

西藏简明通史

恰白·次旦平措 诺章·吴坚 平措次仁



辽海传播出版社

013025201

K297.5
40

西藏简明通史

恰白·次旦平措 诺章·吴坚 平措次仁



辽海传播出版社



北航

C1631966

K297.5
40

010525279

图书在版编目 (CIP) 数据

西藏简明通史 / 恰白·次旦平措, 诺章·吴坚, 平措次仁编著; 陈庆英等译. — 北京: 五洲传播出版社, 2012.5
ISBN 978-7-5085-2294-4

I. ①西… II. ①恰… ②诺… ③平… ④陈… III. ①西藏—地方史 IV. ①K297.5

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第081515号

西藏简明通史 (中文版)

主 编: 恰白·次旦平措

副 主 编: 诺章·吴坚 平措次仁

责任编辑: 许冬梅

装帧设计: 田 林

出版发行: 五洲传播出版社

社 址: 北京市北三环中路31号凯奇大厦7层B座

邮 编: 100088

电 话: 0086-10-82000308 / 82002803

传 真: 0086-10-82005975

制 版: 北京嘉悦美印包装有限公司

印 刷: 北京浙京印刷有限公司

开 本: 889×1194 1/32

印 张: 11.75

版 次: 2012年5月第一版 第一次印刷

定 价: 49.00元

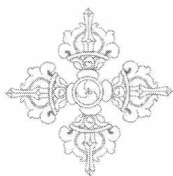
目录

第一章 远古时期 ·····	7
第一节 “蕃域”的由来·····	7
第二节 西藏高原的形成·····	9
第三节 藏族的起源·····	11
第二章 悉补野王统世系 ·····	14
第三章 吐蕃赞普王统 ·····	16
第一节 赞普松赞干布·····	16
第二节 贡松贡赞和芒松芒赞·····	40
第三节 赞普都松芒波杰·····	42
第四节 赞普墀德祖赞·····	44
第五节 赞普墀松德赞·····	46
第六节 王子牟尼赞普·····	56
第七节 墀德松赞赛那勒·····	57
第八节 赞普墀祖德赞热巴巾·····	59
第九节 赞普朗达玛邬都赞·····	61
第四章 西藏分裂时期 ·····	63
第一节 额达威宋、云丹及其后裔的事迹·····	63
第二节 藏传佛教后弘期的历史·····	69
第三节 西藏分割时期的教派·····	75
第五章 萨迦巴统治西藏时期 ·····	80
第一节 公元13世纪初西藏的形势及萨迦巴家族的世系·····	80
第二节 蒙古成吉思汗后裔的势力进入西藏，西藏再度统一·····	87

第三节	蒙古王子额沁阔端迎请萨迦班智达去内地·····	90
第四节	萨迦班智达致西藏各地方首领的信件·····	92
第五节	八思巴与蒙古忽必烈的会见褒护僧人的诏书·····	97
第六节	薛禅汗忽必烈迎请噶玛拔希到祖国内地·····	101
第七节	宣布吐蕃三个却喀纳入元朝统治在西藏设立驿站·····	104
第八节	珍珠诏书的赐与八思巴返回西藏新建萨迦的机构·····	109
第九节	作为元朝皇帝政治顾问的八思巴·····	114
第十节	八思巴再次返藏及去世元朝在西藏驻兵·····	116
第十一节	恰那多吉父子·····	119
第十二节	萨迦与止贡派矛盾的激化止贡寺庙之乱·····	121
第十三节	萨迦达尼钦波桑波贝的事迹·····	125
第十四节	元朝三次在西藏清查户口并确定西藏的行政制度·····	127
第十五节	元朝对萨迦统治集团封官赐印·····	134
第十六节	萨迦巴依据元朝皇帝授命管理西藏事务的若干实例·····	138
第十七节	萨迦巴统治时期西藏经济的发展·····	143
第十八节	萨迦巴统治时期西藏文化事业的发展·····	148
第十九节	藏族文学史上开创新时期的雄译师多吉坚赞·····	151
第二十节	萨迦家族分裂为四个拉章萨迦巴统治的结束·····	154
第六章	帕木竹巴统治西藏时期·····	157
第一节	朗氏家族与帕竹噶举、帕竹万户和帕竹第悉·····	157
第二节	明朝对西藏地方政权的管理·····	188
第三节	帕竹统治时期西藏的经济和文化的发展·····	195
第四节	帕竹政权时期的格鲁派·····	206
第五节	第巴仁蚌巴的历史·····	233
第六节	第悉藏巴的历史·····	238

