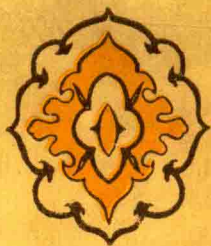


中国音乐研究所叢刊

西藏古典歌舞—囊瑪

中国音乐研究所編



音乐出版社

中国音乐研究所丛刊

西藏古典歌舞—囊瑪

音乐出版社

北京

中国音乐研究所丛刊

西藏古典歌舞——囊玛

中国音乐研究所編

毛繼增記譜整理 何良俊、徐官琮譯詞

音乐出版社出版(北京和平門外西琉璃厂 170 号)

北京市书刊出版业营业許可証出字第 063 号

新华书店北京发行所发行

全国新华书店經售

850×1168 毫米 32开 6 印张 163 面乐譜 2 頁插图

1960 年 1 月北京第 1 版

1960 年 1 月北京第 1 次印刷

統一书号: 8036.1177

印数: 00,001-1,190 定价: 1.10 元

內 容 提 要

这是一本介绍西藏民族古典歌舞——囊玛的书籍，分文字和音乐两部分。文字部分介绍了囊玛的历史渊源、演变情况和音乐特点等；音乐部分记录了目前西藏流行的囊玛乐曲，有曲谱、原文、汉文译音和译意。材料较为完整。对于研究少数民族音乐的同志，是一本值得阅读的参考资料。

目次

(一)关于“囊瑪”的调查报告	5
(二)囊瑪的音乐	23
1. 媽媽的緣份 ཨ་མ་ལས་རྟོ།	23
2. 一个少爷 ཡི་ཤོ་ཏལ་ཡེ།	26
3. 虎穴和熊穴 རྟུག་ཆང་རྟོ་མ་ཆང་།	29
4. 幸福的和痛苦的 སྐལ་བཟང་རྒྱུག་རྒྱུག།	33
5. 好时光 སྐལ་བ་བཟང་སྔོན།	36
6. 白蹄烟熏馬 ཏུ་ཕོ་ཕོ་ནག་རྩིང་དགར།	40
7. 說的是江孜 རྒྱལ་རྩེ་རྩ་ཡག་ལྷུས་བ།	46
8. 雪山之歌 གངས་ཅན་རི་གླུ།	50
9. 亚壠草原 ཡ་ལུང་རྩ་ཁ།	59
10. 聚集在一起 འཛོམས་བ་རྣམ་གསུམ།	62
11. 富貴通达 བསོད་ནམ་ཡན་འགོ།	65
12. 长的“大紅顔色” རྒྱུ་རྩེ་ལས་རིང་བ།	69
13. 敬礼 གསུང་ལ་ཕྱག་འཁུལ།	74

14. 世上众生 ནང་ལ་འབྱུང་བེད།	79
15. 快乐的后藏 གཙང་པའི་དགའ་ལ།	84
16. 仙湯 ཐུ་བྱ་སྤུས་དག།	87
17. 是一位前藏姑娘 གསུང་ལ་ཞི་མ་རི།	90
18. 年轻的 གཞོན་པའི།	95
19. 快乐兴旺 ཡར་འཕོ་སྐྱིད་པ།	98
20. 长的“一二三” གཅིག་ཉིས་གསུམ་རིང་བ།	103
21. 永远幸福 བསོད་ནམས་དབྱངས་ཅན།	107
22. 吉祥如意 བཀྲ་ལ་བྱིས་བ།	112
23. 是囉 ལ་སོ་ལགས།	115
24. 假如需要舞蹈 འབས་བྱོ་དགོས་ན།	120
25. 在前藏地方 དབུས་ལ་ལྟུང་བ།	124
26. 韵律 དབྱངས་ཅན་དོ་བ་དོ་བ།	127
27. 柳林 ལྷང་གླིང་ལགས།	129
28. “嘎戏門柱” ཀ་བཞི་ལྗོན་རྒྱུབ།	134
29. 长寿 ཆོ་རིང་དབྱང་ལ།	137
30. 嘶哪拉 ཟེར་ན་ལགས།	140
31. 鳥儿啊 ཐུ་ལ་ཐུ།	143
32. 一二三 གཅིག་གཉིས་གསུམ།	146

