



雪域文化丛书

藏族宗教

李丽 著



雪域文化丛书

Xueyu Wenhua Congshu

藏族宗教

李丽 著



图书在版编目(CIP)数据

藏族宗教/李丽著. —成都:巴蜀书社, 2003. 6
(雪域文化丛书)
ISBN 7-80659-477-9

I. 藏... II. 李... III. 喇嘛教—研究
IV. B946.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 038237 号

策划组稿 侯跃生
责任编辑 侯跃生
封面设计 文小牛
摄影 唐召明 李丽

本书无四川省版权防盗标识,不得销售;
版权所有,违者必究,举报有奖。
举报电话:(028)86636481 86241146

藏族宗教

李丽 著

巴蜀书社出版发行 (成都盐道街三号 邮编 610012)
总编室电话(028)86656816 发行科电话(028)86662019 86658275
新华书店经销 郫县科技书刊印刷厂印刷

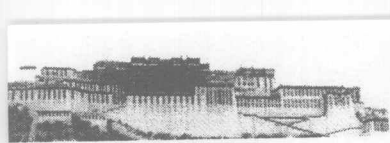
开本 787×1092 1/32 印张 6.875 字数 130 千
2003 年 6 月第一版 2003 年 6 月第一次印刷

ISBN 7-80659-477-9/B·67 定价:14.00 元
本书如有印装质量问题,请与工厂调换

序 言

中国是一个统一的多民族国家。中国几千年的灿烂文化是各兄弟民族在长期的历史发展中共同缔造的。藏族是我国历史悠久、勤劳勇敢、富有智慧的民族之一。据1990年7月统计，全国共有藏族人口4593330人，主要分布在西藏、四川、青海、甘肃、云南等省区。藏族在我国少数民族中，人口虽不是最多的，但分布面积约占全国总面积的四分之一，是少数民族中居住面积最大的民族。数千年来，藏族人民繁衍生息在青藏高原上，在征服大自然的斗争中，在社会发展的演变中，藏族人民以自己的智慧和勤劳，创造了独特而丰富的物质文化和精神文化，并一直为世界所注目，成为中华民族文化宝库中的一颗璀璨明珠。

从公元7世纪中叶吐蕃赞普松赞干布时期开始，藏族就有了自己的文字，从而也就开始了有文字记载的历史。



○藏族宗教○

经过一千多年的积累，用藏文撰写的语言文字、文学艺术、文物古迹、历史文献、宗教典籍、藏医藏药、天文历算、建筑艺术、雕刻绘画、民间节日、民族体育等方面的文献，浩如烟海，卷帙繁多。在中国除了汉文的书籍文献外，在55个少数民族文库中，藏文书籍文献居于首位。目前藏族地区各大图书馆、档案馆以及寺院保存的书籍文献，其品种和数量之多，令世人瞩目。如西藏自治区档案馆现保存有四百多万件藏文文献；拉卜楞印书院藏有二十二万余部文献典籍；德格印书院共保存有三十余万块印版，文字量达2.5亿之巨。这些典籍内容丰富，雕工精细，样式考究，印刷精巧，包装华丽，有的用金银粉汁书写而成；有的用青缎、丝绸等刺绣而成；有的还用珊瑚、玛瑙、珍珠、宝石等镶嵌而成。这些典籍不仅具有极高的保存价值，而且也是研究藏族历史文化的的第一手资料。

正因为藏族有着悠久的历史 and 灿烂的民族文化，加之他们所处的地理位置以及宗教的影响等多方面的因素，近、现代以来，对藏族和藏区的研究引起了国内外学者的极大兴趣，甚至发展成为一门独立的学科——藏学，为世界学术界所关注。目前，世界上不少学术团体和专家在研究藏族的历史和文化，有几十个国家还设立了藏学研究机构，专门研究藏学。藏学不仅已成为国际性的一门显学，而且在中华民族文化中也占有重要地位。今天加强藏学研究，不仅是一个发展藏学学术的问题，而且具有重要的政治意义。

