

# 从象雄走来

金书波 著

西藏人民出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

从象雄走来/金书波著.

—拉萨:西藏人民出版社,2012.5

ISBN 978-7-223-03473-9

I. ①从… II. ①金… III. ①阿里地区-地方史  
IV. ①K297.52

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 057320 号

**从象雄走来**

文字摄影 金书波

书法篆刻 金书波

责任编辑 刘立强

装帧设计 张 艺

出 版 西藏人民出版社

社 址 拉萨市林廓北路 20 号

邮政编码 850000

北京发行部:100013 北京市东土城路 8 号林达大厦 A 座 13 层

印 刷 北京盛通印刷股份有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 16 开(787×1 092)

字 数 245 千

印 张 13.5

版 次 2012 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-223-03473-9

定 价 58.00 元

---

版权所有 侵权必究

# 目录

自序

## 11 | 向象雄走去



- 13 千山之宗 万水之源
- 24 象雄的土地，滚烫的荒原之美
- 27 象雄的故事与传说

## 39 | 从象雄走来



- 40 古老岩画 象雄人的生活场景
- 42 苯教——象雄的精神家园
- 59 穹窿银城，古老象雄王国的都城
- 81 惊世铭文锦与金面具

## 99 | 说不尽的古格



- 101 传奇的王朝兴衰
- 117 众多的古格遗址
- 127 土林深处、洞窟今昔，隐藏了多少故事
- 141 拈花微笑——古格留下的艺术殿堂

## 161 | 古道话沧桑



- 162 不该被遗忘的大唐—吐蕃—天竺古道
