

XIZANG TONGSHI JIANBIAN

西藏  
通史  
简编

◎恰白·次且平措  
◎诺章·吴坚 / 著  
◎平措次仁

青海人民出版社

# 西藏通史简编

恰白·次旦平措

诺章·吴坚

著

平措次仁

云南传播出版社

责任编辑：徐醒生

封面设计：缪惟

### 图书在版编目(CIP)数据

西藏通史简编/恰白·次旦平措,诺章·吴坚,平措次仁著,——北京:五洲传播出版社,2000.2

ISBN 7-80113-727-2

I.西… II.①恰… ②诺… ③平… III.地方史—西藏 IV.K297.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 36969 号

## 西藏通史简编

恰白·次旦平措

诺章·吴坚 著

平措次仁

\*

五洲传播出版社 出版发行

中国北京北三环中路 31 号

(邮编:100088 电话:62048174 62350055)

网址:WWW.cicc.org.cn

开本:850mm×1168mm 1/32 印张:10 字数 250 千

2000 年 2 月第一版 第一次印刷 印数:0-3100

(汉)

ISBN 7-80113-727-2/K.172

定价:35.00 元

## 出版前言

由西藏著名的历史学家恰白·次旦平措主编,诺章·吴坚、平措次仁等多位专家学者参与编撰的藏文历史巨著《西藏通史——松石宝串》于1989年10月由西藏古籍出版社出版以后,在国内外藏学界和藏文读者中产生了很大反响。该书之所以引起藏学界和广大读者的广泛关注,在于它采用历史唯物主义的实事求是的科学、严谨的治学态度,以及对各种史料、尤其是对藏文史料的旁征博引和精辟分析,还在于它丰富的内容和流畅的文字表达。正如著名的藏学家拉巴平措先生评价的那样,该书具有“很高的资料价值”、“较强的实用价值”、“较高的学术价值”和“较高的科学价值”(《西藏通史》汉文版序)。1993年,该书获得了中国国家图书奖。1996年1月,西藏古籍出版社出版了它的汉文版。

考虑到国内外一般读者的阅读习惯和口味,我们决定对该书内容进行压缩,出版一本西藏通史简编本,使之既适合学者研究使用,又符合一般读者了解西藏历史的需要。我们首先征得主编恰白·次旦平措先生的同意,并得到了该书汉文版的出版者西藏社会科学院和《中国西藏》杂志社的大力支持。我们采用陈庆英、格桑益西、何宗英、许德存的汉译本,邀请了常年进行藏学研究和编辑出版工作的廖祖桂、张晓明、喜饶尼玛、国庆、周爱明等

人,对原书进行文字整理和缩编工作。缩编的原则是:保持原书的结构、体例和基本观点不变,以压缩繁冗的引文为主,但重要的、具有说服力的史料仍要保留;对叙述过于详细、琐碎的章节进行删改,但以不改变原书的整体结构为原则,并尽量保留原书的语言和叙述方式;对原汉文译本中的一些译法不同的专用名词进行了统一;对个别普通读者难以理解的生僻词增加了注解。

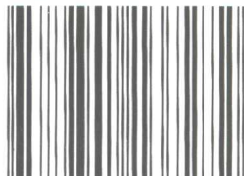
编 者

2000年7月

西藏  
通史  
简编

西藏  
通史  
简编

ISBN 7-80113-727-2



9 787801 137272 >

# 目 录

第一章 远古时期 .....	1
第一节 “蕃域”的由来 .....	1
第二节 西藏高原的形成 .....	2
第三节 藏族的起源 .....	3
一、藏族人是猿猴与罗刹女的后裔 .....	3
二、西藏古人氏族的形成 .....	4
三、藏族人种起源的有关出土文物 .....	4
第二章 悉补野王统世系 .....	6
第三章 吐蕃赞普王统 .....	8
第一节 赞普松赞干布 .....	8
一、统一西藏高原 .....	8
二、制定吐蕃社会的管理体制和法律条文 .....	10
三、首创现在所使用的藏文 .....	19
四、迎娶王妃 .....	21
五、修建拉萨大昭寺等佛殿 .....	23
六、开拓疆域,发展吐蕃经济 .....	24
七、建立了唐蕃间的友好关系 .....	25
第二节 贡松贡赞和芒松芒赞 .....	27
第三节 赞普都松芒波杰 .....	23
第四节 赞普墀德祖赞 .....	29
第五节 赞普墀松德赞 .....	30
一、墀松德赞主要政绩 .....	30
二、迎请寂护、莲花生大师弘传佛教 .....	32



