



中国少数民族风情游丛书
A CUSTOM GUIDE OF CHINESE
MINORITY TRIBES

石莉芸 李云兵 著

苗族



中国水利水电出版社

www.waterpub.com.cn

中国少数民族风情游丛书

苗族

石莉芸 李云兵 著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

图书在版编目 (CIP) 数据

苗族 / 石莉芸, 李云兵著. — 北京: 中国水利水电出版社, 2004

(中国少数民族风情游丛书)

ISBN 7-5084-1969-3

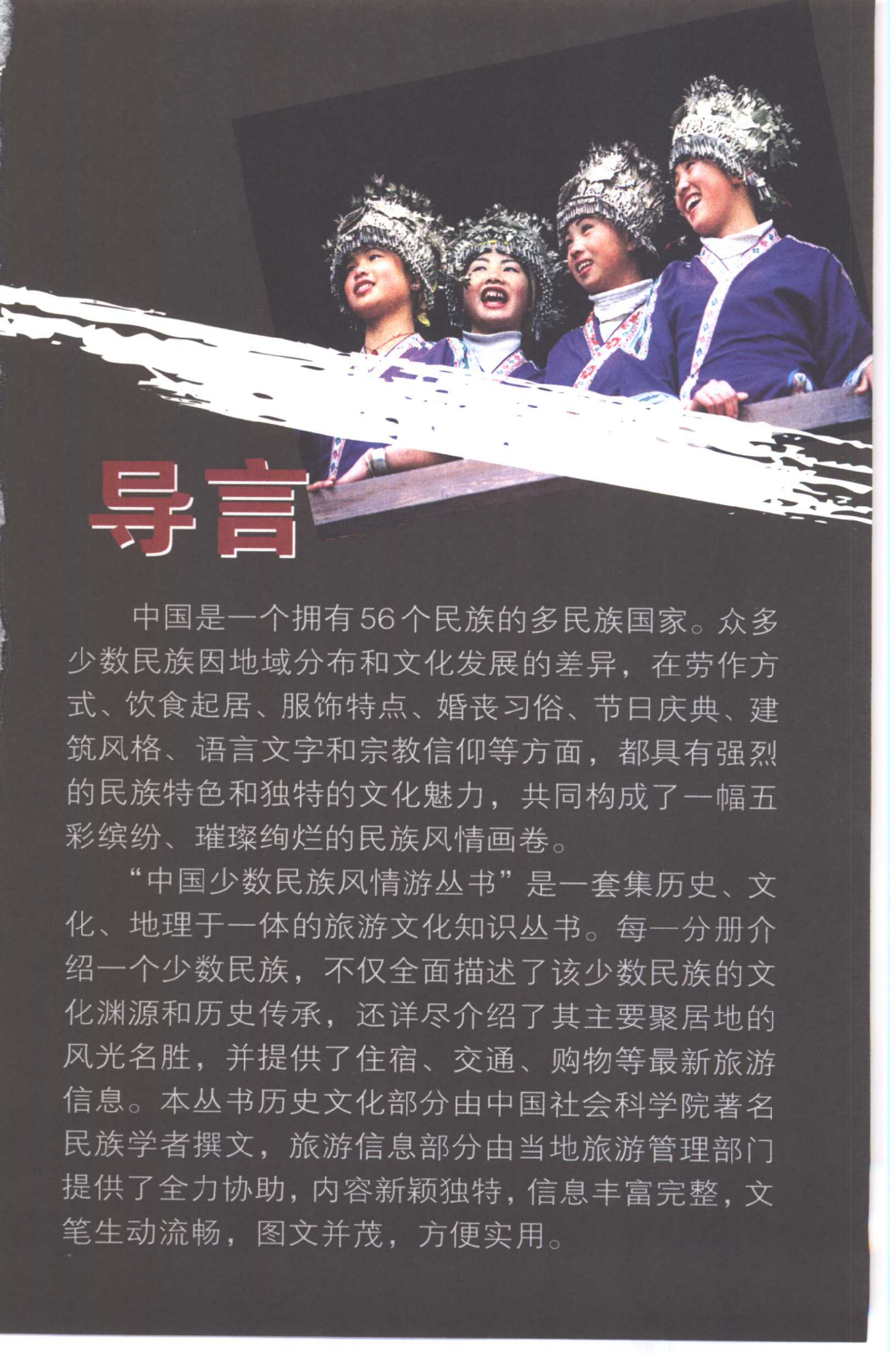
I. 苗... II. ①石... ②李... III. 苗族—少数民族
风俗习惯—简介 IV. K892.316

