

གཅན་ཚི་མདོན་མིན་ཤུལ་བཞག་རིག་གནས་ཀྱི་དབེ་ཚོགས།

尖扎县非物质文化遗产系列丛书

第一辑



尖扎县非遗图典

《尖扎县非遗图典》编委会 主编



 中国言实出版社

尖扎县非物质文化遗产系列丛书

第一辑

尖扎县非遗图典

《尖扎县非遗图典》编委会 主编



中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

尖扎县非遗图典. 第一辑 / 《尖扎县非遗图典》编委会主编. --
北京: 中国言实出版社, 2021.8
(尖扎县非物质文化遗产系列丛书)
ISBN 978-7-5171-2668-3

I. ①尖… II. ①尖… III. ①非物质文化遗产-
尖扎县- 图集 IV. ①G127.444-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2021)第152898号

责任编辑 宫媛媛
责任校对 张国旗

出版发行 中国言实出版社

地 址:北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编:100101

编辑部:北京市海淀区花园路 6 号院 B 座 6 层

邮 编:100088

电 话:64924853(总编室) 64924716(发行部)

网 址:www.zgyscbs.cn

E-mail:zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 兰州奥林印刷有限责任公司

版 次 2021年8月第1版 2021年8月第1次印刷

规 格 889毫米 × 1194毫米 1/16 24.5 印张

字 数 420千字

定 价 399.00 元 ISBN 978-7-5171-2668-3

《尖扎县非遗图典》编委会

顾问

陈昌正 旦增 乔得林

总策划

银吉卓玛 尕藏才旦

主任

文辉

副主任

马忠仓 张飞燕 徐真

编委

扎西才旦 尼玛太 更藏 王军 张吉祥 多杰太 石晓霞

主编

扎西才旦

执行主编

李尕也

执行编辑

张婧雯 武宝丽 李书齐 杨洋 盒子

主办单位

尖扎县文体旅游广电局

尖扎县非物质文化遗产管理局

承办单位

尖扎县文化馆

制作单位

青海雪域青春文化创意有限公司

གཙུག་ཅེས་པ་ནི་ཐོབ་གི་ཚ་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཡ་ཐུལ་ཏུ་ཐུར་པའི་གཙུག་ཅེས་པ་ཚོས་བཟུང་བའི་མ་འབྲས་ཚ་ཁྲག་གི་ཡུལ་གྱི་སྤྱི་ལོ་མིང་ལ་ཟེར་བ་
སྟེ། དེ་ཡང་ལོ་ངོ་ཁྲི་ལྔ་ལྷུ་ཏུ་མའི་ས་གཤིས་འགྲུལ་སྟོན་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་འདིར་རི་རབ་དང་གཙང་པོ། རྒྱལ་ཚལ་བཅས་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་སྟོན་
ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཉམས་དགའ་བ་འདི་ཉིད་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། ཡལ་མེས་གོང་མ་དག་གི་དཔའ་མཛངས་དང་སྟོ་གྲོས་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་འདིའི་ཁྱད་
ཆོས་མངོན་པར་གསལ་བའི་ཆོས་ལུགས་དང་དམངས་སྤྱོད་སོགས་ཀྱིས་མཆོད་པའི་བླ་མ་ཚོ་མ་ཡིན་པའི་རིག་གནས་འདི་དག་གྲུབ་པ་མེད།

