

传统藏族民歌中生态意识观

——以华锐藏语民歌“Zhang a Long La Mo a Long Len”为例

宋占峰

兰州交通大学文学院 甘肃兰州

【摘要】本文以华锐藏族民歌中比较典型的“Zhang a Long La Mo a Long Len^①”的部分歌词为素材，通过细读神山圣湖的崇拜意象、自然物的人格化修辞、以及“无造作”的审美理想，揭示传统藏族民歌中生态意识的多层体现。研究表明，歌词将自然物象与神圣性直接等同，通过“无需建造的神殿”“无需点燃的焚香”等否定性修辞消解人工对自然的干预，呈现出一种以敬畏为底色、以顺应为核心的生态伦理。这种以艺术方式内化生态观念的文化机制，对于理解藏族传统生态观的深层结构具有重要价值。

【关键词】华锐藏族民歌；生态意识；自然崇拜；Zhang a Long la Mo

【基金项目】2024年度甘肃省人文社会科学项目（24ZZ17）：国家级非物质文化遗产华锐藏族民歌文本标注研究；兰州交通大学青年科学研究基金项目（2024056）：中华民族共同体视域下青藏铁路沿线语言生态研究

【收稿日期】2026年4月19日 **【出刊日期】**2026年5月7日 **【DOI】**10.12208/j.ssr.20260166

The ecological consciousness in traditional Tibetan folk songs: A case study of the Dpa'ris Tibetan folk song “Zhang a Long La Mo a Long Len”

Zhanfeng Song

School of Language and Literature, Lanzhou Jiaotong University, Lanzhou, Gansu

【Abstract】 This paper takes the lyrics of the representative Huarui Tibetan folk song *Zhang a Long La Mo a Long Len* as its research material. Through a close reading of the worship imagery of sacred mountains and lakes, the personification of natural entities, and the aesthetic ideal of “no artificiality,” it reveals the multi-layered expressions of ecological consciousness in traditional Tibetan folk songs. The study demonstrates that the lyrics directly equate natural objects with sacredness. Employing negative rhetorical devices such as “a shrine without construction” and “incense without burning,” they reduce human interference with nature, presenting an ecological ethics grounded in reverence and centered on accommodation. This cultural mechanism of internalizing ecological concepts through artistic expression carries great significance for understanding the deep structure of traditional Tibetan ecological views.

【Keywords】 Dpa'ris Tibetan folk songs; Ecological consciousness; Nature worship; *Zhang a Long la Mo*

引言

在藏族文化传统中，民歌从来不只是消遣娱乐的艺术形式，而是民族记忆的储藏器、价值观念的传习所、人与天地万物对话的媒介。藏族民间流传着一句古老的谚语：“会说话就会唱歌，会走路就会跳舞。”这句话道出了一个基本事实：民歌与藏族人民的日常生活水乳交融，是他们感知世界、表达情感、传承知识的基本方式。

本文语料是一组以“Zhang a Long La Mo a Long Len”（*ཇང་ཤུག་ལོང་ལོང་ལོང་ལོང་ལོང་*）为起兴句的藏族民歌歌词。这句起兴本身是“无明确词汇意义的衬词”，其功能在于营造歌唱的韵律氛围。然而正是这样看似“无意义”的起兴，包裹着极为丰富的生态意蕴。在之后展开的歌词文本中，神山圣湖的崇拜、自然物的人格化想象、“无造作”的审美理想层层展开，构成一幅完整的民间生态意识图景。

^① 本文的拉丁转写采用威利转写。

作者简介：宋占峰，男，甘肃天祝人，研究方向为：现代藏语方言、语言接触。

本文以这些歌词为素材，从三个维度分析其中蕴含的生态意识：一是神山圣湖崇拜所体现的敬畏意识，二是自然物人格化修辞背后的万物有灵观念，三是“无造作”美学所蕴含的顺应自然伦理。在此基础上，进一步讨论民歌作为生态话语载体的文化机制。

1 神山圣湖的歌唱：敬畏的地理诗学

在第一组歌词中，歌者以赞颂的口吻勾勒了一幅神山圣湖的地理图景：

藏文：མངའ་རིམ་གངས་དཀར་བའི་རུ་རྩེ་དུ།

拉丁转写：stod mnga' ris gangs dkar bse ru'i rwa

（阿里雪山如犀角般尖锐）

藏文：ལྷ་འཕགས་མཚོག་ནོར་བུ་འི་ཕོ་བྲང་ལེ།

拉丁转写：lha 'phags mchog nor bu'i pho brang red

（那是神圣尊者的宝殿）

以上歌词中提到的阿里地区位于西藏西部，是神山冈仁波齐所在地。歌词将阿里雪山描绘为“如犀角般尖锐”（bse ru'i rwa），这是对山峰形态的视觉捕捉——雪峰刺破天际的锐利轮廓。然而接下来一句发生了关键性的语义转换：这座山峰被定义为“神圣尊者的宝殿”（lha 'phags mchog nor bu'i pho brang）。山不再是地理学意义上的岩石与冰雪的堆积，而是神灵居住的宫殿。自然空间被赋予神圣属性，物理高度转化为精神高度。

