

中国地域文化丛书

青藏文化



张云著

育出版社

青藏文化

张云 著



辽宁教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

青藏文化/张云著. — 沈阳: 辽宁教育出版社,
1998.6 (中国地域文化丛书)
ISBN 7-5382-4799-8

I. 青… II. 张… III. ①文化事业—中国—青海②文化
事业—中国—西藏
IV. G127.44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 26746 号

辽宁教育出版社出版

(沈阳市和平区北 马路 108 号 邮政编码 110001)

沈阳七二一二厂印刷 辽宁省新华书店发行

开本: 850 × 1168 毫米 1/32 字数: 355 千字 印张: 16 1/4 插页: 15

印数: 1—5 000 册

1998 年 6 月第 1 版

1998 年 6 月第 1 次印刷

责任编辑: 赵中男

封面设计: 郑在勇

责任校对: 刘 琛

美术编辑: 谭成荫

版式设计: 赵怡轩

定价: 26.00 元

西藏布达拉宫



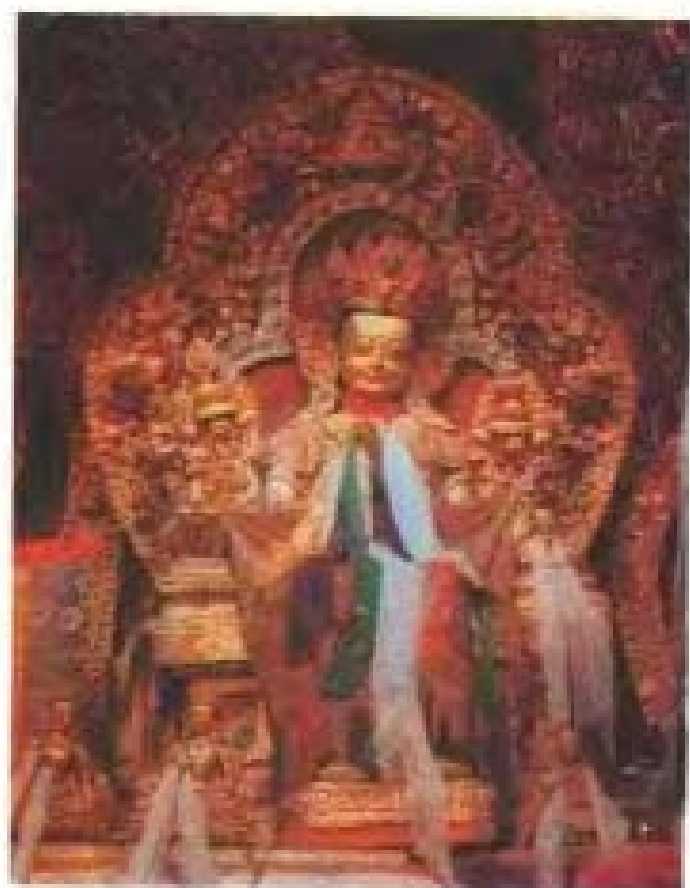


摩崖造像

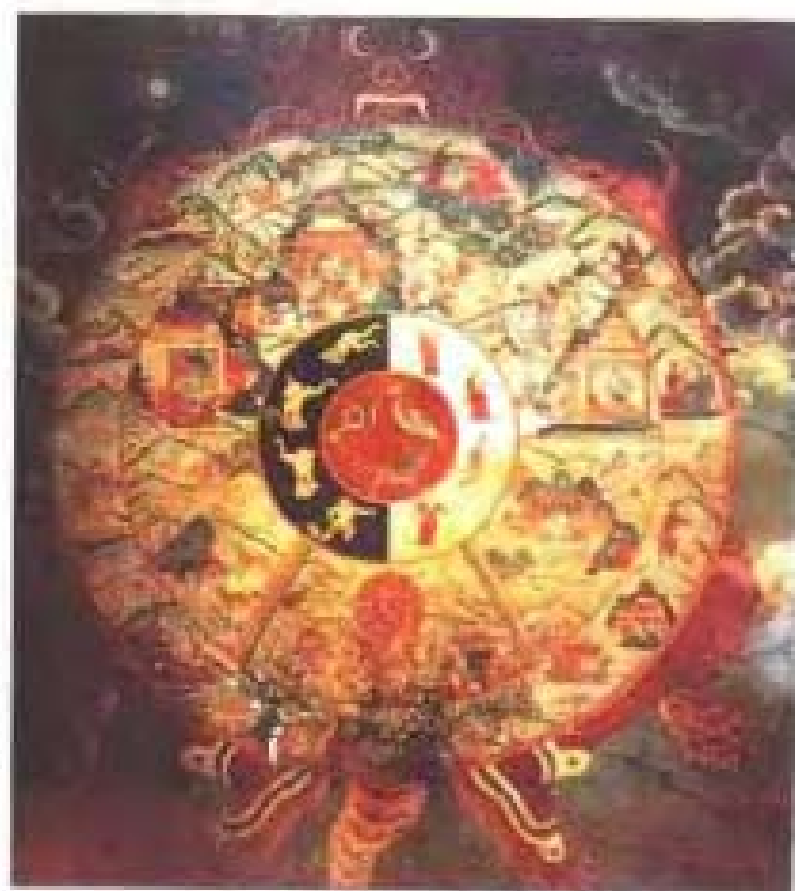


阿底斯坤山

弥勒佛



转世图



白萨水札



赤尊公主塑像



西藏桑耶寺殿宇

布达拉宫供奉的牌位



藏族面具舞

油壁彩绘
赤松德晋像



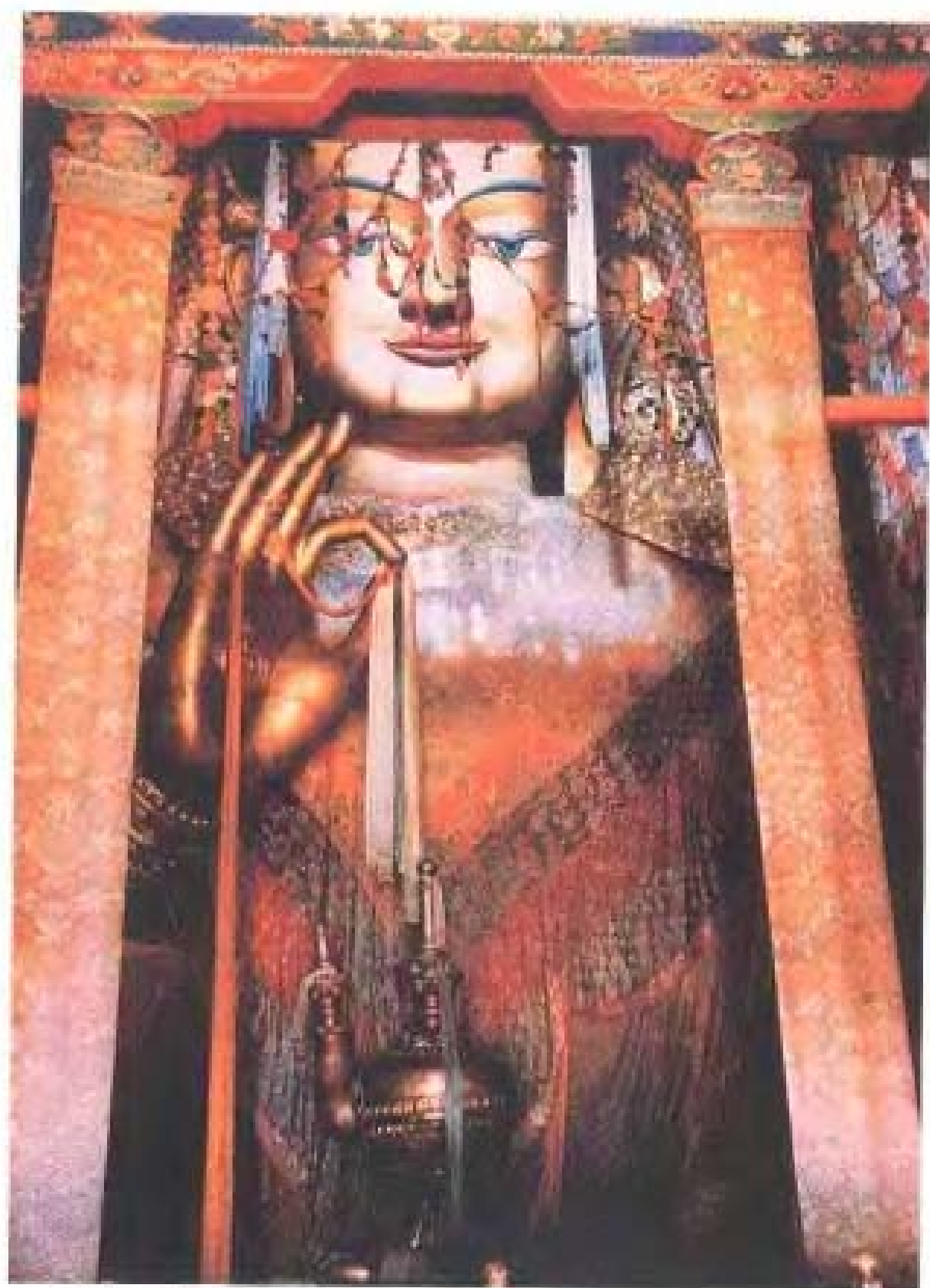
坛城图

文成公主塑像



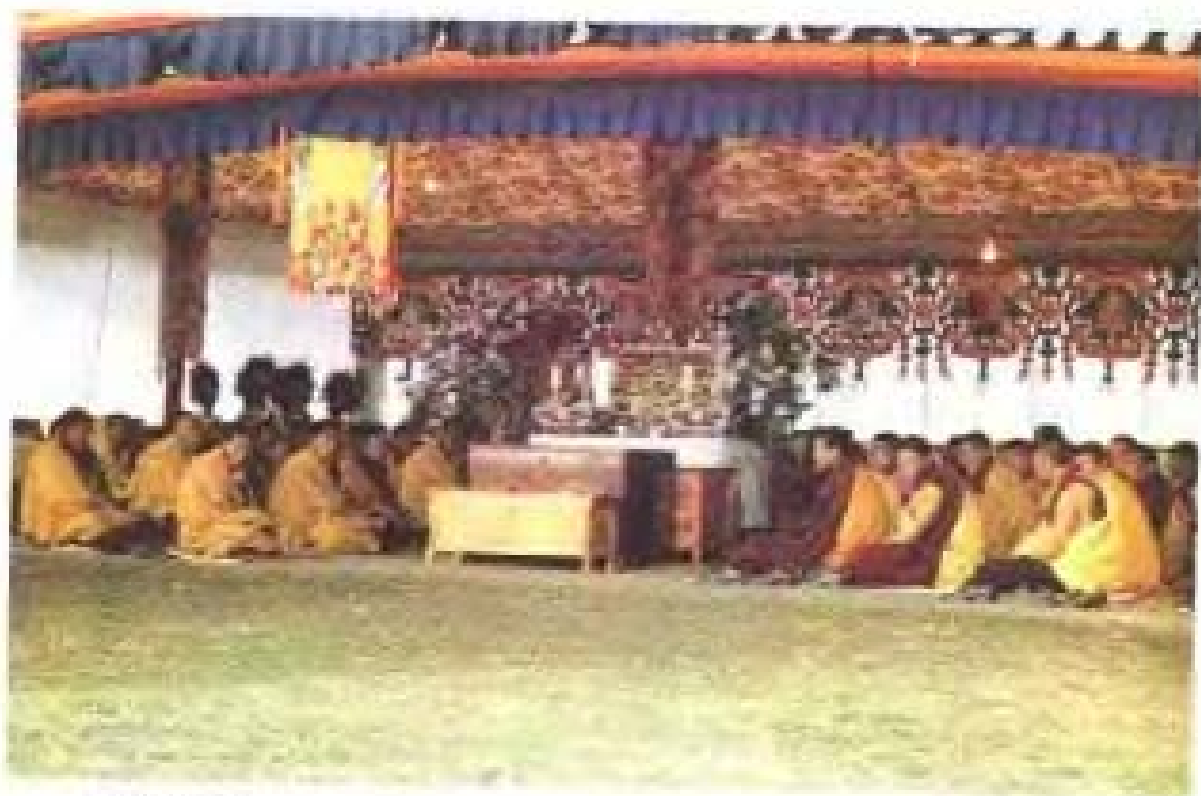
文成公主入蕃图





强巴佛像

位于林卡伦布寺。



轉經法會



藏曆挂圖

松贊干布塑像



藏文大藏經



藏族王树村妇女头饰

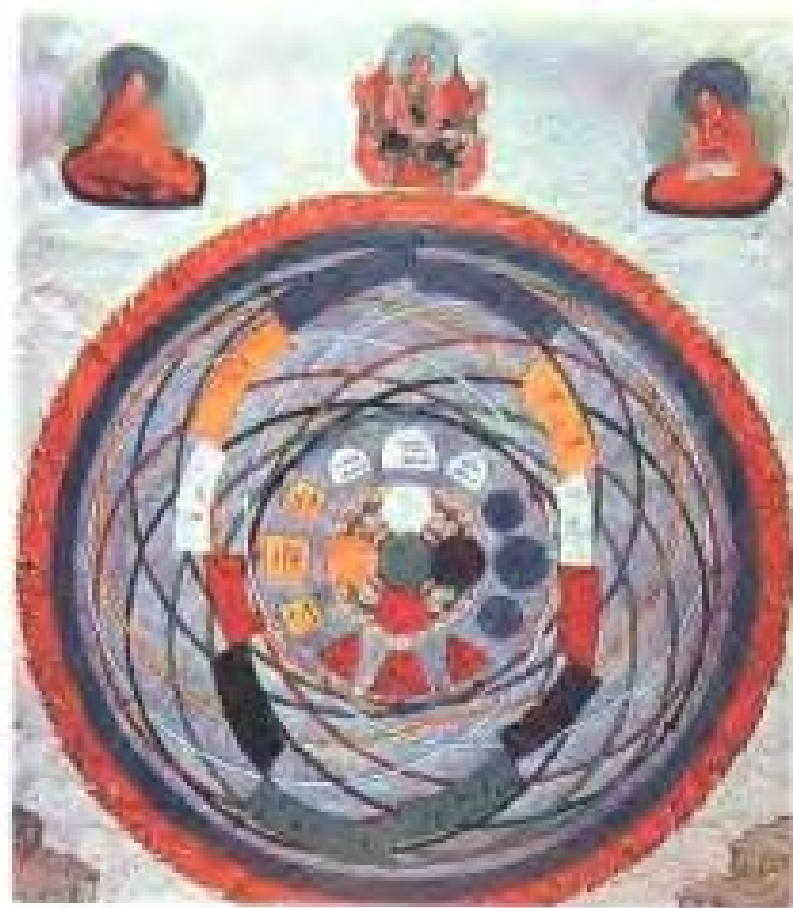


藏文帝师法旨(元代)

清顺治帝会见五世达赖喇嘛



藏传星宿运行图





元代白兰王印

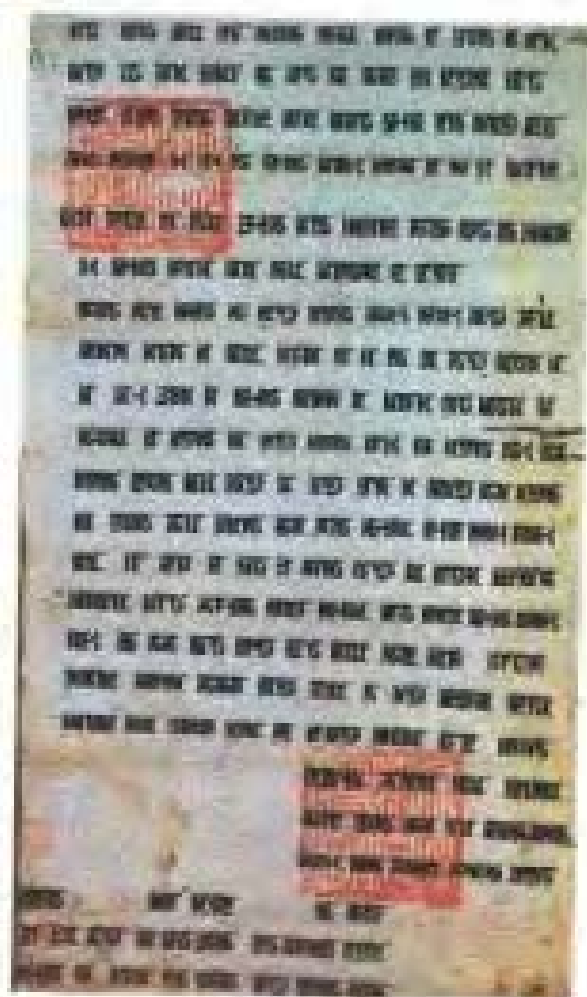


白兰王印文



財壽天女

八思巴字圣旨(元代)





西藏寺庙壁画：奏乐对舞图



西藏寺庙壁画：宗教起程图

蓮花生金剛



文成公主携入吐蕃的佛像



西藏寺庙壁画：摔跤举重图



西藏寺庙壁画：游泳竞技图

佛塔

此塔为塔尔寺八大佛塔之一



藏放面具





藏医治法根本图

《中国地域文化丛书》序

李 侃

近几年来，对中国传统文化的研究讨论和历史评估，成为学术界理论界的一个热门课题。文化史研究的兴起，是与现实社会生活有着密切关系的，因为要建设具有中国特色的社会主义文化，要建设社会主义精神文明，就不能脱离中国的国情民情，而国情与民情又都与历史传统有割不断的联系。马克思说：“人们自己创造自己的历史，但他们并不是随心所欲地创造，并不是在他们自己选定的条件下创造，而是在直接碰到的、既定的、从过去继承下来的条件下创造”（《马克思恩格斯选集》第1卷，第603页）。社会主义的新文化是社会主义的经济和政治在意识形态领域的反映，但是它又不可能抛开历史文化遗产，完全从头开始。因此批判地继承历史文化遗产，就成了建设社会主义新文化的一个必不可少的历史任务。对传统文化不分精华和糟粕，“兼收并蓄”、“全盘继承”，当然不是历史唯物主义的态度，事实上也是不可能的。与此相反，对传统文化，采取民族虚无主义的态度，一概否定，一概排斥，如果不是思想的幼稚，就是另有用意，而且

同样是办不到的。至于在关于传统文化的讨论中，发生这样那样不同意见的分歧和争论，这就不但是正常的，而且是有益的。对于如此悠久而复杂丰富的传统文化，不要说不可能轻易地做出什么“结论”，就是理出一个比较清晰的头绪来，也是很不容易的事情。

前一个时期关于传统文化的研究和讨论，大多是偏重于宏观的论述，或者就某一个学派（如儒学）、某一种宗教（如佛教和道教）以及某个时代的社会思潮和某些人物的思想等进行研究，这当然也是很必要的。然而中国不但是历史悠久的文明古国，而且又是地域辽阔的多民族统一的大国。不但社会经济的发展很不平衡，文化的发展也很不平衡，而经济和文化的形成和发展，又都具有明显的地区特点和民族特点，这种各具地区特色和民族特色的文化互相交流和互相融合，就构成了绚丽多彩、光辉灿烂的中华文化。对这些地方文化，进行历史地、具体地考察和研究，从地区文化的特殊性中找出中华文化的同一性，这不仅对更全面更深入地了解祖国历史文化遗产有重要的意义，而且对创造有中国特色的社会主义新文化，也有很重要的意义。

近些年来，随着历史文物的不断发现和整理，随着研究视野的开展和研究领域的拓宽，为地区文化研究提供了有利的条件。值得高兴的是，辽宁教育出版社组织出版了这套《中国地域文化丛书》，“丛书”将包括齐鲁文化、三晋文化、吴越文化、巴蜀文化、台湾文化、西域文化、徽州文化、荆楚文化、燕赵文化、三秦文化、关东文化、岭南文化等等，构成了锦绣中华的历史画卷。读者可以通过这套丛书，更全面更具体地了解到中华民族各族人民，在我们这块古老的土地上，在悠久的历史过程中，是怎样在不同的自然环境和不同

的社会历史条件下用自己的劳动智慧创造了自己的文化，形成了至今犹存的独特的社会文化生活风貌。

一定的文化，是一定社会的政治和经济在意识形态上的反映，同时又对一定社会的政治和经济起着巨大的作用。长期积累起来的各地区各民族的文化精髓，铸成了中华民族的灵魂，凝聚着奋发向上、自强不息的民族精神。尽管随着历史的发展和社会的变革，文化也会不断地发展和更新，然而优秀的传统文化却不但不会消失，而且会在新的历史条件下发扬光大。水有源、木有本，文化也有根；只有源远流才能流长，本固才能枝荣，根深才能叶茂。没有根或断了根的文化，也如无源之水和无本之木，是不免于枯萎的。在文化上的民族虚无主义和历史虚无主义，不但有悖于炎黄子孙的民族良知，也有悖于历史的科学精神。因为这种数典忘祖的虚无主义，只能导致民族精神的涣散和对西方的盲目崇拜。因此，出版这套“丛书”的一个重大意义，还在于通过对祖国各地区历史文化的了解，增强人们对伟大祖国的热爱。虽然不同历史时期的爱国主义，具有不同的时代内容，但是热爱祖国的优秀文化，发扬民族文化的优良传统，则是任何时代都不可缺少的。而当今之世，在国际风云急剧变幻，各种社会思潮此伏彼起，中外文化交流日益频繁的情况下，让更多的人加深对祖国优秀文化的了解，从而增强民族的自尊、自信和自强心，则尤为重要。

对古代地区文化的探讨和研究，并不是一件轻而易举的事情，这需要多方面的知识和付出艰苦的劳动，何况万事开头难。我赞赏《中国地域文化丛书》的作者们勇敢的开拓精神，和他们在传统文化研究中所做的有益尝试。也赞赏辽宁教育出版社的远见和气魄，热心祖国的文化学术事业，精心

“吾郡少平原旷野，依山而居，商贾东西行营于外，以就口食。然生民得山之气，质重矜气节，虽为贾者，咸近士风”（《戴震文集》卷十二）。

“浙东多山，故刚劲而邻于亢；浙西近泽，故文秀而失之靡”（旧《浙江通志》）。

从这里我们已经清楚地感受到自然环境对人类行为的决定性作用，当然这仅是一个侧面。明人钱澄之在《记黄檗山居》一文中谈到吴地之人曾笑话他的家乡（桐城龙眠山）园亭简陋，他反诘道：“吾乡有真山水，何以假为？唯任真，故失诸陋，洵不若吴人之工于作伪耳。”山水奇秀之地，当然无须“工于作伪”，而吴人的巧于凿池叠山大概也是不得已而为之吧。看来自然环境不但影响一地的风俗人情，更影响着文化艺术、宗教信仰甚至民居建筑，它对于一个地域文化的形成所产生的影响是全方位的。

其次说到社会结构。华夏文明史跨越了几千年的沧桑岁月，历史变迁对地域文化的影响无疑也是巨大的。仅以“吴越”为例，春秋之际，吴越两国连年征战，尚武习俗蔚然成风。史载：“吴越之君尚勇，故其民好用剑”（《汉书·地理志》）。“士有陷坚之锐，俗有节慨之风”（左思《吴都赋》）。但晋永嘉之后，吴越的民风却发生了转变。“永嘉以后，衣冠避难，多萃江左，文艺儒术，于今为盛，盖因顾谢徐庾之风焉”（明刘槩《成化记》）。“其民老死不识兵革，四时嬉游，歌鼓之声相闻”（苏轼《表忠观碑记》）。在这个从“尚勇”到“崇文”的社会风气的转变过程中，虽然未必绝对，但晋“永嘉之乱”后文人的大量南迁避祸，无疑是起了相当重要的作用。再如：

编者札记

我们一直在探讨“文化”。

尤其是近些年，在“交叉科学”的旗帜下，与文化“联姻”的学科纷纷涌现：文化人类学、文化生态学、文化经济学、文化地理学等等。形式的媾和不排除牵强的因素，但其主体却反映了时代学术的趋向。它既承认传统学科存在的合理性，又拓宽和丰富了人类的认识视野，为文化学研究带来一片生机。《中国地域文化丛书》就是在这样的背景下产生的。

地域文化 (Regional Culture) 或称“区域文化”，是一门研究人类文化空间组合的地理人文学科，在某种意义上大同于文化地理学 (Geoculturelism)。它们都是以广义的文化领域作为研究对象，探讨附加在自然景观之上的人类活动形态，文化区域的地理特征，环境与文化的关系，文化传播的路线和走向以及人类的行为系统，包括民俗传统、经济体系、宗教信仰、文学艺术、社会组织等等。但在某些方面，地域文化又与文化地理学有着明显的区别。一般说来，文化地理学是以“地理学”为中心展开文化探讨的，其中的“地区” (District) 概念具有极强的地理学意义，它疆域明确，系统稳定，与现实的“地区”是吻合的。而地域文化是以“历史地

理学”为中心展开的文化探讨，其“地域”(Region)概念通常是古代沿袭或俗成的历史区域，它在产生之初当然是精确的，但由于漫长的历史逐渐泯灭了它们的地理学意义，变得疆域模糊，景物易貌，人丁迁移，只剩下大致的所在地区了。如“齐鲁”概指山东，“关东”泛称东北等，在这里“地域”与“地区”的概念是有区别的，这是地域文化与文化地理学的“小异”之处。

岁月的流逝虽然改变了古代区域的精确性，但这种模糊的“地域”观念已经转化为对文化界分的标志，深深地积淀在人们的头脑之中，并且产生着深远而广泛的影响。显然我们不应忽视或轻视这个文化范畴的存在。

古人已发现：不同地区的民俗传统是有差异的，这种差异通过各自的行为系统表现出来。《礼记·王制》中记载了“王使太师陈诗以观民风”的做法，就是要通过诗歌体察各地的民情。《诗经·国风》按照十五个地区汇集诗歌，生动地表现出各个文化区域的风土人情，是将文化按地域类分的先声。《左传·襄公二十九年》记叙了吴公子季札观乐于鲁的故事：

“……为之歌邶、鄘、卫，曰：‘美哉，渊乎！忧而不困者也。吾闻卫康叔、武公之德如是，是其卫风乎？’……为之歌齐，曰：‘美哉，泱泱乎，大风也哉！表东海者，其太公乎！国未可量也’……为之歌唐，曰：‘思深哉！其有陶唐氏之遗民乎？不然，何忧之远也。非令德之后，谁能若是！’……”

从这段记载中我们看到，季札观乐，能够准确地领悟各首乐曲表现的“国风”，他对音乐的精通固然令人敬佩，而诗乐中

蕴含的“地域特征”也确实是鲜明可鉴的。

《汉书·地理志》中已明确地提出了“域分”（即按不同的历史区域划分民俗民风）的概念：

“凡民函五常之性，而其刚柔缓急，音声不同，系水土之风气，……好恶取舍，动静之常，随君上之情欲。”

把人的行为和观念归因于两个因素，即水土的构成和王侯的引导。这个观点是很有价值的，就现实而言，地域文化的形成也不外乎两种主要因素，一个是自然环境，一个是社会结构。

首先说到自然环境。我国地域辽阔，气候复杂，大体可划为三个自然区，横跨六个温度带，地理属性的差异是十分明显的。古人早已注意到了水土风候对民俗文化的影响，并多有论述，仅举数例：

“邹人东近沂泗，多质实；南近滕鱼，多豪侠；西近济宁，多浮华；北近滋曲，多俭嗇”（《邹县志》）。

“平原故址，其地无高山危峦，其野少荆棘丛杂，马颊高津，经流直下，无委蛇旁分之势，故其人清亦平坦质实，机智不生。北近燕而不善悲歌；南近齐而不善夸诈，民醇俗茂，恬惓无华”（《陵县志·序》）。

“潇湘间无土山，无浊水，民乘是气，往往清慧而文”（刘禹锡《送周鲁儒序》）。

组织、大力支持《中国地域文化丛书》的出版。像任何新的事物一样，对古代地区文化的研究在开始的时候，也难免会有这样那样的不足和缺陷。但世界上哪里会有一开始就十全十美的事物呢！

我自己，有感于作者们勇于探索、刻苦钻研的精神和出版者勇于开拓、努力创新的精神，在这里说一点粗浅的感想。衷心祝愿作者们在坎坷的科学道路上，继续奋进，勇敢攀登。

1990年7月25日

“蕲春人性躁劲，风气果决，包藏祸害，视死如归，战而贵诈，此则其旧风也。自平陈之后，其俗颇变，尚淳质，好俭约，丧纪婚姻，率渐于礼”（《隋书·地理志》）。

可见“平陈”对蕲春风俗变更的作用也是明显的。当然，历史的作用不仅限于对传统的改变，更在于对传统的保守和延续。徽州地区宗法制度的保持与传承就是明显的例证：

“新安各姓聚族而居，绝无一杂姓渗入者，其风最为近古。出入齿让，姓各有宗祠统之，岁时伏腊，一姓村甲，千丁皆集，祭用朱文公家礼，彬彬合度”（赵吉士《寄园寄所寄》卷十二）。

“父老尝谓，新安有数种风俗胜于他邑。千年之冢，不动一抔；千丁之家，未尝散处；千载之谱，丝毫不紊；主仆之严，虽数十世不改，而宵小不敢肆”（《新安旧志》）。

如此森严的宗法制度，无疑对徽州文化的传承产生了深远的影响。

自然环境和社会结构这两大因素，深深地影响了中国地域文化的形式和发展。“古今沿革，有时代性；山川浑厚，有民族性”（《九十杂述》）。黄宾虹先生一语道破了个中三昧。

当然，作为一门兼济古今的“新学”，地域文化的研究不会仅限于对民俗风情的直观探讨，也不会停滞在对旧说的注释与阐述上。它将用科学的历史观剖析中国传统文化的组合

形式和流变方式，进而探索其深层结构。立足于这一文化视角，我们将从中国传统形式的“大一统”和观念的“大一统”的背景下，看到一组生机勃勃的文化景观。

“新学”的建立，还须要有新的研究方法相伴。在地域文化的构建中，似乎大有改变方法的必要。我们知道人与文化密不可分。但就演化方式而言，人类生灭有序，文化却变幻无常。我们以往许多文化学研究大概是受文化载体的生灭过程的影响，总是以时间为主线展开论说。这种方法便于一个学说的条理化，符合正常的思维方式，这些都是无可非议的。值得申明的是：这不是唯一的途径。以时间为主线的研究是一种线性的（或称“一维的”）研究，这不可能涵盖人类的全部文化。因为某一文化的形成、演变或进步过程，不完全是按照时间排序的，时间仅表现了文化的流变方式，却不能完整地反映文化的组合形式。应当看到：文化既赋予现实以意义，又需要现实的承载。而现实是一种动态的存在，是“变”与“不变”的复合体，“变”的表征是时间的流逝，“不变”的表征是空间的凝固。只有在这种时空构造中，文化才能够得到充分的认识。基于所谓“文化时空观”的臆想，我们不妨把文化作为环境的一个“人造部门”，在地理与文化相纽结的背景下，展开一种立体的（三维的）文化学研究。在这里，时间已成为“匆匆过客”，为一幕幕历史活剧提供变换的可能；空间却上升到了主导地位，成为文化存在的根据。只有按照这样的方法展开论说，我们才能认清文化全方位占有人类的事实。其实所谓方法的改变，只是时间与空间的错位，这种主次交换的最基本的心理依据是：地球是人类永难变换的载体，我们不能忽略它的存在和它的文化学意义。

显然，以空间为主线的研究具有非传统的特征，但它不

是反传统的，而是对传统的一种发掘和再认识。其实古代的学术思想流派常常有明显的地域性，《宋元学案》、《明儒学案》等著作甚至用地名标志学派。侯外庐先生明白地指出：

“各个学派的流传分布，往往也有其地域特点，大略的形势可以描述如下：儒墨以鲁国为中心，而儒家传播于晋、卫、齐；墨家则向楚、秦发展。道家起源于南方原不发达的楚、陈、宋。后来可能是随着陈国的一些逃亡贵族而流入齐国。楚人还保留着比较原始的‘巫鬼’宗教，同样在北方偏于保守的燕国和附近的齐国，方士也很盛行，后来阴阳家就在齐国发展起来。法家主要源于三晋。周、卫位于各国之间的交通孔道，是商业兴盛之区，先后产生了不少专作政治交易的纵横家”（《中国思想史纲》）。

这种带有地域特征的学派分析，使我们进一步感受到强烈的空间意识。

界说已划定，基础已奠定，然而这只是一个开端。当我们拂去岁月的风尘，步入中华文明的千年古殿，一种无名的压迫之感流变于心头：时间逝去了，历史活剧收场了，旷野也在不断地改变着模样。那高耸的山峰可曾记录着古战场铁马金戈的喧嚣？那残存的断壁是否映照看连云接日的霓裳舞姿？关里的蓍草、天坛的净土、东海的蜃景、西域的驼铃……这些浸润着一个偌大民族古老精神的自然景观，潜藏着哪些深不可测的文化内涵？时间逝而不返，它带走了壮景，淘尽了英雄，也湮灭了平民，留下的只有散在的文化遗迹和如峰

的圣典。在故纸的围迫之中，我们曾困惑，现在我们需要抖擞精神，为构建一个新的文化体系，再来一次艰难的起步。

快到世纪末了。

人类在本能的驱动下，开始了又一个百年周期的小结。

我们还在探讨文化！

.....

1991 年 4 月

前 言

青藏文化，是居住在青藏高原地区的藏、羌、回、门巴、珞巴、蒙古、土、撒拉、汉等民族，以及僜人、夏尔巴人共同创造的、具有高原风格的区域文化。本书以藏族文化为核心，揭示这种文化的主要特色和基本内容。

高原地区的自然地理环境，给居于此地的各族赋予独特的色彩，加之密切的民族文化交往和以藏化为主流的民族融合，使青藏文化具有大致相类的外部特征。当你看到来自内地、身着藏装、饮乳食肉、口说藏语的藏化汉人；看到来自蒙古高原，同样以游牧为生的蒙古人，不再以牧马为主而成为牧羊人，在接受藏传佛教之后，也接受了藏语文和藏族风俗习惯，你就会感受到青藏文化的强烈感染力，同时也就触摸到了青藏文化强劲的脉搏。

作为青藏文化主体的藏族传统文化，包括两个方面的内容：即以原始自然崇拜和复杂献祭仪轨为主要内容的本教文化和以密教为特色的藏传佛教文化。青藏文化的发展经历了三个主要发展阶段：一是以古羌人为主体的高原各邦国文明的长期积淀阶段，它奠定了青藏文化走向繁荣的坚实基础；二是唐朝时期，吐蕃王朝的建立和大规模的军事扩张，结束了

高原文化史上一个星光闪烁的时代,为青藏文化的全面繁荣,在地理环境、语言、民族融合,以及共同心理素质的形成等方面,开辟了广阔的前景;三是宋元以来,藏传佛教各教派纷纷成立,形成一股完全可以和吐蕃军事扩张相提并论、其影响又远远超过前者的洪流,真正促成了青藏文化本质特色的形成。及宗喀巴创立黄教,藏传佛教文化以更加旺盛的生命力,南入门巴、珞巴居地,北传蒙古,造成一种不可遏制的雄风,信仰至上,不战而胜。

青藏文化走向繁荣的一个承前启后的关键时期,是吐蕃王朝时期,即公元7-9世纪。吐蕃王朝的开放政策和密切的文化交流,在其中起到极为重要的作用,它包括三个层次:(一)雅隆吐蕃与苏毗、象雄(羊同)、附国、多弥、吐谷浑、党项和白兰等部等族的交往与融合,构成建立吐蕃王朝的基础;(二)吐蕃王朝与邻接高原各族,如唐朝汉族、南诏、突厥、回鹘、于阗、沙陀等地等族的交往,密切了青藏高原与祖国内地和境内各族人民之间的联系与友谊,增强了吐蕃王朝的经济实力;(三)吐蕃参与南亚、中亚、西亚和唐朝祖国内地之间更大范围的经济文化交流,大大提高了青藏高原地区在当时国际交往中的地位,扩大了青藏文化的影响,也吸收了新鲜血液,进一步丰富了自身的内涵。

作为青藏文化经济基础的是高原游牧经济,但是,孕育青藏文化的温床,以及作为汇集、积累和传播这种文化核心的,却是农业文明,而且一直在雅鲁藏布江及其支流地区:吐蕃的先祖部落,活动在高原农业文明的发祥地——山南乃东、琼结;吐蕃王朝的首邑在拉萨;元朝萨迦地方势力的核心在后藏萨迦;明朝帕木竹巴地方政权的首邑在乃东;仁蚌巴的活动中心在仁布;第悉藏巴的大本营在日喀则;和硕特蒙古汗王和五世达赖喇嘛以后的西藏地方政府,均以拉萨为首邑。

这些城邑，都分布在以农业为主的雅鲁藏布江中下游及其支流地区。说明，即使在以牧为主的青藏高原地区，农业文明在人类文明的积累方面，仍占据着优势地位。

在青藏文化中，宗教文化占据最为突出的位置。这一特征，在藏民族和藏族传统文化的形成，以及青藏文化的对外传播方面，起到巨大的促进作用。但在不同的历史时期，宗教文化的内涵存在一定程度的差别：吐蕃王朝成立以前，真正具有影响力的是本教；吐蕃王朝时期，本教、佛教相互斗争相互依存，民间仍以本教为主；分裂割据时期，是宁玛、噶当、噶举、萨迦等派纷纷成立，并与本教等各自为政时期；元朝时期，是萨迦派的辉煌时期；明朝中前期，是帕竹噶举派的鼎盛时期；仁蚌巴和藏巴当政时，噶玛噶举派最为风光。但是，在和硕特蒙古汗王支持格鲁派并入主西藏地方以后，格鲁派势力迅猛发展起来。到七世达赖喇嘛时，清朝中央政府授命其建立噶厦政府，最后形成政教合一的局面，格鲁派几乎一统蒙藏地区，同时也细致地影响了青藏文化的方方面面。

藏传佛教，对信仰该教的青藏地区各族人民的精神世界，产生了深刻的影响。经论即知识，喇嘛即学者，万般皆下品，唯有学经高。在知、行关系上，佛教重知轻行，而且把“知”主要限定在佛学方面，把“行”等同于自我修炼（内修心、外修身）和扩大佛教影响、提高佛教社会地位的实践活动。重视人的自我内省，但内省却完全陷入对自我对人生的否定之中，其目的不是鼓足勇气、迈步向前，而是顶礼释氏，皈依佛门，让人们在对佛的信仰与崇拜中，认识和实现自身的价值。藏传佛教在缓解人们精神重负，抚慰人们痛苦心灵的同时，也有加强高原人优良品德修养的作用，如重知识、尊学者、吃苦耐劳的精神，坚忍不拔的毅力，豁达善良的性情，正直利他的品格等，均属此类。更为重要的是，作为人类精神文化宝库中的重要遗产之一，藏传佛教文化蕴藏着无穷的

智慧，还有待我们认真甄别，充分汲取，它是青藏文化的一份独特的奉献。

青藏文化中确实弥漫着宗教的和神秘的烟云，但也不乏科学的精神和理性的光芒。我们相信，一个能在宗教领域显示卓越才华，充满无限智慧的民族，也一定能以崭新的姿态，再创辉煌，与我国各族人民一起，步入迷人的 21 世纪。



前 言	1
第一章 青藏文化鸟瞰	1
第一节 青藏文化的地理环境	1
一、高原上的高山大水	2
二、高原气候与植被	4
三、农牧业经济与高原物产	6
第二节 文化交流与青藏文化的形成	9
一、高原地区各族各地之间的文化 交流	9
二、青藏高原与中国境内各族的文化交流	11
三、青藏文化与国际文化交流	13
第三节 政教合一与青藏文化的发展	16
一、政教合一的形成	17
二、政教合一对青藏文化的影响	18
第四节 神灵与喇嘛——青藏文化中的 两个主角	20
一、无处不在的神灵	21
二、神通广大的喇嘛	24
第五节 青藏文化的区域特色	27
一、西藏地方的三区划分	27
二、青藏高原的三区划分	28
三、三大方言区的文化特色	29
第二章 青藏高原的人种、民族与上古文明	31
第一节 石器、岩画与彩陶	31
一、石器——有灵性的石头	31
二、生动的岩画	33
三、绚丽的彩陶	35

第二节 猕猴与岩魔女的后裔	37
一、青藏地区可能是人类的发祥地之一	37
二、猕猴变人及其与岩魔女的结合	38
三、汉文史书中的岩魔女	40
第三节 悉补野王族与雅隆吐蕃	41
一、悉补野王族	41
二、吐蕃先王世系	44
三、雅隆吐蕃文明	45
第四节 象雄本教王国	48
一、象雄的里中外三地划分	48
二、象雄的历史片段	50
三、象雄本教文化	51
第五节 苏毗与女国文明	54
一、苏毗王国	54
二、女国与东女国	56
第六节 古羌文化网络	60
一、汉文记载中的古羌	61
二、藏史记载的高原部族	62
第三章 吐蕃王朝的文化成就	65
第一节 藏文的创制与厘订	65
一、藏文的创制	65
二、藏文的厘订	67
三、藏语发展史的分期	69
第二节 铭文石刻与吐蕃文书	70
一、吐蕃铭文与石刻	70
二、吐蕃文书	73
第三节 佛法传入雪域	75

一、神物自天而降	75
二、佛法落根雪域	76
三、桑耶寺的修建与“七试人”出家	78
第四节 教争——谁主沉浮	80
一、本教的黄金岁月	80
二、佛、本之争	82
三、汉、印僧诤	84
第五节 译经与大藏经目录的形成	86
一、佛经翻译	86
二、藏文大藏经目录的形成	89
第六节 “三王”兴教与达磨灭法	90
一、“三王”兴教	90
二、达磨灭法	93
第四章 凤凰涅槃——青藏文化的再生	96
第一节 佛法后弘	96
一、分裂与混乱的政治局势	96
二、上、下两路弘法	97
三、阿底峡入蕃传教	99
第二节 青唐吐蕃文化	100
一、青唐吐蕃与唃廝囉	100
二、青唐吐蕃物质文化	101
三、青唐吐蕃宗教与民俗文化	103
第三节 教派文化	104
一、宁玛派	105
二、噶当派	106
三、噶举派	107
四、萨迦派	109

第四节 萨班与八思巴	109
一、政教名人——萨班	109
二、帝师八思巴	111
第五节 蒙藏文化初次交汇	114
一、元朝宫廷的西藏喇嘛	114
二、蒙古文化传入青藏	116
第六节 法宝勘同	117
一、缘起	117
二、勘同盛举	118
三、法宝勘同与文化交往	120
第七节 藏传密宗	121
一、密宗义理与典籍	121
二、困境中的密宗仪轨	123
三、走上末路的滥用“双修”	125
第五章 席卷高原的黄教雄风	127
第一节 宗喀巴大师如是说	127
一、身世与学历	127
二、说法与立宗	128
第二节 黄教的追求	130
一、迅猛发展的势头	130
二、戒律与修习次第	132
第三节 活佛转世	134
一、活佛转世的依据与由来	134
二、转世活佛的预示与确定	135
三、《喇嘛说》与金瓶掣签	137
第四节 达赖与班禅两大活佛系统	138
一、三世达赖与达赖转世系统	138

二、四世、五世班禅与班禅转世系统	111
第五节 蒙藏文化的密切交流	142
一、土默特蒙古接受黄教	142
二、蒙古出身的四世达赖	143
三、和硕特部入主西藏	144
四、哲布尊丹巴呼图克图的产生	145
第六节 中原地区的黄教法统	147
一、藏传佛教与内地的密切联系	147
二、驻京喇嘛	149
第六章 高原人的哲学与因明	153
第一节 对自然界的阐释	153
一、朦胧的唯物意识	153
二、人格化的大自然	155
三、藏传佛教的世界观	156
第二节 对人自身的内省	158
一、出世与人的尊严	158
二、自我修习与道德至上	159
三、六字真言	161
第三节 大乘中观思想	162
一、大乘佛教	162
二、瑜伽中观学说	163
三、宗喀巴与中观应成派学说	164
第四节 大五明与小五明	165
一、大五明	166
二、小五明	167
第五节 藏传因明的沿革	169
一、印度因明学著作的传入与学习	169

二、藏传因明三大传承系统	171
第六节 因明与分派、辩经	173
一、因明学要旨	173
二、量与所量	174
三、因明与分派、辩经	175
第七章 青藏高原的文化教育	177
第一节 寺院——高原上的最高学府	177
一、教育中心	178
二、人才中心	179
三、资料中心	180
第二节 寺院组织管理制度	181
一、黄教寺院组织制度	181
二、黄教寺院管理制度	183
第三节 显教学院及其课程	184
一、黄教学院概观	184
二、显宗学院的课程	185
三、学习方式	187
第四节 密宗学院及其修习内容	188
一、密宗学院的两类生员	189
二、密宗学院的主要课程	190
三、密宗修习内容	191
第五节 学制与学位	193
一、宁玛、噶举和萨迦派的学制与学位	193
二、格鲁派的学制与学位	195
第六节 学而优则僧	197
第八章 青藏高原的地方法律	200
第一节 部落习惯法	200

一、维护部落首领的特权	201
二、部落利益至上原则	202
三、杀人赔偿命价	203
四、罚款(物)通用原则	205
五、强奸无罪或从轻处罚原则	207
第二节 地方政权的成文法	208
一、吐蕃王朝的成文法	208
二、帕木竹巴地方政权的十五条法	210
三、清代西藏地方成文法	212
第三节 神 断	214
一、古老的神断	214
二、神断的程序与规定	215
三、神断种种	216
第四节 法律与戒律	219
一、以戒律为法律	220
二、戒律干预法律	221
三、法律不同于戒律	222
第九章 青藏高原的古代文学	225
第一节 空灵的佛教文学	225
一、来自佛国的影响	225
二、佛教文学的空灵特征	228
第二节 真挚的抒情赞美诗	229
一、对神的赞美	230
二、对人的赞美	232
三、对自然的赞美	233
第三节 隽永的格言诗	235
一、《萨迦格言》	235

二、《甘丹格言》、《水树格言》及其他教诫	239
第四节 道歌与情歌	243
一、米拉日巴道歌	243
二、仓央嘉措情歌	250
第五节 说不尽的《格萨尔王传》	254
一、格萨尔其人	254
二、《格萨尔王传》故事	256
三、史诗中的历史	258
第十章 青藏高原的民族史学	260
第一节 历史中的传说	260
一、有关松赞干布的传说	260
二、亲子之争的传说	262
三、有关武则天的传说	264
第二节 藏族文献学说略	265
一、《敦煌本吐蕃历史文书》的文献学	
价值	265
二、藏族历史文献学的成熟与发展	268
第三节 教法史	270
一、《第吾教法史》	270
二、形式多样的教法史	272
第四节 史册、王统记与世系史	274
一、史册	274
二、王统记	277
三、世系史	278
第五节 人物传、寺庙志与地理志	279
一、人物传	279
二、寺庙志	280

三、地理志	282
第六节 著史与说法	284
一、佛学内容在历史文献中的优势地位	284
二、史著中的佛教观点	285
第十一章 青藏高原的传统艺术	288
第一节 留住永恒的雕塑艺术	288
一、雕刻艺术	288
二、铸造艺术	291
第二节 挥洒虔诚的绘画艺术	295
一、壁画	295
二、唐卡画	298
三、西藏绘画的特色	300
第三节 响遏行云的歌唱艺术	302
一、宫廷音乐	303
二、民歌	307
三、乐器、乐曲与乐论	310
第四节 舒展生命的舞蹈艺术	311
一、与歌唱结合的“谐卓”	312
二、以舞为主的“卓”	313
三、宗教舞蹈“羌姆”	314
第五节 藏戏——仙女的艺术	316
一、唐东结布与藏戏的产生	316
二、藏戏的艺术特征	318
三、藏戏剧目	319
第十二章 青藏高原的体育活动	323
第一节 赛马射箭	323
一、马与吐蕃的军事活动	323

二、骑马与赛马	324
三、射箭	326
第二节 举重、拔河和掷石	330
一、举重	330
二、拔河	332
三、掷石	332
第三节 马球与棋艺	334
一、马球	334
二、棋艺	337
第四节 藏密气功	340
一、藏密功法	340
二、藏密气功的脉、气和明点	343
三、大师异行	345
第五节 诱人的登山运动	346
第十三章 青藏高原的节日、禁忌与风俗	349
第一节 不眠的节日	349
一、藏历新年	349
二、酥油灯会与打牛魔王仪式	351
三、晒大佛与亮宝	352
四、氏宿月节	352
五、林卡节	353
六、雪顿节	353
七、望果节	354
八、沐浴节	354
第二节 独有的婚俗	355
一、一夫一妻	358
二、一妻多夫	358

三、一夫多妻	359
第三节 礼仪概英	362
一、婚姻礼仪	362
二、交际礼仪	363
三、纲常之礼	365
第四节 禁忌种种	366
一、生产禁忌	366
二、生活禁忌	367
三、一个月 30 天的禁忌	369
第五节 占卜的技巧	372
一、占卜方式	372
二、卜辞	376
第六节 死亡的艺术	378
一、吐蕃时代的丧葬仪轨	378
二、死亡的学说——中阴得度	380
三、丧葬方式	382
第十四章 青藏高原的物质生活	386
第一节 高原居民的经济活动	386
一、农牧业生产活动	387
二、商业贸易活动	390
第二节 色彩斑斓的服饰	392
一、贵族服饰	393
二、农牧民的服饰	395
三、僧装	397
第三节 独特的饮食文化	398
一、主食	398
二、饮料	399

三、宴会	404
第四节 拂庐、碉房与僧舍	405
一、拂庐	405
二、碉房	406
三、僧舍	408
第五节 牦牛、铁索桥与牛皮船	410
一、牦牛	410
二、铁索桥	411
三、牛皮船	413
第十五章 青藏高原的科学技术	415
第一节 古老的藏族历法	415
一、物候历	415
二、时轮历	418
三、时宪历	421
第二节 神奇的医学成就	424
一、藏医学的基本理论	424
二、藏医学的诊断与治疗	427
三、藏药	429
第三节 精美坚固的建筑	433
一、大昭寺	433
二、布达拉宫	437
第四节 造纸术与酿酒法	440
第十六章 青藏文化多姿多彩	444
第一节 灿烂的羌族文化	444
一、高原远古文明的建立者	444
二、古代羌人的文化	446
三、羌族文化	448

第二节 高原南缘诸族文化	451
一、门巴文化	452
二、珞巴文化	455
三、夏尔巴人文化	458
四、僜人的文化	459
第三节 青藏高原文化	461
一、蒙古人进入青藏	461
二、青藏蒙古人	463
三、蒙古文化	466
第四节 青藏回族文化	468
一、西藏的穆斯林与回族	468
二、青海回族及其文化	470
第五节 土族文化	473
一、民族来源	474
二、土族文化	476
第六节 撒拉族文化	479
一、民族来源	479
二、撒拉文化	481
后记	484
编者后记	486

一、高原上的高山大水

青藏高原汇集着世界上许多著名的高大山脉，是它们烘托出一股无与伦比的雄浑气势，也使青藏高原赢得了“世界屋脊”的美名。

耸立在高原南侧的是最负盛名的喜马拉雅山脉，它由许多平行的山脉组成，从南至北分为锡伐利克山、小喜马拉雅山、大喜马拉雅山。大喜马拉雅山又分为三段：普兰以西至印度南迦帕尔巴特峰为西喜马拉雅；普兰（纳木那尼峰）至亚东—帕里（绰莫拉利峰）为中喜马拉雅；亚东至雅鲁藏布江大拐弯（南迦巴瓦峰）为东喜马拉雅。全长2 400公里，宽约200—300公里。位于中、尼交界的珠穆朗玛峰海拔8848.13米，是世界第一高峰，人称地球的“第三极”，她总是以微笑来迎接每一位成功的登山者。

往北即是横亘西藏自治区中部的冈底斯—念青唐古拉山，它东起昌都嘉黎，东南延伸与横断山脉伯舒拉岭相接，西至阿里狮泉河，是藏北、藏南，以及藏东南的分界线，也是外流河与内流河的分界线。东西长约1 400公里，南北宽约360公里。冈底斯，藏语意为“众水之源”或“众山之根”，也是高原神话的策源地和核心，为著名圣地。念青唐古拉，意为“大亲眷光明之神”。

喀喇昆仑山位于青藏高原西北侧，是连接帕米尔高原、喜马拉雅山、唐古拉山的链环，仅次于喜马拉雅山的世界第二大高山乔戈里峰即位于这里。喀喇昆仑山口是新疆通往克什米尔的交通孔道。

唐古拉山横卧青藏高原中部，西接喀喇昆仑山，东南接

横断山脉之怒山，是青、藏两省区的界山。最高峰各拉丹冬峰，为长江的发源地。

昆仑山位于青藏高原北部，是西藏、新疆两个自治区的界山，东西长2 500公里，南北宽1 500公里，平均海拔5 500—6 000米，有“亚洲脊柱”之称，是中国古代西部神话体系的核心，充满神奇与魅力。

在青藏高原东部、西藏与四川云南两省交界地区，有一组南北向的山系，这就是横断山脉，自西而东排列着：伯舒拉岭—高黎贡山、怒江谷地，他念他翁山—怒山、澜沧江谷地，宁静山—云岭、金沙江谷地，雀儿山—沙鲁里山、雅砻江谷地，大雪山—折多山—锦屏山、大渡河谷地，邛崃山—大凉山，形成两山夹一川，两川夹一山的奇特景观^①。

如果把青藏高原上东西走向的高大山脉比喻为五线谱的话，那么，奔腾于大山之间的长河大川便是跳动的乐符；如果高山是骨骼，那么流水便是血液，构成一个动感的和充满活力的青藏高原。

青藏高原上的河流，就归宿而言可分为四大水系，即太平洋水系，包括金沙江、雅砻江、通天河、岷江等长江干支流及黄河、澜沧江等；印度洋水系，有雅鲁藏布江、怒江、吉太曲、察隅曲、西巴霞曲、朋曲、朗钦藏布（象泉河）、森格藏布（狮泉河）等；高原北部内流水系，包括藏北汇入纳木错的测曲，汇入色林错的扎加藏布、扎根藏布，汇入昂拉仁错的阿毛藏布，汇入班公错的麻嘎藏布，以及青海省的柴达木河、格尔木河与青海湖；高原南部内流水系，主要由玛旁

^① 徐华鑫编著：《西藏自治区地理》第28—33页，西藏人民出版社1986年版。

雍错—拉昂错流域，佩枯错—错戳龙流域，错姆折林—定结错流域，多庆错—嘎拉错流域，羊卓雍—普莫雍错—哲古错流域等组成，其中后者最大^①。

青藏高原是我国湖泊最多，占地面积最大的地区，青海湖是全国第一大湖，面积4 400多平方公里，湖岸长达360多公里；玛旁雍错，位于西藏普兰县，面积412平方公里，有“神湖”之称；羊卓雍错，位于浪卡子县境内，面积678平方公里；纳木错，位于班戈县与当雄县交界处，面积1 920平方公里；班公错，位于日土县西北与克什米尔相接地方，面积604平方公里……一方方，一块块，天生丽质，花容月貌。

二、高原气候与植植

1. 青藏高原的气候特点，是冬寒夏凉，年温差小、日温差大，日照丰富，多大风，降水量东南多西北少。

西藏高原地面接受强烈辐射，地面空气温度比同纬度的平原地区上空的同高度大气层要高，故而是一个热源，冬季显得较为暖和；由于地势高，空气稀薄，二氧化碳含量少，大气中水汽少，干净清洁，日照充足，太阳辐射值大，故拉萨有“日光城”之称；高原上大气稀薄清洁，辐射强，日照丰富，且地面多裸露岩石、砂砾，使地面白天吸热多，增温快，夜间长波辐射冷却快，气温下降迅速，因而气温日差大；青藏高原北纬32°以南地区冬季为西风带控制，形成干季，夏季受湿润气流影响，形成雨季。降水主要来自印度洋的西南季

^① 中国科学院青藏高原综合科学考察队：《西藏河流与湖泊》第5—216页，科学出版社1984年版。

一、高原上的高山大水

青藏高原汇集着世界上许多著名的高大山脉，是它们烘托出一股无与伦比的雄浑气势，也使青藏高原赢得了“世界屋脊”的美名。

耸立在高原南侧的是最负盛名的喜马拉雅山脉，它由许多平行的山脉组成，从南至北分为锡伐利克山、小喜马拉雅山、大喜马拉雅山。大喜马拉雅山又分为三段：普兰以西至印度南迦帕尔巴特峰为西喜马拉雅；普兰（纳木那尼峰）至亚东—帕里（绰莫拉利峰）为中喜马拉雅；亚东至雅鲁藏布江大拐弯（南迦巴瓦峰）为东喜马拉雅。全长2 400公里，宽约200—300公里。位于中、尼交界的珠穆朗玛峰海拔8848.13米，是世界第一高峰，人称地球的“第三极”，她总是以微笑来迎接每一位成功的登山者。

往北即是横亘西藏自治区中部的冈底斯—念青唐古拉山，它东起昌都嘉黎，东南延伸与横断山脉伯舒拉岭相接，西至阿里狮泉河，是藏北、藏南，以及藏东南的分界线，也是外流河与内流河的分界线。东西长约1 400公里，南北宽约360公里。冈底斯，藏语意为“众水之源”或“众山之根”，也是高原神话的策源地和核心，为著名圣地。念青唐古拉，意为“大亲眷光明之神”。

喀喇昆仑山位于青藏高原西北侧，是连接帕米尔高原、喜马拉雅山、唐古拉山的链环，仅次于喜马拉雅山的世界第二大高山乔戈里峰即位于这里。喀喇昆仑山口是新疆通往克什米尔的交通孔道。

唐古拉山横卧青藏高原中部，西接喀喇昆仑山，东南接

横断山脉之怒山，是青、藏两省区的界山。最高峰各拉丹冬峰，为长江的发源地。

昆仑山位于青藏高原北部，是西藏、新疆两个自治区的界山，东西长2 500公里，南北宽1 500公里，平均海拔5 500—6 000米，有“亚洲脊柱”之称，是中国古代西部神话体系的核心，充满神奇与魅力。

在青藏高原东部、西藏与四川云南两省交界地区，有一组南北向的山系，这就是横断山脉，自西而东排列着：伯舒拉岭—高黎贡山、怒江谷地，他念他翁山—怒山、澜沧江谷地，宁静山—云岭、金沙江谷地，雀儿山—沙鲁里山、雅砻江谷地，大雪山—折多山—锦屏山、大渡河谷地，邛崃山—大凉山，形成两山夹一川，两川夹一山的奇特景观^①。

如果把青藏高原上东西走向的高大山脉比喻为五线谱的话，那么，奔腾于大山之间的长河大川便是跳动的乐符；如果高山是骨骼，那么流水便是血液，构成一个动感的和充满活力的青藏高原。

青藏高原上的河流，就归宿而言可分为四大水系，即太平洋水系，包括金沙江、雅砻江、通天河、岷江等长江干支流及黄河、澜沧江等；印度洋水系，有雅鲁藏布江、怒江、吉太曲、察隅曲、西巴霞曲、朋曲、朗钦藏布（象泉河）、森格藏布（狮泉河）等；高原北部内流水系，包括藏北汇入纳木错的测曲，汇入色林错的扎加藏布、扎根藏布，汇入昂拉仁错的阿毛藏布，汇入班公错的麻嘎藏布，以及青海省的柴达木河、格尔木河与青海湖；高原南部内流水系，主要由玛旁

^① 徐华鑫编著：《西藏自治区地理》第28—33页，西藏人民出版社1986年版。

雍错—拉昂错流域，佩枯错—错戳龙流域，错姆折林—定结错流域，多庆错—嘎拉错流域，羊卓雍—普莫雍错—哲古错流域等组成，其中后者最大^①。

青藏高原是我国湖泊最多，占地面积最大的地区，青海湖是全国第一大湖，面积4 400多平方公里，湖岸长达360多公里；玛旁雍错，位于西藏普兰县，面积412平方公里，有“神湖”之称；羊卓雍错，位于浪卡子县境内，面积678平方公里；纳木错，位于班戈县与当雄县交界处，面积1 920平方公里；班公错，位于日土县西北与克什米尔相接地方，面积604平方公里……一方方，一块块，天生丽质，花容月貌。

二、高原气候与植植

1. 青藏高原的气候特点，是冬寒夏凉，年温差小、日温差大，日照丰富，多大风，降水量东南多西北少。

西藏高原地面接受强烈辐射，地面空气温度比同纬度的平原地区上空的同高度大气层要高，故而是一个热源，冬季显得较为暖和；由于地势高，空气稀薄，二氧化碳含量少，大气中水汽少，干净清洁，日照充足，太阳辐射值大，故拉萨有“日光城”之称；高原上大气稀薄清洁，辐射强，日照丰富，且地面多裸露岩石、砂砾，使地面白天吸热多，增温快，夜间长波辐射冷却快，气温下降迅速，因而气温日差大；青藏高原北纬32°以南地区冬季为西风带控制，形成干季，夏季受湿润气流影响，形成雨季。降水主要来自印度洋的西南季

^① 中国科学院青藏高原综合科学考察队：《西藏河流与湖泊》第5—216页，科学出版社1984年版。

风，雨季集中在5—9月；降水量从东南到西北部逐渐减少，即从川西马尔康—松潘一带的800毫米，递降至阿里的100毫米以下；由于青藏高原海拔接近对流层中部，受高空西风急流影响，且地势西高东低，与西风气流一致，使风速加大，造成高原干季（11月至次年5月）多大风的状况^①。

按纬度，青藏高原应处于亚热带地区，由于海拔高，积温则远远低于同纬度地区；按高度，它应处于寒温带地区，但是，由于高原日照丰富充足，太阳辐射强，其热量又高于低纬度地区。这种气候，使青稞种到西藏日土海拔4900多米高的地方，为世界最高的农业种植上限。日照长、辐射强，日温差大，有利于作物碳水化合物的形成及减少养分消耗，使西藏冬小麦最高千粒重达50克，萝卜一个达20多斤等全国少有的重量。

此外，青藏高原空气稀薄，气压低，氧气少，影响到动物的种类，牦牛以肺活量大、体格强而成为佼佼者。高原上辐射强，气流受地形的扰动剧烈，雷暴和冰雹极多；高原终年在高空西风气流控制之下，风多风大。此外，雪灾、霜冻（有“白霜”、“黑霜”）、旱灾、涝灾等，成为青藏高原主要的自然灾害，它们是高原人崇拜自然、制造神灵鬼怪的重要因素之一。

2. 青藏高原位居中纬度西风带与副热带范围内，由于海拔高、辐射强，以及降水量从东南至西北逐渐递减等因素的作用，使之并不具有温带或亚热带景观，在植被上表现为高原寒漠或半荒漠、高山草甸、高山草原三种类型，成为特殊的自然地带。

^① 任美铎主编：《中国自然地理纲要》第365—368页。

高原高寒荒漠地区主要是羌塘高原西北部，这里海拔在5 000米以上，气温低，年降水量仅50毫米左右，加之风大，植物覆盖率不足十分之一。高山草原占青藏高原的大部分地区，主要分布在高原中部海拔4 500米以上地区。植物抗寒耐旱，由于光合作用而含蛋白质高。玉树、果洛草场面积大，是一个广阔的高山草甸畜牧业基地。在高原东南部则有准热带雨林气候，以及暖温带、温带针阔叶混交林、亚高山寒温带针叶林等，使横断山区成为我国的重要木材产地之一。

青藏高原的海拔高低、河流分布、气候状况及植被特点等，决定了青藏高原以畜牧业为主，农业为辅的经济特色。在高原上分布着一座座巨大的冰川、广阔的荒漠，成为无人区。当我们面对这200万平方公里的土地时，同时还要清楚地认识到，适合我们人类居住的，只是其中一部分很有限的空间。

三、农牧业经济与高原物产

1. 高原农业

青藏高原地区适合农耕的土地，主要集中在一些大的河谷平原地带，就西藏而言，全区耕地总面积的65%分布在雅鲁藏布江流域，而占全区土地总面积48%的拉萨、山南、日喀则和昌都地区，却占全区耕地总面积的96.4%，那曲、阿里两地区只占3.6%^①。在青海省境内，位于青海湖以东的日月山，是耕作区与畜牧区的分界线，西部为辽阔的牧区草原，东部是阡陌相连的农区，其中黄河谷地与湟水谷地是主要的

^① 中国科学院青藏高原综合科学考察队：《西藏农业地理》第39页，科学出版社1984年版。

顶，冬季牧场在阳坡”的说法^①，而在藏东北牧区，则有“冬春季放滩，夏秋季上山”的习惯。

放牧的方法，较普遍的有分群和跟群。分群有按畜种、公母、年龄、生产用途等多种方式进行。畜群规模农区小、牧区大，西部牧区最大。一般每群羊 300—500 只，每群牦牛 100—150 头，一人放牧。牧人依天气、地形、草质与牲畜采食情况来控制畜群前进方向、速度和队形^②。总结出“夏抓肉，秋抓油，冬保膘，春渡荒”的经验。

由于牧业经济的特征，直接影响到青藏高原畜牧区的社会组织，这主要是牧区的部落制度。牧人、草场、牲畜都属于一定的部落，部落是人们生产生活的基层组织，也是主要的社会组织形式。

3. 高原物产

高原东南部横断山脉地区有着丰富的林业资源，西藏东南的墨脱、察隅、珞隅等地有高等植物 4 000 余种，是一个植物王国。果树有苹果、梨、桃、香蕉、桔子、葡萄等。家种植物，除青稞、小麦、蚕豆、豌豆等之外，也有玉米、水稻、荞麦、高粱、鸡爪谷、花生、芝麻等，以及白菜、萝卜、园根等多种蔬菜。药用植物有：虫草、贝母、三七、党参、黄芪、红花、天麻、雪莲、大黄、灵芝、羌活等。

动物有我国独有的白唇鹿和青藏特有的野牦牛、藏野驴、藏原羚（藏黄羊）、藏马鸡、黑颈鹤，以及珍稀动物豺狼、雪豹、麝、旱獭、狗熊、天鹅、斑头雁、玉带海雕、秃鹫、猎隼等。在川西地区有大熊猫、金丝猴等国宝级动物。麝香、熊

① 中国科学院青藏高原综合科学考察队：《西藏农业地理》第 61 页。

② 中国科学院青藏高原综合科学考察队：《西藏农业地理》第 65 页。

胆、虎骨、羚羊角等，均是珍贵的药材。

此外，阿里、川西的金，柴达木盆地的煤、石油、天然气、盐和有色金属，丰富的风能、水能、地热、日光能资源等等，让青藏高原充满神奇与诱惑力。

第二节 文化交流与青藏文化的形成

青藏高原面积十分辽阔，海拔高，地形复杂，气候高寒多变，限制了高原人活动的空间。但是，文化交流却使他们改变闭塞状况，充满自信地走进中国历史大舞台。色彩浓郁的青藏文化，也在交流中不断丰富和发展起来。青藏高原的文化交流有三个方面的内容。

一、高原地区各族各地之间的文化交流

青藏高原地区的文明，是在各地区文明的基础上发展起来的。藏文史书记载，吐蕃地方先后由玛桑（ma-sang）九兄弟统治，嗣后是二十五小邦、四十小邦和十二小邦^①。它意味着部落组织的变化与统治范围的扩大。最后形成吐蕃（bod）、象雄（zhang-zhung）和苏毗（sum-pa）三足鼎立的局面。后两者的势力还远远超过吐蕃，尤其是象雄的本教文化，更是灿烂辉煌。吐蕃吞并二部，从象雄人、苏毗人那里接受王权时，也接受了丰厚的文化遗产。与吐蕃本部的文化相融合，构成吐蕃新文化最扎实的基础。吐蕃对高原诸羌部如党项、白

^① 巴卧·祖拉陈瓦：《贤者喜宴》（《智者喜宴》）第151—152页，民族出版社1986年版；第吾贤者：《第吾宗教源流》第224—225页，西藏人民出版社1987年版。

兰、多弥，以及吐谷浑等族文化的吸收，大大丰富了吐蕃文化的内涵，并实现了与青藏高原各部的文化交流，“吐蕃”这一称谓也被赋予新的内容。

汉文史书的记载，可以与藏史记载相印证。《后汉书》记西羌部落有先零、烧当、钟、勒姐、卑湍、当煎等数十部^①，反映了青藏高原东北部的部落分立状况。隋唐史书则记载了几乎整个高原地区的部落邦国。《隋书》卷83记载了位于葱岭之南，世代以妇女为王的“女国”和蜀郡西北2 000余里的“附国”、“嘉良夷”。《通典》、《旧唐书》、《新唐书》、《册府元龟》等书，还记载了“吐谷浑”、“党项”、“白兰”、“多弥”、“羊同”（即象雄）、“悉立”、“章求拔”、“苏毗”（孙波）等及其风土文化。这些部落、邦国，在吐蕃王朝兴起后大多被纳入治下，与雅隆地区的吐蕃人及苏毗人、象雄人等相融合，组成内涵丰富的新的“吐蕃人”，他们的文化也直接成为吐蕃文化的一部分，即青藏文化的主要内容。

青藏高原地区各部之间的文化交流，是一个漫长的历史过程，而且从未休止。只是在吐蕃王朝建立以后发生了一次质的变化，出现一个大的飞跃。这一飞跃，为藏民族的形成奠定了基础，并以此为契机，写就青藏文化的新篇章。可以说，青藏高原地区各部各族多种形式的文化交流，促成了具有鲜明特色和重要影响的地域文化——青藏文化的形成。

这种文化，以原始的日月山川等自然崇拜和绵羊、牦牛和猕猴等图腾崇拜为核心，以本教文化为主要内容，地方色彩浓厚，同时又以宽阔的胸怀迎接纷至沓来的四方文化。

① 范曄：《后汉书》卷87西羌传。

二、青藏高原与中国境内各族的文化交流

青藏文化的形成与发展，是与中国境内各族，尤其是与居于高原或邻近高原地区各族的交流密切相关的。这种交流，为青藏文化的发展提供了充足的养分与活力，同时也影响了它的风貌。

在石器时代，青藏高原文化即与中国境内各族各地文化发生着广泛而深切的联系。昌都卡若遗址中出土了黄河流域独有的粟米；卡若石器的类型、制作技术，以及陶器特征、房屋建筑等等，均吸收了甘青地区的马家窑、半山和马厂等系统的文化影响。藏北、西北部的细石器文化则与中国东北、内蒙古、华北北部和新疆的细石器属于同一种类型^①。说明两者之间的内在联系。

《山海经》记载了“西王母”国，《穆天子传》则讲述了周穆王会见西王母，双方酬唱赋诗的过程。据史书记载，西王母国即在今青海湖一带^②。此可谓中原与高原两地之主的一次盛会。又《后汉书·西南夷列传》记：“（汉明帝）永平中（58—75年），益州刺史梁国朱辅，好立功名，慷慨有大略。在州数岁，宣示汉德，威怀远夷。自汶山以西，前世所不至，正朔所未加。白狼、槃木、唐菟等百余国，户百三十余万，口六百万以上，举种奉贡，称为臣仆。”并献上著名的《白狼歌》三首。这里所记归附人户数不免夸大，但反映了青藏高原东北部各族与中原的密切关系却不致有误。

① 童恩正：《西藏考古综述》，《藏族史论文集》第38页，四川民族出版社1988年版。

② 班固：《汉书·地理志》载：“金城临羌县有西王母石室，仙海盐池。”

藏文史书不仅记载了吐蕃人与汉人在族源上的联系，而且记载了松赞干布的父亲南日伦赞“从汉地传入医药历算”的史实^①。至于吐蕃王朝时期学习借鉴中原文化，则是俯拾皆是，不胜枚举的^②。

除了中原地区之外，以吐蕃为首的青藏高原各族，还与突厥、突骑施、葛逻禄、回纥、党项（西夏）、契丹、蒙古、满族、羌、氐、彝、纳西、白族等，发生了紧密的文化交流，其中与蒙古、满族、羌族、彝族、纳西等族的关系尤为密切。

藏史记载了吐蕃人与蒙古人的血缘关系，以及与突骑施、蒙古、南诏（彝、纳西等）等的联姻关系。从突厥人那里学习法律，运来玉石，从突厥、葛逻禄等地传来医疗方法，从粟特人那里传来上等好剑等等^③。

青藏高原与中国境内各族的文化交流，是以共同的入种（蒙古利亚人种）、共同的原始语言（原始汉藏语）和极为有利的地理环境条件等诸多因素为基础的。通过交流，青藏文化的品质得以提高，底蕴更加深厚，影响进一步扩大。更为重要的是，这种交流，加强了青藏高原文化与中国境内各族文化之间的联系，增强了中国民族与文化上的凝聚力，从而使青藏高原，尤其是西藏地区纳入中国中央政府治下变成顺理成章的事。

① 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》（藏文本）第61页，民族出版社1981年；陈庆英等汉译本（《王统世系明鉴》）第49页，辽宁人民出版社1985年版。

② 张云：《丝路文化·吐蕃卷》第171—189页，浙江人民出版社1995年版。

③ 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》第9—239页，四川民族出版社1985年版；陈庆英汉译本第11—142页，西藏人民出版社1986年版。

三、青藏文化与国际文化交流

青藏高原在周围高山的怀抱之中，表面看起来像一座孤岛。但是，当我们放眼望去，却发现她在世界古老文明的簇拥之中，一直在沐浴着人类最灿烂文化的春风雨露。耸立的丛山峻岭，只限制了文明输入与传播的频率与规模，却并未阻断两地文化之间的向往与文明传播者坚定的脚步。这就是除了黄河流域地区的华夏文明之外的印度河流域的古印度文明、两河流域的西亚文明。

两河流域即西亚的幼发拉底河与底格里斯河流域，希腊语称作“美索不达米亚”（意为两河之间地区），是世界古代文明的摇篮。公元前4000年左右，来自东部山区的苏美尔人（Sumerians）定居这里（今伊拉克境内），逐渐建立乌尔（Ur）、乌鲁克（Uruk）等域邦，开创了古老的两河流域文明。苏美尔文字（楔形文字），是迄今所知最古的文字之一。此后，两河流域先后出现了阿卡德王国（约前2300—前2200年）、古巴比伦王国（约前1894—前1595年）、亚述帝国（约前1400—前605年）和新巴比伦王国（前626—前538年）。古巴比伦王国的《汉穆拉比法典》、亚述帝国巴尼拔图书馆的两万多片楔形文泥板、新巴比伦王国被誉为“世界七大奇观”之一的“空中花园”，以及他们发达的数学和天文学，无不展示着两河流域文明的古老和辉煌灿烂。它对古希腊、罗马文化产生了深刻的影响。两河流域的宗教则直接影响了犹太教、早期基督教等，这可能与巴比伦的祭司们拥有渊博的天文、历法

藏布江流入印度，改称布拉马普特拉河；朋曲、孔雀河等则流入印度河^①。高原文化与印度古文明通过蜿蜒的曲径连接着，源远流长。

青藏文化的形成，与其所处南亚印度河流域、西亚两河流域及中原黄河流域三大古老文明的夹心位置密切相关。就规模而言，由于地理位置、人种、语言和历史等因素的关系，黄河流域文明对其影响最为深刻而且从未间断，从而也最大。就内容而言，印度河流域、两河流域对青藏文化的影响主要是宗教，前者是佛教，后者则是原始宗教（通过中亚地区施加影响），而黄河流域文明的影响则是全面的，其中以政治、经济为主。

据我们研究^②，以上三个层次的文化交流，对吐蕃人的人种、民族观念的形成，产生了重大的影响，即吐蕃与青藏高原各部的交往形成所谓“内部四族系”：东（stong）、董（ldong）、塞（se）、穆（rmu），也即东苏毗、董木雅（党项）、塞阿夏（吐谷浑）和穆象雄（羊同）^③。吐蕃及青藏高原各族与中国境内各族的文化交流，让吐蕃人产生另一种族类划分，即外四族是鼠、蛙、猿、猴，内四族是汉人、蒙古人、门巴人和吐蕃人；同属这一类型的还有吐蕃人分为六支的说法，该说谓：最初，在玛卡秀雅须的上部，有斯巴之王子，名叫丁格，他生有三子，分为汉、吐蕃、蒙古。吐蕃人名叫墀多钦波，生有六子：查、祝、董、噶四兄长和韦、达两小弟。吐

① 中国科学院青藏高原综合科学考察队：《西藏河流与湖泊》第7—8页，科学出版社1984年版。

② 张云：《藏史有关氏族部落起源诸说考辨》（待刊）。

③ 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》（藏文本）第9—13页，四川民族出版社1985年版；[法]P. A. 石泰安：《川甘青藏走廊古部落》第40—114页，耿昇译本，四川民族出版社1992年版。

蕃和青藏各族参与国际文化交流，形成所谓四天子说，或五强部说，即印度为教法之国、汉地为卜算之国、大食为财宝之国、冲木格萨尔为军旅之国，再加上吐蕃这个有雪之国，即为五部。看上去天衣无缝，体系完整，但它并不像作者期望读者相信的那样久远和一成不变。

青藏文化参与交流的三个层次并不是各自独立的。它有大致的先后次序，但又是纵横交错的和此起彼伏的，犹如一曲交响乐。

第三节 政教合一与青藏文化的发展

青藏文化的形成、发展与佛教结下不解之缘。藏传佛教也确实让青藏文化，尤其是藏族世俗文化变成附庸，以至于人们将两者相等同。尽管有学者不遗余力地呼唤着，要求分清这两个不同内涵的概念，但收效甚微。因为经过佛教耳濡目染，或者自我洗心修面的本教，已非昔日面目，他们做起法事来，不免亦佛亦本，真假莫辨。他们，以及保存在牧区或者某个偏远角落的古朴风俗，面对着烟波浩渺的佛教文化因素，不免感到涓涓细碎，自叹弗如。

佛教能够在青藏高原生根繁殖，并成为名门望族，实在是多方面条件促成的。诸如险恶的自然环境是其肥沃的土壤，战乱困苦的社会环境是其充足的阳光雨露，而历朝历代的统治者，则是护持其成长的辛勤园丁。它算得上是一个宁馨儿。

藏传佛教最大的特点和能够全面、深刻地影响青藏文化面目的原因，是它的政教合一，即政教结合，寓政于教，寓教于政。

3. 教主们苦心孤诣

为了获得执政者的支持,佛教领袖们付出了艰苦的努力,从蒙元之际,萨迦派教主萨班不辞辛劳,以63岁的高龄前往凉州(今甘肃武威)与蒙古王子阔端会晤,商定乌思藏地方归附蒙古国的条件,到1578年三世达赖喇嘛索南嘉措在青海湖边仰华寺与土默特蒙古汗王俺达汗会晤;从五世达赖喇嘛觐见清朝顺治帝,到六世班禅额尔德尼至承德须弥福寿寺为乾隆皇帝祝寿,政治意义均占据相当大的比重,佛教由此获得日益雄厚的政治资本。

4. 政教合一的次第完成

佛教自身的发展,僧主们的努力,获得了丰厚的回报,政教合一逐步形成。唐代,在吐蕃王朝中已有僧相,即“钵阐布”(dpal-chen-po),《新唐书·吐蕃传》称,“钵阐布者,虏浮屠预国事者也,亦曰钵掣逋”。到乌思藏(即西藏)地方归附大蒙古国时,已由作为教派之主的萨班来代表全体人民的意愿。八思巴则被元世祖忽必烈封为国师、帝师,掌全国佛教及吐蕃地方事务的总制院,并辟举高级高员,帝师之命可与诏敕并行于西土(即吐蕃)^①。黄教领袖达赖喇嘛与班禅额尔德尼两大封号得以确认后,黄教的一统局面初步出现。及七世达赖受命建立噶厦地方政府,西藏的政教合一制度最后完成。

二、政教合一对青藏文化的影响

政教合一的形成,不只是佛教自身发展的结果,更与统

^① 宋濂等撰:《元史》卷202释老传。

治者的大力支持密切相关，因为佛教能安慰百姓饱受苦难的心灵，适合统治者的需要。它的社会功能愈强，愈能引起统治者的青睐，吐蕃赞普抬高佛教，元朝中央无所不用其极的尊礼佛教，以及清朝“兴黄教即所以安众蒙古”等政策，均不出此例。获得崇高地位的佛教，转而全面影响了西藏文化的方方面面。

1. 僧人优越的社会政治、经济地位的意义

佛教在获得政治上的依靠后，通过上赐下贡，经济上迅速发展起来，进而更追逐新的政治利益。政教合一的制度，让僧人们面目一新。大寺院住持们考虑的已不只是经书和法事，也有世俗权力的安排、文件的审阅和官员们的任命。自然也可以封荫家人，光耀门庭，僧途即仕途，寺院即人生。活佛高僧被光环围绕，普通僧人也比俗人多了一份荣耀。这就给西藏文化塑造一个务虚不务实、重来世不重今生的形象，影响到科技的进步与物质文化的繁荣。

2. 宗教文化在西藏文化中的主导作用

如果说政教合一使西藏地方政治涂抹上一层浓厚的宗教色彩的话，那么也可以说这种色彩会使世俗文化变得模糊不清。佛教的戒律被用来作为法律，约束百姓；僧人成为教育者和有机会接受教育的人；哲学成为神学的奴隶，史学被用来记录教法传播和高僧行状，文学艺术则更多地被用作宣扬佛法的伟力与神圣……

在古代历史上，由于人类征服自然的能力还十分有限，加之，青藏高原地区自然环境恶劣，部落分散和战乱不止，宗教也许是能够解决人们思想问题，并团结各部的唯一形式。宗教左右西藏文化的局面，也许恰恰正是客观地适应了历史发展的需要，换一句话说，还没有其他任何一种意识形态或思

想理论能够取代佛教（藏传佛教）的主导地位，来正确地指导人们的行动，维护社会的稳定，进而促进社会的发展进步。以此之故，政教合一制度的产生就变得合情合理。简单地说，没有宗教预政，政治的目的就无法得到实现。肯定它的社会作用，以及它对青藏文化的积极意义是合适的和科学的。

政教合一对青藏文化的建设与发展起到很好的组织、指导和巨大的推动作用。在藏传佛教流传地区，统一的思想认识、统一的道德规范和价值观，对统一的文化风貌，乃至民族精神，产生了深刻的影响。宏伟精美的寺院建筑、著名于世的藏文大藏经、色彩绚丽的唐卡画艺术，以及寺院教育、学术论辩、撰书立说、化导百姓，无不在政教合一的大旗之下得以顺利开展，走向繁荣。藏民族引以为荣的丰富文献、思辩艺术和多姿多彩的艺术形式，在很大程度上应归功于政教合一的组织与推动。因此，当你看到青藏文化中几乎无所不在的佛教气息，甚至在藏族百姓的一举手、一投足，甚至一抹微笑中看到了佛教影响的印痕。你也不必惊奇，这也正是文化的魅力所在。

第四节 神灵与喇嘛——青藏 文化中的两个主角

当我们翻开藏族古代文化史，追寻文化发展的脉络及其底蕴时，发现有两个闪亮的光斑，在字里行间踟蹰着，这就是神灵和喇嘛。他们穿梭在有无之间、虚妄与真实之间、天堂与地狱之间、创造与毁灭之间、荒谬与真理之间……让人们感到神秘飘缈，又亲切可信。

蛙、蝌蚪、螃蟹等。主要掌管各种恶性疾病，如癩子、麻疯、水疱、痘、天花、瘟疫、伤寒、梅毒等，也掌管雨水。人们要除病必须向其献祭，要丰收必须求其降雨。

本教的神灵多为女性，如龙女、土地女神、高山女神等。较著名者有长寿五姊妹和十二丹玛女神，前者指喜马拉雅山脉的五位女山神；翠颜仙女是珠穆朗玛峰主神，掌管人间先知神通；吉寿仙女掌管人间福寿；贞惠仙女执掌农田耕作；施仁仙女执掌畜牧业生产；冠咏仙女掌管人间财宝。后者指十二位女神，即多吉贡查玛等女山神、女湖神。此外，还有凶死的赞神、护佑勇士的战神、箭神、灶神、生命神等等。各地均有保护神，各个部落也有自己的保护神，连堂堂的原西藏地方政府（噶厦）也有自己的护佑神，即白哈尔神，并以乃穷护法神巫米降赐箴言、预告休咎，并用以决定大事。

为了获得恶神的宽恕、善神的护助，必须采取一定的仪式来献祭、取媚于神灵。主要有：（一）杀牲献祭，即用羊、犬、猴、马、牛、驴，甚至用人作为牺牲，祭祀神灵。（二）制作“朵玛”（gtor-ma）娱慰灵神，依据神的性质有武朵玛、文朵玛，供奉善相神用后者，有所谓三白（奶、酥油和酸奶）、三甜（砂糖、蜜、蔗糖）；供奉怒相神用前者，即黑豌豆、黑萝卜、洋葱、酒糟等^①。（三）煨桑（bsang-mchod），即用香柴、柏枝、野蒿等熏烟祭祀，或洒以清水、奶渣等。（四）制作灵器、风马等物，或者转山神以获福驱邪。

《西藏王统记》说，从吐蕃第一代赞普聂墀历 27 代，到拉脱脱日年赞为止，由本教护持国政。而《第吴教法史》等

^① [奥地利] 勒内·德·内贝斯基·沃杰科维茨：《西藏的神灵和鬼怪》第 415—427 页，谢继胜译，西藏人民出版社 1993 年版。

则谓，西藏最初是由黑罗刹统治的，后来分别由牦牛头魔王、长颈无血罗刹、红色柔和天神、桀骜鬼、玛桑九姓、龙族、非人、萨日六兄弟等相继统治^①。那可以说是本教神灵的黄金时代，地位显赫无比。

2. 佛教本尊与护法诸神

本教神灵上居天空，中居世间，下居水中，占据着西藏地区的所有空间。当佛教大师们前呼后拥地把佛陀请到西藏地区时，才发现已无安设之地。深通教理的瑜伽中观派领袖寂护，竟然也回天乏术，不能应付本教徒的强大攻势。只好请来擅长密宗法术的莲花生大师，以邪制邪，果然让本教徒大开眼界，口服心服。大批的本教神灵也痛改前非，加入佛教的神灵队伍，立誓护法。这样，在佛教的神灵中，除了本尊神之外，还有不断壮大的护法神队伍。

神殿最醒目的自然是佛教本尊大神，如释迦牟尼、弥勒佛、文殊菩萨、观世音菩萨、度母、大日如来、光明佛母、妙音天女、马头金刚、甘露明王等等，两旁则是护法神。

藏传佛教的护法神可分为两类，即世间护法神或业力护法神，出世间护法神或智慧护法神。护法神有三类形相：善相护法，如长寿五姊妹、十二丹玛女神之一的多吉玉仲玛等；怒相护法，如贡布、班丹拉姆等；善怒兼具护法神，如护北方多闻子、梵天和雅拉香波等^②。

班丹拉姆是西藏佛教万神殿中居于首席的女护法神，她有多种化身。作为魔主（女战神），她一面四手两脚，背倚骷髅，手中各持大斧、人头盖骨、夏底兵器和三叉戟，口衔人

^① 第吾贤者：《第吾教法史》第224—225页，西藏人民出版社1987年版。

^② 扎雅：《西藏宗教艺术》第42—43页，谢继胜译本，西藏人民出版社1989年版。

尸，红发、三目、龇牙，居于坟墓中央。大黑护法神，一身黑蓝色，右手持挺杖、金刚、魔剑、铃，左手持头盖骨碗、念珠、嵌骷髅挺杖、人心、毒蛇绳套，身穿黑丝披风，系金腰带，佩骨饰。此外，还有财神多闻子、丑身、宝藏神；死者的判官阎王；格鲁派的世间护法主神白哈尔（pe-har）；战神大王和命主的金刚具力神；大梵天神；铁匠行业保护神善金刚；居士白毡神；属于赞神系列的红夜叉护法神，以及众多的山神、厉神和战神^①。

值得注意的是，西藏佛教的护法神，绝大多数都是收服本教形成的，他们多有本教的特色；女神占有较大的比重；护法神多青面獠牙，充满血腥、残忍、丑陋和性的色彩；他们多有化身和性伴侣。他们以各种恐怖的方式让人们改邪归正，遵从佛法。他们也和本教神灵一样，需要人们按一定的仪式献祭各种物品，不能稍有怠慢。不过，也有一些变化，如对青海省境内的阿尼玛卿山的献祭即是如此，“（当地藏族）说阿尼玛庆（卿）已年老了，不吃肉类，所以近年向它煨桑时也废弃牛羊肉不用了”^②。算是佛教不杀生所产生的有限影响。

二、神通广大的喇嘛

在青藏文化，尤其是青藏佛教文化传播地区，辛勤奔波的喇嘛数量大、素质高、作用特殊，在文化的发展中起到突出的作用。

① [奥地利]勒内·德·内贝斯基·沃杰科维茨：《西藏的神灵和鬼怪》第25—414页，谢继胜译。

② 庄学本：《大积石山与俄洛人民生活》，《康藏研究月刊》第18期。

1. 庞大的僧人队伍

由于教法兴盛、政教合一、风俗相尚，青藏地区的僧人队伍十分庞大。据清末驻藏三载的张其勤统计，当时，西藏地方达到和超过2 500名僧人的寺院有：拉萨三大寺，哲蚌寺7 700名，色拉寺5 500名，甘丹寺3 300名；日喀则札什伦布寺4 000名；昌都帕巴拉寺2 500名，锡瓦拉寺2 500名，贾拉2 500名，滚都2 500名；察雅的详堆穷仓2 500名；堆龙德庆的楚布寺5 600名；类乌齐的类乌齐寺5 600名；达隆的边坝寺5 500名^①。除类乌齐寺为噶举派外，其余均为格鲁派。又据乾隆二年（1737年）理藩院造册，达赖喇嘛所辖寺庙3 150余所，僧众302 500余人，百姓121 438户；班禅所辖寺庙327所，僧众13 700余人，百姓6 752户^②。这是格鲁派（黄教）的僧众，还不包括宁玛（红教）、噶举派（白教）、萨迦派（花教）和本教（黑教）等其他教派僧众。僧人在全体人口中所占比重之大，由此可见一斑。

2. 传法僧人的特殊技能

青藏地区的僧人要获得百姓的拥戴与尊敬，除了优越的政治地位之外，他们自身的素养，具有十分重要的作用，即他们须有基本的佛学知识。除此之外，还必须掌握复杂的求雨驱灾、祈福禳邪、荐灵悼亡仪轨，熟悉医术与气功。

