



錦繡系列



放眼中國

世界屋脊

省城西寧 / 塔爾市曬大佛 / 青海湖
康定情歌 / 理化壩子 / 川藏大道 / 橫斷山脈 / 擺擺風情
聖城拉薩 / 後藏首府日喀則
藏北高原 / 喜馬拉雅山 / 藏人的宗教





7 世界屋脊

君不見

黃河之水天上來，
奔流到海不復回。

唐·李白

isabae/nv

題字／董陽秋
設計／陳來奇

放眼中國



世界屋脊

總策劃／許鐘榮
總編輯／郭震唐
編輯顧問／張之傑
美術顧問／陳來奇
企劃顧問／呂石明
執行編輯／蕭淑美
資深編輯／吳玫珍
撰文／張之傑
董宜俐
鄭麗娥
戴淑珍
朱文艾
劉蓮枝
美術編輯／劉偉萍

發行人／許鐘榮
出版者／錦繡出版社有限公司

台北市臥龍街十七巷二十五弄二號一七七樓
電話：七三五一五二五（〇線）
郵政劃撥：〇五四九六六六一七

分色製版／天然彩色製版有限公司
印刷／錦龍彩色印刷有限公司
裝訂／堅成裝訂廠

出版登記／行政院新聞局局版台業字第 一〇八五號
再版／中華民國七十五年八月
定價／全套十冊新台幣九〇〇〇元
版權所有·翻印必究



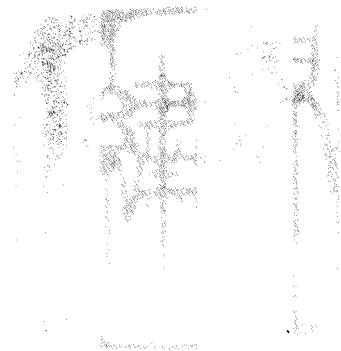


7 世界屋脊

君不見

黃河之水天上來，
奔流到海不復回。

唐·李白



永恆的情懷

爲了世世代代中國人的福祉，中國必須統一——統一在三民主義所揭櫫的自由、民主、繁榮之下！

今年正好是臺灣光復四十周年，四十年來由於有爲政府的大力擘劃，全民的共同努力，已經把臺灣建設成一個自由民主、安和樂利的社會。

臺灣面積不過三萬六千平方公里，人口僅一千九百萬，自然資源貧乏，在國際外交上又屢遭挫折橫逆，而仍奮鬥不懈，進而締造了非凡的成就，贏得國外人士「臺灣奇蹟」的美譽，誠然得來不易。我們可以自信地說：臺灣是中國前途的明燈，「臺灣經驗」是建設富強康樂的中國最寶貴的範本。

回顧前程，展望未來，深深覺得這是一個承先啓後的非常時刻。處在此非常時代的臺灣中國人，最需要的是具備「放眼世界」的胸襟和「心存故國」的情懷。「放眼世界」才能吸收先進國家之長，使臺灣的成就更上

層樓；「心存故國」才能以做中國人爲榮，爲統一中國大業貢獻心力。

「懷家千里意，報國一生心」，我認爲透過出版，也是書生報國，獻身統一大業的一種途徑。

六年前，我與文壇前輩郭嗣汾先生共同策劃出版了「江山萬里」八冊，在書中介紹了中國各地的山川地理形勢、物產資源、風土民情與名勝古蹟。想藉此激勵中國民族精神，進而培養愛國情操。

「江山萬里」八冊，係由郭嗣汾、林藜、胡小池三位先生共同執筆，三位前輩皆曾壯遊大江南北，行之爲文，浩浩蕩蕩，展現出一片錦繡大地，讀之不禁令人神馳不已；再配之以豐富的圖片，嚴謹的編輯，博得廣大讀者的熱烈回響。

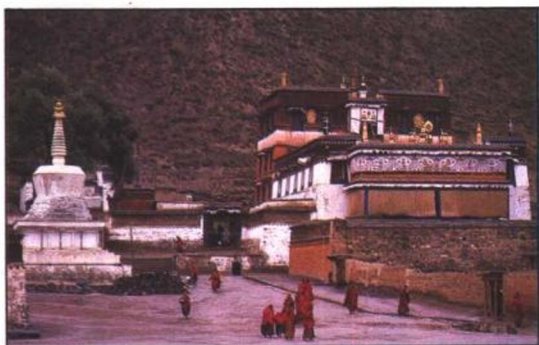
以現在的眼光來看，「江山萬里」已然有些陳舊。就印製水平言，舉凡製版、印刷、裝訂，國內皆有長足之進步；就內容言，有些已經與現況脫節，顯得不夠真切；就圖片而言，也不夠精美生動。爲了彌補這些缺點，六年後的今天，我們決定重新出發，再出版一套可以真正反映中國現狀，供一般國民閱讀的中國地誌——「放眼中國」。

