

旺堆 著

西藏在述说

中国广播电视出版社



序 言

铁 城

《西藏在还说》出版了。

作者旺堆曾说：“我的情洒在高原，让自己的青春在这地球最高的土地上留下深深的印迹。”旺堆的理想、愿望、豪情在人生的奋斗与拼搏中展望，《西藏在还说》出版即是个实在的明证。

文如其人。读着《西藏在还说》犹如见到作者本人。一米八的个子，一付魁伟的腰身，黝黑的面庞上闪动着一双深邃的眼睛，充满着机敏和智慧，蕴蓄着藏族男子汉的耿直和质朴。简约的语言文字绝无俏丽俗艳之感，一句一句，一段一段，一篇一篇，发散着西藏高原洁净清新的气息，直入人们的心底。

我结识旺堆是在1970年。中央人民广播电台恢复“文革”中停办的民族语言广播，从边疆抽调一批年轻干部组成民族部蒙、藏、维、哈、朝五个语言组。旺堆当时正在部队工作，已从一名普通士兵晋升为营级干部。他被调离西藏拉萨来到北京中央人民广播电台，很快我们就成为同志和朋友。地域的差异和专业的跨度给他带来的困难是可以想见的，他那操惯武器的手，又握起笔孜孜不倦地学习藏语和汉语，全

身心投入藏语广播的编译工作。困难阻挡不住献身革命事业的农奴的后代。1983年组织调他进北京广播学院进修新闻专业，1989年受聘主任记者，继而任中央人民广播电台西藏记者站长，1991年荣获“全国优秀新闻工作者”称号。

1985年我进藏采访，一个半月时间他陪伴始终。10年过去了，那情景却丝毫未被磨灭。我们攀登红山采访布达拉宫，驱车堆龙德庆县参加望果节，赴藏北高原那曲采访兵站，参加赛马会。他是我的藏语翻译，但说句心里话，他还是我采访的指导老师，给了我许多知识和力量。对于西藏来说，似乎那地理、山川，民族风情，历史和现状，都装在他宽阔的心胸中了。

旺堆属于藏族，他是藏族人民优秀的儿子。但他的名字随着他所倾心的事业迈出了圣洁的雪域，飞出了雄浑峻峭的西藏高原，他属于我们民族大家庭。读着《西藏在述说》使人感到那是赤子对母亲的似海深情的叙述，展示在我们眼前的是古老而又年轻的土地在改革开放中的巨变及雪域高原的雄奇景观和圣洁的人品。

1995年4月

西藏在述说

目 录

序言.....	铁城
今日拉萨.....	(1)
西藏寺庙纪实.....	(5)
巍峨壮丽的五世至九世班禅合葬灵塔.....	(14)
藏历新年民俗谈片.....	(18)
拉萨祈祷大法会.....	(21)
特殊的祭礼.....	(26)
世界上最大的镀金铜佛和最大的袈裟.....	(30)
世界上最长的史诗《格萨尔王传》.....	(34)
西藏灵塔.....	(38)
布达拉宫的微笑.....	(40)
布达拉宫里的人们.....	(43)
布达拉宫列入《世界文化遗产》名录.....	(50)
大昭寺维修秘闻录.....	(52)
家乡巨变.....	(60)
班禅大师在生命的最后日子里.....	(68)
女活佛与桑顶寺.....	(74)

佛光·····	(80)
我和父亲都迷恋这光与影的世界·····	(94)
拉萨，江罗金一家·····	(107)
西藏宫廷乐舞传人·····	(116)
古海魂·····	(124)
圣地的骄傲·····	(135)
班禅大师的画师·····	(142)
神医·····	(145)
西藏的“华佗” 阿里的“米格龙”·····	(151)
丹玛森康女巫的今昔·····	(154)
迷人的林芝风光·····	(159)
藏人的发祥地——山南·····	(167)
名山古迹的摇篮——西藏日喀则·····	(172)
藏北新貌·····	(178)
来自岗底斯山下的喜讯·····	(181)
冬天的纳木错·····	(184)
珠峰自然保护区·····	(187)
羊八井地热奇观·····	(191)
今日门巴村寨·····	(197)
国门银杖·····	(202)
爱国主义和民族团结的丰碑·····	(207)
用摄影机记录西藏的历史·····	(212)
采集高原胜景的人·····	(217)
心愿·····	(221)

