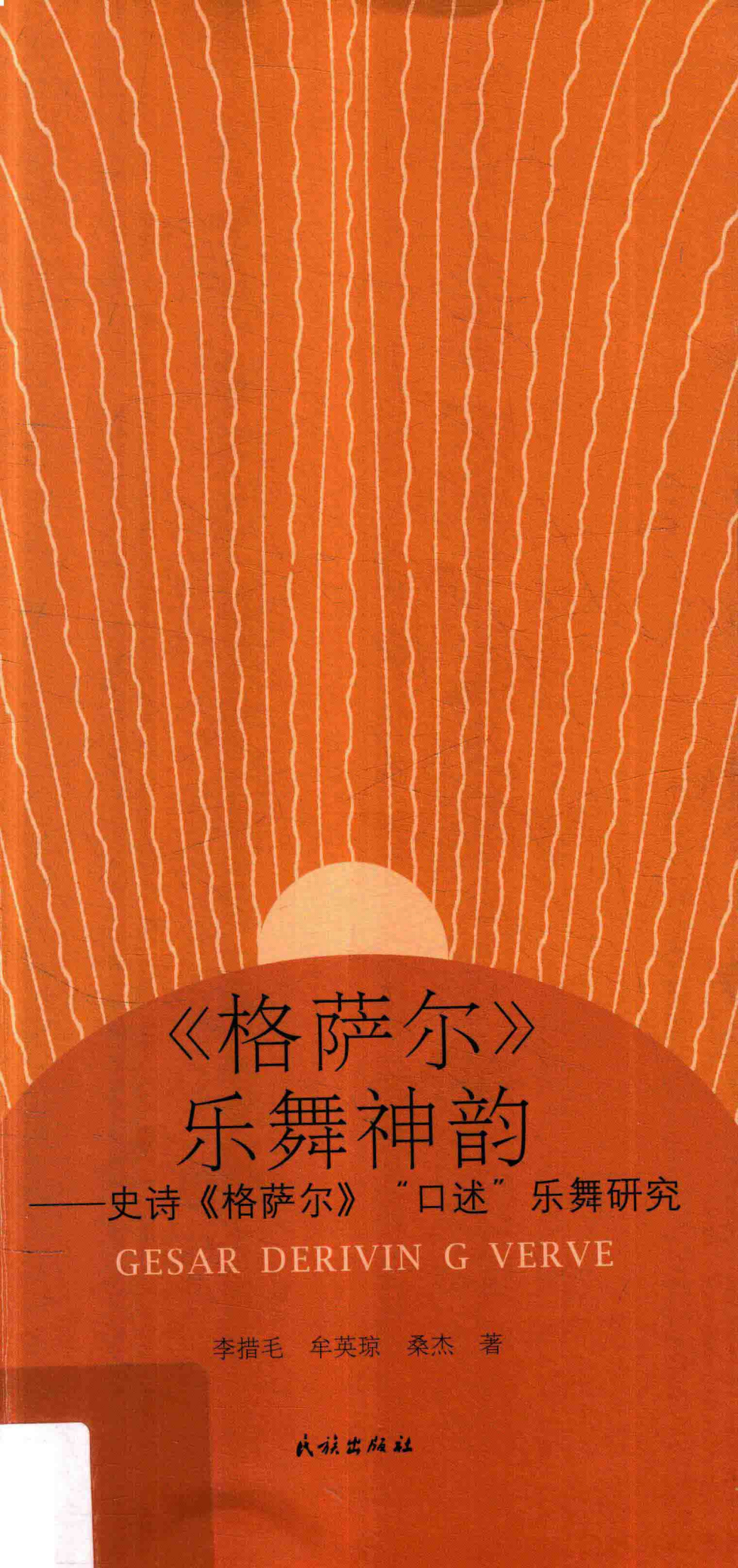




《格萨尔》 乐舞神韵

——史诗《格萨尔》“口述”乐舞研究

GESAR DERIVIN G VERVE

李措毛 牟英琼 桑杰 著

民族出版社

本书为国家社会科学基金艺术学项目
(史诗《格萨尔》“口述”中的乐舞研究 批号: 11EE136) 成果

《格萨尔》乐舞神韵

——史诗《格萨尔》“口述”乐舞研究

李措毛 牟英琼 桑杰 著

民族出版社

图书在版编目(CIP)数据

《格萨尔》乐舞神韵 / 李措毛, 牟英琼, 桑杰著.
— 北京:

