

循化旅游文化

马有义 主编

中国撒拉族

绿色家园



青海人民出版社

循化旅游文化

马有义 主编

中国撒拉族

绿色家园



青海人民出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

中国撒拉族绿色家园——循化旅游文化 / 马有义主编.

西宁: 青海人民出版社, 2008. 7

ISBN 978-7-225-03201-6

I. 中… II. 马… III. 旅游—文化—循化县 IV.

F592.744.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 092767 号

中国撒拉族绿色家园——循化旅游文化

马有义 主编

出 版 青海人民出版社(西宁市同仁路 10 号)
发 行 : 邮政编码 810001 总编室 (0971) 6143426
发行部 (0971) 6143516 6123221
印 刷 : 西宁德隆印刷厂
经 销 : 新华书店
开 本 : 850mm×1168mm 1/32
字 数 : 280 千
印 张 : 11.75
版 次 : 2008 年 7 月第 1 版
印 次 : 2008 年 7 月第 1 次印刷
印 数 : 1-3 000 册
书 号 : ISBN 978-7-225-03201-6
定 价 : 30.00 元

版权所有 翻印必究

(书中如有缺页、错页及倒装请与工厂联系)

中国撒拉族绿色家园——循化旅游文化

编辑委员会

主任委员	曹幼平	韩永东	马有义
副主任委员	郑德志	陈明范	李发荣
	金峰	韩兴斌	马明仙
	韩秀兰	韩大全	马学功
委员	韩真	韩进祥	何永忠
	兰天	张进成	韩青龙
	马天龙	赵锋	马秀芬
主编	马有义		
撰稿	(按姓氏笔画为序)		
	马有义	马光辉	马全德
	马建新	马晓红	仁青加
	加果	吴绍安	陈绣
	张进峰	韩文良	韩占祥
	韩福林	詹晋文	蔡煌道杰
摄影作品	蔡征	王成友	樊大兴
	张胜帮	明瑞恒	邵维善
	马建新	马有义	李书海
	孟涛	晁军德	汪晓刚
	石径	郭玉伟	雷刚
	陈有钧	赵时春	张治军
	马永前	马光辉	王志新
	陈宜强	马爱民	吴忠雄
	陈占荣		

循化：黄河上游流动的风情画廊^(序)

循化县人民政府县长 韩永东

早在循化撒拉族自治县成立 50 周年的时候，就想出一本系统介绍循化旅游文化资源的导游丛书，但一直未能如愿。今天，手捧着这本沉甸甸的书稿《中国撒拉族绿色家园——循化旅游文化》，掩卷长思，欣喜若狂。这本书可以说是循化旅游文化的专著，也是循化民族历史文化的全景式展示。既传承了撒拉族独具魅力的文化，又向世人阐述了循化本土色彩斑斓的人文景观和美丽多姿的自然景观。本书穿越千年的时空记忆，其文化元素密集，文化底蕴深厚，是难得的旅游文化书籍。该书的出版发行，对于引领和指导循化旅游业和谐共进，乘势而上，实现又好又快的发展奠定了思想文化基础。特别是在认真学习贯彻党的十七大和省十一次党代会精神，深入贯彻落实科学发展观，推进富裕文明和谐新循化建设，喜迎北京奥运，纪念改革开放 30 周年活动的重要历史时刻，出版发行此书，意义深远，值得庆贺。

循化是全国惟一的撒拉族自治县，位于青海省东部，总面积 2100 平方公里，总人口 12.17 万人。其中撒拉族占 62%，

藏族占 23%。境内平均海拔 2300 米,最低海拔 1780 米,最高海拔 4300 多米,平均气温 8℃。盛产核桃、辣椒、花椒等特产,素有“青海小江南”之美誉。

循化山峻水奇,风光独好。积石山奇峰耸峙,丹霞地貌峥嵘神秘;公伯峡、积石峡雄奇壮美,“双峡中分天际一,黄河拥雪排空来”;郁郁葱葱的孟达国家自然保护区原始森林;苍松荫翳的文都、尕楞林海;娴静秀丽的孟达天池;云雾缭绕的大里加神池;瀑布飞湍;绵延草原;珍禽异兽;鸟语花香……这令人留连忘返的景色,既有江南风光的妩媚秀丽。又有青藏高原的雄伟、粗犷和险峻,是旅游观光、回归自然的极好去处。

巍巍积石,滔滔黄河,茫茫绿色的循化,孕育了撒拉族人民,也记录了撒拉族沧桑变化的历史。中国最早的地理书《尚书禹贡》记载:大禹“导河自积石,至龙门,入与海”。文中所指“积石”,就是今循化境内的积石山。历代封建王朝在积石峡口筑关隘建禹庙,屯兵驻守,号称“积石峡关”。清代御史李玘曾赋诗赞叹其险要壮观:“地险天成第一关,岿然积石出群山。登临慨想神入泽,不尽东流日夜潺。”物换星移,历史上所建关隘和禹王庙,现已灭迹,而大禹劈山导河的遗迹“禹王石”、“斧痕崖”仍可寻顾。“骆驼泉”,因一峰神奇的白骆驼载负着撒拉族沉重的历史。由它衍生的街子清真大寺、尕勒莽、阿勒莽拱北掩映在古树绿荫之中,成为撒拉族文化的发源地。撒拉族还珍藏着东迁时所带的手抄本《古兰经》。据考,这种珍本世界仅存三部,具有极高的历史、文物价值,这里是撒拉族的发祥地,也是十世班禅额尔德尼·却吉坚赞、佛学大师

