

从雪域圣地走来

—祖国内地的藏传佛教文化名胜录

越过喜马拉雅

—尼泊尔、印度的藏传佛教文化名胜古迹考录

# 走出雪域

藏传佛教圣迹录

王璐 著



青海人民出版社

从雪域圣地走来

—祖国内地的藏传佛教文化名胜录

越过喜马拉雅

—尼泊尔、印度的藏传佛教文化名胜古迹考录

# 走出雪域

藏传佛教圣迹录

王璐 著



青海人民出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

走出雪域:藏传佛教圣迹录 / 王璐著. —2 版.—西宁:  
青海人民出版社, 2007.7  
ISBN 978-7-225-02983-2

I. 走… II. 王… III. 喇嘛教—名胜古迹—中国—通俗  
读物 IV. K928.75-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第 115305 号

走出雪域

——藏传佛教圣迹录

王璐 著

出 版 青海人民出版社 (西宁市同仁路 10 号)  
发 行 : 邮政编码 810001 电话 6143426 (总编室)  
发行部: (0971) 6143516 6123221  
印 刷: 青海雅丰彩色印刷有限责任公司  
经 销: 新华书店  
开 本: 720 mm × 960 mm 1/16  
印 张: 23  
字 数: 240 千  
插 页: 10  
版 次: 2007 年 7 月第 2 版  
印 次: 2007 年 7 月第 2 次印刷  
印 数: 3 001—7 000 册  
书 号: ISBN 978-7-225-02983-2  
定 价: 46.00 元

版权所有 翻印必究

(书中如有缺页、错页及倒装请与工厂联系)

# 序

中国藏学研究中心总干事 拉巴平措

我祝贺《走出雪域——藏传佛教圣迹录》一书的出版。因为，它从一个独特的角度，也就是藏区之外的藏文化影响的角度，向人们展示了藏文化的博大精深，以及它的来龙去脉，所以，很值得一读。

首先，作者在这本书的上篇里，从祖国内地保存的大量藏族文物古迹中，选择了一批重点名胜古迹和文物精品，联系具体生动的历史资料，向人们揭示了鲜为人知的历史背景及其丰厚的民族文化内涵，使该书透射出一种更深层次的历史文化光彩，给人以清新而深切的感受。

悠久的传统文化，是中华民族的一笔巨大财富。它成为凝聚社会的重要精神力量，推动着祖国的向前发展和文化进步。藏族，作为中华民族大家庭的成员之一，在漫长的历史发展过程中所形成的独特文化价值取向，为中华民族文化宝库增添了一份巨大的为世人瞩目的财富。

透过该书生动的内容，不难看出数千年绵延迭宕、生生不息的藏民族，在与不同民族文化交相渗透、兼容并蓄、演变延续中，形成了自己民族文化的独特风格。而且，它们深刻地表达着中华民族尤其是藏、汉两大民族历史上形成的



血肉不可分的兄弟关系这一主流。以此为镜,可以领略由于历史上民族之间,在政治、经济、文化各个层面,不断注入新的内容与活力而形成的你中有我,我中有你的内涵。这正是中华各民族向心力和凝聚力之所在。

从书中动人的故事里,还可以看到,藏族历代领袖人物,诸如松赞干布、萨班·贡噶坚赞、八思巴、宗喀巴,以及五世达赖喇嘛、历代班禅大师等爱国高僧,历史上为祖国统一和推动中华民族团结和睦所作出的不朽贡献。当然,长眠于东海之滨的抗英藏族将士以及历史上,通过各种形式与内地进行广泛的经济、文化交流的无数民间使者,为这种唇齿关系添写的光辉篇章,也令人感慨难忘、思绪万千……

本书上篇所介绍的那些保存在祖国内地的藏族文物古迹,绝不仅仅由于它的众多、恢宏、精美而具有极高的文物和审美价值;更重要的是,它作为历史的见证,为人们带来的是那种休戚与共的祖国关系和不可分割的兄弟民族关系的思考。

同时,作者在该书的下篇里,用藏学家独特的眼光透过她具有学术研究的品位在尼泊尔、印度考察的亲身经历,书写的那些随笔,向人们展示的则是藏文化的另一个侧面——与我国西藏紧邻的尼泊尔、印度等周边国家和地区,又到底是一种什么样的文化风貌,对它们又有什么重要影响?说来有趣,国家有界,文化无边。相信您看了作者在域外亲历的一个个融知识性、趣味性一体的故事之后,不但对藏族文化的博大精深和来龙去脉一定会有一个更加深刻的了解,而且,还能从中体会到,藏民族文化与异国他乡民族文化之间的微妙关系,以及兄弟般的文化友好往来。

