

# 藏族文化 发展史

上册

丹珠昂奔 著

甘肃教育出版社



ANG ZU WEN HUA FA ZHAN SHI

# 藏族文化发展史



丹珠昂奔 著

西藏高原的古气候、古环境与古人类  
旧石器文化  
中石器文化  
新石器文化  
陶器文化  
原始部落、婚姻  
原始信仰  
墓葬文化  
原始口头文学  
原始艺术  
原始建筑文化  
藏系民族与藏民族的形成  
苯教文化的初萌时期  
苯教文化的发展兴旺时期  
苯教文化的衰落时期

ISBN 7-5423-0855-6



ISBN 7-5423-0855-6/G·67  
(上下册) 定价: 100.00元

K281.4/14

# 藏族文化

## 发展史

上册

丹珠昂奔 著

甘肃教育出版社



首都师范大学图书馆



21595761



## 作者简介

ZANG ZI WEN HUA FA ZHAN SHI

丹珠昂奔，男，藏族，青海省海东地区人。1955年7月18日出生于甘肃省天祝藏族自治县。1977年全国恢复高考后，自青海省海西蒙古族藏族自治州考入中央民族学院读书，毕业后留校从事藏学研究工作。1990年调任中央民族学院藏学研究所副所长，1991年破格晋升为副教授，1993年破格晋升为教授，任藏学系主任、藏学研究所所长，1994年中央民族学院更名为中央民族大学，兼任民族学研究院副院长，1995年任中央民族大学副校长兼藏学系主任、藏学研究所所长。为北京市第六、七届青联常委，第七届全国青联委员，中国西南民族研究会副会长，中国民族理论学会副会长，中国少数民族文学学会副会长，中国少数民族作家学会常务理事，享受国务院特殊津贴的专家，《民族研究》、《民族文学研究》编委。曾被评北京市新长征突击手，1992年被评为北京市高等学校青年学科带头人，1993年被评为北京市优秀教师，1995年入选北京市“百人工程”成员，1996年获宝钢教育基金优秀教师特等奖。现任中央民族语文翻译局局长。

1993年起招收藏学专业藏族文化史方向研究生，主要讲授文化学通论、藏学概论、藏族文化史、藏传佛教与藏族社会发展、藏族制度文化史等课程。

主要专著有《佛教与藏族文学》（民族出版社1988年）、《藏族神灵论》（中国社会科学出版社1990年）、《藏族传统文化辞典》（主编之一，甘肃人民出版社1993年）、《藏族文化散论》（中国友谊出版公司1993年）、《历辈达赖喇嘛与班禅额尔德尼年谱》（主编，中央民族大学出版社1998年）、《藏族文化志》（上海人民出版社1998年）、《吐蕃史演义》（花山文艺出版社1987年）等。

尚发表有《藏族文化与现代性》、《论藏文化精神》、《藏族文化的构成》、《藏区寺院的功能及其改造》等论文百余篇。并发表过《在岁月脚下》、《草原上的传说》、《白雪山、红雪山》等数十篇中短篇小说。有多篇作品获奖，个人小传被收入十多部辞书。



---

---

# 目 录

---

导论	1
一、藏族文化史研究的对象和任务	1
二、藏族文化史研究的基本理论与方法	9
三、藏族文化的分类及其基本特征	15
四、藏族文化的精华与糟粕	21
五、研究学习藏族文化史的重要意义	29
六、藏族文化史研究的资料对象	36

## 第一编 史前文化时期

(约 10 万年前 ~ 约公元前 10 世纪)

第一章 西藏高原的古气候、古环境与古人类	43
第一节 上新世时期的古气候、古环境	43
一、上新世早期	45
二、上新世中期	47
三、上新世晚期	48
第二节 更新世时期的古气候、古环境	54
第三节 全新世早、中期的古气候、古环境	58

<b>第二章 旧石器文化</b>	64
<b>第一节 藏南的旧石器</b>	64
一、主要石器材料	65
二、文化分期与年代	68
<b>第二节 藏北的旧石器</b>	69
一、发现石器的时间、地点	72
二、主要石器材料	75
三、申扎、双湖地区的旧石器	81
四、文化分期与年代	83
<b>第三章 中石器文化</b>	86
<b>第一节 藏北的细石器</b>	86
一、发现石器的时间、地点	86
二、主要石器材料	87
三、文化分期与年代	93
<b>第二节 藏南的细石器</b>	94
一、发现石器的时间、地点	94
二、主要石器材料	95
三、文化分期与年代	100
<b>第四章 新石器文化</b>	103
<b>第一节 卡若文化遗址</b>	103
一、发现遗址的时间、地点	103
二、主要文物	105
三、文化分期与年代	111
<b>第二节 林芝文化遗址</b>	114
一、发现遗址的时间、地点	115
二、主要文物	117
三、林芝人	121

