藏密文庫 10

全彩插图珍藏本

一次西藏历史的感性之旅

100幅内蕴深厚的绝美唐卡　带您穿越历史表面的层层迷雾

深入解读雪域高原的神秘往事

唐卡中的西藏史

琼那·诺布旺典/著



陕西师范大学出版社

藏密文庫

全方位、多角度的唐卡深度解读

本书将为你讲述

藏族的先民是由猕猴变来的吗

第一藏王聂墀赞普是如何“从天而降”的

松赞干布在向大唐求婚时遇到了哪些难题

莲花生大师怎样降伏苯教神灵

藏传佛教的前弘期和后弘期是怎么划分的

四大教派又是如何产生的

宗喀巴为何被尊为“第二佛陀”

“达赖”和“班禅”的封号都是从何而来

藏族人民如何英勇抗击英军的两次入侵

十三世达赖与九世班禅为何失和

“张大人花”是为了纪念谁

本书是国内第一本探讨唐卡艺术中蕴含的西藏历史的专著。本书通过100幅精美的唐卡，紧密结合历史人物和历史事件，为您展示我国藏民族由远古到吐蕃时期，再到萨迦、帕竹、甘丹颇章等地方政权时期的恢弘历史，包括藏民族的起源、发展，佛教的传入与兴盛，藏民族与中国内地各民族不可分割的亲缘关系等精彩内容，力求让读者在欣赏美丽唐卡的同时，对藏民族历史有一个正确而清晰的认识。



ISBN 978-7-5613-4006-6

9 787561 340066 >

定价：68元

建议上架类别 | 社科·宗教



藏密文庫 系列

全方位、多角度的唐卡深度解读

唐卡是西藏一种独特的宗教艺术，
它就如同一颗璀璨的水晶，
不仅蕴含着千年藏传佛教的深奥哲理，
更折射出藏民族文化的方方面面，
从悠久的民族历史到神秘的天文历算，
从丰富的地理常识到富丽的民俗文化……
堪称是一部西藏文化的手绘版“百科全书”。

这套“藏密文库”系列丛书，
融唐卡鉴赏和佛教知识为一体，
引导读者进入博大精深的藏传佛教天地。
出版以来，得到了读者、专家的鼓励和认可，
也将吸引更多的优秀藏学家、佛学者、鉴赏家，
来共同参与，共同构筑这个宝贵的文库。

封面故事

松赞干布

布本设色唐卡　清代　西藏

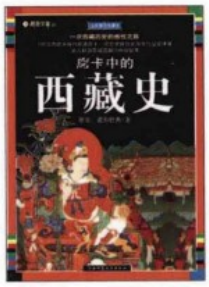
松赞干布是吐蕃第32代赞普，他统一了吐蕃诸部，定都拉萨，发展生产，创制文字，制定法律，并与唐朝联姻。佛教传入吐蕃后，他被尊奉为观世音菩萨化身之法王。

唐卡中松赞干布左手握法轮，右手持莲花，左舒式坐于金刚座上。背景为大昭寺，座两侧绘尼泊尔墀尊公主和唐文成公主。

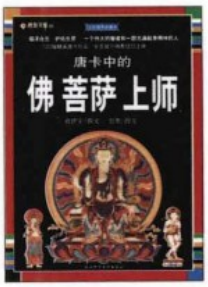
项目创意 监制／紫圖圖書 ZITO
www.readroad.com

藏密文庫

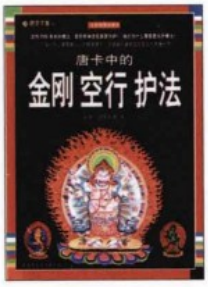
全方位、多角度的唐卡深度解读



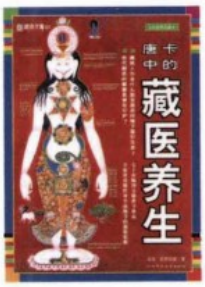
10



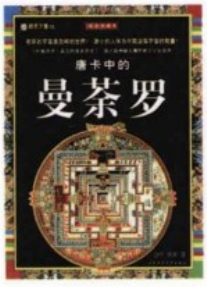
09



08



07



05



04



03



02



01

责任编辑/ 周 宏　　封面设计/ 万 夏　王莉芬

藏密文庫 10

全彩插图珍藏本

这是一次关于西藏历史的感性之旅
100幅内蕴深厚的绝美唐卡　带您穿过历史表面的层层迷雾
深入解读雪域高原的神秘往事

唐卡中的西藏史

琼那·诺布旺典／著



陕西师范大学出版社

图书在版编目（CIP）数据

唐卡中的西藏史／琼那·诺布旺典著.
－西安：陕西师范大学出版社，2007.6
ISBN 978-7-5613-4006-6
Ⅰ.唐… Ⅱ.琼… Ⅲ.①唐卡－宗教艺术－简介－西藏
Ⅳ.J219
中国版本图书馆 CIP 数据核字（2007）第 067641 号
图书代号：SK7N0454



