

华夏文明纵览

[主编]王志艳



点击世界屋脊

走进西藏文明



黑龙江人民出版社

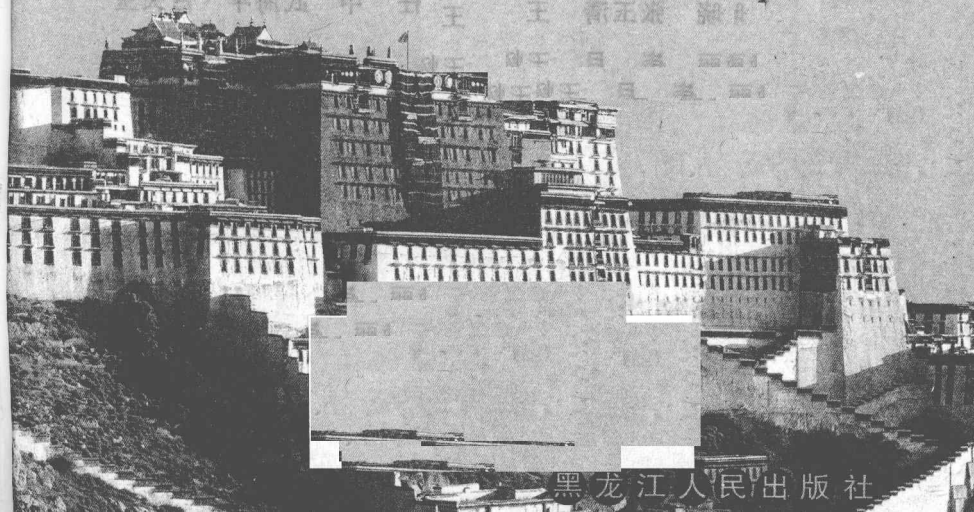
华夏文明纵览

[主编]王志艳

K203
331

点击世界屋脊

走进西藏文明



黑龙江人民出版社

华夏文明纵览

点击世界屋脊——

走 进 西 藏 文 明

主编：王志艳

黑龙江人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

华夏文明纵览/王志艳编著.——哈尔滨:黑龙江人民出版社,2006.7

ISBN 7-207-07043-8

I. 华… II. 王… III. 文化史—中国 IV. K203

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 077805 号

华夏文明纵览

主编 王志艳

出 版:黑龙江人民出版社出版

地 址:哈尔滨市南岗区宣庆小区1号楼

邮 编:150008

网 址:www.longpress.com E-mail hljrmchs@yeah.net

印 刷:北京一鑫印务有限责任公司

开 本:850×1168 毫米 1/32 印 张:160

字 数:2400 千字

版 次:2006 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

书 号:ISBN 7-207-07043-8/G·1653

印 数:1—4000 册

定 价:648.00 元(全 24 册)

(如发现本书有印制质量问题,印刷厂负责调换)

主 编：王志艳

副主编：杨晓泓

编 委：杨 剑 宋 晓 张玉清 王 蒙

刘 蒙 王艳丽 崔 月 王怀中

乔小月 任 中 武海平 占天玉



汇通书苑

前 言

什么叫“文明”？在今天看来，文明是一个模糊的概念，要给它下一个准确的定义很难。文明包罗万象，它是政治、经济、社会和宗教的集合。文明还是一个空间，它集合了文化领域的所有特征与现象，包括价值、规则、体制和在一个既定社会中历代人赋予头等重要的思维模式。

从悠悠历史长河看，具有最顽强生命力的文明只有一个，那就是华夏文明。如果将世界民族竞争的起跑线定在六千年前，那么，迄今为止，惟有以汉族为主体的中华民族——一个黄皮肤、黑眼睛、面部线条柔和、写方块字、讲单音节的族类——完整地保留了自己的国家形式，顽强地拓展了自己的生存空间，完整地保留并不断发展了自己的原生文明！

在华夏文明演进过程中，具有非常独特的历史进程，不同于欧洲和中东的诸文明。这不是历史偶然性和地理差异的结果，而是华夏文明优越性的自我证明。

文明是人类生存竞争的结晶体，是大浪淘沙的结果。而华夏文明是众多文明中最璀璨的明珠。在整个中国历史上，华夏文明为人们提供了最广泛的认同。中国历史从奴隶制度到封建制度，再从封建制度到社会主义制度，期间制度不断转换，王朝不断更替，帝国兴起又衰弱，唯一不变的是文明。它历经政治的、经济的、社会的、甚至意识形态的动荡而延续下来。由此可见，政治制度只是华夏文明表面转瞬即逝的权宜手段，在语言文

