པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེའི་གདན་ས་བཀྲ་ཤིས་ལྷུན་པོ།

班禅大师驻锡地 扎什伦布寺

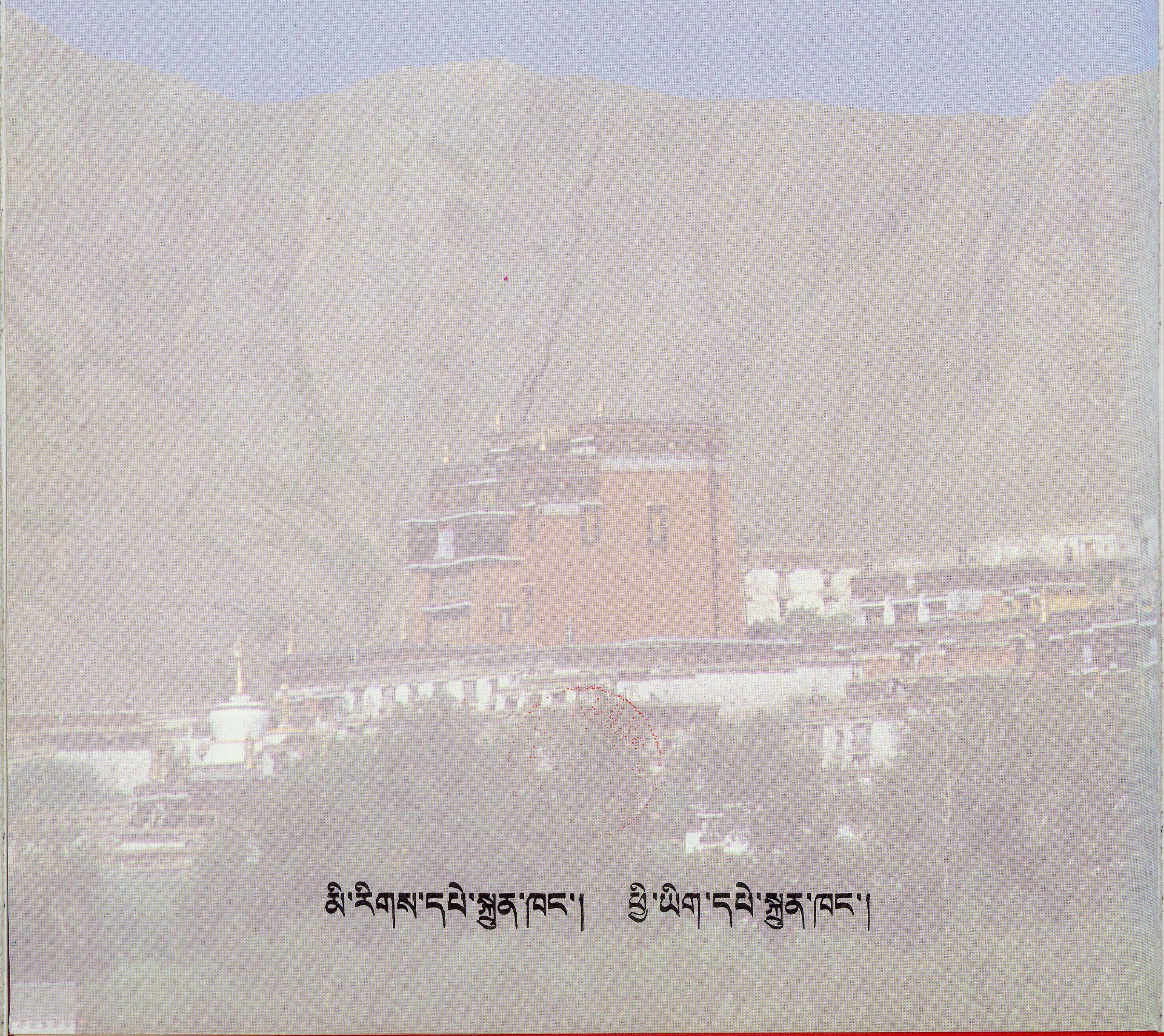
民族出版社　外文出版社

པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེའི་གདན་ས་བཀྲ་ཤིས་ལྷུན་པོ།

班禅大师驻锡地 扎什伦布寺

པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེའི་གདན་ས་

བཀྲ་ཤིས་ལྷུན་པོ།

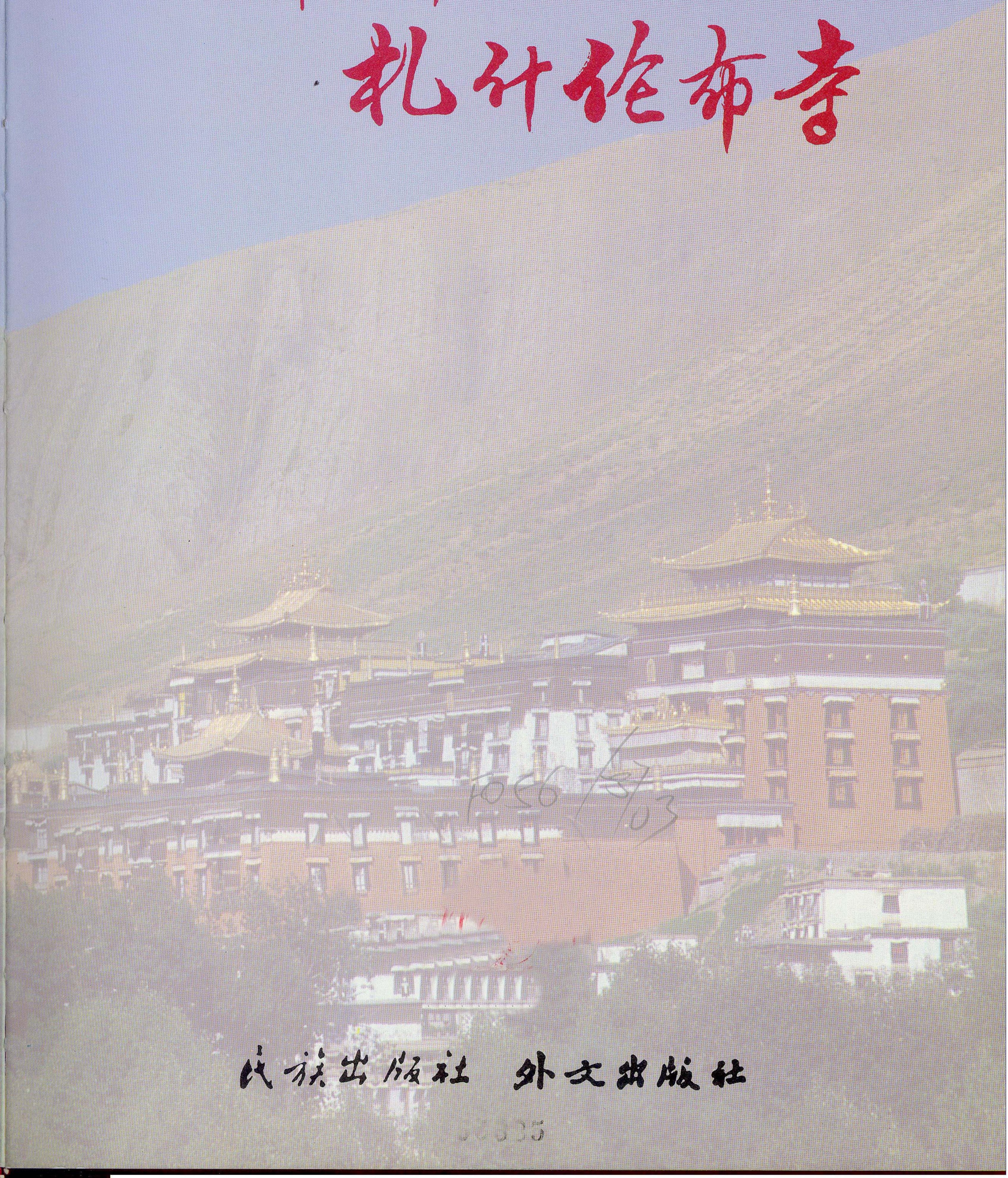


མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། ཕྱི་ཡིག་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

