

ཡོད་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་



活在喜马拉雅

写真西藏
徐平著



云南人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

活在喜马拉雅 / 徐平著. — 昆明:

云南人民出版社, 1999

(写真西藏)

ISBN 7-222-02881-1

I. 活... II. 徐... III. 纪实文学—中国—当代

IV. I25

中国版本图书馆 CIP 数据核字
(1999) 第 51927 号

写真西藏

活在喜马拉雅

策 划: 张 维

黄宾堂

龙 冬

责任编辑: 张 维

张晓岚

装帧设计: 西 里

鞠洪深

云南人民出版社出版发行

(昆明市书林街100号)

1999年11月 第1版

开本 850 × 1168 1/32

字数: 242 000

印张: 11

云南新华印刷一厂

云南新华彩印厂 印装

1999年11月 第1次印刷

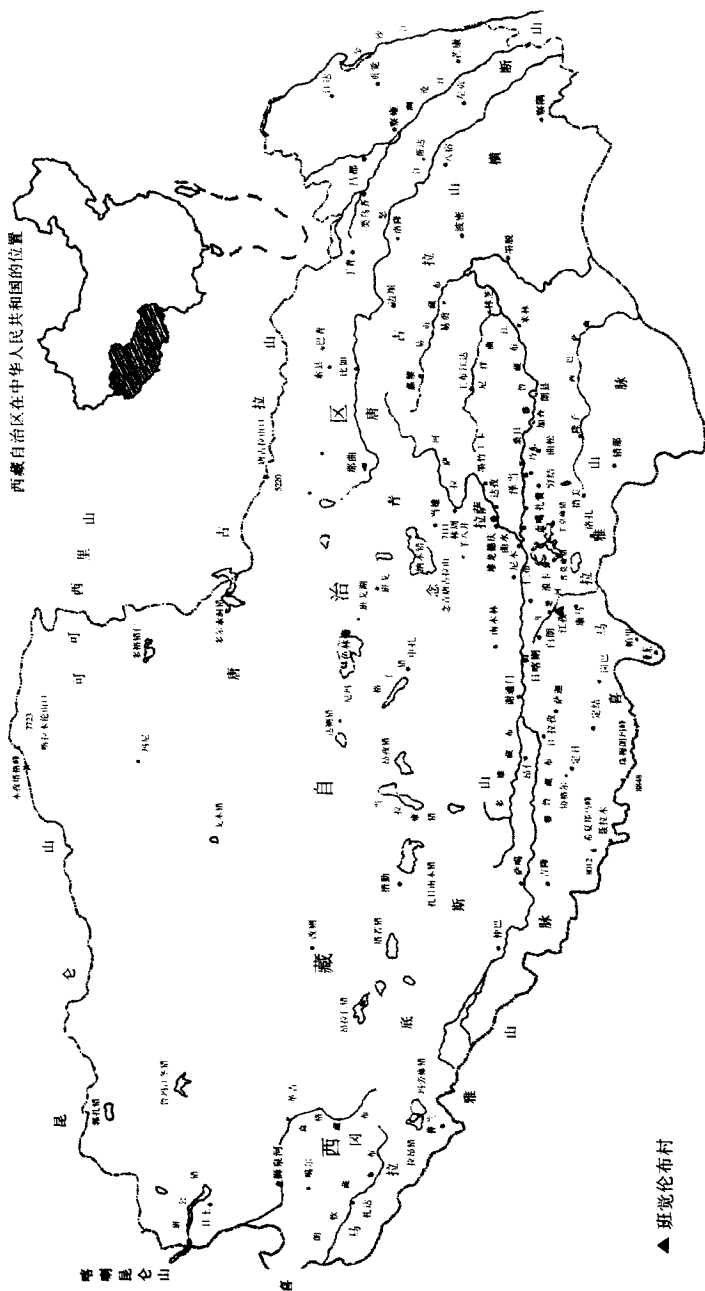
印数: 6000

ISBN 7-222-02881-1 / I · 751

定价: 21.60 元

西藏自治区略图

西藏自治区在中华人民共和国的位置



▲ 班觉伦布村

写真西藏

《墨脱察隅大峡谷》

《生长神灵的山水》

《活在喜马拉雅》

《遥远的地平线》

《放牧世界屋脊》

《雪域高原寻古记》



策划: 张 维 黄宾堂
龙 冬
责编: 张 维 张晓岚

CONCEPT 设计工作室

平面设计: 西 里 陶洪深

电脑制作: 胡元青



目录

1 第一章 走近西藏

- 2 第一节 西藏的概念
- 6 第二节 人类的故乡
- 9 第三节 古老的文明史
- 14 第四节 近现代风云

20 第二章 活在喜马拉雅

- 22 第一节 西藏的居民
- 25 第二节 区域的选择
- 33 第三节 调查方法的运用
- 38 第四节 班觉伦布村

42 第三章 帕拉及其庄园

- 43 第一节 帕拉家族源流
- 55 第二节 帕拉家族财产考证
- 71 第三节 庄园建筑及其功用
- 78 第四节 庄园的运行和管理

87 第四章 生活在农奴制下的人们

- 88 第一节 西藏的封建农奴制度
- 98 第二节 天堂里的贵族
- 109 第三节 辛勤劳作的差巴
- 118 第四节 命运飘摇的堆穷
- 124 第五节 饿大的朗生
