

# 少数民族 风俗 与禁忌

国家民委政策法规司 编

K892.3

民族出版社

少数民族

# 风俗与禁忌

国家民委政策法规司 编



新疆维吾尔自治区图书馆 XT0-1057634

民族出版社

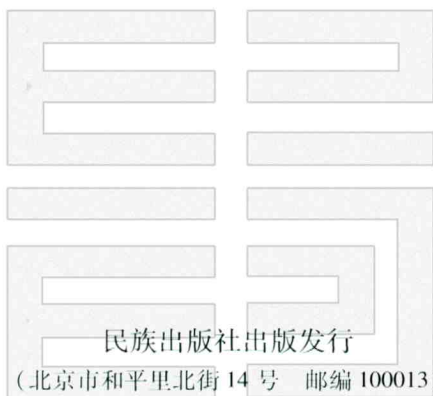
## 图书在版编目 (CIP) 数据

少数民族风俗与禁忌 / 国家民委政策法规司编. —  
北京: 民族出版社, 2007. 6 (2011. 7 重印)

ISBN 978 - 7 - 105 - 08352 - 7

I. 少… II. 国… III. 少数民族风俗习惯—  
简介—中国 IV. K892. 3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 085349 号



民族出版社出版发行

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

<http://www.mzebs.com>

北京金若龙公司微机照排 北京彩云龙印刷有限公司印刷  
各地新华书店经销

2007 年 6 月第 1 版 2011 年 7 月北京第 6 次印刷

开本: 787 毫米×1092 毫米 1/48 印张: 2.25 字数: 55 千字

印数: 10501 - 13500 册 定价: 10.00 元

ISBN 978 - 7 - 105 - 08352 - 7 / K · 880 (汉 500)

---

该书如有印装质量问题, 请与本社发行部联系退换  
(汉编一室电话: 010 - 64271909; 发行部电话: 010 - 64224782)

# 编委会

主 编

毛公宁

刘万庆

编 委

毛公宁

刘万庆

宋 全

胡敬萍

李 光

编 撰

刘万庆

宋 全

李 光

金 虹

民族风俗，主要是指一个民族在物质文化、精神文化等社会生活方面长期承继的、广泛流行于社会 and 全民的、在一定条件下反复出现的行为方式。具体来说，就是反映在各民族服饰、居住、生产、饮食、婚姻、丧葬、节庆、礼仪等方面的喜好、风气、习尚和禁忌等。

在人类文明的历史长河中，由于自然环境、社会环境、生产生活方式和历史文化不同，不同的地区、不同的民族有着不同的风俗，而且各个民族风俗所包括的范围很广，形式多样，内容纷呈。因此，民族风俗作为民族特点的一个方面，具有比较明显的群众性、社会性、民族性和敏感性。尤其是风

俗中与宗教观念、自然崇拜、祖先崇拜、鬼魂崇拜和生产生活经验等有着密切联系的民族禁忌，以其特有的敏感性，在现实生活中发挥着不同程度的影响和作用。

我们党和国家历来重视和强调尊重少数民族风俗，反对歧视和侮辱少数民族，并将此作为贯彻执行党的民族政策和维护民族团结的重要环节。但是，一个时期以来，由于一些人员，包括广播、影视、新闻出版单位的少数从业人员对少数民族的风俗缺乏正确的了解和尊重，曲解少数民族风俗，违反了党的民族政策，伤害了少数民族群众的感情，影响了民族团结和社会稳定，比如“性风俗事件”、“脑筋急转弯事件”和“阳信事件”等。因此，“入乡”先“问俗”，掌握一些民族风俗与禁忌方面的基本常识，对于增进民族之间的理解和尊重、维护民族团结具有十分重要

的意义。基于这一考虑，我们有针对性地组织编写了这本书，简要介绍了我国各少数民族的主要风俗与禁忌，选编了党的相关政策文件及国家的法律法规。希望通过这本小册子，能为读者学习、了解党和国家的民族政策、法规和民族基本常识提供帮助，为贯彻执行民族政策、法规，加强民族团结，构建社会主义和谐社会贡献一份力量。

