傈僳(lì sù)族人口数为702839人(2010年)，主要聚居在云南省西北部怒江傈僳族自治州的泸水、福贡、贡山、兰坪4县及迪庆藏族自治州的维西傈僳族自治县，其余分布在丽江、德宏、楚雄、保山、大理、临沧、普洱等州(市)以及四川省的凉山彝族自治州和攀枝花市。

傈僳族居住地区峰峦重叠，百川汇流。怒江傈僳族自治州境内自西向东分布着担当力卡山、高黎贡山、碧罗雪山、云岭，海拔均在4000米以上。独龙江、怒江、澜沧江分流其间，形成南北走向的闻名于世的高山峡谷区。河谷和山巅相差达3000米，气温悬殊很大。这一带被称为我国南北动植物交汇的“十字路口”，有极其丰富的动植物资源。水能资源也十分丰富，自然风光神奇迷人，民族风情绚丽多彩。

傈僳族：
彪悍勇武　能歌善舞

傈僳族欢度阔时节

古老的氐羌族系

傈僳族源于古老的氐羌族系，属于蒙古人种南亚类型，与彝族有着渊源关系。

关于傈僳族的文献记载，最早见于唐樊绰《蛮书·名类》：“栗粟两姓蛮，雷蛮、梦蛮皆在茫部（按：茫应为邛）台登城，东西散居，皆乌蛮、白蛮之种族。”所谓“栗粟两姓蛮”即今傈僳族先民。这段记载比较准确地记述了傈僳族和纳西族先民在1200多年前的地理分布状况，并把他们同其他部落集团区分开来。

两宋时期，文献上很少有关傈僳族的记载。原因是，北宋立国后默认大渡河以西为大理国管辖之地，极少过问这一区域的政事。14世纪以后，文献和地方志中出现了关于傈僳族的记载。据明《景泰云南图经志书》卷四载：“有名栗粟者，亦罗罗之别种也，居山林，无室屋，不事产业，常带药箭弓弩，猎取禽兽，其妇人则掘草木之根以给日食；岁输官者，唯皮张耳。”这段记载表明，时人认为傈僳族属于“罗罗别种”，即彝族的一支；傈僳族还没有进入农业社会，以狩猎、采集生活为主，但他们必须把兽皮缴纳给官府。

16世纪中叶，大部分傈僳族仍然过着狩猎和采集生活，居住在金沙江两岸，受丽江土知府木氏的统治。

元、明时期，傈僳族先民已完成了第一次、第二次大规模迁徙，即从青藏高原经四川盆地西缘南迁至云贵高原北部，主要分布在川、滇两省的雅砻江、金沙江流域，分别受元代丽江路军民总管府和明代丽江土知府木氏、永宁纳西族阿土司、金沙江东岸彝族奴隶主、维西纳西族土千总的统治。16世纪，丽江木土司与西藏地方统治集团为争夺中甸、津州（今云南丽江巨甸）、临西（今云南维西）、阿敦子（今云南德钦）和宁蒗一带的统治权，爆发了长期的战争。傈僳族人民不堪兵丁苦役的重负，在荞氏族首领木必扒的率领下，渡过澜沧江，越过碧罗雪山，开始进入怒江地区。19世纪，恒乍绷、唐贵、丁洪贵、谷老四等领导的几次起义先后失败后，大批傈僳族整个氏族、整个村寨地向西迁入怒江地区，有的继续向西越过高黎贡山，进入缅甸境内；有的向南沿澜沧江、怒江经镇康、耿马进入沧源、孟连等地；有的则沿金沙江南下，进入禄劝、大姚等地。迁徙中，傈僳族的居住地区不断扩大，并分散为许多小块，和其他民族交错杂居。

傈僳族主要聚居的怒江地区

19世纪20年代，清朝在靠近内地傈僳族分布的丽江、永胜、华坪等地，实行“改土归流”。一些世袭的纳西族和白族土司为流官所取代，促使这些地区的封建领主经济向地主经济转化。19世纪末、20世纪初，大批汉、白、纳西等族人进入怒江地区，带去了大量铁质农具和比较先进的生产技术。