བཅོས་སྒྲུབ་སྟོ་འབྲེད་བྱས་པའི་ཆུན་ལ། རང་རྒྱལ་གྱི་དཔལ་འཕྱོར་འཇུགས་སྒྲུབ་ཀྱི་གོས་སྒྲུབས་དེ་དབྱར་གྱི་མཚོ་མོ་རྒྱས་པ་ལྟར་འཕེལ་བས་མི་
རྣམས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལ་ཡང་གནས་ས་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱར་བ་ལྟ་བུའི་འཇུར་ལྟོག་བྱུང་ན་ཡང་། ས་གནས་ཀྱི་མི་རྣམས་ལ་སྟོལ་རྒྱུ་རིག་གནས་རྒྱད་
འཛིན་དང་དར་སྤེལ་གྲོང་བའི་འདུ་ཤེས་ཞན་པར་བརྟེན། ཡལ་མེས་གོང་མའི་སྟོ་གྲོས་ཀྱིས་བསྒྲུབ་པའི་སྟོལ་རྒྱུ་གྱི་རིག་གནས་དང་ལག་ཅུལ་
མང་དག་ཅིག་རྒྱུད་འཛིན་བྱ་མ་ཅུས་པར་རྩ་སྟོངས་སུ་ཐུར་དང་འཇུར་བཞིན་ཡོད་པ་མེད། འདི་འདྲའི་གནས་བབ་ཆབས་ཆེན་ལ་དམིགས་ནས།
རང་རྫོང་གིས་མངོན་མིན་གྱུལ་བཞག་རིག་གནས་སྒྲུབ་སྟོབ་དང་རྒྱུད་འཛིན་བྱེད་ཐོགས་ཐང་གྱི་ཁྲུང་བྱ་གསར་བ་ལག་ཅིག་བརྟན་པ་མེད། ལྷག་པར་
དུ་ཏར་གི་ཆོགས་ཆེན་ཐངས་བཅོ་བརྒྱད་པའི་ཆུན་ལ། རྫོང་ལྷ་དང་རྫོང་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་གིས་མངོན་མིན་གྱུལ་བཞག་རིག་གནས་ཡོངས་
ཁྱབ་ཏུ་ཞིབ་བཞེར་བྱེད་པའི་ལས་བྱེད་མི་སྣ་རྩ་འཇུགས་བྱས་ཏེ། རྫོང་ཡོངས་སུ་ཞིབ་བཞེར་རབ་དང་རིམ་པ་མང་པོ་བྱས་པར་བརྟེན། ཁྲུངས་སྟེ་
གསར་བ་མང་པོ་ཤེས་རྟོགས་དང་རྒྱ་ཆ་གསར་བ་མང་པོ་ལག་སོན་བྱུང་ཞིང་། རང་རྫོང་གི་མངོན་མིན་གྱུལ་བཞག་རིག་གནས་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་
རིགས་དང་རྣམ་གྲངས། ཁྱབ་ཡུལ། གནས་སྒྲུབས་སོགས་ལ་རྒྱས་ཡོན་བཟང་པོ་བྱས་པ་མ་ཟད། མངོན་མིན་གྱུལ་བཞག་རིག་གནས་ཀྱི་ལས་གཞི་
དང་རྒྱུད་འཛིན་པ། རྒྱུད་འཛིན་ལྟེ་གནས་གསུམ་གཞི་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པའི་རྒྱུད་འཛིན་བྱེད་སྒྲུབས་གསར་བ་འཚོལ་ཞིབ་བྱས་ཏེ་ཉམས་པ་སོར་
རྒྱུད་དང་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་དུ་བཏང་བ་མེད།

《གཙུག་ཅེས་ཀྱི་མངོན་མིན་གྱུལ་བཞག་རིག་གནས་པར་མཛོད་》འདི་ནི་དུས་སྐབས་སོ་སོའི་རྫོང་ལྷ་དང་རྫོང་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་། རིམ་པ་
ལག་གི་རིག་གནས་ལས་བྱེད་མི་སྣ་བཅས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲུག་གིས་བསྒྲུབ་པའི་སྟོགས་བམ་ཤིག་སྟེ། པར་མཛོད་འདིའི་ནང་སྟོལ་རྒྱུ་གྱི་ལག་ཅུལ་དང་
ཡུལ་སྟོལ་གོས་ས་གཤིས་སོགས་རིགས་མི་འདྲ་བ་བརྒྱད་ཅམ་འདུས་ཤིང་། 2020ལོའི་ཟླ3པའི་ཆོས་1ཉིན་པར་དུ་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་རྫོང་
ཡོངས་ཀྱི་ཆབ་མཆོད་རང་བཞིན་ལྷན་པའི་མངོན་མིན་གྱུལ་བཞག་རིག་གནས་ཀྱི་མིང་ཐོ་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་ལྟ་དང་། རྒྱུད་འཛིན་པ་བརྒྱ་དང་སོ་གསུམ།
དམངས་ཁྲོད་ལག་ཅུལ་པ་བརྒྱ་གཉིས་ཅམ་བསྐྱས་ཡོད།