青藏地区气候多变，灾害性天气尤多，雹灾和干旱常常困扰着人们。人们很早即通过本教徒来驱雹求雨，乞求农牧业丰收。佛教战胜本教后，这项任务又光荣地落在了喇嘛们的肩上。他们摆上供品，口念经文，祈求龙神降雨，或驱除

① 张其勤：《西藏宗教源流考》第93—100页，西藏人民出版社1982年版。

② 魏源：《圣武记》（上）第226页，中华书局1984年版。

雹灾、打雷和闪电，减轻人们的心理负担。日常人们婚丧嫁娶及重要节日，都要请喇嘛驱邪纳福，祝祷吉祥，或让亡灵获得超度，进入天堂或有个好的转生。这些神秘的仪轨和咒术，也被用来咒诅敌人，甚至用之于政治斗争。如米拉日巴（1040—1123年）用恶咒使其伯父家房倒屋塌，压死35人，报了伯父抢夺其财产之仇；清代七世达赖喇嘛与郡王颇罗鼐的矛盾、十三世达赖捕杀第穆呼图克图事件^①，均与此有关。

高超的医术和神奇的气功，则为佛教的传播起到意想不到的良好作用，在缺医少药、多灾多病的高原地区，获得医疗上的救治，甚至有喇嘛念经“除病”，即可解除人们肉体的痛苦，抚慰人们痛楚的心灵。而非凡的藏密气功，让人们在惊叹神力的同时，也坚定了皈依的信念。八思巴与噶玛拔希斗法^②，以及玛尔巴、米拉日巴的惊人神功，都为各自教派的发展，赢得了更大的可能性。

3. 喇嘛在青藏文化中的积极作用

喇嘛，藏文作 bla-ma，意为“上师、上人”，因其在藏传佛教中的特殊地位，汉文史书作者又称藏传佛教为喇嘛教。喇嘛在青藏文化中的这种特殊地位，是由青藏高原地区的自然环境和社会条件造成的。

喇嘛是人和神的中介和沟通者。高原地区有那么多神灵鬼怪在作祟，人们并不能直接阻止；又有那么多善神降福护佑，人们也无法直接获得。喇嘛则在中间起着穿针引线的作用，驱邪纳福。喇嘛担任着巫士、医生、驱邪者、占卜者、瑜

^① 庆复等奏报颇罗鼐与达赖喇嘛失和情形折（乾隆十一年十二月九日），中国第一历史档案馆藏宫中朱批奏折等。

^② 阿旺贡噶索南：《萨迦世系史》第110—111页，陈庆英等汉译本，西藏人民出版社1989年版。

伽行者和神、佛的代言人，具体而微地体现着佛陀救苦救难、普渡众生的意愿和功德。以至于出现了大大小小的佛的化身，即活佛及相应的转世制度，佛与人们生活在一起。只有这样，人们才有安全感，也才能从喇嘛的说教、治病和施法中，感受到佛的关怀与召唤。人们见喇嘛如见佛，敬喇嘛如敬佛，喇嘛变得神圣崇高。

寺院是唯一的正规教育基地，喇嘛是佛教典籍的翻译者、注释者和发挥者，也是藏族丰富典籍的积累者和保存者，对文化建设起到主导作用。喇嘛的劝善说法活动，又直接起到文化的传播作用，进而成为信众的精神导师，影响民间的世俗文化。庞大的精神产品制造者队伍和落后的社会生产力状况，形成显明的对照，人们在叹息青藏高原地区贫困的同时，也惊叹青藏佛教文化宝库的宏富，这也可以说是高原文化的特色之一。

第五节 青藏文化的区域特色

青藏文化的基本内容是藏族文化，藏族文化的核心则是藏传佛教文化，这是问题的一个方面；另一方面是，藏族文化也不是铁板一块，它也有鲜明的区域特色。

一、西藏地方的三区划分

历史上，西藏地方被划分为三个区域，即乌思（dbus）、藏（gtsang）和纳里速古鲁孙（即阿里三围，mngav-ris-skorgsum），分别指前藏、后藏和阿里地区。前藏即今西藏自治区拉萨地区，后藏指日喀则地区，阿里即今西藏西北地区。前

后藏地区，长期以来是西藏地区政治、经济和文化中心，前藏地区尤甚。在拉萨口语中保存有丰富的敬语，即是其遗产之一。它带有鲜明的农业文明的特点，是高原文化中一盏明亮的灯塔。阿里地区则集中反映了畜牧业文明的成就，虽然自然条件的变迁和历史的烟尘，已深埋了昔日的繁华，但是，孕育了象雄本教文明的地方，总是让人充满眷恋与遐想。而斑驳的古代遗迹，若隐若现，总在向人们透露一些远古时代的信息。阿里妇女的华贵服饰，也似乎在暗示着自己昔日非同寻常的经历。前藏、后藏、阿里三地文化，各具特色，融合成青藏文化的第一层。

二、青藏高原的三区划分

1. 上部阿里、中部卫藏、下部朵康

藏文史书《贤者喜宴》记载，古时，上部阿里三围状如池沼，中部卫藏四如形如沟渠，下部朵康三岗宛似田畴^①。阿里三围即指阿里地区的芒域（今克什米尔列城）、普兰、古格（扎达县）。卫藏四如即卫地的伍如（dbu-ru）、约如（gyo-ru）和藏地的叶如（gyas-ru）、如拉（ru-lag）。朵康三岗即朵甘思、脱思麻和宗喀。阿里三围为鹿、野驴兽区，中部四如为虎、豹猛兽区、下部六岗为飞禽鸟鸣区^②。五世达赖喇嘛所著《西藏王臣记》称，上部阿里是大象与野兽区，中部卫藏是野兽与猿猴区，下部朵康是猿猴与罗刹区。而上部又是秃秀的童山与皑皑雪

① 巴卧·祖拉陈瓦：《贤者喜宴》，黄颢译文，《西藏民族学院学报》1980年第4期。

② 巴卧·祖拉陈瓦：《贤者喜宴》，黄颢译文，《西藏民族学院学报》1980年第4期。

山,中部又是峻岩与草原,下部又是果树与森林,丛山与林野像装饰身体的服饰那样点缀着西藏大地^①。

2. 乌思藏、朵甘思、脱思麻

元朝中央在吐蕃地方设立乌思藏、朵甘思和脱思麻三路宣慰司,遂形成新三区的划分。藏族有谚谓:“最好的教法来自卫藏,最好的人来自康区,最好的马来自安多。”据说,卫藏人热心宗教,康巴人是好斗的战士,安多人则吃苦耐劳。《汉藏史集》则说,“大吐蕃三路,各依人、马、法为供品定例上供。”以此之故,五世达赖喇嘛《西藏王臣记》称当时的三区为卫藏法区、朵堆人区和朵麦马区。这种划分反映了文化风貌上的差异。

三、三大方言区的文化特色

方言是区域文化的重要特征。藏族的方言被语言学者分为三大类:即卫藏方言、康方言和安多方言。卫藏方言主要分布在西藏自治区;康方言主要分布在四川、云南藏族聚居区、西藏的昌都和那曲两个专区等;安多方言主要分布在青海、甘肃两省藏族聚居区和四川甘孜、阿坝两个藏族自治州的部分地区。

藏语方言的分歧古已有之。主要表现在:有无声调、有无清浊声母的对立、辅音韵尾的多寡。安多方言和拉达克话没有声调、保留古音韵特征较多。卫藏方言、康方言和南部边境一带藏语则有被认为是后起的声调。清浊声母对立是安

^① 五世达赖喇嘛:《西藏王臣记》第12页,郭和卿汉译本,民族出版社1983年版。

多方言和康方言的共有的特征，卫藏方言浊声母已清化，代之以声调高低与送气与否。辅音韵尾方面，安多方言和卫藏方言接近，韵尾较多，康方言除喉塞音韵尾外，再无其他韵尾。就相互沟通程度而言，卫藏方言与安多方言差距大，几乎不通，而康方言介乎两者之间^①。

佛教是藏族文化的核心内容，大寺院的分布和大活佛的籍贯，可以反映区域文化的部分特征。格鲁派六大寺院，其中四大寺院分布在卫藏，即位于前藏拉萨的有哲蚌、色拉和甘丹寺，位于后藏日喀则的有扎什伦布寺。另外两大寺塔尔寺、拉卜楞寺，分别位于安多的青海湟中和甘肃夏河。就达赖和班禅两大活佛转世系统而言，也有一些特征，如在历世班禅中，除第十世班禅出生在安多地区，即青海循化之外，其余各世均出生在卫藏，而且前8世均来自后藏。在历世达赖中，出生在卫藏地区的有8世，其中3世来自后藏，4世来自前藏，1世来自门隅（六世达赖仓央嘉措）；来自康区的4位，蒙古的1位（四世达赖云丹嘉措），安多即青海湟中的1位（十四世达赖丹增嘉措）。乌思（卫）藏地区占有明显的优势。

此外，安多藏族和康区藏族的形成、发展，以及与其他民族的交往、融合，均有不同的历程，因此，他们在服饰、风俗习惯等方面表现出各自的区域特征。13世纪藏族大学者萨班说：“前藏人声音洪亮而婉转，后藏人如马嘶鸣而豁亮，阿里人声音尖锐而短促，康巴人声音威武而粗犷。”^②也算是区域文化的一个特征。

① 胡埏：《藏语》，马学良主编《汉藏语概论》第174—176页，北京大学出版社1991年版。

② 藏文见：《西藏研究》1983年第2期，赵康汉译文见《西藏歌舞》1985年第4期。

第二章 青藏高原的人种、 民族与上古文明

第一节 石器、岩画与彩陶

藏文的创制，只是公元7世纪时的事，但青藏高原文明的开创却要悠久得多，考古学的成就，部分地弥补了文献不足的缺憾，石器、岩画与彩陶，让我们感受到高原上古文明强健的脉搏。

一、石器——有灵性的石头

1. 旧石器

1956年7—8月，中国科学院的地质学家在长江源头地区首次发现了十多件打制石器，其中有些被认为是旧石器时代的遗物^①。1982年，在青海柴达木盆地发现了一批人工打制

^① 邱中郎：《青藏高原旧石器的发现》，《古脊椎动物学报》，1958年2卷2—3期。

石器，“根据 C_{14} 测定和地层对比，这批（石）制品的年代距今大约 3 万年。它的出现，表明在更新世气候条件较为有利的时期，今日不宜人类生存的青藏高原同样有人类活动”^①。

青藏地区的旧石器，在类型、制作工艺等方面明显具有我国华北旧石器时代的常见特征，即石片占有很大比重，且均用锤击法打片，多由破裂面向背面加工，并保留砾石面；砍器、边刮器、尖状器三种器形最普遍。而藏北阿里、那曲地区的旧石器的形制，与黄河流域发现的旧石器，基本上属于同一个系统^②。说明在 3 万多年以前，青藏地区已有人类活动，且与中原存在文化上的联系。

2. 新石器

新石器时代的西藏文化，据研究者考察，大致存在三种类型：即以藏东河谷区卡若遗址为代表的卡若文化，以雅鲁藏布江流域拉萨曲贡村遗址为代表的曲贡文化和主要分布于藏北高原以细小打制石器为特征的藏北细石器文化^③。

卡若文化遗址位于昌都卡若村，1977—1979 年由西藏文管会发掘。时代分早晚期，早期距今 4655 ± 100 年— 4280 ± 100 年，晚期距今 3930 ± 80 年^④。陶器以罐、盆、钵为基本类型，均为小平底。石器有铲形、有肩砍砸、石凿、石刀等。与甘、青马家窑、半山、马厂系统有密切联系^⑤。居民从事定居

① 贾兰坡、黄慰文等：《三十六年来的中国旧石器考古》，《文物与考古论集》第 10 页，文物出版社 1985 年版。

② 《几万年前青藏高原就有人类活动》，《人民日报》1977 年 10 月 9 日。

③ 石硕：《西藏石器时代的考古发现对认识西藏远古文明的价值》，《中国藏学》1992 年第 1 期。

④ 西藏自治区文管会、四川大学历史系：《吕群卡若》，文物出版社 1985 年版。

⑤ 童恩正、冷健：《西藏昌都卡若新石器时代遗址的发掘及其相关问题》，《民族研究》1983 年第 1 期。

农业，兼事畜牧狩猎业。

曲贡文化遗址位于拉萨市北郊曲贡村，1984 年发现。文化范围遍布雅鲁藏布江中下游地区。石器中出现了鱼网坠和打制的双肩石铲、石刀、琢制石磨盘等农业工具，不见细石器。陶器以泥质磨光黑陶最具特色，器形以罐、盆、豆、碗、壶为主，只见圜底、圈足，陶耳发达，不见平底与三足器^①。居民以农业、渔业为主。

以藏北为代表，分布于西藏各地的细石器均属同一文化系统，而且在类型与加工技术上，都与我国东北、内蒙古、华北北部至新疆一带的细石器同属一个系统^②，是典型的游牧和狩猎民族文化，

二、生动的岩画

青藏高原地区的岩画主要分布在藏北地区，以阿里地区为最多，其中日土县的岩画最为有名。岩画一般以动物为体裁，反映游牧人的生产生活，寄托着高原游牧民族的思想与感情。

阿里地区岩画见于日土、革吉、改则等地，岩画点的海拔高度达 4300—4800 米，均位于现在的高原荒漠地带。岩画点所在地的地形地貌大多为山谷侧缘、坡面、沟口洪积扇，以及湖滨山前地带，地势开阔，靠近水源，说明曾为人们游牧狩猎的场所。岩画点的人工打制石器和石丘墓葬，暗示着岩

① 西藏文管会文物普查队：《拉萨曲贡村遗址调查试掘简报》，《文物》1985 年第 9 期。

② 安志敏等：《藏北申扎、双湖的旧石器和细石器》，《考古》1979 年第 6 期。

画的制作年代，最早可能上溯到史前时期。阿里岩画的技法传统，据考察者分析，“可以分为三种形式：（1）雕刻绘制在崖面、崖荫；（2）雕刻在天然石块较平整光洁的一面；（3）用红色矿物质颜料绘涂于崖面、崖荫”。岩画的题材，早期主要有动物、人物、植物、符号、器物，以及神灵、日月等形象，晚期则出现了佛塔、六字真言等，说明其下限较晚^①。

日土县鲁日朗卡地方的岩画，所雕动物有虎、鹿、马、羊、牦牛、野猪、狗、水鸟、鹰等；人物有猎人、武士、牧人，以及人兽一体的神灵形象；器物有弓箭、弩、长矛、刀剑等；自然物有太阳、月亮及植物；此外还有一个同心圆形符号。造形方式有两种，一是用尖利工具敲琢小凹坑，并由此构成线条，构画图像；一是敲琢出密布的小凹坑，直接形成“剪影式”图像，细部用线条表现^②。此外，日土县塔康巴、任姆栋等地岩画，均有十分丰富的内容。

青藏高原岩画的流行时间，其中很长一段与本教流行时间相仿，因此，有学者对岩画中所包涵的本教文化内容，进行了细致而较为深入的探索，如兽逐图（兽搏图）与善恶二元论，卍（雍仲符），世界树（生命树）上的鸟（多为鹰）或日月、世界树与山丘和鹿、羊背上的世界树，以及本教龙神祭祀等^③。随着鉴定手段的进步和研究的深入，人们会对岩画产生年代和内容有愈来愈深刻和全面的认识，用以填补青藏高原上古文明史中许多空白。

① 索朗旺堆主编：《阿里地区文物志》第9页，西藏人民出版社1993年版。

② 索朗旺堆主编：《阿里地区文物志》第49页。

③ 汤惠生：《青藏高原的岩画与本教》，《中国藏学》1996年第2期。

三、绚丽的彩陶

中国是世界上最早出现彩陶的国家之一，地处黄河上游的甘、青地区，又是我国出土彩陶较多的地域，彩陶就很自然地成为甘、青地区远古文化的显明标志。

陶器制作，在陶轮制发明以前，一般采取“泥条盘筑法”，即洗去黄土中的石灰质和其他杂物，制成泥条，然后从底往上一层层堆砌，做成所需要的陶器粗坯，最后加工修整而成。按原料可分为泥质红陶、夹砂粗红陶、泥质灰陶与彩陶，以夹砂粗红陶为主^①。上面可以刻划各种图案或纹饰，以为点缀。甘青彩陶文化大致可分为新石器、铜石并用和青铜器三个时代^②。

1. 新石器时代的马家窑、半山—马厂文化

马家窑文化的彩陶以黑陶为主，器形以平底为主，尖底次之，不见三足器，有浅腹碗、卷沿曲腹盆、细颈瓶、小口尖底瓶、陶壶、束腰双耳罐、瓮等。花纹主要有平行条纹、圆圈纹、连珠纹、三角纹、叶形纹、勾连纹、弧线纹、旋涡纹、圈点纹和网格纹等，多为几何形花纹。年代约为公元前3000—前2000年，居民以农业生产为主，主要分布在甘肃洮河、大夏河与青海湟水流域。

半山—马厂文化分布区域与马家窑文化相同。器形有罐、小口细颈壶、长颈耳壶、圆腹瓶、钵、内彩陶盆。图案的主体花纹是黑红合镶或相间组成的齿带纹，以及葫芦形纹、网

① 赵生琛等：《青海古代文化》第23—24页，青海人民出版社1986年版。

② 赵生琛等：《青海古代文化》第21—86页。

格纹、旋涡纹、波折纹、方格纹、万字纹、云雷纹等。动物纹主要是蛙纹。年代约在公元前 2500—前 2000 年。居民生产以农业为主，家畜有猪、狗等。

2. 铜石并用的齐家文化

齐家文化分布广泛，东起泾水渭水流域，西至青海湖畔，南达白龙江流域，北至内蒙古阿拉善地区。陶器有盆、碗、大双耳罐、豆、三耳罐、瓮，其中薄胎磨光的大双耳罐与高领双耳罐是其特色性器物。以细泥红陶和夹砂红陶为主，纹饰有篮纹、绳纹、指甲纹、划纹等。居民以农业为主，兼事畜牧业。年代约在公元前 2000 年。

3. 青铜器时代的辛店、卡约文化

辛店文化陶器以绘有简单图案的夹砂红陶为主，器形多双耳罐，图案多雷纹、宽条曲折纹、羊角形纹等，也有狗、鹿等动物纹饰和太阳纹。年代约在公元前 1000 年前后。卡约文化主要分布在黄河上游及其支流湟水流域，多夹砂红褐陶，也有灰、黑陶。器形主要有双耳罐、大双耳陶罐和短颈双耳陶罐等，花纹有锯齿、网格、三角、多线回纹、波折纹和勾连纹等。卡约文化可能与西羌有关。

甘青地区的彩陶文化，通过川西民族走廊地区南下，并进入西藏地区，它又与氐羌南下有密切关系。因此，在卡若文化遗址中，保留有来自甘青彩陶文化影响的痕迹。

第二节 猕猴与岩魔女的后裔

一、青藏地区可能是人类的发祥地之一

青藏地区在2亿多年以前是一片汪洋大海,从此之后,地壳运动使之由北而南逐渐退水为陆。距今7000万年以来的新生代时期,西藏地区走出水面,开始挺起胸膛,由陆地变为高原。不过,直到距今4000万年以前的早第三纪,喜马拉雅地区依然是一个风光明媚的海湾。距今约3000万年左右的始新世末期,爆发了著名的“喜马拉雅运动”,结束了青藏地区水下生活的历史^①,开始了更快更高的崛起历程。

科学工作者在西藏高原上的比如县(海拔4500米)和喜马拉雅山北麓的吉隆县(海拔4100米)发现早上新世长颈鹿——三趾马化石群,说明那时喜马拉雅并不高大,西藏高原气候湿润炎热,属热带森林和稀疏草原景观,海拔可能不到1000米左右。现在的青藏高原,是上新世以来几百万年期间强烈隆起的结果^②。是由印度板块向北俯冲,撞击亚洲板块,使地壳重叠、增厚、抬高的结果。

喜马拉雅山脉隆起时期,也是人类由古猿转化为人的关键时期,该地区有可能成为人类的发祥地之一。德国人类学家阿玛顿·格列本说:“第三纪晚期喜马拉雅山隆起,蒙藏地

① 徐华鑫编著:《西藏自治区地理》第13—16页,西藏人民出版社1986年版。

② 任美锬主编:《中国自然地理纲要》(修订版)第364页,商务印书馆1985年版。

合考古学家对青藏地区可能是古代人类发祥地的科学推测，我们更加感受到这则传说的份量之沉重。不过，用佛教这个诞生在2000余年前的宗教学说来解释，甚至宣称由观音来指导人类产生，就不免无稽。至于把古代藏族（今日也如此）妇女操持沉重的家务并广泛从事商业的习俗，归之于岩魔女的遗传，则不免幼稚可笑。

三、汉文史书中的岩魔女

在汉文史书中，也有关于青藏高原上“岩魔女”的故事，但它涉及的是青藏地区部落或民族的起源与发展问题，而不是人类的起源，这就是《后汉书·西羌传》的一则记载，原文谓：“羌无弋爰剑者，秦厉公时为秦所拘执，以为奴隶。不知爰剑何戎之别也。后得亡归，而秦人追之急，藏于岩穴中得免。羌人云：‘爰剑初藏穴中，秦人焚之，有景象如虎，为其蔽火，得以不死。既出，又与剺女遇于野，遂成夫妇。女耻其状，被发覆面，羌人因以为俗，遂俱亡入三河间。’诸羌见爰剑被焚不死，怪其神，共畏事之，推以为豪。河湟间少五谷，多禽兽，以射猎为事，爰剑教之田畜，遂见敬信，庐落种人依之者日益众。羌人谓奴为无弋，以爰剑尝为奴隶，故因名之。其后世世为豪。至爰剑曾孙忍时，秦献公初立，欲复穆公之迹，兵临渭首，灭狄獫狁。忍季父卬畏秦之威，将其种人附落而南，出赐支河曲西数千里，与众羌绝远，不复交通。其后子孙分别，各自为种，任随所之。或为牦牛种，越嶲羌是也；或为白马种，广汉羌是也；或为参狼种，武都羌是也。忍及弟舞独留湟中，并多娶妻妇。忍生九子为九种，舞

生十七子为十七种，羌之兴盛，从此起矣。”^①

这些羌部无疑都是古代藏族得以形成的先祖部落之一。雅鲁藏布江流域的农业文明和藏北的畜牧业文明，在吐蕃王朝建立以后结合起来，才形成了古代藏族共同体的坚实基础。不过，我们不同意有些学者所说的那样，认为藏北畜牧文明是由雅鲁藏布江地区文明分蘖而来的，即都是所谓一个民族的不同分支。恰恰相反，我们认为，高原地区文明是在各地文明的相互结合的基础上形成的，其中雅鲁藏布江流域的农业文明与青藏高原北部广大地区的畜牧业文明的结合是其主要内容。至于有关氏族血缘关系的理论，是在社会组织不断扩大的过程中充实和丰富起来的。只是古代的氏族外婚制和部落之间的相互联姻，增加了表面上看起来的血缘关系。由一个强大的氏族分裂为众多支系，甚至建立邦国的情况是存在的。但在上古时代并非包揽一切，甚至也不占主流，在没有强大统一政权以前，尤其如此。岩魔女的故事十分有趣，它把青藏高原地区的两种不同的文明连接起来，让人浮想联翩。

第三节 悉补野王族与雅隆吐蕃

一、悉补野王族

青藏高原的人类起源、吐蕃民族来源和王族来源，是几个关系密切却内涵不同的概念，常常被一些研究者混淆。青藏地区的考古工作和考古学者的相关论断，已为青藏高原的

^① 范晔：《后汉书》卷87西羌传。

崖石刻文献均证明，止贡赞普有二子，长子聂墀、次子夏墀，前者做了工布王，后者做了吐蕃赞普，并由此出现悉补野吐蕃^①。也就是说，吐蕃的王族源自西藏本土^②。

二、吐蕃先王世系

藏文史书中有关吐蕃先王世系的记载十分丰富，但是，时代最早、可信程度最高的是敦煌出土的藏文历史文书，具体说，就是 P. T. 1287 号“赞普传记”和 P. T. 1286 号中的“赞普世系表”。

“赞普世系表”中的记述，表明吐蕃赞普出身非凡，文谓：“天神自天空降世，在天空降神之处上面，有天父六君之子，三兄三弟，连同墀顿祉共七人。墀顿祉之子即为墀聂墀赞也。”此人即是传说中的吐蕃第一代赞普。“当初降临神山降多之时，须弥山为之深深鞠躬致敬，树木为之奔驰迎接，泉水为之清澈迎候，石头石块均弯腰作礼，遂来作吐蕃六牦牛部之主宰也”^③。据说，当他从山顶来到山下时，被正在放牧的 12 位本教徒看见，问他来自何方，因语言不通，他以手指天，本教徒以为神，遂用肩舆之，抬回部落，拥戴为王，称聂墀赞普，意为“肩舆王”^④。王族来源的说法，与吐蕃原始本教对自然(天)的崇

① 张云：《吐蕃的起源及其与中原的文化联系》，《甘肃民族研究》1996 年第 3—4 期。

② 恰白·次旦平措：《聂赤赞普是蕃人》，《西藏研究》(藏文版)1985 年第 4 期。

③ 王尧、陈践译注：《敦煌本吐蕃历史文书》(增订本)第 157—175 页，民族出版社 1992 年版。

④ 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》(藏文本)第 55 页，民族出版社 1981 年版。

崖石刻文献均证明，止贡赞普有二子，长子聂墀、次子夏墀，前者做了工布王，后者做了吐蕃赞普，并由此出现悉补野吐蕃^①。也就是说，吐蕃的王族源自西藏本土^②。

二、吐蕃先王世系

藏文史书中有关吐蕃先王世系的记载十分丰富，但是，时代最早、可信程度最高的是敦煌出土的藏文历史文书，具体说，就是 P. T. 1287 号“赞普传记”和 P. T. 1286 号中的“赞普世系表”。

“赞普世系表”中的记述，表明吐蕃赞普出身非凡，文谓：“天神自天空降世，在天空降神之处上面，有天父六君之子，三兄三弟，连同墀顿祉共七人。墀顿祉之子即为墀聂墀赞也。”此人即是传说中的吐蕃第一代赞普。“当初降临神山降多之时，须弥山为之深深鞠躬致敬，树木为之奔驰迎接，泉水为之清澈迎候，石头石块均弯腰作礼，遂来作吐蕃六牦牛部之主宰也”^③。据说，当他从山顶来到山下时，被正在放牧的 12 位本教徒看见，问他来自何方，因语言不通，他以手指天，本教徒以为神，遂用肩舆之，抬回部落，拥戴为王，称聂墀赞普，意为“肩舆王”^④。王族来源的说法，与吐蕃原始本教对自然(天)的崇

① 张云：《吐蕃的起源及其与中原的文化联系》，《甘肃民族研究》1996 年第 3—4 期。

② 恰白·次旦平措：《聂赤赞普是蕃人》，《西藏研究》(藏文版)1985 年第 4 期。

③ 王尧、陈践译注：《敦煌本吐蕃历史文书》(增订本)第 157—175 页，民族出版社 1992 年版。

④ 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》(藏文本)第 55 页，民族出版社 1981 年版。

崖石刻文献均证明，止贡赞普有二子，长子聂墀、次子夏墀，前者做了工布王，后者做了吐蕃赞普，并由此出现悉补野吐蕃^①。也就是说，吐蕃的王族源自西藏本土^②。

二、吐蕃先王世系

藏文史书中有关吐蕃先王世系的记载十分丰富，但是，时代最早、可信程度最高的是敦煌出土的藏文历史文书，具体说，就是 P. T. 1287 号“赞普传记”和 P. T. 1286 号中的“赞普世系表”。

“赞普世系表”中的记述，表明吐蕃赞普出身非凡，文谓：“天神自天空降世，在天空降神之处上面，有天父六君之子，三兄三弟，连同墀顿祉共七人。墀顿祉之子即为墀聂墀赞也。”此人即是传说中的吐蕃第一代赞普。“当初降临神山降多之时，须弥山为之深深鞠躬致敬，树木为之奔驰迎接，泉水为之清澈迎候，石头石块均弯腰作礼，遂来作吐蕃六牦牛部之主宰也”^③。据说，当他从山顶来到山下时，被正在放牧的 12 位本教徒看见，问他来自何方，因语言不通，他以手指天，本教徒以为神，遂用肩舆之，抬回部落，拥戴为王，称聂墀赞普，意为“肩舆王”^④。王族来源的说法，与吐蕃原始本教对自然(天)的崇

① 张云：《吐蕃的起源及其与中原的文化联系》，《甘肃民族研究》1996 年第 3—4 期。

② 恰白·次旦平措：《聂赤赞普是蕃人》，《西藏研究》(藏文版)1985 年第 4 期。

③ 王尧、陈践译注：《敦煌本吐蕃历史文书》(增订本)第 157—175 页，民族出版社 1992 年版。

④ 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》(藏文本)第 55 页，民族出版社 1981 年版。

pa-rje)、吐谷浑王(va-zha-rje)、昌格王(drang-gar-rje)、森巴王(zin-po-rje)及象雄王(zhang-zhung-rje),娘(nyang)、贝(sbas)、嫩(gnon)等氏族也被纳为属民^①。南日伦赞时进一步扩大势力,到松赞干布时重新统一苏毗、象雄各部,建立各项制度,创立吐蕃王朝。

吐蕃部的扩张和强大的过程,是以良好的雅隆河谷灌溉农业生产环境为基础,以不断提高的生产力水平和日益雄厚的物质条件为后盾的。

藏史中有被人们广为传诵的“七贤臣”事迹,即是吐蕃物质与精神文明不断进步的缩影。第一位贤臣即是止贡赞普时的有名大臣茹拉杰,据说他是母亲与白牦牛梦中交合生下血团,然后在牛角中孕育而生的,故名茹拉杰(意为角生)。第二位贤臣是茹拉杰的儿子拉布果噶,他们父子二人当大臣时,“驯化了野牛,将河水引入渠,将平地开垦为农田,又以木炭冶炼矿石,得到金、银、铜、铁等金属,并在河上架桥”。此前吐蕃没有采集草籽、收割庄稼之事,在他们开垦农田、驯养家畜后,开始了农牧业生产^②。又据《贤者喜宴》记载,茹拉杰时,还烧木为炭,炼矿石为金、银、铜、铁,并制做犁及牛轭,犁地耦耕^③。

吐蕃第三位贤臣是达日年塞时的蒙·赤多日芒(囊)策(mong-khri-do-re-ma-tshab),他的功绩是,制造升、斗、秤,并用以衡量谷物与酥油。此外,此时出现了按照双方意愿进行交易的商业活动。他还率兵剿灭了藏蕃之小王马尔门

① 巴卧·祖拉陈瓦:《贤者喜宴》(藏文本)第171页,民族出版社1986年版。

② 达仓宗巴·班觉桑布:《汉藏史集》(藏文本)第134-135页,第229-230页。

③ 巴卧·祖拉陈瓦:《贤者喜宴》(藏文本)第164页。

(mar-mun)^①。

第四位贤臣是吐蕃王朝的建立者松赞干布时的著名文臣吞米·桑布扎，他受命前往天竺拜访名师，学习梵文，创制藏文，并翻译佛经。

第五位贤臣也是松赞干布时人，名叫涅·赤桑扬敦。他将山上居民迁往河谷，在山顶修建堡寨，从此改造城镇，且于商贸多所贡献。

第六位贤臣是赤松德赞时的大臣赤桑雅拉，他的功绩是确立了医疗费和命价的赔偿标准，减少了后世大臣的差事。他还参与桑耶寺建成开光仪式，以及兴法灭本活动^②。

第七位贤臣是赤松德赞时的达察东色，他制订了牧业措施，让全民饲养牲畜，还制订了守卫四方边境等法律制度。

这样，七位贤臣及其功业，很自然地代表着吐蕃物质文明发展三个历史阶段，即止贡赞普时期（茹拉杰、拉布果噶两大臣）；达日年塞到松赞干布祖孙三代时期（蒙·赤多日芒策、吞米·桑布扎、涅·赤桑扬敦三大臣）；赤松德赞时期（赤桑雅拉、达察东色两大臣）^③。这与《敦煌本吐蕃历史文书》的有关记载相一致，反映了吐蕃物质文明的发展进程。

在生产力发展，物质财富日渐雄厚的情况下，雅隆吐蕃地区的政治和文化中心也出现了。据传说，聂墀赞普时即在今西藏山南的乃东县东南约5公里的地方建筑起“雍布拉康”（yum-bu-bla-sgang），算是最早的宫殿。从布德贡甲到伊肖列七代赞普时期，赞普先王们先后在山南琼结地方修建了达孜、桂孜、扬孜、赤孜、孜穆琼结、赤孜邦都六座宫殿，称

① 王尧、陈践译注：《敦煌本吐蕃历史文书》（增订本）第159页。

② 见《贤者喜宴》、《西藏王统记》等书。

③ 张云：《“吐蕃七贤臣”考论》，《西藏民族学院学报》1992年第1期。

为“琼瓦达孜宫”，是吐蕃的第二座宫堡。在松赞干布击败苏毗后，才将首府从山南迁往拉萨，并修建宫室，开辟了拉萨城市发展史的新时代，雅隆河谷的吐蕃文明也逐渐走向辉煌。

第四节 象雄本教王国

在藏族古代历史文化中，最神秘者莫过于消失在历史长河中的象雄王国及其本教文明了。不管人们如何千呼万唤，她总是不出来，让人为伊消得人憔悴。而她那十足的魅力，却是无法拒绝的诱惑，透过千年的历史陈迹，像春风一样，撩拨着人们的心弦，你无法遏制住对她的探寻与向往。

象雄，即 zhang-zhung，汉文史书译作“羊同”。在本教传说和文献记载中，它是一块圣地，是一个幅员辽阔的宗教王国。

一、象雄的里中外三地划分

象雄，一般认为在今藏北阿里地区，但其内部区划结构如何，藏史有各种不同的说法，其间相差不小。据学者研究，藏史对阿里三围有四种不同的划分：（一）普兰、玛域、桑噶；和阗、勃律（小勃律，今吉尔吉特）、巴底（巴尔提斯坦）。（二）达摩（stag-mo）、拉达克；玛域、象雄；古格、普兰。（三）玛域；古格；普兰。（四）拉达克；日土；古格^①。

至于象雄，有上象雄、下象雄的划分，也有内（里）、中、外三象雄的划分。上下象雄的划分，以藏文献《贤者喜宴》等为代表，具体划分是：（一）上象雄包括位于吐蕃与突厥边界

^① 张琨：《论象雄》，玉文华译文见《西藏研究》1982年第1期。

上的窝角和芒玛,以及聂玛、杂摩等五个东岱(stong-sde,千人部)和一个小东岱,即巴噶。(二)下象雄包括位于吐蕃与苏毗边界上的古格、角拉,以及吉藏、西藏和另一个小东岱,即悉底^①。这也正是吐蕃在吞并象雄之后所设立的行政机构。

在汉文史书中,也是两部划分,即大羊同、小羊同。《通典》、《册府元龟》记,“大羊同国,东接吐蕃,西接小羊同,北直于阗,东西千余里,胜兵八九万”^②。小羊同约当于上象雄,大羊同约当于下象雄。

三象雄的划分也见于多种藏文史书的记载,如格桑丹贝坚赞的《世界地理概说》即谓:“里象雄应该是冈底斯山西面三个月路程之外的波斯(par-zig)、巴达克山(bha-dag-shan)和巴拉(bha-lag)一带。在这儿的甲巴聂查城的废墟中有座山,山上密尊的形象自然形成。米内桑勒在此建巴却城,并在该城修法灵验,将一块如人体大小的巨石定在空中,不让它落地。后来人们用土石方垒了个基座,把这块巨石托在半空中。在这块土地上,有大小32个部族,如今已被外族占领。中象雄在冈底斯山西面一天路程之外,那里有詹巴南恰的修炼地穹隆银城。这片土地曾为象雄18国王所统治。这里还有本教后宏期的著名大师西饶坚赞和其他贤哲们修炼的岩洞。因为其东与吐蕃接壤,有时也受吐蕃的管辖。外象雄是以琼保六峰山为中心的一块土地,也叫孙巴精雪,包括39个部族,汉人部25个,这就是现在的安多上部(朵堆)地区,绝大部分信仰本教。”^③

① 巴卧·祖拉陈瓦:《贤者喜宴》(藏文本)第187—188页。

② 杜佑:《通典》卷190边防6大羊同;王钦若、杨亿:《册府元龟》卷970外臣部国邑2。

③ 格桑丹贝坚赞:《世界地理概说》藏文本刻版第7—8页,参阅才让太:《古老象雄文明》所译,见《西藏研究》1985年第2期。

依据我们的意见，在古代时期不存在这样一个境域辽阔的象雄王国，它只是后世人们附会的产物，依据即是本教及其流传范围。因此，与其说象雄是一个有广阔疆域的王国内，毋宁说它是一个文化地理概念，即本教的流行地区如此广阔。

二、象雄的历史片段

象雄悠远的历史，由于没有文字记载而永远逝去了。唐代藏汉文史书对她的记述，只能是零碎的片段，我们不能奢望由此缀补一幅长卷，再现真实的象雄。但是，这有限的历史片段，仍然让我们感到它的珍贵与分量。

据《通典》记载，唐太宗贞观十五年（641年），大羊同首次遣使至唐。唐人知道了它的位置在于阗以南，吐蕃以西和小羊同以东地区。而且了解了羊同的风俗，以及“其王姓姜葛，有四大臣分掌国事”的情况^①。此时，他们已在吐蕃王朝的政治和军事势力影响之下。

在南日伦赞时，有一位名叫琼保·邦色的贵族，杀死藏蕃小王马尔门，并以藏蕃地方两万人户来献，业已波及象雄地区。南日伦赞被人毒死后，象雄与其他各部一样，重新获得独立。松赞干布时与象雄联姻，他本人娶象雄公主为妃，又嫁其妹赛玛噶作象雄王李迷夏之妃。然而，赛玛噶并不受宠，遂别居一室，既不治理内务，也不养育子女。

获知其妹情况，松赞干布即派使者卜金赞芒穹前往探望。赛玛噶并不住在象雄首都琼垄城，已至玛法木湖游玩。使者前往，并转达赞普旨意。吐蕃公主抱怨象雄王的寡情及自己

^① 杜佑：《通典》卷190 边防6 大羊同。

的不幸。当使者返回时，赛玛噶送上 30 颗大粒松耳石，“其意谓，若敢攻打李迷夏则佩带此松耳石，若不敢进击则懦弱与妇人相似，着女帽”。松赞干布即发兵攻象雄，灭之，象雄一切部众均归吐蕃治下^①。嗣后，象雄曾掀起反抗吐蕃统治的活动，最后仍以失败而告终^②。

三、象雄本教文化

《通典》记大羊同，“其人辫发，毡裘，畜牧为业。地多风雪，冰厚丈余，所出物产颇与蕃同。俗无文字，但刻木结绳而已。刑法严峻。其酋豪死，抉去其脑，实以珠玉；割其五脏，易以黄金。假造金鼻银齿，以人为殉，卜以吉辰，藏诸岩穴，他人莫知其所。多杀牦牛羊马以充祭祀，葬毕服除”。这里面已经包含着当地原始宗教，乃至本教丧葬制度的有关内容。

象雄本教是象雄地区诸多宗教中，具有代表性的一种，它本身又具有丰富的内涵，这既取决于不同区域的不同特色，又取决于它所接受的外来影响的不同，以及影响程度的大小差异。象雄本教自身有一个发展和变化过程，它是在原始的自然崇拜的基础上形成的，与北方地区的萨满教有许多可比的内容^③。原始的象雄本教，也即旧本教，保存在某些古老文献之中，或流传于边远地区的本教仪轨及民俗中。吐蕃王朝时

① 王尧、陈践译注：《敦煌本吐蕃历史文书》（增订本）第 167—169 页；[法] A·麦克唐纳：《敦煌吐蕃历史文书考释》第 96—105 页，耿昇译、王尧校。青海人民出版社 1991 年版。

② 张琨：《敦煌本吐蕃纪年之分析》，李有义、常凤玄译文见《民族史译文集》1981 年第 9 期。

③ 张云：《西藏本教与北方萨满教的比较研究》，《西北民族学院学报》1988 年第 4 期。

本教有自己的创世纪神话和神圣的家族与传承世系。冈底斯神山是最重要的圣地之一，大山的顶峰被认为是天地的结合部，有天绳可以通天，天神也由山顶下来，光临人世，如聂墀赞普即是如此。本教很重视丧葬制度，在有关殡葬仪轨的文献中，记述了各位职能本教师，如何杀牲献祭，超荐亡灵等活动^①。

本教的形成，接受了多种外来影响，如本教的神山冈底斯山，据印度湿婆教的传说，湿婆与其明妃即居住在这里。冈底斯神山的传说中，有一则把神山喻为父亲，把玛法木湖喻为母亲（代表智慧），而山上积雪则是他们性交所流出的精液，或受湿婆教性力学说的影响。“大家认为大山（即冈底斯）是一座水晶石坛城，或各族天神都居住在那里的一大宫殿。该宫共有四门，分别称为：汉地虎、乌龟、朱雀和青龙，其任务是保护天的东北西南四方”^②。在二元论思想及婚姻、丧葬习俗上，则受到波斯祆教和中亚风俗的影响^③。此外，北方地区的原始宗教文化也对象雄宗教文化的形成与发展产生了一定的影响。

象雄本教文明的最大贡献，是影响了吐蕃王朝的宗教和文化。在灿烂的吐蕃文明中，有象雄人的独特奉献，而且通过吐蕃王朝的影响，波及整个青藏地区。人们很容易在高原人的古老习俗中，看到它的印迹。因此，对那些深切缅怀吐蕃古老文明的人来说，他们很乐于在这里流连与寻梦。

① 拉露：《吐蕃王家本教殡葬仪轨》，载《亚细亚学报》第240卷，1952年第3期，第339—362页。

② 图齐、海西希：《西藏和蒙古的宗教》第274页。

③ 张云：《丝路文化·吐蕃卷》第52—54页，浙江人民出版社1995年版。

第五节 苏毗与女国文明

一、苏毗王国

《新唐书·西域传》记,“苏毗,本西羌族,为吐蕃所并,号孙波,在诸部最大。东与多弥接,西距鹵莽碛,户三万。天宝中(754-755年),王没陵赞欲举国内附,为吐蕃所杀,子悉诺(罗)率首领奔陇右,节度使哥舒翰护送阙下,玄宗厚礼之。”^①多弥,滨犂牛河(即金沙江上游通天河),号难磨,也为吐蕃辖下羌部。鹵莽碛(峡)在青海索曲北源上游^②。则其时,苏毗在通天河以西唐古拉山地区,西以玛法木湖(玛旁雍错)与羊同相接。

苏毗是西羌语的称谓,藏语称作 sum-pa,也即汉文中的“孙波”^③。《敦煌本吐蕃历史文书》记载了“zing-po”(森波)人在雅鲁藏布江流域活动的情况。该书谓,松赞干布的祖父达布聂西(达日年塞)时,吐蕃赞普居琼瓦达则(今西藏山南琼结县境),森波杰(zing-po-rje)达甲吾守鞭噶尔旧堡(即汉史中的延葛,在拉萨西堆垅德庆县境)、森波杰赤邦松在悉补尔瓦之字那(在今拉萨彭波境)。后来,均为吐蕃吞并^④。这里的

① 《新唐书》卷221 西域,《册府元龟》卷977 外臣部降附。

② 陈小平:《唐蕃古道》第95—98页,三秦出版社1989年版。

③ 伯希和:《苏毗》,《通报》1921年第330—331页,冯承钧译文见《西域南海史地考证译丛》第一编,1934年版。

④ 王尧、陈践译注:《敦煌本吐蕃历史文书》(增订本)第160页。

zing-po,被王忠先生对译为苏毗^①。但也有学者不同意此说,认为 zing-po(森波)与 sum-pa(苏毗)是完全不同的两个政权^②。又据敦煌文书 P. T. 1287 赞普传记,位于今日喀则地区的是“藏蕃”(rtsang-bod),非苏毗(sum-pa),该书先后出现 zing-po 和 sum-pa,并未有混用的例证,足见,目前并无证据说明二者所指相同。

sum-pavi-ru(苏毗茹)的含义是“第三区”,指松赞干布在划分乌思(卫)、藏二区之后的第三区,显然不在乌思(卫)藏地区。吐蕃乌思藏分为四茹后,苏毗形成第五茹。据《贤者喜宴》记载,孙波(苏毗)茹通颊汉户的 11 个东岱是:则屯、颇屯;上下桂仓;上窘、下窘;上哲、下哲;喀若、喀桑,以及一个那雪小东岱。孙波茹以采甲雪达巴园为中心,东至涅域朋那,南至迷底曲那,西至叶尔协丁波且,北至那雪斯昌^③。据佐藤长研究,采甲雪达巴园在今四川边坝西丹达塘,东至涅域朋那在今昂曲(噶木楚河)中下游,西界叶尔协丁波且在今札嘉藏布河北侧之叶尔诺札湖,北界那雪斯昌在今唐古拉山以北嘎曲南雁石坪一带,南界迷底曲那,即今黑河(那曲)地区嘉黎县的迷底藏布^④。上下桂仓即在今藏北安多县桂仓村。

苏毗人很早即活动在今新疆塔里木盆地南缘地区,且为大约公元 2—5 世纪流行这一地区的佉卢文书所记载,其中谈及苏毗人袭击鄯善王国的精绝、且末等地,以及他们定居和

① 王忠:《松赞干布传》第 6—7 页,上海人民出版社 1961 年版。我们也曾信从此说。

② 巴桑旺堆《关于吐蕃史研究中几个“定论”的质疑》,《西藏研究》1983 年第 4 期。

③ 巴卧·祖拉陈瓦:《贤者喜宴》第 186—188 页。

④ 佐藤长:《西藏历史地理研究》第 355—357 页,岩波书店 1978 年版。

田、且末、若羌一带的情况^①。敦煌寿昌县地志残卷也记载了离石城镇(若羌)东南 480 里、位于青海入藏大道上的萨毗城,也即苏毗城的史实^②。可见,作为西羌部落余裔的苏毗人,他们活动范围很广,影响也大。《册府元龟》卷 977 外臣部降附条记陇右节度使哥舒翰上奏言:“苏毗一番,最近河北,吐泽(浑,即吐谷浑)部落,数倍居人。盖是吐蕃举国强援,军粮匹马,半出其中。”在今青海省黄南藏族自治州尖扎县,还有苏毗峡,互助土族自治县哈拉直沟乡,还有苏毗村,当是其活动地之印迹。

苏毗,在藏史传说中往往与“东”(stong 或 gtong)氏族有关,活动在西藏东北部和新疆南部边缘地区。据本教文献记载,苏毗也是本教的流行地,并保存了许多本教文化的影响因素。在敦煌发现的 9—10 世纪的西藏东北部民间文学资料中,有所谓“苏毗母亲的语录”^③,可以部分地反映苏毗人的文学成就与文化水平。苏毗被吐蕃吞并之后,其文化遗产也为吐蕃人所继承,并融入到后来的藏族文化之中。

二、女国与东女国

1. 女国

《隋书》记,“女国,在葱岭之南,其国代以女为王。王姓苏毗,字末羯,在位二十年。女王之夫,号曰金聚,不知政事。国内丈夫唯以征伐为务。山上为城,方五六里,人有

① 林梅村:《沙海古卷》,文物出版社 1988 年版;周伟洲:《苏毗与女国》,《大陆杂志》第 29 卷,1996 年第 4 期。

② 王仲萃:《敦煌石室地志残卷考释》第 192—193 页,上海古籍出版社 1993 年版。

③ F. W. 托玛斯:《东北藏古代民间文学》,李有义、王青山译本,四川民族出版社 1986 年版。

万家。王居九层之楼，侍女数百人，五日一听朝。复有小女王，共知国政”^①。

汉文史书《大唐西域记》、《释迦方志》、《北史》、《往五天竺传》及《通典》等书，均记载了该女国的情况。玄奘《大唐西域记》载，“此国（婆罗吸摩补罗国）境北大雪山（喜马拉雅山）中，有苏伐刺拏瞿咄罗国（原注：唐言金氏），出上黄金，故以为名。东西长，南北狭，即东女国也。世以女为王，因以女称国。夫亦为王，不知政事。丈夫唯征伐田种而已。土宜宿麦，多畜羊马。气候寒烈，人性躁暴。东接吐蕃国，北接于阗国，西接三波河国”^②。克什米尔古籍中，也记其国北方隔山有女国（strirājya）。是其地在今喜马拉雅山以北，于阗以南，拉达克以东^③。

该女国风俗贵妇人，轻丈夫，而性不妒忌。男女皆以彩色涂面，一日之中，或几次改变所涂色彩。人皆被发，以皮革制成鞋。气候寒冷，人们以射猎为业，课税无常。特产有瑜石、朱砂、麝香、牦牛、骏马、蜀马。尤多盐，经常把盐贩运到天竺（古代印度），其利数倍。亦多次与天竺和党项发生战争。

王位继承采取族内选贤制，其女王死，国中则厚敛金钱，求死者族中之贤女二人，一为女王，次为小女王。葬俗独特：贵人死，剥取皮，以金屑和骨肉置于瓶内而埋之。经一年，又以其皮纳于铁器埋之。有浓厚的自然崇拜习惯，敬信阿修罗

① 魏徵等撰：《隋书》卷 83 西域·女国；《册府元龟》卷 958 外臣部国邑条。

② [唐]玄奘、辩机原著，季羨林等校注：《大唐西域记》第 408 页，中华书局 1985 年版。

③ 伯希和：《马可波罗评注》，Ⅰ，第 696—718 页，女国条，巴黎 1963 年版；山口瑞凤：《东女国与白兰——rlañs 与 sbrañ 氏》，《东洋学报》54. 4, 1971。

神（战神）。又有树神，每年初以人祭，或用猕猴祭。祭毕，入山祝之，有一鸟如雌雉，采集掌上，巫者剖其腹而视之，有粟则预示着年成好，有沙石则表明将有灾荒，谓之鸟卜^①。有关该国的情况，既来自客商传闻，也来自高僧如玄奘、慧超等人的西行闻见，更直接来自隋文帝开皇六年（586年）女国遣使来告，当非杜撰与猎奇之说。

2. 东女国

史书有时称前一个“女国”为“东女”，是因为“西海中别有女国”。但在青藏高原地区，它只能称作“女国”，因为在高原东部康区仍有一个女国，它才是“东女国”。《旧唐书》记：东女国，西羌之别种，以西海中复有女国，故称东女焉。该国东与茂州、党项接，东南与雅州接，界隔罗女蛮及白狼夷。其境东西行九日，南北二十日行。有大小八十余城。其王所居名康延川，中有弱水南流，用牛皮为船以渡。户四万余众，胜兵万余人，散在山谷间^②。

据考证，该东女国在今四川西部大金川地区，也即嘉绒（rgyal-rong）或称嘉莫绒（rgyal-mo-rong）地区，意为“女王谷”。女王所居之康延川即大金川流域，东北与白狗、白兰相邻，东南与白狼、罗汝诸部相接，西北与悉董毗连。弱水即 rva-chu，即大金川上游。康延川即隋代之葛延，清代之噶喇依。嘉绒土司称其祖先来源是：远古之世，有一仙女，感虹而孕，生三卵，飞至琼部山上，各出一子。长子出自花卵，年长东行，为绰斯甲王。其余二卵，一白一黄，各出一子，留

① 《隋书》卷 83 西域·女国。

② 《旧唐书》卷 197 南蛮西南蛮·东女国；《册府元龟》卷 958 外臣部国邑条等。

或剥其皮而藏之，纳骨于瓶中，糅以金屑而埋之。国王将葬，其大臣亲属殉死者数十人^①。

东女国王是象雄人，而女国的位置则在象雄的范围之内，又两女国风俗文化等状况几乎完全相同。因此，推测两国之间可能存在十分紧密的关系，是很自然的事。但其详情，还有待进一步考证。

隋文帝大业中（581—600年），蜀王秀曾遣使招之，东女国拒而不受。唐高祖武德中（618—626年），女王汤滂氏始遣使贡方物，高祖厚资而遣之。武则天时曾两次来朝，还请赐官号。唐玄宗开元二十九年（741年）十二月，其王赵曳夫遣子献方物。次年（天宝元年，742年），玄宗封曳夫为归昌王，授左金吾卫大将军，赐其子帛八十匹，放还。“后复以男子为王”。吐蕃东侵后，东女国与西山八国皆为吐蕃役属。“土有丝絮，岁输于吐蕃”。在政治上依违唐蕃之间，被称为“两面羌”^②。

第六节 古羌文化网络

古代羌人是华夏文明的重要开创者，也是古代汉族与吐蕃、中原文明与青藏文化保持联系的最为深厚的基础，同时也是青藏文化得以产生的民族上和血缘上的核心纽带。

^① 《旧唐书》卷197 南蛮西南蛮·东女国；《册府元龟》卷958 外臣部国邑条；《唐会要》卷99 东女国等。

^② 《旧唐书》卷197 南蛮西南蛮·东女国；《册府元龟》卷958 外臣部国邑条；《唐会要》卷99 东女国等。

是吐蕃即羌人余裔。

在青藏高原地区，属于羌部或西羌属的邦国远不止吐蕃一个。《旧唐书·东女国》等称“东女国，西羌之别种”，“党项羌，在古析支之地，汉西羌之别种也”。《新唐书》所记与之无异。又记，“章求拔国，或曰章揭拔，本西羌种”。“苏毗，本西羌族”，“多弥，亦西羌族，役属吐蕃，号难磨”^①。“白兰国，羌之别种也”^②。吐谷浑的统治者是鲜卑人，但其国民主要是羌人。“附国南有薄缘夷，风俗亦同。西有女国。其东北连山，绵亘数千里，接于党项，往往有羌：大小左封，皆卫，葛延，白狗，向人，望族，林台，春桑，利豆，迷桑，婢药，大碛，白兰，叱利摸徒，那鄂，当迷，渠步，桑悟，千碉，并在深山穷谷，无大君长。其风俗略同于党项，或役属吐谷浑，或附附国”^③。有如此众多的羌部和其广阔的活动范围，在吐蕃王朝统一并由此形成新的民族与文化统一体后，把吐蕃文化，乃至青藏文化，说成是羌族文化，并无不妥之处。

二、藏史记载的高原部族

藏史称，吐蕃人是由内部四族系即东（stong）、董（ldong）、塞（色，se）和穆（rmu）等组成的。又说，在汉人、蒙古人、门巴人和吐蕃人这内四族中，吐蕃人名叫赤多钦波（khri-du-chen-po），他有六个儿子，即查（dbrav）、祝（珠，vgru）、董（ldong）、噶（lga）、韦（dbas）、达（brdav），由

① 《新唐书》卷 221 西域。

② 《册府元龟》卷 958 外臣部国邑二。

③ 《隋书》卷 83 西域·附国。

他们传出吐蕃诸多世系^①。

据法国藏学家石泰安先生考证^②，东族(stong/gtong)是指苏毗人，也即sum-pa人，他们居于西藏东北部，后来被吐蕃同化了。史书中常把它与指称木雅（也即党项）人的董族(ldong/gdong)人相混淆，这是他们居地相近，且易于结盟的缘故。东氏(stong)家族中又包括一些珠族人(vbru, vgru)。董族人(ldong/gdong)有18部之说，另有所谓6种、8种和10种的不同划分，它指木雅或党项人。塞(se)，藏文中有se-va-zha（即塞阿夏，塞吐谷浑），也有se-hu（西吴，即西夏、党项），说明吐谷浑与党项有关。穆族(mu、dmu、rmu)与象雄有关，且与本教有密切的关系。噶族(lga、sga)居住在从玉树至松潘的广大地区之内，他们也与东族和董族有关。珠族(祝，vgru、vbru)，既与东族有关，也常与哲族(sbra、vbras)连用。也居于青藏高原东部和川西地区。韦、达两族居于青海湖一带地区。

值得注意的是，藏史中的各部族大多都集中在青藏高原东部、东北部的“民族走廊”地区，他们中的许多也可以与汉文史书记载相勘同，且与羌部关系密切。党项人也认为自己的始祖母亲是一位吐蕃姑娘^③。

唐德宗贞元九年(793年)七月，东女国王汤立悉与哥邻国王董卧庭、白狗国王罗陀忽、逋租国王弟邓吉和、南水国王侄薛尚悉曩、弱水国王董辟和、悉董国王汤息赞、清远国

① 《汉藏史集》第12—13页。

② [法] P. A. 石泰安：《川甘青藏走廊古部落》，耿昇译，王尧校，四川民族出版社1992年版。

③ 聂历山：《西夏语文学》，莫斯科1960年；陈炳应：《西夏文物研究》第346页，宁夏人民出版社1985年版；张云：《党项名义及族源考证》，《中国藏学》1996年第1期。

王苏唐磨、咄霸国王董貌蓬，各率其种落诣剑南西川内附^①。哥邻即 lga-gling（噶岭），弱水即 rva-chu，悉董即 sdong。白狗在维州，即今四川理县薛城一带。逋租在今小金县沃日河一带。咄霸即 thog-pa，也为党项部落之一。南水国王姓薛和汤、董，说明其与 stong（苏毗）和 ldong（党项）皆有关系。另有粘信部落、龙诺部落等，其主皆姓董，也即属党项部落羌人。

综上所述，汉藏文史书虽使用了不同的称谓，却都表达了一个问题，古代羌人的后裔在青藏高原地区占据核心地位，在高原地区存在一个民族和文化上的古羌网络，它是青藏古代文化的重要基础。

^① 《旧唐书》卷 197 南蛮西南蛮·东女国；《新唐书》卷 221 西域·东女。

第三章 吐蕃王朝的文化成就

第一节 藏文的创制与厘订

一、藏文的创制

藏文的创制年代和它所依据的蓝本问题，学术界有不同看法^①。但从汉藏文史书记载来看，藏文产生于公元7世纪，也即松赞干布执政时期，以天竺梵文字母为依据创制文字系统的说法更具合理性。《旧唐书·吐蕃传》称，吐蕃“无文字，刻木结绳为约”，《新唐书·吐蕃传》也谓：“其吏治，无文字，结绳齿木为约。”说明唐初吐蕃无文字。《通典》记大羊同国：“无文字，但刻木结绳而已。”^②说明象雄也无文字。

可靠的《敦煌本吐蕃历史文书》，在记述松赞干布功绩时说：“吐蕃古昔并无文字，乃于此王之时出现也。”后世大量

① 藏文字母系统的来源，主要有天竺说、象雄说和于阗说等。

② 《通典》卷190边防6大羊同。

的藏文史书均持这一观点，即松赞干布时的文臣吞米桑布扎受命前往天竺学习，返回后依梵文字母创制藏文。从反面看，目前还未发现任何能否认这一说法的实证资料。

松赞干布在统一雅鲁藏布江流域的各个部落之后，接着又征服象雄、苏毗，以及党项、白兰、吐谷浑等各族各部，语言不通问题已成为政令畅通、维护统一的巨大障碍。加之，要面对文化灿烂的中原地区的大唐文明和南亚地区的天竺文明，既不利于交往，也直接影响到吐蕃王朝的威望。创制文字、消除语言障碍，维护政令统一，进而发展文化事业的强烈的社会需求，摆在了一代雄主松赞干布的面前。面日益扩大的辖区，及由此而带来的丰富的部落语言，为藏文的创制提供了巨大的可能和坚实的基础。松赞干布顺应历史需要，完成了创制文字的伟业。

松赞干布曾派遣七名贤者前往印度学习文字，他们不幸皆在途中病逝或遇难身亡。吞米桑布扎即受命携黄金学习文字。他先拜婆罗门李敬为师学习梵文，并从梵文字母 16 个元音中取出 4 个，即 i、u、e、o，形成藏文元音。又从梵文 34 个辅音中取出 23 个字母，加上“a”，再补充梵语中包含字义的 5 个辅音字：ca、cha、ja、zha、za、va，形成藏文的 4 个元音和 30 个辅音的字母系统^①。它是一种以辅音为主要成分的音素拼音文字，元音字母不能独立书写，而必须加在辅音字母的上面和下面。据说，吞米桑布扎仿梵文兰札体创造了藏文楷书，仿梵文瓦都体创制藏文草书。后来又拜班智达拉日巴生格（智狮子）为师，学习声明学。返回吐蕃后，不仅

^① 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》（藏文本）第 66—77 页；第五世达赖喇嘛：《西藏王臣记》（藏文本）第 19—21 页，民族出版社 1957 年版。

创制出完整的藏文字母系统，而且还撰写了文法著作《三十颂》与《性入法》等，并用新创制的文字翻译佛经^①。藏文的产生，揭开了青藏高原历史发展的新的一页。

二、藏文的厘订

藏文创制后，在吐蕃王朝赞普的支持下，开始了前所未有的佛经翻译工作。这项工作大大地丰富了藏语的词汇，促进了藏文的发展。但是，在佛经翻译工作中，也出现了译名不一、拼写混乱等问题，需要厘订和统一，使之更加规范和成熟。这样的活动，在吐蕃王朝时期主要有两次，一次在赤松德赞（754—797年在位）时期，一次在赤德松赞（798—815年在位）时期。

赤松德赞时，印度阿闍黎菩提萨埵（寂护）、益希旺波（智王）、尚·杰念涅桑、论·赤歇桑希、扎那德瓦郭沙（智天藏）、杰乞珠和婆罗门阿难陀等人，给在吐蕃尚未通行的佛教术语，创造了大量译语^②。从而使佛经翻译工作初步得到规范，藏文自创造以来初次得到厘订。

赤德松赞时期，鉴于译语分歧和古今差异等状况直接影响着佛经翻译工作的进一步开展，遂在马年（814年），由赞普下今天竺的堪布阿闍黎支那米特罗（胜友）、苏然得罗菩提（天王觉）、希兰得罗菩提（戒王觉）、达那希拉（布施戒）、菩提米特罗（觉友）等人，与吐蕃堪布热特那热格室多（宝护）、达磨达希拉（法性戒），以及熟练的译师扎那色那（智

^① 《西藏王统记》第69—70页。

^② 《语合》二章，原文见日本影印《西藏大藏经》第144卷，第71—73页，第87页。国内有黄颢、罗秉芬、周季文等人译文。

慧军、益西德)、扎雅热格室多(胜护)、曼殊室利瓦尔玛(妙吉祥胄)、然难得罗希拉(宝王戒)等人,对先前一些与佛经和声明规则不符者予以修改;增补了大批重要的词语,使之符合大小乘经典之所载,符合古代大堪布龙树、世亲等人之所说,也符合声明的语法规则。对于难以理解者,则拆开分成不同的词语,分别解释,写成文本。对于不能解释的单词,适合按音译者则严格音译;一部分适合意译者则严格按意译。

此次厘订,对于佛经翻译原则、文风,佛、菩萨名,动植物名、地名、数词、修饰词等的翻译,均作具体规定。“对于此次制定的有关用语的规则,任何人不得自行修改,或者在底下自造新词。即使各译场或讲经场需要创造新词,也不要各自乱造,而要对那个词在佛教经典和语法中所表述情况,以及创立一个什么样的新的佛教术语等进行研究,报请宫中主持译经的大堪布和大译师审阅核定后,增入词目正文中”。同时,他们还把译自梵文的大小乘佛教的藏文词语,编成词目,“永远不再变更,以便大家学习”^①。这样就形成了所谓的《翻译名义大集》、《翻译名义中集》和《翻译名义小集》等辞书。

这次厘订很可能持续到赤祖德赞(热巴坚,815—836年在位)时期。古文书又记该王时,迎请高僧整理所译佛经,并新译佛经等事。从此之后,藏文逐渐由古藏文(古体字)转变为今体字,在藏文发展史上产生了一次飞跃。在12—13世纪时,完成古今转变。

① 罗秉芬、周季文:《藏文翻译史上的重要文献——〈语合〉》,《中央民族学院学报》1987年第5期。

的非佛教藏语。最晚者是长庆二年(822年)的唐蕃会盟碑。

4. 近古藏语(9—10世纪): A. 古典藏语——公元826年赤祖德赞“厘订新语”,制定新正词法,改革旧佛教藏语为新佛教藏语,以新译大藏经甘珠尔和丹珠尔为代表; B. 文言藏语——9世纪以后根据古典藏语规范改革的书面语,用来书写非佛教文书。

5. 中世藏语(10—17世纪): A. 文言藏语的第一个发展阶段(10—14世纪),创立佛教哲学文言,以仁钦桑波(958—1055年)和布顿仁钦珠(1290—1364年)的著作为代表; B. 文言藏语的第二个发展阶段(14—17世纪初),佛教哲学文言之形成。以宗喀巴(1357—1419年)及其门徒的著作为代表的藏语。

6. 近世藏语(17—19世纪): 以《四体清文鉴》(蒙、满、汉、藏)和《五体清文鉴》(蒙、满、汉、藏、维)为代表。

7. 现代藏语(20世纪以来): 1949年以后的藏语。这一阶段以汉语为媒介,创造了丰富的表达新的科学知识的词汇,并从汉语中大量借词^①。

当然,比语言形式更为丰富的则是古代的藏文历史和宗教文献。

第二节 铭文石刻与吐蕃文书

一、吐蕃铭文与石刻

吐蕃时代的铭文主要有钟铭和碑铭。钟铭目前所见有四

^① 西田龙雄:《西番馆译语之研究——西藏语言序说》,日本京都,松香堂1970年版。

个，即桑耶寺钟铭、叶尔巴寺钟铭和崩塘寺钟铭三个，皆属赤松德赞时期；另一个是昌珠寺钟铭，属赤德松赞时期。这些钟皆为供养之物，旨在祷愿佛教兴盛，且借佛力保佑赞普父子与王室平安，均供于吐蕃寺庙。如桑耶寺是西藏历史上第一座正规的寺庙，该寺所存青铜钟，为赤松德赞王妃没庐氏甲茂赞所供养，文曰：“甲茂赞母子二人，为供奉十方三宝之故，铸造此钟，以此福德之力，祈愿天神赞普赤松德赞父子、眷属，具六十种妙音，证无上之菩提。”^①

碑铭内容较多，包括纪功碑（如赤松德赞时的达札路恭纪功碑）、墓碑（赤德松赞墓碑）、会盟碑（唐蕃长庆会盟碑）、兴佛证盟碑（如赤松德赞时的桑耶寺兴佛证盟碑、热札寺碑等）、建寺碑（如赤德松赞时的噶迥寺建寺碑）、赞普与臣下盟誓碑（如赤德松赞与大臣娘·定埃增盟誓碑，即谐拉康碑甲、乙）等^②。这些碑文主要集中在赤松德赞、赤德松赞和赤祖德赞三代赞普时期，均具极高的史料价值。其中“唐蕃会盟碑”、“恩兰·达札路恭纪功碑”、“谐拉康碑甲、乙”、“赤德松赞墓碑”、“噶迥寺建寺碑”、“楚布江浦建寺碑”等，内容尤为丰富，是研究吐蕃史不可多得的珍贵资料。

吐蕃的石刻主要有赤德松赞时的第穆摩崖石刻、丹玛摩崖石刻、谐拉康石刻和约为8—9世纪的洛札摩崖刻石。其中洛札摩崖刻石内容是封授证盟；丹玛摩崖居中刻有大日如来佛像及其八大弟子，下刻有弥国嘎波龙主像和《普贤菩萨入行赞》，其下刻记该摩崖石刻的兴造过程。其中十分重要的是，刻文中记：“猴年夏，赞普赤松德赞时，封比丘为政教宰相，

① 王尧编著：《吐蕃金石录》第186页，文物出版社1982年版。

② 王尧编著：《吐蕃金石录》；张云：《丝路文化·吐蕃卷》第296页，浙江人民出版社1995年版。

并赐金符以下官衔……”等，据考证，此猴年即公元804年^①。颇有价值。谐拉康石刻记吐蕃先祖传说，谓：“自天神六兄弟起，中经‘曲’（cho）、‘其’（phyi）三代，‘达尼’（mdav-myi）三代，‘泽’（tse）三代，‘秋波’（phyug-po）三代，‘金保’（gyim-po）三代等，圣种由此而分衍……”^② 对研究吐蕃先祖世系与来源问题很有意义。

在摩崖石刻中，最具史料价值的是第穆摩崖石刻。该摩崖位于西藏林芝县门日区广久乡雍仲增村附近一巨石上。刻于公元796—815年，也即赤德松赞在位时期。内容是赞普赤松德赞和赤德松赞父子赐予工嘎布王的盟约及工嘎布王的陈情表。工嘎布莽布王及其大臣凯荣孜呈文谓：“当初，原始之神恰亚拉达楚（phywa-ya-bla-hdag-drug）之子聂墀赞普来做人世之主，降至强妥神山。自那时起至止贡赞普之时，共经历七世，全都驻蹕于青瓦达孜。止贡赞普之长子为聂赤，次子为夏赤。兄弟二人中的弟弟夏赤成为全吐蕃的赞普，兄长聂赤成为工嘎布王。兄长嘎布于父王崩后不久，即向兄弟二人的族神祈祷，并与威猛的族神第穆结为夫妻。兄长虽负有敬奉族神之责，但对神子赞普夏赤的事业仍舍命辅佐，对个人生命毫不吝惜。故此，赞普的江山才有如此之崇高，权势才有如此之显赫。在神子赞普如同苍天覆盖的统治之下，上天赐予了无数子民。吾等亦为子民之列，自不待言。最初，自兄弟二人分别至第一辈先祖，无有官、民之别以来，使我人众安居乐业，国政、王权有如万字（雍仲）般稳固。但是，近

① 恰白·次旦平措：《简析新发现的吐蕃摩崖石文》，郑坦、丹增译文见《中国藏学》1988年第1期。

② 王尧编著：《吐蕃金石录》第133页，其中“曲”、“其”三代，原译文作“二代”，我们据第131页藏文原文改为“三代”。

期以来，征收政府差赋之官员人等，巧立名目，课敛扰害。为使今后永得安宁，特请赐予盟约，以示体恤。”

赤松德赞答应所请，并赐盟约。其子赤德松赞时再赐盟约，文谓：“永远不令外姓之人做工嘎布地区之王，而只准嘎布莽布王之子孙世袭。若嘎布莽布王后裔断嗣，为使王兄嘎布之姓氏不致湮灭，应从嘎布杰赞族人中任命。若嘎布杰赞后代亦断嗣，则需依据遗嘱，从近支中选一适宜者委任之。今后不得削减工嘎布王之奴隶、土地、牧场，亦不得强加侍从差、税赋、贡品等项。进贡酿酒青稞或米均可，不得延长已规定之呈送贡物程站。依据父王赤松德赞恩准事项，王子赤德松赞之时，王臣计议后，复予恩准云。”^①此石刻对吐蕃先祖世系、吐蕃王朝的奴隶制度、赋税差役制度等的研究，尤为重要。

二、吐蕃文书

吐蕃文书主要由两部分构成，即敦煌吐蕃文书和新疆简牍文书，均为考古发现的原始资料，在吐蕃史（唐代）的研究中占据突出而重要的位置。

敦煌吐蕃文书出自敦煌莫高窟千佛洞，是“敦煌学”的组成部分之一。其中一大部分古藏文资料，分别被英国人斯坦因（A. Stein）和法国人伯希和（P. Pelliot）窃去，存于英国伦敦印度事务部图书馆、法国巴黎国家图书馆。前者由瓦累·布散（V. Poussin）编成目录，即《印度事务部图书

^① 恰白·次旦平措：《论工布地区第穆摩崖文字》，何宗英译文见《中国藏学》1988年第3期。

馆所藏敦煌古藏文写本目录，附榷一雄汉文解题》（文书简称 S. T.），后者由拉露（M. Lalou）编目，名为《巴黎国家图书馆藏伯希和搜集敦煌藏文写本清册》（文书简称 P. T.）。中国学者王尧、陈践两位教授翻译、整理为汉文，即《敦煌本吐蕃历史文书》^①。

敦煌吐蕃历史文书包括“吐蕃大事纪年”（P. T. 1288 号）、“赞普传记”（P. T. 1287 号）和“小邦邦伯家臣及赞普世系”（P. T. 1286 号）三部分内容，是敦煌吐蕃文书中的精华。

敦煌吐蕃文书中还包括相当丰富的民间故事。英国人托马斯（F. W. Thomas）整理编译了 6 份藏文卷子，成为几个故事：（1）美好时代的结束与马和牦牛的悲剧，父亲根登聂巴的葬礼与金保牙砦新娘的故事。（2）金保牙砦新婚的故事。（3）美好时代的没落。（4）没落的年代“儿”王朝及其宗教。（5）苏毗母亲的教谕。（6）巫师——“摩”（占卜）^②。

敦煌文书中还有关于吐蕃医学，如 P. T. 1057 号医疗术，P. T. V. 127 号火灸疗法，P. T. 1044 号火灸疗法，印度事务部第 56、57 号^③。以及占卜文书和译自汉文的典籍，如《孔子项托相问书》等等。

新疆简牍文书大部分出土于婁羌县米兰故堡，一部分出土于于阗以北的慕士塔克。英国人斯坦因在 1907 年从新疆获取古藏文简牍 398 支，见其所著《西域》（1921 年）和《亚洲

① 王尧、陈践译注：《敦煌本吐蕃历史文书》（增订本），民族出版社 1992 年版。

② F. W. 托马斯著，李有义、王青山译：《东北藏古代民间文学》，四川民族出版社 1986 年版。

③ 罗秉芬、黄布凡编译：《敦煌本吐蕃医学文献选编》，民族出版社 1983 年版。

腹地》(1928年)二书。俄国人马洛夫(S. E. Malov)获得6支。新疆维吾尔自治区博物馆收藏了部分简牍。王尧、陈践两位教授加以整理、翻译,汇为《吐蕃简牍综录》一书^①。包括了大部分内容。是研究吐蕃在西域活动及吐蕃统治时期西域民族关系史的重要资料。

新疆吐蕃简牍文书涉及土地分配、赋税制度、地方物产、军事制度、驿传交通制度、吐蕃氏族部落组织、西域地方军事重镇和主要居民点,以及宗教、风俗与文化状况^②。由此可以窥见吐蕃社会文化之一斑。

第三节 佛法传入雪域

一、神物自天而降

藏史中普遍记载了一则传说,谓:松赞干布之前的五世祖先“拉脱脱日年赞在位时,有一只箱子从天空中落到雍布拉康宫殿顶上,内装《诸佛菩萨名经》、《宝篋经》、一肘尺高的黄金塔、旃檀玛呢陀罗尼、《百拜忏悔经》等,天空中并有声音说:‘五代以后,会明白此物的意义。’”(原注:此年为藏历猴年)当时不知此为佛法,以为是奇异之物,就安放在宫殿顶上,用供神的饮料和蓝色玉石等供养之。以此之故,拉脱脱日年赞从八十岁的猴年起,白发变黑,皱纹消失,宛似一位青年人,最后活了一百二十岁。……恰是这一时期,吐蕃开始有了佛法,而拉脱脱日年赞王,乃是普贤菩萨的化

① 王尧、陈践:《吐蕃简牍综录》,文物出版社1986年版。

② 张云:《唐代吐蕃统治西域的各项制度》,《新疆大学学报》1992年第4期等。

将有知晓这些宝物含义的国王出世。”此指松赞干布^①。该王临终前遗言：“我的继承者们，都要向年波桑瓦（灵验神物）奉献供养，祝祷祈愿，所有心愿都会实现。”^②到松赞干布与泥婆罗（尼泊尔）和唐朝联姻时，对佛法的梦想终于变为现实。

松赞干布娶泥婆罗国王鸯输伐摩（阿姆苏·瓦尔马 Amshu Varma）的女儿赤尊（布里库蒂 Bhrikuti）为妃。赤尊入藏时，带有不动金刚佛像和尊胜弥勒法轮，据说，佛像是释迦牟尼佛 8 岁身量塑像。接着，松赞干布又与唐朝联姻，迎娶文成公主至蕃。文成公主也携有释迦牟尼 12 岁身量佛像和 360 卷佛经。这样，佛教便从泥婆罗和中原地区两个方向传入吐蕃。为时未久，来到拉萨（逻些）的泥妃赤尊和唐妃文成公主，分别建立大昭寺和小昭寺，供奉佛像。

吞米桑布扎学习梵文，并学会翻译之后，返回吐蕃，也带回《宝云经》、《宝篋经咒》、《大悲白莲花经》等佛教经典。及创制文字以后，便可以阅读先前的“年波桑瓦”（灵验神物），知其为经文。松赞干布遂四年闭门不出，学习文字与教法。据说，吞米桑布扎还将《宝云经》等译为藏文。

在泥婆罗和唐朝两位王妃的带动下，松赞干布的象雄妃李底曼（提芒）也兴建了昌布果玛寺，如容妃杰莫尊兴建了扎拉鲁普寺，门妃赤江修建了叶尔巴寺^③。掀起了一股建寺礼佛的风潮。这些所谓的寺院，很可能只是一些小型的神龛之类的建筑，而且礼佛活动也多限于赞普后宫。但是，外来的

① 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》第 59 页。

② 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》（藏文本）第 137 页，汉译本第 85 页。

③ 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》（藏文本）第 163 页，汉译本第 99 页；又见《贤者喜宴》等书。

的儿子赤松德赞。

赤松德赞，藏史说他是金城公主的儿子。在他 21 岁的虎年，他派巴·意希旺波，即巴色朗等人，前往萨贺尔国迎请菩提萨埵（静命、寂护）来藏传法。菩提萨埵本欲建寺，因本教徒反对而作罢，他建议赞普改请其妹夫、邬仗那国密宗大师莲花生前来“降魔”传法。莲花生成功地制服本教神灵后，开始桑耶寺的建造工程。

桑耶寺的修建从公元 764 年（一说 763 年）开始，至 779 年（一说 766 年）竣工，规模十分宏大。该寺为吐蕃第一座正规的寺院，据说是仿照印度著名寺院阿丹达布日（乌丹塔布里）寺建成，“以桑耶大屋顶殿为密教三部之须弥山，以大屋顶的内外依附处为七金山，建立大日如来佛拯救恶趣众生之坛城。大屋顶殿的楼上，是按照律藏修建的，外围所有 14 种经续，都符合经藏；78 座泥塑像，全都与密咒相符。全佛殿共有 1002 根柱子，36 扇大门，42 扇小门，6 架圆木梯，8 口大钟。还有按《俱舍论》所说修建的四大洲、八小洲、日月坛”^①。乌孜大殿是其中心，四周建有江白林、阿雅巴律林、强巴林、桑结林象征四大洲，八小洲即朗达参康林、达觉参玛林、顿单阿巴林、扎觉加嘎林、隆丹白扎林、桑丹林、仁钦那措林、白哈贡则林等，又建白、红、黑、绿四大菩提塔和围墙。吐蕃、印度、尼泊尔和唐朝汉地工匠、画师等均参与其事。工程完成后，由菩提萨埵和莲花生为之举行开光安座仪式，然后开始十分隆重而声势浩大的庆典活动。

寺院修好后，还需要有人管理和服事。赤松德赞接受印度高僧的建议，决定选派巴·色朗、达瓦赤心儿、巴郭·毗卢

^① 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》汉译本第 109—111 页。

遮那、恩兰·嘉瓦却央、款·鲁意旺布松、玛·阿札雅仁钦却、藏·勒珠等，到堪布菩提萨埵（寂护）处面试，看他们是否有出家之慧根。经考察均合格，寂护为他们分别取了法名：巴·色朗叫意希旺布松、达瓦赤心儿叫仁钦松、巴郭·毗卢遮那叫南巴朗泽松、款·鲁意旺布松叫鲁意旺布松、藏·勒珠叫拉意旺布松、恩兰·嘉瓦却央叫德瓦协巴松、玛·阿札雅仁钦却叫仁钦旺布松。他们是吐蕃最早的出家人，被称为“七试人”或“七觉士”。

接着，寂护让“七试人”跟随噶瓦贝孜松等 108 名译师学习。随后又让他们向属庐·鲁意坚赞、尚·班第意希德等 1008 名译师请教，使经律藏得以弘传。在羊年（791 年）时，这些比丘按照寂护所传教法，建立了说一切有部的僧伽。又从印度迎请了 12 名中观比丘，建立了中观分别说部的僧伽^①。佛教在吐蕃的发展有了新的起色，迈上更高一级台阶。

第四节 教争——谁主沉浮

一、本教的黄金岁月

《西藏王统记》说：“从聂赤（墀）赞普到拉脱脱日仁赞王经历 27 代，为时 500 年，没有与佛法有关的君主。”又说，此时由本教护持国政。其中布德贡甲和茹拉杰君臣二人时，本教十分兴盛，当时以“仲”（sgrung）和“德乌”（ldevu，或 ltevu）治其国^②。《汉藏史集》也说：“从天神降世来做人主起，

① 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》（藏文本）第 184—186 页，汉译本第 110—111 页。

② 《西藏王统记》（藏文本）第 58 页。

共历 27 代，据说，这期间国政由仲（sgrung）、德（ldebs）和本（bon）三者护持。”^① 足见本教非同寻常的显赫地位。

“仲”即故事，即演唱赞歌、颂诗、史诗英雄、某些家族世系和宇宙起源论的巫师。他们是巫师，也是负责王室口传历史的史官，即巫史不分时代的知识人，故有权护持朝政，为国家解决各种涉及神鬼，以及过去历史方面的难题。后世演唱格萨尔王传的游吟诗人、说唱艺人^②即是由此发展而来的。

“德乌”，意思是“谜语”，即两人问答、出谜猜谜以定胜负的一种口头游戏。他们能在王室中占有重要的一席之地，主要因为他们是一种占卜师，在一些关键的时刻要使用他们，诸如开始战争行动或被普遍认为是危险的举动之前，都要请他们作法占卜^③，确定吉凶是非，以为行动之资。这种游戏也在西藏上层贵族的娱乐活动中保留下来。如一则谜语是：“这不是一只虎，但其毛皮上却有花纹。这不是一只斑豹，但它却有斑纹。这不是一头杂交牦牛，但它却吮吸。谜底：蜜蜂。”^④

“本”，即本教或本教徒。本教史籍说，本教兴起于聂赤赞普时，止贡赞普毁灭本教，布德贡甲王时又复兴，直到赤松德赞时，本教再度衰亡。本教依靠它的九类法术，为朝廷服务。据说有因本四类，其中囊辛拜推巾一派，作卜卦祈福、祷神乞药、增益吉祥、兴旺人财之事；楚辛拜春巾一派，作

① 《汉藏史集》（藏文本）第 136 页。

② [法] 石泰安：《西藏史诗与说唱艺人的研究》，耿昇译、陈庆英校订，西藏人民出版社 1993 年版。

③ 图齐、海西希：《西藏和蒙古的宗教》第 298—299 页，耿昇译、王尧校订，天津古籍出版社 1989 年版。

④ 图齐、海西希：《西藏和蒙古的宗教》第 298—299 页，耿昇译、王尧校订，天津古籍出版社 1989 年版。

息灾送病、护国奠基、拔除一切久暂违缘之事；洽辛具梯巾一派，作指示吉凶、判断是非疑惑、预测未来祸福之事；都辛春洽巾一派，为生者消除违碍，为死者营建坟墓，为年幼者驱鬼，并上观天象，下伏地魔。他们做法事时，都要敲鼓击钹^①。佛教传入吐蕃后，企图改变这一局面，遂展开针锋相对的角逐。

二、佛、本之争

佛教作为外来文化，要在吐蕃这个本教占统治地位的地方安家落户，也并非易事。据说，当泥婆罗公主修建大昭寺时，白天修建，晚间即被毁坏，后请文成公主卜算，知吐蕃之地，乃是一仰卧之罗刹女妖，须建寺镇压女妖四肢，使其不再作怪。“为镇压右臂，修建仲巴寺，于其近处修建没热寺及修法崖洞。为镇压左臂，修建昌珠寺，于其近处修建赞塘寺。为镇压右足，修建噶材寺，于其近处修建西杭寺。为镇压左足，修建藏章寺，于其近处修建仲·杰穷小庙”。此外，还修建了镇伏冈底斯山的岗巴、托林二寺，防止玛法木湖外溢的扎顿、白节二寺，役使“永宁地母十二尊”而修建的芒域谢比尔寺，镇伏天地的琼垄寺，分别镇伏“四大”之水、火、土、风的工布曲粗寺、闷彭木塘寺、朝堆南木茹贡寺和芒域降木真寺^②。我们很容易发现，给佛教捣乱和被镇压的，除了地理因素外，即是本教神灵，它所折射的则是本教抵制、反对佛法在吐蕃弘扬的社会现实。因此，在大昭寺建成后，要

① 《西藏王统记》（藏文本）第57—58页，陈庆英等汉译本第45页。

② 札巴孟兰洛卓：《奈巴教法史——古谭花鬘》，王尧、陈践译文。

德赞让双方在宫殿内展开辩论，以定优劣。结果不言而喻，本教徒以失败告终。赞普下令将本教徒流放到阿里地方，把本教经籍全部抛入水中，或压在桑耶寺黑塔之下，禁止本教杀牲祭祀，为活人和死者举行祈福仪式，宣布不准信本，只许信佛。佛本之争的实质是统治地位之争，即用什么来作为吐蕃王朝的指导思想。它还与贵族与赞普王权之间的矛盾与斗争交织在一起，所以，情况十分复杂。

佛本之争的结局虽然以本教徒的失败而暂告一个段落，但还远远没有结束。而且，在斗争的主流之下，双方开展更广泛的相互吸收与交流。“赤松德赞在禁止本教时，保留了本教的祈祷吉祥、禳解、火葬、烧烟祭天焚魔等，后来被佛教徒改变其意义，保存其形式而加以利用。另一方面，吐蕃王朝崩溃后重新兴起的本教——‘久本’(bsgyur)，也把佛教的内容全部改造成本教教义，成为一种有教理有教义的新本教”。可以说是佛教与本教的新发展^①。

三、汉、印僧诤

在寂护为佛法植根吐蕃竭尽心力之后，他曾预言：“吐蕃以后没有外道产生，但信奉佛法者将分为两派，发生争论，最后通过辩论而平息下来。”^②

自从密宗大师莲花生降服本教神灵之后，印度金刚乘密法在吐蕃王室和上层贵族中开始传播。吐蕃信佛大臣毗卢遮那所习，即属这一门派。同时还有南喀宁波，也随印僧学习

① 东嘎·洛桑赤烈：《论西藏政教合一制度》第16页，陈庆英汉译本。

② 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》（藏文本）第186页，汉译本第111—112页。

金刚乘密法。据说，当时出现了密法译师六试人，即努布·南喀宁波、孜·嘉瓦洛追、如贡·比雅热札、突厥吾比夏、朗·贝吉生格、杰·古古热札，他们翻译了许多密咒部的经续。此外，还有专门修习密法并获得成就的数位弟子。密宗的主尊神大日如来，地位也随之崇高^①。印度密教僧人无垢友、法称到蕃后，推波助澜，扩大了密宗的影响。

密宗的主要经典是《大日经》和《金刚顶经》，更注重修行与仪轨。密宗修行有四个阶段：即事部，主要修无相瑜伽，其仪式常聚佛、菩萨、神鬼于一堂，结坛城、重设供、诵咒、结印契，重于事相。行部，以《大日经》为主要经典，以“菩提心为因，大悲为根本，方便为究竟”，讲十缘生。瑜伽部，配合“方便为究竟”，而融摄世俗。无上瑜伽部，即利用女性作“乐空双运”的男女双修法，在男女性交中去悟空性，以欲制欲，以染达净^②。后者也由莲花生传入吐蕃。加之，大力吸收本教的仪轨，使之更加适合吐蕃统治者的需要。与此同时，寂护的弟子莲花戒所传大乘中观宗，也在吐蕃传播。

在这种背景下，从唐朝中原入藏的禅宗，竟能杀出一条血路，在吐蕃王宫迅速弘传开来^③，直接威胁到印传佛教的发展，乃至存亡。最后，使以翻译梵文佛经为核心的桑耶寺，几乎断了香火。于是，印僧请之于赤松德赞，要求与汉僧辩论。

辩论由赤松德赞本人主持，一直持续了两年（约792—

① 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》（藏文本）第187—189页，汉译本第112—113页。

② 李冀诚、丁明夷：《佛教密宗百问》第13—14页，中国建设出版社1989年版。

③ 布顿大师：《佛教史大宝藏论》第175页，郭和卿译本，民族出版社1986年版。

794年)。据前河西观察判官、朝散大夫、殿中侍御史王锡所撰《顿悟大乘正理诀》叙说：“我大师（摩诃衍）密授禅门，明标法印，皇后没卢氏一自虔诚，划然开悟，剃除绀发，披挂缁衣，朗戒珠于情田，润禅宗于定水。……常为赞普姨母悉囊南氏及诸大臣夫人三十余人说大乘法，皆一时出家矣，……又有僧苏毗王嗣子须伽提，节操精修，戒珠明朗；身披百衲，心契三空，谓我大师曰：‘恨大师来晚，不得早闻此法耳。’”^①印僧以莲花戒为首，所持渐门见解，即主张渐悟；汉僧以摩诃衍为首，所持顿门见解，主张顿悟成佛。最后，汉僧失败，摩诃衍返回敦煌一带传法。据说，临行前，他留下一只鞋，并预言说：“未来之时，在吐蕃仍然会有坚持我的见解的人。”事实上，禅宗一直影响到后来的宁玛派、噶举派等^②。尽管如此，汉印僧诤的结局，仍使印度佛教成为影响西藏佛教的主流思想。

第五节 译经与大藏经目录的形成

一、佛 经 翻 译

佛教传入吐蕃，包括教法传授、僧伽寺院制度的建立和大量经典的翻译。教法教理的主要影响是在社会意识形态和政治生活方面；僧伽寺院的出现，有力地推动了佛教自身的发展；而经典的翻译，则大大促进了吐蕃文化事业的繁荣并丰富了藏族传统文献的宝库。

^① [法] 戴密微：《吐蕃僧诤记》第3—29页，耿昇译本，甘肃人民出版社1984年版。

^② 王森：《西藏佛教发展史略》第15页，中国社会科学出版社1987年版。

佛经翻译，按藏史中的传说，起于松赞干布之时，据掘藏文献《松赞干布遗教》称，其时天竺来的鸠摩罗大师，由吞米桑布扎做翻译，译出《阿毗达磨藏》；泥婆罗来的锡拉曼殊大师，由尼妃赤尊公主做翻译，译出《经藏》、《华严经》、《观世音菩萨经咒》等；天竺的婆罗门夏迦罗，由阿札雅磨郭夏做翻译，译出《律藏》、《迦陵迦光明律》、《止雅经咒》等。又从汉地迎请和尚摩诃衍那大师，由汉妃文成公主和拉隆多吉贝担任翻译，译出众多汉地历算及医药书籍。又从象雄召来的本教高僧象雄拉典，让本波拉沃南巴向他学习本教及防病仪轨等^①。翻译事业可谓盛极一时，其中以翻译天竺佛经为主要内容。而在此之前，也即文字刚创立之际，吞米桑布扎已用以翻译佛经。

