

拉卜楞 史话

Labuleng Shihua

丹曲著

甘肃民族出版社

拉卜楞史话

丹曲著

甘肃民族出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

拉卜楞史话 / 丹曲著. -- 兰州: 甘肃民族出版社,
2010.8

ISBN 978-7-5421-1423-5

I. ①拉… II. ①丹… III. ①藏族 - 宗教文化 - 夏河县 IV. ①B946.6

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第 158458 号

书 名: 拉卜楞史话

作 者: 丹 曲 著

责任编辑: 路 文

封面设计: 王林强

出 版: 甘肃民族出版社(730030 兰州市南滨河东路 520 号)

发 行: 甘肃民族出版社发行部(730030 兰州市南滨河东路 520 号)

印 刷: 甘肃北辰印务有限公司

开 本: 850 毫米×1168 毫米 1/32 印张: 7 插页: 6

字 数: 130 千

版 次: 2010 年 8 月第 1 版 2010 年 8 月第 1 次印刷

印 数: 1~4 000 册

书 号: ISBN 978-7-5421-1423-5

定 价: 28.00 元

甘肃民族出版社图书若有破损、缺页或无文字现象,可直接与本社联系调换。

邮编:730030 地址:兰州市南滨河东路 520 号 网址:<http://www.gansumz.com>

投稿邮箱:liuxintian@yahoo.com.cn

发行部:葛慧 联系电话:0931-8773271(传真)E-mail:gsmzgehui3271@tom.com

版权所有 翻印必究



前 言

民俗学是随着时代发展越来越被重视的一门学科。它不仅满足了现代人之怀旧感,记录了我们的文化渊源,而且充分展现了美学意义。

自上世纪 90 年代以来,在很多场合下,民俗文化不再被贬损为“落后”、“迷信”、“原始”、“蒙昧”,而是被视为弘扬民族传统文化、向外来旅游者展示本土形象的旅游资源。一时间,中国大地上的民俗村、民俗城、民俗园数不胜数,位于高原的藏族聚居区也打破了昔日的宁静与古朴。抽样调查表明,来华美国游客中,欣赏名胜古迹的占 26%,而对中国人的生活方式、风土人情感兴趣的却达 56.7%。如此看来,民俗风情旅游已成为发展经济、吸引外资的重要文化资源。研究宣传地方民族文化,对发展民族旅游、激活地方经济会起到重要作用,具有重大现实意义。

拉卜楞是以藏族为主体的多民族聚居区,千百年来,拉卜楞人在这块美丽而圣洁的土地上繁衍生息,以勇敢和智慧创造了辉煌的历史和灿烂的民族文化。拉卜楞,历史上就被称为“第二西藏”,是继拉萨之后的又一个藏族文化中心,历史上发挥了联结安多、辐射蒙藏、沟通中原的文化枢纽和宗教标杆作用,因而被著名的社会学家费孝通先生誉为“藏族现代化的跳板”;拉卜楞,是我国西部民族文化孕育地之一,也是甘、青、川藏区民族宗教文化艺术中心,历来是游方志士和文人墨客追寻的“香巴拉”,如今,当地对外宣称它是“世界藏学府,中国拉卜楞。”

拉卜楞,是一片凝重、庄严的土地。这里有终年积雪的山峰,也有广袤的茫茫草原,严酷的自然环境造就了拉卜楞人异常强悍的性格和心理。他们面对浩莽雄峰、地球上最高的苍茫大地,创造和继承了自己灿烂的历史文化,源远流长,淳朴丰厚。拉卜楞,不但以其巨大的向心



