

《魅力海北》导游词系列丛书

天境祁连

——祁连县导游词

金河清 马有义 主编



中国文联出版社

《魅力海北》导游词系列丛书

K928.944
13

天境祁连

——祁连县导游词

金河清 马有义 主编



中国文联出版社

图书在版编目(CIP)数据

天境祁连——祁连县导游词 / 金河清 马有义主编.

-北京:中国文联出版社,2007.4

(《魅力海北》导游词系列丛书)

ISBN 978-7-5059-5537-0

I. 天… II. ①金… ②马… III. 导游-解说词-祁连县-青海省
IV. K928.941

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 025878 号

书 名	天境祁连——祁连县导游词
主 编	金河清 马有义
出 版	中国文联出版社
发 行	中国文联出版社发行部(010-65389152)
地 址	北京农展馆南里 10 号(100026)
经 销	全国新华书店
责任编辑	王晓方
责任印制	郭 锋
印 刷	北京百花印刷厂
开 本	850×1168 1/32
字 数	108.864 千字
印 张	4.5
插 页	4 页
版 次	2007 年 4 月第 1 版第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5059-5537-0
定 价	16.00 元

您若想详细了解我社的出版物

请登陆我们出版社的网站 <http://www.cflap.com>

《魅力海北》

导游词系列丛书编辑委员会

总策划：旦科 严金海 樊光明 林亚松

主 编：金河清 马有义

副主编：索南多杰 丁生云 梁建业

编 委：金河清 马有义 索南多杰 丁生云

梁建业 李国忠 更 藏 马占德

熊万森 董金明 公保扎西 陈 鹏

马应寿 原上草 井 石 祁 芳

达 洛 马天成 韩家林 马尚德

李海莲

《天境祁连——祁连县导游词》

主 编：索南多杰

副 主 编：李永军 才 秀

编审统稿：白 渔 索南多杰

总 序

金河清

这是一处绿草浓荫、天湖宁静的世外桃源。

在烟波浩淼的青海湖北岸，清绝挺拔的祁连山南麓，有一块水草丰茂、资源富饶、景色奇绝的神奇土地，这就是蕴天地灵气、纳山水精华，如宝玉镶嵌在青海东北部的海北藏族自治州！

海北州山川美丽、钟灵毓秀。这里有被《国家地理》杂志评为中国最美的五大湖之首——青海湖，有中国最美的六大草原之一——祁连山草原。湖水水天一色、变幻如梦；草原萋萋如茵、流水潺潺；峡谷岩壁峭立、万壑争胜，丘陵坡缓滩阔、花草蔽蕤，盆地地平如镜、五谷繁茂，更有松涛林海、熠熠冰川。其景兼高原的俊朗、江南之秀美、更兼草原的辽阔、沙漠的荒凉。这是一处灵魂守望的居所，没有喧嚣，没有污染，一切如同混沌之初。广袤的草原伸向天际，远坡的帐篷青烟袅袅，亘古的雪山连绵成带，茂密的森林郁郁葱葱。一切都是这样的粗犷和古朴。

这里物华天宝、人杰地灵，历史悠久、人文荟萃。三千年风雨铸就了海北历史的厚重、文化的隽永。王莽设置西海郡先于西宁建制，隋炀帝西巡开巡政之先河。羌人、匈奴、鲜卑且耕且牧生息与此，土谷浑、土蕃、角厮啰征战杀伐统治与斯。辛店文

化、卡约文化在厚土中喧嚣，舍布齐岩画、岗龙岩雕在阳光下灿烂；西海古郡、永安古城在草原深处静默；藏传佛教寺院的金顶熠熠生辉，僧侣的长号响彻山谷，红墙金瓦，肃穆雅典的各类建筑，依山就势，错落有致。一曲《在那遥远的地方》使海北不再遥远，两弹一星的研制让中国扬眉吐气。悠悠岁月的积淀、各种文化的融合，造就了海北独特的人文禀赋。

