土家族的风俗习惯

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：https://www.xiaorob.com/fanwen/cankao/24.html

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

土家族的风俗习惯

土家族的风俗习惯（一）：

饮食习惯

土家族日常主食除米饭外，以包谷饭最为常见，包谷饭是以包谷面为主，适量地掺一些大米用鼎罐煮，或用木甑蒸而成。有时也吃豆饭，即将绿豆、豌豆等与大米合煮成饭食用，粑粑和团馓也是土家族季节性的主食。

茶也是土家族人生活必需品，喜喝熬茶。茶用大瓦罐置火坑间熬煮，常年不离，是土家人火炕中的“不倒翁”。熬茶多用藤藤茶、老茶叶或茶果等，俗称长寿藤、神茶，学名茅岩莓。

宗教信仰

土家族处于原始宗教崇拜阶段。有祖先崇拜、自然崇拜、英雄崇拜、图腾崇拜等多种形式。

受汉族影响在宗教方面，主要迷信鬼神，崇拜祖先。这些神不是他们自己的神。过去有巫师驱鬼。有的地方信道教。

语言文字

土家语属汉藏语系藏缅语族，土家语支，也有人认为归入缅彝语支，是藏缅语族内一种十分古老独特的语言。绝大多数人通汉语，如今只有为数不多的几个聚居区还保留着土家语。没有本民族文字，现时使用1984年创制的拉丁文字，通用汉文。崇拜祖先，信仰多神。

风俗节庆

1、牛王节：每年的四月十八日，是土家族的牛王节。这天各地都要举办牛王节歌会，搭起歌台，将牛头像悬挂在歌台中央，以歌颂牛的功德。

2、嫁毛虫节：四月初八日过“嫁毛虫”节，又称“敬婆婆神”。届时，家家用红纸两条，分别写着：“佛生四月八，毛虫今日嫁，嫁出深山外，永世不归家”等字句，交叉成一“*”字，贴在堂屋左侧中柱上面，以为此举能够驱除虫害，四季平安。

3、五月节：农历五月初五，有些地方俗称五月节，民间的风俗是做粽子，挂香包，挂菖蒲艾蒿，烧艾条，到江边祭祀鬼神。

4、赶年节：土家族传统节日，以“赶年”最为隆重。土家人过大年时间比汉族提前一天，小月为腊月二十八，大月为二十九。

5、舍巴节：“ 舍巴日 ”，土家语，又称“ 舍巴巴 ”，“ 舍巴 ”摆手之意，“ 日 ”，动词，“ 做 ”之意。土家语动宾倒置，“ 舍巴日 ”，汉语直译为“ 做摆手 ”，意译为“ 摆手舞 ”。带有浓厚的祭祀色彩，歌随舞生，舞随歌名。相传摆手舞源于古代的巴渝舞，是古代的一种战舞，始于远古，繁盛于明清时期。

6、女儿会：又名恩施土家女儿会，是恩施土家族特有的风俗习惯，也是男女青年谈情说爱的一种场所，被誉为东方情人节或土家情人节。

7、六月六：绝大部分土家族都将六月六称之为“ 晒龙袍 ”，与汉族称谓基本相同。

8、调年会：“ 调年 ”是土家族的春节，它要先汉族的春节一天。

歌舞文化

1、傩堂戏：土家族的一种祭祖活动，又受到中原文化及巴、楚文化的影响，有着比较明显的巴人“ 俱事鬼神 ”和楚人笃信巫术的文化痕迹。

2、摆手舞：土家族祭祀祈祷的一种活动，一般在年节举行，并发展为祭祀、祈祷、歌舞、社交、体育竞赛、物资交流等综合性的民俗活动。

3、茅古斯舞：茅古斯，土家语称为“ 古司拨铺 ”，意即“ 祖先的故事 ”。汉语多称为茅古斯或毛猎舞。属土家族流传至今的古老的表演艺术之一，且传统的毛古斯是不允许女性参与表演。主要于每年岁首参与土家族摆手舞中作穿插性表演，也有在必须场合单独表演。

土家族的风俗习惯（二）：

土家族主要从事农业。织绣艺术是土家族妇女的传统工艺。土家族的传统工艺还有雕刻、绘画、剪纸、蜡染等。土家织锦又称“ 西兰卡普 ”，是中国三大名锦之一。

土家族爱唱山歌，山歌有情歌、哭嫁歌、摆手歌、劳动歌、盘歌等。摆手舞、酉阳民歌、酉阳古歌被列入国家级非物质文化遗产名录，酉阳县2010年10万人同跳摆手舞创造吉尼斯世界纪录，被文化部命名为2011∽2013年度“ 中国民间文化艺术之乡 ”，2010年10月18日，贵州省沿河土家族自治县被命名为“ 中国土家山歌之乡 ”。传统舞蹈有“ 摆手舞 ”、“ 八宝铜铃舞 ”及歌舞“ 茅古斯 ”。乐器有木叶、“ 咚咚喹 ”、“ 打家伙 ”等。《龙船调》在二十世纪八十年代，就被联合国科教文组织评为世界25首优秀民歌之一，湖北省恩施土家族苗族自治州利川市被称为《龙船调》的故乡。

