

吴仕民 编著

东方中华

zhonghua



东方中华

吴仕民 编著

民族出版社



图书在版编目(CIP)数据

东方中华/吴仕民编著. —北京: 民族出版社, 2007.4
ISBN 978-7-105-08238-4

I. 东... II. 吴... III. 中华民族—民族历史—通俗读物
IV. K28-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第052389号

民族出版社出版发行

北京市和平里北街14号 邮编: 100013

电话: 010-64228001 (汉文编辑二室) 010-64211734 (发行部)

<http://www.mzcbs.com>

责任编辑: 钟美珠

整体设计: 李 华

制版: 海龙视觉

印刷: 北京雅昌彩色印刷有限公司

经销: 各地新华书店

版次: 2007年4月第1版 2007年4月北京第1次印刷

开本: 889毫米×1194毫米 1/20

字数: 100千字

印张: 7

印数: 0001-5000册

定价: 56.00元

ISBN 978-7-105-08238-4/Z · 1322(汉215)

该书如有印装质量问题, 请与本社发行部联系退换



本书图片提供单位及个人（排名不分先后）：

民族文化宫

民族画报社

民族团结杂志社

民族出版社

中央民族干部学院

阿坝藏族羌族自治州

巴音郭楞蒙古自治州党委宣传部

巴莫曲布嫫 陈鼎波 慈仁群佩 成卫东 陈 怵

丁卫国 丹 增 裴建军 金成基 季 敏 金连儒

刘鸿孝 李 华 凌 凤 李东日 李赐犁 李晓林

列来拉杜 孙志江 沙格德尔 滕 俊 王洪伟

王梓林 袁冬平 殷德俭 尹志杰 易 清 余大锐

朱公福 翟东风 周 浩 周 帆 赵 利 张超英

张铁梁

（因出版时间急促，本社尚未联系上部分图片作者，故特此说明，请有关图片作者与我社联系，以表谢意！）







序

在中国各民族的建筑物上，有形制各异的窗户：或圆或方，或短或长，或外飘内敛，或映湖纳山……

从一定意义上说，这本书也是一扇窗户。或许，透过这扇窗户，可以看到中国各民族丰富多彩的生活：居所、饮食、衣饰、节庆，还有歌唱、舞蹈、劳作、交往……透过这扇窗户，你还可以看到中国民族理论政策的基本轮廓。

在中华大地上也有各具特色的桥：竹桥、木桥、石桥、藤桥，或如长虹凌云，或若龙蛇卧波，或傍山接崖，或邻村依寨……

从一定意义上说，这本书也是一座长桥。或许，沿着这座桥，可以一直走到中国各民族的历史后院，聆听到许多民族在历史舞台上的低吟与豪唱；或许，这座桥还能通到各民族的思想深处，由此感知到他们的思想、情感与信念……

但，这本书不是一本历史著作，也不是一本学术著作，是一本大致可以归于文化类的通俗读物。当你有闲暇时，请你透过这扇窗户，用思想的眼光去观察、去搜寻，你一定会发现远远超过这本书的丰富和斑斓；当你迈开探求的双脚，在这本书架起的桥梁上行进时，一定会到达比这本书更遥远的地方。

让我们眼睛的窗户始终关注着东方的中华，让我们的双脚在历史的长桥上始终与阔步前进的中华同行。

吴仕民

2007.4.18

东方中华

上篇 中华民族概况



一、中华民族的族体构成 2

共为一家的 56 个民族 2

各有来历的民族称谓 4

交错居住的分布格局 7

存在差异的居住地域 8



二、中华民族的历史源流 9

族源起于多元 9

族体互相吸收 9

源自中华本土 10

多元一体格局 12



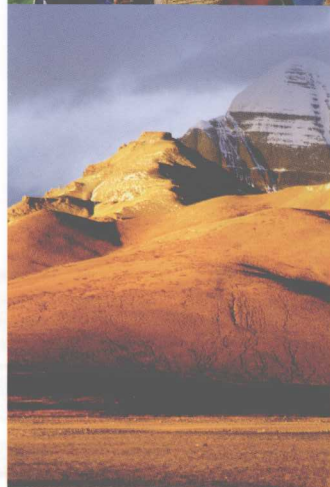
三、中华民族的生存环境 14

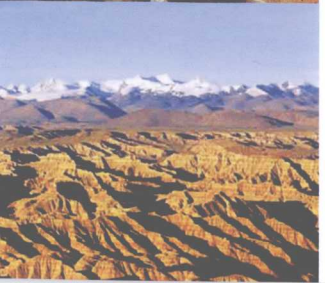
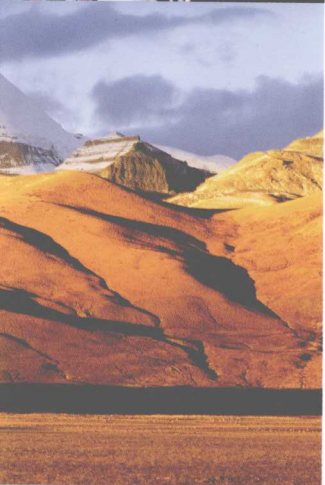
相对独立的地理单元 14

