



走近中国少数民族丛书

主 编/ 丹珠昂奔

瑶 族

Yaozu

玉时阶 著

瑶族是一个具有悠久历史文化的跨境民族。在长期的历史发展过程中，瑶族人民创造了许多独具民族特色的传统文化，为祖国南疆的开发和统一的多民族国家的形成做出了重大的贡献。瑶族是个能歌善舞的民族，其音乐舞蹈不仅极富民族特点，而且还是瑶族人民日常生活中不可缺少的精神食粮。



辽宁民族出版社



走近中国少数民族丛书

主 编/ 丹珠昂奔

瑶 族

Yaozu

玉时阶 著



辽宁民族出版社

© 玉时阶 2014

图书在版编目 (CIP) 数据

瑶族 / 玉时阶著. — 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 978-7-5497-0959-5

I. ①瑶… II. ①玉… III. ①瑶族—民族历史—中国 ②瑶族—民族文化—中国 IV. ①K285.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 310765 号

走近中国少数民族丛书·瑶族

ZOUJIN ZHONGGUO SHAOSHUMINZU CONGSHU·YAOZU

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: 沈阳新华印刷厂

幅 面 尺 寸: 170mm×240mm

印 张: 11.5

字 数: 170千字

出 版 时 间: 2015年8月第1版

印 刷 时 间: 2015年8月第1次印刷

责 任 编 辑: 李凤山 吴昕阳 李 欣

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 978-7-5497-0959-5

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.lnmzcb.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

《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 源远流长的民族历史	009
从蚩尤到瑶族	010
刀耕火种的山地民族	012
各具特色的瑶族称谓	019
人口与迁徙	022
第二章 跨越时空的人生礼仪	029
男女有别的生育观	030
情趣各异的婚姻	035
古朴悲壮的丧葬	046
第三章 徘徊不去的民间信仰	053
巫风浓郁的原始宗教	054
人神两界的巫师	062
岭外传入的道教	064
第四章 独具风情的民俗民风	067
炊烟飘香的饮食	068
简朴古拙的民居	073
丰富多彩的节日	079
约定俗成的习惯法	083
第五章 五彩斑斓的民族服饰	087
无字的史书	088
族群认同的符号	091
性别、年龄与婚姻的标志	095
民间信仰的展现	100
一方水土一种衣	103
雍容华丽的盛装	120





第六章 底蕴深厚的民族文化	125
各有归属的瑶语	126
民间流传的古瑶文	129
散发乡土气息的民间文学	131
原始古朴的记事方法	133
神奇的瑶医瑶药	135



第七章 绽放异彩的民族艺术	139
自然天成的树汁染	140
巧夺天工的蜡染	141
出神入化的挑花刺绣	144
凝聚情感的歌谣	147
粗犷豪放的舞蹈	148



第八章 团结和谐的民族区域自治	153
大瑶山中的金秀瑶族自治县	154
百里瑶山的连南瑶族自治县	157
瑶族最多的江华瑶族自治县	160
大石山中的都安瑶族自治县	161
长寿之乡的巴马瑶族自治县	162
三省交界的连山壮族瑶族自治县	164
中越边境线上的河口瑶族自治县	165
南岭南麓的乳源瑶族自治县	167
潇贺古道中的富川瑶族自治县	169
多民族聚居的金平苗族瑶族傣族自治县	171
红水河畔的大化瑶族自治县	172
人杰地灵的恭城瑶族自治县	173
参考文献	175
后记	177

| 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观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、历史人物和民族区域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、民族区域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



瑶族 创造山地游耕农业文明的民族

瑶族是一个具有悠久历史文化的跨境民族。在长期的历史发展过程中，瑶族人民创造了许多独具民族特色的传统文化，为祖国南疆的开发和统一的多民族国家的形成做出了重大的贡献。

瑶族的起源，最早可追溯到蚩尤时期。蚩尤是中国远古的传说英雄人物之一，他与传说中的华夏族的炎、黄二帝是同时代人，距今五六千年。当时，在黄河下游与长江中下游之间的济水、淮水流域一带，有一个势力强大的九黎部落联盟，蚩尤部落则是九黎部落联盟的领导集团。后来，活动在陕甘黄土高原上的炎帝神农氏部落集团和黄帝轩辕氏部落集团在沿黄河北由西向东发展时，同蚩尤部落集团产生矛盾。蚩尤部落集团被击败后，被迫从北向南迁徙，分布于湖南、广东、广西、云南、贵州的高山密林中，主要从事刀耕火种的山地游耕农业，其后裔亦先后演变、发展为三苗、蛮、长沙武陵蛮、莫徭、瑶族。

