

中国体育

非物质文化遗产

西藏卷

根据联合国教

科文组织《保护非物

质文化遗产公约》的

定义，非物质文化遗产

遗产是指『被各群

体、团体，有时为个

人视为其文化遗产

的各种实践、表演、

表现形式、知识和

技能及其有关的工

具、实物、工艺品

和文化场所』。

主编 陈小蓉
本卷主编 次旦晋美



读者出版传媒股份有限公司
甘肃教育出版社



2013年度国家社科基金重大项目

(项目批准号: 13&ZD140)



中国体育非物质文化遗产

西藏卷

主 编 陈小蓉

本卷主编 次旦晋美

顾 问: 李重申 柴剑虹 崔乐泉

本卷副主编: 米玛顿珠

本卷编写人员: 阿旺平措 杨建鹏 尼玛欧珠

杨景元 魏万珍 李 杨

赵禹萌 朱薇薇 胡沛文



读者出版传媒股份有限公司
甘 肃 教 育 出 版 社

图书在版编目 (C I P) 数据

中国体育非物质文化遗产. 西藏卷 / 陈小蓉主编 ;
次旦晋美本卷主编. — 兰州 : 甘肃教育出版社, 2018. 6
ISBN 978-7-5423-4364-2

I. ①中… II. ①陈… ②次… III. ①体育文化—非
物质文化遗产—介绍—西藏 IV. ①G812

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第128059号

中国体育非物质文化遗产·西藏卷

主 编 陈小蓉

本卷主编 次旦晋美

项目总监 孙宝岩 董宏强 祁 莲

责任编辑 董宏强

书籍设计 魏 婕

出 版 甘肃教育出版社

社 址 兰州市读者大道 568 号 730030

网 址 www.gseph.cn E-mail gseph@duzhe.cn

电 话 0931-8773136 (编辑部) 0931-8773056 (发行部)

传 真 0931-8773255

淘宝官方旗舰店 <http://shop111038270.taobao.com>

发 行 甘肃教育出版社 印 刷 兰州新华印刷厂

开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16 印 张 10.25 字 数 205 千

版 次 2018 年 6 月第 1 版

印 次 2018 年 6 月第 1 次印刷

印 数 1~1 000

书 号 ISBN 978-7-5423-4364-2 定 价 48.00 元

图书若有破损、缺页可随时与印厂联系:0931-2607208

本书所有内容经作者同意授权,并许可使用

未经同意,不得以任何形式复制转载



总 序

根据联合国教科文组织《保护非物质文化遗产公约》的定义,非物质文化遗产(Intangible Cultural Heritage)是指“被各群体、团体,有时为个人视为其文化遗产的各种实践、表演、表现形式、知识和技能及其有关的工具、实物、工艺品和文化场所”。换言之,非物质文化遗产是人们通过口传心授、世代相传的方式所传承至今的民族文化遗产。它常深藏于民间,又世代传承,是一个民族古老的生命记忆和活态的文化基因,它体现着一个民族的智慧和民族的精神。

体育非物质文化遗产,是在人类历史长河中创造和积淀下来的传统体育文化资源,是与各民族的社会特征、经济生活、宗教仪式、风俗习惯息息相关的传统文化现象,是一种“活态人文遗产”,具有民族性、时代性、传承性和娱乐性等共同特征。体育也是我国传统文化的重要组成部分,中国的民俗体育、民间体育和民族体育,不仅活动形式多样,而且文化内涵丰富,千百年来对人们的生产和日常生活产生重要的影响。然而,随着全球化趋势的增强、经济的高速发展、社会的急剧变迁、西方文化的

融入以及我国目前城镇化改造的实施,加之体育非物质文化遗产所具有的无形、易逝和口口相传等特性,我国的体育非物质文化遗产面临着加速消亡的严峻形势。

鉴于此,《中国体育非物质文化遗产资源数据库建设研究》获得了2013年国家社科基金重大项目(第二批)立项(编号:13&ZD140)。作为该课题的首席专家,本人与全国32个省市自治区50余所高校,约400多名专家学者和硕博研究生共同承担了这一课题工作。课题组在全国各地开展了大规模的实地考察和资料收集工作。经过三年的共同努力,在各地文化部门和非遗项目传承人的大力支持下,获得了大量珍贵的第一手文字资料、图片和视频资料。

作为结项成果,课题组将正式出版一套“中国体育非物质文化遗产”系列丛书,按我国现行行政区划分,每个省、直辖市、自治区各一卷。每卷将收录15个左右该省市区具有地方特色的体育非物质文化遗产项目。内容包括:该非遗项目所处的自然地理和人文环境、项目起源与历史沿革、器材道具设备、表演形式或内容以及传承与发展等五个方面。每个项目收录图片约20幅,图文并茂、深入浅出地展示我国体育非物质文化遗产的丰富内涵和多样形式。

