

中国
文化杂说
五 民族文化卷

中国文化杂说

主编 关立勋



北京燕山出版社

中国文化杂说

民族文化卷

本卷主编 陈梧桐 徐亦亭

北京燕山出版社

责任编辑 洪文雄

装帧设计 阙 明

插 图 王东男

序 言

陈梧桐 徐亦亭

中国民族文化亦称中华文化，系指中国境内各个民族在长期历史实践中所创造的物质财富和精神财富，既包括物质文化，也包括精神文化。诸如生产工具与科学技术的发展应用，生活资料以及为满足精神生活所需的各种物质条件的发展变化，乃至人们的风俗、习惯、伦理、道德、文学、艺术、禁忌、宗教等意识形态，以及与之相适应的各种制度和组织机构，都是其所包涵的内容。

中国自古是个多民族的国家。早在遥远的古代，即已形成众多的民族。后来，由于民族内部或民族之间的经济差异、战争、迁徙、杂居、通婚，以及自然条件、生态环境的变化和周邻民族的影响，各个民族都在经常发生变动、分化，或者与其他民族互相融合。这样，一些旧的民族或发展壮大，或逐渐消失，或迁往域外，一些新的民族又不断形成发展，还有个别境外民族迁入定居而成为中国的民族。经过反复不断的分化、聚合，最后形成现今的 56 个民族，共同组成了我们中华民族的大家庭。

中国领土上活动的古今各个民族，在漫长的岁月里，各自都创造了独特的民族文化，融汇成丰富多彩、辉煌灿烂的中华文化。



植根于黄河流域的汉文化，不仅发育较早，而且长期居于领先的地位，是构成中华文化的主体。

黄河流域大部分地处暖温带，气候温暖，雨水较多，土壤疏松肥沃，动植物资源丰富，便于农耕的发展。汉民族的先民，最早在这里创造出原始的农耕文化。从公元前 21 世纪起，他们相继在黄河中下游建立夏、商、周三个王朝，并在商代出现了发达的青铜冶铸业和相当成熟的文字甲骨文。西周之时，周公“制礼作乐”，确立了宗法制度和分封制度。经过夏、商、周三代的更替与融合，汉族的先民逐渐形成华夏民族的雏型。春秋战国之时，原属南蛮的楚、吴、越人融合到华夏之中，使华夏的活动范围从黄河流域扩大到长江流域。此时虽然礼崩乐坏，但铁器和牛耕技术的广泛应用，却使早先的粗耕农业向精耕农业过渡，并逐渐形成黄河中下游包括关中地区和华北平原、以种植粟黍类作物为主的旱作农耕区，以

及长江中下游和东南沿海地区、以种植稻类作物为主的水田农耕区，从而奠定了中国古代农耕社会的基石。在科技领域，天文历算、物理、生物、农学、医药、建筑等诸多成就，则铸就了中国古代科学技术的基本体系。在文化和思想领域，儒、道、墨、法等诸子百家的争鸣，更奠定了中国古代思想体系的基本框架。

秦汉之时，黄河流域与长江流域实现空前的大统一，建立起统一的多民族国家和封建专制的中央集权制度，以华夏为核心并吸收、融合其他民族成分的汉民族正式形成。汉文化因此获得更好的发展条件，从而跃上新的发展水平。此后，尽管几度出现边疆少数民族入主中原的现象，但汉文化并未停滞或中断。从农业—宗法社会的土壤中生长出来的汉文化，具有坚韧的传统力量。早在先秦时期即已形成的自强不息与厚德载物的精神，使之具有强大的凝聚力和兼容并蓄的恢宏气度，在同周边各族文化及域外各国文化的交流与碰撞中，不仅能够保持自身的传统与风格，并且勇于汲取、消化各族文化和外来文化如佛教、伊斯兰教、基督教文化中的优秀成果，得到充实和发展，而始终保持其先进的地位。

汉文化的许多杰出成就，例如造纸术、印刷术、火药和指南针的发明，农业的精耕细作技术，陶瓷、丝棉纺织技术，工程建筑、天文历算、中医药和兵法理论，以及各种典章制度，在16世纪以前一直居于世界的前列，对人类文明的发展作出了重大的贡献，而受到周边各国的仰慕和效法。世界上一些发育较早的古老文化，后来在历史发展中相继趋于黯淡或毁灭，而中华文化却绵延不绝，不曾中断，这主要应归功于汉文化生生不息的强大生命力。

