

AROU BULUO
SHEHUI LISHI WENHUA YANJIU

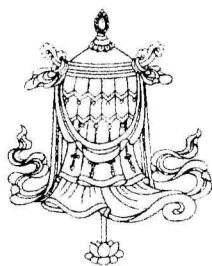


阿柔部落
社会历史文化研究

仁青加题

洲塔 著

青海人民出版社



阿柔部落 社会历史文化研究

仁青加题

洲塔 著

青海人民出版社

2011·西宁

图书在版编目(CIP)数据

阿柔部落社会历史文化研究 / 洲塔著. — 西宁:
青海人民出版社, 2010. 12
ISBN 978 - 7 - 225 - 03776 - 9

I. ①阿… II. ①洲… III. ①藏族—部落—文化史—
研究—青海省 IV. ①K281.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 264025 号

阿柔部落社会历史文化研究

洲 塔 著

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: 青海西宁印刷厂
经 销: 新华书店
开 本: 720mm × 1000mm 1/16
印 张: 18
字 数: 290 千
版 次: 2011 年 5 月第 1 版
印 次: 2011 年 5 月第 1 次印刷
印 数: 1—2 500 册
书 号: ISBN 978 - 7 - 225 - 03776 - 9
定 价: 36.00 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)



ཧམ་རྟིག་ཚོ་བའི་ཕྱི་ཚོགས་ལོ་
ཐུས་རྟིག་གཞུགས་ཞེས་འདུག།

རྟིག་ཆེན་ཐུག།



序 言

在青藏高原，尤其是远离卫藏中心统治区和内地统治区交界的安多藏区，由于自然环境和历史的原因，以及部落制度所具有的军事、行政、生产三位一体的特点对青藏高原的适应性，使得部落制度一直存在至民主改革以前，因而部落制度成为安多藏区藏族社会的一大特点。

青海境内的阿柔部落，也同各地藏族一样，经历了由氏族社会到原始部落社会的各个阶段的发展及其演化的漫长历史过程。“阿柔”部落是青海省一个距今已有几千年历史的由血缘关系形成的土著游牧部落，系历史上青海藏族游牧部落“环海八族”之一。阿柔部落经过几千年的迁徙和发展演变，如今已经遍布青海省的海北、黄南、果洛等州的多个县，由最初的氏族部落发展为后来青海地区著名的大部落。由于历史原因，直到解放初期，阿柔部落还保留着部落社会的残余，突出表现在人们的道德观念、思想意识、生活习俗、民间法律法规习俗等各个方面。从某种意义上讲，部落制度贯穿了青海阿柔藏族社会的整个历史。因此，运用多学科的方法和理论，深层次研究青海阿柔部落制度，对于认识该部落社会历史的形成、发展、演化过程以及与周边民族的交往关系，进而认识并彰显阿柔部落所独有的特点至关重要。

阿柔部落是我县藏族所属的主要部落，而我县的阿柔部落又是历史上整个青海地区阿柔部落的主体，因此研究阿柔部落的历史社会文化具有以下意义：首先，通过对阿柔部落的历史研究，有助于理清整个青海藏区历史上纷繁复杂的民族交往和迁徙历程。虽然贯穿主线的是阿柔部落，可实质上却展现了一幅历史上青海藏族部落生身之地的今昔盛衰，高原人民蹒跚前行的历史足迹，人们歌于斯哭于斯的逸闻典故，历史价值难以限量。其次，对阿柔



部落制度的研究，具有重大的现实意义。部落制度是历史的产物，但它不仅存在于历史过程中，它不是已逝的历史现象，而是在现代藏族社会中仍然发挥着举足轻重作用的制度。例如在当今阿柔藏族社会中，当地藏族群众的部落归属意识浓，部落中德高望重的老人至今仍在草场纠纷、家庭矛盾等外部和内部等大小冲突中扮演着不可或缺的角色，部落属民婚丧嫁娶等活动不仅仅是相关家庭的事情，也与整个部落息息相关。因此，研究部落制度，充分发挥部落制度至今所具有的优势，对于在当前的现代化时代背景下构建和谐藏族社区、恰当处理民族关系具有重大意义。最后，此书与《祁连史话》一起，构成了祁连县对外宣传、介绍当地各族风情和历史文化内涵的姊妹篇章，从长远来看，无论对祁连县的精神文明的建设还是对藏族民众文化素质的提升，都有不可估量的作用。

