

Zang Nationality

藏族

云南少数民族图库

云南美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

云南少数民族图库/《云南少数民族图库》编委会编.
昆明:云南美术出版社,2004.12

ISBN 7-80695-182-2

I.云... II.云... III.少数民族—概况—云南省—图集 IV.K280.74-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第132847号

策 划:《云南少数民族图库》编委会

撰 文:张 原

主 编:周文林

摄 影:廖国忠 刘建明 杨红文 宋林武

副 主 编:彭 晓、方绍忠

黄建国 徐 霁 欧阳辉 欧燕生

整体设计:庞 宇、陈铭阳

罗锦辉 杨大伟 方震东 唐世龙

责任校对:吕 尤

薛志诚 何金武 吴春光 张 刘

责任编辑:张晓源、陈铭阳

和贵华 廖图志 奚志农 朱运宽

哲仁平措 佚名

云南少数民族图库——藏族

编 著:《云南少数民族图库》编委会

出版发行:云南美术出版社

制 版:昆明雅昌图文信息技术有限公司

印 装:昆明(雅昌)富新春彩色印务有限公司

开 本:889 × 1194 1/48

印 张:2

版 次:2004年12月第1版 2005年1月第1次印刷

印 数:1-3000

书 号:ISBN7-80695-182-2/J·59

定 价:全套定价144.00元(本册定价24.00元)

版权所有 翻印必究

Zang Nationality

藏

云 南 少 数 民 族 图 库

族

云南美术出版社

前言

Foreword

藏族，是中国西部一个历史悠久的少数民族，主要分布在西藏自治区和青海、甘肃、四川、云南等省的部分地区。云南省的藏族主要聚居在迪庆藏族自治州，少数散居在丽江、贡山等县，全国藏族人口459万（1990年普查），今天云南藏族人口约12.8万（2000年普查）。

藏族统一自称“博巴”。藏语中，“博”即“图博”，与汉文献中的记载“吐蕃”同音；“巴”即“人”之意。聚居在云南西北部的藏族自称“博巴”，汉族称其“古宗”，纳西族称其“古孜”，白族称其“各弱”，彝族称其“俄祖”。不同的他称都有“土地的主人”的含义，故有学者认为云南藏族是古代羌人中较早定居西南地区的部落之一。

藏语，属汉藏语系藏缅语族藏语支，分卫藏、安多、康三种方言。云南藏族语属康方言。由于聚居区的不同，又有中甸、东旺、德钦、维西等不同地域的语音差异，但语言都能相通。公元7世纪，随着佛教的传入，藏族先民参照梵文创制了拼音文字，经过不断修订完善，成为藏族的民族文字，即藏文，一直沿袭使用至今。在卷帙浩繁的藏文经典中，保存了大量的史地、天文、医学等著作和民间传说。

云南藏区属青藏高原的南延部分，即著名的横断山脉地区。怒山、云岭、大雪山挟澜沧江、金沙江由北向南平行而下，是云南纬度和海拔最高的地区。53%的面积在海拔3000米以上，梅里雪山的卡瓦格博峰海拔高达6740米，为云南最高峰。发源于青藏高原的澜沧江、金沙江穿境而过，形成了山高水急的险峻峡谷，虎跳峡是世界最深的峡谷之一，峰谷高差达3500米，形成了多雪山、多河谷、多湖泊的地貌特征，构成了立体气候的多样性。独特的地理环境，使这里植物众多，林木苍翠，生长着三百多种高原药材，还栖息着各种珍禽异兽。海拔2700~4200米的山体上，分布着遮天蔽日的常绿阔叶林、混生针叶林、落叶阔叶

林和寒温性针叶林。林地面积达106万公顷，森林蓄量达1.57亿立方米。区内建有白茫雪山国家自然保护区和碧塔海自然保护区。

民居建筑，根据地形与建筑特点，分为高山与河谷两大类。高山类分布在地势较平坦的草甸，多数是三面筑土为墙的三楹两层的土木结构楼房，正前方是通道走廊，能保持冬暖夏凉，主要分布在小中甸、大中甸、格咱等乡、镇。河谷类分布在江流河谷的两侧坡地，多为平顶碉楼式建筑，正面朝阳或临江，用石砌或筑土为墙，一般为三层，最多可达五层，主要分布在中甸县的东旺、尼西和德钦县的羊拉、燕门等地。

