

中国·海北
“羊年转湖”旅游节
暨首届青海湖文化论坛文集

暨首届青海湖文化论坛文集

མཆོ་བྱང་བྱལ་གནས་སྐྱོད་ཕྱེས་བཞི་གསུམ་།

海北州旅游局 编

甘肃文化出版社

责任编辑：昂却本 李浩强

装帧设计：西宁时代彩印

中国·海北

ISBN 978-7-5490-1058-5



9 787549 010585 >

定价：38.00元

མཚོ་ཁྱུང་གི་སྐབས་ཤྱི་མེད་ “ཁྱུང་ཡོད་མཚོ་སྐོར” རས་ཆེན་གྱི་ཚུ་འབྲུག་ལ།

中国 · 海北

“羊年转湖”旅游节

暨首届青海湖文化论坛文集

མཚོ་ཁྱུང་ཁྱུང་གནས་སྐོར་ཁྱུང་འཕྲིན་གས།

海北州旅游局 编

ཀན་སུང་རིག་གནས་དཔེ་མཁན་ཁང་།



甘肃文化出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国·海北“羊年转湖”旅游节暨首届青海湖文化论坛文集: 藏文 / 刘宝春主编. —兰州: 甘肃文化出版社, 2016.5

ISBN 978-7-5490-1058-5

I. ①中… II. ①刘… III. ①青海湖—文化史—文集—藏语 IV. ①K928.4-53

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第112241号

中国·海北“羊年转湖”旅游节 暨首届青海湖文化论坛文集

刘宝春 | 主编 海北州旅游局 | 编

责任编辑 | 昂却本 李浩强

装帧设计 | 西宁时代彩印

出版发行 |  甘肃文化出版社

网 址 | <http://www.gswenhua.cn>

投稿邮箱 | press@gswenhua.cn

地 址 | 兰州市城关区曹家巷 1 号 | 730030 (邮编)

营销中心 | 王 俊 贾 莉

电 话 | 0931-8454870 8430531 (传真)

印 刷 | 西安国彩印刷有限公司

开 本 | 889 毫米×1194 毫米 1/32

字 数 | 152 千

印 张 | 7.0625

版 次 | 2016 年 5 月第 1 版

印 次 | 2016 年 5 月第 1 次

书 号 | ISBN 978-7-5490-1058-5

定 价 | 38.00 元

版权所有 违者必究 (举报电话: 0931-8454870)

图书如出现印装质量问题, 请与我们联系

མཚོ་བྱང་གི་སྐད་སྐད་མཚོ་གཞི་བཟོ་ཡེ་མཚོ་སྐད་ ལྷན་ཆེན་གྱི་ཚོ་སྐད་ལྷན་ཁག་
 中国·海北“羊年转湖”旅游节
 暨首届青海湖文化论坛文集

编委

主 编：刘宝春

执行副主编：东 宝 李成祥 谢才旦 北京才让

特邀 编 审：索南多杰

编 辑：张 均 杨 云 王贵栋 梅 强

阿文才 杨桂珍 张金敏 韩富军

宋生鹏 常青峰 汪先福



序言

2015年7月,有幸参加了在海北州举行的首届青海湖文化论坛。此届论坛的宗旨在于充分利用高原自然生态、宗教文化、民族风情等旅游资源,进一步挖掘和弘扬青海湖文化,把青海湖文化与旅游紧密结合起来,积极打造青海湖北岸特色旅游品牌,使青海湖文化旅游成为海北州旅游业发展的软实力,促进青海文化旅游业向着更加健康、更加科学的方向发展。

来自省内外的 30 余位专家学者共赴环湖各县及金银滩—原子城景区采风，与青海湖独特的美进行了一次亲密接触。无论是在油菜花海之间穿行，还是在纯净清澈的湖面泛舟，飘曳于风中的经幡，鸟岛上纷飞的候鸟，总能让我们找到许多大美无言、震撼心灵的瞬间。而就青海湖文化建设问题进行论道，则使我受益匪浅。我想，景致中有文化、文化中有感情，是青海湖文化日趋灵动多彩之所在。

“智者乐水，仁者乐山”，对于水的崇拜人们自古有之。青海湖作为我国最大的内陆咸水湖，不仅是昆仑神话中的瑶池，也是我国最美丽的湖泊，还是藏民族心目中的圣湖，更是青海各族人民的母亲湖。如何推进青海湖文化品牌建设，是此次论坛关注和讨论的重点。与会专家学者旁征博引、引经据典，纷纷就青海湖文化建设提出真知灼见，并达成了以下几方面的共识：

