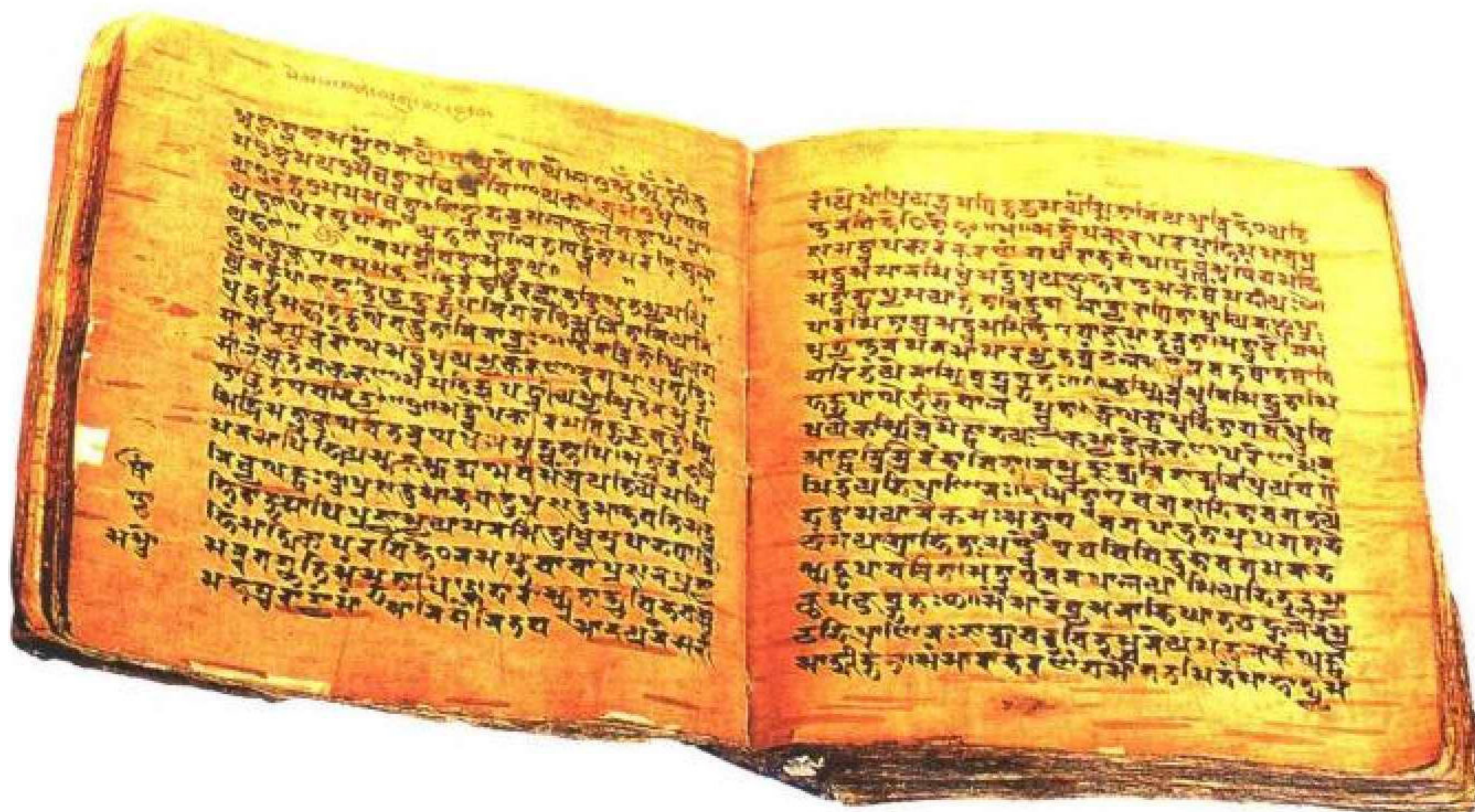