藏密文庫 系列

项目创意／设计制作／紫圖圖書 ZITO

唐卡中的西藏史

琼那·诺布旺典／著

责任编辑／周宏
出版发行／陕西师范大学出版社
经销／新华书店
印刷／北京朝阳新艺印刷有限公司
版次／2007 年 6 月第 1 版
2007 年 6 月第 1 次印刷
开本／787 × 1092 毫米　1/16　17 印张
字数／110 千字
书号／ISBN 978-7-5613-4006-6
定价／68 元

如有印装质量问题，请寄回印刷厂调换

藏民族起源图

这幅清代唐卡根据藏民族的起源传说绘制，主要讲述了“猕猴变人”的传说，以及吐蕃早期赞普的历史传说故事。“猕猴变人”的传说是关于藏族起源的故事中流传较广的一个，讲的是一只神变来的猕猴受其师观世音指派，到西藏修行，后来与罗刹女结合，繁衍了五百只小猴。由于猴子猴孙数量太多濒临饿死，观世音为其播撒不种自生的五谷种子，让他们过上了安康的生活，众猴子也慢慢变成了人，成为藏族人的祖先。这一故事虽然掺杂了许多宗教因素，但从猴变人这种说法看来，是和进化论的观点有相通之处的。

唐卡中还包括了从吐蕃早期悉补野部第一代赞普聂墀赞普到第九代赞普布德贡杰时期的历史故事，其中包括驯化野牛、修建石桥、开垦农田、发展冶炼等重要史实，是早期藏族历史的缩影。

观世音：西藏的守护神

四臂观世音是唐卡的观音形象中常见的一种。西藏人相信西藏是观世音菩萨的教化之地，观世音是西藏永远的守护神。

唐卡中的四臂观世音跏趺坐，四臂，头戴五叶冠，袒上身，胸前双手合十，右上手持念珠，左上手持莲花。四臂观音形象寓意丰富：一头表通达法性，四臂表四无量心，身白表清净无垢。五叶冠表五智。

五方佛

五方佛源于密宗金刚界密法“五佛转智说”，他们代表五种智慧。

唐卡中有两处出现五方佛，一为顶部，一为左上侧。以左上侧为例，白色为大日如来，黄色为南方宝生佛，红色为西方阿弥陀佛，蓝色为东方阿閦佛，绿色为北方不空成就佛。

图中的两道线表示天界的佛与下界之间的转世关系。



猴子猴孙们的幸福生活

本部分是“猕猴变人”故事的结尾。唐卡上部为猕猴父亲为自己的五百个猴子猴孙的温饱求助观世音，下方为猴子们游戏和采收粮食的画面。观音菩萨为猴子们撒下不种自生的五谷种子，让他们又过上衣食无忧的安乐生活。

罗刹女求婚

唐卡讲述的是“猕猴变人”的传说的罗刹女求婚的场面。猕猴为西藏保护神观世音的弟子，受了观音点化，他在雪山静修时，来了一个罗刹女，做出种种媚态蛊惑勾引他，不能成功。罗刹女便施诡计说要与妖魔结合，生下无数妖魔的子孙，毁灭高原。猕猴无奈，请示观音后，与罗刹女结合，后生下六只小猴。



对观世音的崇奉

唐卡中的猕猴和罗刹女及他们的孩子都在虔诚地叩拜四臂观世音。观音菩萨为猴子撒下不种自生的五谷种子，让他们得到充足的食物而生存繁衍，因此猕猴和后代们都供奉观音菩萨为自己的保护神。

王子甲赤复仇

止贡赞普死后，他的两个王子甲赤和夏赤伺机报仇。根据罗昂达孜喜爱狗的特点，王子派人在最名贵的藏獒身上涂满了毒药，放狗行刺了罗昂达孜。复仇成功后，甲赤被支持者拥立为赞普，即布德贡杰赞普。

止贡赞普之死

这部分唐卡讲述的是止贡赞普比武身亡的故事。止贡赞普是吐蕃传说中第八代赞普。他的名字含义是"死于刀下"，很不吉利，是年高耳背的奶妈为他取的。

止贡狂躁傲慢，经常强迫属下跟自己比武，但没人敢跟他交手。最后，他逼属下的小部落首领罗昂达孜跟他比试，罗昂达孜只好答应了，但提出了一些要求：把赞普的神妙武器（宝剑、铠甲、盾牌）等赐给他，并骑红牛，驮装满木炭的口袋。结果，止贡赞普在比武中身亡。