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 024023 号



书 名	中国少数民族风情游丛书 苗族
作 者	石莉芸 李云兵 著
出版 发行	中国水利水电出版社 (北京市三里河路6号 100044) 网址: www.waterpub.com.cn E-mail: sales@waterpub.com.cn 电话: (010) 63202266 (总机)、68331835 (营销中心)
经 售	全国各地新华书店和相关出版物销售网点
印 刷	北京盛兰兄弟印刷装订有限公司
规 格	889mm×1194mm 32开本 8.5印张 226千字
版 次	2004年7月第1版 2004年7月第1次印刷
印 数	0001—5100册
定 价	32.00元

凡购买我社图书, 如有缺页、倒页、脱页的, 本社营销中心负责调换
版权所有·侵权必究



导言

中国是一个拥有 56 个民族的多民族国家。众多少数民族因地域分布和文化发展的差异，在劳作方式、饮食起居、服饰特点、婚丧习俗、节日庆典、建筑风格、语言文字和宗教信仰等方面，都具有强烈的民族特色和独特的文化魅力，共同构成了一幅五彩缤纷、璀璨绚烂的民族风情画卷。

“中国少数民族风情游丛书”是一套集历史、文化、地理于一体的旅游文化知识丛书。每一分册介绍一个少数民族，不仅全面描述了该少数民族的文化渊源和历史传承，还详尽介绍了其主要聚居地的风光名胜，并提供了住宿、交通、购物等最新旅游信息。本丛书历史文化部分由中国社会科学院著名民族学者撰文，旅游信息部分由当地旅游管理部门提供了全力协助，内容新颖独特，信息丰富完整，文笔生动流畅，图文并茂，方便实用。

目录 CONTENTS

苗族的历史概况

人口与分布 /1

族源与历史 /3

环境与资源 /14

苗族的生活习惯

苗族民居建筑 /17

苗族的饮食 /19

苗族服饰 /25

苗族的婚姻 /30

苗族的节日 /50

苗族的丧葬 /64

苗族的宗教信仰与祭祀活动

宗教信仰 /71

祭祀活动 /79

苗族的文学艺术

苗族文学 /91

苗族民间音乐舞蹈 /106

苗族民间工艺美术 /112

医药 /117

体育活动 /118

风景名胜

张家界 /121

苗疆古城——凤凰 /130



边城——茶洞 /154
天下第一漂——猛洞河 /159
黔金丝猴王国——梵净山 /162
高峡清流——溆阳河 /165
高原明珠——红枫湖 /168
九天银河洒——黄果树瀑布 /176
藏在地下的奇景——龙宫 /182
侏罗纪公园——赤水风景 /185
地球上一道美丽的伤痕——马岭河大峡谷 /188
绝无仅有的喀斯特森林——茂兰 /190
岩溶博物馆——织金洞 /194
子归啼血化为落红——黔西百里杜鹃 /198
水鸟乐园——草海 /199
苗寨风情 /200
三七花开的地方——滇东南文山 /206



旅游地特色美食与土特产品

张家界特色美食与土特产品 /217
湘西特色美食与土特产品 /218
贵州特色美食与土特产品 /222
滇东南文山特色美食与土特产品 /232

实用旅游信息

张家界旅游交通与住宿 /237
湘西旅游交通与住宿 /240
贵州旅游交通与住宿 /241
梵净山旅游交通与住宿 /243
黔东南旅游交通与住宿 /244
黔南旅游交通与住宿 /246
黔西南旅游交通与住宿 /247
安顺旅游交通与住宿 /249
黔西旅游交通与住宿 /250
黔北旅游交通与住宿 /250
贵阳地区旅游交通与住宿 /252
滇东南文山旅游交通与住宿 /254
旅游地区的气候、旅游季节与旅行社 /256



