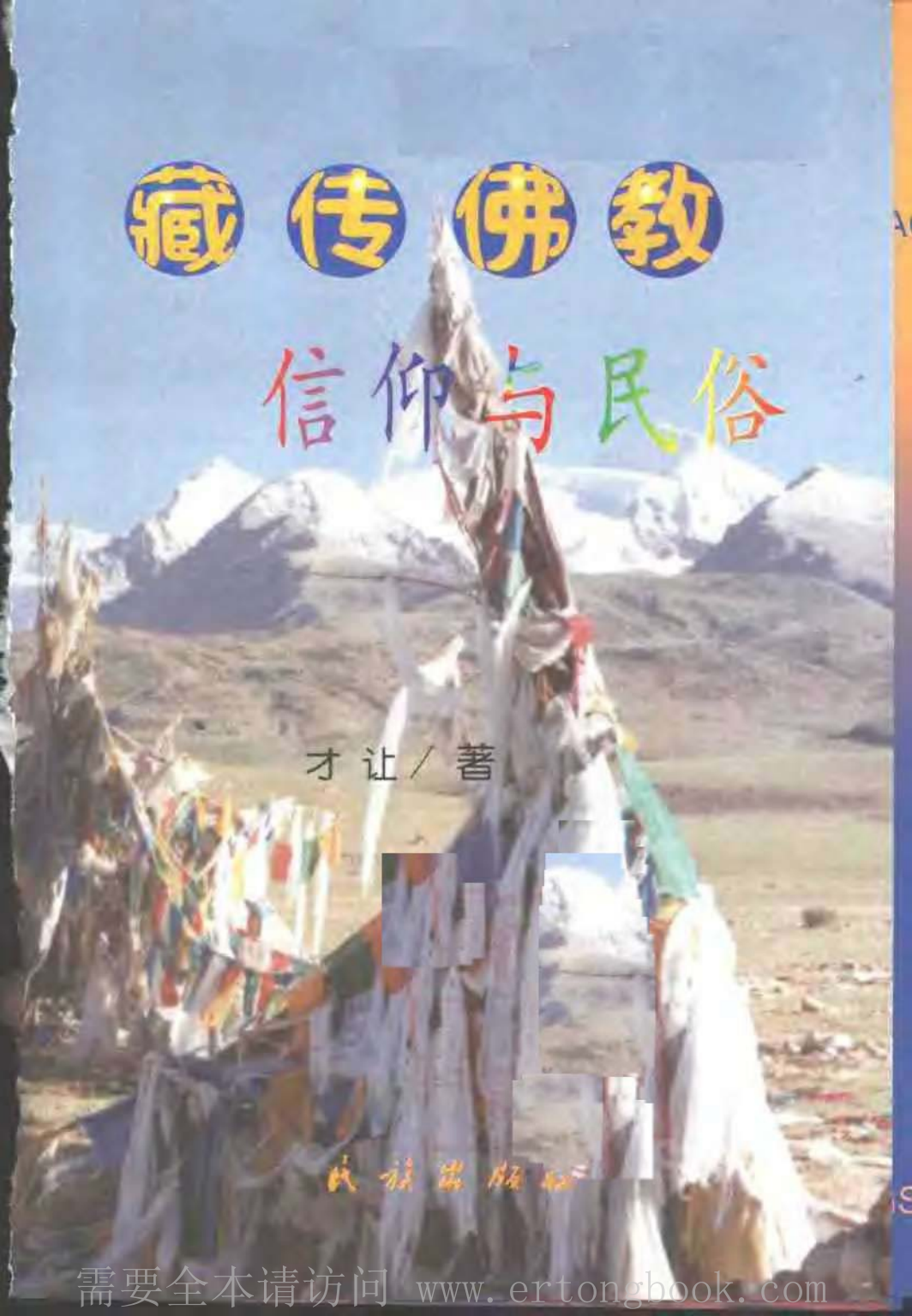
藏传佛教

信仰与民俗

才让／著



需要全本请访问 www.ertongbook.com

责任编辑：卓玛吉
责任校对：次仁措姆
装帧设计：吾　要

图书在版编目(CIP)数据

藏传佛教信仰与民俗/才让著. - 北京：民族出版社 1998.9
ISBN 7-105-03127-1

Ⅰ.藏… Ⅱ.才… Ⅲ.①喇嘛教-信仰 ②少数民族风俗习惯-藏族 Ⅳ.B946.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 08784 号