མངོན་མིན་གྱུལ་བཞག་རིག་གནས་ཀྱི་ལས་གཞི་དང་ལག་ཅུལ་འདི་དག་ལ་རིག་གཞུང་ཞིབ་འཇུག་གི་རིན་ཐང་དང་ཉར་ཆགས་དོ་དམ་གྱི་རིན་ཐང་
ལྷན་པ་མ་ཟད། རིག་གནས་ཁྱབ་གདལ་གྱི་རིན་ཐང་ཆེས་ཆེར་ལྷན་པས་པར་མཛོད་འདིའི་ནང་གསལ་བོར་བཀོད་ནས་ཉར་ཆགས་བྱས་ཡོད།
མངོན་མིན་གྱུལ་བཞག་རིག་གནས་པར་མཛོད་འདི་ཉིད་པར་སྒྲུབ་འབྲེམས་སྟེལ་བྱས་པ་ནི་གཙུག་ཅེས་ཀྱི་མངོན་མིན་གྱུལ་བཞག་རིག་གནས་
སྒྲུབ་སྟོབ་བྱ་བའི་ཐོལ་བཞག་རང་བཞིན་ལྷན་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཤིག་ཡིན་ལ། གཙུག་ཅེས་ཀྱི་རིག་གནས་འཇུགས་སྒྲུབ་དང་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུད་འཛིན་གྱི་
བྱ་གཞག་གཙོ་བོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པས་སྟོལ་རྒྱུ་རིག་གནས་འཛིན་སྟོང་སྟེལ་གསུམ་བྱེད་པར་དོན་སྤྲོད་གལ་ཆེན་ལྷན་པ་མེད།

པར་མཛོད་འདིའི་ནང་པར་དང་ཡི་གེ་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་སྟོན་གཙུག་ཅེས་ཀྱི་མངོན་མིན་གྱུལ་བཞག་རིག་གནས་ཀྱི་གོ་དོན་དང་ལག་ཅུལ།
རྣམ་པ་བཅས་ཞིབ་འབྲི་བྱས་པ་བརྒྱུད་མངོན་མིན་གྱུལ་བཞག་རིག་གནས་ཀྱི་བྱུང་འཕེལ་དང་རིག་གནས་ཁྱད་ཆོས། སྒྲུ་ཅུལ་གྱི་རིན་ཐང་སོགས་
སྟོག་པ་པོའི་སྒྲུབ་སྐྱར་བསྐྱར་ཡོད་པས། དམངས་ཁྲོད་རིག་གནས་ཀྱི་སྤྲ་མང་རང་བཞིན་དང་འཕེལ་རྒྱས་འཇུར་ལྟོག་སོགས་ཀྱང་གསལ་ལེར་
རྟོགས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་ང་ཚོར་རིག་གནས་རྒྱ་ཆ་དང་ཞན་པ་དང་ལས་ཀྱི་ཉམས་སྦྱང་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་སྟོན་དང་ནོར་བ་
ཡང་ཅི་རིགས་ཤིག་འབྱུང་ངེས་པར་བརྟེན་སྟོག་པ་པོ་དག་གིས་དགོངས་འཆར་ལྷུག་པོར་སྟོལ་བའི་ཤེ་བ་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན་ལ། པར་ཐངས་ཆེས་མའི་སྐབས་
སུ་སྟོག་པ་པོའི་དགོངས་འཆར་ལྷར་ནོར་བ་ཡོད་པས་བྱས་ནས་སུ་མཐུད་དུ་གཙུག་ཅེས་ཀྱི་མངོན་མིན་གྱུལ་བཞག་རིག་གནས་ལ་སྒྲུབ་སྟོབ་གང་
ལོགས་བྱ་རྒྱ་ཡིན།

བསྟན་འཛིན་!

尖扎意为“地处河谷，森林茂密，野兽成群之地”，处于青藏高原和黄土高原交接区域，早在新石器时代，我们的先辈就在这片黄河三面环抱的钟灵毓秀之地繁衍生息。数千年的地质活动绘就了水流潺湲、山峦巍峨、森林茂密的山川美景，数千年的薪火相传造就了尖扎人民勤奋不辍、勇猛果敢、筚路蓝缕的精神品格，也孕育了以“五彩神箭”为代表的手工技艺、传统美术、传统习俗、民间文学等丰富多彩的独特文化。

《尖扎县非遗图典》是凝聚着历届县委、县政府和各级文化工作者心血的一本典籍。自改革开放以来，经济的高速发展极大地转变了人们的生产生活方式，那些传统的文化记忆和技艺日渐萎缩。为有效扭转此形势，尖扎县大力开展非物质文化遗产（以下简称非遗）项目抢救挖掘、保护传承工作，特别是党的十八大以来，县委、县政府成立工作队，深入开展非遗普查，发现了许多新线索，征集了大量资料，基本摸清了境内非遗资源的整体情况，掌握了非遗资源的种类、数量、分布状况、生存环境等。