二

中国各个少数民族的文化，由于各种社会条件，特别是自然地理环境与生产、生活方式的不同，都各具特色和风格。其中，尤以北部和西部民族的文化，更具鲜明特性。中国北部阴山以北、大兴安岭以西地区及西部的青藏高原，多大漠高山，冬长夏短，气候寒冷，无霜期短，降雨量少，大多不适宜农作物的生长。人们便围绕着动物的开发利用，发展狩猎和畜牧业，依天时而动，逐水草而居，创造出独具特色的游牧文化。此外，古代南方山地民族的游耕文化，也有其鲜明的风格。这些少数民族文化，都是中华文化的重要组成部分，对中华文化的发展和繁荣起着重要的作用。择其要者，大抵有如下数端：

第一，在畜牧业生产技术方面，少数民族曾长期处于领先地位。活动在长城以北，甘青以西的游牧民族和川、滇、黔、藏等西南地区的以畜牧为主的少数民族，曾独立驯化和培育了多种牲畜的优良品种，如马、驴、骡、骆驼、牛、羊等，并在畜牧、养殖、渔猎等技术上有不少独特的创造。他们畜养的牲畜和畜产品，通过交流源源不断地输入中原，促进内地交通运输和生产的发展，丰富了人民的生活；他们的畜牧业技术传入中原，推动了内地畜牧业的发展。与此同时，他们的骑射术传入中原，不仅推动赵武灵王实行胡服骑射的军事变革，而且促使汉武帝组建大规模的骑兵集团，使骑兵成为中原王朝军队的重要兵种，从而引发出战术

战法的一系列革新。

第二,在农业生产技术方面,少数民族也有突出的贡献。古代一些从事农耕的少数民族,曾首先培育或引进一些作物的品种,诸如水稻、麦子、高粱、大豆、魔芋等粮食作物,芝麻、红蓝花、苧麻、棉花等经济作物,葡萄、石榴、核桃、西瓜、大蒜、胡荽、胡萝卜、胡葱、姜等瓜果蔬菜。这些作物品种及其栽培技术后来传入中原,很快就被推广开来,有力地促进了内地农业生产的发展。

第三,在手工业生产技术方面,少数民族也有不少的发明创造。如北方与西北少数民族的制毡及毛、棉纺织技术,南方少数民族的棉、麻纺织与蜡染技术等。这些生产技术通过各种渠道不断传入内地,也曾对中原地区的手工业发展产生过重大影响。宋末元初的松江人黄道婆,至海南崖州学习黎族先进的棉纺织技术,返乡后改进棉纺织工具,进而推动江南棉纺织业的发展,就是一个生动的典型事例。

第四,在衣、食、住、行方面,少数民族也有独特的贡献。北方和西北少数民族发明的骑术、胡床、磨面法和胡炊、胡烹等烹饪技术,以及许多少数民族的服饰,传入中原后多为内地居民所效法。中原的居民在商周之时从北狄传入骑术,才学会骑马,改变过出门只能步行或乘车的状况;在汉代从西北少数民族引进磨面法,才开始使用面食,改变传统的饮食结构;在魏晋南北朝时由西北少数民族引进胡床,继而加以改进,创造出桌椅板凳,才改变过去席地而坐的习惯。唐代更是大量引进少数民族的烹饪技术和服装,开元以后的长安,“贵人御馔尽供胡食,士女竞衣胡服”(《旧唐书·舆服志》)。清代满族妇女所穿的旗袍,至今仍为许多民族的妇女所喜爱。

第五,在科学技术方面,少数民族的贡献也很突出。如11世纪维吾尔族学者马赫穆德·喀什噶尔编纂的《突厥语大词典》,不仅是世界上的第一部突厥语词典,而且也是一部反映当时中国新疆和中亚地区社会经济、科学文化、教育、宗教发展状况的百科全书,而受到世人的重视。元代维吾尔族农学家鲁明善著有《农桑衣食撮要》,与官颁的《农桑辑要》、王祯的《农书》并列为元代三大农书;回族天文学家扎马鲁丁创制许多天文仪器,并编制了《万年历》;回族工匠阿老瓦丁与亦思马因以创造回回炮而闻名于当时的欧亚大陆。明代回族航海家马欢所撰的《瀛涯胜览》,记录了航海中的见闻,是一部研究中西交通史的重要著作。清代蒙古族学者明安图主编《律历渊源》、《历象考成后编》与《仪象考成》等书,并写出数学巨著《割圆密率捷法》初稿,成为中国用解析法研究圆周率的第一人。此外,少数民族的医药学也有突出的成就,涌现了许多著名的医药学家。8世纪末,藏族名医宇托·元丹贡布的《四部医典》(藏名《居悉》),长期成为甘、青、川、藏和蒙古等地医病防病的依据和指南。清代蒙古族名医墨尔根·绰尔济,善于治疗外伤特别是骨伤,被时人誉为“当代之华佗”。少数民族的建筑也颇具特色,有着辉煌的成就。西藏营建于公元7世纪、重建于1645年的布达拉宫、以其宏伟雄浑的气势而闻名于世。侗族的鼓楼、风雨桥,也以其精巧别致而为人所称道。许多少数民族的建筑大师,还参加中原王朝都城的建设,如鲜卑人宇文恺、回回人亦黑迭儿丁分别参加了隋新都 and 元大都的规划、设计与工程的领导。