「放眼中國」全套規劃成十冊，每冊一八四頁，原片製版，全部彩色印刷，在視覺上做了最大的提升；在內容上以報導式的手法撰文，希望使讀者能有全然一新、身歷其境的感受。

現在，「放眼中國」的「世界屋脊」這一冊已經出版了，在書中您將一窺黃河源頭的奧祕、青海湖的碧藍幽深、塔爾寺曬大佛的奇觀、橫斷山脈山高谷深的壯闊與溜索驚奇；您也會感動於藏人虔誠的宗教信仰和特異的節慶習俗，還有荒寒廣漠的藏北高原及藏南縱谷的溫沃風光；更有那與天等高、綿遠無盡的喜馬拉雅山！

讓我們一起來放眼中國，讓我們因爲更瞭解中國，進而更熱愛中國！

許鐘榮 謹啓

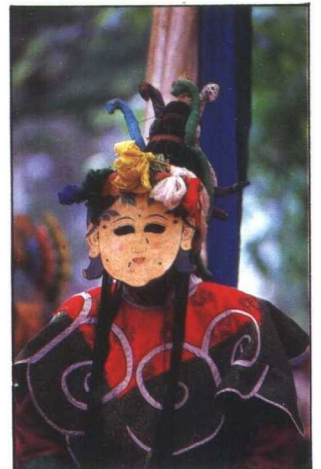
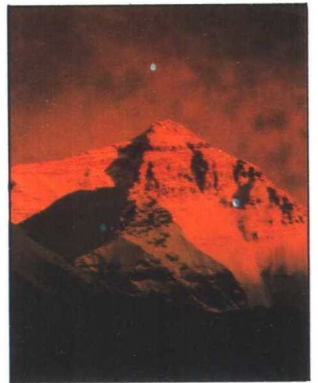
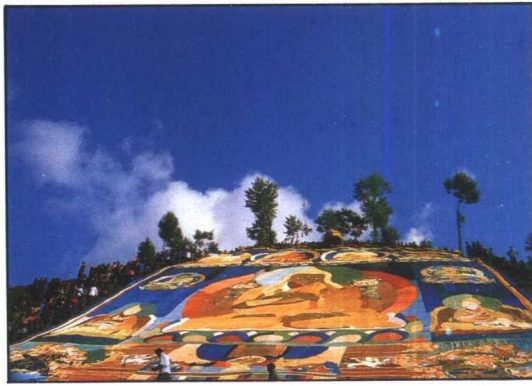
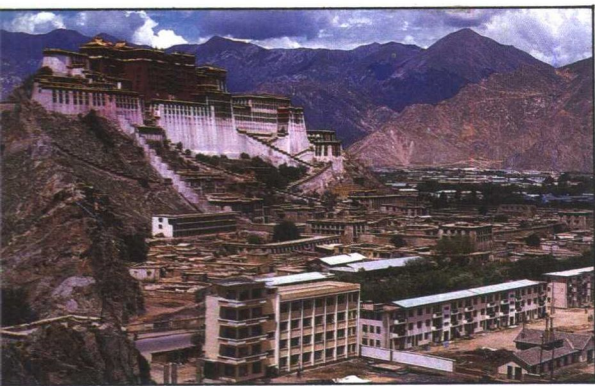
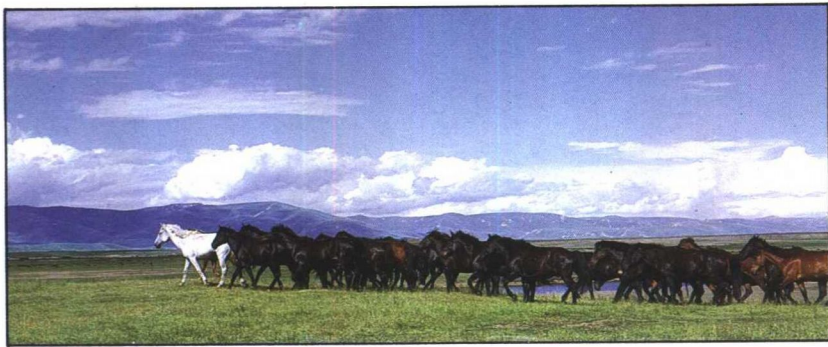
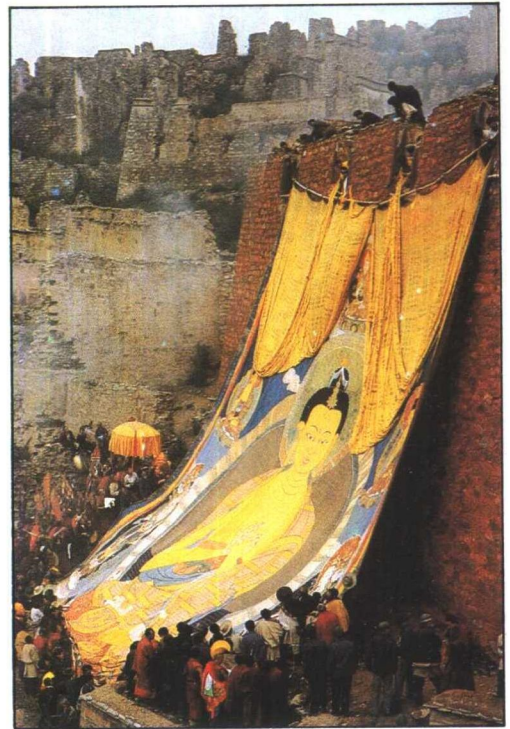
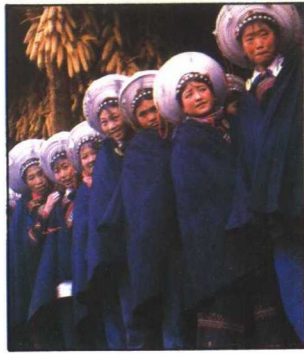
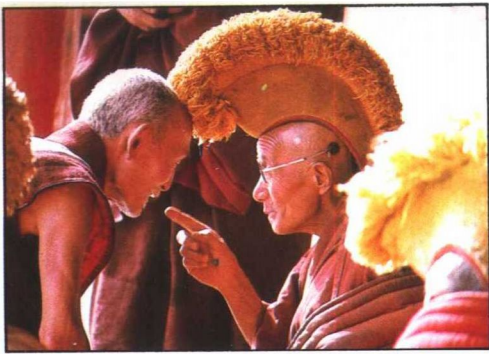