藏族传说聂墀赞普等七王在完成人间的事业后，都顺着天梯回到天上。止贡赞普死后，这个天梯就被割断了，此后的赞普就再也不能上天了。

"天神之子"聂墀赞普

唐卡此处所绘为吐蕃第一代赞普聂墀赞普从天而降的传说。他被雅砻人认为是乘天梯来到人间，目为"天神之子"，用肩膀抬回部落，拥立为部落首领。人们尊称他为"聂墀赞普"，意为"用脖颈当宝座的英杰"。史籍载，聂墀赞普是藏东波沃地方人，后来到雅砻成为吐蕃部落的第一个首领。

布德贡杰时期的吐蕃生产图景

布德贡杰是吐蕃第九代赞普，唐卡中是他统治时期的吐蕃社会生产场面，其中有驯化野牛、修建石桥、冶炼铁器、开垦农田、二牛抬杠耕地等场景。铁制农具的出现和使用畜力，表明其时的社会经济有较大进步。当时主持内政的大臣茹拉杰因此被后世尊为"吐蕃七贤臣"之首。

西藏的第一座宫殿——雍布拉康宫

唐卡中所绘为雍布拉康宫，它是西藏历史上的第一座宫殿，建于公元前2世纪，距今已有两千多年的历史。它是吐蕃的第一代赞普聂墀赞普统一雅砻部落后修建的王宫。从此，雍布拉康成了历代藏王的王宫，直到第33代赞普松赞干布迁都拉萨。传说中第一部传入西藏的佛教经典就藏于雍布拉康。这里后来成为藏传佛教寺庙。

拉龙白多行刺朗达玛

这幅珍贵的清代唐卡描绘了吐蕃时期朗达玛毁寺灭佛和拉龙白多行刺朗达玛的情景。朗达玛针对佛教的佛、法、僧三宝来摧毁佛教，时间虽然只持续5年（公元837—公元842年），但对佛教的打击十分沉重，以致西藏佛教史把朗达玛时代以后的近百年称为“灭法时期”。在佛教史上，朗达玛灭佛是藏传佛教“前弘期”和“后弘期”的分界线。公元842年，在拉境（今西藏洛扎县一带），有一个名叫拉龙白多的僧人将他暗杀致死。

吐蕃僧人被迫还俗

留在吐蕃的僧人被迫结婚还俗或者是弃佛归苯，不愿放弃自己的宗教信仰的，就得带上猎狗，拿着弓箭去打猎。他们还被强边拿着苯教的法器——鼓，去参加苯教的崇拜仪式，而这些都是佛教僧人绝对禁止做的事情。

印度僧人逃走

佛教僧人同时遭到镇压，僧人的处境惨不忍睹，根本无法在吐蕃生活下去，只得另找出路。印度来的僧人逃走了，有一部分吐蕃的佛教徒也跟着逃到印度，如墀德松赞的师僧娘·定埃增桑布和最早出家的“七觉士”中的个别人也跟着往印度逃跑，据说他们在半路仍被追杀而死。

空行母示梦刺杀朗达玛

朗达玛灭佛的同时，拉境（今西藏洛扎县一带）有一个名叫拉龙白多的僧人正在深山洞窟中修行三昧，一天，空行母出现于他的定中，告诉他朗达玛灭佛的种种罪行，示意他为保卫佛法应刺杀朗达玛。



刺杀前的准备

在暗杀朗达玛之前，拉龙白多先找到一匹白马，用颜料将它全身涂黑，自己则穿上一件黑面白里的外套，贴身藏了弓箭，骑马来到布达拉宫前。

刺杀朗达玛

朗达玛正在宫前阅读《甥舅联盟碑》上的文字，拉龙白多且舞且行，低首为礼，接近国王。他一共低首三次，初次搭箭上弓，二次张弓待发，三次低首时，口中念诵咒语对准王胸，猛射一箭，王大声而呼，两手拔箭，倒地而亡。



刺杀后逃离现场

拉龙白多刺杀成功后，立即将外套反穿，趁着众人混乱之际，骑马而逃。途中经过溪流，又将马身所涂的黑色洗去，变成了白衣白马之人，逃过了追骑的眼目，到达安全地带。

查禁佛寺

朗达玛灭佛曾封闭大昭寺、小昭寺、桑耶寺等西藏大小寺院，首先停建、封闭佛寺和破坏寺庙设施，把墀祖德赞时期已经开工修建的佛寺都停了工，桑耶寺、大昭寺等著名寺院神殿都被封闭，小昭寺被当做牛圈使用，凡是佛教活动的场所都遭到查禁。

焚毁佛经

朗达玛焚毁了数量众多的各种佛经，其中有少数佛经被僧人偷偷地埋入岩洞之中保存下来，这就是以后发掘出来的被称之为《伏藏》的典籍。还有些佛经被逃到边远地方的僧人带走了。

藏戏祖师——唐东杰布

这幅唐卡以著名的藏族艺术家和慈善家唐东杰布为主尊。他于1385年出生在后藏仁钦顶附近的沃哇地方，是香巴噶举派的一位苦行高僧，被众人誉为“唐东杰布”，意为“千里平原上的国王”。他一生在西藏的大小江河上共建桥110多座，被藏族人尊为“铁桥活佛”；为了募集修桥的钱财，他首创藏戏到处演出，所以又被称为“藏戏始祖”。唐卡上方为香巴噶举的修行本尊长寿三尊。

