

中国藏传佛教
寺院大系

西藏



藏传佛教寺院

丹曲 扎西东珠
编著

 甘肃民族出版社

《中国藏传佛教寺院大系》

西藏藏传佛教寺院

丹曲 扎西东珠 编著

甘肃民族出版社

2009年9月8日

图书在版编目 (C I P) 数据

西藏藏传佛教寺院 / 丹曲 扎西东珠 编著. —兰州 : 甘肃民族出版社, 2009. 1

ISBN 978-7-5421-1449-5

I. 西… II. 丹… III. 喇嘛教—寺庙—简介—西藏
IV. B947. 275

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第208910号

序言



西藏从元代起正式归入中国版图。可以说，在中国没有任何一个地方像西藏那样，宗教高踞于一切之上，生活充满着厚重的宗教气息，文化包孕着浓郁的神学氛围，一切都涵盖于宗教之中。藏传佛教在元代传入蒙古地区，逐渐为蒙古族人民普遍信仰。明清两代，皇帝为加强藏族和蒙古族之间的联系，在北京、华北等地也建造过一些喇嘛庙和喇嘛塔。

藏传佛教寺庙可分藏式、汉式和藏汉混合式三种。在西藏及其毗邻省份，几乎全是藏式；内蒙以藏式为主的藏汉混合式最多，也有少数汉式；北京、承德和五台山的喇嘛庙，则大都是汉式或以汉式为主的藏汉混合式。

藏式喇嘛庙又可分建在平地上的和建在山麓上的两种，以后者居多。平地寺庙常取接近于规整对称的方式，作为构图中心的主体大殿形象最为突出；山麓地带的取自由式布局，没有总体轴线也没有事先规划，仍遵循着一些布局的规则，如寺庙多北负山坡，南向平地，在后部高处安置体量高大色彩鲜丽的经堂和佛殿，其外安排活佛府邸，在外三面围以大片低矮小院，居住一般僧人。一座大寺，多是在几十年的发展中逐渐完备。

绪 论

藏族文化，是藏民族对自身发展的需求同多种宗教文化因素相互渗透的结果，它体现了藏族人民非凡的聪明才智和博大精深的思想体系。藏族原始宗教文化伴随着藏族先民的生产、生活。据藏文文献记载，早在公元前4世纪，青藏高原就已形成了象雄、雅隆、苏毗三大部落联盟，青藏高原社会处于一种部落联盟阶段。一种产生于象雄的系统化的苯教(pon-po)文化迅速传遍部落联盟，并以它独有的神灵信仰、神祇系例、法要、法术、祭礼等形式主宰着社会及人们的精神生活，成为当时主导藏族社会的主流文化。从《敦煌古藏文文献》及英雄史诗《格萨尔》中，可看出部落的政治、组织、经济、军事、传统习惯法等早期藏族社会历史的影子，这种有声有色的部落文明在世界文明史上是少见的。

古老的象雄，地处雪域高原西北部，当时有四条著名商道横越或靠近该地区，这就为象雄与周边地区的经济文化交流创造了有利条件，极大地推动了象雄物质文化与精神文化的发展，从而象雄也逐步成为藏族文化传播的中心。

苯教文化的创始人辛饶弥沃，对象雄各部落的巫术进行了系统化的整顿，摈弃了信魔的“都未”和信精的“赞未”等教派，对血祭神灵的仪轨加以限制，用生灵的画像代替了祭祀品。为传播教义，辛饶弥沃创制了象雄文(又称玛尔文)，促进了苯教文化的广泛传播。辛饶将苯教文化分为夏辛(phywa-gshen)、郎辛(snang-gshen)、楚辛(vphrul-gshen)、斯辛(srid-gshen)四类，其中夏辛就包括卦、占、禳、星算、医药学等五个方面的内容，将藏族文化进行了体系化的分类。“五明学”(rig-gnas-che-ba-linga)文化结构的雏形在很早就产生了。

苯教文化的产生，对青藏高原的部落联盟产生了深远的影响，为原始文化注入了新的活力。苯教文化又很快被苏毗接受了，接着也成为雅隆(war-lung)人的行为规范。自雅隆建成藏族第一座宫殿——雍布拉岗



(wum-bu-la-khang) 之后, 26 代赞普 (btsan-po) 均以苯教文化治国。苯教文化与雅隆政权紧密结合, 雅隆政权利用苯教的特点, 不仅使苯教势力自身得到了发展和壮大, 而且极大地推动了雅隆部落政治、经济、文化的发展, 逐步使雅隆文明成为继象雄文明之后的又一大文明。流行于象雄、苏毗、雅隆三大部落联盟的苯教文化, 也为藏民族奠定了思想基础。

