

# 神奇的阿里文化

杨年华 编著

4

中国西藏阿里纪行



---

青海人民出版社

---

96  
K2B1.4  
12  
Z

# 神奇的阿里文化

——中国西藏阿里记行

འུད་མཚར་གྱི་མངའ་རིས་རིག་གནས།

—— 阿里的神奇文化记行

杨年华著

དབྱང་ཉན་ལུས་བཟམས།



C

233265



《神奇的阿里文化》编委会

编委主任：达娃次仁

编委副主任：赤来塔尔青 柴胜虎

编委（排名不分先后）

达娃次仁 赤来塔尔青 柴胜虎

杨年华 魏 宏 雷永仁

《 ཐུག་མཆེད་ ལྷི་ཙོང་འཕེན་མིག་གནས་ 》

ལྷི་ཙོང་གྲུབ་པའི་རྣམ་མཁན་།

གཙོ་འགན་ཚམ་སྐྱེག་པ། ཟླ་པ་ཚེ་རིང་།

གཙོ་འགན་ཚམ་སྐྱེག་གཞན་པ། འཕྲིན་ལས་མཁར་ཕྱིན། ལཱའེ་

ཕྱིན་རྒྱུ།

ཚམ་སྐྱེག་པ། ( མིང་གི་སྐྱེག་རྣམས་ལ་ཇ་གཞུག་ཟེད། )

ཟླ་པ་ཚེ་རིང་། འཕྲིན་ལས་མཁར་ཕྱིན། ལཱའེ་ཕྱིན་རྒྱུ། དབྱེད་

ཉན་གྱི་ལེ་རྣམ་། ལི་ལྷུ་ཡུང་རིན།

## 序

中共西藏阿里地委书记 达娃次仁

阿里是我国面积最大的行政专区，高高地矗立在西藏西部，由喜马拉雅山、冈底斯山、喀喇昆仑山、昆仑山托起的阿里成为“世界屋脊”的屋脊，号称世界第三极（生存条件仅次于南极、北极）。这里有神山（岗仁布钦）、圣湖（玛旁雍错）、班公湖、狮泉河、象泉河、马泉河、孔雀河等壮丽的山河，也有雪豹、黑颈鹤、羚羊、金牦牛、地热等奇瑰的风物。人类学家、民族学家、考古学家以及记者、画家、摄影师等各行各业的学者、专家都在各自的领域中神往这“千山之巅、万水之源”的阿里高原，但“生命禁区”吓住了大多数人。

阿里，藏民族历史的先河，象雄文化的发祥地，有着悠久的远古文明，灿烂的民族文化。探索者们已在这个古老的土地上发现了三趾马、热带彼型化石；普兰县发现的巨树化石；在日土县夏达错东北岸发现的旧石器；在日土县、改则县、革吉县发现的大量岩画，等等。阿里的早期文化比第一个藏王早三百年左右。还有札达县的古格王朝遗址、多香遗址、香九遗址、达巴遗址和普兰的“三塔”、穹窿银城堡、猛虎城堡、门香老鼠城堡、麻邦波磨城堡以及普兰古商道、贡不日寺（故宫）、卡尔普遗址、玛那寺、玛

那遗址,这些遗址向人们诉说着阿里辉煌的历史,再加上“三套三围三环”、海上丝绸之路、南丝绸之路、北丝绸之路、东西交通——“麝香之路”、神山的佛祖、圣湖的神仙等美丽的传说,给阿里披上神秘的彩装,阿里的民俗与灿烂文化和丰富的资源一样引人入胜。阿里还有许多、许多更悠久、更美丽、更壮观的东西。

阿里是文化的宝藏,阿里是资源的宝库。

阿里需要发现,阿里更需要发现者。

《神奇的阿里文化》是一本发现阿里、研究阿里、展示阿里的力作。

作者杨年华同志是一位年轻的画家、书法家。作品多次在省级、国家级画展中获奖,作品先后收入《一九九三年中国画大展》、《中国现代艺术家作品润格》、《中国现代艺术名家精品润格》等书。出于对艺术的热爱,出于对藏文化的迷恋,他不远万里从云南省大理州来到了阿里,担任阿里地区群艺馆馆长,他以画家敏锐的眼光和对阿里的热情,走访了阿里七县的山山水水和文物古迹。