民族出版社出版发行
(北京市和平里北街 14 号　邮编 100013)
民族出版社微机照排　民族印刷厂印刷
各地新华书店经销
1999 年 1 月第 1 版　1999 年 1 月北京第 1 次印刷
开本：850×1168　1/32　印张：9　字数：200 千字
印数：0001—16,000 册　定价：18.00 元

该书如有印装质量问题，请与本社发行部联系退换
(总编室电话：64212794；发行部电话：64211734)

前　言

佛教自公元六、七世纪传入藏族地区后，迅速传播开来，雪山环绕的高原大地成为佛教文化的乐园。佛教对藏族人的价值取向、道德规范、心理素质、思维模式等诸多方面，无不给予深远而持久的影响。藏传佛教是藏族文化的核心和主体，离开藏传佛教则藏族文化无从谈起。

在历史发展的长河中，藏传佛教又吸取融合了多种文化，形成既是多元文化的聚合体，又是博大精深、自成系统的文化体系。就信仰习俗而言，藏传佛教吸收了高原上原有的一些崇拜对象、崇拜仪轨、崇拜习俗等，但这种"吸收"不是盲目的、无原则的，而是将佛教的精神贯穿于其中。同样对中国传统文化中的八卦、五行学说等，也经过一番精心的改造，注入了佛教思想。因此，在今天要了解这些信仰习俗，既要追根求源，又要了解佛教的有关解说和佛教价值观念在其中的体现，如此，才能全面地认识这些习俗。

藏传佛教的信仰习俗内容丰富多彩，甚至令人神秘莫测。这是由于信仰渗透在生活的各个层面上，处处都有信仰的影子，使社会生活宗教化、信仰化。可以说藏族社会的习俗与藏传佛教的信仰紧密地结合在一起，信仰的力量无处不在。

