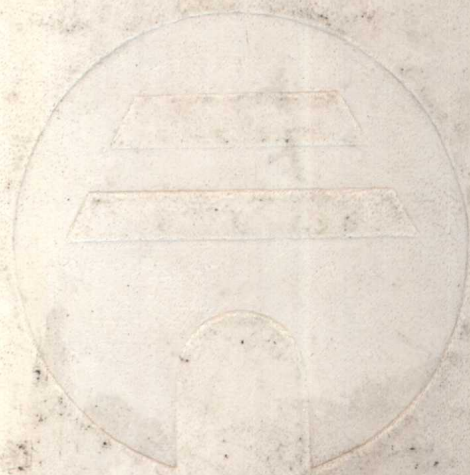


拉薩



K927.51
810

中国历史文化名城丛书

拉萨

主编 旺堆次仁

中国建筑工业出版社

(京)新登字 035 号

中国历史文化名城丛书

拉 薩

主编 旺堆次仁

中国建筑工程出版社出版、发行(北京西郊百万庄)

新华书店经销

北京百花彩印有限公司印刷(北京市海淀区北洼路七号)

开本:787×1092 毫米 1/10 印张:25 $\frac{1}{2}$

1995 年 5 月第一版 1995 年 5 月第一次印刷

印数:1—2,000 册 定价:220.00 元

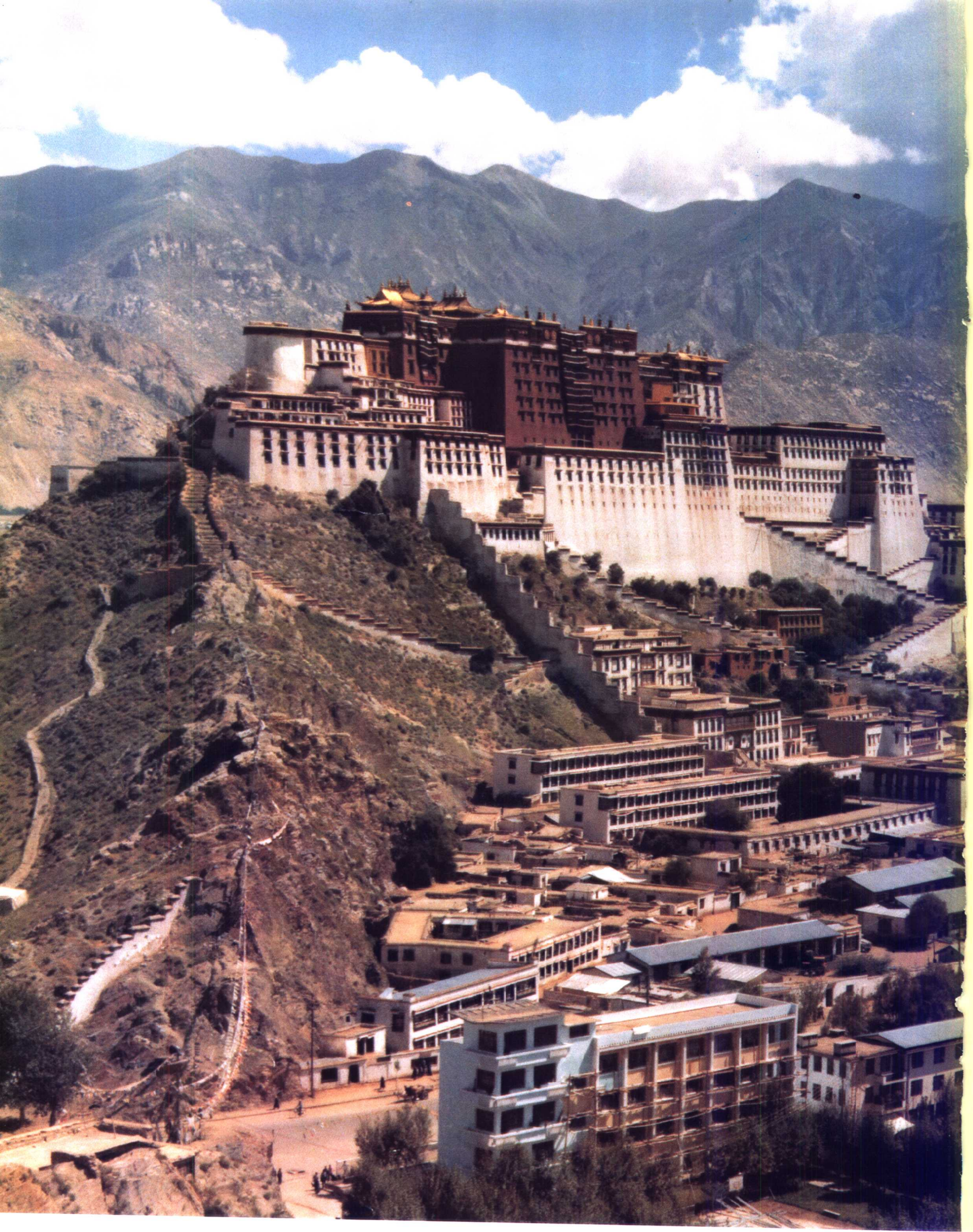
ISBN 7-112-02548-6/TU·1954

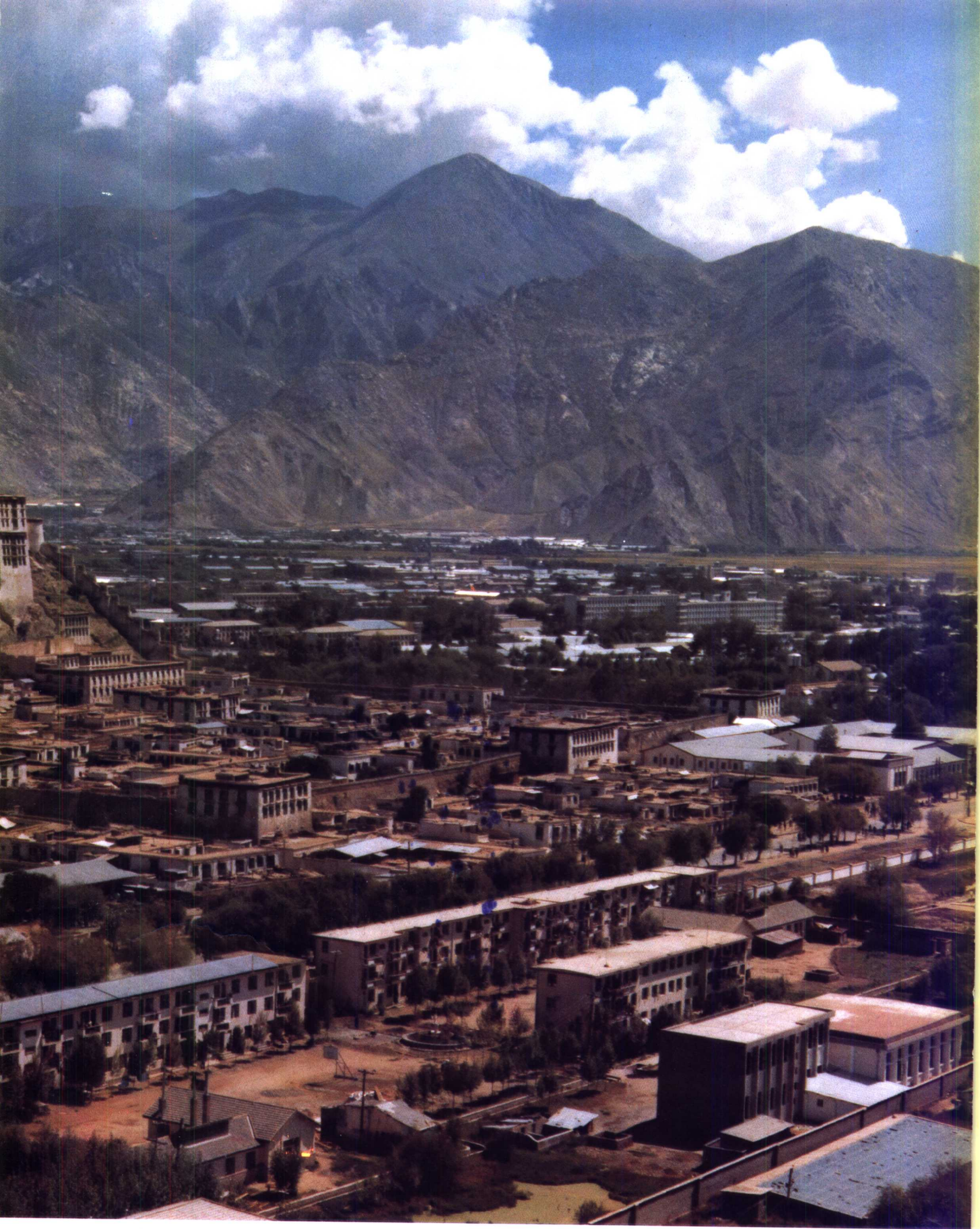
(7629)

