



走近中国少数民族丛书

主 编/ 丹珠昂奔

普 米 族

Pumizu

朱凌飞 杨周明 著

普米族是中国具有悠久历史和古老文化的民族之一。普米族自称“普日米”“普因米”“培米”，在普米语中，“普”“培”都是“白”的意思，而“米”意为“人”。所以各地称呼略有不同，但含义皆为“白人”，也含有“纯洁高尚的人”之意。1960年，根据本民族意愿，采用“普米”作为统一的民族名称。



辽宁民族出版社



走近中国少数民族丛书

主 编/ 丹珠昂奔

普 米 族

Pumizu

朱凌飞 杨周明 著



辽宁民族出版社

© 朱凌飞 杨周明 2014

图书在版编目(CIP)数据

普米族 / 朱凌飞, 杨周明著. — 沈阳: 辽宁民族出版社,
2014. 12

(走近中国少数民族丛书 / 丹珠昂奔主编)

ISBN 978-7-5497-0935-9

I. ①普… II. ①朱… ②杨… III. ①普米族 —
民族历史 — 中国 ②普米族 — 民族文化 — 中国 IV. ①
K286.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第310586号

走近中国少数民族丛书·普米族

ZOUJIN ZHONGGUO SHAOSHUMINZU CONGSHU·PUMIZU

丛书策划 / 李凤山

出版发行者: 辽宁民族出版社

地 址: 沈阳市和平区十一纬路25号 邮编: 110003

印 刷 者: 沈阳新华印刷厂

幅 面 尺 寸: 170mm×240mm

印 张: 12

字 数: 170千字

出 版 时 间: 2015年8月第1版

印 刷 时 间: 2015年8月第1次印刷

责 任 编 辑: 李凤山 吴昕阳 李 璜

封 面 设 计: 杜 江

责 任 印 制: 杨 雪

责 任 校 对: 边京爱 林 华

标准书号: ISBN 978-7-5497-0935-9

定 价: 38.00元

法律顾问: 陈 光

版权专有 侵权必究

如有印装质量问题, 请与出版社联系调换

网 址: www.lnmzchs.com

举报电话: 024-23284336

邮购电话: 024-23284335

联系电话: 024-23284340

淘宝网店: lnmz2013.taobao.com



傣族是中国具有悠久历史和古老文化的民族之一。傣族自称“普目米”“普因米”“哈米”。在普米语中，“普”“因”都是“白”的意思，而“米”意为“人”。所以各地称呼略有不同，但含义皆为“白人”，也含有“纯洁高尚的人”之意。1960年，根据本民族意愿，采用“傣”作为统一的民族名称。

《走近中国少数民族丛书》编辑委员会

主 编 / 丹珠昂奔 (藏族)

副主编 / 武翠英 张学进 李凤山 (蒙古族)

编 委 / (按姓氏笔画为序)

巴哈提 (哈萨克族)

白兰英 (蒙古族)

白庚胜 (纳西族)

吕 怡

朱 虹 (蒙古族)

权春哲 (朝鲜族)

吴昕阳 (满族)

佟 强 (蒙古族)

张学林 (朝鲜族)

李有明 (回族)

李 欣 (朝鲜族)

李 璜

杜 江

陈 丹 (彝族)

金顺玉 (朝鲜族)

钟廷雄 (壮族)

徐 凯

殷德俭

莫福山 (藏族)

萨仁图娅 (蒙古族)

黄如猛 (壮族)