苗族的历史概况

人口与分布

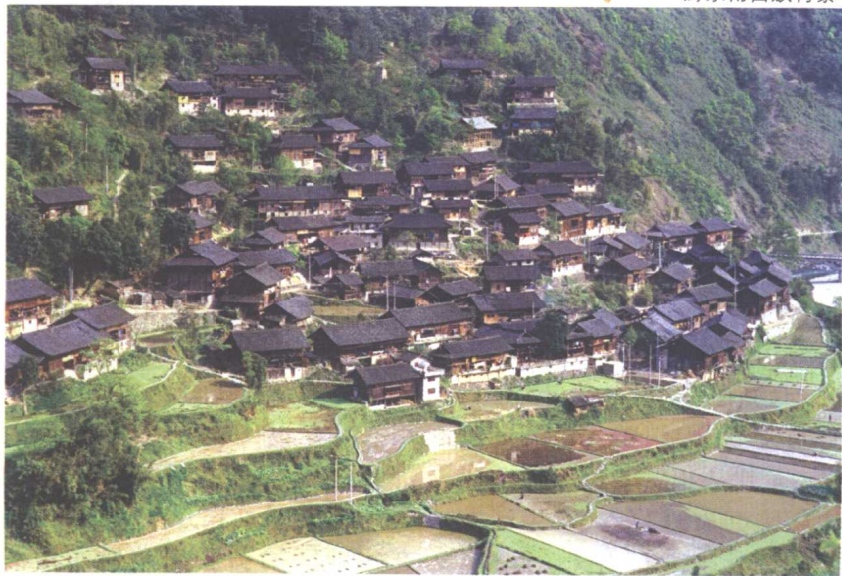
人口

苗族先民经过数千年的生息繁衍和风风雨雨，中华人民共和国成立后确定为苗族，1953年第一次人口普查时有2490874人，1964年第二次人口普查时有2782088人，1982年第三次人口普查时有5021175人，1990年第四次人口普查时有7383622人，2000年第五次人口普查时共有8940116人。苗族是中国人口总数列第四位的少数民族。

分布区域

苗族主要分布在湖南、湖北、贵州、四川、重庆、云南、广西、海南等八个省、市和自治区。其中，贵州最多。据1990年

黔东南苗族村寨



—苗族小姑娘

人口普查,贵州苗族有360万人,占中国苗族总人口的近一半。其次是,湖南155万人,云南89万人,四川、重庆53万人,广西42万人,湖北20万人,海南5万余人。这八个省、市、自治区的苗族人口占全国苗族总人口的98%以上。在这八个省、市、自治区都有苗族的自治地方。它们分别是,自治州6个,包括贵州的黔东南苗族侗族自治州、黔南布依族苗族自治州、黔西南布依族苗族自治州、湖南的湘西土家族苗族自治州、云南的文山壮族苗族自治州、湖北的恩施土家族苗族自治州;自治县23个,包括湖南的麻阳、靖州、城步;贵州的松桃、印江、务川、道真、镇宁、紫云、关岭、威宁;云南的屏边、金平、禄劝;重庆的秀山、酉阳、黔江、彭水;广西的融水、龙胜、隆林;海南的琼中、保亭。上述的苗族各分布区基本上是连成一片的,同时在一些地方与其他民族形成区域性的交错杂居格局。

中国苗族主要居住在山区,如湘黔川边的武陵山,黔东南的苗岭、月亮山,黔南的大小麻山,广西的大苗山,滇黔川边的乌蒙山等。尤其是川黔滇边区的苗族居住环境更为恶劣,大多生活在高山山顶地带或石山区。此外,

