

《藏羚羊旅行手册》编辑部 编著



让我们一起走吧!

中国铁道出版社携手《藏羚羊旅行手册》编辑部

购书赢单反，三重惊喜大礼包!

贵州 摄影之旅

九大摄影旅游专题

自然景观、民族建筑、民族风情三大摄影行程

多个热门摄影目的地

丰富的旅行资讯

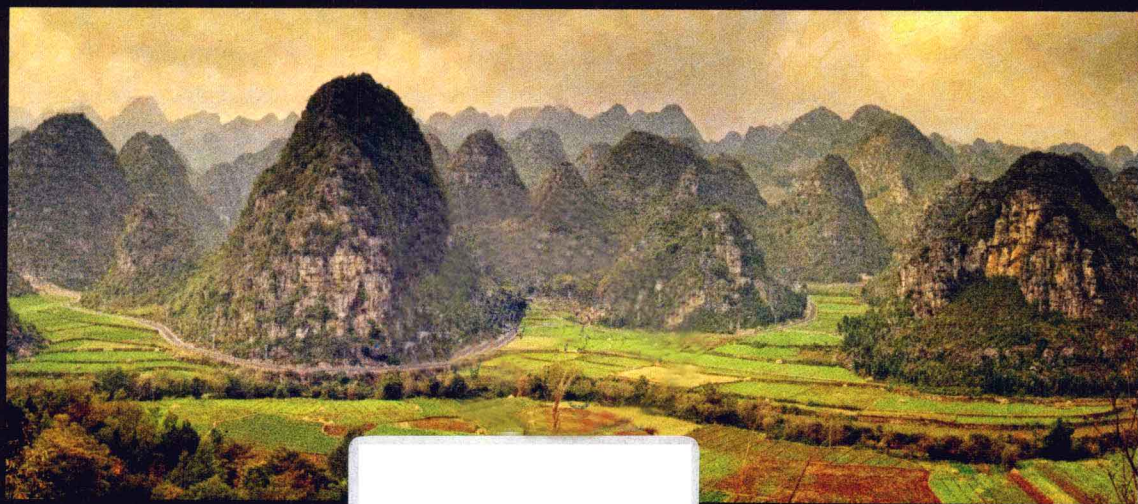
中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

摄影之旅

摄影之旅

贵州

摄影之旅



《藏羚羊旅行手册》编辑部 编著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

贵州摄影之旅 / 《藏羚羊旅行手册》编辑部编著.
— 北京: 中国铁道出版社, 2012.7
(摄影之旅)
ISBN 978-7-113-14404-3

I. ①贵… II. ①藏… III. ①旅游指南—贵州省
②摄影集—中国—现代 IV. ①K928.973②J421

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第045570号

书 名: 贵州摄影之旅
作 者: 《藏羚羊旅行手册》编辑部 编著

责任编辑: 黄 山 编辑部电话: 83545974-804
责任印制: 郭向伟

出版发行: 中国铁道出版社(100054, 北京市西城区右安门西街8号)
网 址: <http://www.tdpress.com>
印 刷: 北京精彩雅恒印刷有限公司
版 次: 2012年7月第1版 2012年7月第1次印刷
开 本: 787mm×1000mm 1/16 印张: 14 字数: 474千
书 号: ISBN 978-7-113-14404-3
定 价: 48.00 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书, 如有印制质量问题, 请与本社读者服务部联系调换。电话: (010) 51873170 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电 (010) 63549504, 路电 (021) 73187

前言

致本书的读者

我第一次爱上贵州是在看一组照片的时候，清晰地记得那张肇兴侗寨的鼓楼照，鼓楼底座宽大，成方形，顶部锋锐，呈铁尖状；鼓楼内部木质结构，没有使用一钉一铆，整体古朴美观，工艺精湛。贵州给我的感觉一直是大气磅礴，雄伟壮观，没想到这片土地上还存在着这般细腻。我意识到对于贵州我了解的还是不够。作为摄影人员，这个地方还有太多的美丽等待着我去发现。对于美景，我可不想和它失之交臂，于是我带上我的摄影装备，开始了这次贵州摄影之旅。

