

走近中国少数民族丛书

主 编/ 丹珠昂奔

# 阿 昌 族

Achángzu

们发延 张斯齐 著

阿昌族居住地域，大约东起云南省大理白族自治州，北抵怒江傈僳族自治州，西至德宏傣族景颇族自治州与缅甸接壤。这里高黎贡山和怒山余脉纵贯南北，澜沧江和怒江顺山势蜿蜒南下，形成山脉与河流相间，高山峡谷区和山间盆地交错，属亚热带湿润区。



辽宁民族出版社



国家出版基金项目

中国少数民族文学艺术出版工程



走近中国少数民族丛书

主编/丹珠昂奔

# 阿昌族

Achangzu

们发延 张斯齐 著



辽宁民族出版社

© 们发延 张斯齐 2014

图书在版编目(CIP)数据

阿昌族 / 们发延, 张斯齐著. — 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 978-7-5497-0929-8

I. ①阿… II. ①们… ②张… III. ①阿昌族 — 民  
族历史 — 中国 ②阿昌族 — 民族文化 — 中国 IV. ①  
K286.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第310510号

走近中国少数民族丛书·阿昌族

ZOUJIN ZHONGGUO SHAOSHUMINZU CONGSHU·ACHANGZU

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: 沈阳市北陵印刷厂有限公司

幅面尺寸: 170mm×240mm

印 张: 10

字 数: 150千字

出版时间: 2014年12月第1版

印刷时间: 2014年12月第1次印刷

责任编辑: 李凤山 吴昕阳 金顺玉

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 978-7-5497-0929-8

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.lnmzcbbs.com](http://www.lnmzcbbs.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](http://lnmz2013.taobao.com)



阿昌族居住地域，大约东起云南省大理白族自治州，北抵怒江傈僳族自治州，西至德宏傣族景颇族自治州与缅甸接壤。这里高黎贡山和怒山余脉纵贯南北，澜沧江和怒江顺山势蜿蜒南下，形成山脉与河流相间，高山峡谷区和山间盆地交错，属亚热带湿润区。

## 《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 阿昌族历史   | 011 |
| 族称族源        | 012 |
| 反帝反封建斗争     | 014 |
| 第二章 阿昌族经济生活 | 019 |
| 农业与手工业      | 020 |
| 民间医药        | 027 |
| 交通运输        | 028 |
| 居住          | 029 |
| 第三章 阿昌族宗教信仰 | 033 |
| 原始宗教        | 034 |
| 小乘佛教        | 041 |
| 道教          | 045 |
| 第四章 阿昌族人生礼仪 | 047 |
| 婚姻          | 048 |
| 家庭          | 054 |
| 家族组织        | 055 |
| 生育          | 056 |
| 丧葬          | 060 |





## 第五章 阿昌族服饰 ..... 065

服装 ..... 066

头饰 ..... 071

腿饰和服装佩饰 ..... 073

银首饰和镶牙套 ..... 075



## 第六章 阿昌族饮食 ..... 079

主食、副食和饮料 ..... 080

进餐习俗和饮食礼仪 ..... 084

燃料、炊具和餐具 ..... 087



## 第七章 阿昌族节日 ..... 089

窝罗节 ..... 090

会街节 ..... 091

尝新节 ..... 093

火把节 ..... 094

浇花水节 ..... 094

阿露窝乐节 ..... 095

其他节日 ..... 096



## 第八章 阿昌族文学艺术 ..... 101

民间文学 ..... 102

艺术 ..... 109



## 第九章 阿昌族教育体育娱乐游戏 ..... 117

民间传统教育和现代学校教育 ..... 118

民间体育活动 ..... 119

娱乐游戏 ..... 123



## 第十章 阿昌族民族乡 ..... 127

户撒阿昌族乡 ..... 128

曩宋阿昌族乡 ..... 132

九保阿昌族乡 ..... 135



## 第十一章 阿昌族人物 ..... 139

传说人物早慨 ..... 140

爱国忠臣左孝臣 ..... 140

劳动模范曹依秀 ..... 140

民族上层人士赵启国 ..... 141

革命老前辈项老佐 ..... 141

抗日名将赵安顺 ..... 142

民兵模范们生祥 ..... 142

全国民族团结进步先进个人赵家培 ..... 143

左绍钧 ..... 143

穆光荣 ..... 144

银恩铭 ..... 144

先进工作者雷翁团 ..... 145

“巾幗建功三八红旗手”孙春兰 ..... 146

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 气象学科带头人闫敬华 .....    | 146 |
| 德艺双馨中青年艺术家曹先强 ..... | 147 |
| 主任医师张益俊 .....       | 148 |
| “活袍”赵安贤 .....       | 148 |
| 民间歌手赵安培 .....       | 149 |
| “户撒两把刀”滕茂芳 .....    | 149 |
| “户撒刀王”项老赛 .....     | 150 |
| 参考文献 .....          | 151 |
| 图片提供者 .....         | 152 |
| 后记 .....            | 153 |