- 170 大唐刻石与王玄策
- 177 吉隆的历史与传说
- 188 吉隆与象雄

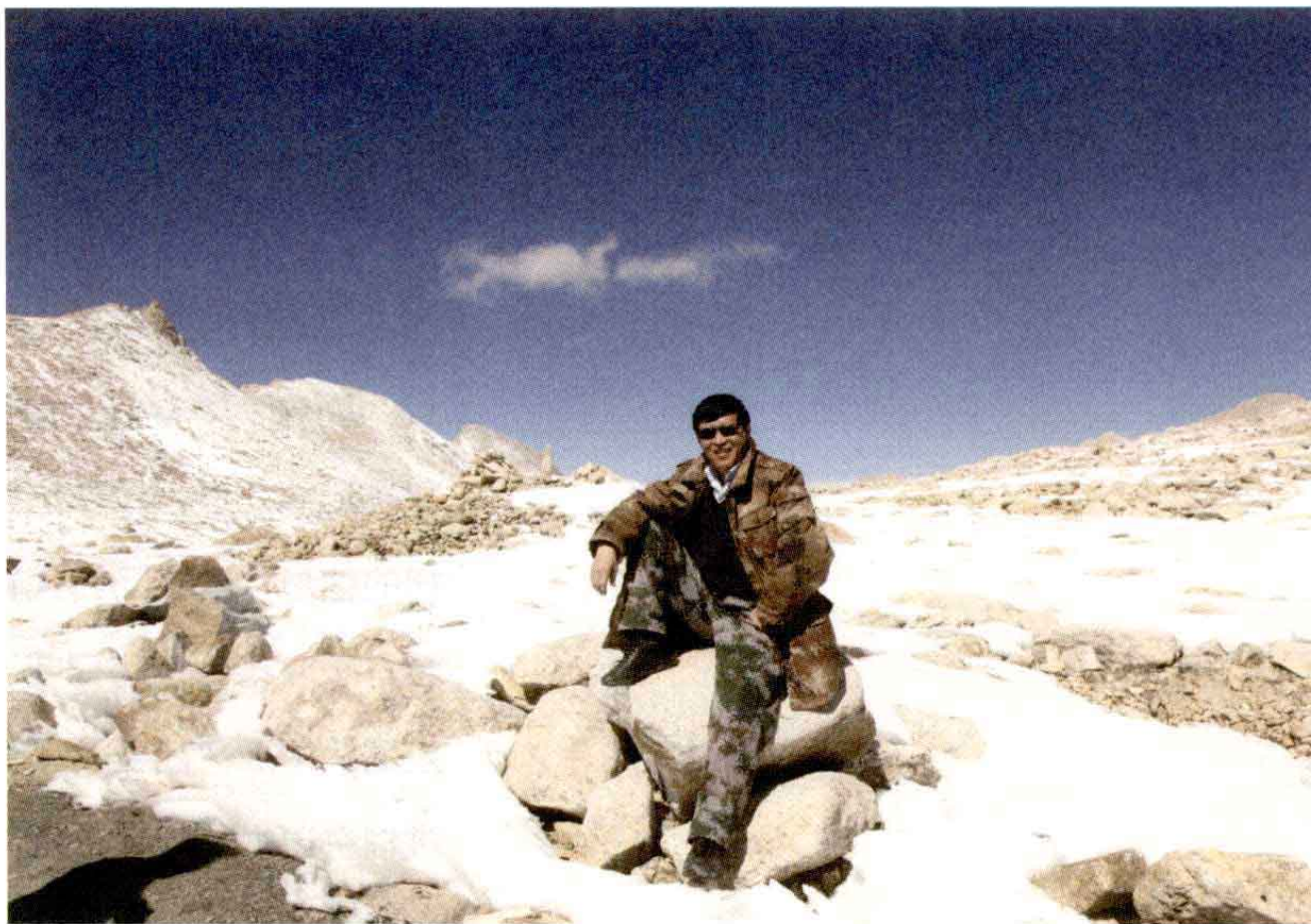
## 193 | 走在探寻的路上



- 197 关于象雄的政体及其疆域、文字、交通等
- 210 象雄遗址急需保护
- 212 最后的话







## 自序

走进象雄，是我许久的向往。

多少年来，人们对藏西北一片被称为“阿里”的土地知之甚少。或者是在李狄三、孔繁森的英雄事迹中知道这个地名，或者知道那里有着神山圣湖、土林奇观，或者听说过古格王国的传奇故事，大抵如此而已。人们仿佛遗忘了，在这片苍凉、神圣、壮美的土地上，在这个处于多重文化交汇地带的重要区域，还曾有一个在人类文化史上有着举足轻重地位的象雄。

象雄，不仅是一个强大的王国，一种久远厚重的文化，也是一种影响至今、难以磨灭的精神气质。而这种精神气质，是与青藏高原的浑厚、博大、包容融为一体的。可是，在这个越来越物质、喧嚣、功利的时代，对一切事物的判定都是有“标准”的。按照这个标准，象雄正在像一个传说般远去。无论在藏地民间，还是在专家学者的著作中，象雄都是那么遥远，语焉不详，



混沌如蒙昧世界。

而今，学者们对象雄的研究大多还是在围绕古代典籍中的寥寥记载而进行。在这些汉藏典籍的记载中，给我们传递了这样的信息：象雄乃古代青藏高原西部、北部的一个王朝，它甚至早于吐蕃王朝而存在，其影响不仅达于内地及西域诸地，而且到达中亚、西亚、南亚诸国。象雄是大鹏鸟的故乡，也是英雄横空出世的年代。据说这里曾经有过十八代鹏王，其图腾为大鹏鸟，藏语称为“穹”。他们创立的古老宗教苯教至今仍有影响。

遗憾的是，这十八代鹏王并未留下太多的传说，甚至，要弄清他们的名字都是穷经皓首而不能。伴随着吐蕃强盛的铁骑，一片血腥在高原弥漫，强大的象雄灰飞烟灭……历史赋予胜利者书写的权利。于是，在之后久远的年代里，大鹏展翅的象雄王国离我们远去。就连藏文化越来越热的今天，象雄依然清冷得只存活在部分专家学者的书桌上，如阿里高原上亘古的雪山，扑朔迷离。