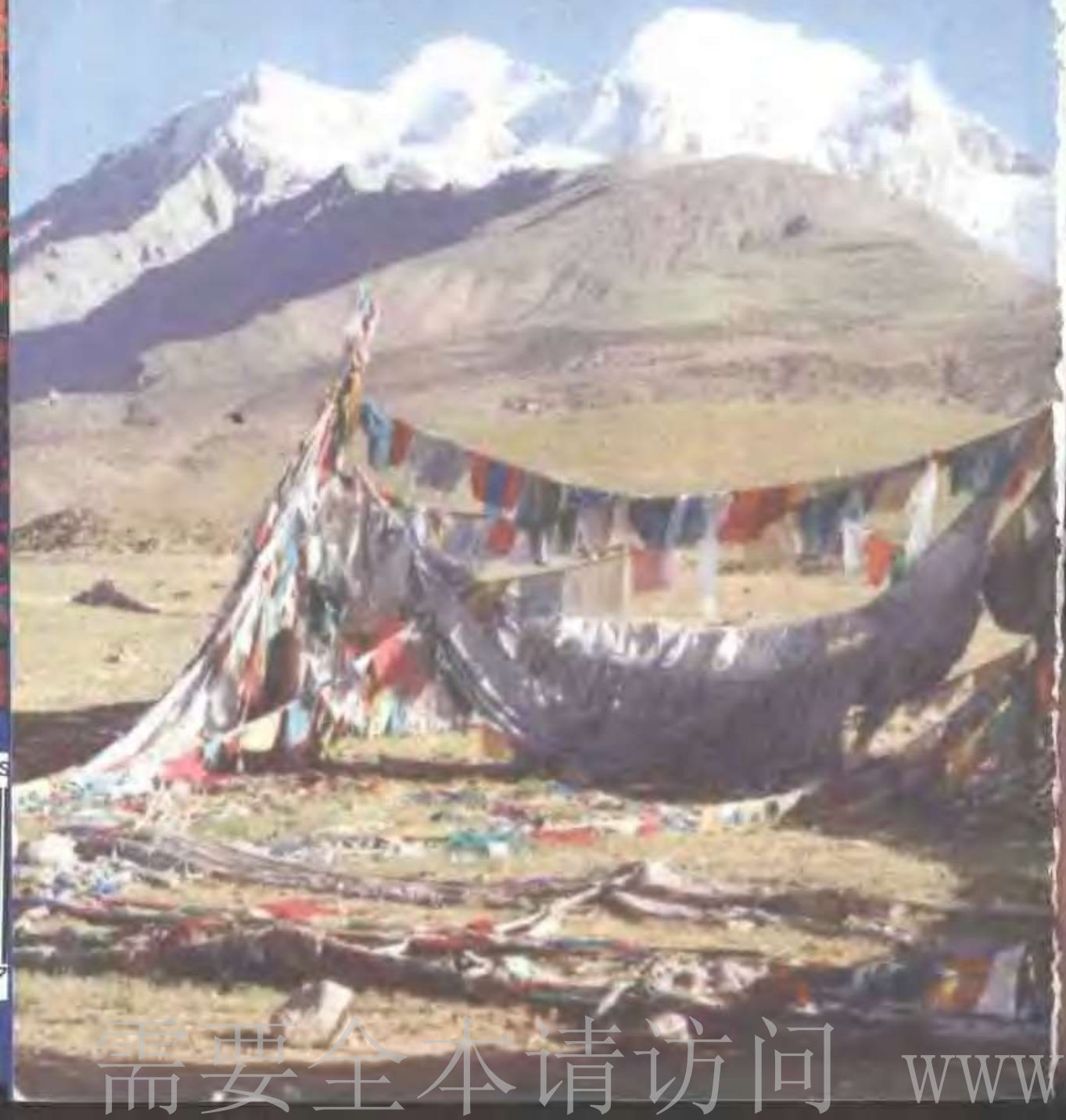
一般的习俗具有传承性、稳定性的特点，但同时习俗也随着社会的变迁而发生变化，藏传佛教的信仰习俗也是如此。有些习俗，已成为历史的陈迹，或者相比过去，未能全面的恢复，已没有了原有的完整性、系统性，只是一片和残存。而在当前，科学技术的日新月异，市场经济的浪潮涌动，一切传统的文化受到了冲击

和挑战，面临着调整、革新，以适应新的时代。藏传佛教中也出现了一些新的动向，比如有的地方的原本繁琐、冗长的节日庆典习俗，为适应高节奏、高速度发展的社会，或缩短了时间，或减少了内容。把一些新的科技手段、新的应用方法，又引入传统的习俗中，用"电供灯"来供养佛菩萨就是现代科技在传统习俗中运用的典型事例。因此，现今的一些藏传佛教信仰习俗，与历史上的信仰习俗之间，已发生了很多变化，而且还在不断的变化之中。

寺院是传播藏传佛教文化的中心，藏传佛教文化的传承发扬取决于寺院的兴盛与否。一些大规模的信仰活动都是以寺院为中心而开展的，寺院是倡导者、发起者，普通信徒是参与者、支持者，这样一种关系保持至今。寺院是信仰的中心，信徒心目中的圣地，尤其是那些高僧云集、寺规严明、圣物众多的寺院，放射出夺人的光芒，令信徒们感动，生起敬仰之情。在寺院也最能领略藏族传统文化的丰富内涵，寺院中所保存的信仰习俗也最为完整。有关对这些习俗的认识和解说更是非寺院大德莫属，他们比普通信徒，更能高层次、全面性的认识，而大多数信徒，只知这是传统习俗，而不知其所以然。因此，研究藏传佛教信仰习俗自然离不开寺院，而这些习俗的存在和保留也与寺院息息相关。

藏族社会的信仰习俗虽然千姿百态，但都在体现着宽容博大的佛教精神，一种对一切生物的无限慈悲和怜悯之情，同时又表达着人类追求和谐、宁静、善良的美好愿望。信仰习俗的这种内在底蕴，也正是它的魅力所在，就此它具有永恒的价值。

雪域，一片清净地域；
雪域人，一个智慧仁慈的使者；
雪域人的信仰，树起佛教宽容博大的旗帜；
雪域人的习俗，令世人神秘莫测……



需要全本请访问 www.