三、兴建桑耶寺 .....	34
四、七觉士出家为僧 .....	35
五、顿门派与渐门派之争 .....	36
六、宇妥宁玛·云丹贡波 .....	37
第六节 王子牟尼赞普 .....	38
第七节 墀德松赞赛那勒 .....	39
第八节 赞普墀祖德赞热巴巾 .....	40
第九节 赞普朗达玛鄂都赞 .....	42
<b>第四章 西藏分裂时期</b> .....	<b>44</b>
第一节 额达威宋、云丹及其后裔 .....	44
一、威宋和云丹出生年代 .....	44
二、额达威宋和卫如、天如间的战乱 .....	45
三、吐蕃平民暴动 .....	46
四、民变对西藏社会带来的利弊 .....	48
第二节 藏传佛教后弘期的历史 .....	49
一、玛、天、藏三人逃往康区及拉钦传略 .....	49
二、律藏下路弘传 .....	50
三、律藏上路弘传 .....	52
四、佛教后弘期的班智达 .....	53
五、佛教后弘期的译师 .....	53
第三节 西藏分裂时期的教派 .....	54
一、噶当派 .....	54
二、噶举派 .....	56
三、萨迦派 .....	58
<b>第五章 萨迦巴统治西藏时期</b> .....	<b>59</b>
第一节 公元 13 世纪初西藏的形势及萨迦巴家族的世系 .....	59

第二节	蒙古成吉思汗后裔的势力进入西藏， 西藏再度统一 .....	64
第三节	蒙古王子额沁阔端迎请萨迦班智达去内地 .....	66
第四节	萨迦班智达致蒙古各地方首领的信件 .....	69
第五节	八思巴与蒙古忽必烈的会见，褒护僧人的诏书 .....	73
第六节	薛禅汗忽必烈迎请噶玛拔希到祖国内地 .....	76
第七节	宣布吐蕃三个却喀纳入元朝统治， 在西藏设立驿站 .....	79
第八节	珍珠诏书的赐与，八思巴返回西藏新建萨迦 的机构 .....	83
第九节	作为元朝皇帝政治顾问的八思巴 .....	86
第十节	八思巴再次返藏及去世，元朝在西藏驻兵 .....	87
第十一节	恰那多吉父子 .....	90
第十二节	萨迦与止贡派矛盾的激化，止贡寺庙之乱 .....	91
第十三节	萨迦达尼钦波桑波贝 .....	94
第十四节	元朝三次在西藏清查户口并确定西藏的 行政制度 .....	95
第十五节	元朝对萨迦统治集团封官赐印 .....	101
第十六节	萨迦巴依据元朝皇帝授命管理西藏事务的若干 实例 .....	105
第十七节	萨迦巴统治时期西藏经济的发展 .....	109
第十八节	萨迦巴统治时期西藏文化事业的发展 .....	113
第十九节	藏族文学史上开创新时期的雄译师多吉坚赞 .....	116
第二十节	萨迦家族分裂为四个拉章，萨迦巴统治的结束 .....	117

<b>第六章 帕木竹巴统治西藏时期</b> .....	121
<b>第一节 朗氏家族与帕竹噶举、帕竹万户和帕竹第悉</b> .....	121
一、朗氏家族和帕竹噶举 .....	121
二、帕竹万户 .....	122
三、帕竹第悉(帕竹政权) .....	124
<b>第二节 明朝对西藏地方政权的管理</b> .....	148
一、明朝的建立及对西藏地方事务的管理 .....	148
二、明朝对西藏高僧的封授 .....	148
<b>第三节 帕竹统治时期西藏经济和文化的发展</b> .....	154
一、帕竹统治时期经济的发展 .....	154
二、帕竹统治时期文化和建设事业的发展 .....	155
<b>第四节 帕竹政权时期的格鲁派</b> .....	162
一、宗喀巴大师罗桑扎巴生平简述 .....	162
二、关于甘丹寺的历史 .....	166
三、贾曹杰达玛仁钦 .....	168
四、克珠杰格勒贝桑 .....	170
五、嘉央曲杰和哲蚌寺的兴建 .....	171
六、大慈法王释迦也失和色拉寺的兴建 .....	173
七、一世达赖喇嘛根敦珠巴 .....	176
八、扎什伦布寺的历史 .....	177
九、二世达赖喇嘛根敦嘉措 .....	179
十、三世达赖喇嘛索南嘉措 .....	180
十一、四世达赖喇嘛云丹嘉措 .....	183
<b>第五节 第巴仁蚌巴的历史</b> .....	184
<b>第六节 第悉藏巴的历史</b> .....	188

