

JICHU ZANGYIYAOXUE CONGSHU

基础

基础藏医药学丛书

藏医学史

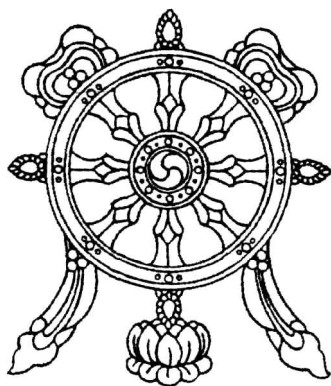
王智森 □ 编著

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

基础藏医药学丛书

基础藏医学史

王智森 编著



中国中医药出版社
· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

基础藏医学史/王智森编著. —北京: 中国中医药出版社,
2013. 5

(基础藏医药学丛书)

ISBN 978 - 7 - 5132 - 1409 - 4

I. ①基… II. ①王… III. ①藏医 - 医学史 IV. ①R291.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 071421 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

北京市燕鑫印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

*

开本 880 × 1230 1/32 印张 5.75 字数 138 千字

2013 年 5 月第 1 版 2013 年 5 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 1409 - 4

*

定价 20.00 元

网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

《基础藏医药学丛书》

编 委 会

主 编 王智森

编 委 (按姓氏笔画排序)

扎西顿珠 毛继祖 吴存虎

赵正平

千百年来，藏民族在位于地球第三极的严峻环境中创造了属于自己的神奇历史；同样神奇且神秘的，是伴随藏民族健康生存发育强壮的藏医药学。藏医药学，作为中国传统医学宝库中的一朵奇葩，具有悠久的历史和丰富的医药文献。和汉族的中医药学一样，它以自己独具特色、绚丽多彩、疗效确切的种种特点，正在世界医学之林占据愈来愈重要的地位，扮演着保护人类健康不可缺少的角色。王智森博士致力于藏医学研究二十余年，发掘藏医学的医理医方，创办卓有建树的藏医药研究所及医疗机构，研制开发新的藏药产品，而且勤于思考，笔耕不辍，对藏医学的科学发展时有成果，著述甚丰。

藏医药是凝聚高原民族的千年智慧，并融合了古印度医学、古波斯医学和古中医学的主要精髓并自成体系的医药学，距今已有 2300 多年的历史。其中《医学大全》、《无畏的武器》、《月王药诊》、《四部医典》等藏医经典医著促进了藏医药的发展，为人体生理、病理、病因病机、诊断、治疗等方面的研究奠定了坚实的理论基础。

全面、准确、及时的记录和反映藏医学研究发展状况，是藏医药学科建设的需要，也是对藏医药专家学者的要求。但由于藏医学历史悠久，大量的藏医学知识分散在浩瀚的藏文典籍中，加之文化和语言的沟壑而被历史尘封，给藏医学科技工作者带来极大不便，给藏医学的应用和进一步开发研究带来了较大困难。

藏医药学是仅次于中医药且有系统理论的民族医药，有着丰富的内容和浩瀚的医学文献，几千年来为我国藏区人民的健康和繁衍昌盛作出了重要贡献。这部由王智森教授编著的《基础藏医学史》，系统搜集相关历史材料，脉络清晰地叙述了藏医学史的全貌及重要特征，为有兴趣的读者及广大莘莘学子了解博大渊深的藏医学提供了可靠的指南。或如作者所言，本书可使世界更了解藏医学，藏医也在走向全世界。

北京大学历史文化资源研究所常务副所长
李郁教授

2013年1月28日

藏医学不仅是我国传统医学体系当中的绚丽瑰宝，同时也是世界最古老的传统医学体系之一。其孕育于有“世界屋脊”之称的青藏高原，是勤劳、朴实、智慧、勇敢的藏族人民长期与恶劣的自然环境、高原地区种种疾病进行斗争、争取健康长寿的经验积累，具有鲜明的民族特色和显著的疗效。即使在西方医学甚为发达的今天，其流传的珍贵文献仍具有极为重要的学术研究和临床应用价值。