民族出版社, 2018.1

ISBN 978-7-105-15258-2

I. ①格… II. ①李… ②牟… ③桑… III. ①《格萨尔》—诗歌研究 IV. ①I207.914.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 019801 号

《格萨尔》乐舞神韵

策划编辑: 罗焰

责任编辑: 陈萱

装帧设计: 吾要

出版发行: 民族出版社

地 址: 北京市和平里北街 14 号

邮 编: 100013

电 话: 010-64271909 (汉文编辑一室)

010-64224782 (发行部)

网 址: <http://www.mzpub.com>

印 刷: 北京盛通印刷股份有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2018 年 7 月第 1 版 2018 年 7 月北京第 1 次印刷

开 本: 880 毫米 × 1230 毫米 1/24

字 数: 380 千字

印 张: 15

定 价: 68.00 元

书 号: ISBN 978-7-105-15258-2/I · 2911 (汉 2814)



李措毛

藏族，青海师范大学教授，硕士研究生导师；青海省非物质文化遗产专家委员会委员，青海省地方志专家委员会委员，青海省格萨尔专家委员会委员。多年从事舞蹈教育，著作有《藏族民间舞蹈教程》《藏族歌舞》《藏族舞蹈》等，论文三十余篇。独立主持国家社科课题《格萨尔“口述”乐舞文化研究》《藏族宗教寺院的乐舞文化普查与研究》，参与三项国家社科课题、一项青海社科课题、一项四川省社科课题。创作舞蹈作品二十余部，获国家专利两项。获国家级论文和舞蹈作品奖五项，省级社会科学奖和舞蹈作品奖等十余项。



牟英琼

藏族，讲师、舞蹈教育硕士、中国少数民族舞蹈学学会会员，青海省青联委员，青海舞蹈家协会，现任青海师范大学音乐学院舞蹈教研主任。参与撰写著作《藏族歌舞》（青海人民出版社）《藏族和羌族舞》（蓝天出版社）等。2015年—2018年主持国家青年项目课题（青南地区汉族、土族、撒拉族宗教乐舞研究）。2012年—2014年参与国家课题（史诗《格萨尔》“口述”乐舞研究），2014年—2017年参与国家课题（藏族宗教寺院的乐舞文化普及与研究）。发表《探索新时期青海少数民族民间舞蹈文化资源与特色》《青海少数民族民间舞蹈文化资源与特色》《高校舞蹈教师考核标准刍议》《原生态舞蹈与现代精神》《青海原生态舞蹈文化与邓肯现代舞蹈精神初探——评撒拉族舞蹈〈椒玲漫山红〉》等十多篇论文。



桑杰

藏族，党员。青海果洛甘德县文化体育局，干事，曾就读于宁夏大学政教专业，青海师范大学音乐专业，中国艺术研究院近现代音乐专业。2012年—2014年参与国家课题（史诗《格萨尔》“口述”乐舞研究），2014年—2017年参与国家青年项目课题（藏族宗教寺院的乐舞文化普及与研究），2015年—2018年参与国家课题（青南地区汉族、土族、撒拉族宗教乐舞研究）。发表论文：《浅谈音乐的社会价值》（艺术科技）《政通人和和文化繁荣——〈格萨尔〉在甘德》（2018年7月13日青海日报数字报刊平台）等论文。

序一

当初，藏族女青年李措毛带着她多年积蓄的舞蹈表演、编导的丰富经验，走进了中国艺术研究院的课堂，学习舞蹈史论等课程。她是一个淳朴热情、踏踏实实、勤勤恳恳、努力学习的好学生。

如今，措毛已经成为青海师范大学的一名教授暨硕士研究生导师，担起国家多项课题负责人之重任，尤其是课题“史诗《格萨尔》‘口述’”的主持与撰写重任。作为她的老师，我感到十分欣喜。