B947.2
M570

班禅大师驻锡地

扎什伦布寺



民族出版社 外文出版社

རྩོམ་སྒྲིག་པ།　མེང་ཙི།　ལྱའོ་ཕིང་།
རྩོམ་འབྲི་བ།　བསྟན་སྐྱོང་རཏྣ་བཛྲ།
ཆེད་དྲངས་པར་ལེན་མཁན།　ལིའུ་ཞང་ཡོའུ།
པར་ལེན་མཁན།　ཝང་ཁྲུན་ཧྲུའུ།　ཝང་ཡུས་ལུང་།　ཁྲིན་ཙོང་ལེ།
ཀུའུ་སུའེ་ཁང་།　ལི་ཆང་།　ཡུས་ཞང་ཙུན།
ཚའེ་རུང་།　ལུའུ་ཀྲུང་མིན།　བཀྲ་ཤིས་དོན་གྲུབ།
བསྒྱུར་མཁན།　སོག་ཆུང་ཕུར་བ།
ཁ་བྱང་འབྲི་མཁན།　སོག་ཆུང་ཕུར་བ།
མཛེས་ཆ་རྩིས་འགོད།　ཚའེ་རུང་།
རྩོམ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་པ།　མགོན་པོ་དར་རྒྱས།
ལག་རྩལ་རྩིས་འགོད་པ།　ཏུང་ཧྲའོ་ཧྭ།

1993年第一版
编　　辑　蒙　紫　廖　频　贡布达尔吉
撰　　文　丹迥·冉纳班杂(第五世)
特邀摄影　吕相友
摄　　影　王春树　王玉龙　陈宗烈
　　　　　顾绥康　力　强　虞向军
　　　　　蔡　蓉　鲁忠民　扎西顿珠
翻　　译　普日科
装帧设计　蔡　荣　董绍华
封面题字　黄钟骏

(京)新登字 154 号

班禅大师驻锡地

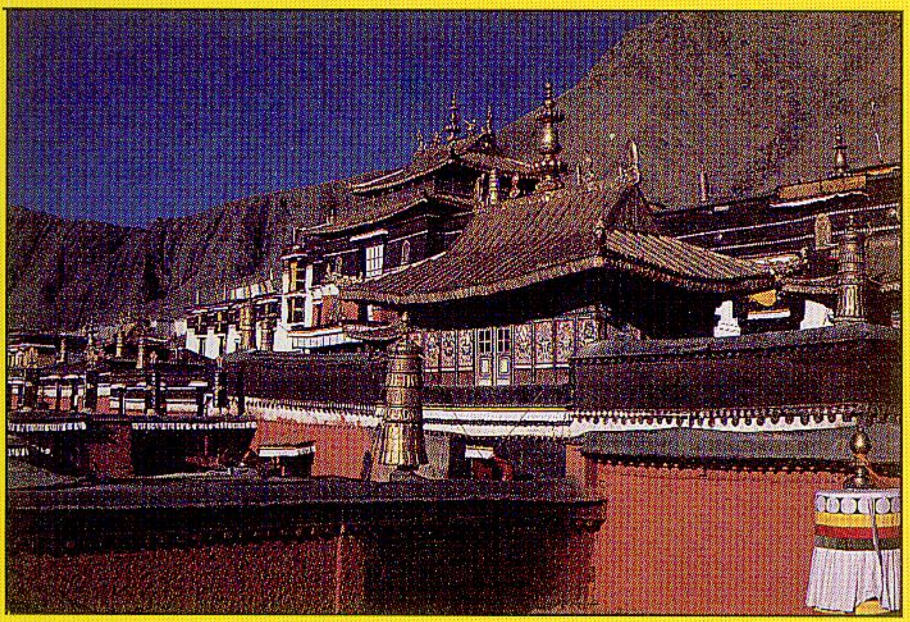
札什伦布寺

民族出版社　外文出版社合作出版
民族出版社发行　各地新华书店经销
开本:787× 1092 毫米　1/8
印张:22　字数:25 千
1993 年 9 月第 1 版　第 1 次印刷
中国环球(蛇口)印务有限公司印刷
印数:0001—2000 册　定价:190 元
ISBN7-105-02035-O/J.180
(汉 35)

此为试读，需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

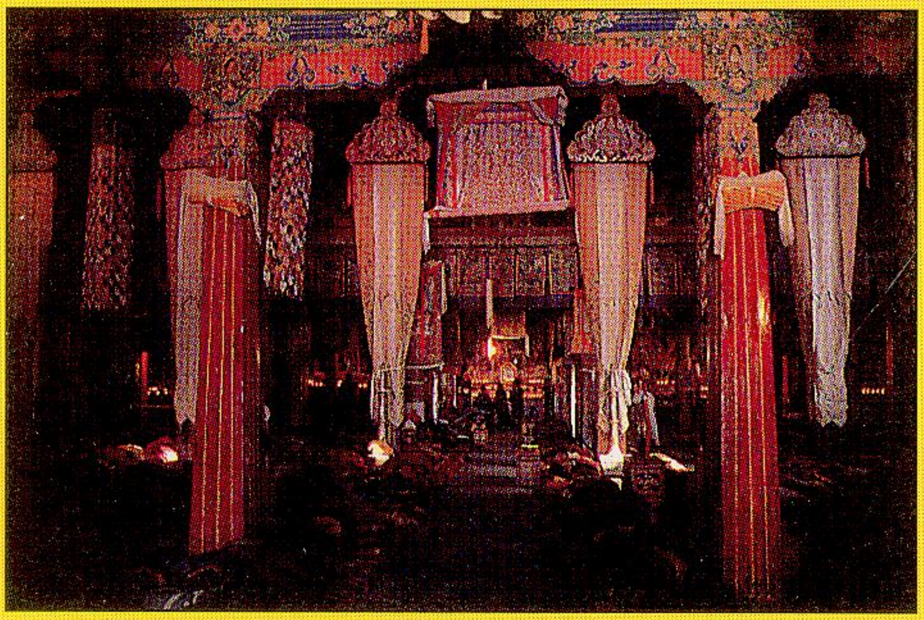
དཀར་ཆག
目　录

བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་དང་དེའི་དགོན་སྡེ།
西藏佛教及其寺庙　7