第七章 甘丹颇章政权统治时期 ·····	244
第一节 五世达赖喇嘛阿旺洛桑嘉措的事迹·····	244
第二节 六世达赖喇嘛仓央嘉措的事迹·····	260
第三节 七世达赖喇嘛格桑嘉措时期·····	265
第四节 八世达赖喇嘛强白嘉措时期·····	284
第五节 九世达赖喇嘛隆朵嘉措·····	298
第六节 十世达赖喇嘛楚臣嘉措时期·····	300
第七节 十一世达赖喇嘛克珠嘉措时期·····	302
第八节 十二世达赖喇嘛赤列嘉措时期·····	312
第九节 十三世达赖喇嘛土登嘉措时期·····	325
第十节 甘丹颇章时期部分智者的简况·····	370

第一章 远古时期



第一节 “蕃域”的由来

“蕃”是藏族人对自已的地方所取的名称在其语音上的一种变音，并非其他地方的人所命名。我们这个地方何时起称为“蕃”？近代著名历史学家根敦群培在他所著的《白史》中说，“很早以前，本民族语言中，我们这个地方就叫做‘蕃’。”据此，“蕃”的名称是从远古开始就有，但很难说清楚从那时至今过去了多少年。

关于“蕃”的地名含义，主要有两种说法。一是在这个地方农业生产尚未发达以前，人们从事狩猎活动。由于散居在偏远地方的牧民经常遇到自然灾害和盗匪或野兽的袭击，必须相互加强联系。这样，只能居住在相互呼唤所能听到的范围之内，出现情况时，从山岗高处大声用“噶耶”或“瓦耶”之声高呼对方，把这种呼唤称为“蕃巴”，久而久之，呼此“蕃”之声，自然成为其地名。另一种说法是，我们这个地方，把高原以畜牧为主的地方称为“牧区”，把低谷林业为主的地方称为“农区”，把介于两者之

间的温寒相宜，以经营农业为主的地方称为“蕃”。历史上，悉补野赞普世系兴起于雅隆，当时这一地区是经营高原农业的中心，故名“蕃域”。悉补野赞普世系是将地名当作王号，称为“吐蕃赞普”。后来，吐蕃赞普世系从雅隆周围开始逐渐将权势扩展到卫藏地区。特别是藏王松赞干布时期起，将吐蕃四面八方的部落纳入统治之下，疆域扩大，王号当作地方名称，将赞普控制下的一切地方取名为“吐蕃”。

第二节 西藏高原的形成

最初，藏区上、中、下三部所有地方是一片被水淹没的大海，后来“贡格曲拉”^①裂开，水沉入其中，显露出藏区的形状。根据现在科学研究的成果，“古近纪初中期，青藏高原是一片波浪起伏的大海。新近纪开始后，逐渐出现了陆地，高原高出海平面2000公尺左右，地势东面偏低，西面偏高，西北部是一片生长着针叶树和扁平树的茂密森林，东南部不仅被芦苇和绿草覆盖，而且点缀着众多的湖泊、池塘，仿佛天空群星一样美丽。”

隆起于海面的陆地，在长期的演变过程中出现了多种动物。科学家分析的结论是，“当时，喜马拉雅山脉尚未隆起，无法阻挡来自印度洋的暖湿气流。青藏高原的气候暖湿适宜，全年平均气温在10℃左右，年降水量在2000—5000毫米之间。适合于温带地区生长的多种植物遍及高原各处，其中有4000余种珍贵生物种类。在如此温暖的地方，不仅有三趾野马，而且有狗、大象、兔子、鹿群等多种动物。以后喜马拉雅山逐渐隆起，愈来愈高，阻挡了来自印度洋的暖湿气流，青藏高原的气候以及周围的环境随之发生了变化，成为一个寒冷的地方。”^②由于这一地区气候发生了根本性变化，导致那些动物的自然生存条件减少。天气和自然条件的全面变化，使生活在这片高原地区最早的远古猿猴具备了成为

人类的条件。对此，藏文史书中的零星记载和从地下发掘的各种古生物化石用现代科学研究方法得出的结论都相同。

①贡格曲拉：意思是贡布地区的像水桶一样坏了的地方。语出自《贤者喜宴》。

绕迥：中国汉族地区的天文历法很早就传入了藏族地区。尤其是吐蕃时期赞普松赞干布和文成公主联姻以后，汉族地区的许多包括天文历算在内的文化典籍及各种人才传入吐蕃。汉族地区的历法对吐蕃影响很大，藏族地区的纪年普遍采用汉地的五行（金、木、水、火、土）和十二生肖（鼠、牛、虎、兔、龙、蛇、马、羊、猴、鸡、狗、猪）相配合，形成了独特的纪年方式，即藏历，60年为一周期，有了水牛年，火鸡年，木马年等等。到了公元11世纪初，印度的时轮历法开始传入中国藏族地区。标志是1027年克什米尔班智达达瓦贡布来藏地传授时轮历。这一年恰好是藏历火兔年，此年遂被定为“第一绕迥”，藏历绕迥纪年从此开始普遍使用，60年一轮为一个绕迥，一直沿袭至今。（《西藏研究》藏文版，1984年第四期）