## 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体系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、矛盾多发展期保持社会稳定、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 and 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



### 阿昌族 “水稻之王” 和 “阿昌刀” 的主人

阿昌族，2010年人口为3.96万人。主要聚居在云南省德宏傣族景颇族自治州的陇川县、梁河县，尤以陇川县的户撒，梁河县的九保、曩宋三个阿昌族乡最为集中，此外，在潞西、盈江、龙陵、腾冲、云龙等地也有零散分布。

汉文文献记载，阿昌族有“哦昌”“蛾昌”“峨昌”等读音相近的名称。中华人民共和国成立后，根据本民族的意愿，通称为“阿昌族”。

阿昌族源于古代的氐羌族群。唐代以前氐羌族群逐渐南迁，其中有一支阿昌族的先民南迁到滇西北的金沙江、澜沧江和怒江流域一带。后来，一部分迁至怒江西岸，即古代称作“寻传”的地区，史籍称之为“寻传蛮”。公元13世纪左右，这部分先民南迁定居于今陇川县户撒坝子，另一部分沿大理云龙、保山腾冲一带迁徙，最后定居于梁河地区。

阿昌族居住地域，大约东起云南省大理白族自治州，北抵怒江傈僳族自治州，西至德宏傣族景颇族自治州与缅甸接壤。这里高黎贡山和怒山余脉纵贯南北，澜沧江和怒江顺山势蜿蜒南下，形成山脉与河流相间，高山峡谷区和山间盆地交错，属亚热带湿润区。一年中干湿季节分明，气候温和，全年平均气温在 $18.3^{\circ}\text{C}$ ~ $19.9^{\circ}\text{C}$ ，无霜期长达326天以上，雨量充沛，年平均降雨量在1500毫米左右。江水奔腾湍急，水力资源丰富。纵横绵延的高山上，覆盖着茂密的森林，栖息着马鹿、麂子、獐子、野猪、孔雀、锦鸡、鹌鹑等珍禽异兽。在低洼潮湿的山坳里生长着名贵的中草药材。这里矿产资源丰富，有煤、铁、铜、铝、锡、云母、石墨、硫黄等。山间盆地气温较高，雨量充沛，河谷平坝土质肥沃，适宜各种亚热带农作物生长。

在原始时期，阿昌族先民以采集、狩猎为主要经济活动，后来才逐渐种植谷物，开始了农业生产。《蛮书》卷四有关于“寻传蛮”的记述，“俗无丝绵布帛，披波罗皮，跣足”，“持弓挟矢，射毫猪，生食其肉”，妇女“入山林，采拾虫、鱼、菜、螺蛳等归啖食之”。明清以来，阿昌族经济得到发展，主要从事农业，种植稻、麦、玉米、豆类等，经济作物主要有烟草、茶叶、甘蔗等。水稻不仅品种多，而且质量优，梁河地区的“毫安公”品种，曾号称“水稻之王”。稻谷的种类有大谷、旱谷、白谷、糯谷四种。其中大谷谷壳呈黄黑色，米粒呈红色，为优良品种。阿昌族还善于种植烟草，并长于加工。户撒烟叶肉质厚，烟味醇，加工的烟丝柔软金黄，丝长，有光泽，深受各族群众的欢迎。

阿昌族的手工业较为发达，门类有冶铁、酿酒、榨油、纺织、染色、编制竹器等。冶铁历史悠久，技术高超。其产品以阿昌刀（户撒刀）著称于世，具有“炼极精纯，柔可绕指，剃铁如泥”性能。其品种有背刀（长刀）、腰刀、藏刀、匕首、宝剑等。其中长刀最受滇缅边境各族男子所喜爱，既是显示英武的装饰品，也是农耕伐木的生产工具和防身武器。另外，银器、刺绣、编织品等手工业产品都很有名。

与多山多雨多树木的自然环境相适应，阿昌族的房屋建筑格局多为“一正两厢房”形式，瓦铺盖的双斜面房顶，便于雨水流畅，用木料穿斗镶装成房架和屋壁，用土坯砌成围墙，便于挡风御寒。正房对面或两侧屋下设置畜栏。另外，坝区的房屋也有砖瓦、木石结构的四合院建筑。正屋有三间屋子，两边屋子住人，中间的一间由门厅“屋门”和堂屋两部分组成。堂屋是接待客人和摆桌吃饭以及全家人共同活动的场所，设有“家堂”、烛台、火塘等。正房前面两侧建厢房。厢房一般为两层式楼房，铺木板，楼上住年轻人或者堆放粮食和其他生活资料，楼下为畜栏，有的也把厨房设在厢房下面。一般由20~50户人家组成一个自然村落。村寨依山近水，民居依山势而建，布局错落有致，寨间交通要道一般都是石板或碎石路，往来方便。