1907年至1908年，阿墩子（今德钦）弹压委员夏瑚奉命两次巡查怒江地区，抚慰各族人民，查免了察瓦龙、康普、叶枝土司的苛派，深受各族人民的拥戴。同时，他还委派数十名伙头管理各个村寨，这是怒江地区设立公职人员建立统一的行政管理机构的开端。

1912年，云南军都督府组织殖边队进驻怒江地区，抵御了英国殖民势力的入侵。并实行“开笼放雀”，用武力强制释放奴隶，使怒江傈僳族的家长奴隶制基本上被摧毁。

1948年，中国共产党派遣部分党员到滇西北工作，得到了碧江、福贡傈僳族上层裴阿欠、霜耐冬等人支持。1950年初以后，人民解放军先后进驻兰坪、碧江、福贡、贡山、泸水，怒江地区获得解放。

美好的新生活

新中国成立后，傈僳族人民过上了新生活。1954年8月，怒江傈僳族自治区建立，1957年1月改为自治州。人民政府为充分保障傈僳族人民的政治生活权利，还在丽江、大理、迪庆等部分地方设置了傈僳族乡。

1980年，国务院决定设立“支援经济不发达地区发展资金”(简称发展资金)，主要用于老革命根据地、边远山区、少数民族自治地方和经济基础比较差的地区加快经济发展。当年云南省发展资金用于包括怒江州在内的部分地区，全部免除怒江州的公余粮和农业税。

改革开放以来，政府加大了傈僳族地区的投入，使广大傈僳族地区经济社会呈现出欣欣向荣的发展势头，傈僳族地区社会面貌发生了翻天覆地的变化。农业生产稳步发展，农业基础地位进一步加强，精耕细作的传统农业和以科技为主的现代农业有了较快发展，农业生产条件得到了较大改善。工业从无到有。新中国成立后，怒江地区开始建立起初步的加工工业，如制盐、建材、制药、造纸等。改革开放以来，工业得到进一步发展，现已建立起冶金、森工、建材、电力、制盐、副食品加工、印刷、桐油加工、地方民族工艺品加工业等生产门类。

傈僳族地区的交通、电信事业发展迅速。怒江地区山高水险，深谷纵横，自古交通闭塞。过去没有公路，连驿道也很少。人背马驮，成为当地唯一的交通运输方式。新中国成立后，人民政府帮助边疆地区修通了怒江同内地联系的主要交通干线瓦碧（瓦窑到原碧江）公路。同时新建和加宽了6000多千米长的驿道，架设了18座坚固的钢索吊桥和20多座河桥。交通部长期在怒江地区实施交通扶贫工程，实行“对口扶贫，单位包干，不脱贫不脱钩”的方针。

民族教育突飞猛进。新中国成立前，怒江地区沿边4县仅有小学5所，在校生不到200人，中学生只有2名。刻木结绳记事，在傈僳族人民的生活中曾很普遍。新中国成立以来，国家先后拨出大量专款，从内地派去大批优秀教师，帮助傈僳族发展教育事业。如今，怒江州已经基本形成普通教育、职业教育、成人教育共同发展的提高人口素质的教育体系。傈僳族现在不仅有了自己的大学生，还有了自己的硕士、博士。

民族干部队伍不断成长壮大。长期以来，党和政府非常重视傈僳族干部和专业技术人员的选拔、教育和培养，采取多层次、多形式、多渠道的培养途径，先后选送一批批傈僳族青年到北京、昆明等地进行政治、文化以及各种岗位技能的培训、学习。党的十一届三中全会以来，又按照干部“革命化、年轻化、知识化、专业化”方针和“德才兼备”的要求，通过在岗学习、学历教育、长期培训、挂职锻炼以及跟班学习等方式提高了傈僳族干部的科学文化素质和实际工作能力，大批德才兼备、年富力强、思想解放、开拓进取的傈僳族干部和知识分子走上了各级领导和专业技术岗位。

（摘自《民族问题五种丛书》之《中国少数民族》卷，**苗春**编辑整理）

善武也善舞

在长期的历史发展中，傈僳族人民创造了丰富多彩的文化。

礼俗节庆文化富有特色。傈僳族群众称一年一度的年节为“阔时”。过去没有固定日期，一般在夏历十二月初五至次年正月初十这段时期内，即樱桃花开季节。现在阔时节已定为傈僳族共同欢度的一个民族节日，时间为每年公历12月20日。年节期间，习惯上都要舂籼米粑和糯玉米粑，并酿制香醇的水酒。年节的第一天，各地的男女青年都要盛装打扮，聚集到所属村寨的公共场所——打场，举行射弩、跳舞、对歌等活动，这是青年男女互相倾诉爱情，定亲结友的大好时机。