在吐蕃文字刚刚创立之际，即能大规模翻译佛经，这是不易被人们接受的。我们认为，它有把后世赞普在这一领域的活动上推，并强加给松赞干布身上的嫌疑。但是，也不能一概而论。在松赞干布命吞米桑布扎创制文字后，他自己学习4年，然后延请天竺、汉地和泥婆罗高僧，试图用新文字翻译外来文献（主要是佛经），发展本民族的文化，这也在情理之中。但它的规模和佛经翻译上的成就必然是极其有限的，不能估计过高。我们认为，它的最大影响是在对藏文的充实、丰富与完善上，即通过这种“翻译”给藏文创造新的词汇，并勘对梵藏、汉藏词汇，从而促成藏文迅速走向成熟。

赤德祖赞时，误解了先祖松赞干布的预言，认为：“遗训中所说的名字中有一个‘德’(lde)字的国王，指的就是我。”

^① 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》（藏文本）第166—167页，汉译本第100—101页。

二、藏文大藏经目录的形成

在把梵文佛经译为藏文的同时，不少汉文佛经也被译为藏文。在这一方面立下不朽功绩的是桑希（上师？），据说他是汉人之子，多次受命前往唐朝内地求取佛经。赤松德赞时，曾邀请汉僧梅果、印僧阿年达及精通汉语的吐蕃人翻译汉文佛经。桑耶寺建成后，佛经的汉译藏工作规模扩大，汉地和尚玛果莱及吐蕃译师阐卡莱贡、拉隆路恭、果贡维贡及琼波孜则等负责其事^①。

梵文佛经和汉文佛经的大量翻译，直接导致了藏文大藏经目录的形成。这就是在桑耶寺附近三所殿堂内校定、编目的《钦浦目录》（mchims-phu dkar-chag）、《旁塘目录》（vphang-thang dkar-chag）和《丹噶目录》（ldan-dkar dkar-chag）。只有后者保存下来，收入经论约 700 种左右，存于藏文大藏经《丹珠尔》之内。其中有 34 部（一说 31 部）经书标明是译自汉文的^②。绝大部分译自梵文。

梵汉经典的成功翻译，使藏文成为一种十分成熟的文字，也为后世佛教经典的翻译尊定了基础，树立了典范，同时也影响到藏族传统文献的特色，即以藏文大藏经《甘珠尔》和《丹珠尔》为核心，以佛教经论为主要内容。这一成果在元朝时得以完整产生。《甘珠尔》即“佛语部”，是佛祖释迦牟尼本人语录，《丹珠尔》即“论部”，是弟子对经部的注释和论证。前者由蔡巴万户长蔡巴·公哥多吉编订，后者由大学者

① 巴卧·祖拉陈瓦：《贤者喜宴》；巴色朗：《巴协》等书均有记述。

② 王森：《西藏佛教发展史略》第 14—15 页。

(三) 学习圣业和教法。(四) 报父母恩。(五) 尊重智者和长辈。(六) 和睦亲友, 品格正直。(七) 不受人之托不干预别人之事。(八) 帮助乡亲邻里。(九) 心地诚实, 胸怀开阔。(十) 行为处世仿效上等人, 不生反悔。(十一) 对有大恩之人, 定要报答。(十二) 按时还债付息, 升斗秤量无欺。(十三) 平等待人, 不生竞争之心。(十四) 不听妇人之言, 办事持重。(十五) 处事有节制, 宽以待人。(十六) 对人不记仇恨, 以慈为怀^①。后世佛教徒作家, 也给松赞干布头顶上, 多添了无数道佛的光环。《汉藏史集》称“松赞干布一生之功业, 可以与释迦牟尼在印度所建树的十二功业相比拟, 所以, 在拉萨大昭寺绘有他一生十二功业的图画, 在忿怒金刚像背后建有纪念他的八塔”^②。

赤松德赞时期信奉佛教是有案可稽的。《敦煌本吐蕃历史文书》记, 该王之时, “得无上正觉佛陀之教法奉行之, 自首邑至边鄙四境, 并建寺宇伽蓝, 树立教法, 一切人众入于慈悲”^③。不仅出现了吐蕃时代的第一座正规寺院——桑耶寺, 也出现了吐蕃有史以来的第一批出家僧人——“七觉士”, 而且规定一个出家僧人由七户人家来赡养, 尚论之子由五户人家赡养。

据《巴协》记载, “第五代藏王以前西藏还没有建立佛教, 世子赤松德赞和邬仗那国王子菩提萨埵、巴(巴色朗)、桑希等四人建立了三宝皈依处的供养地, 妙法在西藏地方广事传播。于是, 朝廷和边地都派了教师”^④。

① 《汉藏史集》汉译本第 90—91 页。

② 《汉藏史集》汉译本第 101 页。

③ 王尧、陈践译注:《敦煌本吐蕃历史文书》(增订本)第 167 页。

④ 巴色朗:《巴协》, 段克兴译文见《甘肃民族研究》1982 年第 1—2 期。

在汉印僧净之后，赤松德赞赐给僧人衣食日用，堪布每月青稞 75 克（1 克约 28 斤），每月酥油 1 克又两个半涅噶，每年给衣服一套、马一匹、纸 40 卷、墨 3 锭，以及足够的食盐。桑耶钦浦的 25 名大修行者，每人每年青稞 55 克，酥油 800 两，马一匹，衣服一套 6 件。13 名经师与大修行者一样。25 名学经僧徒，每人每年粮食 25 克，衣服一套 3 件。普通僧人，每人每年青稞 8 克，纸 20 卷。并让每 3 家民户供养一个出家人^①。

赤祖德赞，也即热巴坚时，对佛教的礼敬达到顶峰。在他执政时“建立闻、思、修 3 个修习精舍，讲、辩、著 3 个讲习精舍。建立 30 法部僧伽，建立慧、净、贤三律仪精舍。对每一个出家僧人派给 70 家民户服事。国王升座时，在自己的左右发辫上系上两条长绸带，放在左右两列僧人中，让僧人坐在绸带上，名曰‘头顶二部僧伽’”^②。

赤祖德赞还授权僧众，让他们订立教律、国法，服事父祖诸王所建之大昭、桑耶、噶穷等寺，让全体百姓都要遵守十善法律。因此引起社会强烈不满，人们用仇视的目光来看僧人。于是，赞普又宣布：“对我的出家大德们不得以恶指相指，恶眼相视，否则即对违者断其指，抉其目。”^③对骂僧人者即拔其舌，极为残酷。

据至今犹存的堆垅江浦建寺碑记载：“赞普天子赤祖德赞恩诏，在堆垅江浦地方建寺，立三宝所依处，住有比丘四人，

① 巴色朗：《巴协》，参阅东嘎·洛桑赤烈：《论西藏政教合一制度》第 19 页，陈庆英汉译本。

② 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》（藏文本）第 227 页，陈庆英等汉译本第 185 页。

③ 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》（藏文本）第 232—233 页，陈庆英等汉译本第 188 页。

作为寺院顺缘之奴户、土地、牧场、供器、财物、牲畜等一并交付寺院，作为赞普赤祖德赞常川不断的供养。”这是把土地、牧场等赐给寺院，从而产生寺属庄园的最早例证^①。把佛教推向极端位置的赤祖德赞，无法改变本教在吐蕃地方仍具有很大影响的现实^②，灾难便随之而来。

二、达磨灭法

据《汉藏史集》说，松赞干布在遗训中既预言到：“在此雪域吐蕃，由我下传五代时，有一名字中有‘德’字的法王出世，大弘佛法，他最后能够成佛。”同时也预言到：“由他（指赤松德赞——引者）下传两代，有一叫‘牲畜’名字的国王出世，他将佛法消灭无遗，他将最后堕入恶趣之中。”后者即指达磨赞普。

达磨即梵文 dharma 音译，说明父母希望他能弘扬佛法，但他却以毁灭佛法而闻名，对其无比仇恨的佛教史家们，遂称他为“牲畜”即“朗达磨”或“朗达玛”，意思是“牛达磨”。实际上，他的本名叫赤达磨乌冬赞（khri-dar-ma audum-btsan）。

达磨之弟赞普赤祖德赞（热巴坚）的激烈崇佛措施，在大臣和平民中引起不满情绪。以贝达那巾为首的反佛大臣们行动起来，他们买通占卜师，让他们宣称：“若不把王兄藏玛流放，将会使国运衰微。”赞普即将藏玛流放到门域地方，途中被人下毒致死。接着，他们又向赞普进言，说大臣阐卡贝

^① 东嘎·洛桑赤烈：《论西藏政教合一制度》第21页。

^② 张云：《论本教在吐蕃王朝时期的地位》，《西北民族学院学报》1991年第3期。

吉云丹与王后交绕妃贝吉昂楚二人私通，赞普将阐卡贝吉云丹处死并剥皮示众，王妃则自杀身亡。在除掉这些信法要人之后，即在赞普赤祖德赞饮米酒酣睡之际，由贝达那巾和交绕拉洛二人，扼住赞普脖子而杀之^①。其陵墓建于顿喀达的左面，叫赤丁芒日，墓脚有一通无字石碑，故有“无四”说法，即没有儿子，没有庙堂祭奠，陵墓没有珍宝，墓碑没有文字^②。

这样，达磨即被拥立为赞普。他起初还支持佛法，但为时未久，他或出于对自己先前作为兄长未能立为赞普之怨恨，或出于对本教之信奉，或出于对佛法之仇视，即开始了大规模地毁法灭佛活动。当时发生的风霜荒灾、人畜病疫，成为他毁灭佛法的口实。他下诏说：“文成公主带来的释迦牟尼像是印度妖魔的像，它最初在印度时，印度军队打败仗；带到汉地后，汉地发生许多不吉祥的事；文成公主把它带到吐蕃，吐蕃也发生不吉祥的事。文成公主乃是魔女，她借着观测地势风水，把吐蕃好风水处说成坏的，加以毁坏，想让汉人夺占吐蕃江山。因此，我们要消灭佛教和寺院，让僧人们还俗回家。”^③于是，他们把大昭寺的两尊释迦牟尼像埋入沙土中；把所有经卷或焚烧，或埋入土中，或抛入水中；桑耶、小昭等寺被泥封起来，在寺门泥壁上，绘以僧人饮酒作乐图画；僧人们被迫脱下袈裟还俗，上层僧人被杀，中层僧人被流放，普通僧人成为负担差税的平民；不服从者，即发给弓、箭、钹、鼓，令其打猎杀生^④。使佛法大受破坏。这种极端的毁法措施，

1 《西藏王统记》（藏文本）第233—234页，汉译本第188—189页。

2 《汉藏史集》（藏文本）第206—207页，汉译本第124页。

3 东嘎·洛桑赤烈：《论西藏政教合一制度》第22—23页。

4 布顿大师：《佛教史大宝藏论》第179页，郭和卿译本；以及《西藏王统记》、《汉藏史集》、《贤者喜宴》等。

也引起僧人的强烈仇恨。

公元842年的一天，正当达磨赞普在拉萨大昭寺前阅读碑文时，被曾在叶尔巴岩洞修行的僧人拉隆贝吉多杰，借向赞普行礼之机，用箭射死。据说，这位勇敢的僧人为此还做了充分的准备：行前，他用炭灰将白马涂黑，自己身穿外黑内白的大衣，头戴黑帽，脸涂炭灰，把弓箭藏在袖中。射死赞普后，逃亡“止”地之达东，在渡水时将炭灰洗去，“黑马”变为白马，他又将大衣翻穿，骗过了追兵^①。为佛教徒出了一口恶气。

藏史中，把朗达磨（达磨）灭法作为佛教“前弘期”结束的标志。从此之后，进入所谓佛法传播的黑暗时期，史称其时“卫藏无佛法”，高原文化也开始一场最深刻的反思，并孕育一次新的变革。

① 《西藏王统记》（藏文本）第236—238页，汉译本第191—192页。

第四章 凤凰涅槃——青藏文化的再生

第一节 佛法后弘

一、分裂与混乱的政治局势

达磨赞普被杀身死后，长妃悉囊南氏无子，次妃蔡邦氏生有一子，名曰奥松（意为光护）。长妃遂也过继一子，名曰永丹（意为母坚），得外戚尚思罗支持。双方各援引外戚属臣相互对垒，吐蕃王室分裂，国势大衰，双方战争绵延二十余年之久，史称“乌茹约茹之乱”。各地军阀也混战不已，加之自然灾害频仍，民不聊生，奴隶起义日益剧烈，掘赞普陵，杀贵族，青藏地区大乱。奥松之子贝考赞于895年被起义军首领许补氏擒杀于娘若香波（今江孜城），其子吉德尼玛衮逃往羊同乍布朗（扎达县），娶没庐氏女，生三子，长曰日巴衮，据玛域，以今克什米尔列城为中心，后成为拉达克的首领；次为扎什德衮，据普兰，以今普兰为中心；幼子德祖衮据乍布

朗，以今扎达为中心，后成为古格之首领，称纳里速古鲁孙，意为领域三部，或阿里三围。

汉史称此时的吐蕃，“族种分散，大者数千家，小者百十家，无复统一矣”^①。藏史称，“吐蕃本土历经彼此火并与内讧，日趋支离破碎。于是，境内各处每每分割为二，形成大政权与小政权，众多部与寡少部，金枝与玉叶，肉食者与谷食者，各自为政，不相统属的局面”^②。

吐蕃地区的战乱与分裂，持续了近400年，饱受战乱与灾难之苦的广大平民，开始寻求精神上的支柱与解脱的途径，佛教便像滋润人们干涸心田的甘露，适时降临，赢得人们的信赖和皈依。从而，也死灰复燃，重新开始新的发展时期，藏史称之为“后弘期”。

二、上、下两路弘法

达磨灭法时，有杰地人藏·绕色、博东地方人约·格穷、堆垅地方人玛·释迦牟尼三人，用一匹骡子驮载律藏经典，由吉祥曲沃日地方逃往阿里，然后又进入西域，逃往葛逻禄人居地。因为语言不通，遂又东逃至河西回鹘人地方（甘州，今张掖），再转至安穷南宗和丹底水晶寺（在青海循化），并接收了当地一名出身本教家庭的少年为徒，取名格色瓦。此时，杀死达磨赞普的拉隆贝吉多杰，也携带《大乘阿毗达磨集论》、《净光明律论》等三部经典，逃奔朵康，与藏·绕色等三人相会。因后者杀人违戒，不能参与授戒，遂请当地两名

① 脱脱等：《宋史》卷492吐蕃传。

② 《贤者喜宴》（藏文本）第431页。

汉人和尚一起，为少年弟子授比丘戒，取法名公巴绕赛。后者又授徒传法，使佛教发展起来。据说，喇钦·公巴绕赛还制订了“四法印”，即包边的金色盘帽、缝边的袈裟、抛朵玛先抛到迦巴拉（颅骨器皿）里面^①。闻知此事，乌思藏地方的卢梅·喜绕楚臣等6人（一说10人）前来学法，返藏后建寺弘传，此称“下路弘传”。其中以卢梅影响最大，弟子有所谓“四柱”、“八梁”、“三十二椽”之称号。

与此同时，在阿里地方，扎西尼玛衮的儿子柯热，在后半生敬信佛法，在佛像前出家，改名拉喇嘛意希沃，并修建了托林寺。他的两个儿子那迦热扎和德瓦热扎也出家，改名喜瓦沃和绛曲沃。他们不满当地一些修密法者以蹂躏妇女为成佛法门，以砍杀人头为超渡手段，以及“炼尸成金”的邪术，便筹集资金，选派优秀青年前往克什米尔迎请班智达，学习真经。为了募集昂贵的学经费用，意希沃四处奔走，竟被葛逻禄国王（一说大食军）抓去，且须用与他身体等重的黄金来赎身，未能如愿，客死异邦。在受资助的留学僧人中，仁钦桑布（958—1055年）最为杰出。他学成返回后，在托林寺主持翻译显密经典，卓有成就，佛教史籍把他所译密籍称为“新密咒”，而把前弘期所译称为“旧密咒”，并尊称仁钦桑布为“洛钦”（大译师）。佛法在阿里地区也得到恢复，史称此为“上路弘传”。

三、阿底峡人蕃传教

拉喇嘛意希沃在资助优秀青年出国学法的同时，也一直

^① 《汉藏史集》（藏文本）第209—211页，汉译本第126—127页。

第二节 青唐吐蕃文化

一、青唐吐蕃与唃廝囉

青唐吐蕃，也即活动在河湟一带的吐蕃，又称“唃廝囉”（rgyal-sras，意为“王子”或“佛子”）。据宋代文献记载，“唃廝囉，初名欺南陵温筏通，生磨榆国，盖吐蕃赞普之苗裔也。……大姓耸昌厮均等，咸平中（998—1003年）迎至河州（甘肃临夏），欲立文法，请更其名曰唃廝囉，河州人谓佛为‘唃’，谓儿子为‘廝囉’”。其他史料，也称其为“西域武三咩人”或“高昌磨榆国人”。“高昌”即唐代孙波茹的 rgod-tshang（桂仓），“磨榆”即玛域（mar-yul），“武三咩”疑即“dbu-bsam-yas”（伍桑耶）。诸书均说他是吐蕃人，且是赞普后裔。

藏文史书的记载，可以与之相印证。《西藏王统记》（《王统世系明鉴》）称贝考赞次子沃德之子赤德的后裔，为东方宗喀之王、京俄顿钦等。宗喀即青唐，也即今青海西宁，知其所指为唃廝囉无疑。玛域（mar-yul）为贝考赞后裔辖地，而贝考赞的次妃彭嘉之子赤扎西孜巴贝，即曾居伍茹（dbu-ru）地方，而桑耶寺即在伍、约两茹之地，称伍桑耶（dbu-bsam-yas）也是合适的。及他们的领地被云丹（允丹）夺去后，遂逃往阿里上部。《汉藏史集》记载，贝考赞次子赤扎西孜巴贝的儿子为贝德、沃德、吉德等。沃德的后裔分布在藏地区的叶茹各地，直到金喀则波地方，东面宗喀地区之王、京

俄顿钦等朵思麻地区的王族，也是他的后裔^①。如我们上文所论，赤扎西孜巴贝即来自伍茹，又转至阿里玛域等地，汉史所载正是这一支系。这样，我们可以把唃廝囉的先祖世系列成下表：达磨→贝考赞（子）→赤扎西孜巴贝（子）→沃德（子）……唃廝囉。

河湟吐蕃大首领李立遵、温逋奇，认为唃廝囉是赞普后裔，奇货可居，遂以武力从河州大酋耸昌厮均那里（甘肃夏河）夺过来，劫至廓州（青海化隆）。后李立遵又迁之于宗哥城（青海平安），并以女妻之。与李立遵不和时，唃廝囉迁至邈川（青海乐都），依重温逋奇。1032年温逋奇作乱，唃廝囉杀之，定居青唐城，成为一个以藏族为主体的地方政权，曾受宋册封，与西夏对抗^②。

二、青唐吐蕃物质文化

青唐吐蕃，在青藏高原地区的分裂割据中，独树一帜，它以今西宁市为中心，以甘青地区为基地，创造了独特的青唐文化。

青唐吐蕃的社会组织以部落为主，经济活动以畜牧业为主，兼事农业、商业和手工业，保持了高原文化的本色。

《宋史》记：唃廝囉子董毡“独有河（黄河）北之地，其国大抵吐蕃遗俗也。怀恩惠，重财货，无正朔。市易用五谷、乳香、硝砂、麝毯、马牛以代钱帛。……人喜啖生物，无蔬

^① 《汉藏史集》（藏文本）第226页，汉译本第132页。

^② 《宋史》卷492吐蕃；祝启源：《唃廝囉——宋代藏族政权》第31—70页，青海人民出版社1988年版。

三、青唐吐蕃宗教与民俗文化

青唐吐蕃的宗教既以佛教信仰为主，又有原始宗教或本教的有关内容。《宋史》称其国“尊释氏。不知医药，疾病召巫觋视之，焚柴声鼓，谓之‘逐鬼’”。李远《青唐录》也记：“（青唐）城之西，有青唐水，注宗哥，水西平原，建佛祠，广五六里。缭以周垣，屋至千余楹。为大像，以黄金涂其身。又为浮屠十三级以护之。阿里骨敛民作是像，民始离貳。吐蕃重僧，有大事必集僧决之。僧之丽法无不免者。城中之屋，佛舍居半。唯国主殿及佛舍以瓦，余虽主之宫室，亦土覆之。”孔仲平《谈苑》也谓，青唐吐蕃“最重佛法，居者皆板屋，惟以瓦屋处佛。人好诵经，不甚斗争”。

宋神宗熙宁五年至七年（1072—1074年）所建岷州《广仁禅院》碑文谓：“西羌之俗，自知佛教，每计其部人之多寡，推择其可奉佛者使为之。其诵贝叶傍行之书，虽侏离馱舌之不可辨，其音琅然，如千丈之水赴壑而不知止。又有秋冬之间，聚粮不出，安坐于庐室之中，曰‘坐禅’，是其心岂无精粹识理者？但世莫知之耳。虽然其人多知佛而不知戒，故妻子具而淫杀不止，口腹纵而荤酣不厌，非中土之教为之开示堤防而导其本心，则其精诚直质且不知自有也。”^①这里强调了青唐吐蕃佛法之盛，此与藏史所载，后弘期佛法“下路弘传”是一致的。由此还可以看到此时的藏传佛教“知佛不知戒”，无娶妻、食肉饮酒之禁的状况。

青唐吐蕃有文字即所谓“旁行书”、“蕃书”。使用十二生

^① 见《岷州志》、张维《陇右金石录》等书。

肖纪年：“道旧事则数十二辰属，曰兔年如此，马年如此”。“信咒诅，或以决事，讼有疑，使诅之。讼者上辞牒，藉之以帛，事重则以锦。亦有鞭笞桎械诸狱具”^①。人们喜欢荡秋千游戏。有“贵虎豹皮”的风俗，并用以缘饰衣裘。妇人衣锦，服绀紫青绿。其王“（纛）斲罗紫罗毡冠，服金线花袍、黄金带、丝履”。保持了吐蕃赞普时代的惯例，称宋朝皇帝为“阿舅天子”，即以中原外甥自居。

由于青唐吐蕃所处接近中原，位居“丝路”要道，以及以藏族为主，各族杂居的状况，它的文化也是较为丰富的，且与各族存在密切的文化交流^②。其中吸收借鉴中原汉族文化占据较突出的位置。据王巩《甲申杂记》载，青唐大首领俞龙珂自言：“平生闻包中丞（即包拯）朝廷忠臣，某既归汉，乞赐姓包。”宋神宗遂从其请，赐名包顺。

青唐吐蕃文化，是吐蕃王朝时期灿烂文化在青唐地区吐蕃部落中的延续，它为西北地区民族文化交流，以及吐蕃后弘期佛教文化的再塑造，起到积极的促进作用。

第三节 教 派 文 化

吐蕃王朝崩溃以来的战乱与分裂，在广大群众的心灵上留下累累伤痕，从而也为以抚慰众生痛苦为己任的佛教，提供了一个展示才华的、无比宽广的沃野。广大下层群众的纷纷皈依，使佛教真正发展起来，造成拥有寺院即拥有群众、拥有实力的局面。各个封建主，为了自身的利益，积极支持佛

^① 《宋史》卷492吐蕃传。

^② 李远：《青唐录》记青唐吐蕃与西夏、辽结亲事；张云：《吐蕃与党项政治关系初探》，《甘肃民族研究》1988年第3--4期。

法传播,在经济上充当寺院的坚实后盾,并介入寺院活动,形成政教联合或政教合一的局面^①,成为教派文化的社会基础。

从佛教本身来看,自印度传入的,既有寂护及其弟子莲花戒一系大乘中观学派衍化而来的瑜伽中观学说,也有莲花生这个印度“因陀罗部底”系密教传承的主张。既有接受本教内容多少的差异,又有中原禅宗影响大小的不同,从而在根基上已呈现多元化倾向。更为重要的是,达磨灭法后,相对一致的佛教说见、教戒已失,上路弘传、下路弘传,所宗有别;即使去天竺求法,所学渊源也未必相同;更有甚者,传入邪教,自立学派,“六经注我”,从而导致教派分立的局面。其主要教派如下述。

一、宁玛派

藏文作 rnying-ma-pa,意为“古派”、“旧派”。该派以密宗大师莲花生为祖师,以吐蕃时期所译旧密咒为主要内容。由于该派僧人多着红衣,又被称为“红教”。宁玛派缺乏严密的组织,重修行、仪轨而轻经典的学习与教义的传播。传法活动多以父子相承,文献包括口传古代经典和掘藏文献。修法多习咒术、占卜及其他神秘仪轨,吸收了较多的本教因素和内地禅宗教义^②。

宁玛派有所谓九乘之说,即声闻、独觉、菩萨名三乘,为化身佛释迦牟尼所说;事部、行部、瑜伽部为密教外三乘,为报身佛金刚萨埵所说;生起摩诃(大)瑜伽、教敕阿鲁(秘

^① 张云:《论元代在西藏地方建政立制的基础》,《中国边疆史地研究》1996年第1期。

^② 王森:《西藏佛教发展史略》第41页。

法)瑜伽、大圆满阿底瑜伽为无上内三乘,为法身佛普贤所说,共为九乘。传法之次序,有诸佛心传,持明表传,凡夫耳传三种。又有圣言予记传,有缘掘藏传,胜愿印授传三种,共分六种传承。而且远传经典、近传伏藏、定传玄要^①。代表人物有“三素尔”,大素尔(zur-po-che, 1002—1062年),传出4则摩和则果,计5人,另有108名修行者。小素尔(zur-chung, 1014—1074年)弟子有4柱、8梁、16椽、32桷等。小素尔之子卓浦巴(sgro-phug-pa, 1074—1134年),弟子有4麦(me,意为火)、4那(nag,意为黑)、4敦(ston)12人。宁玛派寺庙的8神是:文殊(身)、莲花(语)、真实(意)、甘露(功德)、金刚橛(事业)、差遣非人、猛咒咒诅、世间供赞^②。

二、噶 当 派

藏文作 bkav-gdams-pa,意为“教诫派”。噶当派溯源于阿底峡,由种敦巴创立,以阿底峡所著《菩提道灯论》为主要经典。该派经普穷瓦童幢、博多瓦宝明和京俄瓦戒然发扬光大,再由朗日塘巴、夏热瓦、甲域瓦等进一步弘传,扩大规模。

阿底峡《菩提道灯论》讲述从一个凡夫到成佛的修习过程与主要内容。该书把人分为三类:(一)下士,不希求解脱所谓世间苦,唯求今生后世之利乐者,即天人乘;(三)中士,

^① 善慧法口:《宗教流派镜史》第28—31页,刘立千译、王沂暖校订,西北民族学院研究室印,1980年版。

^② 善慧法口:《宗教流派镜史》第28—31页,刘立千译、王沂暖校订,西北民族学院研究室印,1980年版。

子以日琼巴和塔波拉杰较为有名，后者随师授“金刚亥母灌顶”，修“拙火定”，得到“验证”。1121年建岗波寺。他传法授徒，因材施教，对宜于受密法者，传以“方便道”，宜于兼受显教者，则授“大印”，独创教派，即塔波噶举。

塔波拉杰有四大弟子：都松钦巴（1110—1193年），他在西康类乌齐噶玛地方建噶玛丹萨寺，在堆垅建楚布寺，创立噶玛噶举。该派又分为红帽系和黑帽系，后者势力较大，最早采取活佛转世制度。尊追扎（1123—1194年），1175年建蔡巴寺，创建蔡巴噶举。达玛旺秋建拔绒寺于后藏昂仁，创立拔绒噶举。帕木竹巴（1110—1170年）1158年在前藏帕木竹地方建丹萨梯寺，创立帕木竹巴噶举。此派影响最大，他的弟子相继创立了止贡噶举、达垅噶举、主巴噶举、雅桑噶举、卓浦噶举、修赛噶举、叶巴噶举和玛仓噶举等8个教派。因此，噶举派有“四大支八小支”之说。

噶举派为中观应成派见解。其大手印有显密之分：显教大手印重在修心，专一而住，修无分别。密教大手印，是指风息于中脉中，入、住、融后所生之大乐明。即修身，练丹田气生热，发生四喜，最后历四瑜伽次第，男女双修，空乐双运而修大手印。重修不重著述与教典的学习。有胜乐、喜金刚、大摩耶、集密、畏怖金刚等五部本续及其灌顶、戒灌、幻身大灌顶、空行五教、尼古六法、幻身道次、无死幻轮、随为道用等，大印盆、智慧明王法慧、胜乐五尊、亥母秘修、观世音、遍调伏、金刚手、不动尊等之灌顶教授，以及吉凶巴派之观音马头法等^①。

^① 善慧法日：《宗教流派镜史》第56页，第74—75页。

四、萨迦派

藏文作 sa-skyapa。款(昆)氏家族的滚却杰布(1034—1102年),在1073年于萨迦地方建萨迦寺,逐渐形成该教派。萨迦教法以亲口宝敕和道果法为主,其正行有喜金刚二次第及其分支之修习次第,显密兼修。道果法得自卓弥大师。萨班、绒敦等大德,皆持中观自续派见解;仁达瓦尊者则是中观应成派;释迦胜起初宗中观,中间持唯识,后来又执觉囊派的他空见,说明他们并不一致。但是,重“道果教授”则是其共有特征。在教法弘扬方面,密法有俄(俄巴庆喜贤)、仲(仲巴庆喜胜)二师;显教有雅(雅楚佛祥)、绒(绒敦说法狮子)二师^①。萨迦派在元朝西藏历史上,发挥了巨大的政治影响,在文化建设方面,也做出了特殊的贡献。

此外,还有觉囊派、希解派、觉域派,以及高扎巴索南坚赞、布顿仁钦珠、博东巴乔列南杰等人所创派系,均有一度辉煌,并装点了这一时期的西藏教派文化。

第四节 萨班与八思巴

一、政政名人——萨班

萨班本名贡噶坚赞(1182—1251年),出身于款氏家族,为“萨迦五祖”之一。因学富五明,被称为萨迦班智达(意为萨迦大学者),简称萨班。

^① 善慧法日:《宗教流派镜史》等89—108页。

1. 出色的政治人物

公元1239年，坐镇凉州（今甘肃武威）的蒙古王子阔端，派大将道尔达（多答那波）率军入藏，击溃反抗者，并获得乌思藏（西藏）地方政教情况：“在边野的藏区，僧伽团体以甘丹（噶当）派为大，善顾情面以达垵法王为智，荣誉德望以止贡京俄为尊，通晓佛法以萨迦班智达为精。”^① 经过详审思考，阔端选择了萨迦班智达。1244年，向萨班发出相晤凉州的邀请。

接到邀请后，萨班即携其年在冲幼的二侄八思巴和恰那朵儿只启程，前往凉州。1247年，与阔端相会，商定乌思藏地方归附大蒙古国的条件。萨班致书号召乌思藏地方高僧大德及全体百姓，接受大蒙古国统治。信末，还告诉大家，“贡物以金、银、象牙、大粒珍珠、银珠、藏红花、木香、牛黄、虎皮、豹皮、草豹皮、水獭皮、蕃呢、卫地上等氍毹等物为佳，此间甚为喜爱”^②。随后，各地领主、高僧纷纷归附。西藏地方就这样正式纳入中国中央政府治下，成为中国领土不可分割的一部分。作为这一重大历史事件的直接参与者，萨班的巨大功绩不可磨灭。

2. 知识渊博的学者

萨班善闻明察，精通声明要籍《声明集分论》和《旃陀波罗经》等；精通因明学著作《集量论》和《集量七注》。在工巧明方面，他精通绘画、像形之法和量度，察地等八观察、历算等。还亲自为喇嘛杰尊扎巴坚赞所修南丹乌孜宁玛殿制

^① 第五世达赖喇嘛：《西藏王臣记》第88—89页，郭和卿译本，民族出版社1983年版。

^② 阿旺贡噶索南：《萨迦世系史》第91—94页，陈庆英等汉译本，西藏人民出版社1989年版。

作了文殊菩萨塑像之骨柱和造型。在医方明方面，他遍知多种医疗术，熟悉日常用药和定时用药的仪轨、病之法相、相面、盘诘学等。据说还为蒙古王子阔端治好重病，获得敬信。在内明方面，他学习过伽陀三藏《般若波罗蜜多略术》、密宗般若波罗蜜多经中增上慧学要籍《论藏》、戒学《律藏》、定学《经藏》等；学习密宗金刚乘中的事续（部）、行续、瑜伽续和无上瑜伽续等本部释部。此外，还学习印度诸瑜伽自在大成就者之教诫，西藏噶当派、希解派、大圆满、大手印等闭关修习之全部口诀，并融会贯通^①。因而，是博通五明的班智达。

萨班的著述很多，涉及内容也广，其中《萨迦格言》、《集量七注之精要注疏》等，相当有名。

萨班还首先依据藏文创制了有42个字母的蒙古文字。后来，精通畏兀儿、蒙、藏文的畏兀儿人国师捌思吉斡节儿，鉴于八思巴所创方块字（即八思巴字）不能将佛经译为蒙古语，遂以萨班所创字母为基础，改正蒙古畏兀儿字的正字法^②。于此可见萨班在文字学上的贡献，它自然影响到八思巴字的创制。

二、帝师八思巴

八思巴（1235—1280年）的父亲是萨班之弟索南坚赞，他娶有5个妻子。长妻玛久贡吉，生八思巴、恰那朵儿只兄弟

^① 阿旺贡噶索南：《萨迦世系史》第61—63页。

^② 固始噶居巴·洛桑泽培：《蒙古佛教史》第53—54页，陈庆英等汉译本，天津古籍出版社1990年版。

副之。”遂升号八思巴为大元帝师^①。由于它是用来译写一切文字的，无法替代“各国文字”，因此生命力有限。但保存有大量元代的诏书敕令文献，颇具史料和研究价值。

3. 大元帝师

八思巴受封为帝师之后，地位十分崇高。史称，由总制院改设的中央机构——宣政院，“其为（院）使位居第二者，必以僧为之，出帝师辟举，而总其政于内外者，帅臣以下，亦必僧俗并用，而军民通摄。于是，帝师之命与诏敕并行于西土。百年之间，朝廷所以敬礼而尊信之者，无所不用其至”^②。自八思巴之后，萨迦派历代法主皆充任帝师，由此形成一种帝师制度。

八思巴作为宗教领袖，经常主持或参与重大佛事活动，如给皇帝及皇室成员讲经，授灌顶，为国家、皇室祈福驱灾等。在伯颜率蒙古大军灭南宋时，由尼泊尔工匠阿尼哥在涿州（河北涿县）建一佛殿，内塑护法神摩哈噶刺（大黑天）像，面朝江南，八思巴亲自为之开光，由胆巴在此修法，祈祷元军胜利^③。1277年，八思巴在乌思藏曲弥仁摩地方，举行了有7万僧人参加的声势浩大的法会，这次法会由皇太子真金担任施主，有数十万人参加，会期达14天之久。

1280年，八思巴去世后，元世祖追赐其“皇天之下、一人之上、宣文辅治、大圣至德、普觉真智、佑国如意大宝法王，西天佛子，大元帝师”谥号。元仁宗时（1318年），建帝师八思巴殿于大兴教寺。元英宗至治年间（1321—1323年），

① 《元史》卷202 释老传。

② 《元史》卷202 释老传。

③ 《汉藏史集》（藏文本）第281—282页，汉译本第173页。

亿送迎。比至京师，则敕大府假法驾半仗，以为前导，诏省、台、院官以及百司庶府，并服银鼠质孙（服饰）。用每岁二月八日迎佛，威仪往迓，且命礼部尚书、郎中专督迎接”^①。其弟子之号司空、司徒、国公，佩金玉印章者，前后相望。

西藏高僧的奇特秘法，也赢得了元室的优宠。史记，元世祖中统年间（1260—1264年），怀孟大旱，世祖命胆巴祷之，立即下起大雨。他又曾念咒抛食给龙湫，瞬息间奇花异果上尊涌出波面，取以上进，世祖大悦。至元（1271—1294年）末，胆巴被贬居潮州，当时的枢密副使月的迷失镇守潮州，其妻患了一种怪病，胆巴以所持数念珠加其身，即愈。还为月的迷失言异梦及自己还朝日期，均很灵验。及元朝灭南宋和窝阔台后王海都扰乱西藏时，均由胆巴祈祷摩河葛刺神，助元军神威，以消灭敌方^②。

帝师和国师每做法事，均要耗费大量钱财物品，同时还获得皇帝赏赐的成千上万的金、银、钞币和上万匹的锦绮杂彩。而且，还以做法事为名大量释囚，甚至出现“毆西番僧者截其手，詈之者断其舌”的法律^③。至于他们向皇帝和皇室成员说法授戒，程度不同地影响了蒙古上层的精神生活，也影响到元朝的宗教和文化政策。加之，来内地做佛事、讨官封、送贡物、邀赏赐、观光学习，甚至经商牟利的藏族僧俗人员，不计其数^④。他们的活动，在一定的意义上，为后来藏传佛教在蒙古地区广泛传播奠定了基础。

① 《元史》卷202 释老传。

② 《元史》卷202 释老传。

③ 《元史》卷202 释老传；《元史》卷23 武宗纪。

④ 陈得芝：《元代内地藏僧事迹》，《中华国学》创刊号，香港。

二、蒙古文化传入青藏

西藏地方纳入中央政府治下，为中原汉文化的传入，提供了广泛的基础，同时也使蒙古文化得以传入青藏地区。元朝在吐蕃地方括户、置驿、征兵、征税，建立行政体制，实施有效统治^①。原先大蒙古国的千户、万户制等，即随之推行于吐蕃地区。

元朝在西藏地区括户，统计户籍的办法是：有六根柱子面积的房子，有能下 12 蒙古克种子的土地，有夫妻、子女、仆入共计 6 人，牲畜有乘畜、耕畜和乳畜等 3 种，山羊、绵羊等，共计 24 头（只），这样一户人家称为一个蒙古户，50 个蒙古户称为一个达果（马头），两个达果称为一个百户，10 个百户为一个千户，10 个千户为一个万户^②，是蒙古制度传入西藏的例证。元代时，一种用铜杂金银等合金制的铍传入西藏被称为“hor-sbub”（霍尔铍，或蒙古铍）；元朝从内地传入西藏的一种彩缎也被称为“hor-gos”（蒙古缎），甚至连汉地历法“夏小正”传入西藏，也被称为“hor-zla”（蒙古历）。

1280 年，乌思藏地方本钦（大官）公哥藏卜为乱，元世祖命时任总制院使的桑哥率蒙古大军 7 万人入藏平叛。乱平后，桑哥改革驿传供应与管理制度，并在乌思藏（西藏）地方留下蒙古军，这些入直接带去蒙古的传统文化与习俗。他们也是最早定居青藏地区的蒙古人。至今藏语中还称藏北牧民为“hor-pa”、藏北妇女为“hor-mo”，字面意思是“蒙古

① 张云：《元代吐蕃地方行政体制研究》，中国社会科学出版社 1997 年版。

② 《汉藏史集》（藏文本）第 270—271 页，汉译本第 165 页。

人”、“蒙古妇女”。

在萨班与阔端会晤后，阔端即让八思巴的弟弟恰那朵儿只着蒙古服、学蒙古语，后来还把女儿嫁给恰那，让他做了蒙古皇室的驸马，封之为“白兰王”，后世仍嫁女给款氏子弟。与此同时，在西藏地区也掀起学习蒙古语、使用蒙古文献的热潮。许多汉文史书和蒙古文文献传入西藏，并被用作史料，如《汉藏史集》即使用了蒙古文《大元通制》和《蒙古秘史》中的资料^①。而且在史书中，开始专列“大蒙古王统综述”等专章，并形成制度。

在藏语中开始出现蒙古语词汇，如 chol-kha（却喀，汉文“路”、“道”）、dar-kha-che（达鲁花赤）等等^②。八思巴仿照蒙古怯薛制度所建立的索、森、却本，可宾、仲译、司库，司厨、引见、营帐，管鞍马、马匹、牛、狗等 13 官，也被后世继承，产生一定的影响。

第六节 法 宝 勘 同

一、缘 起

1285 年春天，元世祖忽必烈“见西僧经教与汉僧经教音韵不同，疑其有异，命两土名德对辩”^③。以解疑释惑。于是，“大集帝师、总统，名行师德，命三藏义学沙门庆吉祥，以蕃

^① 《汉藏史集》（藏文本）第 253—296 页，汉译本第 153—278 页。

^② 罗列赫：《藏语中的蒙古语借词》，《蒙古学研究》1，乌兰巴托 1962 年；张云：《元代吐蕃地方行政体制研究》附表“藏语中的蒙古语借词”，中国社会科学出版社 1997 年版。

^③ 《佛祖历代通载》卷 22 引《弘教集》，大正藏。

(藏文)汉本参对,楷定大藏圣教,名之曰《至元法宝勘同总录》”^①。这项工作从至元二十二年(1285年)春开始,到至元二十四年(1287年)夏结束,历时3年。对勘地点在大都(北京)大兴教寺,参加的人员有29人,包括汉人、吐蕃人、畏兀儿人和天竺人,主要是高僧大德,也有通经博学的政府官员,由顺德府开元寺佛日光教大师讲论沙门庆吉祥担任总集,平滦路水岩寺传法辅教大师讲论沙门恩吉祥担任同编修,大宝集寺传法潮音妙辩大师讲经沙门海吉祥任执笔,其他人分别担任校勘、译语、证义等。“译语”又包括“译西蕃语”(藏语)、“译西天语”(梵语)和“译畏兀语”(维吾尔语)。

经过高僧大德们的辛勤努力,终于证明汉藏两种佛经“文词少异,而义理攸同”。最后形成《至元法宝勘同总录》一书。1289年,由杭州灵隐寺住持净伏作序的该书,经江淮释教都总统永福大师付梓刊行。1306年,前松江府僧录广福大师管主八将此刊入大藏经,前有江西吉州路前官讲报恩寺讲经论释克己的序文^②。乾隆中叶,蒙古族学者工布查布摘译之,附其《汉区佛教源流记》一书,遂传布于藏区^③。

二、勘同盛举

元世祖谕令释教总统合台萨里,召吐蕃班智达、帝师八思巴高足叶肇国师、淇阳宜思,天竺班智达尾麻啰室利,汉地义学亢理二讲主庆吉祥,及畏兀儿斋牙答思、翰林承旨弹

① 《至元法宝勘同总录》序:净伏序、克己序。

② 《至元法宝勘同总录》序:净伏序、克己序。

③ 苏晋仁:《藏汉文化交流的历史丰碑——纪念元代初期藏汉文化合作700周年》,《藏族史论文集》,四川民族出版社1988年版。

压孙、安藏等，集于大都。1285—1287年，历3年而完成壮举。在录勘对经文共1440部，5586卷。接着，又诏讲师科题总目，号列群函，标次藏乘，互明时代，文咏五录，译综多家。

在藏汉勘对方面，专家们做了许多方面的工作。本次对勘，以汉文翻译的佛经为主，有汉文无藏文译本者，下注蕃本阙；汉藏皆有译本者，则注明蕃本同，并注明梵文名称；注明经典品数多少，藏汉译本内容差异，分类不同，指明其为摘译，藏文本来自汉译者，以及可疑之处等等^①。

《至元法宝勘同总录》总括从后汉明帝永元十年（公元67年）至元世祖至元二十二年（1285年）1219年间，22个朝代，主持翻译经典者194人，所译经律论1440部，5586卷。分别依据《开元释教录》、《大唐贞元续开元释教录》、宋《大中祥符法宝录》、《景祐法宝录》和《弘法入藏录》加以记录。

经过勘对的佛典，按契经藏（经）、调伏藏（律）、对法藏（论）分类，每类之中又分菩萨（大乘）、声闻（小乘）二部分。在菩萨契经藏中，又分显教大乘经和密教大乘经二科。显教又分般若部、宝积部、大集部、华严部、涅槃部、诸大乘经六部。密教又分秘密陀罗尼及仪轨二部。菩萨对法藏又分大乘释经论和大乘集义论二科。为后世所效法^②。

① 苏晋仁：《藏汉文化交流的历史丰碑——纪念元代初期藏汉文化合作700周年》，《藏族史论文集》，四川民族出版社1988年版。

② 庆吉祥等集：《至元法宝勘同总录》卷第1；苏晋仁：《藏汉文化交流的历史丰碑》。

即广泛吸收了印度 11 世纪密教的影响，男女双修是其重要内容。

密宗义理被概括为“六大为体”、“三密为用”、“四曼为相”、“五佛五智”及“因、根、究竟”等^①。

藏密认为地、水、火、风、空、识“六大”为大日如来法身，是世界万物之本体。身、语、意“三密”感应，即手结印契（一定的手势与坐姿）、口诵本尊真言，心观想本尊，达到“即身成佛”。“四曼为相”即四种曼陀罗（坛场，含圆轮、发生、聚集之意）：大曼陀罗（绘画曼陀罗），指佛、菩萨绘画，用五彩表地、水、火、风、空“五大”；三昧曼陀罗，象征佛、菩萨的器杖、印契等；法曼陀罗（种子曼陀罗），表诸尊；羯磨曼陀罗，以铸、塑表诸尊集会像。“五佛五智”是具有五禅那佛（大日、阿耨、宝生、弥陀、不空成就）的五种智慧（法界体性智、大圆满智、平等性智、妙观察智、成就所智），有此，即使食肉、饮酒、做男女事一样能成正觉。“因、根、究竟”是《大日经》住心品中的三句法门：“菩提心为因，大悲为根本，方便为究竟。”

藏传密宗的典籍各派均有侧重，但《大毗卢遮那成佛神变加持经》（《大日经》）、《金刚顶经》、《时轮金刚根本续》为其共有经典和依据。神灵主要有大日如来、金刚持、大威德畏怖金刚、胜乐金刚、密集金刚、时轮金刚、欢喜金刚、马头金刚（马头明王）、大黑天（摩诃葛刺）、吉祥天母、金刚亥母（多吉帕姆）和墓葬主等。

^① 李冀诚：《佛教密宗仪礼窥密》第 89—92 页，大连出版社 1991 年版。

二、困境中的密宗仪轨

藏传密宗中的许多仪轨在前弘期已遭到本教徒的诟病，赤松德赞的正妃蔡邦氏即责难密宗说：“所谓嘎巴拉(kapala)，就是人的头盖骨；所谓巴苏大(bzsuta)，就是掏出来的人的内脏；所谓冈林(rkang-gling)，就是用人胫骨做的号；所谓兴且央希(zhing-che-g·yang-gahi)，就是铺开来的·一张人皮；所谓罗克多(rakta)，就是在供物上洒人的鲜血；所谓曼陀罗(dkyil-vkhor)，就是一团像虹一样的彩色；所谓金刚舞士(gar-pa)，就是带有人骨头做的花鬘的人；……这不是什么教法，这是从印度进入西藏的罪恶。”^① 这让信奉和支持佛法的赞普也无言以对，只好将南喀宁波等奉法大臣流放到各地。

元朝初年，随着蒙元统治者抬高西藏佛教，重用萨迦派高僧，藏传密宗也随之传人大都地区。宋元之际人郑思肖(1241—1318年)记元朝“供佛则宰杀牛马，刺血涂佛唇，为佛欢喜。斋僧，则僧妇、僧子俱来，皆僧形僧服；人家招僧诵经，必盛设酒肉，恣饕餮归，为有功德。幽州建镇国寺，附穹庐侧，有佛母殿，黄金铸佛，裸形中立，目瞋邪僻，侧塑妖女，裸形斜目，指示金佛之形，旁别塑佛与妖女裸合，种种淫状，环列梁壁间。两廊塑妖僧，或啖活小儿，或啖活大蛇，种种邪怪。后又塑一僧，青面裸形，右手擎一裸血小儿，赤双足，踏一裸形妇人，颈环小儿骷髅数枚，名曰‘摩睺罗

^① 郎金林巴掘藏：《莲花遗教》(藏文本)第460—461页，四川民族出版社1987年版；王森：《西藏佛教发展史略》第13页。

佛’。传此教妖僧，时杀人祭而食，手持人指骨节数珠”^①。据说，这便是元朝的帝师。这里有不了解藏传密宗义理、仪轨的问题，却也十分难得地保留了元朝宫廷密教活动的资料。

与此相伴，一些残忍的血祭仪轨也传入宫中。每年四月佛诞日，“佛母殿四角置四大银瓮，贮杀童男童女血，殿角塑立裸佛，仗剑俯视瓮中血，妖僧裸形作法祷佛，取血涂佛唇为祭，与虜主以次分银瓮血饮。先办壮白将诞孕妇，裸形中坐，妖僧作法咒水，自见水底五色毫光，仍咒眩孕妇魂魄，问其‘见奇特事否？’一闻曰‘见’，众执缚孕妇两手，妖僧执两金篦刺入两乳傍，虜主以次金银管插入孕妇乳傍，刺孔吸饮生血，见孕妇大号叫，为佛欢喜。叫渐小，血干命断，身更雪白，剖腹分膋肉食。留头剝为钵盂，漆而金镶，持为饮食器。至取孕妇心中一点心，涂佛唇为祭。腹中婴儿亦分膋食，以次分取母子骸骨至尽，各和乳香，纳大香炉中，煨尽成灰，争耿灰，藏篋笥归。妖僧持所咒妖水，令鞑主诸酋拭目，尽见孕妇母子乘彩云而去。四月八日夜，留妖僧宿于穹庐，虜主妇焚香跪礼妖僧，始与同寝。众妖僧与鞑主群雌（妻妾）亦然。至抚摩吮啣金佛男形（根），无所不至，谓之‘度佛种’”^②。这种仪轨，不管有多么神圣的宗教目的，但已严重地伤及人们的理智与感情，从而影响到佛教在人们心目中的形象，并为“外道”提供了批评和责难的口实。

^① 郑思肖：《郑思肖集》第183页，陈福康点校，上海古籍出版社1991年版。

^② 郑思肖：《郑思肖集》第183—184页。

三、走上末路的滥用“双修”

无上瑜伽部的男女双修法，在噶当派及其他教派的高僧大德那里，均被限制在一定的范围之内，且不随意外传。但是，社会上滥用此法者却也大有人在，以致产生极其不良的社会影响。元朝宫廷中的淫秽丑闻，更是这方面的典型例证，它直接败坏了吏治与朝纲，加速了元室腐朽与灭亡的进程。

《元史》记载，宣政院使“哈麻尝阴进西天僧，以运气术媚帝（顺治帝——引者），帝习为之，号演揲儿法。演揲儿，华言大喜乐也。哈麻之妹婿、集贤学士秃鲁帖木儿，故有宠于帝，与老的沙、八郎、答刺马吉的、波迪哇儿玛等十人，俱号倚纳。秃鲁帖木儿……亦荐西蕃僧伽璘真于帝。其僧善秘密法，谓帝曰：‘陛下虽尊居万乘，富有四海，不过保有见（现）世而已。人生能几何？当受此秘密大喜乐禅定。’帝又习之，其法亦名双修法。曰演揲儿，曰秘密，皆房中术也。帝乃诏以西天僧为司徒，西蕃僧为大元国师。其徒皆取良家女，或四人、或三人奉之，谓之供养。于是，帝日从事于其法，广取女妇，惟淫戏是乐。又选采女为十六天魔舞。八郎者，帝诸弟，与其所谓倚纳者，皆在帝前，相与褻狎，甚至男女裸处，号所处室曰皆即兀该，华言事事无碍也。君臣宣淫，而群僧出入禁中，无所禁止，凡声秽行，著闻于外，虽市井之人，亦恶闻之”^①。

上行下效，公卿依靠此法求升高官，使吏治败坏，民间

^① 《元史》卷205 奸臣·哈麻传；权衡：《庚申外史》，见任崇岳笺证本第70—71页，中州古籍出版社1991年版。

也效仿行之，使世风日逐下流。“倚纳辈用高丽姬为耳目，刺探公卿贵人之命妇。市井臣庶之丽妃，择其善悦男事者，媒入宫中，数日乃出。庶人之家，喜得金帛，贵人之家，私窃喜曰：‘夫君隶选，可以无室滞矣’”^①。

明朝建立后，朱元璋十分注意元末宫廷丑闻对元朝灭亡的影响，他在洪武二年（1369年）夏五月己未下令“严宫闱之政”^②，以元末之君不能严宫闱之政，至宫嫔女谒私通外臣，而纳其贿赂，或施金帛于僧道，或番僧入宫中摄持受戒，而大臣命妇，亦往来禁掖，淫渎邪乱，礼法荡然，以至于亡”^③。这种认识，也许直接影响了明太祖一改元朝重用萨迦一派的政策，而采取“多封众建”的策略。当然，藏传密宗的偏离正道，也影响到其自身的发展乃至存亡，并非细节小事。

① 权衡：《庚申外史》第71页，任崇岳笺证本。

② 谷应泰：《明史纪事本末》卷14开国规模。

③ 余继登：《典故纪闻》卷2，中华书局1981年版。

第五章 席卷高原的黄教雄风

第一节 宗喀巴大师如是说

一、身世与学历

宗喀巴(tsong-kha-pa, 1357—1419年), 本名罗桑扎巴, 今青海湟中县塔尔寺地方人。此地古称宗喀, 故名宗喀巴。父为元朝达鲁花赤。7岁时出家, 随噶当派僧学习显密教法。16岁前往西藏深造, 开始他人生新历程。

宗喀巴的学经活动, 先以显教为主, 次求密教大义, 循序渐进。在显教的学习中, 又先学一切经教, 最后集中学习中观量论, 可以说, 博学多闻, 通证显密, 尤精中观大法。

他先在极乐寺大学院随聂塘巴扎西生格等学习现观庄严论, 又从绛仁巴大师学习弥勒其余诸论。仅现观庄严论即有无著造之决定真性释, 世亲所造之二万颂本释, 圣解脱军所造之二万颂八品二万光明释, 大德解脱军所造之多品释二万疏释, 狮子贤所造之明义释、八千颂大疏、八品略义、新会

释，佛智足所造之云会释疏，寂静论师所造之二万具净、八千颂最胜精要释，无垢友所造波若心经广解，世亲菩萨及莲花戒论师所造之能断金刚经释，狮子贤论师随学者法知识等所造之注疏解讲，世亲所造之大乘经庄严论释，无性尊者所造之彼释疏解，闍宾慧吉祥所造略义、安慧大疏及其注释，无著所造之宝性论释及世亲所造之辨法性论及辨中边论释，安慧所造之辨中边注释等。两年间，即已精通慈氏五论^①。

在律学与对法方面，宗喀巴随萨迦派喇嘛仁达瓦学对法，随觉莫隆堪布四论师学律藏；又随仁达瓦等学习量论、中观诸论，继之又在拉塘堪布庆喜幢及极乐寺文殊宝处深造。

当时藏中一般学人，多以显密相违，如同水火。乐显乘者不重密法，喜密法者不齿显教。宗喀巴则摒弃偏见，奔走各地，遍访名师学习各派密法，包括萨迦派的“道果法”，噶举派的“大印”、“那绕六法”等，甚至也随布顿弟子学习过时人不屑一学的密法下三部（行部、事部和瑜伽部）^②。他博采众家之长以为己用，坚持先显后密，以显教教义结合密法修炼为原则，逐渐形成自己的理论体系与修行次第。

二、说法与立宗

宗喀巴大师在长期的学习中，打下坚实的经学基础；博采众家之长，使他站在一个很高的位置，而摒弃了门户之见；讲经辩经，培养了他分析问题、解决问题的能力，同时也训练了他的逻辑与思辩能力；显密兼修，先显后密，让他领悟到成佛

① 善慧法日：《宗教流派镜史》第120—121页，刘立千译本。

② 善慧法日：《宗教流派镜史》第122—131页；王森：《西藏佛教发展史略》第263页。

修习之路的神圣与漫长,从而与沽名钓誉者,以及欺世盗名者划清了界限,成为一代宗师,维护了佛教教义的神圣性,佛教僧侣队伍的纯洁性,并重新塑造佛门弟子的社会形象。

他7岁出家,29岁在雅隆南杰拉康从楚称仁钦受比丘戒。在长期的学经辩经过程中成熟起来,在1393—1399年这一段时间里,形成了自己的思想体系^①。噶当派的学说是他的理论体系的重要依据。

克主杰·格雷贝桑在所著《宗喀巴传》中,批评当时各派僧人,公开娶妻生子,酗酒,耽食,与人打架斗殴,贪婪成性,淫荡自恣。事实上,他的语气还算客气温和得多。自元代以来,西藏一部分修密法喇嘛,骄纵成性,无恶不作。他们借口修密法需要女人,便强取民间处女;借口法事需要,便挖取活人心肝作为供品;诸如此类,不胜枚举。元宫演揲儿法,竟要剥人身全皮做佛像座垫,简直骇人听闻^②!《元史·释老传》记,西僧滥用驿传金字圆符,“传舍至不能容,则假馆民舍,因迫逐男子,奸污妇女”。甚至有一名叫龚柯的僧人等,“与诸王合儿八剌妃忽秃赤的斤争道,拉妃堕车殴之,且有犯上(皇帝)等语……”^③针对这种状况,宗喀巴首先从戒律入手,扭转僧界混乱局面。约在1388年,宗喀巴改戴象征戒律的黄帽,主张并要求弟子严格恪守戒律。故他所创格鲁派(善规派)又称“黄帽派”。

与此同时,宗喀巴到处讲经,并授徒传法,扩大黄教的社会影响;修复旧寺,创建新寺;1399年举行祈愿法会,弘扬正法。

① 王森:《西藏佛教发展史略》第264页,即《宗喀巴传论》一文。

② 王森:《西藏佛教发展史略》第277页。

③ 《元史》卷202释老传。

1400年至1409年,是宗喀巴宗教活动的一个重要阶段,他在广泛传播格鲁教法的同时,做了两项意义重大的工作:一是撰写《菩提道次第广论》和《密宗道次第广论》两部名著,一是举行规模宏大的1409年大祈愿法会。

1401—1402年,宗喀巴写成《菩提道次第广论》,随后还撰有《菩萨戒品释》、《侍师五十颂释》、《密宗十四根本戒释》等书。并在各寺讲解其所著诸书。前者讲显教修行次第,即三士道修习的途径及其主要阶段,各自所习内容等。后三书则专论如何遵守戒律,从而保证修习的正常进行。

1405—1406年,宗喀巴完成《密宗道次第广论》的撰著工作,随后也广为讲授。此书与《菩提道次第广论》分别代表了宗喀巴的密教与显教的基本主张,共同组成他的思想体系。

1409年,在帕竹第悉、明封灌顶国师、阐化王扎巴坚赞的支持下,宗喀巴主持了有万余僧人和数万观众参加的大祈愿法会(默朗钦莫, smon-lam chen-mo),确立了他在当时佛教界的领袖地位,并扩大了他所持有的主张。会后,宗喀巴由仁钦贝父子作施主,在拉萨东50里旺古尔山创建甘丹寺,格鲁派以此为主寺形成了^①。嗣后,格鲁派便在激烈竞争中走向顶峰。

第二节 黄教的追求

一、迅猛发展的势头

宗喀巴所创立的格鲁派,由于强调戒律,纠正当时佛教界的不良风尚,坚持先显后密,重视经典的学习,重视有戒

^① 王森:《西藏佛教发展史略》第269页。

律、按次第的修行，更加符合佛教宗义，同时也赢得了封建统治者的大力支持和广大普通百姓的拥戴，在很短的时间内，迅速发展起来，成为一个领导时代潮流的教派，转而影响宁玛、噶举和萨迦等各个教派。

在宗喀巴建立甘丹寺7年后，他的一个弟子扎希贝丹（即绛央却结，1379—1449年）于1416年在拉萨西郊创建哲蚌寺（vbras-spungs）。9年后，他的另一位弟子释迦也失（大慈法王，1352—1435年）于1418年用他从内地带回的财币等在拉萨北郊建色拉寺（se-ra）。二寺之建，均得到阐化王扎巴坚赞的支持。这样，就出现极负盛名的拉萨黄教三大寺（甘丹、哲蚌和色拉寺）。成为黄教培养人才，讲经传法的重要基地。甘丹寺住持（赤巴）即是宗喀巴本人。他去世后，由弟子达玛仁钦（贾曹杰，1364—1432年）继任，此后历世不断，均是黄教中最有学问的高僧^①。

但是，在三大寺中，扎希贝丹所建哲蚌寺，由于得到帕竹政治势力的有力支持，迅速发展起来，逐渐超过了甘丹、色拉两寺，事实上掌握了格鲁派的领导权。

1447年，宗喀巴的另一位弟子根敦珠（1391—1474年）在后藏日喀则附近创建扎什伦布寺，并自任寺主。这样便有了“黄教四大寺”之说。

宗喀巴的亲炙弟子，均是一些“安住三种律仪，勤修三士道及二次第瑜伽，大击三藏四续法鼓之贤哲”。包括互听法要四师（中观师精进狮子、大堪布虚空幢、仁达瓦尊者和扎葛大堪布法救贤），未舍世务前期四子，后期八清净眷属，二

^① 善慧法日：《宗教流派镜史》第154—162页；王森：《西藏佛教发展史略》第68—69页。

大上首弟子（达玛仁钦、扎巴坚赞），内一心子（克珠杰），事业等虚空之四大子，藏卫十教炬，妙成利他六菩萨，人王顶严二国师（释迦也失、降达玛），广大博闻二侄，住持修德大小二顶髻，观察殊胜二善巧，边远护持圣教六壮者，通解二语两译师，护士六法王，博通经论八持教，多绒四善巧，修成空行二法裔，二奇士，八京俄，庄严法座四上师，摄护会众四堪布，民寺五显贵等等^①。

格鲁派有自己的出色宗师宗喀巴，有自己敬信的《菩提道次第广论》和《密宗道次第广论》两部经典，有规模宏大的四大寺院，有遍及各地的弘法弟子，呈现出一派欣欣向荣的景象。

二、戒律与修习次第

宗喀巴是一位十分博学的宗教改革家，他有自己的理论体系和哲学上的独特追求，但对黄教乃至社会现实来说，最有影响，或作为该派标帜的，却是十分鲜明而简单的修行次第和戒律。黄教称“格鲁”（dge-lugs，善规），它所反映的也正是戒律。可以说，“戒律”是黄教存在与发展的生命，而它的核心则是修习次第和三士道的理论。

“下士道”指脱离三恶趣，生天人善趣的法门；“中士道”指解脱三有轮回，断烦恼，证涅槃的法门；“上士道”指发菩提心，修菩萨行，证大菩提果的法门。下士道有四大阶段：即思维人生无常；思维三恶趣皆苦；皈依三宝（佛、法、僧）；深信业果。中士道也有四大阶段：思维苦谛（三有生死过患）；思维集谛（烦恼及业流传次第）；思维十二有支（流

^① 善慧法日：《宗教流派镜史》第149—153页。

《明史》卷 331 乌斯藏大宝法王传，记录了当时乌斯藏（今西藏）格鲁派与其他派并存的情况，文谓：“其地多僧，无城廓。群居大土台上，不食肉娶妻……佛书甚多，楞伽经至万卷”。“其土台外，僧有食肉娶妻者”。戒律，事实上已成为格鲁派与其他教派之间的分水岭，也是他们能够号召佛教界的一面旗帜和根本原因。

第三节 活佛转世

一、活佛转世的依据与由来

在佛教中，有所谓“三佛”或“三种佛身”，即法身、报身和应身。《大乘义章》卷 19 说，“法者，所谓无始法性”。即人先天具有的如来藏、本觉，“显法成身，名为法身”。“报身”，是指以法身为因，经过修习而获得佛果之身，分为证知与享受佛境的报身和为适应十地菩萨需要而呈现出来的报身。“应身”指佛为度脱世间众生，随三界六道之不同状况和需要而化现之身，即“众生机感，义如呼唤，如来示化，事同响应，故名为应”。法身不显，报身时隐时现，而化身（即应身）则随机显现。活佛转世即由后者引申而来。

佛以化身方式来到人世，指导人们去恶扬善，敬信佛法，发菩提心，摆脱轮回，精进修持，以获得觉悟，最后成佛。青藏高原地区相对险恶的自然条件，更显示了“佛”的亲自关怀与直接指导的重要性。藏传佛教，尤其是密法，极端重视“上师”、崇拜喇嘛，把皈依上师与皈依佛、法、僧并列起来，形成所谓四皈依的状况，事实上已大大拉近了佛与喇嘛之间的距离，是活佛转世变成易于理解与接受的事物。因此，这

一制度产生不久，即得到各派的共同响应，迅速发展起来，成为藏传佛教的一大景观。

在藏传佛教中，最早采用活佛（朱古，sprul-sku）转世的，是噶玛噶举派，时间在元世祖忽必烈在位时期。该派高僧噶玛拔希（1204—1283年），神通广大，受蒙哥汗青睐，赐以黑帽（此后形成黑帽派），曾与八思巴斗法。晚年居西藏堆垅楚布寺，临终前对弟子邬坚巴说：“拉朵方面，必出一位继承黑帽系者，在他尚未到来之前，你应当代理一切。”说完，把金丝黑帽交给邬坚巴，圆寂。邬坚巴据其预示，在后藏贡塘地方找到了转世幼童让迥多吉，此即第一例灵童转世^①。嗣后，各教派相继采取这一制度。

二、转世活佛的预示与确定

1. 转世灵童的预示

由于活佛转世对某一个寺院或者教派来说，并非细事末节，它涉及到权力、地位及财产，也涉及到该寺该派的社会威望、兴衰与前途。因此，显得格外重要而神圣。但是，预示与转世的方法，却既非唯一，也非一成不变。

噶玛拔希是通过预言来确认他的转世的，这种方式即是寻访转世灵童的主要依据之一。预言，藏语称“lung-bstan”（音“龙单”，意为授记、卦辞）。或通过遗言、或通过说梦等预示转世方向或灵童真身。第六世达赖喇嘛，也是西藏著名诗人的仓洋（央）嘉措，有一首诗谓：“洁白的仙鹤，请把双

^① 蔡志纯、黄颢：《活佛转世》第17—18页，中国社会科学出版社1992年版。

翼借我，不到远处去飞，只到理塘就回。”这成为人们在四川理塘寻找其转世灵童的依据。

“吹忠”（垂仲，chos-skyong），意为护法。作为神灵的代言者。清代西藏有四大护法，即拉穆吹忠、乃穷护法、噶东护法和桑耶护法。他们受命为大活佛转世及西藏其他政教大事的决断，传达神的意志。

观察神湖的景象，也是了解活佛转世方向、地点等事的重要方法。此外，还有占卜法、夺舍附体法等。灵童的身体、相貌、思维等均是重要的依据。

2. 灵童真身的确定

依照预示所选择的灵童往往不止一人，这里就存在一个确定真身的问题。方法也是多种多样的，如抓阄法、降神指定法等。前者具有极大的偶然性，后者已具有人为因素。但是，还有人为因素更大的方法，这就是达赖喇嘛和班禅额尔德尼等大活佛指定转世真身。至于由世俗统治者或僧俗贵族共同确定灵童真身，已经与选择世俗官员没有什么差别了，从而也给活佛转世蒙上一层阴影。

在活佛转世问题上，例外的情况也时有发生，如甘肃南部的黄教名刹拉卜楞寺一世嘉木样俄昂宗哲（1648—1721年），在临终时即宣称：“自身即可，复不转世。”后经弟子们的艰苦努力才保持下来。而拉萨南部曲水色香寺的女活佛仁增曲尼旺姆，却是通过自己坚持修炼瑜伽大有成就而获得的。在活佛转世的世俗化之后，问题便暴露出来，如诸位护法神因所受支配力的不同，发生分歧，指出不同的灵童真身，灵童与大活佛或大贵族同为姻亲等事迭出不穷，造成极大的社会危害。

三、《喇嘛说》与金瓶掣签

1793年，乾隆皇帝在驱除入侵西藏的廓尔喀军之后，决定整顿西藏地方事务，颁布钦定29条章程。在此前一年（1792年），撰著“喇嘛说”一文，旨在整顿黄教，尤其是活佛转世制度。文谓：“中外黄教，总司以此二人（达赖、班禅——引者）。各部蒙古，一心归之。兴黄教即所以安众蒙古，所系非小，故不可不保护之，而非若元朝之曲庇谄敬番僧也。其呼土克图之相袭，乃以僧家无子，授之徒，与子何异？故必觅一聪慧有福相者，俾为呼必勒罕。幼而皆习之，长成乃称呼土克图。此亦无可如何中之权巧方便耳。其由来已久，不可殚述。孰意近世其风日下，所生之呼必勒罕，率出一族，斯则与世袭爵禄何异？予意以为大不然。盖佛本无生，岂能转世？但使今无转世之呼土克图，则数万番僧无所皈依，不得不如此耳。……兹予制一金瓶，送往西藏，于凡转世之呼必勒罕，众所举数人，各书其名置瓶中，掣签以定。虽不能尽去其弊，较之从前一人之授意者，或略公矣。”^①

乾隆皇帝在文中列述了大活佛与大贵族出自一家或姻亲相连的具体事例，如当时的达赖、班禅、哲布尊丹巴等皆无例外，内外蒙古王公，亦各有将子弟作为转世活佛者，用以巩固自己的政治经济利益。用金瓶掣签选择大活佛的转世灵童，消除了此前的诸多弊端，恢复了黄教的声誉，也便于中央政府加强管理。

^① 原碑现存北京雍和宫，碑文又见松筠：《卫藏通志》卷5“御制喇嘛说”等。

事了。

索南嘉措（1543—1588年），西藏拉萨西郊堆垅地方人，出身于贵族（玛氏）家庭，被哲蚌寺认定为二世达赖转世灵童，迎入寺中学经。7岁出家受沙弥戒，11岁任哲蚌寺第12任法台，37岁兼任色拉寺赤巴。当时，格鲁派所面临的局势相当严峻，支持格鲁派的帕木竹巴政权衰落了，而与噶玛噶举派关系密切的仁蚌巴势力迅速发展起来，在1481年控制拉萨地区，并自1498年起禁止拉萨三大寺的格鲁派僧人参加祈愿大法会，1518年虽然开禁，形势却依然不容乐观，止贡噶举夺取了格鲁派在其辖地的庄园与寺院^①。于是，格鲁派把摆脱困境，获得发展的希望寄托在寻求外力支持方面，面土默特蒙古在青海地区的活动引起他们的关注。

1577年11月，索南嘉措应土默特蒙古汗王俺达汗的邀请，启程前往青海。1578年5月两人相见于青海湖边新落成的仰华寺。随后，俺答汗赠给索南嘉措尊号曰：“圣识一切瓦齐尔达喇达赖喇嘛”。“识一切”表其显教成就；“瓦齐尔达喇”（梵语，执金刚）表其密教成就；“达赖”，蒙语意为大海；“喇嘛”，藏语意为上师。从此便有达赖喇嘛名号，一世达赖根敦珠、二世达赖根敦嘉措均为追封。自三世达赖后，历世不断，传至今世为十四世达赖喇嘛。

2. 五世与十三世达赖喇嘛

五世达赖罗桑嘉措（1617—1682年），前藏琼结地方人。3岁拜四世班禅为师，并接受沙弥戒。15岁受比丘戒。当时，噶玛巴和第悉藏巴汗政权迫害黄教的政策日益加剧。1641

^① [意] 杜齐：《西藏中世纪史》（原名《西藏画卷》）第70—78页，李有义、邓锐龄译本，中国社会科学院民族研究所印，1980年版。

年，五世达赖与四世班禅商议，派人密招驻牧于青海地方的和硕特蒙古汗王图鲁拜琥（即固始汗）率军入藏。图鲁拜琥率兵入藏，尽夺噶玛政权，西藏地方由和硕特蒙古统治，黄教得到大力支持与发展^①。五世达赖受命建立噶丹颇章政权，下设第巴总理政事。同时，命第巴修复布达拉宫，形成今日规模，把达赖居地由哲蚌寺迁至布达拉宫。规定达赖即哲蚌、色拉两寺的当然赤巴（池巴），寺主由达赖任命。他还规定，在传大召期间，拉萨市政管理权交由哲蚌寺铁棒喇嘛掌管等。

1651年，五世达赖朝清，次年到达北京。1653年，顺治皇帝派礼部尚书觉罗朗丘（球）、理藩院侍郎席达礼等赴达赖下榻的代噶（内蒙古境），送去满汉蒙藏四体金册金印，册其为“西天大善自在佛所领天下释教普通瓦赤喇怛喇达赖喇嘛”。同时，册封蒙古汗王图鲁拜琥为“遵行文义敏慧顾实汗”。让他“作朕屏辅，辑乃封圻”^②。五世达赖用朝廷所赐资财，在前后藏建立黄教十三林（寺院）。十分有意思的是，他本人对红教宁玛派教法情有独钟。

十三世达赖土登嘉措（1876—1933年），西藏拉萨东南达布地方人，出身农家。1877年，经光绪皇帝批准作为达赖喇嘛转世灵童；次年，削发、取法名；1879年坐床；1882年受沙弥戒；1895年受比丘戒，同年亲政^③。

十三世达赖喇嘛时期，时值多事之秋。清朝走向没落，英国先后两次武装侵藏，民族危机加剧；康藏多次发生武装冲

① 第五世达赖喇嘛：《西藏王臣记》第178页，郭和卿汉译本，民族出版社1983年版。

② 《清世祖实录》卷74。

③ 《第十三世达赖喇嘛年谱》，《西藏文史资料选辑》（十一），民族出版社1989年版。

突，中国内部纷争不已；达赖、班禅两大活佛转世系统失和，对立日趋严重；摄政第穆呼图克图被杀，藏军与寺院也发生冲突，西藏地方内部矛盾重重；班禅被迫流亡内地，达赖喇嘛两度出奔印度，形势瞬息万变；西姆拉会议的阴谋流毒不散，十三世达赖的“新政”（改革）举步维艰，政教合一的西藏地方旧体制和落后的农奴制度走到了它的尽头。1933年，正当清醒过来的十三世达赖试图改善与班禅系统的关系，加强与民国中央政府关系之时圆寂，给历史留下诸多遗憾。

五世与十三世达赖是两位有极强的政治渴望与活动能力的大活佛，也在政教两方面均有所希求有所作为，故而被后世誉为了不起的两位达赖，他们的灵塔因此而最为宏伟和庄严。

二、四世、五世班禅与班禅转世系统

罗桑曲结（1570—1662年），西藏日喀则西兰伦热布谿卡人。1583年即被拥立为安贡寺主。1591年在扎什伦布寺受比丘戒，后去拉萨甘丹寺学经。1598年返回安贡寺授徒传经。1601年任扎什伦布寺第16任赤巴。后在扎寺创建密宗阿巴札仓。1605年应四世达赖云丹嘉措之邀前往拉萨，为之传法。1625年为五世达赖剃发、取法名，并授沙弥戒。

四世班禅与五世达赖一同邀请和硕特蒙古汗王图鲁拜琥（固始汗、顾实汗）入藏消灭藏巴汗和噶玛巴政权。1645年，固始汗仿照俺答汗封赠索南嘉措“达赖喇嘛”尊号之先例，赠给罗桑曲结“班禅博克多”的尊号。“班”即班智达（大学者），“禅”即大，“博克多”系蒙语，意为睿智英武。固始汗还把后藏的数十个谿卡，全部献给扎什伦布寺，作为对僧众

种风俗从此一律废除；将死者财物献给上师和僧众，请喇嘛诵经，作回向祈愿。禁止杀牲祭祀。杀人者抵命，杀死马匹牲畜者剥夺其财产，对僧人动手侵犯者没其家。以前对卫果尔（萨满神）每月举行血祭，每年杀牲祭祀，现在将这些魔道神像一律烧毁，不烧者抄其家。每家造一尊六臂观音像（大黑天），用乳、酪、酥油供养。每月初八、十五、三十这三天守持斋戒。不再掠抢汉人、藏人”。随后，由汗王下令，有以三家王族成员为首的一百多人出家做了僧人^①。这三位王族成员分别出自蒙古鄂尔多斯部、土默特部和永谢布部，说明他们已与黄教建立起密切的关系。其中也产生了东科尔活佛转世系统。

二、蒙古出身的四世达赖

俺答汗与三世达赖喇嘛会晤后，回到土默特部，病情加重。当时，蒙古勒津、土默诸诺延（贵族）、众官员，认为佛教既不能保护汗王之身，又如何能护佑后世他人？遂欲弃绝黄教。经满珠锡哩呼图克图劝说，才使汗王坚定起来，遗言再邀三世达赖北来土默特部^②。

索南嘉措与俺答汗会见后，经里塘、巴塘辗转至昌都，接到再次邀请后，北上参加了俺答汗的葬礼，时在1587年。继之，受察哈尔部图们汗之邀前往传法，1588年卒于途中。时值俺答汗之孙苏密尔岱青之妻达喇夫人怀孕，次年生有一子，

① 智观巴·贡却丹巴绕吉：《安多政教史》第28—29页，甘肃民族出版社1982年；萨囊彻辰：《蒙古源流》第387页，道润梯步译本，内蒙古人民出版社1980年。

② 萨囊彻辰：《蒙古源流》第397—398页，道润梯步译本。

被三世达赖的管家班觉嘉措和贡桑孜巴等人认定为索南嘉措的转世灵童，接着得到内蒙古王公、后妃和洪台吉等的支持。

西藏黄教三大寺面对这位蒙古出身的达赖，采取了一种审慎的态度。先在1592年派团查访，后在1602年正式派团承认，并迎请入藏。1603年在藏北热振寺举行坐床典礼，然后到哲蚌寺学经。1616年暴亡。有资料说，他是被迫害黄教势力的藏巴汗害死的^①。

四世达赖出自蒙古汗王家庭，体现了黄教势力与蒙古世俗贵族相互联合的愿望，前者需要后者的支持，稳定本派在西藏的地位与发展势头，并进而把黄教传播到广大的蒙古人居住地区。后者则希望得到前者的帮助，在精神上稳固蒙古部众，并扩大其统治范围。在这种政治需要的背后，则是更为广泛的蒙藏两族文化上的交流。尤其是藏族宗教文化对蒙古文化的巨大的影响。

三、和硕特部人主西藏

固始汗应邀率兵入藏后，很快击败支持藏巴汗和噶玛噶举派的军队，摧毁噶玛噶举派寺院，并把藏巴汗用牛皮缝裹，扔进雅鲁藏布江支流拉萨河中。在攻克噶玛巴政权首府日喀则后，迎五世达赖于此，并将八思巴诵咒的手铃、用绿宝石标出卫藏十三万户位置的地图，连同攻破日喀则所获大量财宝，一并奉赠给五世达赖。还让仁蚌家族的阿旺久扎出面，将卫藏十三万户献给五世达赖。拆毁藏巴汗在扎什伦布寺附近修建的扎什日伦寺，将其全部木料运至拉萨，更替拉萨大昭

^① 牙含章编著：《达赖喇嘛传》第25—26页，人民出版社1984年版。

迦幢”的尊号，被人尊称为“温都尔格根”（至上光明者）或“博克多格根”（圣光明者），并拥有寺院属民。

1649年，他入藏学法。次年至扎什伦布寺晋谒四世班禅，并从班禅受沙弥戒。随后拜望五世达赖喇嘛。他对格鲁派的忠诚与景仰，以及他的佛学造诣，受到五世达赖的称赞，遂认他为哲布尊多罗那它（原名贡噶宁波，1575—1634年）的转世，授以“哲布尊丹巴”（rje-btsun-dam-pa，意为尊者正士）名号。1651年，哲布尊丹巴奉四世班禅和五世达赖法旨，随带传法喇嘛和工匠50余人返回喀尔喀，仿哲蚌寺建立寺院，并设7个学院，学习格鲁派教法。1655年，哲布尊丹巴第二次入藏晋谒班禅、达赖，达赖授以秘法。次年，奉命返回喀尔喀。1659年，哲布尊丹巴巡锡于乌勒吉图察罕诺尔（白池），喀尔喀各部王公、僧俗信众听其传法，史称“白池讲经”^①。

哲布尊丹巴以自己的学识、宗教威望和活动能力，扩大了黄教在喀尔喀部中的影响，也为自己赢得了更多的信众和支持者。他曾调解过喀尔喀蒙古左右两翼之间的矛盾。1688年，喀尔喀蒙古讨论归属，哲布尊丹巴宣称：“我辈受天朝慈恩最重，若因避兵投入俄罗斯，而俄罗斯素不奉佛，俗尚不同，视我辈异言异服，殊非久安之计。莫若携全部内徙，诚投大皇帝，可邀万年之福。”众欣然罗拜，土谢图汗遂请胡土克图率众内附^②。1722年康熙帝去世，哲布尊丹巴来京吊丧，次年圆寂于北京黄寺。后转八世。

蒙藏文化的交流，以藏传佛教格鲁派对蒙古人文化的全

① 杨绍猷：《论第一世哲布尊丹巴》，中国社会科学院民族研究所主编《中国民族史研究》，中国社会科学出版社1987年版。

② 松筠：《西陲总统事略·绥服纪略图诗注》，嘉庆十四年刻本第14页。

面影响为核心，产生了巨大的社会作用。清朝“兴黄教即所以安众蒙古”即是明证。至于蒙古学者学习藏文、利用藏文撰写文史著作；藏医名著《四部医典》、著名英雄史诗《格萨尔王传》传入蒙古，影响蒙古文化的事例，可以说不胜枚举。

第六节 中原地区的黄教法统

一、藏传佛教与内地的密切联系

自唐朝中原佛教随文成公主传入吐蕃起，两地佛教界的联系便从未断绝。到元明清三朝，发展到一个新的阶段。藏传佛教文化，也成为内地，尤其是京城文化中的一大景观。

杭州灵隐寺飞来峰，有元代西藏密宗的造像；北京的许多古寺，都与元朝萨迦派高僧、帝师、国师和藏传佛教的法事活动有关。元世祖忽必烈当政时，国师（后为帝师）八思巴建议在大明殿御座上设白伞盖，并诵经礼佛，用以镇魔安国，由此便形成了每年2月15日举行的、由500名藏僧领头的“游皇城”节日^①。

明朝时期，西藏高僧纷纷入贡，明朝廷先后封帕木竹巴派僧主为阐化王、萨迦派为辅教王、止贡噶举派为阐教王、馆觉僧为护教王、灵藏僧为赞善王、噶玛噶举派僧为大宝法王、萨迦派僧为大乘法王，同时也封宗喀巴的弟子释迦也失为大慈法王。此外，还有弘慈大善法王、朵儿只唱（执金刚）、西天佛子、大国师、国师、禅师、都纲等。他们向朝廷进奉物品有：佛像、佛书、舍利、氍毹、刀剑等及特产；朝廷所赐

^① 黄颢：《在北京的藏族文物》第2页，民族出版社1993年版。

者有：金币、宝钞、佛像、法器、袈裟、禅服、丝绸等^①。明朝皇帝爱好藏传秘法者也不乏其人，还有一种说法谓，明武宗自号“大庆法王”^②。皇帝如此看重，僧人不免十分努力，甚至闹出笑话。成化初（1465年）“一国师病且死，语人云：吾示寂在某日某时。至期不死，弟子耻其不验，潜绞杀之”^③。

元明清三代，为了让人京朝贡的高僧们安居，均在首都修复或新建寺院，以此为据点，形成一个个沟通西藏与内地文化联系，传播藏传佛教及其文化的中心。如元明北京的护国寺、杭州灵隐寺、南京灵谷寺，以及北京的双黄寺、嵩祝寺、雍和宫，承德的须弥福寿寺、外八庙等等，加强了内地与西藏之间的文化联系。

1651年，五世达赖喇嘛朝清，顺治帝于八年（1651年）敕建东黄寺，次年建西黄寺，作为五世达赖来京驻锡之所。雍和宫是清代以来，北京地区最大的喇嘛寺院。始建于1694年，为雍亲王（雍正帝）府，1725年改名雍和宫，作为章嘉国师静修之所。1780年，六世班禅到京为乾隆皇帝祝贺70大寿，朝廷除在承德仿日喀则扎什伦布寺修建须弥福寿寺（即承德扎什伦布寺）供其安禅之外，北京的雍和宫也为其主要居地。乾隆帝还在这里随班禅受戒。清代的金瓶掣签，一在拉萨大昭寺，一在北京雍和宫，后者主要用于确定章嘉、哲布尊丹巴等蒙古地区大活佛的转世灵童。这里有显宗、密宗、时轮和医学四个殿堂，为驻京或来京活动大活佛的驻锡之地。

① 《明史》卷331西域三。

② 《明史》卷331西域三。

③ 陆容：《菽园杂记》卷4第42页，中华书局1985年版。

二、驻京喇嘛

清代对喇嘛、活佛有一套完整的登记、任用和管理制度。《理藩院则例》规定：“凡胡图克图、诺们汗、班第达、堪布、绰尔济，系属职衔；国师、禅师，亦属名号。该胡图克图等，除恩封国师、禅师名号者准其兼授外，概不得以胡图克图兼诺们汗、班第达、堪布、绰尔济等职位，亦不得以国师兼禅师名号。”印册，达赖、班禅和哲布尊丹巴均用金，其余各呼图克图等，如恩封国师名号者，印册均用银镀金，恩封禅师名号者，印用银，颁给敕书^①。

清朝中央政府赋予蒙藏地区高僧活佛很大的政治权力，如达赖、班禅之于西藏地方，锡勒图库伦扎萨克喇嘛之于内蒙古，哲布尊丹巴呼图克图之于喀尔喀（外蒙古），以及额尔德尼班智达呼图克图、扎雅班智达呼图克图等之于各自辖地等。其中，哲布尊丹巴呼图克图之商卓特巴、青海察罕诺们罕（汗）、锡勒图库伦扎萨克喇嘛等，均有承缉“贼盗”之责^②。

清代入于理藩院档册的胡图克图共有 160 人，主要集中在西藏、青海、内外蒙古及四川、甘肃等地。达赖喇嘛、班禅额尔德尼和喀尔喀哲布尊丹巴地位最为显赫。他们绝大多数属于黄教，而且影响较大者均是黄教活佛。其中，驻京的喇嘛占据十分特殊的地位，也发挥着独特的政治和宗教作用，对于黄教自身来说，也同样如此。

驻京喇嘛有：章嘉胡（呼）图克图、敏珠尔胡图克图、噶

① 《理藩院则例》卷 56。

② 《理藩院则例》卷 56。

勒丹锡呀胡图克图、济隆胡图克图、洞科尔胡图克图、果蟒胡图克图、那木喀胡图克图、鄂萨尔胡图克图、阿嘉呼图克图、喇果胡图克图、贡唐胡图克图、土观胡图克图。其中左翼头班章嘉胡图克图，二班敏珠尔胡图克图；右翼头班噶勒丹锡呀图胡图克图，二班济隆胡图克图^①。

章嘉为青海佑宁寺活佛，在京驻嵩祝寺（东城沙滩北）；敏珠尔为青海大通县广惠寺法台，系佑宁寺分支，在京驻东黄寺；噶勒丹锡呀图即拉萨策满（墨）林诺门汗，在京驻雍和宫；济隆为拉萨功德林活佛，在京驻雍和宫附近；洞（东）科尔为青海湟源洞科尔寺住持，在京驻雍和宫；果蟒（郭莽）亦青海广惠寺活佛；那木喀为贵德活佛，驻雍和宫附近；阿嘉为塔尔寺活佛；贡唐为拉卜楞寺活佛，此外还有鄂萨尔、喇果活佛及土观（夏琼寺、佑宁寺）等。赛赤活佛也是驻京呼图克图之一，驻锡北京地安门外福祥寺。

驻京喇嘛划分为不同等级，大者曰掌印扎萨克喇嘛，曰副掌印扎萨克喇嘛；其次曰扎萨克喇嘛；其次曰达喇嘛、曰副达喇嘛；其次曰苏拉喇嘛；其次曰德木齐、曰格斯贵；其徒众曰格隆、曰班第^②。康熙十八年（1679年）题准：扎萨克喇嘛给予印信，其余格隆、班第等给予禁条、度牒，不给印信^③。热河、盛京、多伦诺尔、五台山各庙，皆分驻喇嘛，定有额缺，按等升转，与驻京喇嘛一例。甘肃河州普纲等寺，西宁西那寺、塔尔寺等各设都纲一缺；洮州厅之阎家寺等各设僧正一缺，各给理藩院札符^④。

① 《理藩院则例》卷 56。

② 《大清会典》卷 67。

③ 《大清会典事例》卷 947。

④ 《理藩院则例》卷 56。

章嘉、噶勒丹、敏珠尔（勒）、济咙（隆）等呼（胡）图克图，“前辈俱驻京，品秩较大。其月廩向照扎萨克达喇嘛支給本身钱粮一分。随带噶布楚兰占巴20名、格隆6名、班第6名、苏拉喇嘛3名、随带徒众6名”。其所需，均由政府支給。其余各胡图克图，如授正副掌印扎萨克、达喇嘛，亦照例可随带20名侍役喇嘛，并由政府支其钱粮等物。

清朝蒙藏高僧在内地的活动，逐渐形成三个中心，一是首都北京，一是承德，一是山西五台山。在地方上，造成黄教四大势力，达赖在前藏，班禅在后藏，哲布尊丹巴在喀尔喀中心库伦（乌兰巴托），而章嘉国师在内蒙古多伦诺尔（正蓝旗东北闪电河北岸）。

以章嘉胡图克图为代表的一批驻京喇嘛，他们在清朝中央政府宗教政策的制订、贯彻，以及加强与各地藏传佛教势力的联系方面发挥着巨大的作用。雍正初年，北京黄寺一世土观呼图克图奉命将藏文《甘珠尔》译为蒙文；乾隆六年至十四年（1741—1749年），又将《丹珠尔》译为蒙文；乾隆七年（1742年），工布查布在北京将一部分藏经译为汉文；三十八年至五十五年（1773—1790年），由章嘉国师等众多高僧学者将藏文大藏经《甘珠尔》和《丹珠尔》译为满文^①。加强了多民族间的文化交流。此时出现了《五体（满蒙汉藏维）清文鉴》、《四体（满蒙汉藏）合璧文鉴》，以及《西域同文志》等，均凝聚着驻京喇嘛和各族学者们共同的心血。

驻京喇嘛在北京，通过做法事，甚至直接参与蒙藏地区政教事务的决策，来影响清朝的政治和民族政策。乾隆三十

^① 王先谦：《东华续录》；韩儒林：《青海佑宁志及其名僧（章嘉、土观、松巴）》，《边政公论》1943年第3卷；张羽新：《清政府与喇嘛教》第175—176页，西藏人民出版社1988年版。

