

青海少数民族

青海民族学院民族研究所 编



青海少数民族

青海民族学院民族研究所 编



青海少数民族/青海民族学院民族研究所编。—西宁：青海人民出版社，1987·7

168页；32开

ISBN 7-225-00017-9/G·14；1.00元

I.青… II.青… III.①青海一少数民族②少数民族—青海

IV.k280.44 22.92 k28

青 海 少 数 民 族

青海民族学院民族研究所 编

青海人民出版社出版

（西宁市西关大街96号）

青海省新华书店发行 青海西宁印刷厂印刷

开本：787×1092毫米 1/32 印张：5.5 插页：7 字数：120,000

1987年7月第1版 1987年7月第1次印刷

印数：0,001—2,460

统一书号：7097·1143

定价：1.00元

ISBN 7-225-00017-9

G·14

前 言

青海自古以来就是伟大祖国的一个多民族聚居的地区，也是我国西北少数民族发祥地之一。目前，在我省72万余平方公里的土地上，居住着汉、藏、回、土、撒拉、蒙古、哈萨克等兄弟民族。据1982年人口普查数字，全省总人口389万余人，其中汉族236万人，占60.58%；各少数民族共153万余人，占39.42%。少数民族聚居区的面积占全省土地总面积的98%。在各少数民族中，藏族75万余人，占全省总人口的19.31%，主要聚居在玉树、果洛、黄南、海南、海北和海西六个自治州，还有相当部分散居在东部农业区各县。回族53万余人，占全省总人口的13.79%，主要聚居在化隆、门源两个自治县以及西宁市城东区 and 民和、大通、湟中等县，其余各州、县也有回族散居。土族12万9千人，占全省总人口的3.32%，主要聚居在互助土族自治县和民和、大通、乐都、同仁等县。撒拉族6万余人，占全省总人口的1.58%，主要聚居在循化撒拉族自治县和化隆县甘都公社等地。蒙古族5万余人，占全省总人口的1.29%，主要聚居在海西蒙古族藏族自治州和河南蒙古族自治县，海北州、海南州和湟源县也有蒙古族人居住。哈萨克族1497人，占全省总人口的0.04%，聚居在海西州格尔木市的阿尔顿曲克公社。此外还有维吾尔、东乡、保安等十多个少数民族共2800余人，散居在城乡各地。

我省民族分布具有大杂居、小聚居的特点，汉族居住除

东部农业区各市、县外，遍及各州县，其余各民族各有聚居区，其中藏族则除在牧业区有聚居区外，又遍及农业区各县。各兄弟民族在长期友好相处中，发展了经济上文化上的联系和交流，形成了相互依存、相互信任、相互帮助，谁也离不开谁的民族关系。

1949年中华人民共和国成立，结束了各民族的苦难历史，开创了民族平等、团结、互助，共同走向繁荣发展的新时期。中国共产党和各级人民政府在贯彻执行民族政策，促进各少数民族的发展繁荣方面，做了大量工作，并培养了一大批民族干部。在推行民族区域自治过程中，从1951年到1954年先后建立起六个自治州和五个自治县。

各族人民在党和人民政府领导下，进行了清匪反霸、民主建政、土地改革以及生产资料所有制方面的社会主义改造等工作。在取得上述胜利后，开展了社会主义建设工作，虽然由于指导方针上的失误和“十年动乱”，使革命和建设遭到挫折和损失，仍然取得了巨大成就，各族人民群众的生活水平有了显著提高。自1978年党的十一届三中全会以后，认真落实了各项政策，各少数民族又进入了一个新的历史阶段。目前，各族人民正在为逐步把我国建设成为社会主义现代化强国而奋斗。在建设过程中，应大力帮助少数民族加速经济和文化建设，以逐步消除历史上遗留下来的事实上的不平等，使各民族都跻身于世界先进民族的行列。

