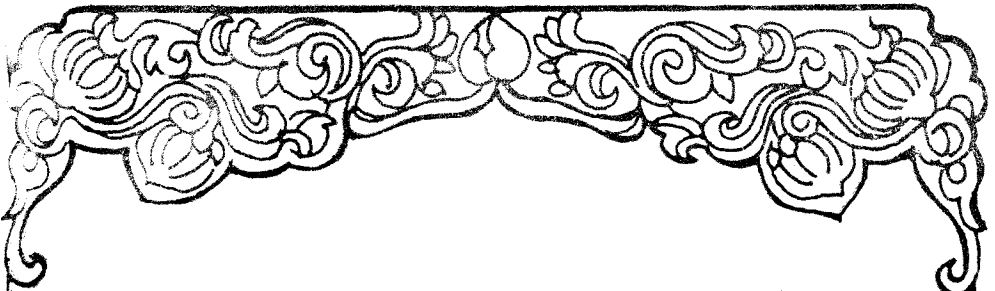


穆赤·云登嘉措 主编

青海少数民族





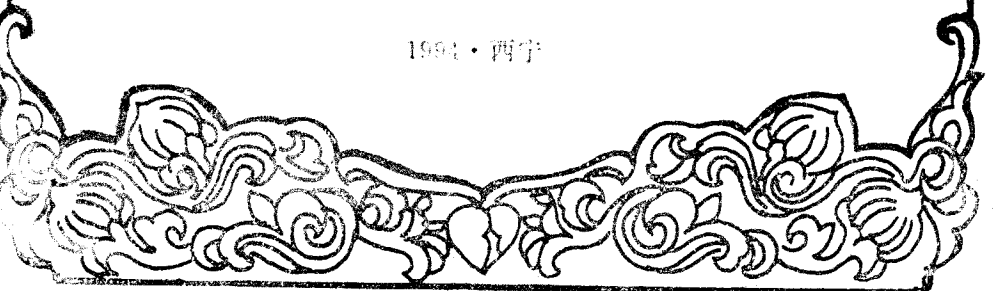
中国青年社会科学研究基金会资助项目

青海少数民族

穆赤·云登嘉措 主编

青海人民出版社

1994·西宁



舞台，不仅使青海各民族与兄弟民族之间存在着千丝万缕的联系，而且也使青海有些民族与其母体相比较而呈现出一些特点，对这些特点的总结，不仅有助于整体民族的研究，还可勾勒出历史上各民族相互学习交流的方方面面，为其他学科和其他地区的民族研究，提供一些研究资料。因此，从青海省改革开放的实际出发，从研究整个中华民族（特别是那些与青海各少数民族有千丝万缕联系的兄弟民族）的需要着眼，我们选择了这一研究课题。

在研究撰写过程中，我们得到多方面的支持和帮助。民族学界老前辈林耀华先生以及胡启望先生，给予本课题以高度评价，并大力举荐，使我们获得了中国青年社会科学研究基金会的资助，解决了研究经费缺乏的燃眉之急；青海省社会科学院领导以及科研处、民族宗教研究所的领导，对本课题大力支持，使我们有充足的时间和较优越的科研环境，无后顾之忧地从事研究工作；感谢青海人民出版社的孟维先生，在他的支持帮助下，这本书才得以付印并呈现在读者面前。

我们还年轻，在科学研究的道路上只迈开了第一步，凭着初生牛犊不怕虎的莽劲，闯入了社会科学神圣的殿堂，希望更多的学术界前辈和同仁给予关照指导。也正因为水平有限，在本书中不免有乖戾舛误之处，敬请读者批评指正。

穆赤·云登嘉措

1991年11月于西宁

具体分工：

顾 问 刘醒华

藏 族 篇 穆赤·云登嘉措（藏族）

回 族 篇 马学贤（回族）

土 族 篇 李存福（土族）

蒙古族篇 纳·才仁巴力（蒙古族）

撒拉族篇 吴承义（汉族）

全书由穆赤·云登嘉措修改、统稿。

前 言

青海自古以来就是一个多民族繁衍生息的地区，许多历史文献记载和考古发现都表明，这块广袤神奇的土地在很早以前就曾是羌、鲜卑、氐、党项等古老民族的活动区域。历史的发展、各民族间的相互学习、交流，使有的民族分化，成为我国许多民族的共同祖先；有些民族异源合流，成为新的人们共同体；有些民族迁徙他方，又有一些民族从他方迁徙而来，从而使青海成为各民族冲突、交融的历史大舞台和各民族文化形成发展的渊藪。