中国古代各民族乐舞主要是以诗、乐、舞的形式而融合，措毛以乐舞的产生特点，将藏族《格萨尔》史诗“口述”中艺人们对乐舞的叙述，吟诗中的人物动态，描述的天地日月、花香鸟语等自然景物及人物眉眼手足的造型美感之研究达到炉火纯青的地步。措毛在《〈格萨尔〉乐舞神韵》这本书中，详尽地论述了《格萨尔》中的乐舞与藏族地域歌舞的关系以及传承人和民间艺人等等，对藏族《格萨尔》歌舞形式的历史沿革、舞蹈艺术特点、审美情趣以及这些舞蹈在生活中流传的情况等，都做了仔细的论述。从舞蹈的产生谈起，论说古代舞蹈具有的原始审美表现力，阐释在讲述与吟唱《格萨尔》史诗的过程中，艺人们以人的身、心、灵的结合，对《格萨尔》说唱中曲名和飞禽、动物、人物的动态描述分类以及艺人的说唱风格和创作特点等方面进行了很有新意和深度的分析。本书通过搜集、整理、翻译、研究，提出如何通过史诗中音乐舞蹈文化的研究，并对于建立完整的史诗中音乐舞蹈文化学科体系等方面提出颇具前瞻性的建议和看法。其通过提炼加工、创作、整理出这部符合青藏高原民众心理、生理、地理特点的史诗《格萨尔》“口述”中的乐舞。通过开展融藏族歌舞与《格萨尔》“口述”中的乐舞为一体的动作结构，并充分发挥藏族舞蹈动作的柔韧性、舒展性、协调性、曲伸、颤膝的特点而编排具有浓郁特色的《格萨尔》“口述”中的乐舞，以《格萨

尔》“口述”中的乐舞形态为核心贯穿于整个藏族乐舞文化，从内容、形式的选点考察与研究，对其相关调查材料的梳理和论证，从而建设具有中国特色的《格萨尔》乐舞学科体系。不但有极高的学术价值，对今后的史诗《格萨尔》“口述”中乐舞文化抢救工作及研究都具有重要的现实意义。

措毛深入学习、调查、研究并亲自体验了史诗《格萨尔》故事中的歌曲在舞蹈中舒畅、欢乐、融入集体的和谐与美感。从艺人们在史诗《格萨尔》“口述”中体会和分析乐舞言说出来的直观形式及更深的意蕴创造形象，通过吟诗展现人物、场景、画面、构图等等深层心灵空间，展现出一种可意会、可神遇的美学意境。因为史诗《格萨尔》是一种口头创作和传唱的艺术作品，流传受到条件限制，但值得庆幸的是藏族史诗《格萨尔》故事的传播者“民间艺人”以其独特的方式，使之不但没有消失，反而层出不穷。在青海玉树地区和青海安多地区的藏族，又各自形成了自己的乐舞个性，约定俗成地有了自己的称谓，拥有自己独特的风格。在《格萨尔》故事中有“鲜花旋转舞”的曲名，从字义我们可看出该动作的动律是在圆式思维中进行旋转与派生，继而去理解舞蹈体语曲线的美。措毛认为“圆”即“环”，“环形”代表着东方文化思维方式，环舞形式包括体态的圆形，更具藏族舞蹈文化特征。她热爱藏族等民族舞蹈，她愿意为传承发展这些舞蹈而贡献自己一生的智慧与心血——这正是她写出这部优秀作品的根本原因。衷心希望措毛这本专著的出版，能够为《格萨尔》学的学科建设发挥应有的作用，令更多的佳作问世。

学海无涯、艺无止境，愿我们共同努力，再向上攀登！

王克芬

（中国艺术研究院博士生导师）

2014年9月16日于北京

序二

当前，从内地到边疆，从北京到青藏高原，《格萨尔》的搜集整理、学术研究和群众性的《格萨尔》文化活动，出现了一种前所未有的大好形势，令人鼓舞。在这种形势下，“史诗《格萨尔》口述中的乐舞文化研究”这一课题的完成以及《格萨尔乐舞神韵》著作的出版，填补了《格萨尔》研究方面一个重要空白，具有开创性的意义，对促进《格萨尔》事业的发展，加强学科建设等必将产生重要作用。

藏族史诗《格萨尔》是艺人们通过口述世代相传的、活态的文化遗产，体现了这个民族的智慧与精神。为了研究这一专题，李措毛教授虚心地向《格萨尔》研究专家、尤其是民间说唱艺人学习，同他们进行深入探讨。她和课题组的同志们意识到《格萨尔》史诗“口述”中乐舞的魅力，为此从史诗《格萨尔》“口述”中去研究舞蹈动态，尤其对乐舞的音律与舞蹈动态进行剖析研究，从社会历史背景、乐舞的产生和艺人们的创造，由浅入深剖析格萨尔乐舞的产生与发展。