新中国成立以后，党和国家非常重视少数民族文化遗产的研究和继承。特别是近十多年来，党和国家十分重视藏学研究工作。1951年，为了刚刚和平解放的西藏工作的需要，在中央民族学院建立了藏语文专业，并招收了第一届藏语班的学生；1981年，成立了中央民族学院藏学研究所；1993年，原中央民族学院民语系藏语教研室与藏学研究所合并，成立了中央民族大学藏学系；2000年，中央民族大学藏学系扩建为藏学研究院。近几年来，全国不少民族院校都建立了藏学系、所。1986年，中共中央和国务院两个办公厅发出《关于建立中国藏学研究中心的通知》，在北京成立了藏学研究中心，认真地进行藏族文化遗产的发掘、整理和研究。此后，全国各地一大批藏学研究机构相继成立，更把国内藏学研究推向一个新的发展阶段。藏学的故乡在中国，中国具有较国外优越许多的人文地理条件以及汗牛充栋的藏文典籍。经过数十年的耕耘努力，一支门类齐全，集藏语言、文学、历史、宗教等学科为一体的藏学科研队伍已形成规模，且不断发展壮大。许多藏学科研工作者多次深入藏区进行社会调查和古籍整理工作，现已整理、翻译出版了五百多种，上百万册的藏学典籍、名著、资料和历史文献；开展了藏文《大藏经》以及对梵文贝叶经的研究整理工作；一些藏学机构还举行过多次高水平的国际藏学讨论会和有影响的学术交流活动；并创办了《中国藏学》、《西藏研究》、《中国西藏》、



○藏族宗教○

《安多研究》、《雪域文化》、《西藏佛教》、《西藏社会发展研究》、《西藏艺术研究》等近30种藏、汉、英文藏学研究刊物；还培养和涌现出一批以藏族学者为主的藏学研究人才。

藏族文化博大精深，源远流长。藏族文化按照传统藏族文化的范围划分，有佛学、因明学、工艺学、医药学、声明学，即大五明；以及修辞学、戏剧学、韵律学、星象学、辞藻学，即小五明。这大、小五明即十个学科，按照现代学科来划分，有藏族语言、藏族文学、藏族宗教、藏族历史、敦煌学、藏族逻辑、藏族工艺、藏族天文、藏族医学、藏族教育、藏族文化、汉藏关系史、藏族科技、藏族民俗、藏族旅游以及藏族地区的现代化等。为了弘扬藏族文化，让更多的读者了解藏族文化、研究藏族文化，我们组织了一批中、青年学者撰写了《雪域文化丛书》，由于时间紧、资料少等客观原因，难免会在丛书中挂一漏万，凡有错误之处，敬请专家学者以及广大读者不吝赐教。

周润年

目 录

序 言	(1)
一、远古藏区的神圣世界	(1)
(一) 神山圣水	(1)
1. 太阳与生命的礼赞	(2)
2. 猴面陶具——图腾崇拜	(5)
3. 神山圣水——自然崇拜	(7)
(二) 本教及其神祇系统	(11)
1. 众神崇拜的结果——本教的产生	(11)
2. 本教的神灵家族	(13)
(三) 神人相通的巫术	(16)
1. 巫覡——神人相通的使者	(16)
2. 本教九乘	(18)
3. 通达三界的法术	(19)
4. 本教节日	(26)



二、佛光普照雪域	(31)
(一) 两尊佛像树起的里程碑	(31)
(二) 两种文化的冲撞——佛本之争	(35)
1. 佛法初传话前弘	(35)
2. 两路弘传——佛教在西藏的复兴	(40)
三、群星璀璨 流派纷呈	(46)
(一) 莲花生与宁玛派	(48)
(二) 阿底峡与噶当派	(54)
(三) 萨迦五祖与萨迦派	(58)
(四) 玛尔巴师徒与噶举派	(66)
(五) 宗喀巴与格鲁派	(74)
(六) 百家争鸣	(81)
1. 希解派与觉宇派	(82)
2. 郭扎派与夏鲁派	(84)
3. 陨落的巨星——觉囊派	(85)
4. 多罗那它——哲布尊丹巴佛爷	(86)
四、藏传佛教密宗——金刚乘	(90)
(一) 金刚乘的形成	(92)
(二) 金刚乘在西藏的传播	(96)
(三) 金刚乘——藏密的教法基础	(98)
1. 显宗是根本	(99)
2. 密宗重修炼	(102)
(四) 藏密的仪轨	(105)

1. 灌顶仪式	(106)
2. 受度道场——坛场	(107)
3. 修法密咒——真言	(108)
4. 偶像崇拜——本尊佛	(109)
5. 修法女伴——度母	(113)
6. 供养仪轨	(116)
7. 法器与象征	(117)
五、活佛转世探秘	(121)
(一) 活佛转世的由来	(122)
(二) 转世灵童与金瓶掣签	(125)
1. 预言和暗示	(126)
2. 寻访之路	(129)
3. 金瓶掣签	(130)
4. 迎迓与坐床	(132)
(三) 活佛的地位与等级	(135)
(四) 达赖、班禅两大活佛系统	(140)
1. 达赖喇嘛活佛系统	(141)
2. 班禅额尔德尔活佛系统	(148)
(五) 活佛圆寂与塔葬	(154)
六、佛国净土——藏传佛教寺院	(158)
(一) 风水宝地话寺院	(159)
(二) 寺院组织与僧侣生活	(162)
1. 严密的组织网络	(162)