搏击羌塘·····	(225)
一位老西藏的故事·····	(229)
信仰之光·····	(239)
日光城的藏族企业家·····	(250)
沟通藏汉语言的使者·····	(257)
献给高原的爱·····	(260)
为了五保老人的心愿·····	(262)
点缀古城的人·····	(264)
奉献在地球第三极·····	(267)
从乡村走向世界·····	(269)
洒在高原一片情·····	(272)
哈达情·····	(275)
拉萨河畔的丰碑·····	(277)
后记·····	(285)

今日拉萨

早春拉萨

拉萨终年阳光普照，入春以后更是暖意融融。

在高原广大农区，春播已经陆续开始，拉萨郊区的农民都在举行春播前独特的宗教仪式。藏民族这一流传千年的习俗一直保留到今天。据了解，西藏的农业已经连续两年创历史最高纪录，笃信宗教的藏族群众用更加隆重的宗教仪式，祈求着更大的丰收。

布达拉宫脚下也开始长出青草。这座圣殿依然搭着脚手架，有史以来规模最大的维修工程正在进行。

入春以后，青藏高原还掀起了植树造林的热潮。园林工人们在公园、街道种草种花；机关单位、厂矿企业、市民、郊区农民都在有组织地植树；驻藏官兵也在荒滩河谷栽下今年第一批树苗。近年来，拉萨十分重视城区庭院和街道绿化美化工作，全市目前人均占有绿地面积达12平方米，居全国省会城市前列。热爱大自然的藏族人民喜欢养花，拉萨几乎家家窗台都摆着花盆。春天一到，百花竞放，拉萨就成了一座花城。

藏族群众春天的穿着也明快起来。随着生活水准的提高，拉萨人的服装在衣料、做工上都比过去考究了。穿着也趋多样化，虽然藏式服装依然普遍，但许多人也穿西装和裙

子，显得丰富多采。整个拉萨的风格也是如此，古老的寺庙和三星级大酒店，专营传统手工业品的店铺和新潮歌舞厅、发廊，这一切构成拉萨独特的魅力。

八角街漫步

八角街是拉萨最古老的一条环形街道，已有1000多年历史。它围绕着西藏著名的寺庙——大昭寺，这一带是西藏传统的宗教、商业和旅游中心。

八角街最能反映西藏历史的变迁。60多岁的老住户洛桑回忆说：40年前的八角街，房屋破旧，乞丐成群，道路也坑洼不平。

如今，八角街一带已经变了模样。走进宽阔的大昭寺广场，立刻使人心旷神怡。广场上的喷水池和花坛给这块宗教圣地增添了现代气氛；一座座藏式新楼美观大方，民族风味十足。居民早已用上了自来水和电灯。八角街两旁，店铺紧挨，道中央摊位密布，琳琅满目的商品展示着拉萨特有的繁华。

和平解放以前，八角街一带是穷人聚居区。同样是这片土地，如今又成了富裕户比较集中的地方。这个巨大的变化在八角街处处可以鲜明地感受到。

61岁的老阿妈其美做藏装布料生意已经15年了，现在母女俩和儿子分别开了两个铺子。从她家的陈设，我们感到主人的富裕。她说：“1980年以后，八角街的变化最明显，热闹多了，生意也好。”