西饶嘉措和五四运动爱国青年邓春兰女士的故乡。

在这片土地上,更令人神往的是那富丽堂皇,融古朴、精巧、高雅为一体的伊斯兰教、藏传佛教寺院建筑。撒拉族的清真寺建筑,大胆吸收了汉、藏、阿拉伯建筑的艺术,在整体布建、形制基本一致的前提下,局部构造的设计、装饰方面,突出了自己本民族的特色,精妙至极。而恢宏的文都寺院、十世班禅纪念塔及其故居、古雷寺及喜饶嘉措纪念馆,都建在青山丽水的怀抱中,与大自然和谐统一在一起,壮观华丽。拨开宗教文化的神秘云雾,透过民族文化的悠远回声,我们可以看到中华民族千古一承的血脉,能够触摸到中华民族不屈的灵魂。

循化历史文化久远。其中已发现的属于马家窑文化、仰韶文化的古墓葬就有 600 余处;半山类型、马厂类型和庙底沟类型的陶器,已发掘的就有 500 余件,而且大部分被列为国家级文物,其中一级文物的数量也不少。还有新石器时代、汉代、宋代的多处塌城遗址,这些珍贵的文化遗产,更增添了循化迷人的色彩。

循化的旅游资源丰富,旅游开发潜力较大,大力发展旅游业无疑是循化今后经济社会发展的突破口和新的经济增长点。我们要紧紧抓住循化是青海省惟一被国务院确定的 22 个人口较少民族地区,省政府确定的青海省旅游扶贫开发示范县、农业综合开发重点县,全省 14 个小城镇建设重点县,风景园林化城镇等机遇和优势,不断夯实撒拉族绿色家园国家 AAAA 级旅游景区基础,正确处理好文化与旅游的关系、经济效益与社会效益的关系、加快发展与加强管理的关系。

切实增强发展旅游业的责任感和使命感,力促循化旅游业成为县域经济发展的支柱产业。

我十分高兴地把这本书介绍给读者朋友。希望有更多的人,尤其是渴望了解循化和研究撒拉民族的朋友们,读一读这本书。在这里衷心感谢为主编《中国撒拉族绿色家园——循化旅游文化》而辛勤操劳、付出大量心血的青海省文联副主席、青海民族学院硕士生导师马有义先生。感谢为编辑此书而辛勤撰稿的所有同志。并衷心希望四海宾朋到循化来,了解撒拉族故乡的壮美和灿烂,领略她的时代风姿,感悟她的鲜活个性,体会她的自然美。请您走进这片热土,亲近这个民族,循化之旅——将会让您与知音邂逅;让您与风情眷恋;为您的人生阅历加分,为您的艺术才华添彩!

是为序。

2008年5月

循化:黄河上游流动的风情画廊(序)	韩永东 1
第一部分 撒拉族绿色家园	1
第一章 撒拉族历史源流考	3
第一节 撒拉族历史概述	3
一、撒拉族族源	3
二、东迁之缘由	4
三、东迁规模	5
四、迁徙使命	6
五、撒拉人的宗教信仰和语言	7
六、地名学依据	8
七、初来乍到、委以重任	9
八、与土库曼的同源文化特征	10
九、撒拉族的杂糅	10
十、撒拉族的民族特性	12
第二节 传奇珍宝千年手抄本《古兰经》	17
第三节 骆驼泉	18
第四节 撒拉族人的姓名	20
第二章 撒拉族社会组织	22
第一节 “启木苍”	23
第二节 “阿格尼”	25
第三节 “孔木散”	27
第四节 “阿格勒”	29
第五节 “工”	31
第六节 “阿里提欧里(街子)”的来历与“杂勒”寺的考证	36

第七节 循化地名之考	38
第三章 撒拉族民俗风情	42
第一节 节庆事象	42
一、圣纪节	42
二、开斋节	43
三、宰牲节	44
第二节 婚俗文化	47
一、说亲	47
二、定茶	47
三、行聘	48
四、结婚	48
第三节 服饰文化	79
第四节 丧葬文化	83
第五节 建筑艺术	94
第六节 饮食文化	101
第四章 撒拉族民间艺术	112
第一节 舞蹈艺术	112
一、传统舞蹈	112
二、现代舞蹈	114
第二节 民间歌谣	115
一、劳动歌	115
二、玉尔(情歌)	124
三、撒拉“花儿”	130
四、仪式歌	138
五、生活歌	138