本书的作者洲塔先生谦和豁达、学风严谨、知识广博，曾师从我国著名的藏学泰斗东嘎·洛桑赤列教授，现为兰州大学历史文化学院、教育部人文社科重点研究基地之一西北少数民族研究中心教授、博士生导师、英国皇家联盟科学院荣誉博士。在其藏学研究的历程中，注重社会实践，深入甘、青、川藏区，考察搜集了甘青社会历史的大量第一手珍贵资料，尤其擅长于对藏族部落制度的研究。继《祁连史话》之后，先生在百忙之中又躬亲此书，为研究阿柔部落的社会与历史，深层挖掘祁连的传统文化，付出了巨大的精力，阿柔部落人民会把感激之情深深铭记于心！

祁连县人民政府县长 更 藏



前 言

笔者多年前曾对甘肃藏区的藏族部落做过深入系统地研究，并且一直致力于部落制度在藏族传统社会中所起的不可或缺的作用，并有相关著作和论文见诸笔端。阿柔部落作为青海地区大的藏族部落之一，具有不同于其他藏区藏族部落的典型特征。尤其是位于祁连县境内的阿柔部落主体，不仅历史悠久、饱经沧桑，而且在现代化过程中，部落制度不仅没有解体，民众的部落意识反而更加浓厚和突出。因此，继续对青海的阿柔部落进行研究，不仅具有历史价值和学术意义，同样也具有重要的现实意义。

阿柔部落历史上所生存的地区处于安多藏区，此地处于整个藏区的边缘地带，元以后西藏地方政权的号令几乎无法通达；又是内地中原的边远地区，历代中央政权对此地的统治也实行依靠部落头领来间接管理的办法。因此，部落制度在安多藏区社会内部发挥了重大作用，其影响渗透到藏族社会生活的各个方面，影响着藏区社会的发展。历史上阿柔部落的社会制度具有安多地区藏族部落的普遍特点，但是又有自身独有的特点：第一，阿柔部落在几千年历史发展过程中，没有按照部落的普遍发展规律经历血缘、地缘到部落联盟的阶段，而是一直保留了浓厚的血缘制残余；第二，阿柔部落由于历史上的各种原因，或因当地草场争夺，或因周边蒙汉满等政治势力影响，其发展历史又是一部悲壮的迁徙史；第三，阿柔部落具有独特的政教关系，即教权完全服务于政权，服务于整个阿柔部落，包括负责每年编纂阿柔部落年鉴和为部落属民的日常生活提供宗教上的服务。因此，对阿柔部落历史社会进行研究，不仅是总结历史，揭示普遍规律，更是发现具体问题，突出现实意义。

正是在祁连县委县政府的大力支持下，在祁连县阿柔部落人民的热切期



盼下，阿柔部落历史社会文化研究一书才得以面世。此书由以下八部分构成：自然环境、历史沿革、部落建制、部落分布、社会形态、传统教育与宗教信仰、民间文化和民俗风情，内容基本上涵盖了阿柔部落产生、发展、兴衰的纵向历史进程，以及政治、经济、宗教、文化等横向的各个方面；不仅研究了祁连县境内的阿柔部落主体，对果洛州、河南县，甚至玉树州、甘孜州等地现存的少部分阿柔部落属民都做了详细调查，并在书中有涉及。虽然笔者尽最大努力完善书稿，以不辜负阿柔人民的殷殷期望，但由于资料有限以及时间紧迫，缺点和不足在所难免。虽然阿柔部落在青海地区影响很大，但毕竟是整个安多地区众多藏族部落中的一个，因此单独深入细致研究一个部落的历史，难度较大，因而本书的史料就主要以阿柔大寺所藏之《阿柔部落历史》为主，因此资料引用上略显匮乏，且采用同一史料说明不同问题的方法，所以书中有貌似前后重复之处，实为在不同章节中引用了同样的史料。另外，因为此书主要研究的是历史上，尤其是民主改革之前的阿柔部落历史与社会，因此随着现代化进程的加快以及藏区社会日新月异的变化，会有些状况多少与历史不符，例如人口的变化、建筑的拆除与扩建等等，需读者注意并加以辨别。

