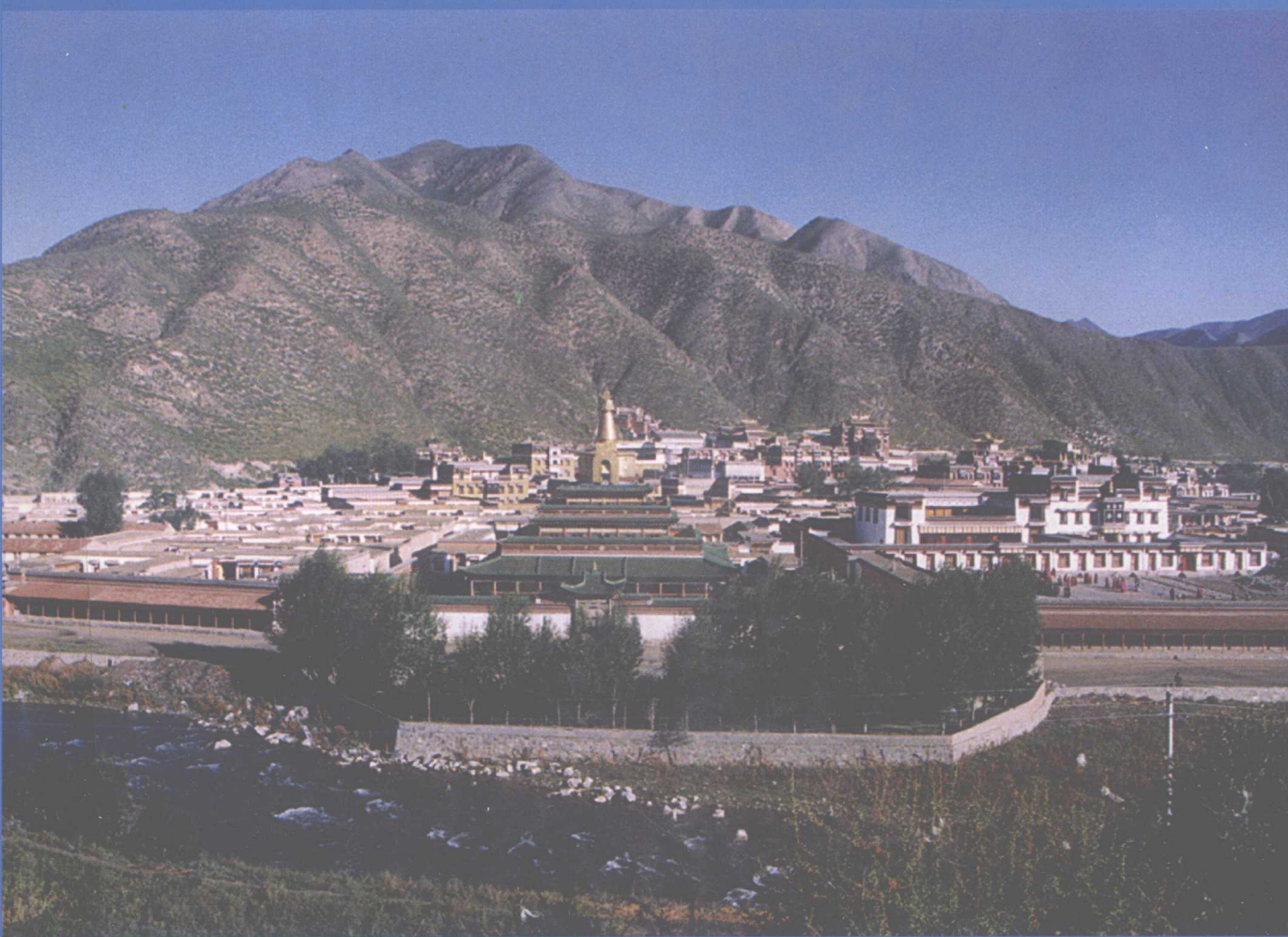


ལྷ་ཁྱེད་ལ་གསལ་གཤིལ་ཟེའི་ཟོའི་འཇག་ལ།

拉卜楞藏医概述

索代 索南东智 编著



甘肃民族出版社

ལྷ་ཁྱེད་ལུ་གཏུག་པུ་ལུ་འཛིན་གྱི་རྩོམ་འབྲས་ལྟོགས་

拉卜楞藏医概述

索代 索南东智 编著

甘肃民族出版社

图书在版编目(CIP)数据

拉卜楞藏医概述/索代, 索南东智编著. —兰州: 甘肃民族出版社, 2004

ISBN 7-5421-0954-5

I. 拉... II. ①索... ②索... III. 藏医-概况-夏河县 IV. R291.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 008934 号

责任编辑: 李青立

封面设计: 樊新军

拉卜楞藏医概述

索代 索南东智 编著

甘肃民族出版社出版发行

(73000 兰州市南滨河东路 520 号)

