

熱貢六月會(薩滿節)| 六天五晚

每年農曆六月，正值隆務河流域的農閒季節，也是農區莊稼即將成熟、牧區牧草最茂盛的時節。廣大的藏族、土族村落都會舉行規模盛大、當地民族稱為「周巴勒柔」的民間祭祀活動。「周巴勒柔」是藏語，意為六月歌舞（「周巴」即六月，「勒柔」即歌舞）。土族語則稱之為「納頓」，漢語一般稱為「六月歌舞」或「六月會」。這種活動帶有濃厚的原始宗教色彩，文化形態與文化內涵都非常複雜且豐富。在祭祀過程中，包含許多獨特的風俗與儀式，有些與康巴、衛藏地區相同，有些則完全不同；甚至有些在其他藏區已經絕跡，唯獨在熱貢地區的藏族與土族民間被完整地保存了下來。

在旅程期間，您將可以親眼見證三種主要的舞蹈：軍舞、龍舞與神舞。其儀式活動包含了舞者進行「上口扞」（面頰穿針）、「上背扞」（背部穿針），以及法師（薩滿）親自主持的「開山」（即法師揮刀劃破額頭的祭天儀式）。

接送地點：機場及／或市中心

第 01 天 | 2026年8月2日：西寧 – 坎布拉國家森林公園 – 夏瓊寺 – 同仁

坎布拉國家森林公園：以其獨特的「丹霞」紅岩地貌與黃河清澈的翠綠湖水而聞名。

夏瓊寺：坐落於俯瞰黃河的巍峨山脊上，是該地區歷史最悠久、最具影響力的藏傳佛教寺廟之一。夏瓊寺始建於1349年，環境寧靜祥和，可將下方在山谷中蜿蜒的黃河壯麗全景盡收眼底。

- 行車距離：約 269 公里（約 5 小時 15 分鐘）
 - 住宿：同仁盛宇天倫飯店（或同級）
-

第 02 天 | 2026年8月3日：同仁

熱貢六月會(薩滿節)：神舞、上口扞、上背扞

江什加村：本日的六月會慶典將在江什加村展開，主要活動包括神舞、上口扞（面頰穿針）和上背扞（背部穿針）。

薩滿傳統：每個舉辦六月會的村落都有一到兩位法師（拉哇），他們充當人類與神靈世界之間的媒介。村民相信他們能祈請神明附身並代其發言。

文化體驗：在同仁停留的 5 天期間，您將前往參訪隆務寺以及熱貢藝術家的工作室，親眼見證唐卡繪製極其精細的創作過程。

- 行車距離：鎮內
 - 餐食：早餐
 - 住宿：同仁盛宇天倫飯店(或同級)
-

第 03 天 | 2026年8月4日：同仁

熱貢六月會(薩滿節)：龍舞、開山、上口扞

龍舞：現場觀賞由老少村民排成一條富有節奏感、長長的人龍隊伍。當他們圍繞著中央篝火起舞時，其步伐與動作宛如一條盤旋的巨龍，散發著古老的能量。

開山：這是整個儀式中最令人震撼的環節。在這項古老的祭天儀式中，法師會用刀刃劃破自己的額頭。在儀式進行期間，村民們會圍繞著神壇起舞。

浪加村：走訪浪加村，實地體驗由法師親自主持的龍舞、開山與上口扞儀式。

- 行車距離：鎮內
 - 餐食：早餐
 - 住宿：同仁盛宇天倫飯店(或同級)
-

第 04 天 | 2026年8月5日：同仁

熱貢六月會(薩滿節)：軍舞

軍舞與扞體儀式：親身見證口扞(嘴部穿針)與背扞(背部穿針)。為了展現虔誠的信仰，法師會在年輕自願者的臉頰與背上刺入鋼針以祈福驅病；另一些人則會在背部插入 10 到 20 根鋼針。這些舞者赤裸上身、手持傳統法鼓，跳起節奏激昂的軍舞，模仿古代戰士的雄姿。

郭麻日村：今日將在郭麻日村度過，觀賞震撼的軍舞表演。期間將有機會結識完德卡，他是郭麻日村與嘎沙日村兩村的拉哇(薩滿)傳統傳承人，每年的慶典演出均由他精心組織籌辦。

郭麻日寺：參訪歷史悠久的古老郭麻日寺。

- 行車距離：鎮內
 - 餐食：早餐
 - 住宿：同仁盛宇天倫飯店(或同級)
-

第 05 天 | 2026年8月6日：同仁 – 夏河**熱貢六月會 & 拉卜楞寺**

年都乎村：前往年都乎村觀賞當地的龍舞、上口扞與上背扞儀式。

拉卜楞寺：下午開車前往夏河，參訪安多藏區最重要、規模最大的宗教中心。拉卜楞寺始建於1710年，為藏傳佛教格魯派(黃教)六大寺院之一，數個世紀以來一直充當著安多藏區與蒙古佛教文化交流的重要橋樑。

- 行車距離：約 104 公里(約 2 小時)
 - 餐食：早餐
 - 住宿：同仁盛宇天倫飯店(或同級)
-

第 06 天 | 2026年8月7日：夏河 – 西寧**唐卡藝術學院參訪**

唐卡藝術：探索被譽為「畫布上的寶石」的唐卡藝術。唐卡是藏族文化遺產的靈魂，畫作皆使用研磨的青金石、硃砂等天然礦物顏料繪製，以確保色彩歷經百年而不褪色。您將在一所當地的藝術學院中，親自體驗這項神聖而精湛的傳統工藝。

行車距離：約 175 公里(約 2 小時 15 分鐘)

- 餐食：早餐
-

費用包含：

酒店住宿(標準雙人房或雙床房;若有需求可安排單人房)。

行程中載明的餐食(早餐)。

行程期間的所有交通接送與地面車輛運輸。

行程中所列景點的門票。

專業英文和粵語導遊服務。

費用不含：

午餐與晚餐。

小費及私人消費。

任何未在行程中提及的服務。

備註：

酒店、活動項目及具體行程可能會在因不可抗力的情況下有所調整。

價格：

港幣HKD22,399