力凝聚了雪域居民,而且如同喜马拉雅山圣洁的冰峰和大夏河不息的涛声,对外产生了极大的吸引力。拉卜楞人在这里营造着一种雄浑而又朦胧的生命观念,拉卜楞人的血汗滋养着高原,高原的沃土滋养着弦子与锅庄,滋养着藏家人与生俱来的乐观与豪迈,同时他们在不断创新和发展着藏族的传统文化和独特的拉卜楞个性文化。在拉卜楞,一种雪域吐蕃时源于生命、源于自然而来的强悍与悲壮的精神气质,在一幕幕的民俗风情和人们心灵智慧中,逐渐从饱满而热情的世俗情感走向了达观、宽泛、犷远、安详而静谧的宗教情感。心智渐渐脱离了愚莽,平和慢慢取代了躁动,和平托举起人性的关爱。这中间树立起来的和永远不可丢失的正如拉卜楞藏区的经幡一样,经历了从战场上的旗帜到树立于自家门口的蜕变过程。从军旗到祈祷和平的经幡,这巨大的变迁,正是拉卜楞人对民族精神的深刻反省,即反省和审视自身心灵的过程。这中间也充满了艰难的剖析、痛苦的更替和矛盾的心理,但拉卜楞最终选择了一种更适合本民族生存与发展,给心灵以更多关怀,给精神以更多抚慰的以佛教思想为指导的伦理道德。

“拉卜楞”原系藏语“拉章”(意为“佛宫”)之变音,是拉卜楞寺寺主嘉木样活佛驻锡地。随着时间的推移,拉卜楞民众将自己浓烈的宗教情感注入其中,“拉卜楞”不再单指寺名,而是成了拉卜楞寺所辖教区之地名总称。

本书所谈内容涉猎到了历史地域概念上的拉卜楞藏区,在拉卜楞众多民俗事项的“细节”方面进行了挖掘,并插入了与文字内容相关的图片资料;对藏传佛教的一些常用宗教术语、宗教节日习俗等进行了详细注解和阐述,紧密结合历史学、人类学、社会学、民俗学、心理学、美学等学科的研究方法分析论证,力图避免理论方面的缺陷和不足。

现代人生活节奏快,即使专程旅游,往往也是行色匆匆。诚愿本书能为广大读者了解拉卜楞和拉卜楞人提供一扇小小的窗口,并为广大“到此一游”却因不及细究而留有遗憾的游客深入了解拉卜楞文化提供有益的参考。



目 录

- 第一章 拉卜楞概述 / 1
 - 第一节 地理位置与历史沿革 / 2
 - 第二节 闻名遐迩的拉卜楞寺 / 5

- 第二章 藏传佛教祈愿习俗 / 27
 - 第一节 祈祷方式 / 27
 - 第二节 祭祀山神 / 66
 - 第三节 “朗达”文化 / 78
 - 第四节 煨桑献供 / 83
 - 第五节 “鲁”神崇拜 / 90
 - 第六节 祈祷与健康 / 110

- 第三章 苯教文化崇拜习俗 / 123
 - 第一节 单数崇尚 / 130
 - 第二节 白色崇拜 / 137
 - 第三节 灵魂崇拜 / 152
 - 第四节 神灵与动物崇拜 / 167
 - 第五节 “圻”崇拜 / 186
 - 第六节 占卜文化 / 191