美丽的海北草原已成为青海省的旅游胜地，自西宁出发一个半小时的车程即可到达。这里是通往玉树、西藏的必经之地。海北草原的诱惑在于大自然与岁月的完美整合，藏、蒙等各族人民与草原、湖泊、雪山的亲密和谐。任何想象力在这里都显得十分苍白，所有赞美都无法胜过“无言”。

海北依托丰富的民族文化和独特的旅游资源，努力打造特色文化旅游产业品牌。把旅游业的实质建立在自然景观、人文环境的基础上，体现着人们对历史的回顾与品味，以及对未来的憧憬。提高旅游业的文化特色、文化内涵和文化品味，也是促进我州经济社会发展的前提。大家知道，海北藏族自治州具有丰富而独特的自然景观和独特地貌，孕育了我州丰富的自然资源和民俗风情。像梦幻青海湖、神秘的原子城、浪漫金银滩、欢乐沙岛、神奇鸟岛、岗什卡雪峰、仙米森林公园、亚洲第二大峡谷—黑河大峡谷、亚洲最大野生鹿驯养基地—祁连鹿场、西王母修炼圣地——年钦夏格日山、天境祁连等等，如同珍珠镶嵌在海北这块美丽的大地上。

为使您全面了解美丽的海北，我们编撰了这套《魅力海北》导游词系列丛书，愿这套丛书能成为您海北之行的最佳向导。

2007年1月6日

(作者系海北州委常委、州人民政府副州长)

目 录

总 序	金河清
祁连县情	1
祁连——西王圣母国的发祥地	7
——关于祁连的传说	
阿咪东索(牛心山)	14
格萨尔神殿——直合擦擦(祁连石林)	19
八宝镇	21
补天石	28
龙鳞大白杨	30
宗穆玛釉玛(卓尔山)	32
祁连山	35
拉洞峡谷	39
辛贝吉曲	41
多杰华(狼舌头)	42
天桥山	46
县级卡约文化遗址	48
探险家梦中的诱惑——黑河大峡谷	50

巴哇塘(癞肚滩)	57
毛哇牙合格	60
亚洲最大的半野生鹿驯养基地——祁连鹿场景区	61
油柔龙洼(油葫芦)野生动物自然保护区	63
阿格日畜森	66
克日杂萨纳	68
阿柔大寺	69
沙智余	78
佐茂如宗城	80
峨堡镇	82
——镌刻在山崖上的远古岁月	
峨堡草原风情	87
祁连县各民族风情	89
金羊岭(景阳岭)	105
险关要隘扁都口	106
祁连县温泉	110
祁连县土特产	112
祁连奇石	116
祁连特色小吃	118
祁连野生动物资源	120
祁连县旅游精品线路推荐	123
祁连历史溯源三千五百年	125
祁连县旅游定点宾馆一览表	129
祁连县旅游定点餐饮单位一览表	130
附:参考书目	131
后 记	132

祁连县情

各位女士、各位先生：

欢迎您来到祁连！祁连是古匈奴语，含“天山”之意。那么“天山”上最清新的空气、最灿烂的阳光，和最热情的问候与祝福欢迎您的到来！我是本次行程的导游，很荣幸祁连之旅与您同行，为了诸位在祁连旅游中更多的了解祁连，我现在将祁连概况等做简单的介绍。

物华天宝水草鲜，
人杰地灵松柏繁。
八宝倒淌秀丽川，
黑河峡谷神秘险。
不望牛心山顶雪，
错将祁连认江南。
鸟语花香桃源洞，
身处此地不慕仙。

这，就是诗人笔下的祁连。祁连秀丽的自然风光，丰富的人文景观，多彩的文化遗产和优美的神话传说，千百年来不知有多

少文人雅士为她放歌，为她吟诵。祁连，古为羌地。是中国西部一块令人萦怀梦牵和无限神往的宝地！祁连县因地处巍峨挺拔、绵延千里的祁连山腹地而得名。亘古以来，是著名的天然牧场，有许多迷人的旅游景点，但最具特色的还是以奇山异石、青松云海和“三滩两峡”而称绝，是一个景色宜人、资源丰富、胜迹众多和人文荟萃的地方。下面我就从祁连的地理位置、山脉、历史、民族、地质、气候、资源、河流等方面一一介绍，不足之处敬请提出，我将作详细的介绍。