从1992年起,杨年华同志不畏艰险,长途跋涉,克服了重重困难,持之以恒地收集、研究阿里的历史、宗教、艺术、风物等方面的第一手材料。在下乡途中,屡处险境,屡遇险情,令读者提心吊胆,但他却全然不顾,一如既往地深入发现和考察中。1994年8月份他写出了第一篇论文,在“西南五省区民间文学研讨会”上,他代表西藏学术界宣读了论文,一时好评如潮。杨年华同志从中得到鼓舞,九月回到阿里后,萌发了创作本书的念头,然后

---

• 原名《中国西藏西部》,后经专家提议改名为《神奇的阿里文化》



就伏下身来，在繁忙的行政工作中，利用夜晚的时间写出了《神奇的阿里文化》。

《神奇的阿里文化》突出了知识性、趣味性、历史性，融学术性、可读性于一体。作者全面地展示了深入调查、深刻考证之所得，大胆亮出自己的设想、推论，为我们剖析了阿里的古往今来，有很高的学术价值和研究价值。

《神奇的阿里文化》以游记形式展示了阿里的历史，也引发对阿里的开发价值，愿学者、专家倾心于这片古老的圣地，探究这片曾经是汪洋大海、原始森林、人口百万之众的圣地；利用这个资源丰富、前景广阔的宝地。

杨年华同志是第一位全面考察阿里的艺术家，他为我们提供了一部了解阿里的历史与文化、山川与资源、风俗与人情的佳作。为此，我向读者推荐此书。

一九九五年二月二十日



ཇམ་དུང་ཞིབ་བཅའ་ཀྱི་རིག་པ་ལྷན་མཁན་དང་། དེ་མིན་གསར་  
འགྲོད་ལ། རི་མོ་བ། པར་ལེན་མཁན་སོགས་ལས་རིགས་མོ་མོའི་ཤེས་  
ལྡན་དམ་པ་དང་ཆེད་མཁས་པ་དག་གིས་“ རི་བརྒྱའི་དུལ་ཚེ་དང་རྒྱ་  
བརྒྱའི་འཁོ་ཁྱད་མ ” ལུ་ལྷུར་བའི་མངའ་རིས་ལ་ཡིད་དབང་འཛོག་.....  
མེད་ཏུ་འཚོར་བར་བྱེད། འོན་ཏེ་ “ ཚོ་སྤོག་གི་རྒྱ་བ་འགག་པའི་ས་  
ཆ ” འདིས་མི་ལས་མོ་ཆེ་འཇིགས་ཏུང་གི་ལོ་ཤུགས་ཀྱིས་རྒྱན་པར་.....  
བྱེད།

མངའ་རིས་ནི་ཁ་བ་རི་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགྲོ་ཁྱད་མ་དང་ཞབ་.....  
ལྷུང་རིག་གནས་ཀྱི་འཕྲུང་གནས་ཡིན་གཤིས། གནའ་བསྐལ་བའི་ལྷ་  
མོའི་ཤེས་རིག་དང་འོད་རློང་འབར་བའི་མི་རིགས་རིག་གནས་མཆིས།  
འཚོལ་ཞིབ་པ་དག་གིས་གནའ་པོའི་རྣོན་འཛིན་མ་འདིའི་མང་བར་.....  
མིག་གསལ་ཉ་དང་ཚ་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་འཕྲུར་རྒྱ་ལྡན་ལ། ལྷ་ཕྱིར་རྒྱུ་དུ་  
རྒྱུ་ཆེན་འཕྲུར་རྒྱུ་དུ་སོག་རྒྱུ་གི་གར་གཏད་མཆོའི་བྱང་གར་.....  
འགྲམ་དུ་རྒྱ་ཆལ་རྒྱུ་དུ་ཅུ་སོག་རྒྱུ་དང་ཕྱེར་ཚེ་རྒྱུ་དུ་དགོ་རྒྱུ་  
རྒྱུ་དུ་ལྷ་རལ་འཕོར་ཆེན་རྒྱུ་དུ་ མངའ་རིས་ཀྱི་ལྷ་མོའི་རིག་གནས་  
ནི་པོད་རྒྱུ་ལོ་སོག་མ་ལས་བགང་བྱ་ལུ་ལྷུ་ལྷུ་ལས་མས་ཀྱིས་སྤྲོ་ གཞན་  
ཡང་ཆ་མདའ་རྒྱུ་གི་ལྷ་གི་རྒྱུ་ལོའི་མཁར་ལུ་དང་རྒྱ་གཤང་། གང་  
བྲག་མདའ་བ་སོགས་གནའ་ལུ་ ལྷ་ཕྱིར་རྒྱུ་གི་ “ མཚོད་རྒྱུ་