第六,许多少数民族在古代还创造了自己的文字,记载并保存大量的民族文

化遗产。据统计,少数民族的古文字有佉卢文、焉耆—龟兹文、于阗文、突厥文、回鹘文、察哈台文、西夏文、契丹文、女真文、藏文、白文(梵文)、傣文、彝文、东巴文、哥巴文、蒙古文、八思巴文、满文等20种以上,留下了大量的历史资料。其中,仅著名的藏文《甘珠尔》、《丹珠尔》两部大藏经,就收录了4569种著作;而用满文记载的文献现存超过1100种,满文档案更是浩如烟海,仅中国第一历史档案馆即藏有160万册。许多少数民族的史学家,运用本民族的文字撰写出大量历史著作,如藏文的《红史》、《青史》、《西藏王统记》、《西藏王臣记》,蒙古文的《蒙古源流》、《黄金蒙古史》、《蒙古秘史》,白文的《白古通纪》、《玄峰年运志》,彝文的《西南彝志》,傣文的《泐史》,满文的《满文老档》等。

第七,少数民族的艺术成就更是辉煌灿烂。少数民族乐舞很早就传入中原,《文献通考》所载的胡部乐器即传自边疆少数民族,如胡笳、羌笛、羯鼓、腰鼓、横吹、琵琶、三弦、箜篌、唢呐、铜钹等等。西域的音乐舞蹈在魏晋以后大量传入内地,成为隋代七部乐、九部乐和唐代十部乐的重要组成部分。唐代十部乐中,西凉乐、龟兹乐、安国乐、疏勒乐、康国乐和高昌乐均是源出西域的胡乐。西域的乐舞在长安风靡一时,出现了“家家学胡乐”的盛况。少数民族的绘画、雕塑也达到很高的艺术水平。广西花山崖壁画、新疆吐鲁番柏孜克里克千佛洞、云南剑川石窟等,无不反映出少数民族艺术家的高超技艺,赢得了世人的广泛赞誉。

第八,在文学创作方面,少数民族也是人才迭出,成绩斐然。古代鲜卑民歌《敕勒歌》、藏族史诗《格萨尔王传》、柯尔克孜族史诗《玛纳斯》、蒙古族史诗《江格尔传》、维吾尔族叙事长诗《福乐智慧》等,都是长期脍炙人口的名篇,在中国文学史上占有重要的地位。元代回族诗人萨都刺、蒙古族杂剧作家杨景贤、明代回族诗人丁鹤年、清代藏族六世达赖仓央嘉措、满族诗人纳兰性德、维吾尔族诗人那扎尔的创作,都有很高的成就。清代满族作家曹雪芹写作的《红楼梦》,更把中国长篇古典小说的创作推向高峰,成为世界文学宝库的瑰宝。

第九,在哲学和宗教文化等方面,少数民族的贡献亦不可低估。明代杰出的回族思想家李贽,以其大量的论著和讲学,公开向封建统治秩序挑战,反对道学家宣扬的道统以及传统的是非观和男尊女卑观念,虽然最后被迫害致死,但却受到后人的崇敬。清初回族学者刘智,曾撰写《天方性理》一书,将伊斯兰教神学与儒家性理之学相结合,推动了中国伊斯兰教的发展,是伊斯兰哲学的重要著作。彝族哲学著作《宇宙人文论》,以朴素的唯物观解答了各种自然现象,在中国哲学史上占有一定的地位。许多少数民族还在宗教的传播和宗教典籍的翻译上作出了重大的贡献。孙吴时代来自西域的支谦,从梵文译出佛经36部;南北朝时龟兹出生的鸠摩罗什译出梵文佛经74部,与真谛、玄奘并称为中国古代三大佛经翻译家;唐代吐蕃的管·法成精通佛学与汉、藏文字,译述佛经23种,包括汉译藏的《贤愚经》等,藏译汉的《般若波罗密多心经》等,推动了佛教文化的传播。藏传佛教格鲁派的创始人宗喀巴,著有《菩提道次第广论》等一百多种著作,对格鲁派的创立和发展起到了重大的作用。