土家族的风俗习惯

民族风情

土家族地区，山岗缠绕，物产丰富。有着雄奇的自然风光和浓郁的民族风情，吸引着中外游人。土家族自称“ 毕兹卡 ”，一般认为是“ 土生土长的人 ”之意。2000多年前，他们定居于这天的湘西、鄂西一带，称为“ 武陵蛮 ”或“ 五溪蛮 ”。

赛龙舟之习，据记载在西周时期就已出现。春秋时期的古文物青铜X上，就有古代越人京渡的图像，看来赛龙舟之习是在屈原时代之前就已有之。到了战国时代，楚国大夫屈原投汨罗江而死，于是“ 楚人哀之，乃以舟楫拯救 ”（见南北朝吴均《续齐谐记》），便使以后的赛龙舟活动成了纪念屈原的一种民俗活动。尤其是唐代之后，朝廷下令纪念屈原，赛龙舟活动在民间更为普遍地发展起来，而且千年以来常盛不衰。

农历五月初五，有些地方俗称五月节，民间的风俗是做粽子，挂香包，挂菖蒲艾蒿，烧艾条，到江边祭祀鬼神；公众性的活动则是一年一度的龙船竞渡。五月节实际就是中国传统的端午节，亦称“ 龙舟节 ”、“ 端阳节 ”。端午之“ 端 ”字为“ 月之初 ”；五月、五日自唐以来称“ 午月 ”、“ 午日 ”，故五月五日被称为“ 端午 ”；既然是两个“ 午 ”，故又被称作“ 重午 ”；再者，由于古人把午时称作“ 阳辰 ”，所以又称“ 端阳 ”。

土家人火塘内的火，四季不熄。冬天围塘取暖，平时就火用鼎罐做饭，天府好望角的土家人，勤劳质朴，从开春到深秋，有打早工的习惯。他们耿直豪爽，守信如一，有良好的道德风尚。亲朋邻里，遇结婚、丧葬、建房、天灾人

祸，互相关照，互相帮忙。遇上结婚，全寨人三天能够不开伙，一齐去贺喜，帮着迎亲、过礼、布置新房、做饭安席、照料客人。遇上白喜，听见报丧，全寨人奔来，白日帮忙张罗，夜晚跳丧守灵，直到抬丧掘墓，送葬垒坟，全当自家的事去做。修建房屋时，上梁立柱，合寨出动，无人收取分文。农忙时节，割麦栽秧，打谷扬场，对劳弱户，大家主动相帮，主人家只供饮食。薅包谷时，薅完一家，再走二家，互助互济，不要报酬，千百年来相沿成习。

上山围猎，所获猎物按“见者有份”的原则进行分配。分配时，先清点在场人数，然后按人数将兽肉砍成若干块，穿上棕绳，装入背篓，加以遮盖，棕绳头外露。一人端上背篓，转上数圈，在场的人各捉一棕绳，提出兽肉，无论好坏，都无意见。田边、地角、道旁的水果，成熟以后，路人亦可随意摘食。这些，都保留着原始分配的痕迹。

土家族的传统节日有：吃新节，舍巴日，赶年，牛王节，花朝节，洗神节等。

土家族

礼仪主要有：见面要互相问候，家有来客，必盛情款待。若有是逢年节到土家人家里做客，主人还会拿出雪白的糍粑去烤，待烤得两面金黄开花时，吹拍干净，往里灌白糖或蜂蜜，双手捧给客人。有的地方给客人吃糍粑还有些讲究，即把烤好的糍粑给客人后，客人不得吹拍火灰，要接过就咬，这时主人会抢回去吹打拍净，蘸上糖再给客人。

饮食习惯

土家族日常主食除米饭外，以包谷饭最为常见，包谷饭是以包谷面为主，适量地掺一些大米用鼎罐煮，或用木甑蒸而成。有时也吃豆饭，即将绿豆、豌豆等与大米合煮成饭食用，粑粑和团馓也是土家族季节性的

包谷饭

主食，有的甚至一向吃到栽秧时，过去红苕在许多地区一向被当成主食，现仍是一些地区入冬后的常备食品。土家族菜肴以酸辣为其主要特点。民间家家都有酸菜缸，用以腌泡酸菜，几乎餐餐不离酸菜，酸辣椒炒肉视为美味，辣椒不仅仅是一种菜肴，也是每餐不离的调味品。如插秧季节，早晨要加一顿“过早”，“过早”大都是糯米做的汤圆或绿豆粉一类的小吃。据说“过早”餐吃汤圆有五谷丰登、吉祥如意之意。土家族还喜食油茶汤。