此书能按期完成，离不开更藏县长在百忙之中不时的关心，离不开县委常委、宣传部部长张占荣先生热心地提供资料和陪同调查，也离不开法院才华扎西庭长、文联副主席刘维平、摄影师顾海峰等祁连县的多位领导同志积极热忱的帮助。我的博士生王云利用假期为搜集更多的资料而独自至青、川藏区调查，我的博士生樊秋丽也参与撰写了本书第五章“阿柔部落的社会形态”以及部分书稿的整理补充、电脑录入等，付出了大量的劳动，在此一并致谢！但由于本人水平有限，加之客观条件存在的许多困难，书中疏漏和错误之处在所难免，还望同行专家及广大读者批评指正！

洲 塔

2009年7月于多拉宗



目 录

第一章 阿柔部落生存的自然环境	1
第一节 地形地貌	2
第二节 山脉河流	10
第三节 森林湖泊	24
第四节 气候	32
第二章 阿柔部落的历史沿革	39
第一节 阿柔部落祖源概述与名称来源	39
第二节 阿柔部落早期的游牧地以及后来分化迁徙过程	43
第三节 近代以前阿柔部落的历史	46
第四节 祁连境内的阿柔部落	61
第五节 河南县阿柔部落的近现代历史沿革	76
第三章 阿柔部落的部落建置	81
第一节 青海地区藏族部落发展概况	82
第二节 阿柔部落的建置沿革	86
第三节 阿柔部落的建置特点	100
第四章 阿柔部落的分布	105
第一节 历史上阿柔部落的分布	105
第二节 祁连县阿柔部落的分布	110
第三节 河南县境内阿柔部落的分布	112
第四节 其他地区的阿柔部落	116
第五章 阿柔部落的社会形态	119
第一节 部落的组织形式和结构	120
第二节 阿柔部落的经济、政治、法制和宗教形态	132



第三节 阿柔部落社会形态的特点	148
第六章 阿柔部落的传统教育与宗教信仰	152
第一节 阿柔大寺的创建	152
第二节 阿柔大寺的三大学院	155
第三节 阿柔大寺的建筑风格	170
第四节 阿柔大寺的活佛系统、格西与高僧	175
第五节 阿柔部落的其它寺院	178
第六节 阿柔大寺的历史地位及当代影响	185
第七章 阿柔部落的民间文化	188
第一节 丰富的民间文学	188
第二节 民间歌曲	200
第三节 民间舞蹈	220
第四节 传统的体育活动	227
第八章 阿柔部落的民俗风情	232
第一节 传统饮食与服饰	232
第二节 婚姻习俗	238
第三节 丧葬习俗	257
第四节 节日风俗	263
第五节 伦理道德观与民间信仰习俗	266
第六节 待客与禁忌习俗	274
参考文献	279



第一章 阿柔部落生存的自然环境

藏族是一个历史悠久，勤劳智慧的民族，人口约 541 万，主要分布在我国甘、青、川、滇、藏五个省区。藏民族历代聚居在青藏高原，是高原文明的最早开拓者，主要从事畜牧业和农业。青藏高原地域辽阔、地势险峻、奇峰连绵、雪山环绕，江河湖泊纵流其间，水草丰美。藏民族就是在这样一个独特的自然环境和生存空间里，几千年来，开疆拓土，繁衍尘息，创造了自己的灿烂文明，并为开发高原、建设祖国边疆做出了巨大贡献。

青海境内的阿柔部落，也同各地藏族一样，经历了由氏族社会到原始部落社会的各个阶段的发展及其演化的漫长历史过程。由于历史原因，直到解放初期，阿柔部落还保留着部落社会的残余。主要表现在人们的道德观念、思想意识、生活习俗、生产方式及其部落之下的军事联盟、法律法规等方面。从某种意义上讲，部落制度贯穿了青海阿柔藏族社会的整个历史。因此，从政治、经济、自然环境、人文考古、宗教历史等各个方面，运用民族学、历史学、地理学等学科方法和理论，深层次研究青海阿柔部落制度，对于认识该部落社会历史的形成、发展、演化过程以及与周边民族的交往关系，进而认识藏族部落制度的特点至关重要。