字和思维模式上统一的中国社会命运,最终依赖于基本建构思想的幸存,历代人围绕着它们结合在一起,因此,它们标志着社会的延续性。这种生生不息的文明历程谱写了华夏文明史。

当中国崛起之际,中华民族正在走向复兴之际,回首我们的民族走过的五千年漫漫岁月,展望中国必定更美好的未来,我们更深切地感受到华夏精神的伟大力量,它是推动我们民族发展和复兴的强大驱动力。

没有这一强大的驱动力,中华民族不可能在过去五千年的岁月中生生不息,作为人类文明的主要发祥地之一,创造了辉煌灿烂的中华文明。华夏文明薪火传承,光芒照耀亚洲,影响及于世界。

没有这一强大的驱动力,中华民族不可能在其发展的进程中繁衍兴盛,融会众多民族,并且形成和维系了团结统一的趋势。这一大趋势穿越数千年时空历久而弥坚。

没有这一强大的驱动力,中华民族不可能在20世纪后期全球化趋势迅猛发展、压力与日俱增、民族的生存和命运又一次面临挑战之际,掀起改革开放大潮,革故鼎新,与时俱进,开辟民族复兴的新纪元。

为了传承华夏文明,延续民族血脉,弘扬传统文化,展现世纪风情,我们特意精心编写了本套图书——《华夏文明纵览》。本套丛书共分24卷,以华夏地域为线索,将中华文明悠久历史沉淀下来的丰富的“资料”进行编排,内容涵盖政治、军事、经济、文化、民俗、科技、宗教、艺术等诸多领域,是一部了解华夏历史、探求华夏根源、感受华夏文化的优秀图书。

“往事越千年,魏武挥鞭,东临碣石有遗篇。”悠悠古国,灿灿历史。《华夏文明纵览》宛如一宗弥足珍贵的巨卷,为我们揭开了中华民族上下五千年一页页的辉煌篇章。

目 录

西藏文明的发展简述	(1)
西藏传统文明	(5)
西藏文明的发展	(5)
探询西藏文明的发祥地	(8)
密宗和佛教艺术	(10)
古格王朝的美术	(13)
中国民族文化精品	(15)
翻译文学的发展	(16)
闲话西藏旅游文化	(21)
聚焦世界文化遗产——布达拉宫	(25)
民俗文化巡礼	(31)
舞蹈文化	(35)
文化艺术	(37)
宗教节日四大佛节	(40)
西藏的民俗民风	(43)
藏历新年风俗	(43)
丰富的礼仪	(45)

婚姻家庭习俗	(48)
青稞酒与祝酒歌	(50)
吉隆手鼓舞	(53)
民俗礼仪禁忌	(53)
西藏吉祥八宝	(54)

西藏神秘风光

(57)

喜马拉雅山脉

(57)

纳市那尼峰

(58)

神山冈仁波齐峰

(60)

托林寺

(61)

谷布神山

(62)

卡玛多塔林

(64)

卡若高原遗址

(65)

盐井盐田

(66)

藏王墓

(67)

大昭寺

(68)

拉萨清真寺

(70)

龙王潭

(71)

小昭寺

(72)

德庆格桑颇章

(74)

江孜宗山遗址

(75)

西藏宗教节庆

(77)

佛事仪式与节日

(77)

大佛瞻仰节

(78)

甘丹寺展佛节	(79)
西藏六字真言	(79)
破瓦与火供	(80)
雪域崇佛	(81)
冬日节庆	(83)
西藏节庆及民俗民风	(87)
望果节	(90)
大祈愿法会	(92)
燃灯节	(94)
朝山节与罗让扎花节	(96)
沐浴节	(96)
金东牧人节	(97)
六月六歌舞会	(99)
 西藏风云人物	 (101)
松赞干布与文成公主	(101)
桑希	(103)
桑哥	(105)
宗喀巴	(107)
汤东结布	(109)
才旦卓玛	(110)
边巴次仁和尼玛次仁	(111)
 西藏民族服饰	 (113)
藏族服饰文化的结构	(113)
等级分明的藏族服饰	(120)