同时，探索出非遗项目、传承人和传承基地“三位一体”的非遗传承模式，使县域内各项非遗文化薪火不息、活力永续。此外，工作队开展了大量的走访调查、资料征集、归纳梳理工作，也为这本《尖扎县非遗图典》的问世打下了坚实的基础。

《尖扎县非遗图典》分传统技艺、传统美术、传统习俗等8个板块，共收录了

截至2020年3月1日之前认定的具有代表性的全县各级非物质文化遗产名录45项，133名传承人和12名民间工艺师，全面、真实、系统地记录非遗知识和精湛技艺，具有一定的文化普及、学术研究和收藏保存价值。它的出版发行是尖扎县非遗保护工作的一项基础性、阶段性成果，也是尖扎县文化建设和历史传承的重要一环，对传承传统文化、凝聚共识力量、展现精神魅力具有重要意义。

《尖扎县非遗图典》以严谨的学术规范，对非遗项目进行科学分类，使各级条目层次分明，让读者检索查阅方便快捷。编者以朴实流畅的文字对每一种非物质文化遗产的内涵、技艺、形态进行详细的描述，能让读者比较全面地了解非遗项目的起源、流传、演变与发展脉络以及文化特点与艺术价值，实现了知识性与学术性的统一。

本书可读性与实用性相统一。设计简洁、高雅，舒展有致，文笔通俗流畅，以图补文，以文释图，全方位、多视角地介绍了每一种非物质文化遗产的形态，直观、形象、深刻地记录了时代的变迁与民间文化的多样性及其发展变化，生动活泼，富有艺术表现力。



目 录

传统技艺

3	五彩神箭技艺	7	传统牛角弓制作技艺
13	藏纸制作技艺	16	金汁磨炼技艺
19	藏式木雕技艺	23	手工木刻雕版技艺
26	石刻技艺	30	工匠手工技艺
33	银铜制作技艺	36	玉石雕刻技艺
38	掐丝技艺	45	五谷画制作技艺
52	泥塑技艺	57	手工青绣技艺
64	藏香制作技艺	67	昂拉果馍切制作技艺
74	藏服手工制作技艺	78	坛城制作技艺
85	氍毹纺织技艺	88	青稞酿酒技艺

传统美术

93	曼唐唐卡绘画艺术	235	安多强巴唐卡绘画艺术
255	格萨尔唐卡绘画艺术	266	藏文书法技艺

传统习俗

271	藏族八十岁寿宴	273	藏历新年
274	达顿宴	282	少女梳头礼
283	香浪节	284	幼儿剃头礼

民间文学

287	民间故事	290	民间谢巴
295	民间谚语		

传统舞蹈

301	德欠寺羌姆
-----	-------

传统体育

307 拔腰

308 抱石头

传统戏剧

311 尖藏藏戏

316 城上村社火

传统音乐

327 南宗寺诵经乐

329 尖扎民歌

338 斗智歌

345 尖扎拉伊

353 安多则柔

传统技艺

TRADITIONAL SKILLS

五彩神箭技艺

尖扎县被誉为“中国民族射箭运动之乡”，也是“五彩神箭”文化艺术的故乡，这里至今仍活跃着民族传统射箭这项融合体育竞技、文艺、民俗、宗教仪式为一体的综合性民间活动。

相传在吐蕃扩张时期，尖扎黄河两岸曾经是吐蕃王朝将士秘密开展军事活动的战略要地，而尖扎等地的藏族人，乃是吐蕃派至大唐边境的驻守部队。对于吐蕃的边防将士，弓箭是当年最主要的战事武器，而一流的箭技无疑是值得炫耀和引为自豪的本领。防御之余，将士们常常比赛臂力和箭术，也设置靶子练习射杀，演练抗敌，习武备战。但是随着唐蕃边境战事平息，大规模的边防硝烟不再升起，边境趋于安宁，各民族和睦相处，射箭逐步演变为一种以竞技和娱乐为主要内容的民间活动，形成了安多东北部藏族人特有的藏式“达则”（藏语中对射箭活动的称呼），因此射箭娱乐活动，至今已有一千多年的历史。

