zì zhì xiàn shèng chǎn zǐ mǐ hóng hé nán àn chū chǎn bā jiǎo hú jiāo āi lǎo shān yí dài chū chǎn míng chá
族自治县盛产紫米,红河南岸出产八角、胡椒,哀牢山一带出产名茶
diān lǜ yǐ jī huáng lián lù róng sān qī děng míng guì yào cái
“滇绿”以及黄连、鹿茸、三七等名贵药材。

lái dào yún nán āi lǎo shān wǒ xiāng xìn nǐ yí dìng huì wéi hā ní zú rén mín de qín láo zhì huì ér jīng
来到云南哀牢山,我相信,你一定会为哈尼族人民的勤劳智慧而惊
tàn bù yǐ
叹不已。

hā ní zú rén fēi cháng zhòng lǐ hào kè dāng wǒ gāng gāng zǒu jìn shān zhài jiù bèi rè qíng de hā ní
哈尼族人非常重礼好客。当我刚刚走进山寨，就被热情的哈尼

zú rén yāo qǐng dào jiā lǐ zuò kè kàn tā men de fáng zi duō yǒu yì sī jiù xiàng shì yí gè gè xiǎo mó gu
族人邀请到家里做客。看，他们的房子多有意思，就像是一个个小蘑菇，

zuò luò zài shān pō de lǜ yīn zhōng rén men gěi tā qǐ le yí gè hǎo tīng de míng zì mó gu fáng
坐落在山坡的绿阴中。人们给它起了一个好听的名字——“蘑菇房”。

chuán shuō zài yuǎn gǔ shí hòu hā ní zú rén zhù zài shān dòng lǐ shān gāo lù dǒu chū qù
传说，在远古时候，哈尼族人住在山洞里，山高路陡，出去
láo dòng hěn bù fāng biàn hòu lái tā men qiān xǐ dào yí gè míng zì jiào zuò rě luó de dì fang
劳动很不方便。后来，他们迁徙到一个名字叫做“惹罗”的地方，
kàn dào mǎn shān biān yě zhǎng zhe dà duǒ dà duǒ de mó gu tā men fā xiàn zhè xiē mó gu bú pà fēng
看到满山遍野长着大朵大朵的蘑菇。他们发现这些蘑菇不怕风
chuī yǔ dǎ mǎ yǐ hé xiǎo chóng zi hái zài shàng miàn zuò wō ne
吹雨打，蚂蚁和小虫子还在上面做窝呢，
yú shì hā ní rén shòu dào qǐ fā jiù zhào zhe mó gu de yàng
于是，哈尼人受到启发，就照着蘑菇的样
zi gài qǐ le zì jǐ jū zhù de mó gu fáng
子，盖起了自己居住的蘑菇房。

mó gu fáng
蘑菇房

hā ní zú rén dà dōu jū zhù zài hǎi bá mǐ zhì mǐ de shān qū tā men gēn jù bù tóng de dì xíng hé tǔ zhì
 哈尼族人大都居住在海拔800米至2500米的山区,他们根据不同的地形和土质,
 lì yòng shān yǒu duō gāo shuǐ yǒu duō gāo de zì rán tiáo jiàn bǎ shān quán xī liú yǐn jìn tī tián chuàng zào le qī lì de
 利用“山有多高,水有多高”的自然条件,把山泉溪流引进梯田,创造了绮丽的
 tī tián wén huà
 “梯田文化”。

bù jǐn rú cǐ hā ní zú hái yǒu zài shuǐ tián yǎng yú yǎng yā de xī sú měi nián sān yuè dāng gǔ yāng zāi xià hòu rén
 不仅如此,哈尼族还有在水田养鱼、养鸭的习俗。每年三月,当谷秧栽下后,人
 men biàn bǎ yú miáo tóu jìn shuǐ tián ràng tā zì rán shēng zhǎng dāng shōu gē shuǐ dào de shí hou bái huā huā de lǐ yú yě jiù yì
 们便把鱼苗投进水田,让它自然生长,当收割水稻的时候,白花花的鲤鱼也就一
 luó kuāng yì luó kuāng shōu jìn le jiā zhōng
 箩筐一箩筐收进了家中。