当历史的车轮转到 6 世纪后, 雅隆部落统一了雪域高原诸部, 苯教文化也成为吐蕃先民的核心文化。就在雅隆部落崛起, 苯教文化广泛传播的 6 世纪, 青藏高原周边地区佛教文化非常流行, 其南面就是佛教的发祥地印度 (rgya-dkar)。印度教虽然发展起来了, 但大乘佛教并未显得过于衰微, 而且密宗还有了一定的发展; 当时的中原地区 (rgya-nag) 正处在南北朝对峙的时期, 佛教已传入中国的内地, 并得到了很大的发展。尤其是魏晋南北朝时期, 特别崇尚佛法, 闻名于世的佛教文化遗迹的大同云冈石窟、洛阳龙门石窟以及敦煌 (stong-sku) 千佛洞均开凿于这一时期; 位于青藏高原西北面的西域于阗 (li-yul, 和田) 是佛教传入中国内地的门户, 也是佛教兴隆的地区。由于吐蕃的周边地区佛教文化兴盛, 自然也会逐步影响和渗透到青藏高原固有的藏族文化中来。

7 世纪中叶, 雅隆部落的第三十三代赞普松赞干布, 统一了青藏高原诸部, 建立了以罗些 (ra-sa, 即拉萨) 为中心的吐蕃王朝。自松赞干布执政起, 就派人到东方汉地 (rgya-nag) 和木雅 (mi-nyag) 学习历算、医学、诗歌和工匠技艺; 到南方印度、尼婆罗 (bal-po, 尼泊尔) 学习梵文、音韵学及佛学; 到北方的于阗及粟特地区 (sog-po) 学习法制; 到西方的大食 (stag-gzig) 学习经商等, 成为当时的重要治国方略。随着疆域的扩大, 吐蕃与周边地区国家的经济和文化不断往来, 多神论为基础的主导思想和以禳灾盟誓等为手段的文化体系显然已不适应社会发展的要求和集权制的要求, 于是建立新的文化体系, 成为吐蕃社会的发展趋势。这时, 佛教从印度、尼婆罗以及中亚等地陆续传来。至 8 世纪中叶, 佛教文化在吐蕃社会苯教的文化土壤中, 开始了艰辛地发展, 藏传佛教将这一难忘的阶段称为“前弘期”。这一时期, 苯教文化不论是在世俗的政权中, 还是在社会意识形态中, 都占有主导地位, 势力还极其强大。佛教仅在部分王室成员中信仰。带有佛祖释迦牟尼像的尼泊尔赤尊公主 (khri-btsun-gong-jo) 和文成公主 (rgya-bzav-gong-jo) 入藏后, 建立了大昭寺和小昭寺, 她们的行为对当时吐蕃王室成员崇尚佛教又产生深刻的影响。



吐蕃王室佛教文化的传入，必然遭到占据主导地位的苯教的反对，由此引发了本土文化与外来文化间激烈的文化冲突——佛苯之争。

松赞干布时期，佛教传入不久，没能对苯教构成威胁，双方矛盾尚未激化。到了藏王赤德祖赞和赤松德赞时期，由于大力倡佛抑苯，佛苯矛盾不断激化，致使一次又一次的激烈交锋。在首次交锋时，苯教驱赶了王室请来的寂护大师(slob- dpon- zhi- ba- vtsho)，关闭佛经译场。第二次交锋时，莲花生大师(slob- dpon- bad- ma- vbyung- gnas)巧妙地将苯教神祇降收为密宗诸佛和护法，吸收了苯教的仪轨法器，开创了佛苯相融的先河，赢得了吐蕃王室和部分贵族的崇信，藏族历史上的第一个寺院桑耶寺(bsam- yas- gtsug- lag- khang)也随之而建成，藏传佛教史上出现了首批出家弟子“七觉士”。791年，佛苯大辩论，苯教从此退出统治地位。佛苯第三次交锋时，苯教势力成功地争取了王室成员及达玛赞普(glang- dar- ma)的支持，掀起了一次强大的“灭佛”运动，导致吐蕃帝国灭亡，佛教几乎从藏地消失，藏族文化遭到了重创。佛苯第四次交锋时，几经劫难的佛教大量吸收了一些苯教的仪轨和思想，卷土重来，藏传佛教将这一阶段称为“后弘期”。至此佛教文化，几经磨难，最终成为青藏高原的主流文化。