གསུམ ” དང་གདུགས་ཚོན་དངུལ་མཁམར། ལྷག་མཁམར། ཚིག་མཁམར་  
སོགས་མཁམར་རྒྱུད། ལྷ་མེད་གི་གནའ་པོའི་ཚོང་ལམ། མ་ནམ་དགོན་  
པ་སོགས་ཀྱིས་མི་རྒྱུས་ལ་མངའ་འཇུག་འོད་སྣོད་འབར་བའི་ལོ་.....  
རྒྱལ་འཆད་པར་བྱེད། ལྷག་པར་དུ་མཚོ་ཚོག་དར་གོས་འགྲུལ་ལམ་  
དང་སྣོད་དང་བྱང་གི་དར་གོས་འགྲུལ་ལམ། ཤར་རྒྱལ་གྱི་འགྲུལ་ལམ་མ་  
ལག་ལྷན་ཚུལ་འགྲུལ་ལམ། གནས་འདི་ཡལ་ལྷ་གཞི་བདག་དང་ལྷ་  
མཚོའི་གཉན་པོ་སྲུ་རིགས་སོགས་ཀྱི་རོ་མཚར་མད་བྱུང་གི་དག་རྒྱན་.....  
རྣམ་པར་བྱས་སྒྲིག་བྱུར་གྱི་མངའ་འཇུག་ལ་མཚོས་པའི་འཇུར་གོས་ཡོངས་ལྷ་  
བསྐྱབས་འདུག

མངའ་འཇུག་ལ་ལྷ་རིག་གནས་ཀྱི་བང་མཚོད་དང་ཚོན་ཁྲུངས་ཀྱི་.....  
གཉེར་མཚོད་རེད།

མངའ་འཇུག་གསར་གཏོད་བྱེད་དུ་གོས་ཤིང་མངའ་འཇུག་ལ་.....

གསར་གཏོད་མཁམར་རྒྱལ་དུ་མཁམར།

《 ལྷ་མཚོར་གྱི་མངའ་འཇུག་རིག་གནས་ 》 གི་མངའ་འཇུག་.....

གསར་གཏོད་དང་མངའ་འཇུག་ལ་ཞིབ་འཇུག་ མངའ་འཇུག་མངོན་པར་  
མཚོན་པའི་མཚོག་བྱུར་བརྒྱུ་ཚོས་ཤིག་རེད།

ཚོས་པ་སོ་སོ་མཚུན་དུ་བྱང་གཉན་ལྷ་ལྷ་སྲུ་གསལ་ཆེ་བའི་ན་.....

གཞོན་མཚོས་རིས་ལྷག་ལས་གནང་མཁམར་ཞིག་ཡིན། ཁོང་གི་བརྒྱུ་

བྱར་ཞིང་ཚེན་རིམ་པ་དང་རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པ་འི་བྱ་དགའ་ཚོལ་རྒྱུང་བ་...  
 མ་ཟད། སྡེ་གཞུག་ཏུ་《1993 ལོའི་གྲང་གོའི་མཛོམ་རིམ་འགྲེམ་  
 རྒྱུང་ཚེན་མོ་》དང་《གྲང་གོའི་དེང་རབས་རྒྱལ་ཁབ་མཁན་པོའི་...  
 བཅམ་ཚོལ་ཚད་གཞི་》《གྲང་གོའི་དེང་རབས་གྲགས་ཅན་རྒྱ་ཆལ་...  
 མཁན་པོའི་ཉིང་དྲིལ་བཅམ་ཚོལ་ཚད་གཞི་》སྟགས་དཔེ་ཚར་དྲངས་  
 ཡོད། རྒྱ་ཆལ་གྱི་དད་ལྡན་པ་ཁོང་ཁབ་རི་བའི་རིག་གནས་ལ་ཞེན་  
 ཚགས་ནས། ལེ་དབར་གྱི་རྩོད་གིས་ཚོད་པའི་ཕྱན་ནན་ཏུ་ལཱི་ཁྲུལ་  
 ནས་མངའ་རིས་ས་གནས་ལ་མང་ཚོགས་རྒྱ་ཆལ་ཁང་གི་དབུ་མཛེད་...  
 བའི་འགན་འཁུར་བར་བྱོན། ཁོང་གིས་རིམ་བའི་མིག་འོད་རྣམ་པོ་  
 དང་མངའ་རིས་ལ་བཅངས་བའི་དྲང་ཞེན་ཟབ་མོར་བརྟེན་ནས་...  
 མངའ་རིས་གྱི་རྩོད་ཁག་དྲུག་གི་རི་རྩེ་དང་རིག་དངོས་གནས་ལྟལ་...  
 དག་ལ་ཞབས་གྱི་སོར་མོ་བཀོད།