7



世界屋脊 目次

青康藏高原	10
青海省	14
湟水古城	14
西寧	20
青海第一大寺——塔爾寺	23
我國第一大湖	32
青海湖	32
白色的湖泊	32
柴達木盆地的鹽湖	36
黃河之水何處來	36
黃河源	38
西康省	46
跑馬溜溜的城隍	46
康定	52
跑馬耍壩子	52
理化	54
德格、昌都、林芝	54
川藏大道	58
中國的大峽谷	58
橫斷山脈	66
傘下的民族	66
僳僳	74



西藏地方

喇嘛教的聖城

拉薩

寺院之城——拉薩三大寺

歡樂的河谷

年楚河

藏南的門戶——江孜

後藏的首府——日喀則

野生動物的樂園

藏北高原

高寒的曠野

阿里地區

綿羊、犛牛之鄉

西藏的牧區

高原之珠

西藏的名湖

雪之家

喜馬拉雅山

衣食住行育樂

藏人的生活

無盡的歡愉——藏人的節慶

生老病死婚喪——藏人的禮俗

唵嘛呢叭彌吽——藏人的宗教

從吐蕃說起

藏人的歷史

80

86

98

102

104

106

114

120

124

128

134

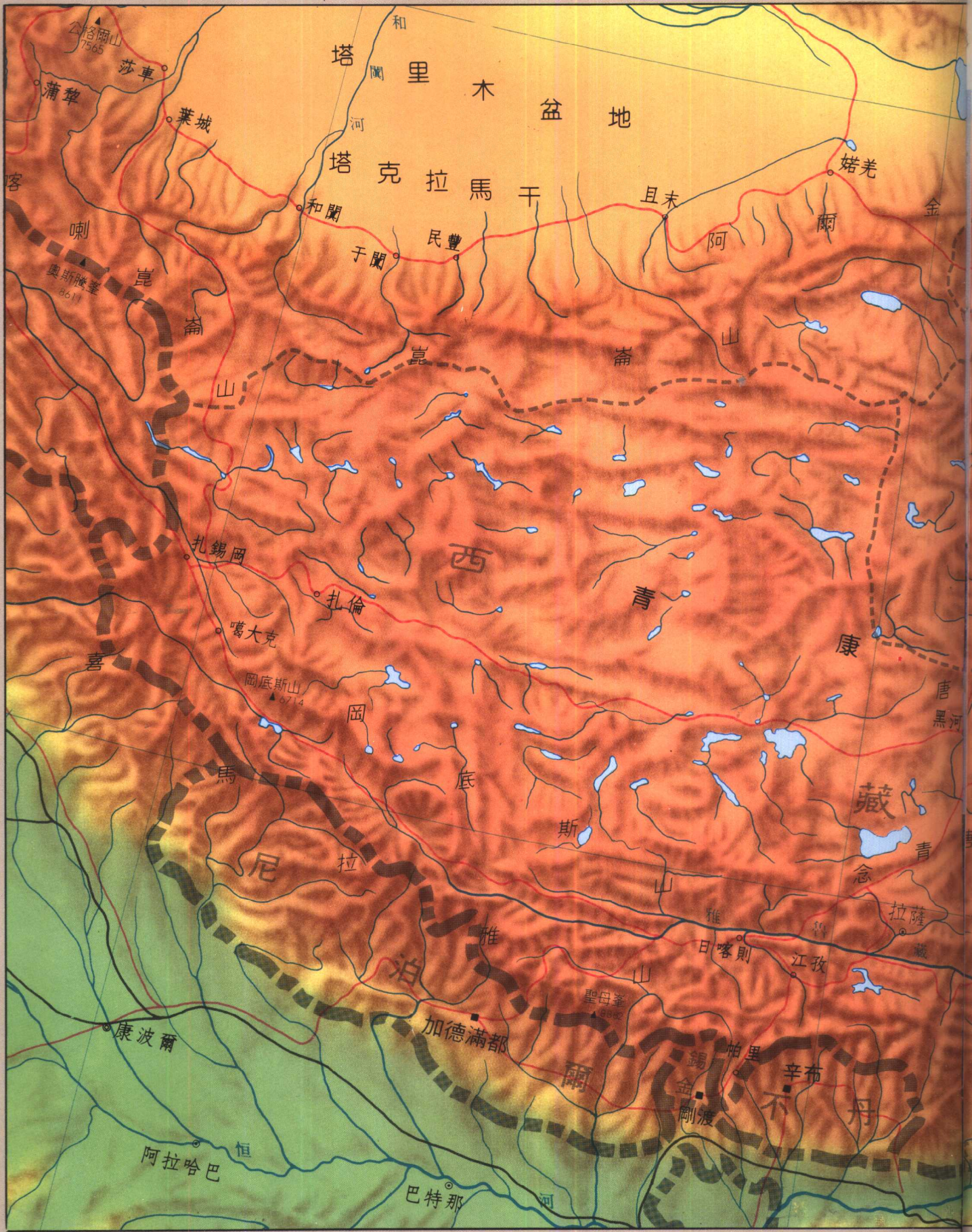
144