白度母

相传白度母是观音菩萨所化，因佛母面、手、脚共有七目，所以又称七眼佛母。白度母身色洁白，穿丽质天衣，袒胸露腹，颈挂珠宝璎珞，头戴花蔓冠，乌发挽髻，面目端庄慈和，右手膝前施接引印，左手当胸以三宝印捻乌巴拉花，花茎曲蔓至耳际。相传额上一目观十方无量佛土，其余六目观六道众生。

无量寿佛

在藏密传统中，无量寿佛为阿弥陀佛的报身佛，是长寿和智慧的象征。他通体赤红，如一座红宝石所成的宝山，身披五彩美妙天衣，身体周围弥漫着彩虹般的光网，具足八种珍宝和十三种庄严，双足跏趺端坐在莲花月轮宝座之上。



尊胜佛母

尊胜佛母传承始于印度大师祇多梨，由早期的萨迦喇嘛传入藏地，并传播给了藏传佛教所有教派。尊胜佛母白色身，三面八臂，獠牙微露，呈愠怒相，表义可以降伏一切寿难以及障碍。右手持四色羯磨杵、阿弥陀佛像、持箭、赐福印；左手以忿怒拳印持绢索、无畏印、弓、甘露宝瓶；项戴珍宝璎珞，身披秀丽天衣，双足跏趺坐于莲花宝座中央。



唐东杰布

唐东杰布是明代西藏香巴噶举派高僧，藏戏创始人。曾云游印度、中原地区以及康区，修建了许多寺院。唐卡中唐东杰布为老年相，全身通红，白眉白须白发，右手施触地印，左手托白色嘎拉巴碗，碗内盛甘露宝瓶，身着袈裟，结跏趺坐于须弥座中。

金刚亥母

藏文名为多吉帕姆。她是一位女性神祇，其神格较为复杂。在藏传佛教噶举派中她为女性本尊之首，玛尔巴、米拉日巴、冈波巴等诸位大成就者均依止她为本尊；图中金刚亥母为红色，象征激情和无所不见的智慧。

祥寿佛母扎西次仁玛

长寿五姊妹是流传在珠穆朗玛峰地区的神话，她们是扎西次仁玛，婷吉希桑玛，米玉洛桑玛，决班震桑玛和达嘎卓桑玛。祥寿佛母扎西次仁玛在五位女神中居首位，掌管人间的福禄寿辰，生得年轻美丽，一脸温和的笑容，骑一头白色的狮子。左手持一支占卜神箭，身穿飘动的白色丝衣，披着孔雀毛制成的披风。扎西次仁玛属于世间护法神系，奉献给人们的是聪明和智慧。



吞弥桑布扎和噶尔·东赞域松



松赞干布



普贤王如来（局部）



“大元帝师统领诸国僧尼中兴释教之印”

目录

主要唐卡图版目录 /12
序言：西藏历史的感性之旅 /14

一 最是晨曦沐高原——西藏的远古时代

（约5万年前～公元7世纪初）

1 “年轻”的土地 古老的民族 /18
2 藏族的起源 /20
3 三大部落联盟之象雄、苏毗 /28
4 雅砻河谷的悉补野王统 /32
5 古老的本土宗教—苯教 /40

二 雄鹰振翼惊四方——吐蕃王朝

（公元633～869年）

1 一代英主松赞干布 /48
2 亲上加亲 /62
3 伟哉！墀松德赞 /68
4 甥舅之盟 /96
5 朗达玛灭佛 /98

三 雪域莲花处处开——分裂时期

（公元869～1265年）

1 吐蕃平民暴动 /102
2 古格王朝之谜 /106
3 茶马互市：不分民族的狂欢节 /108
4 藏传佛教后弘期的开始 /110
5 四大教派的兴起 /116

四 神山净土终一元——萨迦巴时期

（1265～1354年）

1 萨班的故事 /144
2 年轻国师八思巴 /150
3 黑帽活佛噶玛拔希世系 /156

4 西藏十三万户的由来 /158
5 止贡寺庙之乱 /162
6 雄译师和邦译师 /166
7 萨迦巴统治的终结 /168

五 蹄声阵阵朝贡客——帕木竹巴时期

（1354～1618 年）

1 帕竹的兴起：教派与地方势力的联姻 /174
2 帕竹政权的开创与发展 /176
3 明朝对藏政策：多封众建，贡市羁縻 /180
4 帕竹时期文化的繁荣 /186
5 宗喀巴与格鲁派的创立 /192
6 第巴仁蚌巴和第悉藏巴的历史 /206