史诗《格萨尔》主要是一种口头传唱的艺术形式，本书从历史与文化的高度和视角全方位地从史诗《格萨尔》“口述”中去研究舞蹈动态，为人们从另一角度研究史诗《格萨尔》提供了思路。李措毛教授和她的课题组成员在研究史诗《格萨尔》“口述”中的乐舞文化的过程中，努力寻找《格萨尔》史诗中乐舞的起源、发展、融入、创造与再创造的合理度，并上升到理论层面，进行全方位研究。从乐舞艺术的角度，对于史诗《格萨尔》“口述”乐舞文化的历史定位、乐舞文化的产生过程、文学特点与价值体现的艺术成就及其与宗教的关系，特别是艺人原始唱本的分析与动态研究等诸多方面进行了全面而详尽的论述。她有研究藏族乐舞的深厚基础，通过多年对《格萨尔》“口述”中乐舞的研究，对《格萨尔》说唱中的曲名和飞禽、动物、人物的动态描述分类，并对艺人的说唱风格和创作特点等方面进行了分析。对我国建立完

整的《格萨尔》史诗中乐舞文化体系及学科建设等方面，提出了具有独创性的观点和建议。让我们从《格萨尔》这部流传久远的古老史诗中，领略到人类文化中的乐舞活动无处不在这样一个文化现象。

作者认为，《格萨尔》乐舞文化的研究从学科角度谈，应该有独立的学术层面予以支持，从而形成完整的、结构合理的构架。要既有理论层面，又有实践层面，从诗、乐、舞的起源探索《格萨尔》故事的起源，分析其原始内核，认为经历了“原型—转型—再创造”这样一个演变发展过程。艺人们将原来的“人+半人+想象”神话中的半人半神的形象，通过演绎传唱将藏族的英雄人物格萨尔再现在人类的文化史上。无论乐舞起源与其独立性怎样，在作者看来，《格萨尔》故事主要以乐舞（说唱）的形式出现，正好较有力地阐明了《格萨尔》演变发展的轨迹。因为《格萨尔》史诗包罗万象，从以人体为媒介的舞蹈和唱歌，到建筑与各种形式的艺术品。中国历史上的民族大迁徙促进了民族相互融合，各民族创造的文化汇入历史的长河，迎来古乐舞文化的高潮与传播。

《格萨尔》中的舞姿是古人留给我们的一份宝贵的乐舞文化遗产。艺人们讲述《格萨尔》故事和吟唱史诗的过程中有人类对世界的原始的认识和模仿，也有动植物、星辰、河流、山川等种种神秘的“万物有灵”的信仰和感知。艺人们以口耳相传的主要形式将《格萨尔》故事、民间文学和藏族歌舞有机地结合起来，演绎、创造《格萨尔》故事的语言、曲调，从古代吟诵至今，传播藏族人民的价值观和信仰，用特殊的声音技巧演唱真实的历史，表现出其极大的生命力。史诗《格萨尔》中的故事情节曲折，语言通俗，吟诗说唱相结合，与古老的诗、歌、舞三位一体的传统的藏族戏剧和舞蹈有着密切联系，深受藏族群众的喜爱。从诗歌的本体同样可以研究《格萨尔》乐舞内在的体语动态，如书中提到的“散韵合体说”歌与诗句格律、吟歌，形成了高度稳定，固定化的“吟歌式”。“有音无意”衬句唱法，从乐舞的角度有其独特风格。引音的长度、高低起伏充分显示了《格萨尔》艺人们的个性和风格。

我为该书的出版写篇序言，写下我阅读该书后的一点点心

得体会，并借此机会，表达我由衷的欣喜和祝福，同时希望有更多的同志和朋友关注这部独具特色的著作，关注《格萨尔》中的乐舞文化这一重要课题。

降边嘉措

（《格萨尔》研究专家、博士生导师）

2014年9月18日于北京

序三

今天，当这部《〈格萨尔〉乐舞神韵》书稿呈现在我的面前时，我不禁为作者这位长期从事舞蹈教学工作的优秀藏族女教师，又是不断地执着钻研的研究工作者感到高兴。她从小喜爱博大精深的藏族文化，更是喜爱藏族英雄史诗《格萨尔》传奇。她在研究《格萨尔》史诗过程中，认为长篇史诗《格萨尔》拥有深厚的历史积淀和文化底蕴，是经过上千年的传承演变，至今仍流传于藏族群众生活中的“活态”史诗。据我所知，李措毛女士写这部著作前主持的国家社科艺术类研究项目“史诗《格萨尔》口述中的乐舞文化研究”，经过三年的田野调查，翻阅资料、勤奋研究，终于顺利通过了专家鉴定，这是值得庆贺的一桩研究成果。她深感《格萨尔》“口述”中乐舞的魅力，为此从史诗《格萨尔》“口述”中去研究舞蹈动作，尤其对乐舞的音律与舞蹈动态进行剖析研究。