今天的青海仍然是一个多民族杂居的地区，境内居住着20多个民族，其中建立自治地方的少数民族就有藏、回、土、蒙古、撒拉等五个民族。在漫长的历史发展过程中，各民族辛勤耕耘，不断进取，创造了丰富多彩的物质文明和精神文明，给后代留下了丰富的遗产和不尽的启示。面对改革开放的新时期，青海要发展繁荣，挺进世界大市场搏击风浪，那么了解本省各民族的历史与现状，向世界宣传青海各民族的人文历史，就显得十分重要。

就整体而言，青海少数民族是整个中华民族的一部分，同时也是整个藏族、回族、蒙古族等不可分割的一部分。我们着眼于身边，就青海主要的五个少数民族的历史演变、政治、经济、文化诸方面进行分析研究，旨在由近及远、由点到面，更好地从整体上把握和认识这些民族的历史脉络和现代风貌。同时，由于青海所处的特殊地理位置，使之成为各民族冲突、交流和发展的大

目 录

前言.....	(1)
---------	-------

藏 族 篇

第一章 概论.....	(3)
第一节 藏民族的生存环境.....	(3)
第二节 藏民族过程.....	(6)
第三节 青海藏族文化的特点.....	(19)
第二章 政治制度、法律规范及其思想.....	(25)
第一节 吐蕃王朝时期的政治制度.....	(25)
第二节 政教合一制度.....	(30)
第三节 藏族成文法.....	(35)
第四节 藏族社会的习惯法.....	(40)
第五节 藏族的政治法律思想.....	(42)
第三章 藏民族的经济生活.....	(47)
第一节 经济制度.....	(47)
第二节 经济结构.....	(53)
第三节 经济思想和观念.....	(57)
第四章 哲学.....	(62)
第一节 哲学思想.....	(62)
第二节 道德伦理.....	(66)

第三节 宗教信仰.....	(71)
第五章 语言、文学和艺术.....	(77)
第一节 语言文字.....	(77)
第二节 音乐、舞蹈、戏剧.....	(80)
第三节 建筑、绘画和雕塑.....	(91)
第四节 民族文学.....	(94)
第六章 教育.....	(101)
第一节 家庭教育.....	(101)
第二节 寺院教育.....	(105)
第三节 学校教育.....	(112)
第七章 藏民族的风俗习惯.....	(117)
第一节 生活习俗.....	(117)
第二节 礼仪习俗.....	(124)
第三节 岁时习俗.....	(138)
第四节 社会习俗.....	(141)
参考论著.....	(146)

回 族 篇

第一章 概述.....	(151)
第一节 民族概况.....	(151)
第二节 民族生存环境概况.....	(152)
第三节 青海回族的来源.....	(154)
第四节 民族文化概况.....	(157)
第二章 政治、法律制度及思想.....	(160)
第一节 社会政治.....	(160)
第二节 法律制度.....	(171)

第三章 社会经济生活·····	(178)
第一节 经济制度·····	(178)
第二节 经济结构·····	(180)
第四章 哲学·····	(190)
第一节 哲学思想·····	(190)
第二节 宗教信仰·····	(198)
第五章 语言、文学、艺术·····	(211)
第六章 教育·····	(220)
第一节 经堂教育·····	(220)
第二节 学校教育·····	(222)
第七章 风俗习惯·····	(228)
第一节 礼仪习俗·····	(228)
第二节 婚姻习俗·····	(231)
第三节 丧葬习俗·····	(236)
第四节 居住与服饰习俗·····	(237)
第五节 饮食与卫生习俗·····	(240)
第六节 节日习俗·····	(241)
参考论著·····	(242)

土 族 篇

第一章 概述·····	(247)
第一节 人口和地理·····	(247)
第二节 土族历史的发展演变·····	(250)
第三节 土族文化特点·····	(256)
第二章 政治制度与法律规范·····	(259)
第一节 政治制度的演变·····	(259)