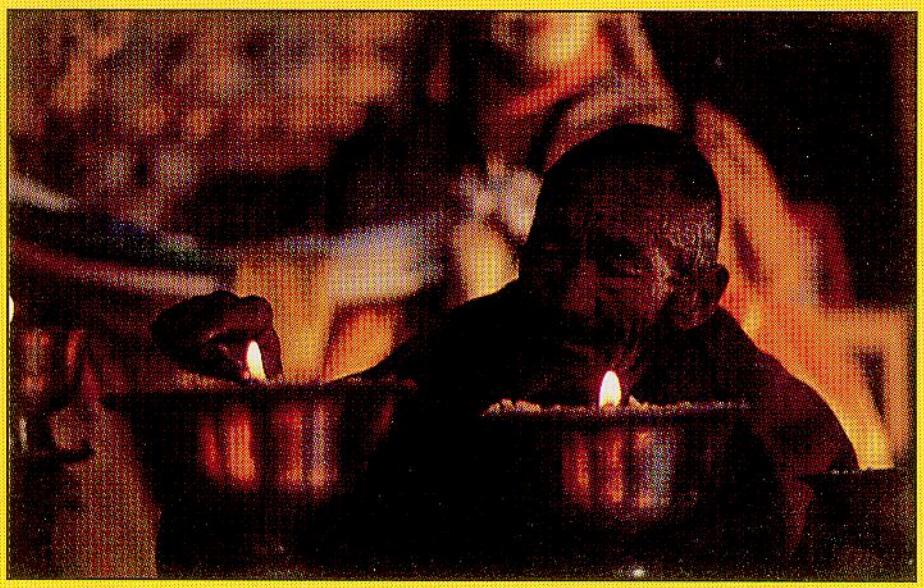


གཙང་གི་དགེ་ལུགས་པའི་དགོན་སྡེ་ཡང་དང་པོ།
后藏格鲁派第一寺　23

དགོན་པའི་འཕོ་འགྱུར།
建寺沿革　24

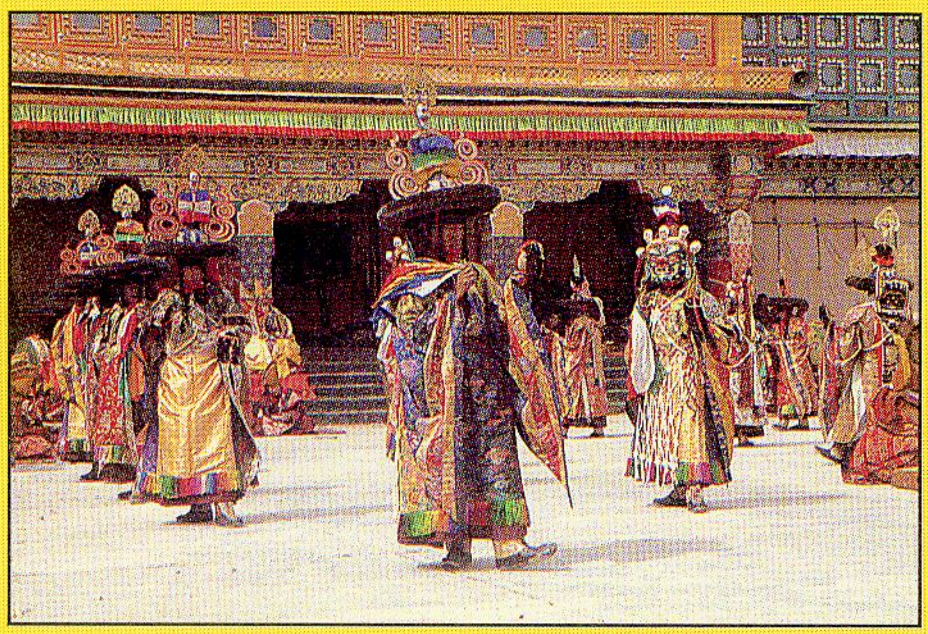


བཞེངས་རྟེན་གཙོ་བོ།
主要建筑　39



དགོན་པའི་སྒྲིག་འཛུགས་དང་གྲྭ་པའི་འཚོ་བ།
寺院组织和僧侣生活　100

པཎ་ཆེན་སྐུ་བརྒྱུད།
班禅世系 122



དགོན་པའི་དུས་ཆེན།
寺庙里的节日 158

ཟུར་བཀོད་དང་པོ། ཏཱ་ལའི་བླ་མ་སྐུ་འཕྲེང་རིམ་བྱོན།
附录一： 达赖喇嘛世系表 174
ཟུར་བཀོད་གཉིས་པ། བཀྲ་ཤིས་ལྷུན་པོའི་པཎ་ཆེན་ཡང་སྲིད་མྱུར་འབྱོན་གསོལ་འདེབས།
附录二： 札什伦布寺祈祷班禅大师示寂祷文 174
ཟུར་བཀོད་གསུམ། ཀྲུང་གོའི་རྒྱལ་སྲིད་སྲི་ཁྲབ་ཁང་གི་པཎ་ཆེན་སྐུ་འཕྲེང་བཅུ་པའི་
མཆོད་སྡོང་ མཆོད་ཁང་བཞེངས་རྒྱུ་དང་། པཎ་ཆེན་ཡང་སྲིད་ཙད་འཚོལ་
ངོས་འཛིན་བྱེད་རྒྱུའི་སྐོར་གྱི་ ཆོད་དོན།
附录三： 中国国务院关于修建第十世班禅灵塔祀殿和寻访认定
班禅转世灵童的决定 175
ཟུར་བཀོད་བཞི་པ། ཆོས་སྡེ་བཀྲ་ཤིས་ལྷུན་པོས་པཎ་ཆེན་སྐུ་འཕྲེང་བཅུ་པ་དགོངས་པ་
རྫོགས་པ་ཏཱ་ལའི་བླ་མ་སྐུ་འཕྲེང་བཅུ་བཞི་པར་ཞུས་པ་དང་ཐུགས་སྨོན་གནང་
རྒྱུའི་རེ་བ་ཞུས་པ།
附录四： 札什伦布寺就十世班禅大师示寂通报十四世达赖喇嘛
并请求祈祷 176

བོད་ལྗོངས་ཀྱི་ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་དང་དེའི་དགོན་སྡེ།

西藏佛教及其寺庙

མཆོག་གསུམ་སྐྱབས་སུ་བཅོལ་བའི་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དགོན་སྡེ་དང་པོ་ནི་དེང་སང་གི་བོད་ལྗོངས་ལྷོ་ཁ་གྲྭ་ནང་རྫོང་དུ་ལྷང་ངེར་གནས་པའི་དཔལ་བསམ་ཡས་མི་འགྱུར་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་མོ་དེ་ཉིད་ཡིན།

གཙུག་ལག་ཁང་འདི་ཉིད་དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་རྒྱལ་པོ་ཁྲི་སྲོང་ལྡེ་བཙན(སྤྱི་ལོ་755—797ལོ)དང་། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ། སློབ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་གནས་གསུམ་གྱི་ངག་བཀོད་ལྟར་བཞེངས་ཏེ་སྤྱི་ལོ་779ལོར་འགྲུབ། ལྷ་ཁང་གི་ཕྱིའི་བཀོད་པར་རི་རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ཟླ་དང་བཅས་པའི་མཚོན་བྱེད་ཚང་བའི་རྒྱ་གར་ཨོ་ཏན་པུ་རིའི་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་དཔེ་བྱས། འོག་ཐོག་དང་བཅས་པའི་བཟོ་དབྱིབས་བོད་ལུགས་དང་། བར་ཐོག་གི་ཁང་པ་ལྷ་དང་བཅས་པའི་བཟོ་དབྱིབས་རྒྱ་ནག་ལུགས། སྟེང་གི་ཁང་པ་ལྷ་དང་བཅས་པའི་བཟོ་དབྱིབས་རྒྱ་གར་ལུགས་ཡིན་པས་བཟོ་དབྱིབས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་དང་། ནང་གི་རི་མོ་ཕལ་ཆེ་བ་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་ངག་རྒྱུན་ལྟར་བྲིས་ཡོད། གཙུག་ལག་ཁང་འགྲུབ་རྗེས་མཁན་ཆེན་ལས་སད་མི་བདུན་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་བོད་ལ་རབ་བྱུང་གི་སྲི་ཐོག་མར་ཚུགས། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གཙུག་ལག་ཁང་འདིར་མེ་སྐྱོན་ཐེངས་འགའ་བྱུང་ཡང་ཚང་མ་ཉམས་གསོ་བྱས། དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་དུས་སྐབས་སུ་ཁམས་དང་ཨ་མདོར་ཐོར་ནས་བསྟད་པའི་དགེ་འདུན་རྣམས་ཕྱིར་ལོག་སྟེ་གཙུག་ལག་ཁང་འདིར་འདུས་པས་རིམ་བཞིན་རྙིང་མའི་དགོན་པ་གཙོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་ནི་བོད་ཡུལ་གྱི་དགོན་སྡེ་དག་གི་ཕྱི་མོ་ཡིན་ཞིང་། གཙུག་ལག་ཁང་འདི་བཞེངས་པ་ལས་ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་བོད་ཡུལ་དུ་གཞི་ཚུགས་ཏེ་བོད་ཡུལ་དུ་གཉུག་མར་གནས་པའི་ཆོས་ལུགས་གཡུང་དྲུང་བོན་ཉམས་དམས་སུ་ཕྱིན་པ་མཚོན།

གཡུང་དྲུང་བོན་ནི་གནའ་རབས་ཀྱི་བོད་མི་དམངས་ཀྱིས་དད་མོས་བྱེད་པའི་གདོད་མའི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། བོད་མཐོ་སྒང་གི་གནའ་རབས་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་དུ་དར་བའི་རང་བྱུང་ལ་མཆོད་འབུལ་གསོལ་བསྟོད་བྱེད་པའི་ལུགས་ལས་མཆེད་ཅིང་བརྒྱུད་པ་ཞིག་ཡིན། གཡུང་དྲུང་བོན་གྱིས་འཇིག་རྟེན་ཁམས་འདི་ས་བླ་དང་ས་སྟེང་། ས་འོག་བཅས་ཁམས་གསུམ་ལས

