



图解TM

藏历使用手册

藏历修行、祈福、开运大全

- ◆ 第一本看得懂、用得上的西藏历书，修持、开运、祈福的最权威指导。
- ◆ 世界上最独特的佛教历法，内容包罗万象，一部记录着藏地千年历史的百科全书。
- ◆ 精美形象的手绘图，清晰易懂的图解设计，细致发掘藏历的六大功能，吉祥日、凶煞日一查便知。

随书附录：2010第十七饶迥铁虎年藏历



诺布旺典 ◎ 著

紫禁城出版社

图书在版编目(CIP)数据

图解藏历使用手册/诺布旺典著.

—北京:紫禁城出版社,2010.6

ISBN 978-7-5134-0008-4

I.①图… II.①诺… III.①藏历—手册

IV.①P194.9-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第124099号



项目创意/设计制作/ 紫圖圖書 ZITO

插画/睿达点画插画

本书著作权、版式和装帧设计受国际版权公约和
中华人民共和国著作权法保护。

本书中所有文字、图片、示意图等著作权为北京紫图图书有限公司所有,

未事先获得北京紫图图书有限公司书面许可,

本书的任何部分不得以图表、声像、电子、影印、缩拍、录音或其他任何手段进行复制和转载,
除非在一些重要的评论及文章中作简单的摘引。违者必究。

图解藏历使用手册

诺布旺典/著

责任编辑/万钧

出版发行/紫禁城出版社

经销/新华书店

印刷/北京市兆成印刷有限责任公司

版次/2010年7月第1版

2010年7月第1次印刷

开本/787×1092毫米 1/16 20印张

字数/230千字

书号/ISBN 978-7-5134-0008-4

定价/68.00元

如有印装质量问题,请寄回印刷厂调换

时轮金刚坛城中的藏历密码

《时轮经》是藏密修持的重要依据，而《时轮经》中有关宇宙天体的描述，被西藏天文历算学不断地吸收演绎，终于发展成独特的藏历元素，于是藏历便成为藏密修行者的另一种修行参考依据。时轮金刚坛城是密宗修行中不可或缺的修持内容，隐含着诸多佛教法义，从中我们也可以发现藏历与佛教修行是如何紧密的联系在一起的。

香巴拉国王

唐卡上界时轮金刚两侧绘有12位香巴拉国王，均为时轮金刚密法的大成就者和传承人。时轮密续最早由佛祖释迦牟尼传给香巴拉第一位国王贤月王，贤月王在香巴拉广泛传播这部密法。后来时轮密续从香巴拉传出，进入印度，随后传到西藏。时轮密续成为西藏佛教的重要修持内容，也成为藏历形成的主要依据。

时轮金刚

唐卡上界所绘为本尊时轮金刚。时轮金刚蓝黑色身，四面二十四臂，交握金刚铃杵，环抱明妃，脚踩印度天神。佛父与佛母的双身结合代表慈悲与智慧的结合。时轮金刚是《时轮经》中的主要修持部分，其思想内涵成为藏历中最独特的宗教原素。

大乐觉悟坛城

大乐觉悟坛城是时轮金刚第五层，即三度空间宫殿的最顶层，代表觉悟的超凡经验。对于修行者而言，可以理解为时轮金刚和佛母的圆满双运，即慈悲与智慧的结合，在时轮金刚密续中是空性与大乐的结合，是觉悟的状态。

六个外圈

围绕在时轮金刚正方形宫殿的六个同心圆代表六大，从内到外，黄色代表地大、白色代表水大、红色代表火大、黑色代表风大、绿色代表空大、最外圈的代表识大。佛教中关于宇宙观、世界观的描述，成为藏历发展的基础。



金刚星

唐卡下界所绘为金刚星，金刚星主身蓝色，四面二十四臂，胸前双手交握金刚杵，另两手持长矛和圆盾牌，脚踩印度天神展立于法台上。金刚星是时轮金刚的忿怒身，在时轮金刚灌顶仪式中十分重要。

时轮金刚坛城

坛城的目的是使弟子熟知密续的本尊，让弟子能够“进入坛城”，亦即进入本尊安住的状态，时轮金刚坛城可以用绘制的、绘画的、小石粒建造。平面式的坛城可以用粉末、彩米、花、石粒、珠宝或是彩沙制作，立体坛城，一般由母胎、金属或其他的物质制作。