祁连县位于青海省东北部，海北藏族自治州西北部。东与门源回族自治县相邻，南与刚察县、海晏县相连，西南与海西蒙古族藏族自治州天峻县为邻，北及西北与甘肃省酒泉市、肃南裕固族自治县、民乐和山丹县为界。是青海北部的天然屏障，是通西域之要道，丝绸之路南线经于此，故有“青海北大门”之称。

祁连山支脉走廊南山耸立于县境西北，托勒山横贯县境中部，托勒南山、大通山横亘于县南，四条山脉构成祁连多山地貌，境内谷（盆）地形平缓，黄河水系的默勒河（大通河上游）和祁连山地水系的黑河、八宝河、托勒河等河流纵贯其间，形成优良的天然牧场。1980年被列为国家级自然保护区，县境东西长280余公里，南北宽186公里，县域总面积1.58万平方公里，占全省土地总面积的2.05。祁连全县辖三镇五乡，分别是：八宝镇、峨堡镇、默勒镇，及扎麻什乡、野牛沟乡、柯柯里乡、阿柔乡、央隆乡。位于县境中部的八宝镇是全县政治、经济和文化中心。交通较为便捷：东距青海省省会西宁市289公里，南离海北州州府西海镇260余公里，北达河西走廊名城张掖市210公里，西可抵达甘肃省肃南县。南依阿咪东索，东临八宝河，为理想的旅游避暑圣地。

祁连古为羌地，与河西走廊的古老民族月氏人毗邻。从拉洞

元出土的石斧表明，早在新石器时代就有人类在此繁衍生息，进行畜牧业生产。自古以来祁连就以淳朴的民风，秀丽的风光，丰厚的人文景观，众多的民族文化遗产，曲折动听的传奇故事和神话传说而闻名遐迩，成为青藏高原上令人神往的地方。著名的有夏塘古墓，拉洞元山、扁都沟岩画、峨堡古城、倒淌北流的八宝河，姿态万千、雄伟壮观的中国第二大内陆河——黑河，一路劈山凿谷，直奔内蒙古大沙漠，在祁连山造就了神秘的黑河大峡谷。无论是春季携友踏青，夏季听雨抒情，秋季狩猎取乐，冬季饮酒赏雪，森林公园、林苑山庄、森林度假村，草原帐房城便是游娱的好去处。祁连不仅有油柔龙洼（油葫芦）自然保护区，可以看到白唇鹿、雪豹、野牦牛、棕熊等国家级保护动物，还有众多的民族风情，让你融入其中，感受高原民族奇特的生活情调，也会让你更深地了解一个民族深邃、淳朴的思想内涵和蓬勃向上、开拓进取的精神风貌。

祁连是一个多民族聚居地，主要有藏、蒙古、回、汉、土、撒拉、高山、壮族、朝鲜族等 15 个民族。全县 4 万多人口，少数民族占 78%。在这片神奇的土地上，各族人民互相尊重、团结友爱、和睦共处、共同发展，雄伟壮丽的大自然造就了祁连各族人民宽厚、勤劳而又豪放的性格，形成了高原民族的独特个性。藏族、土族、蒙古族，还有一部分汉族信仰藏传佛教；回族、撒拉族及托茂人信仰伊斯兰教。

祁连县地质复杂，属于昆仑——秦岭地槽褶皱区，大体上是古生代南山系主干；走向西北——东南的复式背斜构造，古生代初中期低级变质南山系地质。县境地形西北高，东南低，海拔 4200 米以上的高山终年积雪，现代冰川广布，平均海拔 3500 米。最高峰为托勒瓦黄寺西岔主峰，海拔 5287 米，终年积雪覆盖，云雾缭绕；最低点为黑河下游大子龙沟口南 500 米处，海拔