六 些微风雨更从容——甘丹颇章时期

（1642～1888 年）

1 五世达赖喇嘛 /212
2 六世达赖喇嘛：情圣诗人仓央嘉措 /221
3 准噶尔蒙古军袭藏 /226
4 噶伦内讧与噶厦的设立 /230
5 六世班禅大师进京 /234
6 汉藏联合抵抗廓尔喀军入侵 /238
7 金瓶掣签制度的由来 /244

七 黎明前的动荡——近现代时期

（1888～1951 年）

1 抗击英帝国主义的两次侵略 /248
2 十三世达赖喇嘛的两度出走 /254
3 西藏近现代时期的几次改革 /258
4 国民政府统治下的西藏 /261
5 西藏和平解放 /265

附录一 西藏历史大事记 /266
附录二 参考书目 /271


桑耶寺中心局部


宗喀巴应身像


郡王颇罗鼐


十三世达赖喇嘛



主要唐卡图版目录

天体日月星辰运行图 /18
香巴拉 /20
佛陀及二弟子像 /23
藏民族起源图 /25
须弥山图 /27
拉姆垂忠 /29
绿度母 /31
聂墀赞普被推举为雅砻首领 /33
茹拉杰带来的繁荣农牧业 /36
雅拉香波山神 /41
赞国 /43
苯教祖师辛饶米沃 /45
松赞干布 /49
三代法王像 /51
菩提树下成佛 /53
红山宫 /55
松赞干布画传 /56-57
十二镇魔寺 /61
松赞干布画传 /63
松赞干布画传 /65
金城公主进藏图 /67
君臣二十五人 /69
莲花生大师 /71
桑耶寺 /73
堪洛却松三尊像 /75
新宇妥·云丹贡波 /77
松赞干布画传 /81-84
扎什伦布寺 /85-88
热巴巾遇害 /97
拉龙白多行刺朗达玛 /99
王子威宋与云丹 /103
分裂割据图 /105
宝帐护法 /109
白哈尔 /111
益西沃 /113
觉俄仲松三尊像 /115
玛姬拉尊 /117
莲花生大师 /119
金刚总持 /121
仲敦巴像 /123
桑结贡巴 /125
贡噶宁布像 /127
萨迦派五祖 /129
金刚亥母 /131
桑噶古托 /133
达波拉吉像 /135
玛尔巴译师像 /137
贡塘喇嘛向蔡巴 /139
印度大成就者龙树 /141
萨迦班智达 /145

主要唐卡图版目录



声律学师承像 /147
时轮金刚 /149
静息观音坛城 /153
噶玛·都松钦巴 /157
怒尊甘露漩与白达里空行母坛城 /159
止贡噶举喇嘛衮嘉贝玛卡波 /163
仁钦贡波和桑结雅军喜饶 /165
释迦牟尼画传 /167
雍顿·多杰贝 /169
阎魔敌 /171
噶玛噶举派红帽系第四世活佛 /175
主巴噶举派领袖夏尊雅旺南嘉 /177
达波噶举的皈依境 /179
噶玛噶举派喇嘛 /181
大慈法王像 /183
噶当派四本尊 /185
医理树喻图 /187
布顿仁钦珠像 /189
大成就者唐东杰布 /191
宗喀巴大师 /193
宗喀巴应身像 /195
大昭寺 /197
根敦珠巴 /199
索南嘉措 /201
索南乔朗 /203
洛桑顿珠 /205
二世达赖根敦嘉措 /207
第九世噶玛巴旺秋多杰 /209
洛桑曲杰 /213
密集金刚 /215
五世达赖喇嘛阿旺洛桑嘉措 /217
布达拉宫及大昭寺 /219
仓央嘉措 /223
第悉桑结嘉措像 /225
五世班禅洛桑益西 /227
七世达赖格桑嘉措 /229
郡王颇罗鼐 /231
十六罗汉坛城 /233
三世章嘉呼图克图若必多吉 /235
六世班禅（俗装像）/237
扎什伦布寺 /239
吉祥天母像 /241
乾隆皇帝佛装像 /243
五世达赖喇嘛 /245
十三世达赖喇嘛 /245
九世班禅 /251
九世班禅 /255
斯巴霍 /259
十世班禅 /262



序言

西藏历史的感性之旅

“在那天之中央，大地之中心，世界之心脏，雪山一切河流之源头，山高土洁，地域美好，人知为善，心生英勇，风俗纯良……”这段选自《敦煌古藏文文献》的话，是一千多年前藏族先民对西藏高原的生动描述，今日读来，仍会让人对西藏心动神怡，无限向往。

西藏是一片神秘的土地。随着青藏铁路的开通，越来越多的人有机会接近它，揭开它神秘的面纱。对游客们来说，想真正了解西藏并不容易，不仅要面对高原环境的考验，更多是对其宗教历史文化的隔膜。既然历史是一面鉴古知今的镜子，那么要读懂西藏的今天，必须先了解西藏的过去。故此，许多人都说进藏旅游之前要恶补西藏史。