我们期望,“中国体育非物质文化遗产”系列丛书的出版,将更好地向世界传播中国传统体育文化,增进不同民族文化之间的交流和沟通,不但让我国广大民众更加了解本国体育非物质文化遗产的现状与发展,同时也让世界上更多的人群和民族了解中国古近代体育文化发展的历史,为促进体育文化事业的发展、繁荣贡献一分力量。

丛书主编 陈小蓉

2016年3月31日



前言

西藏自治区,简称“藏”,位于中华人民共和国西南边陲,青藏高原西南部,首府拉萨。西藏北邻新疆,东接四川,东北背靠青海,东南连接云南;周边与缅甸、印度、不丹、尼泊尔、克什米尔等国家及地区接壤,下辖6个地级市、1个地区和72个县(区)。西藏在唐宋时期被称为“吐蕃”,自元朝以后,中央政权始终对西藏行使着有效管辖。元明时期称西藏为“乌斯藏”,清代称为“唐古特”“图伯特”等,清朝康熙年间起称“西藏”至今。

西藏作为中国五个少数民族自治区之一,在与其他民族不断交流和学习漫长历史中,创造和发展了具有特色的藏民族文化。藏族本土文化是由位于雅鲁藏布江流域中部雅砻河谷的吐蕃文化和位于青藏高原西部的古象雄文化交融而形成的。到了公元七世纪松赞干布时期,佛教从中原、印度、尼泊尔传入吐蕃,逐渐形成和发展为独具特色的藏传佛教。与此同时,南亚的印度、尼泊尔文化以及西亚的波斯文化、阿拉伯文化等,特别是中原的汉文化,对西藏文化的发展产生了较大的影响。因此藏文化呈现出独特性和完整性、地域性和多样性、宗教性和包容性的特征。在西藏文化的历史发展过程中,藏族建筑艺术和

雕塑、绘画、装饰、工艺美术等造型艺术以及音乐、舞蹈、戏剧、语言文字、民间文学、藏医藏药、天文历算均达到了很高的水平,至今仍然是中华文化和世界文化宝库中的一颗璀璨的明珠。在灿烂的藏文明中,藏族人民创造出诸多独具藏族特色的祭典、婚俗、民族节日等丰富多彩的民俗文化,也孕育出别具一格的西藏体育文化。

西藏民俗体育文化作为中华少数民族体育文化的一大分支,具有至关重要的保护价值和研究价值。在漫长的历史进程中,大量有形的、无形的文化遗产得到了很好的保存和发展,体育非物质文化遗产也不例外。目前,西藏自治区的国家级体育非物质文化遗产项目有当吉仁赛马会等,自治区级体育非物质文化遗产有林芝工布毕秀竞赛、那曲骰子游戏、昌都县古姆游戏、左贡县尼木棋、蹄髈等,包含了赛会、游戏、棋类等各种特色项目。此外,还有江孜达玛节、白朗斗牛节、恰青赛马艺术节等形式多样的民间习俗文化遗产。昌都锅庄舞、协荣仲孜等项目蕴含着鲜明的地域体育特色。

由于体育非物质文化遗产具有无形、易逝和口传心授的特性,我国体育非物质文化遗产正面临着加速消亡的严峻形势。近年来,深圳大学体育文化研究所在体育非物质文化遗产的发掘、整理方面做了大量工作,课题组走访了大量的全国体育非物质文化遗产传承地,采访了众多体育非物质文化遗产代表性传承人,拍摄和收集了大量体育非遗的录影、摄像、图片及文字,并通过整理得到了第一手珍贵资料。

《中国体育非物质文化遗产·西藏卷》基于保护和弘扬我国优秀传统体育文化这一初衷,精选当吉仁赛马会、江孜达玛节、协荣仲孜、昌都锅庄舞4项国家级体育非物质文化遗产,以及恰青赛马艺术节、林芝工布毕秀竞赛、蹄髈、那曲骰子游戏、左贡县尼木棋、昌都县古姆游戏、白朗斗牛节等7项自治区级体育非物质文化遗产,从项目起源、道具器材、表演形式、发展现状、项目价值、传承人信息等方面一一展开介绍,以期为读者呈现西藏珍贵的体育文化遗产,为传承和传播西藏自治区体育非物质文化遗产贡献绵薄之力。