2180米，气候温暖，相对比高一般为1000—2000米。县城所在地平均海拔2750米，这样一个特殊不偏高的海拔地区，无论是来自哪儿的朋友，都不会有缺氧或其他不舒适的感觉，相反来祁连能促进人体蛋红白的生成，从而提高人体抗氧能力，增强体力，极为舒适。祁连气候、土壤、植被明显呈垂直变化，自然景观既有区域差异，也有垂直地带性差异。祁连地区气候呈现以下特点：（1）空气稀薄、干洁、透明度大、日照时数多，太阳总辐射强；（2）地形和海拔高度对温度的作用大于纬度对温度的影响，使县境内个别地区气温分布差异大，垂直变化明显；（3）春季升温慢，秋季降温快，冷空气维持时间长，造成冬季漫长、寒冷；夏季短促、凉爽；（4）地形复杂，冬夏所受气团控制不一，使降水分布差异显著，季节变化大，降水日数多、量级小，多雷暴、冰雹，盆地以外多夜雨；（5）春季受强大西北气流影响，空气干燥，多大风。气温随海拔高度的增加而逐渐递减；极端最低气温出现在元月份，极端最高气温出现在7月份。

特殊的气候条件与复杂的地质地貌，为祁连山提供了丰富的自然资源，形成了“巍巍祁连万宝山”。祁连是一个资源县，素以“八宝”鹿茸、麝香、蘑菇、大黄、金、银、铜、铁闻名。遍布全县的石棉、煤炭、黄金和有色金属以及非金属矿产，以“中国的乌拉尔”而名扬天下，丰富的自然资源与奇特神秘的高原地貌，具有极大的开采和科研、观赏价值。是迄今为止世界上原始生态环境保存最为完整的地区之一。而且境内自然资源丰富，草场辽阔，占全县土地面积的80%，其中可利用草原面积占全县草原总面积的85.53%。主要分布在八宝河、黑河等5条河流域前缘丘陵地、盆地、河谷地区，具有面积大、类型多、草质好、产草量高、利用季节明显等特点，是青海省主要牧业基地之一。除了草场资源外，祁连因系小块农业区，尚有耕地，其耕

地主要集中在八宝、扎麻什乡，可种植春小麦、青稞、油菜等。境内生长着茂密的原始森林，以青海云杉、圆柏、杨树、沙棘为主，占土地总面积 10.43%，森林覆盖率 9.84%，低于全国平均数（12.7%），高于全省平均数（2.5%）。森林属于国有水源涵养林。

祁连县野生动物不但种类多，而且多为珍禽异兽。著名的有野牦牛、野驴、盘羊、白唇鹿、马鹿、麝、岩羊、雪豹、熊、雪鸡、玉带海雕等 20 余种，约 4 万余头；经济药用植物 368 种，其中著名的有大黄、柴胡、黄芪、秦艽、羌活、雪莲等。主要集中在境内各林区 and 野牛沟一带，还有沙棘、蘑菇等药用食用植物与菌类。此外境内蕴藏着丰富的矿产资源，计有 40 余种，黑色金属为铁、锰、铬；有色金属为铜、锌、汞、铋等；贵重金属有铂、金、银；稀有金属铌、钽；放射性矿产铀；燃料矿产煤等等。石棉储量 1740 万吨，占全国第二位，是目前国内石棉制品的最佳原料。

县境四条河流水系集水面积 1.31 万平方公里。水力资源丰富，落差大，地质条件良好，水能资源可供兴建水力发电站，装机容量可达 10 余万千瓦，已开发水能占可开发水能的 1.34%。

