



龙飞, Long Fei. 2558. “湄公河之源—澜沧江流域民俗文化研究 การศึกษาวัฒนธรรมท้องถิ่นลุ่มน้ำแม่น้ำ澜沧江 - ต้นกำเนิดแม่น้ำโขง” ใน วารสารวิถีสังคมมนุษย์. ปีที่ 3 ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน. หน้า 44-55.

# 湄公河之源—澜沧江流域民俗文化研究

การศึกษาวัฒนธรรมท้องถิ่น

ลุ่มแม่น้ำ澜沧江 - ต้นกำเนิดแม่น้ำโขง



龙飞

Long Fei



ที่มาภาพ : <http://www.tour-yunnan.com>

---

\* รองศาสตราจารย์ สาขาวิชาจีนธุรกิจ มหาวิทยาลัยราชภัฏกาฬสินธุ์โดยความร่วมมือระหว่าง  
มหาวิทยาลัยราชภัฏกาฬสินธุ์ และ GUIYANG UNIVERSITY

## 摘要

一方水土养育一方人。民俗文化的形成与特有的地理环境密不可分，民俗文化也会深深打下地域环境的烙印。澜沧江作为湄公河的源头流段，其流域内生活着汉族、藏族、羌族、白族、傣族等十余个民族，这些民族同饮一江水，共享一条河，在历史的长河里逐渐形成了各自独特的民俗文化，这众多的民俗文化相互交融，互为影响，从而形成了璀璨无比的澜沧江流域民俗文化。

**关键词：**澜沧江 / 流域 / 民俗 / 研究

## บทคัดย่อ

น้ำและดินของแต่ละภูมิภาคย่ออุ่นเลี้ยงดูผู้คนในภูมิภาคนั้น ลักษณะของสภาพแวดล้อมและภูมิประเทศสัมพันธ์ต่อการก่อตัวเป็นวัฒนธรรมท้องถิ่น ในขณะเดียวกัน วัฒนธรรมท้องถิ่นก็ฝังลึกในรากวิถีชีวิตของคนเขตภูมิภาคนั้น แม่น้ำหلانชางนับว่าเป็นต้นกำเนิดของแม่น้ำโขง ทั้งยังเป็นแหล่งน้ำที่ให้ผลผ่านและสะท้อนวิถีชีวิตของผู้คนกว่า 10 ชนชาติที่อาศัยบริเวณนั้น อาทิ ชนชาติยื้ัน ชนชาติธิเบต ชนชาติเตี้ยงจู ชนชาติไปจู ชนชาติไตรี เป็นต้น ซึ่งชนชาติเหล่านี้ล้วนอาศัยแม่น้ำสายเดียวกันในการอุปโภคบริโภคและจัดประเพณีพิธีกรรมที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิต ส่งผลให้วัฒนธรรมท้องถิ่นที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละชนชาติคือฯ ผสมผasanคลุกเคล้าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันอย่างลงตัวจนก่อเป็นวัฒนธรรมท้องถิ่นที่โดดเด่นของชนเผ่าลุ่มแม่น้ำหلانชาง

**คำสำคัญ：**แม่น้ำหلانชาง, ลุ่มแม่น้ำ, ประเพณี, การศึกษา

## Abstract

A place to land and water would bring up the place's person. The formation of culture of folk custom is relate with unique geographical environment. The culture of folk custom also Leaved deep mark on the

geographical environment. Lancang River as the source of the Mekong River, there lived the Han, Tibetan, Qiang, Bai, Dai etc more than ten national, these nations drinking the water of the same river and enjoying the same river, in the long river of history, they gradually formed a unique culture of folk custom. The numerous cultures of folk custom blend mutually, influence each other, Eventually they had formed a brilliant lancang River's folk custom culture.