第二节 昂锁土官制度及寺院组织形式·····	(263)
第三节 法律规范·····	(265)
第三章 经济生活·····	(269)
第一节 经济制度史简述·····	(269)
第二节 畜牧业·····	(271)
第三节 农业·····	(274)
第四节 手工业·····	(277)
第五节 商业·····	(280)
第四章 哲学·····	(284)
第一节 世界观·····	(284)
第二节 伦理道德·····	(287)
第三节 宗教信仰·····	(289)
第五章 语言文字和民间文学艺术·····	(297)
第一节 语言文字·····	(297)
第二节 民间文学·····	(301)
第三节 民间艺术·····	(305)
第四节 音乐舞蹈·····	(308)
第六章 教育与文体活动·····	(312)
第一节 家庭和社会教育·····	(312)
第二节 寺院教育·····	(314)
第三节 学校教育·····	(315)
第四节 民间文娱和体育活动·····	(318)
第七章 风俗习惯·····	(322)
第一节 生活习俗·····	(322)
第二节 礼仪习俗·····	(327)
第三节 岁时习俗·····	(331)

第四节 社会习俗.....	(333)
附记.....	(336)

蒙 古 族 篇

第一章 概述.....	(341)
第一节 民族生存环境概况.....	(341)
第二节 蒙古民族过程.....	(342)
第三节 青海蒙古族文化特点.....	(348)
第二章 政治制度、法律规范及其思想.....	(352)
第一节 政治制度及演变.....	(352)
第二节 法律规范及演变.....	(358)
第三节 政治法律思想.....	(366)
第三章 经济生活.....	(370)
第一节 经济制度及演变.....	(370)
第二节 经济结构.....	(377)
第三节 经济思想和观念.....	(380)
第四章 哲学.....	(383)
第一节 哲学思想.....	(383)
第二节 宗教信仰.....	(385)
第三节 原始宗教及其遗迹.....	(387)
第五章 语言文学.....	(390)
第一节 蒙古语.....	(390)
第二节 文学遗产.....	(393)
第六章 教育与科技.....	(402)
第一节 教育.....	(402)
第二节 科学技术.....	(405)

第三节 文娱体育.....	(411)
第七章 风俗习惯.....	(414)
第一节 生活习俗.....	(414)
第二节 礼仪习俗.....	(421)
第三节 岁时习俗.....	(427)
第四节 社会习俗.....	(429)
参考书目.....	(433)

撒 拉 族 篇

第一章 概述.....	(437)
第一节 民族生存环境概况.....	(437)
第二节 民族来源与发展.....	(441)
第三节 民族文化概况.....	(446)
第二章 政治、法律及其思想.....	(450)
第一节 历史上的地方政权建设.....	(450)
第二节 政治制度的演变发展.....	(454)
第三节 法律的制定及演变.....	(459)
第三章 经济生活.....	(468)
第一节 历代生产关系.....	(468)
第二节 经济结构.....	(471)
第三节 经济思想.....	(476)
第四章 哲学.....	(479)
第一节 哲学思想.....	(479)
第二节 伦理道德.....	(484)
第三节 宗教信仰.....	(489)
第五章 语言文学艺术.....	(494)

第一节	民族语言	(494)
第二节	民间文学	(495)
第三节	诗文小说	(501)
第四节	民族艺术	(503)
第六章	文卫科技体育	(511)
第一节	教育、卫生	(511)
第二节	医疗科技	(517)
第三节	文娛体育	(519)
第七章	风俗习惯	(522)
第一节	生活习俗	(522)
第二节	礼仪习俗	(525)
第三节	社会习俗	(529)
第四节	风俗习惯对本民族发展繁荣的影响	(533)

藏族篇

第一章 概 论

青藏高原，这块被世人与南极北极并列，称为“地球第三极”、“生命禁区”的地方，坚毅的藏民族繁衍生息了5 000年。漫漫5 000年，藏民族以自己勤劳的双手和含辛茹苦的精神，不仅锻铸了坚强不屈的民族脊梁，而且创造出了灿烂辉煌的民族文化。然而，由于特殊的地理环境，藏民族文化如同璞中美玉，一直不能为世人完全了解，于是神秘的藏地愈加神秘。作为藏民族的子孙，笔者希望更多的人能够了解本民族的文化，更希望本民族的文化因此而走向世界舞台，与世界各民族交流沟通取长补短。因此，本篇的目的就在于揭开笼罩本民族太久太久的神秘面纱，让世人一睹其国色天香的真面目。

