

中華民族頌

五十六个民族诗书画集

中華民族頌

《中华民族颂——五十六个民族诗书画集》一书历时五个春秋，不仅将五十六个民族的名称巧妙构思成一首诗，而且对每个民族的生产生活、风俗习惯、服装服饰、衣食住行等诸多方面特色进行精心构思，凝炼成内涵精练、诗意明了、朗朗上口的一首首七绝，用最具中国传统特色的隶书和金文进行创作，并配以著名画家刘仁庆先生倾心创作的民族人物肖像，使之成为集诗、书、画于一体的大成之作，图文并茂，雅俗共赏。

张生礼◎编著



黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

中華民族頌

五十六个民族诗画集

中華
民族頌

张生礼◎编著



黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

中华民族颂:五十六个民族诗书画集 / 张生礼编著.
—银川:宁夏人民出版社,2017.5
ISBN 978-7-227-06651-4

I. ①中… II. ①张… III. ①诗集—中国—当代 ②汉字—法书—作品集—中国—现代 ③油画—作品集—中国—现代 IV. ①I227②J121

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 115309 号

中华民族颂——五十六个民族诗书画集

张生礼 编著

责任编辑 何志明 丁丽萍 赵学佳

封面设计 邵士雷

责任印制 肖 艳



黄河出版传媒集团 出版发行
宁夏人民出版社

出版人 王杨宝

地址 宁夏银川市北京东路 139 号出版大厦 (750001)

网址 <http://www.nxpsh.com>

<http://www.yrpubm.com>

网上书店 <http://shop126547358.taobao.com>

<http://www.hh-book.com>

电子信箱 nxrmcbs@126.com

renminshe@yrpubm.com

邮购电话 0951-5019391—5052104

经 销 全国新华书店

印刷装订 宁夏凤鸣彩印广告有限公司

印刷委托书号 (宁)0005123

开本 787 mm × 1092 mm 1/16

印张 14.75 字数 250 千字

版次 2017 年 6 月第 1 版

印次 2017 年 6 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-227-06651-4

定价 98.00 元(精装)

版权所有 侵权必究



张生礼，字绿风，号白马乡人、雍和堂主，博士，研究员，国家一级美术师。中国书法家协会原副主席刘炳森大师的关门弟子。同时，又受教于启功、欧阳中石和沈鹏等书法大师。2013年，获中国书法家协会成立三十周年“特殊贡献奖”。

历任中央国家机关工作委员会紫光阁画院常务副院长兼秘书长，原国家商业部经济消息报社总编。现为中国民族书画研究院院长，中国书法家协会中央国家机关分会副秘书长，中国民族博物馆研究员，北京师范大学、韩国首尔大学、北京科技职业学院客座教授，北京齐白石艺术研究会名誉会长，宁夏齐白石艺术馆馆长，宁夏回族自治区文史研究馆馆员。

其书法作品曾在《人民日报》《中国民族报》《中国书画报》《宁夏日报》等刊物发表，并被人民大会堂、国家博物馆、国家图书馆、毛主席纪念堂、中国收藏家协会、法国卢浮宫等国内外机构收藏。

策划出版过《毛泽东诗词传世墨宝》《伟人毛泽东书法宝典》《祖国颂——奇诗浓墨绘中华》《中南海——奇诗浓墨写春秋》《刘炳森书法艺术》《张生礼隶书百家姓》等图书。

序 言

“五十六个星座五十六枝花，五十六族兄弟姐妹是一家，五十六种语言，汇成一句话，爱我中华爱我中华爱我中华！”

中华民族有着悠久的历史。几千年来，汉族、藏族、蒙古族、回族等五十六个民族的祖先就在祖国大地上自强不息、团结拼搏，共同创造了灿烂辉煌的中华文化，共同建设了幅员辽阔的锦绣河山，共同缔造了统一和谐的多民族国家。在长期发展进程中，我国各民族密切交往、相互依存、互相学习，形成了中华民族多元一体的格局，形成了各具风格的风俗习惯和生产生活方式。