刀杆节也是部分傈僳族人们的隆重节日。时间是农历二月初八。刀杆节有数百年历史。相传是为了纪念明代率领傈僳族民众抵御外族入侵云南边疆却不幸被奸臣所害的兵部尚书王骥。傈僳族善于射弩箭，具有惊、险、奇、绝的特点，曾在全国、全省性民族体育竞赛中获得过第一名。1991年，傈僳族女射手余丽珍曾应邀前往日本介绍这一传统体育项目。

春节期间，怒江峡谷的傈僳族人民还有“春浴”的风尚。凡沿江两岸有温泉的地方，都是人们欢聚沐浴的场所。前往“春浴”的人们，都要带着年食、行李在离温泉不远的地方搭起竹棚，或找岩洞歇息。一般都要在温泉住上三五天，有的每天洗浴五六次之多，认为这样才能消除疾病，增强免疫力。

收获节也是傈僳族的一个重要节日。每年农历九至十月，当新谷、玉米开始收获时，家家户户煮酒尝新。男女老少聚集在村寨广场，高烧篝火，老人弹琵琶、月琴，边唱边跳，讲述远古的历史；青年男女则围成圆圈跳集体舞，边跳边饮水酒，歌舞达旦，尽欢而散。

傈僳族的男女衣着都富有民族和地区特色。傈僳族妇女的服饰非常美观大方。服装的样式有两种：一种上着短衫，下穿裙子，裙长及脚踝，裙折很多；另一种上着短衫，下着裤子，裤子外面前后系小围裙。妇女的短衫长及腰间，对襟，满圆平领，无钮扣，平素衣襟敞开，天冷则用手掩，或用项珠或贝、蚌等饰品压住。有的以黑布镶边，衣为白色，黑白相配极为美观。新中国成立以前，各地傈僳族男子服饰都是麻布长衫或短衫，裤长及膝，有的以青布包头，有的蓄发辫缠于脑后。所有成年男子都喜欢左腰佩砍刀，右腰挂箭包，箭包多以熊皮、猴皮制成。

傈僳族的自然历法，很富有民族和地区特色。他们借助于山花开放、山鸟啼鸣、大雪纷飞等自然现象的变化，作为判断生产节令的物候。傈僳族人民把一年分为干湿两季，干季一般从头年公历11月雨季结束到次年2月雨季来临，湿季则从公历3月到10月，正是气温升高、雨多湿度大的时期；把一年划分为：花开月(3月)、鸟叫月(4月)、烧火山月(5月)、饥饿月(6月)、采集月(7、8月)、收获月(9、10月)、煮酒月(11月)、狩猎月(12月)、过年月(1月)、盖房月(2月)等10个节令。

傈僳族是一个能歌善舞的民族。民歌是傈僳族人民喜爱的艺术活动。用傈僳族自己的话来说，那就是“盐不吃不行，歌不唱不行”。民歌几乎成了傈僳族人民的“第二语言”，无论在各种生产活动中，或是婚丧嫁娶时，傈僳族都要唱歌，甚至告状打官司或调解纠纷，也常采用唱调子的方式解决。在唱短音符时常大量运用颤音，唱长音时则唱得平直朴素，音色浑厚低沉，使人感觉具有一种深厚的内在力量。傈僳族较流行的乐器主要有琵琶、口弦等。琵琶的形状与汉族琵琶大致相同，口弦音量虽小，但很动听。傈僳族舞蹈表现形式丰富多彩，如有模仿动物动作和习惯的猴子划拳舞、鸽子喝水舞、鸟王舞等；表现日常生活的婚礼舞、洗衣舞、脚跟舞等。傈僳族的舞蹈动作矫健有力、活泼多变，多采用节奏性较强的2拍或2拍、3拍混合的节奏，显得热情奔放，泼辣、粗犷。