为了促进各民族相互了解，反映我省各少数民族的悠久历史、人文地理、政治经济、宗教信仰、文化艺术和风俗习惯等方面的基本情况，并适应有关方面的工作需要，我们在青海省民族事务委员会和青海民族学院党委的大力支持下，编写了这本《青海少数民族》，分篇对我省藏族、回族、土

族、撒拉族、蒙古族、哈萨克族作了概括性介绍。

本书由青海民族学院民族研究所的部分同志集体编写，分工执笔，集体讨论完稿。各篇的编写人：《藏族》，李延恺、陈光国、索南扎西；《回族》，孔祥录、朱刚、喇秉德；《土族》，李克郁、席元麟；《撒拉族》，芊一之，韩建业；《蒙古族》，王树中、宋挺生；《哈萨克族》，欧潮泉。全书主编由黎宗华担任，芊一之任副主编，并对各篇进行最后审定。书中所附照片，除哈萨克族由姜维周提供外，其余均由包毓俊拍摄。我们在编写过程中，得到青海社会科学院民族研究室、青海省教育厅教材处和青海民族学院汉文系以及青海省图书馆等单位的大力支持并提出宝贵的修改意见，在此一并表示感谢。

由于我们水平有限，粗疏乃至错误之处在所难免，敬请有关同志和广大读者批评指正。

青海民族学院民族研究所

《青海少数民族》编写组

1983年3月

目 录

前言.....	(1)
藏族.....	(1)
回族.....	(32)
土族.....	(65)
撒拉族.....	(89)
蒙古族.....	(114)
哈萨克族.....	(152)

藏 族

藏族自称“博”。但由于各地方言不同，又有不同的称谓：居住在西藏阿里地区的人称为“兑巴”，后藏地区的人称为“藏巴”，前藏地区的人称为“卫巴”；昌都以东地区的人称为“康巴”，四川西北部、甘肃南部及青海地区的人称“安多巴”或“安多哇”。这些称呼，不是民族名称，仅是对某一个区域内藏族居民的称呼。

(一)

青海藏族共有78400人（1985年），占全省总人口的19.46%。主要分布在玉树、果洛、海南、黄南、海北等藏族自治州和海西蒙古族藏族哈萨克族自治州；此外，在湟源、湟中、大通、乐都、民和、循化、化隆、互助、平安及西宁等县、市亦有部分藏族居住。

藏语属汉藏语系藏缅语族藏语支。青海藏族除玉树、玛多、囊谦三县操康方言外，其它地区均操安多方言。藏文在全国藏区通用，创制于公元七世纪前期，系拼音文字，有四个元音符号和三十个辅音字母，自左向右书写，字体主要为“有头字”（楷体）与“无头字”（草体）两种。

在青海藏区广袤的土地上，山岭连绵，雪山重叠，河流纵横，湖泊棋布。雄伟的昆仑山自西而东横贯其中，海拔

在4500米至5000米以上，最高峰达6250米。其支脉巴颜喀拉山，景色壮丽，是长江、黄河的发源地与分水岭。祁连山绵延于东北部，山脊海拔4000米，最高峰5920米，峰峦高耸，山势险峻，为青海省与甘肃省河西走廊的天然分界线。西南和东南部，还有高耸的唐古拉山、阿尼玛卿山及西倾山。长江、黄河发源于玉树藏族自治州，为青海的经济建设提供了丰富的水力资源。黄河上游正在建设中的龙羊峡水电站，位于海南藏族自治州，是亚洲最大的水电工程之一。藏区还有咸水湖、淡水湖及盐池百余个，其中青海湖是我国最大的咸水湖，鄂陵湖、扎陵湖系著名的淡水湖，为本省渔业基地。