第四章 人生仪礼习俗 / 210

第一节 诞生仪礼 / 211

第二节 成年仪礼 / 218

第三节 婚姻仪礼 / 227

第四节 丧葬仪礼 / 233

第五章 服饰习俗 / 241

第一节 历史渊源 / 242

第二节 服饰类型 / 247

第三节 文化内涵 / 251

第四节 艺术特色 / 255

第六章 饮食习俗 / 261

第一节 饮食渊源 / 261

第二节 饮食观 / 263

第三节 膳食特点 / 265

第四节 传统饮食 / 268

第五节 茶文化 / 272

第六节 酒文化 / 278

第七节 饮食传承 / 286

第七章 僧侣仪礼习俗 / 291

第一节 服饰习俗 / 292

第二节 饮食习俗 / 296

第三节 居住习俗 / 299

第四节 生活习俗 / 311



第五节 尼姑生活习俗 / 318

第八章 民间节日习俗 / 331

第一节 春节 / 332

第二节 娘乃节 / 335

第三节 香浪节 / 340

第四节 赛马会 / 346

第五节 节日文化特征 / 348

第九章 宗教节日习俗 / 353

第一节 正月祈愿大法会 / 355

第二节 二月亮宝法会 / 380

第三节 三月时轮金刚法会 / 381

第四节 七月法会 / 382

第五节 九月金刚法会 / 386

第十章 禁忌习俗 / 397

第一节 历史渊源 / 398

第二节 宗教禁忌 / 401

第三节 生活禁忌 / 404

第四节 文化内涵 / 411

第五节 文化特征 / 418

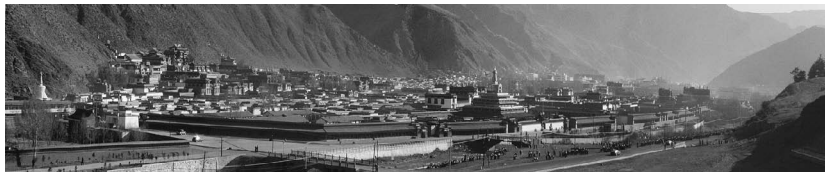
参考文献 / 423

后 记 / 425



第一章 拉卜楞概述

拉卜楞是以藏族为主体的多民族聚居区，千百年来，拉卜楞人在这块美丽而圣洁的土地上繁衍生息，他们以勇敢和智慧创造了辉煌的历史和灿烂的民族文化。拉卜楞，历史上就被称为“第二西藏”，是继西藏拉萨之后的又一个藏族文化中心；拉卜楞，历史上发挥了联结安多、辐射蒙藏、沟通中原的文化枢纽和宗教标杆作用，在客观上起着承东启西的作用，因而被著名的社会学家费孝通先生誉为“藏族现代化的跳板”；拉卜楞，是我国西部民族文化孕育地之一，也是甘、青、川藏区民族宗教文化艺术中心；拉卜楞，是历来游方志士和文人墨客追寻的“香巴拉”，因而内地汉族学者称她为“东方梵蒂冈”。如今当地对外宣称是“世界藏学府，中国拉卜楞。”



拉卜楞是一片凝重、庄严的土地。这里有终年积雪的山峰，也有广袤无垠的茫茫草原，严酷的自然环境造就了拉卜楞人异常强悍的性格和心理。他们面对浩莽雄峰、地球上最高的苍茫大地，创造和继承了自己灿烂的历史文化。在这些文化中，最为独特、最能体现高原文明的便是属于自己的藏



传佛教文化。藏传佛教文化不但以其巨大的向心力凝聚了雪域居民,而且如同喜马拉雅山圣洁的冰峰和大夏河不息的涛声对外产生了极大的吸引力。故,有诗赞曰:

吉祥归流沧海阔,梵宫天成千叶翠,
五学集精花斗艳,瑰宝凝露放光辉。^①

第一节 地理位置与历史沿革

拉卜楞,是甘肃省甘南藏族自治州夏河县政府所在地,系古代青藏高原东北部地区藏族文化重镇。它北接临夏,南邻四川阿坝,东连岷县,西界青海,地处雪域高原东北边缘和青藏高原与黄土高原的过渡地带,境内草原广阔、土地肥沃,海拔在 2200 至 4000 米之间。主要山脉有白石山山脉和西倾山山脉,前者在临夏和青海两地之间,主峰大里加山,为甘、青两省省界,后者自青海河南蒙旗进拉卜楞境内。境内大夏河绕流,它自西向东,经土门关流入黄河。正如《夏河县志》描述:“在谷中旅行,但觉水急山高,地形不平,岩壑雄奇,初不知其上有完整的高原,大夏河谷极窄,冲击宽者仅六、七百公