而我走近象雄的缘起，可算偶然。2007年10月，在从申扎县前往尼玛县途中，我听当地一位同志讲述了一个发生在象雄时代的故事：草原上有一支所向披靡的勇猛军队，因为带队的将军中了敌人的美人计误饮毒酒，结果全军覆没。在一个静谧湖边的山崖下，留下了108座坟茔。山崖是红色的，湖水是淡蓝色的，中计而亡的将士们枕着山梁、听着湖水，长眠于此。出于好奇，我在夕阳西下的时候，驱车来到了这个湖边。碧绿的湖水如玉一般宁静，不高的山坡上经幡招展，坡的下边、湖的西侧，一座座坟墓列成方阵，井然有序。最西边有两座稍大

的墓，据说是那位中美人计的将军和夫人的墓。仔细观察，在墓地旁还依稀可见石砌的地基。历史常识告诉我，这里很可能并不是什么战场，而是军营或者村落，那个时候到底发生了什么，可能成了永久的谜，但这个故事和湖边的墓葬群却留在了我的脑海里。这次经历勾起了我对象雄的向往：那美丽、恬静的湖水下，那残酷的战争烽火中，是否真藏有通往象雄王国的密匙？象雄真的鲜为人知的秘境吗？而失落已久的象雄王国都城——穹窿银城又在何地呢？

我开始翻阅大量与象雄有关的书籍，可书中的记载总是简练而模糊。而且，那些来自遥远汉地史官的记载，可信度也有所降低。苯教典籍的记载出于宗教的需要，也不那么完全可信。关于这一点，我同意瑞士藏学家米夏埃尔·亨斯的观点。他认为，对于历史上前佛教时代的象雄王国，一切的文字记述或推测假定都完全建立在大量苯教典籍和其它西藏文献的基础之上。总的说来，这些材料都缺乏现代意义上对真实地点的准确的地理学和地志学描述。

是的，问题就在这里。要了解象雄，走近乃至走进象雄，第一件要做的事，就是到阿里去，到那片无边无际的荒原上，去土林的深处，去河流的尽头，去寻找那些残破的洞穴，去攀爬那些高高在上的遗址，去呼吸象雄的空气……我是这样想的，也盼望这样去做。

事也凑巧，这几年我有机会多次前往阿里、那曲、日喀则等地，每次去多则一两月，少则十数天。就这样，在茫茫高原之上，在曾经象雄王国的土地上，我走的路越来越多，接触的人越来越多，所见所闻越来越多，随之疑问和思索也越来越多，



寻觅的足迹便从此而始。

在我的面前，座座雪山，条条江河，还有一处处散落的遗址，构成了一幅庞大而深邃的象雄文化地图。虽然，面对无数的发现，我深感自己的知识浅薄。但我在一次次的寻觅与触摸之中，真切地感受到了象雄的存在。要破译象雄的文化密码，我自知并不能胜任，但责任感和好奇心还是驱使我不知深浅地往前走下去。

大约是古老图腾象雄大鹏鸟的眷顾，我的寻觅收获颇丰。一座座雄奇的雪山总在我经过时拨云见日，一条条青碧的河流蜿蜒曲折，似在指引我寻找的方向。循着雪山河流的启示，我和朋友们一次次细细翻看古如加木寺等地出土的丝绸与青铜、陶器等，并来到神奇的土林深处，在一个个令人惊叹的洞穴遗址前驻足。剥落的绝美壁画，荒草中的千年古道，堪与飞天媲美的曼妙龙女……甚至，令我没想到的是，我们还几次攀爬上了象雄故都穹窿银城，它那磅礴欲飞的气势、无可度量的高贵，都让我深感自身的渺小与下笔的无力。

行走是艰辛的，起早贪黑、夜半投宿，在海拔四五千米的地方行走还不算吃力，而往上的攀爬则不断考验着人的意志和体力。行走是快乐的，在皴裂的荒原上有野马同行、仙鹤为伴，在日月同辉的天空下举杯畅饮、载歌载舞。同时我的行走也是迷茫的，我一次次问自己，这些穴居的遗址、精美的壁画、千年的古道、傲立的雪山究竟与象雄有多大关系？我足下是真正的象雄吗？我眼前的王城真的是笃定无疑的象雄国都吗？