阴，所以森林浓郁郁；剥下牛皮铺平地，所以大地平坦坦^①。这种对世界生成的认识，是以青藏高原的自然环境为基础的，无不带有青藏高原的景色与特点。

《朗氏世系史》谈到世界由日照风吹形成一种境相，上面凝上白霜，霜化为露，露汇为江河，江河蒸发而形成云，江河中的尘土形成大地，而河中的水泡同大地之精气相合，形成世间神鬼动植物和众生。地、水、火、风、空之精华形成为一枚大卵，卵液形成了芸芸百姓^②。把世界的构成说成是物质的聚合，把世界的形成说成是物质的演化过程和结果，无疑包含唯物的合理成分，但在关键的时刻，即水泡与大地之精气相结合变化世间众多生命物时，还离不开神灵的“加持”与帮助，表现出它的朴素性和朦胧性。

有关喜马拉雅山来历的传说，也反映了古人的朦胧记忆。该说谓：从前的喜马拉雅地区是一望无际的海洋，海水拍打着岸边的松柏、棕榈，森林中奔跑着无数的羚羊、斑鹿和犀牛。海中的一只5头毒龙搅乱了美好的现实，危及花木鸟兽。在此危急关头，5位仙女降临，喝令海水退去，降服毒龙。她们变成喜马拉雅山的5座主峰，护卫人间幸福。

猕猴传人的故事，是十分近似科学的，也表现出高原先民的智慧和远古历史的记忆。其中，虽然存在人猴类比的因素，但把人的进化说成猴子从林中采食野果到平原采集食物、食物结构的变化使他们脱去毛发，进而学会使用语言、直立行走变为人类，不能不包含青藏高原地区原始先民的思想与智慧的内容，尽管它的基础与达尔文的进化论存在本质上

① 古歌译文参见《藏族文学史》第10—12页，四川民族出版社1985年版。

② 绛曲坚赞：《朗氏世系史》第4—5页，西藏人民出版社1986年版。

的不同。

二、人格化的大自然

适应自然是人和动物共有的一种本能，认识自然和改造自然，则是人与自然关系至关重要的两个内容。这两个内容，也是知和行的关系，以及文明发展的联系紧密、相互影响的两个环节。在青藏高原地区先民那里，由于自然环境相对恶劣等缘故，人类对自然的改造能力极为有限，长期停留在认识自然方面，又由于改造自然进程的缓慢，影响了人对自然认识的进一步提高。为了生存下去，人和自然达成一种妥协，和睦共处，人变成自然中的一员，或者说，自然界的万物加入到人类社会之中。

人和自然统一的一面，由于人类的妥协显得更加协和，也大大减轻了人与自然对立所带来的压力。但是，人与自然矛盾和对立的一面，却并没有因此而消失，霜冻毁坏庄稼、白灾黑灾饿死牲畜，大风、旱灾、雪崩等，一刻也没有远离人们而去，饥饿、困苦和死亡，时时会降临到人们头上。为了面对这些问题，缓解人对自然界因不能很好改造而带来的更大的压力，人们塑造了许许多多的神灵鬼怪，让他们来担负起沟通人与自然间的感情、增进了解、减少摩擦的责任，从而达到心灵上的安慰。同时，自然的万事万物则被赋予更加形象和具体的人格。

青藏地区的神灵鬼怪队伍庞大、阵容严整，从上到下，从左到右，无所不在。山有山神、湖有水神、地下有龙神，性格各异，神通不同。人们塑造了他们，然后又按照一定的仪轨和方式崇拜他们，或者禳除他们。贫瘠的自然界不再寂寞，

无垠的旷野不再空阔，有人的地方便有神灵。人们也从对神灵的崇拜中找到信心与力量，找到自身的位置。

在青藏高原地区，人把自然界神化的工作从很早以前即开始了，但主要任务却是由本教徒完成的。人格化的自然万物与人的关系，既不是合而为一，也不是相互平等，而是若即若离，只有靠神灵和鬼怪居间沟通。这种状况在佛教的传入过程中，起到很大的作用。佛教传入后，充分吸收和改编了这支神灵队伍，更进一步增加了异己力量，人不能不永远拜倒在神灵与被神化的自然面前，俯首称臣。

三、藏传佛教的世界观

佛教传入青藏地区后，为高原地区带来了系统的认识世界的新观念，随着藏传佛教的形成并占据统治地位，这一观念也几乎成为唯一的观念。高原人的哲学只是在佛教这个范围之内的探索，缺乏丰富性与更大的创造性。

世亲(vasubandhu，约4—5世纪人)所著《阿毗达磨俱舍论》(《俱舍论》)传入并译成藏文后，即成为佛教史家对世界的统一的认识。《西藏王统记》(《王统世系明鉴》)即引证该书谓：最先，此外部器世界，其体虚空，无有边际。嗣乃于中，十方风起，互相鼓荡，为风十字，更成风轮，其色青灰，其质坚硬，其深六千亿由旬^①，其广则无可计数。风轮之上，有水积聚，成为大海，其深一百二十万由旬，其广一百二十万三千四百五十由旬。大海之上，有黄金构成之地，坦

^① 由旬(yojana)，古印度里程计算单位，即帝王一日行军之路程为一“由旬”，约当40里。

如平掌，其广三十四万由旬。中央有各种宝物构成之山王须弥山，如水磨轴心，乃天然生成者。其构成之质，东为白银，南为琉璃，西为硃石，北为黄金。此须弥山，下有八万由旬浸入海中，上有八万由旬高出海面，四面有七金山围绕：持双山四万由旬，持轴山二万由旬，檐林山一万由旬，善见山五千由旬，马耳山二千五百由旬，象鼻山一千二百五十由旬，持边山六百二十五由旬。诸山中间，有七戏海。

须弥山上间隙处有阿修罗城。山顶有三十三天宫殿，中央有最胜宫，乃帝释宫殿，由各种宝物筑成。自山顶更上八万由旬处，有夜摩天宫殿。更上十六万由旬处，有兜率天宫殿。更上六十四万由旬处，有他化自在天宫殿。他化自在天以下至三十三天，皆欲界天。他化自在天以上，则为色界、无色界一切天之宫殿，如梵塔之层累而上然。此诸天之高低、由旬、寿命、身形、受用等量，皆明载《俱舍论》中。

须弥山之东，有胜身洲，南有瞻部洲，西有牛贺洲，北有俱庐洲。瞻部洲最为殊胜，乌仗那、金地、锡兰岛、月岛等小洲，皆在其边隅而隶之。其中央，则有印度，有如锦幔之帐，为珍宝之洲；粟特、于阗，有如车乘之状，为富饶之洲；蒙古、汉地，有如开放之莲花，为稀有之洲；西藏雪域，有如女魔之仰卧，谷深多鬼，山黑岭险，为黑暗之区^①。

把西藏地区视为女魔仰卧之区，据说是文成公主卜算的结果，事实上也是佛教初传时所获得的印象。这些女魔神鬼不是别的，而正是反对佛教的本教“神神鬼鬼”。不过，西藏多神鬼的状况却是事实，在佛教传入后依然未有改观，只是神鬼的角色变了，不再姓“本”而改姓“佛”了。

^① 参阅王沂暖译：《西藏王统记》第1—2页，西北民族学院印，1983年。

第二节 对人自身的内省

一、出世与人的尊严

在人与自然、与神灵的关系中，业已处于的不利位置，这一状况既是古代人类因生产力低下无法成功地征服自然的产物，在佛教传入、封建农奴制出现以后，更是统治者意志所造成的结果。当政教合一制产生，僧俗领主联合统治之后，人数众多的农奴，便完全失去了做人的尊严。相对恶劣的自然条件、有限的社会财富和统治者的无限地掠夺，大大增加了佛教所说的人间苦难，使佛陀所说的“人生皆苦”理论一次又一次地、普遍地得到“验证”。统治者的残酷剥削，尤其是僧侣贵族的额外索取，增加了普通百姓业已沉重的负担，农奴的不幸和灾难，对佛教来说，却是难得的机缘。于是，便有用幸灾乐祸的态度来对待众生者，甚至出现砍人头作为超度手段，大肆劫掠民财的事例。由僧人直接参与制造世间苦难，然后再宣扬人世皆苦，这可以说是政教合一制度下，一种独有的景观。

人世间是苦难的，受苦的原因，依佛教所说是由于人有欲望，尤其是情欲。消除痛苦的方法是灭除爱的情欲，没有任何追求与欲望，达到慧解脱、心解脱。而要达到最后解脱——涅槃，就必须修道，最好是出家。

接受佛教，也就意味着必须用佛教的人生观来思考人生，解决人生问题。佛教重视人对自身的内省，尤其是贬低人的价值与现世的追求，目的是让人们放弃现世的享受与追求，出家修行，尤其是皈依佛门，追求来世。这样，现实的人是应

该遭受苦难和无足轻重的，人要实现自身的尊严和价值，只有出世，只有拜倒在佛的脚下。

二、自我修习与道德至上

中原汉族地区流传的儒家文化，十分重视个人的自我修养，即所谓正心、修身、齐家、治国、平天下。同属于东方文化范畴的印度佛教文化，同样也重视个人的修行，有所谓“八正道”：正见、正思惟（正志）、正语、正业、正命、正方便（正精进）、正念、正定。以期灭苦。按照影响西藏最大的大乘学说的观点，其目的是为了普渡众生。两相比较，起点相同，均从个人正心正见开始；目的相近，都是为了整个人类的幸福。但是，方法和途径却迥然不同，儒家思想是积极人世，而佛教却是消极厌世。尽管在重视自我修习完善、重视道德力量方面有极大的相似性，但内容和目的之实质，截然相异。

在上古时期，高原人崇拜本教神灵，神灵确实也在约束着人们的行动。同时，人们也在对神灵的顶礼中看到了自己的力量，看到神灵佑护下的不断成长的希望，精神上不乏生机与活力。

在敦煌出土古藏文文书中，有一份《礼仪问答写卷》（P. T. 1283 号），它反映了公元 7-9 世纪（即吐蕃时代）人们对自我修养和道德要求的认识，它与佛教说见有联系也有区别。文谓，“做人之道为公正、孝敬、和蔼、温顺、怜悯、不怒、报恩、知耻、谨慎而勤奋”。“非做人之道是偏袒、暴戾、轻

浮、无耻、忘恩、无同情心、易怒、骄傲、懒惰”^①。文中还强调，敬重正直穷人应胜过敬重富人，敬重乞丐应胜过盗贼。强调君臣、父子、师徒、主仆有序，也强调公正、仁慈与友爱，“子与父同心，弟与兄同心，奴与主同心，妻与夫同心，仆与官同心”。重视伦理是其特色，而追求公正、公平和智慧等美好原则，反映了吐蕃时代人们曾经有过的健康向上的人世观念。

当佛教思想入主高原，指导人们行动时，一切都发生了根本性的变化。高原人面对自然和神灵，自卑谦恭的一面加强了，显得更加内向与沉默。低调的自我表述，深刻的自我检讨与反思，甚至自我责备，造成一种强烈的对比氛围：把佛教诞生地印度描绘为圣地，把吐蕃人居住的西藏地区说成是妖魔之区；把印度之王描绘为转轮王，加以美化，把自己的母系先祖说成是罗刹女魔，极力诋毁，用以衬托佛法的神圣与高大，说明接受佛法之幸福与无量功德。面对至尊佛陀，除了顶礼膜拜之外，只有最彻底地反省。在此基础上，放弃自我，皈依佛法僧“三宝”。

随着佛教的广泛传播和深入人心，佛教的思想和价值观念，更形成一种社会道德力量，转而规范人们的思维与行动。重视佛法，轻视社会制度；重僧轻俗；重出家念经，轻生产劳动；重社会利益，轻个人权利；重来世，轻现世；重视对佛经的注释，忽视思想进步及对外界的交流。淳朴质直而又固执封闭，自尊（对世俗）而又自卑（对佛法），勤劳吃苦而又放任……，自我封闭，自成系统，积极因素与消极成

^① 王尧、陈践：《敦煌古藏文〈礼仪问答写卷〉译解》，中央民族学院藏族研究所《藏族研究文集》第2集，1984年。

分，像一对孪生兄弟。要促使社会面貌、人的精神面貌的改观，从而步入现代社会，必须为之做分体手术，这是西藏由传统转为现代很关键的步骤之一。

三、六 字 真 言

僧人是有限的，寺院是有限的，社会能供养僧人生存与安心修法的物质财富是有限的。这样，对于一个几乎全民信教的地区来说，如何使业已信奉佛法，却没有时间、精力、财产和知识来供其学习诵读佛经、潜心修习的人获得解脱，最后成佛，就显得十分重要。藏传佛教较好地解决了这一问题，这就是念诵六字真言和转经。

六字真言即唵、嘛、呢、叭、咪、吽六字。据说是佛教秘密莲花部的“根本真言”。藏传佛教将此视为经典之根源，认为信徒应该反复循环地念诵思考。这样做，即可积功德，获得真正解脱。这对不能或没有脱离家庭与生产，而且不识字的广大百姓，简单易行，易于认可。关于六字真言的内涵，说法并不完全一致。一般认为，“唵”表示“佛部心”，念此字时，要使自己身体、口、意应于佛的身、语言，使二者合成一体，如此即可获得成就。“嘛呢”（梵文“如意宝”）表示“宝部心”，据说此宝出自龙脑中，若得此宝珠，人海则无宝不聚，登山则无珍不获。“叭咪”（梵文“莲花”）表“莲花部心”，喻法性如莲花般纯洁。“吽”表示“金刚部心”，祈愿成就，意谓依佛力成就一切，最后成佛^①。与此相关，出现了刻有六字真言的嘛呢石堆，写有六字真言的嘛呢经桶、嘛呢轻

^① 任继愈主编：《宗教词典》第223页，上海辞书出版社1981年版。

和经幡等。念诵或绕行即可获取功德。当然，除了手转之外，也还有风转、水转，国外还有电动的转经筒，人们获得功德的方式似乎更加容易了。从这里，以及藏传佛教活佛转世问题上，还可以看到唐代内地禅宗对藏传佛教的影响之痕迹。六字真言的念诵，成了人与佛沟通和修习成佛最简单、直接的途径。

第三节 大乘中观思想

一、大乘佛教

佛教的各种思想，均通过不同渠道传入西藏地区，但占据主流、影响最大的是密宗。密宗在实践上以高度组织化的咒术、礼仪、本尊信仰崇拜为特征。宣传口诵真言咒语（语密）、手结契印（身密）和心作观想（意密），三密相应即可成佛。同时在修法时，要筑坛场（曼荼罗，“轮圆具足”），配置诸佛菩萨。藏传佛教各派均以密法传承为其主要特征，形成所谓“藏密”。但是，密教的理论依据则是大乘中观派和瑜伽行派的思想。

大乘佛教的思想形成于部派佛教流行时期，以般若系经典为依据。后则包括《妙法莲花经》、《维摩经》、《华严经》、《无量寿经》等，主要阐述空、中道、实相、六度、菩萨道、多佛、三乘分别和一心本净等思想。主要有两个教派，即中观派和瑜伽行派。

瑜伽行派，即有宗，兴起于4-5世纪，因强调瑜伽修习方法等而得名。理论奠基者是无著和世亲，主要经典有《解深密经》、《瑜伽师地论》、《唯识二十论》、《成唯识论》等。后

分为亲胜、火辨，及亲胜弟子德慧、安慧所传无相唯识派；陈那及其弟子护法所传唯识派，另一个弟子法称所传因明学说。瑜伽行派认为，一切源自人们的认识主体即“识”，所谓“三界唯心”，“万法唯识”。

中观派，即空宗，创始人是龙树和他的弟子提婆。该派发挥了大乘初期《大般若经》中的“空”的思想，认为世界万物和人们的认识，乃至佛法，均是一种相对的、依存的关系，一种假借的概念和名相，它们本身没有不变的实体和自性。对于真正的修法者应证悟空性的“真谛”，对于凡夫仍应导以“俗谛”，承认相对真理（俗谛），承认世界与众生的存在。在6世纪与“唯识论”开展“空有之争”的论战中，佛护作《中论注》，清辨作《般若灯论释》，大乘佛教分裂为中观与瑜伽行两派。中观本身也分为应成派（归谬论证派）和自续派（独立论证派）两支^①。在藏传佛教中影响较大的噶举派，即持应成派后继者月称的学说，宗喀巴所创格鲁派，也以月称为依止，以噶当派教义为根本。只是侧重不同，前者重口传、大印，后者重显密兼修，由显而密，并强调戒律罢了。

二、瑜伽中观学说

在公元7—8世纪印度密宗兴起后，大乘佛教中长期分裂的中观派和瑜伽行派开始重归于好，并由寂护（静命大师，希瓦措，约700—760年）把它们结合起来，创立了瑜伽中观派。

寂护是大乘中观自续派创始人清辨的五传弟子，精于因

^① 宫静、于众：《印度佛教》，《中国大百科全书·宗教卷》第477—478页；黄心川：《印度哲学史》，商务印书馆1989年版。

明。他主持了桑耶寺的奠基和建成开光仪式，还为吐蕃最早出家的“七试人”（七觉士）剃度，著《真性要集》、《中观庄严论》等书。对藏传佛教各派思想的发展产生了巨大的影响。

瑜伽(yoga)，意为连接、接合，旧译作“相应”。它要求严持戒律，调息炼气，凝神观想，是密法修炼的第三和第四阶段，即瑜伽部和无上瑜伽部。无上部的理论，认为人的中脉有21个结，利用修风息、明点之力可以打开这些结。每打开二结即上升一地，逐渐引发无量神通、智慧，最后打开顶上一结即圆证三身五智而成佛果^①。为此，需要女性做“明妃”或“助缘”。藏传佛教尤重此道，因其成佛便捷。成佛之道有：即生成佛、死成佛、中有成佛和转生成佛四类。藏传佛教持大乘中观之说，修瑜伽之法，虽然各派各有侧重，却并无偏废。

三、宗喀巴与中观应成派学说

宗喀巴在其所著《菩提道次第广论》中说：“如何解释龙猛(Nāgārjuna，即龙树，约3世纪人)意趣。《般若经》等宣说诸法，皆无自性无生灭等，其能无倒解释经者，厥为龙猛。解彼意趣有何次第？答：佛护、清辨、月称、静命等大中观师，皆依圣天(Deva，提婆)为量，等同龙猛。故彼父子(也为师徒)是余中观师所依根源，故诸先觉称彼二师名根本中观师，称诸余者名随持中观师。”^②在这里，宗喀巴自述其学说属于中观派，且来自龙树、提婆师徒两位“根本中

^① 郭元兴：《瑜伽》，《中国大百科全书·宗教卷》第494—496页。

^② 宗喀巴：《菩提道次第广论》卷17，第404页，法尊译，福建莆田广化寺佛经流通处印，1991年。

观师”。这可以说是自报山门。

随后，中观派内发生歧见，出现应成派和自续派。如何理解龙树、提婆的意趣呢？宗喀巴认为：“大依怙尊（阿底峡）宗于月称论师派。又此教授随行尊者之诸大先觉，亦于此派为所宗尚。月称论师于中观论诸解释中，唯见佛护论师圆满解释圣者意趣，以彼为本，更多采取清辨论师所有善说，略有非理亦为破除，而正确释圣者密意。彼二论师所有释论，解说圣者父子之论最为殊胜，故今当随行佛护论师、月称论师，抉择圣者所有密意。”^① 在中观的两派中，宗喀巴选择了佛护和月称的应成派学说，认为他们对龙树和提婆父子（师徒）的解释最为殊胜。

月称的学说，从发挥中观无自性说入手，反对瑜伽行派的阿赖耶识（清净识），不同意立自证分。认为世俗谛、胜义谛外境都无自性。把龙树的“缘起性空”理论发展为“性空缘起”。对论敌采取归谬论证法，只破不立，故称随应破派或应成派。

宗喀巴继承中观应成派学说，与前弘期寂护、莲花戒所传自续派，同属中观学派，却也略有歧异，这也是前、后弘期藏传佛教的诸多差别之一。

第四节 大五明与小五明

明，梵文作 vidyā，意为学问。藏文意译作 rig-pavi-gnas（明处），或省作 rig-gnas。有大五明和小五明之分，合之构成藏族以佛学为核心的传统文化的基本内容。

^① 宗喀巴：《菩提道次第广论》卷17，第405—406页，法尊译。

一、大 五 明

五明，藏文作 rig-pavi-gnas-lngs，或 rig-lnga。大五明即 rig-gnas-che-ba-lnga。它包括工巧明、医方明、声明、因明和内明。

工巧明(bzo-rig-pa)，是学习工艺的学问。藏族古代学者对其内涵的理解略有差异，即存在广狭之分。巴卧·祖拉陈瓦《贤者喜宴·五明之学源流史》认为：工巧明可分为意识工巧和形象工巧两大类，前者包括如何修得有余涅槃的内明和诗词、音韵、音乐等声明；后者包括佛像、佛塔、佛经的建造制作^①。这显然是广义的理解。18世纪藏族学者隆多喇嘛在《工巧、医方、历算总称释义》中谓：“工巧明包括身工巧、语工巧和意工巧三部分。身工巧包括绘画、雕塑等以手工制作的一切东西；语工巧包括经典论著等文字作品和音韵、歌曲、朗诵等；意工巧包括闻、思、修三个方面和怙主龙树所作八品：地基品、宝品、衣品、树品、男品、女品、马品、大象品等。此说也是在广义上。狭义的工巧明则侧重具体的工艺制作，如米杰嘉措谓其包括男相十五、女相十和十地五道等。有十个方面：即纺织技艺，买卖技艺，国王的仆从技艺，文字、历算、意识作品、笔算、手算等技艺，占相技艺，智慧技艺，雕刻技艺，生产技艺，璱璱技艺，焊接技艺等^②。都是包含智慧的技能技术。在藏文大藏经《丹珠尔》中有专论木工、铁匠、石匠、陶工等十八种工艺制作的著作，即属此类。

医方明(gso-ba-rig-pa)，即古代医药学。指论述所治疾病、

① 巴卧·祖拉陈瓦：《贤者喜宴》第1511—1512页，民族出版社1986年版。

② 文国根译注：《工巧源流》（工珠·元丹嘉措），《西藏民族学院学报》1985年第4期。

医治药物、医疗手段、器械、施治医生等方面内容的学问。文献如《四部医典》等。

声明 (sgra-rig-pa), 即语言学。阐述梵文本质、结构、组合变化规律, 藏文虚词、动词等使用惯例、语法规则等。藏族最早的文法著作, 据说是由吞米桑布扎撰写的《三十颂》和《性入法》等。

因明 (gtan-tshigs-rig-pa), 是能折伏义理谬论的“量学”, 即逻辑学。藏传佛教十分重视这一门学问, 它是佛教与各派、各教论辩的基本技能和有力武器, 也是辩明经义, 深刻理解释典旨意的重要工具。藏文大藏经《丹珠尔》(论部)中收录的译自梵文的因明学著作有 66 种, 包括陈那的《集量论》、法称的《释量论》等。黄教各大寺院的必修基础课, 均有《释正量论》这部因明学著作。西藏的大学者如萨班等, 对因明学也多有注释和发挥, 因明学被认为是藏族传统文化中的最高智慧之一。

内明 (nang-don-rig-pa), 指了解佛所说五乘之妙理, 即了解取舍、通达三学之义的学问。是佛教徒所说的讲述戒学 (防止身口意三业之过失)、定学 (禅定)、慧学 (智慧) 三学, 生起、圆满二次第修习方法的佛教哲学。

二、小 五 明

小五明 (rig-gnas-chung-ba-nga), 包括历算、诗学、词藻、声韵学和戏剧。

历算 (skar-rtsis), 推算星宿运动和天气季节变化的学科。以科学知识为主, 其中掺杂有许多迷信的东西, 且在用于计算星宿与物候等变迁的同时, 也用于占卜或其他宗教目

论》、《成外境论》；法上著《正理滴论广注》；胜友和莲花戒的有关《正理滴论》著作各一部。另有寂护与法光所译陈那《因轮论》等，这些著作均存于《丹珠尔》量部之中^①。

后弘期，印度因明学著作进一步被翻译介绍到西藏。约11世纪，有宝贤、阿底峡的弟子们翻译了大批佛教典籍，其中包括因明学著作。14世纪的大学者布顿·仁钦珠（1290—1364年）在其所著《佛教史大宝藏论》中，罗列因明学著作60余部，其中包括陈那所著《集量颂》（狮幢译）、《集量颂释》（信智译）、《观所缘颂》（吉祥积译）、《观所缘颂释》（吉祥积译）、《因明入正理门论》（法宝译）、《观三世颂》（纳措译师译）、《九法轮品》（法光译）；法称所著“因明七论”分别由善才、俄译师、庆喜幢、俄译师、吉祥积、虚空僧、定贤、善才与雄译师等人译为藏文。此外，善才译师还翻译了天王慧的《量释论颂初品释》、《量释论颂后三品》，释迦智的《量释论详解》等，俄译师也译有智作护的《量释庄严论》，法胜的《量决定论具理广释》、《观量略论》等，吉祥积也翻译了莲花戒、律天、善护等人的众多因明学著作^②，从而为藏传因明的形成与发展奠定了基础。

在邀请印度高僧入藏传法和派人留学印度研习佛经，并大量翻译因明学论著的同时，讲授因明学、注释因明学经典、建立藏传佛教因明学的工作，也开展起来。阿底峡的弟子们广传诸经，在因明方面以玛善慧（即善才，格瓦洛追）及其后学功绩最大。他的弟子穹卜扎塞还将玛善慧所讲因明之学，

① 布顿大师：《佛教史大宝藏论》；王森：《因明》，《中国大百科全书·宗教卷》第472—475页。

② 布顿大师：《佛教史大宝藏论》第292—297页，郭和卿译，民族出版社1986年版。

从阿里地区传到卫藏,并在今布达拉宫所在地红山广授学徒,撰著多部因明学著作。后世称其所传为“旧量论”。

二、藏传因明三大传承系统

藏传因明随着译师高僧们的努力而发展起来,后弘期兴起的各教派均学习和继承了这一学术传统,但是其中较有影响的却是桑浦寺、萨迦寺和黄教四大寺这三大传承系统。

1. 桑浦传承

1076年,阿里古格王孜德(rtse-sde,绛曲沃的侄子)举办了一个大法会即“丙辰法会”,卫藏康等各地大德多有参加者。会后,派大批年轻僧人去克什米尔和印度留学,且请印度、克什米尔高僧前来传法,培养了很多译师,其中最有影响的是熬洛丹喜绕。他在克什米尔留学17年,随班智达利他贤、吉庆王萨加那等人学习因明,又分别与两位老师合译法称《量决择论》、法上《量决择论详疏》和智生护《量释庄严注》等因明学要籍七八种。返回后,应阿里王之请求与支持,翻译并校订因明学著作多种。后任桑浦寺(gsang-phu-mgon)堪布,讲经授徒,从其听法者有2300人之多,使该寺成为藏传因明较早的一个中心。后世学者辈出,影响极大。在其四传弟子法狮子时,著《量决择论广注》、《量论摄义祛蔽颂》和《量论摄义》等,广为传播,并被视为蓝本。

2. 萨迦因明传承

萨迦班智达·贡噶坚赞,1204年(23岁)从那烂陀寺座主大班智达释迦吉祥贤及其弟子学习法称所著“因明七论”等,博学多识,人称班智达,简称萨班。曾与释迦室利师徒重新修订洛丹喜绕校订过的《量评释论》藏译本,并著《正

理藏论颂》及自释《正理藏论》，对后世产生很大的影响。萨班之学，由其弟子3人分别在萨迦东、西、前三院讲授，其中因明学以西院明狮子最得要旨，著《量评释论详注》，所传系阐义派兼庄严派^①。

3. 格鲁派因明学

黄教格鲁派创始人宗喀巴是一位博学的高僧，他曾从桑浦寺和萨迦派传人学习因明学，用心研究陈那、法称等因明学大师们的著作，并著有《七部量论入门启蒙》一书，论述因明学。但是，相比之下，他的弟子们在因明学方面的成就更为突出。贾曹杰·达玛仁钦（1364—1432年），原与宗喀巴同为仁达瓦的七大弟子，以善辩著名，这与他学兼显密，尤精因明自然有关系。在与宗喀巴辩论失败后，拜其为师。著作有注释法称原著的《量评释论颂详注》、《量释论摄义》、《量决定论详注》、《正理滴注》，并对《观相属论》、《相违相属释》等作注疏。另有记录宗喀巴讲义的《现量品（量释论）随闻录》和《量论随闻录》。所作注释重释义，十分精审且明白易解。另著有《集量论释》一书，实为因明巨著。

宗喀巴的另一位弟子克珠杰（克主杰，即一世班禅）也著有多部因明学论疏，如《七部量论庄严祛惑论》（总论法称“因明七论”）和《量释论详解正理海》（详释《量评释论》），记录宗喀巴讲义的《量评释论现量品疏》，以及《量论道要指津》等，对格鲁派的因明学做出突出的贡献。

甘丹、哲蚌、色拉和扎什伦布四大寺建成后，因明学也成为基础科目，《量评释论》更是显教学僧必读的五部论典

^① 王森：《因明》，《中国大百科全书·宗教卷》第474—475页。

之一^①。黄教四大寺均有注释量论并有新意的著作流传于世。

第六节 因明与分派、辩经

一、因明学要旨

因明，梵文作 Hetuvidyā，汉文系意译。“因”(hetu)指推理的根据、理由，“明”(vidyā)即知识、智慧。它是通过宗（大前提）、因（小前提）、喻（结论）所组成的三支作法，进行推理、证明的学问。其中“因”最重要，故称“因明”。它包括逻辑和认识论两部分。逻辑部分研究其规则与错误。逻辑规则是关于宗、因、喻三支及其相互关系。主要有因三相（通是宗法性、同品定有性、异品通无性）、九句因（因对同品、异品的九种可能关系）、合与离等。逻辑错误包括“似”或“过失论”，包括宗九过、因十四过、喻十过。认识论部分研究现量（感觉）和比量（依理推论）^②。

在藏文中“因”作“gtan-tshigs”，即能立或理由，“抉择义理之文词句读”。但对作为佛教逻辑学的这一门学问，一般称“量学”或“量论”，即 tshad-ma-rig-pa（才玛日巴）。因此，有的研究者认为不宜称“藏传因明”而应称为“藏传量论”^③。

古因明的推理论式为“五支作法”，初见于马鸣（约1—

① 王森：《因明》。

② 任继愈主编：《宗教词典》“因明”。

③ 剧宗林：《藏传量论析》，《藏学研究文选》第49—60页，西藏人民出版社1989年版。

2 世纪间人)《大庄严论经》，即宗、因、喻、合、结。新因明则简化为宗、因、喻三支作法。因明论疏中的一般用例是：

宗 声是无常（语声是无常的）

因 所作性故（因为是造出来的）

同喻 若是所作，见是无常，如瓶（如果是造出来的，便会发现是无常的，譬如瓶等）

异喻 若是常住，见非所作，犹如虚空（如果是常住的，便会发现不是造出来的，譬如虚空）

通过这种逻辑上的训练，大大提高了佛教徒探讨佛学真谛、明辨是非的能力。印度较早的逻辑著作《正理经》谓：“由认识量、所量、疑惑、动机、实例、宗义、论式、思择、决定、论议、论诤、论诘、似因、曲解、倒难、负处等真理，可以证得至高的幸福。”^①认为这是断灭苦、生、行为、过失、虚妄的认识，获得解脱的根本途径。

二、量 与 所 量

藏传佛教以大乘佛教为基本内容，以密宗为主要特色。但是，大乘佛教中观派大师龙树却是全盘否定正理派的逻辑学说的。只是瑜伽行派为辩论之需，才吸收并发展了古因明。密宗阶段，大乘佛教两派即瑜伽行派和中观派趋于融合，使藏传佛教有更多地可能继承这一遗产。公元 7 世纪，古印度大乘佛教瑜伽行派论师、因明大师法称（约 6—7 世纪），对因明学进一步改革，并将“量论”运用于佛教理论之中。他的“因明七论”均译为藏文，且倍受重视，多有注疏，广为传播。

^① 译文参见沈剑英：《因明学研究》第 255 页，东方出版中心 1985 年版。

这可能影响到“量论”在藏传因明中的地位。

据前引《正理经》记：“量分为现量、比量、譬喻量和声量。现量是感官与对象接触而产生的认识，它是不可言说的，没有谬误的，且是以实在性为其本质的。所谓比量是基于现量而来的，比量分三种：（1）有前比量；（2）有余比量；（3）平等比量。所谓譬喻量，就是以共许极成的同喻去论证所立宗。所谓声量，就是令人信赖的人的教言。声量有两种：可见对象的声量和不可见对象的声量。”

“所量就是灵魂、身体、感觉器官、感觉对象、觉、意、行为、过失、再生、果报、苦、解脱。灵魂（存在）的特征是欲望、厌恶、勤勇、乐、苦，以及知觉作用等。身体就是行动、感觉器官，以及知觉对象之所依。感觉器官是嗅觉器官（鼻）、味觉器官（舌）、视觉器官（眼）、触觉器官（皮），以及听觉器官（耳），诸种感官（根）是由元素（原质）组成的。元素即地、水、火、风、空。地、水、火、风、空等元素的属性香、味、色、触、声就是感觉的对象。觉、悟得、认识是同义词。意的表征说明，它是不能同时产生许多认识的。行为就是语（口）、觉身体的活动。各种过失是以它的活动为特征的。再生就是轮回。果报就是由行为及过失产生的。苦是以缠缚为特征的。解脱就是从不快中完全脱离”^①。解释了量和所量的概念及其内涵，以此作为立宗、推理、比喻的基础。

三、因明与分派、辩经

在后弘期，藏传佛教形成为众多宗派，各派又分裂为众多支派（如噶举派的“四大支八小支”）的状况，它首先取决

^① 沈剑英：《因明学研究》第255—256页，附录《正理经》。

第七章 青藏高原的文化教育

第一节 寺院——高原上的最高学府

青藏高原地区最早的知识人是占卜师、故事说唱者和本教徒，其所传习不外谜语卜辞、颂赞故事和有关自然界神鬼的崇拜仪轨等。

吐蕃王朝时期（7—9 世纪），通过大批引进唐朝内地、印度及其他地区和民族的文化人才，并派留学生学习四方文化，使吐蕃的教育呈现欣欣向荣的景象，促进了文化的发展。但是，由于藏文创制时，借用印度梵文字母和佛教传入、佛经的学习与翻译是同步进行的，也可以说，二者是相辅相成的，这就使佛教文化在战胜本教并取代其主导地位以后，成为引导吐蕃文化未来潮流的核心力量。及后弘期藏传佛教各派相继建立，主导社会生活的方方面面，并与政治合而为一，事实上已完全掌握了文化的传授大权，寺院很自然地成为唯一的社会教育基地，是高原上独具特色的高等学府。

一、教育中心

赤松德赞时，建立桑耶寺，并剃度吐蕃贵族子弟7人出家，由政府供其衣食之资，延请名师授课，开启了寺院培养人才并汇聚人才的风气。此后，广建寺院，招纳学僧，逐渐建立起一整套教学和人才培养制度。

在吐蕃时代，寺院由政府出资修建，僧人由王室或百姓供养，使他们没有生活上的忧虑；不参加生产劳动，使他们有更充实的时间读书习经，提高知识修养。吐蕃王朝瓦解后，佛教寺院受到极大冲击。僧人的学习与传法途径也多样化，加之各个学派各有特色，如噶举派以口传秘法为主，而宁玛派以修习大圆满等教法为主等，使教育的方式一度以师徒相传或父子（侄）相承的分散形式为主。

后弘期，佛教各派纷纷建立，并因为得到世俗封建主的支持，有了更坚强的经济后盾，他们均拥有庄园、土地、财产和寺属百姓，使寺院教育获得新的发展机遇。在格鲁派产生后，一套完整的寺院教育制度最后形成，它又转而影响其他教派，建立各自的教育制度。

寺院教育以佛教经典为主，也兼及其他学科，其中包括工艺技术、医学、历算、逻辑、音韵等，即“十明”（大五明和小五明）。知识结构并不十分合理，学科门类也嫌不够齐全，却也并非只有佛学一门，而具有综合性的特征。

寺院教育十分重视课程的设置和修习次第。在格鲁派寺院，既重全面，显密兼修，又重次第，即先显后密，由浅入深，分阶段按步骤进行。且依佛教的标准因材施教，在基础科目的学习之后，专修一门，培养适合佛教发展需要的各类

人才。宁玛派的传承以父子和师徒两种方式进行。旧派之法要分为远传经典、近传伏藏、定传玄要（秘法）。传承次序有诸佛心传，持明表传，凡夫耳传；又有圣言予记传，有缘掘藏传，胜愿印授传共6种^①。噶当派以包括阿底峡《菩提道灯论》在内的“噶当七论”为内容，并按“下士”、“中士”、“上士”三道次第进行等。

藏传佛教各派，通过相互学习，独自发展，建立了一个个以各派主寺为核心，以属寺为网络的教育中心和体系，积累了文化、培养了人才，为西藏传统文化的进步做出了应有的贡献。

二、人才中心

寺院是西藏地区的教育中心，也汇聚了一批最优秀的佛教人才。前弘期，从印度和汉地传来的大批文献，主要是由这些僧人在桑耶寺等地翻译为藏文的，他们对古藏语藏文的成熟起到直接的推动作用，由此还形成了《钦浦目录》、《旁塘目录》和《丹噶目录》（仅后者今存于世）。藏文的厘订和藏梵翻译辞书《翻译名义大集》也是由僧人们完成的。

在藏传佛教形成及寺院纷纷建立以后，青藏地区最杰出的人才，几乎毫无例外地出身释门，或接受过正规和系统的寺院教育。如萨迦派大学者萨班、八思巴伯侄，蔡巴万户长贡噶多吉、公哥朵儿只、布顿仁钦珠，大司徒绛曲坚赞、宗喀巴、唐东杰布，桂译师宣努贝、巴卧·祖拉陈瓦，觉囊多罗那它、五世达赖、六世达赖、第悉桑结嘉措、松巴益希班

^① 善慧法日：《宗教流派镜史》第29页，刘立千译，王沂暖校订本。

觉，以及近代著名学者喜绕嘉措、根敦群培等。

通过这些学者大德们的努力，不仅翻译、汇集出闻名于世的藏文大藏经《甘珠尔》和《丹珠尔》，也为后世留下充满智慧的专著和文集，同时也培养了一代又一代学富五明的佛学人才，使藏族传统文化不断发扬光大。

寺院教育所培养的人才，固然以佛学方面为最多且最有成就，但是也不乏出色的政治家，如萨班、八思巴、绛曲坚赞、三世达赖、五世达赖等，史学家如达仓宗巴·班觉桑布、巴卧·祖拉陈瓦、智观巴·贡却丹巴绕吉等，文学家如萨班、宗喀巴、六世达赖、多喀夏仲·才仁旺杰等等。因此，寺院也以唯一传授系统知识的地方，吸引着胸怀抱负的年轻人，并始终保持着这一优势地位，直到民主改革以后方始发生变化。

三、资 料 中 心

西藏地区最早的文献资料，据说是“自天而降”的佛教典籍，这似乎预示着此后藏族传统文化中文献资料的基本内涵与佛教有关。梵汉文佛经的翻译，为传统文化积累了第一笔较丰厚的财富——《丹噶目录》（还有《钦浦目录》和《旁塘目录》）。

此后，各个寺院均收藏有多少不等的佛教典籍及其他经典文献，内容包括藏文大藏经《甘珠尔》和《丹珠尔》，高僧传、教法史、寺院志、大德名僧文集、经论注疏等等。在采用雕版印刷术后，经典的刻印业迅速发展，各寺的文献收藏大为丰富起来。

丰富的文献，为学僧们提供了良好的精神食粮，是他们取之不尽的物质宝库。同时，也为高僧学者们著书立说，研

讨佛教经义，提供了更多的可能与机会。重视资料的收集与积累，勤于撰述，可以说是藏族高僧大德们的优良品德之一。唯其如此，藏文文献才能够在我国多民族国家传统文献中位居第二，数量仅次于汉文。

每个寺院均有一个图书收藏室，从而使青藏地区成为拥有图书馆数量较多的地区之一。虽然其文献内容不免大同小异，且有很大的局限性，如限于佛学、相对封闭等，但毕竟是藏族传统文化大殿的一砖一瓦，烘托着这一古老文化的辉煌与灿烂。

第二节 寺院组织管理制度

一、黄教寺院组织制度

黄教寺院在各教派中较早建立寺院组织制度，而且系统较为完善。以拉萨三大寺（哲蚌、色拉、甘丹）为例，大致采取三级管理体制，即掌握寺院政教大权的拉吉（bla-spyi），作为寺院中坚的札仓（graw-tshang）和基层组织康村（khamstshan，康参）。

拉吉所在为全寺的正殿与活动中心，又称磋钦，下设有磋钦吉索（总管）、磋钦翁则（领经师）、磋钦协敖（司法官）。吉索管理经济，即寺产、百姓、商务、基金放息等政教事务，任期10年，由各寺推荐，基本由西藏地方政府任命；翁则负责全寺念诵经典等事；协敖负责执法。寺院设有最高委员会，成员包括掌管全寺最高大权的堪布赤巴（大法会堪布大法台）、堪苏（卸任堪布），以及吉索、翁则和协敖。

札仓是寺院组织中的二级机构，设札仓堪布一人，总管

札仓一切事务。有权代表三大寺参加西藏地方政府的重要会议，参政议政。任期7年（哲蚌寺6年），可连任。下设札仓翁则（领经师）、格贵（执法员）、札仓吉索（总管）等，内务管家、札仓总管等由堪布任命。属员有保管员、会务员、房管员、卫生监督员、神殿献供品者、茶师、经书保管员、学经考核员等等。

康参是寺院的基层单位，设立执事委员会管理各项事务，成员有：总管一切的康参格根（长老）、资历最高的康参吉根、会议审查员（措都瓦）、财金保管员（拉岗巴）、新僧入寺担保师傅（卡德格根）、财务会计（欧涅）。在较大的康参之下还设有米参（mi-tshan）。康参和米参均按僧人籍贯所属地区划分，便于相互交流与管理^①。

塔尔寺是青海藏区最大的黄教寺院，其最高首领称总法台，代表寺主总揽一切政教事务，总法台下设大襄佐一人，协助管理行政事务；其下设大吉索（“大吉哇”），为全寺行政管理机构，首长是吉索第巴，由塔尔寺附近藏族六部落代表轮流担任，处理日常事务，其中大老爷总管全寺内部事务，二老爷负责对外联络，三老爷负责财务，四老爷管理杂务，另有藏汉秘书各一人。最高权力机构是由总法台、大襄佐、大僧官、六族干巴、大老爷组成的十人“噶尔克”会议。宗教事务由设在总法台之下的大经堂管理，内设大僧官（协敖）负责学习纪律，翁则总领诵经事宜，其下则为四个札仓（学院）^②。

黄教的六大寺，设官分职虽略有不同，但其基本状况并

① 参阅宋赞良：《色拉寺调查》，《中国藏学》1991年第2期；西藏社会科学院宗教研究所编：《哲蚌寺》等。

② 王文汉：《青海蒙藏人民之宗教信仰》，《藏事论文选》第697—699页，西藏人民出版社1985年版；《塔尔寺志》，青海人民出版社1986年版。

2. 对学僧的管理

按照七世达赖喇嘛的规定,寺僧每日早晨必须念经一次。统一进经堂,由喊令喇嘛喊口令,在号角伴奏下由正门入经堂,按年龄次序就座。入经堂后,不许交头接耳、喧哗、吐痰、揩鼻涕、娱乐或用衣服包头。必须曲膝盘腿直坐,目不斜视。念经时声音要洪亮,齐声共读,做到引人入胜。内容多为祈愿、戒律等。

凡学习念经的僧人,未毕业前不许学有悖于规定的学科,如数学、医学或其他知识。学习必须刻苦认真。身强体健、天资好的僧徒,可入辩经处(chos-raw)学习。

入寺为僧者,并不一定都有机会研求佛经,成为真正的学问僧。绝大多数人是没有这种荣幸的,他们除了念诵必备的和简单的经文外,主要是从事生产劳动,必须为生计考虑。按规定,不学经者,每年可以请假半年,外出做工,挣钱以补日用,而学经的喇嘛则只能请半个月假,其所获势难有裨益于日常生活。不管学经或外出做工,都必须遵守有关规定,接受所在寺院、札仓和康参的管理。

第三节 显教学院及其课程

一、黄教学院概况

在黄教的寺院组织机构中,除了行政机构之外,即是学习与研究机构,即寺院中的札仓(graw-tshang)。这是依据宗喀巴显密兼修的精神形成的。宗喀巴的弟子扎希贝丹建立哲蚌寺后不久,即成立了七个札仓,即多门院、明慧洲、广乐院、霞廓院、闻思洲、调伏洲、密咒院。后合并为四个札仓。

成量品，阐述《集量论》之归敬颂义，成立如来为量士夫之理；第三现量品，阐述现量的定义、差别和似现量等；第四为他比量品，广释能立因之得释，阐述使他人引生比量智的方便^①。该书是法称所著“因明七论”之一。把此书放在首位，说明格鲁派对逻辑学的重视。

弥勒《现观庄严论》又称《般若经论现观庄严颂》，是大乘弥勒学的代表作。主要论述三智（一切智、道种智、一切种智）及八事七十义。即叙述从凡夫到成佛的循序修习过程。让学僧明白自己的方向与道路。

月称《入中论》，解释、阐明龙树《中观论》一书，从“发菩提心”讲到“佛果功德”，共十一地，其中第六地讲解慧度、决择二谛，盛破唯识，是本书重点。由此进入到宗喀巴的中观学说领域。

世亲《俱舍论》，即《阿毗达磨俱舍论》（意为对法藏），30卷（600颂），为小乘向大乘过渡之作。该书贯穿说一切有部学说“以四谛为纲”的传统精神，体现佛教“诸法无我”的根本主张。把构成宇宙万法的基本要素归纳为五位七十五法，即色法十一，心法一，心所法四十六，不相应法十四，无为法三。具有小乘佛学概论和佛教百科全书的性质。格鲁派列此为五论之一，大约是为了增宽学僧的知识面，让他们有一个更辽阔的视野，变得博学。

功德光《戒律论》即《戒律本论》，分十七事、三科，逐一论述僧人得戒之法、守戒之法、犯戒后还净之法。这是格鲁派对获得知识的僧人们最重要的劝戒，也是宗喀巴创立黄教的着重点之一。

^① 任继愈主编：《宗教词典》第1027页。

以上五部经论的学习阶段分别称为因明部、般若部、中论部、俱舍部和律学部。

三、学习方式

因明部阶段主要是打基础，以学为主，背诵经典显得十分重要。进入般若部学习阶段，由于已有一定的基础，学习方式略有变化，增加了辩经的内容。即每年都要进行几次大规模的辩经活动，通过答辩会、背诵测试等，鉴别学僧优劣，并提高知识水平。往往是先预习新课，然后在春、夏、秋、冬每季一次的大法会上由堪布讲释。背诵经文始终是不变的学习内容。测试时，少则 50 页（100 面），多则上千页，未能通过者受罚，如为寺庙树木浇水，或当众请求宽恕。因病或为康参办公事而耽误学业者，可获宽宥。拉萨寺的般若部学僧毕业典礼都在藏历 9 月 15 日进行，为期 30 天，由毕业班学僧自己抽调优秀者来承办，由他们来做显赫的“翁则”（领经师）、“甘丹赤巴”和“格贵”（执法员）等法会主角，是一次十分难得的社会实践活动，主要是诵经、发放茶饭和娱乐。

中观部阶段，除了背诵经文之外，很重视学僧分析问题和研究问题的能力，即掌握宗喀巴中观学说精义，并获得正见。为达到这一目的，寺院在学僧同级辩论的基础上，让高年级学僧，即那些将要参加格西考辩大会的学僧参加进来，与同学们一起立宗答辩，相互提高。

在俱舍部和戒律部采取同样的方式进行学习。随着学僧们知识水平的提高，辩论的档次也在不断提高，内容更扎实、深入，场面也更加精彩。但对该二部经论学习的次序各大寺略有分歧，哲蚌寺先学《俱舍论》，后学《戒律论》，而色拉

寺则相反。

辩经是寺院学习生活中最为闪光的一段，同时也是至为关键的一步。对应考的学僧来说，不仅要有扎实的佛学知识（主要靠平时背诵获得），而且要有灵活运用逻辑思维的能力（或有较强的逻辑思维能力），此外还须有出色的辩论才能和应变能力。参加答辩者均为中高年级的学僧，在拉卜楞寺，答辩者为五年级至十二年级的僧侣，提问者为各级级长（交尔本，skyor-dpon）和有地位的活佛所推选出的优秀僧侣。辩论程序是：由级长、活佛、优秀僧侣依次提问，答辩者由各年级逐级轮流充当，该级僧侣全体应付答辩，谁会谁答。辩论时，主辩者树立一个观点，并提出支持该观点的一系列论据，提问者则边提问题，边拍掌高呼，挥舞念珠，不留情面。对答者答错时，僧众则手背相击，呼喊“嚓嚓”（tsha tsha，羞、羞）。提问者无问题可提或答者无言以对时，全体僧众则喝倒彩，高喝“噢哈哈”，胜者兴高采烈，趾高气扬，败者垂头丧气，羞愧难当^①。

第四节 密宗学院及其修习内容

格鲁派由于祖师宗喀巴在密部的数量、灌顶、三昧耶戒、近修，以及曼陀罗的事业、次第方面的阐释，而有章可依。它吸收了噶当派的菩提道次第和菩提心教授，玛尔巴和郭洛扎巴等所传集密，热、卓、雄诸译师所传时轮，萨迦派的胜乐与喜金刚，玛季等所传大轮金刚手，热、觉、当等三人所传红黑怖畏等四部曼陀罗灌顶，噶举派中法义心要的乐空大手

^① 甘南藏族自治州文史资料研究会编：《拉卜楞寺概况》，1984年。

印、那若六法、尼古六法等，兼有众家之长^①，并形成自己的密宗学修体系。

一、密宗学院的两类生员

在黄教寺院中均设有显宗（教）学院和密宗学院，而且各密院的状况也大致类似。密宗学院最著名者当属拉萨的居麦巴札仓（下密院，rgyud-smad-pa-graw-tshang）和居于上部的居堆巴扎仓（上密院，rgyud-stod-pa-graw-tshang）。前者由宗喀巴弟子喜饶生格尊者在1433年建立，后者由喜饶生格的弟子贡噶顿珠在1474年建立，是黄教密宗的最高学府。两院额定扎巴（学僧）各500人，但多时可至一千，少时只有二三百人^②。

在密院中学习的僧人有两类：一类是在三大寺（或其他显宗学院）长期学习，并获得“拉然巴格西”学位的人，即“佐仁巴”（rdzogs-rim-pa）；另一类是来自三大寺或其他地区寺院，未接受完整的显宗学院学习，或只学过一部分显宗课程，均未获得格西学位的僧员，即“吉仁巴”（bskye-rim-pa）。前者是密院的中坚，按年迁升，前途无量，一般先在寺中担任格贵（执法员），督察学院内的清规戒律，为期一年；期满后升任“强佐”（恰佐，管家），管理寺院和寺属庄园的经济收支，任期最长为5年；然后升任“翁则”（领经师），负责僧众念经，兼教经典，代行堪布之职，行使教务权力；满3年后，升任堪布，掌管本寺政教一切事务；期满卸任，即为

① 观空：《格鲁派》，中国佛教协会编《中国佛教》（-·-）。

② 高禾夫：《上、下密院历史沿革及其所传密宗考略》，《西藏研究》1986年第3期。

喜金刚院即夏历学院，与时轮学院类似，侧重点略有不同^①。

上下密院的课程学习也有章可循。拉卜楞寺上密院即分修习内容为三个阶段：初级阶段，要背会《妙吉祥名经》、《怖畏九首金刚经》（大威德）、《六臂护法经》（怙主）、《法王护法经》、《骡子天王护法经》（神女）、《北方财宝护法经》（多闻子）、《集密金刚经》（密集）、《大自在金刚经》（胜乐）和《续部经》。中级阶段，要背会《开光经》、《法行》50卷、《集密金刚坛城》、《大自在金刚坛城》、《怖畏九首金刚坛城》等的细沙彩绘坛城技术，掌握《密集》、《大威德》、《胜乐》三大金刚的“烧坛经”彩沙制作、绘描技术。升级时，要背诵这三部金刚的《生起与圆满次第》中之一部，掌握八种佛塔的绘图和土地金刚线的画法。高级阶段，依《生起与圆满次第》之道次修习真谛，考取密宗学位^②。学通密宗经典，考取密宗学位之后，再依据其所学经典状况选择本尊修习。学习阶段的结束，也是真正意义上的修法阶段的开始。

三、密宗修习内容

密宗修习阶段是从选择一位金刚上师开始的，若得上师许准，即接受灌顶，上师手持一装有盛水的宝瓶，将水洒到受者头上，让受灌顶者饮用人头盖骨碗中的青稞酒，继之，由受者向上师立誓修习密法并不许外传。也有供献处女接受灌顶者。举行仪式之后，习法者要恭敬依止上师，行五体投地大礼，供奉曼陀罗（坛城），念诵金刚萨埵百字咒或三十五佛

^① 李安宅：《藏族宗教史之实地研究》第193—194页，中国藏学出版社1989年版。

^② 甘南藏族自治州文史资料研究会编：《拉卜楞寺概况》。

忏悔文。嗣后选择一本尊开始修行。

格鲁派密宗学院的修习，也遵循宗喀巴《密宗道次第广论》的规定，分两个阶段进行，即先修“生起次第”，然后再修“圆满次第”。

密宗修习从观想作为本尊神特征的四清净开始：即（1）住所清净，由观修本尊坛城构成。（2）身清净，由本尊的清净之身确定观修者之身。（3）受用清净，利用个人的能力显现和受用所献供品与赞颂。（4）行为清净，自我观修使得本尊显现，并可使显现之本尊隐逝。本尊如此显现，是为了救渡众生，并引导他们成佛^①。修本尊，目的是通过观想使自己与本尊融为一体。

密法修习有四个步骤，即事部、行部、瑜伽部和无上瑜伽部。行、事总续出世部分佛为三部，即如来部、莲花部、金刚部；瑜伽总续分佛为五部，即在三部之外另加宝生部、业部；无上瑜伽续分佛为六部，名毗卢部、宝生部、弥陀部、不空部、不动部、金刚持部。毗卢部即如来部，弥陀部即莲花部，不空即业部，不动即金刚部，宝生即宝部，也即五部之外加上金刚持部。每部各有部尊、部主、部妃、部顶、男女明王、男女使者、菩萨、天龙药叉等神圣八种或五种^②。

在修习到“圆满次第”，也即无上瑜伽部时，按密典规定要用处女作“助缘”或“明妃”，方可功德圆满，修身成佛。这是由于打通中脉最难又最关键的缘故。通过男女双修，贯通中脉，即入于佛界，入水不溺，入火不焚，游行灵空，如履平地。但是，据说宗喀巴在修到这一阶段时，抵制住了诱

① 扎雅：《西藏宗教艺术》第33页，谢继胜译，西藏人民出版社1989年版。

② 李安宅：《李安宅藏学文论选》第122页，中国藏学出版社1992年版。

惑，他为了黄教事业的发达，以身作则，严守戒律，声称宁愿不成佛，也要保持童子身。祖师的榜样，即是无言的训戒，成为历世甘丹赤巴不可逾越的雷池。于是，他们不修真女人，而以酥油、牛奶、红糖等作为度母的代用品，完成修法活动。

第五节 学制与学位

一、宁玛、噶举和萨迦派的学制与学位

1. 宁玛派

宁玛派在各派中是较古老的一个佛教派别，以师傅口授密法为主要形式，后则借鉴格鲁派的教育体制，建立自己的学院，培养本派有用人才。所习有所谓九乘：声闻乘（一听即懂）、独觉乘（努力即可精通）、菩萨乘（助人觉悟）、密法事部、密法行部、瑜伽部、大瑜伽、无二瑜伽、无上瑜伽。前二者属小乘，后七者属大乘；前三者属显宗，后六者属密宗。

每个寺院的大喇嘛或活佛即是该寺的学术校长，下设院长或教授，主管哲学讨论、实际辅导和宗教仪式；也有讲师，从事具体辅导^①。学习次第也先显后密，先习经后修法。学制六年（一说十一年），前三年（一说五年）学经，后三年（一说六年）修习训练。其远传经典包括《幻变经》、《集经》、《心品》等；近传伏藏（掘藏文献）有《十万宝训》、《莲花生遗教》等；师傅亲传则为密法。

2. 噶举派

^① 李安宅：《宁玛派（红教）——藏传佛教的早期形式》，《李安宅藏学文论选》第252页，中国藏学出版社1992年版。

噶举派有显密之分，显教要学习寺院纪律，龙树《中论》，世亲的《俱舍论》和弥勒的五著。密教则包括新译密法，两种识别，最深奥义和特殊保护神。噶举派有两个传承，一是玛尔巴、米拉日巴和塔布拉杰所传玛尔巴派（塔布噶举），其主要学习《集密》、《回座》、《六法幻身》、《迁识》、《大幻化》、《六法修梦境》等。另一个是琼波南交派（香巴噶举），主要教授《胜乐》、《喜金刚》、《集密》、《空行五教》、《亥母密修》等。各有侧重。教学等级分普通学习、心理训练、学生助教和教授。

3. 萨迦派

萨迦派由于有元朝时期作为帝师的辉煌经历，以及产生过萨班、八思巴这样一些极具盛名的大学者，而与宁玛、噶举有所不同，不仅寺院教育体制较为完备，而且有自己的学位制度。

萨迦派的教育也包括学和修两个方面内容。在学习方面，包括五个阶段，修习也包括五种方法，同时要信守十条规则。

萨迦派对学习该派教法者，有一些基本要求，可以说是招生条件，即“有暇”与“圆满”，前者包括平静、安乐，具学法根器，身心健康，耳聪目明，心智敏捷，持正见，气质儒雅。后者指境遇安乐，且依皈佛、法、僧三宝。

在学习阶段，先学藏文字母，书写，再学习向无我佛母、四威猛神和护法神礼拜、祈愿仪式。继之，学习制作画像和用酥油、糌粑塑像。包括喜金刚、胜乐金刚、空行母及时轮金刚等仪轨。有了以上基础，有志者即依止精通佛理、因明的博学上师，请求授予沙弥戒，是为第一阶段。度过三个月修禅期，学法者要遍访各地名刹，向堪布、大德发菩提愿，并以各种方式奉献自己及其一切，此为“入菩提道”，即为学习的第二阶段。接着，随萨迦高僧学习大密金刚乘心要，同时学习对喜金刚的崇拜

仪式,以求获得它的加持,学习密宗经典,再现本尊(生起、圆满)次第的修法,使自己与本尊合为一体。还须接受圣水瓶灌顶、密灌顶、句灌顶和智慧灌顶。此为第三阶段。随之受比丘三戒(普通戒、菩萨戒和密宗戒)。接受七种曼荼罗灌顶,学习颂圣典、跳神舞。最后是室内瑜伽。

萨迦派的学位分为五等:精通四部经论者称“噶西巴”;通达五部经论者称“噶阿巴”;精熟十部经论者称“噶居巴”;掌握十二部经论者称“饶降巴”;精通五明及各科学问的称“班钦”或“大班智达”。

在修习阶段,首先,要做到控制内心将主观意识与客观事物分割开来的欲望,为“静虑师”。第二,是修习亲见本尊,并与本尊融为一体,为“得证瑜伽师”。第三,为“小成就者”。第四,为“中成就者”。第五,为“大成就者”。

萨迦派的信仰十规则是:(1)写法(抄印经典);(2)尊法;(3)布施法(向别人传法);(4)闻法;(5)诵法;(6)习法;(7)讲法;(8)背诵法;(9)念忆法;(10)默想法。这些规则,学自印度古代名刹那烂陀寺规^①。

其他各派也各有自己的学习次第、学制等,但是,只有格鲁派的学制和学位制度最为完备,且影响巨大。

二、格鲁派的学制与学位

格鲁派学制大致有十三班级和十五班级两种,如哲蚌寺分十五级,而甘丹寺、色拉寺、塔尔寺、拉卜楞寺等均为十三级。这是显宗学院的状况,也是最主要的学习阶段。

^① 李安宅:《喇嘛教萨迦派》,《李安宅藏学文论选》第207—212页。

一个学生在具备一定基础知识后，经老师推荐进入“却热”（chos-raw，法园）即开始了正规的学习生涯。寺院把五部经论划分为不同的学级，每一个学级各有不同的学年，一个学年则分为两个学期（上半年和下半年）。但不同寺院学级设置有别。哲蚌寺郭莽等札仓，将《释量论》设五个学级，每级一年（色拉寺麦扎仓为三学级，每级一年）；《现观庄严论》为六个学级，为期七年；《入中论》（即中观部）分新旧论两个学级，为期四年；《戒律论》为一个学级，没有规定年限；《俱舍论》只设一个学级，为期四年（在色拉寺，后二经各两个学级，为期各四年）。计十五个学级，长达二十年以上。学期为藏历2—6月和8—12月，前后各有假期。学僧的升级，主要靠背诵经文和辩经通过来获得。

拉卜楞寺的“因明部”为五个学级，各一年，分别为：“辩红白下”、“辩红白上”、“集下品”、“集上品”，最后一年学《因明论》和《释量论》。“般若部”为四个学级，各一年，分别是：“经新上”、“经新下”，第三年学2—3品，第四年学4—8品。“中论部”为二学级，各一年，即“中论新级”、“中论旧级”。“俱舍部”为一级，四个学年，分别为学初四品，后四品，后两年总复习一次。“律学部”为一级，学期一年。共十三级十六年。“律学部”往往不定，有人终身在此学习而未能毕业，所以，时间便会更长^①。

格鲁派三大寺的学位制度分为四等，一等是拉然巴格西，二等是措然巴格西，三等是多然巴格西，四等是岭赛格西。通过四次考试，第一次在春季三月的法会上，考试在扎仓内进

^① 李安宅：《西藏系佛教僧侣教育制度——拉卜楞寺大经堂闻思堂的学制》，《李安宅藏学文论选》第15—27页。

掌政制，建立西藏地方政府——噶厦，明确规定“凡卫藏事务皆命驻藏大臣会同达赖喇嘛裁决”，并设立三僧一俗四噶伦，办理各项事务^①。为了适应这种僧人直接掌政、政教合一的形势需要，七世达赖喇嘛在1751年建立僧官学校“孜拉扎”，由译仓（秘书处）直辖，为政府培养僧官。学员多来自寺庙，且多是大差巴的子弟。所学课程主要是藏语文、诗歌、修辞及佛经、算术、梵文等。在此同时，也成立了专门培养世俗官员的俗官学校“孜康拉扎”，藏语文、算术及五世达赖“教言”，第悉·桑结嘉措的《法典明鉴》等，是其主要课程。教员是噶厦政府孜康（审计财政机关）的会计和档案管理员，学员则均为大小贵族子弟。1916年，第十三世达赖喇嘛搞“新政”时，也设立了一所学校，即医算学院（门孜康拉扎），培养医药历算人才。

以上三个学校，均是在新的政治背景下建立的专门学校，主要目的是为地方政府培养有知识、懂专业的管理人才，它在教育史上的意义十分重大，但社会影响却极其有限。真正成为教育主渠道的，仍是寺院教育，社会真正崇尚的还是佛学人才，真正有学问的人也在寺院之中，佛学依然是知识的代名词。

作为知识的拥有者、传播者和积累者，僧人，尤其是喇嘛上师，具有很大的权威性。对于追求知识、渴望知识者，他们是博学者，是导师；对于修法者，他们是值得尊敬，并且必须皈依的上师；对于信徒，他们是佛的化身，是佛法的传播者和代言人；对于病者，他们是医生；对于受灾者，他们是救星；他们是驱邪者，是巫师，是占卜师，是无所不在的

^① 《清高宗实录》卷385；张其勤：《清代藏事辑要》第179—183页，西藏人民出版社1983年版。

神灵的沟通者。你无法拒绝僧人，恰如你无法拒绝呼吸空气。僧人，尤其是学识渊博、品行高尚的僧人，以他们大慈大悲之心，为孤弱无助的人们带来了一丝丝温暖，一缕缕生的希望和勇气，也为佛教赢得了巨大的声望与社会影响。

在政教合一的大背景下，作为僧人，又具有特殊的意义，尤其是地位显赫的高僧，更让人艳羡不已。他可以拥有很大的政治权力，给家族带来丰厚的财产和崇高的社会地位；他有许多仆从听其使用，可以锦衣美食，很坦然地接受人们的顶礼膜拜；可以纵论大事，左右地方政教局势。由于他们已得道成“佛”或进入“化”境，已很少受到清规戒律的严格约束，完全有理由通过修法来接触女性，享受人世之乐。因此，成为一名僧人，并努力学习、不断上进，成为一名知识渊博、地位崇高的高僧，便成了人生追求的远大目标。把知识的积累与社会地位的提高很好地结合起来。在社会上自然造成一种“万般皆下品，唯有读经高”的风气。寺院里，诵经之声朗朗不断；辩经场，立宗诘难喊声震耳。僧人们在追求知识、追求智慧、追求真理，也追求社会地位的漫长学习生涯中，去展示、发挥和实现人生价值。

藏传佛教的寺院教育，不仅为社会培养了一大批人才，积累了丰富的典籍文献，而且，也提高了本民族的思辨能力，增长了智慧。一个民族全部醉心于脱离现实的玄想和自我解脱，不是一件值得欣慰的事，但是，一个能在佛教的沉思和雄辩中达到很高境界的民族，必然是一个蕴涵潜能、大有希望的民族，应该对中国，乃至全人类的文化事业有更大的贡献。“学而优则僧”，在古代青藏高原，也是尊重知识的一种表现。我们期望在寺院教育重视背诵领会、钻研精神和讲求辩论的学术传统中，能找到更多合理的东西，以期鉴往知来，服务当世。

第八章 青藏高原的地方法律

第一节 部落习惯法

吐蕃是由雅隆河谷的一个部落逐渐发展起来的，而且是以吞并周围各部落为前提的。吐蕃王朝的建立，更是以部落作为它的社会基层组织。这既与原始的社会发展阶段有关，又与青藏地区以部落为主要内容的畜牧经济和生产生活方式有关。部落习惯法，可以说是青藏高原地区颇具代表性的法律文化的组成部分，且占据重要位置。在部落内部，习惯法依靠部落首领的强制力来实施，在部落之间则通过盟誓方式得以确认和执行。吐蕃时代，“赞普与其臣岁一小盟，用羊、犬、猴为牲；三岁一大盟，夜肴诸坛，用人、马、牛、间（驴）为牲。凡牲必折足裂肠陈于前，使巫告神曰：‘渝盟者有如牲’。”^①在《敦煌本吐蕃历史文书》中，记载了大量有关部落间盟誓的史实，这种方式也通用于与邻邦的关系，如唐蕃之

^① 《旧唐书》卷196，《新唐书》卷216吐蕃传。

盗窃寺院财产，对活佛、喇嘛不恭敬者，也要受到严厉处罚。对一些神山、圣水、动物等采取禁止介入或伤害的措施，违者严惩，禁区（有神灵处）之可猎物不能染指，非禁区的国家保护动物却可滥杀，是习惯法所面临的问题。

二、部落利益至上原则

部落习惯法十分强调部落集体利益和本部落的利益。青海玉树部落法规定：在草山使用方面：（1）草山牧场由千户长、百户长支配，可任其买卖、出租、赠送、抵偿，并享有优先使用权；（2）搬迁四季草场，更换放牧场所，由部落首领择定良辰吉日统一搬迁，如迟搬、早搬或随意落帐，则要受到处罚，方式包括罚款、抽打或没收财产。（3）各部落之间草场地界明确，不得逾界放牧，有他处千户越界驻牧，罚犏牛 7 头，百户等罚 3 头，平民户各罚牛 1 头^①。部落牧户若要外迁，需交“出籍礼”，一般为 1 只羊 1 条哈达，违者受罚；新迁入牧民要向头人千户交“入籍礼”，还要负担部落差款，遵守部落法规。

在经常发生的部落之间争执与械斗（打冤家）中，部落成员必须服从部落规定，维护本部落利益。“出兵派定，若有千户等不去者，罚犏牛 50 条，百户等罚犏牛 40 条，管束部落之百长等罚犏牛 30 条。凡管束部落之头目等带领全寨部落不去者，以军法治罪。指定前往地方，违限一日不到者，千户等罚犏牛 7 条，百户等罚犏牛 5 条，管束部落之百长等罚

^① 多杰整理译注：《玉树部落制度及法规》，同上书第 47 页。

犏牛 3 条。违限数日者，计日递加罚牛”^①。

各个部落对损害本部落利益者，有从重处罚的法律，如对偷盗罪的量刑，即分外偷和内偷。对外偷者，如偷别部马匹，则罚交一支枪 5 两银；如系从别人畜圈偷来，则罚交一匹马或 10 两银。同时，还要向本部落长官交一马一枪，向本部落十户营帐交一支枪。赔偿额，一般以赃物两倍左右为准，且依被偷者身份地位等略有上下浮动。偷窃本部落成员的牲畜财物，被视为下贱无耻之举，情节就要严重得多，不仅加罚九倍，连赃物计十倍赔偿，还要受到体罚。在官员或上师喇嘛去世时偷盗者，处罚还要严重一些^②。今甘肃省甘南藏族自治州夏河县甘加乡境内的甘加思柔部、仁青部落的“偷盗加倍罚”规定：（1）部落之间偷盗，抓获后，除退回原物外，罚半个银元或相当的财物。（2）部落内部的偷盗，拿获后，要加倍惩罚，如偷一头牛，要赔偿 2 头大牛、一头小牛、9 只羊；偷一匹马，赔马 2 匹，羊 9 只；偷一只羊，赔偿 9 只羊。此外，还要给“郭瓦”（拉卜楞寺所派头领）、部落头人一头牛或一只羊，以示服罪^③。严格维护本部落的利益。

三、杀人赔偿命价

在青藏高原的藏族部落习惯法中，杀人一般是不处死刑的，而是代之以财产赔偿，此即所谓人的命价。在甘加思柔、仁青部落，命价数额以被害人的社会地位来决定，打死一名

① 西宁办事大臣达肅编（1734 年）、雍正十三年钦定颁布《西宁青海番夷成例》。

② 格明多杰整理翻译：《果洛旧制中的部落法规》。

③ 多杰整理：《甘加思柔、仁青部落法规》。

部落头人，要赔偿 9 个人的命价；打死一名普通男子，赔偿命价 800 元或 900 元；打死一个女人，赔偿男子命价的一半，即 400 元或 450 元；部落之间械斗发生命案，所赔偿的命价，由全体部落成员集体承担；部落内部发生命案，若凶手无力赔偿，则由其亲属协助赔偿，然后将凶手驱逐出部落，三年内不能进入部落居住。三年期满，要返回本部落居住时，需给部落头人交一匹马^①。这算是轻的。玉树地区的部落法规就要严厉得多，如打死千户百户头人，命价最高为 100 锭银子，次之为 60 锭银子，最少也要赔偿 2 000 块大洋；若几个部落合伙打死一个头人，则每个部落均要交出 5 户牧民作为死者部落的属民，并要交出 5 条水流区域的草山。打死百长、干保、十户长等小头人，赔偿命价分别是 70 头牛、45 头牛、38 头牛。打死一般平民，赔 5—6 头牛，或一锭银（50 两），或 400 块大洋，并罚刻嘛呢，念经悔罪。另外，还得向受害一方交一支枪、一匹马、一把刀。巴塘部落规定：一般杀人者，首先吊打 2 000 皮鞭，然后赔偿死者命价 20 锭银子；斗殴致死人命者，交 18 锭银子；屡犯杀人害命罪者，挖眼割鼻。此与前者略有区别，即刑罚与赔偿兼施。

还有些部落，以处罚实物形式来赔偿命价，且分为三个种类：一是罚茶 80 包（约值银 300 两）；二是罚购交经卷 108 卷（约值银 600 两）；三是罚购交经卷或其他实物（约值银 1 000 两）。同样，部落之间的人命案，凶手无力赔偿时，由本部落摊派承担；部落内部命案，凶手无力赔偿命价时，由亲属协助赔偿^②。

① 多杰整理：《甘加思柔、仁青部落法规》。

② 多杰整理翻译：《玉树部落制度及法规》。

青海果洛的习惯法，对杀人赔偿规定颇细，分为死与伤、男与女、血价及杀人未遂活付，并依其身份划为上中下三等。其中男性命价，上等正额为100头牦牛；交付受害者弟兄“失膀”抚恤白银一锭（50两）和枪5支，马五匹；本家亲戚“失亲”款为上一项之半；孤儿“捶胸”之项白银10两；寡妇“拭泪”之项，袍料布一段；被害者“铺垫”之项一枪一马，盖尸布一匹，驮尸牛及鞍绳一套；“煞巴善末”之项刻石板玛尼经文十万言超度。同时，还要付给官方介入调停之“调头”费白银一锭（50两）或5头牦牛，凶手坐骑与枪支，必索（法定）5马5枪和非必索（临时确定）的5马5枪；“悔罪”缴官之项，白银一锭或牦牛4头；审酬，5枪5马。男性中等命价，正额为70头牦牛，下等命价为50头牦牛，其他项目如故。女性也分三等，且各为男性之半^①。

以上命价，对一般牧民来说是相当沉重的，这也许能起到约束杀人犯罪的作用。该法律明确地把个人纳入部落之中，在部落内部又纳入亲族之中，使个人行为受到群体的约束与规范，达到减少或抑制犯罪的目的。但也存在男女命价的严重不平等和阶级的不平等。该法规在藏区同样影响到刑法的执行，许多人选择命价赔偿而不是杀人偿命的方式。

四、罚款（物）通用原则

在青藏地区藏族牧区部落习惯法中，罚款是极其通用的原则。最常见的是偷盗加倍赔偿法，除前引内偷、外偷区别对待外，被偷者的社会身份也产生很大的影响。玉树部落法

^① 格明多杰整理翻译：《果洛旧制中的部落法规》。

规定：偷平民，偷一罚二；偷活佛，偷一罚九；偷部落头人，偷一罚十。巴塘部落的习惯法略有不同，对族内偷盗平民财物者，抽打 500 鞭，如供认不讳，赔偿 3 倍；如不招供，又无证据则从轻处罚；族内偷百长、喇嘛的财物，除以 9 倍或 10 倍赔偿外，还要吊打体罚，甚至割鼻；部落之间的偷盗，一旦被发现，见官退还原物即可；偷盗抢劫被发现，却又赔不起者，可赔三分之一，其余部分可罚刻玛尼石或鞭笞折抵^①。罚款与体罚并用。

在西藏那曲宗罗马让学部落，原规定偷盗者要砍手，后改为赔 2—9 倍的原财物。如偷者已用完赃物，即鞭笞抵偿，一两银子打两下，偷一匹马作 50 两，一只绵羊作 5 两；草场失火，按受灾面积大小决定罚款之数，马在失火四周走动，也要罚款，按一马步罚藏银 9 两计算；男女发生不正当性关系生了小孩时，罚男方给女方一头奶牛；分家者要罚一头牛；听到土匪活动消息不报告者，罚一头牛；有枪有马的牧民听到土匪不出击者，罚一头牛^②。在青海共和县倒淌河一带的黄科部落习惯法中，有多达 26 条的违法罚款项目，主要是维护头人的特权的，其中包括不经头人许可买了外人东西者，或者擅自结婚、离婚者；甚至在头人面前放了响屁，也要罚款，并令其 7 日内不准见人^③。由此看来，罚款罚物，利用经济方式解决一切社会问题，是部落习惯法最本质的内容。

① 多杰整理译注：《玉树部落制度及法规》。

② 西藏社会历史调查资料丛刊编辑组：《藏族社会历史调查》（三）第 47 页，西藏人民出版社 1987 年版。

③ 多杰整理：《黄科部落制度及法规》。

一、表述不一、理解不一、安排序列不一，表现为地区差异性；法规的弹性大，因审案人、当事人和相关人、地的不同而有异，表现为随意性^①。尽管如此，历史上却很少有人怀疑它的权威性和公正性。

第二节 地方政权的成文法

一、吐蕃王朝的成文法

《敦煌本吐蕃历史文书》记：“吐蕃典籍律例诏册，论相品级官阶，权势大小，职位高低，为善者予以奖赏，作恶者予以惩治……”等，均出现于松赞干布执政之时^②。同书又记，虎年（654年）大论东赞于蒙布赛拉集会。区分“桂”（军士）“庸”（仆从），为大料集（征税）而作户口清查。次年（655年），大论东赞在高尔地写定法律条文^③。说明吐蕃王朝时期有成文法，并始自松赞干布时，同时又是逐渐完成的。《旧唐书·吐蕃传》记其国“用刑严峻，小罪剜眼鼻，或皮鞭鞭之，但随喜怒而无常科。囚人于地牢，深数丈，二三年方出之”。反映了吐蕃刑法简约而严厉的状况。《西藏王统记》（王统世系明鉴）还记载吐蕃学习借鉴突厥法律的史实，均是有据可依的。

据《五部遗教》记载，当时“制订了上三法、下三法、三行法及三不行法”，上三法是“对贤良正直者以（社会）地位

① 张济民主编：《青海藏区部落习惯法资料集》第12—13页。

② 王尧、陈践译注：《敦煌本吐蕃历史文书》（增订本）第169页，民族出版社1992年版。

③ 王尧、陈践译注：《敦煌本吐蕃历史文书》（增订本）第145页。

褒之，对克敌之勇士褒以虎（皮），对报恩及聪敏者以告身褒之”。下三法是：“斩杀盗贼，捺除谣言和控制淫乱。”三行法是：“施行三宝正教，犯法者及医疗费用，偷王者（财物）赔偿百倍，偷寺庙（财物）赔 80 倍，偷平民（财物）偿 9 倍。”三不行法是：“凡一切逆反之行为勿令传播……，对古今习俗规范勿生损害之念，勿使奴隶和武士放纵，女奴当尊命行事，爱护新近知己……”^① 形成法律 15 条。

作为王朝大法并对后世产生较大影响的是七大法和纯正世俗道德十六条。前者包括：（1）不准杀生法（据此赔偿命价与损失）；（2）不授则不取之法（此法即对偷盗者罚百倍、80 倍和 8 倍）；（3）勿淫邪法（奸淫罚金或刈鼻刺眼）；（4）禁止谎言法（以各自护法神为证起誓）；（5）禁止饮酒法。此为佛家五戒，另加（6）奴隶不造反；（7）不盗墓掘墓。即为七大法。后者包括：（1）敬信三宝；（2）求修正法与文字；（3）尊敬父母；（4）敬重有德；（5）敬贵尊老；（6）义深亲友；（7）利济乡邻；（8）直言小心；（9）追踪上流，远虑高瞻；（10）饮食有节，货财安分；（11）知恩有报；（12）秤斗无欺；（13）慎戒嫉妒；（14）温语寡言；（15）忍修大度；（16）不听妇言^②。从敦煌古藏文写卷 P. T. 1283 号《礼仪问答》中能看到这些要求的精神及在社会生活中的反映。

当时，还制订了涉及王朝政治、军事、经济和刑事审判等方面的法律，有所谓印匣、军旗、宫堡、寺院、虎皮袍、告身六大标志；草豹虎皮、狐帽、佛法、织者和本教徒、告身、盗贼六褒贬；虎皮褂、虎皮裙、缎鞍、马镫缎垫、项巾、虎

^① 欧坚朗巴撰自雅隆石窟：《五部遗教》第 442—443 页，民族出版社 1986 年版。

^② 巴卧·祖拉陈瓦：《贤者喜宴》第 190—194 页，民族出版社 1986 年版。

皮袍六种勇饰；大中小三恭（贡）论，囊论（内相）三者，整事大相三者，计九大论，分别主外务、内政和监察审判。此外，还有规定升、两、合、勺、钱、分、厘、毫等制度的度量衡法等。审理刑事案件的三法：不羞辱尊者，不使贫弱者气馁；双方犯罪按“优巴坚”法；双方均有理按“两种姓法”判之等^①。

这些法律制度对于保障吐蕃王朝的强大与社会发展，自然起到积极的促进作用。唐高宗咸亨三年（672年），吐蕃遣其大臣仲琮来朝，高宗皇帝想知道吐蕃为什么能强大起来的原因，仲琮明确回答说，吐蕃自然环境恶劣，文化落后，“文物器用，岂当中夏万分之一！”“但其国法严整，上下齐力，议事则自下而起，因人所利而行之，斯所以能持久也”。^② 提到严明法律的作用。

二、帕木竹巴地方政权的十五条法

吐蕃王朝瓦解后，青藏高原地区处在分裂与混战状态之中，既无佛法也无王法，可以说是一个无法时期（只有松散的部落习惯法）。元朝时期，西藏地方纳入中央政府治下，元朝的各项法律制度推行于青藏，“杀人偿命”的观念也出现于藏区。元朝灭亡后，在元朝帕木竹巴万户基础上发展起来的帕竹地方政权，对原有法律进行改革，形成了十五条法。

据第五世达赖喇嘛《西藏王臣记》载，十五条法是由帕竹政权和创立者大司徒绛曲坚赞订立的，内容包括：（1）英

^① 巴卧·祖拉陈瓦：《贤者喜宴》第190—194页，民族出版社1986年版。

^② 《册府元龟》卷962外臣部才智条。

雄猛虎律；(2) 懦夫狐狸律；(3) 官吏执事律；(4) 听讼是非律；(5) 逮解法庭律；(6) 重罪肉刑律；(7) 警告罚金律；(8) 胥吏供应律；(9) 杀人命价律；(10) 伤人处刑律；(11) 狡赖赌咒律；(12) 盗窃追赔律；(13) 亲属离异律；(14) 奸淫赔偿律；(15) 过时渝约律^①。

绛曲坚赞是一位掌握政教大权的万户长，同时也是一位僧人，他取消了“杀人偿命”的死刑条款，按照吐蕃人的部落习惯法，恢复使用“杀人命价律”。他的“十五条法”的主要依据是吐蕃王朝的旧有法律和广为流传的部落习惯法。在刑法中，体现了经济制约、赔偿万能的精神。在敦煌古藏文法律写卷中，有《狩猎伤人赔偿律》(P. T. 1071 号)、《纵犬伤人赔偿律》(P. T. 1073 号)和《盗窃追赔律》(P. T. 1075 号)^②，在狩猎伤人赔偿律中，详细规定了上至大论、大囊论、赞普舅任平章政事者、副大论者，直到王室民户、一切尚论之耕奴等的命价赔偿银两、加害者身份、伤亡状况及狩猎射箭罪由。最高的身命价为10 000两银(亡)和5 000两(伤)，最少只有50两(亡)和10两(伤)。但是，若是低级官员和普通平民射死最高一级官员，如大尚论等，则要斩杀罪犯全家男性，以绝其嗣，同时没收其全部奴户、库物、牲畜财产。《盗窃追赔律》规定，“若盗窃价值4两(黄金)以下，3两以上之实物，为首者诛，次者驱至近郊，其余一般盗窃者分别赔偿”。“赞蒙(王后)、夫人、小姐、女主人之财物和尚论以下，百姓以上之财物被盗，对行盗者惩治之法是戴上镣铐，颈上加枷，刑官于其上盖印，责以大板，罚作劳役

① 第五世达赖喇嘛：《西藏王臣记》第139—140页，民族出版社1981年版。

② 王尧、陈践译注：《敦煌吐蕃文献选》，四川民族出版社1983年版。

修城堡一个月……，劳役未滿死去，由其兄长戴枷代行其役”。可见，绛曲坚赞的十五条法对吐蕃法规有继承，又有发展。他还规定，妇人和酒杜绝进入首邑乃东城的三重（大门、外门、内门）城门等。

十五条法典对后世影响不小。1613年，噶玛登迥旺布删去“英雄猛虎律”和“懦夫狐狸律”，形成“十三条法典”。1618年，噶玛登迥旺布又命白色瓦编订《十六法典》，也是在对“十五条法”增删的基础上形成的，增加了以钱抵命及抽筋、割舌等酷刑，以及“异族地区律”等。和硕特蒙古统治西藏时期，在青藏地区颁布、实施蒙古法律60条^①。

三、清代西藏地方成文法

清朝时期，西藏地方的政教大事、官员任免升降，以及军事、经济、财政、外交等方面的法律规定，是由朝廷确定的。较著名的是乾隆十六年（1751年）四川总督策楞等所奏，并由钦命颁行的西藏善后章程十三条，和乾隆五十八年（1793年）钦定藏内善后章程二十九条^②。是指导西藏地方各项重大事务的纲领性文件，同时也具有法律作用。但是，在西藏地方仍有各种成文法，发挥其维护统治者利益与社会稳定的功能。

据清人所撰《西藏记》和《西藏图考》等记载：“西藏相沿番例三本，计四十一条，所载刑法甚酷。大召旁，有黑房数间，拘系罪人，犯法者不论罪之轻重，皆禁于内，用毛绳将四肢绷起，听候发落。如二姓斗殴致命者，将尸弃水，凶手只罚银钱充公，并

① 乾隆年间《雅州府志》卷13《夷律》。

② 《清高宗实录》卷385，福康安等人奏折，藏文译文见牙含章《达赖喇嘛传》第62—71页，人民出版社1984年版。

给尸亲念经,或银若干,牛羊若干,追比全完而释之;无银则缚弃水中,籍没其家。其抢夺劫杀者,不分首从,皆问死罪,或缚于柱上,以枪打箭射,较射饮酒,死则割头悬示,或送珞瑜野人食之,或缚送曲水蝎子洞,令蝎子食之。若偷窃不道,将全家锁拿监内追比,或一倍三倍六倍九倍追完,将正贼去目、鼻,砍手。凡犯重罪,先以绳系缚,以皮(鞭)挞数十,抬于水中泡一时,取起再挞之,如是者数次,然后审讯口供。如其不认,则以滚油滴其胸,用大刀裂其肉。再不招,则捆缚坐水中,发分两股,以绳左右牵之,用白粗布蒙面,以水立浇之,不认再浇。或于十指甲内下油签。若永不招供,而后释放。倘熬刑而死,弃尸水中。其刑法残酷,从未之闻。至争斗打架告,理者罚银,曲多直少。犯而不告者,各重罚。无银则以长棍责释。若犯奸情,止罚银钱,随其贫富多寡不等,亦或责释。但犯法者,无论男女,俱于市中去衣责之,近亦有枷号者。”^① 这可以说是西藏地方成文法最本质的特征,是落后的农奴制度走到尽头的必然产物。

清代噶厦的刑罚肉刑较多,且极为残酷,它包括挖眼、割鼻、刈舌、截手、剥脚、去耳和抽筋等。还有一些刑罚骇人听闻,如“骑铜马”,即让犯人骑铜马上,内装燃烧的牛粪火,由八人抬着游八角街,活活把犯人烤死,然后抛入拉萨河里。又有让犯人戴重达五六十斤的石帽,或者用烟薰死等。一向慈悲的高僧们对此并未动一点怜悯之情。第五世达赖喇嘛曾发过一道谕令,谓:“拉日孜巴的百姓听我的命令:……如果你们再企图找自由,找舒服,我已授权拉日孜巴,对你们施行砍手、砍脚、挖眼、打、杀。”可以说道出了这位大活佛的

^① 《西藏记》(撰人未详),《丛书集成初编》,商务印书馆,中华民国二十五年;黄沛翘:《西藏图考》卷6藏事续考·人事类。

实公允。与此相关，人们深深意识到违天不祥，说谎遭灾的客观公正性。在佛教传入以后，轮回业报学说，天界地狱理论，以及对说谎和妄语的禁忌，让人们相信起誓的效力和神灵的英明。人们普遍相信“涤除污垢用水，洗净人心靠誓”。而且认定“学佛的僧人无恶趣，食誓的小人无解脱”。从而，使“神断”保持其神秘性和权威性。

二、神断的程序与规定

神断的程序一般分四步，即首先是起誓，其次是实施神断，第三看伤情与征兆，最后确定是否有罪。

起誓是十分重要的一个环节，一般在寺院、神像前或王宫进行，由起誓者当众陈明自己之无辜，并请具有巨大威力的护法神、战神等显灵作证；同时承诺，若有虚伪，甘受神灵裁处。许多神断活动到此即已结束，敢起誓者被无罪释放，不敢起誓者即定为有罪。但是，现实中的情况往往更复杂一些，诚如民谚所说，“饿狼食肉，窃贼食誓”，而且，起誓者所言如果皆属实，自然还要坚持己见，神断便不能就此罢休。于是，采取了一系列措施，希望从中窥探“神”的旨意，如是否有伤、伤的轻重，以及由于神力作用而出现的其他征兆、事实等，据此判定谁是罪犯。

从神断的程序来看，最关键和最具效力的是起誓，它利用了人们心理上对神灵的畏怖和敬信，往往能对罪犯起到攻心和威慑作用，从而达到使有罪者退缩招供的目的，从而也具有有一点可信性与合理性。为了增强起誓时的庄重森严气氛，传统法律规定：必要时，要让受审者剃去头发，脱光上衣，跪坐在一张新剥下的带血的牛皮之上，一边用装满鲜血的牛胃

擦拭其身，一边让他们发誓。

起誓也不是万能的，法律规定，有五类人不能参加神断起誓：一曰“金鸟不可网捕”，意谓善知识（格西）、喇嘛及普通僧人（扎巴）等，本身没有咒誓；二曰“黑蛇不可穷追”，指具有法力的咒师不能起誓，因为他们有能力解除咒誓的效力；三曰“黑鸽不可石击”，即饥寒交迫者或利欲熏心者不会受咒誓的公正的约束而食誓；四曰“孕狗不可棍击”，指女人为了自己的丈夫和孩子可能起伪誓；五曰“幼珠不可线串”，指没有鉴别能力的孩子、不知咒誓利害与取舍标准的弱智者均不宜起誓神断^①。

举行庄严的神断仪式时，还必须有人主持其事，这种事一般由当地头人和活佛来担当。当事人的亲戚朋友以及所有涉嫌人员均须参加起誓仪式。同时，起誓双方还各以巨额资财作为抵押，失败后交给胜诉方。胜败曲直完全归之于天意，自然会冤枉很多好人。