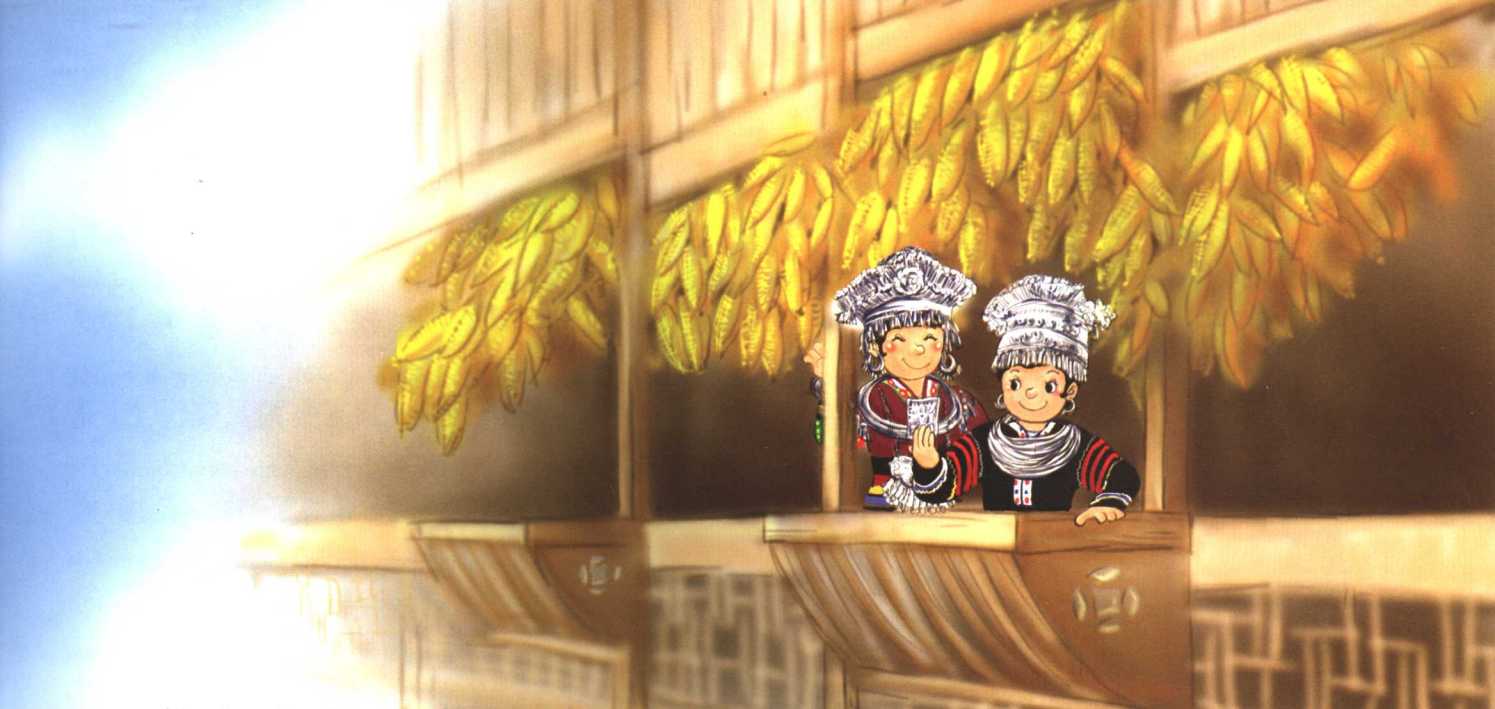
hā ní zú yǒu jù sù huà tī tián shì xiǎo huǒ zi de liǎn xiǎo huǒ zi měi bù měi xiān bú kàn xiàng mào
 哈尼族有句俗话:梯田是小伙子的脸,小伙子美不美,先不看相貌,
 yào kàn tā zhòng tián zěn me yàng gū niang měi bù měi yě bú jìn kàn mú yàng yào kàn tā huì bú huì zài tī tián
 要看他种田怎么样。姑娘美不美,也不尽看模样,要看她会不会在梯田
 lì zuò huó jì
 里做活计。

wǒ xiǎng zhè shì zài zàn měi xīn qín de láo dòng zàn měi nèi zài de měi dé xiǎo péng you xiàng qín láo
 我想,这是在赞美辛勤的劳动,赞美内在的美德。小朋友,像勤劳
 zhè yàng de měi dé zǒng huì lìng rén sù rán qǐ jìng shì bú shì
 这样的美德总会令人肃然起敬,是不是?

