

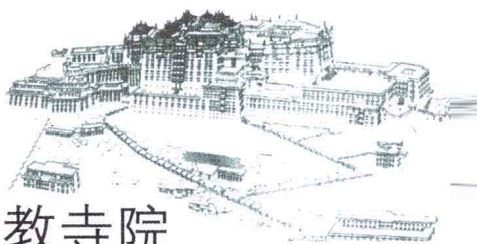
拉萨市藏传佛教寺院

Monasteries of Tibetan Buddhism in Lhasa Area



◎群 培 著
◎罗 旦 译注
◎陈庆英 校

西藏人民出版社



拉萨市藏传佛教寺院

Monasteries of Tibetan Buddhism in Lhasa Area



◎群 培 著
◎罗 旦 译注
◎陈庆英 校

西藏人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

拉萨市藏传佛教寺院/罗旦编译.
—拉萨:西藏人民出版社,2010.9
ISBN 978-7-223-02866-0

I.①拉… II.①罗… III.①喇嘛教—寺庙—简介—拉萨市
IV.①B947.275.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 069171 号

拉萨市藏传佛教寺院

作 者 罗 旦

责任编辑 计美旺扎

特约编辑 边巴多杰

装帧设计 陈玉丽

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

电话:010—84644519

印 刷 北京方嘉彩色印刷有限责任公司

经 销 全国新华书店

开 本 32 开 (889×1194)

字 数 250 千

印 张 12.5

版 次 2010 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-223-02866-0

定 价 42.00 元

版权所有 侵权必究



汉译本前言

本书是根据民族出版社2004年出版的群培先生的藏文著作翻译而成，由中央民族大学藏学研究院的博士研究生罗旦翻译并注释。他们两位都是在拉萨地区土生土长的藏族学者，出于对家乡地域文化的热爱，出于对拉萨地区的藏传佛教寺院文化的热爱和将其介绍给更多的人的目的，他们不辞辛劳地撰写和翻译了这部著作。这部书的主要内容是介绍拉萨地域文化的重要组成部分，即拉萨的藏传佛教寺院的分布及其文化资源，这对于关心拉萨的宗教文化的广大读者来说，是一件十分可喜的事情。

随着西藏经济社会的发展和交通条件的改善，西藏自治区的旅游观光事业有了飞速的发展，到西藏旅游的国内外游客逐年增多，关注西藏的地域文化的——不管去没去过西藏的人，也在逐年增多。为了满足大家了解西藏地域文化的需求，各个出版社已经出版了许多介绍西藏风土人情、宗教文化的书籍，在众多介绍西藏和拉萨的寺院和宗教文化的书籍中，本书的藏文原著具有几个大多数同类著作所没有的特点。

其一是完整性。许多针对旅游者的书籍只是介绍重要的寺院和交通沿线旅游热门景点，而本书则是群培先生在退休之后自己骑着自行车走遍了拉萨地区现存的每一座寺院之后写成的。因此本书介绍了拉萨地区现存的每一座藏传佛教寺院，其完整性超出了以往出版的同类著作。

其二是系统性。本书对每一座寺院的建寺历史、教派、殿堂、佛像、著名文物等作了尽可能详细的介绍。尤其是许多位于偏僻乡村的小寺院，以前的书籍中没有提到过，本书不仅将其搜罗无遗，而且做了系统的介绍，这是以前的旅游书籍没有做到的。

其三是乡土性。本书作者群培先生生于拉萨，长于拉萨，几十年工作在拉萨，长期担任拉萨市堆龙德庆县中学的藏文教师和西藏藏戏团的编剧，对拉萨的乡土文化非常熟悉，因此本书具有浓郁的乡土气息，不仅在编排体例上继承了藏文著作中大量的寺庙志的传统，而且吸收了许多民间的传闻和典故，许多为其他旅游书籍所不载的宗教故事也收录其中；对寺院的一些佛像、佛塔和文物等，本书没有详细介绍其尺寸、质地、制作年代和艺术风格等，主要介绍这些佛经、佛塔和文物在僧俗信徒们心目中的形象和地位，这些内容为研究拉萨的乡土文化和群众的宗教心理提供了丰富的历史资料。