六、历史传说歌	146
七、儿歌	149
第三节 民间乐器——口弦	159
第五章 撒拉族民间体育与民间工艺	160
第一节 民间体育	160
一、拔腰	161
二、打缸	161
三、蹬棍	161
四、射箭	161
五、数脚尖	162
六、踢瓦片	162
七、老鹰抓小鸡	163
八、打蚂蚱	163
九、划皮筏	164
十、耍石子	164
十一、摔跤	165
十二、赛马	165
十三、掏窝石	165
十四、踢毽子	166
十五、下方	166
十六、抽陀螺	166
十七、抛石索	167
第二节 民间工艺	167
一、刺绣	168
二、编织	168

三、泥塑	169
四、剪纸	169
五、雕刻	170
六、金属工艺	172
第二部分 源远流长的黄河文化	173
第一章 黄河景观与历史遗迹	175
第一节 黄河景观	176
一、巍巍积石山	176
二、黄河古道的清水湾	178
三、雄关险道积石峡	180
四、浪激狐跳峡	181
五、日照双驼峰	182
六、梦幻斧痕崖	182
第二节 历史遗迹	183
一、千秋禹王石	183
二、积石雄关·禹王庙	184
三、独树一帜——积石宫	185
四、积石峡——阿麻岔古城	187
五、千年古庄——加入村	188
六、清水河东清真寺	190
七、奄古日拱北的传说	192
八、红军西路军纪念馆	196
第二章 现代工业与农业发展	198
第一节 循化生态农业观光区	198
一、循化农业观光区	198

二、生态农业观光区	199
三、绿色农业及加工基地观光区	200
四、河滨风情园,撒拉尔农家乐观光区	202
第二节 现代工业文明	203
一、公伯峡水电站	203
二、积石峡水电站	204
三、新兴民族特色工业——伊佳公司	204
第三部分 循化藏族风情	207
第一章 宗教文化与历史遗迹	209
第一节 古老而神秘的宗教文化	209
第二节 藏传佛教寺院及佛塔	212
一、文都大寺	212
二、古雷寺及喜饶嘉措纪念馆	220
三、张沙寺	223
四、合然寺	224
五、安多天然佛塔	226
六、拉兄佛塔	227
七、十世班禅大师故居	228
第三节 古城分布	230
一、文都古城	230
二、起台堡黑城	231
三、起台堡古城	231
第四节 独特的自然景观	231
一、九天明珠——五山池	231
二、朶楞松涛	233

三、岗察草原	233
四、安岗瀑布	234
第二章 历史名人	235
第一节 拉隆贝吉多杰	236
第二节 喇钦·贡巴饶赛	239
第三节 十世班禅额尔德尼·确吉坚赞	243
第四节 拉果仓·久美成列嘉措	246
第五节 晋美丹却嘉措	247
第六节 鲁本堪钦·喜饶嘉措	248
第七节 韦巴·阿旺弥旁达哇	251
第八节 才旦夏茸·晋美柔贝罗哲	252
第三章 藏族民俗风情	255
第一节 藏族节庆事象	255
一、独特的藏族习俗——拉则节	255
二、春节	257
三、端午节	258
四、六月欢乐节(香浓节)	258
五、莫兰法会	259
六、石帐节	263
第二节 藏族婚俗文化	265
第三节 藏族丧葬文化	268
第四节 藏族居住	270
第五节 藏族服饰文化	272
第六节 藏族饮食文化	273
一、烘烤圆盘馍	274

二、水晶包子	274
三、“尕夏”或“尕措”	274
四、“干木尼乎”	274
五、“牙热”	274
六、“汤”	275
七、吉祥大宝饭	275
八、搅团	275
九、“糌粑”	275
十、酸奶	276
十一、“都麻”	276
十二、手抓肉	276
十三、茯茶或大茶	276
第四章 藏族民间艺术与民间体育	277
第一节 民间歌舞	278
一、勒(民歌)	278
二、拉伊(情歌)	279
三、阿柔么	281
四、扎木年冬令(弹唱)	282
五、浪尼(情歌)	282
六、夏卜卓(舞蹈)	283
七、美洛完玛(劳动号子)	284
八、西贝勒(儿歌)	285
九、仪式歌	285
十、藏族戏剧	287
十一、龙鼓舞	288

十二、夏尔群鼓舞	294
第二节 藏式砌墙艺术	297
一、基本情况	297
二、历史渊源	298
三、魅力无限的藏式墙	298
四、复杂的建造程序	299
五、结束语	300
第三节 民间体育	300
一、赛马	300
二、藏棋	302
三、踢键子	305
四、藏式拔河	306
五、泰给勒	308
第四部分 “青藏高原上的西双版纳”	309
—— 孟达国家级自然保护区	
第一章 孟达自然保护区的秀美景观	311
第一节 孟达天池的自然景观	311
一、美丽的孟达自然保护区	311
二、孟达保护区的自然景观	315
第二节 孟达保护区的人文景观	323
一、塔沙坡清真寺	323
二、尕拉保歇息石	325
三、神仙洞	326
四、寺平遗址	327
五、孟达天池	327
后 记	333



第 1 部分

SALAZU LUSE JIAYUAN SALAZU LUSE JIAYUAN SALAZU LUSE JIAYUAN

撒拉族绿色家园