

神
韵
的
边
地
风
情

体验 云南



体验云南

总策划 邵琪伟
主编 罗明义

EXPERIENCE YUNNAN

Charming Frontier Folklore in Touch

江苏工业学院图书馆
藏书章

神韵的边地风情

云南大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

神韵的边地风情 / 罗明义主编. ——昆明: 云南大学出版社, 2003.9

(体验云南 / 罗明义主编)

ISBN 7-81068-504-X

I.神... II.罗... III.少数民族风俗习惯-云南省-图集

IV.K892.474-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 086191 号

书 名: 体验云南——神韵的边地风情

总 策 划: 邵琪伟

主 编: 罗明义

责任编辑: 纳文汇

整体设计: 刘 雨 丁群亚

电脑制作: 沈世娟 刘 雨

出版发行: 云南大学出版社

社 址: 云南省昆明市翠湖北路 2 号云南大学英华园内(650091)

发行电话: 0871-5033244

网 址: <http://www.ynup.com>

E - mail: market@ynup.com

印 装: 深圳雅昌彩色印刷有限公司

开 本: 787 × 1092 1/16

印 张: 8.5

字 数: 207 千字

版 次: 2003 年 11 月第 1 版 第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-81068-504-X/F · 283

定 价: 210.00 元 (共三册)

《体验云南》编委会

总策划/邵琪伟

主 编/罗明义

副主编/张李昆 袁光翰 左伯俊 施惟达

编 委/余 繁 张永宏 张大运 周永坤

熊晓霞 黄林武 李兴和 丁群亚

撰 稿/杨晓林 杨南鸥

李丽芳 杨海涛

摄 影/ 马文尧	王丽红	木霁弘	方震东	古良辅
田克湧	邢 毅	毕 云	伊 人	刘 卉
刘 斌	刘世昭	刘建华	刘建明	祁 云
许太琴	孙 航	孙继学	苏 云	李 允
李 刚	李 旭	李成生	李跃波	李焕生
李维江	李植森	杨 杰	杨 斌	杨长福
杨发顺	杨克林	杨国清	杨晓林	杨新民
武跃宏	肖依群	吴晓慧	张本聪	张有林
张国训	张国华	张艳秋	张翼飞	陆江涛
陈云峰	陈寿康	陈良忠	陈建华	欧燕生
周德厚	赵 汀	胡娅华	保 麟	侯振耀
弯 豆	姜铭林	祝光荣	姚红磊	贾 云
徐 霁	徐志辉	徐晋燕	高 宏	郭建林
梁昆森	彭建生	韩联宪	程建昆	蒙茂华
廖国忠	樊翹栋			

(以姓氏笔画为序,少量图片由云南省旅游局提供)



序 言

邵琪伟

云南是丰富多彩的。它地处中国西南，在欧亚板块与印度次大陆的接合部，青藏高原南缘，有4000多公里的国境线，分别与越南、老挝、缅甸接壤。因其物种多样性，被世界动植物学界誉称为“地球物种基因库”；因其文化的原生态，受到世界人类学家的关注和青睐，被誉为“人类社会进化的活化石”；同时，也因其土壤为深红色，而被形象地称为“红土地”。

就在这片土地上，演示着与祖国内地一脉相承的文化基因。考古发掘表明，云南不仅是亚洲乃至世界最早的古人类的故乡，而且是中国古老文化的发祥地之一。云南出土的青铜器，证明早在战国和秦汉时期，云南就有了令人叹为观止的文化珍宝。而自1997年丽江古城被联合国教科文组织作为文化遗产列入《世界遗产名录》以来，相继又有2001年，云南剑川的沙溪镇寺登街区入选《世界纪念性建筑遗产保护名



录》；2003年8月，纳西族东巴文献古籍被列入《世界记忆遗产名录》。云南独特而神秘的历史文化正引起世界的关注，成为众多学者、专家和游客寻访的胜地。



云南拥有神奇的自然景观。云南是山的世界，河流的故乡。山水相融，造就了云南以东部喀斯特地貌、北部雪山冰川、西部地热火山、南部热带雨林、中部高原湖泊为主要特征的多样性自然旅游资源。2003年7月，云南“三江并流”区域被联合国教科文组织作为自然遗产列入《世界遗产名录》，这是中国目前面积最大的世界自然遗产和著名的旅游风景名胜区，景区面积达3.4万平方公里。在云南39.4万平方公里的区域内，集中了如此独特的地质地貌、自然景观和珍稀野生动植物物种，这在世界上也是罕见的。