**Keywords:** Lancang River, Basin Folk, custom Research

## 引言

澜沧江是湄公河在中国境内的称谓，是湄公河的源头流段。它从青海省唐古拉山北侧的扎纳日根山脉查加日玛峰南坡发端，奔流而下，一路向南，沿途不断汇聚其他支流，流经西藏、云南，后在云南省西双版纳傣族自治州勐腊县内出境，流入老挝后始称湄公河。澜沧江在中国境内全长为2139米，流域面积达约16.5万平方千米。这条被誉为“东方多瑙河”的“亚洲第一长河”润泽了广阔的土地，哺育了沿岸万千生灵，同时孕育了独具特色的长河文明，沿河两岸丰富多彩的民风民俗让人叹为观止，异彩纷呈。

## 一、青海省境内澜沧江流域的民俗文化

据中国科学探险协会组织1999年“澜沧江源头科学探险考察队”的考察确认，澜沧江的源流在青海省唐古拉山有南北两个源头，即南源扎那曲和北源扎阿曲，其中发端于青海省玉树藏族自治州杂多县果宗木查山的扎阿曲为其正源，就是从这座海拔5,514米的神山开始，澜沧江开启了它源远流长的脚步。

在青海境内，澜沧江的源流扎那曲和扎阿曲在朵那松多汇合而成为扎曲河，它流经了玉树州的扎多县和囊谦县，因此，扎多县和囊谦县也就成了澜沧江源头的两个流域。这两个县都是以藏族为主的少数民族自治县，当地百姓把扎曲河视为生命之河，把孕育这条河流的唐古拉山视为神山。在藏传佛教中，深邃的雪山是神圣的，它孕育了万物，充盈着佛祖的灵魂。为了表达对神山的敬仰，对佛祖的虔诚，每年这里都会举行一个盛大民俗活动：“天下神山公祭日”，该活动在每年的7月1日举行，历时二十多天，活动主要由扎多县、囊谦县的左青寺、斯日寺、扎西拉武寺、噶尔寺等几个藏传佛教寺庙组织，其中又尤以囊谦县的噶尔寺组织的最为盛大。神山公祭本就是发端于噶尔寺，相传在公元700多年前，该地区频遭天灾，神山冰山常崩，那曲河泛滥成灾，猛兽也袭击居民，民不聊生。僧人莲花大师特来此地，修行镇魔祛灾，在他的修行感召下，百姓终于能够得以远离灾祸，安居落业，为了纪念莲花大师，也为了使藏传佛教能够得以流传，公元1200年，由著名高僧噶尔当巴秋登在囊谦县兴建了噶尔寺，并规定每年7月1日为“天下神山公祭日”，这一天，各地各族民众都会聚集到当地的寺庙，听经拜佛，焚香祈福，场面庄严肃穆，热闹非凡。而之后的二十天，则是各寺院组织僧侣进行声势浩大巡山、净山活动，主要是祭拜神山，同时查巡神山，宣传神山圣水的重要性，保护野生动物，从而保护赖以生存的山川河流自然环境，这一宗教民俗活动沿袭了上千年，成为这一流域重要的民间民俗活动之一。

在这一地区，还有一个盛大的民俗活动就是“赛马会”。扎曲河奔流不息的河水灌溉了沿河两岸肥美的牧场，使得这一地区的牧民能够得以丰衣足食，为了庆祝丰收，在每年的7

月25日至8月1日，在这一地区会举行隆重的“赛马会”，活动的内容以“赛马”为主，期间也有当地各族人民的独具特色歌舞表演，内容丰富，极具观赏性。如今，赛马会也从玉树州传播开去，成为了青海省各个牧区的一项重要民俗活动之一。

## 二、西藏境内澜沧江流域的民俗文化

澜沧江源流扎曲河流出青海省后，进入西藏自治区昌都市境内，在此汇合了另一条河流昂曲河后始称澜沧江。其干流在西藏境内共流经了昌都、察雅、左贡、康芒等地，总长度约465公里。在这一流域，澜沧江沿岸的民俗文化更是深深烙下了藏族文化的烙印，体现出鲜明的藏族文化特色。

