

中华民族文化大系

「拉祜族」



澜沧笙歌

主编 刘劲荣 张锦鹏

总顾问单位 国家民族事务委员会



上海锦绣文章出版社 上海文化出版社





国家出版基金项目
NATIONAL PUBLISHING FUND PROJECT

中华民族文化大系

【拉祜族】



澜沧笙歌

主编 刘劲荣 张锦鹏

总顾问单位 国家民族事务委员会

上海锦绣文章出版社 上海文化出版社



图书在版编目(CIP)数据

澜沧笙歌：拉祜族 / 刘劲荣，张锦鹏主编. — 上海：上海锦绣文章出版社：上海文化出版社，2017.8
(中华民族文化大系)
ISBN 978-7-5452-1883-1
I. ①澜… II. ①刘… ②张… III. ①拉祜族—民族历史—中国②拉祜族—民族文化—中国 IV. ①K285.8
中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第166445号

上海文化发展基金会图书出版专项基金资助项目

责任编辑 陈丹正
整体设计 周艳梅
美术编辑 费红莲
督 印 张 凯

书 名 澜沧笙歌——拉祜族
主 编 刘劲荣 张锦鹏
出 版 上海锦绣文章出版社 上海文化出版社
出 品 上海故事会文化传媒有限公司
(200020 上海市绍兴路74号 www.storychina.cn)
发 行 上海世纪出版股份有限公司发行中心
印 刷 上海雅昌艺术印刷有限公司
版 次 2017年8月第1版 2017年8月第1次印刷
规 格 787×1092 1/16 印张 9.75
书 号 ISBN 978-7-5452-1883-1/G·723
定 价 70.00元

版权所有 翻印必究



上海故事会文化传媒有限公司 出品(00640) www.storychina.cn

上海故事会文化传媒有限公司所有图书可办理邮购，免收邮费(挂号除外)

汇款地址：上海市南绍兴路74号(200020)

收 款 人：上海故事会文化传媒有限公司出版发行部

联系电话：021-64338113

如发现本书有质量问题。请与印刷厂质量科联系 T: 021-68798999

目录

CONTENT

前言	弘扬优秀民族文化 打造传世文化精品	6
序言	拉祜山乡——我永远的美丽天堂	刘劲荣 13
	《送荷包》	13
民族概况	拉祜族	20
本书导读示意图		24

第1章 澜沧江畔“虎”民族 地理和历史

27



澜沧江两岸的美丽家园	28
------------------	----

大山与大江的交响,拉祜人钟情的热土

神秘的拉祜族,生活在何方?	28
分布在世界各地的拉祜族	29
山地与平坝交错的聚居区	29
大山深处的拉祜人家	30
长年不熄的火塘,家庭生活的中心	33
我国南方少数民族的火塘文化	35

从远古走来的“虎”民族	38
-------------------	----

自青海湖畔一路向南,追寻宝箭落下的地方

古羌人族系的后裔	38
拉祜族的三大支系:拉祜纳、拉祜西和苦聪	39
历经千余年的大迁徙	39
拉祜古歌中的迁徙之路	41
不屈的拉祜人	42
改土归流	42
新中国成立后的新生	43
寻访原始森林中的苦聪人	44
创制拉祜文字,推进文教事业	46
拉祜族语言	47

拉祜文化之源——《牡帕密帕》	50
----------------------	----

悠远而苍凉的古调,似乎从远古深处传来

《牡帕密帕》的发掘与整理	52
--------------------	----

第2章
来自远古的吟唱：
《牡帕密帕》
创世史诗

49



第3章
“厄莎”至上：
拉祜人的精神世界
宗教文化

71

天地万物从哪里来，拉祜族人从哪里来 53

拉祜人如何解开这永恒的谜团？

厄莎从虚空中创造天地 53

种葫芦孕育人类 54

比氏依松：第一代拉祜族人的诞生 55

追寻宝箭落下的地方 55

以狩猎著称的拉祜族 56

《牡帕密帕》的文体 60

《牡帕密帕》：拉祜族的“百科全书” 61

取之不尽的文化宝库和智慧源泉，哺育一代又一代拉祜人

对宇宙万物的原初解读 61

传递生产生活经验 63

厄莎赋予世界秩序和规则 64

凸显拉祜族的价值观念 65

刀耕火种的拉祜族传统生计 66

《牡帕密帕》中的敬老传说 67

五世传唱之家：访《牡帕密帕》国家级传承人李扎戈 68

李扎保吟唱《牡帕密帕》片段 69

源于《牡帕密帕》的“厄莎”崇拜 72

“有太阳、月亮照耀的世界，就有厄莎存在”