节庆食俗

土家族民间十分注重传统节日，尤其以过年最为隆重。届时家家户户都要杀年猪，染成红、绿色，晾干而成，做绿豆粉、煮米酒或咂酒等。猪肉合菜是土家族民间过年、过节必不可少的大菜。每年农历二月二日称为社日，届时要吃社饭。端阳节吃粽子。糯米粑粑是土家族民间最受欢迎的食品之一。重阳节打粑粑，女儿“坐月”送粑粑，修房上梁抛粑粑。节日里馈赠亲友，一般也都是互送粑粑。除糯米粑粑外，还有高粱粑粑、小米粑粑、包谷粑粑等。腊肉是土家族的上等大菜。冬至一过，将大块的猪肉用

石耳炖鸡鸭

盐、花椒、五香粉腌制好，吊挂在火炕上，下烧柏树枝田，烟熏而成。一般说请客人吃茶是指吃油茶、阴米或汤圆、荷包蛋等。湖南湘西的土家族待客喜用盖碗肉，即以一片特大的肥膘肉盖住碗口，下面装有精肉和排骨。为表示对客人尊敬和真诚，待客的肉要切成大片，酒要用大碗来装。无论婚丧嫁娶、修房造屋等红白喜事都要置办酒席，一般习惯于每桌九碗菜、七碗或十一碗菜，但无八碗桌、十碗桌。因为八碗桌被称勺吃花子席，十碗的十与石同音，都被视为对客人不尊，故回避八和十。土家族置办酒席分水席（只有一碗水煮肉，其余均为素菜，多系正期前或过后办的席桌）、参席（有海味）、酥扣席（有一碗米面或油炸面而成的酥肉）和五品四衬（4个盘子、5个碗，均为荤菜）。入席时座位分辈分老少，上菜先后有序。土家族的饮酒，个性是在节日或待客时，酒必不可少。其中常见的是用糯米、高粱酿制的甜酒和咂酒，度数不高，味道纯正。

祭祀食俗

土家族过去迷信鬼神，崇拜祖先，每逢年节都要大敬祖先，初一、十五也要进行小敬。祭祖的食品有猪头、团馓、粑粑、鸡鸭和五谷种等。有的在每餐饭前，先用筷子夹少量的菜插在饭上敬默一会儿，表示请已故先人先吃，然后自己才开始食用，农历六月六日为祭土王，每个村寨都要设摆手堂，将猪头、果品等祭品放摆手堂前。十月朔日祭冬，宰鸡鸭设筵宴客。此外，土家族还敬灶神、土地神、五谷神、豕官神，在修房造屋时祭鲁班，祭品除酒肉外，还要一只大公鸡。

典型食品

土家族人最爱吃粑粑（糍粑）腊肉、油茶、白辣椒等食品，此外还有：合菜，土家族逢年过节最常吃的菜，时常同包谷烧酒一齐上桌；团馓，土家族风味小吃，用糯米饭加工后炸制而成，常用来泡水当茶为客人洗尘；绿豆粉（米粉），用大米绿豆等原料制成；油炸粑，又名油香或“灯盏窝”，是以大米、黄豆为主要原料炸制而成。

婚姻礼仪

男女多经对歌相爱结婚。土家族婚俗女子出嫁前，有“哭嫁”的风俗。为了准备哭嫁，女孩稍懂事，就要学习哭嫁。观摩、学习如何哭，很小时就陪哭。在哭嫁时，口中念念有词，叫做“送嫁饭”。哭嫁时，同村亲友的女孩都来陪哭。陪哭的人，哭得越悲哀，越动听，越感人越好。在出嫁前，姑娘如果不会哭嫁，就会受到歧视和讥笑。男方务必送粑粑到女方家，参加哭嫁的人多、范围广，而且有专门的哭嫁歌。在婚前哭嫁的时间短则五、六天，长则一二个月。要与家人、亲戚、朋友之间哭。哭的资料有“哭爹娘”、“哭哥嫂”、“哭姐妹”、“哭媒人”、“满堂哭”、“表姐妹哭”、“堂姐妹哭”等等。解放后哭嫁已逐渐淡化，仅在深山僻野居住的部分土家人中还有遗风遗俗。