本书对我国建立完整的《格萨尔》史诗中乐舞文化体系及学科建设等方面提出了独到的看法和建议，并从史诗《格萨尔》中领略到人类文化中的乐舞活动无处不在的事实。李措毛女士认为《格萨尔》乐舞文化的研究从学科角度谈应该有独立的学术层面予以支持，从而形成完整的、结构牢固的构架，即研究《格萨尔》学中一系列“口述”乐舞的理论问题，宏观、整体地来解剖和分析这个学科，并用科学的方法和严密的理论思想体系来归范《格萨尔》乐舞学科，有其独特的观点与认识，阐述论证乐舞在《格萨尔》史诗中的作用，以及在乐舞领域的学科建设的合理性和必要性。《〈格萨尔〉乐舞神韵》在科学理论指导下，具体对艺人们传唱与描述的各种内在动态进行实践层面的研究。研究其现象的本质，寻求其规律，使我们理性地正视艺人对《格萨尔》故事传唱的各种现实问题。其中包括乐舞的产生和民间乐舞对《格萨尔》史诗的影响，《格萨尔》史诗中故事的传播对听众的研究，艺人们对《格萨尔》史诗故事的乐舞创作与表演动态的研究，对《格萨尔》艺术

作品的评论研究等。

艺人们在讲述《格萨尔》故事和吟诗的过程中，根据故事情节的发展，收集的民间音乐的声音资料进行演唱的技术分析，在《格萨尔》藏戏中各种动态表演的构图、人物造型、表现形式都有固定程式，不但运用几百年遗留的舞谱中记载的动态，而且吸取新时期的动作，使其达到很高的艺术境界。《格萨尔》故事的乐曲具有不同的个性特征，形成这种个性特征是由于艺人们各自运用的表现手段不同的结果。由于地域差异，艺人们传唱方式各有特色，有比较固定的辅助音，如前缀音有“鲁啊拉”等，都是艺人通过声音的高昂与收缩巧妙整段长音的运用，这些看似无意的引曲，实际有着该段故事内容的一切心理定势因素，在乐舞中，作为情感、动态的一种强烈流露，有其特殊的艺术处理和效果。

总之，《〈格萨尔〉乐舞神韵》一书选题新颖、结构合理、论点突出、论据充分、语言流畅，具有较高的学术价值和社会应用价值。该成果较全面地阐述了史诗《格萨尔》“口述”中的乐舞文化内涵和史诗《格萨尔》“口述”乐舞的文化语境，诠释了史诗《格萨尔》中乐舞音律及《格萨尔》戏剧中的舞蹈特征，并提出了个人的新观点。《〈格萨尔〉乐舞神韵》一书的出版，是令我们十分欣慰的一件喜事，其对中国特色的《格萨尔》“口述”中乐舞学科的设置与研究以及史诗的保护和发展都将会起到不可低估的作用，亦给后人留下了宝贵的精神财富。

