

青海古迹概览之五

■ 玉龙

海西州景点

热水唐代吐蕃墓葬群

热水墓葬群位于柴达木盆地东南部都兰县热水乡,为我国唐代早中期吐蕃大型墓葬群,它分布在察汉乌苏河南北两岸的山根、沟内,共有200余座封土堆。



1982年起,我省考古工作者对此进行了发掘,共发掘墓葬27座,其中1座为大型墓。墓建在一座小山包上,封土堆内有石砌围墙、穿木等。石砌围墙平面呈梯形,用花岗岩石叠砌,共3层,南北长49米,东西长56米,墙面距封堆顶深6.5米。穿木从上至下共7层,成阶梯状,均用柏木杆平铺。石围墙东壁有一房址,平面呈长方形,由石块垒砌而成。石围墙上部有动物陪葬墓,长4米,宽3米,有动物个体70余具。主墓位于石围墙内,由封石、照壁、棚木、墓道、墓门、迴廊、东室、西室、中室、南室等组成。经考古发掘,出土文物有皮靴、金饰品、木碗、木碟、木鸟兽、陶罐、古藏文木牋、彩绘木片等。特别是出土了一批绚丽多姿的丝绸织品,其丝绸质地良好,图案清晰,色彩鲜明,是不可多得的稀世珍品。丝绸品种有绵、绫、绢、刺绣等。图案中有珍禽异兽,花草树木,车马人

物,其中的佛像、人物狩猎、西域人图像、织绵袜等为我国首次发现。经有关专家研究鉴定,墓主人是唐代吐蕃贵族。在大墓南侧的平地上,有27个圆形竖穴陪葬坑及5条陪葬沟。5条沟内共陪葬完整马匹87匹,圆坑内陪葬牛头,蹄的有13座,殉狗的有8座。中小型墓葬一般平面呈方形、梯形、圆形或不规则形,均被盗,但墓内出有残碎丝织品、残木器、金银器等,一般均有棺木、殉有牛、羊骨。

根据封堆遗迹和墓葬中出土文物及古藏文简牋判断,这批墓葬为盛唐时期的吐蕃墓葬。墓主为吐蕃人和归附于吐蕃政权的吐谷浑人。墓葬中出土的丝织品种繁多,对于中西文化交流、吐蕃与中原地区文化交流的研究具有重要意义,墓葬形制对于吐谷浑、吐蕃的丧葬习俗科研价值较大。

热水墓葬群是青海境内分布面积最大,封土堆数量最多的一处吐蕃墓地,现为国家级文物保护单位。

巴哈毛力沟岩画

位于海西蒙古族藏族自治州都兰县香加乡政府所在地东12公里处。岩画分布在画石嘴西面的石壁上,画面内容有骆驼、山羊、马、牛、鹿、太阳等图案。

巴哈毛力沟岩画中出现了一幅正在迈步行进的大象形象,大象举鼻翘尾,迈着有力的步伐,动态之感很强,岩画作者不愧为古代的艺术高手。巴哈毛力沟岩画所在地正处在古代通道白兰道上,说明自古以来那里已成为中国通西域各国的交通要道之一。

历史上巴哈毛力沟地区曾有羌人和吐谷浑



人活动。从岩画内容可以看出该地区古代生态环境良好,有许多野生动物,人们通过狩猎活动来补充一部分生活来源。这两支古代民族都以从事畜牧业生产为主,曾经联合建立过吐谷浑国。吐谷浑国从东晋到中唐,先后历经350年左右。根据岩画内容判断,该岩画应为吐谷浑人留下的文化遗产。是我们进行研究的宝贵资料。

卢山岩画

位于海西蒙古族藏族自治州天峻县江河乡卢山山丘的30多块花岗闪长粉岩上。计270多幅个体形象。画面内容包括牛、鹿、马、鹰、豹子等动物形象,还有表示生殖的画面,这在青海岩画中属首次发现。

卢山岩画中牛和鹿的形象占据很大比重,证明岩画主人与牛、鹿的关系十分密切。牛分野牛和牦牛两种,人与牛的关系表现在驯养和射猎两个方面,那些垂尾的牦牛,表示静态中的牛的形象,那些翘尾的牦牛,表示动态中的牛的形象。由于打制方法不同,通体打凿磨光法组成牛的形象,给人以实写的感觉,阴线轮廓勾勒法组成牛的形象,给人以虚写的感觉,青藏高原上的游牧民族驯养牦牛的历史,从考古挖掘中出土牛蹄、牛头的情形看,恐怕不下数千年,这些牦牛长期生活在海拔3000米以上的高寒地带,为牧民群众所役使,所食用,被誉为“雪山之舟”。另外岩画中还有一幅车猎图,是最富表现力与情趣的画面。该图中双轮车由单马双鹿驾辕,人在车上,手执弓弩,车后有一头野牦牛与驾车人的弓弩一线相连,那野牛蹬着前蹄不肯走路,全幅岩画充满了动态和力感。