贵州是一片风水宝地，这里的摄影题材极为丰富，堪称摄影者的乐园。摄影题材可划分为自然风光、民族风情、民族建筑三类。贵州在这三方面都占有优势，

得天独厚的地理条件使得这里拥有一望无际的龙里草原，拥有“飞流直下”的黄果树瀑布，拥有喀斯特地貌的茂兰国家景观。美丽的少数民族少女、淳朴的老人、可爱的孩子、多彩的民族节日、古朴的民俗生活、灵动的民间艺术。历史悠久的花桥、鼓楼，全木制的建筑风格，巷道阡陌的天龙屯堡。总之，贵州的摄影之旅，是一条完美的人文地理拍摄路线。

随着数字时代的大跨步，摄影已经变得大众化，不再易学难精，开始变得简单和快捷。现如今，摄影早已没有了专业和业余的区别，尼康也好，佳能也罢，相信现在的你已经有一台相机了。无论何时何地，只要轻轻按下快门，一张照片就诞生了。数字时代的拍摄已经允许摄影师利用电脑技术对照片进行后期处理，也就是通

常所说的照片的二次创作。由于后期技术的大量运用，使得对于拍摄到的图片进行二次创作成为了一件极其方便和富有乐趣的事情，同时也对于摄影师提出了更高的要求：不但要有扎实的前期拍摄功底，更需要富有创意的后期再创造的能力。

一直和藏羚羊旅行指南合作，在众多自助游图书系列中，藏羚羊的实用性和易用性是不容置疑的。本次出版的《摄影之旅》系列更是重头戏。本书《贵州摄影之旅》不仅对贵州地区的景点进行了攻略性的介绍，同时还涉及许多摄影知识和摄影技巧，使得那些爱好摄影，喜欢旅游的朋友能够“鱼和熊掌同时兼得”。

本书的内容

贵州山多水多，有闻名全球的黄果树

芭沙苗寨—芭沙女子





赤水大同古镇—未曾改变的民居和街道

瀑布，有被编入《世界吉尼斯记录大全》最大、最高、楼层最多的三宝鼓楼，有红色革命圣地遵义会议旧址。

山峦、河流、瀑布，“地无三里平，天无三日晴”的地理环境，造就了这里独特的自然景观。由于交通不便，山里的人们保持着传统的生活方式，使得这里的少数民族文化丰富多彩。侗寨的鼓楼和风雨桥，更是贵州建筑的经典之作。

本书从自然风光、民族风情、民族建筑、贵州摄影线路等方面出发，向读者推荐了经典的贵州摄影线路。每一处景点，都有最新的完美攻略。通过阅读，读者可以获得有益的帮助。本书大量的优美图片和文字解说，使读者了解每一幅画面是通过什么摄影技术取得的效果。同时书中还包括拍摄计划、景点特色、拍摄季节、时间预算、交通食宿等细节，甚至拍摄时机位和镜头的选择都有所提示。

最重点的部分就是为读者量身打造的贵州经典摄影行程以及拍摄经验和拍

摄技巧等细节。最新的旅游信息，实用的摄影技巧，精美的景点照片，经典的摄影线路，一路有它，旅途将会变得充满美感而又无比轻松。

贵州摄影注意事项

1. 贵州的整个春天都是雨季，最佳旅游时节是夏秋两季。作为摄影者，雨天也是很好的创造题材，所以三脚架和雨伞是摄影过程中必不可少的。

2. 外出摄影时，最好从家里带点小食品或纪念品(主要是女人和孩子喜欢的)，这样会给你的摄影带来很多的方便。

3. 普通的背包客，一个景点估计一两个小时就可以游览完，但是对于摄影者来说，为了拍摄出好片子，可能会耗时半天甚至是一天，所以对于摄影者来说，时间的安排上一定要充裕。

4. 三脚架毕竟是一个大设备，去哪都带着它，会给你的行动带来不便。为了

拍摄的灵活性，我们还可以这样选择：单腿跪地，寻找倚靠物、其他支撑物，比如豆袋。

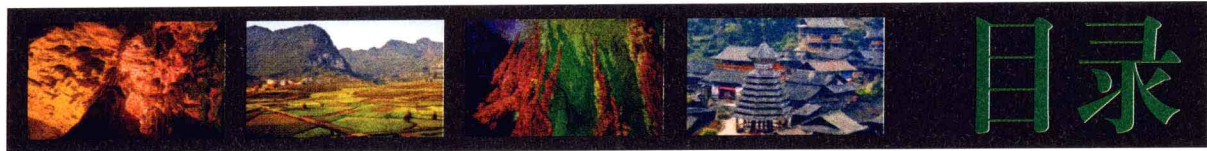
5. 外出拍摄要多准备几块相机电池，贵州气温还是偏低的，一旦去深山或者溶洞拍摄，寒冷的地方可能使电池的电量飞速下降，建议把电池放到温暖的衣兜内，以保存电力。