角巴东主

（《格萨尔》研究专家、硕士生导师）

2014年9月10日于西宁

目录

引言 / 1

第一篇 史诗《格萨尔》“口述”中的乐舞文化 / 19

第一章 《格萨尔》“口述”中的乐舞文化研究 / 21

第一节 研究背景 / 25

第二节 研究目的与资料的收集 / 28

第三节 研究方法 / 29

第二章 《格萨尔》“口述”乐舞的文化语境 / 38

第一节 《格萨尔》“口述”乐舞的历史渊源 / 39

第二节 以多元的途径探索与讲述 / 40

第三节 以情感抒发与表现动态的形式产生 / 51

第四节 朴素易懂的语言艺术让听众产生共鸣 / 56

第三章 《格萨尔》口述乐舞“活形态”说 / 65

第一节 《格萨尔》非物质文化遗产活体再现 / 65

第二节 艺人们在口耳相传中对音律灵活运用 / 88

第三节 艺人们描述人物飞禽弓箭动植物等动态形式 / 98

第四节 《格萨尔》“口述”中人与飞禽的对话 / 101

第五节 《格萨尔》“口述”中人与弓箭、动植物的对话 / 110

第四章 《格萨尔》“口述”中主要人物自我介绍 / 114

第一节 英雄格萨尔的自我介绍 / 114

第二节 王妃珠牡的自我介绍 / 122

第三节 《格萨尔》中三十员大将的自我介绍 / 134

第四节 魔国人物的自我介绍 / 146

第二篇 史诗《格萨尔》“口述”中乐舞技术特征 / 155

第五章 《格萨尔》“口述”中乐舞音律剖析 / 158

第一节 《格萨尔》“口述”中各种人物、动植物曲调分析 / 158

第二节 《格萨尔》“口述”中散韵合体说 / 185

第三节 《格萨尔》“口述”中歌与诗句格律 / 189

第四节	《格萨尔》“口述”中的衬句与音句 / 191
第五节	《格萨尔》中描述人物、飞禽、动植物等曲名 / 195
第六章	《格萨尔》“口述”中乐舞动态的剖析 / 201
第一节	《格萨尔》“口述”中的舞蹈动作描述 / 202
第二节	《格萨尔》“口述”中舞蹈动作剖析 / 214
第三节	《格萨尔》戏剧中舞蹈动态描述 / 219
第四节	跨退转、颤跳踏转的主要技术特征 / 227
第三篇	史诗《格萨尔》“口述”中乐舞流传与审美价值 / 233
第七章	史诗《格萨尔》“口述”中的乐舞文化扩展 / 235
第一节	《格萨尔》“口述”中乐舞与藏族民俗文化 / 238
第二节	《格萨尔》“口述”乐舞文化内涵 / 244
第八章	《格萨尔》“口述”中乐舞流传地域 / 275
第一节	青海藏族地区《格萨尔》乐舞文化 / 278
第二节	四川藏族地区《格萨尔》乐舞文化 / 281
第三节	西藏地区《格萨尔》乐舞文化 / 285
第四节	甘肃地区《格萨尔》乐舞文化 / 286
第五节	其他少数民族中的《格萨尔》乐舞文化 / 287
第九章	《格萨尔》“口述”中乐舞与民族信仰和审美价值 / 289
第一节	藏族群众即兴演唱的《格萨尔》 / 289
第二节	《格萨尔》中诗、歌、舞相融的基本形式 / 291
第三节	《格萨尔》在宗教活动中的舞蹈姿态分析 / 292
第四节	《格萨尔》在宗教活动中环舞的基本形式 / 304
第五节	《格萨尔》中以宗教信仰的藏族歌舞 / 309
第四篇	史诗《格萨尔》中藏戏和舞剧的乐舞动态 / 317
第十章	《格萨尔》藏戏舞蹈技术分析 / 319
第一节	《格萨尔》舞剧艺术结构分析 / 322
第二节	《格萨尔》藏戏作品艺术欣赏 / 328
第三节	《格萨尔》舞剧乐舞欣赏 / 330
第四节	《格萨尔》歌舞艺术表演动感空间 / 331