- 132 第六节 夕阳下的老屋

143 第五章 民主改革和人民公社

- 144 第一节 江孜的解放和民主改革
- 153 第二节 我们的太阳升起来
- 165 第三节 民改时期农民的生活状况
- 171 第四节 高原上的“文革”风暴
- 177 第五节 西藏人民公社的特征

181 第六章 改革开放以来的西藏农村

- 182 第一节 改革的历程
- 187 第二节 科技是第一生产力
- 193 第三节 西藏农民的经济生活
- 206 第四节 走出朗生小屋的人们

217 第七章 西藏农民的社会生活

- 218 第一节 人口的构成及特征
- 230 第二节 婚姻规则和形态
- 244 第三节 家庭与子女养育
- 257 第四节 基层管理和社区活动

273 第八章 西藏农民生活的定量研究

- 274 第一节 数字体现的进步
- 277 第二节 人民是否过上了好日子
- 288 第三节 西藏农民的业余生活
- 294 第四节 老百姓在想什么

- 301 第九章 西藏人的自我感觉如何
302 第一节 人民生活得满意不满意
311 第二节 西藏农民的宗教信仰
316 第三节 政治参与及政策评价
324 第四节 班觉伦布村典型人物自述

339 结束语

343 附录：主要参考书目

第一章 走近西藏

在人们的心目中，西藏是一块神秘遥远的土地。西藏自治区总面积 122 万平方公里，仅次于新疆维吾尔自治区，居全国第二位。在这块约占全国总面积八分之一的广阔天地里，却只生活着占全国总人口千分之二的人。迄今为止，西藏每平方公里的土地，平均不到 2 人，是中国人口数量最少、密度最小的省区。雪域西藏，平均海拔在 4000 米以上，高寒缺氧，雪山林立，河湖纵横，地广人稀，却有着丰富的野生动植物资源、无尽的矿山宝藏、大片的无人区、世界最高的山脉和最深的大峡谷……她给人以太多的想象。

真实的西藏该是什么样的呢？在高原缺氧、寒冷干燥、出产不丰的恶劣生态环境下，这里的人民创造了独特的高原文化，西藏人究竟是如何生产、生活的，如何在并不适宜人类生存的高原，世代代生生不息的？这是本书想要讲述的内容。在进入主题之前，有必要先给读者介绍一些西藏的基本情况。让我们一起走近西藏。



第一节 西藏的概念

西藏的位置：西藏自治区位于祖国的西南边疆，北界昆仑山和唐古拉山与新疆维吾尔自治区及青海省毗邻，东隔金沙江与四川省相望，东南与云南省相连；南部及西部与缅甸、印度、不丹、锡金、尼泊尔等国接壤，形成中国与这些国家边境线的全部或一部分，全长近 4000 公里。