地处高原的青海藏区，属典型的大陆性气候，冬季长而寒冷，夏季短而凉爽。东部湟水流域、大通河中下游、黄河上游谷地及通天河中下游谷地，土壤以栗钙土为主，气候温和，土质肥沃，宜于发展农牧业。农业区藏族以农为主、农牧结合，农产品以青稞、油菜为主，土豆、小麦次之。由于青稞生长期短，适应高寒气候，所以东部脑山地区、环湖农牧区及其它地区的河谷地，长期种植这种作物，播种面积一般占农作物的一半以上，是这些地区农牧民的主要粮食作物。油料作物以油菜为主，胡麻次之，前者在脑山种植，后者在浅山地区播种。土豆在脑山、浅山地区均可种植，其它地区亦有部分种植。小麦主要在川水及浅山地区播种。藏族还常在浅山区种些豌豆，在川水区种些蚕豆。蚕豆粒大无虫，富有营养价值，颇受外商欢迎。

青海是我国五大牧区之一，藏区有草场五亿多亩，占全省土地总面积的百分之五十以上。藏族人民长期从事畜牧业生产，经验非常丰富。牲畜主要有绵羊、牦牛、犏牛和马

等，而以绵羊最多。所产“西宁毛”，驰名中外，黄南的黑紫羔皮、玉树的绵羊皮，誉满国内外。“河曲马”、“大通马”、“环海马”、“鲁仓马”、“玉树马”及“柴达木马”系著名马种。青海高原上不仅有无数的黄羊、旱獭（俗称“哈拉”），而且麝香、鹿茸、虫草、大黄等多种名贵药材资源丰富。

青海藏区有茂密的森林，盛产优质建筑木材及经济林木。天然木材呈片状或断续带状，主要分布于巴颜喀拉山、唐古拉山、积石山、西倾山、黄河沿岸、祁连山东段及柴达木盆地南北山地区，面积凡2098万亩。

矿藏也很丰富，祁连山被称为“万宝山”，柴达木被誉为“聚宝盆”，石油、天然气、钾盐、食盐、煤、铁、石棉、黄金等的蕴藏量极为丰饶。

（二）

关于藏族族源问题，有关学者们曾做过许多探讨：有源于印度说、源于缅甸说、源于马来半岛说、源于西羌说、汉族分支说、鲜卑为主说及土著说。前三说，本民族学者及其他大多数学者持否定态度，对于后四说，则认为有对的一面，也有不对的一面。而关于青海藏族来源问题，研究者不多。

关于民族起源，各民族都有自己的神话传说。在广大藏区流传着“猕猴变人”的传说。相传远古时期，在深山修行的一只猕猴同居住于岩洞中的罗刹女相遇，她说：“我俩结成婚媾吧！”猕猴说：“吾如为汝夫，破吾行戒矣！”罗刹女说：“汝不娶吾，吾必自戕”。猕猴考虑，若不许婚，将

铸成大错，便与她成了婚。生下六个子女，发展成六百子孙。以后人口繁衍，与别的居民通婚，逐渐发展成为藏族。这则神话，在许多藏籍中均有详略不同的记载。这些传说和记载，在一定程度上说明藏族主要来源于古老的土著居民。

解放后，我省考古工作者先后在河湟地区、环湖、河曲以及玉树等地，发现地下遗址三千多处，出土文物十万余件。玉树州的古文化遗址证明，远在一万年前，青海高原就已有类活动。其他考古发现也都充分证明早在四五千年之前，青海高原上不仅有大量土著居民，而且他们的畜牧业、手工业、制陶业都已发展起来。

历史上，河湟地区是与汉族接触最早、交往最多、关系最复杂的地区之一。许多古代民族（如羌族等）都在这里繁衍生息、频繁活动过。一些民族，在自立、抗衡、兼并、扩张的斗争中，有的胜利了，有的失败了。而在胜利、失败、联盟、分裂和变革中，逐步发生融合与同化。

藏族先民与西羌有着密切的渊源关系，但是古代羌人并非单一的民族名称。《新唐书·吐蕃传》说：“吐蕃本西羌属，盖百有五十种，散处河、湟、江、岷间”。其中的“发羌”、“唐旄”等部早在公元一世纪前后即居住在青藏高原上。可以认为藏族先民中的一部分与“发羌”、“唐旄”部有直接渊源关系，但不能说整个青海的藏族都与羌人有血缘关系，更不能说羌人是藏族的前身。今天分布在青海省境内的藏族，是在千百年的历史进程中，逐渐形成和发展起来的，是吐蕃和居住在祖国西部边疆的各民族共同发展融合的结果。