丧葬礼仪

丧葬基本是土葬，土司制度前，土家族实行火葬。土司制度时期至今实行土葬，葬礼由土老司主持操办，土司祭祀亡人时，将天窗口的纺车倒纺三下，念经送亡人过天桥上天庭。然后假扮亡人，围绕“哈哈台”转圈出门，死者子女跟随土老司哭丧，土老司唱丧歌，吹牛角，顿时火炮连天，哭唱哀鸣，极为悲痛，历时几天几夜。然后将装好遗体的棺木抬上山埋葬。改土归流至民国时期，土家族丧葬由道士主持，停尸三、五、七日后，由道士根据主人家境做不同等级的道场，有“小十王”、“大十王”、“隔夜素堂”、“一竖桅”、“二竖桅”、“七竖桅”等名称。一般道场都履行下柳床、开路、荐亡、交牲、上熟、散花辞解、解灯、打绕棺、辞灵、扫堂等具体操作程序。死者亲属披麻戴孝，跟随道士行丧礼，还请人唱孝歌，以哀吊亡人。新中国成立后，土老司、道士停止活动，以开追悼会唱丧歌代替道场。并认为，人死后，会到另一个世界去享福。是好事，所以兴跳丧。

节日

土家族节日民俗较多。从节日资料看，有祭祀节日、纪念节日、庆贺节日、社交娱乐及生产性节日五类。其宗教信仰有对自然崇拜和信仰，如土地、岩石、山、河、水等皆为崇拜对象。动植物崇拜：牛、羊、狗等，图腾崇拜，如鹰、白虎图腾，个性是以白虎为祖先神，各地都有白虎庙，立有白虎神位，经常祭祀。还有对祖先、鬼神等崇拜。

牛毛大王节土家人以四月七或十七，四月八或十八为中毛王节。这天必须要杀猪，做大坨肉祭祖，摆筵席招待亲友及出嫁姑娘，当地流行讲"牛毛大王的故事"，传说古时农民刀耕火种，所获无几，饿尸遍地，牛王据实禀告玉皇大帝，据传牛王下凡时间是四月七或十七，有的则过四月八或十八，作为牛毛大王的生日。每到这天，牛不耕田，用最好的饲料喂养。

赶年节是土家族传统节日，以“赶年”最为隆重。土家人过大年时间比汉族提前一天，小月为腊月二十八，大月为二十九。为什么要提前，有几种传说：为了抗倭寇打仗而提前。在明嘉靖年间，其先民随胡宗宪征倭。于十二月二十九大犒将士，除夕倭寇不备，遂大捷，后人沿之，遂成家风。关于抗倭立功贴合历史事实，《明史》有载。还有关于为了打仗而提前。过赶年节要作糯米粑，杀猪祭祖、煮酒。除夕之夜还要“守年”、“抢年”，即吃过团圆饭后，手执吹火筒在房前屋后转一圈，名曰“出征”，有的手持猎枪上山走一趟曰“模营”，以纪念先人。虽提前一天“赶年”，大年三十晚上还照样过除夕。有的地方是“初一拜家神，初二拜丈人，初三初四拜友邻”。还有各种文娱活动，“玩龙灯”、“荡秋千”、“踩高跷”、“唱难戏”等等。

土家摆手堂

位于来凤县百福司镇河东乡土家山寨的舍米湖摆手堂，始建于清顺治八年（1651年），是土家族最古老的舞堂。摆手堂是土家族祭祀祖先和庆祝丰收的集会场所。

来凤县现存摆手堂3处，最大最完整的是舍米湖摆手堂。此堂占地500余平方米，呈长方形，大门形似牌坊状。在大门与神堂之间，有一条石铺甬道，道旁有高大古柏。神堂的墙壁是石块砌成，屋面覆盖人字披黑色布瓦，无雕梁画栋和斗拱飞檐，显得古朴厚重。神堂中，供奉土家先祖彭公爵主、向老官人和田好汉塑像。现存古碑系清道光二十七年和同治二年维修摆手堂时所立。那里有上千年的古寨，几百年的古堂，为渝东、湘西、鄂西土家族摆手舞的发

祥地，因而被誉为“ 摆手之乡 ”、“ 神州第一摆手堂 ”。

迎宾礼

土家人热情好客，“ 过客不裹粮投宿，无不应者 ”。昔日，贵客到来，要放铁炮以迎。铁炮如大鞭炮一般大小，竖立于铁匣上，放起来震天动地。如果一时没有铁炮，也可鸣放猎枪表示欢迎。听见炮声，寨上的老人、青年、儿童，一齐出来，迎接贵宾。主人立即煨茶、装烟，做油茶汤。席上，要喝大碗酒，吃大块肉。同时，还请寨上的老人或头面人物，陪客把盏。

饮料。

土家人火塘内的火，四季不熄。冬天围塘取暖，平时就火用鼎罐做饭，天府好望角的土家人，勤劳质朴，从开春到深秋，有打早工的习惯。他们耿直豪爽，守信如一，有良好的道德风尚。全寨人奔来，白日帮忙张罗，夜晚跳丧守灵，直到抬丧掘墓，送葬垒坟，全当自家的事去做。修建房屋时，上梁立柱，合寨出动，无人收取分文。农忙时节，割麦栽秧，打谷扬场，对劳弱户，大家主动相帮，主人家只供饮食。薅包谷时，薅完一家，再走二家，互助互济，不要报酬，千百年来相沿成习。