②《西藏研究》藏文版，1984年第四期。

第三节 藏族的起源

一、藏族人是猿猴与罗刹女后裔

在世界各地，关于人类起源的说法众多。如西方各国的上帝造人说，以及我国古代女娲造人的神话传说等。在西藏也有著名的人类起源说，即父亲猕猴菩萨化身与母亲罗刹女结合生子繁衍人类之说。

英国著名的生物学家达尔文在藏历第十四绕迥土羊年（1859年）完成的《物种起源》一书中明确提出了生物从简单到复杂、从低级到高级的发展规律。他在藏历第十五绕迥铁羊年（1871年）的另一部论著中，运用大量科学证据，从人与猿类的亲属关系阐明人类是从古代的猿类逐渐变化而来。这种进化论的观点已得到世界上大多数人的肯定。

实际上，在达尔文之前1000年，西藏已有藏族人是父亲猿猴和母亲罗刹女结合而形成的传说。成书于公元17世纪的《国王遗教》中写道：藏族人的形成过程是观世音菩萨的化身父亲猕猴绛曲赛贝和母亲至尊度母的化身罗刹女结为夫妇生下猴崽，他们演变为四部，即四氏族：赛、穆、顿、东，从此发展成藏族人。这种说法从有文字记载开始已经过去900余年。

上面所说的“猕猴”在藏语中有小猕猴的意思。罗刹女同样居于岩穴中，她也像类人猿一样是一种以食其他动物的血肉而生存的猿类，根据她居住岩穴和生活方式称之为“罗刹女”，并非实际

不存在的魔女或女妖。总之，藏族人的祖先是栖居于雅鲁藏布江流域密林中以食果实为生的小猿猴和居住岩穴的以食动物血肉的大猿猴结合生子繁衍形成的，这种说法符合历史唯物主义的观点。

二、西藏古人氏族形成

从古人氏族逐渐演变成西藏的四大氏族：赛、穆、顿、东，在此基础上增加的“惹”和“柱”两氏族，通称为“六大氏族”。

三、藏族人种起源的有关出土文物

最近一二十年在西藏发掘的古代大量实物可以找到藏区人类如何发展的一些科学证据。近二三十年的发掘，发现旧石器时期和新石器时期的各种石器、陶器、骨器、装饰品、谷物种子，甚至古人头骨等大量实物。从尼洋河岸发掘出的古人骨头，没有类人猿的原始特征，属于现代人。“尼池（林芝）人”大约生活在4000多年前，即新石器时期或者铁石并用时代。特别是在昌都卡若发掘出的古人房子、谷物种子、动物骨头、石器、陶器等文物，为研究西藏地区人类形成过程和西藏古代文化变迁提供了丰富的科学依据。

原来的卡若村位于澜沧江西岸，海拔约3100米。据估计，卡若遗址占地面积约1万平方米。过去前后两次发掘的总面积约1800平方米，发掘的各类实物有：房屋遗址29处、石墙3段、石墙高台2块、石角3块、灶穴4处，石器文物7978件、骨器368件、石片2万多块，其中能够拼凑的46件，不同的装饰物2件。草泥房子有圆形，有四方形，也有长方形，造型各异，房子中间有三角石锅灶。发

掘的骨器种类有锥子、骨针、斧子、骨锯、角锥等。陶器只有砂罐、砂锅和砂碗等少数几件，花纹丰富，颜色有红、黄、灰、黑等，多数陶器光滑突出，做工精细，造型讲究。装饰品有妇女发卡、环圈、耳环、念珠、项链、珠串、海贝等，以石头、骨头等原料制成，精美细致，种类繁多。石制生产工具，有细石器，磨制石器3种。工具类有：石锹、石铲、石斧、镢头、犁、矛头、箭、镰刀、劈刀、打制工具，共计6800多种。

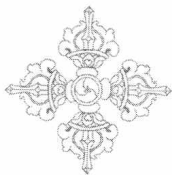
卡若村落古人的主要生活来源是农业，附带进行狩猎活动。土石工程建筑的习惯和三脚石锅灶的建造法具有不同的地方特色，对加强研究藏族人的祖先出现在高原这一问题有重要价值。

卡若文化是属于新石器时代的文化，至今已有4500至5000年的历史，从这里可以窥见，西南和西北的古人相互往来和进行文化交流的情况。卡若遗址是西藏高原上至今发掘的具有代表性的古文化遗址，也是中华民族文化宝库中一颗绚丽璀璨的瑰宝。