尺,狭处则两岸紧凑,仅容一河,自土门关至拉卜楞,一路皆是幽谷。”“高原之上,常有局部盆地,纵横数里,当地名之曰滩,又称甸子,如甘加滩、桑科滩等。



丘陵环列,谷广坡平,流泉萦萦,水草鲜美,为藏民天然牧场。”^②

早在公元7世纪,居住在青藏高原的藏民族就自称为“博”(意为“呼唤”),并形成统一的王朝,当时在汉文史籍上称作“吐蕃”,“蕃”的古音读作“博”。有人认为,藏族自称“博”的原因与本民族最早普遍信奉的原始宗教“苯”有关。对藏族的称呼各个时期略有不同,唐时称“吐蕃”,宋时称“西番”,元、明两朝称“吐蕃”或“乌斯藏”,到清时又称为“图伯特”或“唐古特”。公元17世纪后,才演变称为“藏族”。所谓“藏”,一说指地名“卫藏”中的“藏”,二说指雅鲁藏布江中的“藏”,这就是藏族称谓之来源。

“拉卜楞”这一名称也有其演变过程。

“拉卜楞”原系藏语“拉章”(意为“佛宫”)之变音,是拉卜楞寺寺主嘉木样活佛驻锡地。随着时间的推移,僧俗民众将自己浓烈的宗教情感注入这一名称,“拉卜楞”不但指寺名,而且又泛指拉卜楞寺所辖教区之地名总称。

据《拉卜楞寺概况》记,拉卜楞地区周秦时为西羌地,汉时为金城郡白石县塞外地,后汉时改置河关县而属陇西郡,三国时属魏。东晋初置河州,改名永国,后吐谷浑始强,大夏河上游地区为吐谷浑所辖。隋至唐仍称河州,宝应后陷于吐蕃。宋时属唃廝囉所辖,明亡清立,复为河州。公元1710年后吏治属循化厅,民国时期,仍归青海西宁道之循化县。1917年拉卜楞划归甘肃所辖,1927年甘肃省在拉卜楞成立了拉卜楞设治局,1928年改为夏河县。新中国成立后又属陇西分区,后为省直辖县。1953年甘南藏族自治区成立(后改为自治州)时划归甘南藏族自治州所属,现拉卜楞为夏河县政府



所在地，仍属甘南州所辖。拉卜楞是全县政治、经济、文化、宗教中心，居住着藏、汉、回、撒拉、东乡、保安、蒙古、裕固等十个民族，7.7万人，其中藏族

占总人口的78%。

藏族居住地域辽阔，各地的自然条件不尽相同，习惯上分为三个大的不同地区，即上阿里地区，中卫藏地区和下多康地区，藏族典籍中则称上阿里三围、中卫藏四如、下多康六岗。依此，藏语又大致分为三大方言：以拉萨和日喀则为中心的方言区域称为“卫藏”方言；以四川甘孜、云南迪庆、西藏昌都、青海玉树的方言区域称为“康”方言；除玉树之外的青海其它藏区、甘肃藏区和川西北地区的方言区域则称为“安多”方言。“安多”是个地域概念，蜚声海内外的藏族史学家智贡巴·贡却丹巴饶杰在其名著《安多政教史》中云：阿卿岗日（玛沁雪山）及多拉让摩二山，取其首字，并称为“安多”。^③拉卜楞属“安多”藏区，使用“安多”方言，故又可称为“安多哇”（意为“安多”人）。

拉卜楞是一个让每一位旅游者净化心灵的王国，也是一个原生态完好的青藏高原窗口，更是一个藏文化浓烈的理想田园。遥望湛蓝苍穹，聆听深邃法乐，触摸千年文明，在这里你也许能找到自我，也许会重新审视自己的人生，使你在平静和震撼中感觉体内生命波涛般的涌动。



第二节 闻名遐迩的拉卜楞寺

说到拉卜楞民俗文化,不得不提起拉卜楞寺。拉卜楞寺的创建,开启了夏河历史的新纪元;拉卜楞寺的璀璨文化,促就了夏河成为世人瞩目的焦点。毋庸置疑,拉卜楞寺为夏河县精华所在,是故拉卜楞之名尤著。诗赞:

古刹不枉苦修僧,手书贝叶金汁文。

名贤大哲压群芳,远播中外有声名。^④



拉卜楞寺全称为“尕旦夏智达尔吉扎西伊苏旗委琅”,简称“拉章扎西旗”,康、藏地区的藏族群众习惯称“安多扎西郭莽”,意为“安多地区的吉祥多门院”。公元1709年,根钦嘉木样雅巴·俄昂宗哲(一世嘉木样)应青海和硕特前首旗河南蒙古贝勒察汗丹津之请,从拉萨返回故乡安多建寺弘法,对此,信仰民众颇为愉悦。有歌赞曰:

太阳从东方升起,救星从卫藏启程;

安多拉卜楞大寺,撒满阳光和彩虹。^⑤

虽然拉卜楞寺的“闻思学院”建于公元1711年,但学术界将该寺的创建年代公认为是1709年。

经300多年的发展,拉卜楞寺已经成为安多藏区最具盛名的藏传佛教格鲁派寺院之一。拉卜楞寺之所以闻名遐迩,



乃至成为安多地区重要的宗教文化和艺术中心地之一,是因为她有其容量宏大、内容丰富、形式多样的建筑艺术、绘画艺术、雕塑艺术,珍贵稀有的文物古籍和庞大的活佛转世系统、教区以及众多驰名中外、超凡脱俗的高僧大德。

金碧辉煌的建筑 每个民族在其发展过程中都有他们各个历史时期的文明智慧和文化结晶,在这些文化中最能体现民族文明成果之一的当推建筑艺术。拉卜楞寺的建筑在安多藏区极富代表性,其风格布局基本属于藏式建筑,是离西藏较远而又离内地最近的藏式建筑之典型代表。庞大的建筑群坐北向南,背依青山,面对松林,潺潺东流的桑曲河(大夏河)环山绕寺。山清水秀、景色宜人,“金盆养鱼”是对拉卜楞寺地貌的最佳写照。



公元 1709 年,一世嘉木样从西藏返回“安多”故里弘法建寺,此年正是格鲁派创始人宗喀巴大师创建噶丹寺并创立“格鲁”(善规)派 300 周年,是一个具有重大纪念意义的

年份,所以,尚未定址兴建的拉卜楞寺历史就从这年算起。公元 1710 年大师选寺址为“扎西旗”,于公元 1711 年春开始建造具有 80 根明柱、规模宏大的大经堂,自此,拉开了拉卜楞寺建筑史上的辉煌。拉卜楞寺庞大的建筑群体与西藏著名的寺院噶丹、色拉、哲蚌以及后藏的扎什伦布寺可相媲美,在