黑河和八宝河两条河流劈山飞谷流到县城以西的八宝镇宝瓶河后又亲密地汇为一脉，形成了我国西北地区的第二大内陆河，它们分别发源于巍峨的祁连山洪水坝八一冰川和景阳岭冰川，点点冰水汇成滔滔大河，一路奔泻而下，在祁连的野牛沟、柯柯里、扎麻什、央隆乡、峨堡、默勒、多隆、阿柔六乡二镇的境内，蜿蜒 300 多公里，润泽着两岸近 8000 平方公里的流域，沿途留下了令人神奇的森林、鲜花、蘑菇、大黄、鹿茸、麝香和广袤碧绿的草原。明代诗人郭登的《祁连山》诗云：“祁连高耸势岩浇，积素凝花尚未消。色映吴盐迷晓骑，光生玉树晃琼瑶。寻

梅腊外春寒敛，仗策吟边逸兴飘。几度豪来诗句险，恍疑策蹇灊陵桥”。充满盛情的八宝河、黑河水永远那么向前奔流着，恋歌绵绵，造就出了一路的秀美山川、人文天地，令人心驰神往，是一个观光游览、享受高原自然风光的天然旅游胜地。在这里，有地貌奇特、原始森林密布、鲜花烂漫、鸟语婉啭、人迹罕至、水流湍急的神奇的黑河大峡谷；有灌丛茂盛、水流清澈、景致绝妙、倒淌北流的八宝河河谷地带；有雄拔云端、白雪皑皑、独具特色的阿咪东索；有河流纵横、碧绿辽阔的草原风光。在这里，还镶嵌着众多的人文景点，有闪耀着远古文明的夏塘古墓、峨堡城、三角城、拉洞元山、隋炀帝大战吐谷浑遗址；有长袖飘舞，歌声如织，寺庙林立，香烟缭绕，令游客眷恋陶醉的各民族民俗文化。山川俊秀的祁连作为“丝绸古道”上的一个璀璨的明珠，被穿城而过的宁张、湟嘉公路跟县境南面的塔尔寺、青海湖及北面河西走廊的敦煌莫高窟等旅游胜地连为一体，成为一条令人神往的旅游经济带。

“暮雨朝云几日归，如丝如雾湿人衣”。祁连多夜雨，次日定放晴，在浓云腾雾中，你会有一种超然脱俗之感。那一层层白云连续不断在茂密参天的松林间如玉女的银丝在水中游。有时候真不明白你是在云中，还是在梦中。正是风过霓裳舞，嫦娥慕下凡，云来山更佳，松间景如画，情兮兮来，意绵绵去……

祁连——西王圣母国的发祥地

——关于祁连的传说

各位游客：

美丽神奇的祁连欢迎您的到来！

“南有昆仑、北有祁连”，巍巍昆仑，是中华民族的脊梁，神州大地的主脉，也是长江、黄河的发源地。绵延千里的祁连山又是中国神话故事的摇篮之一。这里的古文化就像一座巨大的、取之不尽的金玉之山，放射出金光灿烂的彩虹，令人神往销魂。在这片神奇美丽的土地上有许多广为人知，并流传已久的故事传说如西王母与东王公、九天玄女、穆天子西巡、女娲炼石补天、格萨尔北征等，而最具影响的当属西王圣母在祁连的故事。那么在最近几天的行程中，我们将在这个神话摇篮里尽情的体验，所以请放松您的心情，敞开您的思绪，让我们一起徜徉在祁连的山水之中！

“祁连”是匈奴语“天山”之意，现在的祁连接古代的地理区域包括整个祁连山南北和昆仑山东北部的广阔地区，其范围要比今天大的多。所以，如今的青海环湖一带和北祁连地区传说是“天帝”的下都圣地，始祖黄帝在此还建有宫殿。正如《搜神记》中所载：“昆仑之墟，地首也，是惟帝之下都”。在神话故事中，盘古天王和太元玉女结合，生出了两个大神，一个是西王母，另