1992 ལོ་ནས་བཟུང་། རྩོ་མཚན་དབྱང་ཉན་ཏུ་ཡིས་དཀའ་  
 ལྷག་ལ་མ་འཛེམ་པར་ས་ཐག་རིང་པོ་ཐད་གྱིས་བཅད་དེ། མངའ་རིས་  
 གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་ཚོས་ལྷགས། རྒྱར་ཆལ། ཕྱལ་རྒྱུངས་སྟགས་བྱོགས་གྱི་  
 མཛོང་ཚོས་རྒྱུང་གྲུབ་གྱི་དབྱང་ཡིག་འཛོལ་ལྷུང་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱས།  
 གཞི་རིམ་ལ་རྒྱུད་པའི་ལམ་བར་ཏུ། ཁོ་རང་ཉེན་ཁར་ཐེངས་མང་  
 འབྲད་ནའང་ལྷང་མེད་ཏུ་བཞག་ནས་སྡེ་ལྷན་བཞེན་འཛོལ་སྟེག་དང་

ཞིབ་འཇུག་ལ་བྲེལ། 1994 ལོའི་ཟླ་8 པར་ཁོས་དབྱུང་ཚོམ་ཚོགས་  
 རིས་ཤིང་། “ ལྷ་རྒྱལ་ཞིང་ཆེན་དང་རྫོང་མ་ལཱི་དམངས་ཁྲོད་ཚོམ་……  
 རིག་ཞིབ་རྣམས་ཚོགས་འདུའི་ ” ལྷེད་རྒྱ་ཡོད་རྫོང་མ་རིག་གཞུང་ལས་……  
 རིགས་ཀྱི་ཚབ་བྱ་རྒྱུ་འདོན་མཛད་པར་དེ་ཞིག་བཟགས་བརྗོད་ཀྱི་མེ་  
 རྟོག་དྲག་ཚར་བཞིན་བབས། དེ་ལས་སློམ་ཞུན་དབྱང་ཉན་ལྷ་ལ་སྐལ་  
 ལུག་ཐེབས་ལ། ཟླ་9 པར་མངའ་རིས་སྤྱེད་མ་ཐག་དཔེ་ཆ་འདི་  
 ཚོམ་རྒྱུ་ཚོགས་མའི་ལུགས་འདུན་སྐྱེས། དེ་རྗེས་བྲེལ་ཆ་ཆེ་བའི་རྒྱུད་  
 འཛིན་བྱ་བའི་ཁྲོད་ནས་དགའ་མོའི་རུས་ཚོད་ལོད་རྒྱུད་གང་ལེགས་……  
 བརྒྱུས་ནས་《 ལྷེད་མཚར་གྱི་མངའ་རིས་རིག་གནས་ 》 བཙམས་ལྷུབ་  
 མཛད།

《 ལྷེད་མཚར་གྱི་མངའ་རིས་རིག་གནས་ 》 ལྷ་ཤེས་བྱ་དང་……  
 རྟོག་ཚོས་པ། སོ་རྒྱལ། རིག་གཞུང་། རྟོག་རིན་ཡོད་པ་ཚོགས་རྒྱགས་  
 མར་སྐལ་ཡོད་ཅིང་། ཚོམ་པ་ལོས་བཅུད་ཞིབ་ཟབ་ལུགས་དང་ལྷུང་ས་  
 འཚོལ་ར་རྫོད་བྱས་པར་གཞི་བཙལ་ནས། སྐབས་པ་ཆེན་ལོས་རང་  
 ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚོད་དང་རིགས་པས་དཔག་བ་གཞེངས་སྤྱ་བརྟོན་ནས།  
 ང་ཚོར་མངའ་རིས་ཀྱི་འདུས་མ་ལོངས་ད་ལྷ་གསུམ་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་……  
 ཡོད་པས། རིག་གཞུང་རིན་ཐང་དང་ཞིབ་འཇུག་རིན་ཐང་གྲན་མེད་  
 པ་གང་ལ།