纵览西藏历史，从藏族人起源到西藏和平解放万余年，有确切纪年的时间近1400年，其中既有辉煌与繁盛，也有衰败与屈辱，而更多的是无处不在的宗教影响和其与政治之间的密切联系。

据考古发现，距今1万至5万年前，已开始有先民在这片高原留下足迹。后经过漫长的岁月，西藏高原上分散的众多部落逐渐统一，成为现在的藏族。

在历史之旅的起点，藏族人会告诉你，他们是猕猴和罗刹女的后代，因而身上会既有优点，也有缺点；当你来到公元前5世纪的象雄魏摩隆仁，王子辛饶米沃创建了吐蕃本土的苯教；行至公元前2世纪，乘天梯来到人间的青年聂墀赞普被雅砻人抬回了部落，做了吐蕃部落的第一个首领；此后经过漫长的七百年，正是中原的唐朝，松赞干布一统高原，建立了吐蕃王朝，他的两个重臣一个创造了藏文，另一个则五渡难关，为他迎娶来了唐文成公主；文成公主首次为吐蕃带来了佛教；吐蕃的强盛由另一位伟大赞普墀松德赞再次创造，他请来印度密宗大师莲花生弘扬佛法，巩固了佛教在西藏的地位；对佛教的极度尊奉终于被吐蕃末代赞普朗达玛逆转为灭佛，但不久他就被刺杀，公元842年开始，吐蕃进入长达四百年的分裂割据，政治上这是最坏的时代，但经过最初一百年的沉寂后，佛教迎来了最好的时代，各大教派产生，百家



争鸣；时间来到元朝，萨迦派八思巴被忽必烈封为帝师，位极至尊，但另一位噶举派领袖噶玛拔希就没有这么好运了，他险些命丧在这位皇上手里；萨迦派随着元帝国一起没落，随着而起的是帕竹政权和明王朝，明代皇帝很清楚自己的力量有多大，于是一个劲在西藏封官赐王，这招很管用，帕竹时期的西藏文化宗教也极大繁荣，我们熟悉的格鲁派达赖班禅也都出现了；等到明清易代，达赖喇嘛坐上了西藏宗教领袖的宝座，到后来也成了政治领袖；有位六世达赖仓央嘉措，我们今天还在读他写的情诗；到近代，西方列强来了，藏族人民英勇抗击英军的两次入侵；十三世达赖与九世班禅失和，先后出走；1951年，西藏和平解放了！

本书是第一本探讨唐卡艺术中蕴含的西藏历史的专著。本书延续“藏密文库”系列的一贯风格，通过100幅精美的唐卡，为读者展示藏民族的起源、发展，佛教的传入与兴盛，藏民族与中国内地各民族不可分割的亲缘关系等精彩的内容，力求让读者在欣赏美丽唐卡的同时，对藏民族恢弘的历史有一个正确而清晰的认识。

唐卡是极富藏族文化特色的一种绘画形式，自吐蕃王朝兴起至今已有1300多年的历史，是雪域高原的文化瑰宝。它的题材除了宗教外，还有很多历史和民俗内容，因此又被称为了解西藏的“百科全书”。

所以，要想了解西藏的历史，除了正襟危坐地阅读严谨但略嫌呆板的大部头史书外，你还可以选择一种惬意和愉悦的方式——欣赏唐卡，与众多的古人对话，想象曾经的历史事件，体味藏族人丰富的精神世界，了解独特的藏地民俗，这是一个让历史变得立体可感的过程。

在西藏特色的艺术中品读西藏独特的历史，这是一次关于西藏史的感性之旅，也许会让你对西藏有意外的收获。■



四大洲及风水火土图

第一章

最是晨曦沐高原

西藏的远古时代

（约5万年前～公元7世纪初）



在距今1万至5万年以前的旧石器时代，我国西藏高原就已经有人类居住和活动，他们就是藏族的先民，是我们目前所知这里最早的土著居民。

要了解藏民族的起源，"猕猴变人"的传说则不能不知，从中你也能对藏族的文化特质略晓一二。

公元前2世纪，聂墀赞普被推举为西藏山南雅砻部落联盟首领，成为吐蕃王室的第一代赞普。同时期，西藏高原还有另外两支重要的部落联盟：象雄和苏毗。其中，象雄产生了西藏最古老的本土宗教——苯教，而苏毗则是西藏的最后一个母权王国。



1 "年轻"的土地 古老的民族
2 藏族的起源
3 三大部落联盟之象雄、苏毗
4 雅砻河谷的悉补野王统
5 古老的本土宗教——苯教



1

“年轻”的土地 古老的民族

一、高原的前身是海洋

西藏高原，一片神秘和神奇的土地。

大约7000万年前，这里曾经是一片波涛汹涌的汪洋，它被今天的地质学家们赋予了一个美丽的称呼——古特提斯海——一个希腊女神的名字，也就是古地中海。约4000万年前，由于印度次大陆与亚欧大陆板块的强烈碰撞和挤压，一场大规模的造山运动——“喜马拉雅造山运动”开始。历经几千万年的地壳变动，喜马拉雅山从海中被缓缓托了出来。这块隆起的地壳就是今天的西藏高原。