藏族服装为什么脱出一个臂膀	(132)
藏族男饰	(133)
藏族女佩饰	(135)
藏帽	(137)
藏区的头饰	(138)

西藏传统特产	(141)
西藏卡垫	(141)
藏羚羊	(142)
藏獒	(143)
西藏龙胆花	(145)
西藏唐卡	(145)
高原灵芝草——藏红花	(145)
贡嘎围裙	(146)
藏族嘎洛鞋	(147)

西藏饮食文化	(148)
餐具、炊具	(148)
藏餐的分类	(149)
藏族饮食礼仪与禁忌	(152)
藏族茶文化	(158)
西藏名菜一览	(161)
酥油茶	(163)
牛羊肉	(164)
奶品	(164)
青稞	(165)

糌粑	(165)
酥油	(165)
银峰茶	(166)
青藏铁路聚焦	(167)
伟大的穿越	(168)
青藏铁路背景资料	(174)
藏文化的传承之路	(177)
破解三大世界性难题	(179)
探秘青藏铁路五大疑问	(181)
青藏铁路之最	(185)
青藏铁路旅游指南	(186)

西藏文明的发展简述

在喜马拉雅山北侧的中国境内,有一片广阔、宁静和生机盎然的土地。这就是中国的西藏自治区。这里有白雪皑皑的山峰、湛蓝深透的高原湖泊,也有茂密的原始森林和高原地带特有的珍禽异兽。西藏的面积有 120 万平方公里,人口有 232 万,其中 95% 是藏族。



西藏高原

这里是世界上最高的高原,平均高度为海拔 4000 米。西藏的首府拉萨是藏传佛教的圣城,布达拉宫是它的圣殿,每年来

此朝拜的善男信女数以十万计。

在当今以喷气客机、高速公路和联网电脑为标志的信息时代,世界上还能保持一点神秘色彩的地方所剩无几了。西藏就是这屈指可数的仅有的几个地方之一。

西藏地处中国西南部。13世纪中叶,西藏正式归入中国元朝版图。此后,尽管中国经历了数代王朝的更迭,多次更换过中央政权,但西藏一直处于中央政府的管辖之下,一直是中国领土不可分割的一部分。

人们头脑里对西藏的神秘感的形成,是由于它的地理位置和特殊的地形地貌的重重阻隔,由于它鲜为人知的依然保持着原始形态的自然风光和民俗风情,还由于上世纪初,一些外国探险家从这里回去之后所作的种种宣传。

西藏与本国的新疆、青海、四川、云南等省区接壤。南部与西部同缅甸、印度、锡金、不丹、尼泊尔等国以及克什米尔地区毗邻,国境线长达4000公里。其面积120多万平方公里,相当于英国、法国、德国、荷兰和卢森堡5国面积的总和。

全境平均海拔4000米以上,是世界上面积最大、海拔最高的高原,被称为“世界屋脊”,与南极、北极并称为“地球三级”。它受高山峻岭的环护,北有昆仑山脉,南有喜马拉雅山脉,西有喀喇昆仑山脉,东面的横断山脉更是山高谷深。位于中尼边境的珠穆朗玛峰海拔8848米,为世界最高峰。这里是世界登山旅游的胜地。

由于地理条件的不同,藏南谷地和藏北高原气候差异很大。藏南温和多雨,年均气温8℃,最低-16℃,最高的7月16℃以上,5—9月为雨季。藏北为大陆性气候,年均气温0℃以下,冰冻期半年,最高的7月不超过10℃,6—8月较温暖。降雨量较少。昼夜温差大。3—10月为最佳旅游季节。

这里湖泊密布,江河纵横,大小湖泊 1500 多个,其面积约占全国湖泊总面积的 30%。主要河流之一的雅鲁藏布江长 2057 公里。这里是中国最大的林区之一,藏东林区和云贵高原森林连成一片。察隅、米林、墨脱、波密等县的森林覆盖率达 90% 以上。野生动物很多,有野牛、野驴、黄羊、羚羊、獐、鹿、豹、虎、熊、狼、豺、狼、水獭、雪猪、雪鸡、黄鸭等。是尚未开垦的生态旅游和狩猎旅游的处女地。