厄莎神没有具体的形象 72

保护村落，驱除邪恶的精灵 74

拴福线向厄莎讨福 74

宗教仪式专家“摩巴” 76

摩巴由来的传说 76

拉祜族的本土信仰与外来宗教 78

独特的“两性合一”文化 80

“世间万物成双对，形单影只不存在”

创世神话是“两性合一”文化的源泉 81

拉祜村寨的男女首领制 81

目录 CONTENT

第4章 葫芦是拉祜人的根 葫芦文化

87



鲜明的二元合一世界观 82

男女同做主,夫妻共掌权 84

从葫芦里走来的拉祜族 88

没有哪个民族的葫芦神话像拉祜族那样丰富细腻

葫芦生人神话是母体崇拜的缩影 88

“厄莎找葫芦”蕴含拉祜族的植物学文化 89

兄妹成婚,成为人类的始祖 91

我国南方各民族的葫芦神话 92

拉祜人的日常生活离不开葫芦 93

葫芦是拉祜人最亲密的陪伴

作为食材和药物的葫芦 93

葫芦制成的器物是拉祜人的最爱 93

葫芦笙曾经救过拉祜人被掳的妻儿 95

共根意识:拉祜族葫芦文化的核心 96

全世界的拉祜人都认葫芦这个“根”

拉祜族最隆重的节日——葫芦节 98

从《芦笙恋歌》走进拉祜族音乐 102

视芦笙为生命,融汇中西音乐元素

芦笙——拉祜族的标志性乐器 102

电影《芦笙恋歌》主题歌《婚誓》片段 102

作为《婚誓》旋律原型的拉祜族情歌《送荷包》片段 102

一曲“芦笙恋歌”让世人认识了一个民族 104

广为流行的“响篴”和“哩嘎哪” 106

源于汉族,却独具民族风味——拉祜族小三弦 107

拉祜族的“阿炳”——张老五 107

张老五小三弦作品《拉祜古调》片段 108

人间与厄莎沟通的神器——神鼓 109

善于吸收外来音乐元素的拉祜人 110

游猎生活与拉祜族音乐 111

第5章 芦笙相伴的 舞步歌声 音乐舞蹈

101

目录 CONTENT



第6章 林中的彩虹 服饰

127

“跳得黄灰起”的芦笙舞 112

粗犷而豪放,跳出山地民族的无限热情

秋收与过年时的狂欢 112

芦笙舞有特定的顺序 112

芦笙舞的三大部分结构 114

以脚、腿动作表情达意 116

乐调与舞步浑然一体 116

芦笙舞的渊源 116

南戛厄科:拉祜族芦笙最正宗的产地 118

套路丰富的舞步,沟通神灵、自然与生活 119

四大类型,100余个套路,拉祜人最精彩的肢体语言

芦笙舞的类型和套路 119

祭告厄莎,祈福来年 120

展现生灵的情趣 121

李扎戈表演“孔雀舞”片段 121

完整再现拉祜人的劳作和生活 122

祈求福气、扫除邪气的“嘎括根” 123

芦笙舞经典之作——斑鸠拣谷子舞 124

芦笙舞传承人李石开一家 125

兼具南、北方民族特色的拉祜族服饰 128

既有高开衩的长袍,也有婀娜多姿的短衣筒裙

神奇绝世的千蜘蛛网衣 129

服饰承载着拉祜族厚重的历史文化 130

无声的语言,绚烂的色彩

凸显拉祜族生计的服饰图案 130

恋爱花和兄妹花:民族繁衍和团结的象征 130

源于厄莎崇拜的太阳花图案 131

狗牙花反映拉祜族对狗的特殊感情 132

含义丰富的拉祜族银饰 132

纪念迁徙历史的三道红色花纹 133

目录

CONTENT



崇尚黑色,五彩缤纷——拉祜族服饰的色彩世界	134
最具特色的饰物——包头和挎包	135
拉祜族的标志性饰物	
黑布包头是拉祜族迁徙和战争的见证	135
男女出门都喜欢携带的拉祜族挎包	135
串婚中的“抢包头”习俗	136
流淌着自然清香的拉祜族服饰制作工艺	137
纯天然原料,纯手工制作	
蒋石妹与拉祜族服饰的深厚情缘	138