陕西、北京、江西、广东等省市也有数以千计的苗族散居。在东南亚的越南、老挝、泰国、缅甸,以及美国、加拿大、阿根廷、法属圭亚那、法国、澳大利亚等国大约有140万苗族分布。

语言文字

苗族有自己的语言,但历史上没有文字。苗语一般认为属于汉藏语系苗瑶语族。也有学者对苗瑶语的语系归属提出了不同的看法。苗语分为湘西、黔东南、川黔滇三大方言,各又分若干次方言或土语。苗语各个方言、次方言之间差别较大,基本上不能通话。

苗语湘西方言主要分布在湘西自治州、川东南、鄂西南、黔东南等地区,大约有110万苗族使用。苗语黔东南方言主要分布在黔东南自治州、黔南自治州东部、湖南西南部、广西融水和三江等县,使用人数大约为210万人。苗语川黔滇方言内部复杂,分布在贵州省除了黔东南以外的所有地区,川南、桂西北、西南、云南各地及欧美等西方国家,使用人数在300万人以上。苗族大部分地区兼通汉语,聚居区有相当一部分老人和儿童不通汉语。有些地区的苗族还兼通布依语



苗族妇女服饰

或彝语。此外，大约有160万苗族以汉语或侗语或拉珈语或瑶语为母语。

在许多地方的苗族史诗和民间传说中，都说苗族古代曾有文字，后来由于种种原因失传了。一些地方文献也曾提及古苗文。但是迄至近代，苗族地区没有发现仍在使用的传统苗文。

近代以来，一些苗族知识分子为了发展苗族文化教育，创制了一些方言文字，比较有名的是湘西石板塘用汉字偏旁部首创制的方块苗文。鸦片战争以后，一些在苗族地区传教的外籍传教士为了传教的需要也创制了一些苗文，如柏格理苗文、胡托苗文等。但是这些文字，除柏格理苗文之外，推行面十分狭窄。

1957年中国科学院语言调查第二工作队在贵阳创制或改革了四套苗族方言文字，在一些苗族地区试验推行。

族源与历史

族称与族源

苗族族称可以分为果雄、蒙、嘎瑙和金门四种。自称“果雄”的苗族主要分布在湖南省湘西土家族苗族自治州，自称“嘎瑙”的苗族主要分布在贵州省黔东南布依族苗族自治州，自称“蒙”的苗族分布在川黔滇三省及东南亚国家。自称“金门”的苗族只分布于海南省。

汉文古文献通常把苗族的先民称为蛮、髡、苗等等。在汉文文献中对苗的称谓常带有民族歧视色彩。由于苗族支系繁多,服饰差异大及历代统治阶级对苗族的歧视等原因,各地苗族又有红苗、黑苗、青苗、白苗、花苗、东苗、西苗、紫姜苗、长裙苗、短裙苗、高坡苗、海岷苗、歪梳苗、九股苗等各种各样的他称,故有“百苗”之称。这些称谓现在基本上已经不用。

苗族先民与中国古代史上的“九黎”、“三苗”、“蛮”、“南蛮”有着密切的关系。根据汉文文献和苗族民间口碑资料,多数苗族史研究者认为,以蚩尤为首的

“九黎”部落联盟是可考的苗族最早的文化源头。但也有学者认为苗族族源只能上溯到三苗。

九黎部落联盟最早生活在黄河中下游一带,在其西进过程中,与东扩的黄帝部落联盟发生战争。经涿鹿之战失败后,九黎联盟中的部分部落向南迁移。千余年后,他们在长江、淮河流域又组成了三苗部落联盟,并相继与黄河中下游流域的尧、舜、禹部落展开了漫长的抗争。商周时期,苗族先民被黄河流域的华夏民族称为“蛮”。春秋战国时期,受中原民族大融合和频繁战争的蹂躏,尤其是受秦楚之战的影响,“蛮”的后裔再次向南迁徙。