chī yóu de hòu yì miáo zú 蚩尤的后裔苗族

wǒ zhī dào miáo zú de yīn yuè hé wǔ dǎo fēi cháng yǒu míng kě shì tā men dào dǐ shēng huó zài
我知道苗族的音乐和舞蹈非常有名,可是他们到底生活在
shén me dì fang yǒu shén me mín zú tè sè wǒ jiù bù zhī dào le dài zhe tài duō de wǒ lái
什么地方,有什么民族特色我就知道了。带着太多的“?”,我来
dào le miáo zú rén jù jū de miáo líng
到了苗族人聚居的苗岭。





miáo zú xiàn yǒu duō wàn rén kǒu zhǔ yào fēn bù zài guì zhōu hú nán yún nán guǎng xī děng
苗族,现有800多万人口,主要分布在贵州、湖南、云南、广西等
shěng hé zì zhì qū zhǔ yào cóng shì nóng yè shēng chǎn
省和自治区,主要从事农业生产。

jù shuō miáo zú de xiān zǔ kě yǐ zhuī sù dào yuán shǐ shè huì zhōng yuán dì qū de chí yóu bù luò miáo
据说,苗族的先祖可以追溯到原始社会中原地区的蚩尤部落。苗
zú lì shǐ shàng jīng guò duō cì qiān xǐ dà zhì lù xiàn yóu huáng hé liú yù zhì jīn tiān de xiāng hú nán qián
族历史上经过多次迁徙,大致路线由黄河流域至今天的湘(湖南)、黔
guì zhōu diān yún nán
(贵州)、滇(云南)。

yōu jiǔ de lì shǐ chuàng zào càn làn de wén huà miáo zú yīn yuè hé wǔ dǎo fēi cháng zhù míng lú shēng
悠久的历史 创造灿烂的文化,苗族音乐和舞蹈非常著名,芦笙
wǔ zǔ jù tè sè lìng wài miáo zú tiāo huā cì xiù là rǎn shǒu shì zhì zuò děng gōng yì guī lì duō cǎi zài
舞最具特色。另外,苗族挑花、刺绣、蜡染、首饰制作等工艺瑰丽多彩,在
guó jì xiāng yǒu shèng míng
国际享有盛名。



miáo zú de gū niang men cóng shí lái suì jiù kāi shǐ xué xī cì
 苗族的姑娘们从十来岁就开始学习刺
 xiù tā men cháng cháng jié bàn yì biān xiù huā yì biān chàng gē
 绣。她们常常结伴，一边绣花，一边唱歌。
 miáo zú gū niang yì bān tóu dài zhe luán fèng yín guān jǐng shàng shì
 苗族姑娘一般头戴着鸾凤银冠，颈上是
 xiàng quān hé yín liàn liǎng ěr pèi dài ěr huán wàn shàng shì gè shì
 项圈和银链，两耳佩戴耳环，腕上是各式
 shǒu zhuó shēn shàng zhuì mǎn yín pái yǔ xiǎng líng shǎn shǎn
 手镯，身上缀满银牌与响铃，闪闪
 fā guāng miáo zú de fú shì tè sè shì là rǎn xiù huā
 发光。苗族的服饰特色是蜡染、绣花
 děng dú tè gōng yì měi dāng jié rì mín zú fú shì zēng
 等独特工艺。每当节日，民族服饰增
 tiān le nóng hòu de xǐ qīng qì fēn
 添了浓厚的喜庆气氛。