作为一个非专业人士，我很难给出“是”或者“不是”这样



确定的答案。在本书的写作过程中，我一直忐忑而犹豫，不知道自己工作之余在高原荒野和书本经卷之间的行走与找寻是否真有价值，而这些时而啰啰嗦嗦、时而如流水账一般的文字又怎么能够表述象雄的博大雄奇？

后来我释然了。无论向象雄走去，还是从象雄走来，都是多么神奇而美好的事情。在这片苍茫灵性的高原上，有看不见的大鹏鸟在展翅高飞，有听不到的英雄史诗在世代传唱，有触摸不到的四方神灵在护佑藏家儿女。我的脚步为寻找象雄而去，我的思考与写作也只为寻找心中的象雄。曾经发生的历史早已无法复原，我所能记录的只能是自己的足迹，如此而已。因此，索性便随意地写，想到哪里便写到哪里，看到什么便写什么，思考不求精深，图片不求专业，文稿不求严密，但写的都是我所知所见、所思所闻的象雄。

心为之动，神为之夺，这样的过程，比什么都美。

有缘看到此书的你，能和我结伴走近象雄吗？

金书波 2012年春于阿里





# 向象雄走去



象雄的土地，是千山之宗，万水之源。

进入象雄，必要循着河流的方向，必要靠着山脉的指引。

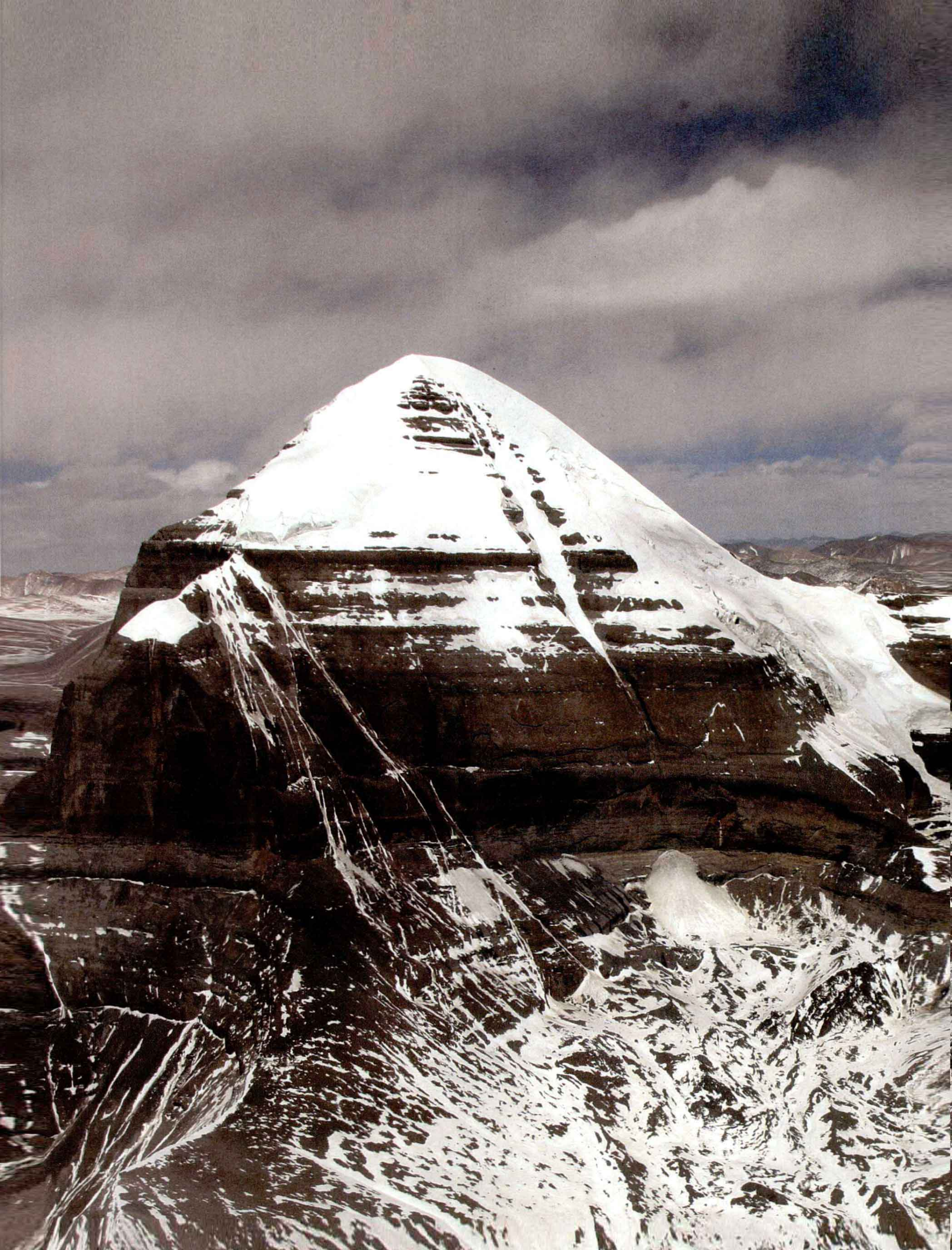
冈仁波钦是世界性的“神灵之山”。陪伴他的，是辽阔晶莹、美如其名的玛旁雍错。

假如我们能穿越到一千多年前，会在玛旁雍错湖边邂逅一位美丽的女子。她的名字叫萨玛噶。她的哥哥，是赫赫有名的松赞干布。她的丈夫，是英武非凡的象雄王。

根据史料记载，她并不幸福，强大的象雄王国之所以灭亡，起因也是她。

但是，沿着萨玛噶的歌声，我们就能进入那时的象雄。