和青海省源流地一脉相承的藏传佛教祭祀“神山”的民俗活动在西昌地区则成为了“仲确节”，“仲确节”藏语意为“修行仪轨节”，始于公元1326年藏历6月15日，迄今已有680多年的历史，相传乌金贡布大师为庆祝查杰玛大殿竣工这一佛门盛事，酬谢被邀的内地汉族工匠和尼泊尔、印度等国外的工匠及众教徒，举行了隆重的落成典礼，四方信徒闻讯赶来，争相顶礼膜拜。由此，每年的6月15日即为该地区拜祭神山、拜佛许愿的节日，在这一天，人们都会穿着节日盛装，带上青稞美酒，扶老携幼，纷至沓来转祭当地神山，朝拜路边的各种圣迹。除了这些宗教拜祭活动外，还举行赛马、拔河、抱沙袋以及跳卓舞、羌姆舞、服饰表演等丰富多彩的文体活动，如今更是多了一份现代气息。整个“仲确节”规模宏大，参与活动人数众多，每年都逾十万余众，成为了该地区不可或缺的民俗传统节日之一。

昌都地区另一重要的民俗文化就是锅庄舞。锅庄舞是藏族的一种民间舞蹈，通常在节日或农闲时跳，跳舞的男女

围成圆圈，自右而左，边歌边舞。锅庄舞也有着悠久的历史，早期的锅庄舞叫“果桌”，是西藏奴隶社会时期进行盟誓活动时进行的一种舞蹈，后来逐步演变成为歌舞合一的表现形式。

《清史稿·乐志》音译为“郭庄”，近代有称“歌庄”，《卫藏通志》说它是围着支锅石桩而舞的意思，故名为“锅庄”。《西藏舞蹈概说》载：以前的康定一带，有一种商业性组织叫“锅庄”这类商行收购土产，代办转运设，沿途过往的藏族商人常常旅居于此。晚上，他们就在在院内旷地垒石支锅熬茶抓糟袍，茶余饭后不时围着火塘歌唱跳舞，以驱一天的劳累与疲乏，保持旺盛的精力，适应恶劣环境。昌都作为锅庄发源地，其继承和发展有着深厚的民间基础，历久弥新，不仅传统锅庄得到了继承，而且随着时代的变迁和发展，锅庄也被赋予了更丰富的时代内涵。2001年，昌都县被西藏自治区人民政府命名为“锅庄艺术之乡”，传统的民间艺术在新时代迸发出了新的生命力。

另外，该流域还有著名的民间民俗文化芒康弦子舞和察雅藏戏。弦子舞，藏语称之为“谐”，译为“圆圈舞”。芒康弦子是昌都地区著名的民间舞蹈之一，是集诗、琴、歌、舞为一体的传统民间综合艺术。芒康弦子一般在劳动之余、节假日、婚嫁集会等时候跳得最多，在芒康，无论是城镇还是乡村，无论是老人还是孩童，只要听到胡琴声，就会忘情地跑去结队跳起欢乐的弦子舞。芒康弦子已于2006年被列为首批世界非物质文化遗产名录。察雅藏戏原名为香堆藏戏，是藏区最有名的“蓝色面具派”的流派藏戏之一，也是昌都地区有名的三县藏戏之一，具有很高的历史研究价值，也是察雅县群众特别喜欢的戏种。察雅县藏戏主要剧目有《罗登西绕》、《赤美滚丹》、《卓瓦桑姆》等。

### 三、云南境内澜沧江流域的民俗文化

澜沧江源青海，经西藏，一路滚滚向南，在西藏的昌都下盐井进入中国云南境内的德欣县。从流域面积来看，澜沧江在云南境内穿越的行政区域最多，流程最长，干流总长度为1216公里，其沿岸呈现的民风民俗更是多姿多彩，美妙绝伦。澜沧江在云南境内先后经迪庆藏族自治州、怒江傈僳族自治州、大理白族自治州、保山市、临沧市、思茅市、西双版纳傣族自治州等7个地州市，而这7个地州市大多为少数民族自治州，具有独特的少数民族风情。