三

汉文化与少数民族文化,在其最初形成之时,都局限于相对固定的地域,带有明显的地域特征。但是,由于中国的各民族很早就形成大杂居、小聚居的格局,随着各地区各民族生产、生活的发展,各族之间便逐步发生经济、政治联系与各种交往,从而推动了民族文化的接触与交流。秦汉统一的多民族国家的形成及其版图的不断扩大,使众多的民族置于一个高度集中的政权管辖之下,更为各族之间的交往与人口的迁徙提供方便的条件,使各族文化的交流得到进一步发展。此后,不论是中原王朝开拓边疆,还是少数民族入主中原,也不论是和平时期还是战争年代,中国境内各民族文化交流的势头不仅始终不减,而且越来越加强劲和频繁。

不同民族的文化,在开始发生接触时,不免要产生不同程度的碰撞和冲突,但由于中国的各民族在经济上存在互相依存的关系,谁也离不开谁,随着时日的推移,它们便会互相适应,进而互相影响,互相吸收,产生互相融合的现象。在这种交流与融合中,汉文化对周边的民族文化具有很强的吸附性,不断汲取各族文化的养料来充实和丰富自己,同时又具有较强的辐射性,对周边各族文化的发展产生了很大的影响和促进作用。

在生产技术的交流方面,汉文化在不断吸收少数民族的畜牧业技术,移植他们培育、引进的作物品种的同时,也把自己的牛耕和精耕细作等农业技术,广泛地传播给周边各族,使农业圈逐步向游牧、狩猎地区拓展。汉文化还积极吸收少数民族的毛、棉、麻纺织等手工业技术,并将自己的冶铁、制瓷、丝绸、造纸、印刷与火药制造技术广泛传播给各个少数民族,有力地推动了少数民族地区经济文化的发展。

语言文字的交流更是频繁。在历史上,汉语言文字不间断地向周边地区扩散,为越来越多的民族所掌握。有的少数民族从诞生之日起,就直接使用汉语言文字,如回族;有的少数民族虽有自己的语言而没有自己的文字,就使用汉字,如匈奴、鲜卑等,或借助汉字的笔划、字形创制自己的民族文字,如白文、西夏文、契丹文和女真文等;有的少数民族有自己的语言文字,但又通行汉语言文字,后来汉语言文字便逐步取代了本民族的语言文字,如满族等。经过长期的传播,现今汉语言文字已几乎涵盖中国现有的所有民族,成为中华民族通行的一种官方语言文字。当然,汉语言文字本身,也从少数民族语言中汲取了大量词汇,如“饕”、“衿衿”、“茈苢草”来自突厥语,“胡同”来自蒙古语,“妞儿”、“饽饽”、“萨其马”来自满语,等等。

作为汉文化核心的儒学,其传播也极为广泛,影响极为深远。在历史上,不仅汉族建立的中原王朝,依靠政治力量,采用各种手段,向其管辖的少数民族地区强制推行儒学,而且入主中原的少数民族统治集团,也都纷纷“兴制度礼乐,立孔子庙”(《金史·孔璠传》),主动接受儒学的政治伦理理想,作为其立国处世的

思想准则。一些地处边陲的少数民族政权如唐代的回纥、吐蕃、突厥、南诏、渤海，因仰慕中原文化，也积极引进儒学，加以传播。满族建立的清王朝，更是极力推崇、倡导儒学，使其影响遍及于中国的所有少数民族。儒学的广泛传播，对促进中国多民族国家的统一，产生了积极的作用。

音乐舞蹈和文学艺术，在各民族文化交流史上占有突出的地位。汉文化在广泛吸收西域和其他民族音乐舞蹈的同时，也将自己的音乐舞蹈传播给其他民族。如魏晋时期形成的“相和大曲”即传入西域，西域乐人便借鉴它的曲调，在其民族乐曲的基础上创作了“西域大曲”。汉文化还从少数民族文学中吸收了许多有益的东西，如土家族首创的“竹枝词”的文学形式，即被汉族文人移植到汉文学之中；而许多少数民族作家的创作，则从汉文学中吸收了大量的养料，如曹雪芹创作的《红楼梦》就借鉴了汉文学中长篇古典小说和诗词创作的许多成功经验。京剧的形成和发展，更是凝聚了汉、满、回等各族表演艺术家的大量心血。至于绘画雕塑艺术，这种双向交流的情况也十分突出，甘肃敦煌莫高窟与四川大足石窟中的绘画雕塑，将西域民族与汉族的艺术风格熔为一炉，是少数民族艺术与汉族艺术交流的结晶。