四、文化分期与年代 .....	128
第三节 墨脱文化遗存 .....	129
一、发现遗存的时间、地点 .....	129
二、主要文物 .....	130
三、文化分期与年代 .....	131
第四节 曲贡文化遗址 .....	131
一、发现遗址的时间、地点 .....	131
二、主要文物 .....	133
三、文化分期与年代 .....	139
第五节 乃东文化遗址 .....	139
一、发现遗址的时间、地点 .....	139
二、主要文物 .....	140
三、文化分期与年代 .....	141
第五章 陶器文化 .....	144
第一节 昌都陶器 .....	144
一、卡若遗址陶器 .....	144
二、小恩达遗址陶器 .....	148
第二节 林芝陶器 .....	151
一、林芝建司砖瓦厂陶器 .....	151
二、林芝云星遗址陶器 .....	153
三、林芝居木遗址陶器 .....	154
第三节 曲贡陶器 .....	155
第四节 石棺葬陶器 .....	159
一、澎波陶器 .....	160
二、贡觉陶器 .....	161
三、德钦永芝、纳古的陶器 .....	163
第六章 原始部落、婚姻 .....	168

第一节 原始部落	169
第二节 原始婚姻	175
第三节 原始巫与巫术	180
一、巫与巫术	181
二、占卜	191
三、巫与自然科学	196
<b>第七章 原始信仰</b>	<b>201</b>
第一节 大自然崇拜	201
一、龙神	201
二、年神	206
三、赞神	214
四、土主	217
五、家神	219
六、灶神	220
第二节 动物崇拜	221
一、雄狮崇拜	221
二、牦牛崇拜	223
三、羴羴崇拜	225
第三节 鬼魂和祖先崇拜	226
一、阳神和战神	226
二、寄魂物	232
第四节 图腾崇拜	233
第五节 灵物、偶像崇拜	236
一、护身符	236
二、央	237
三、偶像	238
四、箭神	238

<b>第八章 墓葬文化</b>	245
第一节 天葬与土葬	245
第二节 石棺葬	252
一、澎波石棺葬	253
二、乃东县的石棺葬	254
三、贡觉县石棺葬	258
四、朗县列山墓	261
五、西藏石棺葬的来源和特征	269
第三节 石棺墓中的铜器文化	275
<b>第九章 原始口头文学</b>	282
第一节 创世神话	283
第二节 生产神话	295
一、关于家畜来源	295
二、关于粮种的来历	297
第三节 英雄史诗	303
一、《格萨尔王传》的主要内容	304
二、格萨尔其人	307
三、《格萨尔王传》所反映的社会	311
<b>第十章 原始艺术</b>	319
第一节 原始歌舞	319
第二节 原始绘画(岩画)	323
一、藏北加林山岩画	323
二、阿里日土县的岩画	326
三、那兰巴哈毛力沟的岩画	336
四、海北刚察县的岩画	337
第三节 原始装饰艺术	339
<b>第十一章 原始建筑文化</b>	343

第一节	半地穴建筑 .....	345
第二节	地面碉房式建筑 .....	351
<b>第十二章</b>	<b>藏系民族与藏民族的形成</b> .....	<b>359</b>
第一节	藏族先民的东南迁徙 .....	359
一、	摇篮与发祥地 .....	359
二、	藏族先民的两次东南迁徙 .....	366
第二节	藏、羌问题的再认识 .....	372
一、	从炎帝谈起 .....	372
二、	禹问题思考 .....	376
第三节	关于藏系民族的来源问题 .....	384
第四节	藏民族的形成 .....	400
一、	关于民族形成的若干理论问题 .....	400
二、	藏人对自身形成历史的认识 .....	404
三、	藏民族的族称问题 .....	408
四、	有关藏族来源的几种观点 .....	412
五、	藏民族的形成 .....	419

## 第二编 苯教文化时期

(约公元前 10 世纪 ~ 公元 8 世纪)

<b>引言</b> .....	<b>433</b>
<b>第一章 苯教文化的初萌时期</b> .....	<b>437</b>
第一节 原始信仰的哲学化和苯教的产生 .....	437
一、三界观念 .....	438
二、天神观念 .....	439
三、卵生世界 .....	442
四、苯教祖师 .....	444
第二节 来自纳西族文化的信息 .....	448