卢山岩画所在地位于天峻县东部,青海湖西北部的布哈河流域,水草丰美,自古以来就是发展畜牧业的天然牧场,曾是羌人频繁活动的地方。以后鲜卑、匈奴人也在其曾游牧生息。吐谷浑和吐蕃王朝前后建政500多年,也为吐谷浑和吐蕃人活动的场所之一。生活在这片古老土地上的先民,留下了优秀的文化遗产,这些岩画造型生动,粗犷浑厚,姿态自然,具有独特的艺术魅力。

鲁芒沟岩画

位于海西蒙古族藏族自治州天峻县天棚乡鲁芒沟内约4公里的东山根。共发现3处:一处在山根北侧,在一块约3平方米的大石块上刻有50多个不同形态的兽类;一处在中部,画面较少,共有7个兽像;一处在南侧,比较特殊,共刻了19个兽像,主要以骆驼为主,头向一致,体现了骆驼在大沙漠里运行的场面。3处岩画的制作手法是一致的,均以磨刻和锤打而成,动物形态简单大方,构图严谨,形象逼真,主要动物有骆驼、马、牛、猪、山羊、狗等。整个场面体现了工匠用写实手法反映高原动物群居生息的场面。

鲁芒沟岩画中全是各种动物形象,千姿百态,场面宏大,岩画主人生活在广阔的草原环境中,所反映的是古代游牧民族心目中充满生机的天然动物园画卷。

从岩画摹本看,第一处画面50多个动物表现出各种各样的意向性动态来:有7牛逐狐图,狐在逃窜,牦牛在追逐中翘尾伸角,表现出群体力量之美。中有符号如横卧“电”字状,我们认为可做两种解释:(1)是一种图腾崇拜的符号,表示了以正驱邪的概念;(2)岩画主人识汉字“电”,在此处表示群牛逐狐,迅如雷电。另在一头硕大的野牛之下标出“卐”字符号,这在藏传佛教的信徒中表示了吉祥的意思,因佛教徒在朝佛转经时取顺时针方向,这个符号也表示了顺时针方向。古代藏族先民赞美野牛《格萨尔王传》中说有一次格萨尔王出征,遇野牛横阻山口,格萨尔王焚香膜拜,请它让道,足见古代藏族先民对野牛存有敬畏之心。岩画中野牛傲立群畜,腹下刻吉祥符号,与野牛背向处,一恶狼遁去。画面所表示的含义,可否这样认识:整个动物群在警戒中,狐狼窜而群体立,表现出部族团结的力量。这恐怕是岩画主人的苦心所在。

第二处岩画表示,虎狼将至,群体远避。岩画主人有意将其他动物刻画得若隐若现,远处奔牛打前驱,中有双鹿弱羊,野牛殿后,虎狼在徘徊,作者所反映的意思十分明显。

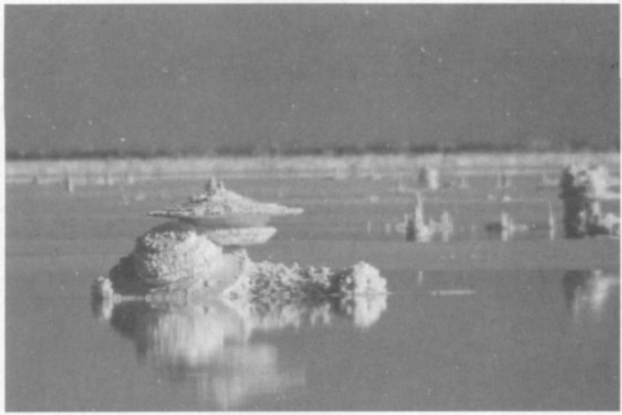
第三处岩画表示了群体大迁徙。前面壮牛开道,牛马豹殿后,中有九峰骆驼,双羊,还有两条狗和两条蛇等。所能解释的是骆驼表示长途艰难跋涉,蛇表示

悄然远遁。群体的方向一致,给人以悲壮之感。

鲁芒沟岩画技法娴熟,寓意深刻,应该说它们是岩画中的佳品。

察尔汗盐湖

是世界上最大的干盐湖。它位于柴达木盆地中南部,东西长 118 公里,南北宽 40 公里,盐层厚度达 70 米左右,总面积 5856 平方公里,湖内富集钾、钠、镁矿藏,伴生有锂、碘、溴等稀有元素,各类盐储量达 580.68 亿吨,仅钠盐储量就达 500 多亿吨,可供目前全世界人口食用 2000 多年。盐湖亦因晶体结构和化学成分不同而产生五光十色的原盐奇观。以钠盐来



说,有的像蘑菇,亭亭玉立,叫蘑菇盐;有的像冰川和溶洞,千姿百态,叫钟乳盐;有的酷似珍珠,透明滚圆,叫珍珠盐;有的瑰丽非凡,叫珊瑚盐等。这些形态各异的盐,令人目眩神驰。这里是盐的世界,有著名的“万丈盐桥”;有我国第一家大型钾镁盐和钾肥生产基地新建在湖上,盐壳上面汽车奔驰,楼房耸立,在阳光折射下宛如海市蜃楼。