参考文献 / 341

后记 / 343

引言

鲁沓拉……啦姆……沓啦兰……

鲁啊拉……啦姆……啊啦兰……

群峰环绕神奇的绿色宝地，

翔云在湛蓝的天空显灵气。

莽莽昆仑创造了先民的智慧，

三江之源注入了生命的活力。

飘逸的长袖彰显格萨尔史诗的底蕴，

升华的诗歌诠释英雄格萨尔的神力。

美妙的音律探索着人类心灵的奥秘，

优美的舞姿炫耀着高原超群的神韵。

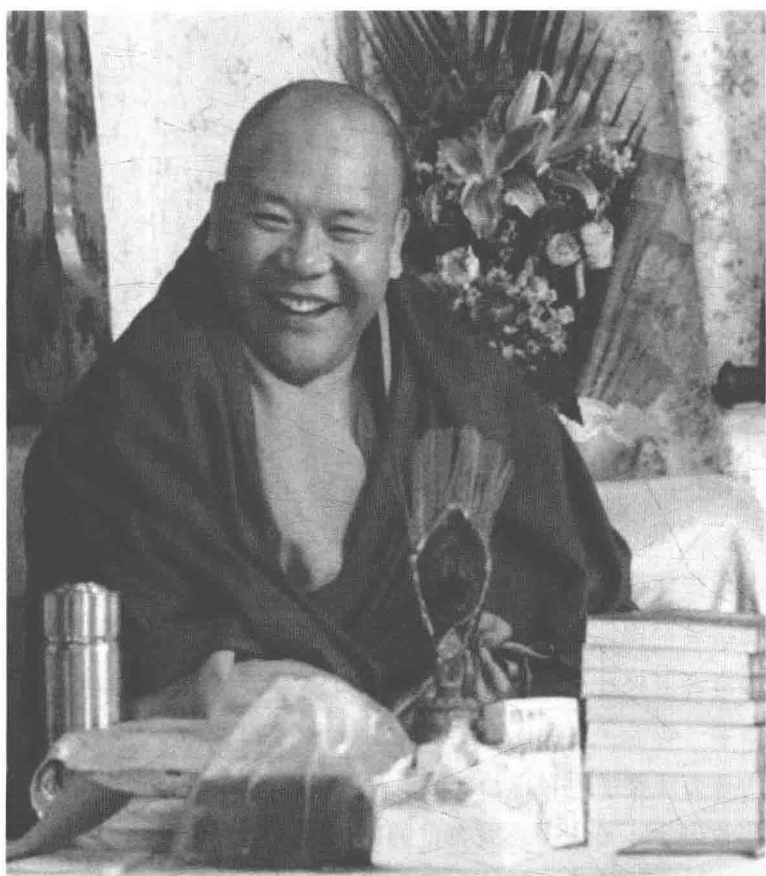
鲁啊拉……啦姆……啊啦兰……

史诗《格萨尔》是藏族艺人们生命中精神与灵魂的人性体现。艺人们以自身的感觉、情感、智慧和个性等组成并创造出世界奇迹。这是有音无意的长音调，音韵中深藏着艺人智慧与创造力的升华和唱法。内在的韵味随着艺人们的阅历和最美的审美情思与感受，以深刻的内涵、强烈的感染力，传递着《格萨尔》史诗的魅力。史诗《格萨尔》最显著的结构特点是虚实相生，以此营造藏族《格萨尔》独特的空间感。艺人们不由自主地用听觉和视觉器官来接收信息，用形体器官与言语器官输出信息。他们深入观察生活，从史诗《格萨尔》的诞生起就有着一一种人人既是听众又是创造者，即庞大的听众和庞大的创造人群，《格萨尔》的潜力即人人都是创造者的精神。自然美景和社会生活是艺人们创造的源泉，艺人们有着看山说山、见水说水的即兴口述的智慧，可以把山水鸟兽说话。从我家乡的神山说到他乡圣山的情态和动态，从我家乡飞过的小鸟优美的声音和姿势说到他乡鸟兽的声音与动态，生动活泼，无限展开。史诗《格萨尔》以其独特的表现方式，将英雄格

萨尔的形象贯穿整个故事，一首首悲壮的诗歌震撼着人们的心灵，委婉动听，响彻云霄。艺人们以神韵、身体和心灵造就出世界屋脊独有的《格萨尔》文化长廊，激荡着文明的浪潮。多元文化融入史诗《格萨尔》中的乐舞寄托着人们太多的希冀与追求。艺人们努力发挥自身的潜力和丰富的想象力，像一把万能的钥匙，打开了听众心灵之窗。《格萨尔》是各个时代藏族文化的象征，同时也是多元民族文化融合的典范。因此，至今仍然在创新与发展，成为世界上最长的活形态史诗。

不得不使人感叹草原上优秀的创造者——民间艺人，他们将史诗中不断涌现的草原牧人在各个时代的历史缩影和英雄事迹浓缩，以身心的对话，一代又一代创造与讲述着《格萨尔》，用生命的灵动演绎着长篇史诗，以最高的心灵感召，恪守信念，追寻真理，使人们自觉地追求人类社会中的真、善、美。在人类社会生活中，人们对生产的解释是：生产是创造人类生存所必需的物质财富的行为手段。“生产活动”是人们最重要的基本社会活动。为满足自身的需要，可以说生产活动是人类赖以生存、改造自然、创造物质资料 and 发展的基础。生产活动不但能够解决人们的衣、食、住、行等基本需要，同时能够促进人类社会的发展，保证政治、经济、文化活动的正常进行，包括人类在科学、艺术、政治领域中的活动。藏族《格萨尔》口述中的乐舞，其创作基础正是源自于艺人们在社会生活中的感知。艺人们认识到在《格萨尔》的讲述与吟诗过程中，加上优美动听的歌声，通过生动地描述，以吟诗与歌唱结合的方式可以吸引更多的听众。史诗《格萨尔》集艺人的声音，观众的听觉、视觉和动觉于一体，全方位地作用于听众的感官。史诗与艺人的精神世界息息相关，讲述故事的艺人们根据故事情节的不断延伸，说唱的节奏越来越快，使听众随着故事情节或是赞叹，或是流泪，不但促进了听众的身心健康，而且在不知不觉中提高了听众的审美情趣，艺人们以其聪敏的才智与智慧将历史的记忆和对自然质朴情感深深地表达。在人物介绍中用动态和音律呈现、赞美英雄，用优美的声音传颂人物之间的友谊关系和爱情关系。

