



雪域神山——阿咪东索

文图/赵希武

神山阿咪东索（牛心山）位于青海省祁连县城（八宝镇）八宝河南岸约2公里处，与县城八宝镇驻地相对高差1880米，属祁连山系托勒山支脉中段的东端。其北面是祁连山，南面是托勒南山，黑河、八宝河流贯北部河谷，默勒河（大通河）流贯其南默勒草原。它东邻小东索（小东措），西依大东索（冰沟）壑谷，北眺山前冲积扇滩地和八宝河谷，南依默勒大草原北缘。四周群峰聚涌，形似一位头戴雪盔的领军武士静静地伫立在生养他的土地上，又似一颗璀璨的珠宝镶嵌于景色秀丽的临松薤谷，其峰巅形似牛

心，而称牛心山。

阿咪东索为藏语音译，意为“千兵哨卡”，裕固语称之“乃曼额尔德尼”，意为八宝山。它是大通河流域（浩门河）十三大高峰之一，祁连藏族敬它为祁连众山之神。相传，岭国格萨尔王征战霍尔国降伏白帐王，为霍尔国众生传播了神圣佛法并赐予灌顶加持后，岭国大军班师回朝，留兵千名在此放哨，哨兵首领成为护佑一方的山神。又传，远古时期的祁连并非今天这样物华天宝、资源丰腴，而是妖魔称雄、汪洋一片。格萨尔王得知此情后，从西藏派来四位山神



阿咪东索雄姿

前来降妖伏魔，在今山脚下一个叫塌窝的地方伏兵千名，并一举获胜，阿咪东索之名由此而来。此后四位山神留居祁连，疏通汪洋，散播金银，繁衍生灵，广布生物，从此祁连地区金银铜铁遍地，珍禽异兽成群，牛羊满坡，山川富裕秀美。

阿咪东索是祁连的象征，巍峨高耸，其山体尽览四季之景而称奇。当寒冬即逝，暖风惠赐之时，凝视山麓，绿草如茵，牛羊遍地，是一片优良的草甸牧场，有“祁连山下好牧场”之美称，春意盎然；待到六七月，底部河谷滩地地带，麦浪滚滚，菜花飘香，一派高原河川农家富裕的田园景象，夏意融融；中部广阔区域为森林灌木丛林，俨然一派松涛林海、花影迷客的旖旎风光，秋意瑟瑟；举目向上，从稀疏的植被带过流到石山

之顶，岚气袭人，风吹石鸣，常年严冬冰雪，冬意怆然。当你历经艰险，登临峰巅，便会有“会当凌绝顶，一览众山小”，有野趣而不荒凉之感，生出无限的遐思和感慨！

阿咪东索，美在湄材埠林，更美在峰奇



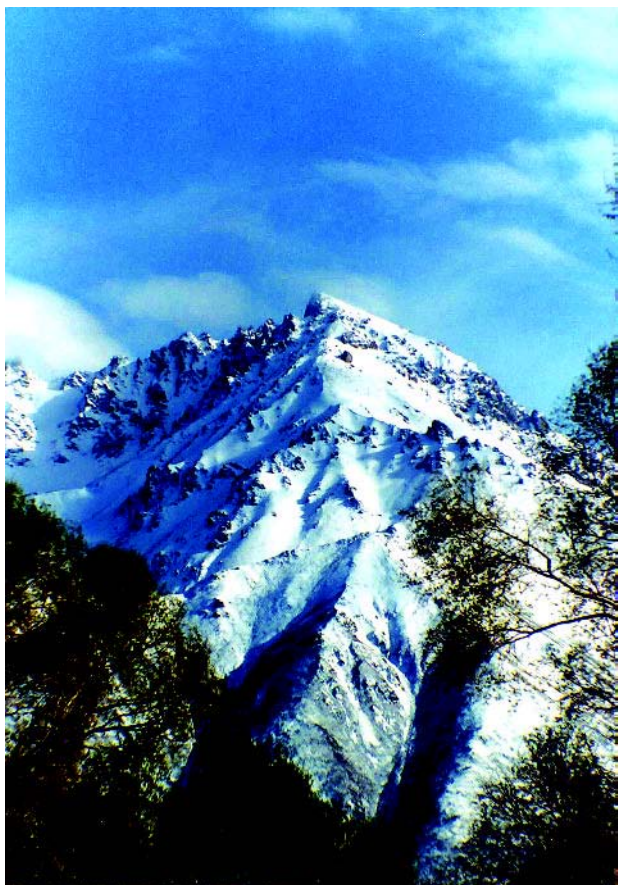
林语知秋



春日远眺

云雾间。盛夏的八宝河中下游地区，夏夜多雨，次日必放晴，浓云厚雾伴随着丽日的升起，缕缕云雾犹如一条条洁白的哈达轻盈飘逸，萦绕在山腰林带；白如雪，浮如絮，轻似烟，薄若纱；时而缓缓落在山顶，时而款

款飘忽在山的四周，团云舒卷，缠绕着、升腾着，身临其境，犹入天境。待到午后又消失得无影无踪，湛蓝的晴空中白云朵朵，形态各异，玄奥莫测，追念启迪着心智，是一处旅游观光、登山探险的好云处。



石瘦骨寒

时间：每年6~10月为最佳旅游时间。

线路：乘西宁—祁连公路客车，夏日每天四班，全程280公里，单程票价51元，当天抵达；或乘甘肃张掖—祁连公路客车，每日两班，全程234公里，单程票价36元，当日抵达；另有甘肃民乐—祁连、门源—祁连、西海—祁连公路客车，当日抵达。县城近郊方圆10公里内，均有出租车通行。

自驾车旅行更为方便。

食宿：有不同档次的宾馆、饭店、旅社、农家乐园。