



多姿多彩的 少数民族

秀 民



河北教育出版社

造就新一代人才
承擔跨世紀重任

嚴濟慈



題

一九八九年十二月

愿“小博士文库”和孩子
们一起进入 2000 年！

冰心 

博覽群書
添智慧

柳斌

一九八二

《小博士文库》序

亲爱的少年朋友们，我欣喜地向你们推荐一套课外优秀儿童读物——《小博士文库》。这套由河北教育出版社出版的文库，集百科知识与各项智能训练于一身，熔自然科学与社会科学于一炉，向你们展示了一个多彩的画面：有基础科学、科学史、新科技，也有未来科学、自然之谜和科学探险故事，还有动脑动手学科学；有文学欣赏、艺术研究、历史、地理、经济与法律知识，也有思想品德教育、心理素质培养，还有读写知识，体育常识，等等。

这套文库不仅内容广博，而且知识新颖，富有时代气息，更可贵的是它在智力、能力的培养提高方面所作的努力，使它与一般知识性丛书相比，具有独到之处。它将为你们的知识储备、智能开发，提供极好的条件。

我们应该感谢河北教育出版社为小读者准备了如此精美的精神食粮，我更希望各位少年朋友成为“小博士”，早日走上成功之路！

高占祥

1989年1月12日凌晨

开 头 的 话

亲爱的少年朋友，你在银幕、画报和日常生活中，一定看到过扎着许多小辫子、戴着小花帽的姑娘；穿着长袍、扎着色彩鲜艳腰带的叔叔；一定看到过蒙古包、竹楼、吊脚楼、平顶房……。少数民族的歌舞、绘画、服饰、工艺品、科学和文化，一定使你产生了兴趣，渴望了解有关少数民族的知识。

是的，有关少数民族的知识是一个五彩缤纷的广阔领域。本书正想告诉你一些有关这方面的知识。比如：他们生活在什么地方？怎样从事生产？有怎样的文化和富有情趣的习俗？再进一步地说，哪些民族是“马背上”的民族？哪些民族是穆斯林民族？哪些民族是世界屋脊的开拓者？哪些民族的家乡是歌舞之乡？哪些民族有独具异彩的传统工艺、建筑……。当然，也会谈到少数民族怎样靠艰苦的劳动、顽强的拼搏，才换来了今天的幸福生活。

也许，你对这些问题能做出答案，也许你还需要了解。那么，我们彼此之间就可以互相交流。由于我国少数民族多，历史悠久，生产活动多样，文化丰富而又各具特色，生活习俗千姿百态，所以，全面介绍实有困难。本文仅仅作作为一个窗口，帮助你了解少数民族有个概括的了解；就好比一个“导游”，将最主要的和令人感兴趣的问题，向你们“视视道来”。

目 录

一、祖国是统一的多民族国家.....	(1)
二、少数民族的多种经济生活.....	(12)
三、多姿多彩的少数民族.....	(16)
1. 世界屋脊的开拓者——藏族	(16)
2. 深情刚毅的彝族	(19)
3. 聪明能干的壮族	(21)
4. 爱吹芦笙的苗族	(25)
5. 孔雀之乡的傣族	(27)
6. 具有独特民族风情的云贵高原民族	(29)
7. 古老而坚强的高山族	(34)
8. 遍布各地的回族	(35)
9. 勤劳智慧的维吾尔族	(37)
10. 有着歌和马两支翅膀的民族——哈萨克族	(39)
11. 热情似火的塔吉克族	(42)
12. 分居在两地的锡伯族	(44)
13. 甘肃省特有的三个民族——保安、东乡、裕固族	(46)
14. 人口最少的民族之一——俄罗斯族	(48)
15. 马背上的民族——蒙古族	(49)
16. 人才辈出的满族	(53)

17. 坚韧不拔的朝鲜族	(55)
18. 以狩猎闻名的民族——鄂温克族和鄂伦春族	(56)
四、灿烂的文化	(59)
1. 驰名中外的石窟艺术	(59)
2. 象形文——东巴文	(61)
3. 歌舞的海洋	(63)
4. 维吾尔音乐之母——《木卡姆》	(74)
5. 唐卡——藏族独特的绘画形式	(75)
6. 乐器之海	(75)
7. 引起世界瞩目的巨著	(81)
8. 精美的传统工艺	(87)
9. 发明与贡献	(93)
10. 走向舞台的民间艺术	(96)
五、信仰多种宗教	(98)
六、五彩缤纷的服饰	(100)
七、佳肴美味,奇珍野果.....	(108)
八、别具一格的住房	(117)
九、独特的交通工具	(123)
十、有趣的姓名	(130)
十一、各具民族风格的传统体育活动	(135)
十二、欢乐的节日	(145)
十三、千姿百态的建筑	(150)
十四、令人神往的自然景观	(156)
结尾的话.....	(160)