由于国家重视八角街的危房改造，目前三分之一以上的

居民已经住上了新房。保姆出身的赛珍是6年前第一批迁入新居的。现在，三口人住房有70多平方米，家里添置了两台进口电视，还有藏柜、卡垫等。她说：“我家水平在八角街很普通，有的人家已经买了电冰箱、洗衣机、摩托车，甚至汽车。”

八角街工商所的同志介绍说：“是党的富民政策使一大批过去的穷人变成了万元户。40年前，八角街的商品绝大部分是外来货，改革开放以后，拉萨敞开了大门，货从八方来，个体商业空前繁荣。每天营业摊位有2000左右，一天的成交额可达30多万元，经营品种有4000多种。上海的日用品、成都的皮鞋、浙江的服装、法国的香水、印度和尼泊尔的首饰，在八角街都可以买到。”

目前，八角街路面正在翻修，具有民族风格的青石路面将代替柏油路，上下水道也将逐步配套完善。在西藏和平解放40周年之际，八角街将以新的面貌迎接中外客人。

拉萨，依然是一个宗教圣地

一到西藏，我们就感受到浓郁的宗教气氛，一座座寺庙依山而建，庄严肃穆；著名的大昭寺里香烟缭绕；家家屋顶和山坡飘扬着彩旗般的经幡；大街小巷，到处可以看见手持转经筒的僧人和朝佛群众。

党的十一届三中全会以后，由于落实了宗教政策，西藏1400多处宗教活动场所修葺一新，群众可以按照自己的信仰，享受自由健康的宗教生活。每天从清晨到傍晚，许多群众手摇转经筒，绕着大昭寺或布达拉宫一圈一圈地转经。即

使在车水马龙的街道上，也能看到朝佛者三步一匍匐，五体投地磕长头。

一些规模宏大的全民性宗教节日，近年来也陆续恢复。每到节日，各地僧尼群众云集拉萨。著名的拉萨祈祷大法会曾经中断了20年，如今也恢复了。恢复以后首次获得最高学位的益西旺秋，现在是西藏佛协副会长，这位颇有声望的高僧说：“现在的宗教政策很得人心，广大僧尼是满意的。布达拉宫、大昭寺、甘丹寺的维修，国家都出了巨资，对我们的佛事活动也很支持。”

目前，拉萨各大寺庙的讲经活动十分活跃。我们在拉萨最大的寺庙哲蚌寺看到，能容纳9000人的措钦大殿挤得水泄不通，许多群众不得不在门外听扩音器里传出的朗仁活佛的讲经声。一些群众告诉我们，这类活动没有任何限制，可以自由参加。

班禅大师生前倡导“以寺养寺”，自食其力。现在越来越多的僧尼接受了这一新观念。寺庙实行了民主管理，并适当搞些生产和经营活动。一些年老体弱的僧人，国家发给补贴，生活也很自在。

古老的寺庙也悄悄增添了不少现代气息，僧人们除学经外，有的还上英语课；许多僧人带着收录机去听经；每逢星期天，一些年轻僧人还骑上自行车走亲戚、逛市场。时代在变，观念在变，但拉萨依然是一个宗教圣地！

(1991年3月)

