



中国原始宗教文化图文丛书

主编 杨学政



心灵的火焰

●●● 苯教文化之旅 ●●●

杨学政 萧霁虹 著

四川文艺出版社

中国原始宗教文化图文丛书

主编 杨学政



心灵的火焰

苯教文化之旅

杨学政 萧霁虹



四川文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

心灵的火焰——苯教文化之旅 / 杨学政, 萧霁虹著. —成都:
四川文艺出版社, 2003.8

(中国原始宗教文化图文丛书 / 杨学政主编)

ISBN 7-5411-2192-4

I. 心... II. ①杨...②萧... III. 藏教—原始宗教—普及读
物 IV. B933-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2003) 第028545号

心灵的火焰

XIN LING DE HUO YAN

——苯教文化之旅

BEN JIAO WEN HUA ZHI LU

杨学政 萧霁虹 著

选题策划
组稿编辑
责任编辑
装帧设计
图片提供

责任校对
责任印制
电脑制作
出版发行
电 话
邮政编码
网 址
防盗版
举报电话
制 版
印 刷
开 本
印 张
字 数
版 次
印 次
印 数
书 号
定 价

罗韵希 刘长久 邹小工
罗韵希 胡 焰
胡 焰
邹小工
曾承东 李 旭 起国庆 石高峰 段明明
杨熙辉 杨福泉 杨学政
张川蓉 等
黄 迅 龙小龙
闻利勇 侯仪侠
四川文艺出版社(成都盐道街3号)
(028)86666700[发行部] (028)86662959[编辑部]
610012
www.scwys.com
(028) 86636481 86241146
四川美达柯式印刷制版有限公司
深圳(宝安)新兴印刷厂
24
8.5
170千
2003年9月第1版
2003年9月第1次印刷
1-5,000册
ISBN 7-5411-2192-4/I·1854
38.00元

■著作权所有·违者必究

本书若出现印装质量问题, 请与工厂联系

电话: (0755)27865134



出版前言

代序

原始宗教产生于原始氏族社会。在当时，原始宗教的意识笼罩着整个社会，其他意识都必须依附原始宗教才能存在和发展。

古往今来，沧海成桑田。随着岁月的流逝，原始宗教的万物有灵、自然崇拜、动植物崇拜、生殖崇拜、图腾崇拜、祖先崇拜等信仰观念及其祭祀仪式、风俗礼仪等已濒于灭绝，但在有的国家和地区的民族中，原始宗教的祭祀活动、礼仪风俗仍有存留。这是原始宗教的文化遗留，也是人类原始思想文化的活化石，具有弥足珍贵的意义。

原始宗教是孕育原始思想文化的母腹，也是培育远古文明的摇篮。原始宗教中包含着丰富厚重的人类思想文化信息，蕴藏着原始哲学、原始思维、原始教育、原始天文历法、原始医药、原始音乐舞蹈、原始雕塑艺术、原始伦理法规、原始风俗民情等，它是原始思想文化的载体，宛如一棵根深叶茂的意识之树。

我国是一个地域辽阔、民族众多、历史悠久的泱泱大国。我国原始宗教文化内容丰富多彩，具有显著的民族特色和地域特色，其精华是中华民族传统文化的瑰宝，也是构建社会主义先进文化的基石。

从历史意义而言，今天我们去领悟中华民族远古原始宗教文化的真谛，如同我们去认识世界失落的文明，即古印度文明、爱琴文明、巴比伦文明、古希腊文明、古罗马文明、玛雅文明……以今人的眼光看我们原始先民的思想活动、社会活动、生存环境等，确实有难以理解之处，但如果我们置身于人类童年时期，就不会惊奇了。毕竟古人和今人的心灵是能沟通的，昨天是源，今日是流，中华民族传统文化就是这样一脉相承的。

中国原始宗教宛如一层神秘的面纱，覆盖着我国许多远古的文明。如距今一万八千年前的山顶洞人的遗迹，墓地遗骸头东足西的葬式、遗留的赤铁矿粉，显示了灵魂观念的产生。没有灵魂就没有观念，没有观念就没有文化。从这个意义上说，这是我国远古文明的曙光。雪域高原的古老苯教，象雄王国的故垒废墟，大漠孤烟中的萨满鼓声，丽江白水台的东巴灵洞，泸沽湖畔的格姆女山……这许许多多的文化遗迹，仿佛向我们诉说着遥远年代的文明。许许多多依然存在的文化景观，企盼我们去认识、观赏和开发，拂去历史的尘埃，展示它们独特的文化魅力。