西藏的区划：西藏自治区的行政区划，设有 6 个地区、1 个地级市、1 个县级市和 71 个县。其中拉萨市辖 7 个县和 1 个县级城关区；昌都地区辖 11 个县，行署设在昌都镇；山南地区辖 12 个县，行署设在泽当镇；日喀则地区辖 17 个县和 1 个县级市，行署设在日喀则市；那曲地区辖 10 个县和 1 个双湖特别区，行署设在那曲镇；阿里地区辖 7 个县，行署设在狮泉河镇；林芝地区辖 7 个县，行署设在八一镇。自治区首府设在拉萨市，是西藏政治、经济、文化的中心。

西藏的地形：西藏自治区构成青藏高原的主体部分，有“世界屋脊”之称，人们也将其看作是继南极、北极之后的地球第三极。西藏集中了世界最高大的山脉，北部有昆仑山和唐古拉山相连，中部有冈底斯山、念青唐古拉山横亘绵延，南部是喜马拉雅山蜿蜒数千公里，东部是山高谷深的横断山系。境内海拔 7000 米以上的高峰有 50 多座，其中 8000 米以上的有 11 座。在大山的格局中，地势由西北向东南倾斜，北部约占全自治区总面积三分之二的地方，被称作“羌塘”，意即北方草原，这里是西藏主要的畜牧业产区，地广人稀，有大片被称作“无人区”的地方，生活着各种珍稀独特的野生动物；南部





和东部的河谷地带，是西藏人口相对集中的农业区。

西藏的河湖：西藏河流众多，湖泊星罗棋布，流域面积大于 10000 平方公里的河流有 20 多条，流域面积大于 2000 平方公里的河流有 100 多条。雅鲁藏布江是西藏的第一大河，在中国境内长约为 2057 公里，流域面积 24 万平方公里，流域平均海拔 4500 米，是世界上海拔最高的大河。雅鲁藏布江大峡谷全长 504.6 公里，最深处达 6009 米，平均深度为 2268 米，是世界最深的大峡谷。西藏有大小湖泊 1500 多个，其中面积超过 1000 平方公里的有纳木错、色林错和扎西南林错；超过 100 平方公里的湖泊有 47 个。湖泊总面积为 24183 平方公里，约占全国湖泊总面积的三分之一。西藏高原不仅是中国最大的湖泊密集区，也是世界上湖面最高、范围最大、数量最多的高原湖区。湖面海拔超过 5000 米的有 17 个，它们的面积都在 50 平方公里以上。

西藏的气候：空气稀薄、日光充足、气温较低、降水较少是西藏气候的整体特征。这里每立方米空气中的含氧量为 150 ~ 170 克，相当于平原地区的 62% ~ 65.4%；太阳能辐射比同纬度的平原地区多一倍至三分之一，年日照时数在 1500 ~ 3400 小时之间；拉萨、日喀则的年平均气温和最热月份气温比相近纬度的重庆、武汉、上海低 10 ~ 15 摄氏度；阿里地区海拔 5000 米的地方，8 月份白天温度为 10 摄氏度以上，而夜间气温则降至零度以下。降水季节分布不均，雨季和干季分界明显，且多夜雨，冬春干燥多大风，绝大部分地区年降水量在 500 毫米以下。每年 10 月至翌年 4 月，降水量仅占全年的 10% ~ 20%；从 5 月 ~ 9 月，雨量非常集中，一般占全年降水量的 90% 左右。无霜期短，一般仅有 120 ~ 140 天左右，藏北



一带有明显的冰封期。

西藏的植物：西藏是一个巨大丰富的植物王国，又是全国最大的天然林区之一，迄今为止基本保存着原始森林的面貌，已查明的维管束植物有 6143 种，国家重点保护的珍稀植物有 39 种。藏西南的吉隆、亚东、陈塘等地，藏东南的墨脱、察隅、珞瑜等地垂直的植物分布，构成中国少有的天然植物博物馆；自然条件较为特殊的藏北高原，也有丰富的植物资源。北半球从热带到寒带的主要树种在西藏几乎都可以看到。全区森林覆盖率 9.84%，有林县 30 个，有林地面积 717 万公顷，居全国第四；木材蓄积量为 20.84 亿立方米，居全国第一位。常见的树种有乔松、高山松、云南松、华山松、喜马拉雅云杉、喜马拉雅冷杉、急尖长苞冷杉、铁杉、大果红杉、西藏落叶松、西藏柏和圆柏等。其中云杉、冷杉和铁杉组成的针叶林带分布最广，占西藏森林总面积的 48% 和总蓄积量的 61%。西藏松林面积约 92.6 万公顷，其中西藏长叶松和白皮松是特有珍稀树种。野生药用植物有 1000 多种，其中常用中草药 400 多种。比较著名的有虫草、贝母、胡黄连、大黄、天麻、三七、党参、灵芝等。在已鉴定出的 200 多种菌类中，松茸、猴头、獐子菌、香菇、黑木耳、银耳、黄木耳等都是有名的食用菌；还出产茯苓、松橄榄、雷丸等药用菌。