版权所有 翻印必究

如有印装质量问题,可寄本社退换

(邮政编码 100037)





拉萨全景

前 言

值此欢庆西藏自治区成立三十周年之际，中国历史文化名城《拉萨》一书的出版，是很有意义的。这是拉萨政治、经济生活中的一件大事，也是一项十分有益的工作，值得我们庆贺。

拉萨是西藏自治区的首府，是全区政治、经济、文化、宗教的中心，也是西藏文化的发祥地之一。这座具有一千三百多年历史的古城，是国务院首批命名的历史文化名城之一，她宛如一颗璀灿的明珠，镶嵌在雪山环绕的青藏高原上。

拉萨以其奇特的地理环境、壮丽的河山、丰富的资源、悠久的历史、灿烂的民族文化、神秘的藏传佛教、著名的历史人物、众多的名胜古迹、别具一格的风土人情、飞跃发展的古城新貌，展示了历史文化名城的特性。

拉萨人民具有热爱祖国，反对外来侵略的光荣传统，在缔造伟大祖国、维护国家统一的神圣事业中，写下了光辉灿烂的篇章。本书引用大量的第一手资料，从各个角度充分证明了藏汉等各兄弟民族很早以来就有了往来。元朝时藏族正式加入祖国大家庭，是藏族和其它民族之间政治、经济、文化紧密联系，长期发展的必然结果。到了近代，在各兄弟民族的支持下，拉萨人民同全区人民一道同帝国主义武装侵略进行了殊死的斗争，并粉碎了他们支持的西藏亲帝势力分裂祖国的阴谋活动，有力地驳斥了所谓“西藏独立”的反动论调。西藏和平解放以来，藏族人民充分享受祖国大家庭的温暖，和祖国各族人民建立了平等、团结、友爱、合作的社会主义新型的民族关系，以无可辩驳的事实说明，没有共产党就没有新西藏，就没有新拉萨。

在新的历史时期，特别是实行改革开放以来，拉萨致力于增进与国内外各族人民和各个国家的团结友谊，努力创造对外经济技术合作与对外贸易的良好环境，制定了“深化改革、扩大开放、综合开发、发挥优势、全方位开放、多层次展开”的对外开放基本战略，已成为投资者向往的地区。

拉萨的建设正按照“要体现民族风格和地方特色，认真保护好文化遗产、名胜古迹和传统的园林绿化，新建筑要与原有建筑相协调，保持历史文化名城风貌”的方针进行。相信不久拉萨将以更加完整、合理、协

调、壮丽的景观吸引更多的国内外旅游者、登山探险者、科学考察者和投资者。一个经济繁荣、社会事业发达的社会主义现代化的新拉萨正在青藏高原上出现。

列 确

1994 年 12 月

序

拉萨，西藏自治区的首府，是西藏政治、经济、文化、宗教的中心。拉萨始建于松赞干布时代，距今已有一千三百多年的历史，是国务院首批公布的历史文化名城之一。

拉萨，藏语意为“圣地”，是藏族人民心目中的“神圣之地”。拉萨位于西藏中部，雅鲁藏布江支流拉萨河下游，年日照时间长达三千多小时，被现代人誉为“日光城”。

过去，不少人习惯以神秘而奇异的眼光看待世界屋脊这块苍茫大地，有人以为那里四季都是“千里冰封，万里雪飘”的荒芜冷旷的原野，也有人把它想象为“翠羽丹霞，红墙绿瓦”的童话般的人间仙境。各式各样的描写，令人眼花缭乱，无所适从。这本书是以藏文第一手资料为主要依据，翔实而全面地介绍拉萨，以使人们更好地了解这块“圣地”。

拉萨以其奇特的地理位置、瑰丽的自然风光、丰富的自然资源、悠久的历史、灿烂的民族文化、别具一格的风俗习惯、不胜枚举的文物古迹、独一无二的佛教色彩，吸引着越来越多的观光者、登山探险者、科学考察者和投资开发者。