苗家婴儿头饰



秦汉时期，聚居在长沙郡、武陵郡的苗族先民被称作“长沙蛮”、“武陵蛮”或“五溪蛮”，并渐渐形成一个稳定的族群。隋、唐、宋时期称为“南蛮”。在宋朝时期，苗族先民成为一个独立的民族登上历史的舞台。此后逐渐迁入贵州、广西、川南、云南山区。在明朝时期，苗族已经基本上形成了现在的分布格局。

历史与迁徙

如上所述，苗族起源于黄帝时期的“九黎”和尧舜时期的“三苗”。“九黎”是五千多年前居住在黄河中下游的一个部落，后与黄帝部落发生战争，史称“涿鹿之战”。在战争中，黄帝与炎帝联合，九黎首领蚩尤被黄帝擒杀，余部退居长江中下游，形成“三苗”部落，即史之所谓“昔者，三苗之居，左彭蠡之波，右洞庭之水，汶山在其南，衡山在其北”。在四千年前，以尧、舜、禹为首的北方华夏部落与“三苗”争战近千年，最后“三苗”为夏禹所分崩瓦解。“三苗”失败后，一部分被驱逐到“三危”，史称“窜三苗于三危”。而在长江中下游的“三苗”后裔，部分逐渐与华夏族融合，部分在商周时被统称为“蛮”，春秋战国时期称为“荆蛮”。

自秦汉至南北朝时期，苗族的分布更广。东至淮河流域，西到巴蜀、夜郎、牂牁，纵横数千里，而以今之湘、鄂、川、黔四省边区最多，是当时全国苗族分布的中心。其中又以黔中、武陵两郡较多。在武陵郡中，又以沅江流域的苗族最多，是当时所谓“五溪蛮”的主体民族。

唐宋时期，苗族的分布有较大的变化，一方面是汉水中下游以东至淮河流域的多数苗族已逐步被融合而消失；另一方面是移入贵州的苗族进一步增多，逐步成为全国苗族分布的中心，同时开始进入云南。这一时期，“苗”的称呼在唐人樊绰《蛮书》、宋人朱辅的《溪蛮丛笑》和《宋史》等书中已开始出现。贵州已逐步形成全国苗族分布的中心。

苗族从古至近代，经历了四次大规模的迁徙，形成了今天苗族的分布格局。第一次发生在远古时代，《史记·五帝本纪》载：“蚩尤作乱不用帝命，于是黄帝乃征师诸侯，与蚩尤战于涿

鹿之野。”经尧、舜、禹三代的不断“征战”、“窜三苗于三危”，包括苗族先民在内的“三苗”集团被分化瓦解。第二次发生在西周至战国时期，西周对“荆蛮”的多次用兵和楚国势力的扩展，苗族先民大部被迫离开江湖平原，迁入五溪、武陵地区。第三次发生在秦汉至唐宋时期。这时期苗族的主要流向，是从五溪、武陵地区向西、向南迁徙。向西进入川南和贵州大部分地区，有的经川南和黔西北开始迁入云南；向南迁入湘西和广西，有的又由桂北进入黔南、黔东南。第四次大规模迁徙发生在元、明和清时期。这时期苗族继续从五溪、武陵地区迁入贵州、广西，并从贵州、广西及川南经过不同线路进入云南，由云南陆续出境，迁徙至东南半岛的北部山区。这些大规模迁徙主要是各朝发生的战争和推行的民族镇压政策所致，亦有因天灾原因逃荒的小规模迁徙。此外，苗族其实还有第五次大迁徙，即20世纪70年代，东南亚战争又迫使大批苗族难民从东南半岛向海外迁徙，形成了今天分布在美国、德国、法国、加拿大、澳大利亚和阿根廷的状况。