三、神断种种

在藏族民间，神断方式多种多样，花样翻新，主要有以下诸种：

1. 赌咒

这是最简便的办法，由头人召集全部落牧民，念经咒，让嫌疑人赌咒发誓、吃咒，不敢赌咒发誓者，即被确定为案犯。

2. 手持灼斧法

^① 参阅何峰：《论藏族传统的天断制度》，《西北民族学院学报》1996年第4期。

召集部落民众作见证，举行宗教仪式，呼唤神明显灵，然后将斧头烧灼，令嫌疑人手持灼斧走三步弃斧，用白布包手，于当日下午或第二日除裹查验，如无伤或无严重烧伤者，即宣告无罪。有些部落则采用徒手从火中取斧的方法查验，手被烧伤或伤势较重，即定为有罪。

3. 灼刀烤嫌法

在举行宗教仪式之后，用烧灼后的钢刀贴近嫌疑人的腿弯部，如腿打弯，即被认定是有罪犯人。

4. 抓烙铁法

当事人双方先各给头人交出一定数额的保证金，抓后失败者补交罚款。仪式由头人或活佛主持，由当事人手抓烧红的烙铁，然后以布包裹，并盖章封结，次日解开检查，烧起一个水泡，意味着真实，即判为赢者；烧起2个水泡，为半真半假；烧起3个水泡，意味着假，即判为输者，受到处罚。

5. 油锅拭手

召集部落民众参加作见证，举行宗教仪式，呼唤神灵现示神威，然后烧沸一锅油，令嫌疑人在油锅中拭手至臂，抽出用白布包裹，于当日下午或第二天拆裹查验，如无明显烫伤即宣布无罪，反之则有罪。

6. 油锅捞斧

让被告用手从烧沸的油锅中捞斧头，如未受伤即判赢者，由原告赔偿一定数量的财物。如果烧伤，即为输者，即使未作案，也定为有罪案犯，受到惩罚。

7. 沸汤摸黑白石子

将泥水煮沸或烧一锅奶茶，投入黑白石子各一块，让被告或不服调解者混水用手摸，摸出白石子，即为清白，打赢官司，原告或另一方要赔予财物。反之，则为有罪，施以刑

罚和经济处罚。

8. 舔斧刃

举行一定宗教仪式之后，令传唤而至的嫌疑人们分别舔锋利的斧刃，谁的舌头被割破，谁就有作案嫌疑，或者即是罪犯。

9. 抓门环

由部落头人与活佛商定好，让活佛点上灯、念着经，令被告从 10 步远的地方叩着头去抓门环，如果不敢去抓，即认定为作案者。

10. 羊粪蛋判断法

由活佛或部落首领主持，让当事人双方各站一边，中间画线，由活佛或头人向这一范围抛撒一定数目的羊粪蛋，事后清点，数目多的一方获胜。被告赢了，原告要付给一定的经济赔偿，是为“面子钱”。原告赢了，被告即要受到处罚。

11. 滚食丸

召部落属民做见证，举行宗教仪式，请神灵明鉴，然后将原告、被告名字写在纸条上，裹入炒面丸子，请高僧活佛放在一个盘子内，并按规定动作摇动，滚出盘子的食丸属谁，谁即被认定为罪犯或者诬告者，受到相应的处罚。

12. 抓阄丸

与上述方法相近，但是，是将黑白两纸条包在炒面丸子内，放在盘中滚动，然后由被告取一粒，若为白纸条即为无罪，反之，则为有罪，接受处罚^①。

在四川色达牧区部落习惯法中，发誓人多为被告的亲戚、笃信佛法者、有修养者、在群众中有威望和不说谎话者，被

^① 张济民主编：《青海藏区部落习惯法资料集》第 53—57 页，第 261—283 页。

青藏高原的法律与戒律便结下不解之缘。

一、以戒律为法律

吐蕃王朝的建立者松赞干布制订法律时，恰值佛法传入并受到统治者青睐之时，符合社会道德的佛教戒律，很自然地被借用过来，作为制订法律依据，甚至直接用作法律，为世俗统治者服务。前引吐蕃七法中的前五条，即不杀生、不偷盗、不淫邪、不妄语、不饮酒，来自佛家的“五戒”。相传松赞干布时还有所谓“十善法”，即（1）不杀生；（2）不偷盗大于针线的财物；（3）不淫邪；（4）不说谎；（5）不挑拨人和；（6）不恶言咒骂；（7）不散布流言；（8）禁贪欲；（9）禁害人心；（10）不做违背因果之事。显然也取自佛家戒律，前3条旨在“治身”，后3条“治心”，中间4条“治语”。终极目的是让人们皈依“身语意”三宝。

在后弘期，藏传佛教各派纷纷成立，群众信教之风日盛，佛教对社会生活的影响大为加强时，戒律对法律的作用力相应增大。到元武宗（1308—1311年）时，甚至出现了与吐蕃赞普赤热巴坚时类似的情况，宣政院臣奏取圣旨：“凡民殴西僧者，截其手；詈之者，断其舌。”^①达到不守戒律也不受法律约束的地步。

“十五条法典”的制订者绛曲坚赞，即是一位僧人，这部法典自然贯穿着戒律的精神和主要内容。嗣后，各次法律条文的修改与增补，无不包含戒律的宗义和僧人的参与之力。到七世达赖喇嘛直接掌握政权，政教合一走向顶峰时，法律和

^① 《元史》卷202 释老传。

者负冤，于福何有？”皇帝嘉纳之^①，但后来仍有反复，未见彻底禁止。《元史·释老传》称，“……，又每岁必因好事奏释轻重囚徒，以为福利，虽大臣如阿里，阉帅如别沙儿等，莫不假是以道其诛。宣政院参议李良弼，受赂鬻官，直以帝师之言纵之。其余杀人之盗，作奸之徒，夤缘幸免者多。至或取空名宣敕以为布施，而任其人，可谓滥矣”。

在各个部落或封建领主的矛盾与纠纷中，活佛高僧往往扮演调停者的角色，从而对习惯法的实施也产生积极的影响作用。几乎所有的活佛高僧都有调解部落冲突的能力和经历，这其中不免掺入宗教的，甚至戒律影响的色彩。

在“神断”中，活佛和头人是能够主持这类大事的两类人物，他们的言行直接代表着法律和神灵的意志。在青海果洛的部落法规中，“其常规为：法师（化身活佛）优于官，僧官与（法师之）内总管优于佐，（寺院）管家优于什长或领工，僧院优于俗部。因此谚语说：“山岳之上日月高，王公之上法师崇。”^②他们在部落法规的执行中，有更多的发言权和更大的权威性。

戒律对法律的干预最典型者，是作为僧人的绛曲坚赞在他的“十五条法”中取消杀人偿命和死刑，采取“杀人命价律”。既维护了法律的尊严，又体现了戒律不杀生的精神。

三、法律不同于戒律

面对社会上的各种严重犯罪行为，尤其是为了维护封建

① 《元史》卷21 成宗四。

② 张济民主编：《青海藏区部落习惯法资料集》第30页。

领主们的根本利益，戒律，以及依据戒律而制定的法律，常常显得力不从心。

在戒律与他们的统治利益发生冲突又难以协调时，这些高高在上的神权领袖们，还是选择了法律。五世达赖授权第巴对“想找舒服”的农奴打、杀，即是如此。在清代，以达赖为首的地方政府采取了各种残酷的刑罚来处死罪犯，更是明证。戒律不能代替法律，毕竟也不是法律。在封建农奴制走向腐朽、衰落，农奴反抗日益剧烈时，他们毫不犹豫地撕去了温情的面纱，显露出真实的面目。在各个大的寺院，如拉萨三大寺之一的甘丹寺，都内设法庭、监狱，以及手铐、脚镣、棍棒等刑具，可以施行刺眼、抽筋等刑罚。佛教众生平等的精神，更无法在现实生活中得到体现，上等上级的人如王子、大活佛等，其命价为与尸体等重的黄金；而下等下级人如妇女、屠夫、猎户、匠人等，其命价为草绳一根。

青藏高原地区的古代法律有许多类似性，如杀人赔命价，偷盗加倍罚，习惯法地位突出，神断被普遍采用等等。但也存在较多的地区差异性。如《西宁青海番夷成例》记：“凡偷窃他人马匹、骆驼、牛、羊，若一人盗此四项者，不分主仆绞；二人盗窃，将一人斩；三人盗窃，将二人斩；纠众盗窃，将为首二人斩，为从者各鞭一百，罚二九牲畜。其行窃之人，或被事主拘执，或被旁人拿获，将贼人正法，妻子、家产、牲畜抄没，给予失主。如情有可疑者，令其立誓，若立誓，照前例免罪完结；若不立誓，仍将贼人照例正法，妻子免给为奴，将所有牲畜，并向伊主名下追取一九牲畜，给予失主。若各该主自行将贼献出者，仍将贼正法，其妻子免其抄没为奴，

止（只）将所有牲畜给失主。”^① 这里即非只有加倍赔便可彻底解决问题，而要处以死刑。青藏地区的法律文化，像它的部落一样斑斓多姿，有时也像“神断”一样，令人捉摸不透。

^① 周希武：《玉树调查记》附录--，青海人民出版社1986年版。

第九章 青藏高原的古代文学

第一节 空灵的佛教文学

一、来自佛国的影响

佛教传入青藏地区，不仅带来了佛家的出世思想、修习理论、道德规范，而且随着梵文佛教经典的藏译，传来丰富多彩的印度佛教文学。

在藏文大藏经《甘珠尔》中的“诸经部”和《丹珠尔》中的“本生部”、“修身部”里，有注明“传记”、“本生”等的经论，即包含有较多的文学题材。如迦梨陀娑所著、收辑于《丹珠尔》声明部的抒情诗《云使》；格卫旺波所著《菩萨本生如意藤》（雄敦·多杰坚赞译），马鸣著《佛所行赞》（萨旺桑波和罗追杰波译），二书均收存于《丹珠尔》本生部；以及同属于本生经类的佛经故事，其中有《贤愚经》、《本生论》、《狮子师本生鬘》、《百缘经》、《撰集百缘经》等故事集，也有类似短、中篇小说，以一个人物为线索的单一故事，如《圣者义成太子经》、《佛说月光菩

萨经》、《金色王经》、《金色童子因缘经》、《鸠摩罗因缘经》、《善摩揭陀譬喻》等^①。此外，还有龙树所著《尸语故事》，檀丁所著修辞学名著《诗镜论》，发现于敦煌莫高窟石室的印度长篇叙事诗《罗摩衍那》，以及龙树《百智论》等格言诗，智扎勾采所著《世喜记》等戏剧作品等等。

印度佛教文学名著的翻译，都是由许多知名学者完成的，既保持了作品原貌，同时，其译文也堪称典范之作，扩大了译作的社会影响，如《贤愚经》是由公元9世纪的知名学者管·法成翻译的。他来自后藏，活动在敦煌（沙州）一带，精通藏、梵、汉三种文字，经他之手由汉译藏，并收入《大藏经》的佛经有十余部之多。《菩萨本生如意藤》、《龙喜记》和《诗明镜》等，则是由13世纪时的大译师雄敦·多杰坚赞完成的，均颇受推重。

藏族作家对印度佛教文学的学习和借鉴，是从直接模仿和改编开始的。如《法王松赞干布传》中，有关松赞干布自述他是吉登旺曲太子再次投生的故事，即来自《圣者义成太子经》；《巴协》讲金城公主与那囊妃争夺孩子的情节，《柱下遗教》、《西藏王统记》等有关噶尔·东赞域宋（禄东赞）到长安迎娶文成公主时，唐王“五难婚使”的故事等，都能在《贤愚经》中找到原型。萨班《学者入门》的第一章“写作入门”即是檀丁《诗明镜》（即《诗镜》）的简要译述；他的另一部名作《萨迦格言》，则参考了印度的格言诗，其中有六分之一的格言诗与后者完全相同或一半相同。仁钦班（1143—1217年）所辑故事集《萨迦格言注释》中的“水牛以德服众

^① 中央民族学院编写组：《藏族文学史》第247—248页，四川民族出版社1985年版。

猴”、“猴子救人，人害猴”、“九色鹿”等，即源于《本生论》；“月光王施头”、“达瓦王子调伏吃人的花脚王子”等，则取自《贤愚经》等等。此外，在诗、文并用的文学格式上，写作方法与技巧上等，均直接继承了印度佛教文学的传统^①。

印度佛教文学在藏族民间的流传状况，也反映了藏族人民对文学的选择意向与审美情趣。如《贤愚经》中一则故事（《婆罗门檀赋鞞》）即在藏族民间广为流传，该故事讲述一个名叫优巴坚（即檀赋鞞）的穷婆罗门，他向别人借了一头牛。在归还时，未拴住，使牛从后门走失。牛主人让他赔牛，他不赔，被告到国王那里。在前往打官司途中，他因帮人挡马，却用石头打断了马腿；当他想翻墙逃跑时，又压死了一位正在墙下的织布工；他向口衔斧头过河的人问河水深浅时，使过河人丢失了斧头；他到酒店喝酒，坐凳子时又压死了女店主在凳上熟睡的孩子。这样，这些人全要向他讨债，拉他去见国王。但国王依据他们的叙述，分别找到原告者们的失误之处，认为双方各有过错，均应受罚，优巴坚因祸得福，过上幸福的生活。《贤者喜宴》中所讲到的“优巴坚”法判案即本于此，但略有不同，文谓：“婆罗门优巴坚向某户主借用黄牛，当交还时，驱牛至主人院内，即无言而返。牛主人虽已见所还之牛，却未予以拴缚，牛自后门亡失。双方诉之于国王麦隆冬，请求判决，国王判婆罗门送牛而不语，应割其舌；牛主见牛而不拴，当断其手。”^②不及前者生动和具有文学性，而是作为一个案例准则来对待的。

① 中央民族学院编写组：《藏族文学史》第284—289页。

② 巴卧·祖拉陈瓦：《贤者喜宴》第193—194页。

后出家为僧，人称“两种姓比丘”^①。此即双方有理三方欢喜。是以幼儿出家为结局的。

在藏族佛教文学作品中，国王、王子、英雄、神灵、魔鬼、仙女，以及自然界的山、水、木、石，飞禽走兽，均成为主角，赋予生命与感情，从客观上说，也在一定程度上摆脱仅仅对人类的关注，写自然界的“实”，映衬出“俗世”的“空”。尽管如此，爱和恨、善与恶的鲜明对照，仍是不变的主旋律，只是人格化的自然，扮演了俗世人的许多角色。

像佛教本身所追求的那样，理想主义的色彩，夸张的比喻和丰富的想像等手法的运用，也增加了佛教文学的空灵色彩。人们很容易理解现世是痛苦的，也期望未来是美好的，甚至能够幻想来世的存在。但是，要人们在历经各种苦难与失望、困惑与迷茫之后，依然对难以捉摸的未来抱有拳拳之心，却并非易事。佛教徒耐心的讲解与劝说，固然是必不可少的主要途径，而灵活的文学手法，也会产生意想不到的巨大收获。故事的原型大多来自印度，它的主旨是程式化的，是佛法的注脚。但是，充满情趣的故事，却是十分迷人的，它远离尘世又贴近人的心灵，如春风化雨，使饱受痛苦羁绊的人们，获得一种清新，或者是一种瞬息间的解脱。也许，正是这种美的和幸福的感受，让人们甘心接受佛教永远无法兑现的承诺。在精神上，也在现实生活中做它的奴隶。

第二节 真挚的抒情赞美诗

诗体文学是民族文学较为古老的一种形式，青藏高原地

^① 巴卧·祖拉陈瓦：《贤者喜宴》第193—194页。

区也是如此。《敦煌本吐蕃历史文书》“赞普传记”中，大量采取诗体形式，敦煌古藏文写卷中的卜辞也是诗体，还有创世纪神话，如《斯巴宰牛歌》等，概莫例外。后世的《莲花生大师本生传》、长篇史诗《格萨尔王传》等，也以诗体表述。在传统的历史或宗教著作中，均掺杂有大量的赞歌颂词，均用诗体。在诗体文学中，抒情赞美诗以直抒胸臆，情感充沛真挚而颇受人们的喜爱。

一、对神的赞美

宗教是人的精神上的一种深厚的感情，是一种信仰。神，既然是无形的和观念上的存在物，它完全取决于人的认识。对于一位虔诚的佛教徒来说，佛陀和菩萨是他们精神上的支柱，凝结着他们无限的深情。尽管在每位信徒心目中，同一位神灵会有不同的性格和品德，但却同样是完美的和纯洁无瑕的。

格鲁派创始人宗喀巴有一首名叫《观音赞》的诗，十分优美。诗谓：

梅花鹿皮上衣从左肩斜披到腰际，
脸如皓月黝黝发辫披拂依依。
秀体微微左倾犹如少女轻盈婀娜，
玉立莲台神韵如此典雅绰约风姿。
右手结施愿印记以甘露满足众生，
左手持白莲花枝象征着不染俗尘。
见闻思念你时即可引导众生出污泥，
祈愿我的心灵与观世音永世不离！

人们不难看出，宗喀巴在这里除赞美观世音的俊美之外，特别强调了观音的纯洁。通过对观音的赞美，表达了他对戒律的推崇，间接地鞭挞了当时佛教界纵欲无度、贪财贪色、腐朽颓废的社会现实，可以说别有深意。

在藏史作家的文史著作的开头，一般都有赞美佛陀和菩萨的颂赞词。第五世达赖喇嘛所著《西藏王臣记》也复如此，词中有诗谓：

你已消除死的事相，圆满证得长寿金刚不坏身。
你是满足众愿的泉源宝藏自在主，永远受用无
穷。

“寿命无疆，智德无量！”这是三世诸佛对你的
颂赞。

请以聚寿宝树的硕果，赐我以获得缘分。
那整齐的花蕊，似青年智慧，锐如铁钩，刺入
美女的心房。

自在地洞见诸法的法性，显现在大圆镜上。
明效大验，显示出一幅梵净歌舞的景象。
能作这样的加被者——文殊师利，愿我庄严的
喉舌成为语自在之王^①。

这些赞美诗，对于辞藻的使用，可以说是无所不用其极，极尽铺张堆陈之能事，既是对神的赞美之诚，也是作者才华一次难得的自我展露。

^① 第五世达赖喇嘛：《西藏王臣记》第1页，郭和卿译本，民族出版社1983年版

二、对人的赞美

在《敦煌本吐蕃历史文书》中，作者用优美的诗句盛赞了吐蕃第一位赞普聂赤赞普，及其后世子孙南日伦赞普等的无比功绩。然而，堪称颂赞长篇巨制的，则是松赞干布去世后，他的两位著名大臣噶尔·东赞域宋和吞米·桑布扎对他的哀悼挽歌，它们保存在12世纪掘藏文献《玛尼全集》中的《松赞干布传》中。吞米诗有82句，噶尔的诗则有223句之多，既追忆了松赞干布的业绩，抒发了怀念之情，又颂赞了他的功德。在噶尔诗中，一段抒发胸中悲哀心情的诗句，尤其感人。诗谓：

痛哉！如意宝珠沉泥潭，
叫我向谁祈所愿？
首要肢体头颅断，
无头躯壳有何为？
明亮眼睛已失明，
无眼盲人实可怜，
菩萨请把盲人牵。
须弥圣山从顶塌，
三十三天惊又怕；
四大天王宫殿毁，
七座金山从根拔；
香水七海底干涸，
海中龙王何处住？
黑色铁山四周陷，

有情众生化尘烟；
太阳陨落虚空界，
四时农活怎安排？
十五圆月天狗吞，
夜行人儿难行进；
船行大海帆绳断，
舵手奇人怎么办？
花园鲜花已枯萎，
蜜蜂何处把蜜采？
大王已去净居天，
我等藏民依靠谁？

诗中运用夸张、比喻、反问和排比的手法，表达了作者对松赞干布的敬仰和沉痛哀悼之情，从另一个方面颂扬了松赞干布的光辉一生和崇高伟业。读来让人感到情真意切，凄恻而牵魂。

在对人的赞颂诗中，宗喀巴对萨班的赞颂（《萨班赞》），也是颇为典型的例证。诗中盛称萨班的博学多识和无边智慧。称他是雪域众生的顶饰，消除阴霾的光辉，是举世无双的明王护法，是遍知一切的文殊菩萨。在赞颂中表达了对知识和智者的肯定与崇敬之情。

三、对自然的赞美

青藏高原地区，对生产力低下，经济相对落后时的古代人来说，似乎并不是一个理想的生息之地。但这更多的是中原地区居民的一种认识，而不是吐蕃人的普遍观点。在高原，

除了大自然所赐予的碧蓝的天空，秀美的湖水，无垠的原野和挺拔的雪山之外，它毕竟是藏族先民美丽的家园。他们同样热爱这里的山水，赞美这里富足的大自然。《西藏王统记》“迎娶汉地文成公主”一节，以文成公主的“父皇”（指唐太宗李世民）的口吻说道：

像我眼珠一样珍爱的女儿呀，
吐蕃那雪山环绕的土地，
正是优越神秀的地方。
雪山像天成的宝塔，
四湖如碧玉的坛城；
生满珍贵的黄金花之洲，
清凉美丽宛如仙界无量天宫。
四条大江奔流水草丰茂，
五谷生长出产各种珍宝，
牲畜遍野果实酥油丰盛。……^①

读了这段文字，你也相信它的描述，你还能认为吐蕃是一个荒野贫瘠之地吗？你还不能对这里产生向往与喜爱之情吗？它确实是吐蕃人热爱青藏高原的真实写照，并无矫饰之情。

宗喀巴的一首写景诗，与上述写法不同，它通过微观描绘一幅景色，来展示高原风光的美丽，寄托诗人对家乡的眷恋之情。诗谓：

浩淼清澈的江河上面，

^① 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》第112页，参阅陈庆英汉译本第90页。

《能仁教理明释》、《经义嘉言论》、《乐论》、《学者入门》、《入声明论》、《祈愿如来发大悲心》、《语门摄要》、《诗律花束》、《藻饰词论藏》、《因明库藏》、《三仪律差别论》、《医论八支摄要》、《法理通用学者入门》、《诗论学者口饰》、《嘉言宝藏论》等，涉及内明（佛教）、因明（逻辑）、声明（语言）、医方明（医学）及音韵、乐理等诸多方面。《萨迦格言》（《嘉言宝藏论》）是其代表作之一。

在《萨迦格言》中，有一部分是直接来自印度同类著作中选辑而来的，如龙树所著《百智论》、《修身论智慧树》、《益世格言》等，尼玛贝巴所著《颂藏》，却色的《百句颂》，遮那伽的《修身论》，摩苏罗刹的《修身论》等。因此，《甘丹格言》的作者苏纳扎巴（1478—1554年）认为《萨迦格言》是一部印度格言的选辑。但是，据研究者查对，所选作品约占全部作品的六分之一，余皆为萨班之创作，应认定《萨迦格言》为创造之作^①。

《萨迦格言》共有458首，以四句七音节为基本格律，两句一联，两联一首。前两句是本意，后两句是比喻，起伏有致，生动活泼。

萨班是一位高僧，格言中宣扬人世皆苦，主张皈依三宝的格言占有一定的比重。如：

人们短暂的一生之半，
夜间睡梦如同死去一般，
再加老病等各种痛苦，

^① 佟锦华：《评〈萨迦格言〉》，见所著《藏族文学研究》第97—119页，中国藏学出版社1992年版。

安乐时间还没有一半。

此身是苦海的容器，
就像是自己的怨敌。
如果智者善用此身，
则成为幸福之根基。

萨班也是一位大学者，崇尚学识，推重学者，鄙视愚昧和无知，也是格言的一个内容。如：

学问小的人自大傲慢，
学者为人和蔼自谦；
小溪经常大声喧嚣，
大海何曾常常吵闹？

水流不满广阔的海洋，
宝装不满国王的库房，
妙欲难满人们的享受，
格言难满智者的渴求。

萨班不仅是萨迦派政教合一的领袖，在他与阔端王子凉州会晤后，更受命管理西藏地方政教事务，因此，他也是一位政治家。他的政治理想，如政教合一、施行仁政、刑德并用等，均在格言中得到反映。如：

国王应遵佛法卫国护众生，
不然就是国政衰败的象征；

两个智者共同商量讨论，
就会产生更高的智慧学问；
姜黄和礞砂二者调和，
就会产生另一种颜色^①。

萨班是一位学富五明的大学者，渊博的知识、杰出的洞察力和卓越的智慧，是他能够创作如此脍炙人口的格言诗的基础。我们不应该忘记的另一点是，萨班是一位因明学大家，他曾综括法称《量评释论》等书中之要义，参酌各家注疏而著《正理藏论颂》，并自加注释，成《正理藏论》^②，颇为时人和后世学者所重视。他在这方面的成就，当对他的格言诗的创作和运用，起到积极的影响作用。

二、《甘丹格言》、《水树格言》及其他教诫

萨班卓有成效的格言诗的创作，使这一文体形式为吐蕃人接受下来，并得到进一步的发挥。其中，索南扎巴（1478—1554年）的《甘丹格言》、贡唐·丹贝准美（1762—1823年）的《水树格言》和《教诫集》、米旁嘉措（米旁朗杰嘉措，1846—1912年）的《国王修身论》等，可以说是这一方面的代表作。

《甘丹格言》的作者索南扎巴，生于安多，后在哲蚌寺学经获格西学位，并担任甘丹赤巴（法台），是三世达赖索南嘉

① 《萨迦格言及注释》，西藏人民出版社1979年版；译文参阅《藏族文学史》第177—201页。

② 萨迦班智达贡噶坚赞：《量理论宝藏总则及其注释》，西藏人民出版社1989年版。

措的老师。他的这部格言，有诗 125 首，内容均为分辨“智者与愚人”之作。全诗均采取一段诗（四句）赞美智者，一段抨击愚者，并两相对照的手法；在每段诗中，前两句是本意，后两句是喻体。总起来看，稍嫌单调，哲理也较《萨迦格言》要逊色一些。偶然也有一些佳句，可资借鉴欣赏。如：

智者开始难分裂，
即使分裂也易合；
请看果树难截断，
若是嫁接易成活。

愚者最初易分裂，
分裂之后难再合；
请看木炭碎成段，
没有办法再粘合。

这里强调智者崇尚团结，也易于团结，而愚者易生是非，造成分裂，且难于再团结的特征。还有一首诗，歌颂智者的勇敢无畏，抨击愚者的怯懦无能。

智者遇到紧要关头，
对任何敌人都惧愁；
请看帝释天王一人，
能打败非天全部队伍。

愚者碰到危急关头，
一点小事也要忧愁；

请看把人错当“水漏”，
老虎吓得心裂命休。

与《甘丹格言》相比，后世的《水树格言》和《国王修身论》，在思想性上和艺术性上则要略胜一筹。

《水树格言》分为《格言树之论述二规具百枝叶》和《格言水之论述二规具百波浪》两部分，前者106首，后者139首。由于格言的作者都是一些活佛高僧，宣扬佛说无疑成为格言诗永恒不变的主题。

能护佑众生脱离巨大恐惧，
没有别人，只有“三宝”无欺；
一切被水浪冲走的，
只有船师能将其救起。

但是，抨击国王作恶，责斥官吏为害，揭露丑恶面目，劝其弃恶扬善的格言诗，占有相当大的比重。如：

残暴的国王压榨黎民百姓，
总有一天连仆人也不听命令；
虽然用棍子敲打千万遍，
豌豆也不会粘到棍子上面。

官长新来时虽然施点仁政，
但随后就有难以招架的差税派征；
树虽然暂时能挡一会儿雨，
但随后就会落下大串的水滴。

如果臣民不敬仰，
这样的国王怎么当；
柱子如果不撑梁，
国王的宫殿怎建成？

尊重知识、歌颂智者，以及告诉人们如何为人处世，也是格言诗另外两个保留节目，《水树格言》也有上乘的表演。如：

博学多识的学者们，
为人谦逊平易可亲；
树上长满累累硕果，
树枝总是弯弯低垂。

自己不能担当的事情，
别人怂恿也不应执行；
若是自己不会游泳，
即使别人鼓动也莫跳入水中。

与坏人和娼妓的笑脸相比，
还是亲人的怒目横眉有益；
旱云的颜色虽然洁白，
带雨的乌云才能滋润土地。

这些格言诗均蕴涵深刻哲理，而且所用比喻十分贴切准确，增加了诗作的感染力和社会教育作用。

此外，《国王修身论》对政治方面的评议，也不乏真知灼

见，用格言道来，言简意明，感人深刻。如：

所谓“国王”、“国王”，
依靠百姓才能当上；
如果只是孤独一人，
谁还把你称作“国王”？

采花莫像挤牛奶，
不应把根来损坏，
如果花根枯萎了，
国王还向谁去采^①？

格言诗以十分简明的词句，表达了相当深刻的道理，加上生动形象的比喻，易于为人们接受和背诵，能对社会发生积极的影响。同时，也体现了一定时代人们的思想文化内容，值得进一步研究。

第四节 道歌与情歌

一、米拉日巴道歌

米拉日巴（1040—1123年），俗名米拉日巴·脱巴噶，法名协贝多杰。生于阿里之贡塘（今西藏吉隆县北部）。时值西藏地方历史上最为混乱的年代。七岁丧父，为伯父、姑母所欺凌，忍无可忍，愤而学咒术，咒塌房屋，压死伯父亲友 35

① 以上诸诗均引自《藏族文学史》一书。

人。不久，深悔罪业，去玛尔巴处，请净其罪障。玛尔巴令其筑屋，屡建屡拆，历尽艰难，后始得其灌顶与教授。米拉日巴是一位苦修者，与弟子日琼巴、塔布拉杰（结）等创立了噶举派的修行一系，影响甚大。

道歌，藏文作“mgur”，又称道情，即以讽咏的诗歌形式来劝世讲道。《米拉日巴道歌》是米拉日巴的诗歌集，是由其后世门人桑吉坚赞（1452—1507年）搜集、整理、汇编而成的，约有400首之多。兼有关于他的故事、传记^①。藏区有一首民歌唱道：

你是想要赛马吗？
请把红烈马牵了来！
你是想要驮东西吗？
请把黄野牛牵了来！
你是想要对歌吗？
请把《米拉歌集》带了来！

从这里也可以看到《米拉日巴道歌》的性质和它的极大普及性。它采取流行于原西康和藏北高原等地的“鲁体民歌”格律来说唱，语言通俗朴实，曲调悠扬，颇受人们喜爱。

既然是道歌，劝道、言道即是它的核心内容，他从苦、空观入手，号召人们习法学道。首先是“生之苦”与青春之虚幻不实。歌中唱道：

进入母亲肚腹间，

^① 乳毕坚瑾：《米拉日巴传及道歌》（藏文），青海民族出版社1981年版。

繁星冷得索索抖，
云雾墨墨把天遮，
九天九夜降大雪。
大雪大似羊毛团，
如同飞鸟降盘旋。
中雪有如纺线绽，
宛似蜜蜂落而盘。
小雪细细如芥末，
扬扬洒洒像细面。
大雪纷飞大何如？
雪山增高顶天柱，
辄压密林低低伏，
墨墨山岭银装束，
翻腾湖泊结成冰，
滔滔河水冰下注，
地无高低平而舒。
天降如此大风雪，
黑头众生被禁梏。
四足家畜遭饥荒，
驯兽无觅水草处。
空中飞禽食粮绝，
洞里埋没无尾鼠，
猛兽之口被封住。

.....

读这首诗，犹如读李白的《蜀道难》，气势磅礴，荡人心魄。形象的比喻，细致的刻画，更让人如临其境，如闻其声，

可以说是一首少有的写景佳作。与这种灰暗压抑的景观不同，作者的另一首道歌，把人带到一个优美的仙境，这就是吉祥长寿仙女峰：

山峰高耸蓝天空，
恰似三角美螺供。
峰颈银溪如宝珞，
旭日早照闪光烁。
峰顶宛若水晶髻，
亭亭玉立白云际。
山腰以下峦起伏，
常罩落雾与轻烟。
霏霏细雨轻轻降，
艳艳红霞冉冉升。
此是家畜吉祥兆，
驯兽成群绕山中。
鲜花丛丛耀眼明，
入药百草此间生。

.....

这首诗把山峰从上而下层层写来，给人以清晰明丽的感觉；从直插云端的峰顶白雪，到飘浮云端的冰峰，以及山腰的落雾轻烟，再到成群牧放的畜群，到可以入药的百草奇花，由远及近，由景及人，宛如绝妙的一幅风景画，展露出作者独运的匠心。在另一首歌中，作者先写密林、草地、采花的蜜蜂、叮咚的细流、回望的禽鸟、在微风中婀娜的树枝，以及棵树上嬉戏的猿猴，草地上四散觅食的牛羊，最后画龙点

睛，吟唱出“照看牲畜小牧童，歌声九疇伴笛声”的佳句，让人感到亲切动情。以此宣道，人们又怎能不心悦诚服地皈依呢？

《米拉日巴道歌》中，还有一首极为独特的诗作，这就是“玛尔巴派煮酒方法歌”：

要说酿酒的方法，
“身语意”灶石先支下。
在那“空性”铜锅里，
放进“信仰”青稞粒。
再倒“正念慈悲”水，
烧起大火是“智慧”，
搅和匀了来煮沸。
“空性”平坝的中间，
铺上“大乐”的晒垫。
投进“教诫”之酒曲，
加上“四量”的板褥。
酿成“一味”的酒醅，
盛入“行”的瓦罐里。
“方便智慧”来催酒，
发成“五智”青稞酒。
再从“九欲”小孔里，
滤出“无漏”甘露酒。

把教法的修炼与酿酒工艺结合起来加以说明，可以说别有情趣，独具风格。这种大胆的尝试，给人以启迪，也增强了道歌的生命力。

今生便无学法份；
若到深山去修行，
又负姑娘一片情。

我观修的上师的脸面，
不能在心中显现，
我没观修的情人的姿颜，
却在心中明朗的映见。

我到上师跟前，
请把心路指点，
无奈心儿难收，
跑到情人那边。

仓央嘉措在情歌中，大胆地表达了自己追求爱情、追求个性解放的心迹，字里行间透露出不容遏止的勇气。

人们说我闲话，
自认说得不差。
少年我的脚印，
进过女店主家。

背后凶恶的龙魔，
无所谓怕与不怕，
前面香甜的苹果，
我一定要摘下它。

情歌对作者自己内心的刻画与描绘十分细致，人们很容易从诗中想像到作者当时的复杂与微妙的心情，看到依依惜别的情景。

虽然肌肤相亲，
却不知情人真心；
不如地上画图，
还能算准天上星辰。

在那众人之中，
莫露我俩真情，
你若心中有意，
请用眉眼传递。

一个把帽子戴在头，
一个把辫子甩背后，
一个说请你慢慢走，
一个请你把步儿留，
一个说心儿莫难受，
一个说很快会聚首。

情歌中既有纯洁、忠贞的爱情表白，也有毫不掩饰的只满足情欲的内容。对此，我们很难用儒家的标准来度量。

盖的黑色印章，
不会把话来讲，
请将信义小印，

以此为据，后来在理塘找到了他的转世真身——1708年出生的七世达赖喇嘛格桑嘉措。

仓央嘉措情歌，采取了流传于拉萨、日喀则、山南和阿里等地区的“谐体”民歌形式，每首诗一般为四句（偶有六句、八句者），每句六个音节，两音节一停顿，分三拍，即四句六音节三拍，节奏感强，易读易唱，具有很高的艺术价值和审美价值。作为达赖喇嘛的仓央嘉措，是一位叛逆者；作为一名诗人的仓央嘉措，是藏族诗歌，乃至文学史上的巨人，大大提高了沉没于佛教海洋中的藏族文化的品质。

第五节 说不尽的《格萨尔王传》

一、格萨尔其人

《格萨尔王传》是流行于我国西藏、青海、四川、甘肃等地藏区，以及土家、纳西等族居住地区，与我国藏族有密切关系的拉达克、不丹和尼泊尔等国家和地区的藏族英雄史诗。由藏文翻译并不断扩展而来的蒙文本《格萨尔王传》（《格斯尔传》），则流传在我国内蒙古、新疆、青海、甘肃等地蒙古族居住区，以及蒙古人民共和国、俄罗斯布里雅特蒙古人居住区。

《格萨尔王传》，是在口耳相传的说唱文学的基础上逐渐发展而来的，它以格萨尔王为中心线索，以格萨尔王的军事活动为主要内容，并以青藏高原地区为舞台，演绎了一桩桩动人心弦的历史故事。由于以传唱和传抄为主要传播方式，因此，目前还没有一个关于它的部数、行数和字数的详细资料。但是，据研究者初步统计，常见的有30余部，其中39部即

有 24 万余行，总部数约逾百部，有可能达到数千万字^①。完全有理由称为世界上最长的英雄史诗。

然而，这位如此杰出而神奇无比的人物是谁呢？是历史人物，还是神话人物？学术界还存在不同的意见。如有认为格萨尔是赤松德赞，也有认为他是成吉思汗，甚至有人认为他是关公，或者凯撒大帝。可以说，前者抓住了一些本质的东西，即格萨尔是吐蕃人，生活在青藏高原，且其事迹与故事中的许多内容相近。后三说抓住了一些现象，即格萨尔是一位武功盖世、性格独著的军王，而且藏史中还不乏把格萨尔置于青藏高原以外的北部地区的记载（如《西藏王统记》等）。

但是，我们更倾向于格萨尔是以历史人物为原型，重新塑造的文学人物形象，源于历史又有别于历史的说法。他的历史依据是青唐吐蕃的创立者，赞普后裔唃廝囉，同时，又掺杂了林·格萨尔的许多事迹，从而完成了这样一个英雄人物的塑造工作^②。唃廝囉活动在今青海、甘肃和四川西北部一带，其军事活动十分频繁，与宋朝也称甥舅关系（以唐联姻故，即“甲擦”），与藏史中格萨尔在高原北部的记载相一致。

18 世纪的著名学者松巴·益希班觉认为，格萨尔出生地在康地上部，在黄河、金沙江、澜沧江三水环绕的地带，德格的左边。他父母的帐房所在地叫作吉尼玛滚奇。所属的部落，是德格地方的邓（邓柯，vdan）和岭（林，gling）两大

① 王沂暖：《藏族史诗〈格萨尔王传〉》，《中央民族学院学报》1981 年第 3 期。

② 任乃强：《“藏三国”的初步介绍》；王沂暖：《〈格萨尔王传〉中的格萨尔》；黄颢：《藏文史书中的格萨尔》等，见降边嘉措等编：《〈格萨尔王传〉研究文集》，四川民族出版社 1986 年版。石泰安《西藏史诗与说唱艺人的研究》，耿昇译、陈庆英校，西藏人民出版社，1993 年版。

部落中的岭部落。格萨尔出生后不久，即被其叔父超同驱逐到黄河发源地扎陵湖和鄂陵湖附近的拉隆玉多地方。但《格萨尔王传》中的格萨尔，则是依据历史人物作了添枝加叶和渲染夸张的产物，已非原本面目。这一说法是科学的。若在他的原型人物中加上确厮啰，则可以更为圆满地说明这一问题。

格萨尔的形象是有历史依据的，这就是确厮啰和岭（林）·格萨尔二者的杂糅；他生活的时代是公元 11 世纪（宋代）；他活动的地区，以及该故事的最广泛和最早流行地区是川、青、甘藏区。

二、《格萨尔王传》故事

《格萨尔王传》，藏文作 ge-sar-gyi-sgrung（格萨尔故事）或 gling-ge-sar-rgyal-povi-sgrung（岭·格萨尔王传）。由于格萨尔是以历史人物为依据，又不拘限于历史的真实，说唱艺人们完全可以自由地增加情节，尽情发挥。于是《格萨尔王传》故事中的格萨尔，不仅可以生活在唐代，也可以生活在清代，不仅可以是吐蕃人，也可以是其他族人，不仅可以在藏东北，也可以在其他地方，享受时间、空间上的绝对自由，甚至也可升天入地，显示 72 变化，具有无限神通。《五部遗教》中有仲·格萨尔（khrom-ge-sar）、北方格萨尔（byang-phyogs-ge-sar）和朱古格萨尔（突厥格萨尔，gru-gu-ge-sar），《于阗国授记》中有冲格萨尔（vphrom-ge-sar），《朗氏宗谱》中有岭格萨尔（gling-ge-sar），《西藏王臣记》中有格萨尔军王（ge-sar-dmag-gi-rgyal-po）和岭格萨尔，《拉达克王统记》中有仲格萨尔和上拉达克格萨尔（la-dwags-stod-ge-sar）等

等^①，他们各有故事，汇成一个复杂多样，有大致线索，却充满矛盾的《格萨尔王传》。

《格萨尔王传》的故事，大约从元代开始传唱，中经明代有了新的扩大和充实，到清代逐渐成熟，有了不同抄本，基本定型。但是，改编和创造的工作始终没有停止。它是一部真正意义上的民间英雄史诗，凝结着广大说唱艺人的聪明和智慧。只要有说唱艺人说唱格萨尔，他的故事情节就不会终结，永远不断地发展下去；只要有不同的说唱者，《格萨尔王传》的故事就会有不同的版本、不同的风格。从这个意义上说，要理清他的头绪，也许是一项需要相当长时间的艰巨而复杂的工作。

《格萨尔王传》较常见的有：《天岭卜筮》、《英雄诞生》、《十三铁事》、《赛马称王》、《降服魔国》、《霍岭之战》（分《霍岭大战》和《降服霍尔》）、《岭与姜国》（即《征服姜地》、《保卫盐海》）、《岭与门域》（《门岭大战》）、《大食财国》（《大食牛国》）、《卡契玉国》、《象雄珍珠国》、《朱古兵器国》、《松岭大战》、《索波马国》、《珊瑚聚国》、《雪山水晶国》、《丹玛青稞国》、《白利羊国》、《阿色甲国》、《米努绸缎国》、《提吾让玉国》、《西宁马国》、《地狱救母》、《安定三界》、《阿扎玛瑙宗》、《汉地与岭国》、《世界公桑》（煨桑祭神）、《地狱救妻》、《阿里黄金国》、《木雅黎赤国》、《察瓦绒箭国》等。

《格萨尔王传》，以格萨尔一生抑强扶弱、南征北战、除暴安民为主线索，以激烈的战争和复杂的斗争为主要内容，反映了分裂割据时期青藏高原上的社会现实。同时又不以此为

^① 黄颢：《藏文史书中的格萨尔》。

限，而是广征博引，旁敲侧击，涉及吐蕃古代社会史的方方面面，气势宏大，内涵丰富。所以，说者不厌，听者不烦，研究者乐此不疲，把它视为知识与智慧的宝库，试图从中探明一个民族文化的无穷魅力。

三、史诗中的历史

格萨尔王传中首先融入了吐蕃史，尤其是赤松德赞时期吐蕃史的内容，如莲花生入蕃降魔传法等。更重要的是，它纳入了吐蕃王朝统一青藏地区的战争史。有研究者把它分为三类：第一类是吐蕃统一青藏高原诸部的一系列战争；第二类是吐蕃在祖国西南、西北广阔地域里，同当时的兄弟民族间的一系列战争；第三类是吐蕃在祖国边境上同当时毗邻国家的古代民族间的一些战争。前者如《门岭大战》是记述岭国与居住在喜马拉雅山两侧的古代门巴人间的战争；《孙波之战》是讲吐蕃与苏毗（孙波）之间的战争及吞并苏毗的史实；《羊同之役》记吐蕃征服位于今阿里地区的象雄（羊同）的战争史；《勃律之役》则是记吐蕃向西北部扩张，攻战勃律，进入西域时期的军事活动；《泥婆罗之战》则记吐蕃攻打泥婆罗之战争。第二类战争如《阿豺之役》记吐蕃灭吐谷浑，《弭药之役》记吐蕃灭党项（木雅、弭药），《粟特之役》记吐蕃攻打昭武九姓中的康国（粟特人），《突厥之役》记吐蕃与突厥在中亚、西域的争夺，《回鹘之役》记吐蕃与回纥在北庭与河西走廊的争斗，《南诏之役》记吐蕃与立国于云南的白蛮、乌蛮所建政权间的征战。后者如《卡契之战》记吐蕃与克什米尔的战争，《大食之役》记吐蕃与东向扩张的阿拉伯帝国势力

间的对抗等^①。《汉地与岭国》则类似于唐蕃关系的描述等等。当然，对这些战争的记述，与史实存在较大的差异，很难简单的据以证史。同时也很难以此推断格萨尔即是唐时吐蕃某一位赞普。因为《霍岭大战》很可能是蒙古军征服藏东北、川西等地，岭国对此进行抵抗的曲折反映。至于格萨尔事迹与唃廝囉和生活在宋代四川德格一带的岭格萨尔的相似性，已如前引国内外学者所言，应无大误。

格萨尔一再宣布：“只要承认我在互市中的把头地位，并缴纳一定的租税贡赋，我就保护他的商旅沿途不受回鹘的掠劫，并且保证交易公平进行。”这完全是唃廝囉政权控制“青海路”时的历史之真实记述。当时因甘州回鹘及西夏骚扰河西走廊，“丝道”绕经青唐（西宁），唃廝囉征税并护送商旅往来，坐收其利，是此无疑。

《格萨尔王传》以格萨尔的口吻宣扬“我要铲除不善之国王，我要镇压残暴强梁”，表示“不要挥兵去犯人，但若敌人来进犯，奋勇抗击莫后退”等，表现了积极的战争思想。同时也记述了西藏与内地的茶马贸易和两地人民的友谊。在《英雄诞生》之部中有诗谓：“汉地商品藏地销，并非藏地无财宝，只为汉藏同心结牢靠。”可见战争背后，人民内心感情的真挚。

^① 黄文焕：《关于〈格萨尔〉历史内涵问题的若干探讨》，《西藏研究》创刊号 1981 年。

第十章 青藏高原的民族史学

第一节 历史中的传说

一、有关松赞干布的传说

松赞干布是吐蕃王朝的创立者，是生活在公元7世纪的真实的历史人物。他通过艰苦激烈的战争，统一了青藏高原，建立了各项行政、军事、法律和经济制度，并创立了文字，揭开青藏高原历史新的一页。

《敦煌本吐蕃历史文书》对其事迹有较为客观平实的记载。但是，随着历史的发展，尤其是佛教的兴盛，曾因引进并扶持佛教而倍受崇拜的松赞干布，再加上卓越的创立王朝之功，在佛教史家的笔下变得愈来愈高大了。人们在他的背后画上一道道光环，使他神圣起来，从而也开始失真，具有了更多的传说色彩。

在藏文史书《西藏王统记》（《王统世系明鉴》）等书中，松赞干布的一生都是非凡的。圣观世音菩萨觉知教化雪域藏

土有情众生时机已到，遂从身上放射出四道光明：一道从他的右眼发出，照到泥婆罗王妃胎中，育有赤尊公主；一道从左眼发出，照到唐朝皇后胎中，育有文成公主；她们均经9月零10天诞生。一道光明由观音额上射出，照射到雪域悬崖，变化为教化边地之年波桑瓦六字真言之法身相，此即雅尔昌地方之六字真言；一道光明从观音心中发出，照遍雪域，后汇聚到南日伦赞王妃胎中，孕育了松赞干布。松赞干布与二位王妃的去世也是神奇的，因为他们都是神佛化身，两位王妃先融入赞普身中，赞普又融入本尊神像心间。从自现十一面神像的心间，还能放射出八道光明，一道入于不动金刚佛像心间（铜像），一道入于弥勒法轮像心间（铜像），一道入于无量光佛像心间，一道入于不动如来佛像心间，一道入于愤怒明王像心间，一道入于药师佛像心间（在下殿东南角，画像），一道入于白马头明王像心间（画像，在中殿），一道入于尊胜度母像心间（画像，在中殿）^①。充满了佛教的神秘色彩，也远离了史实依据。以文成公主言，她的去世是在唐高宗永隆元年（680年），这距松赞干布的去世之年（650年）已有30年之遥，上述附会不免牵强万端。

松赞干布迎娶泥婆罗公主赤尊和唐朝文成公主的故事、修建大小昭寺的传说，均是以史实为依据的，是不容否认的史实。但是，经过佛教史家的生花妙笔加工之后，已经面目全非，难以辨认了。松赞干布完全是一个神的化身，佛的再生。这种用心良苦的雕饰，掩盖了历史的本来面目，让轻信者上当受骗，使注重理性判断者敬而远之，又使真正想从亦

^① 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》第62—65页，第167—193页；陈庆英等汉译本第50—52页，第134—156页。

幻亦真中发掘历史的人，历尽艰辛，受苦受难。那些远去的古人，若要看到这种情景，是幸灾乐祸呢？还是十分遗憾、抱歉呢？我们不得而知。

二、亲子之争的传说

藏史《巴协》、《西藏王统记》等书，均记载了吐蕃名王赤松德赞的生身母亲是何人而引发争执的一则传说。故事谓，唐金城公主往嫁吐蕃王子江察拉文（本），途中获悉王子从马上摔下身故，十分伤心，但毅然来蕃，从蕃俗与父王赤德祖丹赞结婚。一年后生一子。此时，并未生子的长妃那囊氏心生嫉妒，伪称自己生下王子，并趁前来探视之机夺去王子，悲愤的金城公主无可奈何。那囊氏有势力，大臣难以与之对抗，那囊氏诡计多端，以药涂抹乳房，流出乳汁，人们难辨其伪。

时间过去了一年，当王子周岁时，国王为其举行宴会庆祝，并邀请二位王妃的亲属，即汉人和那囊族人前来参加。那囊家的人带来了许多小儿喜欢的衣物、花朵。宴会开始时，赞普坐在宫中黄金宝座上，那囊家的人在右边，内地来的唐人在左边。赞普将盛满米酒的金杯交给王子，说道：

两位母亲都说生了你这儿子，
你身体幼小但聪慧如同天神，
这只盛满美酒的酒杯，
愿儿敬献给你的亲舅，
以此辨认谁是你的亲生母亲。

说罢又念诵咒语，放开刚会行走的儿子。王子踉跄而行，

那囊氏用衣服、花朵招引，王子并未前往，而是来到唐朝来的汉人身边，献上酒杯，说道：

我赤松德赞是汉人的外甥，
那囊家不是我的阿舅。

说完投向汉人怀抱，金城公主十分激动，喜悦地流下热泪^①。

《巴协》的记载与此略异，文谓，赞普让二妃争夺王子，从一方激烈争夺，不顾孩子死活，另一方则怕孩子受伤，主动松手的情况，判明孩子的生身母亲，确定真伪。

这一则故事的原型取自《贤愚经》，情节简单却颇显智慧。显然，亲子之争无疑受到它的影响。十分有趣的是，东汉应劭《风俗通义》也记载了一则类似的故事，谓：“颍川有富室，兄弟同居，两妇皆怀孕。数月，长妇胎伤，因闭匿之。产期至，同到乳舍，弟妇生男，夜因盗取之，争讼三年。州郡不能决。丞相黄霸出坐殿前，令卒抱儿去两妇各十余步，叱妇曰：‘自往取之。’长妇抱持甚急，儿大啼叫，弟妇恐伤害之，因乃放与，而心甚自凄怆。长妇甚喜。霸曰：‘此弟妇子也。’责问大妇，乃伏。”^②是否也受《贤愚经》影响，不详。若无，说明人类智慧之相通。

前述亲子之争实非史实，赤松德赞也不是金城公主的儿子，依《敦煌本吐蕃历史文书》P. T. 1286号中的“赞普世

① 《西藏王统记》第196—201页；陈庆英等汉译本第159—163页。

② 应劭：《风俗通义》第108页，上海古籍出版社，1987年版。

系表”，“赤德祖赞与那囊妃芒保杰细登所生之子赤松德赞”^①。如果传说中的那囊妃即指此位，那么传说与历史恰恰相反，那囊妃应是真正的生母，看到后世如此记载，她地下有知，也许会要求平反昭雪的了。

三、有关武则天的传说

唐朝与吐蕃关系十分密切，宋朝时期，有关唐朝的史书也引起吐蕃人的兴趣，欧阳修、宋祁（藏史中未提欧阳修）所撰《新唐书》的有关内容被译为藏文，并被用于研究历史。其中涉及武则天的一段，还引证了一个有待考证的故事。文谓：则天女皇当初生了一个长着驴耳朵的儿子，因为羞惭，在儿子年尚冲幼时，便派人去刺杀他。当时有一位吐蕃大臣，为了不让她杀死皇子而暗藏起来。后来，女皇年老皇位无人继承，遂拟将皇位传给她的兄弟（应为武则天之父——引者）武三思。当召集众人开会时，她拖长声音问：“立武三思众人是否同意？”有人说不同意，女皇即下令将其杀死。吐蕃的大臣也拖长声音向武三思问道：“立武三思是否同意？”武三思本想回答：“若不同意立我，女皇就下令将其杀死。”当他刚说到“不同意立我”时，吐蕃大臣就拔剑将他杀死。当人们问他为何杀人时，吐蕃大臣说是按照女皇的命令杀的，于是，女皇对他也没有办法。当女皇去世办理丧事时，吐蕃大臣将长驴耳朵的皇子领来，立为皇帝，称为驴耳国王^②。这里涉及到

^① 王尧、陈踐译注：《敦煌本吐蕃历史文书》（增订本）第175页，民族出版社1992年版。

^② 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》第109—110页；陈庆英汉译本第67—68页。

武则天滥杀诸子，以及武周与李氏之间的皇位争夺等重大历史事件，但史实也多有错乱，如武三思为则天女皇之侄，且为太子重俊所杀被误植等。甚至十分有趣地让吐蕃大臣参与了灭除武氏残余势力的政治斗争，显然已经变为传说了。看来，以唐朝外甥自居的吐蕃人，在武、李之争中还是态度显明地站在了李唐王朝这一边，在感情上成为阿舅的忠诚支持者。

第二节 藏族文献学说略

一、《敦煌本吐蕃历史文书》的文献学价值

藏族史学史和文献学史的源头，在唐代吐蕃王朝时期，具体说，始自《敦煌本吐蕃历史文书》。在该书中，包括了以下几个方面的内容。

1. 纪年体，lo-tshigs，也即“大事记年”（don-chen-gnad-bsdus-kyi-lo-tshigs）即 P. T. 1288 号。它以年代为主线索，按年代次序排列，以一年中所发生的重大事件为主要内容。如：

及至牛年（唐高宗永徽四年，癸丑，公元 653 年）赞普驻于辗噶尔，大论东赞于“裕”定牛腿组。达延莽布支征收农田贡赋。与罗桑支之论仁大夏行土地大宗交换。以布金赞、玛穷任象雄部之“岸本”。于多思麻，甘·掘桑介达为仇敌所杀，从而复仇也。是为一年。

及至虎年（唐高宗永徽五年，甲寅，公元 654

年)赞普驻于美尔盖。大论东赞于蒙布赛拉集会。区分“桂”、“庸”，为大料集(即征发户丁、粮草劳役等)而始作户口清查。是为一年。

及至兔年(唐高宗永徽六年，乙卯，公元655年)赞普驻于美尔盖。大论东赞于“高尔地”，写定法律条文，是为一年^①。

.....

2. 记事体, lo-rgyus, 即 btsan-po-rim-byung-gi-lo-rgyus (历世赞普记事, 赞普传记) 即 P. T. 1287 号。它以一个人物的诸多重要事迹为线索, 展示历史内容。这里的人物首先是赞普本人, 其次是掌握大权的宰辅之臣。他们的活动, 本身即是影响历史的重大事件。同时, 由于它是以人物为重要线索的, 事实上也就包含了另外一种史学文体——纪传体, 或人物传记, 藏文称作 rnam-thar (传记)。如《敦煌本吐蕃历史文书》“赞普传记”部分, 首先讲述了止贡赞普的充满本教色彩的故事, 接着列述了赞普岱处保南木雄赞在位及其后世, 诸大相任职者世系:

最初, 达尔氏之子东当杰任之, 贤明英勇, 忠贞不二。

其后, 埃·多吉杰任之, 英勇贤明。

其后, 曲·拉俄高噶任之, 对敌英勇, 知人察微, 目光锐敏。

其后, 洛·塘真牙登任之, 能御外敌, 外政修

^① 王尧、陈踐译注:《敦煌本吐蕃历史文书》(增订本)第145页,

二、藏族历史文献学的成熟与发展

吐蕃王朝时期，佛本相争，佛教文献有被改纂者，在危难时刻也有被埋藏者，这一段经历，在吐蕃王朝灭亡后的佛法后弘期，被人们加以利用，一种拟古复古的心态在社会上涌动着，怂恿好事者纷纷开始了“掘藏”活动，其收获自然非同寻常，一批珍贵的历史文献相继面世，如所谓由支塞乳恭顿写成、记述松赞干布生平事迹的大作《玛尼全集》（或称《大史册》），号称牟尼赞普时著作的《五部遗教》（包括鬼神、赞普、王妃、译师和大臣遗教），标榜为赤松德赞时大臣巴·色朗所著的《巴协》，本教经典《黑白花龙全集》，松赞干布对臣下及子孙的遗诏《赞普遗训》（《柱下遗教》），《桑耶大柱记》，《掘藏库》等。诚如学者们业已指出的那样，这些都是后世的伪作，因为在《五部遗教》中既有朗达玛灭法和其二子允丹、微松（斡松）的分裂这一后世事件，又有属于元代的萨斯迦本钦（萨迦本钦）。而在《巴协》里，则出现了11世纪阿底夏大师入藏弘法的大事^①。可见，伪造者虽然十分精心，但毕竟还有疏漏之处。依我们之见，在掘藏文献中或许有属于前弘期的文献，却只能是佛教经典文献，以及部分由篡改佛经而形成的本教文献，而没有吐蕃人自著的史著文献。

可怜的掘藏者们，既放弃了自己的著作权，放弃了流芳百世的著史之功，又给后世的研究者设置了障碍，增添了麻烦。可是，我们却不能以此否认这些属于11—14世纪时期历史文献的史料价值，和这些著作在藏族史学史上的突出贡献。

^① 王尧：《藏文古代历史文献述略》，《西藏民族学院学报》1980年第2期。

这就是：它保存了许多十分珍贵的资料，尤其是前弘期吐蕃历史资料，以及继承了自《敦煌吐蕃历史文书》开创的史学传统，对传记类的完善贡献尤大，为藏族文献学的成熟，起到铺垫之功。

元明时期，是藏族历史文献和史学的全面成熟期，史学体裁多样化，形成风格，并出现一批水平较高的名著，如编年史、史册（deb-ther）、教法史（chos-vbyung）、王统记、世系史（gdung-rabs）、传记（rnam-thar）等等。随之又相继出现寺庙志或目录（dkar-chag）、年表（revu-mig）、地理志、全集（gsung-vbum 或 bkav-vbum）、名人录（ming-grang）等^①。

藏族史学与历史文献学的这一长足发展，是与佛法后弘、教派的纷纷成立与元朝中央政府的支持密切相关的。获得了学习、研究与著史时间、机会的高僧大德们，为本民族的文化事业的发展，立下了不朽的功勋。需要特别指出的是，这一时期，由唐朝初年即开始的汉文经典译藏工作，一直持续着，中原史学对藏族史学的繁荣，依然产生推动作用。我们从这一时期的藏文史书大量征引汉文典籍文献中，即可证知。

作为史学繁荣的重要标志，这一时期出现了许多高水平的史学著作，如布顿·仁钦珠的《布顿佛教史》，蔡巴·公哥朵儿只（庆喜金刚）的《红史》，萨迦·索南坚赞的《西藏王统记》，释迦·仁钦岱的《雅隆尊者教法史》，班钦·索南查巴《新红史》，大司徒绛曲贤赞《朗氏宗谱》，达仓宗巴·班觉桑布《汉藏史集》，桂洛·循努贝的《青史》，巴卧·祖拉陈瓦的《贤者喜宴》，珠巴活佛白玛噶布《珠巴教法史》，阿

^① 王尧、沈卫荣：《试论藏族的史学和藏文史籍》，《史学史研究》1988年第3期。

在正文部分，作者首述佛三身的历史、诸佛的历史，然后专论释迦牟尼佛最初生起无上菩提之心，中经无量劫积聚资粮，宣说地和本性的本性，以及示现果报、圆满成佛，并以殊胜幻化之身在瞻部洲所做十二事业：即（1）从兜率天下降事业；（2）入胎事业；（3）诞生事业；（4）青春嬉戏的事业；（5）王宫享受的事业；（6）离俗出家的事业；（7）苦行的事业；（8）来到菩提道场的事业；（9）调服魔天的事业；（10）成佛的事业；（11）做转法轮，在下界宣说教法神变行的事业；（12）示现涅槃事业。接着讲述佛法经论传播、大小乘、结集、诸说之分别，以及量论、律论、中观、密宗、医学等论部情况。

在讲述佛教在印度的兴起、发展与教义之后，谈到佛教传入西藏的情况，这一部分又是正文中的重点。该部分先谈国王总的性相，如贱姓色法五王、智者国王等；继述世族国王的历史，追溯五天神、众敬王等；再述封授的国王，涉及吐蕃的十二王，玛桑八部，十二小邦，及四十二小邦割据史等，最后论述吐蕃最早的国王聂赤赞普秘密、遍传和绝密的三种说法，以及他的后世子孙“上丁二王”、“六列王”、“七德王”、“七赞王”等，松赞干布时佛法传播、各项制度的建立，直到吐蕃末代赞普朗达玛灭法，二子分裂，佛法后弘为止。

《第吾教法史》专论印度佛教史、吐蕃佛教史的做法，开启了后世教法史的先河。该书把吐蕃王统与印度王统结合起来的作法，也为后世史家所继承，形成一种著史模式。其中，有关吐蕃王朝诸赞普时期的历史，价值较高，也是对敦煌吐蕃历史文书历史部分的继承与发展，而为佛教在吐蕃传播树碑立传，并把佛教史与吐蕃史结合起来，用佛教的立场和观

点来撰写吐蕃史，可以说是该书的一种创造。通过《第吾教法史》和与之时代相近的《娘氏教法史》的努力，教法史这种体裁在吐蕃历史文献学中出现了，并对后世产生重大影响。

二、形式多样的教法史

教法史对于出身释门的学者和史家来说，无疑成为著史的正途。自从这一史学体裁出现后，各代均有著作问世，继承和发展这一学术传统。

元朝时期的大学者布顿·仁钦珠，也著有《布顿佛教史》^①，该书继承了《第吾教法史》的传统，专论印度和西藏的佛教传播情况，间也断以己见，成为名著。同时，又与《第吾教法史》有所不同：在印度和西藏佛教的论述中，更侧重于前者，但是，该书又增加一个十分重要的内容，即开列来藏传法的各地高僧和吐蕃译师的名单，并附有藏文大藏经论部（丹珠尔）目录，大大增强了该书的史料性和学术性。

在藏族传统史学中，教法史的格式在遵循传统时，发生一些变化，以适应学术发展需要，它的内容也不断增加新的成分，从而充满活力。以雅隆尊者释迦仁钦俗所著，成书于1376年的《雅隆尊者教法史》为例，该书适应元朝以来西藏地方纳入中央政府治下，以及历史发展的需要，既增加了“汉地五王朝”（周、秦、汉、魏、晋），“唐朝”，“唐蕃交往及甥舅关系史”，“五代与宋”，“木雅（党项）传说”，以及“蒙古王统及其版图扩张史”，又增加了在元朝时举足轻重的

^① 布顿·仁钦竹（珠）：《布顿佛教史》（藏文本），中国藏学出版社1988年版；郭和卿汉译本《佛教史大宝藏论》，民族出版社1986年版。

萨迦派的政教历史，如萨迦五祖及弟子世系，元朝历代帝师，萨迦寺住持，萨迦本钦（萨斯迦本钦，即乌思藏地方宣慰使）等等^①。以佛教传播为主，涉及政教大事。松巴·益希班觉的《如意宝树史》（1748年成书），将内容扩大及内地和蒙古地区佛教史。

在教法史这一体例的发展中，还出现三种倾向：第一，是专述印度佛教发展的历史，如出生于前藏觉莫卡热（接近后藏）的多罗那它（1575—1634年）所著《印度佛教史》，即属此类。该书从“阿闍世王时代”、“妙臂王时代”谈起，一直谈到“真言乘起源辨略”和“造像者出生情况”等，是西藏学者研究印度佛教史的著名论述^②。第二，是专论藏传佛教某一教派发展史，此类著作所占比重较大，对于研究教派史，资料价值较高，是不可或缺的基本材料。如达垅巴·阿旺丹却桑布的《达垅教法史》（1648年成书，一说1669年成书），珠巴活佛白玛噶布的《珠巴教法史》（成书于1580年），贡却伦珠的《教法史》（成书于1643年），班钦·索南扎巴（1478—1554年）的《新旧噶当教法史》（1529年成书，1642年重刊）和第巴（悉）桑结嘉措的《格鲁派教法史——黄琉璃宝鉴》（成书于1692—1698年）等等。虽兼及其他内容，却均以一个（多为本派）教派为核心。第三，是综论所有教法的。不是选择原来教法史的一个专题，而是更加扩大了它的内涵。如土观洛桑却吉尼玛（善慧法日）所著《宗派源流镜史》即属此类。该书分“印度宗教派别源流”（其中又分为“外道邪

① 释迦仁钦俗：《雅隆史》（《雅隆尊者教法史》），西藏人民出版社1988年版；汤池安汉译本，西藏人民出版社1989年版。

② 多罗那它：《印度佛教史》，四川民族出版社1986年版；张建木译本，四川民族出版社1988年版。

宗源流”和“内道佛教源流”两节)，“中国西藏宗教派别源流”(内分“总说佛教起源”、“别说各宗之创立”及噶当派、噶举派、希解派、觉域派、萨迦派、觉囊派、其余小派、格鲁派和本教)，“中国内地宗教派别源流”(内述“儒教源流”、“道教源流”、其他小派及佛教源流)，“其余别土宗教派别源流”(内分中国蒙古地区宗教派别源流、中国于阗地区佛教源流和苦婆罗佛教源流)^①。不仅综述了各地佛教源流，而且也论及西藏本教，内地的儒教、道教等，可以说独具一格，别出心裁。

此外，还有一类以某一地区为主的教法史，如智观巴·贡却丹巴绕吉所著《安多政教史》(又称《多麦教法史》、《脱思麻教法史》或《史海》)。成书于1865年，专论青海蒙古诸部首领，湟水、黄河、隆务河流域，拉卜楞寺，大夏河流域、洮河，以及阿曲河、热科河、察曲河、金川河流域等地的政教发展历史，也是教法史的一种新发展。该书内容宏富，是研究明清两代安多地区历史的最为重要的资料之一。桂洛·循努班(1392—1481年)所著《青史》(成书于1476—1478年)也为教法史名著。

第四节 史册、王统记与世系史

一、史 册

藏文作 deb-ther，劳费尔(B. Berthold Lawfer)认为它

^① 土观洛桑却吉尼玛：《宗教源流史》(《宗教流派镜史》)，甘肃民族出版社1984年版；刘立千译、王沂暖校订，西北民族学院研究室1980年版。

借自波斯语 *dābtār* (文件、书籍、纪录)^①。可能是通过蒙古语间接借用过来的,《元朝秘史》第203节有“阔阔迭卜帖儿”(青册)^②。藏文较早的史册《红史》的蒙古语书名即“忽兰迭卜帖儿”(红册),当是其反映^③。从而,在藏族史学史上产生一种新的史学撰著体例。

史册虽然也免不了记述宗教派别的发展状况,但它的核心主题却是政治史。以《红史》为例,该书仍记述佛教在印度的发展,在吐蕃的后弘,以及后弘期萨迦、噶当、噶举、桑浦等派的传承状况,侧重点却在于沿革历史。如有关印度佛教,只有“释迦牟尼的历史、三次结集——教法传承及佛法住世”和“印度王统简述、释迦寂灭年代的计算”两小节,历史是其主线索。有关印度的另一小节是“众敬王的世系”。相比之下,中原王朝史占据了更为重要的地位,如“汉地由周到唐的历史”、“由汉文译为藏文的唐朝史书中的吐蕃史”、“汉地由梁至南宋的历史”,以及元朝蒙古史、吐蕃历史、西夏简史等节。可见,史册的史学主题更为突出。

与《红史》成书时间相近,价值更高的史册是《汉藏史集》,该书作者是达仓宗巴·班觉桑布,成书年代是1434年,比成书于1363年的《红史》晚出70年,可以算作是藏史中的又一部“史册”。该书政教兼论,以史为主,即使是教派发展,也以史为核心内容,是藏史中价值最高的史著之一。它难能可贵地专章论述了“茶叶和碗在吐蕃出现的故事”、“吐

① Berthold Lawfer: *Loan Words in Tibetan*, T'oung pao, 1916.

② 《蒙古秘史》校勘本第556页,额尔登泰、乌云达赉校勘,内蒙古人民出版社1980年版。

③ 王尧、沈卫荣:《试论藏族的史学和藏文史籍》(续),《史学史研究》1988年第3期。

蕃医学的历史”、“吐蕃七良臣的事迹”、“刀剑在吐蕃传播的情况”、“茶叶的种类”、“鉴别碗好坏的知识”、“吐蕃地区驿站的设置”、“乌思藏驿站的支应办法”，以及伯颜丞相、桑哥丞相的故事等^①。论列了科技史、物质文明进步史、著名科学家及重要政治人物、行政制度等方面的内容，表现出良好的史学风格和品质。

在此之后，继承这一传统的是《新红史》和《西藏王臣记》。前者是班钦·索南查巴（1478—1554年）在1538年写成的史书，内分五章，即印度王统、香跋拉王统、吐蕃王统、汉地与蒙古王统（内分汉地王统、西夏王统和蒙古王统）、汉蒙在西藏的统治（内述萨迦、江卡孜瓦、洛巴等地方势力和万户的事迹），也是一部真正的史书。第五世达赖喇嘛《西藏王臣记》（1643年成书），虽不叫“史册”，但该书在简述佛教的来源、传入西藏（前弘、后弘）等事同时，更大量地记述自松赞干布以来到顾实汗（固始汗）入藏之间的重大政治事件，以赞普、历世大臣和各教派政教大事为主线索，是一部历史书，而非教法史，与《新红史》的不同之处，在于它的著者是一位黄教领袖，佛教史观更为突出，佛学色彩相对浓厚罢了。

在这类文献体裁中，有一部书也以“史册”为名，但所述却并非政治史等内容，而是教法史，此即《青史》（deb-ther-sngon-po），它所论述的全是教法传承，与上述诸书相比，称“史册”有些名不符实。

① 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》，四川民族出版社1985年版；陈庆英汉译本，西藏人民出版社1986年版。

三、世 系 史

世系史，藏文作 gdung-rabs，与主要论述王统世系的“王统记”类似，但内容不同。世系史以某一个大的贵族家系为核心展开历史画卷，且自为体系。较著名的，有大司徒绛曲坚赞（1302—1371年）所著《朗氏世系史》（《朗氏宗谱》）和阿旺贡噶索南所著《萨迦世系史》（1629年成书）。

《朗氏世系史》包括：神种朗氏世系、珍贵史籍《朗氏灵犀宝卷》和人种来源、阐化王扎巴坚赞所著《神种朗氏家族单传传记》、大司徒绛曲坚赞遗教《开卷得益》、司徒道歌《祈祷》、遗嘱，京俄大师的教诫等^①。该书以帕木竹巴（伯木占鲁）教派的掌教家族朗氏为线索，重点论述了元代吐蕃地方帕竹万户的历史，由于作者即是帕竹万户的万户长绛曲坚赞，该书的史料价值极高，内容也十分丰富，是不可多得的珍贵资料。该书以人物为主线，以年代先后为序著述，读来清晰醒目。

与此相同，《萨迦世系史》也是“世系史”中的代表作。它以元代西藏地方最有影响的萨迦派款（昆）氏家族为内容，保存了许多珍贵的历史资料。该书包括：传说中的远祖世系，如光明天界世系、无垢款氏世系等，最具价值的则是“萨迦款氏家族世系”和“萨迦派四大拉章”两节。前者以人物为主论述，包括款官却杰布、贡噶宁波、索南孜摩、扎巴坚赞、萨班、八思巴及其弟恰那朵儿只；后者主要论述萨迦四大拉

^① 大司徒绛曲坚赞：《朗氏宗谱》（《朗氏世系史》），西藏人民出版社（藏文版）1986年版；阿旺、余万治译本，西藏人民出版社1989年版。

章，即细脱、仁钦岗、拉康和都却拉章的世系与史事等^①。家族世系史，对于西藏这样一个重视教派与家族传承，重视等级差别的封建制色彩浓厚的地区来说，不仅显得重要，而且也有学术价值。它是一部家族史，也是教派史和学术传承史（家法）。

第五节 人物传、寺庙志与地理志

一、人 物 传

人物传，藏文称 rnam-thar，记述著名学者、高僧大德或政治家等生平事迹的著作，高僧传占据较大的比重，除了历世达赖喇嘛传、历世班禅传之外，还有较早的掘藏文献《莲花生大师本生传》，查同结布的《玛尔巴译师传》，噶玛·弥觉多吉的《日琼巴师徒简传》，桑结坚赞的《米拉日巴传》，阿旺色丹旺曲扎巴所著《萨班传》，晋美扎巴的《江孜法王传》，《珠巴滚勒传》，《珀东传》，益扎尼博等的《白若杂纳传》，郭仓热巴的《热琼哇传》，土观洛桑却吉尼玛的《章嘉国师若必多吉传》等等，在这类传记中，有时也存在所谓内传、外传和秘传的分别。如《仓央嘉措秘传》等即属此类。本教高僧也有传记传世，如扎敦·格桑丹贝坚赞的《夏尔杂·扎西坚赞传》即是其例。

与高僧传同等重要，但为数相对较少的，是一些杰出人物或政治家的传记。如晋美德钦的《唐东杰布传》（1609年成

^① 阿旺贡噶索南：《萨迦世系谱》（《萨迦世系史》），民族出版社1986年版；陈庆英等汉译本，西藏人民出版社1989年版。

书)，才仁旺阶的《颇罗鼎传》（1733 年成书），丹津班珠尔的《多仁班智达传》，朵喀夏仲才仁旺阶的《噶伦传》（1662 年成书）等等，均保存了大量重要的历史文献资料。

人物传同样起源于《敦煌吐蕃历史文书》，即“赞普传记”。后世则不断发展，不断充实，既用于高僧，也用于政治人物和其他杰出人物；既以单传为主，又有合传作为补充，形式多样；融史学与文学于一体，生动活泼，亲切感人。

但是，人物传记多系门人或弟子撰写，在得资料之便利的同时，也往往出现溢美或为亲者尊者回护的问题，从而使史实失真。更有甚者，则篡改史实，使人们难窥真相。至于许多高僧传中大肆宣扬本门师长的神奇不凡，充斥各种离奇不稽的东西，更是平常之事。这也是阅读者和研究者尤须注意的事项。

二、寺 庙 志

寺庙志，藏文称“dkar-chag”，即目录。记述寺院兴建缘起、始末，主要建筑的格局、神殿、典籍、偶像、佛塔等。最早的寺庙志应该是记载大小昭寺修建及桑耶寺状况的简志。见于记载的应是《桑耶志大柱志》，此书至今未见。《贤者喜宴》作者巴卧·祖拉陈瓦和《安多政教史》的作者智观巴·贡却巴丹绕吉均认为，此书即指《巴协》。从《巴协》中详细记述桑耶寺的修建过程及雕塑、神殿等细节来看，也不无道理。若然，《巴协》应是最早的寺院志。

我们从《汉藏史集》、《西藏王统记》的相关记载看，大小昭寺志和桑耶寺志的主要内容也在这里保存下来。如《汉藏史集》记“大小昭寺”谓：佛像随赤尊、文成两公主被带

到吐蕃后，赞普松赞干布认为应建一座寺庙以供奉之。“于是由（文成）公主摆开卦具，运用八卦进行推算，结果发现，拉萨并不具足八种吉祥之相，反而有八种或五种地煞。原来雪域吐蕃这个地方，形如一个仰卧的女魔，拉萨低处的湖泊，为女魔的心脏，需建寺镇压。而在此之前，应首先在四茹各建神殿。所以，在女魔的右臂处修建噶蔡寺，在女魔左臂处建昌珠寺，在女魔右大腿处建藏赞寺，在女魔左大腿处建仲巴江寺。……”此后又建四寺分压四肢关节等。大昭寺的修建，得文成公主帮助，但主要由泥婆罗工匠建成的，且由“泥婆罗工匠塑造了世自在菩萨、空行观音菩萨、妙音天女、光明天女、忿怒母、马头明王、甘露漩玉等，共计九座主尊神像”^①。此即《大昭寺志》的主要部分内容。

《汉藏史集》对桑耶寺的记载，与《巴协》的记载相类，应属《桑耶寺志》的内容。如该寺如何仿照印度阿丹达布日寺的式样修建，又如何“以桑耶大殿顶端为密教三部之须弥山，以大殿顶的内外依附处为七金山，建立大日如来佛拯救恶趣众生之坛城。大殿顶楼按律藏修建，外围所有十四种经续，都符合经藏，七十八座泥塑像，全都与密咒相符。全佛殿共有一千零两根柱子、三十六座门、四十二座小门、六架圆木梯、八口大钟。还有按《俱舍论》所说修建的四大洲、八小洲、日月坛”。该书说：“桑耶寺的修建从阳木虎年（774年）春三月七日为殿堂奠基，经过六年全部建成。在阴土羊年（779年），由堪布菩提萨埵（寂护）和大师白玛迥乃（莲花生）为桑耶寺举行了开光安座仪式，……”并进行了热烈

^① 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》第97—99页，陈庆英汉译本。

14 节记，从甘丹翻山到桑耶，进入约茹，谓桑耶是伍茹和约茹的分界处。从桑耶循雅鲁藏布江往东走，到桑日、达布，为约茹东部，又回走乃东、昌珠、琼结等约茹中心，再循雅鲁藏布江往西，从札囊到贡噶，为约茹的西部。再从琼结往南，至措美、洛扎、湟、曲松等地，为约茹南部。第 15—17 节记，从洛扎过普玛江塘，进入叶茹南部地区，经江孜、康玛，到叶茹中心日喀则。第 18—21 节记，从日喀则西行，到萨迦为茹拉范围。萨迦是叶茹、茹拉的分界处。从萨迦到彭错岭、拉孜，为茹拉东部。至昂仁为茹拉北部，到定日、聂拉木为茹拉南部。到吉隆宗为茹拉西部。第 21 节记，从萨迦到夏格丁，再次进入叶茹，经日喀则的藏布江北岸的香、乌玉（郁）等叶茹北部地区，直到与伍茹交界的尼木。第 22 节记，从日喀则的藏布江东岸的白朗、仁布等叶茹东部地区，直到与约茹交界的羊卓雍湖。第 23—24 节记，从约茹西部的羊卓雍湖又回到曲水、堆垅等伍茹西部地区。从叶茹回到伍茹的另一条路线是，从乌玉（郁）北部，进入伍茹西郁的尼木，北部的当雄、羊八井而进入堆垅地区^①。

通过作者的记述，人们对乌思藏四茹有了更清晰和具体的认识。藏史中还有几部地理著作，一是敏珠尔诺门汗的《瞻部洲志》（《世界广说》），是从俄国人那里所获得的有关世界各大洲的地理认识，其中有价值的则仍是有关青藏地区的地理状况之记述^②；一是松巴堪钦·益希班觉的《世界总说》；一是格桑丹贝坚赞的《世界地理概说》。均是 19 世纪以来，眼界开阔的重要表现。

^① 刘立千译注本：《卫藏道场胜迹志》（钦则旺布著）“前言”，西藏人民出版社，1987 年版。

^② 王尧、沈卫荣：《试论藏族的史学和藏文史籍》。

不能离开佛学影响，又不能置身大五明从属之外。

由于上述原因，藏族传统文献的绝大多数是佛学著作。数目众多的学者高僧文集、全集，朝圣者的行记、见闻录，大德们的教材，弟子们的闻法笔记，以及颂赞文、小说、故事、格言、寓言、道歌等等，包括长篇英雄史诗《格萨尔王传》，均离不开佛教的内容。

在史学类著作中，佛教发展史占据重要位置；在人物传中，高僧传、法师传、译师传独领风骚；在世系史中，人物的宗教活动是其主线索和基本内容。至于年表即佛历表，地理即圣迹志等状况，均说明佛学的独特位置。

即使在一部史学著作中，佛教内容依然占据一定的比重。如《西藏王统记》把佛教在印度的兴起，在汉、蒙、吐蕃地区的传播等作为必要的内容，又在松赞干布的活动中，大量增加宗教活动的内容，把他变为一个以弘法为己任的“法王”，远远偏离了历史实际。只有《汉藏史集》、《新红史》和《贤者喜宴》等极少数史学著作，科学性与客观性较为突出，仍不免掺加佛教内容。如《汉藏史集》的前半部谈了印度佛教简况，在吐蕃的前弘、后弘；后半部则主要围绕各教派的政教活动展开，佛教为其主要内容。《贤者喜宴》情况与之类似。《新红史》可以说是很少用专章来论述佛教史迹的一个特例，但其字里行间，不免充斥佛教发展的内容。这也正是现实历史的写照，是史家无法拒绝的社会影响。

二、史著中的佛教观点

1. 著史从印度开始的体例

我们现在看到的藏文历史著作，几乎全部遵循先从印度

谈起，而且是从佛教在印度兴起时谈起的体例，是佛教史观的最具体的反映。在佛教兴起以前，印度也有数千年的文明史，这些史著却并不涉及，是知其“言必称印度”的实质，是“言必称印度佛教”。所以，人们在历史中能够看到的只是：“世界的形成”、“印度的历代法王”、“佛祖释迦牟尼降世传法”等等，继之则是佛教在各地的传播（《西藏王统记》）。后世学者很少有人能够走出这个藩篱。

2. 伪造西藏王统来自印度的历史

佛教传入吐蕃后，吐蕃人逐渐拜倒在佛陀的脚下。因佛法来自印度、佛陀降生古印度故，他们也渐渐产生崇拜印度的心理，为了给自己的圣法正名，遂不惜改变身份，把王室祖先上攀到印度王室，认为如此即可抬高自己的门第。《布顿佛教史》即记载了这类情况，他们不仅认为吐蕃王统来自印度，甚至也有吐蕃人种来自印度的说法。该书谓：总说最初西藏地区人的来历：据（脱准住杰等著）《胜天赞释》说，是般荼王的五个王子和十二个极恶的仇敌军团交战的时候，汝巴底王领着他的军队约一千人，乔装为妇女，逃到大雪山丛中，逐渐繁殖起来的。

“至于说到西藏藏王的世系：有一部分人说，最初的王嗣，是从侨萨罗（古印度国名）国王胜光的儿子名五节者传来；又有一部分人说，影胜王最小的一个儿子名叫小力，才是五节的儿子；还有一部分人说，西藏诸魔同十二夜叉小王共同造作灾害时，白萨罗王名能现生有一子，睫毛盖着眼睛，手指间有蹼（薄膜）联着。该王十分惊恐，将小孩装入大铜盒中，抛入恒河中，被一农夫拾得，将他养了起来，直到他年事渐长，听旁人讲他是拾来的，便心生悲苦，逃到大雪山里。渐次越过拉日山口，来到赞塘噶西地方，被当时的本教徒们看

见，说他是由天索和天梯下来的。因此，说他是一位神人，问他是谁？他以手指天，彼此不通语言。于是，将他安置在木座上，四人用肩抬着，向众人说，这是我们的救主。尊称为聂赤赞布（意为肩舆王），这即是藏地最初的王。”^①

通过考古发掘、民间传说与文献记载，人们早已清楚，西藏人种、王统南来说之不足为据。上述说法，还篡改了本教的古老传说，它的改编年代，应该说是在《敦煌吐蕃历史文书》“赞普传记”中有关止贡赞普的传记写成文字之后，且源自于此。在这里，我们把它看作是佛教史观的一个产物。

3. 从佛教立场来解释历史

在藏族史学著作中，用佛教的观点、立场来解释历史是最普遍的现象。虽然不乏科学的和成功的例证，但也往往存在曲解某些历史史实的地方。在政治史，具体说在中央政府与西藏地方政治势力的关系问题上，一些佛教史家的著作，往往存在解释上的问题，最突出的便是把中央朝廷对地方高僧的封赐或行政任命说成是“供养”，把双方的统治与服属关系说成是“檀越关系”或“施主与福田”的关系。给后世的研究者造成很大的混乱，也为一些别有用心的人制造所谓“西藏独立”留下可乘之机。奇怪的是，有许多人并不相信佛家的“世间皆苦”、“一切皆空”、“轮回业报”学说，也不以佛教为其终身信仰，却偏偏相信佛教徒的所谓“供施关系”的学说。足见，清理别有用心者谬论的流毒，比清理历史上佛教徒的唯心史观，显得更为重要而困难。

^① 布顿大师：《佛教史大宝藏论》（《布顿教法史》、《布顿佛教史》）第167—168页，郭和卿译本，民族出版社1986年版。

第十一章 青藏高原的传统艺术

第一节 留住永恒的雕塑艺术

在各种古老艺术中，雕塑艺术也许是表现力最强烈，生命力最旺盛的一门艺术。正因为如此，当人们回首遥远的艺术经历时，它首先映入眼帘，并让人感到真实可靠。

一、雕刻艺术

1. 石雕

石雕的起源很早，它可以追溯到石器时代。当人们在打制和磨制石器生产工具和生活用具时，已开始有意识地制作艺术品。它包括两个方面，一是在生产、生活工具或用具中，注入美的意识，即在注重工具的实用性的同时，注意它的审美性；一是专门制作纯粹的艺术品，用以装饰自己，娱乐人生。于是，人们总能在青藏高原的石器工具、用器中，看到它的制作者的审美情趣。

原始艺术往往是相互结合的，岩画艺术即是石雕与绘画的有机联合体。从藏北日土等地动物、人物、日月等自然物的岩画制作和内容中，人们很容易感受到古代高原人对艺术的渴望与真挚之情。

然而，给人留下深刻印象的，却是吐蕃王朝时期的石雕作品。目前发现的石雕石刻作品有：达扎路恭纪功碑，第穆萨摩崖石刻，丹玛摩崖石刻，谐拉康碑、刻石，赞普墓和赤德松赞墓碑，楚布江浦建寺碑，唐蕃会盟碑，洛扎摩崖刻石等吐蕃时代的遗址，以及拉萨药王山摩崖、查拉路甫石窟等，始于吐蕃时代，后世不断增加的刻石、雕像文化遗址。

赞普墓地有两尊石狮，置于赤松德赞墓前，造型古朴雄伟，胸部圆润昂挺，鬃毛卷曲在整个头顶和颈部，夸张的嘴部，简洁的纹饰，既充分表现了狮子的威武，也展示了刀法的古朴与娴熟。人们从它的身上，看到了唐朝和波斯等多种文化影响的成分。桑耶古寺的石狮与石象，也有类似的特征。

赞普墓地的两通石碑（一为赤松德赞纪功碑，一为赤德松赞墓碑）。前者碑帽，类庑殿顶式样，火焰形宝珠与之相连，底部一周是连续云纹；碑身高7米，呈梯形，两侧为飞龙图案；碑座为一石龟。后者碑帽，顶为莲座宝珠，底部内收，上雕十六瓣莲花，碑顶宝珠下即帽座，平面长方形，顶部为四面坡式，边缘翘起，四周减地浮雕升云图案，帽座底部四角对称浮雕四尊飞天。东侧中央浮雕太阳，西侧中央雕月亮。碑身5.6米，东西两侧上部减地浮雕云中升图案，两条龙追逐升腾，旁有云朵；下部刻减地浮雕四蛇图，蛇下为仰覆莲花

座。碑座上为石龟，下为长方石^①。明显接受了以唐朝中原艺术为主的外来艺术影响。

在佛教传入以后，石雕佛像成为石雕艺术的主流。据《西藏王统记》载，松赞干布时，在查拉路甫建造神殿，“所供主尊牟尼岩神依怙，右侧舍利佛，左侧目犍连，再右为慈氏，再左为观音，皆自现于岩上者，为未来有情积福德故，更由尼泊尔塑匠，将其于四围之岩壁上，明显雕出，佛像雕毕，即为开光”^②。《贤者喜宴》记，松赞干布的茹雍妃，也曾出资在查拉路甫雕刻大梵天等佛像。该石窟艺术因出自尼泊尔工匠之手，具有浓厚的犍陀罗艺术风格。如赤裸上身，下着裙子的菩萨，膝间系宽带，臂部以下有后围裙；印度造像中“三道弯式”——即头向右倾斜（女像），胸部转向左方，两腿转至右方，使臂部向旁耸出。男像与之相反。服饰简单窄小，衣服褶皱采用单线阴刻等^③，显得优美飘逸。药王山摩崖造像，是西藏同类造像中数量最多，内容最丰富的一处，释迦像、阿弥陀佛像、八臂三面十一面观音、十一面千手观音像、莲花生像、护法神像、供养人像等，形象众多，姿态万千，高、浅浮雕和线刻，充分运用，表现了较高的雕刻艺术水平。

2. 木雕

木雕被广泛地运用于建筑、佛像、法器、生活用具及其他装饰方面。大昭寺和桑耶寺等建筑物中的木雕艺术，颇为精美而知名。大昭寺的木雕中，有浮雕、半圆雕、圆雕等多种形式。尤其是一、二层的梁、柱、枋、门框上，雕满了飞

① 侯石柱：《西藏考古大纲》第70—71页，西藏人民出版社1991年版。

② 《西藏王统记》第40页，王沂暖译本，西北民族学院研究所印，1983年。

③ 何周德：《查拉路甫石窟初探》，《西藏研究》1987年第3期。

(双手)胸前合掌、手执念珠、手执法轮、做胜施妙印、执无量光、执白莲花、执净瓶、执珍宝、执弓箭。变化之手有三十八只,右边的十九只手分别拿着:珍宝、宝绳、宝钵、腰刀、金刚、火珠、水晶、弓、柳枝、拂尘、盾、宝瓶、钺、念珠、青莲花、净瓶、太阳、白莲花、谷穗;左边手拿着:白云、净瓶、莲花、宝刀、海螺、骷髅、念珠、宝铃、金刚、铁钩、锡杖、化身佛、神殿、经卷、法轮、佛像、果品、莲花蕊、珍宝^①。

接着,泥婆罗工匠还塑造了世自在、空行观世音、愤怒度母、救度母、光明佛、妙音天女、甘露漩明玉、马头明王等。此外,又塑护法诸神,如三眼蛇状冠龙王、欢喜龙王、亲喜龙王、朗噶增居魔王、罗刹拉噶古比热、战神玛哈噶拉、吉祥天女,各位上师、密咒师各展才能,顺遂心愿^②。大昭寺的塑像,以印度和尼泊尔艺术风格为主。而小昭寺则是由文成公主主持、内地工匠建成的,其中塑像则以唐朝中原风格为主。

