藏族沐浴节的来历

传说在很古很古的时候，西藏草原上有一个非常有名的医生，名叫宇托·云旦贡布。

宇托·云旦贡布的医术十分高明，不管什么样的疑难病症，只要他动手一治马上就能治好。所以草原上的牧民们都十分爱戴他。藏王赤松德赞看到他医术超群，便把他请去做御医，专门给藏王和他的妃子们治病。

宇托·云旦贡布虽然心中不高兴，但又不能违抗藏王的命令。进宫后，心中仍然忘不了草原上穷苦牧民们的病痛。于是他经常借到山上去采草药的机会，抽出些时间为穷苦百姓治病。

有一年，草原上流行起了可怕的瘟疫，许多牧民都染上了这种病。宇托·云旦贡布不辞辛劳奔跑在草原上，为一家又一家的牧民治病。他攀上陡峭的雪山，进入茫茫的密林，战胜各种艰难险阻采来草药。他把这些草药熬好送到患病的牧民家里，谁吃了他的药，谁的病就好了。就这样，不知有多少濒临死亡的牧民，经他的

需要全本请访问 www.ertongbook.com

治疗，恢复了健康，人们都称他是妙手回春的神医，草原上到处都传颂着他的名字。

为了给牧民治病，宇托·云旦贡布医生不辞辛苦，没黑天没白日的干，实在太疲劳了。他从死神手中夺回了无数牧民的生命，消灭了这场瘟疫，但是他却没能逃脱死神的魔爪，不幸去世了。

宇托·云旦贡布医生去世后不久，草原上又遭到了一次可怕的瘟疫。这一次比上一次更为可怕，许多人和畜都死了。没有了治病的神医，生命垂危的病人们只好跪在地上，向苍天祈祷，希望已在天国的宇托·云旦贡布医生垂怜牧民的病苦，保佑人们战胜瘟疫，恢复健康。

说来也巧，这一天，一个被病魔折磨得奄奄一息的妇女，突然做了一个梦，梦见宇托·云旦贡布医生告诉她："明天晚上，当东南天空出现一颗明亮的星星的时候，你就下到吉曲河去洗澡，洗完澡你的病就会好了。"果然，这个妇女在吉曲河里洗澡后，便觉得浑身凉爽，心中舒畅，疾病立即消除了。这个本来又黄又瘦的女人，一下子就变成了一个红光满面身体十分强壮的健康人。

这件事很快就传开了，人们觉得这是神医宇托·云旦贡布的安排，便都按照那位妇女的说法到吉曲河中去洗澡，本来都是拖着重病的身体去的，洗完澡，却一个个

都活蹦乱跳，身体恢复得非常好。

人们说，天上的那颗星星是宇托·云旦贡布医生变的。他在天国里看到草原上的人们又遭瘟疫，不能回到人间来治疗，于是就化成了一颗星星，借星光把吉曲河的水变成了药水，让人们用这种药水洗澡来消除疾病。

火把救了纳西人

在天宫里，住着一位叫子劳阿普的大神。有一天，他领着手下的天兵天将，来到银河边上游玩。他们玩得正高兴，突然，一阵非常悠扬动听的歌声从很远的地方飘了过来。大神子劳阿普听到歌声忙问："是谁在那里唱歌？"

一位年老的天将指着脚下说："大神，那是下面人间的纳西人在欢歌起舞呢！"大神低头一看，气得脸一下成了紫茄子。他万万没有想到，人间竟是那样美丽。青青的山，绿绿的水，红红的花，快快乐乐的人们。这一切，都使他居住的天国暗然失色。他再也没有心思游玩了，立即带领天兵天将返回了天宫。

这天夜里，他想出了一个坏主意，便秘密地召来了那位年老的天将，命令他立即到人间去，放一把大火，把人间烧成一片废墟。

那位年老的天将是一个十分善良的人，他不肯一下子就把美丽的人间毁掉。于是，他把自己装扮成了一个白发苍苍的老者，手里拄着一根龙头拐杖，一颠一拐地来到纳西人的村寨里。

这时，迎面走来了一个头戴羊毛毡帽，身穿麻布衣裤的男人，他背上背着一个大男孩，手里却领着一个小男孩。老天将见了，觉得十分奇怪，便问那个男人："大哥，你怎么背着大的？让小的跟着走，是大孩子生病了吗？"