152

156

162

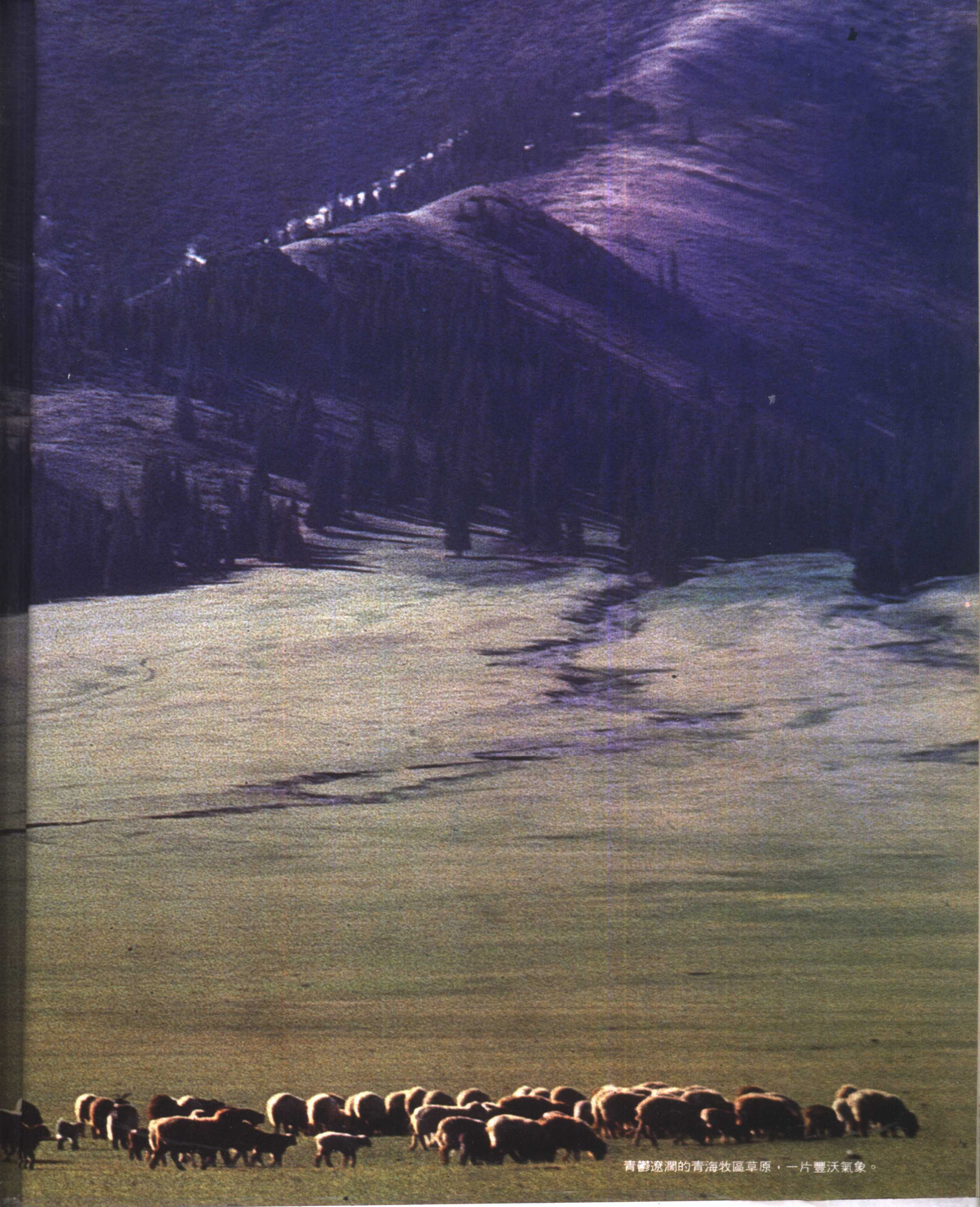
172



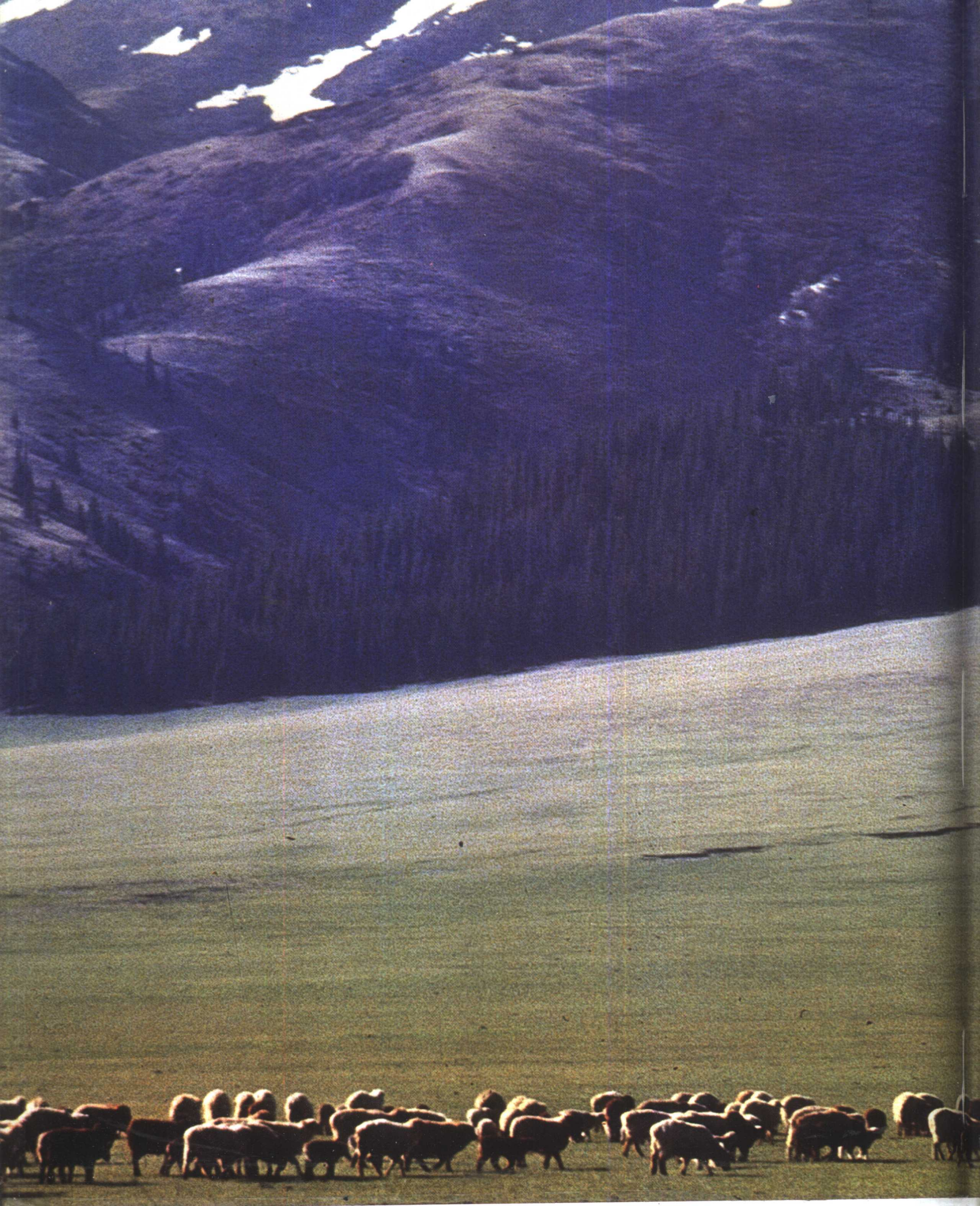
青康藏區域圖



蘭勃特圓錐正形投影 編繪製圖者：吳信政 林翠洵



青鬱遼闊的青海牧區草原，一片豐沃氣象。



青康藏高原

打開中國地圖一看，只見西南隅是一片濃重的褚色，這就是青康藏高原。中共撤銷了西康省，所以在中共的書上和近年來出版的外文書上，只能見到「青藏高原」，見不到青康藏高原字樣。