正规的西藏佛教寺庙必须具备佛、法、僧三宝。依照这一标准，西藏的第一座佛寺应是位于今山南地区扎囊县境内的桑耶寺。

桑耶寺建成于公元779年，由吐蕃王赤松德赞(公元755—797年在位)主持兴建，印度高僧静命大师设计。寺的主殿高三层，下层为藏式建筑，中层仿汉地唐代建筑样式，上层则采用印度梵式建筑。各层内供奉的佛像，也分别是吐蕃、汉和印度人的形貌。主殿以外，建有偏殿、译经场、僧舍、佛塔等。寺建成后，静命大师亲自剃度了七名贵族青年为僧，史籍称他们为“七觉士”，藏族人出家为僧的制度，便始于此。

桑耶寺被称为西藏佛寺之祖，它的建立，是外来的佛教战胜当地本教的标志。

本教是古代藏族人民崇信的一种名叫“本波”的原始宗教，起源于西藏高原古老的民间自然崇拜。本教认为宇宙分为天、地和地下三界。居于三界的神分别称为“赞”、“年”和“鲁”。此外，地下和地面还住着各种精灵和魔怪。人必须敬奉这些神、怪，否则就会招致灾祸。在佛教未传人或初传人藏族地区之前，本教是占统治地位的信仰。

དཔལ་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་བཀོད་པ་ཆ་ཚང་། འདྲ་པར་རྒྱང་བ་དེ་ནི་སྤྱི་མའི་དགོན་པའི་བཀོད་པ་འཀོད་པའི་བསམ་ཡས་གཙུགས་ལག······ཁང་གི་ལྡེབས་བྲིས་རྙིང་པ་ཞིག་ཡིན།

融汉、藏、印度的建筑风格为一体的桑耶寺主殿。另图为绘于主殿的壁画：桑耶寺全景图。

ཡར་ཀླུངས་གྲོག་རོང་། ཡར་ཀླུངས་གྲོག་རོང་ནི་ཡར་ཀླུངས་གཙང་པོའི་དཀྱིལ་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷོ་འགྲམ་དུ་ཡོད་ཅིང་། བོད་རིགས་ཀྱི་རིགས་རྒྱུད་དར་འཕེལ······འབྱུང་ཡུལ་ཡིན།

雅砻河谷景色。雅砻河谷位于雅鲁藏布江中游南岸，是藏族的发祥地。藏族先民垦耕的第一片青稞地至今仍保存在河谷中一座村落旁。

བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་རིམ་བྱོན།

གནམ་གྱི་ཁྲི་བདུན།

གཉའ་ཁྲི་བཙན་པོ།
མུ་ཁྲི་བཙན་པོ།
དིང་ཁྲི་བཙན་པོ།
སོ་ཁྲི་བཙན་པོ།
མེར་ཁྲི་བཙན་པོ།
གདགས་ཁྲི་བཙན་པོ།
གྲི་གུམ་བཙན་པོ།
སྤུ་ལྡེ་གུང་རྒྱལ།

སྟོད་ཀྱི་སྟེང་གཉིས།

ཐྲ་ཁྲི་བཙན་པོ།
གྲི་གུམ་བཙན་པོ།

བར་གྱི་ལེགས་དྲུག

ཨི་ཤོ་ལེགས།
དེ་ཤོ་ལེགས།
ཐི་ཤོ་ལེགས།
གོང་རུ་ལེགས།
འབྲོང་གཞེར་ལེགས།
ཨེ་ཤོ་ལེགས།

སའི་ལྡེ་བརྒྱད།

ཟ་ནམ་ཟིན་ལྡེ།
ལྡེ་འཕྲུལ་ནམ་གཞུང་བཙན་ལྡེ།
སེ་སྣོལ་གནམ་ལྡེ།
སེ་སྣོལ་པོ་ལྡེ།
ལྡེ་སྣོལ་ནམ།
ལྡེ་སྣོལ་པོ།
ལྡེ་རྒྱལ་པོ།
ལྡེ་སྤྲིན་བཙན།

བར་གྱི་བཙན་བཞི།

ཐོ་རེ་ལོང་བཙན།
ཁྲི་བཙན་ནམ།
ཁྲི་སྒྲ་དཔུང་བཙན།
ཁྲི་ཐོག་རྗེ་ཐོག་བཙན།

ལྷ་ཐོ་ཐོ་རི་གཉན་བཙན།
ཁྲི་གཉན་གཟུང་བཙན།
འབྲོང་གཉན་ལྡེའུ།
སྟག་རི་གཉན་གཟིགས།
གནམ་རི་སྲོང་བཙན།
སྲོང་བཙན་སྒམ་པོ།
གུང་སྲོང་གུང་བཙན།
ཁྲི་མང་སྲོང་མང་བཙན།
ཁྲི་འདུས་སྲོང་།
ཁྲི་ལྡེ་གཙུག་བརྟན།
ཁྲི་སྲོང་ལྡེ་བཙན།
མུ་ནེ་བཙན་པོ།
ཁྲི་ལྡེ་སྲོང་བཙན།
ཁྲི་གཙུག་ལྡེ་བཙན།
གླང་དར་མ་ཨུ་དུམ་བཙན།

吐蕃赞普世系表

七天王

聂赤赞布
木赤赞布
丁赤赞布
索赤赞布
梅赤赞布
达赤赞布
赛赤赞布

上顶二王

赤古赞布
贾赤赞布

六勒王

埃学勒
德学勒
替学勒
古如勒
忠习勒
伊学勒

八德王

萨那姆森德
德珠那雄赞
色乃那德
色乃布德
德乃那穆
德乃布
德杰布
德真赞

四赞王

杰多日洛赞
赤赞那穆
赤扎崩赞
赤多杰赞

拉托托日年赞
赤年松赞
珠年德
达日年丝
那日松赞
松赞干布
公如公赞
芒松芒赞
堆松芒赞
赤德祖赞
赤松德赞
牟尼
赤德松赞
热巴坚
达玛

མཁར་གྱི་དང་པོ་ཡུམ་བུ་བླ་སྒང་།

西藏历史上的第一座宫殿——雍布拉岗。2000多年前，兴起于雅砻河谷的吐蕃部落，推举出第一位部落首领——聂赤赞普（赞普，藏语意为英武之主），并为他修建了这座王宫。

གྲུབ་པ་དང་། ཁམས་དེ་དག་ཏུ་བཙན་དང་གཉན་སོགས་གཟུགས་ཅན་གཟུགས་མེད་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་གནས་པས་དེ་དག་ལ་གསོལ་མཆོད་བྱས་ན་གདོན་སྲི་ནོན་ཞིང་རྐྱེན་ངན་སེལ་ཐུབ་པར་འདོད། བོད་དུ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་མ་དར་གོང་ཆབ་སྲིད་བོན་སྐྱོང་ལྡེའུ་གསུམ་གྱིས་བསྐྱངས་པར་གྲགས།

སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བདུན་པར་ཡུལ་ཡར་ཀླུངས་སུ་གནས་པའི་སྤུར་རྒྱལ་བོད་ཀྱི་གདུང་རབས་སོ་གསུམ་པ་སྲོང་བཙན་སྒམ་པོ (སྤྱི་ལོ? —650ལོ) ཡི་རིང་ལ་བོད་གཅིག་སྒྱུར་བཟོས། སྲིད་དབང་སྲ་བརྟན་དང་མངའ་ཐང་རྒྱས་པར་བྱེད་ཆེད་ཡི་གེའི་སྲོལ་བཏོད་ནས་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མདོ་རྒྱུད་ཉེར་གཅིག་སོགས་བསྒྱུར་པ་དང་། ལྷ་ཆོས་དགེ་བ་བཅུ་དང་མི་ཆོས་གཙང་མ་བཅུ་དྲུག་གི་ཁྲིམས་བཅུགས། བལ་རྗེ་ཧྲིང་དུ་བལ་བཟའ་ཁྲི་བཙུན་ཁབ་ཏུ་བཞེས་པ་དང་རྒྱ་བཟའ་ཀོང་ཇོ་བཙུན་མོར་བསུས། ར་སའི་འཕྲུལ་སྣང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་། ར་མོ་ཆེ་ཞེས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་བཅས་པའི་མཐའ་འདུལ་ཡང་འདུལ་གྱི་ལྷ་ཁང་བརྒྱ་རྩ་བརྒྱད་བཞེངས་པས་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་བོད་དུ་དར་འགོ་ཙུགས།

སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་བོད་དུ་དར་བའི་ཐོག་མའི་སྐབས་སུ་བན་བོན་གཉིས་པར་འཁོན་རྩོད་དྲག་པོ་བྱུང་བ་དཔེར་ན་བོན་སློན་གྱིས་ཁྲི་རལ་བསད་པ་དང་། གླང་དར་མས་བན་སློན་གྱི་འདོད་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་བསྣུབས་པ་ལྷ་ལུང་དཔལ་རྡོར་གྱིས་གླང་དར་བཀྲོངས་པ་ལྟ་བུའོ།

བཙན་པོ་ཁྲི་སྲོང་ལྡེ་བཙན་གྱི་རིང་ལ་མཁན་པོ་བོདྷི་ས་ཏྭ་དང་སློབ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་གནས་གཉིས་སྤྱན་དྲངས་ནས་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་མོ་བཞེངས་པ་དང་། སྒྲ་སྒྱུར་གྱི་ལོ་ཙཱ་བ་མང་པོ་གསོ་སྐྱོང་བྱས་ཏེ་བཀའ་མདོ་རྒྱུད་མང་པོ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་པ། དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་བཙུགས་པ་སོགས་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་བཀུར་ཆེན་མོ་བྱས་པས་ཆོས་ལུགས་འདི་བོད་དུ་ས་ཁྱབ་རྗེ་ཁྱབ་ཏུ་གྱུར།

བཙན་པོ་ཁྲི་གཙུག་ལྡེ་བཙན་རལ་པ་ཅན་གྱི་རིང་ལ། རྒྱ་བལ་གྱི་ལོ་པཎ་མང་པོ་གདན་གཅིག་ཏུ་འཛོམས་པར་བྱས་ཏེ་བཀས་བཅད་རྣམ་གསུམ་མཛད་པ་དང་། སྔར་འགྱུར་ལ་ཞུ་དག་དང་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་མང་པོ་གསར་དུ་བསྒྱུར་པ་དང་། དགེ་འདུན་མི་རེ་ལ་འབངས་མི་ཁྱིམ་བདུན་དུ་བཅད་དེ་ཕུལ། དབུ་སྐྲ་ལ་དར་ཡུག་བཏགས་པའི་སྟེང་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་བཞུགས་སུ་བཅུག་པ་སོགས་བསྙེན་བཀུར་རྒྱ་ཆེར་བྱས། དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས

公元7世纪初，地处雅鲁藏布江中游南部的悉补野部第三十三代首领松赞干布（公元?—650年）先后兼并了西藏地区诸部，统一了全境，建立起吐蕃王朝。他发现与带有原始平等制残余色彩的本教教义相比，佛教的经律教义和严密的组织，对于巩固新生的王室统治更为有利。于是，他毅然排除各种阻力，将佛教引入吐蕃。他派人从印度等地迎请僧人，命人翻译了《宝云经》等二十一部经卷。又先后同笃信佛教的尼泊尔墀尊公主和唐文成公主联姻。

佛教的传入遭到了本教势力的反对，他们利用一切机会掀起反佛风潮。这种本佛两教的斗争时起时伏，延续了数百年。

8世纪中叶，印度密宗大师莲花生应藏王赤松德赞之请，来到西藏传播佛教。他巧妙地运用密宗的义理和法术降服了本教，并封本教所奉神祇为佛教护法神，将本教最基本的仪式——火祭接受下来，使之等同于佛教的烧施。这样就消除了藏地民众对佛教的陌生感，使佛教在西藏传播开来。桑耶寺正建于此时，与之同期建造的还有昌珠寺等。

公元815年，热巴坚（公元815—836年在位）继任藏王之位，他继续兴佛，重用僧侣。佛本两教的斗争又一次激化。崇本的贵族权臣将藏王身边

ལ་བཀུར་བསྟི་ཁྱམ་ཆེ་བར་མཛད་པར་བོན་པོར་དད་པའི་མི་མང་པོ་ཞིག་མ་དགའ། ལྷག་པར་དུ་བཙན་པོའི་འཁོར་ན་ཡོད་པའི་བོན་ཆོས་ལ་དད་པའི་ཞང་བློན་སོགས་མ་དགའ་བས་མཐར་རལ་པ་ཅན་བློན་པོ་དབས་སྟག་ཟ་ཅན་སོགས་ཀྱིས་ལྐོག་གསོད་བྱས།

གླང་དར་མས(སྤྱི་ལོ836—842ལོ)རྒྱལ་ས་བཟུང་རྗེས་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་བསྣུབས་པ་སྟེ་དགོན་སྡེ་བཤིག་རབ་བསྒྱུར་པ་དང་། གྲྭ་བཙུན་འབུད་སྐྲོགས། ལྷ་རྟེན་གཏོར་བཤིག་གི་ཚུབ་སྤྱོད་མང་དུ་བསྟན། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྨྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྔར་གཉའ་ཁྲི་བཙན་པོའི་དུས་སུ་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དབུ་བརྙེས་པ་ནས་བཟུང་། སྲོང་བཙན་སྒམ་པོས་དུས་སུ་སྲོལ་བཏོད་པ་དང་། ཁྲི་སྲོང་ལྡེ་བཙན་དང་ཁྲི་རལ་པ་ཅན་གྱིས་འཕེལ་རྒྱས་བཏང་སྟེ་གླང་དར་མས་མ་བསྣུབས་པའི་བར་ལ་བསྟན་པ་སྔ་དར་ཟེར།

སྤྱི་ལོ842ལོར་ལྷ་ལུང་དཔལ་རྡོར་གྱིས་གླང་དར་མ་བཀྲོངས་རྗེས་བོད་ཀྱི་བྲན་གཡོག་ལམ་ལུགས་ཀྱི་སྲིད་དབང་ཐོར་ཞིག་ཏུ་སོང་། དེའི་རྗེས་ཀྱི་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྲག་རིང་འབངས་གྱིན་ལོན་སོགས་འཁྲུག་ལོང་མང་དུ་བྱུང་བ་དང་། བོད་ཆ་འཐོར་ཡ་འཐོར་དུ་གནས་པས་ཐོན་སྐྱེད་འཕེལ་རྒྱས་ཕྱིན་པ་དལ་ཞིང་རིག་གནས་ཀྱི་བྱ་གཞག་ཀྱང་ཉམས་དམས་པར་གྱུར།