根据拉萨北郊曲贡村新石器时代遗址的发现表明，自远古以来藏族的先民们就在拉萨河谷一带繁衍生息，依靠自己勤劳的双手和智慧，采用原始的石质工具，开发了这块宝地，创造了丰富而灿烂的藏族历史文化。自从吐蕃社会进入阶级社会后，雅鲁河中游和拉萨河下游一带经常是藏族祖先活动的中心舞台。吐蕃王朝时代，对西藏历史、文化发展作出卓越贡献的七良臣，以为社会造福为己任，修建水渠，开垦草地，架设桥梁，冶炼矿石，提取银铜，计算面积，种植水田，厘定斗秤，发展商业，首创藏文，初译佛经，制定法律，确定属民，豢养禽畜、割草晒干等，其艰苦奋斗、励精图治的精神，至今仍极大地鼓舞后人，成为中华民族宝贵精神财富的一部分。公元七世纪三十年代初，松赞干布迁都拉萨后，拉萨便开始谱写扣人心弦的乐章。十三世纪中叶，元朝统一西藏后，蔡巴万户长在拉萨修建河道和加固河堤，兴修寺庙。十四世纪中叶，帕竹地方政权取代萨迦政权后，加强了拉萨在佛教发展史上的“圣地”地位。十七世纪中叶，五世达

赖受清朝皇帝册封，拉萨成为“噶丹颇章”政权的中心，有了新的发展。

拉萨名人荟萃，代有人杰。政治家、思想家、佛学家、军事家、大译师、教育家、医学家、建筑学家、诗人、作家、画家、书法家，以及精通大小五明的班智达和历代宗师，可谓灿若群星，目不暇接。其中，不少为群伦表率，如“言为士则，行为世范”，为藏族的统一大业和繁荣富强作出伟大贡献的松赞干布；首创藏文的杰出文人吞弥·桑布扎；文武双全、精明能干、智慧超人的嘎尔·东赞；三度实行“平均贫富”的牟尼赞布；格鲁派一代宗师宗喀巴·罗桑扎巴；创建“噶丹颇章”政权、“领天下释教”的五世达赖喇嘛阿旺罗桑嘉措；杰出的政治家、文学家、医学家桑杰嘉措等等。在拉萨这块“圣地”作出贡献的名人中，不仅有土生土长的，也有来自千里之外，如青海、甘肃、四川、云南等地藏族和兄弟民族的英雄豪杰，以及作出奉献的国外大师。尽管本书编辑对名人的取舍斟酌再三，恐仍不免有遗珠之憾。至于为推动拉萨的历史文化巨轮，推车挽轂，胼手足、流血汗，贡献心力甚至献出生命的，更是不胜列举。他们的丰功伟绩将永远铭记在拉萨人民的心中。

拉萨之所以享誉国内外，其重要原因之一是其名胜古迹遍布城、郊。如布达拉宫、大昭寺、小昭寺、帕邦喀、三大寺、四大林等，驰名中外，规模宏大，金碧辉煌，具有无限的魅力，令中外游人流连忘返，惊奇叹绝。一座座寺庙，巍峨壮观，五光十色，雕梁画栋，富丽堂皇，令人仿佛置身人间仙境，引起种种奇妙的遐想。拉萨的寺庙、古遗址、墓葬、石窟、摩崖造像、金石文字、库藏文物等都是无价之宝，是藏族人民智慧的结晶。

历史上拉萨盛衰更迭的发展进程，与西藏整个社会发展进程紧密相连，可作为研究西藏历史的龟鉴。解放后，古城拉萨进入了黄金时代，焕发了青春，城市面貌发生着日新月异的变化，各项事业获得飞跃发展。特别是近几年来，随着改革开放的不断深入、扩大，拉萨人开始以更高的视野看世界，摆脱封闭式自然经济的樊篱，加强与国内外的联系，积极参与经济技术交流与合作，使拉萨步入了一个崭新的发展阶段，并力争成为世界屋脊开放的窗口和联系南亚诸国的重要城市。

中国历史文化名城《拉萨》一书，集史料性与知识性于一体，全面而客观地介绍了拉萨。经过全体编写人员多年的辛勤努力，今天终于同读者见面了，这对当前拉萨的改革开放和经济建设无疑是一个有力的推动，对国内外广大读者进一步了解拉萨和共同开发建设拉萨，将会起到积极的作用。为此，特向本书的编写人员及所有关心和支持本书出版的同志们、朋友们表示由衷的谢意。

