

真实生活的抒情体现 情感需求中审美表达 ——藏族民歌中的民俗事项透析

栗 军

内容摘要: 藏民族是一个能歌善舞的民族, 他们用口头民歌来记录民间历史。藏族民歌中所呈现的民俗特征极为丰富多彩, 并体现在民俗生活的方方面面。本文从口头民俗、风俗民俗和物质民俗等三大民俗类型入手, 深入分析了藏族民歌中的各种民俗事项, 从中可以看出藏族民歌表达了藏族人民最本真的生活状态, 也反映了他们真诚的情感需求, 以及藏民族千百年来所形成的具有西藏地域色彩的独特审美追求。

关键词: 藏族民歌; 民俗; 真实; 审美表达

作者简介: 栗军, 西藏民族大学文学院副教授。主要从事中国少数民族文学研究和西藏文学研究。邮箱: xzmylijun@163.com

Title: Lyric Embodiment of the Practical Life and Aesthetic Expression of Emotional Aspirations – an In-depth Analysis of the Folk Items in Tibetan Folk Songs

Abstract: The Tibetans are a music and dance loving group of people, who uses oral folksongs to record the history of their race. These songs provide rich and colorful descriptions of the unique characteristics of the Tibetan people, as manifested in all aspect of their everyday life. This paper is an in-depth analysis of the various elements embodied within the Tibetan folksongs, through the examination of three distinct genre, namely, oral, custom and material folklore. From these folksongs we get a glimpse of the most basic elements that constitute Tibetan way of living, of how the Tibetan express their sincere emotional aspirations, and how over centuries

they have crafted a uniquely colorful Tibetan style of aesthetic pursuit.

Keywords: Tibetan folk songs; folk customs; reality; aesthetic expression

Author: Li Jun, Associate Professor of School of Literature, Xizang Minzu University, Tibet. Major area of research: Chinese minority literature and Tibet literary studies. Email: <xzmylijun@163.com>

藏民族是一个能歌善舞的民族，藏族民歌也像草原上的格桑花一样随意采撷即是。藏族民歌也是最能体现藏民族丰富多彩的人生事项，最能体现他们多彩多姿的民俗生活。在这些民歌中藏民族是如何表达他们的生活，如何体现他们的情感和特有的审美取向，笔者试图从民俗的不同类别中进行分析，以期得到深入的认识。民俗的类型通常分为口头民俗、风俗民俗和物质民俗。^①不同类型的民俗在藏族民歌中都有体现。

—

口头民俗是以口头形式流传和保存的民俗事项，主要包括神话、故事、传说；谚语、谜语、俗语词、歇后语；民歌、民谣、故事歌、史诗等。[1](45) 民歌本身就是一种口头民俗，在藏族人民的生活无处不在，藏族有一句谚语说：藏族人一会走路就会跳舞，会说话就会唱歌。说的就是民歌在人民生活中极为常见，民歌也必然成为一种最为常见的民俗事项。藏族民俗在其民族的神话、传说、故事等诸多形式中也都有大量体现。

西藏的大多数神话，是以民歌的形式表达出来的，如藏族民歌《世界形成歌》、《鸟在树上说世界》、《宇宙成土石》、《世界姻缘关系》、《五个蛋排上用场》等都从一个侧面表现了藏族人民对世界的解释和认识，而民歌就成了神话的载体，如一首昌都民歌

① 王娟：《民俗学概论（第二版）》北京：北京大学出版社，2011年，第31页。本文所有[1]均指此书，（ ）指其参考页数。

《世界怎么形成的》：

领：世界没有形成时，
那是个什么样子？
众：世界没有形成时，
没有舞蹈，也没有歌曲。
领：世界怎么形成的？
众：世界是风变成的。^①

民歌采用一问一答的形式，回答了万物的存在，空气的循环等等世界形成的方式。再如这首山南民歌《五个蛋排上用场》：

第一个蛋派往天空，
天上群星由此而来；
第二个蛋派往拉萨^②，
拉萨人群由此而来；
第三个蛋派往琼结，
琼结人清秀由此而来；
第四个蛋派往雅隆，
五谷齐全由此而来。[2](74)