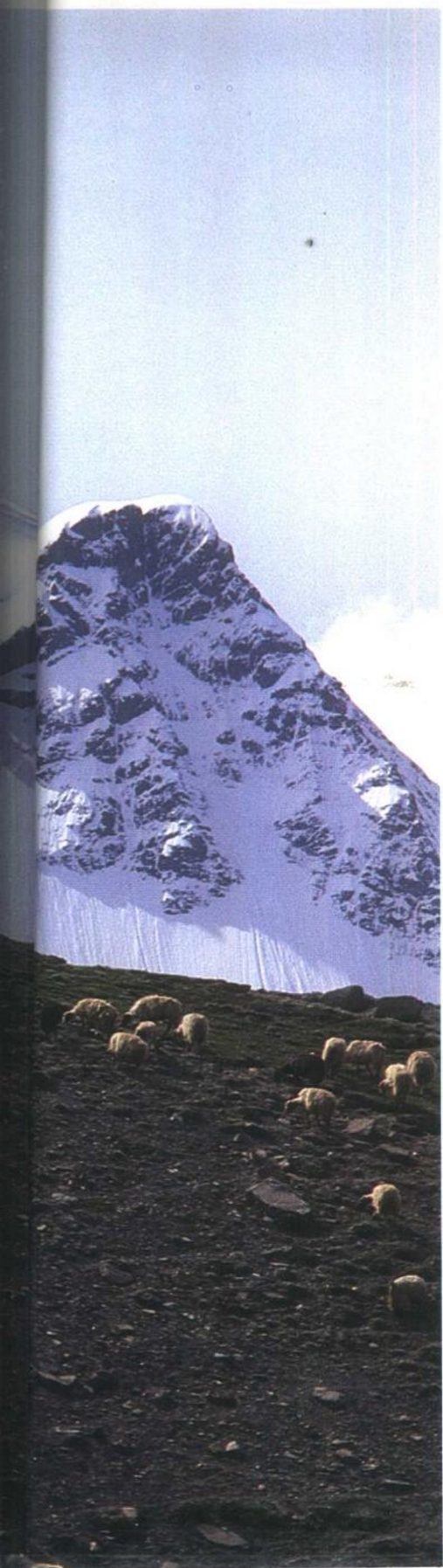
青康藏高原包括青海、西康兩省和西藏地方，另含新疆、雲南、四川的一部分，總面積二百二十餘萬平方公里，是世界上最最大的高原，地理學家常稱之為「世界屋脊」。

現在的世界屋脊，一億年前還是一片汪洋。大約五千萬年前，從南方「漂移」過來的印度次大陸，一頭撞上了歐亞大陸塊。這一撞，撞出了喜馬拉雅山，也撞出了青康藏高原。在過去的一百萬年中，喜

馬拉雅山已升高了三千公尺，直到現在還在不斷升高中，據測量，每年大約升高一至二公分。

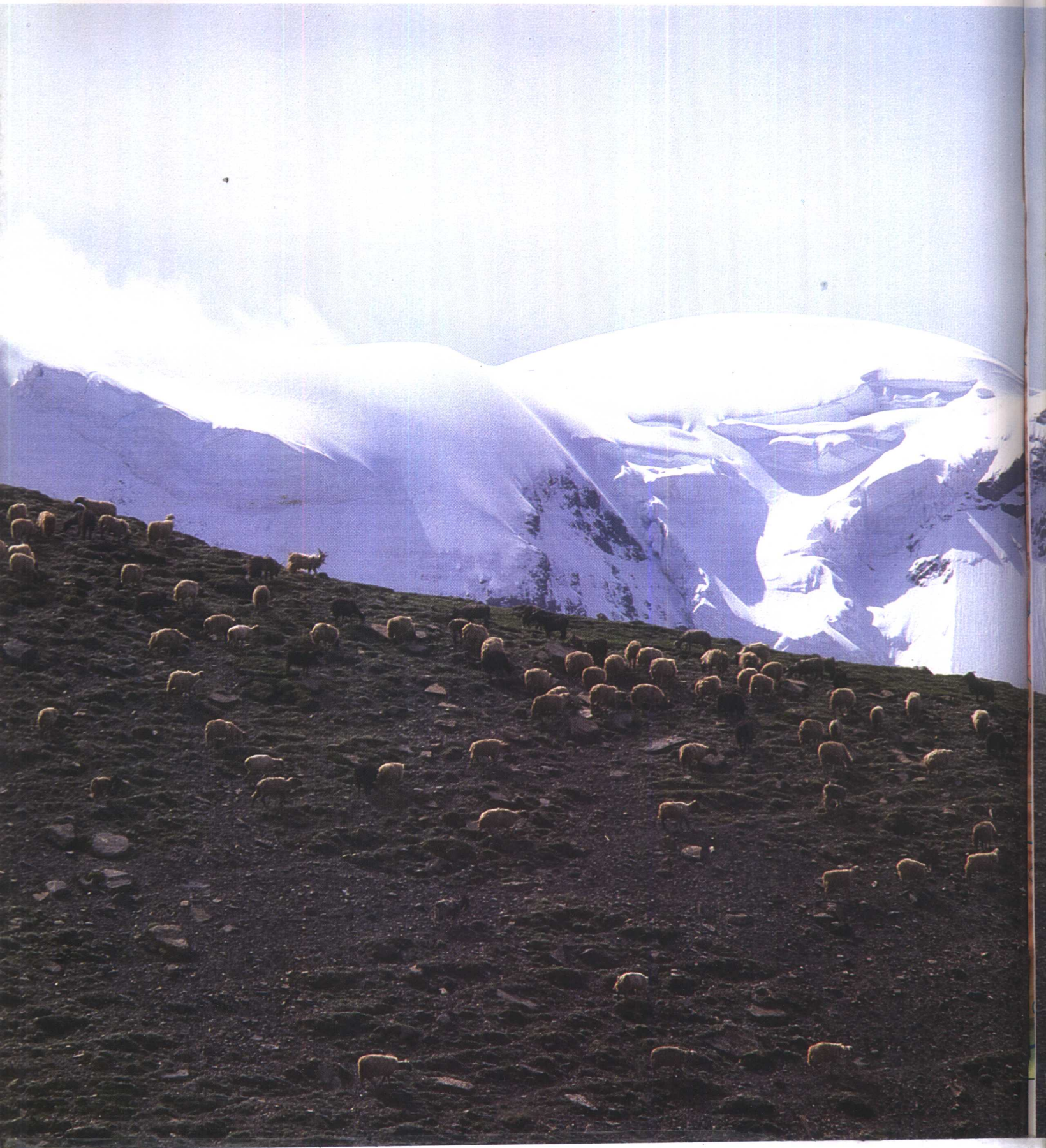
民國五十三年及五十五年，科學家在西藏南部（喜馬拉雅山北麓）發現了兩具魚龍化石，定名為「喜馬拉雅魚龍」。魚龍是海洋生物，怎麼跑到山上去了呢？這是滄海桑田的有力證據。