西藏寺庙纪实

西藏第一座古刹

我们几次去过藏民族的发祥地——山南，但始终未能参观西藏第一古刹桑耶寺。这次，我们有机会来到了仰慕已久的古刹桑耶寺。

我们从新建的泽当饭店乘车出发，不到一小时就进入了札囊县境内。到达渡口时，天上的星星还眨巴着眼睛。

轮船的发动机响了，我们坐在甲板上，迎着寒风从南岸向北岸驶去。西藏的十一月份够冷的了！雅鲁藏布江也不像七、八月份那么汹涌澎湃，在我们脚下静静地流着，好像在向我们讲述着一个久远的故事。我们整整花了两个多小时，才到达北岸。当我们乘车前往桑耶寺时，迎面陆陆续续地看到了五个石塔，一层楼那么高，造型古朴、雅致。据说这是莲花生第一次会见藏王赤松德赞时的纪念塔。在我身旁的老喇嘛阿旺杰布，指着远处隐隐约约的桑耶寺而谈。桑耶寺始建于吐蕃王朝三十七代赞普赤松德赞时期。公元754年，赤松德赞继位，采取了一系列重大改革措施，如增设大伦总管政事，清查田亩人口，派官治理，规定徭役地租，增订法律，严明赏罚，促进了经济、文化的繁荣，把奴隶制部落联盟的王朝推向了鼎盛时期。公元761年，赤松德赞为限制苯教势力扩大，巩固王室统治，逐步废除禁佛令，并派遣

使者到迦温弥罗（克什米尔）、天竺等地迎请名僧弘法。密宗大师莲花生进藏，这对于佛教西藏化起了积极的推动作用。佛教势力在王室的扶植下，逐渐强盛起来。桑耶寺的建成，象征着佛教在西藏政治舞台上正式出现，同时也反映了8世纪中叶吐蕃科学、文化、艺术的兴盛。

阿旺杰布接着讲道：公元762年，开始修建桑耶寺乌策大宏宝殿，动用了6万民工，历时4年竣工。据说桑耶寺的设计是由印度高僧寂护主持的，主要仿照印度的欧丹菩黎寺（又译作飞行寺）。主殿三层，分别以藏、汉、天竺之规模建造，代表须弥山；另有四个殿代表四大洲（南瞻部洲、北俱卢洲、西牛贺洲和东胜神洲），还有代表八小洲和日、月的小殿，整个建筑是按照佛教对世界结构的想象来布局的。寺周环以圆形围墙，厚1.2米，高4米。墙上耸立着许多陶制小塔，共有1049座，小塔的间距约1米左右。整个乌策大宏宝殿总面积达8900余平方米，“一切工程合律藏，一切壁画合经藏，一切雕塑合密咒。”桑耶寺地址是由巴基斯坦高僧莲花生选定的。桑耶寺建成后，由寂护和莲花生主持“开光”，寂护担任寺院的第一任堪布，并有七名吐蕃贵族青年随同寂护出家，他们在藏文史籍中被称为“七觉士”，成为西藏历史上的第一批僧侣。

我们听着老喇嘛阿旺杰布的讲述，不知不觉已到了桑耶寺。当我们来到乌策大宏宝殿大门口时，迎接我们的是一对石狮子和一对汉白玉大象，雕刻精细，形象逼真，使人情不自禁地想上去摸一下。这对石狮子好像在对我們说：我们在这里已经守候1200年了。

位于大宏殿正南侧，有古石碑一方，是藏王赤松德赞时

所立，碑高3.8米，盖上方盘托着月牙宝珠。大殿正门上悬挂着一口大铜钟，1米多高，上面铸有古藏文。向导强巴洛桑活佛对我们说：“铭文的意思是：神圣的赤松德赞母子夫妇，衷心祝愿这里的护法高僧，为制服邪恶弘扬佛法，积下圆满功德。”据说这铜钟有三个，一个在山南昌珠寺，另一个在拉萨，后两个未能保存下来。

大宏宝殿中有主尊释迦牟尼佛像。佛殿建筑面积约812平方米，殿内的木雕非常精致，好似蛟龙在空中飞舞，荷花在湖中飘荡。尤其是大殿周围墙壁上的壁画使人想起宗教的悠久历史，如“释迦牟尼降生图”中的孔雀、仙鹤、羚羊，由于造型生动，并赋予动物感情，它们和众仙女一起欢庆祝贺“悉达”太子诞生，为画面增加了欢快的气氛。大殿的四角建有红、白、绿、黑四塔。这里的各个塔都有来历，比如黑塔的建立是这样的：公元759年，在墨竹苏感蒋布宫前面，佛教徒和苯教徒进行辩论，结果苯教徒失败，藏王将苯教徒驱逐到阿里香雄地方，将所有苯教经书收集起来，一部分弃于水中，一部分装在桑耶寺的黑色佛塔下面。