一是着力培育青海湖文化品牌。青海湖地处青藏高原和黄土高原、中原文化和吐蕃文化、农耕文化和游牧文化交汇地带，是多元文化的集中展示地，文化资源丰富多彩。青海湖景区类型多样、内涵丰富的文化资源构成了青海湖独特的文化生态，传承着无形的历史文脉。青海湖不

仅具有藏文化区的共同特点，拥有藏文化区共有的民族风情、文化渊源，同时还具有自己独特的水文化特点，包括祭海、转湖等历史悠久的文化习俗，以及昆仑文化、西王母文化等也在一定程度上影响着青海湖地区的文化发展，构成了青海湖独有的文化氛围，培育和打造青海湖文化品牌大有可为。

二是着力挖掘历史、民族及生态文化内涵。深入挖掘地域历史文化，实现文旅结合、“形”“神”统一，是促进青海湖人文旅游景观廊道旅游更好更快发展的必然选择。青海湖人文旅游景观廊道旅游业发展要坚持自然、文化两种资源共同利用、同步发展的原则，形成两种资源并举，生态青海湖与文化青海湖建设并重。通过对青海湖历史、民族宗教、民俗等文化元素的提炼和升华，搭建起具有青海湖人文旅游景观廊道特色的旅游文化框架。充分挖掘与旅游产品相关的民风民俗、历史典故、神话传说、风土人情等，实现自然风光和人文景观有机结合，观景与品味文化相统一。同时，青海湖人文旅游景观廊道生态文化资源开发潜力大，蕴藏着极其丰富的高品位的自然风景资源，拥有众多体现大自然杰作的自然景观和人类文明活动所遗存的人文景观，这些资源是青海湖形象的构成要素之一，有着独特的、极其重要的自然生态、科教审美等方面的价值，蕴含着生态保护、生态建设、生态哲学、生态伦理、生态美学、生态教育、生态艺术、生态宗教文化等各种生态文化要素，是青海生态文化中的缩影。它具有生物的多样性，以其丰富的动植物资源、绚丽的湿地景观、优美的环境构成多样的生态文化。只有加强了生态文化建设，才能体现青海湖人文旅游景观廊道的原真性和特色。

三是着力扩充文化外延，打造节庆文化品牌。近年来，以青海湖独特的自然、文化环境为依托的文体节庆活动逐步成为青海湖节庆活动的重头戏。影响较大的有环湖赛、摄影节、音乐节、诗歌节、雕塑节等，形成能够凸显青海湖文化特色和旅游特色的旅游产业。打造节庆文化品牌，通过节庆活动带动旅游产品提升，是青海湖近年来旅游发展的一个突出特征，也是青海省为提升青海湖人文旅游景观廊道旅游的市场影响力而采取的重要战略措施。青海湖人文旅游景观廊道借助这一优良的宣传平台，有力地提升了知名度、影响力和美誉度，成为展示和传播青海

湖文化的重要景观。

无论是地理、生态、资源地位，还是历史、文化、旅游地位，青海湖都堪称是青海的“金名片”。青海湖文化论坛的召开，必将丰富青海湖人文旅游景观廊道旅游的文化内涵，提升青海湖人文旅游景观廊道旅游的品质。将参加此次论坛的专家学者的发言稿集结成册，在加强学习借鉴的同时，把好的思路融入到青海湖人文旅游景观廊道文化旅游发展中，能够进一步彰显青海湖的文化魅力。

文化是旅游的灵魂，旅游是文化的载体。我相信，不久的将来，一个民族传统文化与现代文化相互融合、人文景观与自然景观交相辉映、文化旅游设施与文化旅游生活相得益彰的青海湖人文旅游景观廊道文化崭新格局必将形成！

是为序。

杨自沿

2015年12月16日

作者简介：

杨自沿，安徽安庆人，1962年8月生人，1985年8月毕业于安徽师范大学中文系，2001年毕业于中央党校函授学院研究生班经济管理专业，经济师。先后供职于青海省外经贸厅、省文化厅、省委政策研究室、省委宣传部。现为省委宣传部巡视员、副部长，省委党校、青海大学等院校的特聘教授、特约研究员，主要研究方向：青海地域文化。

青海湖：演绎“文化的力量”