瑶族大多散居在海拔1 000~2 000米的高山密林中，境内峰峦起伏，山高壑深。千百年来，瑶族人民在这种特定的生态环境下，为维持生存与发展，住山吃山，以山为伴，以山为生，在崇山峻岭之中开出一条求生存与发展之路，把自己锻炼成为一个举世闻名的山地游耕农业民族，创造了独特的山地经济文化。

瑶族是个跨境而居的民族。2010年，世界上约有瑶族370万人，其中中国境内有瑶族2 796 003人，主要分布在广西、广东、湖南、云南、贵州、福建、江西等省区。除中国外，世界上还有90余万的瑶族居住在越南、老挝、泰国、美国、法国、加拿大等国家，他们都是从中国迁徙去的，和中国的瑶族同宗同源，都是同一个民族。

从民族的形成和发展来看，瑶族是一个多元聚合的民族。其融合凝聚的核心是距今五六千年前，活动在黄河下游与长江中下游之间的济水、淮水流域一带的九黎部落联盟中的蚩尤及其后来的三苗。随着历史的发展，瑶族在与各民族频繁交往的发展过程中，一部分汉族、壮侗语族的族群在与瑶族接触后，同化成为瑶族。

历史上，瑶族是个刀耕火种的山地游耕农业民族。长期的迁徙，不仅练就了山地民族极强的适应能力和坚韧不拔的进取性格，而且还扩大了他们与外界的交往，形成了极强的包容、开放意识和多元复合的民族传统文化。

瑶语的构成十分复杂，主要由“勉语”“布努语”“拉珈语”“汉语方言”等四大方言组成。这四大方言都统称“瑶语”或“瑶族语言”，都具有汉藏语系语言所共有的特征，都是汉藏语系的语言。但它们又分别属于不同的语族和语支：勉语属苗瑶语族瑶语支，布努语属苗瑶语族苗语支，拉珈语属壮侗语族侗水语支，汉语方言属汉藏语系的汉语，它们都有自己的语言文化特点。受汉语、壮语的影响，瑶语中还吸收和借用了较多的汉语、壮语词汇。瑶语的发展，充分反映了瑶族学习、吸收其他民族文化的开放意识。

瑶族不仅信仰本民族从远古就产生的原始宗教，崇尚大自然，相信万物有灵，而且还信仰道教和佛教。特别是道教，自其传入瑶区后，很快就和瑶族民间信鬼神、病不求医、专事巫覡的原始宗教信仰习俗相迎合，满足了瑶族社会的需要，二者之间相互影响，相互渗透，导致了瑶族民间信仰文化复杂性与多元性的形成，从而使瑶族的宗教信仰发生根本性的变化。

历史上，瑶族是个迁徙较多的山地游耕农业民族。刀耕火种的山地游耕农业，决定了他们每到一个地方一般只能住三年五载，然后又迁徙到另一个地方寻地垦荒耕种。和这种刀耕火种的游耕农业相适应，人们建筑的居室十分简陋，民居建筑多为茅屋、竹舍、泥瓦房。随着社会生产力的提高和经济的发展及受汉族、壮族的影响，瑶族民居建筑在汉族庭院建筑和壮族干栏建筑的基础上，结合瑶族地区的特点，创造了有本民族特色的庭院建筑、吊脚干栏、半楼居干栏等，建筑结构错落有致，变化丰富，别有一番情趣。

瑶族主要分布在五岭南北一带的山区。这一地区地域辽阔，山脉纵横，地形复杂，气候差别明显，加上各地瑶族社会经济文化发展的差异及

受周边汉族、壮族的影响不同，最终导致了服饰文化上地域风格和特色的形成。放眼五岭南北，各地瑶族服饰虽然都五彩斑斓，但若细分起来，山上与山下，平坝和山区，山内与山外，服饰的式样和风格都各具特色。瑶族服饰正是以它鲜明的民族特色和地域风格所放射出的独特光彩，跻身于五彩缤纷的服饰世界，并引起人们的兴趣和关注。

瑶族是个能歌善舞的民族，其音乐舞蹈不仅极富民族特点，而且还是瑶族人民日常生活中不可缺少的精神食粮。走进瑶区，你不仅可以听到动人心弦的民歌、民乐，还可以看到奇特古朴的乐器，粗犷豪放的舞蹈。这些音乐舞蹈，有的是瑶族中原有的，有的是外民族传入的，有的是在与异族文化接触过程中融合形成的。

