



走近 藏传佛教

藏传佛教不能称为「喇嘛教」

松赞干布的「赞」原来是一种惹不起的精灵

藏民绝不随地吐痰，怕招惹小精灵「帖布让」

不是死亡，而是假期满了

七岁和七十岁的对话

寺院里也有离经叛道的人

王尧 著



中华书局

走近 藏传佛教

王尧 著



图书在版编目(CIP)数据

走近藏传佛教/王尧著. —北京:中华书局,2013.3
ISBN 978-7-101-09232-5

I. 走… II. 王… III. 喇嘛宗-介绍 IV. B946.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 043804 号

书 名 走近藏传佛教
著 者 王 尧
责任编辑 林玉萍
出版发行 中华书局
(北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073)
<http://www.zhbc.com.cn>
E-mail:zhbc@zhbc.com.cn
印 刷 北京瑞古冠中印刷厂
版 次 2013 年 3 月北京第 1 版
2013 年 3 月北京第 1 次印刷
规 格 开本/700×1000 毫米 1/16
印张 19¼ 插页 6 字数 170 千字
印 数 1-10000 册
国际书号 ISBN 978-7-101-09232-5
定 价 32.00 元

引言

关于王尧教授的《走近藏传佛教》

从今天开始，我们将有一次很难得的机会，来聆听我国著名藏学家、中央民族大学教授、教育部人文社会科学重点研究基地四川大学中国藏学研究所的学术委员会主席王尧先生带给我们的系列学术讲座——《走近藏传佛教》。

藏族是一个全民信教的民族，西藏文化之所以让许多人感到神秘，一个很重要的原因，就是因为藏传佛教的存在。这片雪域高原上的寺院、佛塔、经幡，无处不在的“六字真言”和玛尼堆，雄伟的布达拉宫和大昭寺、小昭寺，都是藏传佛教的外部标志，在高原的蓝天白云衬托之下形成独特的文化景观，吸引着海内外众多人们的目光。实际上，藏传佛教的丰富内涵远远不止这些，它的独树一帜的活佛转世制度，显、密兼修的修行次第，浩如烟海的经典文书以及壁画、塑像、唐卡等佛教艺术，都蕴藏着巨大的知识含量，成为人类文化的一座“宝山”。但是，要真正走进这座“宝山”而不至于空

手而返，就需要我们对藏传佛教有一些最为基础的认识和了解。

王尧先生是江苏涟水人，他早年就读于南京大学中文系，后来因为配合西藏和平解放后解放军进藏，1951年被选入中央民族学院（现在的中央民族大学）学习藏语文，开始了新的学术生涯。王尧先生是我国著名的藏学家，学术著述十分丰硕，在海内外藏学界有着很大的影响和学术声望，他先后被聘为奥地利维也纳大学、德国波恩大学、加拿大多伦多大学等多所国际著名大学的客座教授，也是国内南京大学的兼职教授、中国佛教文化研究所特约研究员、我们四川大学中国藏学研究所的客座教授和学术委员会主席、德国波恩大学《藏文历史文献》丛刊编委、四川大学中国藏学研究所主编的《藏学学刊》编辑委员会主席、西藏人民出版社《国外藏学译丛》主编等。他的著作可能在座的不少老师和同学都比较熟悉甚至经常使用，比如《吐蕃金石录》、《吐蕃简牍综录》、《敦煌本吐蕃历史文书》、《敦煌吐蕃文献选》、《西藏故事集》、《贤者新宴》等等。

这次王尧先生是应我们四川大学中国藏学研究所的邀请，以客座教授的身份来到成都，为我们讲授系列讲座。来川大之前，王尧先生曾经与我商量，这次究竟讲一个什么题目好呢？最后，他提出，为了让更多的同学认识 and 了解西藏、了解西藏的传统文化，选定了《走近藏传佛教》这个题目。他还特别给我交待，标题上的《走近藏传佛教》是“走近”而不是“走进”，因为只有走近它，才能够真正看清它、认识它、了解它，如果没有走近它，

就根本谈不上登堂入室、进入其中了。

事实也正是如此。可能包括许多去过西藏、对西藏有一定感性认识的人，却未必真正走近过藏传佛教。作为藏民族传统文化的核心内容，它的起源、发展的历史脉络，它的各个教派及其特点，它的活佛转世、修行次第和读经制度等等，如果没有一定的较为系统的知识基础，恐怕都是隔雾观花、一知半解。所以，对王尧先生亲自选定的这个系列讲座题目我深表赞同。希望大家能够珍惜这个机会，跟随王先生的讲座，一步步走近藏传佛教，这样就能够找到一把打开西藏传统文化“神秘之门”的钥匙，更为深刻地理解和把握藏族文化最为核心层面的内容。