在科学技术上，“汉化”与“胡化”的双向交流也十分普遍。例如天文历法，汉族历法在吸收回回历法许多成果的同时，又对少数民族的历法产生很大的影响。历史上许多少数民族的历法如高昌、回鹘、西夏、辽、金的历法皆仿效汉族历法，傣族的历法则吸收了汉族夏历中的干支纪时方法，藏族的历法以阴阳五行配以十二地支纪年，亦与汉族历法以十天干配以十二地支纪年的方法相似。再如汉族的医药学，一方面吸收乌桓的艾灸术、回回的医药等，另一方面又以其独创的医学理论、诊断治疗方法、药物炮制技术，对许多少数民族的医药学产生积极的影响，无论是蒙医、藏医，还是朝医、维吾尔医，都吸收了汉医药学的优点和长处。

经过长期反复的交往与融合，中国各民族的文化互相影响，互相吸收，你中有我，我中有你，取长补短，彼此促进，最后形成以汉文化为主干的、融汇其他民族文化的中华文化。因此之故，中国各民族的文化，既有其独特的个性，又有着明显的共性，中华文化便呈现出既丰富多彩而又和谐统一的风貌。

四

光辉灿烂的民族文化，是我们的一份宝贵遗产，也是我们滋养民族生存、激发民族精神、增进民族团结、维护祖国统一、推动民族进步的巨大财富。当前，全国各族人民正在积极进行具有中国特色的社会主义现代化建设，将这份丰厚的民族文化遗产介绍给广大读者，加以批判的继承，无疑是一件积极有益的工作。

本民族文化卷，是《中国文化杂说》系列丛书中的一卷。由于汉文化在丛书的其他各卷将有较多的论说，所以本卷主要侧重于少数民族文化的介绍。全卷共分四个部分 13 个方面的内容。

一是介绍某个民族的历史源流和制度文化。如《汉族源流概说》、《满族与八旗》，简略叙述中国主体民族汉族的渊源与形成过程，及对满族历史文化起着重要作用的八旗制度。

二是介绍某些民族区域文化及其与汉文化的交流。如《古代游牧民族文化掠影》、《古代中原和西域》、《粟特人的入华与消融》、《西南民族文化古今谈》、《雪域文化漫谈》，叙述了古代北方和西部粗犷雄浑的游牧民族文化，西南地区绚丽多姿的多民族文化，雪域高原神秘独特的佛国文化，以及这些文化与中原汉文化的交流。

三是综合性地叙述少数民族文化中的服饰、器乐、语言文字和各种禁忌。如《中国少数民族服饰文化》、《中国少数民族器乐谈薮》、《中国少数民族语言文字》、《中国少数民族禁忌》。

四是概述古代中华民族和中华文化的融合现象。如《中华民族交融趣谈》、《中国民族古代文化杂谈》。

对于浩如瀚海的中国民族文化来说，读者眼前所展现的仅是沧海一粟。这四个部分 13 个方面内容的选择，作者撰写视角的得当与否，都有待于读者的指点与评说。参与本卷撰写的作者，有的是在民族文化研究方面颇有造诣并有一定著述的专家，有的是对民族文化见解新颖的青年学者。在此，我们仅向广大的读者和辛勤的作者，致以深切的谢意。

1996 年 9 月 1 日于北京

目 录

序言	陈梧桐 徐亦亭
----------	---------

汉族源流概说

徐亦亭

一、汉族族称的由来	1	5. 楚人对长江中游的开发	22
1. 汉人得名于汉代封建中央王朝	2	6. 秦人“和西戎”及华夏统一	25
2. 汉族有近五千年绵延不绝的历史	3	四、汉人得名和汉族古代共同体的壮大	31
二、传说时代汉族先民的多元起源	4	1. 汉人共同体的稳定发展	31
1. 汉族创世神话的意蕴	5	2. 汉人和北方匈奴等族的融合	33
2. 沿江河流域不断垦耕的炎帝神农氏	6	3. 汉人通西域及与氐羌的交融	35
3. 由半农半牧转入农耕的黄帝轩辕氏	7	4. 汉人和东南沿海越人的相融	36
4. 以蚩尤为首的狩猎部落融入炎黄族体	8	5. 汉人在岭南和西南夷的融合	38
5. 传说时代汉族先民世系概略	9	6. 魏晋南北朝黄河流域汉人的壮大	40
三、华夏兴起和汉族古代族体发展	10	7. 汉人在江南开发和唐代汉文化外传	45
1. 夏人是最早循国号指称的汉族先民	11	五、汉族的稳定发展和地域文化	48
2. 商人的嫡庶制和史巫文化	13	1. 多民族政权下的汉人	49
3. 周人的宗法制和华夏的兴起	14	2. 元统一后的汉人	52
4. 越人在东南沿海的开拓	18	3. 明清时的汉人意识和满汉民族交融	55
		4. 近代汉族地域文化的形成	58