兰州海通印刷技术开发服务中心印刷

开本 787×1092 毫米 1/16 印张 12.75 插页 7 字数 224 千

2004 年 3 月第 1 版 2004 年 3 月第 1 次印刷

印数: 1—1000

ISBN 7-5421-0954-5 定价: 56.00 元

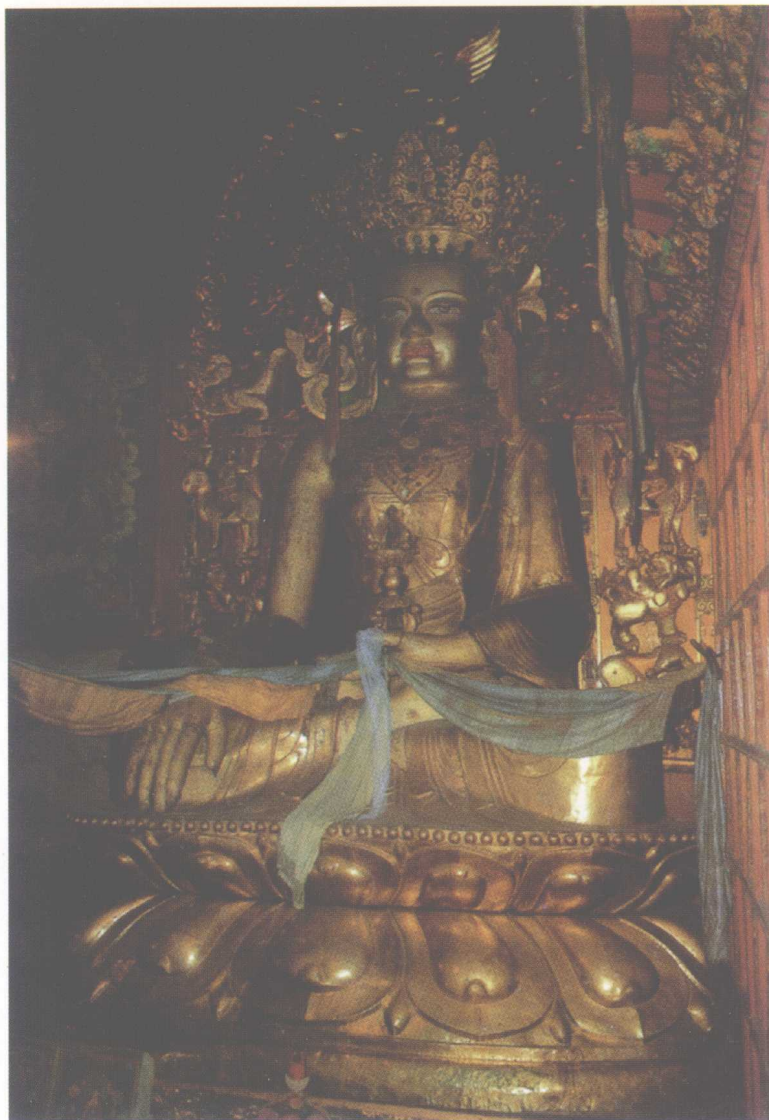


《四部医典》作者宇妥·云丹衮波

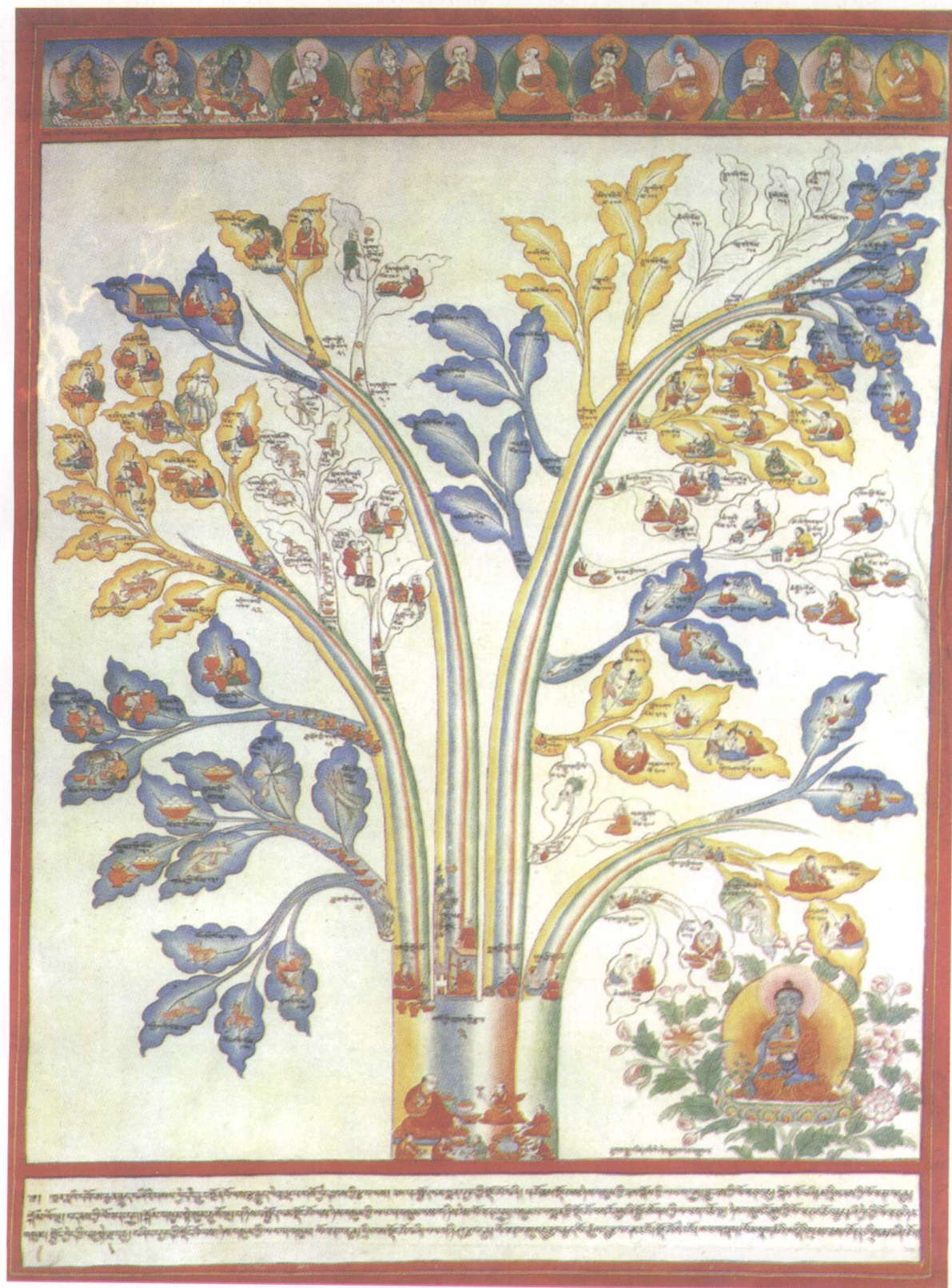
拉卜楞寺藏医院



拉卜楞寺藏医院供奉的镏金不动佛铜像



夏河县藏医院



食行药察图唐卡

[illegible]