都兰寺

都兰寺位于海西蒙古族藏族自治州乌兰县铜普乡东北茶冷公路 10 公里处北侧,始建于清乾隆年间(公元 1736—1795 年),创建者系顾实汗第六子多尔济达赖洪台吉的无孙衮楚克达什(五世班禅罗桑益希的弟子,法名拉尊嘉央嘉措。雍正十三年袭札萨克多罗郡王)。该寺最初为西藏甘丹寺子寺,后几经战乱重



建。上世纪 30 年代起,归却藏寺管辖。该寺建有经堂 3 座,佛塔 1 座。佛塔雄伟壮观,颇具特色,是一件珍贵的艺术品。历史上,该寺曾出过不少名僧,第一世活佛丹江曾被达赖喇嘛封为“呼图克图”,通称“都兰呼图克图”。出身于和硕特蒙古王族的索南达哇,与拉卜楞寺的第十五任法台索南昂杰、第十九任法台索南扎巴同称为安多地区的“索南三尊”。寺内曾藏有全套金字《甘珠尔》大藏经(凡 108 函,每函重 35 公斤)和《般若八千颂》,为寺院珍品。

沙海蜃楼

位于青海省柴达木盆地察尔汗至西北部当金山一带茫茫大漠中,为青海高原奇异景观。每年的 7—9 月间,在晴天的上午 10:00—下午 17:00 时左右,有时会出现此景。远远望去,无垠荒漠的尽头,显现出水泽,并从淡蓝色的水泽中叠化出一座座白色楼宇,且错落有致,时隐时现,变化奇妙。约 8 分钟左右楼宇顶部幻化出一支支似鱼骨天线样的东西,随后楼宇渐少,仅存一汪水带,此后水泽消失,显出沙丘。有时会出现蔚蓝的湖泊,湖畔伴有金黄麦田,也有时会现河流、湖泊等景观现象。沙海蜃楼和海市蜃楼一样,实为不可多现的胜境。

香日德寺(又名班禅行辕)

位于海西蒙古族藏族自治州都兰县香日德镇境内。属格鲁派寺院。

该寺创建于清乾隆四十四年(公元 1779 年),为七世班禅旦白尼玛所建。当时行辕分为两处:一处为

德钦颇章(宗教活动场所),另一处为德钦拉文仁(食宿站)。

1920年,九世班禅由西藏派遣堪青王爷至香日德,在原行辕旧址附近另选址重建,历时四年完工后称行辕为潘科牟令。与此同时,将德钦颇章维修后改称班禅驻西宁办事处香日德站。寺院占地面积50余亩。整个建筑群呈“回”字形,环境幽美,红墙绿瓦,经幢清轮掩映在一片茂密的白杨树林中。

该行辕200多年以来,为历世班禅进出西藏途

中滞留歇居或为信教群众进行摩顶赐福等宗教活动的主要处所,也是举行重大活动之地。香日德班禅行辕在国内外占有重要的历史地位,是西藏政教领袖往来内地的主要驻锡地,在广大的藏族、蒙古族和汉族信教群众中享有很高的声望。但在十年动乱时期,遭到严重破坏。从1984年起,在各级政府的大力支持和十世班禅大师的亲自关心下,政府拨款、信教群众自筹资金,于原址重建了经堂围墙和寺门。

果洛州景点

长江源头

长江是中国第一大河流,发源地位于青海省唐古拉山主峰格拉丹冬雪山西南麓的姜根迪如冰川。



这里到处是千姿百态的冰塔世界,冰塔高数十米,长达数公里,其规模之大,风姿之奇,为其他地方的冰塔林无法比拟。冰塔之间,还错落有冰川湖、冰桥、冰芽、冰针、冰钟乳等,构成了1座绝妙的“水晶林园”,是大自然中鬼斧神工的艺术珍品。长江从源头至自钦曲河口,干流长1206公里,在我省内有当曲、莫曲、勒池勒玛曲、前口曲、楚玛尔河、色吾曲、聂恰曲、德曲等较大支流汇入。干流流经唐古拉山区以及治多、曲麻莱、称多、玉树4县。源头有21座海拔6000米以上的雪山,冰雪覆盖面积达595平方公里。从正源沱沱河至玉树段称为通天河,它向东南缓缓流行

于海拔4000米左右的高原上,地面平缓、开阔,间有低矮丘陵和山区,一般高出河面不到300米,河谷宽广,数十米或数百米不等,河水清澈透亮,沿途多沼泽和滩,成为良好的牧场,通天河至玉树自钦曲河口以下出我省。

黄河源头

黄河是中国第二大河,发源地位于青海省巴颜喀拉山北麓各姿各雅山脚下,正源卡日曲。各姿各雅,藏话,意为雄伟美丽的山。黄河从正源卡日曲至龙羊峡,在近1000公里的流程内,形成了著名的“S”形河曲,所谓的黄河九曲十八弯,其说法始于此。从共和县境内的龙羊峡,经贵德、尖扎、循化、民和县南部出省,在青海省境内干流长1600多公里,年平均



