

民族常识

【团结 进步 平等】



湖南少年儿童出版社

民族常识

【团结 进步 平等】



湖南少年儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

民族常识 / 鲁良编写. — 长沙: 湖南少年儿童出版社, 2006.1
ISBN 7-5358-2854-X

I. 民... II. 鲁... III. 少数民族—概况—中国—少年读物 IV. D633.3-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 151223 号

责任编辑: 陈思宇

装帧设计: 林建平 质量总监: 郑瑾

出版人: 彭兆平

出版发行: 湖南少年儿童出版社

社 址: 湖南长沙市营盘东路 3 号 邮 编: 410005

电 话: 0731-2220325 (销售部) 2568320 (总编室)

传 真: 0731-2568336 (销售部) 4441084 (综合管理部)

经 销: 新华书店

常年法律顾问: 湖南成光海律师事务所 张晓军律师

印 制: 湖南永州奔腾彩印有限公司

开 本: 850 × 1168 1/32

印 张: 4

版 次: 2006 年 1 月第 1 版 第 1 次印刷

定 价: 4.50 元

版权所有 侵权必究

质量服务承诺: 若发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换
服务电话: 0731-4435613 4435602

《爱我中华》

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
爱我中华
健儿奋起的步伐
爱我中华
建设我们的国家
爱我中华
中华雄姿英发
爱我中华
五十六族兄弟姐妹
五十六种语言汇成一句话
爱我中华



五十六个民族



阿昌族

布依族



白族

朝鲜族



保安族

达斡尔族



布朗族

傣族





德昂族

俄罗斯族



东乡族

鄂温克族



侗族

高山族



独龙族

仡佬族



鄂伦春族

哈尼族





哈萨克族

京族



汉族

景颇族



赫哲族

柯尔克孜族



回族

拉祜族



基诺族

黎族





傈僳族

蒙古族



珞巴族

苗族



满族

仡佬族



毛南族

纳西族



门巴族

怒族





普米族

塔吉克族



羌族

塔塔尔族



撒拉族

土家族



畲族

土族



水族

佤族





维吾尔族

彝族



彝族



乌孜别克族

裕固族



锡伯族

藏族



瑶族

壮族



目 录 Contents →

爱我中华	1
------	---

五十六个民族	3
--------	---

一、民族节日:丰富多彩 各有特色	15
------------------	----

- 1.1 历史悠久的那达慕大会 /16
- 1.2 苍山脚下三月街 /16
- 1.3 隆重热闹开斋节 /17
- 1.4 盛大的古尔邦节 /18
- 1.5 东方的狂欢节——火把节 /19
- 1.6 载歌载舞目脑节 /19
- 1.7 吉祥欢乐泼水节 /20
- 1.8 火光冲天“达努”节 /22
- 1.9 勇敢者的刀杆节 /23
- 1.10 避瘟防疫的五月节 /23
- 1.11 迎送海神的哈节 /24
- 1.12 藏族新年——藏历年 /24
- 1.13 纵情欢歌盘王节 /25
- 1.14 歌的海洋——三月三歌墟 /26

二、礼仪习俗:源远流长 自然古朴	27
------------------	----

- 2.1 回族礼俗 /28
- 2.2 彝族礼俗 /29
- 2.3 景颇族礼俗 /30

目 录

C o n t e n t s

- 2.4 壮族礼俗 /31
- 2.5 藏族礼俗 /32
- 2.6 瑶族礼俗 /33
- 2.7 蒙古族礼俗 /34
- 2.8 佤族礼俗 /34
- 2.9 东乡族礼俗 /35
- 2.10 黎族礼俗 /36
- 2.11 纳西族礼俗 /37
- 2.12 苗族礼俗 /38
- 2.13 维吾尔族礼俗 /40

三、语言文学:博大精深 彰显文明

41

- 3.1 藏族的英雄史诗《格萨尔》/42
- 3.2 蒙古族的英雄史诗《江格尔》/43
- 3.3 柯尔克孜族传记性史诗《玛纳斯》/44
- 3.4 纳西神话叙事诗《创世纪》/45
- 3.5 彝族的长篇史诗《梅葛》/46
- 3.6 苗族的叙事诗《苗族史诗》/46
- 3.7 拉祜族民间创世史诗《牡帕蜜帕》/47
- 3.8 阿昌族民间创世史诗《遮帕麻与遮米麻》/47
- 3.9 瑶族创世史诗《密洛陀》/48
- 3.10 蒙古族史传文学作品《蒙古秘史》/48
- 3.11 维吾尔族的爱情叙事长诗《艾里甫和赛乃姆》/49
- 3.12 土族的民间叙事长诗《拉仁布与且门索》/50
- 3.13 裕固族的民间叙事长诗《黄黛琛》/50
- 3.14 傈僳族民间叙事长诗《生产调》/51
- 3.15 蒙古族叙事长诗《嘎达梅林》/51
- 3.16 傣族的民间故事《召树屯》/52
- 3.17 壮族的民间故事《刘三姐的传说》/53