王璐同志是一位很勤奋的藏学研究工作,她年轻时不但曾直接在西藏工作近十个年头,而且她这一生不论在



哪里工作,所从事的工作都是离不开藏学研究。她的足迹,不但几乎踏遍了国内的藏族地区和与之相关的不少兄弟民族地区,还在她本该享受天伦之乐的年过半百之际,不辞辛劳,为追求理想的硕果又去了世界佛教圣地尼泊尔和印度。对那里的藏文化影响,进行了艰苦的实地考察和研究。可以说,这本书,是她一生扎实劳动的结晶。

当然,在这里,我也要感谢青海人民出版社,是他们独具慧眼,把这样一部立意新颖独特的读物,奉献给了大家。

2005年6月于北京



# 目 录

## 上篇 从雪域圣地走来

### ——祖国内地的藏传佛教文化名胜录

第一章 北京的藏族文物古迹	(003)
一、故宫中珍贵的藏族文物古迹	(004)
二、祖国内地最大的藏传佛教寺院——雍和宫	(007)
三、白塔寺——民族团结的产物	(013)
四、黄寺——达赖、班禅的驻锡之寺	(017)
五、北海大白塔与藏传佛教	(019)
六、北京为何曾有座天桥？	(021)
七、香山脚下的六世班禅行宫	(024)
八、颐和园里的“小桑耶寺”	(026)
九、大钟寺里的西藏大宝法王壁画	(027)
十、五塔寺中美丽的金刚宝座塔	(029)
十一、居庸关一带的藏传佛教石刻	(031)
十二、雪域高僧会聚京城翻译印制大藏经	(032)
十三、北京中南海的瀛台班禅行辕	(035)



001



十四、北京黄寺里的中国“藏语系”高级佛学院 (037)

第二章 承德避暑山庄的藏传佛教寺庙群 (039)

一、承德有座“小布达拉宫” (040)

二、承德的“小扎什伦布寺” (043)

三、承德“小桑耶”——普宁寺 (046)

四、号称我国内地坛城之最佳的普乐寺 (048)

五、安远庙的由来及其独特的“布扎舞” (049)

第三章 藏族文化的一大景观——五台山 (052)

一、五台山的藏传佛教首寺——菩萨顶 (055)

二、五台山的第一座藏传佛教寺院——寿宁寺 (057)

三、五台山的第一座藏传佛教格鲁派寺院  
——圆照寺 (059)

四、普恩寺里的八思巴衣冠塔 (062)

五、六世达赖静修的观音洞 (065)

六、三世章嘉活佛长眠的地方——镇海寺 (068)

七、尼泊尔式佛塔“甲容卡肖”的传说 (071)

八、五台山藏传佛教密宗文化中心——碧山寺 (074)

九、五台青庙中的藏传佛教文化胜迹 (075)

第四章 蒙古族地区的藏传佛教文物古迹 (077)

一、内蒙古黑城遗址上西夏王朝的喇嘛塔 (078)





二、内蒙古的大召、小召和仿八角街建筑	(080)
三、四世达赖喇嘛出家的锡勒图召	(082)
四、内蒙古藏传佛教的最高学府——五当召	(084)
五、内蒙古五塔寺中的宝物	(086)
六、美岱召和三娘子的故事	(088)
<b>第五章 东北地区的藏族文化影响</b>	<b>(091)</b>
一、满族在沈阳创建的第一座藏传佛教寺院 ——实胜寺	(092)
二、锡伯族与藏传佛教太平寺	(094)
三、号称“东藏”的辽宁阜新	(095)
<b>第六章 青海其他民族地区的藏族文物古迹</b>	<b>(097)</b>
一、土族等民族地区的藏传佛教名刹佑宁寺、 丹斗寺、白马寺	(098)
二、土族与热贡艺术	(101)
三、青海蒙古族中的藏学家	(104)
<b>第七章 说说新疆的藏族文化圈</b>	<b>(107)</b>
一、从西藏来的新疆佛协主席	(109)
二、新疆的主要藏传佛教寺庙与土尔扈特人 回归	(111)
三、新疆地区的佛教石窟、米兰古堡及稀世	



藏文古籍	(113)
<b>第八章 河西走廊,藏族文物古迹云集的地方</b>	<b>(118)</b>
一、敦煌艺术——民族文化碰撞的火花	(120)
二、炳灵寺,一座用藏文取名的寺院	(122)
三、甘肃裕固族地区的藏传佛教寺院	(124)
四、武威,萨迦班智达长眠的地方	(126)
<b>第九章 宁夏回族自治区的藏族文物古迹</b>	<b>(129)</b>
一、举世罕见的宁夏藏式佛塔群	(130)
二、须弥山石窟——藏族文化的宝库	(132)
三、西夏古迹中明代宗喀巴大师铜像	(133)
<b>第十章 陕西昭陵的松赞干布塑像和西安喇嘛寺</b>	<b>(136)</b>
<b>第十一章 中原大地的藏族古迹名胜</b>	<b>(139)</b>
<b>第十二章 云南缘何藏族古迹盛多</b>	<b>(142)</b>
一、滇西北的 13 座藏传佛教大寺	(144)
二、东巴文化与藏族文化	(146)
三、丽江壁画——藏汉文化艺术交融的结晶	(151)
四、剑川石窟和大理德化碑	(153)