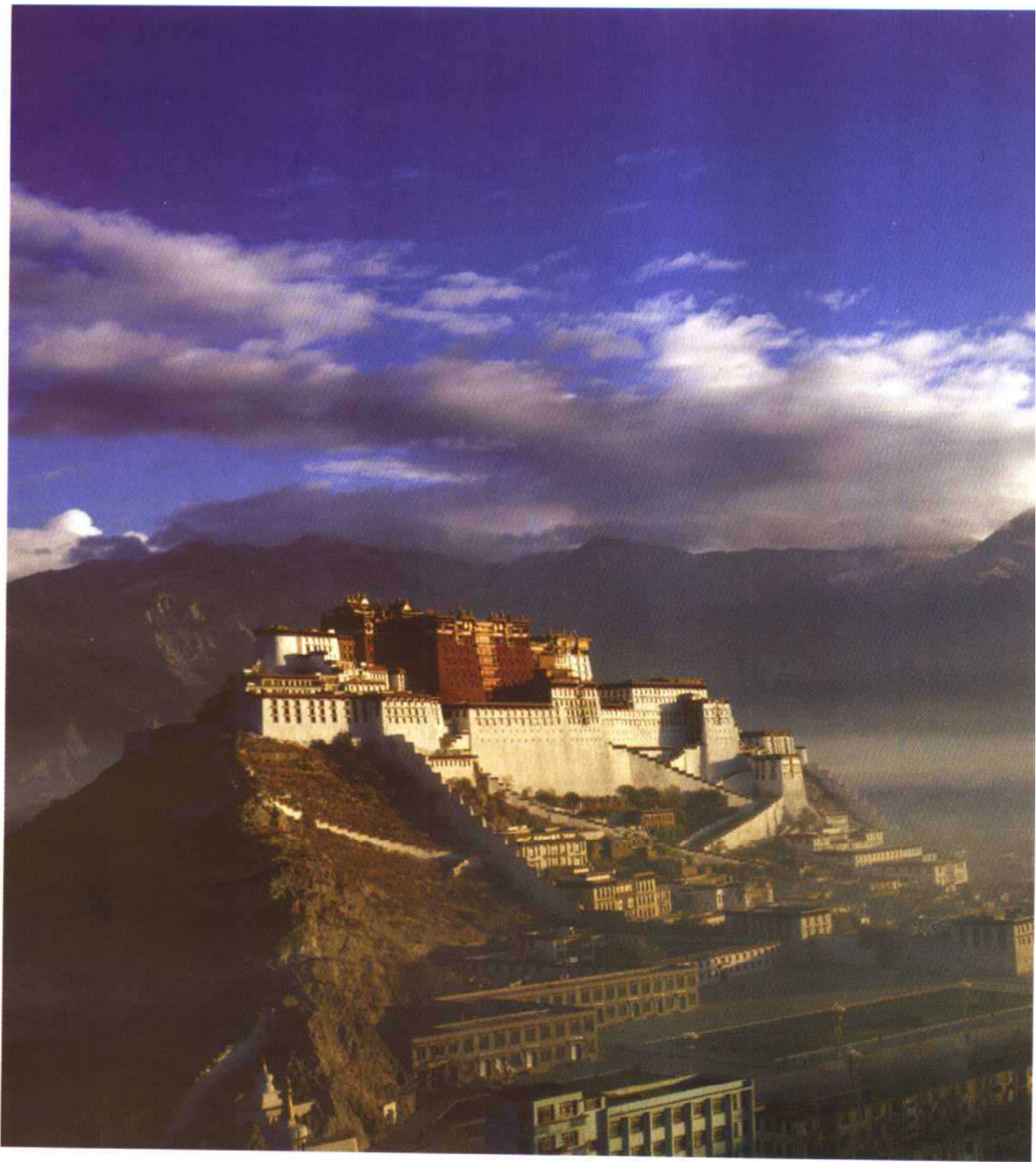