——从日本的琵琶湖说起	1
藏族“泉水成湖”母题的文化记忆	4
口头叙事中的藏族神湖记忆	
——神湖与女性关系讨论	23
环湖八族总千户刚察·拉麻拉夫旦率部北渡黄河	
移居海北的历史背景研究	36
论青海湖的文化资源与文化特征	55
青海湖秘史	
——环青海湖地区地名探微与假想	73
青海湖多元文化圈及其现实价值的思考	88
圣湖神鱼	96
自然生态与人文系统在青海湖的感应	103
传说 故事 集体记忆	
——论青海湖来历传说中的民间文化内涵	110
༡༣། མཚོ་ལྗོན་པོའི་ཆོས་ལུགས་ཆོ་ག་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གནས་རིན་ཐང་སྐོར་ཅུང་དབྱེད་པ།	128
མཚོ་ལྗོན་པོའི་གཏེར་སྐོར་གྱི་མ་ལ་བདུན་གྱི་གེ་སར་ཤུལ་རྟེན་དག་རྒྱན་དང་སྦྱང་དཔེ་ལ་བདུན་ནོར་བྱའི་གཏེར་རྫོང་གི་སྐོར་རགས་ཙམ་བཤད་པ།	155
མི་དང་མཚོ་ཡི་བརྟེན་གདུང་།	172
མཚོ་ལྗོན་པོའི་འགྲམ་རྒྱུད་ཀྱི་འཕྲོག་པའི་དམངས་སྐོར་སྐོར་གླེང་པ།	182
མཚོ་ལྗོན་པོ་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གེ་སར་ཤུལ་རྟེན་རགས་ཙམ་གླེང་པ།	195
༡༤། འཛིག་རྟེན་གྱི་སྡེ་གསུམ་བ་སྡེ་མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་།	204

青海湖：演绎“文化的力量”

——从日本的琵琶湖说起

杨自沿

大家上午好！首先我谨代表省委宣传部对首届青海湖文化论坛的召开表示热烈的祝贺！对海北州强烈的文化自觉、文化自信表示崇高的敬意！很高兴也很荣幸有机会在“首届青海湖文化论坛”上与各位分享我对青海湖文化的一些思考。我发言的题目是青海湖：演绎“文化的力量”——从日本的琵琶湖说起。

2012年，我随青海促进循环经济全面发展培训团赴日本学习考察，期间专程参观访问了琵琶湖及其博物馆。琵琶湖是日本第一大淡水湖，位于本州中西部滋贺县境内，因形状似日本琵琶而得名。它四面环山，南北长约64千米，面积约674平方千米，占滋贺县总面积的六分之一左右，地理位置十分重要。

我们参观访问的琵琶湖博物馆位于滋贺县草津市的琵琶湖湖岸鸟丸半岛，是日本最大的以湖为主题的博物馆，是琵琶湖展现和演绎“文化的力量”重要所在。它占地4.2万平方米，集历史资料、人文景观、研究成果、实物考证、信息交流为一体，成功打造了湖文化的新名片。琵琶湖博物馆设有水族馆等多个展示区。据介绍，该馆是一个以学术研究为主，兼顾展示、教育功能的博物馆。它不仅是一座充满朝气和活力的博物馆，也是一个人才、物资、信息交流的场所，还是一个引导人们思考人与自然关系的文化场所。琵琶湖博物馆内展区的设计独特新颖，兼具科普教育性和生活趣味性。例如，“人类与琵琶湖的历史”展区通过湖底遗迹、湖上交通、

捕捞情景及治水、疏通水路等生动场景，展现了琵琶湖与人类生活的历史。这些巧妙的陈展无不让参观者思考着共同的问题——什么是环境，如何处理湖泊与人类之间的关系。

他山之石，可以攻玉。我们原来对日本琵琶湖的历史文化、自然生态的内涵知之甚少，但透过琵琶湖博物馆，心灵有所触动，思想有所启迪。尤其是如何打造湖泊文化品牌，值得借鉴。由此让我联想到如何打造青海湖文化品牌。作为我国最大的内陆咸水湖，青海湖不仅是昆仑神话中的瑶池，也是我国最美丽的湖泊，还是藏族心目中的圣湖，更是青海各族人民的母亲湖。

青海湖是历史名湖。早在汉代以前，羌人就在这里游牧，从北魏起更名为“青海”。西汉末年，王莽在湖东边设西海郡，筑城戍守；唐代，唐与吐蕃在这里进行过无数次大战，死伤不计其数，“君不见青海头，古来白骨无人收。新鬼烦冤旧鬼哭，天阴雨湿声啾啾”，诗人杜甫的诗句描述了当时战争的惨烈；明代蒙古族头领俺答汗之子丙兔在湖岸修建佛寺，明廷赐名“仰华寺”；清朝在青海湖区修筑察汉城（又名白城子）等，每年邀请蒙、藏王公祭海会盟。