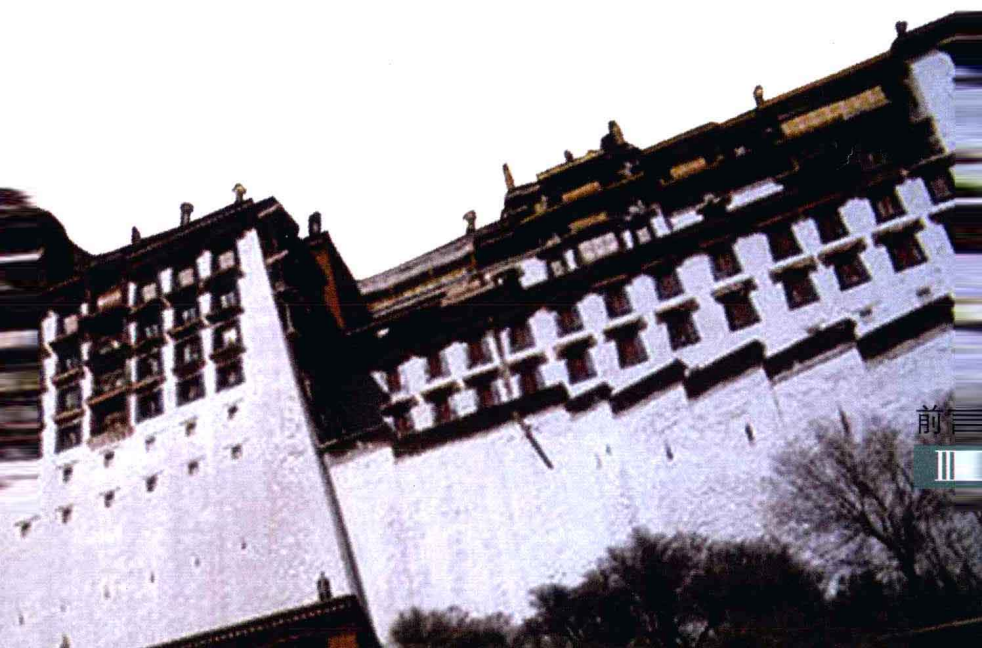
本书的汉译者罗旦，自幼生长在拉萨，父母亲



都是从事文化工作的藏族知识分子，耳濡目染，受到拉萨的风土文化的熏陶，后来又回到内地西藏中学读书，大学本科学英语，硕士学法律，博士阶段又攻读藏学，可以说对多种语言和文化有很好的基础，在博士学习期间即努力翻译这部藏文著作。更难得的是，本书的翻译得到了作者群培先生的鼎力支持，群培先生还带他去了许多寺院，介绍本书的内容，随时解疑释难，为汉译的顺利完成提供了保证。为了帮助对西藏历史和藏传佛教比较陌生的读者了解本书的内容，汉译者还增加了一些必要的注释，因此相信本书的汉译本会对广大的汉文读者理解拉萨的藏传佛教寺院和宗教文化有重要的助益。

陈庆英

2010年4月于北京





目录

④ 拉萨市概况 1

④ 拉萨市区藏传佛教寺院 2

大昭寺/3

布达拉宫/11

丹杰林寺/17

吉崩岗佛殿/20

惹卡察寺/22

磨盘山关帝庙/24

米穷日寺/27

曲桑日追/28

色拉寺/30

小昭寺/36

宗角禄康/39

仓姑寺/41

策墨林寺/42

次觉林寺/44

宫布萨日追/46

卡日寺/48

罗布林卡/50

乃穷寺/53

普布觉寺/59

日松贡布四方寺/61

下密院/62

哲蚌寺/65

蔡公堂寺/71

查日日追/73



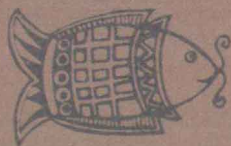
功德林/74
卡多日追/78
帕崩卡寺/79
日嘉桑丹林寺/82
喜德寺/84
玉仁拉康/86
药王山寺/87
绕赛赞康/90
次巴拉康/92