在尖扎县，射箭运动深受群众的喜爱，几乎每个男儿都会射箭，村与村之间常常会相约举行射箭比赛。尖扎人对射箭特别喜爱，对箭的制作也非常讲究。有一句俗语“尖扎的箭，卓仓的弓”，尖扎地区至今依然保留着相对成熟的制箭技术。尖扎的箭手都会制作非常精致的箭，这些箭不仅实用，而且美观大方，制箭技艺流传至今，成为这里独一无二的手工艺绝活。尖扎地区的制箭步骤主要包括调杆、打皮、刮杆、安装箭头和尾羽等。根据箭杆材料的不同，分为松木箭、竹箭等。根据箭尾的装饰材料或制作材料的不同，分为金尾箭、银尾箭、铜尾箭、铁尾箭等。根据箭所用的羽毛不同，又可分为雕翎箭、鹭翎箭、鹅翎箭、猫头鹰羽毛箭等。在藏区民间有这样的说法，雕翎箭快而猛烈，鹭翎箭力大远射，猫头鹰羽毛箭在晚上中靶率很高……

在尖扎的藏族人家，制箭早已融入当地人的生产、生活以及宗教信仰活动中，成为地域性的“箭”崇拜。比如，将箭袋挂在门上或房屋的墙上，以示辟邪平安。各村落在射箭比赛前夕，藏民们会举办祭箭、请箭、迎箭的仪式和祭祀神灵的活动。制作巨型的木箭，把箭作为供品安插在祭坛或山顶的箭垛上，藏语也称“拉则”，整个仪式是为了祛灾祈福。

在崇尚箭文化的同时，尖扎的藏族人赋予了“五彩神箭”更多的文化内涵。红色是尖扎地区的丹霞地貌，象征着热情和活力；黄色是这里的丰茂大地，象征着富饶和高贵；黑色是守护这里的大力金刚神，象征着力量和公平；蓝色是辽阔的天空，象征着智慧和包容；绿色是这里的江河，象征着希望与和平。集合五种寓意与祝福的“五彩神箭”，是尖扎人的希望与精神力量，作为尖扎之魂代代相传。

尖扎地区的制箭技艺随着“五彩神箭杯”民族传统射箭邀请赛和其他传统弓箭赛事发展而影响力逐渐上升，并受到当地政府、民众以及外来人士的关注。木箭制作的非遗传承人日渐增多，随着木箭制作培训班不断举办，未来将有多人将此项技艺更好地传承下去并传播四海。

久美多杰

州级传承人



久美多杰，五十七岁，现居住在马克唐镇。从爷爷那一辈起，家里人就开始自制木箭，正是在这种家庭环境下，久美多杰自小就接触弓箭，小时候除了玩射箭游戏以外，他也会自己尝试制作弓箭。

久美多杰小时候是个调皮的孩子，小学一年级就辍学了，他对弓箭的热爱一直没有消减过。从十五岁开始，久美多杰正式跟随父辈学习制作弓箭，直到十八岁参军入伍。在部队里待了五年，复员后他被分配到交通部的一个运输部门上班。但是，因为热爱射箭运动，久美多杰一直在业余时间自己研制弓箭，不断尝试做得更好，以期在射箭比赛中获得荣誉。每逢下班或周末空闲，他总是情不自禁地拿起制作弓箭的材料开始反复琢磨。久美多杰手工制作的弓箭质量好，同时具有审美价值，2010年在尖扎县的射箭比赛之后，有不少人找到他想订制弓箭。工作之余，久美多杰从此开启了制作售卖弓箭的营生。

久美多杰做的箭一般用松木作箭身，最重的箭有36克，最轻的有20克。木箭制作的方式每个手艺人各不相同，久美多杰一般先选木材，再根据不同功用的木箭，切割成粗细长

短不同的木条（尖扎地区有用来射箭的箭、煨桑祭祀的箭、挂在家中祈福的箭等）。其次是打磨箭杆，用小锉条进行尾部开槽，一直锉到合适的尺寸，接着撕羽毛，用动物胶（木匠用的胶是用驴皮熬制的）将羽毛粘贴到开槽处。有时，他会先用丝线缠绕箭羽的位置，再粘上羽毛，让整体更牢固，也更美观。之后，将羽毛剪切成合适的形状，用煮过的桦树皮缠绕羽毛的尾部和羽毛与箭扣之间的位置，一是为了保护箭体。二是让羽毛更加牢固地固定在箭体上。久美多杰制作木箭很细致，注重桦树皮颜色的搭配，如果做白色的箭，他会用白色的桦树皮，深色箭则用茶叶煮桦树皮，让颜色更符合整体的效果。