6. 在拍摄草原景致的时候，换镜头时要尽量背风，降低灰尘进入的可能。

7. 去森林中拍摄时要带上指南针，以防万一。在景区内还需要塑料袋，垃圾一定要带出景点，防止对环境的破坏。

8. 贵州的古老建筑是非常值得拍摄的，建筑的局部特写更能体现它的神奇之处。为了表现建筑的局部，一款长焦镜头是必不可少的。

具体的摄影技巧和注意事项，我会在以后的章节中提及，并且会结合图片进行解说，帮助初学者更快地爱上摄影这个行业。敬请期待吧！



从这一刻起程

贵州旅行的概念——写给第一次到贵州的旅行者	3
-----------------------------	---

历史	4	艺术	9
地理	4	东南线	10
气候	4	南线	10
政区	5	西南线	11
民族	6	西北线	11
禁忌	8	北线	11
饮食	8	贵州交通示意图	12
特产	9	贵州东南部交通示意图	14

出发前的准备	17
--------------	----

贵州旅行必备资讯	17		
贵州少数民族节日一览表(部分)	18	住宿	25
贵州主要景区的门票价格	20	餐饮	31
预算	21	通信	31
交通	21	特别提示	34
气候	24	摄影的器材装备	34

如何制订你的“摄影家行程”	39
---------------------	----

根据拍摄目的地制订行程	39	根据拍摄题材制订行程和选择季节	39
时间上的预算	39	根据你所拥有的假期制订行程	40
费用上的预算	39		



专题摄影

地

喀斯特地貌摄影	43
喀斯特地貌题材拍什么	44
器材的选择	50
相机和镜头	50
其他常备摄影配件	51
注意事项	51
喀斯特地貌题材拍摄点	52
喀斯特峰丛画廊	52
兴义万峰林	56

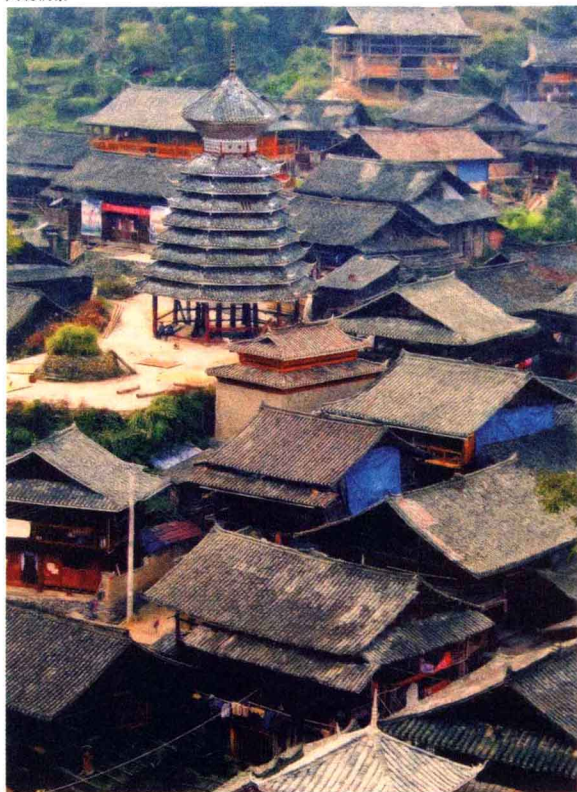
林

森林景观摄影	85
森林景观题材拍什么	86
森林景观拍摄技巧	87
器材的保护	88
森林景观题材拍摄点	90
茂兰喀斯特原始森林	90
雷公山国家森林公园景区	94
梵净山景区	98

瀑

瀑布风光景观摄影	63
瀑布风光景观题材拍什么	64
器材的选择	66
注意事项	66
瀑布风光景观题材拍摄的注意事项	67
滤镜的秘密	67
瀑布风光景观题材拍摄点	68
黄果树瀑布	68
十丈洞瀑布	74
响水岩瀑布	80