1045年，阿底峡(a- ti- sha)大师受古格王之请抵达托林寺，写出了对藏传佛教理论产生重大影响的《菩提道灯次第论》、《三士道》等传世之作。1056年，仲敦巴在热振寺创立了噶当派；1073年款氏家族的贡却杰布在仲曲河谷创建了萨迦寺，创立了萨迦派；11世纪中叶，释迦琼鼐、喜饶扎巴、释迦松更三人在郭巴隆寺建立起宁玛派传承；玛尔巴译师在卓窝隆开启了噶举派体系。藏族地区教派不断创立，高僧大德纷纷著书立说，陆续创建道场，标志着藏传佛教的形成。从此，藏传佛教文化给藏族传统文化注入了新的活力，藏族文化也发生了质的变化。藏传佛教文化，采用以“五明学”(rig- gnas- lnga)分类的结构模式，“五明”又分为“大五明”即工巧明(工艺学)、医方明(医药学)、声明(音韵学)、因明(逻辑学)、内明(佛学)和“小五明”(即修辞学、韵律学、辞藻学、戏剧学、星算学)，包罗了藏族传统文化的主要内容。

从朗达玛灭佛，吐蕃帝国崩溃后的数百年里，青藏高原藏族社会处于一种分裂割据、教派林立的局面，为后来藏族文化向多元化的发展奠定了基础。

12 世纪至 18 世纪,是藏族文化的发展、成熟、繁荣时期。在这一时期,藏传佛教各教派产生的高僧大德是繁荣和发展藏族文化的生力军。

13 世纪初,藏族地区的经济形态已进入封建社会,在政治上长期以来的割据分裂局面仍在继续,藏传佛教各教派竞相扩张势力,争取更多的教民和属地。世俗领主不得不凭借宗教教派的声威维护其统治,有的就让本家族子弟出家为僧,主持寺院,这样社会上就出现了以重大教派寺院为核心的政教社会团体,如当时后藏的萨迦派,前藏的噶举派,这些都是影响较大的宗教派别集团。它们都以弘扬佛教为宗旨,形成了特有的修持传统。随着藏传佛教的迅速发展,这些有较大影响的教派沿着青藏高原的古道向东北、西北方面发展,先向西夏(mi-nyag)靠拢,随后则同新兴的蒙古取得联系。经过几十年的时间,萨迦派在角逐中处于领先地位。这时也正值元朝统一祖国之际,萨迦派以萨迦寺为根本道场,很快博得了元朝王室的敬信和支持,跻身全藏各派的首席,掌握了西藏地方的行政权利。尤其在萨迦五祖八思巴于 1260 年被忽必烈封为国师后,于 1264 年中央政权设置总制院,八思巴以国师的身份兼管总制院事,八思巴继承了萨班(sa-pan)的事业,进一步巩固了藏族地区和祖国元朝中央政府的关系,推动了藏蒙、藏汉民族之间的文化交流。产生了以萨迦寺为代表的诸多萨迦教派的寺院,为沟通蒙藏文化交流,作出了重要贡献。元朝中期以后,蒙古皇室的统治力量衰落,萨迦派在西藏的声势很快也低落下来。在元朝末年,维持了藏区政教大权约一百年的萨迦派,最终被噶举派的帕竹地方政权取而代之。

14 世纪中叶,噶举派大司徒降曲坚赞(byang-chub-rgyal-mtshan)于 1354 年击败萨迦派地方政权,建立起帕竹地方政权。1406 年,帕竹自降曲坚赞的侄孙扎巴坚赞被明成祖封为阐化王后,帕竹的政教事业达到了顶峰时期。后来帕竹的权势便逐渐衰落,家族内部也发生纠纷,属下的贵族与其分庭抗礼,帕竹地方政权名存实亡。1615 年,帕竹政权被第悉藏巴政权取而代之。

15 世纪初叶,宗喀巴大师针对 14 世纪后半期到 15 世纪初叶藏族社会的实际情况,以及宗教界出现的一些弊端,发起了一场史无前例的佛教改良运动,创立了藏传佛教界最后的一个大的教派格鲁派,他和弟子们先后建立了甘丹寺、哲蚌寺、色拉寺和扎什伦布寺,随着该流派的发展,于 1578 年和