# 神奇的藏族文化

赵永红 编著



民族出版社



布达拉宫始建于公元七世纪，是世界上海拔最高、保存最完整的古建筑群，已被列入《世界文化遗产名录》。



宗喀巴大师诞生于青海省湟中县，是藏传佛教格鲁派的创始人。图为宗喀巴大师青铜塑像。



古格王朝遗址，位于西藏阿里地区札达县。



赛牦牛是惟有在藏区才能见到的民间体育活动，紧张、刺激，一般在节日期间举行。



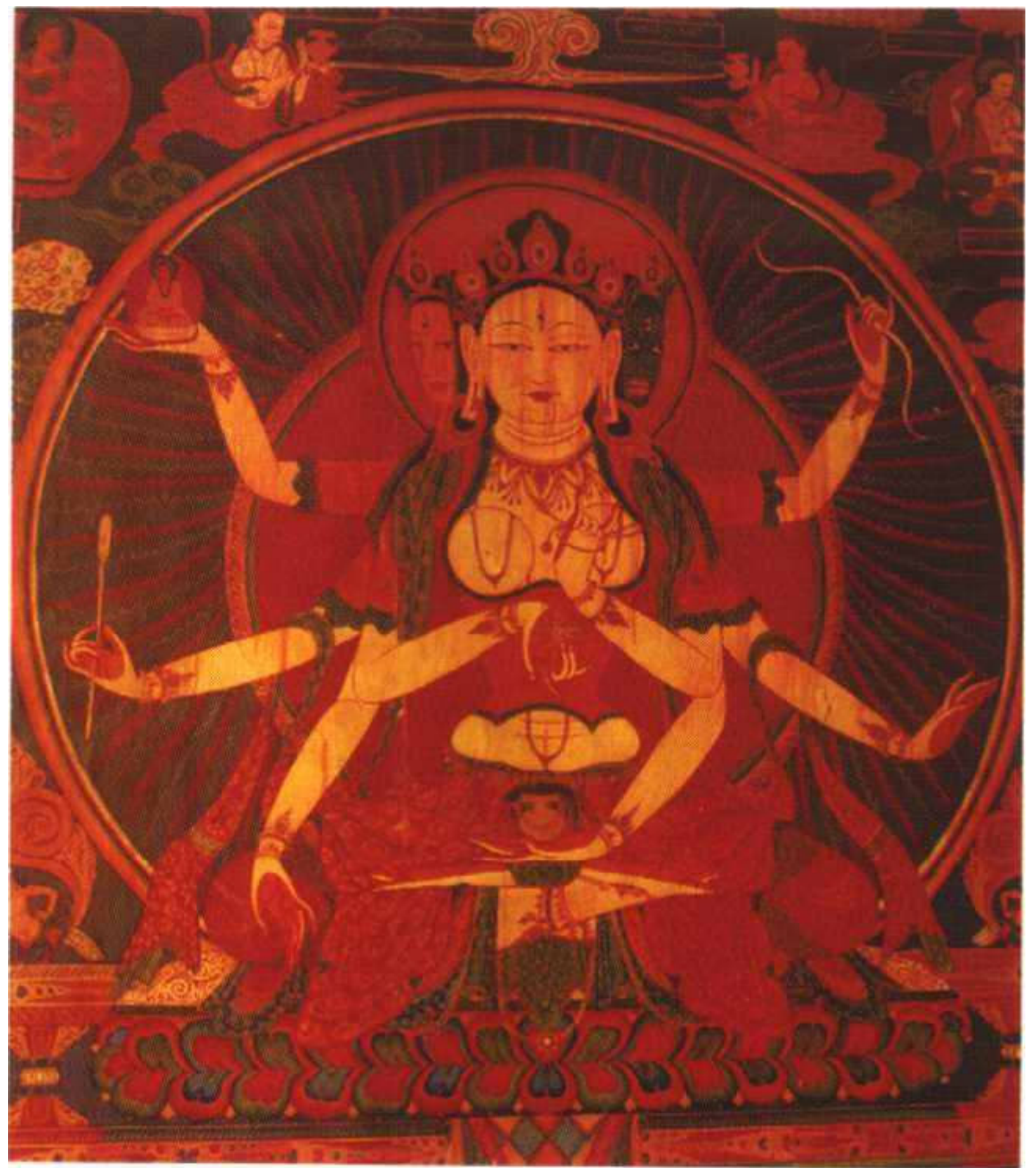
出土于西藏昌都卡若文化遗址的双体罐，是青藏高原上发现的最具代表性的陶器文物。



甘肃省天祝县出土的铜牦牛，是迄今为止国内唯一以牦牛为造型的青铜器文物。



唐卡是用彩缎装裱而成的一种卷轴画，唐卡的质地分为缣丝、织锦、刺绣、堆绣和彩画等。图为金刚亥母堆绣唐卡。



白居寺内所藏“佩孜”画风的壁画精美绝伦，是研究藏族绘画艺术的珍贵资料。



藏族舞蹈琳琅满目，其中充满浓厚宗教色彩的“羌姆”，是重大节日法会上常见的一种表演形式。



酥油花是藏族独有的一种雕塑艺术，酥油花与壁画、堆绣一起被誉为“藏艺三绝”。



凉州白塔寺位于甘肃省武威市凉州区，塔林内建有西藏萨迦派宗教领袖萨迦班智达·贡噶坚赞的灵骨大塔，周环小塔九十九座。



德格印经院始建于清雍正年间，位于四川德格更庆寺，藏有藏文木刻印版21万多块。

藏族，一个敢于向生存极限挑战的民族，铸就刚毅不屈的魂魄，使世界屋脊更加雄健、挺拔。

藏族，一个聪慧睿智的民族，创造了博大精深而充满神奇色彩的文化，为人类文明增光添辉。

——编著者题记

# 序

卢克俭

博大精深而又独具特色的藏族文化，是藏民族在雪域高原生存和发展过程中创造的宝贵财富，是藏民族集体智慧的结晶。藏族文化作为中华民族文化的重要组成部分，包括数千年来藏民族的物质文化、精神文化、制度文化以及风俗习惯等。从远古时代一直到今天，在漫长的历史进程中，藏族文化伴随着藏民族的繁衍发展而不断发展，不断丰富，并以人类文化所特有的整合力与推动力渗透到藏民族社会生活的各个领域，影响着藏民族的价值观念、思维方式、伦理道德等诸多方面。藏族文化在长期的历史积淀中，在同其他民族文化的交流中取得了极为灿烂辉煌的成果。