我们首先从了解阿柔部落的自然环境入手，具体分析其生存空间的地区特点，从而找出地理环境对阿柔部落制社会发展的具体影响。以下，我们从阿柔部落的地形地貌、山脉河流、森林湖泊、气温气候等几个方面来具体介绍。



第一节 地形地貌

根据青海境内阿柔部落的人口居住区划分,其主要分布在海北藏族自治州祁连县、黄南藏族自治州河南蒙古族自治县以及果洛藏族自治州三个地区。这三个地区的地貌类型复杂多样,但总的特点呈:地势高峻,草原宽广,沟壑纵横,气候高寒阴湿,风力剥蚀显著,大部分地区海拔 3 000~5 000 米之间,巨大的山系贯穿其中,是由高原宽谷及湖河构成的组合体。

一、祁连县地形地貌

祁连县位于青海省东北部,海北藏族自治州西北部,东经 $98^{\circ} 05' 35'' \sim 101^{\circ} 02' 06''$, 北纬 $36^{\circ} 44' \sim 39^{\circ} 5'$ 。因地处巍峨挺拔、绵延千里的祁连山南麓而得名,据考证:祁连为后起之名,其原始地名为多拉让茂 (མདོ་རྩ་ལྷ་མོ་)。祁连县东与门源县、大通县接壤,南与刚察、海晏县相连,西与天峻县为邻,北及西北与甘肃省酒泉市、肃南县、民乐县、山丹县为界,距省会西宁约 286 公里,东距门源县约 170 公里,至甘肃张掖约 210 公里。全县东西长 280 公里,南北宽 185 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%^①。

祁连县辖三镇四乡(即八宝镇、峨堡镇、墨勒镇及扎什麻乡、野牛沟乡、阿柔乡、央隆乡)四十四个行政村,总人口 4.94 万,有藏、汉、蒙古、回、撒拉等 15 个民族,其中少数民族人口 3.321 万,占全县总人口的 75%。

祁连县幅员辽阔,在地质发展进程中,经历了数十亿年多次的地壳运动,逐渐形成如今极其独特的高原景观。在由祁连山系为基本骨架而构成的崇山峻岭之间,贯穿着一系列山间谷(盆)地,分布着广阔无垠的天然草场。

祁连处于古欧亚大陆南缘,属华北板块主动陆缘区,中生代转化为华北—华南联合板块主动陆缘区。在地质上居于北祁连加里东低槽褶皱带的中偏西部位。境内底层较为齐全,构造复杂,岩浆活动频繁。祁连山经漫长的地质运动,历经多次结构变化,其中以北西方向的加里东运动最为强烈,影

^① 祁连县水利志编纂委员会编:《祁连水利志》,兰州大学出版社 2000 年版,第 3 页。



响也最大，次为燕山运动。加里东运动发生在古生代，形成了一个巨大的北祁连加里东低槽褶皱带（即北祁连）。中生代的燕山运动，使河西走廊急速下沉，祁连山上升。第三纪的喜马拉雅山构造运动，使祁连山形成了今天的形态。断裂是本区的主要地质构造，根据规模大小可分为深断裂带、大断裂带两类。这些断裂带对祁连山地质构造发挥着决定性的作用，其中北祁连南缘深断裂带，位于北祁连南缘与中祁连隆起地带交界处；走廊南山北坡大断裂带，属于北祁连褶皱带内部断裂，位于北祁连的中北部，西起鹰嘴山北，东至景阳岭北侧，被后期断裂切割。黑河—八宝大断裂带，分布于北祁连褶皱带的中南部，西起刘口峡，经珠龙关河、黑河，在八宝河南被晚期近东西向大断裂带所切割，全长 435 公里^①。