流量 554 立方米 / 秒 ,是省内流程最长、流量最大的一条河。黄河流域是中华民族古代文化的发祥地 ,是中华民族的象征 ,1988 年落成于黄河源头的纪念碑 ,碑体用铜铸造 ,高 3 米 ,宽 2.8 米 ,厚 30 毫米 ,总重 5.1 吨。水泥碑座正面镶嵌的铜板上刻有班禅大师和胡耀邦同志分别题写的藏汉文“黄河源头”字样 ,四边饰以民族特色的图案。背面是玛多县人民政府撰写的碑文。纪念碑呈牛头状 ,古朴粗犷 ,坚定有力 ,象征中国古老文明和黄河子孙 ,表现伟大而又坚强的民族精神。

扎陵湖与鄂陵湖

扎陵湖位于玛多县巴颜喀拉山与布青山之间。与鄂陵湖为黄河源头的“姊妹湖”。形状像只卧着的玉兔。周长 120 公里 ,东西长 35 公里 ,南北宽 21.6 公里 ,面积 526.1 平方公里 ,平均水深 8.9 米 ,总蓄水量



为 46.7 亿立方米。黄河自西注入 ,从东南流出。盛产花斑裸鲤、极边扁咽齿鱼等。西南角有一面积为 1—2 平方公里的鸟岛。

鄂陵湖位于玛多县巴颜喀拉山与布青山之间 ,黄河出扎陵湖东南角 ,向东流 15 公里 ,入鄂陵湖西南角。该湖形状像座金钟 ,湖周长 150 公里 ,南北 32.3 公里 ,东西 31.6 公里 ,面积 610.7 平方公里 ,平均水深 17.6 米 ,总蓄水量为 107 亿立方米。湖中有鸟岛 ,形如瓜籽。湖周围水草茂盛 ,牛羊成群。扎陵湖与鄂陵湖为青海省境内两个最大的淡水湖。

阿什姜贾贡寺

位于果洛藏族自治州班玛县江日堂乡阿什姜村 ,是青海省境内为数不多的几座觉囊派寺院中规模最大的一座。该寺历史悠久 ,当地称之为“三果洛”发祥地 ,有不少的传说和遗迹。相传由赤列南杰始建于元至正二十七年(公元 1367 年) ,原址在现寺东南 3 公里处的山坡上 ,原寺名为“直尕果寺” ,意为“白崖头寺” ,今存遗址。初奉宁玛派 ,后由丹增南杰搬迁寺院于现址 ,并改宗觉囊派。寺院有经堂 3 座 ,实心古塔 3 座 ,僧舍 80 余间 ,另设讲经院和修行院。实心古塔规模宏大 ,造型别致 ,塔高 30 米至 45 米不等 ,塔基为方形 ,上七层 ,形如八角 ,塔顶成日月形 ,整个塔身犹如一尊佛像 ,高大、威严 ,为本省其他地方所罕见。另在距寺东 1 公里的山坳中建有修行院 ,是专供寺僧闭关修行的场所。僧人主要通读有关时轮九神的经典 ,修持六支瑜伽。每年农历正月、四月、八月、腊月举行法事活动。寺内现藏有元代黄铜铸造的尊胜佛母像等珍贵文物。

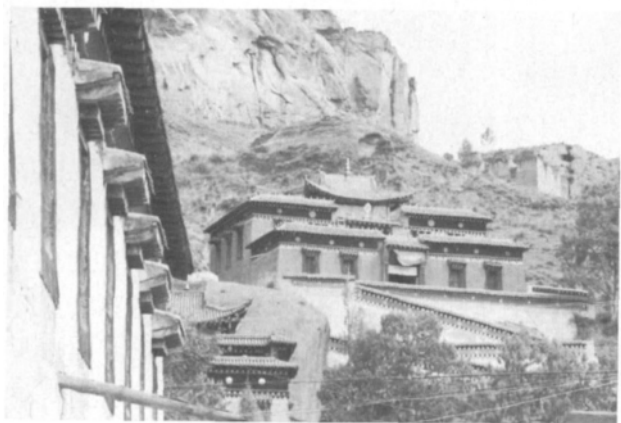
查朗寺

位于果洛藏族自治州达日县建设乡境内。属宁玛派寺院。清光绪二十一年(公元 1895 年) ,由朗智班玛、朗多合嘉措创建。初为帐房寺 ,1913 年始建土木结构僧房。1916 年起开始“坐夏”活动 ,1920 年建立讲经院 ,主要修习吉木盘所著经典。寺院面滩背山 ,有山溪绕寺前而过 ,右侧是巨大的天葬场 ,满山经布飘摇 ,庄严肃穆。是全州影响较大的宁玛派寺院之一。现有寺僧 175 人 ,经堂 1 座 30 间 ,其他房屋 130 间。

拉加寺

拉加寺位于果洛藏族自治州玛沁县拉加乡的阿尼群贡山下 ,地处青南高原黄河北岸的谷地中 ,依山傍水 ,气候温润 ,宜农利牧 ,风景优美。阿尼群贡山山峰如鹭 ,故俗称其为“琼观”(意为鹭峰寺)。