中华民族山河壮美秀丽，风光迷人。东有长白山，南有桂林山水、五指山，西有雪山湖泊，北有内蒙古大草原，中有“五岳”等风光秀美的山水风光。故宫、布达拉宫、江南园林、侗族鼓楼、大理三塔、艾提尕尔清真寺等，积蕴久远，沉淀深厚，辉煌璀璨，美轮美奂，堪称世界建筑艺术瑰宝。

中华民族文化博大精深，源远流长。各民族由于居住地域的不同，生产生活方式和生活习俗的差异，在衣、食、住、行、婚、丧、嫁、娶等方面形成了多姿多彩的习俗文化。在饮食上，“手扒肉”“抓饭”“灌肠”“竹筒饭”“羊肉串”“酥油茶”等都极具民族特色；在服饰上，藏族的藏袍，蒙古族的蒙古袍，傣族的筒裙，苗族的百褶裙，朝鲜族的长裙，回族的小白帽，维吾尔族的四棱小花帽，塔塔尔族的黑白绣花帽，以及用来装饰头部的各种颜

中
華
民
族
頌





色的头帕、头巾、鲜花、羽毛，服饰上所绣的各种花边图案符号等，都独具特色，争奇斗艳；在民族节日上，“火把节”“泼水节”“龙舟节”“开斋节”“古尔邦节”“那达慕”“望果节”等，都是民族特色浓郁的传统节日。

中华各民族能歌善舞，热情奔放。中华各民族在音乐、舞蹈艺术方面，保存着珍贵的传统文化。如蒙古族的“赞歌”、壮族的“排歌”、瑶族的“香哩歌”、侗族的“大歌”、藏族的“谐”和“鲁”等，已成为各民族耳熟能详的经典曲目。各民族的舞蹈更是绚丽多姿，如彝族的“阿细跳月”，苗族、侗族的“芦笙舞”，朝鲜族的“长鼓舞”，傣族的“孔雀舞”，蒙古族的“安代舞”，藏族的“旋子舞”，基诺族的“大鼓舞”等，已成为各民族标志性的文化符号和迎接远方客人的重要礼仪。

这一幅幅丰富多彩、独具民族风格的画面，组成了中华民族这座万紫千红、多姿多彩的百花园，汇聚成了《中华民族颂——五十六个民族诗书画集》。

《中华民族颂——五十六个民族诗书画集》一书历时五个春秋的创作，不仅将五十六个民族的名称巧妙构思成一首诗，而且对每个民族的生产生活、风俗习惯、服装服饰、衣食住行等诸多方面特色进行精心构思，凝炼成内涵精练、诗意明了、朗朗上口的一首首七绝，用最具中国传统特色的隶书和金文进行创作，并



配以著名画家刘仁庆先生倾心创作的民族人物肖像，使之成为集诗、书、画于一体的大成之作，图文并茂，雅俗共赏。

《中华民族颂——五十六个民族诗书画集》是献给伟大祖国的一份贺礼，是献给中华各民族的一份厚礼，是见证中华民族繁荣昌盛的丰碑！这本书的出版是一件很有意义的事，值得庆贺。

中华民族颂

汉藏蒙回维苗彝 (汉族、藏族、蒙古族、回族、维吾尔族、苗族、彝族)

壮满侗瑶朝鲜黎 (壮族、满族、侗族、瑶族、朝鲜族、黎族)

傣佤畲东乡傈僳 (傣族、佤族、畲族、东乡族、傈僳族)

土家高山白布依 (土家族、高山族、白族、布依族)

哈尼哈萨克拉祜 (哈尼族、哈萨克族、拉祜族)

纳西布朗佤佬僳 (纳西族、布朗族、佤族、佬族)

达斡尔草景颇水 (达斡尔族、景颇族、水族)

柯尔克孜土羌溪 (柯尔克孜族、土族、羌族)

锡伯阿昌种普米 (锡伯族、阿昌族、普米族)

撒拉毛南仡佬笛 (撒拉族、毛南族、仡佬族)

塔吉克怒鄂伦春 (塔吉克族、怒族、鄂伦春族)

乌孜别克俄罗斯 (乌孜别克族、俄罗斯族)

塔塔尔京独龙族 (塔塔尔族、京族、独龙族)

门巴珞巴赫哲鹇 (门巴族、珞巴族、赫哲族)

德昂保安鄂温克 (德昂族、保安族、鄂温克族)