居住在大山中的瑶族，在许多山外人的心目中曾是那样的神秘和新奇，一些人甚至用猎奇的眼光去寻觅其奇风异俗，并把它无限放大，而忽略了其丰富多彩、悠久灿烂的文化。《走近中国少数民族丛书·瑶族》，将向广大读者全面展示瑶族源远流长的民族历史、独具风情的民俗民风、跨越时空的人生礼仪、绽放异彩的民族艺术、底蕴深厚的民族文化、徘徊不去的民间信仰、团结和谐的民族区域自治，让你感受山地民族的绚丽风采，领略其独具魅力的璀璨风情与文化精髓。

目录



总序	001
前言	003
第一章 源远流长的民族历史	009
从蚩尤到瑶族	010
刀耕火种的山地民族	012
各具特色的瑶族称谓	019
人口与迁徙	022
第二章 跨越时空的人生礼仪	029
男女有别的生育观	030
情趣各异的婚姻	035
古朴悲壮的丧葬	046
第三章 徘徊不去的民间信仰	053
巫风浓郁的原始宗教	054
人神两界的巫师	062
岭外传入的道教	064
第四章 独具风情的民俗民风	067
炊烟飘香的饮食	068
简朴古拙的民居	073
丰富多彩的节日	079
约定俗成的习惯法	083
第五章 五彩斑斓的民族服饰	087
无字的史书	088
族群认同的符号	091
性别、年龄与婚姻的标志	095
民间信仰的展现	100
一方水土一种衣	103
雍容华丽的盛装	120





第六章 底蕴深厚的民族文化	125
各有归属的瑶语	126
民间流传的古瑶文	129
散发乡土气息的民间文学	131
原始古朴的记事方法	133
神奇的瑶医瑶药	135



第七章 绽放异彩的民族艺术	139
自然天成的树汁染	140
巧夺天工的蜡染	141
出神入化的挑花刺绣	144
凝聚情感的歌谣	147
粗犷豪放的舞蹈	148



第八章 团结和谐的民族区域自治	153
大瑶山中的金秀瑶族自治县	154
百里瑶山的连南瑶族自治县	157
瑶族最多的江华瑶族自治县	160
大石山中的都安瑶族自治县	161
长寿之乡的巴马瑶族自治县	162
三省交界的连山壮族瑶族自治县	164
中越边境线上的河口瑶族自治县	165
南岭南麓的乳源瑶族自治县	167
潇贺古道中的富川瑶族自治县	169
多民族聚居的金平苗族瑶族傣族自治县	171
红水河畔的大化瑶族自治县	172
人杰地灵的恭城瑶族自治县	173
参考文献	175
后记	177



第一章 源远流长的 民族历史



在中国的南方，居住着一个历史文化悠久的民族——瑶族。在距今五六千年前，瑶族先民由黄河下游与长江中下游一带从北向南迁徙，历尽千辛万苦，来到湖南、广东、广西、云南、贵州、福建、江西一带居住，为祖国边疆的开发和统一的多民族国家的形成做出了重大的贡献。

从蚩尤到瑶族

瑶族的起源，最早可追溯到蚩尤时期。蚩尤是中国远古传说中的英雄人物之一，他与传说中的华夏族的炎、黄二帝是同时代人，距今五六千年。当时，在黄河下游与长江中下游之间的济水、淮水流域一带，有一个势力强大的九黎部落联盟。蚩尤部落则是九黎部落联盟的领导集团。

知识链接 蚩尤 《战国策·秦策一》高诱注曰：“蚩尤，九黎民之君子也。”《史记·五帝本纪》“正义”引孔安国语曰：“九黎君号蚩尤是也。”

活动在陕甘黄土高原上的炎帝神农氏部落集团和黄帝轩辕氏部落集团在沿黄河南北由西向东发展时，同蚩尤部落集团发生了接触。先是蚩尤和炎帝部落集团在今河北、山东一带发生了激烈的战争，结果炎帝败北。蚩尤又与东下的黄帝部落集团发生接触，并曾一度臣属于黄帝，后又产生矛盾，在涿鹿一带发生激战，结果炎、黄二帝联合作战，击败蚩尤。蚩尤部落集团失败后，一部分人臣服于炎、黄二帝，大部分人则向南迁徙，形成三苗。

建在山顶上的瑶寨