历史一再证明，一个民族，乃至一个国家的国家，要想不断发展进步，要想跻身于世界先进民族的行列，就始终离不开经济的发展，始终离不开继承和发扬自己民族的优秀文化，高扬先进文化所体现的宝贵的民族精神，不断创新，与时俱进。民族文化的发展，其本质仍是创造这种文化的民族本身的发展与进步，而当这种文化一旦形成自己完整的体系之后，就会辐射开来，以其立体的、综合的、广泛多样的存在形式，间接或直接地为民族的生存和发展服务。藏族文化既有中国传统文化所具有的一般规律和特点，又有其作为古老高原民族文化特殊的形成过程和许多独到之处。

各个不同民族的文化都与民族的历史息息相关，承载着一个民族的兴衰、荣辱，不同时期的文明，忠实地记录了一个民族前进的轨迹，以至于它的全部历史。因此，研究并整理民族文化，从一定意义上讲就是继承和弘扬优秀文化，更好地把握未来时代民族文化发展的方向。这对于各民族文化走向世界，丰富世界文化，提高人类的文明程度都具有重要意义。

令人欣慰的是，近年来有众多的中外专家、学者致力于藏族文化的研究，热心宣传藏族文化，并已在藏族文化的研究、发展和传播等方面取得了可喜的成果。永红同志编著的《神奇的藏族文化》一书，从史前文化、语言文字、文学艺术、文献典籍、宗教信仰、风俗习惯等方面，全方位地介绍了藏族文化所囊括的广阔领域和不同层面。这无疑是一部集文学性、史料性和可读性于一体的好作品。该书以翔实可靠的资料，深入浅出的表述，简洁明快的文笔，为我们了解藏族文化提供了一份极具价值的普及性读物。

永红同志出生于华锐藏区一个牧民之家，是在党的亲切关怀和培养下成长起来的一位藏族干部。他曾从事过文化工作，多年来担任县上、地区（市）的党政领导职务。他勤奋好学、兴趣广泛，不仅在探究本民族文化方面取得了一定成果，他还是一位藏族作曲家、中国音乐家协会会员，这在少数民族党政领导干部中也是不多见的。永红同志在较好地完成自己本职工作任务之余，下功夫著成此书，实属难能可贵。我对此书的付梓出版甚感欣喜，为之作序，以示勉励与祝贺。