目前藏医学虽然已经在世界医学体系中占有愈来愈重要的地位，为人类的健康事业作出了卓越的贡献，但是人们对藏医学的起源、来历、传承等历史却所知甚少。因此，为了让更多的人认识藏医学，了解藏医学，使藏医学能更好更快发展，同时也是出于本人对传统藏医学的热爱和责任感，通过深入研究和挖掘，整理各种文献资料，编写了本书。书中对藏医学的悠久历史进行梳理和总结，并对其起源、传承做了全面而系统的介绍。

《基础藏医学史》是以藏族的历史发展为纲，以年代为线索，完整的介绍了藏医学是如何从无到有、从原始状态的医疗活动到复杂的发展状态、从

低级到高级的发展进程，并且对重要的年代和突出的人物、著作做了详细的介绍。

第一章主要介绍藏医学的起源，包括地理环境、藏族来历和藏医学的原始雏形等内容；第二章主要介绍藏医学的奠基，以及当时宗教、文字、吐蕃王朝等对藏医学的影响和主要的代表人物及著作；第三章主要介绍藏医学的发展，包括历史背景对藏医学的影响，以及藏医的衍承变革、突出的代表人物和著作；第四章主要介绍藏医学繁荣发展的现代时期，以及新时期各种政策对藏医的扶持和藏医学的现状。

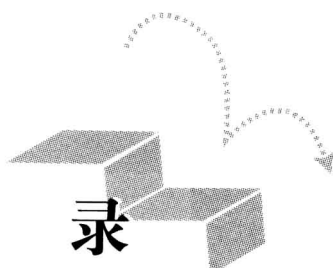
本书在编写过程中，得到国家中医药管理局原副局长诸国本教授、中国中医药出版社学术编辑部华中健主任、北京大学历史文化资源研究所常务副所长李郁教授、华中科技大学同济医学院博士生导师陆付耳教授、中国中医科学院甄艳博士、青海民族大学毛继祖教授，以及石家庄藏诺藏医药研究所赵献超主任等人的大力支持，在此特向他们致以衷心的感谢。另外，本书授用了部分参考书中的一些资料，在此特向有关作者致谢。

由于本人学术水平有限，加之时间仓促，本书疏漏和错误之处在所难免，热切盼望广大读者提出宝贵意见以便再版时修订。

王智森

于北京大学

2013年2月24日



目 录

CONTENTS

1 第一章 萌芽时期

1 第一节 地理环境

8 第二节 神话传说

10 第三节 藏族起源

15 第四节 藏医药学的起源

17 第二章 奠基时期

19 第一节 原始宗教与藏医药

22 第二节 早期的文字雏形

24 第三节 吐蕃王系时期

28 第四节 吐蕃时期

61 第五节 吐蕃时期的苯教

67 第六节 吐蕃时期的文字

73 第三章 发展时期

74 第一节 萨迦和帕摩竹王朝时期

98 第二节 甘丹颇章时期

130 第三节 近代时期

145 第四章 繁荣时期

145 第一节 历史背景

148 第二节 新时期的藏医医疗事业

153 第三节 藏医教育事业

156 第四节 学术交流

160 第五节 藏医药现状及进展

172 主要参考资料

第一章 萌芽时期

藏医药学是祖国医学宝库中的重要组成部分，它起源于藏族先民的生产、生活实践，是勤劳勇敢的藏族先民在悠久的历史长河中，用他们顽强的生存意志，与恶劣的自然环境、各种灾害和疾病进行不断斗争，而探索和积累出来的大量治疗各种疾病的医药经验。尽管刚开始时的一些经验是极其简单、原始的，甚至很多是一些不自觉的经验。但是，也正是这些原始的粗浅经验，塑造了藏医药最原始的雏形，它是保证人们健康所不可缺少的医学。经过漫长的发展，藏族人民积累并最终形成了今天的具有其民族特色的藏医药学。

第一节 地理环境

要想了解藏医学的起源，首先就要了解藏族先民们生活的自然环境。藏族先民们生活于西藏高原，自然环境十分复杂，就地理地形而言，这里是“世界屋脊”，平均海拔 4000 米以上，号称地球第三极。许多河流发源于此，湖泊星罗棋布，气候复杂，所有这些，都与藏民族特性的形成有密切关系，在一定程度上影响着藏医药的形成、发展和特点。