《中国原始宗教文化图文丛书》，力求展示我国多民族原始宗教文化的亮点。首批问世的《心灵的火焰——苯教文化之旅》《信仰的灵光——彝族原始宗教与毕摩文化》《走进图画象形文的灵境——神游纳西古王国的东巴教》《银苍玉洱间的神奇信仰——白族本主崇拜》《大漠神韵——神秘的北方萨满文化》，是我们撷取的我国原始宗教文化长河中的五朵浪花，每本书各具特色，魅力四射。

本套书的作者都是多年研究、介绍中国原始宗教的专家学者，他们长年在我国边疆少数民族地区调研，书中内容多是他们在实地考察中获取的第一手资料。各书均是本民族作者写该民族原始宗教文化，读来亲切感人。

本套书融知识性和欣赏性为一体，图文并茂，相互呼应，让读者在阅读的愉悦中获取许许多多原始宗教的信息……

本套丛书因系初创编著，不足之处，请读者赐教，以臻完善。

杨学政
于云南省社会科学院
2003年

目 录



引言	10
----------	----

苯教的历史演变

1. 苯——远古高原先民的心灵之火	15
苯教名称	15
苯教始祖——辛饶米沃	22
苯教略史	27
2. 扑朔迷离的发源地	35
藏文化古国——象雄	35
西面的达瑟——波斯	43
迷幻的境地——魏摩隆仁	48
3. 派别	52
笃苯	52
恰苯	53
局苯	53





苯教的神灵祭祀

1. 痴迷的祭祀活动	59
祭火	59
祭天	63
祭山	65
祭龙	75
祭动物	80
祭家神	83
祭石	84
2. 人神交感——占卜巫术和天葬	90
梦兆 鸟兆	90
线卜 箭卜 骨卜 鼓卜 骰卜	96
奇特的葬礼——天葬	103



开辟鸿蒙与庙宇经典

1. 迷幻的神话	107
卵生宇宙	107
猕猴生人	109
雅拉香波	113
2. 寺庙经典	115
早期祭坛	115
后期寺庙	115
浩瀚典籍	123





苯教文化的变迁

1. 纳西族中渗透着的苯教文化	137
东巴教与苯教	137
教祖的传说——丁巴什罗与辛饶米沃	142
神系与仪式	147
阿明灵洞与苯教修法	160
2. 摩梭人的苯教文化	164
达巴教与苯教	164
祭锅庄——除秽祈福	171
祭女山——祈丰产繁育	174
洗马——亡灵返祖与转世再生	178
3. 普米族的苯教文化	184
苯教与汗归教	184
教祖的传说——益史丁巴与辛饶米沃	186
崇蟾蜍——宇宙与人类起源的追思	190
诺提与日则崩	195
尚白——白羊、白石崇拜	199
后记	204

引言

苯教是我国西藏古代盛行的一种原始宗教，也是藏族传统文化的根基。它在产生、形成、发展的历史过程中，或多或少吸收了西亚、南亚、东南亚诸地民族宗教的某些因素，也融入了西藏佛教的较多成分，故而成为有异于一般原始宗教的古老宗教。

苯教在不同的社会历史阶段中演变，它的仪式活动更多的是崇拜自然力、自然物及动物，火、光明是它自然崇拜的主要特征，这是原始宗教的一般现象。然而，苯教也具有完型宗教的思想观念——“三界观”，以及经咒典籍、寺院、僧人等，所以说苯教是一种极为特殊的宗教类型。

虽然苯教源头或说是西方“达瑟”（古波斯），或说是东方藏地“象雄”（今西藏阿里地区），其文明已失落于悠悠岁月的迷雾中，但在现藏川滇交界地区，即“民族走廊”地区，苯教文明仍熠熠生辉，燃烧着不灭的火焰。

苯教是文化载体，它蕴藏着我国藏族古代灿烂的文明，也映现着南亚印度古代文明和中亚波斯（伊朗）古代文明思想文化内涵。同样，苯教文化还辐射我国西部广袤的地区，新疆、云南、四川等省区都有苯教文化衍生的苯教亚文化或称苯教次生文化。

由于苯教文化涉及面很广，它与波斯祆教、婆罗门教、印度教、藏传佛教有着千丝万缕的联系，其中隐藏着许多不解之谜，故而使古今中外的学者、探险家和文化人，对神秘的苯教文化产生了浓厚的兴趣。