王尧先生的这个系列讲座一共有九讲，内容涉及到藏传佛教的方方面面，他多年来研究藏族历史文化以及藏传佛教，有着深厚的积淀，将会深入浅出地引导大家科学、客观地看待藏族文化和藏传佛教，加深汉藏民族之间的相互理解与包容，建立更加和谐、理性的社会主义社会。

四川大学中国藏学研究所是教育部在全国高校中建立的人文社会科学重点研究基地，四川大学在藏学研究领域也有着悠久的历史 and 传统，涌现出诸如李安宅、任乃强、闻宥等一批优秀的学者从事藏学、宗教学、人类学、历史语言学等多方面的研究工作。由于我们地处西南，与西藏和其他藏区在地缘上有着十分密切的联系，成都更是今天进出西藏首府拉萨的重要门户，所以我们这个研究所有责任担负起向公众普及藏学基础知识、宣传科学的宗教

观和唯物主义认识论的职责，透过藏传佛教神秘的面纱，还其历史的本来面目。今后类似这样的藏学系列讲座我们还将陆续举办下去，敬请老师和同学们关注。

四川大学中国藏学研究所所长 霍巍

目录

引言 1

第一讲 全民信仰宗教 1

一、藏传佛教与汉藏关系 1

中国人的佛缘：佛教的三大分支 2

藏传佛教不叫“喇嘛教”，汉传佛教不叫“和尚教” 3

“佛教占领舞台，上演苯教节目” 4

汉人的功利主义信仰 5

藏胞的虔诚：用额头磨亮一圈墙 5

天下没有纯粹的汉族 7

俄语中为何称中国为“契丹”（kidai） 9

满蒙藏联盟：“满洲”和“文殊菩萨”是同一个词 9

五世达赖进京 10

二、佛教在西藏的传播（前弘期佛教） 12

七十三岁松赞干布迎娶十八岁文成公主 16

观音菩萨本是男的 18

- 《吐蕃僧诤记》：两个流派的大辩论 20
- 佛教得到吐蕃王室的支持 20
- 建立了第一座寺庙桑耶寺 21
- “七觉士”出家 23
- 三大译场和三大译师 24
- 世界上第一部梵藏双语词典 24
- 马球的发明者是藏民 25
- 藏传佛教三杰：“堪洛曲松” 29

三、佛教与苯教的冲突及灭佛运动 31

- 佛教与苯教的冲突 31
- 藏王世系 32
- 藏王名字的含义 33
- 松赞干布的“赞”原来是一种惹不起的精灵 34
- 心爱的姑娘为何被比喻成“木头碗” 36
- 藏民绝不随地吐痰，怕招惹小精灵“帖布让” 37
- “亚洲最重要的一块碑” 38
- 佛教和苯教的挫折 41

四、佛教的再复兴（后弘期佛教） 42

- 藏区分裂成两大派 42
- 思想界漠然无主 44



- 智光：为了寻求佛法，连王都不做了 45
- “象雄”在哪里 46
- 阿底峡入藏 47
- 大译师仁钦桑波 49
- 菩提就是一盏灯：讲戒律的《菩提道灯论》 51
- 阿底峡的塑像：名字叫“像我” 52
- 西藏有很多梵文写本 52

第二讲 藏传佛教各教派 55

一、噶当派：强调戒律 55

- “第二佛陀”阿底峡 55
- “用鼻血画的佛像” 58

二、萨迦派：带来重大转折，建立了和朝廷的新关系 58

- 萨迦人的佛教因缘 59
- 萨迦派“宝王” 59
- 卓弥大译师和“道果教授” 60
- “父亲是大师，儿子也是大师” 60
- 萨迦五祖 62
- 蒙藏合作 65
- 萨迦人干的三件大事 69
- 大灵岩寺的汉藏文碑 70



- 元朝萨迦人在北京的居住地 70
- 藏区无密宗，所有宗派都修密 71
- 为什么先要介绍萨迦派 72

三、宁玛派：家庭传教，指导一个人的死亡 73

- 莲花生大师的贡献：增加了护法神系列 73
- 早期的苯教 74
- 《西藏的神灵和鬼怪》 76
- 宁玛派独传：指导一个人的死亡 77
- 宁玛派的寺庙和“大圆满教法” 78
- 宁玛派的几位活佛 80

四、噶举派：重视口头传承，修炼“大手印” 81

- 第一代祖师玛尔巴 82
- 第二代祖师米拉日巴 82
- 藏族的骰子——“桌” 84
- “听见就高兴” 86
- 米拉家的重大变故 86
- 为什么米拉日巴的母亲丧失了继承权 88
- 母亲让米拉日巴学密咒 89
- 米拉日巴复仇 90
- 米拉日巴学习佛法 91