桑耶寺修建时,曾先修一神殿,主尊为观世音菩萨,右为度母,左为具光母;再右为六字大明咒,再左为马头明王。上为无量光佛主从五尊。大殿建成后,下层主尊为释迦牟尼石像,右为弥勒、观音、地藏王、喜吉祥、三界尊胜愤怒明王;左为普贤、金刚手、文殊、除障、无垢居士、不动愤怒等。主从十三尊佛像,是按吐蕃人自己的艺术风格塑造的。中层主尊为大日如来,右为燃灯,左为弥勒,前为释迦牟尼、药师佛、无量光佛三尊,其左右两方为八大菩萨近侍弟子、无

① 萨迦·索南坚赞:《王统世系明鉴》(《西藏王统记》)第109—110页,陈庆英等汉译本。

② 萨迦·索南坚赞:《王统世系明鉴》第111—113页,陈庆英等汉译本。

垢居士、喜吉祥菩萨、忿怒金刚，依照汉地式样建造。各有护法诸神。上层主尊为大日如来，每一面有两个弟子，观世音菩萨八大近侍弟子，内有菩提萨埵金刚幢等十方诸佛、菩萨、不动愤怒明王及金刚手等，是按印度的式样来建造的^①。桑耶寺大殿在建筑、塑像和绘画等方面，均融合了吐蕃、唐朝和印度的艺术风格，体现了吐蕃对外来文化兼融并蓄的态度。人物塑像以松赞干布和文成、赤尊二妃，吞米、噶尔两大臣塑像较著名。

“擦擦”，是藏区常见的一种泥塑，多为上师、神灵、佛陀、菩萨、佛塔、神灵等象征性供品浮雕，或者是一些小型佛像或带有佛塔的“佛塔小山”。用硬模挤压、单面凹凸板模压制而成。多置于专门用来陈放此物的“擦康”（房）内或大佛像腹中、佛塔中。它源于印度的石板塔肚存放圣物的风俗习惯^②。

2. 酥油塑

酥油塑，是以面粉和酥油等为原料制作的各色人物、飞禽、建筑、山水、花卉等，其中以宗教故事等为主。甘、青等地寺院均有制作，以塔尔寺酥油花最为有名，酥油花、堆绣和绘画被称为该寺“三绝”。正月十五日是其陈列展示之期。在拉萨大昭寺，酥油塑气派也十分盛大，清人所撰《西藏志》载，“至上元日，郡王（颇罗鼐——引者）及噶隆、牒巴等，各于大昭周围大放花灯。扎木架，以五色油面做人物、龙、蛇、鸟、兽，下设木架数层，安设大灯，周围约数万盏”。用

① 萨迦·索南坚赞：《王统世系明鉴》第167—168页，陈庆英等汉译本。

② 扎雅：《西藏宗教艺术》第119页，谢继胜译，西藏人民出版社1989年版；[意] G·杜齐：《西藏考古》第40页，向红笏译，西藏人民出版社1987年版。

以占卜年成好坏，祸福吉凶。

3. 铜铸佛像

在青藏地区的金属制作中，有金、银、铜等多种材料，但以铜铸最具代表性；在诸多制品中，有乐器、有法器，却以佛像铸造最具特征。

松赞干布与泥婆罗、唐朝联姻时，两位公主分别携带释迦牟尼佛像入蕃，传入了佛教，也带来了佛像铸造艺术，为后世所仿效。这两尊佛像在历尽无数劫难之后，至今犹存。其中供奉于大昭寺的文成公主所携佛像，造型生动，佛像五官线条分明，直鼻梁、高眉弓、深目，慈祥而充满智慧，堪称文物精华、艺术佳品。

元朝时期，应帝师八思巴之邀，以阿尼哥为首的 80 名尼泊尔工匠入蕃，制造黄金宝塔，进一步把印度犍陀罗艺术风格带入西藏。萨迦南寺所藏的鎏金铜铸菩萨像，即具有这种影响的因素。而萨迦寺的三而十六臂喜金刚铸像，人物形象维妙维肖，表情十分丰富，制作工艺也极为高超，属上乘之作。

本世纪初，九世班禅曲吉尼玛（1883—1937 年）命美术家阿里·索南塔杰（1868—1943 年）塑造强巴佛大铜像，举世无比。铜佛莲花台高 3.8 米，佛身高 22.9 米，总高 26.7 米。佛手长 3.2 米，中指围粗 1 米，肩宽 11.5 米，耳长 2.8 米，共用紫铜 23 万余斤，黄金 558 斤和大批珍珠宝石。为供奉大铜佛像，在扎什伦布寺主殿西侧专门建筑强巴佛殿。从如此巨大的佛像的铸造中，也体现出藏族人民的卓越智慧与巨大的创造力。

第二节 挥洒虔诚的绘画艺术

藏族的绘画艺术以宗教画为核心内容，但表现手法多种多样，并达到很高的艺术境界。藏族绘画同时也广泛吸收外来的影响，如在绘画的背景装饰方面，印度通常使用舒适华贵的房屋、菩提树，各种用作供品的鲜花、吉祥物、珠宝项链；中原汉地则为表现繁荣昌盛的象征物，如精美的长袍、锦衣美服、精雕细刻的坐椅及诙谐幽默的场面；克什米尔则多用水生动物、湖泊、池塘和森林，药用植物、香烛等；尼泊尔则描绘彩云，用宝石装饰的树，各色家禽飞鸟；藏地则描绘岩石、雪山、草原风光，缀满流苏的华盖、嬉戏的野兽等。在具体处理上，又并不绝对如此^①。

一、壁 画

壁画是非常普及的一种绘画艺术形式，广泛应用于寺院、宫殿墙壁装饰，除了占据主导位置的宗教题材之外，也有历史、经济、文化、科技及山水风景、花卉飞鸟等方面的内容。

1. 宗教画

在宗教画中，佛、菩萨、罗汉、护法等画像最为醒目。佛的种类繁多，变化无穷，如释迦牟尼又称觉卧佛、主巴佛、今世佛，又有三世佛，描绘燃灯佛、释迦佛、强巴（弥勒佛）。自宗喀巴强调戒律以来，象征戒律的强巴佛，成为格鲁派最为崇信的佛尊，其绘像自然倍受人们青睐。菩萨像主要有文

^① 扎雅：《西藏宗教艺术》第104—105页，谢继胜译本。

文成两公主、兴建大昭寺、金城公主入蕃、兴建桑耶寺、莲花生入蕃降魔、佛教的弘扬、朗达玛灭法、阿底峡入藏弘法、佛法后弘、萨迦政权、帕竹政权、噶玛政权、宗喀巴创立格鲁派、历世达赖喇嘛业绩等等，长达301幅。在桑耶寺、大昭寺和布达拉宫，也有类似的长篇画传。涉及重大的宗教事件，如拉隆贝吉多吉刺杀朗达玛等；也有反映重大政治事件的，如元世祖会见八思巴、顺治帝会见五世达赖，以及慈禧太后会见十三世达赖等。还有反映科技文化进步的，如昌珠寺记述止贡赞普时冶炼业发展的吐蕃冶炼图，记述吐蕃文体活动景象的百伎图等。

人物壁画，较常见的有松赞干布、赤松德赞、赤热巴坚等“兴法三王”，密宗大师莲花生，阿底峡，款·贡噶宁波、索南孜摩、扎巴坚赞、萨班和八思巴等“萨迦五祖”，宗喀巴和弟子甲曹杰、克珠杰“师徒三尊”（黄教三祖），以及建树颇多的五世、十三世达赖喇嘛、四世班禅额尔德尼。人物画传，则有布达拉宫的《松赞干布传》、桑耶寺的《莲花生传》、白居寺的《八思巴业绩图》、夏鲁寺的《布顿业绩图》、色拉寺的《宗喀巴业绩图》、布达拉宫的《五世达赖喇嘛传》、《十三世达赖喇嘛传》等^①。

3. 世俗画

世俗画包括人物、山水、花鸟、走兽及吉祥物等。其中较常见的有几种，即吉祥结、妙莲、宝伞、右旋海螺、金轮、胜利幢、宝瓶、金鱼等“八吉祥”；镜、酸奶、长寿茅草、木瓜、右旋海螺、牛黄、黄丹、白芥子等“八吉祥物”；宝轮、珠宝、皇后、大臣、大象、马等“七种王室珍物”；国王耳饰、

^① 张骏、刘原、王志敬：《西藏人民的瑰宝——简论西藏壁画》。

皇后耳饰、犀牛角、珊瑚树、象牙、大臣耳饰、三眼宝石等“七宝物”；和睦兄弟或和气四瑞祥图，上绘大象、猴子、山兔和羊角鸡；六长寿图，上绘岩、水、树、鸟、兽长寿等；另有预防瘟疫，招纳吉祥的“蒙古人导虎图”，及“不和之战图”、“由鼻牵象图”等^①。

二、唐 卡 画

藏文作 *thang-ga*，或 *thang-ka*，*thang-kha*。大致可以分为两大类，即用丝绢制作的唐卡叫“郭唐”(*gos-thang*)；用颜料绘制的唐卡叫“尺唐”(*bris-thang*)。前者又可分为绣制、丝面缝制、丝面胶贴、手织和版印等几种类型。后者也因用料不同可分为彩色、金色、朱红、黑色和版印等几个类型^②。唐卡很可能起源于唐朝中原的幡^③。

唐卡画所表现的内容与其他绘画形式没有什么大的差别，有慈祥的佛陀、本尊神，也有关于释迦牟尼佛前世业绩的“本生”故事，佛一生行传，还有绘有坛城的和供物的唐卡。大多数菩萨都被描绘成姿仪潇洒的印度王子形象，头戴五瓣莲花冠，胸、腿、臂、耳都饰以华美的珠宝，飘动的袈裟披在肩头；度母女神则是公主形象。与之形成对比的是一种护法神，他们面目可憎，猪嘴獠牙，额上三只眼，头发零乱，头戴人头骨冠，颈上挂着一串被砍下的人头，他们以破坏性的疯狂舞姿践踏在动物或人身上，把手中的人头骨制成的念珠捻得咯咯作响，手舞骷髅权杖，手在血海中划动，口

① 扎雅：《西藏宗教艺术》第101—102页，谢继胜汉译本。

② 扎雅：《西藏宗教艺术》第98—99页，谢继胜汉译本。

③ 谢继胜：《唐卡起源考》，《中国藏学》1996年第4期。

吞活剥的人心，或是把热气腾腾的人脑往口里送，与此同时，还与女性神做着性交动作^①。

坛场（曼荼罗）是唐卡经常表现的一个内容。抽象的坛场象征着神，代表着整个宇宙和人体的象征性形象。外围被画成了莲花状，代表宇宙的四周表面。信徒在此禅定修持时，会现观或亲见到在其心中开放，并魔术般地展开，直到变成宇宙的一朵莲花。中心圆内包括五位叫做耆那最胜者的佛陀。有一尊位于中心，四方各有一尊的五倍智力的表现物，四门各有守护神^②。是密宗重要的修法道具之一。

唐卡画的大小长短各不相等，绘画唐卡最大者长3米，宽2米；最小者长仅30公分，宽20公分。而用丝绢制作的唐卡最大者达数十米长、数十米宽，如五世达赖喇嘛圆寂后，由第悉桑结嘉措主持制做的一幅唐卡画，长55.8米，宽46.81米。每年晒展一次，谓之“晒大佛”，让男女信众前来膜拜。此画存于布达拉宫，其他大寺也各有巨幅缎制唐卡佛像。

在民间，当父母亲或者亲人去世时，为了确保他们能再生，家人便托人拿来雕像和唐卡，求莲花生保佑。富者则请9人绘制佛祖十二宏化的唐卡（即佛传），9人绘制药师佛之唐卡，9人绘制大威德之唐卡，另有7人绘制12尊者之唐卡，用作护身^③。

唐卡画中的人物形体各部分，按比例绘制，且有《造像度量经》作为依据。所用颜料，多为矿物质。在颜色的选择

① 卢米尔·吉赛尔：《西藏艺术》，张保罗译，《国外藏学研究译文集》第329—330页，西藏人民出版社1985年版。

② [英]约翰·布洛菲尔德：《西藏佛教密宗》第88—90页，耿昇译，西藏人民出版社1992年版。

③ 土旦桑杰：《唐卡绘画》，次仁节译，《西藏研究》1988年第4期。

方面，藏族画家表现出对红黄蓝三原色的特别偏爱。此外，白色和绿色也受到一定的青睐。藏族绘画的背景受中原汉地影响较大，通常描绘想像的风景，如山川溪流、林木花卉、飞禽走兽等。17世纪末西藏绘画中出现的以风景为背景的绘画，即是这种影响的产物。

三、西藏绘画的特色

卢米尔·吉赛尔认为：西藏的绘画有许多很难给我们留下赏心悦目的印象，其原因有三：一是西藏绘画题材多是令人毛骨悚然、心惊肉跳的恐怖神；二是西藏绘画构图死板呆滞，艺术水平不高；三是色彩十分生硬，而且极不和谐。由于按《造像量度经》给神像身体四肢、法衣、头发和光环着色，画面最后的色彩效果，再次清楚地说明它不是画家的艺术性意图，而是借助描绘在“唐卡”上的偶然形成的色块的聚合，来表现神所象征的神秘主义。这一状况决不是说明藏族画家缺乏艺术创造才能，而是因为他们都是喇嘛，又遵守清规戒律使然^①。这一评价是比较公允的。

前苏联藏学家罗列赫认为，西藏绘画艺术中存在两大画派，以西藏东北地区的德格为中心形成的“德格画派”，艺术上明显接受了中原汉地艺术的影响；以西南日喀则扎什伦布为中心形成的“日喀则——扎什伦布画派”，其风格融入了更强烈的印度、尼泊尔艺术传统。此外，还有一些设有画家作坊的独立的艺术中心，出现在拉萨、江孜和古格等地。也有

^① 卢米尔·吉赛尔：《西藏艺术》，张保罗译，《国外藏学研究译文集》第1辑。

人把元以来更多接受中原艺术影响的西藏绘画分为三派的作法，即噶玛嘎哲、堪日和门唐等，前者的特点是画面洁净，线条挺秀，色彩和谐，造型准确生动，受汉族画师的影响较大，称“甲赤”（汉画派），主要盛行于康区，如昌都类乌齐壁画即是。堪日派受天竺（印度）、泥婆罗（尼泊尔）影响较大，构图饱满，色彩浑暗，人物造型丰满，装饰性较强，称“培赤”（尼画派），如江孜白居寺即是此例。门唐派是由著名画家门唐·降央顿珠所开创的，兼收前二者之所长，自成一家，色彩艳丽，对比强烈，刻画细致，堂皇富丽，具有浓厚的民族特色，是最有影响的一派，也称正统派，西藏三大寺的壁画即是门唐派的代表作^①。

西藏绘画的主要外来影响是印度、尼泊尔和中原汉族艺术。唐朝时，以前二者为主；元以来以中原艺术影响为核心，并形成西藏地方独特的艺术风格。对于这种外来影响，卢米尔·吉赛尔有较具体的论述，他说：西藏绘画的绝大部分特征可以上溯到印度的两个不同艺术流派的传统：即孟加拉——尼泊尔画派和克什米尔画派。最古老的西藏壁画，表现出与印度阿旃陀石窟壁画极其类似的特征。印度艺术传统不但在形式上适于表现诸神的姿态，而且也适于表现诸神像神秘的涵意。中原汉地艺术的影响，更多地表现在描绘大自然风景的细节方面，西藏绘画中描绘山岳、河流、动物和流云等奇妙的自然风光作背景，是受中原汉地影响的结果。在西藏绘画中，可以明显地看到印度艺术传统与中原汉地艺术传统同时并存的特点，例如在一个典型的印度式人物形象身边，可以出现一头用中原汉地艺术手法画出的大白象；而印度的

^① 《西藏自治区概况》第210—211页，西藏人民出版社1984年版。

树木和丛林，也会长在用中原汉地手法画出的山石上；印度的圣贤和佛门弟子，可以飞舞在中原汉式的天空流云里，手持的牡丹花代替了印度的莲花等等。在西藏绘画中，也每每看到印度式艺术传统与中原汉式艺术传统很机械地被安排在一起的情况，虽历经许多世纪以后，但是，其中绝大部分各不相同的艺术因素，并没有融合在一起，而是冰炭不相容的并存下来，很容易辨认。

由于中原汉地艺术的影响，使西藏绘画变得更加柔美，更注重精雕细琢。在西藏绘画艺术风格中，第一次出现了用金线描绘和装饰富丽的法衣。在色彩上渐趋淡雅清丽，原来使用艳丽色彩的方法日益减弱，桔黄色调、蓝色调和紫罗兰色调，表现出居于优势地位的中原汉地艺术的特点^①。西藏绘画艺术的形成与发展过程，就是对外来艺术吸收、融汇、发展和自我创造的过程。

第三节 响遏行云的歌唱艺术

青藏高原地区是一个歌的海洋，人们在歌声中诞生，在歌声中成长，歌声中结婚生育，也在歌声中走完人生的旅程。歌声像奶汁一样伴随着人们的一生。

歌唱艺术起源很早，《敦煌本吐蕃历史文书》记载了吐蕃王朝建立以前的一些古歌，如止贡赞普的儿子夏赤（歧）在击败杀父篡权的罗阿木达孜之后，返回巴曲贡塘，作歌以咏其事：

① 卢米尔·吉赛尔：《西藏艺术》，张保罗译，《国外藏学研究译文集》第1辑。

业已包含着对赞普的赞美等方面的内容。吐蕃王朝建立以后，对赞普唱赞歌，已成为歌唱艺术的核心主题之一。吞米·桑布扎去天竺学习文字时，向天竺婆罗门盛赞松赞干布之卓绝出众；噶尔·东赞域宋在奉命向泥婆罗赤尊、唐朝文成公主提亲时，更是大力颂扬其王的智慧英明，赞歌随着王朝的建立、赞普权力的加强而愈唱愈响亮。

在桑耶寺的落成开光庆典上的赞歌，则最为有名。此谓，赞普赤松德赞让大家纵情高歌，并亲自以三十三天神曲调，唱了一首玉殿金座吉祥歌。继之：

天神之子牟尼赞，
唱了世间救度母；
天神之子牟尼赞，
唱了雄狮显威武；
天神之子牟尼赞，
唱了十三欢欣歌；
王后唱了玉湖游，
公主唱了玉枝颤。

诸位高僧把歌唱：

洛本菩提萨埵师，
唱了洁白禅珠歌；
洛本贝玛迥乃师，
唱了镇压鬼神歌；
八郭毗卢遮那氏，
唱了长调回转歌；

噶瓦贝泽大译师，
唱了幸福悠长歌；
觉惹鲁易坚赞者，
唱了十八大吽歌；
努布南喀宁波僧，
唱了大鹏凌空歌；
恩兰尊巴杰却者，
唱了马喉长鸣歌；
拉色化身措杰者，
唱了长概短概歌。

众位大臣把歌唱：

桂氏唱了正直歌，
东氏唱了大小光，
许布唱了大小螺，
娘氏唱了大金铃，
贝氏唱了百愿歌，
噶尔唱了鹫鹰翔，
纳囊唱了上白芷，
库氏唱了行要关，
涅氏唱了月光歌，
李唱六面铁山歌，
军官唱了三清泉，
青年唱虎山九迭歌，

姑娘唱村落长调歌，……^①

君臣男女欢歌，成了吐蕃人欢庆活动的重要项目，说明唱赞歌是当时宫廷歌唱艺术的主导内容。后则形成“谐钦”(gzhas-chen)即“大歌”。

2. 唐朝音乐的影响

吐蕃王朝时期，唐朝文成、金城两位公主出嫁吐蕃，双方经济文化关系极为密切，唐乐也随之传入吐蕃宫廷，占据一席之地。《西藏王统记》载，文成公主入蕃后，次日即“穿着各色锦缎衣服，戴着金玉宝饰；(她的)二十五名侍女，也穿着绫罗，佩珠戴玉，携带琵琶等乐器，前往扎拉乃乌塘游览观赏”^②。金城公主出嫁时，“帝(中宗)念主幼，赐锦缯别数万，杂伎诸工悉从，给龟兹乐”^③。说明两位公主均带去唐朝宫廷音乐。

公元821—822年，唐蕃会盟，大理卿刘元鼎出使吐蕃，赞普热巴坚“大享于牙右，饭举酒行，与华制略等，乐奏《秦王破阵曲》，又奏《凉州》、《胡渭》、《录要》(《绿腰》)、杂曲，百伎皆中国人”^④。可见，唐乐影响之大而深远。《拉达克王统记》也明载，其时，自汉地获得多达曼、笛子、布桂、唢呐等乐器。

3. 囊玛

即藏文 nang-ma，意为内廷音乐，宫廷歌舞。清初，西藏

① 欧坚朗巴掘自雅隆石窟：《五部遗教》(藏文)第140—141页，民族出版社，1986年版。

② 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》(《王统世系明鉴》，第99—100页，陈庆英等汉译本。

③ 《新唐书》卷216吐蕃传。

④ 《新唐书》卷216吐蕃传；《册府元龟》卷981外臣部盟誓条。

地方第悉桑结嘉措（1653—1705 年）在侍从室里与司伦等共同欣赏的一种歌舞。最初只有歌唱，并不伴舞。有时也被召至布达拉宫为五世达赖喇嘛演唱。后来，噶厦噶伦多仁·丹津班珠尔从内地带回洋琴，再加入笛子、琵琶伴奏，形成歌舞。由于是为高级贵族娱乐而演奏的，多抒情欢快之作。一般先奏乐，次歌唱，最后起舞，舞中掺杂敬礼、作揖动作^①，表达对尊贵观者的敬重。后传入民间，为群众所喜爱。囊玛的七种乐器是：六弦琴、横笛、扬琴、京胡、串铃、洋琴和根卡。

二、民 歌

1. 鲁体民歌

是藏区民歌的一种主要形式，藏文作 glu，据《拉达克王统记》说，在德肖勒（列）赞普时，鲁和卓盛行起来。结合《敦煌本吐蕃历史文书》的相关记载，我们认为这种说法不无道理。鲁体民歌比较自由，歌者按一定的曲调充分发挥自己的才能，句子长短并无严格限制，其中以 4 句或 8 句最常见，多者也达 20 多句。每句音节大致相等，曲调缓慢、高亢、奔放，有其内在旋律，讲究用词、节奏和对应。比喻与直陈合用，是其基本手法。鲁体民歌主要流行于原西康、藏北，以及甘青等地区，只唱不起舞。在内容上则十分广泛，有诉说心中苦闷不满者，也有涉及佛法者，还有写景者和大量的情歌。如有一首情歌唱道：

^① 《西藏古典歌舞——囊玛》，音乐出版社 1960 年版。

地。最常见的是4句，也有6句和8句或者更多者。或通篇比喻，或喻、陈并举，皆为偶句。每句六个音节，分三顿，两个音节一顿。有的只唱不跳，有的且唱且跳，或杂以游戏。如西藏的一首谐体民歌唱道：

鱼儿依靠河水，
鹿子依靠草山，
没有爹娘孩子，
无依无靠可怜。

另一首情歌唱道：

托水寄的书信，
可曾到你手里？
心里派的使者，
可曾入你梦里^①？

语言简洁，但刻画却十分细腻，体现了较高的艺术水平。

谐的形式多样，因地区差异而各有特色，如阿里地区的谐称“堆谐”（上部谐）；还有结合游戏的谐或谐姆，围成圆圈，边歌边舞的“郭儿谐”（圆圈谐）等，以及山歌（拉伊）。大多在娱乐的同时，兼具社交的作用，主要是为青年男女倾吐衷肠，提供一个舒适欢乐的场所。

^① 中央民族学院语文系藏族文学小组编：《藏族民歌选》，民族出版社1981年版。

三、乐器、乐曲与乐论

藏族乐器可分为吹管、拉弦、弹拨和打击等几个类别。吹管乐器包括：甲岭（唢呐）、柴岭（横笛）、雄岭（竖箫）、岗岭（人腿骨笛）、鹰骨笛、雁骨笛、杂岭（泥埙、陶埙）、筒（螺号、法螺）、筒钦（长号、大号）等。弹拨乐器有：毕旺（琵琶、琴）、毕旺居吉巴（单弦琵琶或琴）、毕旺居松（三弦琵琶或琴）、毕旺居芒（多弦琵琶或琴）、扎木年（弦子）、竹质口簧等。拉弦乐器有：牛角琴、扎尼（牛角胡）、铜胡、根卡等。打击乐器有：鼓、大鼓、杂额（腰鼓）、桑额（铜鼓）、钹、铙、铃、止尔布（小铃铎、摇铃）、扎如（手摇鼓）、串铃、盘铃、达玛如（拨浪鼓）、叮夏（碰铃、响铃）、达玛（碗形鼓）等等^①。藏史中有 18 种乐器之说。

唐朝时，龟兹乐、秦王破阵乐、凉州、绿腰、胡渭等著名乐曲传入吐蕃，对吐蕃乐曲的创造和发展，自然会产生一定的影响。古代藏族的乐曲，虽然没有像隋唐中原王朝那样，设立规模较大的“十部乐”以供宫廷和达官显贵们娱乐享受，但广泛流传各地的民间乐曲也独具魅力。如赤松德赞时王臣所歌，或即各不相同的曲名；《格萨尔王传》中有吉祥歌、献茶祝酒歌、卜卦歌、狮子曲、祈愿歌等，以及近代流行的春播、上山、下山、挤奶姑娘等等，即属此类。藏史中提到 7 音：即中令、仙曲、持地、六合、五合、奋志和近闻，并说“中令声似鸿雁叫声，仙曲声似黄牛吼声，持地声似山羊叫声，六

^① 袁炳昌、毛继增主编：《中国少数民族乐器志》，新世界出版社 1986 年版；佟锦华：《藏族传统文化概述》第 68—71 页，中国藏学出版社 1990 年版。

合声似孔雀啼鸣，五合声似杜鹃啼叫，奋志声似骏马嘶鸣，近闻声似大象嚎叫”。均为模拟动物鸣叫之声。人们从今天藏族悠扬、豪迈的歌声中，总能找到具有民族特色的旋律。

萨班的《音乐论》是藏族古代第一部系统论述音乐知识的专论，该书系统介绍了作者当时的音乐发展状况，分三部分，一论韵律，二论言词，三论前二者关系及器乐。由于受佛教对待音乐态度的影响，出身释门的大学者们，对音乐的论述和研究相对薄弱，这是一个难以弥补的遗憾。

第四节 舒展生命的舞蹈艺术

舞蹈，藏文称“卓”（bro）。往往与歌唱艺术结合在一起，称 bro-gar（卓噶）。舞蹈大约有两个来源，一是广大农牧民的生产劳动，是以舞蹈保留了大量劳动的姿势和内容；一是来自原始巫师的宗教活动，古代的巫师有许多即是中了“邪魔”，或者被鬼所导引的病人，这一点也在舞蹈中留下痕迹，“卓”的另一个释义即是“疾病”（nad），应是例证。

从《敦煌本吐蕃历史文书》中经常提到吐蕃君臣“引亢高歌”，而未提及且歌且舞，很少提到舞蹈的情况看，真正的舞蹈娱乐活动，在吐蕃上层中远不如歌唱那样普遍，而且说明歌舞二者毕竟还存在一定的距离，并非始终联为一体。

吐蕃王朝建立后，舞蹈艺术获得发展，《西藏王统记》载，松赞干布时法制初定，君臣同庆，“为了让法王消遣娱乐一番，（人们）戴上面具，装扮成狮、牛、虎、豹，打鼓奏乐，跳舞献技，都在王前尽力显示艺技。还演奏天界的大鼓、琵琶，各

种曲子缭绕于空”^①。赤尊、文成、金城公主出嫁吐蕃后，泥婆罗、唐朝的舞蹈也随之传入，尤其是唐朝的龟兹等大乐，往往是和舞蹈相结合的，给吐蕃舞蹈艺术以更多的影响。

在五世达赖喇嘛时出现的“囊玛”，如前述，原只是徒唱，后来则加入了舞蹈。此后，噶厦政府专门设有歌舞队，每逢达赖喇嘛年满 18 岁举行亲政大典时，即载歌载舞，这些队员被称为“卓巴谐玛”（bro-pa-gzhas-ma）即舞者歌者。

藏区的舞蹈较知名的很多，主要有以下几种：

一、与歌唱结合的“谐卓”

谐卓是且歌且舞的，内分“堆谐”（上部谐）、“囊玛”（内庭歌舞）和“郭谐”（圆圈歌舞）。

囊玛已如上述。郭谐的舞蹈，是男女拉成圆圈，边唱边舞，不时发出“休休休”、“次次次”的呼声，伴随舞步。堆谐流行于日喀则以西的阿里三围地区，就舞蹈方面而言，动作幅度大，粗犷奔放，男演员的基本动作是拉弓射箭姿势，女演员则是捻毛纺线姿势。又分南北两派，南派流行在“堆”的南部，歌舞舒展优美；北派流行于“堆”的北部，歌舞雄健豪放。音乐也分为节奏较慢的“降谐”和较快的“觉谐”两种。传到拉萨地区后，“堆谐”被讲究礼节、温文尔雅的拉萨人剔去了粗犷狂放的成分，使它变得舒缓、优美。此外，流行于后藏定日和萨迦县境的，还有“杰谐”（即国王歌舞），男演员着古代官服，女演员穿后藏服饰，据说始于松赞干布时

^① 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》第 62—63 页，陈庆英等译本。

期^①，称得上是歌舞的活化石。

二、以舞为主的“卓”

1. 铃鼓舞

铃鼓舞又称“热巴舞”。主要流行于西藏昌都、林芝和二十九族、四川金沙江及云南藏区等地，是“卓”中最精彩的一种舞蹈形式。表演时，男演员手执响铃，女演员槌击手鼓，欢快热烈。高潮时，男子纵身腾跃，女子旋转飞舞，有类杂技。铃鼓舞又分为独舞、双人对舞和群舞。

2. 大鼓舞与腰鼓舞

主要流行于后藏地区，边击鼓边唱歌，间有停顿，穿插道白、朗诵，介绍该舞的内容，有模仿鹿跑、鸟觅食等动作。腰鼓舞主要流行于拉萨和山南，唱跳分段进行，表现生产劳动内容。

3. 郭卓

又作果卓或锅庄，即圆圈舞。因地区不同、农牧生活的差异而表现出一定的特点。农区郭卓盛行于昌都。步点有悠、拖、踏、跺、点等，手势有拉、甩、挥手等，欢快热烈。牧区动作幅度稍大，更显粗犷本色，动作有模仿挽羊毛的“胸前双绕手”，“擦步跳”，“大蹉步”，“舞袖花”等，舒展潇洒。林区郭卓则以“三步一蹲”为特征，男子踏步，女子擦步，蹲、踏、顿、擦步法相结合，反映林区射猎、砍伐生活。在节日、喜庆及宗教活动时，人们均情不自禁地跳郭卓，表达喜悦之情。

^① 《西藏自治区概况》第207—209页，西藏人民出版社1984年版。

4. 弦子

弦子以四川巴塘为最有名。又称“巴谐”、“康谐”。领舞者手持牛角胡（比旺）边跳边拉。基本舞姿有：一步一点、一步一撩、三步一点、三步一撩、踏步全蹲、八字甩手、顺风旗等。人们时而拖步扭腰绕圈而行，时而双手叉腰颤步后退，时而盖袖点步旋转，时而左手叉腰右臂屈伸原地晃动，情味悠长。

三、宗教舞蹈“羌姆”

羌姆，即藏文 vcham 译音，意为跳神。在原始本教中已存在跳神活动。但是，把它作为一门重要的宗教娱乐活动并获得发展，则始于莲花生入蕃降妖捉怪，弘扬佛法活动。嗣后，经过加工改造，逐渐成为一门宗教舞蹈艺术。有跳神指挥，即羌姆本（vcham-dpon）；有跳神服装，即羌姆切（vcham-chas）；跳神面具，即羌姆帕（vcham-vhag）；用于跳神的广场，以及出现专门记载有关跳神内容的书籍（vcham-yig）。由于莲花生之故，羌姆的发源地和中心是在桑耶寺。此后，逐渐传播到其他著名寺院。其主旨是演示佛教神灵与护法神为保护佛法而进行的斗争。舞蹈主要是依密宗四续部中的瑜伽部和无上瑜伽部内容而形成的金刚舞。

第一个正规的羌姆舞蹈出现于公元 13 世纪，当时宁玛派名刹桑耶寺僧古如却吉旺秋掘出伏藏《喇嘛桑堆》（bla-ma-bsang-vdus），据此编成颂扬莲花生的跳神舞“古如参节”（师尊八相），并在藏历猴年 5 月 10 日在登仓寺首演，后改在桑耶寺举行。

桑耶寺的羌姆分别在 1 月或 5 月举行。分三段，以 5 月

表演。(14)“达色”，虎豹献舞。(15)“仇”，猴子献舞。

18日，为白哈尔王巡寺的日子。巡游队伍前有僧俗两队开道，僧人仪仗由香、炉引导，后为比丘、咒师、戴面具的黑白二神、虎豹、猴子、妖女、孜玛热、抬神灵服装者、游方僧、鼓乐；俗人仪仗队伍40人，各持胜幢旗帜，后为红、黑二马，为两神备用^①。声势浩大，气氛热烈。

羌姆的宗教色彩和非世俗气氛，只有长期沐浴宗教阳光雨露的高原人，才能从中充分地得到美的享受，并深刻体会它的内在含义。残忍、荒诞与离奇的形象与情节，会让局外人望而却步，或者如坠五里迷雾。

第五节 藏戏——仙女的艺术

藏戏，藏语称“阿姐拉姆”(a-ce-lha-mo)意为“姐妹神女”或“仙女姐妹”。说明它是与年轻美貌如仙的姑娘们有关的一门艺术，至少在起源上是如此。

一、唐东结布与藏戏的产生

戏曲是一门综合性的艺术门类，它是在一定历史条件下形成的，而不是“古已有之”，尽管它的许多因素起源十分久远。藏戏也不例外，它远承吐蕃时代的白面具艺术，近承寺院羌姆的合理成分，兼之以民间说唱艺术和歌舞中的优秀成果，形成自己的特色。

^① 克里斯托弗·冯·福雷尔、海门多尔福：《西藏的宗教舞蹈》，向红箭译、罗秉苕校，《国外藏学研究译文集》第6集，西藏人民出版社1989年版；郭净：《藏传佛教寺院“羌姆”祭典中的三类角色》，《中国藏学》1996年第1期。

藏戏产生于公元14—15世纪,它的鼻祖即是以募资修建铁索桥而闻名于史册的香巴噶举派僧人唐东结布。唐东结布(1361—1455年,一说1385—1464年等),后藏沃迦拉孜人,幼习佛法,长游印度、内地及康藏各地,深感高原地区交通不便给人带来的困难之大。据谓,有一次,他从蔡公堂到拉萨来的时候,在渡口因未向船夫送礼,挨了船夫三记耳光,还掉进了河里。于是,他立志要修桥铺路,造福于民。造桥需要资金,唐东结布即四处募集,为了达到有效目的,他邀请贝那家的7姐妹参加进来,由两人扮演王子,两人扮演猎人,两人扮演天女,一人击乐,他自己敲鼓指挥,组成了西藏历史上第一个民间戏剧团体,名叫雅隆扎西雪巴。在艺术上,唐东结布吸收白面具艺术的手法,借鉴在通衢悬挂卷轴画像,为路人讲说因果故事的喇嘛玛尼说唱艺术,以民间故事和佛经传记等为内容,兼以民间歌唱舞蹈,创立了藏戏。7姐妹的俊俏外貌、甜美嗓音和优美舞姿、动人唱腔,以及唐东结布创造的这一独特艺术表现形式的最佳结合,很快抓住了人心。人们惊叹表演者是仙女(拉姆)下凡了,遂有“阿姐拉姆”之谓。阿姐即a-ce意为妇女、姐妹,拉姆即仙女。

据说,通过这种活动,唐东结布募资建桥118座,其中铁索桥58座(一说13座),木桥60座,另有118条渡船^①,大大方便了人们的出行,深得人们的敬爱与怀念。当然,他所创造的藏戏艺术,更为藏族传统文化的百花园,增添一朵绚丽的奇葩。藏戏《云乘王子》的改编者在序言中说:“……往昔,我雪域之最胜成就自在唐东结布赤烈尊者,以舞蹈教化民众,用奇妙之歌声及舞蹈,如伞氍覆盖所有部民,复以

^① 明久多杰:《汤东杰布造铁索桥》,《西藏研究》(藏文版)1983年第2期。

圣洁教法及人物之传记，扭转人心所向，而轨仪殊妙之阿姐拉姆遂发端焉……”（手抄本）^①。以此之故，雅隆扎西雪顿剧团、香巴剧团和觉摩隆剧团演出时，舞台上就有唐东结布的形象，以纪念这位杰出的艺术家。

二、藏戏的艺术特征

藏戏主要采取广场演出方式，演出时只有简单的化妆，演员们戴面具，脸形与颜色均有鲜明的含义，深红色代表国王，浅红色代表大臣，黄颜色代表活佛，蓝颜色代表猎人，绿颜色代表女性，白颜色代表普通男性，黑颜色代表反面人物，半白半黑代表两面派；王子、公主、仙女、妃子等化粉妆，乞丐涂糍粑面，坏人涂锅灰等，善恶分明。

藏戏的乐器十分简单，只有一鼓一钹作为伴奏。唱腔约有 100 余首，可分为 10 大类：即达仁（长调）、达通（短调）、巴儿通（中调）、当罗（反调）、切能（反复下半句唱）、觉鲁（悲调）、谐玛朗达（歌戏混合唱腔）、谐玛当朗达（类似歌戏混合腔，但中有念板式旋律）、当萨尔（新腔）和当宁（旧腔）等。

藏戏中的舞蹈有：扯冬（快板），表现欢乐、奔驰态；台冬（慢板），表深情、凝重态；帕尔冬（中板），表现集体舞之炽热、欢腾情绪；卓追（散板），表观景、思索、悲戚态；恰比别果尔（行礼作揖），表礼仪举止；晁冬（急促情绪变化），表紧张、焦急态；另有降福、左右旋转、平转、躺身蹦

^① 引自王尧：《藏戏和藏戏故事》，见王尧《西藏文史考信集》第 259 页，中国藏学出版社 1994 年版。

在13世纪由扎巴坚赞和印度学者吉底战陀罗，在尼泊尔扬布（今加德满都）译为藏文。《龙喜记》中有赞美女主人公玛拉雅坚玛的诗句，很优美、很传神，诗曰：

- 纤细腰枝难撑双乳，
哪能再把珠玉佩戴；
双腿支不住丰满的玉臀，
又何须把那响铃系挂；
脚儿承不住修长玉腿，
又怎堪再把镯儿箍；
天生体态已使你受累，
装饰品还往何处佩戴？

把一个美艳性感的女性形象活活脱脱地勾勒了出来，无疑会增强情节的感染力，使人们从优美的文字和光彩的人物形象中，获得美的享受。

藏戏是一种从民间艺术发展起来的艺术形式，尽管在内容上、形式上不免掺杂许多宗教性的东西，但同时也保持了一定的人民性，即反压迫，不满上层与宗教贵族的剥削，渴望自由的精神。尽管五世达赖、十三世达赖等均曾观赏藏戏，但却对藏戏进行严格限制与审查，希望它也能成为宗教的御用工具。演员们来自乡村，为达赖喇嘛或上层贵族演戏，是支差项目之一，可见表演时的荣耀和内心的痛苦是并存的。这正如一首民歌中所唱道的那样：

戏剧演员是神仙，
神仙的稀粥清水般。

第十二章 青藏高原的体育活动

第一节 赛马射箭

一、马与吐蕃的军事活动

骑兵是吐蕃的军事主力，骑兵作战是吐蕃军的克敌制胜之道。唐高宗咸亨元年（670年），唐右威卫大将军薛仁贵和左卫将军郭待封等率兵5万击吐蕃，为吐蕃大将论钦陵（禄东赞子）大败。魏元忠上书弹劾其弃甲丧师事说道：“凡人识不经远，皆言吐蕃战，前队尽，后队进，甲坚骑多，而山有氛障，官军远入，前无所获，不积谷数百万，无大举之资。”^①说到吐蕃“甲坚骑多”与获胜的关系。唐朝名将郭子仪在“论吐蕃书”中，也提到唐蕃军事力量对比时的一些差别：“臣所统将士，不当贼四分之一，所有征马，不当贼百分之二，

^① 《全唐文》卷176。

诚合固守，不宜于战。”^①都反映了骑兵是吐蕃军队的核心力量的史实。

藏文史书《五部遗教》和《贤者喜宴》对此也有明确记载，它们在谈到乌思藏四茹上百万军队时，同时也提到他们各自的战马，如后藏如拉上部的战马为鹅黄和丹红色，下部战马为鹅黄和纯黑色；叶茹上部之战马为白踵虎纹，下部战马为青色玉翼；伍茹上部战马为白鬃，下部战马为白踵豹纹；约茹上部是快捷飞马，下部是玉色蜜蜂^②。说明他们都是骑兵部队。

基于上述理由，唐朝与吐蕃之间经济往来主流是丝茶与黄金土产贸易，而不是茶马贸易。茶马贸易的开展始于宋代与青唐吐蕃之间的贸易，明清时至于极盛。

同样基于上述理由，吐蕃的骑兵训练显得极为重要，甚至可以说，它是吐蕃军队能否获胜的关键所在。马还是人们放牧牛羊和出行时的重要交通工具，因此，掌握骑马技术是高原人人生的重要一课。

二、骑马与赛马

由于生存和发展的需要，人们重视骑马的技能训练和技术提高。《敦煌本吐蕃历史文书》记吐蕃最早的几位赞普，即从聂赤到赤白等6位赞普，大致相同，当王于能骑马时，父王即逝归天界^③。说明学会骑马自古即是吐蕃人的基本要求，也是划分人生阶段的重要尺度。马上的勇者即是强者的标志。敦煌藏文古卷中，有一则“马和野马分开的历史”的故事，提

① 《全唐文》卷332。

② 《五部遗教》第437—439页，民族出版社1986年版。

③ 王尧、陈踐译注：《敦煌本吐蕃历史文书》（增订本）第174页。

到莫布丹鲜为报长兄被野牦牛挑死之仇，骑上老虎般勇猛的马匹，找到野牦牛，他把绳圈抓在手里，松开套绳扔了出去，套住牦牛，他又随之奔跑，时机已到，他猛拉绳索，用利器刺向牦牛，报了血仇^①。这是骑马猎获牦牛生活中的一幕，反映了骑手的勇敢、骑术和智慧。

为了提高骑术，赛马竞技活动便成为经常性的训练项目，逐渐变为民间体育活动，每逢重大节日及喜庆活动，盛装的人们牵着心爱的良骥前来参赛，距离有远近，竞赛也有规则，如骏马赛、马驹赛，成人赛、孩子赛和姑娘赛。胜者由长者或姑娘献上哈达，受到物质奖励，如牦牛、羊、枪、茶、丝绸等。安多人则对最后一位骑手“奖”给一包马粪。

赛马不仅比速度，而且要比技术，尤其是马上射箭打枪技术等。大跑，看骑手和马匹的快；小跑和走马，则看其是否平稳、优美。马上捡哈达，是一项传统项目，它是在跑马道上每隔数米横放一条彩色哈达，骑手飞奔之际，左右侧身捡取，捡多者为胜方。还有马上行礼、仰卧起坐、左右转身、弯腰等体操表演。但是，马上献青稞酒的表演却别具一格，它是由3名骑手组成一组，第一位飞驰而来将酒杯稳放跑道旁，第二位手持酒壶，飞奔之时斟满一杯酒，第三位则飞快地端起杯酒，并献给受尊敬的人。

真正与军事训练有关的，是骑手飞马挥刀砍旗杆、射箭、打枪和枪箭连发，击中多者、准者获胜。在牧区部落内部或部落之间，也常有赛马和马术表演活动。

藏族女子的骑马本领和马上射箭的高超技艺，给人留下

^① [英] 托玛斯：《东北藏古代民间文学》第22页，李有义、王青山译，四川民族出版社1986年版。

深刻印象，乾隆时，礼部尚书孙士毅解饷进藏，作《杨柳浦作塞外柳枝词》8首，有一首述及女子骑马比赛事。诗谓：

琉璃桥下水漾洄，
木鹿寺前灯市开。
十五蛮童十三女，
柳荫飞骑夺标回^①。

又有一名叫陈渠珍的人，曾在西藏参与赛事，并记曰：在细草如毡的数里平原，“地上每三四十步球竿一，竿高尺许。乘马女子皆束丝带，袒右臂，鞭策疾驰，其行如飞。至立竿处，则俯身拔之。以拔竿多少定输赢。中一女子，年约十五六，貌虽中姿，而矫健敏捷，连拔五竿，余皆拔一、二竿而已”^②。是其身手不凡。

在赛马时，人们的情感因素会产生不小的影响，如民间视白为善、黑为恶，若黑白二马比赛，人们会示意领先的黑马骑手慢一些，让白马获胜，若执迷不悟，则有人会扬鞭使黑马受惊，逃离跑道而落败。此外，还有赛牦牛，重在考验骑手的驾驭能力，如何使这种桀骜不驯、自由散漫的动物，按要求跑到规定的终点。

三、射 箭

射箭始自原始人类的狩猎活动，也是基本作战技能之一。

① 吴丰培编：《川藏游踪汇编》第195页，四川民族出版社1984年版。

② 陈渠珍：《康藏高原历险记》第46页，重庆出版社1982年版。

泥婆罗赤尊公主入蕃后，在拉萨红山修宫殿时，即筑有箭垛，以为防御工事。《汉藏史集》记：“所谓男子的9种技艺，是指3种英勇的武艺，3种口才，3种心计。3种英勇的武艺是：肉搏战斗的体力，游泳渡河的本领，像鸟一样灵活的手指。3种口才是：描绘事物娓娓动听，参加辩论能折服对方，形容事物全面准确。3种心计是：遇事能忍辱负重，聪明而反应敏捷，深沉而不外露。能具备这9种技艺的男子，被认为是玛桑神的化身。男子的9种游艺是：射箭、抛石、跳跃、掷骰子、下棋、测算、赛跑、抛套索、游泳。”^① 要求人们文武兼备。在游艺中，则把射箭列在首位。在都松莽布支（676—704年在位）时，有7位武艺高强的勇士，其中农·坚赞南章射出的箭，可以达到目力所及处3倍远的地方^②。

骑马射箭是军人的必修科目，射箭有立射、骑射之分，后者更能反映技艺高低。箭靶不过一尺二寸，“箭以竹为之，雕翎铁镞，镞如锥，长三四寸，其弓木胎角面身稍俱短小而劲，亦有用竹为之者，以两竹片合扎无鞘靶”^③。

射箭活动具有全民性质，既是生产技能，也是军事技能，它的竞技性就显得十分突出，而比赛，以及射手高超的技艺，又具有很大的观赏性、娱乐性，很自然地成为人们极为喜爱的体育运动项目，尤其是青年男女，更将此视为大展才技的难得机会，以期博得社会的尊重及异性的青睐。在上层贵族中，也以善骑射相尚。《新唐书·吐蕃传》记：“其宴大宾客，必驱犛牛，使客自射，乃敢馈。”一方而表示对客人的尊重并让客人吃到放心的好肉，另一方而也有让客人展示技艺或考

① 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》第252页，陈庆英译本。

② 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》第103页，陈庆英译本。

③ 未详撰人：《西藏志》“兵制”，商务印书馆民国二十五年版。

验其射箭本领的含义。嗣后，射箭如骑马一样，是吐蕃人和后世藏族举行庆典、聚会的核心节目，深受人们的喜爱。

由于射箭如此重要，遂也被人们神圣化，吐蕃赞普每举兵出战，“以七寸金箭为契”^①。在后世的民间，更出现浓厚的箭神崇拜，有所谓修命箭、兴福箭、招财箭、召请火神箭、风神箭，上系各色丝带以为装饰^②。西藏的弓也很有名，清代查礼《西域弓矢歌》写道：

蕃弓强，蕃矢短，
簫箎声中秋气满。
筋弦角背硬难开，
竹筱雕翎材入选。
锋镝刃利透肌肤，
沙场频见旌旗卷。
射人射马百战酣，
四野横尸血溅眼。
我今腰矢复挂弓，
不愿从军愿携鹰与犬。
黄羊斑鹿任意追，
挟矢弯弓马逐远。
番儿拍掌呼，
番僧亟称善，

① 《新唐书·吐蕃传》、《旧唐书·吐蕃传》也谓：“征兵用金箭，寇至举烽燧。”

② 勒内·德·内贝斯基·沃杰科维茨：《西藏的神灵和鬼怪》第438—440页，谢继胜译，西藏人民出版社1993年版。

道是文臣之技不可限^①。

这里虽然有封建官僚使用的偏私的字眼，如“番儿”等，也有自吹自擂的成分，但却也反映了西藏弓矢之优良。乾隆朝，受命入藏的礼部尚书孙士毅有一首诗，记述了骑马射箭，百步穿杨的场面，诗中写道：

耳上瑛瑯额上黄，
东波裙褶郁金香。
谁家一箭穿杨叶，
知是贤王到猎场^②。

藏文中有五种射箭技艺(vphangs-kyi-dbye-ba-nga)，指远程命中，猛烈命中，要害命中，无误命中，巨响命中。另有射击五娴熟阶段，即瞄准击中；不瞄击中，瞄而远程击中；百发百中；随意可中任何目标之要害；射向发声中即中的物。后者已达到出神入化之境。

骑马射箭是非常实用的体育运动项目，历来受到人们的重视，藏史中有“三十身技”之说，包括：书写、以手指掐算、数学、星算、束顶髻、布阵术、使用铁钩术、使剑术、绳缚术、射技、前进术、后移术、砍术、击中要害术、有发必中术、远距离击中术、割术、矛术、重砍术、重击术、远跃术、搏斗术、足力、泅渡、涉水、骑象术、骑马术、驾御术、弓箭术、膂力。除前5者外，余皆军事技能训练项目，同时

① 黄沛翘：《西藏图考》卷3，西藏人民出版社1982年版。

② 孙士毅：《百一山房赴藏诗集》，见吴丰培编《川藏游踪汇编》。

在门槛边。那些木梁，一个普通人连一根也拿不动”^①。这位老者，可以说是东·顿丹扬达帕第二。但是，在当时真正普遍流行的举重项目，却是抱石头，这就是看谁能抱起最大最重的石头。在桑耶寺乌孜大殿门内回廊上的古代壁画中，记述了吐蕃时代的各项体育活动，如赛马、赛跑、游泳、射箭、摔跤、高架杂技，其中也有抱石头。后来，逐渐被一些带有技术性的比赛项目所替代。濡染文雅的上层贵族，很自然地放弃了这一运动项目，只是把它作为诸项运动之一，加以观赏。在民间，它却具有旺盛的生命力，颇受群众喜爱。

举重自然不只举、抱石头一端，也有举石鼎、举（抱）牦牛、举沙袋等多种形式。清朝西藏地方台吉颇罗鼐，有一次被朋友邀至家中，大家一起娱乐游戏，“举行长距离、中距离、短距离射箭比赛，举石鼎，投石掷远，平地跳远，撑竿跳高。光着上身，只穿短裤，比赛长跑，在凶水恶浪中比赛游泳。同大力士角力。在飞奔的骏马背上射箭、掷枪，在炮火硝烟中争夺对方的财物”^②。这是一次综合性体育娱乐聚会。举重也受到武士们的喜爱。

举重比赛，有时为了增加难度，还在石头上抹以酥油，光滑难抓，用以考验选手的本领。一般举石至肩上或抱石绕场一周即算成功。从桑耶寺壁画看，举重比赛很早即有裁判这一角色。

① 佟锦华、黄布凡译注：《巴协》第44页，四川民族出版社1990年版。

② 多卡夏仲·策仁旺杰：《颇罗鼐传》第176页，汤池安译，西藏人民出版社1988年版。

二、拔 河

拔河也是角力的重要手段,藏区常见的拔河方式有三种:

1. 格吞

划定界线,两位选手面对面站立,用绳子套在双方颈脖上,展开拔河比赛,考验选手颈部、腰部和腿上功夫。

2. 奔牛

方式与上述相近,但是,是把牛毛绳的两头结成套,套在两选手肩背上,双方侧面站立,比赛开始后,相互对拉。也有双人或三人参加拔河者,既赛选手力量,又赛集体协调用力功夫,竞争更为激烈。

3. 大象拔河

竞赛规则与上相同,在地上划两条平行线作界河,两位选手背对背站立,然后取一条4米长的绳子,两头打结,将绳子从两人的裆下穿过,经腹部套在脖子上。比赛令下,选手们像大象一样,两手、膝着地,使用脚、腿、腰、肩部及全身气力,拉着绳索向前爬行,将绳子中部的红布标记拉过河界,即获胜利^①。也有双人或四人同时各为一方拔河者,藏语称“押甲”。

三、掷 石

即抛石,藏语称“古朵”,是用羊毛绳或皮绳做的牧鞭抛掷石子的一项运动。原起于打击猎物,作为狩猎的一种简洁

^① 毛翔:《西藏体育事业的成就》,《中国藏学》1992年第1期。

方法，同时，也是牧人放牧牛羊时，控制头羊、驱赶羊群的方法。后来成为一项运动，且有单人竞赛和团体竞赛两种。古朵呈带形，长约1.5米，两端细一端有套圈，用以套在右手中或无名指上，中间宽约4厘米左右，用以包裹投掷的石子。比赛时，选手站成一线，将石子裹住中部，把古朵对折，将另一头用拇指和食指抓住，挥动起来，瞄准目标，突然将一端放开，石子顺惯性飞掷而出，摔得远、高、准，即为胜方^①。还有在一端结一个活扣，绑上石子，手握绳子另一端，用力旋转使石子抛出，并击中目标。

掷石的基本功能是用于放牧牛羊的，但是，它也是对付敌人的一种十分简易的武器。本世纪初，英国侵略者入侵西藏，即领教了古朵的威力。十分有趣的是，古朵也是情侣之间传递爱情的信物，如绣有九眼花纹的古朵，即是牧女们送给情郎的珍贵信物。看来，简单的古朵也并不简单。

除了上述运动项目之外，藏区古老的摔跤、长跑、游泳等也很受人们喜爱。桑耶寺的壁画有长跑比赛图，裁判员一挥旗帜，上身赤裸、头戴胡帽，下穿红、白、绿三色短裤的14名选手，你追我赶地跑向终点，有人还边跑边喊，为自己加油鼓劲。摔跤由12名选手参加，均穿短裤，两两相对，一方红色、一方白色，赤足。旁边站着两位身着长袍的裁判，一位站立方桌上，手拿写有藏文“1”字的木板，另一位裁判站在方桌旁，手拿写有藏文“2”字的板，看来，比赛只取前两名^②。另外，还有三位姑娘手捧哈达，准备献给优胜者，围观者手舞足蹈，既为运动员加油，也自我娱乐。

^① 毛翔：《西藏体育事业的成就》。

^② 何周德、索朗旺堆编著：《桑耶寺简志》第31—32页，西藏人民出版社1987年版。

游泳也是藏区群众乐于参与的项目，古代壁画中有游泳图。据说，每年秋天山鼠星升起时，水有“八德”即甘、凉、软、轻、清、无臭、饮不损喉、喝不伤腹，甚至还溶有从雪山流下的“狮子奶”，健身益寿，此时，各地即举行沐浴节（嘎玛日切或恰卜秀），充分享受游泳乐趣。

第三节 马球与棋艺

一、马 球

藏语中有 pho-long，意思是“线球”、“皮球”。马球戏起自何处，学术界有不同看法，主要有两种：一种认为是来自古代西藏，持此说者有德裔美国学者劳费尔（B. Laufer，1874 - 1934）^①，中国学者阴法鲁、应琳和王尧诸位教授^②。一种待波斯说，在中国学者中，具有代表性的是向达、罗香林、岑仲勉和刘子健诸位教授^③。王尧教授在公元 8—9 世纪的《翻译名义大集》中检索到 po-lon 一词，意为“囊线团”，认定此即马球（po-lo）之语源，把这一问题的研究大大推进了一步，可以说功莫大焉。但是，目前还很难对马球的起源问题作最后的定论，还大有深究的余地。

① Berthold Laufer, Loan-words in Tibetan, T'oung Pao, 1916.

② 阴法鲁：《唐代西藏马球戏传入长安》，《历史研究》1959 年第 6 期；应琳：《英语中的藏语借词》，《民族语文》1980 年第 2 期；王尧：《马球（Polo）考》（An Inquiry into Polo），1989 年日本国际藏学会（第五届）论文等。

③ 向达：《长安打毬小考》，见《唐代长安与西域文明》一书；罗香林：《唐代波罗球戏考》，见《唐代文化史研究》一书，1946 年版；岑仲勉：《隋唐史》下册，中华书局 1980 年版；刘子健：《南宋中叶马球衰落和文化的变迁》，《历史研究》1980 年第 2 期。

不管马球戏是否起源于吐蕃，唐代吐蕃盛行打马球且水平颇高，却是无可置疑的。封演在所著《封氏闻见记》中说：“（唐）太宗尝御安福门，谓侍臣曰：‘闻西蕃人好为打球，此亦令习，曾一度观之。昨升仙楼有群蕃街里打球，欲令朕见。此蕃疑朕爱此，聘为之。以此思量，帝王举动岂宜容易，朕已焚此球以自诫。’”^①此西蕃或也包括吐蕃在内。

唐中宗景龙三年（709年）十一月，吐蕃又遣其大臣尚赞吐等来迎接金城公主。“中宗宴之于苑内毬场，命驸马都尉杨慎交与吐蕃使打毬，中宗率侍臣观之”^②。《封氏闻见记》卷6打球条也记：“景云中，吐蕃遣使迎金城公主，中宗于梨园亭子赐观打球。吐蕃赞咄（即赞吐）奏言：‘臣部曲有善球者，请与汉敌。’上令仗内试之，决数都，吐蕃皆胜。时玄宗为临淄王，中宗又令与嗣虢王邕、驸马杨慎交、武廷秀四人敌吐蕃十人，玄宗东西驱突，风回电激，所向无前，吐蕃功不获施。”

马球是骑马杖击之戏，在一广阔的平场进行。球用绒线、毛线编成或内装圆木球外裹皮革，常涂以色彩，美观而易于辨别。

吐蕃打球情况不详。从唐宋人记载看，打马戏十分讲究，《金史》记，选手们“各乘所常习马，持鞠杖，杖长数尺，其端如偃月”。“已而击球……分其众为两队，共争一球。先于球场南立双桓，置板，下开一孔为门，而加网为囊。能夺得球，击入网囊者为胜”^③。《宋史》也载：“打毬本军中戏，太宗令有司详定其仪。三月，会鞠大明殿，有司除地，竖木，东西为球门，高丈余，首刻金龙，下施石莲华坐，加以彩绩。左右分朋主之，以承旨二人守门，卫士二人持小红旗唱筹。……球门二旁，置绣旗

① 《旧唐书·吐蕃传》。

② 封演：《封氏闻见记》卷6打球条。

③ 《金史》卷35礼志8拜天条。

二十四，而设虚架于殿东西阶下，每朋得筹，即插一旗架上以识之。帝得筹，乐少止，从官呼万岁，君臣得筹则唱好，得筹者下马称谢。凡三筹毕，乃御殿，召从臣饮。”^①

从唐人王建所做宫词看，唐人打球也与宋人类似，边打球，边奏乐，词谓：

对御难争第一筹，
殿前不打翻身球。
内人唱好龟兹急，
天子龙舆过玉楼。

唐代马球戏盛行，也在唐诗中留下记载。杨巨源的《观打球有作》写道：

新扫球场如砥平，
龙骧骤马晓光晴。
入门百拜瞻雄势，
动地三军唱好声。
玉勒回时沾赤汗，
花鬃分处拂红缨。
欲令四海氛烟静，
杖底纤尘不敢生。

由此可见打马球状况之一斑。《新唐书·吐蕃传》记：“显庆三年（658年），（吐蕃赞普芒松芒赞）献金盃、金颇罗，

^① 《宋史》卷121礼志24打毬条。

复请婚。”此金颇罗即藏语 Polo 的译名^①。唐蕃双方的马球技艺交流，也为两地人民的文化交流增添了新的内容。很遗憾，西藏古代的马球很可能只限于宫廷，并未流传到民间，所以后世即失传了。

二、棋 艺

下棋在吐蕃王朝时业已流行，《旧唐书·吐蕃传》称：“（吐蕃人）围棋陆博，吹蠡鸣鼓为戏。”《新唐书·吐蕃传》也称：“其戏：棋、六博。其乐：吹螺、击鼓。”反映了吐蕃人的文体活动状况，由此知下棋之重要。藏区的棋类游戏也不在少数，但较有影响的是以下两种。

1. 密芒

密芒即“dmig-mang”（多目或多眼），一般称藏棋。流行在贵族之中。

藏棋棋盘由纵横各 17 条线交叉形成（共 289 目），棋子分为黑白两色，白棋先走。对局前双方

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
2																
3			●													
4																
5																
6																
7			●												●	
8																
9																
10																
11			●												●	
12																
13																
14																
15			●												●	
16																
17																

图 1

^① 王尧：《马球（Polo）新证》，见《西藏文史考信集》第 201 页，中国藏学出版社 1994 年版。

各摆好6子，位置不变（如图1所示）。下法与围棋类似，但不让子，若实力悬殊则商议“贴目”。

藏棋可2人对下，也可3人为一方，相互讨论着下，既不作为正式比赛项目，也无时间限制，有时一天，甚至经双方同意，公证人认可，保持原局不变的情况下，次日再下，直到决出胜负为止。

2. 结布坚德

结布坚德即 rgyal-po-rgyan-vdebs，意为下王棋，各地称谓略异，其旨相同，如日喀则称达孜鲁孜（stag-rtsed-lug-rtsed），意为虎羊相戏。即“兵”或“羊”围攻“王”或“虎”，入王宫虎穴为赢。比赛时，持“王”或“虎”者先走，步法是跳一步吃，“兵”和“羊”一方则努力堵住“王”或“虎”路，直到困死。先下满棋子（石子或果核），然后移动步子，进行对垒。比赛时抽签决定，双方轮流持“王”和“兵”（虎或羊），三局决胜负。

王棋的棋盘大致有两种，一种是纵横各5条线，然后对角相连（2条线）、四边中点相连（4条线）构成，可以有一个王宫（结康）或虎穴（达康），也可以与之对称，再设一个王宫或虎穴，即有两个王宫、虎穴（如图2所示）。一种是由纵横9条线构成，然后由相互垂直的各7条斜线构成，四边各设“王宫”或“虎穴”，比前一种多一些线条和棋目，下法无大异处（如图3所

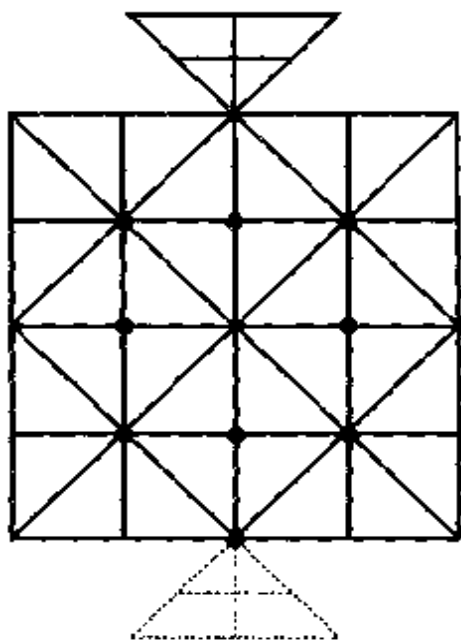


图 2

藏区颇为流行的另一种娱乐，便是博戏娱乐，有朵(sho)、博(sbag)等，前者是掷骨子(朵)，计点决胜负，后者是朵组成的骨牌，均是赌博活动，与内地的同类活动存在一定的文化联系^①。尽管有许多人因此而倾家荡产，但同时也有许多人因此而瞬间致富。赌博一直很有魅力，人类在它的面前，总要暴露出自身的弱点和本性中不光彩的部分，很难否定它的刺激性和娱乐性赋予它的巨大生命力。

第四节 藏 密 气 功

藏传佛教各个教派都与气功有着不解之缘，僧人常年静坐念经，如何保持身体健康，既修心又修身，是一个十分重要的课题，气功以其独特的魅力，成为僧人首选的强身之术。融健身强体于修道成佛之中，一举两得。

藏传佛教各派气功有其共同特征，如注重脉、气、明点观修，重视无上瑜伽部密法和男女双修，也有各自的特点，如宁玛派的大圆满法、噶举派的大手印法、格鲁派的念诵法等。萨迦派、格鲁派和本教等，也有独特的气功修炼方法。但是，以宁玛派和噶举派气功最为有名，这与他们重修习，轻学习，重密乘，轻显宗的习法特点有关系。

一、藏 密 功 法

藏密气功功法较多，但基本内容相去不远，兹述其要者

^① 王尧：《朵(sho)、博(sbag)考源——西藏民间娱乐文化探讨之一》，《中国藏学》1996年第2期。

如下：

1. 灌顶法

灌顶法是获得上师传承的重要表现，也是外力激法的一种功法形式。计有四级，即瓶灌（身灌）、密灌、慧灌和胜义灌顶。初级瓶灌包括5项内容：宝瓶灌顶转水大业劫气为水大智慧气；宝冠灌顶转地大业劫气为地大智慧气；金刚杵灌顶使火大业劫气为火大智慧气；铃灌顶转风大业劫气为风大智慧气；名灌顶转空大业劫气为空大智慧气，即心理开发。密灌重气脉明点，进行生理开发，目的是：使身体五烦恼脉得调治，而显本来具足金刚身脉；使众气得调治，以显本来具足的智慧气；使因受熏习而污染的明点得调治，而成本来具足名符其实的明点。慧灌则使智慧气入中脉，冲击智慧明点，依次开发位于密、脑、心、喉、顶髻等处的六脉轮，促成特异功能显现，如力大无穷、柔软光滑、入火不焚、入水不溺、足捷身轻、自在飞行等。最后是修心的胜义灌顶^①。

2. 有相瑜伽

即藏传密法中的事部、行部和瑜伽部三部之禅功，以修“三密相应”的诵咒为主，以净菩提心观为基。净菩提心观，又称月轮观，将真性、佛性喻为一轮满月，置于面前4尺许地方，凝神观想，不令散乱，直至明月出现。再观此月逐渐扩大，遍布宇宙，出定之时，又使之徐徐缩小如初，收于心中。三密相应的诵咒，要求修禅者身体按本尊（所归仰的佛、菩萨）之姿势而坐，手结本尊的印（手式），口诵本尊的真言，意观本尊的形相或真言梵字，使修法者身语意与本尊相应，变

① 中国气功科学研究会藏密气功研究会编：《藏密气功》第32—33页，求实出版社1989年版。

为本尊，即身成佛。事部瑜伽重在观想有本尊形相，本尊心中有月轮，月轮上排列真言、种字，意想本尊而默诵咒；行部瑜伽既观面前本尊，又自观为本尊；诵咒时，观想对面本尊、真言、种字入于自身，又出而回归本尊，如此循环往复，“入我我入”；瑜伽部重在自观成本尊形相，心中有月轮排列真言、种字，意想其心月轮中真言梵字而诵咒。三部瑜伽在入坐诵咒之初，皆强调调息令匀，诵咒与呼吸配合得当等^①。修到能随意眼见所观想的本尊的程度，即谓之成就，可以进一步修习无相瑜伽。

3. 拙火法（定）

无上瑜伽重修身炼气，倡男女双修之术。内分生起次第、圆满次第和大圆满三部。拙火定属圆满部，旨在摄全身之气入住融于“中脉”。

拙火定，又称灵热成就法、灵热瑜伽。拙火，指位于脐轮的红明点（血之净分），具有热能，修炼者把它观想成短阿（a）字，想成真火焰，炽盛沿中脉上升顶轮，与在那里的白明点（精的净分）相触融化，使白明点下滴，产生俱生大乐，亦即四喜四空。通过拙火之力把智气经脐轮中心点入、住、融于中脉，产生巨大力量^②。

4. 大手印与大圆满

大手印是噶举和萨迦等派所传，大圆满则是宁玛派所传功法，二者相类，均属藏密无上瑜伽部大法。强调身心轻松自然。大圆满法旨在通过人这个有磁性的生物能量场来调动宇宙能量场，即利用人的心力潜能发出信息，在宝瓶气功法

① 中国气功科学研究会藏密气功研究会编：《藏密气功》第25--26页。

② 邱陵编著：《藏密脉、气、明点观修》第51页，北京工业大学出版社1994年版。

的配合下，去摄取太阳这个宇宙能量辐射场的光能，以增加人体自身场的能量，保持机体内气的平衡。

大手印的修习方法有三：一是身寂，即足金刚跏趺坐，手持定印置脐下，脊椎直竖，两脉平张，颈曲颌压，舌抵上颚，自然放松；二是语寂，即修气，包括依九节佛风，吸入清气呼出浊气，依金刚诵使气周流全身，依宝瓶气使气引入中脉，依金刚亥母拳调喉轮心轮脉轮之脉；三意寂，即气与意念相结合。

修大手印的次第有：专一瑜伽、离戏瑜伽、一味瑜伽和无修瑜伽^①。

此外，还有观修顶上本尊，贯通中脉，使顶部能插吉祥草、有隆肿或出血的“破瓦法”；念诵嗡、阿、吽的金刚诵；练习左右鼻孔吸气、呼气调息的“九接佛风”；将上气下压、下气上提的“宝瓶气”等多种功法。

二、藏密气功的脉、气和明点

脉、气和明点的理论，是藏密气功无上瑜伽部最核心的内容，各种功法都与此密切相关。

藏密认为，人体与生俱来的有 7.2 万脉，但最根本的有中脉、左脉和右脉三个。中脉在入身的中央，呈淡蓝色（一说蓝色），外白内红，粗如笔管，上至头顶梵穴，下至龟头，但观想时只观到密轮（脐下 4 横指处即会阴）。中脉有 10 个人口，即中脉上端，两眉之间；中脉下端，生殖器尖端；顶轮中央，位于头盖骨顶尖地方；喉轮中央，近于喉咙后面；心

^① 《藏密气功》第 48—55 页。

轮中央，在前后背之间；脐轮中央；密轮中央；接近生殖器尖端之中心；气轮，额轮之中心；火轮，在喉、心二轮之间的脉轮中央。

紧贴中脉两侧，间不容入的是左右二脉。右脉是红色，左脉是白色。在脐下均倾向中脉，左脉至生殖器尖端与中脉相合，主放精、血、尿；右脉终于肛门尖端，主大便。由中脉分出的支脉如轮辐，即脉轮，经常观修的主要是脐轮（变化轮）、心轮（万象轮）、喉轮（受用轮）、顶轮（大乐轮），加上密轮（育乐轮）即为五轮。

人体气有五根本气，即命气，白色，在心部，属水；下行气，黄色，在肛门性器，属地；上行气，红色，在喉部，属火；平住气，呈绿色，在脐部，属风；遍行气，呈蓝色，在身体上下两部，主要是 360 个关节，属空。无上密法之宗旨，即在于达到心气自在境界。

明点指人体内生命能量的凝聚点及水液，具有圆润明空之相，“明为显现诸境，点为大乐精华”。人体内只有红、白两种明点，白明点是精之净分；红明点是血之净分。红、白明点有粗细之别，位于中脉上心轮中央的是细明点，而流通在其他脉中的是粗明点。明点又可分为离戏明点、错乱明点和物明点。错乱明点中首先是不坏明点，即禀自父母精血的生命本源，来自父精者位于顶轮，来自母血者位于脐轮，它包括 4 种，生起深沉睡眠的心明点，生起梦境的语明点，生起醒觉的身明点和特殊时机的明点（指男女交合时，上身气聚于头顶，下身气集于生殖器官）；其次是咒明点；再次是风明点。物明点为有形质的水液，分净、浊 2 种，净者为饮食精华所化的精、血、津液；浊者为汗、涕、尿等排泄物。

脉、气、明点与人体身、语、意关系密切，脉聚而成身，

故修脉的目的在于使之调柔、通达、透明；气屈曲而成语，故修气的目的在于导顺和使之细、慢、长；点抽象而成意，意从点出，意专司思想，修明点的目的在于使之净化升华^①。于是，在藏传佛教看来，气功不仅在于健身强体，更在于修炼人生，完成成佛历程。正因为这样，他们终能持之以恒，修成高超武功，显示出诸多非凡景象来，为佛法增光添彩。

三、大师异行

藏史中有关藏密气功大师们超凡入圣功力的记载，可以说比比皆是，不一而足。《萨迦世系史》所记八思巴与噶玛拔希在忽必烈面前的法力较量，无异于一次气功和魔术表演，八思巴以肢解术赢得了蒙古汗王的倚重。而噶举派、宁玛派的高僧法师的气功，更让人眼花缭乱，目不暇接。《玛尔巴译师传》载，玛尔巴曾借被鹞子吓死的母鸽尸体，为弟子们表演了他所修持的夺舍大法，使自己呈现死尸相，而母鸽活了的故事。后来又表演了借羊羔尸以显功力的夺舍大法^②，让人们大开眼界。

米拉日巴的“拙火定”，可以说是修到了炉火纯青的程度。他在学习威猛咒诅术，咒塌房屋，压死正在举行婚宴的叔父家人 35 位后，又用降雹术使冰雹普降山谷，向怨恨其母的乡人报复。继之则皈依玛尔巴门下，修习噶举派密宗大法。他在郊外山下静修，“虽生起了一些暖热但还不甚大，继后依照一位空行母的教导修习，才使暖热炽燃起来”。在山中的 9 年

① 邱陵编著：《藏密脉、气、明点观修》第 5—29 页。

② 查同结布：《玛尔巴译师传》第 142—143 页，张天锁等译，西藏人民出版社 1989 年版。

山也是本教神灵和佛教神灵的安居之所，每一座山皆有一尊神，他们守护一方平安。人们很早即开始朝圣山、转神，在神山上插箭、挂经幡、煨桑祭祀、堆玛尼石等，与此同时，登山这项体育运动也就包含其中了。长距离的登山，既净化了信徒的心灵，慰藉了他们的夙愿，又锻炼了他们的筋骨，从而达到身心健康的目的。

把登山作为一项竞技活动，也有较为悠久的历史，佛本两教斗争的很重要一个内容即争夺大山的控制权，因为大山是可以通神登天的地方，是神灵的首选之地。大山也是宗教徒、尤其是本教徒修法的场所，一座山即是一座或数座道场，争夺大山也即争夺修法地盘，进而影响广大朝圣者的精神世界，为自己争得更多的信众。所以，当密宗大师莲花生入蕃与本教斗法时，一直是在做征服山神、使之弃本归佛，并成为佛教护法神的努力的。而较著名的一次登山竞赛，则是噶举派离僧米拉日巴与本教徒进行攀登冈底斯雪山的比赛。本教徒骑鼓飞行至雪山之巅，米拉日巴也刹那赶到，并击败本教徒，使之连人带鼓滚下山来，获得胜利。

高僧登山在山上修法，信徒登山朝拜神灵，是古代登山运动的两项主要内容。在这两项内容中，占主导地位的是精神活动，即修法敬神，体育锻炼只是客观效果，是居于第二位的。真正把登山作为一项专门的体育项目，是在1956年4月，中国成立第一支登山队，1958年，国家登山队选拔西藏运动员贡布等12人入队训练以后。1960年，西藏正式成立登山营，开始这项体育运动。

登山运动在西藏起步虽然晚，但基础好、发展快、水平高。作为一项运动的登山活动，与僧人上山修法和信徒朝圣已存在很大的不同，他们要征服的是最高和最险峻的大山峰，

这不仅需要耐力、毅力，也需要智慧和战胜死亡，征服一切困难的勇气，可以说是勇者的运动。西藏登山队员当仁不让地成为这项运动中的佼佼者。1960年5月25日凌晨5时，贡布与王富洲、屈银华3人首创从北坡攀登珠穆朗玛峰成功的世界纪录。1975年5月27日12时30分，有9名队员再登珠峰，其中藏族登山队员8人，还有首次登上珠峰的藏族女队员——潘多。1988年5月5日，中国、日本和尼泊尔三国联合从南北两侧双跨珠峰，内有藏族运动员次仁多吉、大次仁、仁钦平措和汉族队员李致新。1990年5月7—10日，中、苏、美三国和平登山队攀登珠峰，有20人登顶成功，中方7人全是藏族队员。1993年5月5日，中国海峡两岸联合登山队6人成功登顶，内有藏族队员4名。此外，在攀登慕士塔格峰、公格尔久别峰、希夏邦玛峰、纳木那尼峰等高大山峰的活动中，藏族队员都是其中的主力，创造出举世瞩目的好成绩。登山运动正方兴未艾，它考验着，也展示着藏族人民的坚忍不拔与聪明智慧。

鼓十余面，司鼓者亦装束如前。凡觥筹交错时，相向而舞……。越日，观飞神，乃后藏番民供役，以皮索数十丈系于布达拉山寺上下，人捷如猿，攀援而上，以木板护于胸，手足四舒而下，如矢离弦，如燕掠水，亦异观也。过日，择日大诏内，聚集各山寺喇嘛，掘达赖喇嘛下山谒佛，登台讲大乘经，谓之放朝。凡番民越数千里来者踵相接，以金珠宝玩陈列炫丽，举于首而跪献之。达赖喇嘛若受，即以麈尾拂其首，或手摩其顶者三，出则必夸耀于人，以为活佛降福也。”^①

普通百姓在藏历十二月即忙碌起来，牧民们准备好砖茶、盐、人参果、奶皮、青稞酒等上好佳肴，在二十九日这一天，用酥油（抹在帐篷内壁）或象征吉祥的白灰（撒在帐篷门前），画上各种图案，如月亮、太阳和象征吉祥的雍仲符（卍）等。晚上吃“古土”（dgu-thug），此物是由9种食物煮成的粥（如大米、糌粑、人参果、小麦、园根、羊肉、豌豆和核桃仁等）。粥中有大小两种面疙瘩，小者为可食用者，大者则做成牛头、羊头、太阳、月亮、系马钉、羊奶头、牛奶头模样，内装小石子、牛羊毛、红布、白布、木炭等，各有不同含义，如羊头象征笨而胆小，牛头则象征健壮而胆大，白石子喻心肠实，木炭喻心黑等。原为预示一年之命运，后为一种娱乐。吃粥之前，要先盛出一碗敬鬼，并给不在家的人留出一份，还要盛出一碗给鬼，并对它说：“没有眼睛的，不要说没有看到；没有耳朵的，不要说没有听到；拐子不要说没有来到，都来喝粥。”^②

① 黄沛翘：《西藏图考》卷6 藏事续考·天时类。

② 《藏族社会历史调查》（三）第203页，西藏人民出版社1987年；格勒等：《藏北牧民——西藏那曲地区社会历史调查》第362—363页，中国藏学出版社1993年版。

于是僧俗人执弓矢枪炮逐之”。让“魔王”逃到人们预先安排好住处，并储备有数月粮食的避居地，食尽始归^①。十分有趣的是，达赖在理辩魔王后还未获胜，而是通过执骰子赌博获胜，方始驱走魔王。

三、晒大佛与亮宝

藏历二月三十日，布达拉悬挂大佛。其佛像用五色缎堆成，自布达拉第5层楼垂至山脚，长约30丈，供人们瞻仰朝拜，即晒大佛。同时，又将大昭寺中所收藏的各种宝玩、金珠、器皿，陈设出来，让人们欣赏，一饱眼福，谓之亮宝。此时，喇嘛装束神鬼诸妖、各番国人物、牛、虎、象等兽，转昭三次，至布达拉大佛前，各跳舞歌唱，历时一个半月后始散，这算是当地的春戏^②。

四、氐宿月节

藏历四月是二十八星宿的氐宿出现，故称氐宿月，藏语称“萨噶达娃”(sa-ga-zla-ba)。相传释迦牟尼于藏历四月十五日降生、成道和圆寂，民间为纪念这一重大盛事，举行各项宗教活动，如念经、礼佛、戒杀、祭祀等。四月十五日这一天，寺门洞开，亦燃灯达旦，让百姓自由赏玩。拉萨群众则来到布达拉宫背后的龙王潭划船，去林园支起帐篷，携家人朋友唱歌跳舞，饮酒下棋，欢度节日。

① 黄沛翘：《西藏图考》卷6藏事续考·天时类。

② 未详撰人：《西藏志》（《西藏记》）卷上岁节。

间，歌舞欢乐，预祝丰收的庆祝活动。旨在祈祷神灵保护顺利完成收获工作。在绕行田地后，人们还要举行赛马、射箭，载歌载舞。据称，此俗起于布德贡甲时期的雅隆河谷农区，由本教徒负责这项祷祝农业丰收的隆重仪式。后来为佛教徒所取代。《西藏志》载，“七月十五日，另雇牒巴一人，以司农事。其他之头目牒巴，陪之游街，佩箭挟弓，旗幡导引，遍历郊圻，以观田禾，射饮一日，以庆丰年。然后，土民刈获”^①。表示对农事的重视。

八、沐 浴 节

据藏文历算书籍记载，太阳运行到第10宿43度时，即藏历八月交节（白露）后7日内，澄水星出现，水即为甘露，人水沐浴，即可祛除疾病与人生罪孽，犹如药水，故又称药水节。《西藏志》和《西藏图考》均记：“七月十三日，其俗各将凉棚帐房下于河沿，遍延亲友，不分男女，同浴于河，至八月初五日始罢。云：七月浴之则去病疾。”在此期间，人们在河中沐浴洗澡游泳，也洗衣洗被，驱病纳祥，欢乐嬉戏。河沿上，合家饮酒、进食，男女青年歌声迭起，舞姿纷扬，乐趣无穷。

除上述节日之外，各地还有一些与宗教有关或无关的节日，如六月三十日，哲蚌寺、色拉寺挂大佛，亦装神鬼等类。垂仲下神，藏民男女并皆华服艳装，或歌或唱，翻杆子、跌打、跳各种舞蹈。九月二十二是神降节。十月十五日女神女节，为唐公主诞辰，人们盛装而朝，饮酒祝祷。十月二十

^① 《西藏志》卷上岁节；黄沛翘：《西藏图考》卷6藏事续考·天时类。

五日 是黄教祖师宗喀巴成圣之日，“各家，以及寺庙山院，皆于窗棂、墙壁间挨放灯数百不等，光明如昼，布若列星，亦一大观。”或说此为古燃灯佛诞，用以庆祝^①。十月二十九日，各寺院均有聚会，喇嘛跳神逐鬼。男女皆华服盛饰，群聚欢歌畅饮，带醉而归，以度岁节。在四川甘孜藏族自治州，农历四月八日有转山会（浴佛节）；在四川阿坝藏族自治州，农历六月有赏花节；在甘肃甘南藏族自治州，农历六月有浪山节等等。人们均会以独有的方式庆祝幸福的节日。藏区的节日，一年之内节节相连，每个节日都会通宵达旦，一醉方休，尽兴而终。节日抒发着人们快乐的心绪，也释解着内心的郁闷之情，以轻松向上的状态，迎接更加美好的人生。

第二节 独有的婚俗

婚姻是与社会历史发展相适应的，上古时期，青藏高原地区曾存在母系氏族社会，人们只知有母不知有父。《敦煌本吐蕃历史文书》记“降世天神之上，天父六君之子，三兄三弟，连同墀顿祉共七位。墀顿祉之子即岱·聂墀赞普，来做雅砻大地之主，降临雅砻地方。天神之子做人间之王，后又为人们目睹直接返回天宫”^②。是不知有父之证据。又吐蕃早期赞普均随母姓，称牟（一作穆）墀、丁墀、索墀等，反映了只知有母，子从母姓的事实。当时，分布于青藏高原东西两地的女国，自然在婚姻方面对后世吐蕃及藏族婚姻状况，产生一定的影响。

① 《西藏志》卷上岁节。

② 王尧、陈践译注：《敦煌本吐蕃历史文书》（增订本）第174页。

藏区婚姻择女选婿，首取门当户对。男子以识字为佳，姑娘以善生育、识货价、理家务为善。在上层贵族、部落首领和地方头人之中，也依媒妁之言相通。平民百姓之家，则自由恋爱，自由结合。一般情况下，两姓各知子女好否，男家托亲友一二人，带上一条哈达前去提亲，如不推谢，则相约时日商谈。至此日，女家遍招亲友守候，媒人乃携男家酒、哈达至，言其子弟行止年岁。女家父母、亲友喜允，则饮其酒，各受哈达。另日，媒人则将下聘之金镶绿松石戴于姑娘头上，名曰色贾，并以茶叶、衣服、金银、羊腔、牛腿等各若干为聘礼，女家也以礼回之。如不允，则男家之酒一点不饮，也不受哈达。

迎娶之时，男女家必先延客数日，馈赠衣裙等物，父母亦陪嫁田土、牛羊和衣饰。至其大婚之日，不用车马，女家在门外搭一凉棚，内置方坐褥三五个，高铺于中，将麦子撒为花，扶姑娘坐于上，父母旁坐，亲友列两门而坐，用小桌几摆果品、食品、糖枣等各种食物数盘，让姑娘与家人饮茶酒、食米粥，然后，两家亲友扶女步行（远则乘马）。送别之亲友，各将青稞麦撒其女，而女家则将蒙子哈达共结一处，赠散亲友。送至男家，各不行礼，扶女与女婿坐在一起，饮以茶酒。过一会儿又分开坐，亲友们将哈达献给男女长者，平辈则放于怀内，或堆放坐位前面。亲友们列两行分坐，饮茶酒吃完饭后，各携果肉而归。第二天，男女父母及亲友男女均华服，项挂哈达，拥新郎新娘绕街而游，凡至亲友门不延入，只以茶酒送至街中饮之。饮酒则团圆扶手，男女跣坐而歌，如是三日乃止^①。

^① 《西藏志》卷下婚嫁；《西藏图考》卷6 藏事续考·人事类。

在广大的牧区，存在有关婚姻问题的习惯法，较具体地反映这一方面的情况。如青海省海北藏族自治州刚察部落法规定：无论嫁娶，讲究门当户对，禁止同一部落有血缘关系的人通婚；男女相爱，须征得父母同意，请人做媒，向部落头人送礼，批准结婚；订婚送聘礼：富家女子结婚需以数百只羊或数百头牛为礼金，普通人家则量力而行，少则一头奶牛、几件衣服或首饰即可；女子出嫁，要有多少不等的陪嫁物，至少要送女婿一匹马、一件衣服；结婚择良辰吉日，请僧侣念经祈祷，祝贺新人幸福平安。成婚时，女方几位男子送新娘至男家，只住一夜，次日新娘回娘家居住，短则一年半载，长则三四年，男方须送马匹衣物迎妻还家，财多妻早归；家无男丁者招婿，应招者须携其家中应得的一份财物至女方家，其社会地位与女方家子女相同；男女相爱，若双方父母不同意，两人商定外出逃婚，过一段时间返回，父母多予默认，并给女儿一定陪嫁；家庭贫寒无力娶妻者，允许抢亲，抢到女子如藏到千户家中，女方父母不能追回，但夫妻二人须终身为千户做牧工，或逃往他乡；家庭失和，夫妻离异，须征得头人允许，缴纳一定数量的调解费，双方所获财产多少，依家族势力大小而定；夫妻离婚，子女一般儿随父，女随母；女子未婚先育，所生子女不受社会歧视等等^①。在其他牧区，情况大同小异。

藏区的婚姻类型大致有一夫一妻、一妻多夫和一夫多妻3种形式。

① 张济民主编：《青海藏区部落习惯法资料集》第97—99页。

一、一 夫 一 妻

在传统社会，一夫一妻的婚姻关系主要存在于独生子娶一妻和独生女招一婿。在一夫一妻形式中，贫苦农牧民大多采用自由同居，合则留，不合则去，结婚仪式十分简单。在大贵族、领主、大差巴之间，迎娶仪式较为严格，他们娶一妻作主妇，是一种形式上的一夫一妻制，因为他们同时仍可以不受限制地和其他女人同居，或者和自己的女仆、女奴同居生子。据民主改革前的调查资料，在日喀则牛谿卡，大差巴阿荣，家中虽只有一位正式的妻子，但他在外边可以同居的妇女竟达 20 多人，生下的儿女有 20—30 人^①。在平民百姓之中，也有婚外同居的现象，并无严格限制与道德约束。

二、一 妻 多 夫

一妻多夫，以兄弟共妻为最多，另有异母兄弟共妻、朋友共妻、父子共妻、义父子共妻、叔侄共妻、堂叔侄共妻等多种形式，造成一妻多夫现象。

兄弟共妻以两兄弟共妻较常见，也有三兄弟共妻和五兄弟共妻。兄弟共妻者，一般由哥哥先娶妻，弟弟成人后加入到“丈夫”行列之中。家中权力由哥哥掌握，弟弟多数外出支差，妻子在家主持家务，平等对待诸兄弟丈夫，兄弟间轮流与妻子过夜。如果兄弟较多，则妻子独居一室，兄弟中先来者将自己的靴带或特色物品挂在门上，以示屋内有人，别

^① 《藏族社会历史调查》（六）第 398 页，西藏人民出版社 1991 年版。

人就不再进去^①。生子称主娶者为爸爸，其他称叔叔。妻子平等对待丈夫并善理家务，兄弟和睦，是最受称赞的一种婚姻形式。有一首歌中唱道：“差巴家里的夫妻三人，就像喇嘛手里的三角令牌一样威风，三角令牌能驱退鬼神，夫妻三人能使家庭繁荣。”但是，共妻的兄弟几乎都有情妇，这又如另一首民歌所唱：“尽管怀内揣着一把刀子，外面挂一把岂不更神气？尽管家里娶下个媳妇，外面也还需要一位知己。”^②

父子共妻，人称女方“半椽半栋”。有两类情况，一是妻子去世，丈夫另娶，并让儿子加入丈夫行列，生子称自己为爸爸，称儿子为叔叔；或者妻子去世，以儿子名义娶妻，父子同做丈夫，生子称父为爷爷，称子为爸爸。一是家有妻子，又和儿媳同居，形成父子共妻，一妻多夫。前一种被认为是好的和受到肯定的方式，后者则受到人们的责难^③。朋友共妻，是一位朋友加入到一个家庭之中形成的。其他形式的婚姻，多与妻死，或收养义子等家庭人员结构变动有关。