自西汉武帝以后，内地汉族大批迁来湟水流域，与先零等羌杂居，并在这里屯垦开发。十六国时期，史籍上仍留下

他们许多事迹，北魏而后始消声匿迹，其中相当部分与当地民族融为一体了。公元四世纪初，鲜卑族慕容部吐谷浑率众西迁上陇，其子孙在青海建立吐谷浑王国，后属诸羌，吸收别部鲜卑，地广人众，历三百余年。十六国时期，鲜卑乞伏氏建立西秦，横跨甘青，称雄一时，曾于公元五世纪初袭灭南凉。南凉是鲜卑秃发氏在湟水流域所建政权，境内有不少羌人和汉人。南凉亡国后，秃发氏除少数人投奔北凉，以后转降北魏外，大部分转属西秦。而西秦亡国后，居民大部分转属吐谷浑了。吐谷浑盛时，东西三千里，西达鄯善、且末，南有玉树、果洛一些地方，占据广大青海草原。公元七世纪三四十年代，吐蕃兴起，逐步东进，并苏毗，破党项，吞白兰。公元六六三年并灭吐谷浑，占据青海各地。八世纪中叶后，吐蕃乘唐朝内乱，占领陇右、河西等地，约近百年。吐蕃王朝实行迁民、屯兵、同化等政策，在此时期，溶铸出一个大吐蕃族，即藏族。在吐蕃族中，既有原来西羌一些部族，也有鲜卑族的吐谷浑、乞伏部和秃发等部，还有相当数量的汉人，当然不能忘记还有从吐蕃本土大批迁来青海的贵族及其属民和屯军。

公元九世纪中叶，“唃末”人在甘青地区起义，汇合其他力量，推翻了吐蕃王朝在这里的统治。以后，部分唃末人汇合于藏族之中。公元十世纪末叶，在河湟和洮岷地区出现了唃廝罗政权，唃氏自称是松赞干布的后代，属亚陇党阿王系的一支，其后世成为今甘青地区藏族的一部分。元朝及明代中叶以后，蒙古人成批地在青海活动，其中一部分人留居玉树、果洛，渐与当地藏族融合，今日还能辨别蒙古人在藏族中的后裔。他们也是今天玉树、果洛地区藏族的一部分来源。可见，青海藏族的统一体中，既有羌人、鲜卑人、蒙古

人、嵬末人的成份，也有汉人的成份，羌人和当地其他土著人为其主要成份。

(三)

古代青海藏族

青海藏族史上的远古时期，主要是指公元七世纪上半叶奴隶制吐蕃王朝建立以前的漫长岁月。那时青海高原各地居住着互不统属的部族。根据藏族与汉族历史文献的记载以及考古发掘的成果表明，从远古时起，在河湟地区和青海高原各地，就有人类生息繁衍。他们当然不能直接被称作藏族，但他们中相当部分确是以后历史长河中形成藏族共同体的基础和重要成份。

公元七世纪以前，吐蕃这个古代藏族即散处在今青海西部黄河源及通天河一带。“吐蕃”这一汉语名词，始见于新、旧唐书。开始时，系指现在的西藏地方而言。后来，因为吐蕃占领了青海、西康及甘肃等地，便把所有被它占领的地方，都称做“吐蕃”了。

公元七世纪上半叶，吐蕃赞普松赞干布统一西藏高原、建立奴隶制吐蕃王国以后，对内：划分军政区域、设官授职、创造文字、制定法律、统一度量衡。对外：一方面，自青、康拓展，占领党项、白兰等诸羌部；同时，与唐朝建立联系，缔结婚姻。贞观十五年（641年），唐遣礼部尚书、江夏王李道宗持节护送文成公主经青海赴吐蕃与松赞干布完婚。随着文成公主出嫁吐蕃，祖国汉地的农具制造、纺织、养蚕、酿酒、碾硪、造纸、造墨、冶炼、建筑等技术，都相