一、与苯教相似的宇宙观和人类形成说 .....	450
二、与苯典相似的祖神（祖师）来源 .....	459
三、纳西人早期居地及迁徙 .....	466
四、纳西族创世歌所反映的时代 .....	472
第三节 藏系民族的火崇拜 .....	474
一、火把节仪式中的火崇拜性质 .....	476
二、火把节的日期与其他火崇拜现象 .....	480
第四节 科技 .....	484
<b>第二章 苯教文化的发展兴旺时期</b> .....	<b>489</b>
第一节 雅砻河谷文明 .....	489
一、王族的出现 .....	489
二、吐蕃王朝的兴起和发展 .....	491
第二节 苯教的发展与传布 .....	495
一、藏文化中的古波斯文化 .....	495
二、古波斯文化影响藏文化的两个时期 .....	499
三、苯教的文化制度 .....	504
第三节 青藏高原的统一 .....	508
一、兼并苏毗和象雄 .....	508
二、从蕃到蕃钦保 .....	512
<b>第三章 苯教文化的衰落时期</b> .....	<b>516</b>
第一节 苯教的衰落 .....	516
一、佛苯斗争 .....	516
二、苯教的佛化 .....	523
第二节 语言文字 .....	533
一、藏语的形成 .....	533
二、藏文的创制和运用 .....	539
三、藏文的标点符号 .....	543

第三节 典章制度 .....	548
一、职官制度 .....	549
二、兵制 .....	556
三、法律 .....	563
四、赋役、货币制度 .....	574
五、教育制度 .....	580
六、葬仪 .....	585
第四节 伦理思想 .....	598
一、辨善恶 .....	599
二、尽义务 .....	601
三、讲良心 .....	603
四、贵勇敢 .....	604
五、忠于家庭、婚姻 .....	606
六、坚持正义 .....	609
七、修养道德 .....	610
第五节 文学 .....	612
一、歌谣 .....	613
二、故事 .....	617
三、传记文学 .....	618
四、膨胀期的《格萨尔王传》 .....	622
第六节 科技 .....	629
一、藏历纪年 .....	629
二、藏医 .....	631
第七节 文化交流 .....	637
一、蕃、唐之间的文化交流 .....	637
二、与印度、泥婆罗的文化交流 .....	654

---

---

# 导 论

---

如喜玛拉雅，如雅鲁藏布，随着世界“藏学热”的兴起，越来越多的人在关注藏族文化，关注它的形态，关注它的特质，关注它成长、发展的历史；随着藏族文化走向世界，越来越多的人对这一从“香格里拉”走出的文化的独特内涵和独有风采感到惊奇！惊喜！

博大的青藏高原养育了博大的藏民族，博大的藏民族创造了博大的藏族文化。藏族文化是古老的，从五千年前的西藏新石器时代的遗址中我们找到它的源头和根须；藏族文化是丰富的，无论在衣食住行、风俗习惯，还是在哲学、宗教、伦理道德、语言文字、典章制度、文学艺术、天文历算、文化教育等诸多领域，在长期的文化积淀中它都取得了极为丰硕而灿烂的成果。

## 一、藏族文化史研究的对象和任务

涉及文化学（史、志等自然就在其中）的许多书籍中，都在解释“文化”这一概念，企图得到对“文化”的准确解释。据美国人类学家克鲁伯统计，世界各国的学者对文化的定义就有 164 种之多。藏语中使用现在意义的“文化”概念，大约经过了这样

一个过程：英文、法文的 culture，德文的 kultur，俄文的 культура，都由拉丁文 cultura 演化而来，演化过程中都基本保留了种植、耕作、修养等含义。如 culture history（文化史）。19世纪随着欧洲人类学等学科的兴起，渐次传布世界各国。据一些研究者探讨，中国汉文中的“文化”一词是19世纪末由日文转译而来。而古时汉文资料中，此类提法已存在。如：

《周易·贲卦》：“观乎人文，以化成天下。”

孔颖达《周易正义》：“言圣人观察人文，则《诗》、《书》、《礼》、《乐》之谓，当法此教而化成天下也。”