迪庆藏族自治州是云南省境内唯一的一个藏族自治州，该州的民俗文化与西藏昌都民俗文化一脉相承，在内容上也大同，主要是藏族的弦子、锅庄、热巴等。祭祀神山的藏传佛教节日在这里叫做“登巴节”。“登巴节”又称“登巴日吉”、“登巴支安”（“登巴”藏语意为“七月”；“日吉”藏语意为转山，从苯教的内涵有祭拜百兽之王“虎神”之意；“支安”即十五），故该节日举行的时间是每年的农历7月15日，这一天，人们都会前往寺庙、神山等圣迹之地，焚香拜佛，祈求安康幸福、六畜兴旺、来年风调雨顺，这是云南省迪庆藏族自治州香格里拉县尼汝村的藏族同胞最具特色、最为盛大的节日之一。此外，在迪庆还生活着傈僳族和纳西族、汉族，傈僳族的阿尺木刮，纳西族的阿卡巴拉，汉族的从中原流入的大祠戏等也是该州很具特色的民俗文化之一。

澜沧江进入怒江傈僳族自治州后养育了云南特有的一支少数民族即傈僳族，傈僳族为氐羌族后裔，是藏缅语族的一支，具有鲜明的民族特色。傈僳族民俗丰富，节日众多，规模较大的有“阔时节”、“澡塘会”、“刀杆节”、“新米节”、“射弩会”、“拉歌节”、“火把节”、“收获节”等。“阔时节”，又称“盍

什节”。“阔时”是傈僳语的音译，意思为“岁首”、“新年”，实则傈僳族的新年节，是傈僳族最隆重的传统节日。该节日是傈僳族通过对物候的观察来决定节日日期，所以节日日期不确定，大致在公历的12月下旬至第二年1月间举行。“阔时节”在饮食方面有很多讲究，为祈求五谷丰登和合家平安，家家户户都会用第一次春出的籼米或糯玉米制作成粑粑，然后把粑粑悬于树上作为祭品祭供自然神和先灵，他们还会拿出一些喂给家养的狗狗以示感恩（因民间传说是狗把五谷带到了人间）；同时还将第一次春出的粑粑喂牛，以感谢牛帮助人类耕地换来五谷丰登；“澡塘会”也是该地区最为热闹的节日之一，由于当地有着丰富的地热资源，温泉遍布，故有了这个节日。“刀杆节”也是很隆重的一个节日，时间是在傈僳族农历2月8日，相传是为了纪念一位对傈僳族施以重恩的古代汉族英雄。傈僳族人民把这位英雄献身的忌日定为自己民族的传统节日，并用上刀山、下火海等象征仪式，表达愿赴汤蹈火相报的感情。刀杆节这天，几名健壮男子先表演“蹈火”仪式。他们赤裸双脚，跳到烧红的火炭堆里，表演各种绝技。第二天，他们把磨快的36把长刀，刀口向上分别用藤条横绑在两根20多米高的木架上，成一刀梯。表演者空手赤足，从快刀刃口攀上顶端，并在杆顶表演各种高难动作。如今，这项惊险的传统祭奠仪式，已演变为傈僳族好汉表演绝技的体育活动。

澜沧江流经的云南省保山市、临沧市和普洱市，都是以汉族为主同事杂居其他少数民族的行政区，其民俗风情总体以汉族文化为主，其中保山的端午花街是保山地区传统的盛会，时间是在每年农历5月5日即端午节举行，届时有花卉数十万盆，满城都是鲜花，争奇斗艳，白花争鸣，游客如织，蔚为壮观；另该流域内汉族春节也过的别具一格，也是最为