33. 印度的东方	ཁྱུ་གར་གར་ལ།	152
34. 向右轉	གཡས་སྐོར་ལ།	155
35. 穹吉	ཕྱོང་ཁུ་ལ།	162
36. 舒适的太阳	སྡིང་པའི་ཉི་མ།	166
37. 羊卓嘎木林卡	ཡ་འབྲོག་དཀར་མོ་འི་སྒྲིང་ཁ་མ།	170
38. 那嘛, 是囉	འོ་ན་ལེ་ཟི།	173
39. 船夫啊, 格桑	ཉམས་པའི་སྐལ་བཟང།	175
40. 阿都惹馬	ཨ་དུ་ར་མ།	181
(三)后記		186



瓊瑪的舞姿

• 表演者：竹仁桑姆

毛 繼 增 攝



囊瑪歌舞表演
表演者：穹娜、罗娜、安娜

囊瑪集体歌舞

表演者：中央民族学院舞蹈训练班藏族学员 毛继增摄



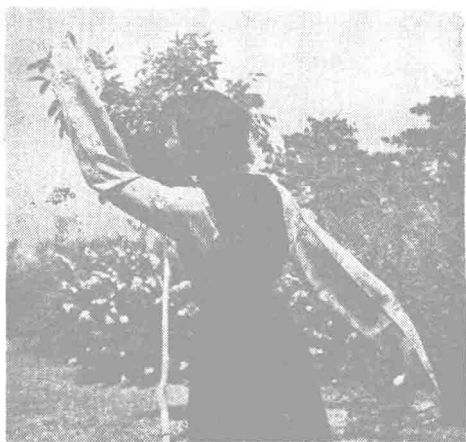


羅瑪歌舞表演 表演者：羅娜

羅瑪集体歌舞 表演者：中央民族學院舞蹈訓練班藏族學員 毛繼增攝



囊瑪歌舞表演
表演者：仁 欽
毛 繼 增 攝



十二岁的民間艺人泽央表演囊瑪

李仲魁攝



关于囊瑪的調查報告

毛繼增執筆

囊瑪是西藏的一种民族古典歌舞艺术形式。在西藏的拉薩、日喀則和江孜等城市里頗为流行。

囊瑪是藏語的讀音，意思是內面或屋里，也有人解釋为集中。最初囊瑪經常在達賴喇嘛的官邸里演出，供達賴喇嘛和他的官員近侍們欣賞。據說：達賴喇嘛居住的內室藏語就叫囊瑪康，囊瑪就是因为常在囊瑪康演出而得名。

历史淵源

关于囊瑪的历史淵源，目前有几种不同的說法。

第一种說法是：五世達賴时期(1617-1682)，五世達賴厄旺洛桑甲錯統一了西藏的政治和宗教以后，拉達克地区曾派了一个歌舞队来拉薩向五世達賴作致敬演出，五世達賴非常喜欢这个歌舞队所表演的歌舞节目，于是在他的旨意下，派了一批人去学习他們的歌舞，等拉達克歌舞队离开拉薩后，拉薩就成立了一个自己的歌

舞队，专給达賴喇嘛演出。这个歌舞队就是不久前还存在的尕尔巴歌舞队。尕尔巴歌舞队的歌舞节目全是从拉达克歌舞队那儿学来的，而拉达克歌舞队掌握有尕噜^①、特噜^②、喀尔^③和囊瑪四种歌舞艺术形式。据說这就是囊瑪的来源。

第二种說法是：在五世达賴时期，五世达賴有个官員名叫第舍桑結甲錯，很有才干，他对西藏的統一作了很多工作，貢獻不小。他有很多著作，其中以《修辞学》^④一书最为有名。他在西藏地方政府只作半天工作，每天下午，他总要到布达拉宫后面的“宗却”处去跑馬射箭和歌舞欢娛，囊瑪就是在这种情况下兴起来的。当时的囊瑪并没有舞蹈，曲調和歌詞是第舍桑結甲錯創作的；演唱者都是第舍桑結甲錯的亲信和佣人。囊瑪除了在“宗却”演出外，还經常要在布达拉宫給达賴喇嘛演出。

第三种說法是：囊瑪是六世达賴时期(1683-1706)，由六世达賴仓洋甲錯創建的，歌詞就是他所写的情詩；不过，最初仓洋甲錯所作的囊瑪，曲調性并不强，也沒有舞蹈；后来，仓洋甲錯的一位官員在曲調上丰富了囊瑪，使之悅耳动听。到了八世达賴时期(1758-1804)，登者班爵^⑤从內地回到西藏，在囊瑪中加进了舞蹈(一說是