时轮金刚坛城是藏密修持中的一个非常重要的仪式仪轨，其包含着佛教关于宇宙、世界、时空等一系列的思想，这与藏历中的宗教元素是一一对应的，也是藏历中最为神秘的一部分。

身觉悟坛城

身觉悟坛城为最外一层的坛城，是时轮金刚五层宫殿的最底下一层，这里住着536为本尊，其中包括108位在基地的本尊。

智慧觉悟坛城

智慧觉悟坛城是时轮金刚五层宫殿的第四层，代表细微的意识。智慧觉悟坛城包含16根柱子，每个方位四根，象征“十六”空。柱子之间隔着16个小殿，16位男女寂静本尊居住在里面，称为十六菩萨，另有八个小殿在八对本尊殿之间，安置八个宝瓶，代表转化的力量。

意觉悟坛城

意觉悟坛城是时轮金刚五层宫殿的第三层，代表粗糙的心识，将胜义谛和世俗谛认知为相同的，它居住有70位本尊。

语觉悟坛城

语觉悟坛城是时轮金刚五层宫殿的第二层，共住着116位本尊，代表佛陀语言的清静特质，这个特质使得释迦牟尼佛能够言说显法和密法，让各阶层和不同根器的人都能成佛。佛陀的语言被认为是无上的，因为透过语言他能够教导众生，使他们得以解脱。

密宗占算与藏历星宿女神

藏传佛教中的《二十七星宿占算法》源自大藏经内《宿曜经》，是西藏密宗中一套十分神秘的占卜法。藏历中运用二十八星宿来占算天气、预测吉凶，皆源于此。下面这28幅女神像是根据《大般若经》与《微妙戒律经》中的记载所描绘的，二十八星宿被赋予不同的形象、表征与含义，十分生动鲜活。（详见本书210页）