云南是全国民族成分最多的省份。在这片土地上，生活着26个

世居民族。多姿多彩的民族风情构成了云南独特而丰富的人文景观，与神奇的自然景观相融合，展现出“永远的香格里拉”意境，吸引了大量中外游客前来游览和体验。

自然景观、民族风情、地域文化，构成了云南旅游业不可多得的宝贵财富。到目前为止，云南省已有10个国家级风景名胜区，1个国家级旅游度假区，位列全国第三。另有48个省级旅游风景名胜区，8个省级旅游度假区。在此基础上，形成了11条国家级旅游线路和6条精品旅游线路。“不到云南不了解云南，到了云南就爱上了云南”，这是许多到过云南的中外宾客发出的由衷感叹。到2002年，云南省年接待海内外游客已达5200万人次，旅游业总收入290亿元，相当于全省GDP的12.8%，初步实现了从旅游资源大省向旅游经济大省的跨越。

2001年，世界旅游组织和云南省政府联合编制了21世纪初《云南旅游发展总体规划》，确立了云南建设旅游经济强省的发展目标：到2020年，把云南建设成为亚洲乃至世界著名的、最具魅力的国际旅游胜地；年接待海内外旅游者7000万人次，旅游总收入770亿元，相当于全省GDP的15%以上，实现旅游业从优势产业到支柱产业的转变。

为了进一步提升云南旅游的鲜明形象，让更多的海内外旅游者了解云南，我们采用图文并茂的形式编写成这套《体验云南》大型旅游精品丛书。该书内容全面、图片精美，生动地展示了云南特有的奇山异水、奇草异木、奇风异俗和神异的历史文化。《体验云南》将带你漫游这片令人心驰神往的高原世界，这里有看不完的美景，听不完的故事，探不完的神奇。你会惊叹：没到云南，向往云南；来到云南，迷恋云南。

神奇美丽的云南，将为你提供一个异彩纷呈的快乐世界，使你感受到全新的旅游体验。



创造十月太阳历的民族——彝族 /1

- 火把节——彝族的狂欢节 /2
- 赛装节——彝族少女的时装表演 /4
- 打歌——最受欢迎的全球民间舞蹈 /5
- 与玛雅文明相媲美的彝族十月太阳历 /6
- “爬花房”——彝族男女的婚恋 /7
- “跳菜”——彝族的歌舞伴餐 /7
- 土掌房——彝族独特的民居建筑 /8

风花雪月滋润的民族——白族 /9

- “三月街”——白族的集市 /10
- “绕三灵”——白族的狂欢节 /11
- 同一首歌——剑川石宝山歌会 /12
- 三坊一照壁——优雅的白族民居 /13
- “掐新娘”与“抢枕头”——有趣的白族婚俗 /14
- “三道茶”——讲究的白族礼仪 /15
- 大理石——融入自然山水的石头 /15
- 白族扎染——古老的印染工艺 /16

梯田文化的创造者——哈尼族 /17

- 哈尼梯田——蔚为壮观的大地艺术 /18
- 公房、陀螺与哭婚——梯田民族的婚恋习俗 /19
- 长街宴——哈尼村寨的“AA”制 /20
- 蘑菇房——哀牢山中的哈尼民居 /21
- “苦扎扎”节——哈尼族的“假面舞会” /22
- 乐作舞——哈尼族的交谊舞 /23
- 穿短裤的少女——奕车姑娘的服饰 /24
- “阿巴多”——爱情的盛宴 /24

崇拜铜鼓的民族——壮族 /25

- 一生中有5个名字的壮族男子 /26
- 铜鼓舞——壮族历史的再现 /27
- 花街与“红绳示爱”——壮族的婚俗 /28
- 壮锦——壮民族的艺术纺织品 /29
- 邱北辣子、八宝米和三七炖鸡——壮乡特产 /30

与水相融的民族——傣族 /31

- 泼水节——傣族水的祝福 /32
- 从“串姑娘”到“拴线礼”——傣族婚俗 /33
- 贝叶经——刻在树叶上的经书 /34

- 傣家竹楼——“诸葛亮的帽子” /35
- 贺新房——傣族的乔迁之喜 /36
- 傣族“比基尼”——色彩斑斓的花腰傣服饰 /37
- 佛寺——傣族少年的“学堂” /38
- 象脚鼓舞与孔雀舞——多姿多彩的傣族歌舞 /39
- 香竹饭——风味独特的傣味佳肴 /40