大利侗寨





貌

贵州地貌景观摄影 105

贵州地貌景观拍什么 106

器材的选择和保护 110

器材的选择 110

器材的保护 111

贵州地貌景观拍摄点 112

织金洞 112

马岭河峡谷 120

红枫湖 126

赤水丹霞 130



西江苗寨

筑

民族建筑景观摄影 137

民族建筑景观拍什么 140

器材的选择 142

如何拍摄建筑物的外貌 143

如何拍摄建筑物的内貌 143

特别提醒 133

民族建筑景观拍摄点 144

大利侗寨 144

布依石头寨 150

镇远青龙洞 156

民

民族风情摄影 163

民族风情题材拍什么 164

器材的选择和保护 166

民族风情题材拍摄点 168

黎平侗乡 168

天龙屯堡 174

西江千户苗寨 180



经典摄影行程

贵州自然景观摄影之旅..... 191

行程一 贵州北部赤水丹霞专题摄影——徘徊在丹霞多彩的世界里(5天) 192

行程二 贵州经典西线摄影之旅(6天) 193

行程三 贵州梵净山摄影之旅——遁迹佛祖的梵音(10天) 196

行程四 贵州西部风光摄影之旅——捕捉镜头中的神秘贵州(20天) 198

贵州少数民族建筑摄影之旅..... 201

苗族 202

布依族 202

侗族 202

贵州民族风情摄影之旅..... 205

贵州南部民族风情摄影之旅——深入黔南多彩的世界(15天) 206

贵州摄影心得..... 210



从这一刻起程

贵州是迷人的“天然公园”。闻名世界的黄果树瀑布、龙宫、织金洞、马岭河峡谷等国家级风景名胜区和铜仁梵净山、茂兰喀斯特森林、赤水桫欏国家级自然保护区、威宁草海等国家级自然保护区，犹如一串串璀璨的宝石，五光十色，令人目不暇接、流连忘返。

贵州是多民族聚居的省份，除汉族外，还居住着48个民族，各民族历史悠久，形成了自己独特的民族文化和习俗。贵州少数民族粗犷豪放、热情质朴、丰富多彩的民族歌舞各具特色，成为贵州民族风情和民间艺术百花园中的奇葩。

这些描述都是真真切切的，但是没有踏入贵州的土地，你永远都会觉得这像是在空谈，然而一旦你第一次来到贵州，就会有第二次、第三次，甚至是第四次旅游。因为这值得你旧地重游。



贵州旅行的概念

写给第一次到贵州的旅行者



历史

在中国,贵州是古人类发祥地之一,在贵州的古遗址中,旧石器时代文化遗址最为珍贵。至今考古工作者在贵州已发现的旧石器时代文化遗址有50处,已正式发掘20多处,其中较为著名的有观音洞旧石器遗址,以及“桐梓猿人”、“水城人”等人类化石。众多的考古发现表明,贵州各族人民的祖先很早以前就生活在这块土地上。

贵州建省虽然只有300多年,但是从文献资料提供的情况来看,贵州的历史可以追溯得更远。春秋时期(公元前770~前476年),当时在今贵州境内有牂牁(音zāng ke)古国,并与中原有交往。秦始皇统一中国(公元前221年)后,贵州分属巴郡、蜀郡、黔中郡和象郡管辖。

今日贵州的铜仁和东南部部分区域,在战国时(公元前475~前221年)属于楚国的黔中地方。秦王朝在此设立黔中郡。唐王朝(公元618~907年)则在今贵州设黔中道,建黔州郡,设黔州都督府。贵州的行政建制总离不开一个“黔”字。这是贵州简称“黔”的由来。后来明朝置贵州土司,后设贵州承宣布政使司,贵州乃正式得

名。清末,贵州建置设有12府、2直隶厅、13州、13厅、43县。1949年12月26日,贵州省人民政府成立。截至目前,全省共设4个地级市,3个自治州,2个地区,9个县级市,56个县,11个自治县,10个市辖区,2个特区。

贵州是具有光荣传统的革命老区,全省各族人民为中国革命胜利作出了重要贡献。1935年1月,中国工农红军转战贵州高原,中国共产党在长征途中于贵州遵义召开了具有伟大转折意义的遵义会议,确立了毛泽东同志在全党全军的领导地位,奠定了中国革命胜利的基础。二万五里长征,使贵州拥有了独一无二的标记。

地理

贵州地貌属于中国西南部高原山地,境内地势西高东低,自中部向北、东、南三面倾斜,平均海拔在1100米左右。贵州高原山地居多,素有“八山一水一分田”之说。

贵州位于中国大西南东部,介于东经103°36′~109°35′、北纬24°37′~29°13′之间,东靠湖南,南邻广西,西毗云南,北连四川和重庆,东西

长约595千米,南北宽约509千米。全省总面积176167平方千米,占全国总面积的1.84%,省会贵阳市距重庆长江口岸300多千米、距广西北海直距约500千米,是一个山川秀丽,气候宜人,资源丰富的省份。