苯教文化是国内外藏学界极为关注和难以攻克的一个学术难点。中外学者对苯教调查研究的论著资料可谓汗牛充栋，但大多只注重其某个侧面或局部，介绍和详述苯教完整的形态内容及其文化全貌的著述至今尚属空白，本书当属填补这一空白的成果。

苯教孕育的文明成果毫不逊色于域外异邦的古印度文明、爱琴文明、巴比伦文明、古希腊文明、古罗马文明、玛雅文明，遗憾的是对这一文明成果的评介性、普及性的著述甚少，使她藏在深闺人未识，致使苯教文化未能在世界文化遗产的领域产生应有的知名度。我们撰写本书就是为弘扬我国优秀的传统文化，使专家学者的学术成果通俗化、社会化，使广大读者了解我国的苯教文化，认识苯教文化中的文明成果。本书汇集、浓缩了古今中外学者对苯教研究的著述和资料，提炼其文化的闪光点，以知识性图文书籍的形式奉献给广大读者。

撰写本书，因著述资料多而分散，难以融会贯通，不同的记述需要考证核实，不同的观点需要尊重，撷取其文化亮点颇费心思，备尝学术成果普及化和通俗化的艰辛。但我们仍知难而进，不断求索，力求让灿烂的苯教文明，从一种新的角度得到一次文化的洗礼。愿本书能叩开岁月尘封的苯教文化迷宫，寻找尘封数千年的苯教文明，激发更多的探险家和文化人去雪域高原、戈壁沙漠、玉龙雪山、泸沽湖畔探幽访古，品味苯教原生文化和次生文化的真谛和魅力。

本书叙述、评介的内容分为两部分。第一部分，苯教在藏地的历史演变、文化形态内容，参考引用的古今中外学者对苯教调研的论述、译著、资料，已在文中注明；第二部分，苯教文化的变迁，即滇川纳西族、摩梭人、普米族的苯教次生文化，此部分均为我们的研究成果，不再作注。

本书因系初创，不足之处难免，敬请读者批评指正。

作者

2002年11月9日



巍峨雄伟的珠穆朗玛峰。 曾承东摄

苯

教

的

历

史

演

变

苯教是西藏古代盛行的原始宗教

苯教文化是藏族文化地根基

在西藏

在云南中甸

在泸沽湖旁

无不渗透着古老的苯教文化





冈仁波齐神山与玛旁雍错圣湖。 曾承东摄

苯教是西藏古代盛行的原始宗教,苯教文化是藏族文化的根基。西藏的冈仁波齐神山、玛旁雍错圣湖畔至今可见的彩旗经幡和顶礼膜拜的朝圣者,云南中甸白水台流传着的纳西族东巴教始祖丁巴什罗讲经的传说,泸沽湖旁的火塘边摩梭人与神圣的火神阿依藏巴拉的交流……无不是古老的苯教文化的遗存。

1

苯——远古高原先民的心灵之火

苯教名称

西藏，以“世界屋脊”的巍峨雄姿屹立于地球之巅，以举世无双的高原雪域风光、逶迤的雅鲁藏布江大峡谷等独特的高原地理文化闻名于世，别具一格的宗教建筑、宗教祭祀活动和浓郁的民族风情更是令人叹为观止。

苯教经塔和苯教僧侣。
李旭摄于四川阿坝

这一地球上最高最年轻的高原，东连四川，北接新疆、青海，





东南方与云南相连，西面毗邻克什米尔地区，南面与印度、尼泊尔、缅甸、不丹等国接壤。北部和中部有昆仑山、唐古拉山、冈底斯山和念青唐古拉山，南部是喜马拉雅山，东为横断山脉的一部分，平均海拔四千米左右。在这些平行的山脉之间，流淌着金沙江、澜沧江、怒江和雅鲁藏布江，构成世界上有名的平行岭谷地貌。高原上的巨大山岭普遍发育着现代冰川，冰川的融水是亚洲著名的恒河、印度河、布拉马普特拉河、湄公河、萨尔温江、伊洛瓦底江等河流的源泉。

由于这里高山群峙，大江汇集，地势险峻，气候多变，生活在这里的藏族先民无论是以采集、渔猎为生，还是以畜牧、农垦为业，都时时刻刻要与自然界的狂风暴雪、山崩地裂和洪水猛兽搏斗、周旋。瘟疫、疾病、战争给人们的生存带来严重的威胁，使人感受到

怒江大峡谷中信仰苯教的藏族村落——东坝。
李旭摄