草药图唐卡



此图乃唐时名医所绘，载有各种动物之药性，如鹿茸、虎骨、熊胆、蛇胆、鱼肝油等，皆为当时常用之药。图中文字为古汉语，记载了各动物的药用部位及其功效，如鹿茸能补虚、虎骨能祛风、熊胆能清心火等。此图不仅具有医学价值，亦是研究唐代医药史之重要实物资料。

动物药图唐卡

目 录

拉卜楞地区概述	(1)
拉卜楞寺概况	(7)
藏医的形成和发展	(10)
拉卜楞地区藏医的形成和发展	(12)
藏医基本理论	(16)
藏医药	(21)
藏医的诊断	(26)
藏医唐卡简介	(31)
藏医脉诊简介	(35)
藏医的灸治	(76)
藏医的养身之道	(112)
藏医关于常见病的治疗(一)	(120)
藏医关于常见病的治疗(二)	(127)
拉卜楞地区藏医药资源	(134)
拉卜楞地区流传的几个秘方	(144)
拉卜楞地区常见病的治疗	(149)
拉卜楞名藏医	(194)
后记	(202)

拉卜楞地区概述(即夏河县概述)

拉卜楞地区包括现夏河县全部，辐射到其他一些地区，影响到青海、四川等地区。

(一)

夏河县地处青藏高原东缘，位于甘肃省南部的西边缘，东接卓尼县，南邻碌曲县，北靠临夏州，西界青海省，环绕甘南州州府，总面积 8687.73 平方公里。

夏河县内既有高山雪峰，又有河谷山川，既有高原湖泊，又有草原牧场，风光秀丽，物产丰富。

县境内的甘加滩、桑科滩、达久滩、查卡滩、克其合滩、加尕滩、二郎滩，水草丰茂，是优良的天然牧场，牧草种类达 72 科 29 属 628 种，可食牧草达 574 种，是发展畜牧业的优良基地。

夏河县内的达里加山、阿米方日、桑多卡、阿米公洪、加威也卡等山，海拔均在 4000 米以上，形成了山峦迭峰，峰线齐平，群山环抱，万岭锦绣的壮观景象。

达里加山高 4636 米，为县境内的第一高峰，雪线以上山势陡峭，常年积雪；雪线以下植被良好，繁花似锦。太子山海拔 4332 米，景色壮观，山势巍峨，群峰突起，顶端入云，白雪皑皑，南北山麓，遍布丛林。阿姨山位于大夏河畔，高 3698 米，山体轻盈秀丽，山上遍布白杉、杨树及各类灌木，葱郁滴翠。还有腊利大山、完青卡山、阿米方日山、九甲山、卧象山等，以自己的雄伟多姿，装点着夏河大地。

大夏河发源于桑科乡，横贯夏河县城，一路汇集多哇河、格河、央曲河、清水河等支流，在土门关出境，汇入黄河。两岸林木秀丽，麦浪翻滚，油菜花飘香，景色宜人。县境内的洮河，流经东南部勒秀、加茂贡两乡，入卓尼县。两岸气候湿润，形成了亦林、亦牧、亦农，水能电力资源十分丰富的南部山地林牧区。夏河县境内的大小河流，如一条条动脉，连接着夏河大地，浇灌着牧

场田野，养育着两岸人民。

夏河县内还有许多高山湖泊。达里加翠湖，位于甘加乡海拔4600多米的达里加山山腰中。常年风和日丽，湖面平静无波，犹如一块明镜，如遇乌云翻滚，电闪雷鸣，湖面卷起涌波，拍石击岸。达尔藏湖位于王格尔塘乡内，无风时水天一色，起风时波光粼粼，湖水周围松柏参天，春夏季节，一片鸟语花香。