傈僳族还创造了许多具有本民族鲜明特色的、丰富多彩的民间文学作品，主要是口头文学，以歌唱和讲述的方式口耳传承下来。有关神话和历史传说的作品，如《创业纪》《我们的祖先》《横断山脉的传说》《开天辟地的故事》等。傈僳族的叙事长诗，题材和内容十分丰富，通常有完整的故事情节和鲜明的人物性格，如“粗兹木刮”(《重逢调》)就长达1500余行。

傈僳族极善弓弩

傈僳族过刀杆节的情景

□TA说民族

追赶太阳的民族——傈僳族

李贵明（傈僳族）

傈僳族是我国古老的民族之一，是古代氐羌民族与西南民族融合而成的新民族。近年来，也有学者认为傈僳族族源指向公元前6800年前的古栗陆氏，认为其先民曾经建都栗城，即位于今河南省夏邑县城关镇天龙湖北门的“栗城遗址”。在第五代栗陆氏政权崩溃后，傈僳族先民踏上了漫长的西迁之路。

现代傈僳族属于古代施蛮、顺蛮部落的直系后裔。云南地方史料记载：“汉，铁桥西北为施蛮所据。”说明傈僳族先民在汉朝已向西迁徙至澜沧江中游地区。关于傈僳族族称，在云南地方史料中的最早记载是“唐贞元十一年（公元795年），南诏异牟寻夺蛮地，名北方賧，徙昆弥河傈僳实其地”，记录了傈僳族先民在西进澜沧江流域后，至唐朝时期又有一些部族东迁至今滇、川、藏交界地区的历史。唐咸通年间，樊绰著作《蛮书》中出现了“栗粟两姓蛮……皆在邛部、台登城，东西散居”的记载，说明东迁的傈僳族部落在70多年后到达了川西雅砻江、大渡河、安宁河流域。唐人樊绰的记载被学术界认为是傈僳族族称在中华史书中的正式出现。除了在云南西北活动的施蛮、顺蛮之外，唐宋时期活跃在唐、吐蕃、南诏边界地区的“山后两林”部落也是今云南省中部傈僳族的直系祖先。

在明朝“三征麓川”（今云南德宏）期间，傈僳族随军西征戍边。至万历年间，由于卷入漫长的民族战争，傈僳族荞氏部落的一支队伍在首领“刮帕木毕”的率领下，在今云南西北的维西县境内作战失利，傈僳族部落战士被迫渡过澜沧江，翻越碧罗雪山进入怒江流域，引发傈僳族历史上第一次向西大迁徙。清嘉庆六年，横断山区的傈僳族在民族英雄恒乍绷的领导下，爆发了大规模的反封建武装斗争，战斗持续两年后遭到残酷镇压，由此再度发生澜沧江流域傈僳族第二次大规模向西部怒江和缅甸北部迁徙的事件。嘉庆二十五年（公元1820年），云南永北府的傈僳族因为土地纠纷，在唐贵的领导下再度爆发反抗封建统治的武装起义。长期以来，崇尚自由的傈僳族人民不畏强权、勇于牺牲，反压迫、反专制斗争彼伏此起。

傈僳族典籍

至中华人民共和国成立前，陆续向西迁徙的傈僳族沿怒江—萨尔温江、澜沧江—湄公河形成了北至中国藏南、南至泰国清迈的漫长散布。境外傈僳族人口大约在50至58万人之间，其中缅甸全境约43万人，泰国约有6至8万人之间，也有傈僳族旅居马来西亚、新加坡、菲律宾和欧美各地。迄今全球傈僳族人口在120至128万人之间，境外傈僳族大部分认同来自中国西部的历史，由于与华夏各族有着深厚的历史文化渊源，境外傈僳族也被视为华人。

全球傈僳族有共同的语言，认同同一祖先“濮帕巴帕”。宗教信仰有传统宗教、基督教、天主教、佛教。傈僳族创造了独特丰富的历史文化，有本民族学者汪忍波创制的文字“傈僳竹书”和西方传教士富能仁创制的“老傈僳文”等4种文字。目前，全球通用“老傈僳文”。1959年以后，中国傈僳族基本结束了迁徙，这个追逐日月西去的民族停下了脚步，做了土地的主人，辛勤耕作，获得了史无前例的跨越发展。

（作者为云南省维西县民族宗教事务局民族文化研究所所长）