① 尕噜——尕尔巴歌舞队所唱的乐种的名称。

② 特噜——据說也是尕尔巴歌舞队所演唱的另一种乐种的名称，現已失传。

③ 喀尔——尕尔巴歌舞队所表演的一种歌舞艺术形式。

④ 《修辞学》——藏名“涅安”，系第舍桑結甲錯的代表作品，現在西藏仍有該书的木版本出售。

⑤ 登者班爵——八世达賴时期拉薩的一位貴族，曾任当时西藏地方政府的噶倫(西藏地方政府的委員)，尼泊尔进兵西藏时，他曾兼任藏軍司令，率軍前往御敌，軍事失利，被尼泊尔人活擒，囚于加德滿都，当时西藏地方政府和清朝政府疑其通敌，故在战敗尼泊尔后，将他解至內地軟禁，后来政府查明并无通敌事实，便把他送回西藏。

在十三世达赖时期才在囊玛中加进舞蹈的), 乐队里又增添了一些登者班爵从内地带到西藏的汉族乐器(如扬琴、笛子、二胡、京胡等), 使这种艺术发展到完美的境地。

第四种说法是: 囊玛的歌词是六世达赖仓洋甲错的情诗, 而曲调则是七世达赖时期(1708-1757)创建的。据说来历是这样: 有一次七世达赖病了, 为了使七世达赖心情愉快, 早日病愈, 他的官员们就临时组织了一个歌舞队, 以六世达赖的情诗为歌词, 配上一些曲调, 去向七世达赖进行慰问演出, 从此以后, 西藏就有了囊玛。

第五种说法是: 八世达赖时期的 1788 年和 1791 年, 廓尔喀(即尼泊尔)两次侵入西藏, 与西藏发生了军事冲突, 初期西藏军事失利, 后来清朝政府派兵支援才打败了廓尔喀, 在这次战役中, 政府怀疑战败之藏军司令登者班爵通敌, 故将他解至内地软禁。登者班爵是个歌舞爱好者, 艺术修养很高, 他在内地的软禁期间, 欣赏了不少汉族的歌舞艺术(如昆曲、京戏和说唱曲艺等), 感受颇深。他在内地住了一段时间, 政府查明他并无通敌事实, 于是又将他送回西藏。登者班爵回到西藏后, 就在汉族音乐的感染下, 创造出了一种新型的西藏歌舞艺术。这就是囊玛。

此外, 还有一些其它的说法, 但不普遍。以上五种说法虽各说不一, 但我们却可以看得出一些共通的地方: 一是囊玛是由歌而至歌舞的; 二是初期的囊玛在西藏上层社会里流行过。

在我们间接接触到的一些历史材料中, 发现有两个地方曾涉及到有关囊玛的历史。一个是在《桑威郎达》^①一书中, 有一段讲六世达赖仓洋甲错曾秘密地把歌舞队带到布达拉宫后面的龙王

^① 《桑威郎达》——意为秘密之书。

塘^①去表演囊瑪。从这段历史記載中說明了三个問題：第一、六世达賴时期西藏就有了囊瑪，說明囊瑪产生的年代不会晚于六世达賴时期；第二、囊瑪在六世达賴时是一种为达賴及其官員們服务的歌舞艺术；第三、当时为达賴喇嘛表演囊瑪可能在時間和地点上都有一定的限制，不然，六世达賴就用不着秘密地带着歌舞队去龙王塘表演囊瑪了。

《桑威郎达》这本书的木版本，现在在西藏仍可購到。

另外，在《郎姆达》^②一书中，也有一段叙述囊瑪历史的材料。它与第二种說法第舍桑結甲錯创建囊瑪完全一致，在《郎姆达》叙說第舍桑結甲錯的历史傳記里，对囊瑪的产生，作了比較完全的叙述。可惜《郎姆达》这本书在西藏已經絕版了，据我們所知，目前西藏仅有几本手抄本。

上面五种說法中，誰是誰非，还待研究，目前看来，第二种說法有旁証材料，具有一定的根据，較為可靠。但是應該指出，在《郎姆达》一书的字里行間，却有过分扩大个人作用的缺点，如《郎姆达》曾記載道：“布达拉宮的紅宮也是第舍桑結甲錯建造的(大意)。”第舍桑結甲錯并无呼风換雨之术和排山倒海之法，他一个人絕不可能把紅宮建立起来，而是千百万劳动人民辛勤劳动的成果。同样囊瑪也类似这种情况：第舍桑結甲錯組織了一个歌舞队，并为这个歌舞队創作和表演囊瑪提供了一些物质条件，这是很合情理的事；至于創建囊瑪的，还是这个歌舞队里的劳动人民，其音乐之来源，仍然是从民間音乐中吸取的。