1645 年格鲁派分别形成了“达赖”和“班禅”两大活佛转世系统,这为格鲁派教派教法的传承和政教事业的承袭起了重大的作用。第五世达赖罗桑嘉措时期建立了“甘丹颇章”(dgav-ldan-pho-brang)统治,随着格鲁派势力的迅速发展及与政治的紧密结合,藏区各地方割据势力逐步统一。到 18 世纪以后,在藏族地区形成了“独尊格鲁”的宗教格局,这种宗教文化格局对藏族社会产生了广泛影响,极大限制了人们更新的文化精神,步入循规守旧、重经薄术的经院制文化的窠臼。尤其在“政教合一”的制度之下,在宗教上运用政治力量排斥、打击异己势力和非宗教文化的传播发展,同时更反对外来文化的传播和吸收,政治上则借宗教强化统治,形成一切行为都得引经据典、严守“规矩”和固步自封的社会风气。

20 世纪上半叶,西洋文化传入中国,加之“五四”新文化运动的强劲东风吹遍了祖国大地,雪域高原也发生了一些变化。在藏传佛教格鲁派宗教领袖第十三世达赖土登嘉措(1876~1933)在位期间,国际上列强争霸,国内形势动荡。由于所处的环境和历史的局限性,在英帝国主义的威胁和利诱下,达赖喇嘛一度与中央政府疏远,并给西藏内部的团结带来了严重危害,而自己也险些被亲英分子所推翻。但从他毕生作为来看,仍不失为一个有抱负、有事业心且精明强干的政治家和宗教家。他曾带领藏族人民坚决地抗击外敌入侵,多次表示与中央政府改善关系。晚年,他又励精图治,推行新政,整饬格鲁,重振藏族政教事业。他实施新政时,健全了各级机构,如玛基康(dmag-bcos-khang,藏军司令部)、门孜康(sman-rtsis-khang,医药历算局)、邮政局等,并建造了机器厂、印刷场、造币厂……他还派出留学生至英国、印度等地学习电机、电报、采矿、军事等。在波密地区试种荣树,以解决民众之需。这些在资产阶级改良思想影响下的做法虽然成效不大,但也表明了他为改革藏政所做的艰辛努力。

与此同时,也出现了 20 世纪著名的人文主义先驱更敦群培大师,他是 20 世纪藏族学术界和思想界的奇人和伟人。他穷尽毕生追求学问,追求真理。在历史、地理、宗教、考古、语言文字、文学、艺术、民俗、伦理乃至医学等多个领域中都有很深的造诣。他曾侨居印度、尼泊尔、不丹、锡金等地十余年,仔细研究了外国的历史、地理和宗教制度。他高度的超前意识,往往表现为特立独行,在茫茫的青藏高原上超然独立,罕与人同;在等级森严的宗教氛围中异常清醒,并以不畏死、不媚俗的豪迈胸襟,在雪域大地上矗立起一



座思想学术的丰碑。时代浪潮汹涌澎湃、文化与社会相互激荡之际，他的言论、他的著作，以及他的行为，表现出了藏族人民在风雪高原上雄浑、深沉的精神魅力。

十三世达赖喇嘛和大学者更敦群培都是具有新思维的思想家，他们虽处境及遭遇不同，各自在开拓新文化方面的努力不同，但无论在政治上还是思想上都进行了新的尝试，成为这一历史时期有代表性的人物。

新中国成立后，藏传佛教界的诸多人士积极投身于社会主义事业建设，努力开创藏传佛教与社会主义相适应的新局面。在 21 世纪的今天，我们瞩望藏传佛教界的广大宗教人士，仍一如既往地维护世界和平、祈祷众生利乐作出应有的贡献。

藏传佛教教派概览

地理、文化和人这三者从一开始就存在着密切的关系。被誉为“圣地”的青藏高原，不是单一的地理概念，而是一种文化概念，它取决于藏民族的价值观念、生活目标和理想，无论它是险峻的高山，还是秀丽的湖泊，赋予其神圣的依据是一个民族的文化。青藏高原是我国和南亚、东南亚地区主要河流的发源地和上游流经地区。在人类文明的历史进程中，青藏高原孕育了黄河流域的中华文明和恒河流域为主体的印度文明。青藏高原的环境效益不仅超越了青藏高原其本身，直接关系到中华民族乃至喜马拉雅山周边地区和国家的未来发展及千秋万代的根本利益，千百年来，在青藏高原这片特殊的厚土上，以藏族为主体的各族人民在开发高原，发展民族文化和共同缔造祖国历史的过程中谱写了光辉的篇章。