《走近中国少数民族丛书》作者名录

《蒙古族》 萨仁图娅（蒙古族）

《回族》 许宪隆（回族） 张龙（汉族）

《藏族》 丹珠昂奔（藏族）

《维吾尔族》 艾克拜尔·吾拉木（维吾尔族）

买力克·买买提（维吾尔族）

伊利迪尔（维吾尔族）

《苗族》 石莉芸（苗族） 李云兵（苗族）

《彝族》 陈国光（彝族）

《壮族》 黄佩华（壮族）

《布依族》 周国炎（布依族）

《朝鲜族》 黄有福（朝鲜族）

《满族》 于今（满族）

《侗族》 杨筑慧（侗族）

《瑶族》 玉时阶（壮族）

《白族》 董建中（白族）

《土家族》 罗中（土家族） 罗午（土家族）

《哈尼族》 朱志民（哈尼族） 李泽然（哈尼族）

《哈萨克族》 艾克拜尔·米吉提（哈萨克族）

伊拉达·拉音别克（哈萨克族）

《傣族》 赵瑛（傣族）

《黎族》 罗文雄（黎族）

《傈僳族》 鲁建彪（傈僳族） 欧光明（傈僳族）

《佤族》 郭锐（佤族）

《畲族》 钟亮（畲族）

《台湾少数民族》 林华（台湾少数民族）

《拉祜族》 苏翠薇（拉祜族）

《水族》 韦学纯（水族）

《东乡族》 马兆熙（东乡族） 马自祥（东乡族）

《纳西族》 白庚胜（纳西族） 孙淑玲（汉族）

白羲（纳西族）

《景颇族》 金黎燕（景颇族）

《柯尔克孜族》 阿地里·居玛吐尔地（柯尔克孜族）

《土族》 祁进玉（土族） 东永学（土族）

《达斡尔族》 毅松（达斡尔族）

《仫佬族》 黎学锐（仫佬族） 黎炼（仫佬族）

《羌族》 雍继荣（羌族） 罗吉华（羌族）

周发成（羌族）

《布朗族》 陶玉明（布朗族）

《撒拉族》 马成俊（撒拉族） 马建新（撒拉族）

《毛南族》 韩德明（汉族）

《仡佬族》 周小艺（仡佬族）

《锡伯族》 阿苏（锡伯族） 盛丰田（锡伯族）

何荣伟（锡伯族）

《阿昌族》 们发延（阿昌族） 张斯齐（蒙古族）

《普米族》 朱凌飞（汉族） 杨周明（普米族）

《塔吉克族》 西仁·库尔班（塔吉克族）

阿力木江·西仁（塔吉克族）

《怒族》 李月英（傈僳族） 张芮婕（傈僳族）

《乌孜别克族》 吾尔买提江·阿布都热合曼（乌孜别克族）

《俄罗斯族》 乃珂热曼·依布拉音（塔吉克族）

《鄂温克族》 黄任远（汉族） 那晓波（鄂温克族）

《德昂族》 袁丽华（汉族） 王燕（汉族）

《保安族》 马少青（保安族）

《裕固族》 董潇红（裕固族） 王政德（藏族）

《京族》 吕俊彪（汉族）

《塔塔尔族》 卡米力·库尔马尤夫（塔塔尔族）

《独龙族》 李金明（独龙族）

《鄂伦春族》 王为华（汉族）

《赫哲族》 黄任远（汉族）

《门巴族》 陈立明（汉族） 张媛（汉族）

《珞巴族》 陈立明（汉族） 李锦萍（汉族）

《基诺族》 朱映占（汉族）

目录



总序	001
前言	003
第一章 源远流长普米人	009
万水千山走来	010
先祖奠下“老地基”	013
靠山吃山亦养山	017
一年年 一天天	024
第二章 木楞房：人、神共居之所	029
为家人建一座木楞房	031
生活在木楞房中	034
生活的中心：火塘	036
第三章 民间艺术：娱己、娱人与娱神	043
执手联袂跳“搓蹉”	045
怀古述今唱“哩哩”	051
发明传统“羊头琴”	057
第四章 节日：生活的节律与调整	065
“吾昔”过大年	066
清明、“月半”祭亡灵	073
端午“游山会”	083
第五章 祭祀：祖先和神灵荫护下的村庄	087
祭三脚：祖灵庇荫	088
祭龙潭：风调雨顺	094
祭山神：出入平安	098
退口舌：驱灾避祸	100