阿昌族以大米为主食，辅以薯类、蔬菜和肉类，善用大米制成“米线”而食，有嚼烟的习惯。喜欢吃腌腊肉、干牛肉以及腌菜、腌竹笋等酸性食品。还喜欢喝自酿的米酒和白酒。白酒用糯米饭加甜酒曲发酵制成，味道香甜可口，生津解渴，是一种十分诱人的饮料。男子服饰为蓝、白、黑色对襟上衣，黑色长裤，喜佩腰刀和长刀。已婚妇女穿自织的素色或织花筒裙，穿对襟上衣，包黑布包头。其中，梁河阿昌族已婚妇女的包头造

型高昂雄伟，足有半米多高。未婚妇女穿长裤，上身为浅色对襟上衣，盘辫。逢年过节，妇女们都要佩戴银饰，青年妇女在并排的四颗银钮扣上挂着四根长长的银链，腰间系的银链拴一小银灰盒，还要戴银项圈、银耳环。节日有“窝罗节”“会街节”“火把节”“尝薪节”“浇花水节”等。

阿昌族有许多丰富多彩的口头文学，如歌谣、故事、传说等。《遮帕麻和遮咪麻》是一部创世史诗。叙述了远古的时候，阿昌族始祖遮帕麻和遮咪麻开天辟地，创造人类，教人类耕田种地、纺纱织布、战胜自然灾害的动人事迹，是研究阿昌族古代文学、哲学、社会思想的重要资料。阿昌族喜爱唱山歌。男女青年对唱情歌，往往通宵达旦。

阿昌族的语言属汉藏语系藏缅语族缅语支，分为陇川、潞西、梁河三种方言。无本民族文字，使用汉文。也有不少人懂傣语和景颇语。

阿昌族普遍信仰小乘佛教，陇川县户撒地区几乎每个寨子都有一座“柴房”（佛寺）。此外，万物有灵的原始宗教仍保留在阿昌族日常生活里。

阿昌族人民勤劳勇敢，除了与各族人民一道共同开发了祖国的边疆地区，共同缔造和丰富了祖国的文化之外，千百年来，阿昌族人民对统治阶级的压迫和剥削，多次举行武装起义，进行了不屈不挠的斗争。特别是在19世纪80年代，英帝国主义侵入德宏陇川边境时，以及抗日战争时期，阿昌族人民纷纷参加各族人民组织的武装队伍，驱逐侵略者，捍卫了祖国的边疆，为边疆的巩固和发展做出了贡献。

中华人民共和国成立后，1952年梁河成立了民族民主联合政府，户撒成立了相当于区级的阿昌族自治区，潞西县高埂田、梁河县丙界和关璋成立了三个阿昌族自治乡。20世纪80年代以后，改设曩宋阿昌族乡、九保阿昌族乡和户撒阿昌族乡。通过和平协商和民主改革以及民族乡的建立，扩大了本民族当家做主的权利，推动了社会文化事业的进步与发展。

# 目录



|             |     |
|-------------|-----|
| 总序          | 001 |
| 前言          | 003 |
| 第一章 阿昌族历史   | 011 |
| 族称族源        | 012 |
| 反帝反封建斗争     | 014 |
| 第二章 阿昌族经济生活 | 019 |
| 农业与手工业      | 020 |
| 民间医药        | 027 |
| 交通运输        | 028 |
| 居住          | 029 |
| 第三章 阿昌族宗教信仰 | 033 |
| 原始宗教        | 034 |
| 小乘佛教        | 041 |
| 道教          | 045 |
| 第四章 阿昌族人生礼仪 | 047 |
| 婚姻          | 048 |
| 家庭          | 054 |
| 家族组织        | 055 |
| 生育          | 056 |
| 丧葬          | 060 |





## 第五章 阿昌族服饰 ..... 065

服装 ..... 066

头饰 ..... 071

腿饰和服装配饰 ..... 073

银首饰和镶牙套 ..... 075



## 第六章 阿昌族饮食 ..... 079

主食、副食和饮料 ..... 080

进餐习俗和饮食礼仪 ..... 084

燃料、炊具和餐具 ..... 087



## 第七章 阿昌族节日 ..... 089

窝罗节 ..... 090

会街节 ..... 091

尝新节 ..... 093

火把节 ..... 094

浇花水节 ..... 094

阿露窝乐节 ..... 095

其他节日 ..... 096



## 第八章 阿昌族文学艺术 ..... 101

民间文学 ..... 102

艺术 ..... 109