祁连县位于群山峻岭、山间盆地之中，山水相间。高山、丘陵、盆地、河谷纵横分布，地形复杂，地貌类型多样。全县地形西北高，东南低。最高点为托勒瓦黄寺西岔主峰，海拔 5 287 米，最低点是黑河下游大子龙沟口南 500 米处，海拔 2 180 米。全县平均海拔 3 169 米（县城 2 787 米），海拔在 4 200 米以上高山终年积雪，冰川广布。祁连山主脉走廊南山耸立于县境西北，托来山横贯县境中部，托勒南山、大通山横亘于县境南部，四条山脉构成祁连多山的地貌特征。山脉耸立挺拔，石骨峥嵘。中部和东部山势较低，海拔在 4 000 米以上。山脉多为现代冰川发育的寒冷风化及冰水侵蚀作用强烈剥蚀构造高山，这些山脉起伏较大，地形割裂强烈，一般山脉北坡比南坡更为陡峻，构成明显的多山构造和冰蚀区地貌特征。海拔 4 200 米以上的雪峰林立，冰川广布，冰斗、角峰、刀脊和“U”形谷随处可见。海拔 3 800 米以上，残存各种冰蚀地形和冰积物，其下主要以冰、水侵蚀物为多，形成“V”形峡谷与阶梯状陡坎。在多山区的前缘，分布有裙带状前缘丘陵地貌。

祁连境内山川盆地相间，形成“四山夹四盆”的地貌。河谷地形平缓，黄河水系的默勒河（大通河上游）和祁连水系的黑河、八宝河、托勒河纵贯全境。在狭长的区域内“两河相汇”（黑河自西向东，八宝河自东向西于县中部汇合往北流入甘肃境内），“两河相背”（托勒河向西流，默勒河向东流）。山脉间形成一系列盆地和断陷盆地，走廊南山与托勒山之间，形成了黑河、八宝河断陷盆地（全长 435 公里），分布于北祁连褶皱带的中南部。托勒

^①祁连县文史资料委员会：《祁连文史资料》第三辑（内部资料），第 5~6 页。



山与托勒南山、大通山之间，形成了托勒断陷盆地、默勒凹陷盆地。

由于剧烈的冲刷和长期的切割，形成了高山深谷纵横的地形地貌特征，如珂珂里、油葫芦、大河、黑河下游峡谷等，显得重峦叠嶂，呈明显的垂直景观^①。

祁连历史悠久，物华天宝。拉洞元山出土的石斧表明，早在新石器时代就有人类在此繁衍生息。祁连历史文化遗址更是遍布全境，有夏塘卡约文化遗址、扁都口岩画、峨堡古城、藏传佛教寺院、西路军战场遗址、导弹部队驻地等。祁连地域重要，自古以来就是河湟通往河西走廊的交通要道，“丝绸之路”南线经于此，有“青海北大门”之称。历史上，它曾一度因成为“丝绸之路”必经之地而为历代兵家所重视。

祁连县境内草原辽阔，山清水秀，景色宜人，素有“牧区江南”之称；森林茂盛，矿藏众多，早在元代就以“八宝”闻名于世，亦被誉为中国的“乌拉尔”。第一，畜牧业资源丰富，祁连县是青海省重要的畜牧业基地，拥有驰名国内的藏羚羊、牦牛、阿柔马等牲畜，祁连是“白藏羊的故乡，大白毛的基地”；第二，矿产资源丰富，祁连以“黑、白、黄”名扬天下，黑指煤炭，白指石棉，黄指黄金资源；第三，丰富的水力资源，主要有两大水系——黄河水系的默勒河和祁连水系的黑河托勒河等，全县共有大小支流 247 条，总积水面积 1.31 万平方公里，地表水年径流总量 23 亿立方米^②；第四，独特的地理位置和自然气候条件，孕育和保持了青藏高原特有的自然风光。草场资源、森林资源、动植物资源、旅游资源极为丰富。“物华天宝水草鲜，人杰地灵松柏繁；八宝倒淌秀丽川，黑河北上神奇险；不望牛心山顶雪，错将祁连做江南；鸟语花香三河润，身临此地不慕仙^③。”这就是诗人笔下的祁连。境内草场辽阔，占全县土地面积的 80%，其中可利用草场面积占全县草原总面积的 85.53%，主要分布在八宝河、黑河等流域前缘丘陵地、盆地、河谷地区，具有面积大、类型多、草质好、季节明显等特点。2005 年，祁连草原被评为“中国最美六大草原”之一，并被纳入青海省重点旅游开发项目。