青海湖不仅具有藏文化区的共同特点，拥有藏文化区共有的民族风情、文化渊源，同时还具有独具特色的湖泊文化，如祭海、转湖等历史悠久的风俗。这些特色文化在环湖藏族群众的日常生活和民族节庆活动中得以保留和体现。此外，昆仑文化、西王母文化等也对青海湖文化的形成产生了重大影响。多元文化融合交汇，共同构成了特有的青海湖文化。

青海湖景区生态文化资源开发潜力巨大。这里蕴藏

着丰富的自然风景资源，拥有众多体现人类文明活动遗存的人文景观资源。丰富的动植物资源、旖旎的湿地景观、壮美的人文景观蕴含着生态哲学、生态伦理、生态美学、生态宗教文化等生态文化要素，构成了青海湖文化的基础。

不论地理、生态、资源地位，还是历史、文化、旅游优势，青海湖都堪称是青海的“金名片”。文化是旅游的灵魂，旅游是文化的载体。青海湖旅游的发展应以纯净而浓郁的历史文化、民族文化和生态文化来提升品位，以研究中心、博物馆等形式挖掘、呈现青海湖深厚的文化内涵，提高影响力，知名度和美誉度。青海湖文化论坛的召开，必将丰富青海湖旅游的文化内涵，提升青海湖旅游的品质，意义重大，影响深远。青海湖演绎“文化的力量”，既是我们迫切的期待和愿望，更是彰显青海湖文化魅力、吸引游客的必由之路。

我的发言就这些，不妥之处，请大家批评指正。
谢谢！



是在全世界都具有独特的地位，令世人瞩目。^①青藏高原湖泊在藏族原始社会早已形成，面对为他们提供生存的食物和饮水资源的高原湖泊，藏族先民视它们为生活的依靠。同时，奇特多变的湖泊景观也为他们提供了直观的印象空间，为他们创造高原奇特的湖泊文化提供了现实基础和艺术创作灵感。

尽管当代学者对青藏高原湖泊的形成已经从科学意义上做出了解释，然而，湖泊周围生活的藏族民众对他们的解释，以及附会在这些湖泊上的信仰、文化和生活丰富多彩，形成了藏族民众解释湖泊来历的知识系统。笔者在这里并不对青藏高原所有湖泊来历的解释展开讨论，主要通过藏族民众生活密切的湖泊展开探讨，期望对认识藏族民众生活和文化有所帮助。

一、西藏民众的解释：湖泊的形成

湖泊的形成是生活在周围藏族民众中最常见、最想回答的问题，也是他们知识系统中的重要组成部分。

羊卓雍神湖位于西藏山南浪卡子县境内，海拔4441米，湖水面积675平方千米。羊卓雍湖原为外流湖，与雅鲁藏布江相通。大约在一百万年以前，巨大的泥石流在白地以西20千米处的羊舍附近堵塞了墨曲上游河谷，于是由外流湖变为内流湖。

生活在羊卓雍湖周边的藏族民众视其为神湖，藏族民歌赞美她为“天上的仙境，人间的羊卓。天上的繁星，湖畔的牛羊”。当地藏族民众在解释羊卓雍湖来历的时

^① 孙鸿烈主编：《世界屋脊之谜——青藏高原形成演化环境变迁与生态系统的研究》，湖南科学技术出版社，1996年。

候说：

羊卓雍湖在很早以前，只是一个小小的泉眼，从这里不停地涌出一股泉水，灌溉着周围一些农田。

在这附近住着一位很富有的人，他的家里雇了许多佣人，有的种田，有的放牧，有的打柴，有的背水，达娃就是他家背水的佣人。

达娃是一个勤劳善良的小伙子，他每天给主人背水，从来没有闲过。早上比鸡子起得还早，晚上比狗儿睡得还晚。一桶一桶的水从几里以外背回庄园，每天分到的只是三碗下等糌粑。他很少喝茶，那些浓香的酥油茶只有主人才能喝到。他吃完糌粑只有在泉水边捧些水喝。