"老人家，托神灵保佑，我的两个孩子都很健壮。"男子见老人不解，便解释说："大男孩是我哥哥的孩子，小男孩是我的孩子。哥哥嫂嫂都去世了，只剩下这个独苗苗，所以我就格外地疼爱他。"

老天将听了非常受感动。心想，地上的人们心地都这么善良，为什么大神子劳阿普却要那样嫉恨人间呢？于是他走近那个男子的身边，悄悄地对他说：

"大哥，你记住我的话，赶快回到寨子里去扎一支火把，后天天神要来人间放火，你事先点支火把竖在自己的门前，就能保住你的房屋、牲畜和全家人的性命，逃

过这场大灾难。”说完老天将就消失了。

那个男子一听，大吃一惊，急急忙忙地跑回寨子，逢人便把老人的话说一遍，于是，一传十，十传百，很快就传遍了纳西人的九十九个村寨，家家户户都在门口竖起了火把。

到了这一天，天刚黄昏，九十九个村寨的千家万户的纳西人，都点燃了火把。熊熊的火把光把天地照得通红一片，仿佛大地真在一片火海中。

老天将一看遍地的火把，就知道是那个男人走漏了消息。无奈，只好回天庭禀告：“大神，请你去看看吧，人间已被烧成一片火海了。”

子劳阿普一看，人间大地真的是到处红彤彤的火光，拍手大笑说：“谁说人间比天堂好呢？让人们在火海里灭亡吧！”

打鱼郎治服鱼精

从前，沙坪鱼潭和洱海是相连的。那时，鱼潭洞里住着一条修炼千年的大鱼精。

大鱼精躲在洞里，两耳时刻注意地探听着洞外边的

需要全本请访问 www.ertongbook.com

动静，只要有人从洞外经过，它就猛地伸出头去，一口就把人吞掉。

人们知道了大鱼精的厉害。于是就一传十、十传百，谁也不从这里经过了。这下大鱼精没有了食物，整天饿得肚子“咕咕”叫。于是大鱼精守在洞口想呀想，终于想出了一个坏主意。

它在鱼潭中乱滚乱蹦。由于它有妖法，经它这么一闹腾，鱼潭中涛起浪涌，附近的地面上就泛起了洪水，刹时，田园被毁，庄稼被淹，人们倾家荡产，流离失所。

怎样才能让鱼精不泛滥洪水呢？于是人们就虔诚地向鱼精跪拜祈求，但鱼精却根本不买人们的帐，它对人们说：“从今以后让你们安居乐业也可以，但你们必须答应我的一个条件，每年给我送一个漂亮的姑娘来。不然的话，我年年兴风作浪，让你们永远不得安生。”

人们没有别的办法，只好答应了鱼精的要求。从此，附近村庄的老百姓可就苦了，每年要给鱼精送姑娘，村里轮到谁家出姑娘了，谁家就会传出撕心裂肺的痛哭声。年复一年，许许多多的好姑娘都被鱼精吃掉了。

有一年，一个叫阿凤的姑娘将要被送给鱼精。阿凤姑娘心灵手巧，非常能干，这时她已和一个打鱼的小伙子相爱了。打鱼郎怎么能让心爱的姑娘去喂鱼精呢！

打鱼郎从小就在水边长大，练就了一身好水性，他能抓住水中的游鱼，擒住海底的蛟龙。为了不让心上的人遭受不幸，他决心带上鱼叉，摸进鱼潭洞，杀死鱼精，救阿凤，为乡亲们除害。

打鱼郎带着几个强壮的小伙子，在洞的最深处找到了鱼精。打鱼郎猛地窜了上去，一把揪住鱼精的尾巴，猛地一拽，顺手将鱼叉从鱼精肚子直插了进去，叉梢穿过鱼精的五脏，竟从嘴巴里出来了。这样，鱼精乖乖地被治服了。打鱼郎还不罢休，又拿了一根铁链子把鱼精拴在一根大铁柱上，并告诫它说：记住，你这做恶多端的鱼精，从今以后不准你随便乱动，只有每年八月十五这天才准你翻一个身。

打鱼郎降服了鱼精，回到岸上，乡亲们夹道欢迎他胜利归来。阿凤的妈妈对打渔郎说："你救下了我的女儿，我就把她嫁给你了！"人们都欢欢喜喜地给阿凤和打鱼郎举办了婚礼。从此，人们过上了安乐的日子。