這塊被印度次大陸撞出來的高原，界限非常明顯，是我國最明確的一個地理區。高原上，蟠踞的高山多在六千公尺以上；即使是谷地，也在三千公尺左右。因為地勢高峻，所以空氣稀薄，氣候嚴寒，雨量稀少，荒涼貧瘠，兼具極地與沙漠兩種景觀。



清澈平靜的藏北高原湖泊。

喜馬拉雅山高原的牧區。



在自然地理上，青康藏高原主要分為四個地理區：青海高原盆地、藏北高原、藏南縱谷及西康山地。

青海高原盆地（含青海省大部）介於巴顏喀喇山與祁連山之間，中央為柴達木盆地，東有青海湖，黃河發源於本區東部。柴達木盆地由沙漠和鹹水湖沼澤構成，有大片鹽漠，荒涼單調，只有少數蒙古人在此遊牧。

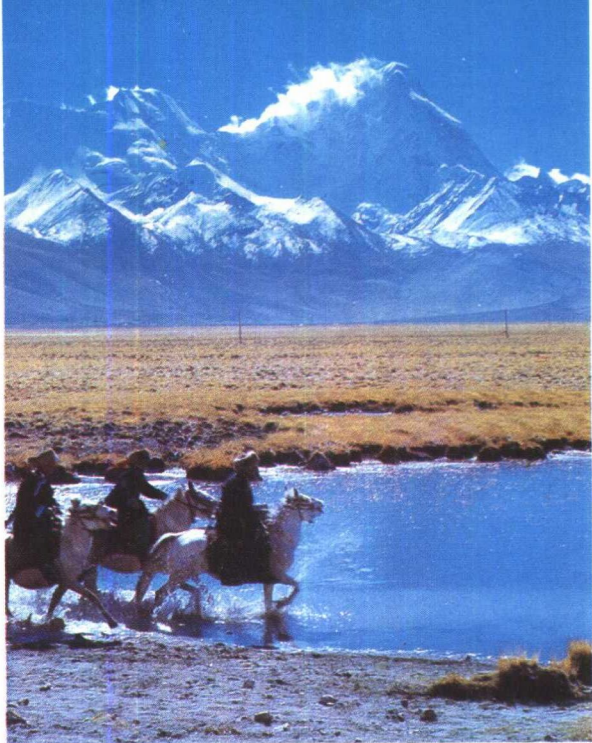
藏北高原又叫羌塘高原，介於崑崙山與岡底斯山之間。面積廣大，佔去西藏的大部分，及青海西南部、西康西北部。高度超過四千公尺，山嶺、盆地重重阻隔，水系不能外洩，形成無數鹹水湖。除了南北兩側，整個高原渺無人煙，是真正的寒漠。

藏南縱谷介於岡底斯山與喜馬拉雅山之間，這是西藏的精華區域，雅魯藏布江河谷更是精華中的精華。河谷寬十至二十公里，南北兩側高出河谷三千公尺以上。南北兩列高山隔住塵囂，使得縱谷成爲世外桃源，千百年來一直慢悠悠地過日子。

西康山地（含西康省大部）位於高原東部，介於巴顏喀喇山和念青唐古喇山之間。民國四十四年，中共擅自撤銷西康省，將金沙江以東地區劃入四川，以西劃入西藏。山地上山一川，平行排列，邛崃山爲其東界（位於四川）。到了康、滇交界處，山脈湊攏；金沙江、瀾滄江及怒