制作好箭尾的羽毛部分，再接着上箭头。在久美多杰眼中，制作木箭，适宜是最好的标准。箭头的重量需要适宜，箭扣离箭羽大概两指的长度是适宜的。过去，木箭箭头是久美多杰自己用铁打制的，因为当兵的经历，他制作箭头时，会用弹壳圈作为连接箭头与木头箭体的圈环。这个圈环让箭整体更美，也使箭头更有重量。制作箭的这些年，久美多杰经历了木箭技艺的变革，以前的箭头另一端像是钉子一样的构造，用以插入木质箭杆中，现在的箭头则是铁壳，直接套

在箭杆上。最后的步骤是刷清漆、上颜色和画图案，久美多杰在箭上会用矿物颜料绘制一些简单的图案，这样让箭看起来大方而美观。

由于久美多杰精湛的制箭技艺，2013年，在万玛才旦导演拍摄的电影《五彩神箭》中，相关的弓箭道具都是由久美多杰制作的。2015年，久美多杰成立了浪日传统手工制作有限公司，以制作传统木箭和牛角弓为主，同时也销售各类弓箭及配件和养护工具，甚至销售从美国进口的复合弓，这也是尖扎县唯一一家美国复合弓的售后点。为了推广尖扎传统射箭习俗和传授木箭制作技艺，2017年，久美多杰成立了浪日传统弓射箭协会，成员有一百多名，由射箭运动员、射箭爱好者、传统弓箭匠人、射箭文化挖掘者等组成，主要负责举办、组织箭技比赛和射箭文化的研讨及传承工作。

由于久美多杰优秀的制箭技艺以及他对射箭这项体育赛事倾注的热情与全面了解，2010年起，青海省体育局聘其为全省各大射箭赛事的裁判员。久美多杰制作神箭名气远扬，他的箭远销北京、甘肃、四川、辽宁等地。久美多杰及其团队多次获得个人及团体奖项：2009年，“五彩神箭杯”青海省

首届民族传统射箭比赛优秀组织奖，2013年，青海省黄南州民族传统射箭邀请赛第二名，2017年，青海省第六届少数民族传统体育运动会射箭比赛第一名，第一届金鹏银民族团结进步杯射箭邀请赛第三名，2018年，同德县第十五届宗日文化艺术节系列活动之全省首届“宗日杯”民间传统射箭邀请赛第一名。

久美多杰个人也荣获州级非物质文化遗产项目传统手工艺——五彩神箭制作技艺代表性传承人和州级非物质文化遗产项目传统技艺（木箭制作）代表性传承人。在他的不懈努力下，他又培养出了朋毛才让、尕藏多杰、多杰扎西等一批优秀的木箭制作传承人。

闹杰

州级传承人



闹杰，七十岁，坎布拉镇坎加社人。作为在尖扎地区成长起来的孩子，受到当地传统弓箭文化的影响，闹杰小时候玩过最有意思的玩具就是简易弓箭。当时，闹杰的祖父和父亲都是村里制作弓箭的能手，到了每年弓箭大赛的前夕，他们会在家里集体培训学徒，教别人如何制作弓箭以及如何射箭。在这样的环境中成长和潜移默化下，闹杰对弓箭的兴趣日益浓厚，在祖父和父亲的指导下，闹杰学会了制作弓箭的技艺。

最初，他做出来的木箭只是方便自己使用。随着年龄的增长，闹杰越来越喜欢射箭这项运动，平时在空闲的时候，他会跑到体育场上去练习射箭。2005年，尖扎县举办县级“五彩神箭”射箭比赛，闹杰理所当然地成为当时的弓箭手。对射箭了解得越多，闹杰越发现弓箭本身的品质对于射箭竞技的影响，所以，闹杰除了跟随家中长辈了解弓箭制作以外，还特意拜了当地著名的核雕大师——“神箭制作”技艺祖师加央为师，跟着他学习制作弓箭的技艺，顺便学习核雕技术。

在比赛之余，闹杰看到化隆、循化的木箭匠人四处兜售自己制作的木箭，闹杰意识到，制作弓箭的技艺也可以作为谋生的技能。随后每年冬季农闲时，闹杰便研究木箭的各种原料和制作方式，不断钻研制作标准的竞技用木箭，他的木箭制作技艺在这期间得到进一步的提升。至此，他也开始了自己生产并销售木箭的道路。

闹杰制作的木箭先是得到了亲戚们的认可，他们每年都过来订制木箭。随着闹杰制作木箭技艺精湛的名声远播，尖扎县各大小寺院的护法殿会专程找闹杰订制木箭，各村落的人们在六月会期间也会找他。