土家族的风俗习惯（三）：

土家族传统的风俗习惯有哪些

土家族绝大部分居住在湖南永顺、龙山、保靖、古丈以及湖北省来凤、利川、鹤峰、咸丰、宜恩一带及四川省。自称“ 毕兹卡 ”(意为本地人).以下是百分网小编为你整理的土家族传统的风俗习惯资料，期望能帮到你。

食俗

土家族平时每日三餐，闲时一般吃两餐;春夏农忙、劳动强度较大时吃四餐。如插秧季节，早晨要加一顿“ 过早 ”，“ 过早 ”大都是糯米做的汤圆或绿豆粉一类的小吃。据说“ 过早 ”餐吃汤圆有五谷丰登、吉祥如意之意。土家族还喜食油茶汤。日常主食除米饭外，以包谷饭最为常见。有时也吃豆饭，粑粑和团馓也是土家族季节性的主食，有的甚至一向吃到栽秧时，过去红苕在许多地区一向被当成主食，现仍是一些地区入冬后的常备食品。

土家族菜肴以酸辣为其主要特点。民间家家都有酸菜缸，用以腌泡酸菜，几乎餐餐不离酸菜。豆制品也很常见，如豆腐、豆豉、豆叶皮、豆腐乳等。尤其喜食合渣，即将黄豆磨细，浆渣不分，煮沸澄清，加菜叶煮熟即可食用。民间常把豆饭、包谷饭加合渣汤一齐食用。

土家族的饮酒，个性是在节日或待客时，酒必不可少。其中常见的是用糯米、高粱酿制的甜酒和咂酒，度数不高，味道纯正。

典型食品：土家族人最爱吃粑粑(糍粑)腊肉、油茶等食品，还有合菜;团馓;绿豆粉(米粉);油炸粑。

婚姻风俗介绍

土家族的婚姻有姑表开亲之俗。一般姑家之女嫁舅家之子，称为“ 骨种 ”，“ 接亲路 ”，视为亲上加亲。土家族的婚礼，要送三道人情。姑娘出嫁前要练《哭嫁歌》。要哭众亲友，还要提前1~2天不饮食，叫做“ 不吃茶饭 ”。姑娘婚后生了孩子，男方要到女家报喜。由女婿提壶酒，送到女家放在堂屋的香龛上，壶嘴朝外，表示生男孩;壶嘴朝内，表示生女孩。后由女家亲戚送粮食、鸡、肉、蛋到男家吃“ 月米酒 ”，男家也要反送礼物。

丧葬风俗

土家族的丧葬，老人去世，大都要举行隆重的葬礼。要请土老师主持选取安葬日期和墓地以及座山、向山。发丧时，路上要丢“ 引路纸钱 ”，坟内禁放有铁的东西。因此，要自己的亲人挖井，待死者埋葬以后，才能离开。埋葬的过程中，要请土老师开棺、清棺、“ 抛米 ”。抛米时，亲人在棺前跪地用背后衣服接米，有的当场将米嚼细吞下，也有的将米带回煮食，表示后代要团结和睦，衣食不愁，继承老人的遗风。

服饰风俗

土家族男女大多喜穿大衣袖、大裤脚，在裤脚上刺绣花、鸟一类，裤子要接腰，男女头上喜包白帕子，脚上穿白底布鞋，大方美观。妇女头缀银饰，胸前配有银刀、响铃、牙签等。男女小孩帽上有各种各样的头饰，帽后配有银饰响铃，叮当作响。

节庆

土家族民间十分注重传统节日，尤其以过年最为隆重。届时家家户户都要杀年猪，做绿豆粉、煮米酒或咂酒等。猪肉合菜是土家族民间过年、过节必不可少的大菜。每年农历二月二日称为社日，届时要吃社饭。端阳节吃粽子。糯米粑粑是土家族民间最受欢迎的食品之一。

土家族过去迷信鬼神，崇拜祖先，每逢年节都要大敬祖先，初一、十五也要进行小敬。祭祖的食品有猪头、团馓、粑粑、鸡鸭和五谷种等。有的在每餐饭前，先用筷子夹少量的菜插在饭上敬默一会儿，表示请已故先人先吃，然后自己才开始食用，农历六月六日为祭土王，每个村寨都要设摆手堂，将猪头、果品等祭品放摆手堂前。十月朔日祭冬，宰鸡鸭设筵宴客。此外，土家族还敬灶神、土地神、五谷神、豕官神，在修房造屋时祭鲁班，祭品除酒肉外，还要一只大公鸡。