此外，海南岛的苗族的历史比较特殊，他们是明嘉靖、万历年间，明王朝为加强海南的防务、从岛外征调兵丁来海南戍守，其中部分是来自广西凌云县和思恩县的苗族，久而落籍海南。明、清以后，方志和史籍上开始出现“苗黎”之称，即当今海南之苗族。苗族在海南落籍，人数并不多。沿海平原地带和大小河流两岸、多为汉族和黎族聚居地，就连中部山地，也为汉族或黎族地主、山主所圈占。苗族被视为客体，被迫移居上高山大岭流徙游居，极少数在黎汉杂居地或黎境中落脚者，则聚居僻处，称为苗村。1950年后统称苗族。

反抗封建剥削、压迫的斗争

苗族先民有反压迫反剥削的光荣传统。从汉朝到民国，数千年来斗争不息。

东汉建武年间(47~49年)，武陵地区各族人民在渠帅、相单程领导下反抗封建王朝统治，打败刘尚、马援等进攻。元初二年(115年)，武陵、沅中、零陵等地各族人民掀起抗暴抗捐斗争。东汉末，武陵等地各族人民曾响应黄巾军起义。南朝宋元嘉十八年(441年)，天门等地各族人民，因

徭赋过重而在田向求率领下起义。元徽二年(474年),武陵溪西地区苗族人民在田思飘率领下掀起反赋役剥削的斗争。唐元和六年(811年),黔州各族人民在蛮酋张伯靖领导下进行为时三年的反抗斗争。唐末以黄巢为首爆发了农民起义,湘、黔、桂三省苗族人民纷纷响应,并配合黄巢起义军逼近桂林城。中和三年(883年)到光启元年(885年),武陵各族人民以雷满为首,先后攻占了朗州、衡州、澧州等地,赶走了唐朝官吏。宋初,溪州人民反刺史彭允林的暴政,攻下溪州城。元年间(1086~1093年),湖南、广西的苗、瑶、侗族人民在杨晟台、粟仁催率领下,杀官吏、攻州城,迫使宋王朝对五溪郡县“弃而不问”。

元明清时期,苗族的起义斗争更加激烈。元明时期,随着中央王朝势力的深入,民族压迫之加剧,苗族的起义逐渐增多。元朝至元二十七年(1290年)贵州中路的苗族、布依族人民起义,攻克顺元路城。至元二十九年,湖南辰州苗族、土家族人民掀起抗元斗争。至正年间(1346~1349年),湖南西部苗、侗、瑶、汉、土家等族6万多人在吴天保领导下起义,攻占县城,并转战于今湖北、河南等省,有不少苗族起义农民参加当时陈友谅领导的农民起义队伍,继续反元斗争。明洪武、宣德、正统、正德、嘉靖年间,湘、黔、川等地苗族人民多次掀起抗击明朝官军的武装斗争就有百余次,有的规模很大。如正统十三年到景泰二年(1448~1451年)的湖南各族人民起义,明朝动用了二十多万大军镇压,历时三年。苗族是这次斗争的主力。以韦同烈为首的黔东清水流域和贵定、福泉一带的苗族农民军,据香炉山一直坚持到最后。天顺元年至三年(1457~1459年),龙里、贵定、八番(惠水)、平越(福泉)等处“十三番”苗族首领干把珠领导的起义,也曾震动一时。嘉靖十七年至三十年(1538~1551年)龙许保领导的黔东南和湘西的苗族起义,长达14年之久,先后抗击明军16万之众。

清代苗族起义同样很多。其中规模最大的有三次。第一次是雍正十三年至乾隆元年(1735~1736年)爆发的“雍乾起义”,领导人是包利和红银,起义范围遍及黔东南地区,抗击了七省清军数万人的残酷镇压。第二次是乾隆六十年到嘉庆元年(1795~

1796年)石柳邓、吴八月等领导的“乾嘉起义”,范围扩及松桃、铜仁、印江和重庆秀山、酉阳和整个湘西苗区,抗击了七省清军18万人的进攻,提出“穷苦兄弟跟我走,大户官吏我不饶”等口号,与白莲教起义相呼应,给清王朝以沉重打击。第三次是张秀眉、柳天成、陶新春等分别领导的“咸同起义”,爆发于咸丰五年(1855年),终于同治十二年(1872年)。起义范围以贵州为中心,波及湘西、川南、桂北和滇东北,延续了18年,影响十分深远。这三次起义间隔都是60年,因而苗族民间有“三十年一小反,六十年一大反”的民谣。