一、祖国是统一的多民族国家

1. 民族和人口

中华民族是由 56 个民族组成的平等和睦的大家庭，彼此相互依存，谁也离不开谁。人口最多的是汉族，达 10.4 亿多，其他 55 个民族的人口达 9120 万，占全国总人口的 8.04%。因这些民族人口少，被称为少数民族。

少数民族的人口有多有少。人口百万以上的少数民族有：蒙古族、回族、藏族、维吾尔族、苗族、彝族、壮族、布依族、朝鲜族、满族、侗族、瑶族、白族、土家族、哈尼族、哈萨克族、傣族、黎族等 18 个民族。人口在 10 万——100 万人之间的少数民族有 15 个。它们是：傈僳族、佤族、畲族、拉祜族、水族、东乡族、纳西族、景颇族、柯尔克孜族、土族、达斡尔族、仫佬族、羌族、仡佬族、锡伯族等，其余 22 个少数民族的人口都在 10 万以下。人口最多的少数民族是壮族，有 1548 万多人。

新中国成立前，少数民族生活艰辛，有的民族甚至濒临灭绝的境地。如赫哲族仅有 300 多人。中华人民共和国成立后，扭转了少数民族人口下降的趋势，开始走上了人口兴旺、民族繁荣的新阶段。1990 年全国第四次人口普查的结果就足以说明这一点。1982 年到 1990 年期间，少数民族人口的增长

速度大大高于汉族。同第三次人口普查的数据相比，少数民族人口由原来的 6700 多万增加到 9120 万，增加了 2390 万，增长 35.52%。这反映了民族地区的经济、文化教育以及医疗卫生事业有了较好的发展。

少数民族分散在占全国总面积百分之五十至百分之六十的地区。从地图上你可以看到宝岛台湾、风光绮丽的海南，边陲新疆，世界屋脊西藏、塞外宁夏、辽阔的内蒙古草原以及东北、西南等地区都有少数民族。有人说，云南是彩云之地，说的就是云南的多色彩和多风情。因为那里居住着二十四个少数民族。如果按地理区域划分，东北地区有七个民族，西北地区有十四个民族，西南地区有二十五个民族，中东南地区有九个民族。这些民族以聚居、杂居、散居的形式分布各地。你们常常听到的新疆维吾尔自治区、西藏自治区、广西壮族自治区、内蒙古自治区、宁夏回族自治区等就是少数民族聚居的地区。这些地区实行民族区域自治。民族区域自治是国家根据各民族一律平等的准则，在民族聚居的地区，设立自治机关，行使自治权。各民族自治地方都是中华人民共和国不可分离的一部分。到 1989 年底为止，已经建立的少数民族自治地方 154 个，其中有 5 个自治区，30 个自治州，119 个自治县，近 1500 个民族乡。建立自治地方的少数民族有 45 个，民族自治地方的行政区域达 610 万平方公里，占全国总面积的 63.8%，自治区域的少数民族人口为 6400 多万，占全国少数民族人口的 77%，各自治区的主席、自治州的州长和自治县的县长全部由少数民族干部担任。



民族大团结

你一定很想知道 55 个少数民族都叫什么名字吧! 下面这张表就向你展示祖国大家庭中除汉族以外的各个民族。

中国少数民族称谓、人口、分布简表

民族名称	人口(单位:人)	主要分布地区
壮族	13,378,162	广西、云南、贵州、广东
回族	7,219,352	宁夏、甘肃、河南、新疆、 青海、云南、河北、山东、 安徽、辽宁、北京、内蒙古、 黑龙江、天津、吉林、陕西
维吾尔族	7,214,431	新疆、湖南
彝族	6,572,173	四川、云南、贵州、广西
苗族	7,398,035	贵州、云南、湖南、广西、 四川、广东、湖北
满族	9,821,180	辽宁、吉林、黑龙江、 河北、北京、内蒙古
藏族	4,593,330	西藏、四川、青海、 甘肃、云南
蒙古族	4,806,849	内蒙古、辽宁、新疆、 吉林、黑龙江、青海、 河北、河南、甘肃

土家族	5,704,223	湖南、湖北、四川
布依族	2,545,059	贵州
朝鲜族	1,920,597	吉林、黑龙江、辽宁
侗族	2,514,014	贵州、湖南、广西
瑶族	2,134,013	广西、湖南、云南、 广东、贵州
白族	1,594,827	云南
哈尼族	1,253,952	云南
哈萨克族	1,111,718	新疆、青海、甘肃
傣族	1,025,128	云南
黎族	1,110,900	广东
傈僳族	574,856	云南、四川
畲族	630,378	福建、浙江、江西、 广东、安徽
拉祜族	411,476	云南
佤族	351,974	云南
高山族	2,909	台湾、福建(大陆有 1500 多人)