生产经济，耕作与畜牧并存。高原地区以高原旱地耕作为主，河谷地区以旱地和部分水田为主。谷物种类有：青稞、玉米、燕麦、小麦、水稻等。经济作物有：核桃、油菜、生漆、板栗等。畜牧业主要饲养牦牛、犏牛、黄牛、马、驴、骡、山羊、猪等。牦牛和犏牛是藏区特有的畜种，体壮耐寒，特别适应于高原的地理气候，素有“高原之舟”的称誉。手工业和家庭副业是经济生活的重要组成部分。以家庭形式进行的纺织、竹器、酿酒、制陶、制革等是传统的生计方式。采集是经济生活中的重要补充部分，雪域及森林提供了丰富的资源，虫草、贝母、天麻、雪茶、菌类等是传统的采集品种。近年来，随着林业经济的开发，松茸、羊肚菌、虫草已成为重要的经济收入。“茶马古道”自云南思茅普洱经大理、丽江、中甸、德钦直达西藏拉萨及整个藏区，历史上促进了沿途各民族生产力的发展和贸易往来及文化交流。

男子服饰，各地基本相同，宽大是其特点。头戴毡制礼帽或皮帽，式样较多；内穿短衣，外穿大领右开襟的无扣长袍（楚巴）；腰系红色的毛织宽腰带或精美的宽皮带，外系护身符和配有精致银鞘的腰刀及饰品；下穿长裤，裤脚套入皮制或氍毹缝制的长筒靴。女子服饰，因地域不同而各具特色，可分为两类。一种是德钦峡谷地区的服饰，外着宽领无袖长袍，内穿绸缎长袖衬衫，腰束绸带，外系“牛肋巴”，用彩线将发辫盘于头，喜庆日佩带各种金银珠宝头饰。另一种是中甸高原地区的服饰，上穿深色开叉长袍，外着精致的镶嵌有饰

物的绣花坎肩，下着长裤，腰系白围裙，背披方形彩纹氍毹或白羊皮披肩，头发梳成两辮或三辮，披于肩后，节日佩金银珠宝等饰物。

婚姻形式，为一夫一妻制。1950年以前，在偏远的山乡，残存着一夫多妻的现象或一妻多夫的现象，一般以家庭富裕者居多。青年男女婚前有充分的社交自由，牧场、庙会、节庆、集会都是寻求意中人的场合，两人相爱，经父母同意便可成婚。订婚仪式隆重，不需聘礼，一般二十余岁结婚，婚礼十分热闹，大多在年前冬季举行。

丧葬形式，表现出浓郁的宗教色彩，不论是火葬、天葬、水葬、土葬都有将肉身献佛之意。仪式都极其隆重，最庄严的要数活佛的葬礼。

宗教，信奉本民族固有的本教和藏传佛教。本教源于西藏阿里地区的南部，具有原始宗教的特征。历史上在云南曾盛极一时，并对相邻的纳西族的东巴教、摩梭人的达巴教、普米族的汗归教产生过深刻的影响。藏传佛教的噶举派（白教）和宁玛派（红教）等教派，于11世纪中叶至15世纪初传入云南，并得到广泛的传播和充分的发展，逐渐成为云南藏族普遍信仰的宗教。清代以后，格鲁派（黄教）在清王朝的支持下，得到了迅速的发展，成为占主要地位的教派。活佛是宗教的领袖，受到民众的至圣崇拜。民众凡见到活佛都要顶礼膜拜，能接受活佛的摸顶仪式则是极大的幸福。

众多的节日与宗教有关，因融合了其它民族的文化，各地略有差异。主要节日有农历春节，藏历年，四月十五日的“释迦牟尼成道日”，五月十五日的“默朗钦波大法会”，五月端午节的“赛马会”，七月的“旺果”节，冬月二十九的“降冬”节等。节日中，德钦的“孩子”舞和中甸的“锅庄”舞，是民众最喜爱的群体舞蹈。