总之，出土的大量古代文物和民间故事证明，数千年乃至数万年前在西藏土地上早就有形成并发展为人类的氏族，藏族是由此形成的，绝非从其他地方迁移来的。

藏民族和其他任何民族一样，不只是一种成份，而是一个拥有多种成份的民族。譬如在藏民族的形成过程中混杂着毗邻地区的汉族、羌族、蒙古族等民族成份，不用说其它民族之中也含有藏族成份。

第二章 悉补野王统世系



按照本教观点，古代天神下凡为人主；以后，从后弘期开始则说印度释迦族的王族及其王子流浪到西藏（为藏王）；部分汉文献说：从祖国内地流浪至西部的樊尼为藏王；藏族最早的教法史书认为，根据民间古代传说，聂墀赞普从波沃地方莅临雅隆。众说纷纭，莫衷一是。其实前面三种说法或无事实根据，或与史实不符，不足信。

关于聂墀赞普为藏人之说，这是一种古老观点。《敦煌本吐蕃历史文书》说：“于地方城邑，各有四蕃，有悉补野赞普德鄂王托杰，各自分离，有的人说属十二小邦，有的人说不属十二小邦。^①”这里肯定了聂墀赞普来自这四蕃。聂墀赞普并非来自一些不存在的天神和夜叉等种族，而是来自藏族人自己的种族。江朗巴·若贝多杰撰著的《雍布拉康志》记载聂墀赞普的来源时说：“昔日，波沃地方，有一位名为‘恰姆增’的妇女生下饿鬼九兄弟，幼子取名‘乌贝惹’，眉目俊秀，指间有蹼，能力甚大，故被全乡人驱逐。前往蕃地时，适逢蕃人寻王，相遇于强朗雅赖贡。众人问：‘你为何人？自何地来？’答道：‘我自波沃来，欲往蕃地。’众人

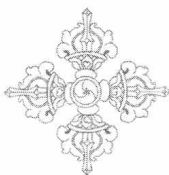
^① 《先言教藏》手抄本，第67页。

问：‘然则，你有什么能力？’答道：‘我法力甚大，故被众乡人逐出。’众人问：‘你可否做蕃之王？’答：‘尔等以颈载我，我有法力神变。’众便遵其命，以肩舆舁之，尊其为王，上尊号为‘聂墀赞普’。”因聂墀赞普是从波沃地方来的王，故尊号为“悉补野”（即波沃之王）。自从聂墀赞普为吐蕃王之后，开始了悉补野王世系。蔡弥穆杰和宗弥恰嘎担任此赞普的神师，创建了雍布拉康宫。部分本教史书记载，聂墀赞普时期创建了“索喀尔雍仲拉孜”和“青瓦达孜宫”，本教得到了发展。

在计算悉补野王统时，大部分著名的王统、教法史书引证较全面的提法是：聂墀赞普和纳木穆穆之子为穆墀赞普，穆墀赞普与萨丁丁之子是丁墀赞普，丁墀赞普与索塔塔之子为索墀赞普，索墀赞普与托迈迈之子为迈墀赞普，迈墀赞普与达拉嘎姆之子为达墀赞普，达墀赞普与思结拉姆之子为思墀赞普，以上七王通称为“天墀七王”。

到了第三十一代赞普囊日松赞时期，大部分卫、藏地区基本上纳入其管辖范围。赞普徙居雅鲁藏布江北岸，修建了墨竹的强巴弥居林城堡。在过去数百年中，小邦割据各霸一方，形成了互相侵袭的习惯。各将领居地自傲，想占领一片地方为王。因此，悉补野赞普的政权基础未得到巩固，最终囊日松赞自己亦被门地毒药杀害。

第三章 吐蕃赞普王统



第一节 赞普松赞干布

一、统一全藏

吐蕃赞普松赞干布是藏族人民无比爱戴的一位最具影响的古代民族英雄。至今，他的美誉在全中国乃至全世界各大洲传颂。

首先，关于赞普松赞干布的生卒年代，在藏族的《王统史》和《教法史》中说法不同，长期以来得不到统一，这不仅是历史争议，而且成为以后其他赞普王统年代方面问题产生矛盾的根源。近代著名历史学家根敦群培的《白史》对这一问题作了合乎实际的阐述，开创了藏族历史研究的先河，现在国内外大多数历史学家都以根敦群培的研究成果作为标准，进行评判。其中一部分人认为，松赞干布生于公元617年（藏历火牛年），这种观点和藏族古代历史学家娘·尼玛维色的《娘氏教法源流》、至尊·扎巴坚赞的《西藏王统记》、巴俄·祖拉陈瓦的《贤者喜宴》等名著的观点相同。

《白史》认为，松赞干布卒于公元650年（藏历铁狗年），这与桂译师宣努贝的《青史》、《敦煌本吐蕃历史文书》、《旧唐书》的