土家族其他特色民俗介绍

跳丧舞

土家族跳丧舞又叫绕棺、打绕棺、丧鼓舞，是巴人在两千年前传承下来的民间歌舞。老人逝世，停灵柩于堂前数日，亲属邻里前往吊唁。入夜，“打鼓踏歌”，通宵达旦，以增热烈气氛，谓为亡人人解寂，慰新属节哀。土家人热爱跳丧舞，“听到鼓声响，脚板就发痒”。跳丧舞的特点基本与土家族摆手舞相似，手脚同边，舞净豪放，动作平委、舒缓们着节奏强烈的打示波器乐，舞者边跳边唱，唱腔多用假嗓，近似喊歌。适合男女老幼齐跳，舞蹈词汇健康，一般以歌颂死者生平事迹、歌唱抚育以及生产劳动方面的资料为主。土家跳丧舞集歌、舞、吹、打于一体，是一种综合的民间艺术，跳丧舞本质上是一种民间祭祀活动，表现了土家人对祖抚的崇拜。

板凳龙

是土家族以板凳作“龙灯”的舞蹈构成。两人、三人均可，两人舞是一前一后，三人舞是前二后一。舞蹈动作有“河鹰展翅”、“雪花盖顶”、“黄龙缠腰”、“猛虎下山”等。活动时间多在农历大年三十至正月十五。喜庆节日亦有之。

灯戏

灯戏是流行武陵山区民间的地方戏种。其特点有四：一是服装简单，一件官衣、一顶纱帽、三副口条、一把剑足矣;二是人物少、生、旦、丑三行，出台常为一男一女，最多不超过4人;三是器乐不多，文场只需1人用“大筒子”伴奏，武场增加鼓、锣……，四是不择演出场所，院坝、广场皆可。灯戏因演出好处不同而名称各异新春宵，欢度佳节，称“贺新灯”，清明祭祀，称“清明灯”，寿诞祝寿，称“寿灯”，男婚女嫁、抱子添孙，称“公灯”。灯戏剧目肯60多个。

女儿会

女儿会原是土家族(苗族也有)青年谈情说爱的传统习俗节日，农历五月实三、七月十二举行，男女青年穿戴一新，前往赶会。旧时，女孩平素不得出门，唯这天去集于会，故称“女儿会”。欲择夫婿的女孩儿，着衣多层，内长外短，以让所有好衣裳都能被人看到。赶会时，稍带一些土产山货，佯装赶集售物。欲觅对象的男子则身背空背篓，佯装购物，相中那位姑娘，便近前“购物”。在一场风趣的“计价还价”中各显聪明才智，进行互相了解。如物价看涨，证明姑娘不答应，不伙子应知趣走开，否则便会挨骂。反之，即表示姑娘默许，双方退出闹市，找一僻静处自订终生大事。

薅草锣鼓

土家人谓水稻中耕为薅秧，玉米中耕为薅草。此两项农事，均值盛夏时节，难免疲劳困倦，为振作精神，调节心身，即伴以锣鼓助兴，故谓薅草罗鼓。薅草锣鼓一般是一锣一鼓，自敲自唱，唱词多为祝愿风调雨顺，五谷丰登一类，也有说唱历史故事的，此外，说唱人还时常即兴发挥，开玩笑逗趣，起鼓劲加油的作用。

注米年肉

土家族人为祝愿年吉庆有余：有米有肉，特以上好腊肉拌糯小米蒸制成菜，供“团年”时合家品评，以米、肉为题讲四言八句求吉利。

南剧

南剧取施南府之“南”字而名。又因其音乐系由“南路”(似“二簧”)、“北路”(似“西皮”)、“上路(似“秦腔”)三大声腔组成，又与公傩戏、灯戏、本地山歌及祭祀音乐等汇融，故成为一种得具特色的剧种。南剧音乐由锣鼓谱和曲牌乐组成，主角分生、旦、净、丑四大行，文武兼备，文戏武唱，气功武术杂于其中。剧种多为传奇戏和历史故事剧，传统剧目近千。8、傩戏

傩戏是在民间习俗的酬神还愿仪式基础上演变发展而成的一种地方戏曲。以戴面具表演为特征;傩戏分“正八出”和“外八出”两种，“正八出”统属巫教仪式，“外八出”是有情节的折子戏和连台大戏。主角分生、旦、净、丑四大行，唱腔分高腔、平腔、哀腔、花鼓腔、山歌腔。傩戏以古朴、简单、生活化而受乡村人民喜欢。乡民逢酬神祭祖、祝寿、添子、婚丧、荣升、金榜题名、迎神赛会以及消灾求福、冲难去邪，皆演傩戏。

过社

土家人重视春社，即立春后的第五个戊日。社日前十天便有过社者，过社的主要活动有二，一是上坟祭祖，但祭扫新坟但是检;二是吃“社饭”，即用艾篙末、野蒜、地米莱、豆千粒、腊肉丁为佐料蒸制的糯米饭，亲邻好友，彼此馈赠以示和睦团结，社日禁锄犁，否则会妨农事。