<b>第七章 甘丹颇章政权统治时期</b> .....	193
<b>第一节 五世达赖喇嘛阿旺洛桑嘉措</b> .....	193
一、被认定为第五世达赖喇嘛掌握西藏地方政权 .....	193
二、朝见清朝皇帝及获得金册、金印等封赏 .....	196
三、五世达赖喇嘛的若干施政举措 .....	199
四、将阿里三围纳入治下,五世达赖喇嘛圆寂 .....	201
五、固始汗父子及历任第悉 .....	203
六、第悉·桑结嘉措 .....	204
<b>第二节 六世达赖喇嘛仓央嘉措</b> .....	210
一、被认定为五世达赖喇嘛的转世及坐床 .....	210
二、拉藏汗杀害第悉执掌西藏大权 .....	211
三、拉藏汗控制下的六世达赖喇嘛的最后命运 .....	212
四、准噶尔蒙古军偷袭西藏 .....	213
<b>第三节 七世达赖喇嘛格桑嘉措时期</b> .....	214
一、认定和进藏 .....	214
二、驱逐准噶尔势力出西藏 .....	215
三、七世达赖喇嘛坐床,任命西藏地方政府首领 .....	216
四、噶伦内讧,卫藏骚乱 .....	218
五、皇帝派人查办藏事 .....	220
六、七世达赖喇嘛移居康区 .....	221
七、授封颇罗鼐总理西藏事务 .....	222
八、平息不丹内乱 .....	223
九、缩减驻藏清兵,七世达赖喇嘛返藏 .....	223
十、达赖喇嘛与颇罗鼐之间产生隔阂,颇罗鼐去世 .....	225
十一、敕封珠尔墨特那木扎勒袭郡王位,总理西藏政务 .....	226

十二、珠尔墨特那木扎勒谋叛遭驻藏大臣诱杀 .....	227
十三、达赖喇嘛奉旨亲政设立噶厦机构 .....	228
十四、钦定藏内善后章程十三条 .....	229
十五、成立译仓和僧官学校 .....	230
十六、达赖喇嘛圆寂,第穆呼图克图摄政 .....	231
第四节 八世达赖喇嘛强白嘉措时期 .....	231
一、寻访灵童,迎请坐床 .....	231
二、第穆活佛圆寂,策墨林继任摄政 .....	232
三、班禅贝丹益西进京,平定三岩之乱 .....	233
四、八世达赖掌政,摄政策墨林活佛回京 .....	234
五、廓尔喀军第一次入侵西藏 .....	234
六、西藏和廓尔喀在吉隆议和 .....	235
七、达察活佛代理摄政 .....	236
八、廓尔喀毁约,第二次入侵西藏 .....	237
九、福康安奉命率大军进藏击退廓尔喀 .....	237
十、汉藏两军联合作战,廓尔喀俯首投降 .....	238
十一、福康安胜利班师 .....	239
十二、清朝政府制定《钦定藏内善后章程》二十九条 .....	239
十三、《钦定藏内善后章程》二十九条实施范例 .....	242
十四、建功德林寺和关羽庙,乾隆皇帝肖像供于 布达拉宫 .....	243
十五、八世达赖喇嘛圆寂,达察代理摄政 .....	243
第五节 九世达赖喇嘛隆朵嘉措 .....	244
一、寻访和坐床 .....	244
二、第穆活佛代理摄政,达赖喇嘛圆寂 .....	244
第六节 十世达赖喇嘛楚臣嘉措时期 .....	245
一、认定转世灵童,第穆和策墨林相继摄政 .....	245

二、《铁虎清册》的编写,用兵波密,十世达赖喇嘛圆寂 .....	246
第七节 十一世达赖喇嘛克珠嘉措时期 .....	247
一、认定转世灵童,阿里森巴战争 .....	247
二、摄政策墨林撤职,七世班禅和热振活佛相继摄政 .....	249
三、十一世达赖喇嘛亲政和圆寂,廓尔喀入侵 西藏的战争 .....	252
第八节 十二世达赖喇嘛赤列嘉措时期 .....	255
一、寻访、认定和坐床 .....	255
二、地方政府和掌权者发生内争,摄政热振活佛 逃往内地,夏扎·旺秋杰布掌权 .....	258
三、用兵瞻对,第悉夏扎去世,德珠出任摄政 .....	261
四、贝丹顿珠之乱,摄政德珠去世,十二世达赖 掌政不久圆寂 .....	264
五、达察被任命为摄政,反对英人入藏考察 .....	265
第九节 十三世达赖喇嘛土登嘉措时期 .....	267
一、土登嘉措的降生和认定及坐床的情形 .....	267
二、第一次抗击英帝国主义的战争 .....	270
三、十三世达赖掌政,西藏统治阶层内部的争权斗争 .....	274
四、沙俄魔掌伸向西藏 .....	276
五、西藏各族人民抵抗英国侵略军的第二次战争 .....	278
六、张荫棠查办藏事 .....	284
七、达赖喇嘛逃亡外蒙,入京朝见慈禧太后和光绪皇帝 .....	286
八、十三世达赖喇嘛逃往印度 .....	288