隆重的节日，通常由“杀年猪”、“扫烟尘”、“守岁”、“吃元宝”、“叫财门”等一系列新年活动组成。

澜沧江在中国境内的最后一站是在西南边陲的云南西双版纳傣族自治州。西双版纳在傣语中的意思是“理想而神奇的乐土”，西双版纳傣族，被称为水的民族。民谚说“泡沫跟着波浪漂，傣家跟着流水走”、“水创世，世靠水”，在傣族人心目中，水是孕育万物的乳汁，是生命之源。傣族的创世史诗《巴塔麻嘎捧尚罗》中塑造的开天辟地的英叭天神，用水混合其他物质造就了人类赖以生存的地球。傣族法典中规定：“建勐要有千条河”，丰富水源是傣族选址建寨定居的重要条件之一，几乎所有傣族村寨都傍水而建，可见傣族与水有着割不断的深情，也正为此，“桑勘比迈”节即泼水节便成了这里最为盛大的节日，每年的泼水节于4月13-15日举行，被誉为“东方狂欢节”，活动的高潮即是欢快的泼水狂欢，人们在空旷的街道上互相泼水，打闹嬉戏，信奉“湿透全身，幸福一生”的古训，肆意泼洒，欢快无比。除此之外，节日期间还会举办祭佛、丢包、放高升、划龙舟等活动。

在西双版纳州，除了居住着主要的傣族外，还有哈尼、拉祜、布朗、基诺、瑶族等少数民族，他们也各自有着自己本民族的传统民俗节日。哈尼族的“嘎汤帕”节是他们的传统节日，节日日期是在每年的公历1月2日至4日。人们会在节日期间舂糍粑，祭家神、办酒席。男女青年邀约上山采野花、摘野果；拉祜族的传统节日就叫“拉祜族”节，时间与汉族春节相同，主要活动有家家户户舂糯米糍粑过节祭祀，正月初一早晨去山泉“抢新水”，抢到第一桶水会一年四季平安富足，正月初一至初三是过女人年，由男人招待客人，操持家务，女人尽情玩耍休闲，正月初四至十六为男人年，纵酒欢歌，由女人操持

所有家务；布朗族的传统节日叫“豪瓦萨”节，也叫关门节，节日是在公历7月中旬举行，每家每户家族都要举行“松玛”（忏悔）仪式，祈求来年平安无事，消灾免难；基诺族的传统节日叫“物懋克”节，节日在每年公历2月6日至8日，节日期间会举行剽牛、备耕、打铁、铁匠收徒传艺等仪式；瑶族的传统节日叫盘王节，也称“跳盘王”或“还盘王愿”，节日时间是在每年农历的10月16日，“盘王”即“盘瓠”，它是瑶族的祖先和图腾的象征，瑶族人民会在这一天举行盛大的祭祀活动来祭奠盘王。

#### 四、结语

就这样，澜沧江从海拔五千多米高的唐古拉山出发，在中国境内奔泻了两千多公里，沿途润泽了广袤的土地，养育了数十万各族人民，他们依靠澜沧江的恩泽，精心打造着自己的家园，同时开创了独有的长河民族文化。最后，澜沧江在云南西双版纳州的勐腊县出境，以湄公河的身份继续一路高歌猛进，流经缅甸、老挝、泰国、柬埔寨、越南，最终注入太平洋，沿途又哺育了20多个民族。河岸两边的各族人民同饮一江水，共享一条河，相互依存，相互融合，创造着各具特色的民族文化，最终汇聚成了璀璨无比的湄公河长河文明。

#### 参考文献

- 青海地志略：康敷鎔，台湾成文出版社，1986.
- 西藏通史：陈庆英、高淑芬，中州古籍出版社，2003.
- 云南志校释：赵昌甫，中国社会科学出版社，1985.
- 民俗文化研究：色音，知识产权出版社，2010.

- 云南少数民族传统文化研究：杨志明，人民出版社，2009.
- 澜沧江（湄公河）正源问题：周长进、关志华、冷允法，水利水电科技进展第20卷  
第3期，2000.
- 迪庆香格里拉藏族：勒安旺堆，民族出版社，2006.