浓墨重彩的民族——苗族 /41

- 芦笙——苗族的“铜管乐” /42
- 踩花山——苗族的狂欢节 /43
- “串月亮”与“三步路”——有趣的苗族婚俗 /44

开拓进取的民族——回族 /45

- 清真寺——回族集会和宗教活动的场所 /46
- 开斋节——斋戒结束的节日 /47
- 古尔邦节——宰牲敬主的日子 /48

勇敢热情的民族——傈僳族 /49

- 刀杆节——傈僳族勇士的节日 /50
- 阔时节——傈僳族的“春节” /51
- “春浴”——大峡谷中的澡塘会 /52
- “来苏”——无字的情书 /52
- 以黄牛作聘礼的姑娘——傈僳族的婚俗 /53
- 感情深一口闷——傈僳族的“同心酒” /54
- 嚼烟——傈僳族的“口香糖” /54

口弦传情的民族——拉祜族 /55

- 蕴含历史的拉祜族服饰 /56
- 哈巴节——献给“月亮神”的礼仪 /57
- 拉祜山寨结婚调 /58

敲木鼓的民族——佤族 /59

- 佤族木鼓——从祭坛走向乐坛 /60
- “梳头”——佤族青年男女的婚恋习俗 /61
- 大房子——佤族酋长的“宫殿” /62
- 甩发舞——佤族女性美的张扬 /63
- 佤族对水牛的崇拜 /64

沿用“象形文字”的民族——纳西族 /65

- 东巴文——世界上惟一沿用的象形文字 /66
- 纳西古乐——古代音乐的“活化石” /67
- “披星戴月”——纳西妇女的服饰 /68

- 东巴教——纳西族亲和自然的仪式 /69
- 三朵节——纳西族的传统节日 /70
- 窝热热——生命的狂欢 /70
- 纳西民居——富有诗情画意的建筑艺术 /71
- 窖酒与粑粑——丽江传统风味美食 /71
- 走婚——母系王国的“阿夏”婚姻 /72
- “穿裙礼”——摩梭少女的青春庆典 /73
- 转山——摩梭人的“女神节” /73
- 木楞房——松木垒成的摩梭人房子 /74
- 酥里玛酒和猪膘肉——风味独特的摩梭人饮食 /74

服饰鲜明的民族——瑶族 /75

- “度戒”与“牛达”——瑶族男女的“成年礼” /76
- 从“对歌”到“谈婚洞”——奇特的瑶族婚恋 /77
- 马尾帽——瑶族男人的“绝活” /78

创造大型歌舞的民族——景颇族 /79

- “目瑙纵歌”——景颇族的大型歌舞 /80
- “数家谱”——景颇族的婚恋习俗 /81
- “日恩途”——景颇男子的长刀 /82

生活在香格里拉的民族——藏族 /83

- 香格里拉——梦中的追求 /84
- 赛马节——英雄驰骋的节日 /84
- 转经——神秘的宗教朝觐之旅 /85
- 碉楼——藏式民居 /86
- 弦子舞与锅庄舞——最具藏族特色的歌舞 /87
- 酥油茶——藏族的“茶道” /88

以月为姓的民族——布朗族 /89

- 按月份取“姓”——有趣的布朗族“姓名” /90
- 举行两次婚礼——独特的布朗族婚俗 /91
- “拥”与“邦”——布朗族的建寨礼仪 /92

欢快活泼的民族——布依族 /93

- 三月三——布依族的传统歌会 /94
- 五色花饭——彩泉漂染的绿色食品 /94
- “泥巴抹脸”与“戴假壳”——饶有趣味的布依族婚恋 /95
- 吊脚楼——布依族的“竹楼” /96