粟特人的人华与消融

——唐代入华的昭武九姓

李鸿宾

一、唐代以前的粟特人	62	2. 粟特人在西州	72
1. 粟特人与月支人	62	3. 西州的商胡	73
2. 粟特人在河中的分布	63	4. 敦煌的粟特人	74
3. 粟特人的经商	64	5. 凉州的粟特人聚落	75
4. 其他的生产活动	65	6. 萨宝与袄祠	77
5. 粟特人的宗教信仰	65	7. 六胡州	78
6. 袄教传入内地	66	8. 九姓胡与沙陀人	81
7. 袄教对内地的影响	67	9. 长安的昭武九姓人	82
8. 粟特人的东迁	68	10. 洛阳的昭武九姓	85
9. 汉代以后粟特人的东迁	69	11. 昭武九姓人的职业	86
10. 塔里木盆地周围的粟特人聚落	70	12. 昭武九姓人的婚姻	87
二、唐代粟特人的入华	71	13. 昭武九姓人的汉化	88
1. 粟特人进入唐朝	71	14. 余论	90

古代中原与西域的关系

施恋林

一、张骞凿空与西汉对西域经营	91	五、宋辽金时期西域的发展	102
二、班超与西域	94	六、蒙古对西域的征服	103
三、魏晋南北朝时期的中原与西域的关系	99	七、明代西域的变迁	105
四、大唐帝国统治下的西域	101	八、清代统一西域	108

古代游牧民族文化掠影

关 铭

一、塞种的风采	114	四、古丝绸之路上的游牧民族	132
1. 荒凉沉寂的塞人古墓	114	1. 车师人与吐鲁番绿洲	132
2. 无奈的南迁	116	2. 吐火罗人与龟兹文明	134
3. 陨落的辉煌	116	3. “汉乌联盟”形成的前前后后	136
二、马背上的匈奴帝国	118	4. 柔然与哒哒	138
1. 冒顿杀父立国	118	五、雄极一时的突厥人	139
2. 万里长城的诉说	120	1. 突厥先世与传说	139
3. 昭君出塞	122	2. 遍及草原的突厥石人像	141
4. 汉匈楼兰之争	123	3. 突厥与伊斯兰文明	141
5. 北匈奴西迁	124	4. 突厥物质文化透视	143
三、渴望农耕文明的鲜卑人	126	六、从漠北草原来到火焰山下的回鹘人	144
1. 鲜卑人的摇篮	126	1. 崛起于漠北草原	145
2. 拓跋部的迁移与汉化	126	2. 火焰山下的高昌回鹘	146
3. 吐谷浑与阿干之歌	129	七、跃马纷争威震八方的蒙古族	148
4. 吐谷浑人与丝绸之路“河南道”	130	1. 蒙古人的崛起	148
5. 中国·汉人的另一个名字 ——拓跋和桃花石	132	2. 西征与“四大汗国”的建立	149
		3. 丰富多彩的游牧生活	151

满族与八旗

奇文瑛

一、满族的形成与八旗的创建	153	2. 满族文化的全面发展	163
1. 女真统一	153	3. 满族族体的进一步发展	170
2. 牛录·八旗·满族	154	四、八旗制度的变化	173
二、八旗制度的完善与满族的发展	157	1. 八旗中封建专制集权的确立	173
1. 进入辽沈	157	2. 军事职能的加强	175
2. 蒙古八旗	157	五、八旗的生计问题与八旗的衰落	176
3. 汉军八旗	159	1. 八旗的生计问题	176
4. 新满洲	160	2. 八旗内部矛盾的激化	178
三、满族成为统治民族及其全面发展	161	六、满族的新生	179
1. 满族成为全国的统治民族	162		

西南民族文化古今谈

于希谦

一、探索西南民族文化的奥秘	181	3. 诗性的智慧与科学方法的区别	211
1. 西南民族文化的地理位置	181	4. 西南原著民族传统信仰习俗的几个特点	212
2. 壮丽的山河与古老的居民	182	五、人神合一与图腾崇拜	213
二、生态环境与民族分布	184	1. 中国的远古传说与西南文化的联系	213
1. 垂直分布——29个民族与29层“大厦”	184	2. 图腾时代的传说与遗俗的寓意	215
2. 丰富多样的自然资源为何汇聚西南一隅	188	六、“绝地天通”与民间传统组织的产生	218
3. 改造环境的早期实践与西南地区的文化曙光	189	1. 苗族先民的神话传说与鼓社组织	218
三、西南地区少数民族民间历法与岁时礼俗	191	2. 彝族先民的神话传说与家支组织	220
1. 藏缅语族各民族岁时礼俗	191	3. 哈尼族先民的神话传说与建寨礼俗	223
2. 孟高棉语族各民族岁时礼俗	198	4. 其他民族神话传说与民间风俗简介	224
3. 苗瑶语族各民族岁时礼俗	200	七、人与自然关系和民族文化的继承发展	228
4. 壮侗语族各民族岁时礼俗	202	1. 食物链的规律和解决人与自然关系的途径	228
四、西南少数民族先民认识世界的方法探秘	206	2. 外迁游徙寻找吃和穿	228
1. 用科学经验观点谈前人的认识方法	206	3. 生产习俗的演变	229
2. 诗性的智慧与朴素的整体观	208	4. 西南民族文化的继承与发展	231