辽阔神奇的山川土地 15

丰富多样的资源物产 16

秀丽多姿的自然风光 17





四、中华民族的灿烂文化 21



数量众多的语文 21

丰厚发达的文学 22

绚丽多姿的舞蹈 24

优美动听的音乐 24

巧夺天工的绘画 26

美轮美奂的服饰 27

特色鲜明的体育 29

五、中华民族的风习信仰 31



民族风习的一般特征 31

风俗习惯的若干形式 33

中国民族的宗教信仰 40

六、中华民族的心理特征 43



双重认同意识 43

民族合作精神 45

共同爱国情怀 48



一、中国民族理论的基本观点 54

构成民族的主要特征 54

民族发展的若干规律 56

当代中国的民族现象 58

民族问题的基本内涵 61

民族问题的解决途径 66

各个民族与国家利益 68



二、中国处理民族问题的基本政策 71

所有民族一律平等 71

实行民族区域自治 73

促进民族团结和谐 76

加快发展民族经济 78

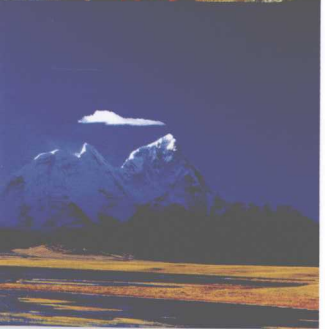
发展文化教育事业 82

使用发展语言文字 86

大力培养民族干部 88

尊重各族风习信仰 92





三、中国民族政策的基本特点 97

立足现实 借鉴历史 97

坚持原则 辅以灵活 98

相对稳定 不断发展 99

各类政策 相互配套 99

政策措施 呼应法律 100

强化机制 督促落实 100



下篇 中国各民族简况 102



汉族 蒙古族 回族 藏族 维吾尔族 苗族 彝族

壮族 布依族 朝鲜族 满族 侗族 瑶族 白族

土家族 哈尼族 哈萨克族 傣族 黎族 傈僳族

佤族 畲族 高山族 拉祜族 水族 东乡族 纳西族

景颇族 柯尔克孜族 土族 达斡尔族 仫佬族 羌族

布朗族 撒拉族 毛南族 仡佬族 锡伯族 阿昌族

普米族 塔吉克族 怒族 乌孜别克族 俄罗斯族

鄂温克族 德昂族 保安族 裕固族 京族 塔塔尔族

独龙族 鄂伦春族 赫哲族 门巴族 珞巴族 基诺族





中华人民共和国万岁

世界人民大团结万岁

ZHONGHUA



一、中华民族的族体构成

太阳升起在东方，地球的第三极——青藏高原屹立在东方，一个具有5000年悠久历史的伟大民族——中华民族，也繁衍生息在东方。中华民族人口众多、历史悠久、文化灿烂……这些特点在很大程度上是由于她有着独特的族体构成。

共为一家 的 56 个民族

中国是一个由56个民族组成的大家庭，中华民族是中国56个民族的总称。换言之，中国的各民族合起来统称为“中华民族”。因为汉族人口多，约占全国总人口的91.59%；其他55个民族人口少，合起来有1.04亿多人，只占全国总人口的约8.41%，所以习惯上被称作“少数民族”。

中国的民族数量众多，林林总总，但大小不等，人口相差很大。人口最多的是汉族，有11亿多人；人口最少的民族只有几千人，比如黑龙江省的赫哲族只有4000多人。

55个少数民族之间的人口相差也很大。人口最少的几千人，多的超过1000万人，壮族人口最多，有1600多万。

人口在100万以上的民族有18个。他们是：蒙古族、回族、藏族、维吾尔族、苗族、彝族、壮族、布依族、朝鲜族、满族、侗族、瑶族、白族、土家族、哈尼族、哈萨克族、傣族、黎族。

人口在10万~100万之间的民族有15个。他们是：傈僳族、佤族、畲族、拉祜族、水族、东乡族、纳西族、景颇族、柯尔克孜族、土族、达斡尔族、仫佬族、羌族、仡佬族、锡伯族。

人口在1万~10万之间的民族有15个。他们是：布朗族、撒拉族、毛南族、阿昌族、普米族、塔吉克族、怒族、乌孜别克族、俄罗斯族、鄂温克族、德昂族、保安族、裕固族、京族、基诺族。