贵州河流为山区雨源型河流,数量较多,处处川流不息,长度在10千米以上的河流有984条。另外,河流的山区性特征明显,大多的河流上游,河谷开阔,水流平缓,水量小;中游河谷束放相间,水流湍急;下游河谷深切狭窄,水量大,水力资源丰富。

贵州地貌的特征之一是高原山地居多,全省地貌可概括分为高原山地、丘陵和盆地三种类型,其中92.5%的面积为山地和丘陵。境内山脉众多,重峦叠嶂,山高谷深。北部有大娄山,自西向东北斜贯北境,川黔要隘娄山关海拔1444米;南部苗岭横亘,主峰雷公山海拔2178米;东北境内有武陵山,由湘蜿蜒入黔,主峰梵净山海拔2572米;西部高耸乌蒙山,属此山脉的赫章县珠市乡韭菜坪海拔2900.6米,为贵州境内最高点。而黔东南州的黎平县地坪乡水口河处省界处海拔为147.8米,为境内最低点。贵州境内岩溶地貌分布范围广泛。喀斯特地貌面积为109084平方千米,占全省总面积的61.9%,且形态类型齐全,地域国土分异明显,构成一种特殊的岩溶生态系统。整个贵州,可以说是一个巨大的“天然公园”。

气候

贵州属于亚热带湿润季风气候,四季分明,平均气温在15°C左右。由于纬度较低,许多地区的气候冬无严寒,夏无酷暑,最冷的1月份,平均温度在3°C~8°C之间,而最热的7月份,平均温度在18°C~26°C之间。

全省大部分地区的气候四季分明,中心部位的贵阳市在四季划分上具有代表

锦屏隆里古城—古城的格局





舞阳河—“孔雀开屏”

性，四季以冬季最长，约105天，春季次之，约102天，夏季较短，约82天，秋季最短，约76天。

由于受季风影响，冷暖气流交汇频繁，年降水量在1100~1300毫米之间，但降水季节分配不均，80%的雨水都集中在5~10月。境内各地阴天日数一般超过150天，常年相对湿度在70%以上。贵州的地势起伏较大，地形也较复杂，导致气温的垂直变化十分明显，“一山有四季，十里不同天”的气候差异十分普遍。贵州平均每天只有三四小时能见到阳光，是全国全年阴天日数最多的省份，所以贵州有“天无三日晴”之说。气候不稳定，灾害性天气种类较多，干旱、秋风、凌冻、冰雹等频度大，对农业生产危害严重。然而对于旅游者来说，到贵州旅游的时候一定要对目的地的气候有充分的了解。在贵州旅行，雨具和防水靴都是必要的装备，还要有因雨天导致交通中断的心理准备。

政区

目前，全省设4个地级市，3个自治州，2个地区，9个县级市，56个县，11个自治县，10个市辖区，2个特区，505个乡（其中含有252个民族乡），689个镇，109个街道办事处。

贵阳市（辖7区3县1市）

全市辖云岩区、南明区、小河区、金阳新区、花溪区、乌当区、白云区、修文县、息烽县、开阳县、清镇市。

六盘水市（辖1区1特区2县）

全市辖钟山区、六枝特区、盘县、水城县。

遵义市（辖3区2市8县2自治县）

红花岗区、汇川区、新蒲新区、赤水市、仁怀市、正安县、桐梓县、遵义县、凤冈县、余庆县、湄潭县、绥阳县、习水县；

道真仡佬族苗族自治县、务川仡佬族苗族自治县。

安顺市（辖1区2县3自治县）

全市辖西秀区、普定县、平坝县、关岭布依族苗族自治县、镇宁布依族苗族自治县、紫云苗族布依族自治县。

黔南布依族苗族自治州（辖2县级市9县1自治县）

全州辖都匀市、福泉市、瓮安县、贵定县、惠水县、长顺县、独山县、荔波县、平塘县、罗甸县、龙里县、三都水族自治县。

黔西南布依族苗族自治州（辖1县级市7县）

全州辖兴义市、普安县、晴隆县、贞丰县、册亨县、望谟县、安龙县、兴仁县。



夜郎镇

黔东南苗族侗族自治州(辖1市15县)