洛桑顿珠

1994年7月

目 录

前 言 序

■ 地理环境和资源	1
壮丽的山河 河流湖泊 天然资源	

■ 千年古城	15
新石器时代的曲贡村遗址 迁都前的吉曲河(拉萨河)流域 拉萨城的兴起和发展 分裂割据时代的拉萨 萨迦、帕竹统治时期的拉萨 噶丹颇章政权时期的拉萨	

■ 名胜古迹	43
古遗址 布达拉宫 著名寺庙 三大寺 四大林 罗布林卡 石碑 古钟 传昭法会大锅	

■ 名人荟萃	111
松赞干布 尼泊尔公主 文成公主 噶尔东赞 吞弥·桑布扎 赤松德赞 老宇妥·云丹贡波 赤热巴巾 仲敦巴 达隆塘巴·扎西白 蔡巴·贡噶多吉 宗喀巴 汤东杰布 五世达赖 阿旺罗桑嘉措 桑杰嘉措 七世达赖格桑嘉措 福康安 十三世达赖土登嘉措 擦珠·阿旺罗桑根顿群培 五世热 振活佛	

■ 大、小五明(传统文化)	143
大五明 小五明	

■ 宗 教	161
苯教 佛教传入西藏的“前宏期”	
西藏佛教的“后宏期” 宁玛派	
噶当派 噶举派 萨迦派 格鲁	
派 甘丹赤巴 认定活佛	

■ 习 俗	179
服饰 养育花卉 建筑工艺 帐篷	
食物 婚嫁 丧葬 礼节 节日	
禁忌	

■ 古城新貌	213
稳步前进的农牧业 引人注目的民	
族手工业 蒸蒸日上的工业建设	
日新月异的城市建设 举世瞩目的	
旅游热点 不断发展的文教卫生事业	
繁荣昌盛的商业贸易 美满幸福的人	
民生活 设施先进的通信网络	

拉萨历史大事年表	230
----------	-----

地理环境和资源

■壮丽的山河

■河流湖泊

■天然资源

矿产资源 能源资源 热温泉 动物、植物

拉萨位于西藏中南偏东部，全市辖有七县一区，即当雄、尼木、曲水、堆龙德庆、达孜、林周、墨竹工卡和城关区。地理座标为东经 $89^{\circ}45' - 92^{\circ}32'$ ，北纬 $29^{\circ}15' - 31^{\circ}03'$ 。海拔 3650 米，北与那曲地区嘉黎、那曲和班戈三县毗邻，东与林芝地区工布江达县相连，西与日喀则地区楠木林、仁布县接壤，南与山南地区桑日、扎囊、贡嘎和浪卡子县交界。东西长约 270 公里，南北宽约 200 公里，总面积约 30000 平方公里。市区规划面积 210 平方公里，已建成面积 48.63 平方公里。全市人口 40 余万，其中市区人口为 18 万，有藏、汉、回等 31 个民族，藏族人口占 87%。