拉加寺初名“扎西功德林”(吉祥广安寺)后改名



“甘丹迥西尼”(具善吉祥源地),又称嘉祥寺。该寺由阿柔格西创建于清乾隆三十四年(公元1769年),原为色拉寺属寺。阿柔格西,名坚赞鄂色(公元1726—1803年),17岁入藏学经于色拉寺13年,受七世达赖指派回青海,主持该寺24年。乾隆五十年(公元1793年),阿柔格西付权于塔尔寺香萨二世活佛主持,后历代香萨活佛就成为拉加寺寺主。香萨系统至全国解放共五世,清光绪年间(公元1875—1908年),清廷曾授“香萨班智达”名号。民国初年,因其赞

共和,国民党政府又封其为“普济法师”,是青海地区很有影响的活佛之一,塔尔寺、隆务寺、德欠寺等寺院均有其府邸。至1958年初,拉加寺有经堂、佛殿12座,昂欠、僧舍等1100间,此外在寺后山坡还建有班禅行宫1处。寺内大小活佛29人,僧官4人,经头4人,寺僧1300余人。全寺占地700余亩,是青海省黄河沿岸牧业区规模最大、最有影响的黄教寺院。现有大小殿堂5座397间,昂欠8座182间,转经房6间,僧舍124间,僧侣396人。设有总领全寺的大经堂“桑托林”,下分五院,即上、下密修院、医明学院、时轮学院和旦正院。大经堂有前厦、面阔5间,进深3间。经堂内面阔9间,进深13间,前部11间为僧众诵经之地,后部2间为供佛场所。阿柔久康面阔、进深各5间,为二层阁楼式歇山顶建筑。小经堂面阔6间,进深8间(含廊厦2间)。

该寺香萨拉让印经院保存《甘珠尔》等木刻经板5万余件。原供释迦、弥勒佛像及金字《甘珠尔》等亦负盛名。

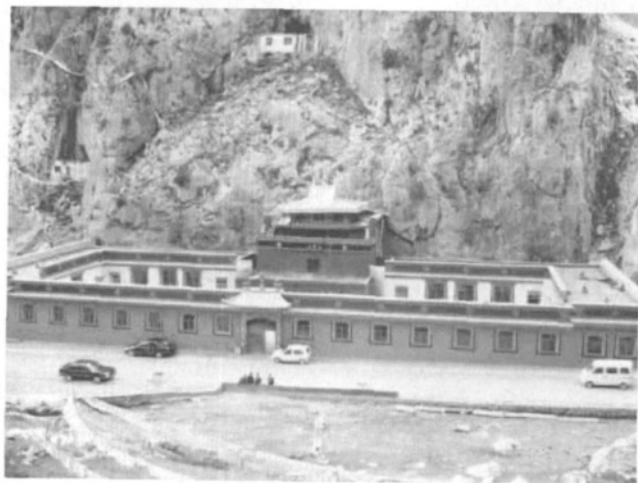
玉树州景点

文成公主庙

藏语称“那巴囊则拉康”。坐落在玉树藏族自治州玉树县结古镇东南的巴塘乡。庙宇坐北朝南,背倚高山,面临清溪。从正面看,它是映在苍松翠柏间的三重檐二角攒尖的建筑,肃静而端庄。庙堂设计巧妙,造型奇特,外表看共分三层,内部实为一堂。底层是双开的大门,第二层是巨大的双扇藏式窗户,第三层又开一排六扇藏式窗户,这两层窗户平时不能开启,完全是一种独出新裁的装饰。

庙堂正上方的岩壁上,浮雕有九尊巨幅佛像,佛像由两只背向伏卧的雪狮驮着,呈莲花座状。宝座又由两根粗大的木柱相支撑。莲花座正中,是名大日如来佛的主佛像,左右各侍立4尊菩萨。分上下两层,

右上为普贤、金刚手;下为文殊,除盖障;左上为弥勒、虚空藏,下为地藏,观世音,共为八大近侍弟子像。据《西藏王统记》中载:“公主与诸臣已抵丹玛岩,



即将慈氏七肘之像与普贤行愿品刻于岩上”，即指在这里所雕刻的上述9尊佛像。根据结古寺名僧桑杰嘉措所著《大日如来佛记摩崖释》记载，大日如来佛像有25肘高，身着汉圆满极身佛的服饰，双手禅定，吉祥地端坐于莲花狮座上，身后陪衬有菩提树、宝伞和幡幢，显得庄重而美观。八大近侍佛子足蹬莲花，手持不同的法器，以不同的手势，按汉式姿势立于主佛两侧。整组浮雕像，依山就势，安排巧妙，五彩缤纷，线条分明，工艺精细，栩栩如生，表现了古代劳动人民高超的雕刻艺术水平。

文成公主(公元?—680年)唐太宗养宗室女。贞观十五年(公元641年)与吐蕃赞普(国王)松赞干布联姻。据说，玉树县贝纳沟是文成公主远嫁吐蕃途中停留时间最长的一个地方，在这里，当地藏族头领和群众为她举行了进入吐蕃地界以来第一次极为隆重热烈的欢迎仪式，文成公主深受感动，决定多住些日子，并亲率工匠、艺人在沟内的悬崖峭壁上浮雕凿刻了各种佛像。文成公主庙的九尊佛像就是当时雕凿下来的，文成公主还用汉字“亲自撰文著述其事”刻在佛像右侧的石壁上，因年代久远，加之风雨侵蚀，大部分已模糊不清，仅能辨认的“波罗密多……”几个字，大约是“心经”上的断句，字体是端整的隶书，浑厚纯朴，颇具古风。