时光飞逝，闹杰制作木箭已有五十二余年。他的木箭特别讲究，以前是用木纹很直的松木作为箭杆，现在则更多用竹子，大概五十厘米长；箭头则由专门的铁匠手工敲制而成；箭羽用的是猫头鹰的羽毛或山鹰的羽毛，它们的羽毛有

一个共性，就是很软，作为箭羽正合适。羽毛除了用专门的胶粘牢以外，闹杰还用细细的牛筋绑住，再用茶叶煮过的桦树皮再包裹一层，最后将箭羽之上、箭尾软木凹槽以下的部位也用桦树皮包裹一层，这样既美观又结实。

闹杰觉得制作木箭最难的部分，是箭尾软木与松木对齐镶嵌的部分，需要先削平松木，再用胶将软木和松木粘接起来固定一段时间，让它们完全粘接牢固后再打磨。接着，他还会绑上一段红色的线，让两段木头连接得更牢固。因为制作细腻，加上纯手工操作，闹杰一天只能做十只箭，但他的箭羽毛粘上去了，就不会掉。说起来，这有一个小窍门，他把羽毛粘好之后，会用纤细的工具再往羽毛与箭杆粘贴的部位补一遍胶，让胶完全渗透进羽毛与箭杆的缝隙之间。

作为尖扎县家喻户晓的民间手艺人 and 制作神箭高手，2008年，闹杰参加了尖扎县首次非物质文化遗产寻根行动的采访，摄录了长达四小时的关于神箭制作的技艺视频。2010年，首届“五彩神箭”国际射箭邀请赛上参加比赛的法国等国外参赛队，均收藏了闹杰制作的木箭。精湛的制箭技艺，让闹杰入选2018年尖扎县县级非物质文化遗产项目传统技艺（木箭制作）代表性传承人，并获得2018年州级非物质文化遗产项目传统手工技艺——五彩神箭制作技艺代表性传承人的荣誉称号。

传统牛角弓制作技艺

在尖扎县，射箭运动长期以来都深受群众的喜爱，几乎每个男儿都会射箭，村与村之间也会定期举行射箭比赛。因为尖扎人对射箭的情有独钟，当地的弓箭制作技艺非常讲究。尖扎地区出产的牛角弓虽然不及卓仓的出名，但这里却依然保留着相当成熟的牛角弓制作技艺，尖扎的弓箭手都会自己制作牛角弓。牛角弓制作技艺靠家族传承和师徒相传的方式，一直延续至今，成为这里一门独特的手工艺绝活。

传统牛角弓的制作工序烦琐，要求严苛，制作周期长。其工序包括选材、打磨加工、铺筋、组合成弓四大步骤。选材决定着能否打造出一把良弓，而选材要依据适宜的季节和气候。制作传统的牛角弓，选取水牛角（或岩羊角、牦牛角）制作弓梢，选用牛蹄筋或牛背筋制作弓弦，选用弹性很好的竹木、桦木、荆木制作望把，并用天然的动物胶（如驴胶）黏合而成。

制作传统的牛角弓从选材到制作成弓需要使用上百件专用工具，并对二十多种天然材料进行纯手工加工，其中大大小小的有一百多道工序，且每一道工序都要求非常细致。弓箭制作的精确程序和许多关键流程完全依仗工匠的精湛技艺和丰富经验，遵循制作出来的弓射箭准且快的原则，传统牛角弓的制作需要以眼为尺，以手为度，很少有具体的数据可以参考。

尖扎地区传统牛角弓的制作技艺大概分为以下几个步骤：

第一步是制作弓胎。锯掉竹子前后粗细不均匀的两端，选用中间平直的部分，锯成长宽合适的一段，使其形成一个圆弧形。接着制作弓梢，弓有长短之分，弓梢的长短是区别一般传统弓类型的标志。弓胎完成之后再做望把（望把是弓中间用以把握的部位），望把多用榆木，制作望把需要参考使用者的手形大小，以适合把握的形状为准。然后是“勒”望把，在竹胎内表面正中间约4厘米处砍制一块放置望把的凹槽，砍的深度约是整片竹子厚度的一半，用锯和锛子砍出初始形状，然后用木锛锉平。接着是插梢子和刮胎子，把弓梢粘至弓胎两端，然后用锛子和木锛把竹胎处理到合适的宽度，将竹胎边缘也锉得足够平滑。