藏族文化是在青藏高原这个特殊的地域中创造和产生的，是广大藏族人民从适应自然，利用自然环境的过程中形成和发展的。藏民族在高原繁衍生息中，珍惜高原的资源，爱护高原生态环境，创造了与高原自然生态环境和谐相处的价值观念、生活方式与本土文化。在青藏高原，自然环境与人文景观和谐地组合为一体，成为相互依存的完美整体。因而，青藏高原不再是纯粹的自然界，而是“人类学的自然界”。

一、藏族早期的文明与宗教

许多人认为，地处“世界屋脊”的青藏高原，天寒地冻、荒凉贫瘠，是生命的禁区。然而在 1958 年青海南部托托河沿岸发现了许多旧石器，同年，在西藏林芝发现了古代人类头骨。^①从 1966 年起，相继在西藏地区的定日、聂拉木、那曲、阿里北部、墨脱、青海湟水流域及黄河沿岸，海南藏族自治州共和

^①中国科学院青藏高原综合科学考察队编：《西藏古生物》（第一分册），北京，科学出版社，1980 年，54-69 页。



县,西藏昌都卡若村和拉萨北郊等地区,都发现了各种石器、骨器、陶器等。在藏北才多茶卡湖畔还发现了一处原始制造石器的场地。在雅曲雅土发现了游牧狩猎部落使用的半锥形石核。经鉴定,上述这些石器分别属于旧石器、中石器和新石器时代,在形制上均与中原地区发现的同类石器有密切关系,但又具有地方特点。^①这些文化遗存分布地点极为广泛,其范围大体在昆仑山以南、喜马拉雅山以北、横断山以西的广阔区域内。这些在西藏地区发现的古人类的考古资料,有力地证明藏族先民自古以来就活动于青藏高原之上,长期与祖国西部各部族融合、发展,形成了分布在今西藏、甘、青、川、滇等省境内的藏族。

但关于藏族先民来源的问题,民间流传有最初由“神猴”与“罗刹女”相结合始有人类,称为吐蕃“猿猴”种系的说法。藏文文献《松赞干布遗训》记载:观世音菩萨点化的一只猕猴和居住在深山岩洞中的罗刹女结为夫妇,生下了6个小猴,逐渐发展繁衍,最后演变成了藏族先民。这个“神猴”与“罗刹女”相结合始有人类的说法,同时也见于14世纪成书的苯教史《雍仲苯教史》(gyung-drung-bon-gyi-bstan-pavi-dkar-chag)和佛教文献《红史》(deb-ther-dmar-po)等。相传这些最早的原始人类,后来分成赛(se)、穆(rmu)、董(ldong)、东(stong)四个氏族,或者加上查(dbra)、楚(vdru),总为六氏族,或六人种。分别住在雅隆河谷的索塘(yar-lung-zo-thang)、泽塘(yar-lung-rtse-thang)、沃卡久塘(yar-lung-vol-kha-rgyug-thang)、赤塘(yar-lung-khri-thang)等地,以采撷为生,最初没有“王”,过着原始生活。^②至今西藏山南地区的泽当(意为“玩耍之滩”)传说即是猕猴及其子女们玩耍游戏的地方,当地山上至今还有被人们称作“猴子洞”的岩洞。这类神话在西藏和甘、青、川、滇四省的藏区广为流传,影响深远。“猕猴变人”的传说,反映了古代藏族人民对本民族来源的看法。《敦煌古藏文文书》中有“藏族先祖出自十三天的天神”的记载,这个传说与苯教文化在西藏的流传有关,在苯教中,天是他们崇拜的三界之上界。《贤者喜宴》也有类似的记载,并注入了佛教的内容:“天神是受观世音的加持,自第十三级天——色界光明天,以慈悲下人

①安志敏等:《藏北申扎、双湖的旧石器和细石器》,《考古》,1979年第6期。

②巴卧·祖拉陈哇著:《贤者喜宴》(藏文版),北京,民族出版社,1986年,7页;《朗氏宗谱》11~13面;《松赞干布遗训》4~46页。

世,成为人主。”^①

这些吐蕃时代的文献一直保存在敦煌石窟藏卷中,据说所谓“六父王天神”(yab- lha- bdag- drug)的后代聂赤赞普(gnyav- khri- btsan- po)从天而降,做了“六牦牛部的首领”(bod- ka- gyag- drug- gi- rje),^②被尊为赞普悉补野(btsan- po- spu- rgyal)或称“圣神赞普鹄提悉补野”(vphrul- gyi- lha- btsan- po- vo- lde- spu- rgyal)。^③继之,又历数代赞普,先后兼并邻部,雅隆的这一部落渐强,大约在隋末唐初逐步统一了西藏高原各部,建立了吐蕃王朝。佛教流传到吐蕃王朝以后,藏族来源产生了“印度说”,认为传说中的吐蕃王室始祖聂赤赞普和佛教的创始人释迦牟尼同属一个家族,都是印度的王子,后来聂赤赞普依照神的“授记”来到西藏。这一说法在藏传佛教文献的记载中较为普遍。