2003年5月

# 关于《神奇的藏族文化》

丹珠昂奔

近些年来，有关藏族文化的图书出了不少，几乎涉及到了藏族文化的各个方面。出书虽多，但如何准确地反映藏文化，如何准确地阐释藏文化，进而如何使广大读者准确地理解藏文化、把握藏文化，仍然是个基本问题。因为，只有正确地反映藏文化，才不至于使我们陷于误传之中；只有准确地阐释藏文化，才不至于使我们迷于误解之中；只有科学地理解、把握藏文化，才可以使藏文化为两个文明建设和社会主义现代化服务。“文化力”，是我国国力的一个重要组成部分。中华民族的“文化力”从何而来？我想主要还是从中华民族的传统文化中来。传统文化是我们民族精神的基础，也是“文化力”的基础。中华民族的传统文 化是由中华各民族的传统文化构成。因此，各民族的传统文 化同样是中华民族的珍物，不能不保护，不能不发展，不能不弘扬。

赵永红同志是位藏族干部，一位多年从事党政工作的官员，在繁重的行政工作之余写成一部关于藏族文化的书，实在难得。中国自古以来就有这样一种传统：行政和读书、行政和著书均兼而事之。这种传统好不好？我意为很好，是一优良传统。何以为然呢？其一，通过读书，行政官员可以提高自己的素养。自古以来，有出息的官员，大概都是爱书的，是爱读书

的。官员面对的是社会，倘若不读书，何以识社会、明兴衰、知规律？尤其是现代社会，新知识层出不穷，不读书，不学习能行吗？“文革”前有一句话，传是毛主席说的：“三天不学习，跟不上刘少奇。”不知真假。假如我们变变此话，可以说“三天不学习，淘汰轮自己”。学者需要知识更新，官员也需要知识更新，学者需要更新观念，官员也需要更新观念，不更新就会被时代所淘汰。其二，在读书的基础上写点文章或书更好，或许有人会认为这是不务正业，但这一环节也十分重要。因为，干部要有思、讲、写的能力。“思”，就是考虑问题，就是毛主席说的“出主意，想办法”，就是调查问题、分析研究问题，就是解决问题；“讲”，就是演讲、宣示，就是讲道理、讲真理、讲科学精神，就是要宣传、鼓舞干部群众；“写”，就是自己要有动手写作的的能力。写书的过程就是将知识系统化的过程，是一个思考的过程，也可以说是一个从感性到理性的认知过程，是对一个人综合素质的全面考察。我是搞研究工作出身，后来由于组织安排也搞一些行政工作，我有一切身感受：许多同志不太注意这样一个规律——就整体而言，在基本道德思想合格的前提下，一个人的思维水平往往决定这个人的整体能力，也就是老百姓通常所说的脑瓜子好使。脑瓜子好使就是会考虑问题（分析问题、综合问题、科学推理）。许多人迷信经验，我以为没有经验是不行的，尤其是阅历，“事非经过不知难”，那些没有一定工作阅历的领导干部处理问题往往多有失误，这是符合规律的。要知道李子的滋味就需要亲口尝一尝。你没有经过那种工作，那种工作对你来说就是陌生的，对自己工作对象的陌生和不熟悉，就无法决策；倘若勉强为之，自然难对路