拉祜族文化深度游	142
----------------	-----

亲密接触原汁原味的拉祜族文化

最大的拉祜族城镇——澜沧县城(勐朗镇)	142
拉祜传统文化保留最完整的糯福南段村	143
不可错过的赶街	143
野阔拉祜——原生态的拉祜山乡	143
富邦佻朗——拉祜族编织之乡	144
酒井老达保——唱响《快乐拉祜》的地方	145
东回班利——拉祜族摆舞之乡	145
令人垂涎的拉祜族美食	145
拉祜族地区风俗禁忌	147
探访千年古茶文化	148

拉祜族也是种茶历史悠久的民族

古茶园与古村寨的交响——惠民景迈芒景景区	148
世界上唯一一棵古老的过渡型古茶树——邦崴古茶树	148
旅游纪念品	149
亲近自然,放松身心	150
拉祜山乡最原生态的自然风景	
孔明山——大地调色板	150
大自然的恩赐:温泉	151
旅游时间	151

第7章 四季如春的 边疆宝地 走进拉祜族

141



编后记

153



国家出版基金项目
NATIONAL PUBLISHING FUND PROJECT

中华民族文化大系

【拉祜族】



澜沧笙歌

主编 刘劲荣 张锦鹏

总顾问单位 国家民族事务委员会

上海锦绣文章出版社 上海文化出版社



中华民族文化大系

总顾问单位

国家民族事务委员会

指导单位

中共上海市委宣传部

中共云南省委宣传部

编委会主任

杨振武 王仲伟

编委会副主任

高韵斐 房剑森

总主编

乌丙安(蒙古族)

中国民俗学会荣誉会长、国家非物质文化遗产保护专家委员会
副主任、辽宁大学教授

郝苏民(回族)

中国少数民族民俗研究中心荣誉主任、国家非物质文化遗产保护
专家委员会委员、西北民族大学教授

葛剑雄

教育部社会科学委员会历史学部委员、中央文史研究馆馆员、复旦
大学教授

策划单位

上海故事会文化传媒有限公司

上海市国际文化传播协会

上海文坊文化传播有限公司

策划人

冯 杰 俞惠煜 吴 铁

策划执行

叶维义 杨 婷





《澜沧笙歌——拉祜族》

主 编

刘劲荣（拉祜族） 云南民族大学教授

张锦鹏 云南大学教授

撰稿专家(按章节顺序排列)

刘劲荣（拉祜族） 云南民族大学教授

张锦鹏 云南大学教授

熊开万 昆明学院讲师

张劲夫（拉祜族） 云南民族大学讲师

杜杉杉 美国图兰大学教授

谭学金（傣族） 云南广播电视台主任编辑

黄凌飞 云南艺术学院教授

苏翠薇（拉祜族） 云南省社会科学院研究员

姚 倬 上海画报社资深记者

澜沧拉祜族自治县南岭乡勐炳村龙潭老寨,是保存最为完好的拉祜族原生态村落之一(图/李平)

中华民族文化大系

编委会成员(按姓氏笔画排列)

- | | |
|---------------------|----------|
| 马少青(保安族) | 马成良(东乡族) |
| 马成俊(撒拉族) | 马沛霆(保安族) |
| 马宗保(回族) | 马居里(回族) |
| 王 睿 | 王阿章(基诺族) |
| 王国荣 | 王学萍(黎族) |
| 王清华 | 王新华 |
| 乌丙安(蒙古族) | 玉罕娇(布朗族) |
| 石朝江(苗族) | 龙耀宏(侗族) |
| 卡米力·库尔马尤夫(塔塔尔族) | 叶维义 |
| 田 甜 | 田兆元 |
| 白 兰(鄂伦春族) | 白永芳(哈尼族) |
| 白志红 | 冯 杰 |
| 刘 江 | 刘劲荣(拉祜族) |
| 齐木德道尔吉(蒙古族) | 孙 颢 |
| 孙一兵 | 杜玉亭 |
| 李 平 | 李 欣 |
| 李东红(白族) | 李志民 |
| 李金明(独龙族) | 李绍恩(怒族) |
| 李晓斌(白族) | 杨 婷 |
| 杨小林 | 杨国才(白族) |
| 杨福泉(纳西族) | |
| 吾尔买提江·阿布都热合曼(乌孜别克族) | |
| 肖卫红 | 吴 铁 |
| 吴 锴 | 何 林(彝族) |
| 何 明 | 何承伟 |
| 汪冬梅 | 沙马拉毅(彝族) |
| 张 岚 | 张 玥 |