人口在1万以下的民族有7个。他们是：鄂伦春族、赫哲族、高山族、塔塔尔族、独龙族、门巴族、珞巴族。

人口在10万以下的民族，共有22个，被称为“人口



丝绸之路明代长城



少数民族学子

较少民族”。为帮助“人口较少民族”达到当地中等以上的发展水平，国家对他们实行特殊的扶持政策。

各民族人口的巨大差异与地理环境、历史演进有关。一般来说，起源和发展于空间开阔地带的民族人口较多，而起源和发展于狭窄封闭地带的民族人口则较少。长期的历史进程中的发展、演变，特别是不同民族间的彼此融合、互相吸收也对人口多少产生极大影响。有的民族人口很多，是因为融进了其他民族的成员。比如，汉族成为今天世界第一的民族是在历史上吸纳了许许多多的少数民族，像滚雪球一样，越来越大。一些人口较多的少数民族也是融合了其他民族成分而形成的。

新中国在确定各民族的名称时，坚持民族平等原则，各个民族不论人口数量多少、社会发展程度如何，只要具备构成一个民族的条件，就确认为一个民族。所以，几千人也能成为一个民族。

此外，中国还有 70 多万人没有确定民族归属的群体。

现在的少数民族人口数是 2000 年第五次全国人口普查时实际能普查到的人数，有的地方因情况特殊，无法进行精确统计。

共同生活在这片东方土地上的众多民族，不论人口多寡、风俗习惯异同、经济文化发展快慢，都是祖国大家庭的平等一员，都为国家的发展进步、团结统一作出了自己的贡献。



各有来历的民族称谓

56 个民族统称为中华民族，同时每个民族都有自己的称谓。这些称谓，有的是自称，也就是自己给自己取的名字，如蒙古族、土家族就是自称；有的民族称谓是他称，最初是由别的民族给起的称谓，比如汉族就是少数民族给起的名称，其族称的简单来历是：汉朝强盛，一些少数民族就把建立这个王朝的人称为“汉族”，慢慢地汉族自己也接受了，便有了“汉族”这个固定的称谓。

各个民族的名称大都有自己的来历，许多称谓有着特定的含义：

有些民族的族称与居住地区的名称有关。一个民族总是有一定的居住地，在许多情况下，居住地的名称便和民族的名称有了密切的联系。

赫哲族的族称来源于赫哲人的自称“赫真”，意思是居住在“下游”或“东方”的人们。因为他们世代居住在东北的松花江、黑龙江和乌苏里江沿岸，以捕鱼为生。

东乡族主要因居住在河州(今甘肃临夏)的东乡这个地方而得名。

“门巴”意思是居住在门隅的人，“门隅”是藏语，意思是雅鲁藏布江下游的平原区，这是门巴族族称的来历。

毛南族主要分布在广西环江县下南、水源一带，这些地区历史上称作“茅难”、“冒难”或“毛难”，民族因此得名为“毛难族”。毛难族在 20 世纪 80 年代根据本民族的愿望改称为毛南族。

有的民族的名称则直接来源于江河的名称。如怒族名称的来源是因为居住在云南怒江流域，独龙族是因居住在云南独龙河畔而得名。

有些民族的称谓与经济生活有关。经济活动是一个民族生存发展的基础，所以顺理成章地影响着一些民族的称谓。

鄂伦春是鄂伦春族的自称，有“使用驯鹿的人”的含义，因为驯化野鹿是鄂伦春族经济生活的一个特点，也是他们的一大特长。

鄂温克的意思是“住在大山林中的人们”，这正是他们生活环境的特点。

柯尔克孜是自称，有“山里的游牧人”的意思。柯尔克孜族正是长期从事牧业的民族。

佉族有“山上人”的意思，这反映了他们居住地的特点：居住于山，以山为生。

古代畚族人民搭棚在山上居住，刀耕火种，因而被称为“畚”族。畚字包含“人示田”的结构，本身有刀耕火种的意思，表示的是人和自然的关系，是人在垦荒种田，意味着他们擅长于山地农业。



云南香格里拉草场

有些民族的族称与历史有关。中国每个民族都有自己悠久的历史，因而历史在民族称谓上留下了深刻的印记。哈萨克的称谓记录着历史的艰辛。哈萨克族在历史上曾遭受其他部落的欺压，为摆脱奴役，他们向东迁移，回到故乡，故而得名“哈萨克”，有“避难者”、“自由的人”等含义。

居住在云南省西双版纳傣族自治州景洪县的基诺族是自称，意为“舅舅的后代”或“尊敬舅舅的民族”。