乃古东寺/93
木如旧寺/94
拉隆日追/96
吉仓西日追/98
噶玛夏寺/101
布旦康萨/104
查拉鲁固/106
扎基寺/108

 林周县藏传佛教寺院 112

查色康寺/113
加察寺/116
热玛强康寺/118

边丹孜寺/121
觉旦寺/122
纳卡尔寺/124



CONTENTS

桑丹林寺/126

霞寺/128

达隆寺/130

加日寺/132

康隆日追/135

乃苏寺/136

那木寺/138

热振寺/139

森库寺/145

博多寺/146

甘丹曲阔寺/148

坚玲弥康寺/150

拉姆康寺/152

罗杂寺/154

呢木寺/156

仁青查寺/158

司木寺/161

楚杰寺/162

查久寺/163

衮巴萨巴寺/164

杰拉康/166

朗塘寺/168

那烂陀寺/170

曲丁寺/173

直龙寺/175

桑丹顶寺/176

本扎寺/178

⑧ 堆龙德庆县藏传佛教寺院 180

措美寺/181

热果寺/183

念寺/185

热擦日追/186

宇妥风寺/188

巴普寺/190

达隆查寺/192

嘎东寺/194

兰巴寺/195

乃朗寺/197

桑杰寺/199

贝瑟尔寺/201

丁嘎寺/203

觉木隆寺/205

朗杰色康/207

齐米隆寺/209

桑普寺/211

楚布寺/214

喀隆日追/218

尼玛塘寺/219

邱桑寺/221

雄巴拉曲寺/223

堆龙温泉/224

◎ 墨竹工卡县藏传佛教寺院 226

嘎则寺/227

尼玛江拉谢扎/228

仁青林寺/230

梯钦谢珠林/231

止贡梯寺/232

阿羊寺/236

杰定寺/238

切嘎寺/239

如托寺/240

夏拉康寺/242

孜雪寺/244

邦萨寺/246

卡嘉寺/248

曲龙寺/250

塔巴寺/252

亚玛日追/253

宗孜寺/254

第尔卓寺/255

玛拉寺/257

饶杰林寺/258

唐久寺/260

阳日嘎寺/262

◎ 尼木县藏传佛教寺院 264

毗卢寺/265

如寺/267

格吉寺/269

桑日寺/271

曲德寺/273

卓瓦曲典寺/274



CONTENTS



④ 曲水县藏传佛教寺院 276

朗珠寺/277

弥曲林寺/279

曲果羊则寺/280

乌香寺/282

吉蔡寺/284

聂塘卓玛拉康/286

雄色寺/288

绛寺/290

聂塘扎西岗寺/292

桑央查寺/294

热堆寺/296

塔巴林寺/299

④ 当雄县藏传佛教寺院 300

拉托嘎巴寺/301

康玛寺/302

嘎罗寺/304

羊八井寺/305

江热寺/307

④ 达孜县藏传佛教寺院 308

罗寺/309

扎叶巴寺/311

嘎庆桑阿卡寺/315

帕木寺/318

仲堆贡朋寺/320

巴寺/324

甘丹寺/326

穷仓寺/332

尊母蔡寺/334

次色寺/336

拉木寺/337

霄寺/338

④ 拉萨地区主要藏传佛教节日 340

④ 人名、神佛像名藏汉对照 368

④ 参考文献 376

④ 手绘拉萨市藏传佛教寺院分布图 378

④ 后记 387

拉萨市是西藏自治区首府，是西藏自治区的政治、经济、文化中心。拉萨市位于西藏自治区中部稍偏东南的雅鲁藏布江支流拉萨河中游。

拉萨以风光秀丽、历史悠久、文化灿烂、传统民情独特、名胜古迹众多、宗教色彩浓厚而闻名于世，是国务院首批公布的24个历史文化名城之一，位于拉萨城市中心的布达拉宫、大昭寺、罗布林卡被联合国教科文组织列入世界文化遗产名录。

念青唐古拉山脉屹立于拉萨西北，并蜿蜒于东南。逶迤的冈底斯山脉矗立于南部，并向东西延伸。整个地势由西北向东南倾斜，西北部为藏北草原的南缘地带，平均海拔在4500米以上，最高海拔唐古拉山主峰为7168米。中南部为拉萨河谷和雅鲁藏布江河谷，平均海拔在3500米左右，平原宽阔，植被葱郁，物产富饶，是拉萨市的主要农业区。由于地势高耸，河谷平原狭长，形成了独特的高原季风气候。主要表现为：日照充足，太阳辐射强烈；日温差大，年温差小；四季不明显，冬无严寒，夏无酷热；降水量少；干湿季分明，干季多大风，湿季多夜雨；蒸发量大，空气干燥。