陪十姊妹

陪十姊妹是土家族姑娘哭嫁的独特形式。新娘出嫁的头天晚上，爹娘邀请邻中的未婚姑娘9人，连新娘共10人围席而坐，通宵歌唱，故称陪十姊妹歌。十姊妹转坐一桌，首先由新娘哭“十摆”，新娘哭“一摆”，厨师在桌上摆一样菜，摆完后，其余九姊妹轮次哭，最后又由新娘哭“十收”，厨师再一样一样将酒菜收进，菜收完，陪十姊妹活动告结束。哭嫁的歌词资料很多，“十摆”、“十收”有哭祖宗之德，爹娘之恩，姐妹之谊，兄嫂之贤，故土之情等等，有时也哭骂媒人。音律多用七字八句的顺口溜。

西兰卡普

西兰卡普是流传在武陵山区土家族集散地的一种古老传统的土家工艺织锦。在土家语里，“西兰”是铺盖的'意思，“卡普”是花的意思。西兰卡普即为土家族人的花铺盖，系土家族人民智慧和勤劳的结晶，被誉为土家族工艺美术之花。西兰卡普，在北宋时期就名噪一时，这种用棉纱彩织的布，当时是土司朝拜皇帝的一种贡品。同时，土家人也用来美化自已服饰。到了近代，色彩热烈鲜明，纹样丰富，成了土家姑娘的陪嫁品之一。据说，这种陪嫁品务必要新娘新手纺织，花样由新娘自已构思，图案是花鸟虫鱼和各种几何图表，织工精细，色彩绚丽、样式古朴典雅，质地精良。西兰卡普讲究花纹图案和做工精细。被面上的花纹图案，由各种彩色丝线纺织而成，花卉和图案达100多种。西兰卡普一般每幅宽约50厘米，3幅连缀可做被面，单幅可做枕巾、围裙、桌垫、脚被等。

过赶年

南方人过春节多叫“过年”，而土家人的春节叫“过赶年”。赶年是土家人的一年中最隆重的节日。所谓“赶年”，最显著的特点就是提前一天或两天(即腊月二十八或二十九)过年，对此土家人有自己的传说解释。

过月半

土家人更重视过月半，素有“年小月半大”之说。本来是农历七月十五为月半节，但因过月半须全家团聚，并接回出嫁姑娘，这在时间上就有“婆家过月半走不脱，娘家过月半务必去”的矛盾，于是订七月初一至十五，均为过月半。过月半的主要活动是祭祖，以纸钱封包，写已故亲长名字，焚于户外，扬声呼名哀悼，以示敬送银钱，并以香、烛遍插小径，谓之路烛，化钱于野外，施给孤魂游鬼。

冬科喹

是流行在土家族青年男女中的一种小乐器，它的制作是简单，只要用三四寸长的小毛竹一节，凿四个小孔，内装一个小活舌，即可吹奏。

土家族青年男女都吹冬冬喹，一般在劳作间歇或闲暇时，或蹲在古树下，或立在小溪边、竹林中，或三、五人齐奏，或一人独奏，他们眼望长空，吹奏着自己的心曲，那种古想方设法悠扬的曲调，令人陶醉。

传说很久很久以前，土家族有个妇女叫冬冬，她勤劳善良，心灵手巧，常常帮忙另人织土花被面，织蛇皮花带，做鞋，缝衣，因此土家人都喜爱冬冬。之后冬冬的丈夫被抓去给土王爷相等王宫，冬冬的丈夫临走时说：“ 在桃花开的时候，我就要回来的。 ”到了春天，冬冬坐在桃树下，望着桃花开，等候丈夫回来，等得苦闷，她随手折了根毛竹，凿了小眼，留了活舌。对着桃花吹奏起来，以寄托对丈夫的思念之情。桃花开了，桃花落了，丈夫还没有回来。第二年也如此，第三年冬冬正吹小竹管时，飞来一只小喜鹊歇在桃枝上，对冬冬报信说：“ 不要吹了，丈夫死了，不要吹了，丈夫死了。 ”原先冬冬的丈夫被折磨死了。冬冬听得恶讯，也在桃树下活活哭死了。冬冬死后，每当桃花盛开的时节，在夜静更深的夜里，还可听到这悠扬凄楚的声音。

土家族人民为民思念冬冬，也照冬冬生前做的小竹管吹奏，同时把这小乐器取名叫做“ 冬冬喹 ”，“ 喹 ”是“ 吹 ”字的变音。

土家族的风俗习惯（四）：

土家族六月六“ 晒龙袍 ”习俗

六月六是土家族文化中十分重要的一个传统节日，也被称为“ 晒龙袍 ”，和湖南汉族的“ 洗晒节 ”差不多，是一个民间的纪念性节日。

六月六对土家族来说是一个十分重要的节日，所以土家族六月六有着十分丰富的节日习俗，有的与天有关，有的与地有关，有的与神有关，有的与祖先有关，有的与年有关。与天有关的习俗主要有“ 敬太阳神 ”。湘西部分土家人认为六月六是太阳的生日，要敬祭太阳神，祈求太阳神赐给阳光，温暖万物，确保丰收。与地有关的习俗是“ 尝新谷 ”。