第二步是粘牛角。首先是锯牛角，一张弓最好用一头牛的两只牛角，锯下牛角并磨平牛角侧面。接着把磨好的牛角面放在火上烤，待牛角变得非常软时，放在地面上踩踏至平直。然后是撕面子，把平直的牛角面内侧向上放在凳或桌上，用勒具把牛角面划出一道道痕迹，利于牛角面与竹胎粘接牢固。再是“勒角面子”，就是粘接牛角面和弓胎，勒不紧会直接影响到弓的质量。之后会用砂轮打磨牛角面，打磨程度要根据牛角厚度及弓的弹射力而定。

第三步是粘牛筋。粘牛筋之前是梳筋，先用温水洗一下筋板，接着把筋板放在正在熬制的动物胶里浸一遍，使筋充分沾上动物胶。然后平放，用筋梳子把它梳理平整，使每一根筋丝都充分展开。其次是铺筋，根据筋的长短确定需要铺几道筋，铺第一道筋时要从中间开始向其中的一端铺，待本次铺完的筋经过一两天阴干后再铺另一端，以便操作时能把握干的一侧。铺完了筋，一张弓就有了基本的雏形。

第四步是定型。这一步需要使用专用模具将弓按压成弧形，并用绳子绑牢固定，将弓固定在木凳上，抬高弓体两头。定型后，须让弓两边的弧度和张力平衡，安装弓弦要选用韧性好的棉绳固定在弓梢部位。待定型后，一张牛角弓就完成了百分之九十。接下来，出于美观的考虑，可以对牛角弓进行装饰。弓体一般采用软木纸、珍珠鱼皮、桦树皮、彩色油纸等材料装饰，也可以用颜料或油漆绘制好看的图案，让弓整体更美观精致。

牛角弓制作技艺与木箭一样，随着国内、国际射箭比赛的兴盛而崛起，受到了广大国内外射箭爱好者的赞誉和青睐。近年来尖扎县政府以及民间组织开展了各项牛角弓制作技艺培训，更多人认识并了解了牛角弓制作技艺，未来这项技艺将受到越来越多人的关注与重视，从而得以更好地传承与发展。

奥松多杰

省级传承人



奥松多杰，1967年出生于马克唐镇。因为伯伯会制作弓箭，奥松多杰常常去伯伯家玩，他从小就表现出对射箭和弓箭制作的极大兴趣，小时候他也会尝试自己制作玩具弓箭。

1987年，奥松多杰从尖扎县民族中学毕业后，没有继续学习。由于自己感兴趣，他开始销售藏族饰品等藏族文化用品。在他的努力下，生意逐渐有了起色，并实现了自己经济上的初步积累。与此同时，奥松多杰对弓箭的兴趣与日俱增，便恳请伯伯将制作牛角弓的技艺传授给他。

2009年，尖扎县被评为“中国民族射箭之乡”，尖扎弓箭行业逐渐有了新的发展。随着射箭赛事的增加，奥松多杰在参加射箭比赛的过程中，看到人们对于弓箭的需求不断增加，而当时尖扎地区的弓箭产量远远赶不上这样的需求量。从古到今，牛角弓的生产一直是小作坊式的生产，虽然制作技艺流传至今，但一直没有得到过更好的推广与发展。这时，奥松多杰有了一个想法，他想把弓箭制作发展成产业链形式，用商业化的运作模式去传承与推广。

2012年12月，奥松多杰成立了尖扎县河湟文化传播有限

公司，主要经营传统藏族牛角弓，同时开设牛角弓制作技艺培训班，力争将这项技艺传授给更多的人。在不断完善弓箭制作技艺的同时，他还组建了河湟牛角弓射箭协会，培养了一批技艺高超的弓箭手。2014年，奥松多杰带领着自己的弓箭手团队去韩国参加第六届传统弓射箭大赛，获得了冠军的荣誉。

奥松多杰逐渐了解到藏族牛角弓在藏族人心目中不仅仅是狩猎工具，也是寓意和平与祈福的吉祥之物，因此奥松多杰在制作弓箭时多了一份敬畏，以此祝福人们能有安定幸福的生活。奥松多杰说：“传承需要精益求精。”奥松多杰制作牛角弓特别注重材质和装饰，对细节的要求很高。在奥松多杰看来，一张好弓，好的材质是最基本的条件。其次，他很看重每种材质所代表的文化寓意。

以奥松多杰制作的双色牛角弓来说，弓的上半部分用的是白牛角，代表着吉祥平安、对于一切美好的祈愿，弓的下半部分用了黑牛角，代表着邪恶在此低头，不敢滋生。而弓梢采用质地比较坚硬的榆木，望把用了可以吸汗的黄刺皮木。至于装饰牛角弓的外皮，奥松多杰将桦树皮调整为蛇