后来，每到八月十五这一天，人们怕鱼精借翻身的机会又兴风作浪，所以人们都在这一天来渔潭坡赶集。人们在集上唱戏对歌，用吵闹的人声来镇住鱼精。

牛郎与织女

相传，很早的时候，一个穷人家有个聪明、勤劳而又忠厚的孩子。他听老人说伏牛山中卧着一头老黄牛，就想进山去把那头牛牵回来耕田。

一天，他辞别家人，翻了九十九道山，过了九十九道涧，看到那头老黄牛正卧在一块平整的大石头上，瘦骨嶙峋的。他趴下去磕了个头，喊了一声："牛大伯"，便请老牛跟着他走。老黄牛睁了睁眼，没有吱声，又把眼睛合上了。他看着老黄牛没精打采的样子，心想，老牛一定是饿了，就动手给老黄牛薅草。他薅着，老黄牛吃着，他薅了一捆又一捆，但总是供不上吃。就这样，他整整喂了三天老黄牛，老黄牛吃饱了，抬起头对他说："小孩子，我原住在天上，盘古开天辟地的时候，地上没有五谷，我偷了天仓的五谷撒了下来，惹怒了玉帝，把我从天庭踢了下来，摔坏了腿，到现在还不能动弹。我的伤，得用百花露水洗一百天才能好。"那孩子听了，也不着急下山了。每天清晨，他就去采百花，用花朵上的露水给

老黄牛洗伤。饿了吃些野果子，渴了喝几口山泉，夜里就睡在老黄牛的身边。一百天过去了，老黄牛终于站了起来，跟着他回家了。

小孩与老黄牛相依为命，白天去放牧，夜里就睡在一起，于是，人们都叫他牛郎。

一年年过去了，牛郎长大了。嫂子提出要与牛郎分家。牛郎一不要房子，二不要地，他只要老黄牛，一辆坏牛车，外加一只破皮箱。他套上牛，放上皮箱来到村外搭起了一个茅草棚，住了下来。

第二天，老黄牛从嘴里吐出了一个茶豆，并向牛郎点点头，牛郎把茶豆种在门前，没几天茶豆就长出了秧，于是牛郎就搭起了个架子，又没过几天，秧便爬满了架子。老黄牛对他说："夜里藏在茶豆架下，能看到天上的仙女们，天上的仙女也能看见你，谁要是向你偷看七个夜晚，她就是想做你的妻子，我就拉上车带着你，把她接下凡来，与你结婚。"

夜里，牛郎钻到茶豆架下向天上望，果然看到一群仙女在玉池里洗澡，临走时，一个仙女向他偷看了一眼。第二天夜里，只见那个仙女独自来到玉池，大着胆子看牛郎。第三天夜里，望着牛郎微微笑，第四天夜里她向牛郎点头，第五天夜里她端出一篮蚕，第六天夜里她偷

需要全本请访问 www.ertongbook.com

出一架织布机，第七天夜里她拿着织布梭向牛郎招手。

牛郎和织女，一个在天上，一个在地上。牛郎盼着织女下凡来，织女盼着牛郎快娶她。到了七月七那天，从天上飞下一只喜鹊，落在老黄牛的头上，告诉它："织女差我来，叫你快去娶。"

于是，牛郎套上车，坐上去。老黄牛四蹄腾空，一会就到了玉池边上。织女和牛郎并肩坐到车上，只一会便到了家。

牛郎娶了一位贤慧的仙女。她会养蚕，能抽丝，织出的绸缎又光又亮。人们都说她的织布机是从天上带来的，织出的绸缎做成衣，冬暖夏凉。人们称呼她为织女。这消息传出去，天南海北的商人，都来买她织的绸缎。

不知不觉，三年过去了。织女为牛郎生了一儿一女。牛郎种田，织女织布，他们小日子过得非常幸福美满。小伙姑娘们都十分羡慕他们，便问他们是怎样走到一起的。于是牛郎指指茶豆架，说出了他们相识的前前后后。

小伙子姑娘们把这记在了心里，当茶豆熟了的时候，他们都争着来采摘，种到自己家的院子里，也偷偷地钻到茶豆架下，向天上张望，小伙子们盼着能看到一个偷看他的仙女，而姑娘们则盼望能瞅见一个偷看她的仙