《敦煌古藏文文献》载,藏族地区最初有小王四十四个,随后是“十二小邦”(rgyal- phran- bcu- gnyis),这些小邦各有“王”与“大臣”,分散在今日的西藏自治区境内,小邦之名称有悉补野、娘若(nyang- ro)、羊同(zhang- zhung)等等,关于处在相互兼并的过程的记述中,都曾涉及金属器械的出现,说明当时西藏部落社会已经进入父系氏族时代。随着生产力的进一步发展和掠夺性战争的增多,各部落间结成部落联盟。最迟在公元前4世纪,青藏高原范围内逐渐形成了三个势力较大的部落联盟:象雄、苏毗、雅隆悉补野。后来随着吐蕃王朝的建立,人们活动及交往范围逐渐扩大到青藏高原的全部,同时促进了与青藏高原上的苏毗、羊同、党项、白兰等族部的融合。这样一个新的人类共同体近代藏族就在青藏高原各地形成并分布开来。

史学界普遍认为,继“小邦”时代后青藏高原出现的最早的文明,汉文文献中所说的“羊同”即“象雄”文明,是在史前文化与吐蕃文化之间曾存在过的。这个古老而神秘的象雄文明孕育了苯教文化和象雄文字。兴起于象雄的苯教,在吐蕃社会中有着潜在的势力,甚至对邻近民族产生了深远影响。象

①巴卧·祖拉陈哇著:《贤者喜宴》(藏文版),北京,民族出版社,1986年。

②《吐蕃文献选集》P、T、1286。聂赤赞普又写作 lde-nyag-khri-btsan-rba,但一般藏史均写作 nyav-khri-btsan-po。

③长庆会盟碑东侧藏文碑文。又见《吐蕃文献选集》P、T、1287。



雄文字则是藏文的渊源，借用象雄文字母拼写蕃人语言文字——古藏文的雏形便应运而生。

苯教，藏语称“苯波”（bon-po），据藏文文献记载，苯教最初是在象雄地区（今西藏自治区阿里地区境内）发展起来的，后来沿着雅鲁藏布江自西向东传播到整个藏区。

《西藏王统记》记载，在上丁二王即止贡赞普和布德贡杰二王之时已有苯教。苯教祖师名辛饶弥沃（gshen-rab-mi-bo），生于大食沃莫隆仁（vol-mo-lung-ring），将天界八部等苯教一切法译自象雄而弘传之。苯教之法为九派，因乘四派、果苯五派。第司·桑吉嘉措的《白琉璃》中也有类似记载，并说辛饶弥沃亦为佛所化现，他于象雄之地欲训化苯教徒，乃变化为辛饶弥沃，示十二本行，说九乘教法，为生者开天门，为死者断丧门，度众生入雍仲之道。据苯教文献载，苯教兴盛于聂赤赞普王时，衰于止贡赞普王时。再盛于布德贡杰王时，衰于赤松德赞王时。此后有苯教上师宁青勒雪噶绕者，自康区复燃苯教余烬，传入卫藏，开掘苯教一切伏藏典籍，创立日欣、达丁、格西、门擦卡、赏日、尧唐等苯教宗派。并言：苯教其兴矣！故苯教弘传亦分初兴、中兴、后兴三个时期。

随着青藏高原藏民族原始社会向阶级社会的迈进，藏族的原始宗教苯教也在不断发展、演变，并形成了不同的派别，先后产生了笃苯、恰苯和觉苯。

笃苯（brdol-bon），大约出现在第六代赞普赤德松赞时期，当时，藏族社会正处于原始社会向阶级社会过渡的历史发展阶段。相传聂赤赞普时期，生产力十分低下，在气候温和的雅隆河谷以及其他地区虽然出现了农耕，但狩猎和畜牧业仍占很大的比重，受自然环境因素的影响，于是人们就创造了担任人间与鬼神往来的精神使者——巫师。笃苯时期已经出现了巫师，人们普遍信仰的是万物有灵。