数。时间出真知，阅历之所以是一笔财富是因为它建立在实践的基础上，经验之所以重要也因为它是实践的总结。但光靠经验是不行的，尤其是许多人有了经验就容易犯经验主义的错误，经验主义是十分害人的东西。倘若我们只用经验指导工作，就很容易出弊病。原因何在？因为生活是常新的，工作是常新的，事物在不断发生变化。面对变化了的事物，我们需要重新分析，重新研究，重新认识，重新寻找新的解决方法。就具体工作而言，一个人的认识水平往往代表着他的工作水平，好多同志的工作上不去，关键是认识上不去。认识与思维有关，与不断的学习有关，与不断的调查、分析、研究有关，甚至可以说与科学的学习和科学的方法有关。“什么是科学的学习”？对于干部来说，科学的学习既关注经验，努力地学习一切好的经验，又关注变化，努力地掌握一切变化了的情况；既注重经历，使其有深厚的实践基础，又注重理论，使之有深厚的理论基础；既用心于一般的处理方法，也用心于科学的操作原则，因为许多科学的操作方法来之于经验，但它以经验为参照系统，经验越丰富，参照系统越多，对问题的判断就会越准确，但不以一具体的经验为依据。其三，作为民族干部，更应该是这样，既要加强新的知识的学习，跟上时代前进的步伐，也要加强对本民族的文化的学习。身为民族干部，不懂得本民族的文化、宗教、历史，不能不说是一个严重缺陷。因为，党和政府的许多工作，都要涉及到本民族的事务，民族干部有责任、有义务做好这方面的工作。但一些同志不太注意这方面学习，甚至连基本常识都不懂，如此如何解决这方面的问题？一个民族是一部百科全书，读懂这本书并不那么容易，何况你

要做工作，只有一般的了解是不够的，要进行全面的透彻的了解，只有进行了全面的透彻的了解，才有可能进行准确而有效的工作。赵永红同志的这本书就是在自己学习、了解藏文化的愿望的促动下产生的。可以说，这也给我们许多这样的干部提供了一个学习的方法和途径。

这本书的一个特点是所涉较多，纵向涉及了许多藏民族形成以来的文化现象，涉及了许多历史资料；横向涉及了有关藏族文化方方面面的内容。但作者对这些文化的学习，始终放在一个研究、探讨的层面，因而也涉及到了许多深层的问题和学术界正在探讨的问题。文化问题就现象而言，看上去似乎是十分简单的，但要涉及到它的发源、流传和理论形态，就不再是一个一般性的问题，就需要进行专门的研究，就需要有专业理论的指导，就成了所谓的学术问题。不难看出，作者是带着对本民族文化的深厚的感情来写这部书的，因而对那些喜爱的文化传统浓墨重彩，褒誉有加。从中也可以看到，对于渗透着诸多宗教问题的话题，作者也是站在科学的立场上进行分析、评判，既没有对一些目前藏学界关注的时髦问题盲目跟随，过分夸饰，也没有回避一些敏感性的问题，始终坚持了实事求是的原则，坚持了增进民族团结、维护祖国统一的指导思想，无疑这是好的学风、好的文风。

由于出身于本民族，作者也自然而然地写进了一些自己经历的耳熟能详的文化现象，这是弥足珍贵的。

2003年5月1日

# 前 言

悠悠高原，茫茫雪域。藏民族大都生活在多山、多雪和多水的高原上，他们把皑皑白雪和白色看成是圣洁、希望的象征，喜欢将自己的民族称之为“雪域民族”。藏民族以其辉煌的历史，拥有博大精深而充满神奇色彩的文化享誉世界。他们脚下这块世界的制高点——青藏高原，同样为世人所瞩目。而这个高原的形成，也如同藏民族的历史一样充满着传奇与浪漫色彩。地质学家研究称，远古时代这里是浩瀚无边的“特提斯海”。大海的南面是“冈瓦纳古大陆”，北面则是欧亚大陆板块。后来，这两个巨大无比的大陆缓慢地相互移动，终于在“特提斯海”上惊天动地的碰撞了。从此，这里便隆起一块高地，它就是今天的青藏高原。青藏高原的出现，是千百万年来地球上所发生的最为重大的地质事件之一。然而，更为重要的是，这个被称之为“世界屋脊”的高原，以其宽广的胸怀养育了藏民族和其他兄弟民族的儿女们。

我国藏区以西藏自治区、十个藏族自治州和两个藏族自治县为主，共有540余万藏族同胞。在我国各兄弟民族中，藏族居住地区面积为最大。在这个星球上，藏族也是居住地海拔最高，距离太阳最近的民族。也许正因为如此，使这个民族显得格外富有智慧和想像力，使这个民族的文化也如同他们脚下的这片大地一样——高高隆起。