打制户撒刀的民族——阿昌族 /97

- 丰富多彩的阿昌族服饰 /98

爱的传递——阿昌族的“腊撒”/99

户撒刀——削铁如泥的装饰刀/100

古羌人的后裔——普米族/101

漂亮的普米族服饰/102

“吾昔”——普米族的“过新年”/103

锁媒人——有趣的普米族婚俗/104

生活在云南的草原民族——蒙古族/105

游牧生活的记忆——云南蒙古族的服饰/106

从奶酪到米面——云南蒙古族的饮食变迁/107

草原民族后裔的婚礼/108

东方大峡谷中的民族——怒族/109

仙女节——母系氏族的遗风/110

“反弹琵琶”和“口弦传情”——用音乐传情的怒族婚恋/111

溜索过江——怒江峡谷上的“桥”/112

中国最后一个被确认的民族——基诺族/113

大房子——父系氏族的遗风/114

“染黑牙齿唱情歌”——有趣的基诺族婚恋习俗/115

耳环眼——勤劳与懒惰的标志/116

擅长种茶的民族——德昂族/117

“茶到意到”——德昂族的饮茶习俗/118

腰箍套不住的女人——德昂族女子的服饰/119

鲜花盛开的村庄——德昂族的“采花节”/120

依水而居的民族——水族/121

充满情趣的水族服饰/122

吞口——水族民间手工艺品/122

努尔哈赤的子孙——满族/123

还珠格格——满族女子的服饰/124

“绣面部落”——独龙族/125

文面——写在脸上的历史/126

“卡雀哇”——独龙族的年节/127



创造十月太阳历的民族——彝族

彝族是六七千年前中国古代生活于西北氐羌族群的后裔。彝族以大分散、小聚居为特点，与其他民族交错而居。彝族有自己的文字和语言。

彝族属山地民族，主要以种植玉米、马铃薯、荞麦等农作物为生。云南的彝族约有 470.57 万人，其中位于云南西部的楚雄彝族自治州和南部的红河哈尼族彝族自治州是云南境内彝族人口最为集中的地区。

来源广，历史久，分支多，造就了彝族文化的丰富性；大杂居，小聚居，分布广，铸就了彝族文化的差异性。崇虎、尚黑、敬火、爱武，是彝族文化的几个明显特点。而彝族的十月太阳历，可与闻名于世的玛雅文明相媲美。



彝族火把节

火把节——彝族的狂欢节

“火把节”一般在农历六月二十四日至二十六日晚上举行，是彝族盛大的节日。

当夜幕降临后，人们挥动火把，成群结队绕村串寨，翻山过田，互相往对方的火把上撒松香粉，打火把仗，满山遍野照耀得如同白昼。照彝族的习俗，在火把上撒松香粉，使火把“嘭”地腾起一团绚丽的火花，并扬起一股香气，是表示一种美好心愿：后辈对老辈撒，是尊敬，祝



彝族大三弦舞



火把节的传统竞技——摔跤

福长寿；长辈对晚辈撒，是爱抚，祝愿吉利；同辈互撒，是亲密友爱；青年男女互撒，则是恋爱的开始。

路南、圭山等地的彝族，节日期间，人们弹着大三弦，跳起“阿细跳月”，同时举行摔跤、斗牛等活动；楚雄、弥勒等地的彝族，也举行传统的“祭火”仪式。节日之夜，在彝族聚居的大山深处，到处是“火树银花不夜天”，景象十分壮观。



弥勒彝族的祭火仪式



彝族赛装节

赛装节——彝族少女的时装表演

楚雄彝州有两个地方有赛装节。一个是永仁县直苴村的赛装节，时间为每年的农历正月十五日。一个是大理县三台乡的赛装节，时间为每年的三月二十八日。

赛装节为居住分散，平时很难有机会相聚相识的青年男女提供了一个表白爱情的机会。而姑娘们最能显示自己的，就是看谁的服装最漂亮。彝族女子的服装，全靠手工挑花和刺绣，做一套衣服往往要花一两年的时间。因此，谁的服装多、花样好，谁就会被看作是勤劳能干、心灵手巧的人。

与过去的赛装方式不同，现在，人们已不再把所有衣服都穿在身上，而是不停地更换新衣，有的姑娘一天要换五六套衣服。于是，赛装节上也就多了一个景致：在山箐边、青树下，老人们搭起无数帐棚，烹煮着食物，忠实地为自己的姑娘守护着服装。

赛装节从一开始就有比赛的性质，这可谓是最早的时装表演。所不同的是，彝族少女既是服装的设计者，也是制作者，更是表演中的“时装模特”。

祖孙两代



打歌——最受欢迎的全球民间舞蹈

每逢收获、婚嫁或节庆，生活在云南的彝族，少则数十人，多则数百上千人，围着一堆堆熊熊的烈火，以四周沉寂肃穆的青山和深邃神秘的天幕为背景，合着芦笙、短笛、月琴和树叶吹奏的音乐节拍，男女手拉手，围成圆圈，逆时针方向踏足而歌，通宵达旦，兴尽方休。