童。但他们盼啊，盼啊，谁也没有实现自己的愿望，因为他们没有老黄牛的帮助。

又平平安安地过了几年，有一天，牛郎正赶着老黄牛在地里耕田，突然，晴空里滚来了一阵炸雷。老黄牛停住了脚步，它望望牛郎，眼中涌出了泪水，它对牛郎说："我把织女接下天，犯了天律。现在天鼓响了，我再也不能活了。我死之后，织女的母亲王母娘娘会来拆散你们夫妻。你记着，把我剥了，肉吃了能脱凡成仙，皮做双靴子，穿上能腾云登天。"老黄牛说完，倒下去死了。牛郎伤心地大哭一场，便按照老黄牛的嘱咐做了。

七月七日那天，牛郎正在田里锄地，他的两个孩子哭着跑来了。他们抱住牛郎的腿说："家里来了个老婆婆，什么话也没有说，就把妈妈从织布机上拉走了。"

牛郎知道是王母娘娘来了，赶忙扔下锄头，拉住一儿一女，腾空就追。眼看就要追上了，王母娘娘拔下头上的金簪在脚上一划，一条滚滚滔滔的大河便出现了。牛郎只能拉着孩子，站在河边放声大哭。哭声惊动了玉帝，他看到一双孩子怪可怜的便动了恻隐之心，于是叫他们一家四口，每年的七月初七相会一次。

牛郎一家人都不见了，地上的人们都感觉到十分奇怪。由于平时他们待人很好，所以大家也都关心他们。

可是，无论怎样打听，寻找，也不见他们全家的踪影，于是，有人想起来，到茶豆架下去看看吧。站到那里往天上一望，人们才明白了。

只见一条大河，波涛滚滚，织女站在河这边哭，牛郎拉着孩子站在河那边哭。人们擦着眼泪走出茶豆架，向天空再望去，发现繁星闪烁的夜空中多了一条又宽又长的银带，人们就叫它天河。天河的一边多了一颗星星，另一边多了三颗星星，人们就叫它织女星、牛郎星。

每当人们想念牛郎织女时，就站在茶豆架下望一望。望到七月初七那夜，突然看见满天喜鹊向天河扑去，互相咬着尾巴，搭起一座鹊桥。牛郎领着一对儿女上了桥，织女也上了桥，一家人终天在桥上相会了。

哈尼族的磨秋节

很久很久以前，哈尼山寨里住着兄妹两人，哥哥叫阿朗，妹妹叫阿昂。阿朗长得身强体壮，就连豹子也没有他矫健；阿昂长得聪明伶俐，就连小岩羊也比不上她灵活。

平时在寨子里，兄妹俩总是十分热情地帮助乡亲们

做这事干那活，受到大家的喜爱。那时候，天上的月亮和太阳还没有商量好各自应出来的时间，所以它们出没不定。有时两个一块儿出来，天上日月同辉，有时则谁也不出来，大地上暗淡无光 有时一出来就是几天，有时候几天也不见他们的面。太阳和月亮这样没有规律的出没，使地里的庄稼不能正常地生长，给人们的生活带来极大的困难。

阿朗和阿昂兄妹俩看在眼里，急在心上，他们仔仔细细地商量了一个办法，决定上天分头去说服太阳和月亮。

为了能到天上去，阿朗和阿昂砍来高大的栗树，做成了一个磨秋，他们兄妹二人骑到磨秋上，于是磨秋就飞一样地旋转了起来。转啊，转啊，磨秋越转越快，最后，把阿朗和阿昂送到了天空，找到了太阳和月亮。

但是，那太阳太热了，阿朗每向太阳走近一步，他都要流出一瓢汗，他被晒得嗓子冒烟。但他全然不顾，还是一步一步地往前走，当他来到太阳面前时，他身上的汗已全都流干了，嘴干得裂出大大的血口子。奄奄一息的阿朗对太阳说明了自己的来意，太阳非常感动，答应要和月亮商量一下。

去找月亮的阿昂一点也不比阿哥轻松，她每向月亮

走近一步，身上就发出一阵颤抖。那不是她穿得太单薄，而是月亮放出的冷光使她难以忍受。但阿昂没有畏缩，仍义无反顾地一步步向前走去。当她来到月亮的跟前时，她几乎已被冻得说不出话来。她向月亮说明来意，月亮马上答应了她的要求。