由于时间和水平有限，书中难免存在一些不足，恳切期望有关专家和读者批评指正。

国家民委政策法规司

2007年1月31日

# 目录

|                 |    |
|-----------------|----|
| 1 蒙古族的主要风俗和禁忌   | 1  |
| 2 回族的主要风俗和禁忌    | 2  |
| 3 藏族的主要风俗和禁忌    | 4  |
| 4 维吾尔族的主要风俗和禁忌  | 6  |
| 5 苗族的主要风俗和禁忌    | 8  |
| 6 彝族的主要风俗和禁忌    | 9  |
| 7 壮族的主要风俗和禁忌    | 10 |
| 8 布依族的主要风俗和禁忌   | 11 |
| 9 朝鲜族的主要风俗和禁忌   | 12 |
| 10 满族的主要风俗和禁忌   | 14 |
| 11 侗族的主要风俗和禁忌   | 15 |
| 12 瑶族的主要风俗和禁忌   | 16 |
| 13 白族的主要风俗和禁忌   | 17 |
| 14 土家族的主要风俗和禁忌  | 19 |
| 15 哈尼族的主要风俗和禁忌  | 20 |
| 16 哈萨克族的主要风俗和禁忌 | 21 |
| 17 傣族的主要风俗和禁忌   | 23 |
| 18 黎族的主要风俗和禁忌   | 24 |

|    |               |    |
|----|---------------|----|
| 19 | 傈僳族的主要风俗和禁忌   | 25 |
| 20 | 佤族的主要风俗和禁忌    | 26 |
| 21 | 畚族的主要风俗和禁忌    | 28 |
| 22 | 高山族的主要风俗和禁忌   | 29 |
| 23 | 拉祜族的主要风俗和禁忌   | 30 |
| 24 | 水族的主要风俗和禁忌    | 31 |
| 25 | 东乡族的主要风俗和禁忌   | 32 |
| 26 | 纳西族的主要风俗和禁忌   | 33 |
| 27 | 景颇族的主要风俗和禁忌   | 34 |
| 28 | 柯尔克孜族的主要风俗和禁忌 | 35 |
| 29 | 土族的主要风俗和禁忌    | 37 |
| 30 | 达斡尔族的主要风俗和禁忌  | 38 |
| 31 | 仡佬族的主要风俗和禁忌   | 39 |
| 32 | 羌族的主要风俗和禁忌    | 40 |
| 33 | 布朗族的主要风俗和禁忌   | 41 |
| 34 | 撒拉族的主要风俗和禁忌   | 42 |
| 35 | 毛南族的主要风俗和禁忌   | 43 |
| 36 | 仡佬族的主要风俗和禁忌   | 44 |
| 37 | 锡伯族的主要风俗和禁忌   | 45 |
| 38 | 阿昌族的主要风俗和禁忌   | 46 |
| 39 | 普米族的主要风俗和禁忌   | 47 |
| 40 | 塔吉克族的主要风俗和禁忌  | 48 |
| 41 | 怒族的主要风俗和禁忌    | 50 |

|      |                        |    |
|------|------------------------|----|
| 42   | 乌孜别克族的主要风俗和禁忌          | 51 |
| 43   | 俄罗斯族的主要风俗和禁忌           | 52 |
| 44   | 鄂温克族的主要风俗和禁忌           | 53 |
| 45   | 德昂族的主要风俗和禁忌            | 55 |
| 46   | 保安族的主要风俗和禁忌            | 56 |
| 47   | 裕固族的主要风俗和禁忌            | 57 |
| 48   | 京族的主要风俗和禁忌             | 58 |
| 49   | 塔塔尔族的主要风俗和禁忌           | 59 |
| 50   | 独龙族的主要风俗和禁忌            | 61 |
| 51   | 鄂伦春族的主要风俗和禁忌           | 62 |
| 52   | 赫哲族的主要风俗和禁忌            | 63 |
| 53   | 门巴族的主要风俗和禁忌            | 64 |
| 54   | 珞巴族的主要风俗和禁忌            | 66 |
| 55   | 基诺族的主要风俗和禁忌            | 67 |
| 附录 1 | 有关民族风俗方面的政策<br>文件和法规选编 | 69 |
| 附录 2 | 回族等少数民族穆斯林为<br>什么不吃猪肉? | 91 |