第六章 用歌声装扮的婚礼 105

婚事中的规矩 106

婚姻的缔结 110

婚礼进行时 113



第七章 离世是回到祖先的身边 121

在亲人的怀中离去 122

亡灵最后的停留 126

在羊子的引领下 129

终将踏上归途 135

诗比也将老去 137



第八章 口耳相传的民族记忆 141

人类起源：日月兄妹 143

祖先崇拜：“给羊子”的来历 146

土地与族群：独石头 149



第九章 玉狮场：一个普米族村寨的现代变迁 153

所谓“一个拒绝道路的村庄” 154

“道路选择”中的玉狮场 158

修路带来的影响 159



第十章 普米族区域自治与优秀人物 169

普米族区域自治 170

普米族优秀人物 172

参考文献 183

图片提供者 184

后记 185

总序

中国是一个统一的多民族国家，几千年来，有着悠久历史和灿烂文化的少数民族，与汉族一道，在中华大地上繁衍生息，共同开发着这块土地，建设、发展、捍卫着这个古老而伟大的国家。各民族都是兄弟，相互离不开，都是这个国家的主人。习近平总书记在第二次中央新疆工作座谈会上发表重要讲话，指出：“要坚定不移坚持党的民族政策、坚持民族区域自治制度。民族团结是各族人民的生命线。要高举各民族大团结的旗帜，在各民族中牢固树立国家意识、公民意识、中华民族共同体意识，最大限度团结依靠各族群众，使每个民族、每个公民都为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献力量，共享祖国繁荣发展的成果。各民族要相互了解、相互尊重、相互包容、相互欣赏、相互学习、相互帮助，像石榴籽那样紧紧抱在一起。要在各族群众中牢固树立正确的祖国观、民族观，弘扬社会主义核心价值观和社会主义核心价值观，增强各族群众对伟大祖国的认同、对中华民族的认同、对中华文化的认同、对中国特色社会主义道路的认同。”因此，坚持平等、团结、互助、和谐的社会主义民族关系，不断增进了解、紧密关系，深化友谊、建立牢不可破的感情基础，是中国社会转型期、改革攻坚期、矛盾多发期保持社会稳定、发展的基本要求，也是实现中华民族伟大复兴的中国梦的基本要求。

为了进一步宣传我国少数民族的历史文化和民族风情，增强对少数民族的认识，宣传党的民族政策和方针，加强各民族之间的了解与沟通，让读者了解少数民族文化，加深对我党民族政策的理解，中华人民共和国国家民族事务委员会文化宣传司和辽宁民族出版社共同策划了《走近中国少数民族丛书》。

依据上述原则,《走近中国少数民族丛书》的编写有以下三个特点:第一,采用图文并茂的形式、鲜活生动的语言、特色浓郁的图片以及丰富的民族常识链接,向读者展示我国55个少数民族的历史渊源、民族变迁、社会生活、文化艺术、风俗习惯、历史人物和民族区域自治政策的伟大实践。第二,作者多为本民族专家学者和与民族研究工作相关的专家学者,对自己撰述的对象既有深厚知识积累,也有真挚情感。第三,内容彰显了历史与现实、民族文化与地域文化、民族区域自治地方与散杂居地区少数民族生产生活的多彩画卷和轨迹,引导读者走近少数民族,聆听他们的古老传说,感受他们的发展变化,加深彼此的沟通和了解。这套《走近中国少数民族丛书》是面向民族干部和各级干部通览我国少数民族概况的普及读本,也是图书馆必备藏书。

《走近中国少数民族丛书》所揭示的每一个民族的历史,都承载着这个民族的文化,也承载着这个民族的发展和未来。中华大地孕育的55个少数民族多彩斑斓的民族文化,同汉族文化一道从远古走到今天,汇入了中华文化壮阔的历史长河。“共同团结奋斗,共同繁荣发展”,保护、传承和弘扬少数民族优秀文化,不仅是推动我国民族团结进步事业的重要内容,也是构建和谐社会、实现中华民族伟大复兴的中国梦的重要使命。期待通过《走近中国少数民族丛书》,使广大读者徜徉于少数民族多彩风情的同时,更加深刻地了解和认知中华民族多元一体的文化内涵,感受中华民族悠悠历史的深远与厚重。