角宿：女神绿色身，左手持蓝色缎带。两颗星，属于室女座。



常宿：女神蓝色身，右手持一朵莲花。三颗星，属于金牛座。



参宿：女神黄色身，双手持一朵莲花。七颗星，属于猎户座。



毕宿：女神红色身，右手持一朵莲花。属性为月，八颗星。



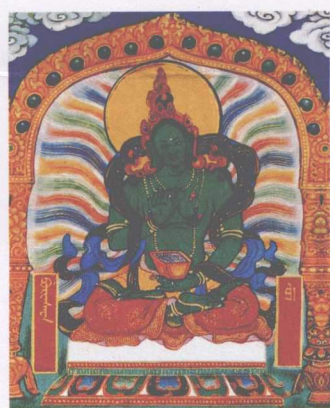
房宿：女神黄色身，双手持莲花。有四颗星，属于天蝎座。



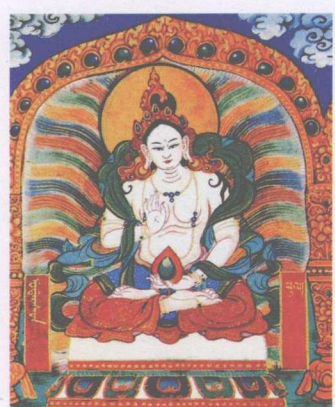
心宿：女神蓝色身，双手持白色法螺。三颗星，属于天蝎座。



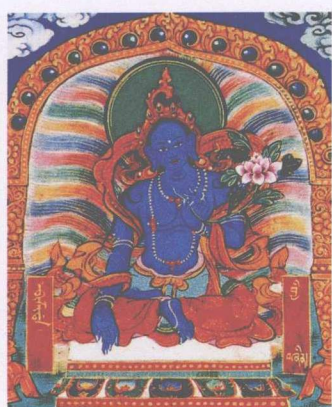
尾宿：女神绿色身，左手持莲花。有九颗星，属于天蝎座。



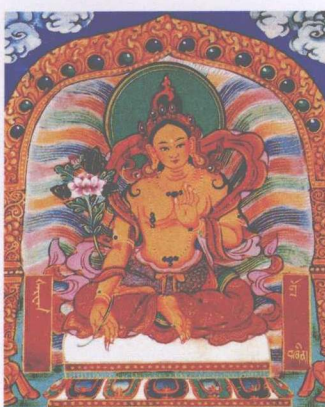
箕宿：女神绿色身，左手托金色宝盆。四颗星，属于人马座。



斗宿：女神白色身，左手托摩尼宝。六颗星，属于人马座。



牛宿：女神蓝色身，左手持莲花，有六颗星，属于摩羯座。



女宿：女神黄色身，右手持莲花。有四颗星，属于宝瓶座。



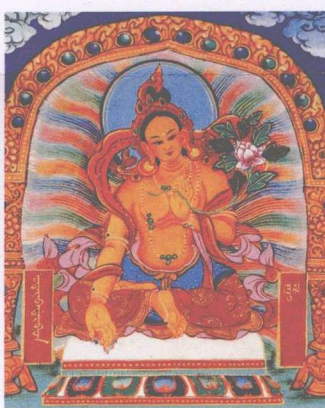
虚宿：女神蓝色身，左手持弓，右手持箭。被称为美丽双星。



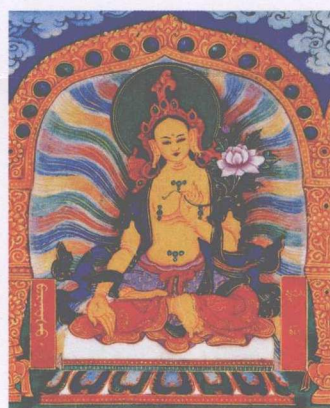
危宿：女神黄色身，右手持蓝色宝剑。属性为月，三颗星。



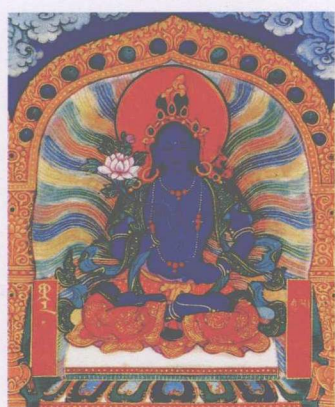
室宿：女神淡蓝色身，左手持蓝色缎带。两颗星，属于双鱼座。



壁宿：女神黄色身，左手持莲花。室宿和壁宿是相连的两宿。



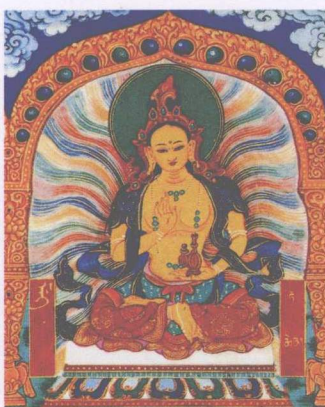
井宿：女神黄色身，左手持莲花。井宿八星状如水井。



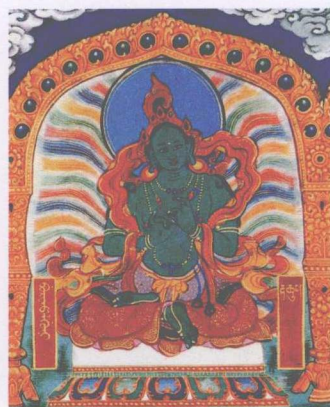