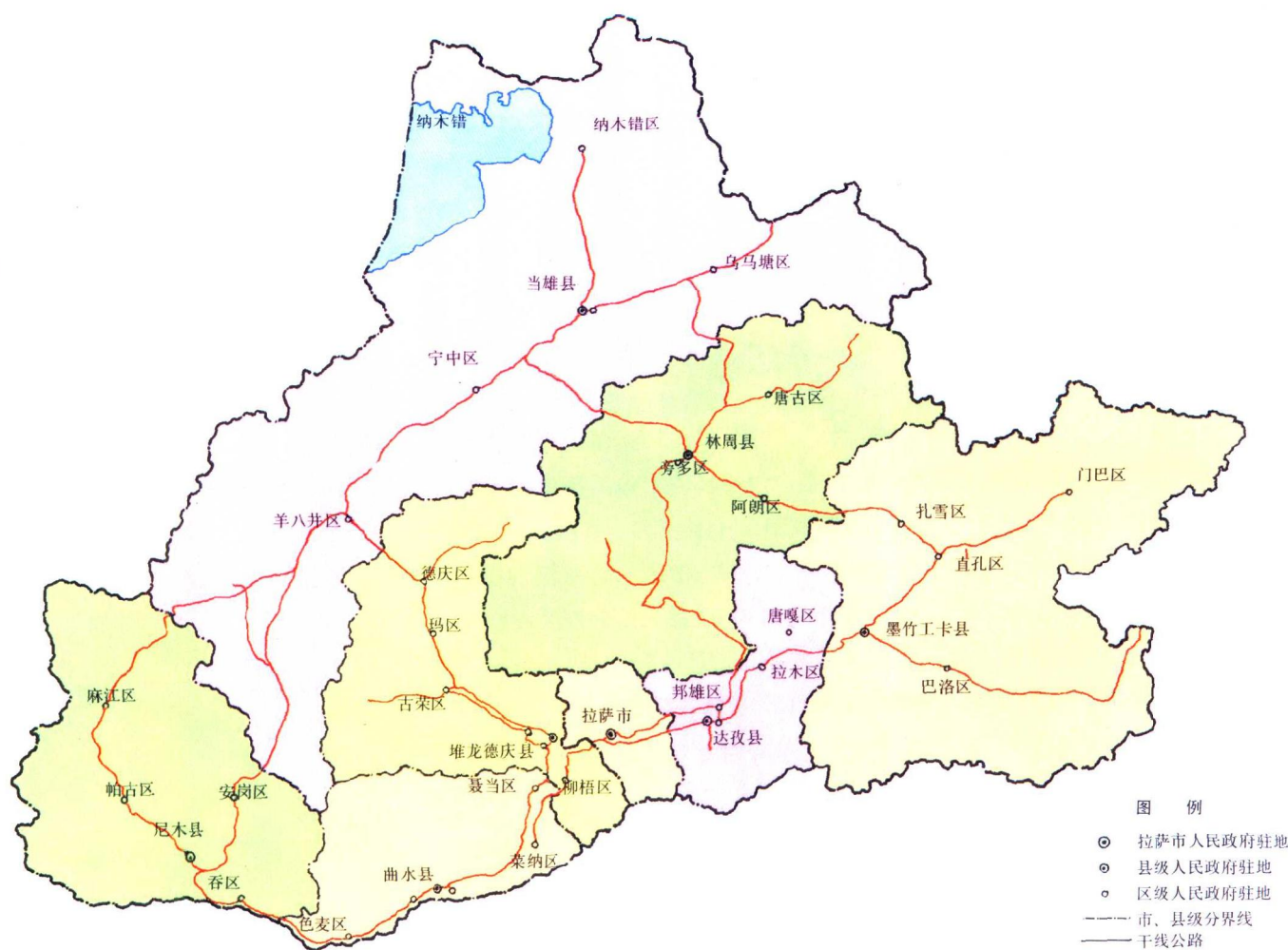
拉萨山环水绕，气候凉爽，最高气温 28°C ，最低气温零下 14°C ，年平均气温 8°C 。降雨集中于七、八、九 3 个月，年降雨量 500 毫米左右。年日照 3000 小时以上，素有“日光城”之誉。