① 祁连县水利志编纂委员会编：《祁连水利志》，兰州大学出版社 2000 年版，第 41～42 页。

② 祁连县水利志编纂委员会编：《祁连水利志》，兰州大学出版社 2000 年版，第 5～6 页。

③ 祁连县文史资料委员会：《祁连文史》第二辑，兰州大学出版社 2000 年版，第 34 页。



此外,祁连境内原始森林茂密,以青海云杉、圆柏、小叶杨沙棘为主,森林覆盖率为9.84%,属于国有水源涵养林,是“三北”防护林体系中的重要组成部分。野生植物资源丰富,已经查明的有325种,分属57科、91属,其中著名的有大黄、藏茵陈、雪莲、冬虫夏草等。野生动物(经济兽类)达20余种,相对储量4万多只。著名的有野驴、马鹿、岩羊、雪豹等^①。

祁连县境内的阿柔部落,主要分布在阿柔乡。该乡位于祁连县城东约21公里,北依走廊南山与甘肃省民乐县为界,东邻峨堡镇,南接墨勒镇,西连八宝镇,夏季草场在峨堡镇东北景阳岭与本州门源回族自治县为界。阿柔乡地形南北高,中部为八宝河谷,形成一个广阔的山谷盆地,海拔2 900~4 000米。属于寒温、半湿润气候区。年均气温-7℃,适宜于发展畜牧业,较暖地区也可以种植饲草饲料。全乡总面积1 575.28平方公里,折合236.2万亩,占祁连总面积的10.66%。其中草场面积211.08万亩,占全乡总面积的89.32%,可利用草场178.29万亩,占全乡草场面积的84.46%,分布在两侧山坡与盆地中部,属优良草场,有森林面积45.33万亩。全乡辖草大坂、日旭、青阳沟三个牧委会,12个牧业生产合作社,共614户,3 086人,其中阿柔藏族2 525人,占总人口的81.8%^②。

二、果洛州地形地貌

果洛藏族自治州地处青藏高原东部,青海省东南部,东经96° 54′ ~ 101° 51′,北纬32° 32′ ~ 35° 37′。东部与甘肃省和青海省黄南州接壤,南部与四川省相连,西面和青海省玉树州为界,北面与青海省海西、海南两州毗邻。地处巴颜喀拉山和阿尼玛卿山之间,总面积76 442平方公里,占青海省总面积的10.54%。辖甘德、久治、达日、玛多、玛沁六个县。

果洛州地域辽阔,以高山区为主,区内海拔4 000~5 000米的地区约占全区总面积的80%左右,巴颜喀拉山绵亘在果洛州南部,阿尼玛卿山逶迤于果洛州北部,年宝叶什则山耸立于果洛州东南部。山势均呈西北至东南走向,西北高而东南低,整个地形是由西北向东南倾斜。山间有川流河水,并有大小不等的山间小盆地。州内西北部海拔多在4 000~5 000米之间,地形起伏不

① 索南多杰:《历史的痕迹——祁连县地名文化释义》,中国藏学出版社2007年版,第2~3页。

② 祁连县地方志编纂委员会编:《祁连年鉴》(1995~2003),内部资料,第298页。



大,高差多在 500~1 000 米之间,坡度较缓;东南部海拔在 3 500~4 000 米之间,但地形起伏较大,高差一般在 1 000~2 100 米之间,坡度 45° ~ 50° ,最大 80° 以上。

果洛藏族自治州地区地貌类型,大致可分为山地、河谷、盆地三类。

(一) 山地

州内山地可分为极高山——海拔高度大于 5 400 米;高山——海拔高度 5 000~5400 米;中高山——海拔高度 4 000~5 000 米。

区内山地以中高山——高山为主。北东部以阿尼玛卿山为主构成西北—东南向高山区,海拔高度从北西向南东逐渐减低,即从海拔 6 282 米降低到 4500 米左右。南西部以巴颜喀拉山为主体,构成西北—东南高山区,海拔高度也从北西向南东逐渐降低,北西端最高为巴颜喀拉山主峰,海拔 5 267 米,南西段在久治,海拔降到 4 000 米左右。在阿尼玛卿山与巴颜喀拉山之间,构成一个相对较低的中高山区花石峡 (མཛེན་ཀླུ་པ་མཛེན་ཀླུ་) ——久治公路从其中通过,是牧草生长的主要地带。