九、关于西姆拉会议 .....	291
十、西藏地方的若干新政措施 .....	293
十一、十三世达赖圆寂,西藏统治阶级内部权利之争 .....	297
十二、认定十三世达赖喇嘛的转世,十四世达赖喇嘛 坐床 .....	298
十三、热振活佛和达扎活佛先后出任摄政,热达之争 .....	300
十四、西藏人民获得新生 .....	303
第十节 甘丹颇章时期部分智者的简况 .....	306
一、藏医历算大师钦绕罗布 .....	306
二、近代著名学者根敦群培 .....	309

## 第一章 远古时期

### 第一节 “蕃域”的由来

“蕃”是藏族人对自已的地方所取的名称在其语音上的一种变音,并非其他地方的人所命名。我们这个地方何时起称为“蕃”?近代著名历史学家根敦群培在他所著的《白史》中说:“很早以前,本民族语言中,我们这个地方就叫做‘蕃’。”据此,“蕃”的名称是从远古开始就有,但很难说清楚从那时至今过去了多少年。

关于“蕃”的地名含义,主要有两种说法。一是:在这个地方农业生产尚未发达以前,人们从事狩猎活动。由于散居在偏远地方的牧民经常遇到自然灾害和盗匪或野兽的袭击,必须相互加强联系。这样,只能居住在相互呼唤所能听到的范围之内,出现情况时,从山岗高处大声用“噶耶”或“瓦耶”之声高呼对方,把这种呼唤称为“蕃巴”,久而久之,呼此“蕃”之声,自然成为其地名。另一种说法是,我们这个地方,把高原以畜牧为主的地方称为“牧区”,把低谷林业为主的地方称为“农区”,把介于两者之间的温寒相宜,以经营农业为主的地方称为“蕃”。历史上,悉补野赞普世系兴起于雅隆,当时这一地区是经营高原农业的中心,故名“蕃域”。悉补野赞普世系是将地名当作王号,称为“吐蕃赞普”。后来,吐蕃赞普世系从雅隆周围开始逐渐将权势扩展到卫藏地区。特别是藏王松赞干布时期起,将吐蕃四面八方的部落纳入统治之下,疆域扩大,王号当作地方名称,将赞普控制下的一切地方取名为“吐蕃”。



## 第二节 西藏高原的形成

最初,藏区上、中、下三部所有地方是一片被水淹没的大海,后来“贡格曲拉”<sup>①</sup>裂开,水沉入其中,显露出藏区的形状。根据现在科学研究的成果表明,“旧世纪初中期,青藏高原是一片波浪起伏的大海。新世纪开始后,逐渐出现了陆地,高原高出海平面2000米左右,地势东面偏低,西面偏高,西北部是一片生长着针叶树和扁平树的茂密森林,东南部不仅被芦苇和绿草覆盖,而且点缀着众多的湖泊、池塘、仿佛天空群星一样美丽。”<sup>②</sup>同样这些论断可谓研究世界形成过程的辉煌成果。

隆起于海面的陆地,在长期的演变过程中出现了多种动物。科学家分析的结论是:“当时,喜马拉雅山脉尚未隆起,无法阻挡来自印度洋的暖湿气流。青藏高原的气候暖湿适宜,全年平均气温在10℃左右,年降水量在2000—5000毫米之间。适合于温带地区生长的多种植物遍及高原各处,其中有4000余种珍贵生物种类。在如此温和的地方,不仅有三趾野马,而且有狗、大象、兔子、鹿群等多种动物。以后喜马拉雅山逐渐凸起,愈来愈高,阻止了来自印度洋的暖湿气流,青藏高原的气候以及周围的环境随之发生了变化,成为一个寒冷的地方。”<sup>③</sup>由于这一地区天气、大气发生了根本性变化,导致那些动物的自然生存条件恶化,从陆地动物中演变的原始猿类的生活方式怎能不受损害?针对天气和自然条件的全面变化,生活在这片高原地区的最早远古的猿猴自然具备了成为

---

① 贡格曲拉:意思是贡布地区的像水桶一样坏了的地方。语出自《贤者喜宴》。

② 《西藏研究》藏文版,1984年第四期。

③ 《西藏研究》藏文版,1984年第四期。