水族	345,993	贵州、广西
东乡族	373,872	甘肃、新疆
纳西族	278,009	云南、四川
土族	191,624	青海、甘肃
柯尔克孜族	141,549	新疆、黑龙江
羌族	198,252	四川
达斡尔族	121,357	内蒙古、黑龙江、新疆
景颇族	119,209	云南
仡佬族	159,328	广西
锡伯族	172,847	新疆、辽宁、吉林
撒拉族	87,697	青海、甘肃
布朗族	82,280	云南
仫佬族	437,997	贵州、广西、云南
毛南族	71,968	广西
塔吉克族	33,538	新疆
普米族	29,657	云南
怒族	27,123	云南
阿冒族	27,708	云南

鄂温克族	26,315	内蒙古、黑龙江
德昂族	15,462	云南
京族	18,915	广西
基诺族	18,021	云南
裕固族	12,297	甘肃
保安族	12,212	甘肃
门巴族	7,475	西藏
独龙族	5,816	云南
塔塔尔族	4,873	新疆
鄂伦春族	6,965	黑龙江
珞巴族	2,312	西藏
俄罗斯族	13,504	新疆
赫哲族	4,245	黑龙江

2. 少数民族的族称

少数民族中绝大多数是以民族自称为族称的，但有的民族以他称来命名，有的民族以他们居住的地区来命名，有的还以独特的习俗、吉祥的寓意、领袖的名字、族源等来命名。说来挺有意思。例如保安、东乡、毛南、高山（部分住在台湾高山区的人）是以居住的地区命名；塔吉克（即戴王冠

者)、乌孜别克等民族是以领袖的名字作为本民族的族称；维吾尔族的名称含意是“团结”、“联合”；鄂伦春族的族称是“使用驯鹿的人”的意思；拉祜族的“拉”意为“虎”，“祜”为烤虎肉的香味，表示他们爱吃虎肉，过去曾是一个勇敢的猎虎民族。“柯尔克孜”的含意是“四十个姑娘”、“四十个部落”、“草原人”等，说法不一。柯尔克孜是民族自称。彝、纳西、哈尼等也均为自称。有些民族的族称与族源有关，如羌族，与古代的羌人部落有关。

解放前，统治者歧视少数民族，在有的民族的称谓上有侮辱、歧视之意。新中国成立后，政府规定了禁止带有歧视、侮辱性的称谓。同时根据各民族的意愿，确定本民族的族称。比如壮族，原有许多自称。解放初期，曾经叫“僮”(zhuàng)，1965年，根据壮族人民的意愿改为“壮族”。原来称“崩龙”的德昂族，自称也很多，其中自称“德昂”的占多数，根据各方面的意见，1985年改为德昂。

3. 少数民族的族源

我们的祖国为什么有如此众多的民族呢？这是一个很复杂的问题。简单地说，55个少数民族都是由古代民族发展而来，都有自己形成与发展的历史。但也有些民族的族源还未有定论。这里我们举几个例子来介绍一下，它能使你了解到我们伟大的祖国既是各民族的先民共同开发的，又一直是多民族团结统一的大家庭。

考古资料表明，西藏早在两万年以前，就有人类活动。藏族的先民自古以来就在那里繁衍生息。汉文古书中把藏族先

民称为“发羌”。公元7世纪初，著名的松赞干布以武力统一了西藏，包括四川、青海、甘肃、云南边缘的各部落，建立了吐蕃（bō）王朝。发羌当时在西藏北部地区，是羌的一支。由于战乱，发羌向西南迁徙，与西藏的土著居民——雅隆人等融合形成统一的藏族。松赞干布对藏族的形成做出了贡献。

新疆地区是由维吾尔、哈萨克等民族的先民开发的。维吾尔的先民比较普遍的说法是汉代的丁零族和唐代的回纥族。后来又与其他民族经过长期的融合，才发展为维吾尔族。

西南和中东南地区，古代的居民为三大系统。一系是以畜牧业为主的氐羌人；另一系是傍水而居的农业民族百越人；再一系是在湖泊众多的江、淮地区居住的三苗。他们的后代分别是今天的彝、傈僳、纳西、白、拉祜、哈尼、基诺、黎、侗、傣、布依、苗、瑶、壮等民族。他们开发了辽阔的土地，创造了具有特色的文化。

东北的白山黑水是满族的故乡。满族的族源可以追溯到两千多年前的肃顺以及后来的挹娄、勿吉、靺鞨和女真。十三世纪初期，蒙古灭金；女真受元朝统治。满族就是由女真人逐渐演化，于明朝末期形成。满族与汉、赫哲、鄂伦春、鄂温克、达斡尔族等民族一起开发了东北地区。

蒙古族的族源是唐朝时期的蒙兀室韦。公元7世纪往西迁徙至蒙古草原。十二世纪宋朝时期有许多部落在蒙古草原和贝加尔湖一带。十三世纪初，蒙古部的成吉思汗统一了各部落，互相融合，形成了一个新的共同体，以蒙古部的名字命名，这就是蒙古族的由来。