蒙古族

## 蒙古族的主要风俗和禁忌

蒙古族传统服饰主要由首饰、长袍、腰带和靴子四个主要部分构成。妇女头上的装饰多用玛瑙、珍珠、金银等制成，牧区女子多用红绿等色长绸缠头。男女都穿身宽袖长的长袍，束以腰带，着长筒皮靴。饮食品种多样，牧民的饮食多以牛、羊肉及奶食、炒米为主，辅以粮食、蔬菜；农民以粮食为主，辅以肉食、奶食和蔬菜；普遍喜爱喝奶茶、马奶酒、酸奶子，手扒肉为招待贵客的特色食品。易拆搭、搬运的蒙古包是其传统民居，现多为土木结构的“人字形”房屋。各地婚俗不尽相同，但拜火是婚礼上不可缺少的重要仪式，象征着爱情的坚贞和生活的红火。传统葬俗有天葬、土葬和火葬形式，现多行土葬或火葬。注重礼仪，讲究尊卑，在拜佛、祭祀、婚丧、拜年以及对长辈和贵宾表示尊

此为试读，需要完整PDF请访问1:

敬等场合，都要献哈达。“那达慕”大会是其传统节日，每年七八月间举行，源于摔跤、射箭、赛马三项竞技活动，现已成为蒙古族庆祝丰收、进行物资交流和举行民间体育活动的隆重集会。祭祀活动比较多，其中最主要的包括祭敖包和祭成吉思汗陵等。

**认**为火神或灶神是驱妖辟邪的圣洁物，忌在火上烤脚、烤鞋袜，不得跨越或踢火，不得往火上摔东西、扔脏物，也不得用刀碰火。认为水是纯洁之神，忌在河中沐浴，更不许洗女人衣服或向河流中扔脏物。牧民家里有人重病或病危时，一般不待客。



## 2 回 族

### 回族的主要风俗和禁忌

**回**族服饰讲究整洁、得体。男子喜欢戴无檐小帽，以白色、圆顶居多，穿白衬衫外套黑坎肩。过去，妇女普遍戴盖

头，从20世纪50年代起，时兴戴白色仿护士帽，老年妇女仍外罩盖头；现在也有用素色纱巾包头的。饮食以米、面为主，吃牛、羊、鸡、鱼肉等。逢年过节炸“油香”、“馓子”等食品。回民很爱喝茶，待客时，还要在茶里加上冰糖、红枣等。回民多习惯围清真寺而居。反对偶像崇拜，其民居风格基本为中国传统的殿宇式四合院样式，结构匀称，雕梁画栋，多饰以山水风景、几何图形、植物花卉等，室内喜挂阿拉伯文中堂字画。重视婚姻家庭，反对独身，以本民族内部通婚为主。男孩7岁时要举行割礼。实行无棺土葬，讲求简葬、速葬，停尸最多不超过三天。讲究待客礼节，待客进餐时，主人不陪坐、不陪吃，要站在地上照顾客人。传统习俗规定忌酒戒烟，但随着时代的变化，在有的地方和场合，这一习俗也有所改变，宗教职业者和虔诚的穆斯林则严格遵从。主要节日有源于伊斯兰教的开斋节、古尔邦节和圣纪节。

**忌**俗在饮食方面尤为突出，主要是讲究清真，禁止食用猪、马、驴、骡、狗、猫、鼠、鹰、乌鸦、蛇等动物，用火器击毙和自死的畜禽以及动物血。这一忌食范围主要源于《古兰经》的规定。对于牛、羊、骆驼、鸡、鸭、鹅等禽畜，必须是经

过清真寺四掌教（刀师傅）或阿訇亲手屠宰的，才可进食。此忌俗主要是因当时多神教徒杀牲畜时，必诵自己所崇拜的偶像名字。伊斯兰教为了避免多神崇拜，遂要求信徒宰牲时诵安拉（真主）的名字，以示区别，否则禁食之。此外，回民还禁止以食物开玩笑，特别是不能用禁食的东西作比喻，如形容辣椒、西红柿像血一样红等。不准在水井、泉眼附近洗漱、洗衣，不能将容器中的剩水倒回井中。



## 藏族

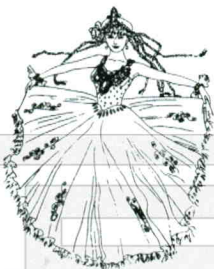
### 藏族的主要风俗和禁忌

**藏**族服饰颇具特色，农区男子穿右开襟氂氍长袍，脚着皮靴或“松巴鞋”；农区和城镇的妇女冬春穿长袖长袍，夏秋为无袖长袍，腰前系有彩色横条围裙，即“邦垫”，姑娘则不系。牧区男女服饰基本相同，均穿光板羊皮袍。女子头饰比较讲究，少女梳一条发辫，成年则分成两条，牧区妇女还习惯