犏牛是青康藏的特產，向有「高原之舟」之稱。圖爲西藏犏牛放牧區。



亞東附近的河谷。

江三大峽谷，相距只有八十公里，谷深崖險，水勢澎湃，形成世界上最雄奇的高山縱谷地形。

西康山地上雨量較多，三千五百公尺以下的山坡，森林茂密，原始林一望無際，低處是闊葉林，高處是針葉林，這是我國第二大林區，森林中多珍貴藥材和稀有鳥獸，熊貓即產於邛峽山中。雅魯藏布江南折處，森林尤為茂密，是我國動、植物寶庫。

在人文地理上，青康藏高原自古即為藏族的活動舞臺。到了今天，藏族的分布幾乎仍以青康藏高原為限。廣袤的高原，形成一個不可分割的文化共同體。

藏族現有三百四十五萬人（一九七



青海高原的牧羊區。

八），分布於西藏阿里者自稱「兌巴」，分布後藏者自稱「藏巴」，分布前藏者自稱「衛巴」，分布西康省者自稱「康巴」，分布青海者自稱「安多娃」。

藏語分為衛藏（西藏）、康（西康）及安多（青海）三種方言。藏文係棄宗弄贊（七世紀）時代仿梵文創製，有三十四個字母，自左向右橫寫，通行整個藏族地區。

各地的藏族，不管是那一種「巴」，生活習俗都大同小異。務農者多住石砌碉樓，游牧者多住犏牛毛帳棚。男人穿半長不短的袍子；女人穿長裙，腰束彩布下擺；極具民族色彩。

藏族長得杏眼、廣額，輪廓分明。西

康的「康巴」，平均身高最高，六、七呎的大漢比比皆是，昔日寺院中常用康巴喇嘛為護法。

除了藏族，青康藏高原上還有一些少數民族。如西康的門巴、珞巴、僳僳，青海的蒙族，四川松潘高原的羌族……。種族縱有不同，但大都信奉喇嘛教，生活習俗和藏族也多有相同之處。

在歷史上，這兒（青康藏高原）是吐蕃故地。元朝時，首次內附；到了清朝，才算收入版圖；但大部分地區仍維持高度自治；直到中共席捲大陸，「中央」的政令才真正達到高原的每一個角落。

經過中共三十多年的統治，青康藏高原的「人文地理」大大變了，長久處於「化外」的藏族和一些少數民族，已漸漸和內地化，「人民裝」和繡上一朵紅星的「工人帽」隨處可見；行政區劃的變更令人更有恍如隔世之感。

但是，青康藏高原的「自然地理」卻不是任何人所能改變得了的。面對這片奇詭粗獷的大地，除了欣賞它那亙古不變之處，還得品味它那人文上的變化。不論我們喜歡不喜歡，我們終不能將時間凍結，也無法抹殺既有的事實。從長遠的眼光看，些微人文上的變化又算得了什麼？讓我們從「變」與「不變」兩個角度，瀏覽一下這片祖國西南的廣大河山！

青海省

青海省位於青康藏高原東北部，因境內有青海湖而得名，簡稱「青」。

青海設省，是民國以後的事。唐、宋時，整個青康藏高原都是吐蕃的領土，青海自不例外。元朝時，東北部劃入甘肅。

到了清朝，東北部設西寧府，屬甘肅省，北部為青海額魯特蒙古部，南部為藏族土司轄地。民國十七年（一九二八），將甘肅省西寧等七縣劃出，加上大片蒙、藏同胞居地，成立青海省。

青海省是我國地廣人稀的省區之一。現有面積七十二萬平方公里，人口僅三百七十七萬，大部分集中於西寧附近，柴達木盆地和本省西南部，有廣大的無人區。

地形上，本省大致可分為三區：北部為盆地（柴達木盆地），南半部為山地高原區（青南高原），東北部為河谷平原區（湟中）。

青海省北部，以祁連山和阿爾金山與甘肅、新疆為界。祁連山、阿爾金山與橫互本省的崑崙山之間，就是我國三大盆地之一的柴達木盆地。

「柴達木」是蒙古語，意思是「鹽澤」。盆地面積約二十萬平方公里，底部平原海拔二、六〇〇至三、一〇〇公尺。西北部較高，多沙丘；東南部較低，多湖泊、鹽澤。盆地東南緣，形成水草豐美的綠洲，為本省重要農業區。盆地內則沙漠、鹽澤遍布，景色荒涼，只有過境的水禽，和適應荒旱的旱獺（土撥鼠）、黃羊，為大地帶來生氣。

柴達木盆地為一高原盆地，原為一巨大湖泊，後來地面隆起，湖泊面積縮小，低窪處形成鹽澤（鹹水湖）。有的鹽澤水分已蒸發殆盡，形成廣大的鹽灘。位於盆地東南的察爾汗鹽湖，面積一千五百平方

青海東北部的田原風光。