第十三章 四川境内其他民族地区的藏族文物	
古迹	(156)
一、能海法师与四川汉族地区的藏传佛教	(157)
二、友好邻邦尼泊尔的川籍汉族喇嘛	(160)
三、羌族地区的藏族文化影响	(163)
第十四章 雪域光环映照江浙	(165)
一、两大“法王”进南京,古都处处留圣迹	(166)
二、东海之滨的藏族壮士祠	(168)
三、西子湖畔“飞来峰”之谜	(170)
第十五章 大上海的藏传佛教道场	(173)
第十六章 广东及港澳台的藏族文化遗存和现状	(176)
一、一代名僧胆巴国师与潮州净乐寺	(177)
二、台北市的章嘉活佛府邸	(179)
下篇 越过喜马拉雅——尼泊尔、印度的藏传佛教	
文化名胜古迹考录	
导语	(185)
第十七章 喜马拉雅山国的藏族和蒙古族文化	
历史新探	(187)



- 一、夜抵圣地古城加德满都 (187)
- 二、一位“过于热情”的引路人 (188)
- 三、我的好助手尼泊尔土著藏族小伙儿索南 (190)
- 四、原来咱们都是蒙古利亚人 (192)
- 五、共同的藏文化把我们紧紧地联系在一起 (193)
- 六、一个消亡民族的再发现 (194)
- 七、夏尔巴画家开巴吾坚和他的藏式“唐卡” (197)
- 八、西藏古代吐蕃骑兵的后裔 (198)
- 九、尺尊公主给松赞干布做的烤饼 (200)
- 十、巧遇尼泊尔珞巴人聚会 (201)
- 十一、尼泊尔的著名中国喇嘛 (202)
- 十二、塔卡利族老喇嘛和他的米拉日巴小寺 (205)
- 十三、与西藏吐蕃王朝有关的亚泽王朝后裔 (206)
- 十四、尼泊尔的蒙古人趣闻 (208)
- 十五、象征中尼友好的阿尼哥协会和“华语”热 (210)
- 十六、一个精通汉语的中尼友好世家 (213)
- 十七、一双漂亮的红毛线鞋 (214)
- 十八、界河上的那座小木屋 (216)
- 十九、夏尔巴人的藏式传统新房落成典礼 (217)
- 二十、喜马拉雅山南麓的怪蚂蝗 (220)
- 二十一、尼泊尔人把眼镜蛇奉为神灵 (222)
- 二十二、寻访圣迹——雨夜山中逢凶化吉 (223)
- 二十三、神秘的仙女——珠穆朗玛 (225)



第十八章 尼泊尔神奇多彩的藏传佛教文化名胜	
考述	(228)
一、尼泊尔藏传佛教胜地的由来	(228)
二、尼泊尔有座藏文古籍图书馆	(231)
三、一个见庙就拜的宽容祥和的喜马拉雅山国	(232)
四、举世闻名的寺塔之城——加德满都	(235)
五、与中国文化有缘的佛教名山斯瓦扬布	(236)
六、五台山文殊菩萨与古城加德满都	(237)
七、一座有寺无主的怪寺——夏玛尔寺	(239)
八、甲喇嘛丈人的寺庙	(240)
九、尼泊尔有块西藏“飞地”	(241)
十、尼泊尔首都中心的“藏人坝子庙”	(246)
十一、神奇的莲花生大师静修洞	(248)
十二、乘大篷车去佛祖圣地蓝毗尼的路上	(250)
十三、历史的辉煌——佛祖故乡蓝毗尼与藏文 化圣迹	(252)
十四、昔日佛祖当王子时所住的王宫遗址	(257)
第十九章 圣地尼泊尔的藏传佛教文物古迹	(259)
一、五台山金刚大师强白拉与天然佛塔 ——帕巴兴滚(即斯瓦扬布)的传说	(259)
二、藏族人称为灵鹫峰的佛寺里的菩提树佛塔	(261)