不同位置和角度拍摄出的神山冈仁波钦。冈仁波钦是世界性的“神灵之山”，但就算撇开宗教因素而言，杰尊·达孜瓦的描述也堪称美文，颇能状冈仁波钦之情态。冈仁波钦的确是一座非常美丽而且好辨认的雪山，扑朔迷离中透出不可思议的雄奇与神秘，在阳光照耀下光芒四射、灿若王冠，金字塔一般的山形排列着层层登天的阶梯，直插云霄，不由让人浮想联翩……

## 千山之宗 万水之源

水是生命之源。进入象雄，必要循着河流的方向。而河流，却总是发源于山。

阿里境内有数不清的神山雪峰，最有名的则非冈仁波钦莫属。冈仁波钦是冈底斯山的主峰，巍然屹立在阿里普兰县境内。有书中说它俗称雪灵山，怀疑有什么典故，但不得而知。其实，“冈底斯山”这四个字就是藏、梵、汉三种文字的混合：“冈”的藏语意思是雪，“底斯”的梵语意思也是雪，山这个汉语就不用解释了，合起来还是雪山的意思。作为冈底斯山的主峰，冈仁波钦的海拔一般说6656米，也有6714米、6638米之说。不过，海拔对冈仁波钦来说其实并不重要，因为它的美丽和神奇都与海拔没有必然关系。冈仁波钦的峰顶终年冰雪覆盖、白云缠绕，经过时若能看到峰顶，通常会被认为是吉兆。据《冈底斯山海志》记载，著名的佛教大师杰尊·达孜瓦曾对冈仁波钦有如下描述：冈仁波钦形如橄榄，山尖如刺、直插云霄，连蓝天都刺破了。山峰南面朵朵白云，似向山峰匍匐朝拜，山身如水晶砌成，透亮发光。当日月的光芒照射到冈仁波钦，就会反射出奇异的光芒，并从山的颈项流出清泉，如仙乐般动听，而山脚下的绿草繁花也如同彩裙一般美丽。在高大的冈仁波钦身边，有大小不等的雪峰环绕，就如同婀娜的白衣少女顶礼致意……