一个就是东王公，其二神又用阴阳二气化生出人类万物，于是乎阴阳平分，经天营地，四面八方的位置也就确定了。

东王公，亦称“东木公”、“东华帝君”。古代神话中的男神。《神异经·东荒经》：“东荒山中有大石室，东王公居焉。长一丈，头发皓白，人形鸟面而虎尾，载一黑熊，左右顾望。”《太平广记》载，东王公与西王母共理二气，分别掌管男仙和女仙的名籍。其实，中国上古时确有西王母与东王公这两个历史人物，而且西王母还建立了强大的西圣母国。鲁迅先生说：“其最为世间所知，常引为故实者，有昆仑山与西王母”。此外，《竹书记年》中有一段“帝舜有虞氏九年，西王母来朝，献白环玉珎”的记载。这就说明了两条史实：第一，早在禹建立夏朝前，就有个西王母国已经存在；第二，西王圣母国盛产美玉。

祁连古为羌地，西王母是我国五千年前的一位羌戎族的女首领，在漫长的历史发展中逐渐成为人们心目中的女神。到西汉以后，她成了一位天界中仪态高雅而又威严的“王母娘娘”。

相传，远古时中国西部是一片汪洋，水神共工为了扩充地盘，与火神祝融在火焰山打得不可开交，于是便到黄帝的“下都”天山（祁连）请黄帝评理。黄帝又称天帝，即是神国的最高统治，又是天地间万事万物的最高主宰者。他生就四张面孔，能眼观各路，耳听八方。为了出巡方便，他在祁连山建有一座极为庄严华丽的宫殿作为“下都”。这座雄伟的宫殿由“五城十二楼”组成，周围的栏杆均是洁白无瑕的玉石，正是人们所说的“玉宇琼楼”。“平时由伏虎长九首的开明兽镇护，殿外有架难攀的天梯，百神们要去“下都”觐见黄帝，只有沿着天梯才能爬上去，这重峦叠嶂、高不可攀的天梯就是祁连的标志阿咪东索。夏日的一天，黄帝在“下都”要召见水神和火神。当时，两神到了阿咪东索下，都想争着先上去，神通广大的水神共工掀起祁连山下黑

水（黑河）之渊的波浪，欲把祝融淹死。而威力无穷的火神祝融煽动起火焰山的三昧真火，把共工烧得焦头烂额，败下阵来。生性刚烈的共工恼羞成怒，一头就朝山下撞去，将那撑天的巨柱不周山撞为两截。其结果使西北的半边天塌了下去，露出个大窟窿。正如古籍《淮南子·天文篇》中所记：“昔共工怒触不周山，天柱折地维绝。天倾西北，故日月星辰移焉，地不满东南，故水潦尘埃归焉”。共工知道祸害不轻，就在今黄藏寺黑河大拐弯处搭一天桥西去，祁连天桥山由此而得名。与此同时，昆仑山东北有一方名叫“华胥氏之国”的极乐世界，居住着女娲抟土造出的众多男女。洪水一来，他们有的被大水冲走，有的被猛兽残害，有的藏身鳖腹，女娲见此情景，心痛至极，为拯救剩下的人类，她从海水退却的沙滩拣来五色彩石，炼成玉液般的胶糊，把共工碰破的天空一点点补好，然后到大海将吞食人类的巨鳖和蛟龙杀死，用鳖足立固四极。从此，海陆分离，地貌稳定，人类才安定下来。

如前所说，西王母先是实实在在的历史人物，从西汉武帝起，我国西北地区的民间就普遍信奉起西王圣母这位女神。祁连野牛沟一带多有洞穴、矿藏、森林和珍禽异兽。西王女国的创始者西王母，当初选定祁连作为她统领四方的都城是经多方考虑的。其一，因玉石沟地区蕴藏着丰富的玉石矿产，有的雪白、有的翠绿、有的深红、有的淡黄，而有的乌黑，统称为祁连彩玉，斑斓多彩，分外瑰丽。据说，这都是女娲补天时，在此地留下的五色石，这与古书上关于西王母头上所戴彩玉环的记载是完全相符的。由此可以断定，西王圣母国拥有丰富的玉石矿藏，盛行玉器，其手工艺技术已很发达。其二，祁连既叫“八宝”，又叫“万宝山”，就像“花儿”中所唱的“金山银山的八宝山，我全给了尕妹者不难”。旧《大通县志》载：“八宝山，去县城西北三