全州辖凯里市、雷山县、黎平县、施秉县、麻江县、锦屏县、台江县、剑河县、三穗县、黄平县、从江县、镇远县、天柱县、榕江县、岑巩县、丹寨县。

铜仁地区(辖1市1特区4县4自治县)

全区辖铜仁市、万山特区、德江县、思南县、江口县、石阡县、沿河土家族自治县、印江土家族苗族自治县、松桃苗族自治县、玉屏侗族自治县。

毕节地区(辖1市6县1自治县)

全区辖毕节市、大方县、黔西县、金沙县、纳雍县、织金县、赫章县、威宁彝族回族苗族自治县。

民族

贵州是一个多民族的省份。贵州汉

族人口占62%，少数民族人口占38%。少数民族总人口居全国第三位(仅次于广西、云南)，少数民族占人口比重居全国第五位(次于西藏、新疆、青海、广西4个省区)。少数民族中人口较多的依次是：苗族、布依族、侗族、土家族、彝族、仡佬族、水族、白族、回族。贵州的少数民族有土家族、苗族、布依族、侗族、彝族、仡佬族、水族、回族、白族、瑶族、壮族、毛南族、蒙古族、佤族、羌族、满族等16个。

人口最多的少数民族是苗族，主要分布在黔东南、黔南、黔西南；其次是布依族，主要分布在黔南、黔西南和安顺地区；侗族主要分布在黔东；土家族分布在印江；水族分布在三都、荔波；彝族分布在黔西北，都是贵州主要的少数民族。每年五彩缤纷的民族节日达1000多个。贵州少数民族粗犷豪放、热情质朴，丰富多彩的民族歌舞各具特色，成为贵州民族风情和民间艺术百花园中的奇葩。侗家鼓

楼和风雨桥、苗族吊脚楼、布依石头寨，精湛的银饰花带、绮丽的挑花蜡染、多彩的民族服装，八音坐唱、壮观的斗牛大赛，惊险的上刀梯、下火海，都令人啧啧称赞，心仪不已。到贵州旅行，观看各少数民族的节庆活动，感受各少数民族的风土民情，是来到贵州最不能错过的。

苗族

苗族的先祖可追溯到原始社会时代活跃于中原地区的蚩尤部落。商周时期，苗族先民便开始在长江中下游建立“三苗国”，从事农业稻作。苗族有自己的语言，属汉藏语系苗瑶语族苗语支。苗族的音乐舞蹈历史悠久，群众喜爱的芦笙舞，技艺很高。苗族的挑花、刺绣、织锦、蜡染、首饰制作等工艺美术，瑰丽多彩，在国际上享有盛名。苗族节日较多，较隆重的有“花山节”、“四月八节”、“龙船节”等。

苗族的主要信仰有自然崇拜、图腾崇拜、祖先崇拜等原始宗教形式，苗族传统社会迷信鬼神、盛行巫术，也有一些苗族信仰基督教、天主教。苗族信仰佛教、道教极少。

大部分地区的苗族一日三餐，均以大米为主食。油炸食品以油炸粑粑最为常见。在青年男女婚恋过程中，必不可少的食品是彩色糯米饭。举行婚礼时，新娘新郎要喝交杯酒，主婚人还要请新郎、新娘吃画有龙凤和奉娃娃图案的糯米粑。

黔东南苗族服饰不下200种，是我国和世界上苗族服饰种类最多、保存最好的区域，被称为“苗族服饰博物馆”。总体来看，苗族服饰保持着中国民间的织、绣、挑、染的传统工艺技法，往往在运用一种主要工艺手法的同时，穿插使用其他工艺手法，或挑中带绣，或染中带绣，或织绣结合，从而使这些服饰图案花团锦簇，溢彩流光，显示出鲜明的民族艺术特色。盛装，为节日礼宾和婚嫁时穿着的服装，繁复华丽，集中体现苗族服饰的艺术水平。便装样式比盛装样式素静、简洁，用料少，费工少，供日常穿着之用。除盛装与便装之分外，苗族服饰还有年龄和地区差别。这也是苗族服饰是“穿在身上的百科全书”的原因。

“服饰服饰”，说到衣服，肯定还要提一下饰品。苗族的饰品可谓琳琅满目，从头到脚都是银晃晃的饰品。头饰包括银角、银扇、银帽、银围帕、银飘头排、银发簪、银插针、银顶花、银网链、银花梳、银耳环和银童帽饰。假若盛装的苗族姑娘汇聚在一起，那一定会变成一个美丽的银色世界。苗族姑娘盛装的服饰常常有数公斤重，有的是几代人积累继承下来的。素有“花衣银装赛天仙”的美称。苗族银饰的工艺，华丽考究、巧夺天工，充分显示了苗族人民的智慧和才能。