- 三、纪念佛祖圣地阿南达古止比哈尔的喇嘛寺 (261)
- 四、文殊塔山上遗留的文殊坐椅 (262)
- 五、一念法师圆寂塔 (262)
- 六、护光佛塔与石刻龙王像 (262)
- 七、佛的坐椅那巴希佛塔 (263)
- 八、传说一般人无法朝拜的先达布佛堂 (263)
- 九、龙树山上的进修洞 (263)
- 十、亥母坟庙里一尊有知觉的世尊佛铜像  
——那巴总玛 (264)
- 十一、鲁砍改地方的两座古佛塔 (264)
- 十二、藏传佛教噶当派鼻祖阿底峡所建的  
“达木比哈热”佛堂里的梵文“真经” (265)
- 十三、“呷扎西姆帕哈”佛塔圣物 (266)
- 十四、被众人奉为财神的诺普木银粉石瓶 (266)
- 十五、佛祖石箭圣迹 (266)
- 十六、佛教徒和印度教徒共同崇拜的白色彩虹  
尊者像 (267)
- 十七、昔日尺尊公主进藏时国王设宴的地方  
——藏人坝子庙中的大黑石雕怙主像 (268)
- 十八、国王雕塑的六手怙主佛像 (269)
- 十九、古寺里的卓玛松群像 (269)
- 二十、班钦那仁与热玛驮里墓地 (269)
- 二十一、旺秋大佛庙里隆重的护敬纪念供奉 (270)



- 二十二、被藏文化圈民族称为“金刚亥母羊水”  
的胜地 (270)
- 二十三、德洛巴和那绕巴的静修洞 (271)
- 二十四、众人朝拜的伟索加百面观世音 (271)
- 二十五、仙女岗琼玛建造的甲容卡肖大佛塔 (272)
- 二十六、阿育王儿女建起的“萨拉多拉”寺塔 (273)
- 二十七、阿卡姆和普卡姆佛像 (274)
- 二十八、也让佛寺里的藏传佛教观世音殿 (275)
- 二十九、金刚座千佛像 (275)
- 三十、由阿育王建造的四座佛塔 (276)
- 三十一、五台山文殊菩萨留下的圣迹箭劈湖 (277)
- 三十二、众教徒尊奉的交洼害寺观世音佛像 (277)
- 三十三、仰垒雪有 10 余座藏传佛教寺院 (278)
- 三十四、噶玛噶举派高僧玛尔巴大禅师修行处  
帕木亭 (278)
- 三十五、献供后才能见到的帕木亭金刚亥母像 (279)
- 三十六、阿苏热岩洞及藏族僧人静修室 (279)
- 三十七、象鼻天神像与天然度母像 (280)
- 三十八、帕亭城西的女神像——阿呷知那呷李 (280)
- 三十九、廓它沙瓦山下的天然甘露浴池 (281)
- 四十、一尊天然形成的大鹏鸟像 (281)
- 四十一、桑枯金刚亥母像和尺尊公主的纺车 (282)
- 四十二、摩地“宝根”——如意宝石 (282)



- 四十三、梵界八十成就者和雪域高僧修行胜地 (283)
- 四十四、猎人贡布多吉的修行地——聂香姑蒂 (283)
- 四十五、王子以身饲虎圣地的舍利塔和藏族喇嘛寺 (284)
- 四十六、藏族人崇拜的考考木城的燃灯佛 (285)
- 四十七、各派教徒朝拜的娥呷擦支女神像 (285)
- 四十八、那拉村的观世音佛像 (285)
- 四十九、喜帕布日山的灭累佛圣迹 (286)
- 五十、蓝毗尼园 (286)

## 第二十章 从中国雪域走来的藏族文化使者 (287)

- 一、几位著名藏传佛教高僧曾在尼泊尔取经弘法留下的足迹 (287)
- 二、西藏奇僧热·多杰札巴大译师与尼泊尔的殊胜法缘 (292)
- 三、藏族医圣宇妥·云丹袞布在尼泊尔 (296)

## 第二十一章 与宗教文化有着不解之缘的尼泊尔的社会风土人情 (297)

- 一、圣地尼泊尔人的乘车趣闻 (297)
- 二、山国尼泊尔的街头见闻录 (301)
- 三、一个世界上最珍爱动物的国度 (307)
- 四、给动物过新年的尼泊尔人 (309)



五、点头不是摇头是	(312)
六、什么都爱蹲着干的尼泊尔人	(313)
七、尼泊尔小吃趣闻	(315)
八、擦鞋匠的幽默“艺术表演”	(325)
九、一个很重视教育的国度	(326)
十、神山下捡笔的小男孩	(328)
十一、坐落在山坡上的最高学府——蒂里布文 大学	(330)
第二十二章 印度圣地印象点滴	(334)
一、初到新德里	(334)
二、第一次和野生动物在一起生活的日子	(339)
三、友好热情的印度朋友	(343)
四、一位神奇的藏语文老师	(346)
五、一个“联合国”似的家庭	(348)
后 记	(349)