二、古老文化的证明

西藏高原，是几百万年前才形成的一片“年轻”土地；藏族，则是上万年来在这里生活的古老民族。

西藏高原是我国藏族文化历史的发源地。考古发掘表明，最迟在一万年以前的旧石器时代晚期，西藏高原就有了人类活动，东部、南部和北部都曾发现了旧石器晚期的石器。西藏的新石器时代的遗址较多，迄今已发现50余处，有昌都卡若遗址、拉萨曲贡遗址及贡嘎昌果沟遗址等。有观点认为，新石器文化还应包括主要分布于藏北高原以细小打制石器为特征的藏北细石器文化。

卡若文化是属于新石器时代的文化，至今有4500～5000年的历史。遗址的发掘对研究西藏的原始文化具有划时代的意义，它证明，自古就有人类在西藏高原繁衍生息，开拓这片广阔的土地。藏族是由此形成的，而非从其他地方迁移来的。

天体日月星辰运行图 布本设色唐卡 清代 西藏

上万年来，藏民族在西藏高原的独特环境中繁衍生息，逐渐形成了自己独特的世界观和宇宙观。这幅唐卡就是藏族人绘制的天体日月星辰运行图，既表现了藏传佛教的宇宙观，也暗示了藏族人的起源。

唐卡反映了日、月、水、木、火、金等十个星曜在太空中的运行规律。整个坛城以东西、南北为坐轴，用细线分割出十二部分，并且与各个天体相连接，代表十二天宫；代表地球的圆圈里有各色不同形状块十二块，代表了十二小洲以及十二地支。藏族人认为，其中的红黄蓝白黑五色，分别代表了火大、风大、水大、土大、空大五大元素，它们的交错运行不仅形成了宇宙，更诞生了个体的生命。



2

藏族的起源

“西藏”的名称始自何时，有什么含义？为什么西藏古代又称为“吐蕃”？藏族人的祖先又是谁呢？本节将对这些问题一一解答。

一、“吐蕃”的由来

自古以来，藏族一直自称“蕃”。那么，“蕃”这一称谓起源于何时？有何含义呢？根据近代著名藏族历史学家根敦群培所著《白史》的说法，“蕃”是藏族人对自己的地方的称呼，至于此称谓从何时起，现在已经很难说清了。至于“吐”，有一种说法认为是藏语“高原”的音译。

关于“蕃”这一地名的具体含义，主要有两种说法：

一是，在远古时先民还不知晓农业为何物，而以狩猎为生。由于居住分散，先民们在遇到野兽、盗匪袭击或自然灾害时，为寻求伙伴帮助，经常在山顶或高处发出“噶耶”或“瓦耶”的求救信号，这种呼叫被称为“蕃巴”，久而久之，呼叫的“蕃”声，即成为其地名。