藏族音乐和舞蹈在巍巍雪域神山中以《格萨尔》独特的史诗“口述”的传承方式，将古老的藏族民间歌曲、动态应用描述于其中。仿佛缓和的微风轻轻吹过，柔和的音符在空



德庆益西降措仁波切

中荡漾。内在的流动、心与心的碰撞，创造出独特与和谐的氛围。艺人们在活形态的史诗《格萨尔》“口述”与演唱中，融合了现代的乐舞思想，在原曲调与动态的基础上，加入了多种元素。很多专业的音乐家和舞蹈编导家也开始加强对《格萨尔》原有的曲调与舞蹈动态加工整理与创造。层出不穷的说唱艺术和舞蹈展示着藏族英雄格萨尔的形象，传颂着格萨尔为民除害、保家卫国的英雄事迹。艺人们通过史诗《格萨尔》的讲述，放射出人类智慧的光芒。

为了深入了解关于《格萨尔》“口述”乐舞课题的研究，笔者慕名专访了青海果洛州门堂寺的德庆益西降措仁波切。伴随着一路的桦林，在阳光的呵护下，穿过高山草原来到美丽如画的果洛，笔者观看了《格萨尔》民间艺人演出。一望无际的蓝天覆盖在鄂陵湖、扎陵湖、年保仙女湖面，清澈无比宛如明镜。老艺人们平静而胸有成竹，年轻的艺人们精神抖擞、笑逐颜开。一时间整个湖畔被高昂的诗歌包围，优美

的旋律促使观众眺望碧蓝湖水的波纹，天边的彩虹在波纹中舞蹈，舒缓的旋律不断在耳边回响，感情洋溢、风格各异的音符冲入脑海。那是一种“流动的诗、运动的画、跳动的旋律”，给予人们美的享受与冲动。仿佛整个躯干在慢慢升起，膀臂迎风舒展伸向蓝天上萦绕的白云，忽而相聚忽而散开，灵动中进入美妙与虚幻的世界，优美的旋律带动着肢体在湖畔的上空飞舞，《史诗》的意蕴在内心中不断流动，仿佛感受到一种心灵的净化……

门堂寺德庆益西降措仁波切是一个非常热情而开明的人，他身兼多职——四川五明学院副院长，卓格寺时轮学院院长，门堂寺学院院长等。他告诉我们，门堂寺佛学院有100多名贫困学生和在地震中失去双亲的孤儿，学生的所有费用包括吃住全部由仁波切一人出资承担。他对学生的要求除了每天必修课以外还有汉语和英文课程。当笔者见到他时，他正在一字一句地学习汉语言文字。笔者问他：“您藏文知识渊博，为什么还要学习汉语？”他说：“作为一名中华人民共和国的宗教人士，首先要热爱自己的国家。当今人们安居乐业，生活幸福，维护我们的国家繁荣昌盛，56个民族包括藏传佛教的僧人们都有责任，这样才能国富民强，我学习汉语是为了更好地与国人交流，同时也是为了更好地掌握国家的政策，普度众生平安、幸福。”仁波切肩负重建寺院、佛学院等重任。目前他办了几所佛学院，要求弟子们不但要学好藏文，还要学好汉文和英文。在采访与聊天中，笔者渐渐对德庆益西降措仁波切产生了一种敬畏之情，他的理念清晰，是一个爱国、爱教的优秀宗教人士。德庆益西降措仁波切是藏传佛教中宁玛派的人士。他告诉笔者，宁玛派是藏传佛教中最早形成的宗派，宁玛派最大特点是能够吸收各派思想并发展，具有一定的创造性。佛法分为小乘、大乘、密乘三乘，各宗派对印度佛教思想学说多方选择，融合并重构。宁玛派将人心和佛性统一，认为人心原本状态可达到佛的境界。藏传佛教史上对心性论有不同的理解和说法。仁波切说：“‘心’是纯正、原始、先验的道德主体，一个人内心善良、纯正才能至善至美。音乐舞蹈和史诗都是能够净化人的心灵的，我希望你通过研究《格萨尔》将藏族人们那种心灵深处的美德传播于世人。”在聊天中得知他的家族中就有好几位《格萨尔》说唱艺人。