藏民族作为中华民族大家庭中的一员，同各兄弟民族一道披荆斩棘，艰难曲折地走过了数千年。在人类历史的长河中，千年谓之“弹指间”，可见时光流逝之快。然而，历史不会消失，它会永远记住这些民族在过去的岁月里做了些什么，更为重要的是为世界留下了些什么。在各民族的诸多遗产中，文化遗产无疑是最为重要的，最珍贵的。它代表一个民族的精神风貌，最集中地反映一个民族的气质和特征等，以至影响一个民族的物质生活和精神生活。研究民族历史的学者众多，著作浩繁，对有些问题观点各异。但是，大家都有一个共同的认识，那就是研究一个民族的历史，评价一个民族，不能离开文化这个“源”。如果离开文化这个“源”，一切就会无从谈起。

藏民族有五千年的文明史，历史文化源远流长。藏族文化有着浓郁的民族特色和地域特色。综观藏族历史，藏族文化的形成与发展大致可以分为四个阶段：即7世纪前的史前文明、吐蕃时期的文化定型、元明时期的高度发展和清代的繁荣

鼎盛。史前文明阶段，包括公元7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——苯教为主体的文化艺术的形成与发展，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时代末期至吐蕃时期以前大量岩画，集中展示出史前艺术的萌芽，体现了这一时期的文明成就。公元7世纪吐蕃王朝时期，是藏族文化艺术的重要历史时期。藏文的创制及推广应用、佛教文化分别从印度和唐朝的传入、各民族文化艺术的相互吸收和碰撞是这个时期的一大特色。在藏族文化发展史上，藏传佛教对藏族文化艺术所产生的影响是巨大的。大昭寺、小昭寺、昌珠寺和桑耶寺等寺院建筑，集绘画和雕塑于一体，整个布局按佛教世界的模式来构筑，主体建筑则在藏式建筑的风格基础上融合了印度和我国唐朝中原之风。从这一时期的建筑艺术中我们可以看出，独具特色而较为完整的藏民族文化体系已开始形成。元朝时期，以藏传佛教为主体的文化艺术得到了高度的发展，佛教经典趋于系统化。先后编纂出了第一部百科全书式的藏文大藏经《甘珠尔》和《丹珠尔》目录。诞生了在藏族文化史上具有重大影响的佛学大师宗喀巴、萨迦班智达·贡噶坚赞和布顿仁钦朱等一批著名人物。产生了《布顿佛教史》、《青史》、《红史》、《新红史》、《西藏王统记》等一批名著。除此之外，格言诗、道歌、寓言故事等文学体裁

与形式不断涌现，《米拉日巴道歌》、《萨迦格言》等名噪一时的文学经典作品相继问世。此时，各种形式、各种题材的文学作品得以大备，而且数量也已很多。大则恢弘豪放、汪洋恣肆；小则玲珑俊秀、玉润珠圆。随着天文历算学的不断发展，1027年起正式使用胜生周纪年，此年为藏历第一饶迥元年（火兔年）。医学在继承传统的基础上形成了南北两大流派。建筑、绘画、雕塑等艺术形式日臻完美，产生了萨迦寺、托林寺、夏鲁寺、纳塘寺和白居寺等一大批古代建筑艺术杰作。这一时期，还形成了具有鲜明特点和风格的绘画艺术流派，并开始对中原内地的文化艺术产生影响，到后来元、明两代的北京和元代的杭州成为内地两大重要的藏传佛教艺术创作中心。元代时期的雕版印刷术的传入和运用，为方兴未艾的藏传佛教文化传播和艺术的创作注入了新的血液。进入清代以后，由于清中央政府对藏传佛教文化的提倡，以及相对稳定的社会经济环境，使藏族文化艺术不断走向繁荣。此时，人文、自然各个学科也在继承传统文化和吸收其他民族优秀文化的基础上，不断推陈出新。大量抒情诗及小说等体裁的文学艺术创作，集中代表了此时文化艺术发展的轨迹和灿烂的成就。这一时期，雕塑、绘画和建筑等艺术等不断走向成熟，布达拉宫的扩建和整体建筑形象的完成，体现了藏民族建筑、雕塑和绘画领域中的巨大成就。这一伟大建筑独具匠