鬼宿：女神蓝色身，右手持莲花。有四颗星，属于巨蟹座。



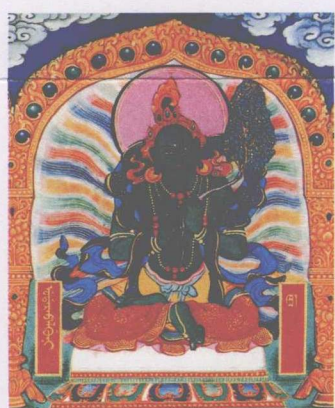
柳宿：女神白色身，左手持莲花。有八颗星，属于狮子座。



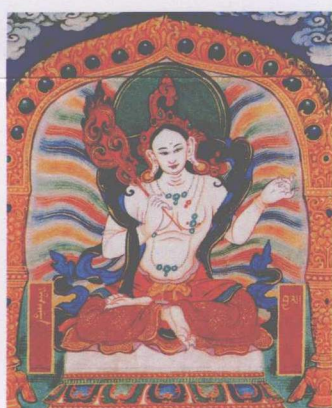
星宿：女神黄色身，左手托甘露瓶。星宿因居朱雀之目而得名。



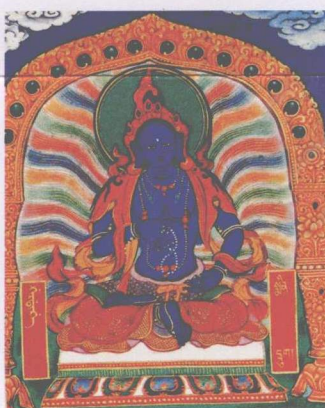
张宿：女神绿色身，双手持蓝色缎带。属性为月，六颗星。



翼宿：女神深绿色身，双手持一棵小树。有22颗星。



轸宿：女神白色身，右手持燃烧的木杖。四颗星，属于处女座。



昂宿：女神蓝色身，右手持一串念珠。属性为日，七颗星。



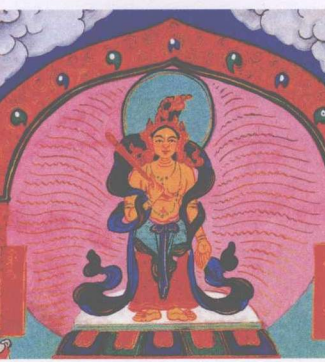
娄宿：女神白色身，身披蓝色缎带，三颗星，属于白羊座。



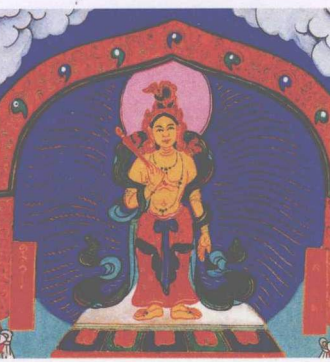
胃宿：女神绿色身，右手持红色木杖，三颗星，属于白羊座。



奎宿：女神绿色身，右手持莲花，站立在法台上。



亢宿：女神黄色身，右手持木杖。有四颗星，属于室女座。



氏宿：女神黄色身，右手持木杖。有四颗星，属于天秤座。

图解 藏历使用手册

藏历修行、祈福、开运大全



紫禁城出版社

唐卡“斯巴霍”中的藏历元素

这幅是唐卡“斯巴霍”，“斯巴”含有生死轮回的意思，“霍”意为图，故亦称生死轮回图。这幅唐卡中央画有九宫，并环以八卦图，周围有用十二属相来相配，最外层怒目獠牙的凶神就是掌管日月星辰年月日的罗苍，俗称“太岁星君”。上界中间为文殊菩萨，右侧为金刚手菩萨，左侧为四臂观世音。左上角为十相自在图，右上角为可防护一切凶煞的回遮咒轮；左下角为回遮一切违缘的遮止咒轮，右下角为可增长善缘、福德的缘起咒轮。从这幅图中我们可以看到藏历的诸多元素与佛教信仰、修行如此紧密的联系在一起，你走进西藏的任何一个个家庭都会看到这幅神奇的“斯巴霍”图。