三、一夫多妻

一夫多妻以姐妹共一夫最常见，一般相处和睦，姐妹各居一室，夜间任丈夫选择过夜者。姐妹在家中的地位高低，要依丈夫的态度为转移，若偏向姐姐则姐权大，若偏向妹妹则妹权大。一般情况下，姐姐在家主持家务，妹妹在外边从事劳动。姐妹共夫多为招婿人赘形式^④。这一形式受到社会的称

① 《藏族社会历史调查》（六）第398页。

② 《藏族社会历史调查》（五）第593—594页。

③ 《藏族社会历史调查》（五）第319页，西藏人民出版社1989年版。

④ 《藏族社会历史调查》（六）第398页。

赞。还有一种是，姐姐结婚后，妹妹与姐夫发生关系，经姐妹同意后，三人形成一夫多妻家庭，但妹妹会受到舆论的批评，认为她“鸠占鹊巢”。

母女共夫和两家独身女子共夫，也是一夫多妻的补充形式。如一位青年牧民娶了比自己大9岁的妇女为妻，该妇之女成人后又与继父同居，造成母女共夫。还有一位出身铁匠行业的青年入赘为婿，后妻子与人私奔，他又与岳母同居，造成母女一夫局面。一夫与两个独身女子分别同居，各养有子女，也是一种婚姻形式。

由于大批青壮年男子入寺为僧，接受戒律，以及广泛存在的兄弟共妻等，便造成社会上存在许多浮游女子，对婚姻关系产生一定影响，露水夫妻和情妇（夏雪，sha-zhor）很自然地出现了，男方多半是由于兄弟共妻而自找情妇，或是奴隶（囊生）不能结婚，或是自己不能成家，四处为家的佣人，女方大多数是尼姑。

较情妇身份更明朗一些的是外室（素莫，zur-mo，意为一旁的妇女），她们是经男方在其巴珠（头饰）上戴了“边玉”者，所以是公开的。当外室的妇女都是单身妇女，如堆穷（dud-chung，小烟户，没有差地的农奴）、尼姑、佣人，以堆穷为最多。有外室者，都是家里有妻，但兄弟共妻，或因门户不相当而不能娶女方为妻者^①。

在日喀则地区拉孜县东部的柳谿卡，人们对未婚先孕的人要采取一些处罚措施，未婚妇女在1月3日以前怀孕，只要男女双方家中各出一人，分携一壶茶、一波青稞、一条羊腿，送给冰雹喇嘛，请他除垢即可。若在1月3日以后怀孕，

^① 《藏族社会历史调查》（五）第320页。

认为会带来雹灾，危害庄稼，则须出更多的礼物送给谿本，给乡亲们送10壶酒等。尼姑怀孕则还要向寺众献出青稞、茶叶、羊腿等，给寺庙一套五色布做成的旗子，换5涅噶牦牛绳的幡。但是，尽管如此，仍有尼姑勇于追求自己的爱情生活，诚如一首尼姑们所唱的歌中所说：

在尼姑头上
如能梳起巴洛^①
去给寺庙换绳幡和旗子
也心甘情愿^②

古代婚俗的残留，农奴主、贵族对平民妇女的随意占有，以及农奴制下按户摊派乌拉差役，妇女亦要支乌拉，奴隶无权结婚，兄弟共妻常有不协处（如年龄过于悬殊）等，都影响到婚姻习俗。《西藏志》说：“西藏风俗，女强男弱。夫妇明媒正娶者少，多皆苟合。其差徭辄派之妇人，故一家弟兄三四人，只娶一妻共之。如生子女，兄弟择而分之。其妇人能和三四弟兄同居者，人皆称美，以其能治家。”得其大旨。西藏的一妻多夫制，在渊源上与古代中亚一妻多夫制很可能存在一定的内在联系，它是古代民族文化交流，尤其是民族迁徙的一种产物。

① 俗家妇女梳的发式叫“巴洛”。

② 《藏族社会历史调查》（五）第321—323页。

第三节 礼 仪 撷 英

一、婚 婚 礼 仪

在藏区，普通平民无所谓婚姻礼仪，只要双方愿意即可同居生活，因而，婚姻礼仪事实上是就领主头人和上层贵族而言的。一般分以下几个步骤：

1. 向求婚的人家（有男向女方的，也有女向男方的）送上第一次聘酒，取回对方生辰庚子，请喇嘛卜卦，看八字是否相合。

2. 如八字相合，即送第二次聘酒，同时送上衣物首饰，并为对方戴玉（松耳石），表示姻亲已定。

3. 第二次聘礼送出以后，不出一年半载即要举行成婚大礼。成亲那天，娶方（或招赘方）在新娘（或赘婿）未入门之前，要在半途上插上“达塔尔”（mdav-dar，系有哈达等物的彩箭），以示入门者即是自己家人了，且有“吉祥如意”之祝愿。新娘（或赘婿）到了大门口，先要闭门考歌。新人进屋之后，第一件事是把从自己家里带来的“神”（经旗）送到新家庭的屋顶上插好，表示人到了，“神”也到了。成亲之后，亲家双方有的还要订立“亲家文契”，内写两家永远和善的愿望，夫妻权利和发家生子等规定和吉祥话语^①。

在娶亲时，新郎要在新娘的头饰——巴珠的右上角加几块翠玉，称为加“普玉”，有明媒正娶之意，或称加“旦玉”，即永久性之意。如未婚怀孕，男方承认，则也要给女方戴玉，

^① 《藏族社会历史调查》（二）第106页，西藏人民出版社1988年版。

名为加“差玉”，即为避免交私生子差而加的玉，不然，女方要到外地生孩子。离婚时，女方要把玉交还男方，表示断绝夫妻关系。还有一种叫戴“边玉”，或者是因为仓促结婚，或者是家中困难暂时无力办婚事，加边玉即为合法夫妻，同居一年内补行婚礼^①。前面提到的“素莫”（外室），即与有妇之夫公开同居的妇女，照例也要由男子为其戴上“边玉”，明确其身份的。

二、交际礼仪

据《西藏图考》记载，“西藏自噶布伦（噶伦）、戴本（代本）、磱巴（第巴）以下至番民，见达赖喇嘛、班禅佛，皆卸帽合掌伸舌，顶礼者三，复垂手鞠躬，聚足屏息至法座前。达赖、班禅以手摩其顶，谓之舍手。凡进见，必递哈达一枚，如内地投刺然。若系平交，则彼此交换为礼。即书信中亦必置一哈达以示敬。若路遇，则卸帽垂手侧立。噶布伦以下见驻藏大臣，及文武汉官与番民见噶布伦、磱巴、戴本之礼亦如之”^②。礼是等级社会的重要组成部分，在西藏封建农奴制社会中，礼的核心内容，即在于约定上下等级之间的关系。在不同地区，也会有一定程度上的差异，如阿里噶尔渡一带，“凡相见以哈达交换为礼，见长上不除帽，唯以右手指自额上者三，念唵嘛吽者三”^③。

对于达赖、班禅，所有藏民均要行跪拜大礼。噶伦等高级官员出行，行人必须退避，若未及回避，则恭立道旁，脱帽弯腰，低头吐舌，表现出十分敬畏的样子。平民见官，小

① 《藏族社会历史调查》（五）第322—323页。

② 黄沛翹：《西藏图考》卷6藏事续考·人事类。

③ 未详撰人：《西藏志》卷上风俗。

官见大官均须如此。平民称官员为“古俄”(sku-ngo,意为大人),官员讲一句话,平民即伸一次舌头,并应上一句“啦索”(lags-so,是),表示完全服从。出门只能退出,然后才可转身行走。在集会、典礼等各个场合,按身份高低排列,座次有别,坐垫高低不同,用以显示等级。

在寺院中,也以地位高低之别而享受不同礼遇,坐垫高低是其表现形式之一。又地位平等的活佛高僧互行碰头礼,达赖、班禅为朝拜者摩顶,也因人而异,对最高官员则行碰头礼,用双手摩顶,对中级官员则一手摩顶,对平民则用一条丝穗子在头上拂一下^①。

拉萨话中广泛使用的敬语和最敬语,具体反映了人们之间的身份差别和礼仪文化。民间交往,礼尚往来,馈赠物品常常加倍,以显示纯朴与厚道。

在牧区,各种礼规也十分明确:牧民见了活佛、头人都要在远处下马,站立或跪在路旁,伸出双手,掌心向上,脱帽、弯腰,留辫子者要把辫子拉到胸前,方算礼貌;活佛与活佛或身份相当者行碰头礼;牧民见活佛,要在其衣物或马镫上用头触一下,表示顶礼;长辈见了晚辈,不论男女,行接吻礼;俗人不能坐在僧人的上位,妇女不能坐在男子的上位;主人迎送客人须在牲畜圈外;遇有节日、喜事、久别相见时,互献哈达作为敬礼与祝福,献哈达时,地位相等者双手献、双手接,且须用自己的哈达回敬对方;普通牧民向活佛、头人献哈达时,双方把哈达举起,放在炕桌上或受礼者面前;给死者家人献哈达,要折叠起来送交^②。

^① 《西藏自治区概况》第177—178页。

^② 张济民主编,《青海藏区部落习惯法资料集》第64页,青海海南藏族自治州千卜录部落制度及法规。

哈达多用生丝织制或以丝绸为料,上有吉祥图案或祝词。上等哈达织有莲花、宝瓶、伞盖、海螺等八吉祥物。哈达长则一二丈,短者三五尺,宽则5寸到1尺不等。愈长愈表示尊敬。饮酒先上弹三下,表示敬信三宝;待贵客献食白羊尾。

三、纲常之礼

据《旧唐书·吐蕃传》记载,唐朝时的吐蕃人,“重壮贱老,母拜于子,子倨于父,出入皆少者在前,老者居其后。……拜必两手据地,作狗吠之声,以身再揖而止”。这反映的可能是早期的状况,后来则发生变化。敦煌古藏文写卷P. T. 1283号中记载,“儿辈能使父母、师长不感遗憾抱恨,即为最上之孝敬。奴仆能使主子、官长不指责斥骂,即为最上之侍奉”。认为禽兽之中之豺狗、大雕亦知报父母之恩,何况人之子乎。“不孝敬父母、上师,即如同畜牲,徒有人之名而已”^①。该文也强调“应有长幼之序,官仆之分,主奴之别”。让人们勿违当地礼俗,而严谨行之。

上述变化,让人联想到唐玄宗开元十八年(730年)吐蕃使者奏云:“公主请《毛诗》、《礼记》、《左传》、《文选》各一部。”玄宗命秘书省写与之^②的事件来。如果说吐蕃人从《礼记》等汉文经典中吸取了一些子己有用的东西,从而影响到社会礼俗的某些变化,应非无稽。

清代道光二十四年至二十六年(1844—1846年),姚莹两

① 王尧、陈践:《敦煌古藏文〈礼仪问答写卷〉译解》,《藏族研究文集》第2集,中央民族学院藏族研究所,1984年。

② 《旧唐书·吐蕃传》;《册府元龟》卷979外臣部和亲二。

收日期由寺庙卜卦确定，此前禁止使用镰刀；从下种到收割前，不能带着狼咬过的羊肉、陶器、牛毛帐篷和迎娶的新娘等经过庄稼地，否则神会降雹；妇女不许走进别人家的牛圈，不能脚踏拴牛绳；牲畜发生疫情时，忌讳外人来家做客；阉割牲畜后的头三天忌讳生人来家；接羔季节，傍晚时不许把奶制品带出去，如果必须带走，就须在帐房外面先放一会儿，并洒上一点水；对头胎牦母牛的第一次挤奶，忌讳让佣人或雇工来做；第一次启用的新酥油桶忌讳让佣人或雇工打酥油；不允许将肉食或有腥味的东西同用来打酥油的奶乳接触与掺和；不能从家用容器上跨过，藏袍下摆不能触及容器口缘或甩过其上；家中有病人或有丧事时，不许宰杀牲畜；不能虐待或抛弃衰老的看家狗；男人不挤奶，女人不驯马；男人不背水，女人不背枪；吃剩下的酸奶不许倒入酥油桶；耳朵上系有红缨的“神牛”，除女主人外，其他妇女不能动^①。

二、生活禁忌

递刀时，不能刀尖对人；盛茶时，不能反手倒；席地入座时，不能把腿伸到别人面前；忌讳没有亲戚关系的别家妇女来帐房闲谈；不许在帐房里打口哨；傍晚时，妇女们不可高声喊叫，如此便会招来鬼魂；女牧工天晚回来不许进主人的帐房，必须进者，要顶过佛经之后方可；除自己家里人以外的妇女，不许去帐房后面挂经文旗幡的地方，不许在帐房

^① 张济民主编：《青海藏区部落习惯法资料集》第117—118页，西藏那曲桑雄阿巴部落法规。

内后柱处穿过；孕妇不得到新搬来的邻居家去；不可把带血或血色的东西带进有孕妇的人家，以免引起流产；妇女临产，要另搭帐房或临时产房，不能在家人共居的帐房生产，产后过三天才能搬回；产后三天内喝茶不放盐、白天不睡觉、不吃酸性乳品，而且在这期间家里不接待客人，不炒青稞，忌讳烧烤毛皮肉类有气味的东西；产妇不能摸炉灶和供神用的物品；家中有重病人不让客人进帐篷；不准从书本上跨过；生了男孩门口放一块白石头，三天之内别人不得入内，生了女孩门口放块黑石头，两天之内外人不得进入；外人有锅烟的炊具等杂物不许带进帐房，对于客人带来的口袋一定要问清里边有无这类东西，并得确证后方准入帐；不能吹灭佛灯或在佛灯上取火^①；不能把脚放在灶具上，否则会赶走福气；平时桌子口不能向外，垫子不能反铺，死了人才如此；吃饭时，不能外出小便，不能放屁；睡觉时，脚不能对着佛像；不能从帽子、被褥上迈过；节庆日不能哭，不能披头散发；十一月三十日不能洗头，否则有被砍头的灾祸；骨头不能烧；寺里不许住宿女人，不能高声喧哗；夏天不能搬家，不能生私生子，否则将有雹灾^②；藏历十一月六日是凶日，不能念经、远出或串门；过年的前三天不能拿着空容器出门；藏历十二月一日是小年或接年，此日不可挤牛奶，要全部留给小牛犊吃；男人身上的护身符女人不能触摸；因传染病而死的人，不得采取天葬，只能土葬，也有行水葬者；邻居有丧事时，不得唱歌跳舞；死者家属在49天内不洗脸，不举行任何喜庆活

^① 《藏族社会历史调查》（三）第205页，西藏人民出版社1987年版；《藏族社会历史调查》（二）第105页。

^② 《藏族社会历史调查》（五）第162页。

动，当着死者家属不能提死者的名字^①，邻近有与死者同名者要改名；藏历每月初八日、十五日不能宰牲；不吃奇蹄类、爪类和鳞类动物肉；不穿别人穿过的衣服，不用别人用过的餐具；不能在帐房上晒裤子、靴子、铺毡；寡妇不能去办喜事的地方；来客不在帐房前最中间的木橛子上拴马，此处是家中出了命案或其他纠纷时，说事人拴马的地方^②；男人右肩有命灯，忌讳女人拍打等。

三、一个月 30 天的禁忌

17 世纪的噶玛派僧人噶玛却美著有《预兆的反映》，涉及到“火的预兆”、“狗吠的预兆”及一个月的吉利事和一个月的每日禁忌事等，虽然无稽，却也反映了人们有关禁忌的一些观念，兹掇引一个月 30 天的禁忌如下：

一日，不要理发，否则影响寿命与健康。

二日，不要穿新衣服，否则会有疾病缠身。

三日，不要与妇女一起出行，否则会身亡。

四日，不要把死尸抬出屋外进行悼念活动，或者举行葬礼仪式，否则家庭会起内讧，以至互相残杀。

五日，不要外出旅行，否则可能一去不归。

六日，若跨过一条河，财富会丧失殆尽。

七日，不要缝制任何东西，否则会伤害眼睛。

八日，不要纺织任何东西，否则财源枯竭。

九日，不要引吭高歌，否则不久会哀痛万分。

① 张济民主编：《青海藏区部落习惯法资料集》第 118—119 页。

② 张济民主编：《青海藏区部落习惯法资料集》第 65 页，青海海南藏族自治州共和县千卜录部落法规禁忌。

学到什么东西^①。

此外，还有婚姻等方面的禁忌，主要是骨系，即父系血缘系统，同一骨系的人严禁通婚，严禁发生性关系。对于母系亲族和姐妹的后代，也即姑舅婚、姨表婚，也有限制，有9代、7代、5代和4代之内禁婚诸说。在禁婚范围内违禁通婚或发生性关系者，灾难深重，人们认为这种人婚后会变成黑人，影子照到谁身上，谁就会生病，死了不能送到天葬场，他们生下的孩子会变成傻瓜、长成畸形，还会长出尾巴等^②，受到头人的处罚和舆论的谴责。

从以上禁忌看，有些是为了保持种族繁衍，并有科学道理的，如严禁近亲结婚；有些是保护生产发展的；有些是维护私人财产不受侵害的；有些是保障人身安全的；有些是维护等级制度、贵族头人与活佛的特殊地位和利益的；也有提倡良好的饮食与卫生习惯的等等。但是，对妇女的歧视、对普通农牧民的约束，占据十分显著的位置，同时，原始的本教神秘主义色彩与佛教的神学成分结合起来，使藏区的禁忌充满令人压抑的气氛，包含有许多荒诞不经的内容，有些则严重影响人们的身心健康、生产发展与社会文明进步。如何使它们适应精神文明的建设需要，是摆在人们面前的重要议题。

① 「印」群沛诺尔布：《西藏的民俗文化》，向红笳译，《国外藏学研究译文集》第9辑第300—302页，西藏人民出版社1992年版。

② 格勒等：《藏北牧民——西藏那曲地区社会历史调查》第209页；《藏族社会历史调查》（三）第217—218页。

第五节 占卜的技巧

占卜是人类试图掌握自己未来命运的一种努力，由于人类总无法解决，甚至解释生活中不断面临的问题，预知未来的趋势与结局，占卜遂能长期存在，广泛拥有市场。占卜还是巫师和宗教信徒手中的法宝，是他们获取财富、社会地位，乃至左右社会风气的一种法宝。我们知道，早期的汉字甲骨文，主要是一些卜辞。青藏高原地区的占卜，则在民间风俗中浓厚地保存下来，种类繁多，影响颇大。

一、占 卜 方 式

1. 羊肩胛骨占卜

这是本教巫师很早即已使用的一种方法。羊肩胛骨占卜法，首先把剔净肉的羊肩胛骨放入火中，烧灼出裂纹，然后，依据裂纹状况来判定是吉是凶，能否出行，生意如何等。新疆吐蕃简牍文书中有“（羊之）右肩胛骨卜询产男孩否？有无病痛？（羊）肝卜询有无麟儿？（羊）齿卜询是否恶死……墓中是否有死鬼迹象？”^①即是此类。

2. 鸟卜

鸟卜也十分古老，《隋书》记青藏高原上的女国“俗事阿修罗神，又有树神，岁初以人祭，或用猕猴。祭毕，入山祝之，有一鸟如雌雉，来集掌上，破其腹而视之，有粟则年丰，

^① 王尧、陈践：《吐蕃简牍综录》第73页，文物出版社1986年版。

沙石则有灾，谓之鸟卜”^①。占卜与祭神活动紧密相关。

3. 鸦鸣卜

鸦鸣卜是依据乌鸦的叫声，乌鸦叫时所在的位置，与被卜者所常在的地方，如潜修所、工作室、卧室等的处所关系来判定。它把时间分为日出至清晨、上午至中午、中午至下午、下午（日落）至黄昏四个时段，不同时段的不同位置，结果不同。以日出至清晨为例：

当乌鸦叫时，其位置在：

东：你的祈祷将会灵验。

东南：敌人将至。

南：朋友即将拜访。

西南：你会获得许多意外的收获。

西：狂风即起。

西北：客人将至。

北：丢失的财产将会失而复得。

东北：女宾将至^②。

4. 骰子卜

藏文作 sho（𑄎）。占卜时，卜者掷出骰子，依据骰子所掷出的点数与卦书上所列的点数参照后确定吉凶。据称，此种占卜还须在祈祷女神的护持下进行。也有在文殊菩萨护佑下，用檀香木等制作而成的骰子（上有供奉文殊菩萨的坛城字母）来占卜者。

① 《隋书》卷83 西域·女国。

② [印] 群沛诺尔布：《西藏的民俗文化》，向红笏译，《国外藏学研究译文集》第9辑。

5. 星算占卜

依星相、历数和阴阳五行等来推算吉凶的一种方法，是从唐朝内地传入青藏地区的。《西藏王统记》（《王统世系明鉴》）记载，文成公主用这种方法为赤尊公主选定了大昭寺的地基，使之得以顺利建成，且为自己选择了小昭寺的寺址。后世藏族遇有红白喜事，均要请星算师占卜，看天意。婚娶合属相八字，称“帕孜”，婚期择吉日称“年孜”。人死，要卜问死因、超度办法和丧礼举行的日子等，以保障生者平安，死者有一个好的归宿或转世。

6. 鼓卜

鼓是本教巫师的最主要的法器，也是本教徒和宁玛派的占卜工具。一般用来占卜病因，偶尔也用来占卜经商盈亏和婚姻大事。占卜时，在鼓面画两个同心圆，然后用4条交叉线将两个圆分为16格，用烟将鼓面一半熏黑，东西南北四方各放标记，格内写上致病的魔鬼名，或上置经焚香祈祷过的麦粒，其中之一代表患者。然后，敲鼓，各请主尊神（本教请辛绕米沃，宁玛派请莲花生）护佑，若代表病人的一粒青稞移向白的半边，即表示病将愈，若移至黑半边则表示气数已尽^①。

7. 色线卜

在本教九乘中，以占卜为主的恰辛（phyaw-gshen）派即以彩线为工具，藏史记，止贡赞普时，来自克什米尔、勃律和象雄等地的3人中的一位，“以色线、神言、牲血等而为占卜，以决祸福休咎”^②。先请护法神降临，再看色线的弯曲形

① [奥地利]勒内·德·内贝斯基·沃杰科维茨：《西藏的神灵和鬼怪》第542—545页，谢继胜译本。

② 善慧法日：《宗教流派镜史》第186—187页，刘立千译、王沂暖校订本。

状，对照线卜卦书确定吉凶。

8. 箭卜

将标有号码的箭都插进高颈瓶中，摇动瓶子，直到有一支或数支箭从瓶中跳出来，然后据其所标数字，查阅箭卜卦书，知其好坏。

9. 石卜

分别用 7（或 13）个黑、白石子做工具，进行占卜。占卜时，把两色石子混在一起摇晃，占卜师念诵咒语，并闭目把石子取出放在桌上，依据颜色排列状况，参以卦书判断。

10. 念珠占卜

占卜时，卜者念诵一段祈愿文，将一串念珠放在两手掌心，求卦者任意抓住两手拇指与 4 指之间的一段念珠，然后从此段念珠的两端数起，3 个一组，结果取决于最后所剩数目是 1、2 或 3。

11. 火焰卜

《西藏志》和《西藏图考》等书均记，藏历正月十五日酥油灯会时，“以天之晴、阴、风、雪并灯焰之色，占一年吉凶。如是夜天清气爽，月明无风，灯焰光辉色正，则一年人畜安康，五谷丰稔。若天不明朗或遇风雪，及灯焰红白闪烁，乃为不吉。”民间用干牛粪或劈柴点火，若噼啪有声，表明屋内有鬼或神灵。如火焰苍白色，且只有一点烟，是吉兆；火焰深红，烟多是凶兆。

此外，还有梦卜、狗吠声卜、请神（如格萨尔王、长寿五仙女等）护佑并让 8 岁左右男孩看镜中景象的圆光占卜等等。

二、卜 辞

藏史记载，在吐蕃上古历史时期，由仲（sgrung）、德乌（ldevu）和本（bon）三者来护持国政，德乌即谜语，常用于占卜吉凶。本教的九乘中，囊辛拜推巾一派作卜卦祈福、祷神乞药、增益吉祥、兴旺人财之事，恰辛割梯巾一派作指示吉凶、判断是非疑惑、预测未来祸福之事，都辛一派也有上观天上星象，下伏地上魔鬼的任务，他们都与占卜有关。既有如此重要地位，其为社会政治文化现象之一应无疑义。作为代表庙堂文化最高水平的卜辞（另一个是故事），在艺术上也颇有可观者。

在敦煌古藏文写卷中，有一部分7—9世纪间的卜辞，其中较完整的有30段，被F. W. 托玛斯（Thomas）收入他的《东北藏古代民间文学》一书中^①。卜辞分诗体正文和所应验事项的说明两部分内容。如一首卦辞谓：

啊！子嗣兮如金宝，
金水兮流滔滔，
流水兮弯曲曲，
仇敌兮纷纷逃，
地位兮日日升，
此相兮幸福兆。

^① F. W. 托玛斯：《东北藏古代民间文学》，李有义、王青山译，四川民族出版社1986年版。

牛马以殉，取牛马积累于墓上。其墓正方，垒石为之，状若平头屋。其臣与君自为友，号曰‘共命人’，其数不过五人。君死之日，共命人皆日夜纵酒；葬日，于脚下针，血尽乃死，便以殉葬。又有亲信人，用刀当脑缝锯，亦有将四尺木，大如指（者），刺两肋下，死者十有四五，亦殉葬焉”^①。《白史》征引《国王遗教》记，吐蕃赞普墓内分9格，中间置尸体，以金涂饰，实以财物，令所有内相守护其冢。“彼及眷属，皆佩带亡者标帜，不准与王嗣生者相值。若有牛羊跑近冢边，被彼所捉，亦系以亡者标帜，不更还其主。每年祠祭时，先鸣号声，同时彼等即当逃往深谷隐蔽。俟赞普等祀祭完毕去后，方还冢间，收集其祭品而享用之”^②。

构成吐蕃王朝基础的高原邦国，也各有浓厚的丧葬仪轨。女国“贵人死，剥取皮，以金屑和骨肉置于瓶内而埋之。经一年，又以其皮内（纳）于铁器埋之”^③。大羊同“其酋豪死，抉去其脑，实以珠玉；剖其五脏，易以黄金。假造金鼻银齿，以人为殉，卜以吉辰，藏诸岩穴，他人莫知其所。多杀牦牛、羊、马以充祭祀，葬毕服除”^④。附国“有死者，无服制，置尸高床之上，沐浴衣服，被以牟甲，覆以兽皮，子孙不哭，带甲舞剑而呼云：‘我父为鬼所取，我欲报冤杀鬼。’自余亲戚哭三声而止。妇人哭，必以两手掩面。死家杀牛，亲属以猪酒相遗，共饮啖而瘞之。死后十年而大葬，其葬必集亲宾，杀马动至数十匹。立其祖父神而事之”^⑤。仪式均很隆重。

① 杜佑：《通典》卷190边防6吐蕃。

② 根敦琼培：《白史》第32页，法尊大师译，西北民族学院研究所，1981年。

③ 《隋书》卷83女国。

④ 杜佑：《通典》卷190边防6大羊同。

⑤ 《隋书》卷83附国。

在佛教未传入以前，负责丧葬仪轨的是本教徒，敦煌古藏文文书中发现的丧葬仪轨文书，充分地反映了这一点。如 P. T. 239 号、P. T. 1042 号即是此类。在佛教取代本教居于主导地位后，佛教徒也从本教徒那里接过了主持丧葬仪式的权力和义务。

二、死亡的学说——中阴得度

由于古人相信灵魂不死，佛教更主张轮回转世，那么，关注由死到生这一中间环节，尤显责任重大。托名莲花生所撰的《中阴得度》（《西藏度亡经》）一书即是为解决这一问题而撰写的^①。

中阴，藏文作 bar-do，是指入刚死之后到再度“投生”的中间时期。藏密修法有五种成就，一是法身；二是报身；三是化身；四起三种想，得主宰自己灵魂意识，随意投生；五是由其他有修持的人来帮助死者得度。《中阴得度》主要是针对后一种的，即告诉人们临死时及死后将遇到什么，如何处置，怎样才能解脱或顺利转生；也告诉人们如何帮助死者顺利通过中阴，是一本密教的死亡知识指南。就当事人而言，可以修“破瓦”（vpho-ba）即“迁移”之法，训练心灵以主宰肉体，在临死时将灵魂迁移出去，重入实相，不经中阴，或者在死后的中阴阶段，正确选择明光和各种暗示，迅速脱离中阴，早一点转世。对于有修持者或死者亲属，了解本书，掌握帮助死者转生的咒语和次序，正确引导死者灵魂作出抉择，通过中阴。

^① 莲花生：《西藏度亡经》，徐进夫译，宗教文化出版社1995年版。

按《中阴得度》的说法，人将死未死时，可请上师或同门师兄，或者一位饱学之士清晰诵读度亡经文；死时，亲属挚友不宜悲啼号哭，以免影响死者谛听与选择。其时，死者在中阴见到初期明光，一经闻证，即获解脱。若未证得，则有续发明光出现，获得，也可解脱。若仍未证得，还有中阴三期即“实相中阴”出现，此时业影即行闪现，主诵者不断念诵经文，每个阶段各不相同。在第一个初七，即第一至第七天，喜乐部圣尊现前；在第二个初七，即第八至第十四天，忿怒部诸尊现前。继之，死者有了中阴身，可以看到人间熟知的某些地方和亲友，由于前世功德不同，会遇到不同的境相；随后接受冥界审判；主诵者继续念经指示。于是，死者眼前会出现六道光芒，主诵者告诉他（她）：“暗白色的光，来自天道；暗绿色的光，来自阿修罗道；暗黄色的光，来自人道；暗蓝色的光，来自畜牲道；暗红色的光，来自饿鬼道；雾烟色的光，来自地狱道。那时，由于业力牵引的关系，你自己的身体将会加入你将投生的那一道光色之中。”^①

进入投生阶段，首先努力关闭胎门，获得解脱。投生方式有卵生、胎生、化生和湿生。当出现男女交合景象时，一个人若因爱憎之情人胎，则生马、鸡、狗或人。若生女身，则生恋父憎母之情；若生男身，则生恋母仇父之意。若因恶业障蔽而仍未得解脱，则只有投胎，此时重要的是选择胎门，尚有转生清净佛土和选择“不净”生死胎门两途，结束中阴过程。

十分有趣的是，在这扑朔迷离的中阴“滞留”中，死者

^① 莲花生：《西藏度亡经》第31—119页，徐进夫译，宗教文化出版社1995年版。

银钱，富者以哈达慰问，并送茶酒。其孝服，男女百日不著华服，不梳不沐，妇人去耳坠念珠而已，他无所忌。富者请喇嘛念经，以冀冥福，至一年乃止。”^①

发丧日期及天葬地点由喇嘛选定，司葬人不能与死者是同一属相，如此则冲走福气。从帐篷到运尸马所拴处之间，均应撒上白灰，嗣后抹去，以免灵魂归回。在帐房停尸，男放门内右角，女放左角。驮尸专用牦牛（有的用马），不用犏牛和骡子，忌其不能繁衍，影响子孙^②。据说，鸢鹰只食死肉，不杀生，天葬也符合佛教施舍的精神。葬后49日，家人不洗脸、不婚嫁，不挂经旗，一年内不在墙上刷白土，不杀生，请喇嘛念经49日等。

13—14世纪意大利方济各会士鄂多立克（约1286—1331年）也记述了青藏地区天葬的状况，与今大同小异。文谓：如果有人死了父亲，那么儿子说：“我要悼念我父”；于是，他把该邦的僧人、和尚、乐人，以及亲友都找来。他们欢欢喜喜地把尸体运到郊外。他们准备了一张大桌子，和尚在桌子上把头割下来，然后把头递给儿子。儿子和全体人唱起颂歌，为死者念许多经。接着，和尚把尸体切成碎片，在这样做了后，他们集体入城，边走边为之祈祷。之后，鹰隼从山头飞下来，各取一块肉带走。此时，有人大喊：“看！这人是圣人！因为神鹰把他送到天堂去了。”儿子很高兴，他拿着父亲的头，马上煮了吃掉，并把头盖骨做成酒杯，和家人一起用此杯饮

① 《西藏志》“丧葬”；《西藏图考》卷6藏事续考·人事类。

② 《藏族社会历史调查》（三）第206—207页，（五）第163页；张济民主编：《青海藏区部落习惯法资料集》第63页。

尸于水，-以为不幸”。在西藏拉孜宗桑珠庄园，夏天去世者，实行水葬，把死者切开，身上捆上石头，投入河里^①。

5. 崖葬

崖葬，也许是由最古老的一种葬俗野葬发展而来的。在吐蕃早期也曾存在过，如《西藏王统记》载吐蕃止贡赞普与其子布德贡甲（杰）的陵基建在石山草原，继其后的“六地列”的陵墓也在石山草原之间，当为崖葬。又前引大羊同葬俗，“藏诸岩穴”也即此类。

此外，大活佛、高级喇嘛火化后建塔纪念，也有经过防腐处理，建置肉身灵塔葬制，如历世达赖喇嘛和班禅灵塔即是。13世纪法国方济各会士威廉·卢布鲁克(W. Rubruk)奉使大蒙古国，在他的行记中提到藏区的“腹葬”习俗，文谓：（唐古特，即党项、西夏）人的那边是土番，“这支民族有吃他们已死父母的风俗。他们为虔诚之故，不给他们的父母找墓穴，而把他们葬在肚里。不过，因为各族都认为这是恶行，他们已把这种作法抛弃。但他们仍然用他们父母的头盖制作精美的杯子，每当用这种杯子喝酒时，他们在欢乐中不忘父母”。作者又说，这事是一位目睹者告诉我的^②。时代和区域的不同，使高原葬制葬式也呈现多姿多样的局面。各种猎奇的传说，也不免丛生，尚须用心甄别。

① 《藏族社会历史调查》（五）第163页。

② 《柏朗嘉宾蒙古行记、鲁布鲁克东行记》第235页，耿昇、何高济译，中华书局1985年版。

第十四章 青藏高原的物质生活

第一节 高原居民的经济活动

古代青藏高原地区的经济活动，以牧业、农业、手工业和商业等为主。在吐贡赞普时，除了雅隆河谷较为发达的灌溉农业和辽阔的藏北地区的牧业之外，手工业和冶炼业已有长足的发展，当时已能烧木为炭、熬皮为胶，用铁、铜、银等矿石提炼这3种金属，并能制作犁铧，采用二牛共轭方式耕田犁地。

吐蕃王朝建立以后，由于结束了各部分立局面，加强统一管理，经济活动获得更大的发展，出现了专业化生产活动，《贤者喜宴》记载，当时有9王、7牧、6匠、5商等，各司其业。9王为：努氏王斯巴、洛氏王朗巴、列氏王朗巴、琛氏王尚巴、聂尼·恰巴、绛阿·桂巴、却乃·泽巴、协乌·琼巴和索切巴，他们各有土地，上交差税。7牧者包括：洛昂牧马人、达木巴牧牛人、惹喀牧山羊人、喀尔巴牧绵羊人、桂氏牧驴人、恰氏牧狗人和俄氏养猪人。6匠者包括：噶尤铁匠、

噶茹鞍匠、娑弓匠、惹夏剑匠、恰巴铠甲师、充孜天师（神师）。^⑤商者有：汉地茶商、突厥玉商、吐谷浑刀商、丹玛帛商、兰地盐商。四王者向赞普贡赋，居于边地，他们是：纳木巴岱王（象雄）、泥婆罗铜王（尼泊尔）、苏毗铁王（青海和中康）、门地则王（六巴部族）。三持者，即掌握特殊物品者，包括达氏掌管家畜、娘波掌管铁、卓氏掌管家禽^⑥。形成一定的规模生产。吐蕃王朝灭亡后，发生变化并逐渐进入有序发展时期。

一、农牧业生产活动

《新唐书·吐蕃传》记“其稼有小麦、青稞麦、荞麦、荳。其兽，犛牛、名马、犬、羊、麋，天鼠之皮可为裘，独峰驼日驰千里。其宝，金、银、锡、铜”。农区的生产和生活单位是庄园，牧区则是部落组织。

1. 农业生产活动

据民主改革前夕的社会历史调查资料显示，农区对土地的利用有三种情况，对较好的土地采取轮作方式，即第一年种青稞，次年种小麦，第三年又种青稞，或者与同根、豌豆等轮种；土质较差者则休闲，如一年种青稞，次年种小麦，第三年休闲，或者种一年休一年；在部分地区存在刀耕火种。

农事活动主要有这样一些环节：选种，或者挑选大粒者作种了，或者建种子田，单打单收；耕地，一般在青稞或小

⑤ 巴卧·祖拉陈瓦：《贤者喜宴》第188—189页，民族出版社1985年版；恰白·次旦平措等：《西藏通史·松石宝串》第57—58页，孙庆英等译，西藏社会科学院等联合出版1996年版。

麦收割后,进行两次犁耕,次年春播前耕一次,下种后再耕一次;播种,须请喇嘛在家念一二日经,选定吉日播种;中耕除草,一般两三次;施肥,有人粪、厩肥和植物肥,在春耕犁地前施肥;灌溉,在有条件地区,播种前15天或30天内灌一次,麦苗高3—4寸时灌一次,出穗时灌一次,麦穗灌浆期再灌一次;对于天灾、病害、虫害,多无法应付,只请喇嘛念经禳灾了事^①;最后是收获,也请喇嘛择日开镰。

由于高原面积辽阔,各地物产也呈现出多样化的特征。《西藏图考》记,“前藏东至禄马岭,土民皆称百巴;工布江达至宁多濯拉阿杂一带,土民皆称工固;说坂多山后有金厂。洛隆宗南去二日有浪岩山,产青金石。恩达、察哇、作贡、桑阿却宗,俱产稻米。自拉里至昌都,土民皆种稻。前藏之南春结一带,土民皆称百巴。世居黑帐房者名洛巴,产骡子、大头狗。前藏之西,千巴白尔极土民名卫巴。羊白卓地至札什隆布三桑一带,土民皆称藏巴。阿里噶尔渡一带产稻米。杨八景一带有霍耳一种人,居黑帐房,以牧畜打牲为业。桑驼洛海、吉札布、生根物角一带,俱名昂独,无人烟,地多温泉,海子产白盐,民咸资以食。哈喇乌素至达木一带,皆蒙古与霍耳人错居,不产五谷,惟藉牛羊以为食”^②。

2. 牧业生产活动

牧民的放牧分为定居、半定居和季节性游牧。在纯游牧地区则有转场制度,沿一定路线按季节迁徙。

放牧要在本部落的牧地之内进行,不得擅自越界,也不得到部落头人的私占牧地放牧,若有违犯处,前者会引起部

① 《藏族社会历史调查》(四)第28—31页,西藏人民出版社1988年版。

② 《西藏图考西招图略》第198—199页,西藏人民出版社1982年版。

落之间的纠纷，后者则会招致头人的惩罚。

分群放牧是牧民经常采用的一种方式，有畜类分群、公母分群和大小分群三种。公母分群旨在掌握配种和抓膘，防止公母之间追逐，影响吃草；在发情季节，不仅要分群，而且还要在生殖器官上遮一块布禁止交配。大小分群，防止幼畜吃奶过多胀死。再细者，将马作为一群（阉牡马），羊按公母大小分三群，牛分二群（有些分3群）。后者主要是针对牲畜多者而言的。一般放牧者的工具有二：一是“鄂多”，即投石绳兜，一为鞭子^①。

住宅附近饲养，是在帐篷前的草场上钉许多小木桩，两桩之间沿地拴牛绒绳，用以夜间拴牛。羊不拴，睡一人看守，马栏门口也睡人守护。圈栏由牛粪砌成围墙形成。

4月草青，是马的发情期，30多匹母马中放入2—3匹身材壮大、毛色和步法好的种马；牛的配种期在6—7月，100头母牛中放入5—6头壮大、毛色好的种牛；羊的配种期在7月，100只母羊中放入1—2只壮大毛长的种羊配种。生育时则细心照料。

妇女主要负责挤奶、打酥油等项劳动，男子则从事剪毛和抓绒等项劳动。剪毛的时间：山羊在5月，牛在6月，绵羊在7月。杀牛时，先用皮绳捆住牛四肢，再把口鼻扎紧，闷一个小时，待牛将死时用刀杀死。杀羊，则先在羊的前臂后脊骨下拔一撮毛，然后用一根长约2寸的铁针刺入腰子致死。把肉储藏起来，慢慢享用^②。

① 《藏族社会历史调查》（三）第23—24页，西藏人民出版社1987年版。

② 《藏族社会历史调查》（三）第24—27页。

二、商业贸易活动

由于青藏高原地域广阔，农牧业生产并存，商业活动显得十分重要。早在吐蕃王朝时期，业已形成繁荣的丝绸之路^①。就贸易的内容而言，包括高原地区农牧业之间的以物易物交换和高原地区与周边，尤其是与祖国内地的各项贸易活动。

曾任驻藏大臣的松筠记，清代“卫藏地方为外番往来贸易人等荟萃之所，南通布鲁克巴（即不丹），东南通云南属之番子，东通四川属之打箭炉（即康定）以外各土司，北通青海、蒙古，直达西宁。惟西通巴勒布（即尼泊尔）及克什米尔，缠头番民，常川在藏居住，设厘兴贩者最多”^②。民国初年，四川学者陈观浔编《西藏志》称：西藏全境贸易以拉萨为中心点，买卖亦颇繁盛。其余境内凡属人烟稠集之地，即有市场贸易，官吏、僧侣亦杂为之。男子从事贸易者为少数，多使妇女掌之。买卖不设店铺，所有货物皆陈席于地。通商地点以前指定者：东有四川之打箭炉及云南之大理；北有青海西宁；西有拉达克及亚尔摩那地方，及克什米尔等地；南有不丹、尼泊尔及锡金、亚东。其贸易货物，输出品约12种：一为羊毛，系西藏重要物产，销往印度；二为麝香，销中国内地，为要药；三为砂金；四为红花；五为橄榄实，即藏青果；六为鹿茸；七为紫草；八为黑白香，即藏香；九为氍毹；十为铜质佛像，亦有黄金铸者和楷杷制者；十一为珊瑚；十

① 张云：《丝路文化·吐蕃卷》，浙江人民出版社1995年版。

② 松筠：《卫藏通志》卷11，西藏人民出版社1982年版。

第二节 色彩斑斓的服饰

吐蕃人的服饰质料，主要是就地取材的羊皮等和来自内地的绸缎。《新唐书·吐蕃传》说吐蕃人“衣率氍韦”，即指前者，而《敦煌本吐蕃历史文书》所称赤德祖赞时攻克财宝聚集之瓜州，“赞普得以获得大量财物，民庶黔首均能穿着唐人上好绢帛矣”。则指后者。唐朝皇帝大量赠与丝绸，使赞普王室有充足的绸缎来满足衣服和日用之需。就衣服的式样而言，从唐代画家阎立本的《太宗步辇图》中的吐蕃大相禄东赞衣着，以及敦煌莫高窟的吐蕃人物服饰来看，主要是借鉴了内地的唐服，即有宽衣领的长袍，两衣襟对称性地交叉于前胸，形成一个“V”字形领，在略高腰际处系以带子，日本和服和朝鲜服饰继承和保留了这种风格。《旧唐书·吐蕃传》说，松赞干布见到护送文成公主入藏的江夏郡王道宗等唐使，“既而叹大国服饰礼仪之美，俯仰有愧沮之色。……自亦释氍裘，袭纨绮，渐慕华风”。即是吐蕃接受唐朝服饰文化影响的直接例证。由于民族的多样性，各种影响也得以表现出来，如在卫藏西部，源于西亚和中亚，更富于线条、适合骑马时穿着的服饰即是其例^①。清代时期，西藏的服饰文化已全面繁荣。

^① [匈]西瑟尔·卡尔梅：《七世纪至十一世纪西藏服装》，胡文和译，《西藏研究》1985年第3期。

一、贵族服饰

1. 贵族男子服饰

《西藏志》记载，西藏衣服冠裳多用毛氎、氍毹，富者亦穿绸缎、布匹。乾隆时期，郡王颇罗鼐冬戴元狐帽，或红狐帽，或锦或缎为胎；夏天戴绵帽，仿秋帽形制，高六七寸，平顶丝缨，卷边约宽2寸，两旁有袂，以蟒缎或片锦为面，上镶獭皮窄边。日常穿大领无袂小袖衣，名曰褚巴，皆以五色缎锦或片子为之，亦用各色皮为里。遇到重大节日，则穿蟒衣貂皮披肩，不穿大褂。腰束金丝缎一幅作带，长六七尺，腰匝二道，亦带小刀荷包之类，必带碗包一个。足穿香牛皮靴，名曰项。头蓄发，左耳带珠坠。所乘马也挂两踢胸。其属下之噶伦、牒巴等官员，只带一个踢胸，所着服饰与之相同。只是头发不束不绾不梳，披垂肩后，带无缨裁绒平顶大帽，或者戴各式缎狐帽。手带骨扳指，拿素珠，束皮鞆带，或缎或绸或毛氎带不等，带顺刀、荷包、碗包。识字者腰插铁筒，内装竹签、描金皮盒，内贮墨水小铜瓶。过节令或公事，噶伦将发分作两股，于顶上左右各绾一髻，身穿蟒衣，上披片子。褚巴、牒巴将发亦绾一髻，戴无翅白纱帽，这是唐代遗制。左耳坠金镶绿松石坠，约酒盅口大，其形似鸟兽，以两爪并嘴相擒掬一物状，名曰瑛瑯；右耳垂珊瑚坠，用李大珊瑚两颗，上下金镶，名曰工绸。身穿大领窄袖绸绿锦短衣，以水獭皮走边，袖口用五色缎各一条相接，前镶獭皮，下穿黑氎百褶

裙。带顺刀、腰刀，系大红花缎带^①。华贵而繁琐。

2. 贵族妇女服饰

妇女服装装饰，头发从顶分两旁，搓如绳交脑后，稍以绳束之。女子未嫁，脑后另分一辮，以宝石、珍珠、珊瑚之类戴辮上。若受聘，则将夫家用作定亲之物的一大块金镶绿松石戴在头顶，已嫁妇女则不再辮发。平常以红绿栽绒作尖顶小帽戴头上。脚穿布靴，或皮巷（鞋），下穿十字花黑红氍裙，名曰东坡。前穿围裙，或红褐或各色，绸缎为之，镶花边，名曰班带。上穿小袖短衣，长齐腰间，名曰文肘，绫缎绸布毛氍皆为之。上披栽绒小方巾，名伞。手戴银镶珊瑚戒指，名曰慈姑。左手戴银钏，名曰则笼；右手戴砗磲圈，宽约2寸，名同箍，乃小时带者，磨断为止。无论贫富必戴之，称死后不迷路。耳戴金银镶绿松石，上连珍珠珊瑚串，缀以银钩挂发上。又带一银盒，内装护身佛、子母药之类。胸前挂银镶珠石环，富者带珍珠帽，以木作胎，如纬笠式，而厚朱红漆里，以金镶绿松石为顶，周围满戴珍珠于胎上，价有价值千金者。老年妇人，以金镶绿松石一片如镜，立戴于额上^②。

但是，各地也有一定的差别，如禄马岭一带，女未嫁，发顺披，嫁则将发交叉搭顶上，以红哈达作圈勒头上。昌都女未嫁发顺披，嫁则以珊瑚作两朵如菊大的花戴在额上。春结一带，妇人以珊瑚作一圆花，下坠白螺壳于眉间。干巴尔极一带，妇女嫁有夫，以绿松石、金、银镶圆花如镜大，戴于额上，后戴一冠，插一簪。扎什伦布等地，女嫁则发纽细绳交顶上，以珠石等类穿盘挂头上，项戴蜜蜡素珠一串，有大

① 不著撰人：《西藏志》，见《西藏志、卫藏通志》第24—25页，西藏人民出版社1982年版。

② 黄沛翘：《西藏图考》卷11；《西藏志》衣冠。

如茶盞者。阿里噶尔渡一带，男子帽高尺余，或锦或缎为之，项缀纬，制仿冬帽。妇女以珠作帘，垂头前后遮面，项间穿圆领大袖衣，著褐裙^①。后者更为特殊。

二、农牧民的服饰

1. 农区、城镇平民服饰

由于拉萨、日喀则等较大的城镇居民点，是贵族和富人聚居的地方，同时也多与农区相连，是农区的中心点，因此，农区和城镇居民的服饰与贵族服饰，在风格上没有根本的不同。所不同的，只是质料的好坏、装饰品的多少与贵贱，以及一些贵族才可以佩带的特殊装饰和用品。

农区男子冬季多穿用氆氇制成的开右襟的有袖宽大长袍，颜色主要是黑色，也有白色；腰系围腰，别一长方或方形、有龙凤图案的别针，腰部自然形成一个袋囊，用于存放随身所带物品。出门头戴氆氇缝制的帽子或毡帽。冬季男人多穿皮袄、皮裤，富者外缝布或毛织物衣面，中下等人家则直接用山羊皮缝制。脚穿皮鞋。头上辫发，穿耳，左耳带大耳环。

妇女夏秋穿无袖长衫，多黑色，也有棕色者。扎有自己织的腰带，上编花纹以为装饰。又系围腰。富者内套一件镶有金色花边的背心。腰下均系邦垫，长衫内下身着衬裙。与男子一样，脚穿麻绳做底、氆氇做筒的长腰靴。冬季，在无袖长衫内加穿一件长袖氆氇长衣，富者也穿短皮袄和皮裤、毛织裤，脚穿皮底靴子。妇女右手都戴一大海螺手镯，头戴巴

^① 《西藏志》衣冠、风俗。

龙，项下戴贝壳或绿色小珠子^①。少女为一条发辫，成年分两条，头顶分出一小撮用来挂“巴珠”，即三角形头饰，上缀珊瑚、松耳石，胸前佩戴内装佛像的嘎乌（佛盒），耳挂鱼形饰物。节日时，平民新装，富者盛服。

2. 牧区平民服饰

牧区服饰较为单一，无论男女老幼，都穿一件羊皮制成的大皮袄（巴擦，pags-tshag），成人衣用8张羊皮，小孩衣用3—6张缝成。穿不起绵羊皮者则穿山羊皮衣。富者则在皮衣的缝隙镶有各色料子，在袖、领口镶有水獭或狐狸皮。男女都用一条腰带系住，男子在腰间要折起，让大衣下沿延至膝盖，女子则否。干活时，男女皆袒露右臂，天热时即裸露上身。多不穿衬衣内裤。富者穿白衬衣，女子为各色布衬衣。帽子多用毛线织制，将眼、鼻、嘴露出，余皆遮住以御寒，富者有用狐狸皮制作者，以绸缎为面。靴子系长统，底、帮子用毡皮制作，靴筒用氍毹制成。

在装饰品方面，主要是年轻姑娘和媳妇佩戴，男子和老年人多无此习惯，老年妇女和小女孩或者在头上戴一小串珠子以为饰物。青年妇女习惯将发辫梳成许多条小辫，120—150条不等，其中有一主辫者表示未婚，有二主辫者表示已婚^②。辫上佩挂“蓝协”，上缀珊瑚、贝壳、银币等，随身带有佛盒，内置佛像或活佛喇嘛的神物。但手臂戴镯子，手戴戒指却是大家都共有的爱好。姑娘们头上往往戴着全家的部分资产。

藏区服饰有农牧区的差别，也有贫富、贵族与平民的区分，但是，在总体上表现出腰肥、袖长、襟大、右衽、长裙、

① 《藏族社会历史调查》（五）第160页。

② 《藏族社会历史调查》（三）第47—48页。

束腰和毛皮制作等诸多共同的特征，却不因地区或古今的不同而存在根本差异，可以说是藏族服饰文化的本质特征。

三、僧 装

藏传佛教僧人一律穿紫红色的裙子，用氍毹制作，长齐脚面，上穿背心，外披一张有身長两倍半的紫红色披单，脚穿特制喇嘛靴，念经或举行法会时，头戴竖穗鸡冠帽。僧尼服装因等级和职位高低的不同而有所差别，包括布料质量、颜色、式样等，地位高者的坎肩上有缎子，僧衣系毛料。各个教派也略有差别，萨迦派活佛下围白布长裙，宁玛派僧尼的帽子，帽顶尖长，檐向上翻，前面开口。位在至尊的活佛，如达赖、班禅则更有不同。《西藏图考》记：“西藏达赖喇嘛、班禅额尔德尼，冬帽以氍毹牛绒制成，其式上尖下大，色尚黄。夏帽若笠，纯金以皮为之。内衣氍毹半臂，外衣紫羊绒偏单，以帛交缚于上。著锦靴或皮履，腰束帛如带。春、冬皆露半臂余。”^① 质地更好，且有纯金、锦帛等加以镶缀。但在颜色和式样上，却与普通僧装同属一种类型。

此外，古代吐蕃人有“赭面”习俗，文成公主初入蕃时还不习惯，《旧唐书·吐蕃传》说，“公主恶其人赭面，弄赞（松赞干布）令国中权且罢之”。但是，这一习俗不仅没有因此被废除，而且还传入当时的唐朝都城长安，成为长安妇女们争相效仿的“时世妆”。大诗人白居易《时世妆》一诗有句：“元和妆梳君记取，髻椎面赭非华风。”即谓此。“赭面”的功能有二：一是美容，一是防止高原紫外线暴晒。后来则新增

^① 黄沛翘：《西藏图考》卷6 藏事续考·人事类。

体情形又因各自家庭经济状况而有所不同。富户不仅能吃到去皮青稞做成的细糌粑，而且常年有肉吃，食物品种多样。如那曲桑雄阿巴部落牧主，下午一顿饭不断变换花样，有酥油拌米饭、肉熬粉条、黄蘑菇煮“帕图”（面丸煮牛羊肉园根汤）、肉馅或奶渣、糖拌酥油馅包子、羊油饼、肉馅饼、大肉加肉粥、粉条蘑菇炖肉、浇盖饭、酥油熬而糊、酥油浇酸奶子等。而中等牧户与之不同，春夏两季天长，每日四顿饭，以糌粑为主。早晨吃“耙角”（即冲茶水给糌粑、奶渣和酥油碗内饮食），中午和傍晚吃“耙”（即糌粑、酥油、奶渣中加茶汁，揉匀成团食用），晚上吃“图巴”（糌粑、面粉内加奶渣、动物油、园根等做成的粥）。秋、冬季短，吃三顿饭，内容与前同。秋季多吃肉。贫户则等而下之，不免饥肠辘辘^①。

藏族百姓有吃风干牛羊肉的习惯，多在深秋宰牲，将大批的牛羊肉做成风干肉，次年春节后或火烤或生吃。汉文史书称其“牛羊肉多生食”即指此而言。富者多不拘顿数，以饥为度，食少而频繁。

无论农民牧民，一般皆随身带着木碗、揉糌粑的小皮口袋和小刀，或带风干肉以备食用。用木碗盛食，食尽以舌舔之，然后放入怀中。

二、饮 料

藏区的饮料主要有青稞酒和酥油茶。酒在藏文中称“rt-sang”或“chang”与西周大盂鼎铭文中的“鬯（zang）”同音；

^① 《藏族社会历史调查》（三）第194—199页。

茶的藏文作“ja”，与《说文》中的“𪎭”同音^①，说明了汉藏语和文化的内在联系。

1. 青稞酒

以青稞作原料酿成的白酒，即青稞酒。高原吐蕃人很早即掌握酿酒技术，而且爱好饮酒，《西藏王统记》载，松赞干布迎娶泥婆罗和唐朝公主之前，由大相禄东赞（噶尔）向大臣们通知：“我们内、外、中三部为首大臣，明天早晨各带酒食和一块肉，到拉扎乃乌塘的胡桃树下国王宝座前会齐议事。”商讨相关事宜。及吐蕃使者入唐求婚时，又曾以善饮酒而赢得该项大赛的胜利。赤松德赞敬酒认母的故事也与饮酒有关。吐蕃赞普热巴坚更因醉酒而被臣下扭颈杀害。《新唐书·吐蕃传》记载，吐蕃人“君死之日，共命人皆日夜纵酒”，自我麻醉。

除了王宫贵族之外，从吐蕃时代起，高原人即有以手接酒而饮的习惯。对此，新旧《唐书》“吐蕃传”均有记载。至清代饮酒之风更盛，《西藏图考》、《西藏志》等书均载，“（西藏）男女老少，皆日饮蜜酒，乃青稞所酿，淡而微酸，名曰穷。亦有青稞烧酒。饮酒后，男女相携，沿街笑唱为乐”。在藏族居民家做客，往往要喝完三杯后才可以自由饮用。招待远方来宾或为亲友送行多用敬青稞酒来表达真挚情意。普通农牧民的日常生活中，是不能离开酒的，糌粑食用的重要方法之一即是调入青稞酒。

人们对酒的喜爱之情，可以从对酒的赞美中得到充分印证。《米拉日巴道歌》中，有一首“玛尔巴教派煮酒之法歌”，用酿酒之法以喻佛法修炼的次第与作用，已如我们前文所引。

^① 王尧：《吐蕃饮馔服饰考》，《中亚学刊》第2辑，中华书局1987年版。

保存在英雄史诗《格萨尔王传》中和民间诗歌中的“酒赞”，同样展现酒的魅力与高原人的豪放诚挚之情。在《格萨尔王传》“降魔”部分有《酒赞》诗歌谓：

我手中端的这碗酒，
说起历史有来头：
碧玉蓝天九霄中，
青色玉龙震天吼。
电光闪闪红光耀，
丝丝细雨甘露流。
以此洁净甘露精，
大地人间酿美酒。

要酿美酒先种粮，
宝贝大地金盆敞，
大地金盆五谷长。
秋天开镰割庄稼，
犏牛并排来打场。
拉起碌碡咕噜噜，
白杨木欽把场扬，
风吹糠秕飘四方。
扬好装进四方库，
满库满仓青稞粮。
青稞煮酒满心喜，
花花汉灶先搭起。
吉祥旋的好铜锅，
洁白毛布擦锅里。

倒上青水煮青稞，
灶膛红火烧得急。
煮好青稞摊白毡，
拌上精花好酒曲。
要酿年酒需一年，
年酒名叫甘露甜。
酿一月的是月酒，
月酒名叫甘露寒。
只酿一天是日酒，
日酒就叫甘露旋。

.....

关于酒的功能，该诗中称道：

有权官长喝了它，
心胸广阔比天大。
胆小者喝了上战场，
勇猛冲锋把敌杀。
此酒向上供天神，
能保盔甲坚如城。
此酒向右供年神，
右手射箭力无穷。
此酒向左供龙神，
能保左手拉强弓^①。

① 《藏族文学史》第137—138页，四川民族出版社1985年版。

热情奔放的高原人爱饮酒，饮酒又让人们更加热情奔放。酒中有高原人的性格和人生，许多的苦乐都在这杯酒之中化解消融。

2. 饮茶之风

青藏地区的茶叶和饮茶之风是从唐朝内地传入的。茶叶具有化食、疗毒、消暑、止渴等功能，一传入吐蕃，即深受人们的喜爱，日久饮之，竟不能离开。吐蕃时，高原人已熟知内地多种茶叶品种，唐人李肇《国史补》卷下记：“常鲁公使西蕃，烹茶帐中，赞普问曰：‘此为何物？’鲁公曰：‘涤烦疗渴，所谓茶也。’赞普曰：‘我处亦有。’遂命出之，以指曰：‘此寿州者，此舒州者，此顾渚者，此蕲门者，此昌明者，此漉湖者。’”

高原人对茶的嗜好，成为其与中原地区开展“茶马贸易”的基础。《明史》卷80说：“番人嗜乳酪，不得茶，则困以病。”明清之际著名学者顾炎武说：“茶之为物，西戎、吐蕃古今皆仰之。以其腥肉之食，非茶不消；青稞之热，非茶不解，故不能不赖于此。”藏区更有“宁可三日无粮，不可一日无茶”之说，可见饮茶之风之盛。寺僧也有饮茶之会，蒙古部入藏朝圣布施被称为“熬茶”。

藏族的早点，有以茶水冲食碗中糌粑、奶渣和酥油的吃法，边冲边饮食，是饮食兼有。作为饮料，茶有三种饮法：一是清茶，中午以后饮用；二是奶茶，即在烧开的茶水中加入牛奶、盐制成，安多地区多如此；或者在红茶中加入牛奶、白糖，成为甜茶，卫藏地区多饮甜茶；三是酥油茶，用砖茶或沱茶熬汁，加入盐、酥油打制而成，为上等饮料，多用于早餐时饮用。

三、宴 会

汉文史书还提到藏族的宴会状况，《西藏图考》中说：“其宴会之礼，主人上坐，客至不迎送，在主人上者始让之酒尊，以酥油塞口为敬。富者每月二三次，贫者月必一次。宴有枣杏、葡萄、牛羊肉，各如其贫富以为礼。”《西藏志》记载了乾隆时郡王颇罗鼐的一次宴会，规模就要盛大一些，宴客场所，或在家或在柳林中，“正中铺方褥数层，郡王自坐，前设矮方桌一二张，上摆面果长尺许，生熟牛羊肉、藏枣、藏杏、藏核桃、葡萄、冰糖、回回果、焦糖等类，各一二盘。其焦糖乃黑糖同酥油熬成者，长尺余，宽三四寸，厚一指。牛羊肉或一腿或一大方，丰厚随时。两面铺长坐褥，前亦挨设矮桌，摆列果食等类各半，郡王之半，噶隆（伦）、牒巴、浪子沙（朗子辖）、仲意（仲译）等列两行而坐，或两人一席，或一人一席。随从人等，各就席后地坐，每人给果食一大盘。食则齐食，先饮油茶，次以土巴汤，再以奶茶抓饭，乃缠头回民所作，有黄白色二种，用米作饭，水淘过，入沙糖、藏杏、藏枣、葡萄、牛羊肉、饼等物，盘盛手抓而食”。接着即饮酒，由演员唱歌跳舞。

吃完饭后，所剩果品肉食等各自带去，不必剩下。“主人上坐，客至不起立，不迎送。若在主人之上者，始让之。其酒罐上，必以酥油捏口上，以为致敬。碗皆自怀，食已不洗，以舌舐之。民间宴筵，男女同居，坐亦同坐，彼此相敬。歌

唱酬答，竟日始散”^①。这里有各自带碗赴宴，宴后带走食物及其他相关习俗，也有来自新疆维吾尔族或回族的手抓饭和内地乐舞，可谓丰富多彩。

在饮食方面，古代藏族也存在一些禁忌，如忌食蛙肉、鱼肉，狗、驴、骡、马肉也多在禁食之列。

第四节 拂庐、碉房与僧舍

一、拂 庐

拂庐即大帐篷，是上古吐蕃人，尤其是广大牧民的房屋居室。《旧唐书·吐蕃传》说，吐蕃“贵人处于大毡帐，名为拂庐”。《新唐书·吐蕃传》称，“其赞普居跋布川（bal-po），或逻娑川（拉萨河），有城廓庐舍不肯处，联毳帐以居，号大拂庐，容数百人。其卫候严而牙甚隘。部人处小拂庐”。随着宫室的日益发展和豪华化，农区和城镇的贵族还是在层楼中安居下来，只是在郊游、野炊及节日欢宴时，带着帐篷，作为临时居所。而在牧区，不论贫富贵贱均居帐篷。

牧区的帐篷以户为单位，不管一家有多少人口均合居一顶帐篷之内。帐篷由牦牛毛编织而成，先织成条形帐篷料，再缝缀而成，用绳套扣连。藏族帐篷与圆形蒙古包略有差异，是长方形或椭圆形，门口向南或背风方向。支撑时，用两根柱子和一根横梁从绳套中间撑起来，从顶部的四角和四周用绳拉紧，周边全部下垂。两片相接处绳套稍长，中间留出2—3

^① 《西藏志·卫藏通志》第30—31页；黄沛翘：《西藏图考》卷6藏事续考·物产类。

尺宽的缝隙，在顶部作为天窗，另设活动盖帘，白天通风采光，夜晚盖上御寒防风防雨雪。帐房的门，或者由左右两边帐壁充当，撩起进出，合上作门用，或者另设门帘。有些牧民为了美观，将帐房四壁用羊毛织制，使黑牦牛毛帐房变成黑顶白壁的帐房，平添一份生气与美感。

帐房的面积，因牧户家的人口多少、贫富不同而不同，一般20—30平方米。帐房正中为火灶，里部为佛台，一般是木箱或柜上供佛像、活佛照片及酥油灯、净水碗等。毛皮、衣物、粮食等放置帐篷四周，既有效利用空间，又起挡风作用。也有人在帐内四边用草皮砌一尺高矮墙挡风，衣物、粮食置于墙上，或者在帐外砌起一米多高的草皮或牛粪墙来挡风御寒。帐篷入口处左边放锅碗瓢盆等生活用具，灶两边为吃饭及白天活动、晚上睡觉的地方。在地上铺毛毡或牛羊皮即为床铺，上盖藏袍或氍毹为被子。帐篷用破了补好，人增多了加几块料，减少了去几块料，长期使用。搬迁拆安方便，易于携带。

牧民除作为居室的牦牛毛帐篷之外，也会有一二顶白布做成的帐篷，以便参加赛马会、出游或夏季游牧时临时使用。在帐篷外，多钉以木桩，上系牛毛绳，拴系牦牛等牲畜^①。“门右堆粪为小圈，以藏牛犊、羊羔，帐外有犬三四，以警不虞”^②。

二、碉 房

碉房是青藏高原农区和城镇的民居建筑。在昌都卡若文

① 《藏族社会历史调查》（三）第195—196页；格勒等：《藏北牧民——西藏那曲地区社会历史调查》第344—346页。

② 周希武：《玉树调查记》第88页，青海人民出版社1986年版。

化遗址中，业已出现碉房建筑^①。新旧《唐书·吐蕃传》记其人“屋皆平头，高者至数十尺”。女国人“王居九层之楼”。附国人“俗好复仇，故垒石为磔而居，以避其患。其磔高至十余丈，下至五六丈，每级丈余，以木隔之。基方三四步，磔上方二三步，状似浮图。于下级开小门，从内上通，夜必关闭，以防贼盗”^②。均反映了这一状况。

碉房多依山而建，向阳、靠近水源。多为石木结构，有梁柱承重和墙身承重等结构类型；有方形、圆形、六角碉、八角碉等多种建筑形式；门窗均较小，具有坚固、保暖、御盗等特点。

普通民居为平顶立体，以石块或土坯砌墙，屋内立柱，顶上架椽铺树枝，上加小石子和泥土。一般两层，上层住人，下层关畜牲。室内中部有炉灶，靠墙为坐、卧用的垫子，小方桌，桌上摆着茶碗等。另有靠墙木柜，上置佛像及供器等。有三层者，上层一小间用作经堂供佛和晒台。中居人，下关畜牲。但是，贫穷的农奴往往只有一间平顶房。房子外边多涂白灰，屋顶挂有经旗风马，过节时插上树枝。房屋前方正中设有香炉，大门上方设有小佛龛，内贴驱邪图案。

庄园主、贵族房屋高大壮美，有五六层之高，并形成院落，庄园主居最高层，楼内设有经堂、卧室、客厅、管家室、厨房、家奴居住、工作室等，后院为马厩牛棚羊圈。四川西部土司官寨，高达四五层，建筑面积2 000余平方米，附近建有高大碉楼。官寨平面为长方形或近正方形，外墙坚厚，内部缘墙建屋，中留天井，层层相叠，内无通柱。一般底层住

① 江道元：《西藏卡若文化的居住建筑初探》，《西藏研究》1982年第3期。

② 《隋书》卷83“女国”、“附国”。

事喇嘛住上层好房子，普通僧人住下层较差的房子，并不平等。房子分给喇嘛个人后，可以出租或借给他人，死后交回寺院。有些康村不收房租，有些是要收房租的^①。活佛或上层喇嘛则完全不同，不仅可以住上宽敞舒适的大房子，而且还有经堂、会客室及侍从人员居室，与庄园主无异。

在川西杂古脑喇嘛寺，每个喇嘛的住所都是单独的，较富裕的喇嘛大多有两间或三间相连的套房，一间是卧房，一间是居室。居室中间有一个锅庄，一日三餐自炊自食，四周摆放箱笼和日常用品，另一边供佛像，放佛经。卧室除一张床外，皆为他本人的衣物、食粮和其他财产。普通僧人一人一间，起居饮食均在这里^②。有些喇嘛除念经外，也经营商业并饲养少量牲畜作为交通运输工具，底层房屋也做牲圈、草料房和库房之用，二层为居室、厨房和经堂等。

四川理塘春科寺的香根活佛的房屋，有前后两院和一座花园。前院为横长四合院，北、东、南三面建廊式敞间，作为停歇牲口及堆放杂物等用房。西边为六间二层楼房，为干活的僧人居所。后院为活佛居所，为三层楼房构成的四合院，院中有小天井，其南为门厅，门两侧为食品、货物、鞍具、草料柴薪等贮藏室。二层为活佛服务人员及其家属住房和工作用房。三层为活佛个人居所，有卧室、衣物贮藏室、起居、扎巴室和厕所等^③。显得极为特殊。它告诉人们，在旧时代的藏区，等级制度是无所不在的，不管你是出世还是人世。

① 宋赞良：《色拉寺调查》（续），《中国藏学》1991年第3期。

② 李有义：《杂古脑喇嘛寺的经济组织》，《边政公论》1942年5月第1卷第9—10期。

③ 叶启荣：《四川藏族住宅》第119—120页。

第五节 牦牛、铁索桥与牛皮船

一、牦 牛

牦牛是高原人搬迁和运输商品的主要交通工具，是高原人出行的好帮手，被誉为“高原之舟”。

牧民转场、搬迁，帐篷及日常生产生活用品全靠牦牛驮运。牧民们还把未成年的小孩放在筐内，一边一个，由牦牛背负。

在牧人生活中，除了正常的放牧、剪毛、挤奶、宰牲之外，最重要的一项任务就是把这些东西的一部分卖出去，换回他们必需的茶叶、萝卜、粮食及其他生产生活用品。这种交换又是在农牧之间进行的，是长途的、大批的和以物易物交易，牦牛义不容辞地担负起这一经常性的和繁重的运输任务。以那曲桑雄阿巴部落为例，他们固定的贸易地区（农区），是往来一次约需 30—40 天的旁多、需要 35—50 天的德庆宗、墨竹工卡或堆龙德庆、需要 70—90 天的山南泽当。每年有两个交换季节：一是藏历八月底到十一月中间，主要运输盐碱、羊毛、奶渣等；另一次是春季 1—2 月，除驮盐碱外，还驮牛羊肉、干肉和部分酥油、牛皮等。农牧交换的运输力量，主要是牦牛^①。许多牦牛会为这样一次漫长而艰难的运输付出生命的代价。

从 1958 年西藏噶厦政府派给那曲桑雄地区阿巴、玛尔庸、索如、森巴、妥如和真邛六部落的差役看，运输差占有

^① 《藏族社会历史调查》（三）第 180 页。

相当大的比重，包括运军驮、茶驮，为噶厦运酥油、为其经商运货，为贵族孔巴运酥油、运军饷、薪俸及为寺院运输等，这些运输绝大多数由牦牛来承担^①，足见牦牛在人们出行及日常生活中的地位。

青藏高原各地区之间的贸易，以及高原与周邻地区和国外的商业运输，也是由牦牛完成的。如内地的茶叶入藏即是如此。周希武记：“（玉树）结古过载货以茶为大宗。茶产四川故雅府府六属，销售西藏及海南各番族。贩茶多系川番伙尔族人（即章谷、倬倭、甘孜、白利、绒坝擦等地）。其资本皆出自番寺。……雇牛运至结古，每驮脚银及沿途税银约6两上下；由结古雇牛，运至拉萨……。”^②高原地区与南亚地区的贸易也与此类似，以牦牛为运输工具。默默行走的牦牛，在广袤的高原上穿梭着，编织着高原人追求美好生活的梦想。

二、铁 索 桥

在高原上，阻隔人们行旅的，不仅有迢迢的路程，险峻的雪山，也有“对岸能说话，相逢需一天”的高山峡谷。为此，人们发明了铁索桥。

铁索桥之修筑，由来已久。唐代吐蕃即在今云南大理的漾濞江上修筑铁桥，以攻打西洱海诸部，并于此置铁桥城和铁桥节度。唐人樊绰《云南志》（《蛮书》）记：“贞元十年（794年）掠吐蕃铁桥城，今称铁桥节度。”^③14世纪，噶举派

① 《藏族社会历史调查》（三）第123—124页。

② 周希武：《玉树调查记》第97页，青海人民出版社1986年版。

③ [唐]樊绰：《云南志》第205页，赵吕甫校释，中国社会科学出版社1985年版。

果杨揆先生看了藏区居民带着货物过溜索，不知会有何种感想？

三、牛 皮 船

铁索桥、溜索、藤桥、木桥等，大大缓解了河谷给人们带来的困难。但是，面对宽阔的河流，古人还难以通过架桥来解决问题，牛皮船以及木船等则为人们撑起一片希望的风帆。

吐蕃王朝建立以前，青藏高原上的各邦国业已使用皮船渡水技术。《隋书》记：“嘉良有水阔六七十丈，附国有水阔百余丈，并南流。用皮为舟而济。”^①东女国，“其王所居名康延川，中有弱水南流，用牛皮为船以渡”^②。

牛皮船的制作方法是，先做一个长约2.5米，宽约1.5—2米的木架，然后绷上用酥油鞣制好的牛皮形成。有方形，也有半圆形，少则容2—3人，多则可乘6—7人，或载相当的货物。用则一人负之入水，不用则负以置之岸上，颇为轻巧。成为雅鲁藏布江、拉萨河、金沙江等河上的重要运输工具，方便了行人与货物运输。

牛皮船这一特殊的运输工具，也引起了人们的广泛注意。清人杨揆撰有“皮船诗”，诗中说道：“剡木制为舟，利用涉水可。大如扁与航，小或艇与舸。驾风蒲帆扬，沿流箴纆锁。指迷师用篙，蹶险工换舵。今来藏江侧，厉揭测诚叵。洪涛砉奔翻，巨石耸碣峨。番人夸荡舟，舟小殊渺么？外圆裁皮

① 《隋书》卷83 附国。

② 《旧唐书》卷197 东女国。

蒙，中虚截竹荷。浅类笕可盛，欹讶筐欲簸。著足当中央，俯身戒侧左。形模嗤浑沌，身壳仅螺赢(guō luō)。傍岸任孤行，邀人只双坐。俄惊层波掀，真似一壶妥。……”^①孙士毅也有“藏江以皮船济渡戏成四言四章”，中有“剡木为舟，易之以革；十笏三弓，莫嫌跼蹐”。“公无渡河，望洋而叹；公竟渡河，喜登彼岸”^②。同样记述了使用牛皮船渡河的情景。

道光二十四年至二十六年(1844—1846年)，两次奉命赴藏，处理乍雅(察雅)正副呼图克图争权纠纷案的姚莹，过巴塘至巴楚河，见“河干有小木舟一、皮船二，蕃人乘皮船顺流而驰。作《皮船行》云：皮船形制方如鞋，木口藤腹五尺裁。受人三四一短楫，并舟绳贯行能偕。山高峡水湍流疾，顷刻已过峰千回。崕岬大石偶击撞，回旋轻软无惊猜。溜筒虽奇尚险绝，此物稳迅谁所开。读书早年想奇制，天使遣谪殊方来。殊情诡物饱经见，赋诗老矣惭非才”^③。把皮船视为书中难得的见识。

① 黄沛翘：《西藏图考》卷3。

② 孙士毅：《藏江以皮船济渡戏成四言四章》，见《百一山房赴藏诗集》。

③ 姚莹：《东槎纪行东槎纪行》第435页，施培毅、徐寿凯点校，黄山书社1990年版。

观察禽鸟和植物是珞门法，
观察星辰和风雪是藏北法，
观察日、月运行是本象法，
观察山、湖、牲畜是岗卓法^①。

谚中分别提到西藏南部珞巴、门巴族居住地区的物候历，藏北的物候历和阿里地区本教徒的物候历，以及西藏山南、日喀则等半农半牧地区的物候历，它们各有特征。

据流传民间的《象雄老人口算》一书记载，象雄历法是数日计年法，内谓：“冬至后过 35 日，又鸟日 38 天，又嘴日 37 天，再 2 天，又木棍日 15 天，晚播种末日 5 天，再过 4 天始见杜鹃鸟，又过 16 天早生山羊羔，又过 15 天太阳夏至；又夏至后 21 天，又嘴日 15 天，再过 3 天罗刹女脸雨日 3 天，又篋日 7 天，又过狐日 15 天，又正日 21 天，又夏末 5 天，又南门梯或鹿哭日 37 天，又水肿鬼日 22 天，又那茹星光 8 天，又盘羊顶角日 15 天，又太阳冬至 7 天。按以上太阳南至、北至，鸟和星等日，一年中计有 365 日。”^② 这里提到了以冬至为一年之始，提到冬、夏两个季节，以及除了太阳、星星之外的鸟物候。它不免接受其他历法的影响，却也惊人地保留了原始物候历的轮廓。

第五世达赖喇嘛时期的第悉·桑结嘉措在其《白琉璃》一书（1683 年成书）中，也提到物候历的部分内容，内言：“大致节气为：冬至后一个月零 7 天乌鸦筑巢，此后一个月零 8 天

① 阿旺次仁：《古代物候观测与西藏历法》，《中国藏学》1988 年第 1 期。

② 转见阿旺次仁：《古代物候观测与西藏历法》。

始见野鸭、雁等，此后 15 天就是春分，地面渐暖，鹤也飞抵西藏，此后 21 天水鸥来到，天气日益暖和，此后 7 天宜播种；春分后 3 个月到夏至；此后 2 个月鸟终鸣，再过 30 天秋分，此后过 21 日天渐变冷，此后渐渐显冬季物候……”

汉文史书对高原地区的物候历也有所反映，《旧唐书·东女国》记：“其俗每至十月，令巫者赍楮诣山中，散糟麦于空，大咒呼鸟。俄而有鸟如鸡，飞入巫者之怀，因剖腹而视之，每有一谷，来岁必登，若有霜雪，必多灾异，其俗信之，名为鸟卜。”该书同时说东女国以 11 月为岁正，鸟卜和以 11 月为“正月”，恰好与藏文史料以冬至为岁首计年，鸟日占据重要位置相一致。说明古代青藏高原地区存在以冬至或 11 月为一年之始的历法和习惯。年底（10 月）入山鸟卜，占卜来年丰歉。因此之故，人们对鸟有了特殊的感情，西藏谚语说：“王得杜鹃，臣得戴胜鸟，地方官得乌鸦，平民得食骨鸟血。”又说“若不见杜鹃鸟到来，则不知夏、冬之分”。

在西藏乃东等地也有“月历”，据说，吐蕃早期已有一位老妇人口称：“1 至 7 天后第一天为月上弦，月光可照亮上半夜；7 加 7 日的后一天（15 日），月亮正满圆照一夜；三七的第 3 天，月弓朝下照亮下半夜；四七的后一天，称为无月光夜。照计算，每 3 个月为一季，第一季称暖风期，第二季为丰叶雨期，第三季为果熟期，第四季为冷风期。在暖风期开始的日子里，雅拉湖边，聚集男女老少，共度一年伊始的日子，称之为共享喜歌的聚会。”此即藏历春节。

物候历在高原上有较大的地域性差别，这恰如地理、气候、农牧经济、物产等等差别一样。但是，这种原始的历法，既是古代高原人从事农牧业生产的重要参考资料，也成为他们借鉴外来历法以为我用的基础，应予以足够的重视。

在公元6世纪以前，高原人用白石画在黑石上，后以石串记录，再后在木头上刻横格记时日，即新旧《唐书》所谓“刻木结绳为约”。在门隅地方，人们用一根草枝插在大拇指背面第一条横纹上，作为观测日影的仪器。滴漏计时也已产生，人们在石罐、陶罐或铜罐底部开一细孔，灌水滴出。再用一个刻有12格子的尺子，丈量罐内水位的深浅以确定时间^①。这也是不可忽视的成就。

二、时 轮 历

藏区历书有广、中、略三种，较流行的是中本，内分全年总说、分月概说和逐日细说三部分。在全年总说中，又包括礼敬偈、教历、值年的7曜27宿、木火水金土5曜运行方位及气候关系、罗睺曜的方位及相关气候、龟轮和狮子座轮方位与农作物年成、春牛图、藏区各地农事季节和日月食预报。分月概说，包括太阳入宫的日期和时刻、24节的日期与时刻、中气日的昼长夜长、本月重日缺日、值月曜宿、本月5曜的方位和本月节日。逐日细说，包括定曜、月宿、定日、会合、过宫等^②。

藏历属阴阳历，与夏历相似，但是，作为其基础的，却是印度的时轮历，受过伊斯兰教历的影响，分体系和作用两大派。11世纪传入西藏，至15世纪有很大的改进，18世纪

① 崔成群觉、索朗班觉：《藏族天文历法史略》，《西藏研究》1982年第2期。

② 黄明信：《藏历漫谈》第22—25页，中国藏学出版社1994年版。

初吸收了时宪历的部分内容后完全定型^①。

吐蕃王朝时期，纪年用“火空海纪年”也即第一胜生周（1027年）以前403年，这是藏传时轮历的纪年办法，旨在解决吐蕃王朝时期的纪年空缺。这样“火空海”的元年也即是公元624年。实际上，吐蕃王朝自己的纪年，除了仅存的彝泰7年旨在与唐朝年号纪年相对应外，主要是采用12生肖纪年，如《敦煌本吐蕃历史文书》P. T. 1288号大事记年即是如此，到了宋代河湟（青唐）吐蕃唃廝囉政权时，依然不改。史称其“道旧事则数12辰属，卯兔年如此，马年如此”^②。即为吐蕃故俗。这种历法的最大缺点，是反复循环12生肖，易于产生前后同生肖年代的混乱。

公元11世纪，遭受伊斯兰教军团沉重打击的印度佛教徒纷纷北逃，推动了佛法在西藏的后弘和藏传佛教各教派的形成。与此同时，也为西藏带来新的历法。印度班智达达瓦贡布与藏族译师卓希饶札，合作将印度的《时轮根本经释》译为藏文，后经雄译师等人大力推广，成为新历法的基础。由于翻译此书是在阴火兔年即公元1027年，此即元年，又因该火兔年的藻饰词是“绕迥”，意为“胜生”，“胜生周”故名“绕迥”。它以12生肖卯兔、辰龙、巳蛇、午马、未羊、申猴、酉鸡、戌犬、亥猪、子鼠、丑牛、寅虎为顺序，与木、火、土、金（铁）、水等五行相配，再分为阴阳，形成60年一循环，称为一个绕迥。

时轮历中的曜、宿、宫概念：在时轮历中，有12宫和27宿，它们都是恒星，金木水火土5大行星被称为曜，但曜也

^① 黄明信、陈久金：《藏历的原理与实践》第306页，民族出版社1987年版。

^② 《宋史》卷492吐蕃传。

包括太阳、月亮、罗睺、彗星等，有所谓 10 曜。27 宿在牛宿后加女宿即 28 宿：娄、胃、昂、毕、觜、参、井、鬼、柳、星、张、翼、轸、角、亢、氐、房、心、尾、箕、斗、牛、女、虚、危、室、壁、奎。它是从月亮经行的轨道附近选定的。12 宫包括：人马宫、摩羯宫、宝瓶宫、双鱼宫、白羊宫、金牛宫、淫宫或双子宫、巨蟹宫、狮子宫、室女宫、天秤宫、天蝎宫。它是从太阳经行的轨道——黄道附近选定的一些恒星星座。星曜在宫宿上面运行所处位置不同，形成年月日和四季 24 节气。

时、日、月、季、年的概念：时轮历“日”以下的时间单位是 chu-tshod。它有三个涵义，一昼夜的 60 分之一即 24 分钟（本义）；一小时；表天球的弧度，一宿等于 60chu-tshod。纪日，时轮历用 dgav（喜）、bzang（善或贤）、rgyal（胜）、stong（空）和 rdsogs（满）等五个字轮流表示，每月分为黑分、白分各三轮。日有太阳日、太阴日和宫日，一般指前者。一天的起点是“天明能分辨掌纹”时，与农历夜半起计时不同。藏历保存了时轮历计算闰月和大小月的重日、缺日的传统，又吸收了汉族“夏正”以正月初一为新年的办法，形成了以夏正（即霍尔月）三月为历书开头，生活中却以“霍尔月”正月初一为新年的局面。时轮历以黑分居前，以月圆后的次日为月首。但是，萨迦、格鲁等派学者也多以夏历十月十六日为岁首，另有以十二月一日、十一月一日（或冬至日）、九月十六日、八月十六日等为岁首的。太阳（星期日）为一周之始，次为月亮、火曜、水曜、木曜、金曜、土曜。孟、仲、季 3 月为一季，四季为一年，一年 12 个月有 24 节气，依气候冷暖变化安排农事活动。每月有一节和一·中气，采取“无中气

置闰”办法解决误差^①。藏历是以印度时轮历为基础，吸收内地夏历、时宪历，加以改造发展形成的，内容丰富，特点独具，深受藏族群众喜爱。

三、时 宪 历

中原汉族地区的天文星算知识，在松赞干布的父亲南日伦赞时，已经传入吐蕃。公元641年，文成公主出嫁吐蕃，带去许多天文星算的经典，如《博唐八十数理》、《五行珍宝包罗》、《密意根本之精》、《珍宝之堆》、《主干综述》及黄历推算法等。其中包括五行算、12生肖纪年法、人寿60花甲、8卦、9宫黄历推算、24节气、牛算等。12生肖纪年和60周期纪年法，广为传播；24节气和分牛体为360份推算一年气象的牛算，对农区影响较大。金城公主入蕃后，把以《算学七续圣典》、《八支》为重点的、有关5曜、8卦、9宫、7曜和28宿的许多法解译为藏文，推动了吐蕃天文历算的进一步发展^②。

但是，由于汉族历代的封建统治者，常常利用天命论，搞占星术来巩固政权，因而，他们力图把天文学垄断在自己手里，严禁司天监官员与外界来往，严禁民间私习天文和天文图籍在民间流传^③。因此，天文学成了帝王的秘密知识，谁把历书授给人民，便有可能成为人民的领袖；人民奉谁的正朔，

① 参阅黄明信、陈久金：《藏历的原理与实践》；黄明信：《藏历漫谈》等。

② 催成群觉、索朗班觉：《藏族天文历法史略》，《西藏研究》1982年第2期。

③ 陈遵妫：《中国天文学史》第1册第235册，科学出版社。

西藏历法天文学,是在对外来文化的吸收中不断融合、创造和发展的。元朝时期,噶玛巴·让琼多吉在1318年著有《星算综合论述》一书。大学者布顿·仁钦珠著有《旦孜》(1323年)和《算学智者欢喜》(1327年),提出地球是圆的这一科学观点。他却错误地认为地球右转,四季左转。对于后者,当时已有人提出批评。后世历代学者多有相关论述,其中,第悉·桑结嘉措的《白琉璃》和《除锈》二书影响较大,也最为重要。

在藏区,各大寺院多设有学习和研究天文历法的机构,这就是时轮扎仓或时轮学院。从拉卜楞寺时轮学院设有“智慧神的真名”、“智慧神的空姓名”、“十三怖畏金刚的静修法”、“灌顶法”、“焚供法”、“彩图表法祈雨”等课程安排来看^①,大约是科学与迷信、历法与占卜兼有的。

《西藏图考》作者对西藏历法的认识是:“西藏番人不识天干,惟以地支属相纪年,亦以十二月为岁。其支属纪年,如鼠年、牛年、兔年。纪月以寅为正,亦有闰月,但不时耳。如雍正十年壬子闰五月,其地闰正月。雍正十三年乙卯闰四月,其地先于甲寅年闰七月。更有闰日之异,如闰初一,则无初二,即至初三日;或于月内摘去一二日,即不呼此一二日,如摘去二十七,次日即二十八日矣。每月无小建,必有朔望、晦日。称正月为端郭,余月依次数之。纪日惟以金、木、水、火、土五行配,与宪书无异。推日蚀、月蚀,亦纤毫不爽云。推算占验,皆唐公主所流传。”^②反映了藏传时轮历纪年、纪月、置闰、重日、缺日,以及日食、月食预报和占卜术来自唐朝

^① 李安宅:《藏族宗教史之实地研究》第193—194页,中国藏学出版社1989年版。

^② 黄沛翘:《西藏图考》卷6藏事续考·天时类。

的影响。

第二节 神奇的医学成就

在古代西藏地方有谚曰：“有毒就有药”，说明医学萌芽诞生之早。高原人很早就知道用酥油止血，用青稞酒糟治疗外伤的知识。南日伦赞时，内地历算与医学传入西藏。公元641年，文成公主入蕃，携带大批书籍，其中有“医方百种、诊断法5种、医疗器械6种、医学论著4种”等等（《西藏王统记》）。被汉藏医生译为藏文，名为《医学大全》。金城公主入蕃时，再次带进大量医学典籍与医生，又由汉藏医生译为藏文，并结合西藏地方医学成就，借鉴外国医学经验，编成藏医名著《月王药诊》。

但是，真正把西藏医学推向高峰的，是生活在公元8世纪、曾担任赤松德赞御医的宇妥·云丹贡布（708—？年）。他曾在桑耶寺学习邻国医学，并拜著名中医东松康瓦为师，学习治疗中风和中狗毒等医术。后又到今西藏阿里、山南和四川康定等地，学习总结民间医疗经验，继之还到印度、尼泊尔和内地五台山等地研习医学，积数十年之功，编成《四部医典》等书，为藏医学的发展奠定了较完整的理论基础^①。

一、藏医学的基本理论

藏医学认为，人体内存在三大要素：“龙”、“赤巴”、“培

^① 西藏自治区藏医院：《藏医学（四部医典）浅析》，《西藏研究》1981年创刊号。

也分为5种：(1)居于肠胃，主磨碎食物的“培根症及”。(2)居于胸，保持和调节体内水分的“培根登及”。(3)居于舌，司味觉的“培根娘及”。(4)居于头，主感觉，司情欲的“培根寸及”。(5)居于关节，润滑关节的“培根局尔及”^①。

在七大物质基础中，居于首要地位的是饮食精微，由此转变为其他六大物质基础。血是滋润身体，维护生命的要素；肉是围墙，构成身躯，保护脏腑；骨为支架；骨髓能生精，精可以繁殖后代。三种排泄物是躯体生命新陈代谢的产物，汗尚可温润皮肤。