- 塔波拉杰建立噶举派 92
- “大宝法王”得银协巴 93
- 第十七辈噶玛巴 94
- 乾隆帝为何停止夏玛尔巴的转世 95
- 修炼“大手印” 97
- “四大八小”支派 97

五、格鲁派：戒律严格，人数最多，影响最深，规模最大 98

- 宗喀巴大师 98
- “不学成，一步也不向东走” 100
- 宗喀巴的团队 101
- 学习藏文后能更好地理解佛经 102
- 宗喀巴认为要显密兼修 103
- 六字真言：嗡嘛呢叭咪吽 105
- 赵朴初和《佛教常识问答》 106
- 1409年第一次传召大法会 106
- “大慈法王”释迦也失 107
- 宗喀巴著作的汉文译本 109
- 关于宗喀巴的重要文字 110
- 达赖喇嘛的称号是如何来的 111
- 班禅额尔德尼的称号是如何来的 112
- 六世班禅圆寂 113

格鲁派六大寺 114

第三讲 活佛转世制度 115

一、活佛转世 115

活佛的意思是“大宝贝” 115

汉族有活佛吗 116

民族的和宗教的传统 117

二、“再回来”——活佛转世制度的兴起与盛行 118

噶举派确立了活佛转世制度 119

不是死亡，而是假期满了 121

噶举派的帽子：黑帽和红帽 122

两位噶玛巴 123

三、名人效应——活佛转世的制度化 124

为什么是格鲁派加以制度化 125

如何指认转世活佛 125

四、互为师徒——达赖、班禅两大活佛转世系统的形成 126

达赖、班禅互为师徒 127

活佛转世制度的功用 128

五、王权高于教权——历代中央政府对活佛转世的支持 129

乾隆帝学习藏文 129

乾隆帝对藏传佛教的两种态度 131

金瓶掣签制度 134

寻访十世班禅的转世灵童 135

七岁和七十岁的对话 136

附表：达赖喇嘛世系表 139

班禅额尔德尼世系表 140

第四讲 经院教育与严格的学阶制度 141

一、寺庙即学校：经院教育 141

内地的文官选拔制度 141

藏区独特的教学制度——佛教经院教育 143

经院教育的教学体系：扎仓—康村—米村 144

二、政教合一：经院教育建立的基础 145

地方官僧俗并用 146

封建农奴制 147

兄弟共妻制 148

摆脱贫困的唯一机会：进庙 149

寺庙里也有离经叛道的人 150



三、进庙学习：经院教育的教学方式 151

藏传佛教的最高学位：格西 151

培训年轻活佛和高级僧侣的学校 152

各地都有佛学院 152

“一日为师、终身为父”的堪布 154

立宗辩论 154

四、共同的教材：经院教育的教学内容 155

第一部教材讲唯识 155

第二部教材讲因明 156

第三部教材讲“中庸之道” 157

第四部教材讲戒律 158

第五部教材讲宇宙观 160

五、四级考试：经院教育的学位设置 160

四级学位 160

僧人的最高愿望 162

第五讲 藏文《大藏经》 164

一、多语种、多译本：佛经的翻译 164

“你们用自己的语言来宣传佛教” 164

多语种佛经 165

二、二分法：藏文《大藏经》 167

汉文《大藏经》与藏文《大藏经》的区别 167

经、律、论皆通的就是三藏法师 168

三、伟大的创举：藏文的创造与佛经的藏译 170

吞弥桑布扎创造了藏文 170

佛教的辩论 172

译经目录 173

四、和玄奘一样了不起：大翻译家管法成 173

《解深密经疏》的殊胜因缘 174

五、藏文《大藏经》的版本 175

藏文《大藏经》的第一个刻本 176

现在用得比较多的“方册本” 177

第六讲 藏传佛教的名寺、佛教大师及其名作介绍 179

一、藏传佛教寺院里的宗教人员 179

藏区的早期寺庙没有出家人 181



诵经的领诵者：翁则 181

藏传佛教里男女不平等 183

二、寺庙的发展经过及著名寺庙 184

前弘期的寺庙：桑耶寺、昌珠寺、扎塘寺、大昭寺、小昭寺 184

拉萨之名与山羊有关 188

后弘期前期的寺庙：托林寺、杰拉康 189

后弘期中期的寺庙：萨迦寺、楚布寺、八蚌寺、止贡寺、彭措林寺、更庆寺、
白居寺 190

三、寺庙的功能 196

宣传佛教教义 196

传授佛教知识：大五明和小五明 196

解决地方性事务 202

本地的医疗中心 205

地方性的物资交流和经济贸易中心 205

雪顿节：酸奶节 207

四、佛学大师及其名作介绍 207

敦煌文献中的吐蕃历史文书 208

伯希和带往巴黎的藏文写卷 210

米拉日巴与《道歌集》：以自然入诗 212