终于，太阳和月亮商量好了：太阳白天出来，月亮晚上出来。它们都遵照自己的规律升升降降，人们可以按时种地生活了。可不幸的是，阿朗却被太阳晒死了，阿昂也被月亮冻死了。

为了纪念阿朗和阿昂兄妹俩，哈尼人每年的农历五月都要过磨秋节。在哈尼族的大小村寨中，村边都有一个磨秋柱。到了磨秋节这一天，由村寨里的小伙子砍来一棵非常直的栗树，支到磨秋柱上。

哈尼人把支磨秋看成是最庄严的事情，家家户户都怀着虔诚的心，杀鸡杀鸭，舂糯米耙耙。祭天拜地，祭拜磨秋的发明者阿朗和阿昂。

磨秋支好了，发出咕吱咕吱的叫声。人们说，这种叫声会预兆年成。声音大，就是告诉人们有好收成。

铁拐李行医收徒

得道成仙的铁拐李，常常蓬头垢面，跛足坦胸，手中拄着一根紫色的铁拐杖，身后背个药葫芦，在大街小巷游来荡去。

一天，铁拐李变做一个白发苍苍的老翁，在汝南这个地方行医施药，为人们解难。找他来看病的人，络绎不绝，而他总是药到病除。人们于是便纷纷传说，汝南来了一位白发神医，被他治好病的人都想拿些东西谢谢他，可是散市以后谁也不知道他到哪里去了。

这件事一来二去传到了管理市场的官员费长房的耳朵里。为了把事情弄个清楚，费长房就在铁拐李施药处的附近，租下了一间楼房，每天早晚都坐在楼上，暗暗地观察这位白发老神医的行踪。没有几天，费长房便知道其中原因，原来每当集市上的人们散去以后，那位白发苍苍的老翁便纵身一跳，竟然钻进屋檐下挂着的药葫芦中去了。

这个费长房也是个很有心的人，他一看便知这白发

老翁不是个凡人，于是，他第三天便准备了酒果等礼物，去拜见这位神秘而又医道高超的白发老人。白发老人见费长房带着礼物来了，到也不客气，便收下礼物，请他到堂中相会。

费长房跟随老翁进入葫芦中，这可真是个非同一般的去处。只见眼前亭台楼阁，瑶草琼花，别有一番神仙境界。来到厅内，更是玉堂金室，幽廊曲径，使人目不暇接。老翁马上命人摆上美酒佳肴，与费长房开怀畅饮。

费长房哪里见过这样的饮食，琼浆玉液，令人欢而不醉，海味山珍，使人饱而不腻。酒宴之后，老翁送费长房出来，悄声地对他说："来此之事，只可你知，我知，不要对别人乱讲。"费长房一听，马上连连点头，唯唯答应。

一晃，好些日子过去了。一天白发老翁来到费长房的楼上，对费长房说："你知道我是谁吗？我本是仙人，以济世救人为己任，现在在汝南我该做的事情都做完了，我就要回去了。楼下还剩下一些酒，你去命人把那酒拿上来，我今天在这里和你饮酒话别。至于何时能再见面，那就不好说了。"

于是，费长房派手下人去下楼取酒坛子，可是，去了几个人也没有搬动那个酒坛子。后来增加到十个人去抬，还是没有抬动。于是，老翁笑着走下楼去。来到酒

坛前，只用一个手指头就提到了楼上。那个酒坛看上去很小，好像装不下多少酒，可是两个人从早晨喝到中午，又从中午喝到晚上，一整天也没有喝光。

席间，老翁问费长房："你愿意跟我走吗？"费长房说："我很想修道，就是担心家里人离不开。"老翁明白了他的意思，就折了一根青竹杆，比了比费长房的身高，让他拿回家挂在后院。

清早，家里人发现费长房在后院上吊死去了，于是赶紧料理后事，把他埋葬了。其实，费长房就站在那里，看家里人忙前忙后，可是别人谁也看不见他。

离开家，费长房跟随老翁走进深山密林之中。山中有一群猛虎，老翁就命他和那些老虎生活在一起。费长房也不害怕，白天在虎群中出出进进，夜晚就和老虎睡在一起。

后来，老翁让费长房自己住在一间大房子里，上面用朽烂的绳索吊着一块万斤重的大石头，一会儿又进来几只猛虎，争着去咬那朽烂的绳索。可是，费长房依然在下面若无其事，安然不动。

经过这样的种种考验，老翁最后才对他说："你是个可以教诲、能够修道的人。"

从此，费长房跟着老翁安心修道。过了些日子，他

需要全本请访问 www.ertongbook.com