西藏的动物：西藏自治区有哺乳动物 142 种，鸟类 473 种，爬行类 49 种，两栖类 44 种，鱼类 64 种，昆虫类 2300 多种，属国家重点保护的动物有 64 种。野生动物有长尾叶猴、熊猴、猕猴、鹿子、毛冠鹿、野牛、红斑羚、鬣羚、金钱豹、云豹、黑熊、野猫、青鼬、小熊猫、马鹿、獐子、白唇鹿、野牦牛、藏羚羊、野驴、盘羊、黄羊、狐狸、狼、豺狗、马熊、





豺、岩羊、雪豹等。其中藏羚羊、野牦牛、野驴、盘羊、雪豹等系青藏高原特产珍稀野生动物；白唇鹿为中国特有，也是世界珍稀动物之一。西藏的鸟类丰富，仅雉科鸟类就有 32 个种和亚种，占全国雉类总数的 40% 以上，稀有的黑颈鹤、藏马鸡属国家一级保护动物。鱼类中羊卓雍湖的高原裸鲤、雅鲁藏布江水系的铲齿裂腹鱼、班公湖的西藏裂腹鱼、阿里地区的西藏裸裂尻鱼、亚东河谷中的亚东鲑鱼等都非常有名。

西藏的矿产：西藏已发现的矿产有 94 种，矿产地 2000 余处。有 46 个矿种探明了储量，产地 164 处，有 18 种矿产的储量名列全国前十位。铬铁矿矿点分布约 2500 平方公里，集中在藏北班戈湖至怒江大断裂与雅鲁藏布江大断裂两个岩带上，已探明的储量居全国首位，山南地区的罗布莎矿区已成为铬铁矿开发基地；锂的远景储量居世界前列，是中国锂矿资源的重要基地；铜的远景储量居全国第二位；已探明的硼矿、菱镁矿、重晶石、砷的储量均居全国第三位；白云母、泥炭的储量居第四位；石膏、陶瓷土的储量分别居第二位和第五位；其他矿产如食盐、天然碱、芒硝、硫、磷、钾、硅藻土、重晶石、刚玉、水晶、玛瑙、花岗石、钼等也十分丰富。

西藏的能源：西藏的常规能源如煤炭、石油等发现较少，但水能、地热能、风能储藏量丰富。据统计，西藏年平均天然水能蕴藏量达 20056 万千瓦，约占全国总量的 30%，居全国首位。地表水资源总量约为 3548 亿立方米，占全国总量的 13.5%；冰川水资源总量为 3300 亿立方米。全区可开发的水能资源约为 5659 万千瓦，占全国总量的 15%，水能蕴藏量在 1 万千瓦以上的河流就有 356 条。藏东南地区蕴藏量约为全区地表水资源的 70%，仅雅鲁藏布江干流可建水电站的河段和



地点就有十几处，如果在雅鲁藏布大峡谷开凿一条 36 公里长的隧道，就可获得 2190 米的落差，建成装机容量为 4000 万千瓦的世界级巨型电站。

西藏的地热蕴藏量居全国第一位，怒江、金沙江、澜沧江的三江构造带、雅鲁藏布江断裂带和那曲至尼木断裂带均为水热活动最有利的地区，已发现温泉、沸泉、间歇喷泉、热水河、放热地面等到各种形迹的地热显示区 600 多处，估算总热流量为每秒 55 万大卡，相当于标准煤 240 万吨/年所释放的热量。拉萨市当雄县的羊八井地热电站，是目前中国最大的地热开发电站。