miáo zú de jié rì hěn duō zhòng dà de jié rì yǒu guò miáo nián tiào huā chī zǐ mèi fàn sì yuè bā chī
苗族的节日很多，重大的节日有过苗年、跳花、吃姊妹饭、四月八、吃
xīn jié hé lóng chuán jié děng
新节和龙船节等。

lóng shì miáo zú rén xīn zhōng jí xiáng rú yì de xiàng zhēng miáo zú gū niang zuì ài jiāng lóng de tú àn dǎ
龙是苗族人心 中 吉 祥 如 意 的 象 征。苗族姑娘最爱将龙的图案打
zhì chéng yín shì zhuāng diǎn zài tóu shàng huò xiù zài yī qún biān zhī zài wéi yāo shàng
制成银饰装 点 在 头 上，或 绣 在 衣 裙、编 织 在 围 腰 上。

lóng chuán jié shì miáo zú zuì shèng dà de jié rì wǔ yuè èr shí sì zhì èr shí qī jǐ shí gè cūn zhài xiāng jì jǔ xíng
龙 船 节 是 苗 族 最 盛 大 的 节 日。五 月 二 十 四 至 二 十 七，几 十 个 村 寨 相 继 举 行
lóng chuán jié měi zhī lóng chuán yǒu dé gāo wàng zhòng de lǎo rén dān rèn gǔ tóu nán bàn nǚ zhuāng de hái zǐ dān rèn gǔ luó shǒu
龙 船 节。每 只 龙 船 由 德 高 望 重 的 老 人 担 任 鼓 头，男 扮 女 装 的 孩 子 担 任 鼓 锣 手。
sì shí wèi shuǐ shǒu shǒu wò mù jiāng qīng chén chū fā suǒ dào zhī chù rén men fēn fēn lái àn biān jiē lóng jìng mǐ jiǔ bìng
四 十 位 水 手 手 握 木 桨，清 晨 出 发。所 到 之 处，人 们 纷 纷 来 岸 边“接 龙”，敬 米 酒 并
jiāng lǐ pǐn guà zài lóng tóu lóng chuán lù guò miáo zhài míng fàng tiě chōng àn shàng biān pào hū yīng àn shàng hái yǒu chuán tǒng de
将 礼 品 挂 在 龙 头。龙 船 路 过 苗 寨 鸣 放 铁 铳，岸 上 鞭 炮 呼 应。岸 上 还 有 传 统 的
sài mǎ dòu niú cǎi gǔ dēng huó dòng fēi cháng rè nao
赛 马、斗 牛、踩 鼓 等 活 动，非 常 热 闹。

lóng chuán jié
龙 船 节



wǒ yuè lái yuè gǎn dào wǒ xiǎo zhī dào de dì lǐ rén wén zhī shì kuài shù bù qīng la gē
我越来越感到,我小“?”知道的地理人文知识快数不清啦!仡

lǎo zú nǐ tīng shuō guò ma hái shì wǒ lái gěi nǐ jiè shào yí xià ba
佬族,你听说过吗?还是我来给你介绍一下吧:

wèi shù de mín zú gē lǎo zú
“喂树”的民族仡佬族





gē lǎo zú jù jū zài guì zhōu yǔ sì chuān jiāo jiè chù zhèng shì yún guì gāo yuán xiàng sì chuān pén dì guò
仡佬族聚居在贵州与四川交界处，正是云贵高原向四川盆地过
dù de xié pō dì dài zhè lǐ de dì xíng fù zá duō yàng yǒu fēng fù de shuǐ lì zī yuán hé dòng zhí wù zī
渡的斜坡地带。这里的地形复杂多样，有丰富的水利资源和动植物资
yuán hěn shì hé fā zhǎn nóng yè yǔ duō zhǒng jīng yíng
源，很适合发展农业与多种经营。

gē lǎo zú lì shǐ yǒu jiǔ shāng zhōu zhì xī hàn shí qī de bǎi pú rén jiù shì tā men de xiān mǐn
仡佬族历史悠久，商周至西汉时期的“百濮”人，就是他们的先民。
gē lǎo shì suí táng yǐ hòu de chēng hū
“仡佬”，是隋唐以后的称呼。