拉萨交通运输较发达，已形成通往自治区各县、区的公路网。主要公路有通往内地的青藏和川藏公路，通往国外的中尼公路，其中青藏公路和



拉萨鸟瞰

拉萨市政区图

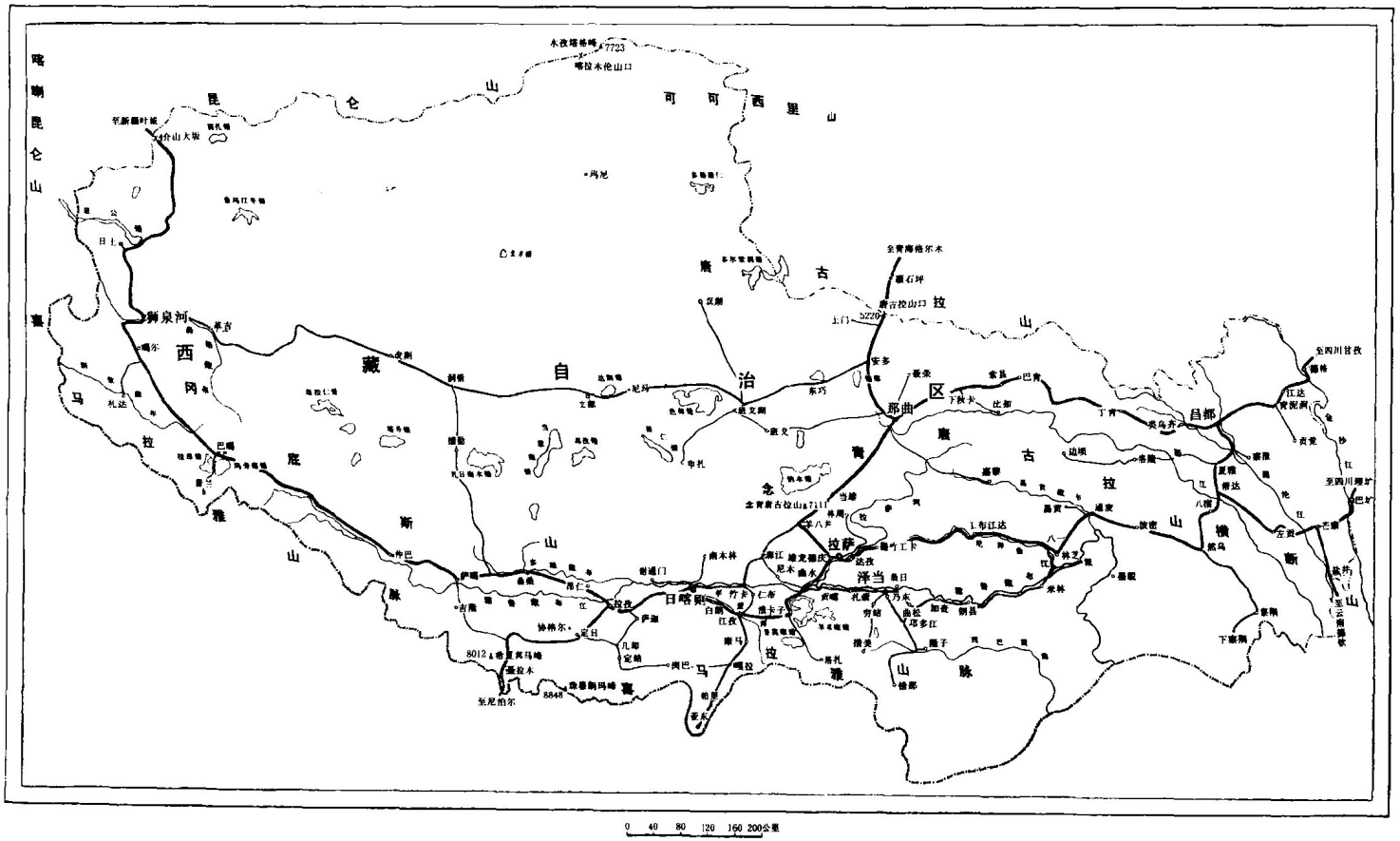


拉萨行政区划图

中尼公路为柏油路面。拉萨至青海格尔木 1155 公里，距四川成都 2410 公里，距边境县聂拉木 662 公里，汽车驶抵格尔木、成都可与铁路线相接。航空运输有通往成都、北京、上海、广州等地的国内航班，通往尼泊尔加德满都的国际航班。