- 3.18 东乡族的民间故事《米拉尕黑》/53
- 3.19 侗族的民间故事《吴勉的传说》/54
- 3.20 白族的民间故事《望夫云》/54

四、饮食文化:独具风味 享有盛誉

55

- 4.1 赫赫有名满汉全席 /56
- 4.2 藏族青稞酒 /57
- 4.3 赫哲族拌菜生鱼 /58
- 4.4 回族羊眼儿包子 /59
- 4.5 纳西族琵琶肉、米灌肠和胸酸鱼 /60
- 4.6 风味多样的白族美食 /61
- 4.7 彝族砣砣肉、荞粑粑、杆杆酒 /62
- 4.8 苗族酸汤鱼 /63
- 4.9 朝鲜族美食——冷面、米糕、米酒 /63
- 4.10 藏族美食——糌粑酥油茶、巴扎磨古、布鲁 /64
- 4.11 新疆美味名品——羊肉串、手抓饭、馕、拉面 /65
- 4.12 蒙古族美味——奶茶、烤全羊、炒米 /66
- 4.13 云南傣味美食——火烧乳猪、香竹饭、香茅草烤鱼、罗嗦 /67
- 4.14 阿昌族“过手”米线 /68
- 4.15 毛南族美食——毛南饭、酸食、“打边炉”、“鸭酱” /68
- 4.16 白族“三道茶” /69

五、工艺美术:制作精巧 民族奇葩

71

- 5.1 酥油花 /72
- 5.2 蜡染 /73
- 5.3 漆器 /74
- 5.4 土家族织锦 /75

目 录

C o n t e n t s

- 5.5 东巴画 /76
- 5.6 马头琴 /76
- 5.7 刺绣 /77
- 5.8 银饰 /79
- 5.9 阿昌刀 /80
- 5.10 青海塔尔寺壁画 /81
- 5.11 唐卡 /82

六、建筑居所:独具匠心 浑然天成 83

- 6.1 布达拉宫 /84
- 6.2 大理三塔 /85
- 6.3 古今罕见的白塔 /86
- 6.4 蒙古包 /87
- 6.5 珞巴族竹楼 /88
- 6.6 白族民居 /89
- 6.7 侗族风雨桥 /90
- 6.8 哈尼族蘑菇房 /90
- 6.9 傈僳族民居 /91
- 6.10 纳西族民居 /91
- 6.11 达斡尔族民居 /92
- 6.12 黎族船形屋 /92
- 6.13 摩梭民居 /93
- 6.14 羌族的碉楼 /94

七、民族服饰:绚丽多姿 风格各异 95

- 7.1 满族旗袍天下驰名 /96
- 7.2 东乡族服饰受伊斯兰教影响 /96



← Contents 目录

- 7.3 景颇族姑娘腰戴藤篾圈 /97
- 7.4 土族服饰 /98
- 7.5 仡佬族自纺自织自染自缝 /98
- 7.6 瑶族服饰五彩斑斓 /99
- 7.7 布依族服饰集多种工艺技术于一身 /100
- 7.8 基诺族服饰中的“孔明印” /101
- 7.9 傣族衣饰多有孔雀和大象 /102
- 7.10 蒙古族腰带不离身 /102
- 7.11 侗族人穿“侗布” /103
- 7.12 独特的藏族服饰 /104
- 7.13 风格迥异的维吾尔族服饰 /104
- 7.14 风格独特的彝族服饰 /105
- 7.15 水族“水家布”闻名百年 /106
- 7.16 德昂族妇女腰佩数十腰箍 /107
- 7.17 锡伯族满胸挂护心铜镜 /107
- 7.18 赫哲族以鱼皮制衣服 /108
- 7.19 佤族全身挂竹圈 /109
- 7.20 苗族姑娘喜戴银饰 /109
- 7.21 爱穿白衣的朝鲜族 /110

八、著名人物:功勋卓著 彪炳千秋 111

- 8.1 北魏国主孝文帝 /112
- 8.2 “高原之王”松赞干布 /113
- 8.3 “一代天骄”成吉思汗 /114
- 8.4 清圣祖——康熙大帝 /115
- 8.5 “海青天”海瑞 /116
- 8.6 天文历法学家札马鲁丁 /117
- 8.7 航海家郑和 /118

目 录

C o n t e n t s

- 8.8 文学巨匠曹雪芹 /119
- 8.9 农学家鲁明善 /120
- 8.10 兵器制造家丁拱辰 /121
- 8.11 抗日英雄马本斋 /123
- 8.12 共产党人邓恩铭 /124