当然，这些并非是冈仁波钦著名的原因，西藏美丽的雪山实在太多了。最重要的是，作为神山，冈仁波钦是世界性的，它被藏传佛教、苯教、印度教以及古耆那教认定为世界的中心。

“仁波齐”在藏语中有上师之意，冈仁波钦则是一个颇具人性化





色彩的名字，神灵之山或大雪神山。在佛教中，它是最著名的须弥山，苯教徒称冈仁波钦为“九重（万字）山”，相传有苯教的三百六十位神灵居住在此，祖师辛绕米沃便从天降落在此。冈仁波钦在梵文中意为“湿婆的天堂”，印度教里三位主神中法力最大、地位最高的湿婆，便居住在此山中。而耆那教则称冈仁波钦为阿什塔婆达，即最高之山，被视为耆那教创始人瑞斯哈巴那刹获得解脱的地方。那么，山上是否有“卍”字呢？我找了一些不同时间的照片比对，虽然不真切，但完全可以把它想象为“卍”字，因为山上的雪量是随时变化的。特别是纵向的条沟和横向的岩层，构成了比较完美的十字。在某个时点上，雪被风从不同角度吹，并借助太阳随时变化着的照晒，出现“卍”字型的可能是存在的。加上信徒们心中的崇拜，它就是个“卍”字山。

或许正因如此，千百年来，来自印度、尼泊尔、不丹及我国各大藏区的朝圣者风雨兼程，艰难跋涉前往转山。他们认为，一生中只要到神山朝圣一次就算完成一件重要的善功。据说，朝拜冈仁波钦，转山一圈可洗去一生的罪孽，转十圈可在轮回中免去地狱之苦，如果转上一百圈则在今生便可升天成佛。久而久之，在神山西侧的一块空地上，形成了一个传统的节日——塔尔钦盛会。每年的藏历四月十五日，这里都要举行竖大经幡活动。南来的、北往的人们从四面八方涌到这里来，观看竖经幡仪式，并围绕神山转经。2011年，我有幸观看了竖经幡的全过程，两万多人云集在此，场面蔚为壮观。仪式由当地熟悉宗教仪轨的德高望重者主持，且师徒代代相传，具备相当的“专业性”。果然，随着主持者的一声号令，33米长的经幡拔地而起。那一刻，感觉心都要提到嗓子眼了。定睛看时，高大的经幡已巍然屹立，人们欢呼雀跃，将无数的哈达抛向经幡，把一把把青稞面、风马旗撒向天空……经幡竖起之后，用四根钢丝绳和十根牦牛毛绳将其固定，并用巨大石块把根部砌牢，直到来年。仪式结束后，人们开始转山，据说一般要转至少三圈，有的则更多。转山道上，有大小12座寺庙，也是要参拜的。围绕冈仁波钦神山转一圈大约52公里左右，普通人一天也就是走一圈。而每逢佛祖释迦牟尼诞生的马年，朝圣者更是蜂拥而至，因为传说马年转山，转一圈等于十三圈，会额外



增加十二倍的功德。也有另一种说法，就是米拉日巴大师当年在冈仁波钦与纳若本琼斗法便是马年，后来人们将藏历马年作为米拉日巴大师与外道斗法胜利的纪念之年，因此信徒选择马年转山。

可以想见，这是一座众多神灵护佑的神山，是神话故事的发生地。

看到这里，也许不少人会觉得难以置信。曾有一位痴迷西藏的朋友问过我：西藏被称为“雪域高原”，林立的雪山如此众多，比冈仁波钦高的很多，比冈仁波钦美的也不少，为什么独独冈仁波钦拥有这样崇高的地位呢？

或者，换一种说法，为什么拥有如此崇高地位的神山偏偏位于如此偏僻苍凉的阿里地区呢？

要解开这个谜团，我们恐怕首先要打破思想上的局限，让自己回到几千年前的高原大地。现在，在电脑的卫星地图上，我们可以看到阿里地区位于青藏高原最西部，全境为喜马拉雅山、喀喇昆仑山和冈底斯山所环抱，北面不远就是新疆的戈壁沙漠，东南面则是荒凉至极的藏西北无人区，西南面分别与克什米尔、印度和尼泊尔王国接壤，长长的边境线上高山林立、雪山点点，说这个地方封闭、荒凉似乎并不过分。唯一令人感到眼前一亮的，便是片片碧蓝的湖泊，条条蜿蜒悠长的河流。