《 ལྲང་མཚན་གྱི་མངའ་འོས་རིག་གནས་ 》 ལྷོ་མ་རྒྱལ་ཁམས་

རིགས་པས་སྐོར་བའི་ནམ་པས་མངའ་འོས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་མཚན་པར་བྱས་  
ཤིང་། མངའ་འོས་གསར་གཏོད་ལྗེད་པའི་རིན་ཐང་ཡང་དྲངས་ཡོད་  
པས། ཤེས་ལྡན་དམ་པ་དང་ཚེད་མཁས་པ་ལྡན་རྒྱལ་གྱིས་ཐུགས་  
དགོངས་གནང་བའི་གནས་མཚོག་འདིར་སྤྲུགས་ནས། དེ་ལྟ་མཐའ་  
ཡས་ཚུ་གཉེར་དང་གཏོད་མའི་ནགས་ཚལ་ཡིན་ལ་མི་འཕོར་བགྲང་……  
གིས་མི་མངས་པའི་གནས་མཚོག་འདིར་ཅད་གཅོད་ཞིབ་དབྱེད་བྱེད་……  
རྒྱ་དང་། ཐོན་ལྷངས་ལུན་ལུམ་ཚོགས་ལ་མདུན་སྡེད་པར་ཤིན་ཏུ་ཡངས་  
བའི་ནོར་བུའི་བང་མཚན་འདི་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པར་སྐོན་འདུན་ནམ་……  
དག་ལྷ་ལྷ།

སྐོ་མཐུན་དབྱང་ཉན་ཏུ་ནི་སྤྲུགས་ཡོངས་ནས་མངའ་འོས་ལ་……  
རྟོག་ཞིབ་བྱས་པའི་རྒྱ་རྒྱལ་པ་དང་པོ་ཡིན་ལ། ཁོང་གིས་ད་ཚེར་མངའ་  
འོས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་རིག་གནས། རི་ཁྱུང་དང་ཐོན་ལྷངས། ལྷལ་སྐོལ་  
དང་མི་གཤིས་བཅས་རྒྱ་སྐོ་ཡོད་པའི་སྲོད་བྱུང་བཅུ་ཚོས་ཤིག་འདོན་……  
སྲོད་མཚན་པ་དག་ལེགས་ལུ་འཕྱུར་ཅིག

1995 ལོའི་ཟླ་ 2 པའི་ཚེས་ 20 ཉིན།

# 目 录

序.....	达娃次仁(1)
第一章 神秘的阿里民俗文化.....	(1)
第二章 桑桑、措勤、改则和革吉.....	(14)
第三章 神山、圣湖和三塔 .....	(24)
第四章 托林寺和古格遗址.....	(37)
第五章 阿里岩画.....	(55)
第六章 富饶的阿里自然资源.....	(91)
后 记 .....	(107)



# 第一章 神秘的阿里民俗文化

藏史载：象雄分为上、中、下三区，上区以琼垄为中心，中区以啊达部为中心，下区为苏毗（即松巴）静雪之区。汉史载：象雄有大小“羊同”之称（后更名为阿里，指疆域或臣民，本意为赞普嫡系后裔之疆域或臣民），“堆阿里”之说（堆即上部、顶部之意），还有当时战败的拉达克<sup>①</sup>给拉萨藏政府送杏干，拉萨人以为阿里产杏干而被称为“甜山”之说等等，阿里一词就这样延用至今。

阿里素有“世界屋脊”的屋脊之称，位于西藏自治区西部，北连新疆，东接西藏那曲、日喀则地区，南与尼泊尔、印度接壤，西濒克什米尔地区。平均海拔高度4400米，面积30.5万平方公里。由于喜马拉雅山、昆仑山、冈底斯山、喀喇昆仑山托起的世界第三极，使阿里形成独特的地貌，山高地阔，雄伟壮观，千姿百态，奥秘无穷，吸引着许多登山爱好者与探险家，同时也是历史学家、科学家和艺术家的向往之地。在这里生活的人们，是那樣的亲近自然，与自然融为一体，创造着无数优美动听的民间故事，形成一种奇特的民俗文化。

## 一、阿里人类的发展过程就已在创造着民俗文化

据记载：阿里多香<sup>②</sup>一地仅有14户人家，但守着的却是