西藏历史文化悠久。考古发掘的遗物证明,远在 4000 年至 2 万年前,这里就已有人类生活栖息。勤劳勇敢的西藏人民创造了古代灿烂的文化。它有古老独特的文化传统,是一个能歌善舞的民族。

这里有成就突出的天文、历算、医学;有浩如烟海的历史典籍和文学作品;有艺术高超的绘画、建筑、雕刻;有令人陶醉的音乐、舞蹈、戏曲、曲艺;还有遍布全藏的名胜古迹。

最为著名的有拉萨的布达拉宫、罗布林卡、色拉寺、哲蚌寺、甘丹寺、大昭寺、小昭寺;日喀则的扎什伦布寺、日喀则宗;扎朗的朗色林庄园、敏珠林;昌都的绛巴林寺、卡若遗址;江孜的白居寺菩提塔;札达的托林寺、古格王国遗址;乃东的昌珠寺、雍不拉岗;穷结的藏王墓等。这里的观光旅游和民俗风情旅游,是世界上最为独特的。

上世纪初,西方第一个闯入西藏的瑞典探险家斯文赫定,进藏时有 130 只牲畜,抵达西藏的日喀则时只剩下两匹马和一头骡。他在所著的《亚洲腹地旅行记》中宣称,在西藏“每走一步对于我们关于‘地球上的知识都是一种发现’,每个名字都是一种新的占领。直到 1907 年 1 月止,我们对行星上这部分与对月球背面同样的一无所知。”

斯文赫定入藏前后以至整个 20 世纪上半叶,西藏没有一里

公路,没有一辆汽车,交通运输全靠肩背和牲畜驮运。从拉萨到雅安的牦牛运输,一年只能往返一次。直到1950年以后,西藏结束了封建农奴制度,在很艰难的条件下,先后修筑了川藏、青藏、新藏、滇藏4条省际公路干线。同时区内也形成了以拉萨、日喀则、昌都、那曲等城镇为中心的公路网,98%的县城都通了汽车。举世瞩目的青藏铁路也已全线贯通。雅鲁藏布江、拉萨河、年楚河、尼洋曲可通行皮筏和木船。1956年航空人员突破号称“空中禁区”的青藏高原上空,试航成功,打通了空中航道。现在拉萨与国内的北京、成都、重庆,以及国外的尼泊尔加德满都,都有定期航班往返。

始于20世纪70年代末的改革开放大潮,也促使西藏发生很大的变化。西藏敞开了大门,迎接来自世界各地的旅游者。这里修整了许多名胜古迹和游览区,建造饭店,购置旅游车辆,培训导游和各种管理、服务人员,开始发展朝气蓬勃的旅游业。

现代旅游者渴望归真反璞,回归大自然。西藏地旷人稀,空气鲜净。这里有皑皑积雪的山峰,郁郁葱葱的原始森林,满坡的杜鹃花,奔流不息的河流和静谧的湖泊。这里绝大多数地方尚无现代社会那些扰人的污染,仍保持着原始的清静。旅游者可尽情地享受大自然的恩赐。现代旅游者向往异国情调、异质文化,追求新鲜的经历。西藏文化内涵非常丰富而独特,它是中华文化最富有特色的组成部分之一。西藏文化使西藏旅游魅力无穷。

西藏传统文明

西藏文明的发展

中国西藏的文化艺术源远流长,具有浓郁的民族和地域特色,藏传佛教文化艺术是西藏文化艺术的主体。

西藏文化艺术的发生、发展至今已有五千年之久,其形成与发展大致可以划分为七世纪前的史前文明、吐蕃时期的文化定型、元明时期的高度和清代的繁荣鼎盛四个历史阶段。

史前文明包括公元七世纪吐蕃王朝统一前的古代文明,其主要特征是以原始宗教苯教为主体文化艺术的形成与发展,上限最早可以追溯到五千年前的新石器时代。西藏昌都卡若新石器时代遗址的发掘和阿里地区旧石器末期至吐蕃时期以前系列岩画的发现,集中体现了这一时期的文明成就,展示出史前艺术的萌芽。

公元七世纪,吐蕃王朝时期为西藏文化艺术的重要历史时期。此时期内杰出的文化艺术成就是藏文的创制和佛教文化艺术体系分别从印度和唐朝的传入。文化艺术的碰撞和相互吸收是此时期内的一大特色。大昭寺、小昭寺、昌珠寺和桑耶寺等寺