- | | |
|----------------|---------------|
| 张 翠 | 张锦鹏 |
| 陈 倩 | 陈 徵 |
| 陈丹正 | 陈勤建 |
| 罗春寒(水族) | 和少英(纳西族) |
| 金黎燕(景颇族) | 周亚成 |
| 周志军 | 周国茂(布依族) |
| 周艳梅 | 郑继强(仡佬族) |
| 房剑森 | 孟旭彦 |
| 赵卫星 | 赵昌平 |
| 郝苏民(回族) | 胡文明(普米族) |
| 段 超(土家族) | 俞惠煜 |
| 姜复生 | 姜逸青 |
| 袁晓文(藏族) | 都永浩(朝鲜族) |
| 贾合甫·米尔扎汗(哈萨克族) | 夏 蒙 |
| 夏一鸣 | 热依拉·达吾提(维吾尔族) |
| 铁穆尔(裕固族) | 徐 炯 |
| 徐艺乙 | 高志英(纳西族) |
| 高韵斐 | 郭 锐(佤族) |
| 郭志超(回族) | 郭建斌 |
| 黄永松 | 曹先强(阿昌族) |
| 鄂崇荣(土族) | 康南山(傣族) |
| 彭卫国(土家族) | 葛剑雄 |
| 蒋澄澜 | 傅爱明 |
| 街顺宝(彝族) | 童翔蔚 |
| 蓝炯熹(畲族) | 赖永良(德昂族) |
| 蔡武成(傈僳族) | 阚宁辉 |
| 樊人龙 | 滕春华(俄罗斯族) |
| 颜莹舫 | 毅 松(达斡尔族) |

盛装的拉祜族妇女(图/郑宪章)

弘扬优秀民族文化 打造传世文化精品

中国自古就是一个统一的、多民族的国家，各民族之间交往频繁，相互依存，相互融通，血肉相连。上下五千年的中国史，就是各民族交往交流交融的历史，各民族的交往交流交融也是中华民族自我完善发展的强大推力。我国各民族都是中华民族大家庭中的成员，民族团结进步是中华民族的生命所在、力量所在、希望所在。只有加强各民族交往交流交融，在共同生产生活和工作学习中加深了解、增进感情，才能促进各民族和睦相处，像石榴籽那样紧紧抱在一起，在中华民族大家庭中守望相助、和谐共生。

文化是民族的精神血脉，积淀着民族深沉的精神追求，代表着民族独特的精神标识，文化自信是国家发展更基本、更深层、更持久的力量。中华文化是一个有机的整体，优秀的民族文化是中华民族深厚的历史文化和丰富的人文风情的重要组成部分。中国56个民族的文化尽管个性纷呈，但是它们都深深根植于整个中华民族文化的丰厚土壤里，既特色多元又融为一体，“各美其美，美美与共”，共同创造了源远流长、灿烂辉煌的中华文化，对延续和发展中华文明、促进人类文明进步，发挥着非常重要的作用。

各民族优秀的文化事项和文化元素，不仅是各民族的文明精华，更是今天整个中国文化大发展的源头和根基。我们要坚持辩证唯物主义和历史唯物主义，不断赋予新的时代内涵和现代表达形式，不断补充、拓展、完善，使中华民族最基本的文化基因与当代文化相适应、与现代社会相协调、与时代需求相结合。优秀的民族文化元素一旦与现代理念和技术相结合，必将焕发出勃勃生机，有利于中华文化在今天的多元文化中彰显出自己的特色与个性，有利于促进新一轮的中华文化大发展。

习近平总书记在中央民族工作会议上指示：“让各族人民增强对伟大祖国的认同、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。我们越是接近民族复兴的目标，就越需要汇聚全民族的磅礴之力。”民族问题是事关国家长治久安的核心和要害问题，民族团结是实现中华民族伟大复兴中国梦的基石和“助推器”，向广大民众展示、解读、传播、弘扬各民族文化，促进各民族相互了解、相互尊重、相互包容、相互欣赏、相互学习、相互帮助，具有十分重要的意义，是非常必要、非常迫切的任务。只有加强民族之间的相互了解，才能消除偏见和误会，让民族团结之花常开长盛，共建美好的中华民族大家庭。