“文成公主庙”在唐蕃关系史上有着重大史料价值，它有力地证明了1300多年前文成公主远嫁吐蕃赞普松赞干布就是从长安(今西安)西行，经甘肃、青海到达西藏拉萨。唐蕃结秦晋之好，揭开了唐蕃关系的新篇章。从此，双方使者往来不断增加，人民之间接触日益频繁，一条唐蕃之间的友好大道——唐蕃古道，就这样形成了。

唐蕃联姻后，数次会盟。现于拉萨大昭寺门前的唐蕃长庆和盟碑的碑文尽管已经漫患不清，但两家永世和好的愿望却一直延续至今。唐明皇李隆基时，唐蕃曾于赤岭(今日月山)建立经济往来关系，即茶马互市。据史料记载，文成公主进藏时带有“诸种花缎、锦、绫、罗诸色衣料两万匹”。由于当时吐蕃人还没有蚕织业，所以丝织品进入藏区之后，立即博得藏族人民的青睐。据说，文成公主和她的侍女曾帮助吐蕃妇女改进纺织技术，并将汉式传统的丝织图案，成功地运

用于地毯纺织和毛纺织中去。在她的影响下，汉族制碾磨、陶器、纸、酒等工艺及历算、医药等陆续传入吐蕃，对吐蕃经济、文化的发展，汉藏两族人民友好关系的加强，做出了重要贡献。

在汉族先进的生产技术和文化传入吐蕃的同时，吐蕃文化、风俗等也不断传入内地，藏族的乐器羌笛，一时成为长安的时尚之物。唐代诗人白居易在其《时世状》一诗中云：“元和收梳君记取，鬓堆面赭非华风”，这两句诗，正是汉人“衣蕃服、从蕃俗”情况的真实描述。

作为揭开汉藏友好往来史上第一页的文成公主和松赞干布已成为历史人物，但他们为此而做出的业绩和贡献，为汉藏两族人民永世不忘。

“文成公主庙”，据说是金城公主修建的。唐中宗景龙四年(公元710年)，唐蕃再次联姻，金城公主婚配藏王赤德祖赞而路过贝纳沟时，见原文成公主主持雕刻的佛像被风雨剥蚀，遂令随从盖一殿堂，并赐名“文成公主庙”。以后这座庙宇便被人们保护下来，作为纪念文成公主不朽业绩的历史见证。因该佛堂已成为汉藏友谊的象征，为历代汉、藏人民所珍视。解放后，人民政府曾多次拨款进行修葺，1957年，经省人民政府批准，列为青海省级重点文物保护单位。现在，每年都有众多的中外游人到此观光，已成为青海省的重要旅游景点。

黑颈鹤之乡——隆宝滩

位于我省玉树藏族自治州首府结古镇西南80公里处，系国家级自然保护区。这里雨量充沛，溪流纵横，沼泽遍地，水草肥美，许多软体两栖爬行动物生活在沼泽和水草之中，为鸟类的栖息繁衍创造了良好的自然条件。夏季雨季到来时，隆宝滩是一片水城，草滩被分割成无数的沼池和“小岛”，人畜无法接近。每年4月初，许多珍贵的候鸟从我国南方和东南亚飞到这里繁衍后代。如黑颈鹤、斑头雁、棕头鸥、赤麻鸭、秋沙鸭、雪鸡等十多种禽鸟在这里筑巢产卵、孵化，30天后幼鸟破壳而出，跟随其母觅食嬉戏，隆宝滩成了鸟的乐园。黑颈鹤是国家一级保护动物，隆宝滩已成为黑颈鹤主要繁殖区。据统计，全世界有黑颈鹤900



多只,我国现有 100 多只,而隆宝滩就有 80 余只。黑颈鹤是一种极为罕见的鹤科候鸟,体格高大,形态优美,具有较高的观赏和科研价值,被藏族同胞视为吉祥的神鸟,也是我省的省鸟。

隆宝滩黑颈鹤自然保护区,地处藏族歌舞之乡的玉树藏族自治州,同时,它又是唐蕃古道的必经之地,每年有众多的旅游者不辞艰辛,千里迢迢来到隆宝滩参观、拍照。据不完全统计,近几年玉树藏族自治州共接待入境旅游者和国外游客几万人次,隆宝滩成为其中大部分人参观游览的必选之地。