继传入藏区。

唐蕃首次和亲以后的十数年中，和睦相处、友好团结，青海藏区成为拉萨至长安间和平往来的交通要道。公元663年，吐蕃禄东赞率军突袭吐谷浑，吐谷浑王诺曷钵夫妇率数千帐逃入唐朝境内。670年，唐派大将薛仁贵统兵十万同吐蕃大相钦陵的二十万蕃军战于海南大非川（共和切吉草原一带），唐军大败，吐蕃遂尽有吐谷浑之地。

经过这次战争，青海地区出现了三十余年的不平静时期。然而，双方经青海往返于拉萨、长安间的修聘、谈和、报丧、吊唁、请婚的使者仍不绝于途。唐中宗景龙四年（710年），唐又以金城公主经青海出嫁吐蕃赞普赤德祖赞。这是藏汉关系史上的又一重大事件。其陪送嫁妆之盛仅次于文成公主。

唐玄宗开元十九年（731年），唐蕃双方议定在赤岭（日月山）互市。此后一段时期，青海广阔草原上“畜牧遍野”，欣欣向荣。不久，边疆生事，双方失和，边境冲突，经常发生。

天宝十四年（755年），“安史之乱”爆发，唐朝驻守河湟等地的军队东调。吐蕃乘虚东进，占据鄯、廓和陇右各地。自代宗永泰元年（765年）以后的五十年中，双方谋求恢复和平，途经青海地区的使者有增无减，为尔后的蕃唐“长庆会盟”（821—822年）准备了条件。

由于长期用兵，吐蕃内部矛盾激化，王室内讧，吐蕃最后一位赞普达玛被杀，奴隶制政权瓦解。其大将论恐热与鄯州节度使尚婢婢，从公元843年至866年混战于甘、青一带，“二千里间，寂无人烟，赤地殆尽”，各族人民遭受惨烈的战争灾祸。最后两败俱伤，吐蕃在甘、青一带的统治力量消

失。

在吐蕃奴隶主的统治下，甘青一带各族人民无人身自由，生活极端窘困，因此，摆脱奴隶制的羁绊，成为各族人民的共同愿望。首先，沙州（甘肃敦煌）汉人张义潮与吐蕃下级地方官吏阎英达发动起义，收复鄯、廓等十一州。接着，“平居散处耕牧”在青海东部甘、青接界的从征奴仆“共相啸合数千人，以温末自号”，纷纷起义，这就是著名的“温末起义”。温末，也是吐蕃统治者对甘、青地区奴隶的称呼，后来，温末人中的一部分向西南方向迁徙，逐渐与当地融合，成为今天果洛、玉树一带的一部分藏族，直至解放前夕，西宁附近的人还称果洛藏族为“温末”。

公元十世纪后半叶，宋朝建国后，对青海地区的藏族采取结好政策，以共同防御西夏。此时，河湟地区出现了几个较大的藏族部落集团，河州（甘肃临夏）有耸昌厮均，邈川（乐都）有温逋奇，宗哥（平安）有李立遵等。他们各自经营所辖地方。这些部落集团要向外发展，困难很多。往北是西凉六谷部、甘州（张掖）回鹘，势力较他们稍为强大；东南是宋朝的秦（天水）、渭（陇西），难于取胜；西夏的势力也积极向西推进，对河湟已构成潜在的威胁。在此情况下，只有把这一带分散的各个大小部落统一在一个政权之下，才能对付外来强敌。而要如此，就必须拥立一位在当地藏族人民群众中享有崇高威望的人作旗帜，青海藏族历史上吐蕃王皇后裔唃廝罗，便应运而出。公元1015年后，唃廝罗政权在李立遵和温逋奇的辅助下，逐步扩大影响，后来，他亲自执政，迁都青唐城（西宁），其鼎盛时期，管辖范围包括今海南、海北、黄南、东部农业区及甘肃的一部分地方。唃廝罗一直臣属于宋朝，关系极为密切，在协助宋朝抗击西