据考察，在远古的时候这里曾经是浅海低陆，被浩瀚的海



水覆盖，但从三叠纪晚期开始，也就是距今 200 万 ~ 300 万年前，由于大陆板块运动而开始大幅度隆起，相继经过海西运动、燕山运动和始新世的喜马拉雅运动及第三纪的喜马拉雅造山运动，印度板块向北俯冲，才最终造成西藏高原的拔地而起，形成了今天我们所看到的“世界屋脊”，世界上最高最大最年轻的高原。在《贤者喜宴》中曾记载：“上部阿里三围如池沼，中部卫藏四茹像沟渠，下部多康三岗若田地，全境似在海洋之中……大海沸寂极清凉，‘贡格曲拉’被开通，四茹满水沉其中，周围之水亦沉入，藏区地形重展现。”意思是说古代的藏区三部都在海水淹没之下，直到所谓“新世纪”时期，“贡格曲拉”裂开，海水均流入其中，藏区三部露出地面，并上升成西藏高原。

西藏地处我国西南边疆，是世界上最高的青藏高原的主体部分，位于北纬 $28^{\circ} \sim 37^{\circ}$ ，东经 $75^{\circ} \sim 103^{\circ}$ 。由一系列巨大的山系、高原面、宽谷和湖盆组成，自然环境复杂，地形地貌多样，基本上可分为极高山、高山、中山、低山、丘陵和平原六种类型。此外，还有冰缘、岩溶、风沙、火山等地貌，奇特多样，千姿百态。

一、山脉

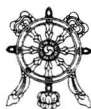
西藏高原上许多闻名世界的高大山脉，构成了高原地貌的基本骨架，也是古代和现代冰川发育的中心。5000 米以上的山峰终年积雪，冰川广泛发育，山舞银蛇，蔚为壮观。这些山脉按走向可分为东西向和南北向两组，大致作弧形展布，中间撒开，两头收敛，在高原的西端形成帕米尔“山结”，在东端构成横断“山束”。“山结”、“山束”所在，群山汇集，地势尤为高峻。

东西向山脉主要有：

喜马拉雅山脉，蜿蜒于西藏高原南侧，是一条近似东西向的弧形山系，由许多平行的山脉组成，其主要部分在中国与印度、尼泊尔的交界线上。全长 2400 公里，宽 200 ~ 300 公里，山势高峻雄伟，平均海拔 6000 米以上。其间高峰林立，超过 7000 米的山峰有 50 多座，超过 8000 米的有 11 座。海拔 8848.43 米的世界第一高峰珠穆朗玛峰耸立在喜马拉雅山脉中段的中尼边界上，为地球之巅、万山之首。珠穆朗玛峰周围 5000 多平方公里内，有 8000 米以上的高峰 4 座，7000 米以上的高峰 38 座，这种高峰汇聚的现象为世界其他山区所未见。这里不仅自然景观壮丽，而且是探索地球奥秘的窗口，被称为地球的第三极。

冈底斯 - 念青唐古拉山脉，横亘于西藏高原中部。冈底斯山意为“众水之源”，念青唐古拉山意为“大亲眷光明之神”。两山之间没有明显的界线，大致在东经 90°附近。这条基本上连续延伸的巨大山系，是藏南、藏东南的分界线，也是西藏外流河与内流河的分界线。山系东西长 1500 公里，南北平均宽约 80 公里，平均海拔 5000 ~ 6000 米，东西两端高，中间稍低，超过 6000 米的高峰有 25 座，其中冈底斯山主峰冈仁波齐峰海拔 6656 米，念青唐古拉山主峰念青唐古拉峰海拔 7117 米。冈仁波齐峰藏语意为“大雪神山”，是著名的佛教朝圣地。

喀喇昆仑 - 唐古拉山脉，前者主体部分在新疆维吾尔自治区与克什米尔地区的交界线上，西藏境内只是它的东延部分，平均海拔 6000 米以上，在东经 90°附近与唐古拉山相接。唐古拉山是西藏自治区与青海省的界山，北起小唐古拉山，南至西藏安多一线，南北宽达 160 公里，是一组具有宽广山幅的山脉，主体部分海拔都在 6000 米以上，但相对高度仅 500 米左右，最高峰格拉丹冬峰海拔 6621 米，为中国第一大河长江的