我们进入桑耶寺以后，朗朗诵经声传入耳中，好像到了佛国的仙境。西藏寺庙建筑气势雄伟，金碧辉煌。金色的屋顶，紫色的墙，红色的挂头，五彩的经幡，构成了独特的民族风格。这些建筑群里的壁画，色彩鲜艳，与整个建筑群艺术十分协调。当我们登上二楼殿时，就看到这样一条画廊，生动而概括地表现了当时人们为庆祝桑耶寺开典，载歌载舞的场面——有的表演杂技，有的在摔跤，有的赛马……其中有几幅则别出心裁地描绘了几个背面舞蹈的供养天，纤巧的手脚，扭动的身躯，配合着飞舞的飘带，形成美的韵律。尽

管背向观众，我们也似乎看到了仙女那美丽微笑的面容。

桑耶寺通南廊中的全部壁画描写的全是西藏历代重大事件，从吐蕃一直到九世达赖喇嘛，我们从这些壁画中可以详细了解每个朝代藏族的服饰、风俗、乐器等等。如果你想了解西藏历代的服装、乐器、兵器的话，可以从桑耶寺的壁画里找出答案。我们在南回廊中看到一组“宫前认舅”壁画，描绘的是金城公主的故事：公主进藏一年，腹中怀有太子，而正宫拉朗、细顿心生妒嫉，伪言声称亦孕有王裔太子。公主生太子赤松德赞，拉朗公主上前假装亲昵，竟将太子夺走“漫云我所生者”，公主悲伤，诸臣皆疑，遂告藏王赤德祖赞。当太子一周岁时，藏王盛开周岁之筵，邀请拉朗“威觉”和汉人“来会藏王”。拉朗人为了取得太子的喜欢，携带了许多礼品。生日那天，齐集王宫，藏王坐于中央金宝座上，拉朗人列于右，汉人位于左。父王以满盛青稞酒之金杯，交与盛装丽服的太子，说：“二母新生独一子，身軀虽小而灵秀，金杯满注青稞酒，其自献与亲舅，以决孰为汝母后？”太子勉强举步从之。拉朗人拿出衣服、花蔓炫耀而呼唤，太子未听，竟越汉人之侧，敬金杯与汉人，并讲到：“赤松乃汉之舅，彼拉朗舅有何关？”公主踊跃而欢呼，遂设“广大筵宴，庆祝之”。这段壁画故事十分动人，它形象地记述了藏汉人民之间的深厚友谊。我们也可以了解到西藏民间画师很善于通过人物的特点、形象和动态的刻画来揭示人物的内心世界，得心应手地塑造出成千上万不同特征的人物形象。

(1985年)

文化宝库莎迦寺

莎迦寺建于1268年，是驰名的佛教寺庙，历史上这里曾经是西藏地区政治和文化的中心。不久前，记者跟随班禅副委员长一起去参观了莎迦寺。我们的汽车从日喀则往西开，三个小时后便进入莎迦县境内，这里海拔4500米，属于喜马拉雅山脉。群山好像披上了绿色的纱巾，各色野花在山坡上微微摇动，好像是在向我们招手。这里的草场水草丰富，成群的牛羊膘肥体壮，远处的草场上响起了优美动听的笛声。我们的车拐过一个山脚。眼前出现了高高的本波山，它是莎迦县城的屏障。沿河两岸深灰、紫红的房子错落有致。这就是莎迦县城。莎迦是藏语“白土”的意思，是地名，也是寺院的名字。同时又是西藏佛教一个分支——莎迦教派的名字。