gē lǎo zú xiàn yǒu duō wàn rén kǒu zhǔ yào fēn bù zài guì zhōu shěng wù chuān gē lǎo zú zì zhì xiàn
仡佬族，现有50多万人口，主要分布在贵州省务川仡佬族自治县
hé dào zhēn gē lǎo zú miáo zú zì zhì xiàn qí yú shǎo shù sǎn jū zài yún nán guǎng xī dì qū zhǔ yào yǐ nóng
和道真仡佬族苗族自治县，其余少数散居在云南、广西地区，主要以农
yè wéi zhǔ
业为主。

gē lǎo zú chóng bài zǔ xiān tā men yě chóng bài dà shù shén tā men zài gē lǎo nián de shí hòu jìng rán
仡佬族崇拜祖先,他们也崇拜大树神。他们在仡佬年的时候竟然
yào wèi shù tīng qǐ lái hěn qí guài shì bú shì tā men hái yǒu shuō cí ne gē lǎo zú bú wàng zǔ xiān yě
要“喂树”。听起来很奇怪是不是?他们还有说词呢!仡佬族不忘祖先,也
bú wàng gěi tā men yī shí de shù mù zhēn shì ràng wǒ gǎn dòng rú guǒ yǒu jī huì wǒ yě xiǎng wèi yí cì
不忘给他们衣食的树木,真是让我感动,如果有机会我也想“喂”一次
dà shù ne
大树呢!



wèi shù
喂 树

wèi shù yòu chēng jì shù bài shù gē lǎo nián shì zài měi nián de sān yuè chū sān yīn wèi
喂树，又称祭树、拜树。仡佬年是在每年的三月初三。因为
gē lǎo zú xìn yǎng wàn wù yǒu líng de gǔ shù chóng bài suǒ yǐ gē lǎo nián dì yī gè hǔ rì gē
仡佬族信仰万物有灵的古树崇拜，所以仡佬年第一个虎日，各

jiā yào bèi hǎo jiǔ ròu xiān yú děng gòng pǐn dài zhe biān pào xiāng yuē shàng shān bài shù shén tā men xiān fàng biān pào
家要备好酒、肉、鲜鱼等供品，带着鞭炮，相约上山拜树神。他们先放鞭炮，
duì zhe gāo dà de gǔ shù fén xiāng guì bài rán hòu yòng dāo zài shù pí shàng kǎn sān gè kǒu zi wèi xiē jiǔ ròu zài dāo
对着高大的古树焚香跪拜，然后用刀在树皮上砍三个口子，“喂”些酒肉在刀
kǒu zhōng zuì hòu yòng hóng zhǐ bǎ dāo kǒu fēng zhù duì bù tóng de shù tā men yǒu bù tóng de shuō cí lì rú guǒ shù
口中，最后用红纸把刀口封住。对不同的树，他们有不同的说词，例如果树，
jiù shuō wèi nǐ fàn jié chuàn chuan wèi nǐ ròu jié tuó tuo yī cǐ yù zhù fēng shōu
就说：“喂你饭，结串串；喂你肉，结坨坨。”以此预祝丰收。

yǒu xiē dì fāng de gē lǎo rén bā yuè jié yě pěng zhe niú xīn hé xīn mǐ fàn jì bài zhài páng de shén shù pú sà
有些地方的仡佬人，八月节也捧着牛心和新米饭祭拜寨旁的神树“菩萨
shù qí zhù fēng nián bā yuè jié shì gē lǎo zú zuì lóng zhòng de jié rì yī bān zài nóng lì bā yuè shí wǔ zhì èr shí
树”，祈祝丰年。八月节是仡佬族最隆重的节日，一般在农历八月十五至二十
rì jǔ xíng jié rì de dì yī tiān rén men shā niú zǎi jī zòu bā xiān yīn yuè chàng gē tiào wǔ qí qiú wǔ gǔ
日举行，节日的第一天，人们杀牛、宰鸡，奏“八仙”音乐，唱歌跳舞，祈求五谷
fēng dēng
丰登。