雪域文化漫谈

岗 措

一、喜马拉雅山的隆起	236	十二、藏传佛教各种派别的形成	250
二、吐蕃人的形成	237	十三、彻底的出世者米拉日巴	253
三、神奇的天梯神话	238	十四、风云人物颇罗鼐·索南多杰	255
四、强大的雅砻部落	239	十五、朵喀夏仲·次仁旺杰与长篇小说《旋努达美》	256
五、松赞干布的传说	240	十六、丹增班觉的寓言小说《猴鸟的故事》	257
六、创制藏文	242	十七、藏族酒歌与酒文化	258
七、军政区域、官吏职责及法律法规	242	十八、拉萨“会打架”的风筝	260
八、迎娶文成公主	243	结束语	261
九、原始宗教与外来宗教间的激烈斗争	245		
十、莲花生大师	246		
十一、佛教与吐蕃王朝的全面崩溃	248		

中国少数民族服饰文化

刘 军

一、中华民族多元服饰格局的形成	265	1. 纺织工艺	310
二、绚丽多姿的少数民族服装	267	2. 印染工艺	314
1. 功能型的袍式服装	267	3. 刺绣工艺	315
2. 复杂多变的上衣	271	4. 鞣皮制革工艺	316
3. 肥瘦短长的裤子	277	5. 雕镂锻打工艺	317
4. 异彩纷呈的裙子	279	五、少数民族服饰的基本特征	317
5. 样式繁多的各种帽子	283	1. 民族性特征	317
6. 头巾和头帕	288	2. 区域性特征	319
7. 脚的防护与装饰物——鞋靴和 袜子	291	3. 时限性特征	321
8. 手的防护与装饰物——手套	296	4. 性别与职业性特征	323
9. 美观实用的各色绑腿	296	六、少数民族服饰与人文环境的关系	323
三、琳琅满目的少数民族首饰	297	1. 民族服饰与地理环境	323
1. 头饰	297	2. 民族服饰与生产方式	324
2. 项饰	304	3. 民族服饰与生产力水平	325
3. 胸饰	305	4. 民族服饰与审美心理	325
4. 背饰	306	5. 民族服饰与民族历史	326
5. 腰饰	306	6. 民族服饰与政治制度	328
6. 手饰	309	7. 民族服饰与宗教信仰	329
7. 脚饰	310	8. 民族服饰与礼仪禁忌	331
四、源远流长的少数民族服饰工艺	310	七、中华民族服饰的交汇融合与发展变化	331

中国少数民族乐器谈薮

袁炳昌

一、中国少数民族乐器概况	334	4. 说吹叶	357
1. 乐器分布	334	5. 鼻孔吹出佳音来	362
2. 乐器与人民生活	335	6. 芦笙、葫芦笙、葫芦丝之比较	363
3. 乐器名称	338	7. 说羌笛	364
4. 乐器形制特色	341	8. 从苗笛谈起	366
5. 乐器演奏特色	342	9. 说侗笛	368
6. 乐器演变轨迹	343	10. 龠考	369
7. 乐器的分类	344	11. 少数民族的乐队编制	371
二、中国部分少数民族乐器	348	12. 芦笙和芦笙乐队	373
1. 满族乐器	348	13. 土家族的花锣鼓	374
2. 广西的民族乐器	352	14. 丽江纳西族洞经音乐	376
3. 东南沿海乐器和民族文化交流	355	15. 宗教和少数民族民间音乐及其他	377

中国少数民族语言文字

陈其光

一、中国少数民族语言文字及其研究	379	4. 阿尔泰语	398
1. 中国语文总览	379	5. 南岛语	400
2. 古籍记载中的少数民族语言文字	381	6. 其他语言	402
3. 外国人的研究和活动	384	三、少数民族文字	405
4. 现代学者的研究	386	1. 古文字	405
5. 新中国的民族语文工作	389	2. 传统的通行文字	408
二、少数民族语言	392	3. 未推广的文字	411
1. 藏缅语	392	4. 拉丁字母新文字	414
2. 苗瑶语	394	5. 未释读的文字	416
3. 壮侗语	396		