极高山区主要分布在阿尼玛卿山的玛积雪山一带,海拔 5 400 米以上,的面积约 3 000 平方公里,海拔 5 800 米以上的有 500 平方公里,超过 6 000 米的高峰有七、八座。地貌特征是冰川作用强烈,山势陡峻,山峰犬牙交错。

高山区: 主要分布在阿尼玛卿山及巴颜喀拉山主脊附近,海拔在 5 000 米左右,个别地区为 5 200~5 300 米。地貌特征以冰川—冰缘作用为主,山高坡陡,角峰刃脊发育,除部分冰雪覆盖区外,大部分为石河、石海、岩屑坡,有区域一级夷平面分布。

中高山区: 分布较广,占全州面积的 70% 左右,是牧草生长地带。地貌特征以冰缘作用为主,山体浑圆宽厚,山坡较缓;4 800 米以上的地区,石海、石河极为发育。有二级夷平面分布。

高山丘陵: 主要分布在扎陵湖、鄂陵湖周边,其他地区也有零星分布。高海拔丘陵区,湖泊星罗棋布。地貌特征以流水作用为主,山体低矮浑圆,起伏和缓;4 200 米以上地区多有热融滑塌和石环等冻土冰缘地貌发育。有三级夷平面分布。

海拔 4 000 米以下为灌木林—草甸带,是牧草生长的主要地带。4 000~4 800 米为高原草甸带,是夏季牧场所在地;4 800 米以上除少量耐寒植物外,主要覆盖大面积基岩或冰川。



(二) 河谷

果洛州境内水资源丰富，主要为黄河水系和长江水系。黄河河谷最宽处达 20 公里，河床宽约 40~50 米，属高原宽浅型河谷和盆地。黄河流经玛沁县境内后，出现大量峡谷地段。长江水系以河谷较窄、多峡谷、流水湍急为特点。

宽谷：主要分布在黄河流域，地貌特征以流水作用为主，河谷宽浅，一般谷底宽 2~4 公里。河床内漫滩较为发育，多为二级阶地发育，局部有三级阶地。一般海拔为 4 000~4 600 米。宽谷气候相对温暖，为居民相对集中的地带，局部地域可种植耐寒农作物。

窄谷：主要分布在长江水系上游支流，地貌特征以流水作用为主，河谷深切，间有峡谷。一般发育有五级阶地，海拔为 3 300~4 000 米，河谷区有森林及农田，牧草生长良好。

(三) 盆地

果洛州境内的高海拔丘陵盆地，广泛分布于东经 99° 以西、以东地区有零星分布。其特点是高原湖泊发育，以玛沁县扎陵湖、鄂陵湖为主体，沿黄河流域形成一系列大小不等的湖泊。湖泊总面积达 1 673.8 平方公里。湖泊海拔一般为 4 200~4 400 米，周边多形成平坦的高海拔冲积平原、洪积平原和高海拔丘陵。

果洛州总的地貌特征是高原面上形成一系列近于平行的低山与宽谷，河湖与盆地相间排列。低山多属褶皱断层山，相对高度 3 000 米左右，保留着两级夷平面：高一级在 4 900~5 000 米，已不完整，超过 5 000 米的高峰可见古冰川地貌；另一级海拔约在 4 600~4 700 米，保存比较完整，分布也比较普遍。在这些低缓丘陵、低山的顶端与山坡上广泛发育着各种类型的冰缘地貌。河源地区的地貌类型主要是宽谷和河流盆地，它们多为断陷作用而形成，大体可分为两类：一类是第三级的沉积盆地，更新世期间受新的构造运动影响，发生继承性断陷而成；另一类是更新世的断陷湖盆。在断陷盆地的边缘多保留着湖成阶地或发育成了山前台地洪积扇，在盆地的低处还分布有残留的湖泊。在海拔 4 500 米以上多为石质山地，表面为黑灰色钙土、黑钙土、沙壤土与沙砾土覆盖着，一般厚度 50 厘米，最深达 1 米以上。河源地貌发育过程十分活跃，内力作用主要是强烈的地壳隆起和下降，外力过程是寒冻冰缘作用的流水作用，内外力过程相互制约，形成了