在夏河县这块美丽的大地上，羊群如白云遍布草原，牦牛如珍珠、玛瑙撒满大地，骏马奔驰在辽阔的原野上，甘加羊、美仁牛、合作猪都是闻名全国的优良品种。

夏河县内还栖息着豹、狼、狐狸、旱獭、山獾、鹿、黄羊、石羊、香獐、蓝马鸡、柳鸡、鹫等走兽飞禽，出产麝香、鹿茸、牛黄、贝母、雪莲、党参、大黄、秦艽、冬虫夏草诸种珍贵药材，群山中蕴藏着金、银、铜、铁、锡、铅、锌、锰、铋以及砷、矾等矿产资源。

(二)

夏河县各族人民，在壮丽的自然环境中，生存发展，从远古走来，创造了灿烂的文明，演出了一幕幕威武雄壮的历史剧。

自1709年(清康熙四十八年)，在夏河县城西北建立拉卜楞寺，拉卜楞寺逐渐成为这一地区的政治、宗教、文化中心，推动了该地区的社会发展，从而使夏河县闻名于全藏区乃至全中国。

拉卜楞寺的创建者华秀·俄昂宗哲生于夏河县甘加乡，21岁入西藏学法，博览经卷，答辩僧众，卫藏学者无不佩服。一世嘉木样在西藏期间，与西藏政教名人拉藏汗、桑吉嘉措等人往来较密，西藏内部大事多与之相谋，成为西藏政教名人。1709年应青海河南蒙古亲王察罕丹津之请，在夏河县内建拉卜楞寺，其后，相继创建了闻思学院、下续部学院，为拉卜楞寺奠定了基础。1702年，清康熙皇帝颁封嘉木样大师“扶法禅师班智达额尔德尼诺门罕”颁赐金敕金印。

二世嘉木样久美昂吾，奔走四方，弘扬佛法，走遍卫藏、安多、康巴、东蒙等地，名声远扬，当时各方僧众云集拉卜楞寺，以留学拉卜楞寺为荣。

三世嘉木样久美坚措，继承前世遗志发展政教事业，清道光皇帝赐敕印，封三世嘉木样“扶法禅师”称号。

四世嘉木样尕藏图旦旺秀，43岁时入京谒见光绪皇帝，后光绪皇帝颁赐“广济禅师”印册。

五世嘉木样丹贝坚参，5岁入拉卜楞寺。此时拉卜楞寺正处于生死存亡之

境，以马麒为首的军阀趁拉卜楞内部矛盾激化之机，血腥镇压夏河人民，烧杀抢掠，无恶不作。五世嘉木样只好流浪外地，以求解决问题。当时，他在第一次国内革命战争影响下，在共产党人宣侠父、贾宗周等的帮助下，在甘南草原上掀起了反军阀的壮烈斗争，取得了胜利。

1943年五世嘉木样向国民政府捐献飞机30架，支持抗日战争。第二年嘉木样大师为宣传抗战发表了《告蒙藏同胞书》，号召蒙、藏人民积极支援抗战。40年代，五世嘉木样根据自己的亲身经历，改革宗教，提倡新文化，兴办教育，演藏戏《松赞干布》倡导藏汉民族大团结。当时，在夏河县掀起了一股新文化运动的热潮。

1949年9月随着新民主主义革命的胜利，全中国迎了解放。在中国人民解放军的强大影响下，当时掌握着夏河县军政大权的拉卜楞保安司令黄正清，毅然决然弃暗投明，举行起义，夏河县和平解放。夏河县的历史翻开了崭新的一页，夏河县各族人民推翻了国民党反动统治，人民扬眉吐气，成为新社会的主人，建立了人民政权，修公路、办学校、建医院、办粮店、办商店……把党的温暖送到各族人民心中。

随着社会主义革命的深入，1958年的民主改革，藏族人民摧毁了政教合一制，劳动人民当家做主。在党的方针政策指引下，夏河县各族人民前进在社会主义大道上。

1976年秋季，随着“文化大革命”的结束，召开党的十一届三中全会，改革开放的春风吹遍了夏河大地，夏河县的政治、经济、文教、卫生等各项事业得到了前所未有的发展。

(三)