勒巴沟佛雕及其石刻

勒巴沟位于玉树藏族自治州首府结古镇附近巴塘乡的通天河畔,沟深约 8 公里,该沟共分布着 6 处唐代佛雕及石刻。

佛雕人物造型有释迦牟尼、飞天、供养人等,还有古藏文石刻。释迦佛像上身袒裸,下身为出水式服饰,

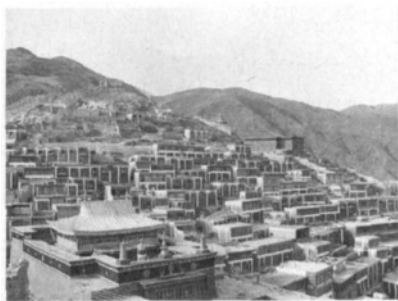


供养人均均为宽衣褒带,为岩摩技法。雕像最大者高约 5 米,最小者约 2×3 平方米。雕刻中的佛、菩萨、香客、瑞兽等形象洋溢着浓重的宗教气氛,对研究青海地区的佛教艺术及文成公主远嫁吐蕃等史实的考察提供了珍贵资料。

勒巴沟有很多大小不等的石堆,每一处都刻有《忏悔经》和《六字真言经》等经文。不远处有一座宝塔,宝塔对面两处岩壁上分别刻有几尊佛像,右侧有一尊左手持花朵的佛像据说是弥勒,其右刻有四个供养人像。其中 3 人作站立状——第一人手持托食盘,中立者(形似中原古代汉族妇女)手持鲜花,第三人随立前二者之后,另一人作跪地状,拟为敬献食品的情形。左侧有释迦牟尼及其侍者像,还有老虎、大象、鹿、马和人等在转法轮的画像,没有文字。从勒巴沟口向里行进 1 公里多石窝棚的两块平面岩壁上刻有几尊神佛像,或呈慈祥或呈忿怒相,神态各异,并有《无量寿佛经》经文计 15 行多,《般若经》经文计 27 行,都是古藏文。再往沟内行进 1 公里的左侧石崖前有 1 座很大的石堆,石面刻有《忏悔经》、《行愿经》和《六字真言》等,在一棵枝干粗大、枝叶繁茂的柏树后面岩壁上雕有凸形佛像之下,刻有“向大日如来佛、持金刚与救度母膜拜!马年吉日”等字样。勒巴沟的唐代佛雕和石刻,是唐蕃古道汉藏文化交流的历史见证。

结古寺

位于玉树藏族自治州首府结古镇。该寺建于明洪武三十一年(公元 1398 年),是玉树地区最大的萨迦派寺院。寺院依山势而建,殿堂僧舍错落有致,远远望去,似多层楼阁耸立,气势雄伟壮观,最盛时僧众达 1000 余人。该寺活佛嘉那朱古曾于结古镇以东新寨村的东面山坡上修建嘛呢堆,人称“嘉那嘛呢”。该嘛呢堆由刻有六字真言的嘛呢石垒成。随着历年增添,体积越来越大,至 1955 年,嘛呢石有 25 亿个之多,有“世界第一大嘛呢



堆”之称。历史上,该寺以建筑宏伟,寺僧众多,文物丰富,多出学者而出名。寺内藏有八思巴所赠释迦牟尼唐卡、护法面具和檀香渡母、古印度铃杵、宝刀等文物。

龙喜寺

位于玉树藏族自治州玉树县下拉秀乡政府所在地的牙夸山根。是玉树地区最大的藏传佛教格鲁派寺院。吐蕃早期,这里有座本教帐房寺院,故称之为“本嘉玛”。约在唐会昌二年(公元842年)吐蕃赞普达磨灭佛,西藏僧人拉隆贝吉多杰刺杀达磨,逃来安多,途经下拉秀龙喜滩,曾在此一度停留活动。今寺周围的拉隆沟和拉隆蒙郭山名称之由来,盖源于此。后来,藏传佛教进入后弘期,在昌都直贡噶举派名僧雄蚪的组织下,曾扩建龙喜寺,并改宗直贡噶举派。公元十八世纪中叶,格鲁派进一步兴起,拉秀百户晋美贡却才台与七世达赖喇嘛取得联系,将该寺改为格鲁派寺院,此后,发展更加迅速,最盛时有活佛13名,僧侣达千人。该寺在历史上曾多次被毁,现有殿堂3座,活佛院2处,寺僧100人。

觉让寺

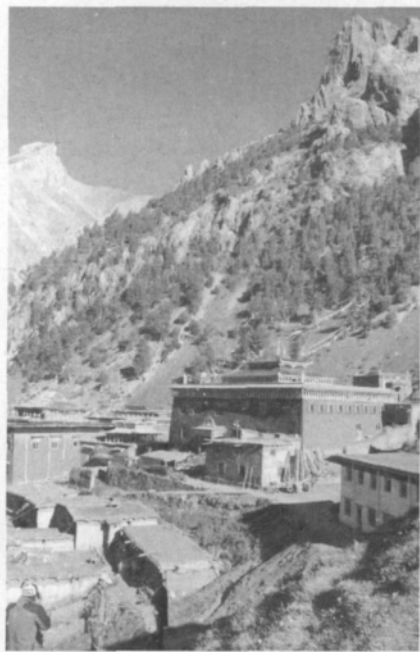
位于玉树藏族自治州囊谦县觉拉乡政府所在地,又称“觉拉寺”,由巴绒噶举派僧人隆热帐巴坚赞初建于公元十四世纪。初建时,得到巴绒噶举派创始人达玛旺秋弟子直希热巴的授意和第一代囊谦千户贡巴阿吾的支持。直希热巴曾任西夏帝师,声势显赫,一度住觉让寺,并在该寺圆寂,寺内一直保存着作为