恰苯（vkhyar-bon），是苯教的第二个发展阶段，其特点首先是代替神灵说话，打交道的特殊人物巫师，他们逐步开始脱离体力劳动，为他人占卜、治病、驱使鬼神为生，成为早期藏族社会中从事脑力劳动的特殊人群。其次，这个时期的苯教已产生了祖先崇拜，人们改变了对死的看法，开始相信人还存在有离开肉体的灵魂。

直到8世纪中叶，苯教仍然在藏区占有重要的地位。这时的苯教势力不



仅没有削弱,反而随着赞普权力的强化而不断发展,苯教巫师不仅左右着国家的重大决策,而且控制与支配着人们生活的各个方面,诸如生老病死、农牧业生产活动等,成为奴隶主阶级统治人民的精神武器。

觉苯(bsgyur- bon),大约产生于吐蕃王朝的中后期,是苯教发展的一个重要阶段。土观活佛在其著作中把觉苯分为三个发展时期:前期觉本,据传有一名穿蓝色裙子的班智达把一部分佛经理起来(史称“伏藏”),过了一些时候,他自己把埋藏的佛经掘出来,掺杂入苯教的内容流传,成了一个流派。中期觉苯,传自赤松德赞时期,赞普下令让所有的苯教徒要么弃苯归佛,要么做纳税的百姓。后期觉苯,兴起于朗达玛灭佛之后,佛教徒的著作,称这是苯教最后一次染色。以上三个时期的觉苯,佛教史上称之为白派,也叫作果苯派(vbras- buvi- bon)。从此,苯教开始有了比较系统的经典依据,成为具有一定宗教哲理的所谓系统化的宗教。据藏文文献记载,苯教也有类似于佛教《甘珠尔》那样的经典,除了《甘珠尔》外,如果按照理论观点可分类为见、观修、行持、事业、生圆满道果、护法等,按见修方面的教理可分为外苯(phyi- bon)和内苯(nang- bon)两类,根据其阐述的内容,又可分为黑白两个系统。黑派系统称“恰纳赤巴举吉苯”,顾名思义,这个系统的经典是保存古老苯教内容最多的部分。其中主要有“中观讲说教典”、“修行教典”、“作法教典”、“事业方面的教典”。白派系统称“白密咒苯”,他们自称其全部经典集为“九乘”。

佛教传入雪域高原后,苯教同佛教曾进行过长期的斗争,苯教虽然也采取了各种策略和手段,但终因该教不能适应当时吐蕃社会的需要渐渐失去王室的支持,而退出吐蕃社会的政治舞台,但在卫藏、安多以及康巴等偏僻的地区流传至今。

随着历史的推移,诸多苯教寺院虽已改宗为藏传佛教不同的教派,但如今在藏区各地仍然有苯教寺院留存。据藏文文献记载,到解放前夕,仅西藏各地有苯教大小寺院30多座,信徒仅有几万人。其著名寺院有林芝县的色迦棍钦寺、南木林县的雍仲林寺、谢通门县的色结寺、噶尔县的古如甲寺、昌都地区的孜珠寺(rtse- drug- dgon)等。

苯教自产生后,先后建立了不少寺院。如仲嘎尔曲地寺和日当寺,均坐落在山南地区隆子县境内。昌都丁青县的孜珠寺(rtse- drug- dgon),是康区最大的也是最早的苯教寺院,据说历史最早可追溯到二、三千年以前,后于



十四世纪中期由苯教著名高僧罗邓宁波·仁增康珠再度兴建和恢复的。由于历史的原因，曾经一度掌握过西藏政教大权的原始宗教苯教不得不让位于佛教，而到边远偏僻的地方仍保存势力，使琼波丁青的三十九族地区成为苯教寺院和教徒最多、影响最大的地区。

12 世纪，仍然有苯教寺院建成，如色果查姆寺，与附近的色结寺形成苯教上下两寺。查姆寺由木辛后裔辛顿·益西罗卓建于 1161 年。色结寺，由木辛氏族后裔辛顿·益西洛卓建于 1179 年，是苯教祖师辛饶弥沃且后裔木辛氏族的住锡地，历来被视为“圣地”。

在林芝地区还有部分苯教寺院，如色迦棍钦寺、达则寺等。色迦棍钦寺举办西藏苯教“泊尔”（拜鹰）节，是由修行者冬敦·然巴珠赛于 1333 年创建。达则寺据载鼎盛时有僧人一千余人。