第二节 人类的故乡

青藏高原不仅具有壮丽的自然景观和丰富的资源，也是世界上既古老而又年轻的大陆。据科学家考证，青藏高原有确切证据的地质历史可以追溯到距今 4~5 亿年以前的奥陶纪，其后青藏地区各部分曾有过不同次数的地壳升降，或为海水淹没，或为陆地。在距今 2.8 亿年前的早二叠纪，青藏高原 250 万平方公里的地域上，除阿尔金山地之外，绝大部分地区是波涛汹涌的辽阔海洋，与北非、南欧、西亚和东南亚的海域相通，称作“特提斯海”，或者叫“古地中海”。

特提斯海的南北两侧，分别盘踞着地球上两个巨大的大陆，位于南面的叫冈瓦纳古陆，又称南方大陆，包括今天的南亚次大陆、非洲、南美洲、澳大利亚和南极洲等，它以超大陆的整体形式漂移和旋转；在北面的称为劳亚大陆，也叫北方大陆，主要包括北美和欧亚大陆的中北部地区。按照兴起于 60





年代的板块学说理论，大约在 2~3 亿年前，地球上的南方大陆发生破裂，分成了几个板块向不同的方向漂去，其中一个就是现在的印度板块，而当时的印度板块还与非洲板块连接在一起，在 1.5 亿年前后才分离出来，随着印度洋中脊的扩张，它以逆时针旋转的方式，向东北方向不断漂移。

大约在距今 1 亿年前后，印度板块加速向东北方向移动，使得在印度板块和亚欧大陆之间的特提斯海消失。在距今 4 千万年前，印度板块和亚欧大陆接壤并继续向北移动，导致两块板块的接触带岩层发生弯曲、破裂和隆起，形成了喜马拉雅山的雏形。在印度板块不断北移的过程中，遇到亚欧大陆的阻挡和挤压，形成高原周边地区的一系列断裂带，地壳强烈隆起上升为巨大的高原。

研究表明，板块运动一方面使高原不断上升，另一方面则使高原的地壳不断增厚。高原地壳平均厚度达到六七万米，约是正常大陆地壳的 2 倍，这是青藏高原地壳构造的重要特征，均衡补偿不足被认为是高原隆起的原因，以致在最近的几十万年以来，高原不断抬升形成了世界屋脊。印度板块至今仍以每年 5 厘米的速度向北移动，青藏高原正处于发育的年轻时期，强烈的隆升现在还在继续中，青藏高原平均每年上升 4~6 毫米，在昆仑山地区年上升 6~8 毫米，而喜马拉雅山地区年上升则高达 8~10 毫米^①。

根据猿猴变人的假说，地壳强烈的变化带来气候和生态环境的变化，迫使原来在树上悠闲生活的猿猴，不得不下到地上

^① 参见洛桑·灵智多杰主编：《青藏高原环境与发展概论》，中国藏学出版社 1996 年版，第 2~6 页。



直立行走，在和大自然的斗争中，逐渐进化为我们的老祖——猿人。自从达尔文的进化论得到全世界的公认，这一假说几乎已成定论，恩格斯更进一步提出了“劳动创造人”的英明论断，大大丰富和完善了达尔文的理论。科学家的研究成果表明，地球的历史大概有 47 亿年左右。最早的生物有机体约产生于 30 亿年前，最早的陆生动物和两栖动物于 4 亿年前出现并进化为爬行动物，到 1800 万年前由爬行动物进化而产生哺乳动物。到 7000 万年前，出现了第一批灵长类动物，人类同自己的至亲即巨猿（黑猩猩、大猩猩、猩猩）逐渐分离是在 800~1400 万年前，第一个具有明晰人类特点的物种出现于 200 万年前。就目前为止，人们找遍全世界，尽管许多人类学家倾向于人类“出自非洲假说”，认为现代人起源于撒哈拉以南的非洲，从 15 万年前散布到亚欧大陆，但是只有青藏高原一直处于剧烈隆起的过程中，符合人类起源和进化所需要的外在条件，因而就有了青藏高原是人类的故乡这一说法。遗憾的是，青藏高原仍在强烈运动中，她埋藏了太多的秘密。尽管人们在青藏高原的考古发掘，找到了距今 5 万年的远古人类活动的遗迹，但尚未找到一二百万年以前的足以证明人类起源和进化的证据。