① 由于原文有关拉萨市及其郊县的情况介绍过于简单，因此译者从拉萨市政府网上摘编了相关内容。见 <http://www.lasa.gov.cn/lsgk/>。





㊟城关区概况

城关区是拉萨市唯一的市辖区，位于雅鲁藏布江支流拉萨河中游，平均海拔 3658 米，面积 554 平方公里，城市建成区 51.4 平方公里，聚居着藏、汉、回等 31 个民族，气候宜人，年平均气温 8℃，年降雨量 500 毫米左右，降雨集中于 7、8、9 月份，多夜雨。日照时间每年长达 3000 小时以上。夏无酷暑、冬无严冬。

城关区不但是西藏政治、经济、文化、交通、通讯、教育的中心，而且是西藏宗教文化最发达的地区，经过漫长的历史过程已发展成为海内外旅客来藏的目的地和了解西藏的重要窗口。作为西藏宗教文化最发达的地区，拉萨市众多名胜古迹大多坐落在城关区。

拉萨市区藏传佛教寺院



འཇུག་ལག་ཁང་། 大昭寺

该寺全称叫作拉典惹萨墀囊祖拉康^①，意为羊土神变寺，也叫做惹萨噶喜墀囊祖拉康，意为四喜幻化寺：四门的坛城花纹表上师喜悦，顶梁柱上金刚橛图案表密教师喜悦，墙角雍仲符号表苯教徒喜悦，椽木屋梁间方格图形表百姓喜悦。

大昭寺位于拉萨老城区的中心地带。松赞干布还未在红山（玛布日）上修建布达拉宫前，由于吉曲河（即拉萨河）流经此地，因此现在拉萨所在地当时被称做吉曲，今天大昭寺所处的位置曾经是一片叫作沃塘的小湖。赞普松赞干布先后迎娶尼泊尔赤尊公主、汉地文成公主。两位公主分别为藏地带来了现供于小昭寺的释迦牟尼8岁等身不动金刚像、供于大昭寺的释迦牟尼佛12岁等身像。来到吐蕃没多久，赤尊公主就想建造一座佛殿，专门用来供奉她所带来的释迦牟尼像。对于这个想法松赞干布当即应允。同时赤尊公主就佛殿的具体位置派女仆前去征询文成公主的意见。文成公主根据《占卜历算之书六十种》，算出了修建佛殿的具体位置，并一一向赤尊公主的女仆做了交代。可是不知何故，女仆却没有如实地将文成公主的意思向赤尊公主转述清楚，结果导致不能顺利填湖建寺。头一天晚上打的地基，第二天白天建起来的架构，当天晚上就被“非天”给拆毁。赞普很快就知道了这件事，但是他装作不知情的样子携赤尊公主及一行人来到湖边。赞普取下戒指抛向空中，戒指在空中划了个

① 拉康即神殿之意。



大昭寺

圆弧落入湖中，随即湖中央一座各色光影构成的佛塔浮现在众人眼前。赞普当即念咒发愿，大臣们和周围的老百姓也纷纷将石块扔入湖心垒成了石塔，旁边则用木桩加固，幻化的山羊驮土填湖。可是，白天建的，晚上都被鬼神给尽数拆掉。于是赞普带着两位王妃前往拉萨北郊的帕崩卡修持，向观音菩萨发愿祈求。观世音菩萨显灵告诉赞普，西藏的地形犹如女魔仰卧状，必须通过占卜、火灸等方法在女魔的手心足掌修建寺庙镇住女魔，这样才能建成佛殿。于是在女魔右肩之地乌如上建鸣泽寺，女魔左肩的约如地方修建昌珠寺，女魔右足处叶如建仲巴江寺，女魔左足处约如建信章寺。为进一步克制女魔，又在女魔关节处再修四大重镇寺庙：在女魔左肘上建洛扎空厅寺，右肘上建布曲寺，左膝上建江扎东哲寺，右膝上建绛真格杰寺。又根据推算建四大镇翼寺：在女魔左掌心建隆塘卓玛寺，在右掌心上建明塘吉曲寺，左足心上建日喜卓玛寺，