用蛋来解释星星、人、五谷，甚至人的长相的由来。藏族人民就是以民歌的形式来解释万事万物的形成。老百姓不仅用民歌一代又一代把对世界的看法传承下去，这里不仅有对世界认知，更多的是对世界浪漫抒情式的想象，体现了藏民族特有的浪漫气质。

传说、故事也是一种重要的口头民俗形式。“传说同神话一样，是讲述者信之为真的叙事散文体故事，但与神话不同，其内容一般是世俗的，背景不甚古远，地点也是平常的。传说有时被称为

^① 中国民间歌谣集成《西藏卷》编辑委员会：《中国歌谣集成·西藏卷》北京：中国 ISBN 中心出版，1995 年，第 63 页。本文所有 [2] 均指此书，（ ）指其参考页数。

^② 拉萨、琼结、雅砻均为西藏地名。

民间的历史。”^① 西藏的传说、故事大多发生在藏区这片广阔的青藏高原上，在数量上可谓浩如烟海，而用民歌来传唱传说、故事，也是藏族人民习以为常的事情。藏族历史上的有名人物大都成为人们的歌唱对象，如《文成公主的歌》、《噶尔东赞的歌》、《玛尔巴的歌》、《米拉日巴的歌》、《唐东杰布的歌》等，多得不胜枚举。如一首拉萨民歌《请求公主嫁到西藏来》：

请求公主嫁到西藏来，
请求甲萨拉姆^② 嫁西藏。

越过贡嘎山的山后边，
有一百座幢和经幡来迎接她；
到了圣地拉萨的时候，
有一百位挽发髻的贵族来迎接她；
进了红色大门的时候，
团团云朵般的供桑迎接她。[2](640)

就是传唱文成公主嫁给西藏的松赞干布时隆重而热闹的场景。

“谚语就是用一句结构完整的话来概括真理或哲理，” [1] (88) 藏族的历史典籍中有大量谚语，如《松巴谚语》、《喻法宝聚》，甚至《格萨尔史诗》、《米拉日巴传》、《猴鸟故事》等等^③，藏族人多认为，谚语能表现一个人学识。在藏族民歌中，也有一些谚语类型句子出现。如藏族民歌中的训诫歌、讽喻歌中就有大量谚语，如一首日喀则民歌《行有马来坐有垫》：

行有马来坐有垫，
脚下的鞋子不能缺。

① 扬·哈罗德·布鲁范德：《新编美国民俗概论》上海：上海文艺出版社，2011年，第116页。本文所有[3]均指此书，（ ）指其参考页数。

② 萨拉姆：藏语发音，意为汉后仙女，指文成公主。

③ 中央民族学院《藏族文学史》编写组：《藏族文学史》成都：四川民族出版社，1985年，第597页。本文所有[4]均指此书，（ ）指其参考页数。

虽有恩重父母亲，
终身伴侣不能缺。

虽有鲜肉和美酒，
醇香糌粑不能缺。[2](551)

一首歌中有三句都是谚语形式，表达的都是最朴素的道理。再如一首阿里地区的民歌《疯子的行为》：

当结交众多朋友时，
偏听偏信是疯子的行为。[2](553)

这真理简单纯粹，在藏族训诫歌中比比皆是。在讽喻歌中也有大量谚语，有的用总有一天会褪色的经幡，来说明光鲜亮丽不是永远的；有的用十五的月亮，虽然明亮，但它的光却是太阳给的，来说明有些人的成就是别人给的。而谜语、歇后语、绕口令等在形式上比较固定，在藏族民歌中较少呈现。

“史诗是以口头形式流传和保存的长篇复合故事歌。”[1](137) 藏族史诗《格萨尔王传》是在藏族地区广为流传，内容广博、结构宏大的英雄史诗，可以公认为世界上最长的史诗，也是中国少数民族三大史诗之一。史诗本身是口头流传的，藏族史诗《格萨尔王传》是韵散结合的形式，很多部分用说唱的形式，和民歌有着密不可分的关系。即便如此，民歌中，并不是讲唱史诗《格萨尔王传》一部分情节，而是完整的一首首民歌，在这些民歌中格萨尔作为一个神，可以护佑百姓，让人们农业丰收、畜牧发展，让房子更亮堂，让婚礼更吉祥，让小伙更英俊，让孩子健康成长，让美酒更香甜，因而藏族民歌中涉及格萨尔的很多，甚至还有其妃子森姜珠牡以及其他人物。如一首山南地区的农田歌《辽阔的农田》：