有一天，当他捧着一掬水要喝的时候，突然发现水中有一条小金鱼。他正要想把它甩到一边去，又觉得金鱼离开了水就会死的，那挣扎的样子会令人心疼。他是一个善良的青年，他不愿意这样做，就把金鱼又轻轻地放进了泉水里，那金鱼甩了甩尾巴，顺着泉水游走了。他看着金鱼游走的样子，心里有说不出的高兴。

真奇怪，他刚刚抬起头，发现自己面前站着一位美丽的姑娘，那漂亮的样子简直像个仙女，姑娘对他笑了笑说：“善良的年轻人，你救了我，我十分感谢。我是被妖魔追赶，在没有办法的时候才变成金鱼逃跑的，谁知在这泉眼里迷了方向，被你救下，才留下这条性命。为了表示我的感激之情，我把这颗宝珠送给你，你可以拿它换些牛羊、房子，你以后靠自己的劳动会生活得很好的。你的主人是一个贪得无厌的人，你离开他吧！”

说着那姑娘不见了，而地上却留下一颗闪闪发光的珠宝。他捡起珠宝，正要走，突然想到这背水的桶还是

主人的，我还是把它送去，再给主人背最后一桶水，也表示一下我的心意。

他把水桶背回庄园，见了主人仍恭恭敬敬地说：“主人，我要走了！”

主人嘲笑他：“走，穷光蛋，你到哪里去，我可没有工钱付给你！”

“主人，我不要工钱，我有钱，我还会有牛羊和房子呢。”

“笑话，你是在做梦吧！”

“不是梦，我有一颗宝珠。”说着达娃就把宝珠拿了出来。主人定睛一看，果然是一颗闪闪发光的宝珠。

“这颗宝珠可是无价之宝。你准是偷别人的！”主人说。

“不，是一位仙女送给我的。”

那富人听了达娃的话，半信半疑。他马上感觉到这事并不一般，就眉飞色舞地凑到达娃跟前问：“宝珠、仙女……这是怎么一回事啊！”

达娃是一个老实人，他把得到珠宝的经过一五一十地讲给了主人。

那富人甜言蜜语地向达娃说了许多好话，再三请求达娃带他到泉水边，他不仅想得到珠宝，还想得到那美貌的仙女。

达娃领主人到了泉边，美丽的仙女没有出来，他们等了好久，喊了好久也没有看见仙女的身影。富人以为达娃在骗他，他趁达娃不备，夺下他手中的宝珠，把达娃推到泉眼里去了。

这泉眼很深，达娃掉进去之后，就一口一口地喝起水来，不一会儿就淹死了。富人看到达娃已被淹死，他拿着闪光的珠宝高兴得要发狂。正在这时，他前面出现

了一位年轻的女子，长得就象达娃形容的那样漂亮，看来她就是那位仙女了。

“姑娘，你长得真漂亮，你嫁给我做妻子吧，我们会一辈子享受荣华富贵的！”富人走到姑娘面前就想拉拉扯扯。

“你这人真狠心，竟然害死一个善良的人，他是我的救命恩人，你会受到惩罚的！”姑娘说完，拿出一条红纱巾向四面八方一甩，只见无边无际的波涛，弥天满地地涌来，那姑娘顿时不见了。富人一看自己的农田、牧场都被淹了，眼看大水就要冲来，这真是灭顶之灾。他在着急的时候，发现自己长出了翅膀，还有一身黑色的羽毛，他飞了起来，看着翻滚的大水“呱呱——”地叫了起来，原来他变成了一只乌鸦。据说他就是西藏的第一只乌鸦。

大水平息之后，这里变成了一个大湖泊，它的名字就叫羊卓雍湖。羊卓雍湖是美丽的、平静的，因为这里葬着勤劳善良的达娃。^①

在藏族老百姓看来，羊卓雍湖的形成是因为小金鱼，招来泉水形成的。湖泊周边的泉水是存在的，湖泊的水源来自泉水也是可能的，但是说某一股泉水形成羊卓雍湖，显然带有夸张的文学成分。传说中没有搬来大山挡住泉水，只不过将小金鱼通过泉水的威力惩罚了坏人，从而贯穿了人世间的美与丑、善与恶的道德观念。

纳木错，蒙语称“腾格里诺尔”，藏语中纳木错湖意为天湖，世界海拔最高的大湖，位于拉萨以北当雄县和那曲地区班戈县之间念青唐古拉山主峰以北，湖面海

^① 《神泉》，见阎振中等搜集整理《西藏民间故事》第3集，西藏人民出版社，1987年版，第263—266页。