苗族的禁忌比较多，苗族人每年第一次往田里送粪归来时忌见外人。若遇之，

忌打招呼。栽秧时若见秧田有鱼时忌说鱼，否则鱼会吃秧根。有些村寨，收获小米时留下穗小的不收，若孩子问及，忌说“不要了”，要说“它们未长大”，否则以后小米因伤心而拒绝再长。在山上饮生水忌直接饮用，须先打草标，以示杀死病魔。忌动他人放于路边的衣物，以免传染麻疯病。忌孩子在家中乱耍小弓箭，恐射中祖先。当前往一个少数民族地域的时候，一定要了解他们的风俗习惯，这一定会给你带来很多方便。

布依族

布依族主要聚居在黔南和黔西南，以及都匀、荔波、独山、平塘、镇宁等10个县（市），是云贵高原东南部的土著居民，早在石器时代就在这里繁衍生息。布依语属汉藏语系壮侗语族壮傣语支，没有本民族文字。20世纪50年代创制了布依文，但未能普及推广，现在用汉文的较多。在近代史上，布依族进行过反对外国教会、反抗日本帝国主义及国民党反动派的斗争，是一个具有光荣革命传统的民族。

布依族的文化艺术绚丽多彩。传统舞蹈有《铜鼓舞》、《织布舞》、《狮子舞》、《糖包舞》等。传统乐器有唢呐、月琴、洞箫、木叶、笛子等。地戏、花灯剧是布依族人喜爱的剧种。

布依族的蜡染久负盛名。布依族姑娘从十二三岁起，便开始跟母亲学习蜡染技术。她们先把蜜蜡加热熔为蜡汁，然后用三角形的铜制蜡刀蘸蜡汁，在自织的白布上精心描绘各种漂亮生动的图案，再放入蓝靛缸中渍染成蓝色或浅蓝色，最后将布入锅煮掉蜜蜡，捞出后到河水中反复荡涤、晾干，就成独具特色的蜡染工艺品。完工的蜡染布料，图案丰厚朴实，绘画活泼豪放。除蜡染之外，布依族民间传统工艺还有扎染、织锦、刺绣、木雕、石雕、竹编等。

侗族

侗族主要分布在贵州省、湖南省及广西壮族自治区交汇处。侗族使用侗语，属壮侗语系，分南、北部两个方言。原无文字，沿用汉字，1958年设立了拉丁字母形式的侗文方案，现在大部分通用汉字。

侗族的文化艺术丰富多彩，有“诗的家、歌的海洋”之美誉。侗族诗歌的韵律严谨，题材广泛，情调健康明朗，比喻生动活泼。其中抒情诗歌优美细腻，真挚热情。

侗族擅长建筑。鼓楼、风雨桥、风雨亭是侗族的主要标志。鼓楼为木质结构，以榫头穿合，不用铁钉。有三~五层以至15层，呈4面、6面或8面倒水，高4~5丈，飞阁重檐，形如宝塔，巍峨壮观，是族姓或村寨标志，也是公众集会的议事场所。风雨桥因桥上建有长廊式，可遮蔽风雨的桥屋而得名。三江著名的程阳风雨桥，被定为国家级重点文物，桥上建有5座多角宝塔，通道两侧有栏杆，形如游廊。桥梁结构不用一根铁钉，只在柱子间凿穿洞眼衔接，斜穿直套，结构精巧，十分坚固，令人叹为观止。

侗族人大都穿自纺、自织、自染的侗布，喜青、紫、白、蓝色。男穿对襟短衣，有的右衽无领，包大头巾。女子穿着大襟、无领、无扣衣，下穿裙或裤，惯束腰带，包头帕。用黑、青（蓝）、深紫、白等四色。黑青色多用于春、秋、冬三季，白色多用于夏季，紫色多用于节日。侗族人一般都喜欢戴银饰，如项圈、项链、手镯、戒指等。有些侗族姑娘的饰品达到五六斤重。

侗族的节日以春节、祭牛神（农历四月初八或六月初六）、吃新节（农历七月间）较为普遍，有些地区还有在十月或十一月过侗年。由于民族之间的交往，侗族还有清明、端午、中秋、重阳等节。