夏河县解放后，经过40年曲折建设历程，已初步形成了一个以畜牧业为主，农业、林业、地方工业和旅游业为辅的经济格局。

1979年5月，夏河县被列为全国18个畜牧业现代化综合试点县之一。到1985年，全县半农半牧乡已分批转为牧业乡。经过产业结构调整，通过大力发展畜牧业商品经济，到1990年，全县各类牲畜存栏数达104.43万头(匹、只)，比1949年增长32.8倍；商品率由1978年的6.5%，提高到18.25%；牧业总产值达到4318.95万元，净产值为3899.74万元，分别占全县农牧业总产值、净产值的66.25%和72.28%。

1990年末，全县共有14个全民所有制企业、29个集体所有制企业、2个寺院企业，包括建材、皮革、电力、印刷、肉类加工、羊毛加工、民族服装、机械修理、藏药生产、矿山开采等行业。

1980年后，乡镇企业蓬勃兴起，全县共有乡办、村办、联户和个体乡镇企业1620个，从业人员3768人。

1985年3月1日，国务院批准夏河县为对外开放旅游点；5月1日，拉卜楞寺正式对外开放。全县旅游业由此步入了一个新的阶段。县城、桑科等地，先后开设了一批旅游景点，建立了诸多旅游设施，形成了具有民族特色的旅游局面。

在发展经济的同时，交通、邮电、水利、电力等基础设施也日臻完善。县内先后共修建了15条国道、省道和县乡公路，境内总长629公里，贯通了全县所有乡镇和大部分行政村、自然村。县邮局业务包括国内、国际和港澳函件、包件及电报、电话、传真、电路出租、邮政储蓄等项目。多年来，全县共兴建了14座小型水电站，装机总容量2667千瓦，年发电量637万度，全县23个乡镇全部通电，村、户通电率分别为85%和69.3%。

随着政治、经济的发展，文教、卫生、广播、电视等事业也有了很大的发展。

1990年，全县共有5所中学、73所小学，教职工总数达到827名，在校中小學生共有11249名，其中藏族学生6901名，全县适龄儿童入学率达69%。1990年末，全县每千人中拥有大学文化程度的人数为17.35人、中专为33.82人、高中为51.96人、初中为102.14人、小学为166.82人。

自20世纪50年代起，先后成立了卫生防疫、妇幼保健等机构，对各种地方病、传染病多次开展了普查、普治，从而灭绝了天花等传染病，抑制了甲状腺、克汀病等多种地方病的蔓延。到1990年末，全县共设有26个医疗卫生机构，拥有324名医务人员、125张病床，形成了以县医院、藏医院、卫生防疫站、妇幼保健站、三〇一站和2所中心卫生院、18所乡卫生院相配套的医疗卫生体系。此外，传统的藏医药研究和应用也取得了显著的成就，由县藏医院研究制成的藏药“洁白丸”、“八味沉香散”、“九味牛黄石灰华散”已被收入《中华医典》。

县广播站除转播中央台、省电台节目外，还自办新闻节目；全县各乡镇设立了广播站，通播率达87.5%。县城、乡镇共有电视差转台8座、卫星地面收转站10座，电视覆盖人口达8.8万人，覆盖率为64.3%。

(四)