由于三大要素的作用，人也可以划分为龙、赤巴和培根三种类型。龙型人身体消瘦、面色灰黄，怕冷，爱说话唱歌，性格活泼，爱吵架等；赤巴型人多汗、易饥渴、有体臭、面色黄，个性强；培根型人体肥胖、脸色发白、怕冷、嗜睡，性情温和，也易于诱发同类型疾病。在三大因素失调和生活起居不当，邪魔作祟时即患病。龙型人和老人易患龙病，赤巴型人和青年人易患赤巴病，培根型人和小孩易患培根病。就季节言，龙病多发生于夏季，赤巴病多发生于秋季，培根病多发生在春季。就环境言，过于寒冷易生龙病，过于干燥炎热易生赤巴病，过于潮湿易患培根病。在生活方面，过度饮食苦味药或食物，饥时暴食，过于疲乏，房事过度，悲伤至极，流血过多等可能引起龙病；过食味辛、性热、腻食物，烈日下暴晒，受外伤，饮酒过度，可能导致赤巴病；过食味甘性凉食物，饱食静坐，在阴湿处睡觉，过食脂肪等，则引起

^① 宇妥·云丹贡布：《四部医典》，李永年译本，人民卫生出版社1983年版；毛继祖等译本，上海科学技术出版社；西藏自治区藏医院：《藏医学（四部医典）浅析》，《西藏研究》1981年创刊号；罗达尚：《藏医学（四部医典）初探》，《西藏研究》1986年第4期。

培根病。就体位言，龙病易患于髌髌、腰骶、骨骼、关节和耳部；赤巴易患胃脘、肚脐、血液、汗腺、眼部、皮肤等部位；培根易患胸、喉、肺、鼻、舌、脂肪、骨髓等处^①。

在《月王药诊》中业已专列治疗龙病、赤巴病和培根病的药物和药方^②。

二、藏医学的诊断与治疗

1. 诊断病情

藏医诊断疾病的主要方法有问诊、望诊和触诊。

问诊：询问病因、发病时间、病情症状、用药情况、病情与季节、气候及饮食起居的关系等，十分重视病因、部位和症状。

望诊：观察病人的神色、体型、肤色、大小便、痰等，尤重舌与尿的察验。舌质红舌苔干而粗糙即为龙病，舌苔黄而厚即为赤巴病，舌苔白而滑即为培根病。尿的颜色、蒸气、气味及有无沉淀物、漂浮物等是其依据，如尿色黄有臭味、泡沫、沉淀物等即为热性病人；尿中沉淀物状如砂粒者即有肾病等。

触诊：主要是切脉。部位、方法及分寸、关、尺三部等均与中医相同，读音也无异，是其接受中医影响之明证。切脉方法分浮取、中取和沉取，寸、关、尺所代表的脏腑男女略有差别，男子左手之寸、关、尺分别表心、脾、肾（左）及

① 宇妥·云丹贡布：《四部医典》；西藏自治区藏医院：《藏医学（四部医典）浅析》；罗达尚：《藏医学（四部医典）初探》等。

② 《月王药诊》第81—86页，马世林等汉译本，甘肃民族出版社1993年版。

三姆休（三焦）；右手三部分别表肺、肝、肾（右）。妇女左手为肺，右手为心，余同。正常人一息（一呼一吸）脉跳5次、柔和有规律。多者有热病，少者有寒病。热性病之脉象为数、洪、大、弦、滑、硬；寒病之脉象为沉、迟、弱、细、浮、虚。

依据中医脏腑学说中的心开窍于舌，肺开窍于鼻，肝开窍于目，肾开窍于耳，脾其荣在唇等理论，藏医将切脉与望诊结合，观病人的生死相：如摸不到心脉，舌中间发黑者；耳向后听不见声音，摸不到肾脉者；摸不到肺脉，鼻翼下陷者；摸不到肝脉，眼发红者；摸不到脾脉，下唇外翻者，均不可救药^①。此外，还有药物诊断法等。

2. 治疗病症

治疗原则：藏医要求首先正确诊断病症，然后向病人陈明病情与处理方法；当病症在用药后仍无好转时，采取相关治疗措施；对大、重病以药物为主，对小、轻病，以饮食起居的调理为主；对久病者要认准病因与症结，对症治疗；对单一病果断处治，对并发各病者，分其轻重主次，治重为先轻为后。此外，也要把握好药物剂量等。

治病方法：藏医用药主张少而精，如对热性病，用木藤蓼、红花治；寒性病用荜拨、干姜、小米辣等药治。龙病用肉豆蔻、阿魏；赤巴病用獐牙菜；培根病用芫荽子、黄花杜鹃。瘟病用翼首草、角茴香；疔病用独活、羌活、野赤芍等。治疗心病多用沉香、广酸枣；肺病用石灰华、白檀香、沙棘果等；肝病用红花、红耳鼠兔粪膏；脾病用小豆蔻、草果；胃病用石榴子、石灰华、兀鹫粪、阿魏、芒硝等；肾病用槟榔、

^① 宇妥·云丹贡布：《四部医典》，西藏自治区藏医院；《藏医学（四部医典）浅析》等。

园柏叶；膀胱病用白矾砂、磅蟹甲；中毒用诃子、甘草、骨碎补、人参；浮肿用黄连、余甘子、白矾砂、光明盐；妇女病多用鬼白果、橡实；小儿病多用红花、甘草、牛黄、石灰华；外症疮疡多用茛苕根、羌活等^①。

藏医用药也主张用药引子，以便把药剂引向患部，如用白糖做引子治疗单纯性热病，用红糖做引子治寒性病等。丸药用开水送服，寒性病热开水服，热性病凉开水送服，寒热兼有则温开水送服。龙病用动物骨汤送服，赤巴病用獐牙菜汤服，培根病则用茛苕子熬汤服。服药时间也极为讲究，因病而异，如治疗遍行龙病，应在午饭后、晚饭前服最有疗效等。

外治疗法，包括（1）擦身、按摩；（2）灸法，有火灸和艾灸两种；（3）拔罐法，有火罐和牛角罐；（4）外敷，有冷敷和热敷，前者治胃寒、消化不良、急性疼痛等，后者用来对付热病和炎症等；（5）药物外治，用熏药法、药水浴和药物擦身；（6）穿刺法；（7）放血疗法等^②。

藏医学也十分讲究疾病的预防和保健，包括饮食起居，如食补药补，擦身、运动锻炼等。

三、藏 药

藏族著名医药学家帝玛尔·丹增彭措《晶珠本草》（1835年成书）一书绪论说，药物的性味功能本由五源，即地、水、

① 蔡景峰编著：《西藏传统医学概述》第55—56页，中国藏学出版社1992年版。

② 字妥·云丹贡布：《四部医典》，西藏自治区藏医院；《藏医学（四部医典）浅析》，《西藏研究》1981年创刊号。

阳，滋润肤色，轻身舒心，止吐止泻。谷子性重、凉，可敛疮，续接骨折、骨碎、骨裂。野谷性凉，止泻解毒。稷子性凉、轻，益气健胃，治培根、赤巴病等等。

2. 动物类

动物类药物，包括角类、眼、舌、齿、喉头、心、肺、肝、胆、脾、肾、胃、肠、生殖器、骨、骨髓、脑、脂、血、肉、皮、毛、翎毛、爪蹄、胃糜、粪类、奶类、小便和昆虫、头、蛋等类。如脾类，“黄牛脾治疮，解毒。黄色黄牛脾解毒、益目。马脾消炎，治疮疖溃疡炎症。山羊脾治小孩嗜哑。诸脾均治脾脏病”。肾类，“黄牛肾和马肾清肾热。绵羊羔肾治肾寒症。诸肾寒热功效相同，均益肾，可治腰病、膀胱病、尿道病”。在奶类中，黄牛奶为最佳滋补品，而新鲜的酥油性凉色鲜，能壮阳增力，止泻提升胃温，止咳化痰；治肺痼疾，治龙病、赤巴病、血病、痔疮，清热等。

3. 矿物类

(1) 珍宝类药物：包括上品珍宝药物和普通珍宝药物。上品珍宝是指“活佛、高僧和瑜伽（行者）遗体火化后结成的舍利，拜求得到，能辟邪，治魔病舒泻脉管障蔽病”。普通珍宝，有不熔性珍宝药物，如“金刚石辟诸邪。玉石解毒，清肝热。蓝宝石根除诸病”等。可熔性珍宝药物，如“金子抗衰老延年益寿，解宝石中毒。银治黄水病，干脓血。金灰、银灰去腐肉、颈疮、疖疮。水银滋补，辟邪，治诸病”等。

(2) 石类药物：可熔性石类，如“磁石可治脑骨伤、脉病，退镞，退弹。金银矿石引流黄水。铁矿石延年益寿，滋补”等。不熔性石类，如“赤石分雌雄两种，托引黄水，干黄水，固骨脂。代赭石和白长石、紫长石，功效同赤石脂。甘石功效同上，并能清肝热。寒水石止泻，清培根热”等。

(3) 土类药物：天然土类，如“金沙治肾病，开通尿闭。禹粮土清脉热，愈脏器伤，干脓血，治火伤”。等。炮治土类，如“硫黄和白硫黄镇邪，干脓血。绿硫消炎症，清合并症之热”等。

(4) 盐碱类药物：“盐碱药物总的来说，有祛风、通二便、消食、开胃、生赤巴、生血作用”等。矿物和动物类占较大比重是藏药的一大特色，也是有别于以植物为主的中药的地方。

该书最后提到“药引”，指明治龙、赤巴、培根三病的各自的药引依次为性凉、温、平。蔗糖为祛风寒之药引；蜂蜜是治培根病和黄水病的药引；胶糊是防培根粘液和保护肠粘膜的药引。

至于药物的采集加工，包括适地采集、适时采集、干燥拣选、分清新旧、炮制去毒、对症配制。如“药物分别生长在雪山、高山、凉爽、温暖，具有日月光华之力的地方”。（《四部医典》）“花蕾、茎枝在旺盛时采，根、种子在春季挖，叶子在夏季采，花在初夏摘，果实在秋天收，树皮在冬春秋采集，树脂在春秋采集”^①等。

藏医学是以《四部医典》的出现为标志走向成熟的，后世没有脱离这一范围。公元15世纪形成强巴（北派）和舒卡（南派）两个学派。前者由强巴·南杰查桑（1394—1475年）创立。因在北方，对高寒地区常见病，如风湿等病有丰富的治疗经验，善于利用温热药物、艾灸、方剂等疗法；组成方剂的药物较多，认为《四部医典》为佛祖亲自口传。南派由

^① 帝玛尔·丹增彭措：《晶珠本草》，毛继祖等译注，上海科学技术出版社1986年版。

舒卡·年姆尼多吉(1439—1475年)创立。该派对南方常见温热性病症有良方,擅长应用清凉性药物,且方剂药味较少。认为《四部医典》为西藏古代医家之创作。17世纪,第悉·桑结嘉措对藏医学发展做出了重要贡献,他还撰有《蓝琉璃》(《四部医典蓝琉璃》)和《藏医史》等著名医学著作。

第三节 精美坚固的建筑

西藏的建筑包括民房建筑、宫堡建筑、寺庙建筑、宫殿建筑和园林建筑等,其中以寺庙和宫殿建筑最有成就。西藏最早的古堡建筑是雍布拉康(母子宫),建在山尖上,以石块修筑,作为坚固的防御性堡垒是其基本特征。平头屋的民房和高层碉房均继承了这一传统,并形成鲜明的民族风格。这里以拉萨市的大昭寺和布达拉宫为例,论述一下藏族建筑的技术特点。

一、大 昭 寺

大昭寺是在吐蕃王朝的建立者松赞干布时建立起来的。据说是由泥婆罗公主赤尊组织泥、蕃工匠共同完成的。但是,其地址选择则是唐朝文成公主运用勘察学知识确定的。文成公主建议在卧塘湖上建筑寺庙,获得松赞干布的支持,由吐蕃百姓开始浩大的填湖工程,把河水引向南边的嘎穷补瓦栋,使湖水逐渐干涸。这种河水改道工程十分艰巨,人们用人力、畜力在大片土地上挖南填北,在北岸挖一长堤,修一条长渠,以容纳湖水,让河水往南,为逻娑(拉萨)城和大昭寺的建

设奠定了基础^①。这无疑是一个大手笔和很有远见卓识的方案。

赞普松赞干布以丰盛的酒、食款待百姓，让他们烧砖、垒墙、和泥，很快即把底层砌了起来。文成公主也从内地招来许多工匠和神像塑匠，修建了小昭寺。在大昭寺东南角上用石头雕刻了一尊大自在天王，在西南角上用石头雕刻了一只大鹏鸟，在西边修起石塔，在北边建成石狮，面向四方。大昭寺门向西，小昭寺门向东，分别面向两位公主各自的家乡。大昭寺当时约有八个佛殿，主殿为释迦牟尼像及其近侍，右殿有无量光佛及弟子塑像，左边为赤尊带来的弥勒佛像，北殿为11面观音，南殿为赤尊携来的释迦牟尼佛像。紫檀门北侧有夜叉殿，南侧有地神殿，西侧楼上殿堂有第七佛^②。

大昭寺是吐蕃最早的寺庙，因此，后世每有寺庙兴建，必先向大昭寺敬献由工匠们精心加工过的土料、石料和木料成品。如修建桑耶永固天成寺时，即向大昭寺敬献了四大天王塑像和两根木柱。大昭寺也在此后漫长复杂的历史进程中，不断获得扩建与发展的机会，它的经历本身，即是一部建筑发展史。

在吐蕃王朝的佛本之争中，大昭寺也经历了一次次考验。赤松德赞幼年，本教大臣玛尚仲巴杰当政，大昭寺变成工房，遭受一定程度破坏。赤松德赞掌政后，进行了维修与扩建；赤德松赞时，进一步扩建了大昭寺的庭院；赤祖德赞时，信佛

① 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》（藏文）第131—157页；拉萨市政协文史资料组编，恰白·次旦平措执笔：《大昭寺史事述略》，《西藏研究》1981年创刊号。

② 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》（藏文）第131—157页；拉萨市政协文史资料组编，恰白·次旦平措执笔：《大昭寺史事述略》，《西藏研究》1981年创刊号。

大臣娘·定埃增等，在大昭寺建筑许多神殿，东西有噶鲁和密鲁，南有噶瓦和噶瓦威，西有产康和产康它玛^①。达磨赞普当政时，兴本灭法，大昭寺等再度遭受劫难。

公元11世纪，阿里桑嘎尔地方的一位大译师帕巴西绕和堆穷廓尔苯一起对大昭寺进行大规模整修。约在1076年，桑嘎尔在东面扩建佛殿，把主殿佛像搬到楼上，新塑巨身佛像。佛主殿三层楼约建于此时。还用松赞干布与两王妃沐浴用过湿水浸泡之土，塑造了弥勒佛像。此后，在大昭寺形成四个僧团，即巴、若、真、巧四派，其中巴和真两者发生冲突，使神殿遭到破坏，包括围墙、转经廊、怪柳墙等。1167年左右，贡巴慈诚宁布（1116—1169年）再次修复，并交给弟子喇嘛向尊珠札巴主持。后者的再传弟子拉杰噶瓦崩，在13世纪20年代，新修了大昭神殿外的围墙，加固河堤，完成楼上的四周屋檐建筑，解除拉萨河水对大昭寺的威胁。

元代时期，负责该地方行政的历任蔡巴万户长一直在做大昭寺的修复与扩展工作。《蔡巴目录》记，万户长格德伯及其二子当政时（1280—1347年），曾经塑造了法王、母后及文武吉祥天母的佛像，敬献了外门、护法神和紫檀木板，即主殿西面延伸到中门的房檐、二楼西侧松赞干布、文成公主塑像均为当时所建制。同时，也大规模加固了河堤。

明洪武中，宗喀巴请求帕竹第三代法主、乃东王札巴强曲修整大昭寺。此王从娘色曼的山上运来石头，把庭院和转经廊的地面换成石板，在天井里新安了12根柱子，并接上了10根柱子，还立了10根廊柱等。1049年，宗喀巴给释迦牟尼

^① 巴卧·祖拉陈瓦：《贤者喜宴》，民族出版社1986年版；五世达赖喇嘛：《大昭寺目录》（1645年）。

尼像献金制五佛冠。人们也在神殿内院东北角的石阶上，塑造一尊宗喀巴的塑像^①。

五世达赖喇嘛和第悉（巴）桑结嘉措时期，对大昭寺进行了更大规模的改建和扩建。《五世达赖自传》记，固始汗的蒙古军击溃后藏的藏巴汗政权和噶举派势力后，以他的妻子的名义，把日喀则新建的噶举派大寺院的木料，拆来运往拉萨，捐给大昭寺，计有 100 根柱和 8 根门楼大柱等。遂在 1643—1645 年修复了大昭寺的围廊和厅庑，补建了五世达赖喇嘛的喇章和第悉的寝室、两个库房等。接着，在三层扩建，将楼顶东边的旧金顶换新，西边的琉璃瓦和殿堂四周的瓦屋檐，更换为金、铜制做的，又在南边新修一个金顶，在三楼修了四个角楼神殿，于 1647 年完工。1660 年，迁出占用一层的香客，改为兜率堂、观音堂、无量寿佛堂和法王殿。1663 年修复主殿的转经廊。次年，五世达赖在转经廊内重绘壁画，北为“大众部方域”，东为“般若经缘起”，南为“显示神通折服六大外道”的经过。又在神殿正门内侧塑造了四大天王。第悉桑结嘉措时，把大昭寺二三楼的空房和转经廊外的东、南、北三面的房子，全部变为佛堂^②。突出了神殿的功能。七世达赖时，受清朝中央之命建立噶厦政府，在大昭寺周围建立了一系列行政机构，使之成为地方政府机关的重要活动场所。1950 年，对达赖在楼上的居室进行较大规模的整修，北面的住宅区基本上是拆后重建的。就这样，大昭寺历经了 1200 余年的修复扩建，成为今天的模样。

大昭寺坐东朝西，建筑大体沿纵向中轴线分布，基本由

① 恰白·次旦平措执笔：《大昭寺史事述略》，《西藏研究》1981 年创刊号。

② 恰白·次旦平措执笔：《大昭寺史事述略》。

门廊、庭院、神殿及分布在四周的僧舍库房等四部分组成。神殿是其主体，位置偏后，神殿前是绕以回廊的宽敞庭院，出院即为门廊。神殿为一密闭院落，平面基本上呈方形坛城。楼高四层，中有天井，围绕天井的是数十个佛殿^①。

早期神殿的建筑结构，采取了梁架、斗拱和藻井等方式，明显借鉴了内地的建筑风格，尤其是人字大叉梁的结构，为唐代建筑惯用手法。廊柱作金刚槲形，柱身下呈方形，上为八角形，中有束腰彩画，柱头刻莲花方斗。在初檐与平檐间有半圆雕刻人面狮身伏兽作承檐，雕梁画栋，表现了来自唐朝和泥婆罗两种影响的痕迹。

大昭寺在修建之初，较突出地借鉴了泥婆罗佛教建筑艺术风格和唐朝中原地区的建筑艺术风格，并加入自己本民族的艺术传统。如果说起初的建筑还有“组装”的痕迹的话，那么，后世的每一次修复和扩建，都不断注入本民族的感情与创造，使外来影响更和谐地统一到藏族自己的建筑文化之中。因此，人们看到的大昭寺是藏式建筑，而不是简单地模仿或移植。

二、布达拉宫

布达拉宫是西藏宫殿建筑最杰出的代表，它与大昭寺的建筑发展历程颇为类似，是在不断的修补扩建中形成的。始建于松赞干布时期，据《西藏王统记》载，泥婆罗赤尊公主至吐蕃后，建议赞普建一座大城，获得王臣一致赞同。“在阴木羊年为城墙奠基动土，建成后城墙高30版，高大而宽厚，

^① 西藏自治区文物管理委员会编：《拉萨文物志》第18—21页，1985年。

每一边约有一个‘江扎’（声音能传播到的距离）长。城的大门向南，内有红色宫室 900 间，连同顶上国王的寝宫共计 1 000 间。所有宫室屋檐均装饰着珍宝；游廊台阁，都有铃铛摇曳发声，显得堂皇富丽。美丽的皇城宫室，宛如大自在天的胜妙宫殿，使人百看不厌。各种珍宝装饰，兼以各种锦缎缨络，十分美妙悦目。从威猛方面来说，有如罗刹楞伽布日，宫殿顶上遍插刀枪，竖立十面彩旗，并以绶缎相连。从坚固方面说，若有外敌犯境来攻，只须 5 人即可守护。此外，南面的城墙处，掘有 10 尺深的沟，上面铺着木板，木板上再铺砖，有一匹马在上面驰驱，就会发出十匹马奔腾之声。在城的南面，仿照砖垒城堡式样，建造扎拉吉祥无量宫，作为赤尊公主的寝宫，共计 9 层，高大宽敞，美妙壮丽。国王与王妃的寝宫之间有铁桥相连，桥上悬挂着绶幔、拂尘、铃铛，摇动时发出声响，王、后相互往来”^①。

布达拉宫依红山建造，既突出了高高在上的王权与王室地位，把山势作为建筑构思的一个重要部分，用以表现丰富的社会等级内涵，又有作为坚固军事防御的堡垒之功能，把碉楼的安全和宫室的华美舒适很好地统一起来。在视角上产生高大威严、不可凌犯、无以企及的效果。可以说，是独具匠心的。很遗憾，唐代的布达拉宫未能保存下来，先毁于赤松德赞时（754—797 年）的一次雷击引起的火灾，后毁于吐蕃王朝末年的兵灾。据说，硕果仅存的只有法王洞和帕巴殿，整体建筑都是五世达赖以来新修与扩建的。

吐蕃王朝灭亡以后，青藏高原地区经历了数百年的分裂

^① 萨迦·索南坚赞：《西藏王统记》（藏文）第 95—96 页；陈庆英等汉译本第 76—77 页。

基深入山体岩层，部分夹层中还灌注铁汁，大大增强了宫殿与山体的整体性及抗震性能，可谓固若金汤。设计者充分利用山势地形与空间大小，分层合筑，层层套接，使整个建筑错落有致，独具风格。红宫中央采用上下七层贯通的竖向大窗格，与其余部分和白宫较小的窗户形成对比，既防止了外部的单调与刻板，又与其各自的内部功能相适应，即让神殿、灵塔殿显得宽敞明亮，让居室更加温馨、舒适和安全，坚实的石墙与最高处的金顶相结合，使建筑型体高低错落，形成明暗、虚实和色彩上的对比，突出了中心的主体建筑，造成一种宏伟庄严的气势^①。加之高原上万里晴空中的蓝天白云，又给建筑物本身平添一份生气与灵性，也增加了它的崇高与神圣。

第四节 造纸术与酿酒法

古代吐蕃的金属冶炼和制作工艺、氍毹的纺织加工技术等，均涉及到古代化学、纺织等方面的发展与成就，还大有优秀遗产可以继承。但是，我们这里必须提及的却是造纸术与酿酒法。

造纸术是中国古代影响人类文明发展进程的四大发明之一。中国的造纸术西传中亚、西亚，随后传入欧洲，对世界各个文明地区的文化事业，均产生巨大的推动作用。南亚次大陆接受中国造纸术约在隋唐时期，克什米尔曾是一个重要的传播中心，它通过与于阗的通道，不断传输着两国的文化与友谊。但是，吐蕃丝绸在造纸术的传播中也有特殊的作用。

^① 西藏自治区文物管理委员会编：《拉萨文物志》第15页，1985年。

吐蕃王朝建立以前，由于没有文字，吐蕃人刻木结绳以为约，对纸张的需要并不迫切。及松赞干布命文臣吞弥·桑布札学习印度梵文，创立文字，并进而用来翻译佛经，纸张的作用迅速突出。649年，吐蕃使者至唐，献金银珠宝15种，请置太宗灵前。高宗嘉之，进封为贡王，赐杂彩3000段。“因请蚕种及造酒、碾、硃、纸、墨之匠，并许焉”^①。这就在公元641年文成公主出嫁带去大量汉文书籍之后，正式从中原引入造纸工匠，接受造纸技术。

唐朝制造的纸，在吐蕃译经写经中发挥着主导作用。敦煌吐蕃文献即为唐纸，为河西地区所造^②。阿里古格王朝残存下来的佛经也为唐纸，即是明证。又藏文史书《巴协》等，均提到唐纸输入吐蕃的史实。说明唐纸是吐蕃王朝时期官方和寺院用纸的主流。

吐蕃自己的造纸手工业也发展起来。来自唐朝的造纸工匠，既为吐蕃造纸，也传播了这种技术。敦煌吐蕃辖下的寺院，设有附属的造纸部门，在斯坦因0542号卷子《敦煌诸寺丁壮车牛役簿》中，列有“纸匠”一项。而斯坦因在于阗附近安得觉发现的8世纪古藏文残留经卷，经过维斯那(J. Wesner)教授化验，证明是用瑞香料纤维制造的^③。瑞香科非新疆所产，这个经卷是由西藏输入的。不仅如此，西藏地方的造纸术还南传入尼泊尔(泥婆罗)和印度(天竺)^④。西藏地方的造纸术是以唐朝内地的造纸术为基础的，同时也有发展，具体说是地方

① 《旧唐书》卷196吐蕃传。

② 潘吉星：《敦煌石室与经纸的研究》，《文物》1966年第3期。

③ M. A. Stein, Sand-buried Ruins of Khotan, London 1903.

④ 黄盛璋：《关于古代中国与尼泊尔的文化交流》，《历史研究》1962年第1期。

化,用青藏地区的土产原料生产具有特色的藏纸。

西藏和平解放前,仍在使用自唐以来传承下来的造纸工艺与技术,即用一种草根泡烂捣匀后,加入胶质,放在大槽用布架摆动,把纤维捞在布架内,然后贴在光滑的石板上晒干成纸。这种方式在拉萨、日喀则、昌都等地均曾广泛使用,其中工布、塔布造纸业较发达。

西藏所造纸张,颇令人们刮目相看,清人查礼《藏纸诗》,叙述了制作工艺和纸张的独特之处,很能说明问题。诗云:

蜀纸逊豫章,二拙奚足尚。
结胎多槽霉,嘲诮实非谤。
既失蔡侯传,更乏泾县匠。
锦城学书人,握笔每惆怅。
孰意黄教方,特出新奇样。
日捣柘皮浆,帘漾金精浪。
取材径丈长,约宽二尺放。
质坚宛茧练,色白施浏亮。
涩喜受隍麋,明勿染尘障。
题句意固适,作画兴当畅。
裁之可弥窗,缀之堪为帐。
何意高丽楮,洋笺亦复让。
国家盛声华,夷夏歌荡荡。
佛国技艺能,无远不筹创。
东土应夸观,颂美乌斯藏。^①

^① 黄沛翘:《西藏图考》卷3,《西藏图考·西招图略》合刊本第104页,西藏人民出版社1982年版。

第十六章 青藏文化多姿多彩

青藏高原,是生活在高原地区各民族共有的美丽家园,在开发和建设青藏地区文明方面,各族兄弟均做出了独特而卓越的贡献。在作为高原地区文化主体的藏族文化中,有他们的参加和奉献;在高原与祖国内地的文化交流中,他们建立了不可磨灭的丰功伟绩;聪明的高原各族,更以本族独有的文化,汇成中国多民族文化大花园中,一束束艳丽的奇葩。

第一节 灿烂的羌族文化

一、高原远古文明的建立者

古代中国文明,是由许多个地域文明和许多部族民族文明共同组成的。各个地域文明之间,又保持着内在的密切的联系。中国西部地区文化的创立者,即是以古羌为核心的各族各部,他们是中原华夏文明的直接参与者和建设者,也是青藏远古游牧文明的主要开拓者。历史传说和文献资料,均

记载了他们非同凡响的历程。

东汉许慎《说文解字·羊部》谓：“羴，西戎牧羊人也。从人、从羊，羊亦声。”羌人是以养羊而著名的。传说时代的黄帝、炎帝和蚩尤，均与羌人有关^①。夏朝的建立者启的父亲、以治洪水而名闻史册的禹“兴于西羌”^②。“夏王朝的主要部族是羌，根据由汉至晋五百年间长期流传的羌族传说，我们没有理由再说夏不是羌”^③。商朝与羌人联系密切，周人与羌人有血缘关系。

古羌人原居于中原西部，包括渭河中上游甘青等广大地区，新石器时代的马家窑、半山、马厂文化和青铜时代的卡约、上孙家寨、辛店，以及诺木洪文化等，均与羌族有关。两汉时期，在中国西部地区，以中西交通的丝绸之路为界，存在两个大的民族集团，一是匈奴，居北部；一是羌人，居南部。东汉时期，羌人在内迁、西迁的同时，也大规模南迁青藏高原纵深地区。如公元107年，东汉王朝派骑都尉王弘征金城、陇西、汉阳三郡数千人骑兵往西域作战，羌人愁怨，行至酒泉逃散，朝廷派兵征讨，引起羌人第一次大起义。嗣后的139年、159年羌人连续举行大起义，反抗东汉王朝压迫，使东汉王朝受到沉重打击。同时，羌人也大批南下，进入今西藏、四川和云南等地区。羌族民间故事对此也有反映^④。

当吐蕃王朝尚未崛起以前，羌人已在高原上建立了一个

① 《国语·晋语》；《路史》后记4。

② 司马迁：《史记·六国年表》。

③ 徐中舒：《中国古代的父系家庭及其亲属称谓》，《四川大学学报》1980年第1期。

④ 如《羌戈大战》、《羌人为什么迁来四川》等，见《羌族民间故事资料集》和《羌族民间文学资料集》等书。

屋，岁一易”^①。人皆披发覆面，衣裘褐，仍披大毡，括领。其俗以白为善，以黑为恶。

党项人自称猕猴种，事獬廌为大神，与吐蕃人相同。重鬼右巫，三年一相聚会，杀牛羊以祭天神。西夏人病者不用医药，召巫者送鬼，西夏语以巫为厮也。或迁之他室，谓之闪病。

羌人无文字，但候草木荣枯以记岁时，即采用物候历法。

羌人很重复仇，仇人未得，则蓬首垢颜，跣足草食，杀死仇人后才恢复正常生活。史称，西夏人“喜报仇，有丧则不伐人，负甲叶于背识之。仇解，用鸡、猪、犬血和酒贮于髑髏中饮之，乃誓曰：若不复仇，谷麦不收，男女秃癩，六畜死，蛇入帐。有力小不能复仇者，集壮妇享以牛羊酒食，趋仇家纵火，焚其庐舍，俗曰敌女兵不祥，辄避去。诉于官，官择舌辩气直之人为和断，官听其屈直。杀人者，纳命价钱百二十千”^②。保留了高原生活时代的旧习俗。

羌人十分信重占卜，《宋史·夏国传》记西夏占卜之术，一是艾灼羊胛骨以求兆，名曰“炙勃焦”；二为擗竹于地，若揲蓍以求数，谓之“擗算”；三为夜里用羊焚香祝之，又焚谷火布静处，晨屠羊，视其肠胃，通则兵无阻，心有血则不利；四为以矢击弓弦审其声，以知敌至之期与交兵之胜负，六畜之灾祥，五谷之凶稔。

① 《新唐书》卷221党项传。

② 张鉴：《西夏纪事本末》卷10。

三、羌 族 文 化

居住在青藏高原的羌族，主要分布在今四川省阿坝藏族羌族自治州所属茂县、汶川县、理县、黑水县、松潘县和甘孜藏族自治州的丹巴县，岷江及其支流黑水河、杂谷脑河流域。由于自然环境的变化和社会生产方式的转变，羌族与古代羌人已存在诸多不同。农业生产占据主导地位，饮食以玉米、洋芋为主，辅以小麦、青稞、荞麦和少量大米。蔬菜有园根、萝卜、白菜、辣椒、豌豆、黄豆等。常年多食酸菜、玉米粥拌菜、玉米面馍等食物。

羌族多三五十户聚寨而居，房屋平面呈方形，有二层和三层，以三层为多，沿独木锯形梯上下。底层为牲畜舍，堆杂草、沤肥，中层居人，有卧室、贮室、火塘（长年不熄的“万年火”）等，上层贮粮等，屋皆平顶，可以晒粮，为安全故，门窗多不大。房屋多建在高山、半山腰或河谷台地上。有4角、6角、8角和13角碉楼，高至十余丈，防贼防盗，防止打冤家械斗时所面临的各种危险。

羌族服饰，一般男子包青色和白色头帕，穿长过膝盖的白色麻布、蓝布长衫，外套一件羊皮褂子，脚穿草履，用麻或树皮编成，裹麻、羊毛织成的绑腿，束腰带。妇女也缠青、白色头帕，或于头顶部置瓦状青布一叠，以两根发辫缠绕其上作髻。同时也多受藏、汉民族服饰影响^①。

羌族婚姻以一夫一妻制为主，存在少数贵族的一夫多妻。讲究“穷找穷嫁，富找富配”的门当户对和姑舅优先的姑表

^① 冉光荣等：《羌族史》第331—333页，四川民族出版社1985年版。

婚。盛行早婚，即 7—10 岁男孩娶 12—18 岁姑娘。故有民谣谓：

六月麦子正扬花，
丈夫还是奶娃娃；
哪天等得丈夫大，
落了叶子谢了花。

在婚俗中，保存一些上古时代的遗制，如婚后一年内新娘居娘家，兄死弟娶寡嫂，弟亡兄纳弟媳和抢婚制等。结婚有“女花夜”（嫁女）、“正宴”、“谢客”等仪式，请客人饮咂酒等。男方迎亲时还要送一只羊，新娘由兄弟背出大门，有“哭嫁”习尚，由新娘舅父为新郎挂红等^①。多有民俗学上的独特含义。

丧葬主要有火葬、土葬和水葬等。火葬为故俗，古已有之。羌族人各自按姓氏设立火葬场，立有一座可移动的小木屋，内供本姓历代祖先神位。人死后，请巫师诵经，移动小木屋，于其地连棺焚化。一般死后三日火葬，其时，亲属围坐号哭，唱歌、跳舞、饮酒，以悼死者。焚后收骨灰埋入土中或藏诸崖穴。土葬受汉族影响而日益流行。死者衣以白麻布，由长辈在遗体前宰杀一只羊（若死者为男子则杀公羊，若为女子则杀母羊），为死者亡灵在阴间引路。然后对羊进行尸体解剖，用以推断死者致死的病因，亲人则悔恨未知病情及悲痛死者的离去。埋后，用石头或泥块起坟，有些还内砌石

^① 冉光荣等：《羌族史》第 334—336 页。

椁^①。土葬日渐替代火葬，火葬反而成为凶死、瘟病死或其他非正常死亡者的葬法。婴儿死去用木箱或竹笼封装水葬。

羌族的原始宗教信仰十分浓厚，自然神和各种职能神的队伍十分庞大，据说有 30 余种，可分 5 类：一是自然神，如天神、山神、树神、火神等；二是图腾崇拜神，如羊、猕猴、狗等；三是祖先神，也即家神，汶川雁门一带有 13 家神：“莫初”是历代祖先，“活叶依稀”是男性祖先，“迟依稀”是女性祖先，“斯卓吉”是管理活人灵魂之神，“玉莫”是管理死人灵魂之神等；四职业神，如建筑、石匠、铁匠、木匠等行业神；五是地方保护神，是村寨之主。

羌族的诸神，绝大多数都被形象化地用白石来加以表示，这包括指导羌人用白石击败戈基人的至高无上的天神。只有火神以锅庄表示，算是一个例外。曾作为图腾的猕猴、狗等，随着历史演化、生活方式的变迁而淡化了。而羊图腾却一直作为主要神灵存在于生产、生活与人们的观念之中。人们在山顶、屋顶、石塔中等各处放上白石，在汶川县萝卜寨，民屋顶有 5 块白石，分别代表天神、地神、山神、山神娘娘和关老爷，可见白石是万能的，是众神的代表者^②。用羊祭祀、占卜等等，则反映了古老的民族宗教信仰传统，虽然它不复有昔日的崇高与繁盛。

在人与神、鬼之间，存在一个重要的沟通者，这便是巫师，羌语称“许”、“释比”或“阿爸许”，汉语称“端公”，是一种兼职的宗教师。金丝猴（应为猕猴）是其护法神，故奉

① [法] P. A. 石泰安：《川甘青藏走廊古部族》第 158 页，耿昇译，四川民族出版社 1992 年版；冉光荣等：《羌族史》第 337 页。

② 胡鉴民：《羌族之信仰与习为》，《边疆研究论丛》1941 年。

供历代祖师和“猴头童子”，跳神也模仿猴子。通过师传、家传口授技艺，负责祭山、还愿、安神、驱鬼、除病，为婴儿命名，为死者安葬超度等。其法器猴皮帽、竹帽、羊皮鼓、神棍、师刀、猴头、铜锣、令牌、兽骨卦、羊角卦等。以猴皮帽和猴头为尤，是猕猴图腾崇拜的产物。做法前要用净水洗脸，燃柏枝熏身，杀白鸡敬祖。若祭大山，还要斋戒沐浴7天。巫术包括预卜、送鬼（送茅人）、踩红锅、踩铧头等。其中，预卜有羊髀卜、鸡蛋卜和白狗卜等^①，颇为庄重。

羌族有语言无文字，羌语属汉藏语系藏缅语族羌语支，可分为南北两大方言，土语更多。口头文学发达，神话传说内容丰富，如有关上古时代的《开天辟地》、《狗是大地的母舅》、《盘古出世开天地》，以及《羊角花的来历》、《猴子变人》、《洪水滔天》等等^②。在一定程度上反映了古代历史的部分内容，同时也有较高文学价值。

此外，羌族男子有吸食兰花烟的习俗；民间保留着成年冠礼仪式；每年4月1日“祭山会”，10月1日过“小年”，以及杀羊祭山神的“塔子会”，都是羌族人民与生产生活有密切关系的宗教活动，也是人们欢聚与最幸福的时刻。

第二节 高原南缘诸族文化

在青藏高原南缘地区，居住着我国门巴族、珞巴族和夏尔巴人、僜人，他们的文化，也为青藏文化增添了新的光彩。

① 胡鉴民：《羌族之信仰与习为》。

② 李明主编：《羌族文学史》第38—65页，四川民族出版社1994年版。

一、门巴文化

门巴，原是藏族对居住在高原南部门隅等地区居民的称呼，后确定为民族名，也为自称。藏语作“mon-pa”。主要分布在西藏自治区错那县门隅及其邻近地区。

门巴族有语言无文字，历史悠久，但只能从神话传说和藏文献资料中得以体现。《猴子变人》的故事，是高原藏、羌各族共有的题材，由于环境不同和历史的变迁而各有特点。门巴族故事中的猴子，是受天神派遣与神女结婚创造人类的。《三兄弟和扎深木》的故事，则既反映其对青藏地区洪水时代的记忆，又说明了门巴人来自西藏工布地区的可能性史实。这种非凡的远古经历，是无文字民族最值得铭记于心而又津津乐道的故事，从而也得以世代流传。

据说，聂赤赞普周游 29 地，曾在普吉昌遇到三位门地童子。《汉藏史集》称，在内部 4 族系中，有汉人、蒙古人、门巴人和吐蕃人四种，其中门巴人又生出三支，即门巴人本身，另有汉藏交界处的木雅人和工布人^①。吐蕃王朝崛起后，曾出兵征服门隅，也曾与门巴人联姻。松赞干布建大昭寺及诸厌胜寺时，也在属于女魔左掌心的门隅地区建寺镇魔。但是，当时吐蕃与门巴人语言不通，彼此只能用手势对话^②。吐蕃王朝建立后，门巴人归其治下，元以来归中国中央政府治下，由西藏地方政权机构和政府具体管辖。18 世纪前期，部分门巴人不堪当地官员压迫，东迁白马岗，即今西藏墨脱县境。随

① 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》第 12 页，陈庆英译本。

② 阿旺平措、杰布：《君民世系起源明灯（门隅教史）》，《西藏文史资料选辑》（十），民族出版社 1989 年版。

头、血好。若姑姑的儿子未能娶得舅舅家的女儿，即是无能，而姑姑的女儿未嫁舅舅的儿子，舅舅有权出面干涉，甚至没收姑姑女儿的订婚聘礼。除此之外，男女青年婚前别无限制，非婚生子也不受歧视。也有招赘、服役婚、交换婚、试婚等形式。门巴族的丧葬有水葬、土葬、火葬、崖葬、屋顶葬、屋下葬等形式。此事由喇嘛决定，水葬、土葬为普通葬式，门隅门巴人重水葬轻土葬，墨脱门巴人重土葬轻水葬，喇嘛和有地位的人火葬、天葬和崖葬，早夭婴幼儿则屋顶葬或屋下葬。人死后多将其缚成胎儿状，让其重新投胎转世^①。各有尸体处理、超度亡灵仪式。水葬则要肢解后，投入水中。

门巴族流行以自然崇拜为主要内容的本教，多由女巫执行司祭之责，而送鬼的巫师则由男子担任。西藏佛教宁玛派、噶举派都曾流传门巴民间，后则以格鲁派为主。但在墨脱门巴人中，宁玛派依然占据主导地位。民间也存在诸多禁忌，如对飞禽走兽的叫声、对梦境中的活动、时间日期、属相等等。

门巴族有自己的语言，门巴语属汉藏语系藏缅语族门语支。门巴的神话传说和故事相当丰富，民歌有一定的曲调，门隅地区主要是“萨玛”曲，墨脱地区则是“东三巴”曲。在诗歌方面最值得称道的，就是出了一位情歌大师仓央嘉措。在他的诗中，也寄托着对家乡的热爱之情，如有诗谓：“杜鹃从门隅飞来，大地已经苏醒，我和情人相会，身心欢悦舒畅。”

^① 张江华等：《门巴族封建农奴社会》第96—97页，第129—132页，四川民族出版社1988年版。

二、珞巴文化

珞巴，藏文作“lho-pa”南方人；或“klo-pa”未开化者。珞巴族用前者，即“lho-pa”。主要居住在西藏东南部的珞瑜地区，东起察隅，西至门隅，北至雅鲁藏布江，南抵中印传统边界线的大喜马拉雅山区的广大范围内，均有珞巴族人活动。

吐蕃王朝时期，珞巴人居地纳入王朝治下。嗣后即独自发展，但与乌思藏地方保持密切的联系。17世纪，第五世达赖喇嘛加强对珞隅地区的管理力度。1881年，波密土王在白马岗设地东宗，管理该地门、珞两族事务。1928年，西藏地方政府打败波密土王的割据统治，把墨脱交给色拉寺，在下珞瑜设达岗错，归墨脱宗管辖。后有大片土地被印度侵占^①，许多珞巴人被纳入印度管辖之下。

珞巴族以原始的刀耕火种农业为主要生产内容。同时，兼营狩猎和采集业，以部落为社会组织单位。主要农作物是玉米、鸡爪谷，此外，还有旱稻、荞麦、谷子和豆类、蔬菜等。畜牧业，主要是饲养鸡、猪和黄奶牛。采集主要有桃、柑桔、芭蕉、青桐籽等野果，木耳、蘑菇等寄生菌类，竹笋、野山薯等根茎，和蚱蜢、蝗虫、蜂蜜等昆虫。狩猎采用箭射和设网下套捕获等方法，所猎动物有野牛、獐子、熊、野猪、羚羊、豹子和山老鼠。

珞巴族住房是两层的竹木结构建筑，上层为居室，顶棚

^① 李坚尚、刘芳贤：《珞巴族的社会和文化》第10—12页，四川民族出版社1992年版。

放杂物，下层放柴禾，饲养牲畜。每个居室以火塘为中心分为四个位置：即男主人坐卧处，女主人坐卧处，一般家庭成员坐卧处和家奴的座位。村寨中心还建有未婚男性青少年集体宿居的公房和女性未婚者的公房，前者也为议事场所，女子不得进入。白天各在各家劳动饮食，晚上返回公房居住，既受集体生活训练，又有自由恋爱的机会和气氛，为原始公社制遗俗。珞巴族人的主食有玉米饼、粥，鸡爪谷黏坨，陶（或石）锅米饭，或者竹筒米饭，以及用两种木本棕类乔木提取淀粉制作的达榭和达茅食用。肉类有少量鸡（也用于占卜念经）、猪（也用于送鬼）、牛肉和山鼠肉等猎获野味。男女均爱吸烟饮酒，好吃辣椒、生姜等。在服饰方面，许多部落直接用野兽或家畜皮制作，披于身上，下身多不穿衣服，只有遮羞布而已。男子喜穿羊毛织的长及腹部的坎肩，帽子多用熊皮压制成的带边圆盔，也有竹编者。女子穿圆领窄袖短衫，下为紧身统裙，小腿扎裹布。男女均蓄长发，或结顶髻，佩带耳饰、项饰、腰饰、腕饰和脚饰，种类繁多。有些部落还有纹面习俗。

在婚姻制度方面，珞巴族普遍流行一夫一妻和一夫多妻制；实行严格的等级内婚和氏族外婚，违者被处死或受其他处罚。同时，广泛存在买卖婚姻、收继婚、交换婚和抢婚、转房制等。在珞巴语中，没有“娶”和“嫁”的字眼，“娶妻”就是“买妻”，“嫁女”就是“卖女”，同买卖牲畜一样使用同一个动词^①。妇女必须严守贞操，丈夫发现妻子与人私通，即可随意杀死、出卖或转让他人。贵贱、贫富和男女之间的差别十分严重。珞巴族各部落主要流行土葬，也有随葬品，多

^① 李坚尚、刘芳贤：《珞巴族的社会和文化》第161页。

为生前用品，如弓箭、刀、烟斗和首饰之类。也有崖洞葬和树葬等。葬仪多由专门的巫师主持，程序十分繁琐复杂。对于在血族复仇中杀死的敌人和被视作吃人者的“鬼人”，不仅要肢解深埋地下，还要先埋头，后埋脚，上置猪狗粪便，再用大锅扣上，最后再填土，使之魂灵也不能出来。举行葬仪时，要由巫师杀鸡看肝，嗣后要用染有鸡血的扫帚驱邪。最后，丧家要以酒肉款待亲友^①。

珞巴族的图腾崇拜、自然崇拜、祖先崇拜和神鬼观念十分浓厚，米古巴部落的米日珞巴人认为，他们的祖先卓雅是野猪生的；达喀木部落则认为其先民是由猪变来的；至于变人或与人交合而传出人类的动物图腾，多达30余种，如虎、豹、野牛、熊、猴、猪、狗、羊、乌鸦、鸡蛋、竹屑、太阳、月亮等，应有尽有。自然界的树、水、火、土、石和风雷雨电等，均有动人的神话故事，都是需要杀牲祭祀的神灵。相信鬼魂的存在，是珞巴族从事巫教活动的一个重要因素，让病者康复，死者安魂而不干扰生者，是这一活动的主要目的。但是，当一位巫师连续遇到看视过的病人死亡时，死者家属会把他视为“鬼人”，设法把他杀掉，并按一定仪式埋葬。神鬼充满了珞巴人生活中的每一个角落，与此相关的则是极为繁多的禁忌。

珞巴族通过口传民间故事、民歌等保存和传播本族文化，追忆漫长的往事与经历。在长期的生产生活中，也积累了丰富的动植物和天文、历法和医学知识。采集业增长了对植物性能与作用的了解，动物的猎获、饲养和解剖，以及与病魔

^① 《珞巴族社会历史调查》（二），西藏人民出版社1989年版；李坚尚、刘芳贤：《珞巴族的社会和文化》第270页。

的斗争，扩大了人们的知识视野。对中毒、流血、骨折、受伤和常见的感冒头痛等病，均有对策。使用自然历法物候历，有从1到10和20、100共12个基本的自然数字，采用10进位和20进位制；有自己的度量衡等等^①。

三、夏尔巴人文化

夏尔巴，藏文作“shar-pa”意为“东方人”。是西迁党项人后裔中的一支，有别于当地的其他居民，故称。党项（弭药）人西迁的时间，大约在蒙古第一次攻打西夏的1205年至八思巴回上都的1255年前后，辗转至今居地喜马拉雅山区的索卢、昆布，约在元明之际^②。他们主要分布在中国西藏与尼泊尔、锡金、印度等国交界的喜马拉雅山区。中国境内的夏尔巴人约有2 000余人，聚居于樟木口岸、定结县陈塘区和定日县绒辖区。有自己的语言，无文字，通用藏文。居樟木者有5种种姓，即色尔巴、嘎尔札、撒拉嘎、茄巴、翁巴；居陈塘者有提嘎瓦、从巴瓦二种姓。同种姓人即是亲戚，不开玩笑，不能通婚。

夏尔巴人传统上以为西藏噶厦政府背运货物和从事商业交换为生。解放后，主要从事农业牧业。农作物有玉米、土豆、鸡爪谷、荞麦、青稞和豆类。牲畜有牛羊等。玉米稠饭、煮土豆等为主食，用手抓食，以辣椒、盐为佐料。肉食即牛羊肉和猪肉。饮料有玉米酒、大麦酒、酥油茶、甜茶等。好吸烟。房屋为石头或木材垒墙、木板盖顶，一般二层，上住

① 《珞巴族社会历史调查》（1—2）；李坚尚、刘芳贤：《珞巴族的社会和文化》第194—223页。

② 黄颢：《夏尔巴人族源试探》，《西藏民族学院学报》1980年第3期。

谷。颗粒较大的玉米、黄豆和四季豆采用点播方式，颗粒小的鸡爪谷、青稞、小麦、荞麦、小米等则撒播。多种作物混种。家畜家禽有牛、猪、鸡等。也存在狩猎和采集业。

僮人的居室是无窗户的长廊式长屋，离地面有一定的距离，墙壁和地板用竹子编织或用木板盖成。“今据保民称：由龙川江西岸逾直巴之山行八站，有保罗七八十家，架板为屋，聚族而居，尚耕织，织保绸，即藏番所谓藏绸者是也”^①。所言即杂隅，也即察隅居民，当指僮人。僮人服饰，男子一般穿无袖长衣，女子穿有袖短上衣（仅遮胸部），均披长2米（女）、3米（男），宽1米的大披肩和挎包。主食由玉米、鸡爪谷、青稞、小麦加工而成。用木、竹工具制作。用竹筒烧开水，几节长的粗竹筒盛水，竹瓢打水，竹碗盛饭。男女均酷好吸烟饮酒。

僮人的婚姻以父权制下的一夫一妻为主，有一定数量的一夫多妻，无一妻多夫。舅舅地位特殊，认为与舅舅女儿结婚最理想。禁止同姓通婚，姑表、姨表婚也禁止，但可与其下一代通婚。历史上不与藏族通婚。在称谓上，保存群婚制残余，如除亲生父母和舅舅外，长辈男性皆称大爸、小爸，女性皆称大妈、小妈。对兄弟之妻、妻子的姐妹，或者丈夫之兄弟、姐妹之丈夫，称谓相同。丧葬有火葬、土葬两种方式，忌讳水葬。禁忌在死者家属面前提及死者的名字。

僮人相信人死后会变成“鬼”，其中最大的女鬼居于山顶上。为了使鬼不干扰人的生活，必须给鬼杀牲献祭，一般给小鬼杀鸡吃，中鬼杀猪吃，大鬼杀牛吃。举行一次声势浩大的送鬼活动，要有一定数量的牛、猪、鸡、鼠干和粮食，往

^① 程凤翔：《喀木西南群说辨异》，见《川藏游踪汇编》（7）。

往需做几年的准备工作^①。以此驱除疾病与灾害，换得心灵的安慰。

第三节 青藏蒙古文化

一、蒙古人进入青藏

蒙古人进入青藏地区始于成吉思汗晚年的武力征讨。《元史》记，“二十二年（1227年）丁亥春，帝留兵攻夏王城，自率师渡河攻积石州”。二月破临洮府，三月破洮河、西宁诸州^②。窝阔台时期（1229—1241年），皇子阔端受命经略吐蕃之地。1239年，阔端派大将道尔达（朵答那布）率军万人进入乌思藏（西藏）地区，击溃反抗者，将西藏地方置于大蒙古国法制约束之下。1247年，接受邀请的萨迦派教主萨班，携其二侄八思巴、恰那朵儿只来到凉州，与坐镇于此的蒙古王子商定乌思藏地方归附大蒙古国的条件。至元朝建立，西藏地方正式纳入中央政府治下。蒙哥汗（1251—1259年在位）时，在乌思藏地方推行分封制，各王在乌思藏地方各享封地，并驻扎有蒙古军队。忽必烈加强中央集权，收回诸王封地，仍保留了旭烈兀的封地和驻扎于此的蒙古军队^③。

1280年，萨迦本钦公哥藏卜（贡噶桑布）叛乱，元世祖忽必烈命桑哥率7万蒙古军和3万朵甘思、脱思麻地方军入藏平叛。随后留部分蒙古军驻守西藏地方，其中160人担任

① 《僇人社会历史调查报告》，中国社会科学院民族研究所铅印本，1978年；《僇人社会历史调查》，云南人民出版社1990年版。

② 《元史》卷1太祖本纪。

③ 大司徒绛曲坚赞：《朗氏家族》第110页，西藏人民出版社1986年版。

帝师达玛巴拉的警卫任务，700人驻扎在防守西部蒙古军的要地，400人驻守南木官萨，“以多台为首的巴、拉克的军队，留驻塞日绒地方。卫普尔的军队，留驻甲孜、哲古、羊卓等地方，镇慑冬仁部落。多尔班土绵的军队，留驻当雄那玛尔、朗绒等藏北草地”。^①形成以当雄（达木）为军事核心的驻军格局。在朵哥麻思的算木多地方，则有忽必烈王子西平王奥鲁赤和后来的镇西武靖王所部，他们是捍卫吐蕃地方安全的军事主力部队。

元朝以后蒙古人大批进入青海，始于1509年至1514年。当时鄂尔多斯部封建主亦卜刺和满都赉·阿固勒呼（阿尔秃厮）因反抗达延汗遭失败，转迁青海湖沿岸，贵族卜儿孩因内讧也移牧青海。1559年，俺答汗又率部进入青海，驱除卜儿孩部，留其子丙兔在青海驻守^②。1578年，俺答汗与三世达赖索南嘉措相晤于青海湖边新建的仰华寺，蒙古诸部接受黄教，为在青藏地区的进一步发展奠定了基础，也成为黄教对付第悉藏巴汗的坚强后盾。蒙古出身的四世达赖入藏坐床后，土默特蒙古军队也不断进入西藏。17世纪初，喀尔喀蒙古却图汗和察哈尔蒙古林丹汗等，也相继率部进入青海。

但是，势力最为强劲的，却是卫拉特蒙古中的和硕特部，他们在其首领图鲁拜琥（即固始汗）的率领下，于1636年由新疆辗转至青海。此前一年，却图汗派其子阿尔斯兰率蒙古军一万人已进入西藏。1640年，固始汗率军进入康区，击溃白利土司；1642年攻杀第悉藏巴，建立和硕特蒙古在西藏的统治。结束了噶玛噶举与格鲁派的对抗，黄教的领袖地位逐

① 达仓宗巴·班觉桑布：《汉藏史集》（藏文本）第291—292页；陈庆英译本第180—181页。

② 《明史》卷330西域二。

恨清朝另立察汗丹津为“亲王”(河南亲王)等而举部叛乱。许多部落,以及塔尔寺、郭隆寺僧均参与其中。清朝出兵攻打叛乱的蒙、藏各部,摧毁郭隆寺,将其年幼的寺主章嘉活佛带到北京。后来,该寺重建,改名佑宁寺。处死塔尔寺察罕诺们汗。

罗卜藏丹津叛乱被平息后,清朝加强在青海地方的统治,将青海蒙古诸部收为内藩,仿内蒙古建立扎萨克制度,每百户编为一个佐领,改其台吉为“扎萨克”(旗长),下设协领、佐领等官。除和硕特外,辉特、土尔扈特、准噶尔、喀尔喀等部,同样编旗,各有游牧疆界,不得强占,互不统属,不得私自往来。定期与钦差大臣或青海办事大臣公盟。限定寺僧(不超过300人),房舍不过200间。由朝廷直接管辖青海藏族,而不是由和硕特蒙古节制。1725年,西宁卫改为府,置西宁办事大臣负责地方事务^①。

2. 三十九族和达木蒙古

三十九族地区,是居于青、藏、川三省区交界的七十九族中的一部分,据松筠《卫藏通志》等书记载,七十九族地,昔为青海蒙古奴隶,自罗卜藏丹津变乱之后,渐次招抚。雍正九年(1731年),西宁总理夷情散秩大臣达鼐,奏请川陕派员勘定界址。次年夏天,西宁、四川、西藏各派员会勘。“近西宁者,归西宁管辖;近西藏者,暂隶西藏。其族内人户,千户以上,设千户一员;百户以上,设百户一员;不及百户者,设百长一员,俱由兵部颁给号纸,准其世袭。千百户之下,设散百长数名,由西宁夷情衙门发给委牌”^②。西宁管理者四十

① 《清史稿》卷205 疆臣年表9;《东华录》雍正4。

② 松筠:《卫藏通志》卷15 部落。

族。三十九族归西藏驻藏大臣直接统辖。

三十九族居地，包括丁青、色札、尺牍、巴青、那雪比如、阿扎伯索宗（聂荣）等六个宗。原名霍尔波三十九族，即蒙古三十九部落，包括纳书克贡巴族、毕鲁族、奔盆族、达格鲁族、拉克族、色尔札族、札嘛尔族、阿札克族、下阿札克族、夥尔川木桑族、夥尔札麻苏他尔族、夥尔札麻苏他尔只多族、瓦拉族、夥尔族、麻鲁族、宁塔、尼札尔、参麻布玛、尼牙木札族、利松嘛巴族、勒达克族、多麻巴族、羊巴族、住牧依戎地方夥尔族、彭他麻族、夥尔拉赛族、上刚噶鲁族、下刚噶鲁族、琼布拉克鲁族、噶鲁族、色尔札族、上多尔树族、下多尔树族、三札族、三纳拉巴族、朴族族等。清初，直属理藩院夷情衙门管理。罗卜藏丹津叛乱时，噶伦颇罗鼐率兵攻入三十九族地区，并攻打玉树及康区北部反叛蒙古各部，收降约2万余户。1751年，清朝廷下令将三十九族划归驻藏大臣直接管辖。清末，赵尔丰将其地隶川边；1916年，西藏地方政府强行将三十九族纳入治下，直到1950年结束。

达木(dam)即西藏当雄地方，自元以来一直是由蒙古军驻守的军事重镇，元代的蒙古军万户和和硕特蒙古汗王固始汗的夏宫均设于此。达木蒙古有538户，曾一度归郡王珠尔默特那木札勒节制，及其叛乱被平息，1751年（乾隆16年），四川总督策楞、驻藏大臣班第等奏请，将达木蒙古划归驻藏大臣直接管辖，“并按8个佐领，每佐领下拣派兵10名，共80名，轮流来藏，听候钦差大臣差遣，仍照旧支食达赖喇嘛仓内口粮，余俱令其归回达木听调。……查照内地之例，议定每一佐领，将现在之头目给以固山达名色。其下每佐领下，再选派2人，各放佐领一员、骁骑校一员，照例一体赏给顶

戴”^①。1913年由色拉寺接管。

三、蒙古文化

进入青藏地区的蒙古人有先有后,或以军事组织形式,或以部落为单位安居高原地区,依然从事游牧生活。但是,与蒙古高原生活有一个很大的不同,这便是他们已置身于藏族部落和以藏传佛教为核心的藏族文化的包围之中。如果说在初入青藏时期,以及元朝中央有效地管理着吐蕃地方,和硕特蒙古汗王对西藏和其他藏区实施着完全统治时期,蒙古部仍能保持其独特的民族文化本色的话,那么,在这种统治结束以后,尤其是罗卜藏丹津叛乱被平息后,失去统治的蒙古部落,程度不同地开始了与邻接地区民族的融合或相互影响,尤其以藏化趋势最为鲜明。

青藏蒙古的经济生活仍一如其故,《西藏图考》称“哈喇乌素至达木一带,皆蒙古与霍耳错居,不产五谷,惟藉牛羊以为食。”蒙古族曾有食糜子、喝马奶、食驼肉等习惯。定居青藏后,与藏族交流,并适应环境,以牛奶、酥油、青稞、炒面和牛羊肉为主食,喜欢喝茯茶、吃糌粑、吃酸奶、打酥油。炒面、曲拉和马奶子酒,都是很受人们欢迎的美食佳饮。海西蒙古族的服饰,均为大襟长袍,系各色腰带,头戴毡帽或皮帽,脚穿长统靴。妇女首饰以珊瑚、金银器为贵,颈上戴大串珊瑚、珠宝,胸前挂银盒,头发分两束扎辫垂胸前,以青布作辫套,上绣各色图案^②。河南蒙古,女装为小翻领、马

^① 松筠:《卫藏通志》卷15达木蒙古。

^② 《海西蒙古族藏族哈萨克族自治州概况》第31页,青海人民出版社1985年版。

蹄袖式样，皮袄下摆以大红、天蓝、金黄三色条绒或锦缎，水獭、羔皮镶边，领口亦然。男子穿蒙古靴子“苏乎兰木”。夏季戴礼帽，冬季戴狐皮帽，顶缀红缨。皮袄下摆镶饰黑色条绒、平绒，另用脱毛黄羊皮滚边，领、袖口镶锦缎或豹皮，衣袖宽长大。蒙古包结篱为架，围毡为墙，拱架为顶，洞天为窗，保暖御寒。另有轻便帆布帐房^①。

蒙古族婚姻，传统上以一夫一妻为主，也有个别一夫两妻或一妻两夫者。一夫两妻为姐妹同嫁，一妻两夫为穷苦兄弟共娶。禁止直系或旁系亲属通婚。婚前男女交往较自由，嫁女赘男社会地位平等。历史上，蒙古王公贵族死后，尸体在原地停放一年，然后火化，将骨灰供在蒙古包里，平民百姓则将死者名字写在巾布或纸上，层层折叠起来供奉，后则实行天葬、火葬，且以天葬为多，各部落多有自己的天葬场。夭折幼儿，也行土葬，多埋三叉路口，希望行人将其灾难带向远方。火葬用于贵族和僧侣。有丧事，必延僧超度亡灵，亲人服孝志哀，忌呼死者名字^②。青藏蒙古大多已不使用蒙语蒙文，而改用藏语藏文，加之同信藏传佛教，藏化现象十分显明。宗教习俗，有奉佛、诵经、煨桑、闭斋、磕长头、转山转寺和传统的祭敖包等。

① 《河南蒙古族自治县概况》第33页，青海人民出版社1985年版。

② 《河南蒙古族自治县概况》第31—36页。

第四节 青藏回族文化

一、西藏的穆斯林与回族

伊斯兰教势力进入青藏,始于唐朝大食人的东向扩张,以及吐蕃与阿拉伯帝国统治之下的中亚地区的文化交流。公元717年,吐蕃、大食和突骑施联合进攻唐朝控制下的塔里木盆地西北地区,717—718年,吐蕃使者来到倭马亚王朝的呼罗珊总督面前,请求向吐蕃派遣一名传播伊斯兰教的人,此项要求得到支持,一位名叫萨里特·布·阿巴德·阿尔拉赫·阿尔·哈那菲的伊斯兰传教士前来吐蕃^①。《世界境域志》也记:“拉萨[是]一个小城镇,有大批的偶像神殿和一座穆斯林清真寺,在清真寺里住着少数穆斯林。”^②可见,在公元10世纪时,穆斯林已在拉萨有了安身立命的清真寺。

公元8—9世纪,信仰伊斯兰教的大食军队还直接来到青藏地区,参与吐蕃与唐朝在南诏地区的军事争夺。唐德宗贞元十七年(801年),诸部联军为唐将韦皋所败,“于时,康、黑衣大食等兵及吐蕃大酋皆降,获甲二万首”^③。嗣后,穆斯林军占领印度西北部、北部等广大地区,大大增加了伊斯兰教对包括西藏在内的周边地区的影响。在西藏较为知名的“卡契人”,就以穆斯林商人的身份活跃起来。

① 雅库比(yaqubi):《地理书》(kit āb al-Buldān),见森安孝夫:《中亚历史中的吐蕃》。

② Hudūd al-Ālam, tr. & ed. by minorsky, The Regions of the world, London, 1937.

③ 《新唐书》卷222南诏传。

公元17世纪,五世达赖喇嘛还将一块土地作为林卡赏给了一位名叫比尔·雅郭布的克什米尔穆斯林,此人带领克什米尔、尼泊尔和拉达克等地的穆斯林,共建一座清真寺,使伊斯兰教文化在拉萨发展起来。五世达赖还在每月8日、15日邀请他们到布达拉宫作客,并发给赏钱。这些人因经商而致富,多娶当地藏族妇女为妻,接受藏族文化影响。

除了来自国外的克什米尔穆斯林,以及尼泊尔、拉达克等地的穆斯林之外,还有来自中国内地的穆斯林——回族。他们多是明末清初由川、甘、青、陕、滇等地通过经商等活动迁入西藏的。在拉萨,来自中国内地的回族,拥有大昭寺东的“大清真寺”和城北10公里地方的“卡契林卡”(回族墓地);而来自克什米尔等地的穆斯林,则拥有拉萨市西郊罗布林卡以西约1.5公里地方的礼拜堂与墓地和拉萨的“小清真寺”。陈观浔编《西藏志》称:卡契园在布达拉西5里许劳湖柳林内,缠头回回教徒之礼拜所也。有鱼池、经堂、礼拜处。花草芳菲,风致可爱^①。

回族在西藏多从事商业、手工业和屠宰业。主要分布在拉萨、日喀则、昌都、泽当和噶尔等地。基本上使用藏语文,少数使用汉语文。《卡契帕鲁训诫》,是一名居住青藏地区的回民用藏文写下的教诫,在藏区颇具影响^②,是回、藏文化结合的产物。

① 陈观浔编:《西藏志》第108页,巴蜀书社1986年版。

② 《藏族文学史》第648—677页,1985年;马学良、恰白·次旦平措主编《藏族文学史》第783—792页,1994年版。

至此者^①。

大通回族土族自治县的回族：(1)“阿拉伯人”，据说，居于大通的哈、丁、穆、白、海等姓回民先祖为阿拉伯人，后经西宁迁居于此。(2)明代从河西走廊逃来，被蒙古部落首领收留，安置在北川营、白塔、阎门等地者。(3)洪武年间，因罪从南京珠玑巷迁来者，清雍正年间从甘肃甘、凉、河诸州迁来者。(4)因经商，或逃兵差粮款等由青海东部迁入者。(5)乾隆二十六年(1761年)。大通改卫为县，加拨西宁十堡归属，内有石山一堡系回民^②。

作为重要的商业市镇，西宁也是回民重要的聚居地之一，以上诸地的回民，多有自西宁辗转而至者。青海省无疑成为中国回族的聚居区之一，与省内汉、藏、蒙、土、撒拉等各族，共同生活在这块美丽的土地上。

2. 青海回族文化

信奉伊斯兰教是回族文化的一个重要内容。青海回族的伊斯兰教各分不同派别，以化隆为例，该县境多属大依玛目哈那斐派，即正统的“逊尼派”，其内部又有老教、新教和新兴教等之别。老教即老格地木派，主张凭经立教，重习俗，“尊古”，重“圣纪”节。新教，即老新教，源于苏非派，重门宦，神人合一，信仰拱北（教主墓），有哲赫林耶、虎非耶、噶得林耶、库布林耶等四大门宦。新兴教，即伊哈瓦尼派，主张凭经立教，尊经革俗，不信拱北，不分门宦等^③。

回族一般聚族而居，一家一院，多数以北房为主房，一明两暗，另有库房、厨房，厕所多设在门外或偏院，每家都

① 《门源回族自治县概况》第23—24页，青海人民出版社1984年版。

② 《大通回族土族自治县》第35—38页，青海人民出版社1986年版。

③ 《化隆回族自治县概况》第194—198页。

有淋浴吊罐或汤瓶。四季沐浴，有大净（洗全身）、小净（洗面、口鼻和手脚）。凡有房事、月经、梦遗、分娩等，必须大净；凡大小便、呕吐、放屁、昏晕和局部出血，必须小净。饮食以面食为主，有拉面、面片、蒸馍、面饼等。肉食喜吃牛羊肉，手抓羊肉、馓子等更受欢迎。饮料喜喝调有花椒、姜皮、草果、大香、桂皮等的“热物茶”和放有桂圆、冰糖、葡萄干、红枣等的“盖碗冰糖茶”。忌食猪肉和骡、驴、马等反刍的奇蹄牲畜和一切自死动物肉血。忌吸烟饮酒。宰牲宰羊由阿訇或专人办理^①。

回族的服饰，一般男子头戴无沿平顶圆帽，夏季多为白色，其余各季多为黑色。中青年男子夏着白色对襟小褂，外套黑色坎肩，冬穿青布对襟棉衣或皮衣。教职人员和老年人还备有胸前对开的青色或灰色长大衣。前者多头缠白布。女子为各色大襟上衣、红袄、青坎肩、白或花衬衣，配以绿、青色盖头。妇女的盖头从女子“出幼”（12岁）开始，出门必戴，少女、新媳妇戴绿色，生育后戴青色或黑色，老年妇女多戴白色。在家中，成年妇女多戴白布绣花或针织套花软帽，也佩耳环、戒指和手镯等装饰品。

婚姻一般选在主麻日举行。婚嫁要经过请媒、提亲、送茶、送礼、迎请、举行婚礼，请阿訇念“尼卡亥”（证婚词）。“娶亲时，先由新郎、伴郎和两位娶亲妇女带着‘伏衣’、‘面罩’、首饰等到女方家，然后男方再请媒人、本村阿訇及新郎舅父等去娶亲；同时，女方也请家族长辈、本村阿訇及至亲等到家，由双方阿訇参加，由女方阿訇主持举行婚礼仪式”^②。

① 《大通回族土族自治县概况》第124页。

② 《大通回族土族自治县概况》第125—126页。

有摆嫁妆、抬针线等程序，也有回门习俗。回族实行土葬，速葬，不用棺。人死后，为之瞑目、合口、理髭须、顺手足、停尸于床，脚南头北。临葬，由阿訇为亡人净身（女尸由年长妇女洗身），穿尸衣（开凡），抬至清真寺站“者那孜”，即由掌教阿訇率送殡人举行殡礼。然后移尸至墓地下葬，妇女不送葬，向送殡人散钱。死者衣物，分送阿訇、亲友或困难之家。葬后4日、7日、1月、40天和周年之日上坟念经，并在家念“海亭”，悼念亡者。墓地一般为以村或家族为单位的公墓^①。

此外，回族的节日有“开斋节”（尔德节）、古尔邦节（大尔德节），即宰牲节和圣纪，是纪念伊斯兰教创始人穆罕默德诞辰的纪念日。青藏回族文化，受到高原上的汉、藏、蒙、土、撒拉等各族文化的影响，具有一定的地域特色。

第五节 土 族 文 化

土族是居住在今青海省互助土族自治县，以及大通、民和、乐都、同仁等县的一个少数民族。自称“蒙古勒”、“蒙古尔”或“察罕蒙古尔”；藏族称其为“霍尔”；汉、回族称其为“上人”、“土民”。土族语言属阿尔泰语系蒙古语族，分互助、民和、同仁三大方言区。使用汉文和藏文。

^① 《大通回族土族自治县概况》第126—127页；《门源回族土族自治县概况》第30—31页。

一、民族来源

1. 土族来源于吐谷浑说

持此说者认为：(1) 今互助、大通土族地区的十余个村庄名，土语叫“吐浑”，汉语称“土观”、或“托红”，均为“吐浑”音转，说明其渊源。(2) 土族的“土”即是民族称谓，来自吐谷浑的“吐”，“浑”字蒙语意为“人”，遂称“土人”。(3) 吐谷浑的语言，也即鲜卑语，属于东胡后裔诸方言之一，与蒙古语有共同的祖源，土族语属阿尔泰语系蒙古语族，与蒙古语近似但不完全相同的情况正好吻合。(4) 在服饰、婚丧习俗方面，土族保留了吐谷浑的遗风。姓氏上，吐谷浑人喜用的“钵”字，也在土族人名中得到体现。据此认为，吐谷浑亡国后，留居于凉州、祁连山、浩门河流域、河湟地区者，成为土族的主体，其中又吸收了藏、汉、蒙古等民族成分^①，组成一个新的民族。

2. 土族来源于蒙古说

持此说者认为，(1) 土族自称“蒙古尔”（蒙古人）、“察汗蒙古尔”（白蒙古），说明其来源于蒙古。(2) 在互助、民和和大通回族中，广泛流传着祖先来自一部分蒙古人，以及蒙古人与霍尔人通婚的传说。(3) 《元史·太祖本纪》记1227年春，“帝留兵攻夏王城，自率师渡河攻积石州，二月破临洮府，三月破洮河、西宁二州”。说明蒙古军曾至此地。1287年，驸马章吉率所部蒙古至吐蕃之地，居于此，且封速来蛮为西宁王。清代藏文文献《佑宁寺志》称：17世纪初，准噶尔部

^① 《土族简史》第20—25页，青海人民出版社1982年版。

二、土 族 文 化

在土族的历史上，土司制度占有重要的位置，较大的土司有：祁、李、汪、纳、吉、陈、赵、阿、冶、甘、朱、辛、刺等土司，李土司又分为三支，祁土司也分为二支^①，他们各有堡垒和军队，乱世拥兵自守，治世归顺地方官府。

不论是早先迁居青海的吐谷浑人，还是后移此地的蒙古人，他们都以游牧业经济为主，且以善养马而知名。但是，随着时过境迁，新形成的土族人已从事定居农业，又因长期与汉族杂处，接受汉族生产工具生活方式之处不少。农作物主要有小麦、青稞，牲畜有马、骡、驴、牛（黄牛、牦牛、牦牛）、羊（山羊、绵羊）和猪等，家禽主要是鸡。其中绵羊的经济意义较为突出。

土族的祖先蒙古人和吐谷浑人等，均曾信仰过北方地区各族共奉的萨满教。在青海地区，又接受了西藏本教和佛教。土族民间保留着本教的“祈福禳灾”、“驱除鬼神”和咒术仪轨等。元朝时期，以信奉萨迦派为主。明初，宁玛、噶举也得以发展。宗喀巴创立黄教后，格鲁派则在土族地区兴盛起来。宗喀巴大弟子释迦也失路过青海，曾在民和马营等地建灵藏寺、弘化寺。后在互助建甘禅寺。1604年，在互助土族地区建黄教名刹郭隆寺（后改为佑宁寺），寺主即章嘉呼图克图。土观呼图克图、松巴呼图克图等均为佑宁寺的著名活佛系统，三世土观罗桑却吉尼玛著有《宗教流派镜史》，三世松

^① 青海省志编纂委员会编：《青海历史纪要》第635—656页，青海人民出版社1987年版。

上盖黑头巾，戴镶有珊瑚的银首饰，额前垂密布的小珠穗子，戴大耳环和有穗耳坠，称“凤凰头”。

土族聚族而居，多盖屋山脚下，依山傍水，自为院落。多为三间一组，中为堂屋，一侧是卧室，一则是佛堂或仓库。土木结构平房，雕梁画栋。睡火炕。庭院内有一圆槽，拴牲口，圆槽中间竖有玛尼杆，上挂印有经文的蓝、白布经幡。

土族婚姻是一夫一妻制，土司和少数富人有多妻现象。严禁同一家族内部通婚，数十代后依然如此。但是崇尚姑表婚、姨表婚。有“从妻居”遗俗，民和民歌中有“先娶儿来后嫁女，娶儿嫁女满堂红”即指此而言。存在换亲现象。民和土族认为，发生日食、月食时，已定亲的小伙子，因家贫无力娶者可以抢婚。婚姻多由父母之命，媒妁之言。婚礼分为娶亲、送亲、举行仪式和宴客等程序。在娶亲前一天傍晚，男方派能歌善舞者两人，带礼物和给新娘的服饰前往娶亲，对歌至鸡叫头遍。鸡叫二遍时，给新娘改发式，穿新婚妇女服装，唱歌跳舞。然后至男方家举行仪式成亲。有些地区还有“戴天头”遗俗，即姑娘年及十五六岁，父母在除夕之夜把其头发改梳为已婚妇女发式，与天拜堂结夫妻。开始过已婚妇女生活，生养子女，子随母姓。此现象多出现在喇嘛寺院附近。

土族葬俗各地略有差异，民和土族以土葬为主，夭折幼儿、产妇、无子女者火葬。互助土族则多为火葬。一般在人死后3-7日内办理丧事，请喇嘛念经，请村里老年人念嘛尼。对死者先脱衣，使之蹲伏，双手合掌，两拇指撑于下颌骨，用白布条捆住。死者上穿斗篷式的“布日拉”，下围布裙（老年人用黄布，年轻人用白布），置入木制的灵轿内。葬日，将灵轿抬至土坯垒成的钟形火炉火化，也有烧纸、祭奠之仪。喇

嘛在现场念经度亡，主丧者给参加葬礼者散零钱。第三日，由长子及其他亲人拣骨灰，装入骨灰盒或瓷坛内，红布包裹暂埋地下。次年清明，迁于祖坟，夫妻合葬。服丧有“七七”49天^①。从这里可以明显看到土族文化习俗所受到的外来影响，其中以藏族和汉族文化风俗的影响为最大。土族也有许多禁忌，节日与汉族类似，互助索胡家、达霍家土族忌过中秋节，中秋之夜，向月亮撒一把灰。

第六节 撒拉族文化

撒拉族主要聚居在青海省循化撒拉族自治县以及化隆的文都、甘肃省积石山的大河家等地。语言属阿尔泰语系突厥语族西匈语支的乌古斯语组。语言中有阿拉伯语、波斯语和藏语、汉语等借词，无文字，通用汉文，兼通汉语，部分人通藏语。

一、民族来源

有一则民间传说，生动地描述了撒拉族先民不平凡的来历。此说称，从前中亚撒马尔罕地方，有尕勒莽、阿合莽兄弟二人，在伊斯兰教门中有很高的威望，遭国王忌恨与迫害，遂率领同族18人，牵着一匹白骆驼，驮着故乡的水、土和《古兰经》东向进发，寻找乐土。尕勒莽等出发后，又有45位同情者跟随而来。他经天山北路入嘉峪关，过凉州到宁夏，又至秦州（天水），转而西返，到甘肃夏河的甘家滩。后来的45

^① 参阅：《青海风物志》第193—200页；《土族简史》第100—105页等。

人，经天山南路到青海，沿青海湖南岸到贵德圆珠沟，有12人留下来。其余的人在甘家滩与尕勒莽等巧遇，一同进入循化境内。经夕厂沟，过孟达山，上了奥土斯山。此时天黑，驮经的骆驼走失了，人们点起火把找寻，后此山叫火坡（奥特贝那赫），山下庄子称火庄。找到街子东的沙子坡天亮了，后人称此坡为“唐古提”（天亮了）。下山坡后发现一眼清泉，走失的骆驼卧在泉水中化为白石。众人试量了一下水土，与他们所带水上完全相同，遂定居于此。此日是明洪武三年（1370年）五月十三日^①。

《伊斯兰大百科全书》称，撒拉族原名撒鲁尔，是乌古斯部落中的一个小部落。为塞尔柱帝国属民，在公元1370年至1424年之间，一部分撒鲁人取道撒马尔罕，经吐鲁番、肃州到西宁，在那里定居下来，成为甘肃的撒拉族。木拉·苏来曼《回族源流考》（塔什干，1917年）称，“原住在撒拉克（今土库曼境内）的尕勒莽和阿合莽兄弟二人，带领本族共170户，离开此地东行到了今天西宁附近定居下来”^②。

从中外文记载和民间传说看，撒拉族先祖中的一部分人来自土库曼和撒马尔罕应是史实，他们东来的时间在元代，尕勒莽的孙子韩宝曾任元达鲁花赤，在洪武三年归明。民间传说又谓，撒拉先民来此定居后，随向邻近的文都藏民通媒求婚，接受了藏族的一些风俗。此外，从临夏迁来的回族和当地汉人，许多人逐渐加入到撒拉人行列，形成了中国的撒拉族。

^① 《撒拉族简史》第8—9页，青海人民出版社1982年版。

^② 见《撒拉族简史》第10—11页。

二、撒拉文化

撒拉族信仰伊斯兰教，有老教、老新教、新教、新兴教等派别之分，因对教义、教律或礼仪等理解不同而起。清真寺有总寺（海依寺）和支寺（小寺），有隶属关系。总寺有大学阿訇一人，下有二学阿訇 1—2 人，满拉若干人。大学阿訇掌全寺教务讲经等。与宗教有关的大节日有“尔德节”、“古尔邦节”和“圣纪”三大节日。每星期五有一次聚礼即“主麻日”：一天中行五次礼拜；做念清真言、礼拜、斋戒、纳天课和朝等“五功”；教历 9 月封斋一月等。

撒拉族男子眼窝较深，鼻梁较高，爱留胡须和鬓角，有中亚人体形外貌的部分特征。服饰方面，男子短衣较邻近汉族衣略为宽大而短些，长衣较狭窄，腰系布带，富人用绸带。头戴白色或黑色六牙帽或圆顶帽。青年人着白汗褂黑坎肩，系红布腰带，老人穿长衫，做礼拜时白布缠头。冬季穿无布面的羊皮袄或褐子，脚穿布鞋或牛皮制的“洛提”，内装草取暖。青年妇女穿大襟花衣服，红衣外套黑坎肩，佩戴耳环、手镯、戒指等饰物。有在额间或手背刺蓝色梅花斑习惯。年轻姑娘用绿盖头，生育后戴黑盖头，老年戴白盖头^①。

撒拉族贫者以青稞、土豆为主食，较富者以小麦为主食，辅以青稞、荞麦、土豆等。馒头、油炸面食、拉面、搅团等，是其主要食物作法。烩菜、手抓羊肉也受人们喜爱；饮料有茯茶、麦茶等。忌食猪肉、马、驴、骡肉和自死之物。

撒拉族房屋为平顶土房，四周有土墙包围。房屋为土木

^① 《撒拉族简史》第 87—88 页。

结构。院内种植花草树木、蔬菜等。在孟达峡谷地区，房屋为两层，柳条编篱笆涂泥做墙，上为卧室，下为厨房或圈房。一般同一个本家或有父系血缘关系的远亲集团，住在一个地区。

撒拉族婚姻，多由父母之命，媒妁之言。有早婚（14—15岁结婚）习俗。提亲多在“主麻日”，送上茯茶二封，耳环一对和一件衣料。女方同意即以“油搅团”、包子招待媒人，即为订婚。继之送聘金聘礼。结亲之日，新郎由一名近亲已婚青年陪伴，在亲族护送下，前往女家门外请阿訇念证婚词。此后，撒胡桃、红枣给众人。女家送新娘至男方，且有哭嫁之俗。至男家，新娘的陪客展嫁妆，新娘向男方亲人送鞋袜。宴客后，结束婚礼。从前还要表演骆驼舞，表示不忘东来经历。“口唤”离婚，是撒拉族的一个旧俗，即婚后只要男子说三声“我不要你了”，女方即被离弃，女方始有另婚之权。男子还可重婚、多妻。

在丧葬方面，撒拉族按照伊斯兰教规，采取土葬和速葬。死去当日即为之净身，以白布缠裹置入共同尸盒，抬往清真寺或墓地举行葬礼。出门时头先脚后，然后改变方向送至墓地。老年人深葬，小孩浅葬。向送葬者散财。有头七、二七、三七、四十天和一百天等日上坟的习俗，并请阿訇念经^①。

青海省境内的蒙古族、回族、土族和撒拉族的文化，由于民族间的密切联系，相互融合、相互吸收，形成你中有我、我中有你的局面。与此同时，他们也与藏族和汉族及其他兄弟民族，发生千丝万缕的联系。这种文化联系，增进了各民

^① 《循化撒拉族自治县概况》第32—38页。青海人民出版社1984年版；《撒拉族简史》第88—90页。

族人民之间的友谊，维护了民族之间的团结、社会的安定，也加强了青藏地区各族与中原地区之间的联系，有力地维护了祖国的统一，是值得人们永远珍视的宝贵财富。

题研究还太少太少，短期内又无法加以解决。就我个人而言，我的研究范围有限，即使毕生勤奋努力，至暮年也肯定无法穷知青藏文化，矛盾就这样尖锐地摆在面前，但我还是斗胆冒进，知难而上，完成了这项任务。我撰著此书的原则有三：其一，在我较为熟悉的领域或有所研究的问题上，陈明自己的观点，供读者赏析批评；其二，在我缺乏深入探讨的问题上，吸收先辈和时贤的高见卓识，以增广见闻；其三，本书力求避免空谈，尽可能为读者提供一些较客观的史实和必要的资料，试图引起读者进一步探究的兴趣。

佛教文化十分突出和科学技术相对滞后，是作为青藏文化主体的藏族传统文化的一个特点。对于后者，既有高原文化本身的因素，如以游牧经济为主的经济形态对科技进步的要求不强烈，积累不充足丰厚，佛教观念的约束，以及封建农奴制旧体制的限制等，同时也有我们研究工作不深入的因素。目前，除藏医学和天文历法的研究引人注目而外，其他方面的研究还大有深究的余地。可见，我们的研究工作任重而道远。

笔者水平有限，书中错误之处在所难免，希望读者不吝指教。

最后，我要对为本书插图提供诸多帮助的安七一先生、刘洪记先生、李健雄先生、黄维忠先生、土登曲达先生表示衷心地感谢。

张 云

1997年9月5日于北京亚运村育慧里13号楼寓室

编者后记

“中国地域文化丛书”计划出二十四种，前十二种已出，后十二种是我接手之后出版的，其中包括原来计划出版的和新增的种类。

为了出版全套丛书，社里决定用公开征稿的方式来征集书稿。现在回想起来，这套书的确是在社领导的大力支持和有关同志的全力配合下，才得以全部问世的。

“征稿启事”刊出之后，许多作者应征与我联系。根据以往的工作经验，我请作者们写出某一地域文化的概述，拟出书稿的内容要目，甚至写出部分章节。从1996年年底至1997年年初，我接手并完成这套书下半部分的组稿工作，每天的工作基本上是在看信和写信。十二种书目，每种都收到四五份或更多的书稿要目及概述，几个月内前后回信不下上百封。我认真审阅了每一份来信，经过反复比较和推敲，并与部分作者电话联系，了解情况，最后从中选定了十几位作者。这一过程是组稿工作的关键过程，繁重而复杂，很大程度上是对一个编辑学识水平和工作能力的重要考验。从前只是随手翻阅过社里出版的同类读物，对地域文化的内容和理论基本上

是一窍不通。这次选定作者，大体上是根据以往的书稿写作经验，从书稿要目内容的丰富程度、理论的高度以及体例的完备程度入手来选定的，最后的结果虽然不能说十分理想，但可以说是比较理想的，因为十几位作者毕竟是从几十位作者中反复甄别、筛选出来的。

许多作者来信，询及全书是否需要统一的体例和写法，对此我早有考虑，复信作答：全书不需要统一体例和写法，只要作者充分占有材料，理论上达到一定的高度，能用文化学的理论分析和驾驭这些材料，写出来的东西自然会有成型的体例。何必选定一套呆板的体例来束缚作者的手脚呢？作者们完全同意我的想法，纷纷表示同我合作既省事又愉快，放手干了起来。

十二种书稿大体上是一个作者写一本，也有几位作者合写一本，这种情况往往是我与其中的主要作者共同选定其余的合作者，最终组成一个写作班子。其中许多书稿要目的内容和体例，是我与作者反复探讨和磋商之后才确定下来的。当最后一份出书合同签订完之后，我长出了一口气，全套丛书最为艰难的组稿阶段毕竟过去了。

中国实在是个历史悠久、文化灿烂的国家，是个地域文化的大花园，各种花卉争奇斗妍，美不胜收。今天中国境内各个省、自治区的行政区域，与自古形成的相对独立的文化区域，有些是大致吻合的，也有一些是不相吻合的；有些区域的地域特点较为明显，有些则不那么明显；有些区域受外来文化的冲击和影响，变化较大，有些区域则相对稳定。二十四种书所写的二十四个文化区域，有些略有交叉，如燕赵和三晋、中州和陈楚等等，但也有些区域是经过认真调查、反复推敲之后才确定的，如陇右文化。陇右是个比较宽泛的地

域概念，大致包括今甘肃全境、宁夏、青海和新疆部分地区。从地域上看，陇右介于新疆和陕西之间，文化上应属于从三秦文化到西域文化整个西北文化带的中间环节，因此，陇右文化既与二者有密切的联系，又有明显的差别。与西域文化相比，陇右文化具有更多的汉族文化特征；而与三秦文化相比，它又更多地含有少数民族文化的成份。可以说，陇右文化是中原华夏汉文化与西域少数民族文化相互交融碰撞并重新组合的一种文化，是一种自成体系、独具地域特色的文化。陇右文化与西域文化、三秦文化、吴越文化一样，也是一种相对独立的文化区域内的文化。因此，它完全有资格列入“中国地域文化丛书”之中。还有一些题目存在类似的情况，同样经过一番推敲，最终确定了后十二种书稿的题目。有些地域相毗邻、内容有交叉的书稿，我在处理时注意删除了交叉和多余的内容，因而突出了该地域文化上的相对独立性。

除了文字内容之外，我要求作者大量收集一些有关地域文化的图片，置于书前。这些资料包括文化、服饰、建筑、戏剧、陵墓、古迹等等，与书中的文字内容相对应。前十二种书增补了一些图片，后十二种书全部配齐图片。从前不了解，如今干起来才大致了解一些编排图片的要领，起码有三点，一是要考虑图片内容的编排顺序，二是要注意几张图片放在一起时内容、位置、颜色之间的关系，三是要力求图片的面数等于四的倍数。此外，还要为图片撰写简明扼要的题目和说明。这几点说起来容易，做起来就不那么容易了。好在过去出版“教育家”和“帝王传”等书时，在别人的指点下，有过一点编排图片的实践，因此今天做起来，不那么费力。但编排水平实在不高，所以图片编排的效果如何，只好让大家去评判了。

二十四本书，作者的水平不等，编辑们对书稿的要求有别，作者的写作时间也不同，诸多因素造成书稿的质量水平参差不齐。许多作者不同程度地运用了文化的理论，来驾驭和分析文化资料，写出了水平较高的书稿；部分作者则仅仅罗列了地域文化的材料，未做深入的探讨。还有的作者由于时间仓促，不得不赶出“急就章”，但在结语中却将某一地域文化的许多问题一一提出，不仅十分在行，而且颇有深度。我相信随着时间的推移和研究的深入，许多作者会写出更高水平的地域文化专著。全套书一定程度上反映了目前中国地域文化研究的某些特点和水平，是砖是玉，读者自会评判。而高水平的评判本身即可推动整个地域文化的研究进程。如果这套书的问世，能使更多的人加入到研究地域文化的行列中来，那么这套书的出版目的就算达到了。

赵中男

1997年10月