目　录

雪域众生的信仰

1 佛陀的教海 …… (1)
2 四大教派 …… (5)
A 古老的宁玛派 …… (6)
B 昆氏家族与萨迦派 …… (8)
C 支系林立的噶举派 …… (10)
D 最大的教派—格鲁派 …… (14)
3 信仰·文化 …… (16)

佛·菩萨·护法神·祖师·活佛

1 觉悟者 …… (21)
A 导师释迦牟尼 …… (21)
B 无量光佛 …… (23)
C 未来佛 …… (24)
D 药师佛 …… (25)
E 本尊佛 …… (26)
2 利他的菩萨 …… (28)
A 大悲观世音 …… (29)
B 智慧文殊 …… (32)
C 救度母 …… (34)
3 护法神 …… (37)

A 马头明王 …… (37)
B 吉祥天女 …… (38)
C 六臂护法 …… (40)
D 法王 …… (42)
E 财神 …… (43)
F 乃穹神 …… (44)
4 祖师 …… (47)
A 莲花生 …… (47)
B 阿底峡·燃灯智 …… (49)
C 米拉日巴 …… (50)
D 宗喀巴·罗桑扎巴 …… (53)
5 活佛——乘愿再来 …… (55)
A 化身说 …… (55)
B 著名的活佛 …… (57)
C 普渡众生 …… (60)

礼敬·供养

1 献供 …… (64)
2 磕头 …… (66)
3 转经轮 …… (67)
4 诵经 …… (68)

圣山·圣湖

1 人间仙境 …… (73)
2 佛教大师们的足迹 …… (76)
3 绕转 …… (78)

山神

1 山上的神灵 …… (83)

2 藏传佛教与山神 …… (85)
3 看几尊著名的山神 …… (87)
A 阿尼玛沁 …… (87)
B 念青唐拉 …… (95)
C 阿米年钦 …… (98)
4 山上的祭典 …… (101)
A 神宫拉则 …… (101)
B 定期祭祀 …… (103)
C 风马 …… (104)
D 经幡 …… (106)

龙神

1 雪域龙神（珠） …… (109)
A 雕刻绘画中的龙 …… (109)
B 史诗中的青龙 …… (110)
C 地名·人名 …… (111)
D 生肖纪年 …… (111)
E 珠与龙 …… (112)
2 那伽·鲁 …… (113)
A 佛教的龙 …… (113)
B 苯教的龙（鲁） …… (114)
C 那伽与鲁 …… (114)
D 鲁与珠 …… (116)

关帝——中原的神灵

1 夏河关帝庙 …… (118)
2 密宗护法神的化身 …… (120)
3 祭祀关帝 …… (124)

4 文昌帝君 …… (129)

向一切神灵献供

1 掘藏大师郭吉丹赤坚 …… (134)
2 准备 …… (138)
3 前行仪轨 …… (142)
4 正行仪轨 …… (146)
5 结束 …… (163)

占卜·预测

1 骰子卜 …… (165)
A 文献 …… (165)
B 卜法 …… (166)
2 六字真言卜 …… (168)
A 占法 …… (169)
B 卦辞 …… (169)
3 念珠卜 …… (170)
A 文献 …… (171)
B 卜法 …… (172)
4 圆光卜 …… (173)
5 梦卜 …… (175)
6 鸟卜 …… (179)
7 签卜 …… (182)
8 征兆 …… (186)
9 相人术 …… (188)
10 箭卜 …… (191)
11 骨卜 …… (192)
12 绳卜 …… (192)

13 占音术 …… (193)
14 脉占 …… (193)
15 汉传占算术 …… (194)