夏河县风光怡人，历史悠久，文化灿烂。

夏河县内，以拉卜楞寺为基础，形成了拉卜楞文化，主要包括佛教文化、民俗风情、民间艺术三个方面。

拉卜楞寺自1709年创建，在近290多年的发展中，已成为包括显、密二宗的闻思、下续部、上续部、医学、时轮及喜金刚六大学院，研习范围包括显密二宗教义、宗教哲学、天文、历算、医药、音韵、因明和书法等学科，以治学严谨、人才辈出而享有声誉，是西藏以外，藏传佛教格鲁派的又一中心和西北地区最高的藏传佛教学府。拉卜楞寺先后兴建了经堂6座、大小佛殿84座，全寺从山坡到河边，基地由高而低，主要建筑如闻思学院、弥勒佛殿和寺主嘉木样府邸，巍峨壮丽，全都集中于依山的高处，周围三面簇拥着大片低小的僧房，高低对比十分鲜明。寺中主要建筑使用红、黄、深棕色彩，再配以发光的金顶镏金饰件，显得辉煌壮丽，而大片僧舍外墙一律刷成白色，配以大门两侧刷的红色边框，朴素而宁静，更加深了中心部位建筑的统率作用，外围转经廊则把全寺中心浓郁绚丽、边缘清淡素洁的色彩统一了起来。

拉卜楞寺不仅是一座宗教文化的中心，也是一所庞大的艺术博物院。寺内有众多佛像，高者达10多米，小者仅寸许，寿安寺、寿禧寺的佛像在12米左右，据统计1.7米以上的佛像有262尊，1.7米以下的有29000余尊。这些佛像工艺精湛，形象生动。除佛像外，还有许多藏传佛教艺术精品，如壁画、卷轴画、堆绣、刺绣等，多以佛教为内容，构思巧妙，刻画精细，线条流畅潇洒，色彩艳丽匀称。

拉卜楞寺内还有大量的历史文物与古籍，有许多封诰、册文、印鉴等。拉卜楞寺现存经卷6万余册，为全国佛教寺院藏经最丰富者。寺内还保存有木刻经版7万余块，极为珍贵。

拉卜楞寺以其文物价值，文化价值，艺术价值，珍品数量之多、艺术之精致，寺院建筑宏伟壮丽，堪称东方文化之一绝。

拉卜楞民间艺术，包括藏戏、民间歌舞、弹唱、说唱等，形式多样，生动活泼。

拉卜楞“南木特”藏戏，是在拉卜楞地区的歌舞、广场跳神剧的基础上形成的地方戏。“南木特”戏运用戏剧手法刻画人物形象，用说唱艺术进行表演，运用各种乐器伴奏，使具有地方风格的唱腔音乐、舞蹈音乐、间奏音乐齐备，从而使之成为具有浓郁地方特色和民族特色的剧种。

拉卜楞民歌有情歌、弹唱、劳动号子、儿歌等。“勒”即民歌，是群众中最广为流传的形式，男女老少都会唱，内容风趣生动，牧区演唱自由辽阔、粗犷、高亢，农区演唱豪放细腻、活泼而流畅。“拉伊”（情歌），音调高亢嘹亮，感情柔和细腻，弹唱节奏整齐，活泼流畅。

拉卜楞舞蹈，在40年代达到了兴盛时期，名传甘肃、青海、四川藏区。拉

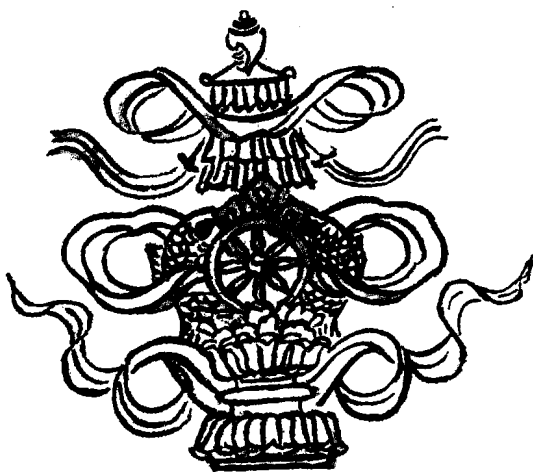
卜楞民间舞蹈的动作丰富，舞姿绰约。整齐一致节奏性强的脚踏步、轻盈敏捷的翻身辗转、飘逸大方的抛袖甩臂构成了拉卜楞民间舞蹈的独特风格和韵味。再加上表演者边唱边舞，舞蹈场面是面面相观的圆圈式，感情交流容易，表演起来是欢快异常。