中国少数民族禁忌

孙 懿 李大龙

一、各具特色的生产禁忌	419	1. 恋爱及通婚范围中的禁忌	439
1. 农业生产的禁忌	419	2. 订婚和结婚礼俗中的禁忌	441
2. 畜牧生产的禁忌	423	3. 与生育有关的禁忌	447
3. 与狩猎有关的禁忌	424	四、反映民族文化的丧葬禁忌	449
4. 渔业生产的禁忌	428	1. 北方少数民族的丧葬禁忌	449
二、千差万别的生活禁忌	429	2. 南方少数民族的丧葬禁忌	452
1. 奇特的饮食禁忌	429	五、影响深远的宗教禁忌	456
2. 有趣的居住禁忌	430	1. 与原始崇拜有关的禁忌	456
3. 与出行、社交有关的禁忌	432	2. 与宗教有关的禁忌	458
4. 不同的节日禁忌	437	六、结束语	460
三、寓意深刻的婚俗禁忌	438		

中华民族交融趣谈

林理炯 马 捷 陈建勇 刘宝胤 黄 河

一、团结进步——中华民族之魂	461	12. 隋帝两代促民族团结	470
1. 华夏·中华·中国	461	13. 汉藏联姻，千古佳话	472
2. 赵武灵王胡服骑射	462	14. 唐蕃会盟知多少	473
3. 赵佗和岭南的开发	462	15. 唐代蕃将巩固边防之功	474
4. 万里长城万里长	463	16. 唐代西域人恋居长安	475
5. 第一次统一草原的冒顿	464	17. 中国和汉人的别称“契丹”	475
6. 昭君和亲见识高	465	18. 女真人和汉人融为一体	476
7. 通西域第一人——张骞	466	19. 忠顺夫人团结蒙汉	477
8. 投笔从戎经营西域的班超	467	20. 维护民族团结的释迦也失	478
9. 羯人政治家石勒	468	21. 顺治在北京会见达赖	479
10. 吕光使西域，罗什译佛经	469	22. 康熙统一台湾的大将施琅	480
11. 大胆改革的北魏孝文帝	470	23. 岳钟琪与第一次金川之役	481

24. 《马术图》与民族团结盛会	482	8. 岩石上的历史	495
25. 重视少数民族语文的乾隆皇帝	483	9. 棉花传入中原及其推广	496
26. 土尔扈特重返祖国	484	10. 说羊	496
27. 天安门的设计者蒯祥	485	11. 青藏高原之舟——牦毛	497
28. 北京的藏传佛教寺庙雍和宫	486	12. 说笛	498
29. 孙中山推翻帝制建立共和	487	13. 西汉时期的角抵百戏	498
30. 团结进步的象征——民族文化宫	488	14. 胡汉服饰美，盛唐尚服妖	499
二、你中有我、我中有你的经济文化大融合	489	15. 孔雀之乡的古代居民	500
1. 各族共创的古代农业经济	489	16. 白族与石钟山石窟	501
2. 荟萃古代民族特产的商路	490	17. 由契丹人从回鹘引入中原的西瓜	502
3. 古代仪仗队中的建鼓舞	492	18. 炊饼、馒头和胡饼	502
4. 盛唐的帷帽	492	19. 古代少数民族科学文化成就	503
5. 历代的“茶马互市”	493	20. 元朝对中华民族历史的贡献	503
6. 康熙亲政与清制封建化	494	21. 蒙古族数学家明安图	504
7. 左宗棠与“左公柳”	495	22. 曹雪芹和他的《红楼梦》	505

中华民族古代文化杂谈

李清和

一、汉文化在中华民族文化中的主导作用	508	1. 少数民族不断为汉文化注入新血液	539
1. 原始祭祀与文化	509	2. 发展汉文化的生力军	541
2. 儒学在汉文化中的主导地位	513	3. 输入外来文化的使者	543
3. 汉语文的主体作用	516	4. 创造具有地区特色的民族文化	545
4. 易学对汉文化的指导作用	518	5. 创造具有本民族特色的文化	549
二、古代汉文化的主要成就	520	四、历史上各民族间的文化交流	551
1. 哲学	520	1. 发展交通	552
2. 史学	522	2. 贡使往来	552
3. 文学艺术	524	3. 和亲与各民族间的通婚	553
4. 法学	528	4. 移民实边	554
5. 科学技术	530	5. 羁縻政策	554
6. 中华古代汉文化的世界影响	536	6. 文化交流的梗概与相互影响	555
三、少数民族文化对中华文化的卓越贡献	539		