公元1260年，元世祖忽必烈封莎迦派领袖八思巴为“国师”，并且在西藏设官封职，命八思巴为最高政教首领，统治西藏全境。

莎迦寺分南北两寺。我们的向导贡成曲桑先生说，北寺建立已有900多年的历史，它在兴盛时期有108个大小殿堂。经堂里保存有满、蒙古、藏三种文字的大藏经，是我国独一无二的佛教文献。可惜受到了破坏。南寺的建筑与长城相仿，围墙上有烽火台和碉堡。它的大殿长100多米，宽80多米，十分宏伟。殿内可容纳700多喇嘛念经。殿堂内有四根圆柱子，两人也合抱不拢，大经堂中间还有八思巴等历代法王的灵殿。

当我们进入大殿后廊时，前面一堵墙挡住了视线。仔细一看，原来全是经书。据记载，这里书架上有28000部内容不同的手写佛经，这些都是西藏木刻印刷发展以前的手写经书，已有700多年的历史。这里的文物管理人员曾多次想统计这些手抄经书的精确数目，可是都没有成功。这种经书长1尺8寸（60厘米），宽9寸（30厘米），字体秀丽、整齐，如出一人之手。为了完成这一浩大的写经任务，当时西藏许多名师和书画家都参加了书写。这些藏经架高4丈，我们必须仰着头才能看到架顶。其中最大的一部经书像一张小桌子。这部经书的内容很丰富，是佛经手写本中罕见的，它是我国古籍中的珍宝，也是西藏人民智慧的结晶。

莎迦寺的经堂里还有西藏保存最悠久的经书贝叶经，这是写在一种属棕榈科的多罗树叶上的经文。莎迦寺的贝叶经有梵文、马来亚文、老挝文等版本。寺内还珍藏着13世纪元世祖忽必烈赐给国师八思巴的织锦缎袍，还有元、明、清皇帝所赐给的磁器等珍贵文物。

莎迦寺的各个殿堂里壁画特别多，其中描绘当时建筑莎迦寺的情景，人们拉着木轮车运送木料，还有的赶着骡马驮运着石头等。虽然这些壁画已经有700多年的历史了。但是色泽鲜明，线条清晰，来这里参观过的游人看到壁画后，都赞叹不绝。

目前，莎迦寺中已经整理完佛教经书、历史档案2000多部，待整理的历史档案、经书还有1000余部，寺庙建筑也正在动工修理。

（1982年）

阿尼仓空尼姑庙

在喧哗繁闹的拉萨，只有阿尼仓空尼姑庙，是一片安静的去处。

有一天我来到了这里，一进庙门，就感到它所特有的那寺庙式的安宁、净洁的气氛。三层楼高的庙门上，有四个活灵活现的狮子雕像，中间有一个精雕细刻的鲲鹏，显得特别庄严。大殿上酥油灯通明，香烟缭绕，佛像前摆满了各种供果，虔诚的善男信女络绎不绝。大殿中间二十多位尼姑穿着鲜红的袈裟，正在为信徒们超荐亡灵而念诵经文。数十名信徒正襟危坐，专心致志地念经、拜佛。

尼姑庙，坐落在拉萨市林廓南路。据《尼姑庙志》记载，15世纪时，高僧拉吉觉悟朋创建这座尼姑庙，至今已有500多年的历史，它最兴盛时这里曾有130多名尼姑。

尼姑庙大殿内供着千手观音和护法女神白旦拉姆等的塑像。大殿下面还保存着藏王松赞干布曾经念经的山洞，洞口直径有两米左右，深两米多，内有藏王松赞干布的塑像。据史书记载，当时拉萨河漫溢到拉萨林廓路一带，为了防洪抗灾，松赞干布亲自在这山洞里念经祈祷，并组织防洪大军治理拉萨河，终于取得成果。大殿内还有大昭寺民管会最近赠送阿尼仓空尼姑庙的全套大藏经。殿内壁画仍旧色彩鲜艳明亮，保持着过去的风采。

这番景象，是近两年来才出现的。尼姑庙的住持赤列白姆介绍了尼姑庙的变化。

在“文化大革命”期间，尼姑庙遭到严重毁坏。近几年