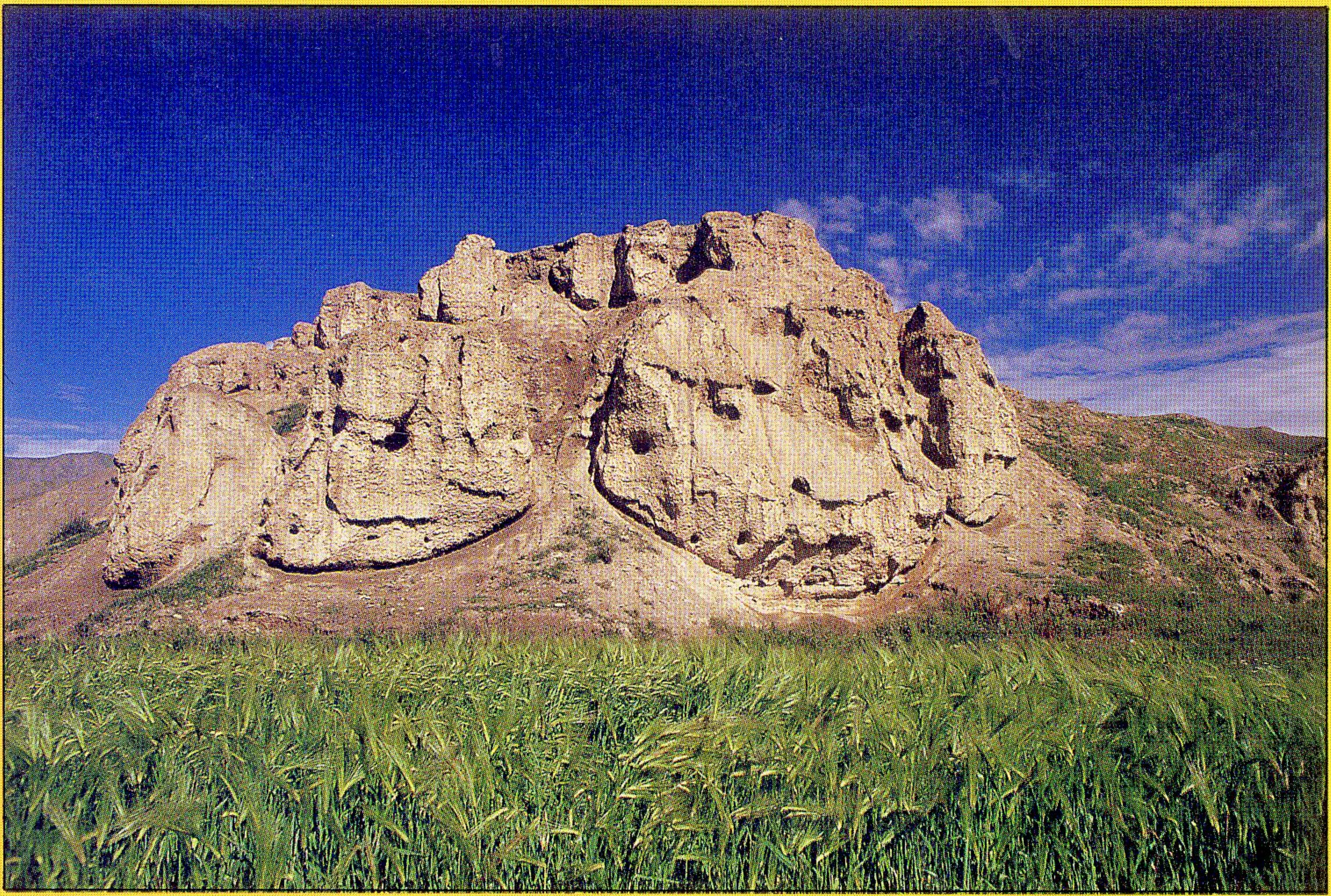
སྤྱི་ལོ978ལོ་ནས་བཟུང་གསར་དར་བཀས་བཀོད་རྒྱུད་འཛིན་གྱི་མངའ་བདག་གི་རོགས་སྐྱོར་འོག་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་རིམ་བཞིན་སླར་གསོ་བྱུང་ནས་གྲུབ་མཐའ་མང་པོར་གྱེས། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ལ་གྲུབ་མཐའ་གཙོ་བོ་རྙིང་མ་བ་དང་། བཀའ་གདམས་པ། བཀའ་བརྒྱུད་པ། ཀརྨ་པ། ས་སྐྱ་པ། དགེ་ལུགས་པ་བཅས་དང་གཞན་ཡང་ནང་གསེས་དབྱེ་ན་གྲུབ་མཐའ་ཆུང་བ་མང་དུ་ཡོད། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྨྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བླ་ཆེན་དགོངས་པ་རབ་གསལ་གྱིས་བསྙེན་རྫོགས་ཀྱི་སྡོམ་པ་བཞེས་ལོ(རབ་བྱུང་དང་པོའི་གོང་གི་ལོ་ང་གསུམ་པ་ཆུ་བྱི་ལོ། སྤྱི་ལོ937ལོ། འདི་ལ་བཤད་ཚུལ་འདྲ་མིན་འདྲ་འགའ་ཞིག་ཡོད།)ནས་བཟུང་བསྟན་པ་ཕྱི་དར་གྱི་འགོ་ཚུགས་པར་བརྩི། བསྟན་པ་ཕྱི་དར་གྱི་འགོ་ཚུགས་པ་བཟུང་བན་བསྟན་རིམ་གྱིས་འཕེལ་ཞིང་བོན་བསྟན་རིམ་གྱིས་ཉེད་ཆུང་བར་གྱུར། ཡིན་ནའང་ཡུལ་ཁྱེ་ཐག་ཏུ་གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་བསྟན་པའི་རང་ཚུགས་ད་བར་དུ་ད་དུང་ཤོར་མེད། དགེ་ལུགས་པའི་གྲུབ་མཐའི་སྲོལ་ནི་རྗེ་ཙོང་

信佛的大臣、王妃、王子，一一除掉，最后将热巴坚缢死，拥立其弟达玛(公元836—842年在位)为藏王。达玛即位后，大肆灭佛，命令各地毁寺焚经，强迫僧人还俗，于是传佛大师纷纷外逃，佛教势力一度趋向衰落。从松赞干布兴佛至达玛灭佛，约两个世纪，藏史学家称这段时期为西藏佛教发展史上的前弘期。

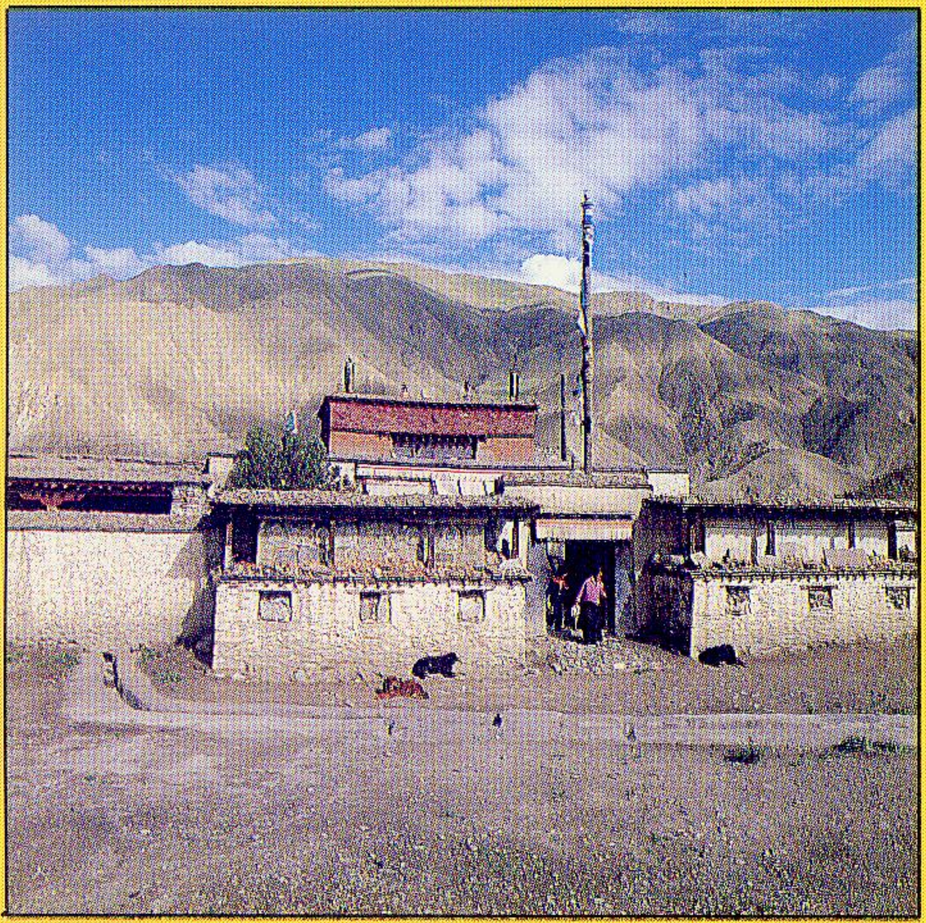
公元842年达玛被一名僧侣刺死，吐蕃奴隶制政权崩溃，奴隶和平民暴动遍及全境。自此西藏地区陷入了漫长的分裂局面，社会缓慢地向封建制度发展。直至公元978年以后，佛教才在一些新兴封建主的扶植下逐渐复兴，并形成了许多教派和教派支系。主要有宁玛派、噶当派、噶举派、萨迦派，以及影响最深远的格鲁派，另外还有几个小派。藏史学家把公元978年以后，佛教再度兴起，形成教派，称为佛教发展史上的后弘期。至此，一种具有西藏地区特色的佛教(亦称藏传佛教或喇嘛教)形成，本教再也无力与它抗争了。