1725 年，藏北霍尔三十九族的第十二代首领赤杰吉钦创建了鲁普寺，该寺是藏北最大的苯教寺院，寺内的“修普巴”（金刚橛）和“修卓乌”（怖畏）的大型法事活动，影响远播川青等地。

19 世纪，仍然有苯教寺院建成，如后藏地区著名苯教寺院曼日寺，该寺堪布喜饶贡杰门下有两位高徒即尼玛丹增和达哇坚赞，尼玛丹增继任曼日寺堪布，另起炉灶，于 1834 年（清道光十四年）创建了雍仲林寺，该寺坐落在日喀则南木林县境内，发展成为藏区著名的苯教寺院。雍仲林寺和母寺曼日寺一起成为后藏两座最大的苯教寺院。雍仲林寺在苯教中的地位非常显著。藏区各苯教寺院的住持均由该寺委派。寺内有严格的戒规戒律及修法制度，使该寺香火旺盛，声名远播。如昌都县境内的莫荣寺，始建于 1837 年，创始人罗珠旦巴。

直到近代，藏区仍然还有苯教寺院建成，如坐落在阿里噶尔县境内古如甲寺，是苯教大师琼钦活佛·晋美朗嘎多杰于 1936 年建成，是阿里地区境内唯一的一座苯教寺院，这里有西藏历史最早的修行洞——雍仲仁钦洞，是苯教大师珍巴南卡的修行洞，距今已有近三千年的历史。

阿里尼玛县的玉珠桑登林寺，是南木林热拉雍仲林寺的属寺，在尼玛县享有盛誉。该寺分新寺和旧寺，旧寺由索巴坚赞创建，新寺由玉珠平措创建，有悠久的历史 and 独特的建筑风格。文部乡是苯教圣地，拥有苯教最著名的神山圣湖、达尔果神山和雍错湖。文部寺就位于当惹雍错湖畔。玉本寺是藏北著名的苯教古寺。



原始苯教相信,山有山神,水有水神,树有树神,自然界的一切,都由鬼神主宰。苯教经典《十万龙经》中,可将世界分为天、地、水(地下)三个部分,各有神主宰,念神(gnyan)主宰着天,地主主宰着地,龙神(glu)主宰着水。人世间的各种苦难,都与这三种神有关。特别是风、雨、水、雪、土地、草木等都是与藏族先民的生产息息相关的自然物,都直接掌握在这种神手中。因此,这些自然神发怒时,能使海水愤怒,天地灰暗,风雨交加;它们高兴时,使人间风调雨顺,万事俱兴。所以人们只能敬畏、顺从、崇拜它们。念、地主、龙三神在地位上没有等级之分,但它们之间有着明确分工。

苯教做为藏民族原始宗教,在其漫长的历史发展过程中也掺杂了外来的成分,尤其自佛教传入青藏高原后,为了求得生存,不得不注入佛教的内容,以适应社会发展的需要。

二、佛教的传入与藏传佛教各教派的形成

藏文文献记载了在拉脱脱日年赞后期佛教传入的事实。《贤者喜宴》之“吐蕃王统”记载,拉脱脱日年赞年且六十时,一天,正当他坐于雍布拉克之中,突然,天空出现五光十色的吉祥彩虹,随即从天空降下了两部经卷、金塔、牟尼罗印、如意珠印牌等六种佛物。^①这一神秘的记载被后人一致作为佛教开始传入的依据。又据《青史》载,这些佛物“实际上是由班智达罗桑措和译师携带而来,而王因不识文字又不解其意,故班智达和译师就返回了”^②。由于不识文字和不懂其意,拉脱脱日年赞便将这些佛物视为神物。关于佛教圣物传入这一事实,后经佛教徒极力渲染,拉脱脱日年赞也被神化了,但可以推定,佛教在拉脱脱日年赞时已经传入西藏,只是没有产生影响。

7世纪初期,在青藏高原,藏族历史上著名的民族英雄松赞干布(srong- btsan- sgam- po)崛起于雅隆河谷地区,先后兼并境内诸部,统一全境,创立法制,成为藏族人民的赞普^③,并建成了强大的奴隶制政权吐蕃王朝,促

①巴卧·祖拉陈哇:《贤者喜宴》(藏文版),北京,民族出版社,1986年。

②郭·循努白:《青史》(藏文版),成都,四川民族出版社,1985年。

③赞普(btsan-rba),别作“赞府”“钱逋”,意为王。敦煌发现一份汉藏字书中,释为“天子”,《新唐书·吐蕃传》释为“君长”,“其俗谓强雄曰赞,丈夫曰普”。