1911年,辛亥革命爆发,苗族地区先后响应。不久,苗族人民还参加或支持护国军反对袁世凯复辟帝制的斗争。北伐战争中,当时被编为国民革命军第九、第十二军的黔军,就有许多松桃、铜仁和天柱、锦屏一带的苗族、侗族官兵,他们在战争中屡挫强敌,功勋卓著。

反帝国主义侵略和国民党反动统治的斗争

1840年鸦片战争以后,苗族人民的反抗斗争增加了反帝反殖民主义的内容。道光三十年

(1850年),黔东南苗民保禾、高禾起义被镇压后,于咸丰五年(1855年)又爆发了张秀眉等领导的苗民起义,历时18年之久,势及黔、湘、桂、川、滇诸省。这次起义,与“教军”、“号军”和太平天国石达开部相互配合,沉重地打击了清王朝和帝国主义的势力,在中国近代史上写下了光辉的一页。光绪十年(1884年),法帝国主义侵略云南、广西等省,苗族人民为保卫祖国而投入抗法斗争。如黔南苗族反教会斗争、湘西苗族赴闽抗法斗争、云南文山苗族反法保卫边疆的斗争等。近百年来,英、法帝国主义在云南修筑铁路,抢开矿藏,并与当地反动统治者相勾结,对苗族和其他民族人民实行联合压迫,苗族和其他各族人民坚持了反抗斗争。

1921年中国共产党诞生后,苗族人民的斗争进入了新的历史阶段。1926年,在毛泽东直接领导下召开的湖南省第一次农民代表大会上作出了《解放苗瑶决议案》,号召苗、瑶族人民参加或组织农民协会。此后,海南岛吊罗山、母瑞山及黔东等地区都建立了革命根据地。红军长征经过湖南、贵州等省苗族地区,播下革命火种,苗族地区先后建

立了武装，如黔西北的“苗民支队”、黔东的“边胞支队”等，直接打击了军阀和国民党反动武装。1925年，麻栗坡苗族人民进行过反对伪汛长和伪乡长的斗争；1933年，丘北苗族人民掀起了“抗租、抗税、抗粮、抗捐、抗债”等斗争。

抗日战争时期，1942年黔东清水江流域的苗侗两族发动“黔东事变”，反抗国民党暴政。次年，贞丰苗族联合布依族起义，两次攻下县城。望谟苗族、布依族在熊亮臣领导下，得到中国共产党的帮助，在麻山乡一带开展游击战争。解放战争时期，当时活跃于滇黔边区的滇桂黔边纵队（简称边纵）第三支队，活跃于云南宣威和贵州威宁的边纵第六支队和威宁游击团，都有许多苗族参加。松桃苗族人民成立了“边胞支队”，在松桃和湘西开展革命游击战争。贵州苗族人民在推翻国民党统治的斗争中，作出了重要的贡献。此外，解放战争时期，有许多苗族人民参加了中国共产党在滇南、滇东南地区建立的游击武装，麻栗坡等部分苗族村寨都是游击队的根据地。

苗族的社会经济历史

苗族度过了漫长的原始社会。以树叶为衣，以岩洞或树巢为家，以女性为首领的情况，在苗族古歌中有大量的反映。从一些地区的亲属称谓制度中，还能看出从母权制过渡到父权制，从血缘婚到对偶婚的演变痕迹。秦汉以后，封建王朝在大多数苗族地区建立郡县，实行“附则受而不逆，叛则弃而不追”的羁縻政策。铁器和生产技术的传入，推动了苗族经济的发展。五溪地区的少数民族已开始从事农业生产，掌握了用木皮织绩和以草实染色的纺染技术，出现了产品交换，但氏族首领与人民处于平等地位，生产力水平低下，仍处于原始社会阶段。