བཙན་པོའི་བང་སོ། ཡུམ་བུ་བླ་སྒང་གི་ཤར་ལྷོའི་ཕྱོགས་སུ་གནས་ཤིང་། མིག་སྔར་བང་སོ་དགུ་རྙེད་པ་ནི་སྲོང་བཙན་དང་དེའི་རྗེས་ཀྱི་བཙན་པོ་བདུན་དང་། ཁྲི་གཙུག་ལྡེ་བཙན་གྱི་བཙུན་མོ་དང་། རྒྱ་བཟའ་ཀོང་ཅོའི་བང་སོ་བསྟན་པའི་དགུའོ།

藏王陵墓群。位于雍布拉岗东南，现已发现九座，据考证为松赞干布及其后七位藏王，以及赤德祖赞之妃、唐金城公主的陵墓。



བཙན་པོའི་བང་སོའི་ནང་གི་གཅིག
陵墓之一

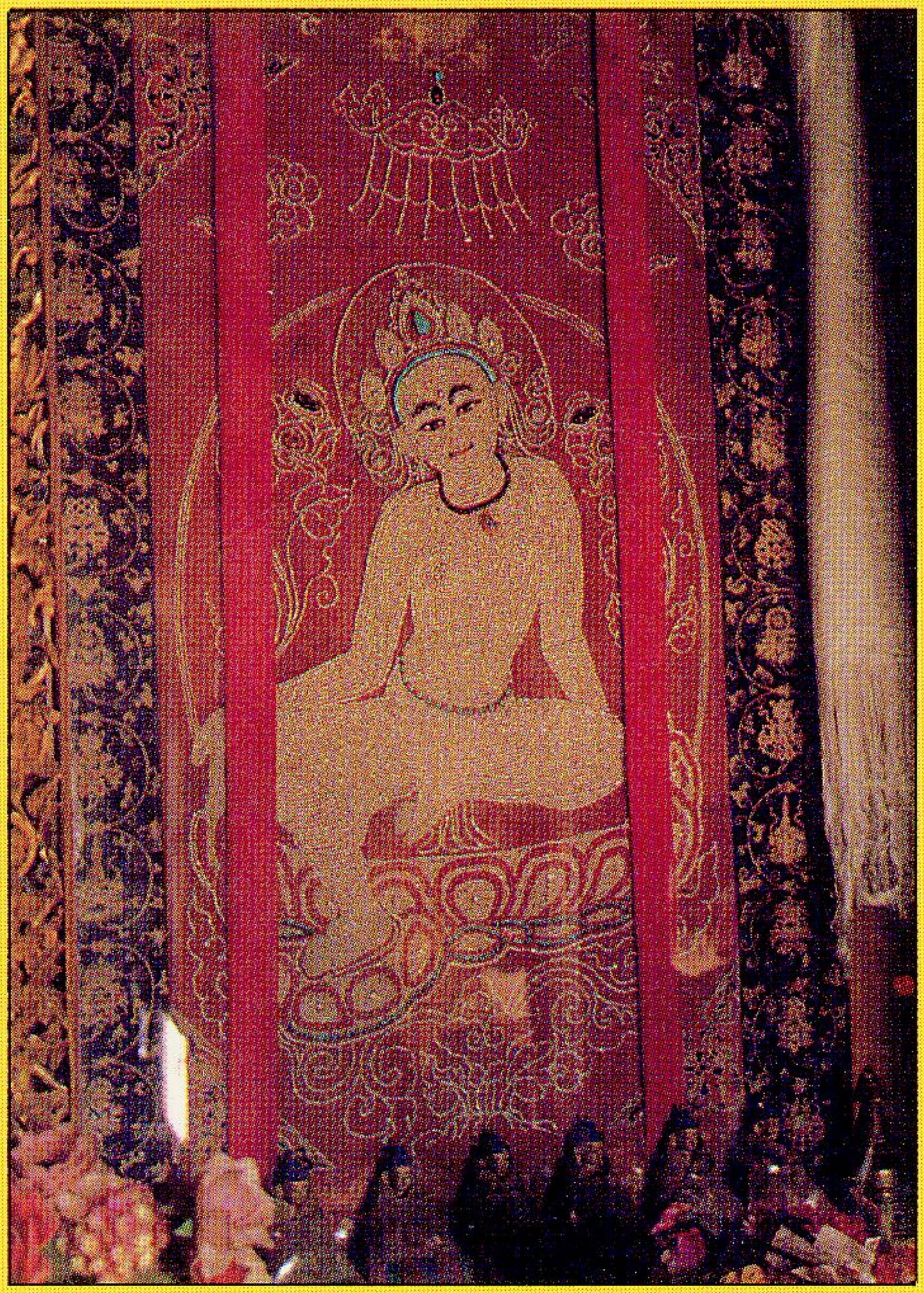


སྲོང་བཙན་ལྷ་ཁང་།
松赞干布陵丘上的松赞庙

སྲོང་བཙན་ལྷ་ཁང་ནང་གི་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི།
松赞庙壁画四大天王像

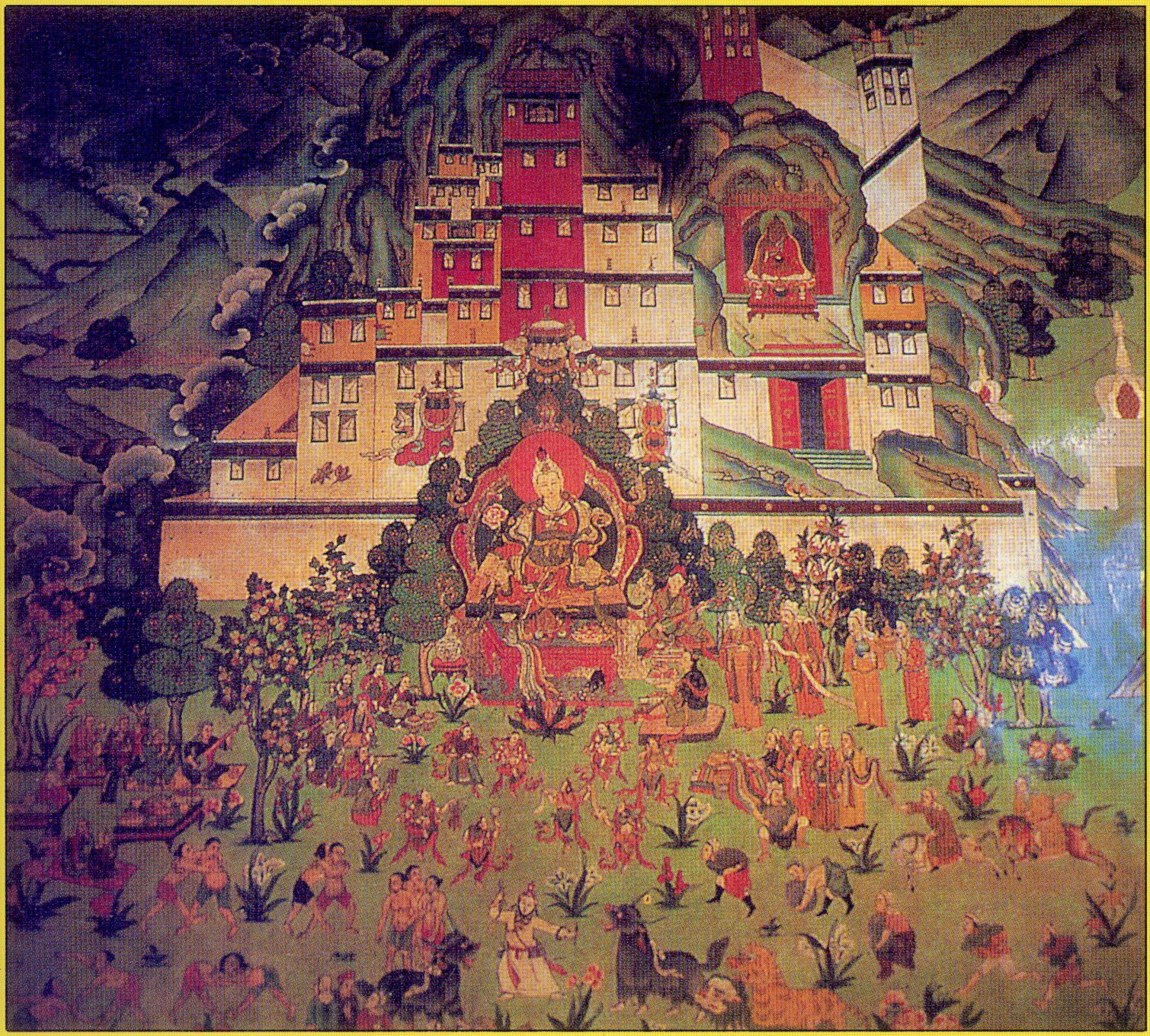
ཁྲ་འབྲུག་དགོན་པའི་སྐུ་བརྙན། ཡུམ་བུ་བླ་སྒང་གི་ཤར་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱི་ལེ་5ཡི་སར་ཡོད་པའི་ཁྲ་འབྲུག་དགོན་པ་ནི་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བདུན་པར་བཞེངས་ཤིང་། སྲོང་བཙན་དང་རྒྱ་བཟའ་ཀོང་ཇོའི་དགུན་དུས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་ཡིན་པ་དང་། ནང་དུ་དཀྱིལ་སྲོང་བཙན་དང་གཡས་སུ་རྒྱ་བཟའ་དང་གཡོན་དུ་བལ་བཟའ་ཁྲི་ཙུམ་གྱི་སྐུ་བརྙན་ཡོད།