梳许多小辫，拢在一起，披在肩上。并在头顶挂三角形头饰，其上缀以珊瑚、松耳石。主要传统主食和饮料为糌粑、酥油茶和青稞酒，牧区还有肉食和奶制品。葬仪分为天葬、塔葬、火葬、水葬和土葬。以天葬为主，塔葬仅用于达赖、班禅及少数大活佛，火葬只有活佛才能享用，水葬用于夭折的幼童，土葬用于患传染病的人及凶死者。讲究礼仪，献“哈达”是最为普遍的礼节，婚丧嫁娶、民俗节庆、拜会尊长、拜佛、迎送宾客等场合，通常都要献上象征纯洁、吉祥的白色哈达。节日较多，多具宗教色彩，主要有藏历年、雪顿节等，其中藏历年最为重要，相当于汉族的春节。

**忌**吃驴肉、马肉和狗肉，有些地方也不吃鱼肉、飞禽等。忌讳在寺庙内吸烟、摸佛像、翻经书、敲钟鼓；对于喇嘛随身佩带的护身符、念珠等宗教器物，不得动手抚摸；不许在寺院附近砍伐树木，不得大声喧哗，也不准在寺院附近的水域捕鱼、钓鱼。遇到寺院、玛尼堆、佛塔等宗教设施，须由左至右绕行。不得跨越法器、火盆，忌逆转经筒、经轮。忌讳别人以手触摸其头。不得在别人面前随便吐痰、脱鞋、脱袜或烘烤鞋袜、裤子；忌用单手接、递物品；进入帐房后，男的坐左边，女的坐右边，不得混杂而坐；家有病人或妇女生育，门前都作标记，

有的在门外生一堆火，有的在门口插上树枝或贴一红布条，忌外人进入。外人不得围观天葬台，严禁拍照，禁杀鸢鹰。



### 4 维吾尔族

#### 维吾尔族的主要风俗和禁忌

**维**吾尔族喜欢戴帽，尤以四楞小花帽最具特色。男子传统服装为宽袖、无领、无扣、中扎一布带的棉质长袍“袷袂”；妇女则着色彩艳丽的连衣裙，外套对襟背心，并配有耳环、手镯、项链等装饰品。传统菜肴自成体系，以烤、煮、焖为主要烹调方法，以烤羊肉串、锅烤肉、烤全羊最具代表性，烤馕、抓饭是最常见饭食，还有烤包子、薄皮包子、炸馓子等。传统民居建筑多为土坯砖结构平顶房，居室多有门无窗，开天窗采光。住房多成方形院落，大门忌朝西向，房前屋后普遍种植花草、果树。青年男女婚姻自由，婚礼隆重热烈。男孩7岁时要举行割礼。行无棺土

葬，强调速葬、简葬。传统节日基本上都源于伊斯兰教，主要有古尔邦节、肉孜节。重视礼仪，尊重长辈。歌舞内容丰富，人们普遍能即兴唱歌跳舞。

**忌**食猪、狗、驴、骡之肉和自死的禽畜肉及动物血，在南疆地区还忌食马肉和鸽子肉。进餐时，不能随便到锅灶前，忌用鼻子闻或用手乱摸乱抓食物，最忌讳打哈欠、擤鼻涕、挖鼻孔、吐痰，尤其是放屁。做客时，不要拒绝主人提供的茶水和食品。若客人觉得茶水喝够了，可以用手掌捂一下茶杯口，否则主人会继续为其斟茶。吃馕时，须先由主人把整馕掰开，客人方可动手。如几人吃一盘食物，要吃面对自己的一部分。忌将剩余食物或自己碗中的食物让给别人。忌对长者直呼其名，不能在其面前吸烟、饮酒；遇见长者在后，要从其背后绕行。在北疆地区，还禁止在长辈面前讲诙谐或揶揄的语言。在屋内就座，忌坐床和双腿直伸脚底朝人。接受物品或请茶时，忌用单手。未经主人同意，不得动用主人家的物品。门上挂有红布条，表示妇女分娩或小孩出疹子，禁止外人入内。不能随便与妇女开玩笑。不许在住地附近、水源旁边、墓地、清真寺周围和果树下随意大小便、吐痰或倒脏水。禁止携带污浊之物进入墓地和清真寺。