夏河地区是史诗《格萨尔王传》的主要流传区域，通过演唱艺人之口，在草原山村广为传诵。

夏河地区的民间习俗具有鲜明的地方民族特色。一年一度的“香浪节”的“插箭”活动、弥漫着肃穆气氛的“祭湖求雨”和“天葬”仪式、标志少女成年的“上头”典礼、盛行于农牧区的“赘婿”婚俗，以及别具风韵的藏式民居和民族服饰等人文景观，是具有浓郁地方特色、充满无穷魅力的民俗文化。

灿烂的藏传佛教文化艺术，丰富多彩的民间文艺和富有特色的民间习俗，构成了绚丽多姿的“拉卜楞文化”的主要内容。这种文化的内涵博大精深，是珍贵的世界人类文化遗产。拉卜楞文化是夏河县各族人民拥有的无价之宝，其价值和意义，在 21 世纪必将焕发出更加艳丽的光彩。

今天，夏河县以多姿多态的形象，屹立在甘南草原上，雄伟的土门关，青翠的典奥乡，碧波如玉的达尔藏湖，婀娜秀丽的阿姨山，晨雾荡漾的大夏河畔，云雾变幻的达里加山，晚霞绚丽的桑科草原，牧歌飘扬的科才草原，潇洒飘逸的拉卜楞人，商品满目的拉卜楞市场，法号嘹亮的拉卜楞寺，耸立的厂房、电视塔、通讯塔，像飘带伸向远方的公路……夏河县像一颗明珠，镶嵌在甘肃大地上，熠熠发光，射向远方。



拉卜楞寺概况

拉卜楞寺位于甘肃省夏河县城西北，它建于清代康熙四十八年(1709)，是我国著名的藏传佛教格鲁派寺院。拉卜楞寺本名噶丹夏珠达尔吉扎西益苏奇贝琅(意为具喜讲修兴旺吉祥右旋寺)，简称扎西奇寺，一般称拉卜楞寺。拉卜楞寺是藏语“拉章”的变音，意为僧侣的宫殿。寺院自1709年创建经历代寺主嘉木样活佛和广大僧众的开发，已建成为包括显、密二宗的闻思、上续部、下续部、医学、时轮及喜金刚六大学院，103个属寺和八大教区的大型寺院，是西藏以外藏传佛教格鲁派的又一中心和西北地区最高藏传佛教学府，朝圣者终年不断，最盛时寺内僧侣达40000余人。全寺占地面积816000余平方米，建筑面积为40余万平方米，整个建筑群威严壮观、肃穆典雅，寺藏浩瀚经典论著和历代高僧学者著作，珍藏着琳琅满目的奇珍异宝和历代珍贵文物，所有这些体现了藏族人民高度的才能与智慧。

拉卜楞寺内设闻思、上续部、下续部、时轮、医药、喜金刚六个学院，研究广博深奥的显密宗教义、佛教哲学、天文、历算、医药及各种附设文化专业学科，修习内容包罗了藏族科学、文化、艺术的全部内容。

闻思学院：是六大学院中最大的一个，最盛期学僧近3000名，该院共分13个学级，学习课程为五部大论，一般需15年才能完成学业。在学级、年限上为全寺之冠，学习方法主要采取背诵与辩论相结合的方法，完成各科学业后出类拔萃者，方可依次考取“然江巴”、“尕然巴”和“多仁巴”学位。其中“多仁巴”是该学院中的最高学位，每年从120个候选人中仅录取2名，一旦考取，便可荣任活佛和属寺之经师。由于学院学风严谨不衰，高僧、学者层出不穷。

时轮学院：1763年创建，至今已有237年的历史，该院分三个学校，年限不定；修习内容以《时轮经》为基础，主要研究天文、历算，并兼习声明、语法、诗词、书法、绘坛、音韵等，在推算星辰位置、日月食预报上，取得了可喜的成绩，所编的藏历在整个藏区广为发行，有些甚至流传到国外。