夏斗争中屡立奇功，所以从公元1038年至1041年，迭次被宋封为“保顺军节度使兼邈川大首领”等等。

唃廝罗政权以藏族为主体，境内有吐蕃人、吐谷浑人、回鹘人、党项人、汉人以及侨居的西域商人。所产名马、谷物、毛褐、麝香、皮张，不仅满足了本地区的需要，而且通过“进贡”和交换，扩大了同中原地区的经济文化交流。十一世纪中期，发展成为茶马贸易。此外，自河西地区被西夏占据以后，西域的于阗、高昌、回鹘等地的商旅都改道青海，经青唐城通过渭河流域一线到达中原地区。唃廝罗以此甚为富强，青唐城成为东西贸易的繁荣之地。铁器、铜器从内地输入，又加速了河湟地区手工业的发展。当时青唐城所造的铠甲，技艺高超，名噪一时，很受宋朝欢迎。

这一时期，先前的种族分散、大者数千家、小者百十家、无复统一、各有首领的局面，在唃廝罗政权下，已经基本结束。东部农业区由于受内地政治、经济、文化的影响较多，发展较快，开始进入封建制社会；而果洛、玉树、海西地区及其他牧业区，仍基本保留着奴隶制，政治、经济、文化都比较落后。此时，藏传佛教中的宁玛派、噶举派等也相继由西藏传入青海，它们同当地本教长期结合、相互吸收。藏族新兴的封建势力集团与寺院集团结合在一起，联合统治藏族地区，开始形成了政教合一体制。

公元1065年，唃廝罗病故，其子董毡继位，仍维持着与宋朝的密切联系，宋朝对之封赐不绝。董毡以后的几代仍多依附于宋，前后延续一百余年。

宋亡元兴，仍称青海藏族为“吐蕃”。元朝把全国各地藏族统一在中央王朝的统治之下。元世祖至元元年（1264年）在中央设置总制院（1288年改称“宣政院”），

掌管全国佛教事务和藏族地区军政事务，推行“因其德而柔其人”的政策。在藏族各聚居区设置了三个宣慰使司都元帅府，其中“吐蕃等处宣慰使司都元帅府”（治河州，1251年设），管辖青海等地的藏族，僧俗并用，军民通摄。果洛地区属设在四川甘孜的“吐蕃等路宣慰使司都元帅府”管辖。玉树是帝师八思巴的领地。在东部农业区实行郡县制，以黄河为界，分属两个行省：河之南属“陕西行中书省”，河之北属“甘肃行中书省”。乐州（乐都）、廓州（化隆）省并入西宁州，湟水流域各地均由西宁州管辖，而西宁州则是甘肃省所属七路二州中的一州。

元朝在全国各地设“群牧所”十四处，青海牧区则是其中之一。群牧所之马群，或三五十、或千百，左屁股烙以官印，名叫“大印子马”。

由于有宣政院帝师及僧俗官员的支持，从十三世纪开始，藏传佛教各教派都在青海纷纷建寺，使青海藏区出现了各教派百家争鸣的局面。如帕主噶举的弟子益西竹巴在玉树囊谦修建的达那寺、主巴噶举在囊谦建立的采举寺、其他噶举派在玉树修建的拉秀寺，萨迦派在青海建立的隆务寺、夏琼寺、边都寺、夏卜浪寺，宁玛派在果洛及海南同德县、黄南同仁县所建的寺院等等。

公元1368年明朝建立，取代元朝。有明一代称青海藏族为“西番”。洪武三年（1370年前）元吐蕃等处宣慰使何瑄南普投降明朝，洪武四年（1371年）改设河州卫，洪武六年（1373年）改西宁州为西宁卫，分别管辖各地藏族。果洛地区，属朵甘行都指挥使司管辖。黄南地区，洪武时改封必里万户为必里千户，到永乐元年（1403年）又升格为必里卫，宣德元年（1426年）封隆务寺隆钦多代本之子罗追桑格为