十相自在图

由七个梵文字母和三个图案组合而成，标志着时轮金刚及其坛城合一，象征时轮宗的最高教义。

三怙主像

依次为金刚手菩萨、文殊菩萨、四臂观世音，是密宗之本尊像，为诸佛力量、智慧和慈悲的化现。

回遮咒轮

能防护一切凶煞、障碍、驱除不详。



罗睺

俗称“太岁星君”，掌管日月星辰

八卦

放射状的八叶花瓣，上各绘有一

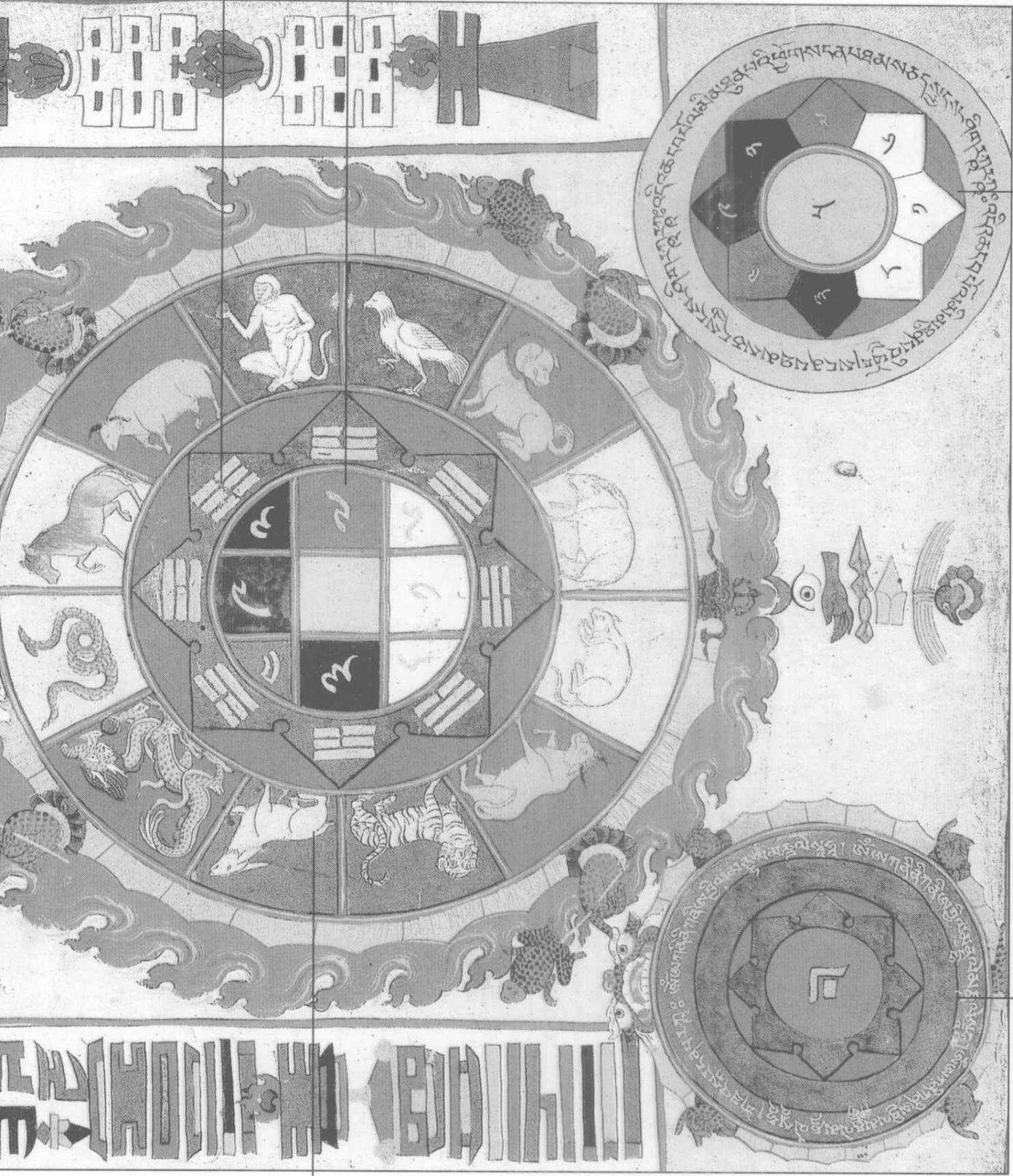
乾、坎、艮、震、巽、代、表火、地、泽、天、水、山、雷、风八种事物。

十二地支

12 小格内各放一只动物，即十二生肖，表示十二地支。九宫、十二八卦、十二地支，都是从汉地引进的历法知识。

中央大圆内按龟背分成九宫，其中红、黄、白、绿、黑五色上各有一个种子字，代表藏历的季节。

九宫



缘起咒

可增长善缘、福德，吸收日月天地间的精华。

遮止咒轮

回遮一切违缘，依阴阳五行而成九宫。

编者序

修行、祈福、开运看藏历

西藏的历书在世界历法体系中独树一帜，被誉为世界上最神奇的历法。打开一本藏历，你就打开了一本包罗万象的生活指导手册，你就打开了一本可以窥见雪域高原全部生活面貌的浓缩影像。

就好像我们每年都会更换日历一样，西藏地区每年也会发行大量的《西藏的天文气象历书》（简称藏历）。这是一本长条形的小册子，但是就是这几页薄薄的纸却涵盖了包括气候预测、天文星相、藏医养生、修行祈福、开运占卜……非常丰富的内容。它的文字很少，内容也很简单，但是它对于人们生活与修行的指导作用却是非常大的。对大部分人来说，使用藏历最大的一个问题就是里面像天书一样的藏文，根本就看不懂。即使是懂藏文的人看起来也会很费劲，所以如果能够将这些复杂难懂的文字符号，变成简单易懂的文字或者图像，对于使用藏历修行、祈福的人来说将是非常方便的。这也是我们出版本书的一个初衷。

藏历与藏传佛教有着密不可分的联系，受到佛教影响，西藏的天文学从最初只是作为气候的预测工具，发展成为人们修行、祈福、开运、占卜的完全指导手册。佛教的宇宙观、世界观，从《时轮经》中的时轮秘法中脱化成各种复杂详尽的修行仪式仪轨。天文历算学就是在佛教的这种浸染中发展完善起来的。