第一节 藏民族的生存环境

相传在很久很久以前，青藏高原曾是一片无边无际的汪洋大海，波浪滔天气象万千。岸边的森林中长满了奇花异草，猴子攀枝嬉闹，斑鹿和羚羊欢快地奔跑，犀牛悠闲地饮水，狮吼虎啸、龙行象驰，一幅和平安定的亚热带丛林图景。

可是有一天，海里来了一头巨大的五头毒龙，掀起万丈海浪涌向岸边，摧毁了花草树木和生活在这里的飞禽走兽的家园，禽兽们东躲西藏四处逃命，但到处都是狂涛恶浪，打得它们喘不过

气来。正当它们走投无路坐以待毙的时候，大海的上空飘来了五朵彩云，变成五部慧空行母。她们来到海边，施展无边的法力，降服了五头毒龙。

妖魔被征服了，海面又是一片风平浪静，劫后余生的鹿、羚、猴、虎、狮等众生，对慧空行母顶礼膜拜，感谢她们的救命之恩。众慧空行母想辞归天庭，怎奈众生苦苦哀求挽留，众慧空行母便大发慈悲之心，喝令大海退去，于是东边变成茂密的森林，西边变成万顷良田，南边变成花草茂盛的花园，北边变成无边无际的牧场。众慧空行母因延误了归天的期限，也永远地留了下来，变成了喜马拉雅山脉的五座高峰：翠颜仙女峰、祥寿仙女峰、贞慧仙女峰、冠咏仙女峰、施仁仙女峰，其中的翠颜仙女峰就是当今世界最高峰的珠穆朗玛峰，藏族人民亲切地称之为“神女峰”。①

貌似荒诞离奇的神话传说，往往包含着真实的内核。有谁相信世界屋脊曾为沧海？然而现代科学证明，我们脚下这块土地过去确实是一片汪洋大海，只是后来因为发生地壳运动，东西南北的地壳挤压，使海底高高隆起，海水退去，留下无数沟壑深渊和高山峻岭，汪洋大海终于变成了绿洲、高原。今天，只要您有兴趣到青藏高原的山岭中走走，还能捡到只有大海中才能有的贝壳之类的海洋生物化石。60年代和70年代，科学家们在西藏和青海分别发现栖息海底以捕食软体生物为生的鱼龙化石和生活在热带亚热带丛林中的大象的化石，更科学地证明了这一点。

青海位于青藏高原东端，北靠新疆，东接甘肃、四川，南连西藏。受喜马拉雅造山运动的牵动，紧连西藏的西南地区地势高

①索烈曲扎《西藏风土志》，西藏人民出版社1983年版。

峻，东部渐为低缓。藏族大部分聚居于西南部地区，这里平均海拔4 000米左右，空气稀薄，含氧量仅为正常含量的50%左右。气候恶劣，很多地区无霜期很短或没有无霜期，年温差小而日温差大，日照时间长（如青南地区年日照时间平均为2 100—2 800小时），紫外线强烈，年总辐射量550—700千焦/厘米²，因此很多地区无法从事农业生产，而只能经营畜牧业。东部农业区虽有藏族分布，但比例不大。据1990年第四次人口普查资料的统计，青海藏族的具体分布情况如下表：

地 区	总 人 口	藏族人口	藏族占各地区 人口的比例	占藏族人口的 比 例
西 宁	1 087 155	29 791	2.74%	3.27%
海 东	1 908 381	163 681	8.58%	17.95%
海 北	258 462	52 337	20.24%	5.74%
黄 南	181 995	115 786	63.62%	12.70%
海 南	361 355	194 261	53.76%	21.30%
果 洛	119 973	105 654	88.06%	11.59%
玉 树	227 298	219 353	96.51%	24.06%
海 西	312 327	30 997	9.93%	3.40%

按：此表据《青海省第四次人口普查手工汇总资料》所制。

青海藏族地区虽然环境恶劣，但严酷的大自然也给予藏族许多的恩赐。她不仅造就了藏族吃苦耐劳的求生本领、坚韧不拔的超人意志，同时也给藏族赐予经她严格选择的资源精品：广袤无垠的草原，取之不尽用之不竭的太阳能、水能、风能，珍稀名贵的野生动植物，丰富的地下矿产资源和地上物产资源等，这些为