① 龙王塘——地名，拉薩著名的风景区，靠近布达拉宮之北。

② 《郎姆达》——意为历史傳記，这里指的是关于第舍桑結甲錯的历史傳記。

試談囊瑪的演變情況

由于掌握材料不多，既有的材料中又有不少互相矛盾之處，在這樣的基礎上論述囊瑪的發展演變是很困難的，挂一漏萬或偏頗之處，實難避免。下面所談的囊瑪演變情況是依據：有史料可作旁証者；或雖無史料可旁証，但為各原始素材中講述相同的部分。

五世達賴時期在第舍桑結甲錯的組織下人民創建了囊瑪。这时的囊瑪，數量不多，質量不高，只有歌而無舞，它除了作為第舍桑結甲錯等人的娛樂工具外，還經常給達賴喇嘛演出。

六世達賴初期，第舍桑結甲錯是攝政^①，總攬和掌握了西藏的政治大權，在當時西藏的統治集團里很有威望。由于他是首創囊瑪的組織者，并特別地喜愛着囊瑪，在他的影響下，囊瑪就在官員和貴族階層中風行起來了。

六世達賴倉洋甲錯是西藏著名的風流才子，他所作的《倉洋甲錯情詩》^②在西藏的文壇藝苑，和社會各階層中都具有相當的地位和巨大的影響。《倉洋甲錯情詩》未問世以前，囊瑪歌詞是處在一種貧乏的狀態中，《倉洋甲錯情詩》問世以後，由于它勇敢地突破了宗教的束縛，內容通達人情，平易近人，詞句通俗易懂，适于歌唱，于是，人們便紛紛填入囊瑪的曲調中，變成了囊瑪的歌詞，使囊瑪由貧乏走向豐富。直到今天，囊瑪的歌詞里還有很大一部分是倉洋甲錯的情詩，由此可見倉洋甲錯對囊瑪影響的深遠。

八世達賴時期，登者班爵從內地回到西藏，帶回來了一批揚

① 攝政——即藏王，在達賴喇嘛未執政前，代理達賴管理西藏行政大事。

② 《倉洋甲錯情詩》——現在西藏仍有該書的木版本出售，1956年10月号《人民文學》曾有該書的漢文翻譯。

琴、二胡、京胡与笛子等汉族乐器。后来他将这些乐器充实到囊玛乐队中去，使囊玛原由少数六弦琴等乐器伴奏而发展为由一个音色丰富、音量饱满的乐队来伴奏。

是否登者班爵还创作了一些新的囊玛曲调呢？目前尚无足够材料加以肯定，但，这确是一桩可能性很大的事。

九世达赖时期（1805-1815）至十二世达赖时期（1856-1875），西藏战争频繁、灾荒累累，民穷财尽、民不聊生，西藏民族歌舞随之而逐渐萧条。在这段时期里，除了按照风俗惯例于每年藏历4月15日在布达拉宫后面的龙王塘表演一番囊玛外，平时是无人过问的。这时，有很多首囊玛乐曲也因之而失传。

到了十二世达赖的末期和十三世达赖（1876-1933）的初期，拉萨有一部分回族同胞很喜欢囊玛。在他们的提倡下，囊玛又在拉萨风行起来，并且日益广泛地流传到民间，人们在囊玛中加进了舞蹈，在乐队中又增添了串铃^①这种西藏民族打击乐器，使囊玛愈益完善。当时的囊玛爱好者们，每天晚上都要聚会起来，围着拉萨市的八角大街绕行一周，最后行至大招寺^②门前时，便围圈而歌舞，表演者多半是老百姓，也有个别贵族参加。观众没有任何限制，谁都可以看。这时，演员情绪高昂，观众兴趣浓厚，每天晚上总要跳至深夜方尽欢而散。囊玛从象牙之塔走到了十字街头，并为人民群众喜爱和掌握了。以上这种情况，西藏民族诗人、已故的察珠活佛曾亲眼见到过；民间艺人阿麦惹先生还曾经参加过绕行八角大街和表演囊玛的活动。

囊玛兴旺了不久，在十三世达赖的后期又衰退了。这段时期，

① 串铃——藏名“厄孕”，形似马头上带的串铃，藏族的打击乐器。

② 大招寺——寺庙名，藏名朱拉康，在拉萨市中心。