侯石柱先生在他所编著的《西藏考古大纲》一书的第六章“西藏考古工作展望”中，对青藏高原可能是人类起源地进行了较为全面的论述，并热切呼唤更进一步的研究和发现。他认为：“西藏地区在距今约 3000 万年的始新世末期出现了‘喜马拉雅运动’，不断隆起，导致气候的巨大变化。原来湿润炎热的西藏地区逐渐变得寒冷干燥，随之热带森林面积缩小，广袤的草原出现，使得一些不能过渡到地面生活的树居猿类灭亡和





随森林南移。同时也促使一部分猿类不得不由树居生活转变为地面生活，走向空旷的地面，采取新的觅食方式，逐渐引起机体改变，渐渐变成人类。而人类从猿类分化出来到真正人类的起源（一二千万年到三百万年）正是在西藏高原隆起的过程中完成的。”

他还从西藏已发现的旧石器和新石器以及较晚期的人类遗骸地点，许多在 4000 ~ 5200 米的高寒地区，有的已是人类难以生存的“无人区”，应证高原隆起及冰期作用导致气候变化，“由此可以进一步推测在西藏高原寻找人类早期的文化遗存以及人类起源的化石不是没有可能，尤其不要忽略了那些海拔较高的地区。”进而他联系青藏高原周边地区发现的丰富的古人类化石，指出：“以上众多从距今 1500 ~ 800 万年的腊玛古猿化石到约距今 170 万年元谋人晚期猿人化石以及其他不同时代的古人类化石和大量的旧石器时期遗存均位于西藏邻近地区，这些绝不是孤立的。因此我们不妨大胆地向西藏深入一步，可能会找到世界人类起源的足迹。这是一个十分诱人而且很有可能实现的世界性课题——西藏高原及邻近地区可能是世界人类的发祥地。”

第三节 古老的文明史

青藏高原是不是人类的故乡，对本书内容来说是一个过于遥远的话题。我们当然热切期待着地质学、人类学和考古学的最新成果，能给我们一个巨大的惊喜。不过，我们从这个遥远的话题里可以看到西藏悠久的历史。在藏族众多的神话传说中，有一个著名的猕猴变人的故事，这在西藏几乎是家喻户晓



晓。传说很早以前，有一只神猴到西藏雅隆河谷的山洞里修行，在征得观世音菩萨同意后，神猴和魔女结合，生下了6只小猴子，3年后猴子繁衍到500只，树林中的野果即将食尽，神猴为养活后代，从须弥山菩萨处要来了五谷种子，撒向大地，大地顿时五谷丰登，众小猴吃了五谷后，尾巴变短，也能说话，逐渐变成了人，成为雪域的先民。那神猴修行的山洞，民间传说就在山南地区泽当镇附近的贡布山上，至今受到人们的崇拜，而“泽当”也因是“猴子玩耍之地”而得名，离泽当不远的撒拉村，是传说中的第一块青稞地，人们每到春播时节，还要到这里抓一把“神土”保佑丰收^①。如果我们抛开这个传说故事中的宗教成分，倒也 and 青藏高原可能是人类最早的发祥地的假说有些呼应。

根据西藏考古的成果，西藏最早的人类文化遗迹可以追溯到距今5万年以前的旧石器中晚期。1964年中国科学院西藏科学考察队在藏南的定日县苏热采集到旧石器中晚期的打制石器标本40件。1976年和1983年又在藏北申扎县珠洛勒、藏西阿里日土县扎布、藏北多格则以及各听四个地点采集到打制石器200多件，年代约为旧石器时代晚期。新石器时期的文化遗址，最著名的是昌都卡若的考古发现。1977年因建水泥厂而出土一批石器、骨器、陶片，1978~1979年考古工作者连续进行了两年的大规模发掘，总面积达1800平方米。出土房屋、道路、窑穴等遗迹数十处，还出土打制石器、细石器、骨器、陶器等数以万计，还有大量动物骨骼和粟类农作物。碳素年代测定为距今4000~5000年。卡若遗址发掘，是西藏第一次系

① 参见赤烈曲扎著：《西藏风土志》，西藏人民出版社1982年版，第8~9页。