○藏族宗教○

2. 晨钟暮鼓的僧侣生活	(165)
(三) 寺院经济与政教合一	(167)
1. 寺院经济的性质	(167)
2. 寺院经济的来源与结构	(168)
3. 寺院内部财产的流动状况	(171)
(四) 寺院建筑艺术	(173)
1. 佛教精神的象征	(173)
2. 多元文化的结晶	(175)
(五) 法会与宗教节日	(177)
(六) 寺院——神灵的供养之所	(183)
七、佛法西传与藏传佛教的现状	(189)
(一) 东方神教的魔力	(190)
(二) 藏族僧侣在西方	(193)
(三) 国内藏传佛教的现状	(203)

一、远古藏区的神圣世界

(一) 神山圣水

青藏高原地处东经 77° 左右至 104° 左右，北纬 27° 左右至 39° 左右，是世界上最高、最大、最年轻的高原，它包括青藏高原、青海高原、川西高原三大部分，总面积约 230 万平方公里，平均海拔 4000 米以上，素有“世界屋脊”之称。青藏高原的高山大川气势磅礴。雄伟高大的喜马拉雅山脉环抱南部边缘，海拔超过 8000 米以上的山峰就有 11 座，其中世界第一峰珠穆朗玛峰高达 8848 米。自南向北还有呈东西走向的冈底斯山、念青唐古拉山、昆仑山、祁连山、喀拉昆仑山等巨型山脉。亚洲和我国一些著



名的大江大河也发源于青藏高原，如长江、黄河、澜沧江、雅鲁藏布江、怒江、狮泉河、象泉河等。青藏高原湖泊密集、盐湖广布，大大小小约二千余个，湖泊周围水草丰美，是优良的天然牧场。青藏高原是中国藏族人民世居之地，也是人类起源的地区之一。青藏高原的远古文明可以追溯到旧石器时代。在西藏的定日县苏热、日土县札布、夏达错东北岸、申札县多格则、珠洛勒、色林错各听、吉隆县宗嘎等地均发现大量旧石器时期的文化遗存，距今已经5万—1万年的历史；唐古拉山地区的托托河、可可西里等地、青海湖南岸的拉乙亥也发现了旧石器的文化遗存。新石器时代的遗存主要有西藏昌都的卡若，拉萨曲贡、堆龙德庆，山南的琼结、贡嘎等地；还有青海地区的马家窑文化等。

这些古老的文化遗址表明藏族人民自古以来就生息繁衍在青藏高原，同时也向我们传递着藏族先民们的文化信息。这些无声的石器、玉器、骨器、陶器、岩画等，是先民们物质和精神生活的杰作，它默默地向我们诉说着什么，指引着我们探求藏族先民的思想轨迹。远古的先民啊，当你们人猿揖别之后，青藏高原壮美严峻的客观世界给你们的思想意识打下了怎样的烙印？你们是以怎样的情结看待人与自然的呢？

1. 太阳与生命的礼赞

太阳给大地带来一片生机。青藏高原是离太阳最近的

地方，藏族先民在那漫漫的生命旅程中最先感受到的是太阳的温暖和光明。而且，无论阴晴雨雪日升日落，太阳总是周而复始，最具有永恒的象征意义。于是，他们将太阳首先当作了膜拜的对象。在旧石器晚期至新石器早期阶段，藏族先民们的打制石器中出现了一种新型的似荷叶卷边的圆形盘状器，有研究表明这种非生产工具形制的器具很有可能与当时人们的太阳崇拜观念有关，表现了藏族先民对自然天体的思索与膜拜。先民们是在人类最简陋的原始劳作过程中，用双手和石块敲制出形制规律、有节奏动感的“太阳石盘”，这种对太阳天体至诚至信的热情毫不亚于其后人用身体丈量土地，朝圣地叩头的情景。

日月崇拜的功利性目的大概与“丰产巫术”或“祈求巫术”有关。这类岩画画面的构图几乎是程式化的：中央是一棵枝干向上的植物图像，两侧有若干分枝，有的分枝末端还有点状的植物果实；在植物上方一般是日月图像，或在日月图像旁侧还有类似“雍仲”符号的星辰。个别的还带有雪花图案。这类构图表明人们将植物的生长成熟同日月星辰、天象气候等自然现象联系在一起，祈求自然界的阳光雨雪保障植物（牧草与农作物），它体现出高原先民对植物生长与客观外界环境的内在联系已有一定客观认识，同时又把自然界的力量加以神化，将自然崇拜意识和丰产祈求永远地记录在永恒的岩石上。