对佛教修行者来说，生活只是修行的一个方面，这种将生活与修行完全融合的生活方式，已经成为了一种习惯。藏历根据佛经中的记载，详细地標示出一年的吉祥月、每月的吉祥日、不同的纪念日。这些重要的日子，有的是诸佛菩萨的加持日，有的是礼佛会供日，有的是修行功德加倍日。这些记载都是非常重要的参考，可以让修行者选择最适合的时间、最佳的修行仪式，从而帮助他们在修行

的道路上更加精进圆满。

藏族人是无比敬畏神灵的一个民族，几千年流传下来的祈福仪式，充分地表达了藏民们对美好生活的憧憬与向往。在龙王日供奉龙王，在吉祥日放风马旗，可以通过不同的方式方法来祈祷实现自己的美好愿望，获得生活幸福。而这些都要根据藏历中所记载的各种日期进行选择。如果在凶日做这些事，不仅会让自己的美好愿望落空，更严重的还会损折自己的好运。

占卜术在西藏扮演着十分重要的角色，它不仅影响到密宗的修炼、宗教仪式的举行，也影响到普通藏民们的日常生活，甚至在有些时候，占卜的结果直接决定了西藏历史的走向。

藏历最能吸引人的目光的就是它对日月食的准确预测。因为日月食日是藏密修持的绝佳时机，所以对藏人来说，准确的预测日月食日，是非常重要的。而藏历对日月食的转却推算，曾让科学家们叹为观止。

《二十七星宿占算法》是藏传佛教密传的一部占星法。它完全贯彻西藏独特的天文思想，将每个人与宇宙中的二十七星宿一一对应，根据星宿的运行特点与规律，来占算人的命运以及人与人之间的关系，是西藏各种占卜法中最神秘的一部占星术。这部占算法最早起源于古印度，后传入西藏，在藏地传承了千年之久。它一直被认为是极其重要的密法而深藏于寺院当中，只有密传弟子才得以学习。

在这本书中，我们选取了近百幅精美唐卡以及精美的手绘图画，通过这些唐卡和绘画，将为你揭示一个佛学与科学奇妙交汇的领域。你可以在里面查找到各种吉祥日、佛菩萨纪念日、重日缺日、日月食日，你也可以看到异彩纷呈的雪域节日，领略西藏独特的民族风俗，你还可以了解神秘的占星术。本书以介绍西藏的日历为主体，配以简洁清晰的说明文字，为你细致地讲解藏历的使用方法，各种祈福仪式，修行仪轨，让你在感受藏卦占星神奇法力的同时，得到一本最详尽全面的修行指导手册。

编者谨识

2010年6月

目录

时轮金刚坛城中的藏历密码.....	I-4
密宗占算与藏历星宿女神.....	5-8
唐卡“斯巴霍”中的藏历元素.....	10
编者序：修行、祈福、开运看藏历.....	12
本书内容导航.....	20

第壹章

学会使用藏历：利用藏历来修行、祈福、开运

1. 学会使用藏历的好处：念诵一遍咒语得到念诵十亿遍的功德.....	24
2. 藏历中的传法吉日：在吉日受法，修行功效极为殊胜.....	26
3. 把握殊胜时机：依据藏历修持可令功德增倍.....	28
4. 查询 365 天宜忌法行日：避开破坏福德的不祥日.....	30
5. 密宗占星术的至高法力：掌握吉凶方位与最佳行事方向.....	32
6. 尽早掌握一年的吉凶祸福：藏历铁虎年总运势剖析.....	34
7. 气候预测的神奇演绎方法：藏历铁虎年春牛图所隐藏的秘密.....	36
8. 虎年属相综合分析：十二生肖吉凶日.....	38

第貳章

认识藏历：藏历的历史

1. 年月日的划分：历法的起源	42
2. 藏历的独特之处：组成藏历的三元素	46
3. 藏历的起源：象雄古国的物候历	48
4. 蛮荒的开拓者：雅砻部落的历法	54
5. 文成公主入藏：汉历的传入	58
6. 金城公主入藏：汉族历法的进一步传入	62
7. 来自印度的密法：时轮历	66
8. 六十甲子纪年的演化：饶迥纪年法的来历	70
9. 西藏第一本历书：《萨迦历书》	74
10. 西藏天文历算的发展派别：粗尔派和浦尔派	78
11. 西洋历法的影响：更加准确的时宪历	82
12. 时宪历法知识传入西藏：藏历的完善	88
13. 藏历与藏密：时轮历的地位	92
14. 研究时轮历的学院：时轮金刚院	96

第叁章

解读西藏历书：藏历的内容

1. 全年生产和生活的指南：藏历的意义	100
---------------------------	-----