在那田里引水浇灌，
好似格萨尔穿铠甲。

……

左边山头牵来白犏牛，

右边山头牵来黑犏牛，
黑白犏牛双双压牛轭；
格萨尔王来当扶犁人，
森姜珠牡来当撒种手，
青年男女豪杰耙农地。[2](92)

这本是一首农耕时开镰仪式的歌，但却请到了格萨尔大王和他美丽的王妃森姜珠牡，可见史诗这种民俗事项在民歌中也是随处即兴使用的。再如一首阿里地区的儿童成长仪式歌《格萨尔大王前来做陪伴》，提到孩子从一岁到三岁的成长过程中都有格萨尔作伴。

来到三山山顶上，
帽上的花翎没丢过。
格萨尔大王前来做陪伴，
所有儿童都来陪着玩。[2](227)

从这里不仅能看到史诗这种民俗事项在民歌中广泛的使用，也能够体现出藏族人民的观念习俗，格萨尔作为无所不能的战神，藏族人民千百年来的精神领袖，他会在老百姓的最底层、最普通的生活中出现，让一个孩子健康成长，陪伴老百姓度过一个又一个节日，让人们痛饮美酒，让农牧业生产顺利丰产，让老百姓安居乐业。这种情感需求，是藏民族渴望丰收、安宁、富足的一种美好愿望，也是藏民族的最本真的审美表达。

二

风俗民俗有时也叫习惯民俗，指在某种文化传统中，以风俗的形式流传和保存的民俗事项，主要包括迷信和宗教信仰、民间游戏、民间节日、民间仪式、民间舞蹈等。[1](160)

说起迷信和宗教信仰，在藏地藏族人民普遍信仰藏传佛教，但在其历史发展演进过程中，也曾信仰过原始苯教。因此，藏族人民的佛教信仰相对比较复杂，有很多原始崇拜和苯教色彩成分，但从其民歌中显现的则是更为质朴的信仰形式，它表现在生活的方方面

面。藏族民歌中专门有一类就是宗教仪式歌，它可以歌唱佛教寺庙、歌唱佛法、歌唱空行母；也可以歌唱吉祥、歌唱高寿等等。在传说故事歌，风物歌、说宝物等民歌中也多是和宗教有关的歌唱。在藏族人民的生活中，干任何事情也都和宗教有密切关系，如生产劳动中，在农业区希望祈福后能够生产丰收，如一首扬谷时的山南地区民歌，就希望“金刚佛来扬扬” [2](114)。在牧区请来仙女，请三宝“祝愿家庭兴旺起来” [2](156) 拉萨人唱自己住在拉萨很舒服，因为

天空像八宝轮，
希望风调雨顺；
地像八瓣莲花，
希望获得丰收。 [2](733)

宗教在民歌中是自然而然的体现，因为生活中宗教无处不在。而宗教在儿歌中也有体现，如一首山南地区儿歌《孤儿》：

有父母的孩子，
像金佛般抬起，
无父母的孩子，
像皮风箱压起。 [2](957)

这里把有父母的孩子的状态比喻成抬起金佛，显然随处可见的宗教影响。

每个民族都有民间游戏，藏族也不例外，在藏族民歌中，藏族儿歌有很多具体游戏的描述。如《跳绳歌》出现拉萨、日喀则地区，内容形式也各有不同，有问答式的，也有边跳边唱的，内容上除了有“左边转”“右边转”等比较适合跳跃时唱的词语外，其他的内容涉及地方、小伙、动物、大海等。如一首：

滴水成海快来跳，
孔雀头上转转身，
先转身来右边转，
再转身来左边转，

一杆经幡插左边。[2](950)

除了跳绳歌，还有玩小丸石歌，玩跨小渠歌等边唱边玩的儿歌。

藏族的民间节日非常多，有和宗教有关的拉萨传召大法会、花灯节、送魔节、扎寺伦布寺晒佛节，也有和生产有关的望果节和休闲娱乐有关的林卡节、沐浴节、雪顿节等。一年里西藏地区大大小小的节日有一百多个。很多民歌都是在过节时唱的。藏族在过年期间就会载歌载舞，尽情享受放松，很多舞蹈歌、酒歌就是这节庆时间唱起来的。如“果谐”这种在西藏农牧区广为流传，而且是一种大型的、野外跳的圆圈歌舞形式，就是在过年、节庆的时候进行的。如一首山南地区的果谐的开头就是这样唱的：