不过，如果能看到公元前的卫星地图，我相信一定不是今天的模样。茫茫的青藏高原，在5亿年到4千万年前，曾经是一片汪洋大海，这早已被地质学界证实。（在西藏各处，都有大量海生物化石出现，特别是在日喀则地区定日县珠穆朗玛峰一带，海

认识高原要打开思想上的局限，且不说几千年前的高原大地如何葱茏富庶，就算现在，高原处处都有植被丰富、水草丰美的所在，不仅是野生动植物的乐园，也是灵魂歌唱的地方。







生物化石极多。)后来,高原隆起,逐渐升高,在溢出海平面之后逐渐进入了森林的年代,也就是我们在科幻片中看到的那种景象:茂密的森林,恐龙、大象等巨型动物在密林中行走,悠然自得。前些年,在阿里地区就发现了大量森林化石和三趾马化石,足以证明这个时期的存在。2011年我到札达时专门看了一处森林化石遗址,巨大的树木化石告诉我们它的古老与孤独。再过若干年,形成了现在这个高高隆起的地貌。即使到了公元前后,我想高原也是一处宜居的所在,绝不会是今天的荒漠植被。一些专家认为,若干年以前的阿里之东应是丰饶的大草原,狮泉河、象泉河、马泉河、孔雀河沿岸,林木茂盛,应有比较发达的农业。

如今的阿里,空荡荡的大山、无人区和戈壁荒滩,很难想象这里曾繁华过、热闹过、辉煌过,更难相信曾有个象雄时代繁荣昌盛了上千年。其实,早在半个世纪前,新疆的罗布泊沙漠还郁郁葱葱、水草丰茂,现在已成为无人居住的荒漠。并不复杂的地理知识让我确信:那时,象雄的疆域非常之辽阔,虽然不是江南风光,但也称得上植被葱茏、矿产丰富、资源富集、宜农宜牧,处处鸟语花香,可谓飞鸟翔集、瓜果飘香。而且,藏学专家研究得出,古象雄并非偏僻封闭,交通相当发达,贯穿全境的道路有三四条之多。那时,阿里依靠喜马拉雅山与冈底斯山之间开阔的绿色走廊,以及南部的孔雀河,西部的象泉河,这三条通道,开





比古道更悠久更深远的联系是蜿蜒的河流。山上的雪水融化成潺潺的溪流，沿着溪流的形状就形成了一片扇形的绿洲，生机和活力由此而始。

通了与外部世界的交往，成为中亚、西亚、南亚、中原汉地政治、经济、文化交流交汇的重要地域。

当时的繁荣景象，恐怕是我们现在难以想象的。

其实，比古道更悠久、更深远的联系，应该是蜿蜒的河流。话题还回到冈仁波钦，无论是雪域高原上的民族，还是印度人、尼泊尔人，之所以将冈仁波钦视为神山圣地，我认为主要还是因为从这里发源的四条以动物命名的河流。

冈仁波钦是一座充满生命力的雪山。山顶东南西北四个方向，晶莹冰凉的雪水汨汨流淌，沿着神秘的脉络汇聚、分散、融合，不多不少，恰好便流淌成为狮泉河、象泉河、孔雀河和马泉河这“四大圣河”，滋润着山川草木和万物生灵，孕育出璀璨的文明和惊人的智慧。

流向北方的是森格藏布——狮泉河（下游为印度河），源头流自似雄狮张开大口的山崖而得名，据说饮此河水的人如狮子一般强健。上游流经革吉县境内的邦巴森堆、森脉、纳普及噶尔县境内的加木、扎西岗、典角等，现阿里地区所在地即为狮泉河镇，顾名思义，狮泉河穿城而过。这里有一望无际的大草原、雄伟壮观的雪山、美丽如画的丘陵，梦幻般的自然景观，是野生动物的乐园，野马、藏羚羊、黑颈鹤等都比较常见。这里的矿产资源，地热资源，太阳能资源等都十分丰富。狮泉河经托布噶鲁勒出