这种神圣地理学的修辞策略在后续歌词中反复出现。当歌者唱到玛旁雍错湖（Ma dros mtsho mo）时：

藏文：གཡུ་སྒོན་མོ་མེ་ལོང་ཕྱིས་དང་ལེ།

拉丁转写：g.yu sngon mo me long physis 'dra red

（如蓝色绿松石镜面被擦拭）

藏文：ལྷ་མ་དྲོས་ཡར་གྱི་མཚོ་མོ་ལེ།

拉丁转写：klu ma dros yar gyi mtsho mo red

（那是龙族的玛旁雍错湖）

湖水的清澈被比喻为“擦拭过的绿松石镜面”，这是视觉层面的赞美。而紧接着的定位——“龙族的玛旁雍错湖”——将湖泊归于龙族（klu，那伽）的居所。在藏族传统信仰中，龙族是掌管水域的神灵，湖泊是它们的领地。因此，保持湖水洁净不仅是对自然环境的维护，更是对神灵领地的尊重。生态保护与宗教信仰在这里合而为一。

值得注意的是每段结尾的叠句：

藏文：འདི་མངའ་རྫོགས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ལེ།

拉丁转写：'di mjal no lus kyi bsod nams red

（到此朝拜是身体之福德）

歌者将“到此朝拜”的行为依次与身体（lus）、言

语（ngag）、心意（yid）的福德相关联。这种身一语一意的三重结构源于藏传佛教的修行体系，此处被挪用于对自然圣地的朝拜仪式中。由此，接近神山圣湖不仅是物理空间的移动，更是一种身心整体的修行。在这种文化逻辑中，保护神山圣湖就是在守护修行之道——生态伦理由此获得了宗教实践的神圣性支撑。

2 无造作的宇宙：自然物的自足美学

如果说第一组歌词侧重于对具体圣地的赞美，那么第二组歌词则提升到更具哲学意味的层面——它呈现了一种“无造作”（rang 'grub）的自然美学。

歌词开篇便抛出一系列否定性陈述：

藏文：དགུང་མ་སྒོར་མ་ཕུབ་མཚོད་ཁང་ལ།

拉丁转写：dgung a sngon ma phub mchod khang ya

（蔚蓝天空是未搭建的神殿）

藏文：འབྲུག་མོ་རྩེ་མ་བཞེས་ལྷ་སྐུ་ལ།

拉丁转写：'brug pho chung ma bzhengs lha sku ya

（幼龙是未塑造的神像）

藏文：སྤྲིན་དཀར་མོ་མ་འཕེན་རྩལ་མདའ་ལེ།

拉丁转写：sprin dkar po ma 'phen snyan mda' red

（白云是未射出的响箭）

这三个比喻共享同一个语法结构：自然物 X + 否定前缀“未”（ma，未、不）+ 动词 + 人造物。天空不是人造的神殿，而是“未搭建”的神殿；幼龙不是人工塑造的神像，而是“未塑造”的神像；白云不是人力射出的箭，而是“未射出”的箭。这种修辞策略的妙处在于：它承认自然物与人造物之间的相似性（天空像神殿、幼龙像神像、白云像响箭），却通过否定动词取消了人造物的优先性。换言之，自然不是人造物的模仿对象——恰恰相反，人造物不过是对自然早已蕴含之神圣性的拙劣摹写。

歌词随即将这一逻辑推向明确的结论：

藏文：བཞེས་མི་དགོས་མཚོད་ཁང་པང་འབྲུག་ལེ།

拉丁转写：bzhengs mi dgos mchod khang rang 'grub red

（无需建造，神殿自然天成）

“无需建造”（bzhengs mi dgos）宣告了一种彻底区别于人工文明的价值观。“自然天成”（rang 'grub）一词尤为关键，“rang”意为“自己、自然”，“'grub”意为“成就、完成”。天地万物不需要人类的干预就已经圆满具足。这不是消极的无力感，而是对自然自足性的积极肯定。

同样的结构在后续段落中反复出现：

藏文：རྩམ་པས་མ་བཞེས་མཚོད་རྩེན་ལ།