发源地。

昆仑山脉，自西向东横亘在西藏高原的北缘，是西藏自治区与新疆维吾尔自治区的界山。昆仑山西起东经 75° 附近的帕米尔高原，向东延伸至四川盆地，东西长达 2500 公里，南北宽 150 公里，平均海拔 5500 ~ 6000 米，是中国西部地形的骨架。因其以巨大的高度和长度横贯亚洲中部，故有“亚洲脊柱”之称。西藏境内的昆仑山只是其南支的一部分。

南北向山脉为：

西藏东南部的横断山脉。这是西藏自治区东部及四川省、云南省西部的一组南北走向山脉的总称。它的南北走向与中国大多数山脉所呈的东西走向形成鲜明对照，独具一格。在西藏境内的几条山脉是伯舒拉岭、他念他翁山和芒康山，它们分别由念青唐古拉山脉和唐古拉山脉延续转向而来，海拔多在 4000 ~ 5000 米。山脉之间有深邃的河谷。山岭与河谷落差达 1000 ~ 2000 米，构成奇特的两山夹一川、两川夹一山的险峻地形，形成一道道南北纵贯的天堑。

此外，在这些高大山脉之间，还有许多分支山脉，山峦重叠，名称繁多，使整个高原成为一个“大山的海洋”。这些高原上的山脉，绝对高度很高，但相对高度差不过千余米，形成“远看似山、近看似川（平地）”的特点。

二、高原

在众多的高大山脉之间，分布着许多低山丘陵和湖盆宽谷，构成波状起伏的高原面。高原面的地势由西北向东南缓缓倾斜，海拔从 5500 米递减到 4000 米左右。这些高原面的绝对高度在世界上是罕见的，而且海拔愈高，面积愈广，形成高原形态的又一特色。其中，以普遍分布在西藏北部，介于昆仑山脉、唐古拉山脉和冈底斯 - 念青唐古拉山脉之间，东西长约

2400 公里、南北宽约 700 公里的广大范围内的一系列平缓高原面最为典型。这里平均海拔在 4500 米以上，绵延成片，广袤无垠，通常被人们总称为藏北高原，藏语称为“羌塘”，是西藏主要的牧业区。

三、平原

西藏的平原，论面积，在全区所占比例很小，但对发展西藏经济所起的作用却是其他地貌类型所无法比拟的。与中国东部三大平原相比，西藏的平原具有海拔高（平均 3000 米以上）、成因复杂（冲积、洪积、淤积、冰碛）、面积较小、分布呈狭长带状等特点。主要分为沿河岸呈条带状的河谷平原和沿湖岸呈环带状的湖滨平原两种。狭长的河谷平原主要分布在雅鲁藏布江及其支流拉萨河、年楚河、尼洋河等“一江三河”的中下游河段，其次分布在朋曲、隆子河、森格藏布（狮泉河）、朗钦藏布（象泉河）、马甲藏布（孔雀河）等中游河段。这些河谷平原宽度一般为 2~3 公里，局部地段达 10 余公里，长达上百公里，坡度平缓，土层深厚，气候宜人，灌溉便利，耕地集中，人口稠密，是西藏主要的农业区。据粗略统计，上述河谷平原仅占全区土地总面积的 1.2%，其耕地却占全区耕地的 56%。狭窄的湖滨平原主要分布在藏南高原湖群及藏北高原湖群等大湖沿岸，地势较低，坡度平缓，谷地宽大，水草丰盛，居民点较集中，也是西藏农牧业较发达的地区。

四、峡谷

西藏是世界上峡谷最多的地区之一。这些峡谷主要分布在青藏高原东部和南部边缘地区，其中最著名的是雅鲁藏布江大拐弯峡谷和藏东三江（怒江、澜沧江、金沙江）峡谷。雅鲁藏布江大拐弯峡谷呈马蹄形，在喜马拉雅山东段地区，以南迦