裕固基诺展新姿 (裕固族、基诺族)



目 录

(据前诗《中华民族颂》排序)

汉族颂	1	畬族颂	61
藏族颂	5	东乡族颂	65
蒙古族颂	9	傈僳族颂	69
回族颂	13	土家族颂	73
维吾尔族颂	17	高山族颂	77
苗族颂	21	白族颂	81
彝族颂	25	布依族颂	85
壮族颂	29	哈尼族颂	89
满族颂	33	哈萨克族颂	93
侗族颂	37	拉祜族颂	97
瑶族颂	41	纳西族颂	101
朝鲜族颂	45	布朗族颂	105
黎族颂	49	佤族颂	109
傣族颂	53	达斡尔族颂	113
佤族颂	57		



景颇族颂	117
水族颂	121
柯尔克孜族颂	125
土族颂	129
羌族颂	133
锡伯族颂	137
阿昌族颂	141
普米族颂	145
撒拉族颂	149
毛南族颂	153
仡佬族颂	157
塔吉克族颂	161
怒族颂	165
鄂伦春族颂	169
乌孜别克族颂	173
俄罗斯族颂	177

塔塔尔族颂	181
京族颂	185
独龙族颂	189
门巴族颂	193
珞巴族颂	197
赫哲族颂	201
德昂族颂	205
保安族颂	209
鄂温克族颂	213
裕固族颂	217
基诺族颂	221
后 记	225





中华民族龙之乡 甲骨金文开篇章 炎黄子孙孔孟道 四大发明铸辉煌

- **甲骨金文：**甲骨文和金文已有4000多年的历史。甲骨文被认为是汉字的早期形式；金文是指铸造在殷周青铜器上的铭文，也叫钟鼎文。汉字由甲骨文、金文逐渐演变成今天的方块字，共有四万多个。
- **炎黄：**是指炎帝和黄帝。公元前5000年，活动于陕西中部地区的以黄帝为首领的姬姓部落和以炎帝为首的姜姓部落，经常发生摩擦，两大部落爆发了阪泉之战，黄帝打败了炎帝。后两个部落结为联盟，并攻占了周边各个部落，华夏族的前身由此产生。
- **孔孟道：**即孔孟之道，指以孔子、孟子为代表的儒家思想和理论体系。
- **四大发明：**是指中国古代对世界具有很大影响的四种发明，即造纸术、指南针、火药、活字印刷术。四大发明对中国古代的政治、经济、文化的发展产生了巨大的推动作用，这些发明经由各种途径传至西方，对世界文明发展史也产生了极大的影响。

中甲炎四
華骨黃大
民金子髮
族文孫明
龍帝驛孔
之篇孟輝
鄉車道煌

漢族頌張生禮撰書於京華





車季甲寅
中麥金
出黃子
三大道
明鑑輝煌

漢族頌張生禮篆書文書於京華







布达拉宫天地和
藏经藏袍配藏靴
酥油香茶青稞酒
扎西德勒唱赞歌

- **布达拉宫**：在西藏自治区拉萨市玛布日山上。始建于7世纪，为吐蕃赞普松赞干布所建。1645年，五世达赖扩建后始成今日规模。新中国成立后多次进行修葺，1990—1994年又进行大修，占地36万平方米，依山而建，高13层，达117米。布达拉宫分白宫和红宫两部分：白宫包括达赖宫殿、诵经堂、僧官学校；红宫则为历代达赖的灵塔殿和佛堂。宫殿全用花岗岩构筑，为全国重点文物保护单位。
- **藏经藏袍配藏靴**：《大藏经》为佛教经典的总集，简称为藏经。《大藏经》后又被翻译成西夏文、日文、蒙古文、满文等。藏袍、藏靴是藏族男女的主要服饰。
- **扎西德勒**：藏语音译，是藏族人民表示欢迎、祝福吉祥的话，意译为“吉祥如意”。

布 酥 扎
達 經 油 西
拉 藏 香 德
宮 袍 茶 勒
天 配 青 唱
地 藏 裸 贊
和 靴 酒 哥

藏族頌
張生禮
書於京華



力達拉向天地
 麻經麻袍酥
 酥油香茶青稞
 沾白德新唱贊歌

藏族颂 張生禮篆書於亥年