如果打开歌的门，
要在雪山见人，
雪山狮子来跳舞，
会唱的人来唱歌，
不会的人观赏乐。[2](10)

只要有节庆仪式等活动时，就会唱起民歌。如阿里地区的一首《今天是吉日》的民歌，就是在开镰耕种时完成的。

藏族的仪式更是少不了民歌。这些仪式歌涉及满月、百岁、周岁、嫁娶等人生仪礼，还有重大活动的入席、搬新房等世俗生活仪礼，以及登基、供神等宗教仪礼。如一首日喀则地区民歌《新房中住着供养天女》：

雪山环抱的高原上，
建起了四柱八梁新房。
新房中住着供养天女，
供养天女用着供品，
种姓殊胜的空行女供奉佳品。[2](269)

再如一首婚礼仪式歌中的祝福：

西藏平安快乐，
法王登上宝座，
汉地龙子皇宫，
宝贝登上宝座。
宝贝登上宝座，
主家幸福美满。
主家幸福美满，
鬼神也感到快乐。
鬼神感到快乐，
幸福常在人间。[2](256)

从这些民歌中也可看出藏族在仪式中对宗教特别敬畏，即使在婚礼仪式上，也祈求鬼神降福。

西藏被称为“歌舞的海洋”，有歌的地方就有舞。西藏民间舞蹈形式“果谐”、“谐青”、“果卓”、“日巴舞”、“囊玛”、“堆谐”[2](2-3 前言)等都歌舞兼备。如“果卓”就是圆舞，是由多人围成圆圈进行的弦歌舞蹈，有的地方叫“锅庄”。它有两种舞蹈形式：一种腰间系小鼓，一面唱一面跳舞；另一种与果谐相似，但曲调和脚步节奏不同，内容大部分以赞歌为主，舞蹈也在野外进行。[2](3 前言)有一首林芝地区的锅庄《说跳就要跳》：

第一个锅庄说跳就要跳，
一锅庄跳到印度好地方，
十八位成道的人来观赏，
我们奉献锅庄请欣赏吧！[2](33)

后面依次说到了拉萨、昌都、汉地也是好地方，也请这些地方的人来欣赏锅庄，而歌曲的重复，都是为了配合舞蹈。藏族民歌中的风俗民俗虽然无所不包，但它是藏族人民真实生活的表现。藏族人民的宗教信仰、游戏、节庆仪式、民间仪式、舞蹈等都表现了他们的真实质朴的民俗。

三

所有的物质文化都是物质民俗范畴。其实物质民俗包罗万象，但主要可以归结为民间美术、民间饮食、民间服饰、民间建筑。

说到民间美术，置身于西藏，可以感觉到强烈的美术色彩。在藏族民歌中虽然没有专门为唐卡、绘画、手工艺术品进行歌唱，但渗透民间美术民俗事项的却也不少。如佛教中吉祥彩箭、幢幡、长寿宝瓶、吉祥八宝图案等，日常生活中龙凤彩绘的瓷碗、彩色的氍毹、漂亮的服饰、装饰都有涉及。

藏族民间饮食在民歌中也有体现。藏族人喜爱喝酒，更喜欢自己独有的青稞酒，有关酒这种民间饮食在藏族民歌中就颇为丰富。如一首山南民歌《白色青稞酒》的酒歌这样描绘：

醇香的甘露美酒，
三天留在陶锅里；
流出桶嘴似野马，
流入湖中如湖泊；
谁人不爱饮美酒，
格萨尔王爱喝酒；
谁人不爱唱山歌，
森姜珠牡爱唱歌。[2](597)

而藏民族也是以青稞作为主要的粮食来源，在藏族民歌中随处可见，有问青稞来源的，也有吃炒青稞的，如一首《要吃炒青稞》：

中午嚷着要糌粑，
要吃大糌粑团团；
炒的青稞和豌豆，
当做零食不断吃。

今年播种的地面，
那麦子长得最好；

转世登上宝座时，
可以制作油炸果。[2](98)