在右足心上建包巴弄伦寺。共建成四大镇肢、四大镇节再加四大镇翼，这就是有名的四大镇魔寺。后来松赞干布又在女魔的手心足掌修建了康·陇塘卓玛寺、巴·卓杰楚寺、采日·协饶卓玛寺以及仓巴·隆伦寺。尽管当时建成的大昭寺其规模不能和我们现在看到的大昭寺同日而语，但毕竟了却了赤尊公主的心愿。为了博得其父王的欢心，赤尊公主特意将大昭寺的门开向西面面朝尼泊尔的方向。小昭寺也同时建成。两尊佛像被分别请进大、小昭寺。相传松赞干布死后，芒松芒赞继位期间，在听说唐朝的军队将会攻入拉萨之际，小昭寺的释迦牟尼佛像被秘密藏在了大昭寺镶有驱魔镜的南大门里，并在测量了佛像在木门里的具体位置后，在上面画上了文殊菩萨的像作为记号。又将大昭寺供奉的释迦牟尼不动金刚像迎请到了小昭寺。唐朝军队攻入拉萨后将红山上的宫殿焚毁，本来还想将释迦牟尼像带回，可由于佛像太重不得不留在曲龙地方^①。后来，当赤松德赞的母亲金成公主（出嫁到拉萨后）以“要去参拜姑奶奶（文成公主）的佛堂”为名来到小昭寺时，知道文成公主从大唐带来的释迦牟尼佛已经不见了。通过星算，金成公主算出佛像藏在大昭寺镶有镜子的南门里^②，当她正准备撕开上面的文殊菩萨像取出佛像时，文殊菩萨画像居然开口说道“我可以让开”，因此这个文殊菩萨像又被叫作“启口说话

① 据宗教史记载，公元650年松赞干布去世后，谣传唐朝进兵西部吐蕃，为使文成公主带来的释迦牟尼像不被唐兵带走，将大、小昭寺的两尊佛像对调了一下。至今没有任何确切资料表明唐朝军队这时进攻吐蕃和攻入拉萨。

② 另一种说法是金成公主认为：“在建造序列上，应有5个门的佛殿却仅有4门，此处应该有一佛堂。”于是金成公主“用手敲打突出的南壁，遂露出了一条缝隙，揭去泥墙，开门看见释迦牟尼佛像在其中”，见恰白·次旦平措等著，陈庆英等译，《西藏通史·松石宝串》，西藏古籍出版社、《中国西藏》杂志社，1996年，第134页。

佛”^①。当人们准备把金城公主找到的佛像放到大殿中央时，原供奉在此处的燃灯佛像居然也开口说“我不搬”，于是不得不把它放在释迦牟尼佛像后进行供养。此后，大昭寺经历了无数次的兴衰，断断续续做了多次的修复和扩建，但是直到第五世达赖喇嘛时期才有了大规模的改扩建工程。

据记载，宗喀巴大师为释迦牟尼像戴上了用纯金打造的头冠，为不动金刚像戴上了用白银打造的头冠，自此这两尊佛像从化身的装束变成了报身佛的装束。

就这样，大昭寺从内到外时断时续地进行着一些扩充。这包括摆放了更多的佛像、佛塔、佛经，以及赞普亲手画的五方佛壁画、赞普时期书写的观世音菩萨的六字真言、装藏是擦拭赞普尸身的盐巴的佛塔等。最最珍贵的理所当然的是那尊释迦牟尼像了。据说这尊佛像起初是由天神帝释天搜罗了天上人间最珍贵的10种原料，由号称工匠之王的彼夏伽玛在熔炉中锻造，由释迦牟尼本人为佛像开光。制成后先被迎请至神界，后来到邬金^②，接着又被供奉于古印度中部的马哈达尔。随后为报答汉地皇帝的皇恩浩荡，又从水路将佛像迎回内地。自此，释迦牟尼佛像一直在内地供养，直到文成公主远嫁吐蕃时，唐王将佛像作为圣缘^③送给了文成公主。该佛像至今仍供奉在大昭寺中。释迦牟尼佛像旁边是由响铜制成的文殊菩萨像，后面是启口燃灯佛，其后是桑嘎尔译师帕巴喜绕立的释迦雪域海

① 为了叙述方便，译者将本书中所有相传曾经“开口说话”的佛像，统称为“启口说话佛”。

② 古印度因陀罗菩提王国名，其地在今巴基斯坦北部到阿富汗一带。又称圣物缘分，佛教徒各人缘分内应得的佛像、佛经、佛塔。

③ 释迦牟尼的异称。