1986年，美国国际民间艺术组织曾把这种民间自娱性的歌舞列为最受欢迎的“全球十大民间舞蹈”之一。

“打歌”遍及云南，不仅彝族，就连白族、纳西族等民族中都盛行这种歌舞形式，只是叫法不同而已，如有“打歌”、“左脚舞”、“踏歌”、“跳芦笙”等名称。

据考证，“打歌”系“踏歌”转音而来。早在汉唐之际，“踏歌”就曾是我国中原及南方民间十分活跃的民俗性歌舞。而云南晋宁石寨山出土的铜鼓形贮贝器上所铸的“滇族羽舞”和江川李家山出土的18个垂尾人连臂环舞的铜扣饰以及凝固在云南沧源等地崖画上的舞蹈图纹，其舞蹈图案都与彝族的“打歌”形象相同，这也许可作为彝族“打歌”起源古老悠久的佐证。

至今，在云南巍山县巍宝山龙潭殿的壁画上还保留着一幅清代人绘制的“踏歌图”，其情形与今天巍山彝族的打歌非常相似。



白彝男子



彝族打歌



彝族向天坟

与玛雅文明相媲美的彝族十月太阳历

历法是人类文明的标志。闻名世界的玛雅文化其精髓之一便是历法。以前，中国大部分地区都通行农历。但在我国的彝族，至今还保留着一种鲜为人知的古老的历法——彝族十月太阳历。据推测，此种历法渊源于远古伏羲，大约有上万年的历史。它把中国的文明史追溯到埃及、印度、巴比伦三个文明古国之前。

彝族十月太阳历以12属相轮回纪日，3个属相周期为一个时段（月），即36日为一月，30个属相周为一年。1年10个月，360日，10个月终了，另加5日“过年日”，习称“过十月年”，全年为365天。每隔3年多加1天，即闰年（闰日），为366天。

据考证，彝族的向天坟，其实就是古人用以观天象星斗的天文台，与彝族太阳历有着十分密切的联系。彝族十月太阳历是悠久神秘的古老历法，它与中国儒、道、阴阳学说有深厚的渊源关系，至今还有许多“密码”有待破译和研究。



白彝少女

“爬花房”——彝族男女的婚恋

“爬花房”是楚雄彝族特有的风俗。姑娘年满16岁，父母就为她另盖一间小草楼，让其单独在其中过夜，而年满20岁的男青年，可以在夜晚爬上心爱姑娘的草楼谈情说爱。他们在一起吹响箴，对调子，互诉爱恋之情。即使同时有几对青年男女也是如此，大家并无拘束。一旦爱情成熟，男女双方只要征得父母同意就可以结婚，双方父母一般不会干涉儿女们的选择。

云南小凉山彝族的婚礼相当别致。结婚时，男方要备马，携带酒、布、肉、荞面等礼物去迎新娘。女方村里的姑娘，可使出浑身本事向迎亲的客人泼水，捉住拼命戏乐。送亲的人全要男子，新娘至男方门前，要到太阳落山方可进门。进门前，由一人托着装有羊肉、荞粑粑和酒的木碗，在新娘头上绕一圈，以示婚后生活富裕。然后，新娘由表兄弟背进屋去。



互诉衷情

“跳菜”——彝族的歌舞伴餐

“跳菜”，即舞蹈着上菜。它是云南无量山、哀牢山彝族民间一种独特的上菜形式和宴宾时的最高礼仪，是舞蹈、音乐与杂技完美结合的历史悠久的传统饮食文化。

宴宾时，通常用方桌沿两则一溜摆开，宾客围坐三方，中间留出一条“跳菜”通道。三声大锣拉开“跳菜”序幕：大锣、芦笙、三弦、闷笛、树叶等民乐齐奏；在姑娘小伙“呜哇哩——嚯嚯”的吆喝声中，只见顶着托盘的彝家男子双手拱揖，脚步忽高忽低，忽急忽缓，另一个人头顶和双臂各撑一菜盘

（共24碗）紧随其后入场。他们合着古朴纯厚的民乐协奏曲，脸上作着滑稽的怪相，跳着歪来复去而又轻松、优美、流畅、连贯的舞步，一前一后登场。两位手舞毛巾的搭档，则怪态百出，形如彩蝶戏花般忽前、忽后、忽左、忽右地为其保驾护航。

一对托菜手要上菜四桌，搭档把32碗菜摆成回宫八卦阵，每碗菜都像一粒“棋子”，自有定位，全按古已有之的规矩逐一落桌，丝毫不乱。



跳菜