这里西藏特有的糌粑、炒青稞、炒豌豆、油炸果等特有饮食民俗都在民歌中得到体现。独特饮食民俗是青藏高原独特地理气候所赐予的，藏族人民也在民歌中把它们表现的淋漓尽致。

由于地理环境的的不同，藏族的民间服饰花样种类也较多，如一首山南民歌《说服饰》：

我并不是后藏人^①，
后藏服饰我知道；
若要说后藏服饰，
头上珠冠耸又耸。

我并不是康区人，
康区服饰我知道；
若要说康区服饰，
红发丝穗飘又飘。

我并不是山南人，
山南服饰我知道；
若要说山南服饰，
氍毹衣褶摆又摆。

我并不是羌塘人，
羌塘服饰我知道；
若要说羌塘服饰，
身上皮袄摇又摇。

① 后藏、康区、山南、羌塘都是藏区地名，后藏是指西藏日喀则地区。康区是康巴地区的简称，主要指四川甘孜、阿坝，西藏昌都，云南迪庆，青海玉树。羌塘是指藏北高原。

我并不是拉萨人，
拉萨服饰我知道；
若要说拉萨服饰，
毛料藏袍重又重。^①

这首歌把不同地区的服饰特点鲜明简洁地表达了出来。藏族民歌中对氍毹，对帽子、靴子、耳坠、项链等的描写也很多。如日喀则民歌《壮年的装饰》：

壮年头上合适的，
一是黄碗大帽；^②
壮年耳上合适的，
二是松石耳坠；
壮年脖上合适的，
三是项盒、九眼珠。[2](888)

就描绘了一个藏族壮年人的服饰，这里的黄碗大帽、松耳石、九眼珠都是藏族人民喜爱而珍贵的饰品，从另一方面也看出了藏族人民穿衣打扮的审美倾向。

藏族民间建筑别具一格，在藏族民歌中也有大量体现。由于藏区大多属于广阔的草原，在野地或者林卡搭建帐篷野营，是藏族人民普遍的民俗，所以，藏族民歌中有一类帐篷歌专门叙说这种民间建筑民俗，反映了老百姓对帐篷的感情。如一首《黑帐篷》：

牦牛的黑帐篷里外美，
外美是马牛羊圈围着它，
里美是堆满色酥油，
一眼看到畅饮茶和酒。[2](830)

西藏的民间建筑除了帐篷之外，还有很多建筑形式，如石头房和木

① 〈说服饰〉，《邦锦梅朵》，1985年第1期。

② 黄碗大帽：原西藏地方政府僧官戴在发髻上的黄色毛织小帽，上大下小，平顶，形如浅碗。

质房。房屋也有很多值得夸赞之处。如山南民歌《柱子的底座是红珊瑚》：

新建的房子真漂亮，
我愿献上三句赞美语。
柱子是用黄金铸，
房梁是用玉石打，
柱子的底座是红珊瑚。
新房坚固如高山，
高山矗立永不动，
倘若一朝真动摇，
但愿倒向仇敌边。[2](270-271)

藏族人民的房子不一定是黄金柱子，玉石房梁，红珊瑚座底造的，但通过歌者从一个侧面也表现了藏族人民对美好生活的祈求。

藏族民歌中所呈现的藏族民俗事项可谓丰富多彩，因为藏族就是一个用口头民歌来记录民间历史的民族。民歌表达了藏族人民吃、穿、住、行、娱乐方式等最本真的生活状态，也反映了他们真诚的情感需求。他们爱生活，有自己崇拜的神灵，在生活的方方面面有自己独特的审美追求。分析这些藏族民歌的民俗事项，可以了解藏民族的民间历史，也可以看出藏民族千百年来所形成的具有西藏地域色彩的独特审美追求。

参考文献

1. 王娟：《民俗学概论（第二版）》，北京：北京大学出版社，2011年。
2. 中国民间歌谣集成《西藏卷》编辑委员会：《中国歌谣集成·西藏卷》，北京：中国 ISBN 中心出版，1995年。
3. 扬·哈罗德·布鲁范德：《新编美国民俗概论》，上海：上海文艺出版社，2011年。
4. 中央民族学院《藏族文学史》编写组：《藏族文学史》，成都：四川民族出版社，1985年。
5. 〈说服饰〉，《邦锦梅朵》，1985年第1期。