神谕

1 神的代言人 …… (196)
A 乃穹神汉 …… (196)
B 拉莫神汉 …… (197)
C 噶顿神汉 …… (198)
D 多杰雄丹神汉 …… (200)
E 赞玛热神汉 …… (201)
F 其他降神者 …… (203)
2 神灵附体 …… (205)
3 降神的功用 …… (209)

信仰与人生礼仪

1 出生命名 …… (213)
2 结婚仪礼 …… (214)
3 丧葬习俗 …… (215)
A 天葬 …… (216)
B 火葬 …… (220)
C 土葬 …… (221)
D 塔葬 …… (222)
E 其他葬俗 …… (225)
3 超越死亡 …… (226)

法会·跳神

1 祈愿大法会 …… (231)
A 起源 …… (231)

B 集会祈愿 …… (233)
C 尊重生灵 …… (235)
D 正月十三“展佛” …… (236)
E 超度魔类 …… (237)
F 酥油花 …… (240)
G 美好的愿望 …… (241)
2 二月“打鬼” …… (242)
3 四月斋会 …… (245)
4 七月法会 …… (247)
5 九月金刚神舞 …… (251)
6 其他 …… (254)

护身符·禁忌

1 护身符 …… (256)
A 宝石类 …… (256)
B 雷石类 …… (257)
C 绘画 …… (258)
D 护身符 …… (259)
E 护身结 …… (268)
F 其他 …… (269)
2 禁忌 …… (269)
A 宗教禁忌 …… (270)
B 生活禁忌 …… (271)

需要全本请访问 www.ertongbook.com

雪域众生的信仰

藏传佛教是藏族人的主要信仰，也是藏族地区占主导地位的宗教。在世纪末的钟声即将敲响之际，藏传佛教业已从亚洲中部的青藏高原传向了更为广阔的地区，受到许多人的关注或信仰，介绍、研究藏传佛教的著作更是层出不穷。古老的宗教，焕发出勃勃生机，并以其深邃的哲理、神秘的仪轨展示出无穷的魅力。

1 佛陀的教诲

藏族人信仰的宗教有两种：藏传佛教和苯教。其中以藏传佛教为主，是绝大多数人的精神支柱。藏族一般称藏传佛教为佛教，前面不加任何限制词。而外界对藏传佛教有各种称呼，如喇嘛教、西藏佛教、藏语系佛教等。过去在汉文文献中喇嘛教这一名称较为普遍，并传至国外。“喇嘛教”一词最早出现于清朝初期，是对藏蒙地方佛教的一种俗称。到了八十年代后，又改称为西藏佛教、藏传佛教、藏语系佛教等。原因是藏传佛教界从来也没有接受过“喇嘛教”这一名称，“喇嘛”的意思是“上人”、“上师”，通俗言之，就是对高僧大德的尊称，以此来命名就如将内地的佛教称为“和尚教”一样荒谬。同时，这个名称还似乎暗示着这种宗教具有背离正宗的倾向，令藏传佛教

的大师们十分反感。改称为藏语系佛教、藏传佛教后，受到佛教界的欢迎和认可。当然，也有人在某些刊物上撰文，振振有词，质问喇嘛教一词何须修改，但终究变得悄无声息了。国外学术界中，欣赏、赞同“喇嘛教”一名者，不乏其人，法国的石泰安先生就是最为典型的代表。他在《西藏文明》一书中说道：

> “人所共知，西藏的现代宗教是大乘佛教，这种宗教的的确确是渗进到西藏所有的制度和居民之中，大乘佛教在西藏形成了一种独特的形式。除了蒙古、锡金和不丹之外，它与远东其余地方的大乘佛教均有所异，而上述三地也正是采纳了西藏佛教形式的结果。由于喇嘛在其中所起的突出作用，所以这种宗教形式又被称为喇嘛教，而“喇嘛”一词也并不是指所有僧侣，而仅仅是指导师而言。我们在下文将会看到，他们的作用确实格外昭著，甚至在教理方面也是这样。所以，我们没有任何理由对这一称谓加以修正。”