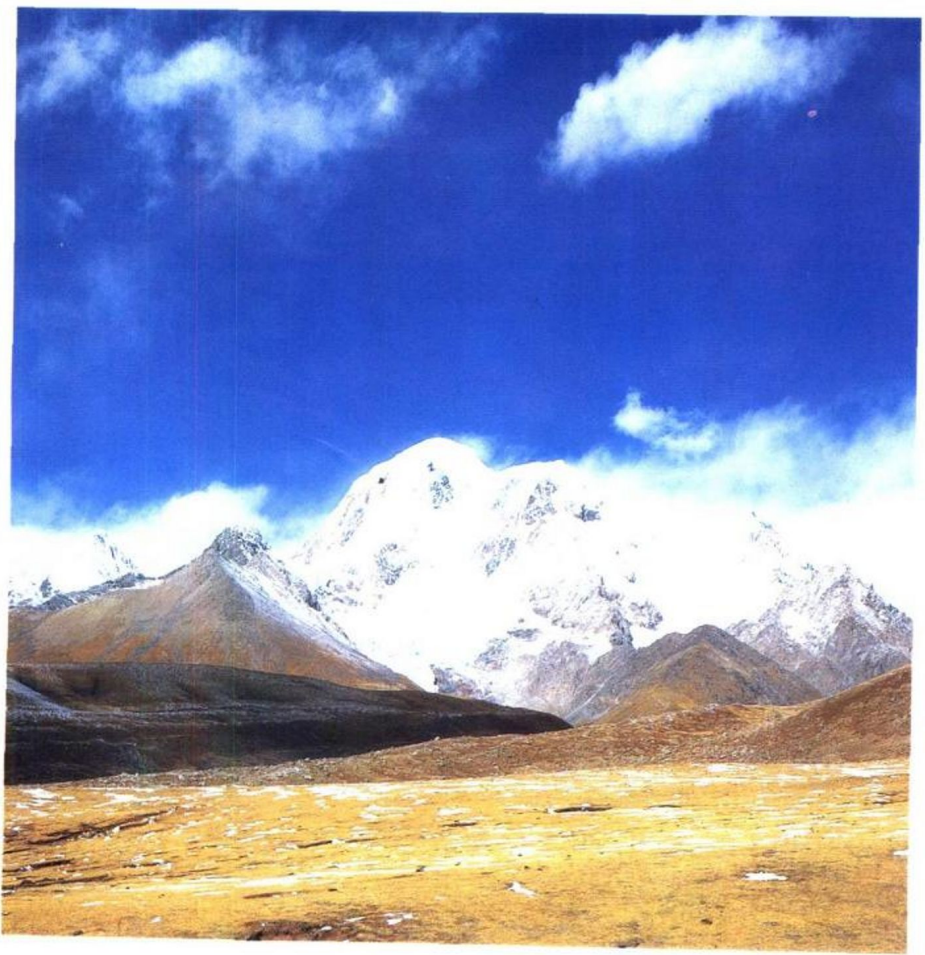


拉萨山水

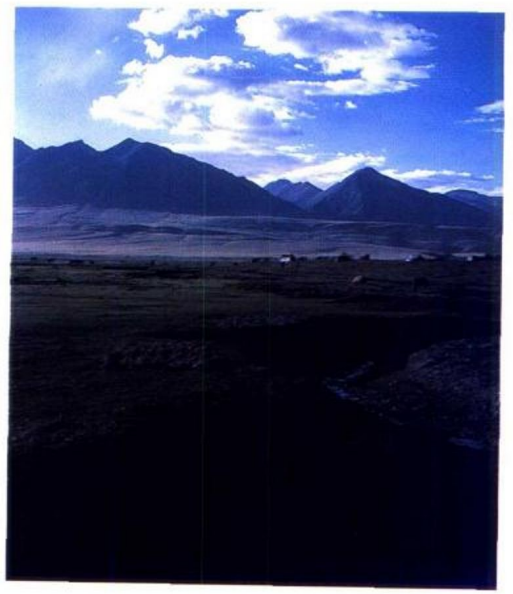


1

②



③



- ① 公路图
- ② 念青唐古拉山(十一届亚运会火种取地之山)
- ③ 当雄草原

壮丽的山河



拉萨河

高原古城，气势磅礴，景象万千，绵亘着众多巨大的山脉，奔流着无数湍急河流。高原湖泊星罗棋布，莽莽林海涛声万里。多种复杂的地形地貌，反映着“世界屋脊”古城的独特性。拉萨总的地势呈西北高、西南低状，既有高原山地，又有河谷平原盆地。其中山地面积占总面积约 70% 左右。

拉萨城周围有山八座，云雾缭绕。雄伟峻奇的雪峰，有的似宝瓶，有的象海螺，有的如莲花吐艳，每座山都有一段娓娓动听的神话故事。拉萨西北部有著名的念青唐古拉山脉环绕，由西北转向东南。南部有著名的冈底斯山脉呈东西向分布。海拔 5000 米以上的山峰和山口有二十一座。其中著名的山峰有念青唐古拉山峰（海拔 7117 米）、穷母冈日峰（海拔 7048 米）、郭喀拉日峰（海拔 5882 米）、敏珠杂日峰（海拔 5643 米）。著名的山口，有通往北部的彭波果拉（海拔 5171 米）、通往南部的郭喀拉（海拔 5582 米）、通往西部的觉孜拉（海拔 4430 米）和雪古拉（海拔 5454 米）、通往东部的米拉山（海拔 5769 米）等。

河流湖泊

拉萨境内江河纵横，其中较大的有雅鲁藏布江、拉萨河、尼木河、曲水河。

雅鲁藏布江位于拉萨南部，流经拉萨市属的尼木县、曲水县，是我国最高、最长、最大的河流之一，全长 2091 公里，流域面积 230800 多平方公里。在我国各大河流中，雅鲁藏布江长度居第五，流域面积居第六位，流量居第三位，水能蕴藏量居第二位。

拉萨河属于雅鲁藏布江水系，是雅鲁藏布江的五大支流之一。东西长