至魏晋南北朝时期，武陵地区的农业生产已有相当发展，冶铁和采炼朱砂、水银等技艺也日益提高，用剩余农产品和手工制品来交换食盐的贸易市场逐渐形成。由于生产力的不断发展，苗族的原始社会开始逐渐解体，原来由血缘关系组成的氏族公社，已逐渐发展为地缘关系的农村公社。唐宋年间，苗族逐步进入阶级社会，农村公社的首领已有了土地支配权。汉族的封建经济，

通过汉、苗等民族间频繁接触,推动了苗族封建社会领主经济的形成和发展。有些“蛮酋”、“蛮帅”成为世袭的“土官”,领有大量的土地。在这些“土官”境内的苗民沦为农奴(称为“田丁”),耕种领主的土地,交纳租赋和服无偿劳役,并须参加领主间的械斗,为其卖命。那时,苗族地区的农业有了很大的发展,黔东南和桂西北已“稻粟再熟”,湘西地区也已存粮有“三年之积”,畜牧、纺织、蜡染、冶金等生产也发展很快。云南和贵州罗甸地区已用海贝作货币流通。

南宋王朝由于政权不稳,开始用官职来笼络各族首领,以加强中央和地方的关系。许多土官都受到封赏,后来成为大大小小的土司。元明时期,苗族地区封建领主经济已相当发展。明朝中央政府于弘治十五年(1502年)在湖南城步苗区开始实行“改土归流”,其他地区也开始派遣流官,对土官进行监视。苗族地区地主制度的兴起,又使以领主制度为经济基础的土司政权受到削弱。封建王朝对土司的限权,使土司制度走向衰落。到明末清初,苗族一些地区开始改土归流,使地主经济得到顺利发展。但湘西的腊尔山区、黔东南雷公山区和古

州山区,仍处于“无君长,不相统属”状态,被封建王朝统称为“生界”。其社会发展仍处于农村公社末期,仍由“榔”、“款”的首领管理。“榔”、“款”,南宋时称为“门款”,清代称为“宰款合榔”、“合款”或“门款”等,在历史上可能在苗区普遍存在。集一村或数村为小款,数十或数百村为大款。有公众制订的“款约”或“榔规”,对内维持社会秩序,保护个人和公共财产;对外互相支援,合力对付其他民族或官兵的来犯。各级首领皆由公众推举产生,拥有处理纠纷、作出裁决、主持祭祀、指导生产和指挥作战等职能。这种社会组织,一般即视为魏晋以来苗区由原始氏族转变为农村公社产生的,至明末清初,在“生界”苗区,仍保留下来。当时,黔西和滇东北的苗族人民则大部分是彝族土司的农奴,人身依附非常严重。清雍正年间实行“改土归流”,对封建领主制的瓦解和地主经济的发展,起了很大的促进作用,但对“生界”的武力征服,造成了苗族人民大量伤亡,严重地破坏了当地的生产力。随着封建地主经济的发展,土地的兼并和财富的集中日益加剧。近代以来,苗族地主经济继续发展,有



贵州省苗族赶摆

雇农，地主富农仅是极个别的人家。

苗族现代的社会经济

苗族以农业为主，部分地区的苗族兼事畜牧、狩猎和采集。狩猎和采集是为了补充食物的不足。男人狩猎，女人采集。湘西、黔东的苗族还常常在稻田里养鱼。对于黔东南、桂北及湘西南的苗族，林业也是一个重要的生产部类。大多数苗族主要种植水稻、玉米、马铃薯、荞麦、薯类及豆类作物，滇东北的许多苗族由于住地环境的关系，不种植水稻，云南、贵州一些地方的苗族种植旱稻。经济作物主要有麻、烤烟、棉花、蓝靛、花生等。湘西、黔东的苗族还喜种糯稻。苗族所使用的生产工具有犁、耙、锄、翻锹、弯刀、镰刀、砍刀、柴刀、斧之类，近年来大多数还使用了喷雾器、打谷机之类更先进的生产工具。