在世界上的各种宗教中，传播和掌握教理的“上师”都处于举足轻重的地位，没有他们的传承和发扬就根本谈不上宗教的存在，古今中外，概莫能外。但很少用对他们的称呼来命名某一宗教，却唯独对藏传佛教称之为喇嘛教呢！这些智者，喜欢以他们的独特眼光看到“所异”，而对大乘佛教共同的教理和基本的核心总是淡然视之。对藏传佛教、藏族文化更是要站在高处审视一番，通过这“最后的活标本”，来回忆他们祖先的时代。在他们的眼中，藏族文化、藏传佛教的唯一功用就是有助于他们对过去时光的记忆。自然这些学者对藏传佛教教理进行阐释的著作，杂乱不堪，使人无所适从，不知道他们到底要说

些什么。

藏传佛教界历来认为雪域的佛教是印度佛教的完全继承，而不是藏族人的创新，更不是别的什么宗教。因为藏传佛教中的教法传承，包括讲授显宗经义的传承、密宗实修口诀的传承、律法的传承皆源于印度，代代相承，往上可追溯到佛祖释迦牟尼；藏传佛教最神圣的经典藏文大藏经《甘珠尔》和《丹珠尔》中的大部分译自于纯正的梵文经论，少部分译自于纯正的汉文经典（也是从梵文译为汉文的），而藏译经典的准确性和忠实于原文的精神，远远超过其他文种的译本，甚至在当今不少藏译本已还原为梵文。这充分显示出了藏传佛教界对佛教教义的高度重视，以求达到分毫不差的境界。藏文大藏经的质量在佛经译本中是首屈一指，而所收的经典的种类也是最为齐全的，堪称是世界佛教文化的瑰宝；藏传佛教大寺院中的经典教育，完全是古印度那烂陀等佛教大寺院的教学风格，闻思修密切结合，确保修习者完整地理解教义的实质；藏传佛教大师宗喀巴等对佛教体系的完整把握和实践，也不逊于“六庄严”等印度最伟大的佛教大师；藏传佛教倡导的完全是大乘佛教的菩萨精神，自己觉悟的同时还要帮助千千万万的芸芸众生觉悟，对一切生命表现出无限慈爱和怜悯；凡此种种皆表明藏传佛教并非是“大乘佛教在西藏形成了独特的形式”，而是它本身就是大乘佛教，更不是什么变异，大乘佛教的教义是它的核心和基础。

藏传佛教同中原、日本等地的佛教相比，它们的根本宗旨、基本教义和行为准则是完全一致的。如果说有不同之处，也就表现在外在的形式上。因为佛教本身没有强烈的排他性，也没有强烈的征服性，而更多的是和平和宽厚，以理服人。佛教也从未发动过圣战之类来扩大自己的影响，当然也从未有过这样

的念头。当佛教传到一个新的地域时，总是或多或少地吸收当地的文化，从而更适合于当地人接近佛教的真谛，这是各地佛教的共同特点。如此，各地的佛教都发生了一些变化，形成了一些地方特色的佛教文化和习俗。乍看上去，这些习俗间的差异是如此之大，使人觉得很难下是同一宗教的结论。但实际上，在这些相异的习俗中仍然贯穿和体现着佛教的基本精神，正如佛教的艺术作品一样，借用艺术的形式，展示佛和菩萨的伟大品格和智慧。这点在藏传佛教的信仰习俗中尤为明显，我们将会在下文中看到，藏传佛教的大师们对传统的信仰习俗赋予新的解释。注入了佛教的诸如慈悲、尊重生命等观念。外在的形式千变万化，却都在表述着同一价值观念。这里可以举一个当代的例子，格鲁派的意希嘉嘱在西方社会享有很高的声誉，不少人奉他为上师。他在对待藏传佛教传统信仰习俗与西方社会间的关系上，态度非常明确："他认为，佛代表的只是得到完全觉悟的生命，它不必是黄皮肤黑眼睛，每个接受了佛教的种族，都可以把佛依照他们的形象来描绘，西方人可以创造出西方的佛像。同样，佛法在西方就应以西方的方式来传扬。……在意大利时，他告诉比萨的学生，他没有兴趣把藏族文化和藏传佛教的各种仪式搬过来。他说：'习俗和文化并不重要。过去，佛教曾传播到许多国家，譬如缅甸、泰国等，并且形成了不同的形态。藏族文化永远不可能变成意大利文化。'"（转引自黄维忠《佛光西渐——藏传佛教大趋势》）因此，意希嘉嘱用香水取代传统供佛用的藏香，还建议意大利信徒将意大利面条用于宗教仪式中。从意希嘉嘱的做法，我们可以回想那些最初的传教者，他们同样具有因势利导的机智和对异族文化的宽容，因为重要的是内在的精神，而非外在的形式。