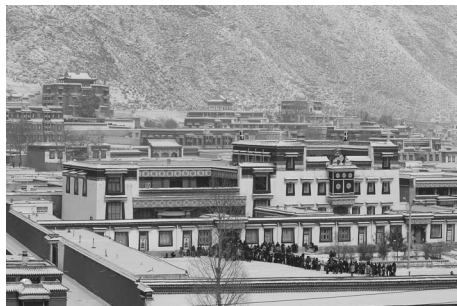
“安多”地区藏传佛教寺院中则首屈一指。



自拉卜楞寺建成至新中国成立前夕的二百多年间，先后建有弥勒佛殿、释迦牟尼佛殿、宗喀巴佛殿、千手千眼观音殿等 48 座佛殿。学院 6 座：1711 年一世嘉木样主持修建闻思学院、1716 年建续部下学院，1763 年二世年嘉木样主持修建时轮学院、1784 年建医明学院，1879 年四世嘉木样建喜金刚学院，1929 年五世嘉木样建续部上学院。其它建筑有：嘉木样大师及各大“囊欠”^⑥藏式楼房 31 座、活佛住舍 30 院、吉哇院 6 所、大厨房 6 所、印经院 1 所、讲经院 2 处、嘉木样大师别墅 2 处、嘛呢经轮房 500 余间、普通僧舍 500 多院等。这一庞大的建筑群依其用途可分为经堂、佛殿、囊欠、僧舍和其它五类，依其建筑结构可分为石木、土木两类，有“外不见木，内不见石”之特色，依其形式可分为藏式、汉式和藏汉合璧式，占地面积达 1000 余亩。整体建筑分布以东北及西北之白塔为标志，以东、南、西三面经轮房为外线轮廓，经堂、佛殿均集中在西北方。整个建筑庄严巍峨，宏伟壮观、雕梁画栋、金碧辉煌、飞檐腾空、姿势雄伟，具有鲜明的藏族风格和特点，让朝拜、观游者心旷神怡，赞不绝口，真所谓：

晨曦烟衬水傍城，巍巍金顶放光明。

佛号入云铜铎响，西方乐土降凡尘。^⑦



这一庞大壮观的建筑群体可在原来绘制的拉卜楞寺全景图中看到其鼎盛之势。“文革”期间，拉卜楞寺虽受严重破坏，但从上个世纪80年代初，拉卜楞寺又得

以新生，幸存的建筑陆续进行大规模修复，现建筑面积达40余万平方米，在此基础上又新修了活佛囊欠和众多僧舍以及嘛呢经轮房等。

多姿多彩的壁画雕塑 雪域高原自古以来经过无数艺术大师的苦苦探索和研究实践，给我们留下了具有悠久历史的艺术巨作和多姿多彩的壁画和雕塑作品。拉卜楞寺作为安多藏区艺术杰作的荟萃地之一，汇集了大量的壁画和雕塑方面的艺术珍品。一世嘉木样创建拉卜楞寺时就从前、后藏邀请了大批著名绘画师和雕塑师，他们制作了大经堂、佛殿、学院的大量壁画、泥塑、铜制佛像等，为拉卜楞寺绘画艺术的发展奠定了基础。拉卜楞寺壁画和雕塑艺术达到顶峰时期应是二世嘉木样·久美昂吾执掌寺内政务时在修建弥勒佛殿时，大师从尼泊尔邀请了三位艺术大师，铸造了著名的铜制鎏金弥勒佛像，工艺水平极高。这一时期工艺类别就有绘画、泥塑、堆绣、刺绣、木刻、木雕、石刻、石雕、铜塑、酥油





塑等十一种。据《拉卜楞寺总书目》所载,拉卜楞寺藏书中工艺类典籍有二十多种,其中绘画艺术理论书籍占百分之八十以上。

拉卜楞寺壁画艺术就其内容而言,可分为显宗、密宗、传承祖师、护法神祇、寺塔、装饰图案等。就壁画而言,据有关统计数据表明,至1985年12月,藏医学院有12幅、文殊菩萨殿有4幅、白伞盖佛殿有32幅、释迦牟尼佛殿有12幅、上续部学院有27幅、宗喀巴佛殿有17幅、狮子吼佛殿有4幅、夏卜旦佛殿有4幅,共计壁画112幅(其中不包括闻思学院、下续部学院和嘉木样佛宫等主体建筑内的壁画)。雕塑作品全寺总计6705尊(件),其中藏医学院有307尊、文殊菩萨殿有4尊、绿度母菩萨殿有2994尊、上续部学院有1137尊、宗喀巴佛殿有1025尊、喜金刚学院有275尊等。这些雕塑作品按其种类可分为铜铸、铜鑿、木雕、泥塑、石雕等,名目众多,千姿百态,具有极高的思想性、艺术性和研究价值。



珍贵稀有的文物藏书 闻名遐迩的拉卜楞寺不仅寺院规模宏大,就其文物和藏书而言,在安多藏区也是首屈一指,整个寺院就是一座文物宝库。在这个巨型宝库中,既有历时久远、特色独具的寺院建筑,又有千姿百态、形象各异的众多佛像;