六月六这天若逢卯日，又称尝新节，部分土家人家家打新谷，做新米饭，佐以鳝鱼为菜，以示有余，有的地方人们煮酒杀牲敬神，感谢、祈祷神灵赐与丰收。与神有关的习俗是“ 烧黑神 ”。利川、龙山等地的土家人相信黑神能驱邪除秽，每年六月六这天燃烧香烛，抬着披红挂彩的黑神游行，名曰“ 烧黑神 ”。与祖先有关的习俗是“ 晒龙袍 ”、“ 祭祀土王 ”，“ 祭祀向王 ”。

土家族六月六的这一天，绝大部分土家人家都会晒衣服，晒棉被，晒鞋子，称为“ 六月六，晒龙袍 ”。湘西酉水流域的土家人在每年六月六要杀猪、打糍粑、做豆腐，把亲戚朋友请来欢度节日，举行以祭祀土王为主的摆手祭祖活动。鄂西清江流域土家人称每年六月六为向王节，焚香烛、放鞭炮、祭祀向王廪君，祈求他保佑人们在水面上航行平安。与年有关的习俗是过小年。湘西严姓的土家族人在每年六月六过小年。尽管该节日习俗纷繁复杂，但仍以纪念土王覃篠的晒龙袍，以及由此延伸的各种祭祀习俗为主导。

土家族六月六的节日习俗十分丰富多彩，它所体现的不仅仅是土家族所在的地域特色，还体现了我国多民族相互交流，相互融合的结果，虽然受到其他民族的影响但是依旧保留了本民族的特色，是土家族文化的一个重要部分。

土家族的风俗习惯（五）：

土家族的礼仪习俗介绍

土家族很注重礼仪，见面要互相问侯，家有来客，必盛情款待。土家族平时粗茶淡饭，若有客至，夏天先喝一碗糯米甜酒，冬天就先吃一碗开水泡团馓，然后再以美酒佳肴待客。一般说请客人吃茶是指吃油茶、阴米或汤圆、荷包蛋等。

无论婚丧嫁娶、修房造屋等红白喜事都要置办酒席，一般习惯于每桌九碗菜、七碗或一碗菜，但无八碗桌、十碗桌。因为八碗桌被称勺吃花子席，十碗的十与石同音，都被视为对客人不尊，故回避八和十。

土家族人，在社交活动中，重情节、礼行，讲友好，尚礼貌，并构成了人生的四大礼仪;土家族是山地民族，构成了

一套山的习俗。情礼礼貌在社会上，土家族与人交往，都很讲情礼礼貌，注重和珍惜民族声誉。

对人称呼，无论亲友长幼，“ 尊敬 ”二字为先。在土家社会中，亲戚来往十分密切，礼仪不少，且不问贫富，不论亲疏。土家族有句谚语，“ 亲戚象把梭，往来脚跟脚 ”。土家族不仅仅亲族往来，有优良的道德风尚，就是与一般人往来，也很讲究社交道德。

一切都讲究礼貌礼貌，维系民族传统道德。人生四礼土家族在人的一生生活中，礼仪较多，但归结起来，只有四大礼仪，即诞生礼，成年簪冠礼、婚礼、葬礼。现将人生四大礼仪，分别记述之。

诞生礼，是人生的开端礼。土家人相当注重为婴儿举行诞生礼，它既内含为新生命祝福，祈祷长命富贵之意，也有为产妇驱邪避祸之意，在礼仪中带有必须的神秘色彩。在漫长的封建时代，土家族逐渐构成了婚姻制度中的多层次礼仪，这些礼仪是十分复杂和隆重的，它是一个完整的礼仪过程，但在整个礼仪过程中，最重要的是婚期这一天举行的男、女冠礼和一系列其它礼仪活动。

寿礼是土家族人的重大礼仪之一。土家人祝寿，对小孩子称为“ 长尾巴 ”，成年人叫“ 过生日 ”，50岁后方称“ 祝寿 ”。葬礼，几乎是任何一个民族都具有的悼亡仪式和祭祀活动。土家族俗称葬礼为“ 白喜 ”、“ 白会 ”、“ 老龙归山 ”等，一般要跳唱丧鼓歌。

土家族的四大礼仪，是土家族人民礼仪文化的集中体现。同时，这四大礼仪也充分表现了土家族人民乐观旷达的人生观和生死观，表现了土家族人民孝顺父母的传统美德，表现了土家族是一个具有崇高社会职责感的民族。

更多 参考资料 请访问 https://www.xiaorob.com/fanwen/cankao/

文章生成PDF付费下载功能，由ECMS帝国之家开发