综观当今世界佛教，唯有藏传佛教是保存并实践传承方面最为完整，可谓是纯正的佛法。从整个佛教体系来看，分为北传的大乘佛教和南传的小乘佛教，前者的经典以梵文为主，后者为藏、汉等文字，后者以巴利文为主。藏传佛教属北传大乘佛教体系。大乘佛教内又分显宗（又名般若乘）和密宗（又名金刚乘），目前日本佛教中保存有一部分密宗教法（称为东密），汉传佛教中的密宗教法早已失传，只存经典；只有藏传佛教中弘传着四续部密法，显密并重，佛学体系完整无缺。由此观之，不能说密宗为藏传佛教所独有，而只能说唯藏传佛教传承弘扬着密续教法，法脉一直未断。

因此，总体上我们可以说，藏族人信仰的藏传佛教就是佛教，而且是兼容三乘教法、体系严谨的佛教。在世界各地传播的佛教中，藏传佛教更多地保持了佛教的原貌和精神。

2 四大教派

藏传佛教内因密法传承等因素而形成不同的派系，先后有宁玛派、噶当派、萨迦派、噶举派、息杰派、觉囊派、觉宇派、格鲁派等教派，其中影响最大，传承至今不衰的是宁玛派、萨迦派、噶举派和格鲁派，堪称是藏传佛教的四大教派。它们有各自的代表人物、寺院以及教法体系，各具特色，主要由它们组合成了藏传佛教。

藏传佛教的历史大致分为两个阶段：公元七世纪到九世纪为前弘期；公元十世纪起为后弘期。也有将八十年代宗教政策恢复以后的历史，称为再弘期。藏传佛教的各教派皆形成于后弘期，尤其是公元十一世纪为藏传佛教发展的黄金时期。

A 古老的宁玛派

宁玛二字的藏文涵义翻译过来就是“旧派”之意。该派的形成往上推至公元八世纪，以入吐蕃传教的莲花生、无垢友等为祖师或早期代表人物；该派传承的法以吐蕃时期的旧密咒为主，因此称旧派。但作为具有一定规模和系统教义的教派，是在公元十一世纪时期完成的。

相比于藏传佛教的其他教派，宁玛派无论从组织、教义、经典、供奉的神佛等诸多方面，有自己鲜明的特色。就组织而言，宁玛派没有统一的教主或最高领袖，处于松散、自由发展的状态中。该派的修持者一般分为两类：第一类占绝大多数，被称为“咒师”，他们生活在民间即世俗社会中，由于他们未正式出家，未受比丘戒，因此结婚生子，有属于自己的财产。他们不注重佛教显宗经典的学习，而注重许多适合于民间的各种法术仪式，这种咒师遍布于藏族各地。第二类是正式出家人，常住寺院中，有严格的修学制度，接受戒律寺规的约束。

教义上，宁玛派自称体系。判佛教为三根九乘，具体如下：

低根乘 → 声闻乘
独觉乘
菩萨乘 } 释迦佛所说

中根乘 → 事　部
行　部
瑜伽部 } 报身佛金刚萨埵所说

锐根乘 → 父续玛哈瑜伽
母续阿耨瑜伽
阿底瑜伽 } 法身佛普贤所说

后三乘又名“内三乘”，其中阿底瑜伽即大圆满法，最为殊

需要全本请访问 www.quantongbook.com