丹珠昂奔

2014年6月26日

前言



普米族 从“遥远”走来的民族

在2008年春节期间，我们第一次到了兰坪，第一次走进普米族山寨，第一次接触到普米族人。作为以民族学和人类学为专业的研究者，对中国的56个民族早已谙熟于胸，但对于大部分少数民族，我们的知识都仅仅停留在书本上，能够大致背出这些民族的源流、历史、风俗、生计、宗教信仰等，但对其文化却始终缺乏一种深切的认知和体验。对于作为“人口较少民族”的普米族来说，我们就更是陌生了。至于普通大众，往往更难从服饰、语言或体质特征等方面分辨出不同的少数民族。在与当地人逐渐熟识之后，他们对我们坦承：他们到了昆明或北京，常常被误认为是其他民族。当说到“普米族”时，只有少数人表示“听说过”，更多的人则对这一民族一无所知，这种状况也激起了普米族人深深的危机感，而把中华民族大家庭中的这一重要成员介绍给广大读者，也成了民族学者的重要职责。

普米族是中国具有悠久历史和古老文化的民族之一。普米族自称“普日米”“普因米”“培米”，在普米语中，“普”“培”都是“白”的意思，而“米”意为“人”。所以各地称呼略有不同，但含义皆为“白人”，也含有“纯洁高尚的人”之意。1960年，根据本民族意愿，采用“普米”作为统一的民族名称。旧时汉族先后称普米为“西蕃”“西番”，其与今羌语支所属部分语群同为旧“西番”的组成部分，作为一种民间记忆，云南省兰坪县大部分地区的普米族仍习惯自称“西番”。迁入云南省的普米，在民族识别工作组与族内知名人士协商的基础上，决定取消“西番”这一他称，于1960年改称“普米族”，成为中华民族大家庭的一员。为了更好地保障普米族人当家做主的权利，1987年11月27日，兰坪县被国务院批准

设立为白族普米族自治县，成为全国唯一的普米族参与自治的县。同一时期，宁蒗县设立了翠玉傈僳族普米族乡，普米族人口2 689人（2007年数据）。据2010年第六次全国人口普查数据，全国普米族人口为42 861人。其中有42 043人居住在云南省境内，主要分布在云南省西北部的兰坪、永胜、维西、凤庆、香格里拉等县和宁蒗彝族自治县，兰坪、宁蒗两县普米族人数最多，是普米族的主要聚居地，兰坪县共有31个村为普米族聚居村，23个杂居村。在四川省西南部的木里和盐源两县也有普米人居住。

在本书中，我们着重以兰坪县河西乡箐花村委会为主要对象来介绍普米族的经济社会文化。在2000年，云南大学曾组织调查组对宁蒗普米族的社会文化进行过较为全面的调查，至2008年云南大学决定再次对普米族的传统文化变迁和社会结构调整进行综合调查时，我们决定选择普米族人口更为集中的兰坪作为调查点，并在当地干部群众的推荐下，我们来到了河西乡箐花村委会玉狮场村，这里保存着相对完好的普米族传统文化和良好的生态环境。早在2003年前后，音乐人陈哲就已选择了玉狮场村作为其“土风计划”的试点村寨，建立起文化传习馆，尝试在村寨中对普米族传统文化进行所谓的“活化传承”，随后几年，玉狮场村更是因“保护与发展”的问题而引起了社会各界的广泛关注。此外，在2006年5月8日云南省人民政府公布的《云南省第一批非物质文化遗产名录》中，箐花“普米族传统文化保护区”成为全省27个少数民族传统文化保护区之一，而玉狮场村则是这一保护区的核心区。显然，选择这样一个村寨作为田野点，对于民族学与人类学的研究是具有极大价值的，我们可以在此对学科所关注的诸多问题展开研究与讨论。

我们绝不敢说已经把握了普米族传统文化的精髓，本书中所呈现的也只是普米族社会中较为外显的一些文化形式和社会生活的基本状态。第一章中对普米族的源流和迁徙过程所作的陈述，除了说明民族史和生态环境方面的基本问题之外，也希望读者能够意识到，普米族民族文化的形成和生产生活中的诸多要素与此密切相关；第二章对木楞房的描述，不仅在于其建造技术、房屋格局或功能分区等物质文化层面的内容，更希望展现普米族人在特定空间中的社会文化，包括人伦关系乃至人神关系；第三章对民间艺术，包括“搓搓”（舞）、“哩哩”（歌）、羊头四弦（乐）等内容的介绍，重点不在于对艺术本体的描述，而在于对民间艺术与民族文化和市场环境之间关系的探讨；第四章中描述的吾昔节、清明节、端午节、中元节等节日，是普米族最为重要的节日，民族文化中最为重要的元素都在节