权力象征的直希热巴印章。明代,六世活佛巴热求鄂赛主持寺务期间,明朝册封巴热求鄂赛,赏戴白黄色翎冠,白色代表政,黄色象征教,即授权管理政教。从此,成为政教合一的寺院,享受各种权益,免交一切赋税,寺院亦定期为朝廷皇室诵经祈福。这种情况一直延续到民国初年。寺院现有经堂1座,僧舍等房270间,僧侣200余人。原有4个活佛系统,均由其创建者隆热帐巴坚赞这一主要系统所派生,主系至今共传16代,一至三世为师徒相传,从三世起实行活佛转世制。寺内藏有忽必烈赐给隆热帐巴坚赞的佛陀12岁等身铜像、明廷所赐白法螺、18部黑纸金字大藏经、用象牙精雕的金刚亥母像、用直希热巴心舌眼装藏的塑像以及传说曾被格萨尔使用过的“直藏楞耶响”宝刀等物。该寺文物丰富精美,吸引着众多朝拜者观光、游览。

达那寺

位于玉树藏族自治州囊谦县吉尼赛乡南达那山山腰。初为本教寺院,宋乾道七年(公元1171年),帕摩竹巴弟子桑结巴·伊西则于喀木建成叶巴寺,从这里发展出叶巴噶举派。此后在宋



淳熙十五年(公元1188年),伊西则改建原本教寺院为叶巴噶举派寺院。初建有100根大柱的大经堂一座,后来不断扩建,下辖2座属寺。现存达那寺有殿堂3座。该寺最大特点是,虽为藏传佛寺,却不实行活佛转世制,世代从学经优异、威望较高的寺僧中选拔住持,住持称之为“叶巴弟子”,至今历十二任。寺与格萨尔紧密相连,寺内原建有格萨尔经堂1座,堂

内塑有9米高的格萨尔像,其部将吉本和贾察的塑像分列两侧,像身略低,格萨尔塑像前供放着传为格萨尔和贾察的宝刀;南侧,有珠牡的各式腰带,其中海螺腰带尤为珍贵,墙上满挂着传为格萨尔及其30员部将的武器、盔甲、衣服,以及第九、十世噶玛巴活佛献给格萨尔塑像的内地锦缎哈达。由于此故,又称为“岭国寺”,在藏区颇有影响。寺院西边的龙保山上,群石林立,传说有格萨尔及其部将的墓葬塔,上镌各色藏文字,可惜风雨磨砺,字迹难辨。因该寺风景秀丽,历史悠久,名称奇特,与印度那达寺齐名,认为朝拜了达那寺,犹如亲临印度佛教圣地,故朝拜者纷至踏来,络绎不绝。

尕藏寺

位于玉树藏族自治州称多县称文乡境内,由八思巴的亲授弟子阿尼当巴衮噶扎巴创建于南宋咸淳六年(公元1270年)。寺院建成后,阿尼当巴衮噶扎巴以八思巴所赠释迦佛像、金银汁写的大藏经及金梵塔等为寺内主供神物。此后,八思巴曾向该寺颁赐命书一道,要求当地属民须向寺院贡纳赋税,规定任何人不得侵犯寺院,并赐给阿尼当巴衮噶扎巴主管



当地政教的象牙章和白檀木章各一枚。在元王朝和八思巴的扶植下,该寺发展迅速。元代最盛时,寺院建筑纵横10余里,寺僧1900余人。清代以来,该寺屡遭兵乱侵扰,寺势渐衰。现有殿堂4座,昂欠1院,

僧舍60间。每年藏历二月、四月、十一月、十二月举行大型宗教活动。该寺以西藏萨迦寺为母寺,寺僧须去萨迦寺朝拜学经、受比丘戒,方称之为“扎哇”;一般沙弥,则为“班德”。寺内文物丰富,有唐代铸造的释迦牟尼佛像、明代洪武年间绣制的跳欠舞衣等,现为省级文物保护单位。

拉布寺

位于玉树藏族自治州称多县拉布乡的嘉日僧格



昂却山麓,寺前有玛嘉山,寺后有叶热公嘉山,皆为该寺神山,早期,该寺是座萨迦派小寺。明永乐年间,宗喀巴弟子代玛堪钦元登巴来这里传经说法,在当地拉布头人尼玛本的协助下,于永乐十六年(公元1418年)改建原萨迦派小寺为格鲁派寺院。代玛堪钦学识渊博,颇得信徒崇敬,明王朝亦曾赐给他佛像和禅杖等法器,因而寺院发展很快,并将今玉树县原属萨迦派的嘎热寺和让娘寺收为子寺。约在清道光年间,活佛吉热多杰入京觐见清朝皇帝,得到丰厚赐赠,被任命为拉布族百户,管理当地行政事务。同治十二年(公元1873年)清廷赐“普济寺”匾额。至此,该寺进入全盛时期,寺僧增至400人,下辖18座属寺。现有经堂2座,僧舍70间。并于每年藏历正月、二月、五月举行规模盛大的法会。