迄之汉代刘向的《说苑·指武》，则更为明了：“圣人之治天下也，先文德而后武力。凡武之兴，为不服也；文化不改，然后加诛。”文化便有“教化”之含义。

藏文中的“文化”（འགྲུབ་ལྡན་པ།）一词使用同样很早，大约源于对印度十明文化的藏译。汉译为“明处”。如：

十明 འགྲུབ་ལྡན་པ་བཅུ།

大五明 འགྲུབ་ལྡན་ཆེ་བ་ལྔ།

小五明 འགྲུབ་ལྡན་ཆུང་བ་ལྔ།

有时“འགྲུབ་ལྡན་”一词就是“明处”（大五明）之对译。如：

医方明 འགྲུབ་ལྡན་གཉིས་པ།（大五明之第二）。

吐蕃王朝赤热巴巾（814~841年在位）时，为了译经的需要，曾集中一批翻译大德对所译佛教经典进行讨论、研究、厘定藏文，产生了两部对后世卓有影响的书，一部叫《声明要领二卷》（ལྷ་རྩལ་ལམ་གཉིས་མ།），一部是梵藏对照的词典，叫《翻译名义集》（ལྷ་ཉི་ལྷན་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་མོ།），后世历代文人墨客均将此奉为金科玉律，并收入《大藏经·丹珠尔》<sup>[1]</sup>。此书有“五明处”（འགྲུབ་ལྡན་ལྔའི་མེད་།）款，记有大五明：

医方明 གསུ་བ་འགྲུབ་པ།

因明 གཏམ་ཚེགས་རིག་པ།

工巧明 བཟོ་རིག་པ།

内明 བཤེན་རིག་པ།

声明 ལྷ་རིག་པ།

后世文字，逐渐将此演化，将“文化”译为“རིག་གནས།”。一些新词亦沿袭此法：

文化教育 རིག་གནས་སྦྱང་གསོ།

文化大革命 རིག་གནས་གསར་བཟོ་ཆེན་པོ།

随着20世纪80年代文化学热的兴起，对其中的一些专用术语，学者们也采取了同样的译法。如：

文化人类学 (cultural anthropology) ( མེད་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་རིག་པ། )

文化生态学 (cultural ecology) ( རིག་གནས་སྐྱེས་ངོས་རིག་པ། )

而“རིག་པ།”、“ལེས་རིག”两词常译为“学”（如藏学）或“文明”（civilization）。

在通常的理解中，尤其是在一些受藏传佛教寺院教育较深的学者中，其理解藏族文化（甚至是藏学）的内涵为“十明之学”，即来之于历史以来的这种几乎是固定的“十明教育”形式。显然，我们理解的藏族文化并不限于“十明之学”，而依据于文化学的一般理论。

每个民族的文化都是有一定结构的，即一种文化无论从形式看是何等的纷繁、错综，实际都有内在的联系，构成有系统的统一的有机整体。一种文化既是一个有机的整体，其中便存在着有层次、有秩序依据逻辑规律的排列，形成其相对稳定的结构。

对于文化结构（系统）的认识学术界有多种观点。有主张分为物质文化和精神文化两类的，有主张分为物质文化、制度文化、风俗（或行为文化）、精神（或思想价值观念）文化四类的，也有分为世界模式、习惯心理、思维方式、情感方法、价值尺度

或物质生产和生产力状态、由生产力状态所决定的经济关系（即生产关系）、在生产方式基础上形成的社会制度、由生产方式和社会制度而形成的社会心理、反映各种社会心理的思想体系五类。显然，这样的分类根据不同的角度还可以列出若干种。而我在考察藏族文化时，一般分为三层：即表层的物质文化，里层的制度文化，深层的精神文化。它基本代表了在一文化系统中，人与自然、人与社会、人与自身的内在作用关系，也体现了一定的层次性，因为不注意层次性，就看不清各种文化类型、系统在一大文化系统中的地位、作用和它们彼此间的联系性。一种文化是一个整体，是立体结构，既有其稳定的一面，又有变异的一面；稳定是相对的，因而其内部有动态的平衡系统，而其结构处于非平衡状态，不断运动，不断发展（扬弃和吸收），不断完善，不断丰富，不断进步。一种文化的历史，则是一个民族的历史——外在的、内在的、光明的、黑暗的、伟大的、渺小的……——是这个民族的全部——袒裸着的肢体、灵魂、智慧、五脏六腑、骤致的伤痕或岁月侵蚀的斑纹。

### （一）藏族文化史研究的对象

倘若我们用简略的语言概括，藏族文化史所研究的对象，主要应该是藏民族历史上发生的藏族社会意识形态的文化（如哲学、宗教、文学、艺术、教育等）及其演变、发展、变异的历史，从而从总体上探索其运行的轨迹，把握其内在规律，准确地认识其价值观念、思维方式、文化内涵、文化精神，为现实服务。分类看，主要有以下几方面：

#### 1. 物质文化。

藏族物质文化的范围主要有：（1）衣、食、住、行；（2）生产，包括农业、牧业、林业、渔业等；（3）科学技术，主要包括天文、历算、藏医等。物质文化有很强的民族性、时代性，同时