云南藏区属青藏高原的南延部分，即著名的横断山脉地区。怒山、云岭、大雪山挟澜沧江、金沙江由北向南平行而下，是云南省纬度和海拔最高的地区，53%的面积在海拔3000米以上，梅里雪山的主峰卡瓦格博峰海拔高达6740米，为云南最高峰。

生态环境





卡瓦格博峰(太子雪山)，藏族民众心中的圣山，海拔6740米，是云南最高的山峰。流云如奔跑的羊群依偎着圣山不愿离去，人们如扎根的森林吮吸着甘露生息繁衍。



（左）云南藏族主要聚居在迪庆藏族自治州，位于滇西北滇、藏、川交界处，是青藏高原的南延部分，也是横断山脉地区。境内怒江、云岭和大雪山三大山脉，挟持着澜沧江、金沙江由北向南平行而下。形成了众多山高水急的峻岭峡谷，其中以世界最深峡谷之一的虎跳峡最著名，峰谷间高差达3500米。金沙江在流入德钦县后形成了第一个大转弯，如同一条黄丝带打了一个美丽的中华结。

（右）在很古很古的年代，大地板块的一次撞击，造就了世界屋脊——喜马拉雅山脉，横断山也随之横空出世。大地被挤压，被切割得支离破碎，几乎找不到一块平坦的地平线。但是，崇山峻岭中一个个小坝子，却由此变得魅力十足，一年四季变幻着太阳的七彩，如同闪烁在荒野中的猫眼石。







（左）雪山、峡谷、森林、湖泊是这里最寻常的自然景观。湖泊，也是地壳板块运动所产生的特殊地貌——高原陷落湖。在怒山、云岭等山脉中像这样大大小小的湖泊数不胜数，仅老君山一处就有九十九个龙潭。

（右）三山两江地区北高南低。纵割的山谷，形成了垂直变化的立体气候，河谷地带属亚热带干热河谷气候，山腰地带属温带季风气候，高山地带属寒温带季风气候，常年日照充足，雨量偏少。



特殊的地理气候,使这里成为我国西南高山原始森林保护区。森林面积约106万公顷,覆盖率达44.6%,木材蓄积量为1.57亿立方米。在人迹罕至的原始森林里,栖息着各种珍禽异兽,如金丝猴、野牦牛、岩羊、山驴、鹿、獐、雪鸡、雕等。生长着五千余种高等植物和三百多种名贵药材,其中尤以虫草、知母、贝母、天麻最著名。自古以来鹿茸、麝香、熊胆、虫草、雕翎等药材、皮毛就是茶马古道上的名贵山货,远销全国乃至海外。



秋分时节，绿色的山林染上了成熟的容颜，混杂在针叶林中的落叶灌木，一夜之间变得黄澄澄的，如同晒架的玉米穗。其间又点缀着点点红叶，好似美酒染颊的汉子，透出成熟的红颜。



(上) 清明刚过, 在春风雨露的滋润下, 大山的脸颊泛起了淡淡的粉妆。高山的春天来得是晚了一些, 但却那样的从容、朴实, 漫山遍岭的生命之花闪耀着大自然的华彩。



(下) 在海拔 3000~3500 米的森林中, 保持着非常完整的原始生态。尽管降雨量不多, 但大面积的原生林形成了自己的小生态。清冽的溪流穿行在山林间, 用自己的温润回报树木的呵护。溪边的杜鹃丛, 枝条上挂满了如丝树挂(丝状苔藓)。由此深刻地注释了自然规律的严谨和生命的灵性。



(左上) 夏季的山林，是山花烂漫的日子，是生命展示绚丽的日子。百花争奇斗艳，尽显婀娜风流，从高大乔木的枝头到伏地苔藓的柱头，无处不盛开着生命的花朵，就连海拔四千多米的荒凉石缝里也奇迹般地绽放出一簇簇美丽的鲜花。



(上右) 绿绒蒿是“云南八大名花”中的一位佼佼者。圆形的花朵，薄如蝉羽的花瓣，泛着金色的嫩黄，预示着春天的华丽和希望。



(下) 蓝色，蕴藏着一种深邃的诱惑。天空、大海、宝石都以蓝色勾起人们无限的遐想。蓝色的龙胆花，生长在灌木下，阳坡脚，以它那奇特的花形，梦幻的颜色，神秘的踪影，名入“云南八大名花”之列。