藏族先民对太阳天体的热爱并没随着时代的变迁而改

变，改变的只是表现的文化符号。在新石器的陶器中，出现了大量“十”字、“卍”字纹。还有太阳纹与象形的蟹形纹等动物花纹。这些图纹都体现了藏族先民强烈的太阳崇拜意识。

如果说“太阳石盘”和太阳崇拜岩画是出于先民热爱生命的功利性思考的话，那么，对红色神力的执著则更体现了藏族先民对生命本质的理性思维。西藏新石器时代的先民在制造和使用石质工具的过程中还流行着涂抹红色颜料的习俗，如拉萨曲贡遗址出土的 10000 多件打制石器中，有 1/5 的石器涂有红色颜料，同时出土的还有大量研磨红色颜料的石磨盘、专门盛装红颜料的小陶瓶以及用于调和颜料的大陶片。经鉴定，这种红颜料是赤铁矿粉，它经久耐用，先民们可能用动物骨胶或血液将其调拌涂抹在石器上。

红色——容易使人与血液、生命产生联想，象征着生命和力量。给打制工具涂红也许是先民们希望这种生产工具能发挥更大的力量和作用，去获取更多的生活物质。同时也表明他们已有了“灵魂”观念，企图以红色召唤生命，使其再生不灭。企求灵魂不灭的思想意识正是藏族先民们早期灵魂崇拜宗教意识的体现。

不论是对太阳天体的膜拜，还是对红色神力的笃信，它都反映了藏族先民童年时代力图解释自然、破译生命的认知水平。他们在用想象的彩笔描绘世界的同时，也结下

了自己的原始宗教情结。

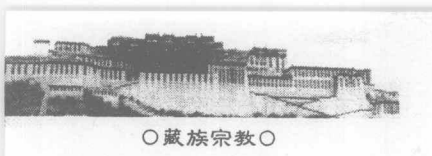
2. 猴面陶具——图腾崇拜

“我从哪里来？”这个人类古老的哲学命题同样困扰过藏族先民。他们在力图解释自然界的同时也曾企图揭示自身的奥秘。在新石器时代的西藏拉萨曲贡遗址中，人们发现了两件非常独特的人（猴）面堆塑纹饰和鸟首盖纽。

陶具是采用泥条堆塑贴饰在大型陶器的装饰泥塑。这逼真生动的造型仅仅是件普通的拟物作品吗？问题不会那么简单吧。在当时的磨制石器阶段，很难想象要制作这种难度较大的艺术品，要花费怎样的心智和劳作。制作者一定是怀着某种神圣、虔诚的信念，将他们的意识和情感倾注到这些作品中去的。

这不由得使我们联想起藏族的两则古老神话。一则是有关“鹏撑蓝天”的创世神话。藏族流传着一首《斯巴问答歌》，述说关于天地形成的神话。天地、宇宙，藏语叫“斯巴”。问答歌言：

最初斯巴形成时，
天地混合在一起，
请问谁把天地分？
最初斯巴形成时，
阴阳混合在一起，
请问谁把阴阳分？



○藏族宗教○

最初斯巴形成时，
天地混合在一起，
分开天地是大鹏。
最初斯巴形成时，
阴阳混合在一起，
分开阴阳是太阳。

藏民族关于天地起源的神话中这个展翅高擎蓝天的大鹏就像盘古氏一样，受到了藏族人民的敬仰，对大鹏、鸟、鹰的崇拜，也多与人们对创世神的敬仰有关。曲贡遗址中的这个鸟头塑像，莫非正是人们心目中那个展翅背负青天的大鹏？也许制作者正是怀着这样一种宗教情感，塑造了这尊塑像，用于祭祀礼拜。

大鹏分开天地后，人又是从哪儿来的呢？

关于人类的来源，在藏族地区广泛流传着一则“猕猴变人”的古老神话故事。神话说：在很久远的年代里，西藏山南地区的雅隆河谷气候温和，山林茂密。山上住着一只猕猴。后来，这只猕猴和罗刹女结为夫妻，生了6只小猕猴。老猴把它们送到果实丰茂的树林中。过了3年，这些小猕猴已经繁衍到了五百多只。老猴看到它们为争食物而相互斗殴致伤的情景，心中十分不忍，于是领它们到一处长满野生谷类的山坡，对猕猴们说：“你们就吃这个吧！”从此，众猴便开始吃不种而收的野谷，身上的毛逐渐变短，尾巴也慢慢消失，以后又会说话，遂变成人类。