位于雍布拉岗东北5公里处的昌珠寺建于公元7世纪，曾是松赞干布和文成公主的冬宫。此为寺内供奉的松赞干布(中)、文成公主(右)和墀尊公主的坐像。



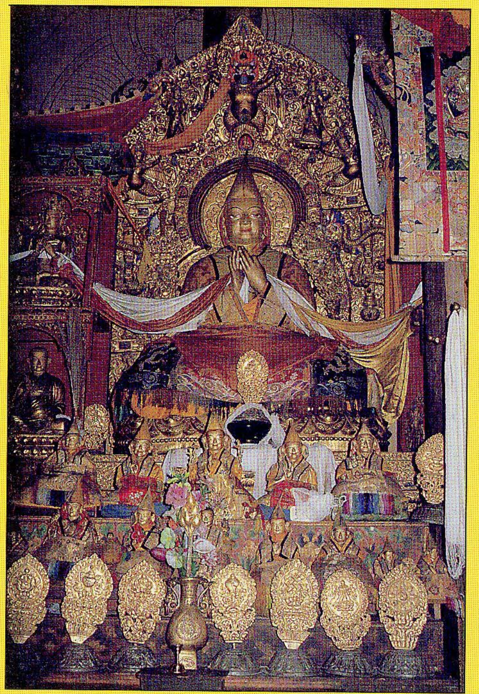
ཁྲ་འབྲུག་དགོན་པའི་མུ་ཏིག་སྒྲོལ་དཀར།

昌珠寺一宝——用珍珠缀成的度母像。度母，亦称救度母、多罗母，是藏传佛教的女神，最常见的有白度母和绿度母。



སྲོང་བཙན་སྒམ་པོ་ཁྲི་ལ་མངའ་གསོལ་བའི་སྣར་ཀྱི་ལྡེབས་རིས།

松赞干布继位图。松赞干布13岁时继登部落首领之位，成为第三十三代赞普。



རྩེ་པོ་ཏ་ལའི་ནང་གི་རྗེ་ཙོང་ཁ་པའི་སྐུ་བརྙན། ཙོང་ཁ་པ་བློ་བཟང་གྲགས་པ་སྤྱི་ལོ1357ལོར་མཚོ་སྔོན་ཙོང་ཁའི་ཡུལ་དུ་འཁྲུངས། དགུང་ལོ་བདུན་པར་བྱ་ཁྱུང་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་། བཅུ་བདུན་པར་དབུས་སུ་ཕེབས་ལམ་རིམ་དང་སྔགས་རིམ་སོགས་ལེགས་བཤད་ཀྱི་གསུང་རྩོམ་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་བ་དང་། མདོ་སྔགས་བསྟན་པར་དག་ཐེར་ནན་ཏན་མཛད་ནས་དགེ་ལུགས་པའི་སྲོལ་བཏོད།

布达拉宫内供奉的宗喀巴铜像。宗喀巴本名罗桑扎巴，公元1357年生于今青海省湟中县，7岁时在家乡甲琼寺出家，17岁入藏，全面学习西藏佛教各派显密二宗的教法，他依据噶当派的教义著成《菩提道次第广论》和《密宗道次第广论》，并以此为理论基础，创立了格鲁派。

ཏ་ལའི་བླ་མ་སྐུ་འཕྲེང་བཅུ་བཞི་པའི་གཟིམ་ཆུང་ཉི་འོད་འཁྱིལ་བ།

布达拉宫中十四世达赖喇嘛的寝宫

རྩེ་པོ་ཏ་ལ། ལྷ་ས་དམར་པོ་རི་ལ་དུས་རབས་7པའི་སྐབས་སུ་ཐོག་མར་བཞེངས་ཤིང་། དུས་རབས་17པར་ཡང་སྐྱར་རྒྱས་སྐྲུན་བྱས།

布达拉宫。位于拉萨市的红山上，初建于公元7世纪，17世纪又经重建、扩建。主楼十三层，高113米，面积约13万平方米。曾有九位藏王、十位达赖喇嘛在此居住。宫内珍藏的珍宝古玩、佛雕、壁画、唐噶难以数计。

ཇོ་ཁང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གསེར་གྱི་རྒྱ་ཕིབས།
大昭寺殿顶的金属檐饰。寺位于拉萨市内，与布达拉宫遥遥相望。初建于7世纪，相传是文成公主择址、设计的。

ཁ་བ་བློ་བཟང་གྲགས་པས (སྤྱི་1357—1419ལོ) བརྙེད། གྲུབ་མཐའ་འདིའི་ཁྲིད་ཆོས་ནི་མདོ་སྔགས་བཤད་སྒྲུབ་ཟུང་དུ་སྦྲེལ་ཞིང་ཆོས་ཁྲིམས་དམ་གཙང་དུ་སྲུང་། དགེ་ལུགས་པའི་གྲྭ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་གོས་དང་ཞྭ་མོ་སེར་པོ་ཡིན་པས་ཞྭ་སེར་པའང་ཟེར། རྗེས་སུ་དགེ་ལུགས་པས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དབུ་འཛིན་ཐད་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་ཡང་སྲིད་ངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་ཐབས་ཤེས་སྤྱད་པས་སྤྲུལ་བརྒྱུད་ཆེན་པོ་གཉིས་ཏེ་རྒྱལ་བ་སྐུ་འཕྲེང་རིམ་བྱུང་དང་པཎ་ཆེན་སྐུ་འཕྲེང་རིམ་བྱུང་བྱོན། རྒྱལ་བ་སྐུ་འཕྲེང་དང་པོ་རྗེ་དགེ་འདུན་གྲུབ་པ་དང་པཎ་ཆེན་སྐུ་འཕྲེང་དང་པོ་མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་གཉིས་ཀ་ནི་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པའི་དངོས་སློབ་ཡིན། ད་བར་རྒྱལ་བ་སྐུ་འཕྲེང་བཅུ་བཞི་དང་པཎ་ཆེན་སྐུ་འཕྲེང་བཅུ་བྱོན་སོང་། 1989ལོར་དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་འཐིམས་པའི་པཎ་ཆེན་ཨེར་ཏེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་ནི་པཎ་ཆེན་སྐུ་འཕྲེང་བཅུ་པ་རེད།

གསེར་ཞུན་ཅོད་པཎ་འཆང་བའི་རིང་

格鲁派由藏族僧人宗喀巴(公元1357—1419年)创立。“格鲁”意为“善律”，该派寺院组织严密，主张僧众严守戒律，学经遵循次第，因而名声渐播。又因这一教派的喇嘛头戴黄色僧帽，所以也称为“黄帽派”或“黄教”。格鲁派禁止僧侣娶妻生子，宗教首领采取噶举派首创的“转世”办法承继，从而形成达赖喇嘛和班禅两大转世体系。一世达赖喇嘛和一世班禅额尔德尼都是宗喀巴的弟子，延嗣至今达赖世系已传至第十四世，1989年逝世的班禅大师为第十世。