目 录

第一章	「当吉仁」赛马会	〇〇一
第二章	江孜达玛节	〇二三
第三章	协荣仲孜	〇四九
第四章	昌都锅庄舞	〇六三
第五章	恰青赛马艺术节	〇七一
第六章	林芝工布毕秀竞赛	〇九五
第七章	蹄髈	一一七
第八章	那曲骰子游戏	一二一
第九章	左贡县尼木棋	一二五
第十章	昌都县古姆游戏	一三五
第十一章	白朗斗牛节	一四一

DIYIZHANG

第一章

「当吉仁」赛马会



流传于西藏拉

萨当雄草原的「当

吉仁」赛马会是一

项具有民族和地域

特色的民间体育竞

技活动。在藏语里

「当」指当雄，「吉

仁」指祈愿法会，

「当吉仁」意为当雄

的祈愿法会。「当吉

仁」赛马会具有悠

久的历史和广泛的

群众基础，同时也

具有浓郁的民族特

色和地域特色。

国家级非物质文化遗产

编号：国Ⅱ-VI-43

当吉仁赛马会



DANGJIRENSAIMAHUI

一、概述

流传于西藏拉萨当雄草原的“当吉仁”赛马会是一项具有民族和地域特色的民间体育竞技活动。在藏语里“当”指当雄，“吉仁”指祈愿法会，“当吉仁”意为当雄的祈愿法会。“当吉仁”赛马会是当雄牧民世代相传的民间体育竞技活动，它具有悠久的历史 and 广泛的群众基础，同时也具有浓郁的民族特色和地域特色。

2008年，“当吉仁”赛马会被列入第二批国家级非物质文化遗产名录，成为当雄首批国家级非遗项目。同时，赛马也成为拉萨市传统节日——雪顿节的重要品牌。



图 1-1 “当吉仁”赛马会是一项具有民族和地域特色的民间体育竞技活动

如今的“当吉仁”赛马会与时俱进,散发着新的活力,已发展成为集体育竞技、文艺、贸易、旅游为一体的综合性盛会。这对继承和发扬当雄优秀的民间传统文化以及开发旅游产业、丰富文化生活、促进经济发展等起着重要的作用。



图 1-2 赛马会是当雄牧民世代相传的民间体育竞技活动

二、历史沿革

早在吐蕃时期,赛马已盛行于青藏高原。草原民族被誉为“马背上成长的民族”,生活在藏北草原上的先民们在很早之前就与马结下了不解之缘。“当吉仁”赛马节始于公元 17 世纪,至今有 400 多年的历史。据说清朝的蒙古骑兵曾在当雄草原上饲养军马,进行军事训练,并规定每年藏历七月十日在当雄草原上举行一年一度的骑兵检阅式。检阅式的主要内容之一,即赛马活动一直沿袭下来,成为今天“当吉仁”赛马会的主要内容。

“当吉仁”赛马会在当雄的产生和发展有以下几个原因,一是牧民的生活离不开马,因此对赛马产生了特殊的兴趣和爱好,这是赛马会形成的现实基础;二是受到了格萨尔“赛马称王”的故事影响。格萨尔王是牧人崇拜的英雄,他们所崇拜的这位英雄正因为赛马获胜而坐上王位,所以牧人把骑马射箭看作是英雄的一种本领;三是有关史料记载,吐蕃时期骑马射箭备受重视,因此骑马射箭成为重要的体育文化活动;四是公元十七世纪时,蒙古固始汗单增曲扎为首的蒙古军驻扎当雄,在当雄草原举行骑兵检阅仪式,对“当吉仁”赛马会的正式形成和发展起到了极大的推动作用。

三、比赛形式

“当吉仁”赛马会在每年藏历七月举行。该盛会主要举行三天,旧时曾延续一个月,现今改为七天。“当吉仁”赛马会没有整体表演,只有分项表演。比如马术表演、文艺表演、篝火表演等。主要内容是赛马,赛马比赛项目主要有:(1)马长跑:10000米;(2)马中跑:5000米;(3)马短跑:3000米;(4)走马:5000米;(5)马术表演;(6)跑马射箭;(7)马上捡哈达。



图 1-3 “当吉仁”赛马会具有悠久的历史 and 广泛的群众基础



图 1-4 开幕式前准备舞蹈表演的姑娘们





图 1-6 激烈的赛马比赛



图 1-5 骑兵检阅仪式



图 1-7 马术表演(丹增曲培摄)



图 1-8 西藏马术队表演马术倒立(陈小蓉摄)



图 1-9 马上捡哈达



图 1-10 西藏马术队马上竞技表演(张俊杰摄)