日中一一展现出来，节日也是对日常生活节律的调整；第五章介绍了普米族村寨中较为常见的祭三脚、祭龙潭、祭山神、退口舌仪式，意在阐明普米族人主要的宗教信仰，即祖先崇拜和基于“万物有灵论”的自然神崇拜，并进一步说明这种信仰所具有的社会功能；第六章介绍普米族一个重要的人生礼仪——婚礼，除了对婚姻观念、婚姻形式、婚姻过程进行基本的介绍之外，还希望对普米人社会关系网络的拓展有所展现；第七章介绍普米族的另一个人生礼仪——葬礼，着重叙述其中的“冗肯”（给羊子）仪式，意在阐明普米族社会中尊老爱亲的传统风尚及其被建构和不断强化的缘由；第八章选取了三则在兰坪箐花地区广泛流传的民间故事，探讨普米族民间文学对民族文化和社会生活的阐释方式；第九章为一个附加的，但或许是更为重要的部分，意在通过玉狮场村近十年来的变迁，对中国少数民族地区经济社会发展过程中可能出现的一些问题展开探讨；第十章收录了新中国成立以来普米族的部分优秀人物，作为展示，亦为激励。

以上内容并无法包罗普米族经济社会文化的方方面面，如饮食、服饰等内容并没有独辟专章，只是在相关内容里有所涉及。新近在普米族地区正在发生的一系列社会文化变迁也没法一一展现，如兰坪的产业结构调整、河西乡的民族文化建设等，因我们还在对这一变迁的过程进行持续的观察，待研究有所得时，将以另外的方式向大家汇报。

目录



总序	001
前言	003
第一章 源远流长普米人	009
万水千山走来	010
先祖奠下“老地基”	013
靠山吃山亦养山	017
一年年 一天天	024
第二章 木楞房：人、神共居之所	029
为家人建一座木楞房	031
生活在木楞房中	034
生活的中心：火塘	036
第三章 民间艺术：娱己、娱人与娱神	043
执手联袂跳“搓蹉”	045
怀古述今唱“哩哩”	051
发明传统“羊头琴”	057
第四章 节日：生活的节律与调整	065
“吾昔”过大年	066
清明、“月半”祭亡灵	073
端午“游山会”	083
第五章 祭祀：祖先和神灵荫护下的村庄	087
祭三脚：祖灵庇荫	088
祭龙潭：风调雨顺	094
祭山神：出入平安	098
退口舌：驱灾避祸	100





第六章 用歌声装扮的婚礼 105

婚事中的规矩 106

婚姻的缔结 110

婚礼进行时 113



第七章 离世是回到祖先的身边 121

在亲人的怀中离去 122

亡灵最后的停留 126

在羊子的引领下 129

终将踏上归途 135

诗比也将老去 137



第八章 口耳相传的民族记忆 141

人类起源：日月兄妹 143

祖先崇拜：“给羊子”的来历 146

土地与族群：独石头 149



第九章 玉狮场：一个普米族村寨的现代变迁 153

所谓“一个拒绝道路的村庄” 154

“道路选择”中的玉狮场 158

修路带来的影响 159



第十章 普米族区域自治与优秀人物 169

普米族区域自治 170

普米族优秀人物 172

参考文献 183

图片提供者 184

后记 185



第一章 源远流长 普米人



普米族源出青藏高原，后经漫长的迁徙历史，终定居滇西北地区，主要分布在兰坪、宁蒗、维西等地区，与其他民族交错杂居，而在村寨内则多以氏族为单位居住，并奉行严格的“氏族外婚制”。出于游牧民族的传统习俗，加之滇西北的地理环境特征，普米族多居于半山缓坡地带，并在定居之后逐渐形成了耕牧并重的生计方式，在一年年、一天天的生产生活中，创造出与生态环境和谐共生的民族文化传统。