巴瓦峰为南岸，加拉贝垒峰为北岸。两山悬崖壁立，紧束大江，形如两扇雄伟的大门，守卫着大峡谷。山峰高出雅鲁藏布江水面达 5000 ~ 6000 米，悬崖直落江面，河谷底部江面最窄处不到 80 米，就像深嵌在巨斧劈开的夹缝里一样。湍急的江水在迂回曲折的峡谷中奔流，流速在 8 米/秒左右，局部河段流速可达 16 米/秒。雅鲁藏布江峡谷地区不仅幽深险峻，景观奇伟，而且蕴藏着极其丰富的水力资源。三江峡谷在西藏自治区的最东部横断山区，三条大江与三列山脉相间分布，平行排列，从西到东依次为伯舒拉岭、怒江、他念他翁山、澜沧江、芒康山、金沙江。三江河谷的切割很深，两岸陡峭的山壁直插江心。由于河道弯曲狭窄，礁石密布，因此水流湍急，漩涡不断，声达数里，其险峻远胜过川鄂间的长江三峡。三江峡谷水量集中，坡降大，水力资源蕴藏丰富。

五、气候

西藏高原的气候总的来说是西北严寒干燥，东南温暖湿润。具有辐射强烈、日照多、气温低、多雪、多风、寒冷、干燥的特点，日差较大，干湿分明，但由于西藏高原面积辽阔，地势复杂，各地海拔差异较大，各地的气候状况都不一致，所以有“十里不同天”、“一天有四季”的说法。

西藏高原的气候主要受两大基本气候影响，即夏半年的西南季风和冬半年控制高原面的西风环流。

夏半年西南季风沿横断山脉河谷进入高原，带来了大量暖湿气流，在向高原推进途中，不断被高山拦截而形成降水。所以西藏高原自东南向西北气温逐渐下降，降水量也逐渐减少。这时期的降水量一般占全年的 80% ~ 90%。降水量自东南向西北逐渐减少，喜马拉雅山南麓的迎风面，降水量多达 1000mm 以上，其北麓和雅鲁藏布江之间的一狭长地带，年降

水量却少于 300mm，为“雨影区”。西藏空气稀薄干洁，透明度好，太阳辐射和日照时数都比同纬度地区大得多。如拉萨平均年日照时数为 3007.7 小时，年平均总辐射为 7784.2 焦耳/平方米，故有“日光城”的美称。由于青藏高原海拔高，夏半年又正值雨季，最暖月平均气温大都在 18℃ 以下，所以气温不高，凉爽宜人。平均海拔在 4500 米以下的东南隅和雅鲁藏布江河谷为 10℃ ~ 18℃，平均海拔 4500 米以上的羌塘高原地区在 10℃ 以下，而海拔低于 1000 米的喜马拉雅山南翼的外缘低山地区，则全年平均气温 $\geq 10^{\circ}\text{C}$ 。

冬半年干冷的西风环流控制全区，急风沿山地上部长驱直入，致使气候寒冷、降水稀少、干燥、疾风强劲，其强度自西北向东南逐步减弱。因此，大气环流与温度、降水量自东南向西北的递减是相一致的。在冬半年，1 月的平均气温，除藏东南地区和喜马拉雅山南翼地区外，其他地区均低于 0℃，极端最低气温大部分低于 -20℃，海拔 4507 米的那曲还出现过 -41.2℃ 的极低温。由于高低相差悬殊，使得低温持续时间的长短差异甚大。西部和北部地区从 10 月到翌年 4 月的月平均气温大都低于 0℃，海拔低于 4000 米的雅鲁藏布江河谷地区月平均气温低于 0℃ 的时间也有 2 ~ 3 个月。极端最低气温 $\leq 0^{\circ}\text{C}$ 的日数，在西部和北部地区高达 250 ~ 280 天以上，雅鲁藏布江地区在 100 ~ 200 天，东南部地区则在 100 天以内。受高空西风气流的影响，冬半年多大风。除东部横断山区之外，大部分地区全年 ≥ 8 级的大风日数在 50 天以上，西部和北部地区高达 100 ~ 165 天，风日多集中在冬半年。高原上空气密度小，在风速相同的条件下，气压较小，一般只有平原地区的 60% ~ 80%。

以上这些自然环境使得藏医药学形成了自己独有的特点。如高原氧气稀薄，人体血液中的红细胞含量比平原地区的人