上海故事会文化传媒有限公司、上海市国际文化传播协会、上海文坊文化传播有限公司多年来一直致力于中华民族优秀传统文化的弘扬及其创造性转化和创新性发展，取得了诸多成果。由三家单位策划的这套“中华民族文化大系”大型丛书汇集众多民族文化研究成果，集聚一流的民族文化专家学者，解读各民族悠久灿烂的文化，展示中华民族共同的精神家园，极大丰富了国民的文化认知。为配合做好新形势下的民族工作，出版这类既有主体观、本土观，也有他者观、国家观，既立足于学术，又为群众喜闻乐见的普及型著作，可谓恰当时。这套丛书虽然是一部以传统纸质印制的图书，但又不拘泥于纸张，利用现代理念和技术进行文化整合创新，使传统图书与各种新兴媒体表现手段有机结合，在可读性、大众化方面进行了独具中国特色和当下风格的内容表达与视觉呈现的探索，以期让读者获得更完整、更全面的阅读体验。

我国众多民族与周边各国的民族和人民之间有着千丝万缕的联系，而民族文化具有独特的魅力以及广泛的文化传播力，尤其是与“一带一路”国家战略高度契合。希望这套丛书可以推动中华优秀传统文化的国际传播，推动中外文化的交流互鉴，成为中国民族文化“走出去”的力作。同时，这套丛书也将以令人信服的内容成为世界准确客观了解中国的窗口，并回答国际社会对我国民族问题的关切和期待。

2016年12月29日，习近平总书记致信祝贺《大辞海》出版暨《辞海》第一版面世80周年，对出版工作作出了“坚定文化自信，坚持改革创新，打造传世精品”的重要指示，作为富有责任感、使命感的出版文化工作者，我们更有义务做好弘扬优秀传统文化、打造传世精品的工作，讲好中国故事，谱写中国篇章，宣传中国文化，担当中华优秀传统文化的传承者和守卫者。

本书编委会

2017年6月

目录

CONTENT

前言	弘扬优秀民族文化 打造传世文化精品	6
序言	拉祜山乡——我永远的美丽天堂	刘劲荣 13
	《送荷包》	13
民族概况	拉祜族	20
本书导读示意图		24

第1章 澜沧江畔“虎”民族 地理和历史

27



澜沧江两岸的美丽家园	28
------------	----

大山与大江的交响,拉祜人钟情的热土

神秘的拉祜族,生活在何方?	28
分布在世界各地的拉祜族	29
山地与平坝交错的聚居区	29
大山深处的拉祜人家	30
长年不熄的火塘,家庭生活的中心	33
我国南方少数民族的火塘文化	35

从远古走来的“虎”民族	38
-------------	----

自青海湖畔一路向南,追寻宝箭落下的地方

古羌人族系的后裔	38
拉祜族的三大支系:拉祜纳、拉祜西和苦聪	39
历经千余年的大迁徙	39
拉祜古歌中的迁徙之路	41
不屈的拉祜人	42
改土归流	42
新中国成立后的新生	43
寻访原始森林中的苦聪人	44
创制拉祜文字,推进文教事业	46
拉祜族语言	47

拉祜文化之源——《牡帕密帕》	50
----------------	----

悠远而苍凉的古调,似乎从远古深处传来

《牡帕密帕》的发掘与整理	52
--------------	----

第2章
来自远古的吟唱：
《牡帕密帕》
创世史诗

49



第3章
“厄莎”至上：
拉祜人的精神世界
宗教文化

71

天地万物从哪里来，拉祜族人从哪里来 53

拉祜人如何解开这永恒的谜团？

厄莎从虚空中创造天地 53

种葫芦孕育人类 54

比氏依松：第一代拉祜族人的诞生 55

追寻宝箭落下的地方 55

以狩猎著称的拉祜族 56

《牡帕密帕》的文体 60

《牡帕密帕》：拉祜族的“百科全书” 61

取之不尽的文化宝库和智慧源泉，哺育一代又一代拉祜人

对宇宙万物的原初解读 61

传递生产生活经验 63

厄莎赋予世界秩序和规则 64

凸显拉祜族的价值观念 65

刀耕火种的拉祜族传统生计 66

《牡帕密帕》中的敬老传说 67

五世传唱之家：访《牡帕密帕》国家级传承人李扎戈 68

李扎保吟唱《牡帕密帕》片段 69

源于《牡帕密帕》的“厄莎”崇拜 72

“有太阳、月亮照耀的世界，就有厄莎存在”

厄莎神没有具体的形象 72

保护村落，驱除邪恶的精灵 74

拴福线向厄莎讨福 74

宗教仪式专家“摩巴” 76

摩巴由来的传说 76

拉祜族的本土信仰与外来宗教 78

独特的“两性合一”文化 80

“世间万物成双对，形单影只不存在”

创世神话是“两性合一”文化的源泉 81

拉祜村寨的男女首领制 81