寨内举行祭礼活动期间，禁忌外人入寨。禁忌标志为用斑茅草打4个结，结成十字，悬于寨子口处，旅游时见此标志一



西江千户苗寨-店铺

定要寨前止步。

水族

水族，主要聚居在贵州省黔南布依苗族自治州的三都水族自治县和荔波、都匀、独山以及黔东南苗族侗族自治州的凯里、黎平、榕江、从江等县。

水族从事农业，以种植水稻为主，“九阡酒”是水族传统佳酿。水族有自己的历法，水历与夏历基本一致，但以夏历八月为岁末，九月为岁首。水族原有一种古老的文字，称为“水书”，造字方法有象形、会意、谐音和假借，通用单词100多个，大部分水族人不认识，他们日常生活中通用汉文。

水族以大米为主食，喜爱糯食，此外，水族还种植一些小麦、包谷、小米、红稗、红薯及饭豆等杂粮作辅助粮。

水族喜爱喝酒，家家都会烤制米酒。逢年节、庆典或亲朋来访，都离不开以酒待客。水族好客有着悠久传统，轮流过端就是热情好客的文化表露。

端节，又叫瓜节。端，是开始的意思，也是岁首。端节是贵州水族最重大的节日，与汉族的春节相似。端节大约在每年农历八月的第一个亥日开始，由于不同的

寨子选择的亥日不一样，过端也有先有后。端节前一天会赶场，主要是要约朋友到自己家过节，这也是青年男女择偶的最佳时间。活动有祭祖，祭保寨树，少不了的是敲打铜鼓和赛马，还有就是四方八寨赶来庆祝的歌舞表演，场面非常热闹。

水族的剪纸非常出名，妇女们完全凭着自己的感觉来剪纸，过端的时候还会比赛。剪纸内容多与花草有关。

水族人民还擅长于刺绣，其中的“马尾绣”独具特色。先将白色马尾缠绕上白丝线，中间用彩色线填充绣制，最后会构成一幅结构完整、形象生动、色彩艳丽的精美图案。用这种方法绣成的“马尾绣背儿带”、“绣花鞋”、“绣花帽”都驰名中外。

禁忌

进入苗寨，遇到门上悬挂草帽、树枝，代表有产妇生育、婚丧的情况，不要贸然进屋，否则会被认为不吉利。

农事方面也有一些禁忌，苗族人每年第一次往田里送农家肥归来时忌见外人，遇到时忌打招呼。

在苗家用餐，如果餐桌上有鸡，要注

意鸡肝、鸡杂是孝敬老年女子的，鸡腿是留给小孩子的，客人不可以吃鸡头。

饭后不要主动洗刷碗筷，如果要帮忙可看主人的意愿行事，因为有些地区的苗民认为，平常的时候洗盛饭工具会洗去家财和粮食。

苗人爱狗，不杀狗，也不吃狗肉，这与贵州很多地方吃狗肉的习俗相去甚远，在苗寨里打狗也是忌讳之一。

布依族习惯以酒敬客，客人或多或少都应喝一点。

部分布依族分支族人不吃鱼肉，因为相传布依族最早的母亲是龙王的女儿——一条神鱼。

布依族村寨的山神树和大罗汉树，禁止任何人触摸。

和水族人交往不能说“泥巴脑壳”四个字，因为这四个字水语的意思是“草包、脓包”，是侮辱性词汇。

在水族人家中不可以翘二郎腿。水族地区禁止触摸、攀爬或砍伐他们所崇拜的巨石、大树。水族妇女生了小孩以后，在门上打草标，3天之内谢绝外人进入。

在到木排上，瑶族人忌说“伞”字，要说“雨伞”时，就说“雨遮”，因“伞”与“散”谐音，不吉利。

绝大部分瑶族禁食猫肉和蛇肉。瑶族祭神，忌用狗、蛇、猫、蛙肉。

贵州少数民族众多，同一民族又有很多分支，所以去贵州旅游之前一定要提前了解一下各个民族的禁忌，不要出现什么差错，以防不必要的麻烦。不过旅行者也不必太过谨慎，处处留心就行。

饮食

贵州菜以烹制山珍野味及鸡、鸭、猪、牛、蔬菜、豆腐出名，黔味火锅制作方法多样，具有浓郁的地方特色，火锅烧开后，香味扑鼻，令人垂涎。典型的有花江狗火锅、凯里酸汤鱼火锅、贵阳青椒童子