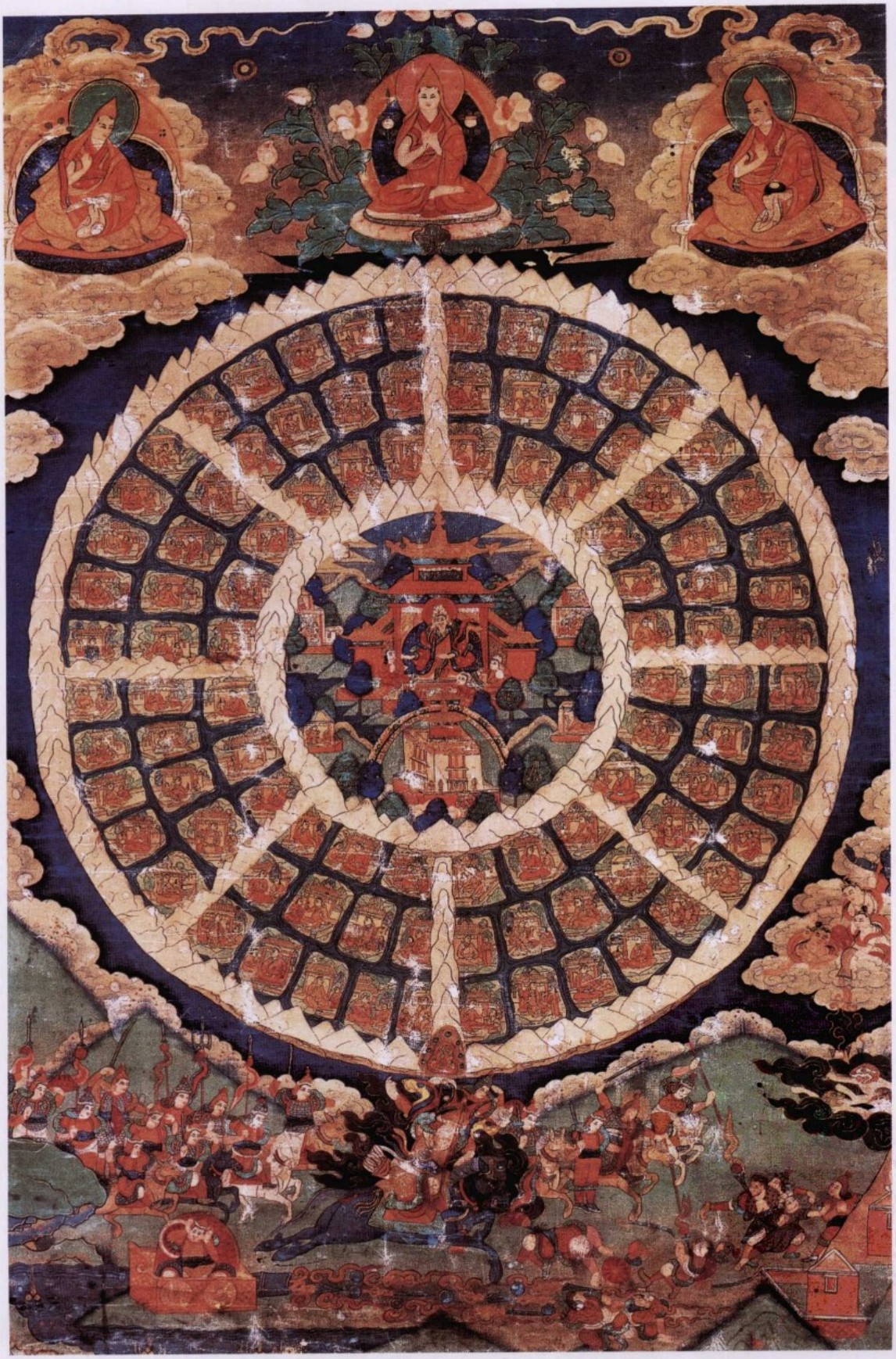
二是，根据土地的自然状况，把高原从事畜牧业的区域叫做“牧区”，把低地经营林业的区域叫做“农区”，把介于二者之间、从事农业生产的区域叫做“蕃”。历史上的吐蕃王朝前身悉补野王世系兴起于雅砻河谷地区，当时为高原农业的中心，故称为“蕃域”。悉补野赞普世系将地名当做称号，称为“吐蕃赞普”。吐蕃赞普松赞干布时期，才把赞普管辖的全部土地称为“吐蕃”。

香巴拉　布本设色唐卡　清代　西藏

香巴拉，即香格里拉，意为和平、安乐，不仅是一个神圣的地理名词，更是藏族人心中的理想国。

唐卡中，坛城只有三圈，最外圈是雪山，它构成天然的屏障以保护香巴拉的安宁。第二圈分布着香巴拉传说中的九十八个省，每十二个省一组被雪山和江水隔开，均匀分成八部分。每个省都以一间房子和几个人表示。坛城的正中心，香巴拉最后一位国王鲁卓恰克林王坐在他的宫殿里，旁边是三个格鲁派喇嘛。在他的下方，是时间之神和时间女神的巨大坛城。

坛城外上界正中是宗喀巴。下界，描绘香巴拉军队击退恶魔，最终取得胜利。



二、“西藏”名称的由来

“西藏”的称呼始于清朝，“西”字是汉语，表示西藏这块地方在祖国的西部，“藏”字是藏语，就是“卫藏”的简化，合起来就是“西藏”。

吐蕃王朝时期，最早将其本部划分为四个“茹”，即“伍茹”、“约茹”、“叶茹”和“茹拉”，包括了今天西藏自治区境内的雅鲁藏布江、拉萨河、年楚河、雅砻河流域。因雅砻河谷是吐蕃王室发祥之地，拉萨是吐蕃王朝的首府，所以将其中拉萨河流域和雅砻河流域的“伍茹”和“约茹”称为“卫”；意为中心部分；将年楚河流域及其以西以北的“叶茹”和“茹拉”合称为“藏”，意为雅鲁藏布江上游南北两岸地区，“藏”表示清洁，此字源于雅鲁藏布江。“卫”和“藏”合称为“卫藏”，即表示吐蕃王朝的本部地区。吐蕃王朝后来征服的青藏高原的北部、东部，被称为“多康”，意为吐蕃王朝向外发展的通道和基地，同时亦有外围地区之意。随着吐蕃王朝向东北方向的武力扩张，“多康”的范围逐步扩大，后来又把黄河上游到河湟谷地的地区称为“朵思麻”，即“多康”地区的下部，又因这一地区包含阿尼玛卿山和朵拉仁沃山（小积石山），故又称“安多”地区。“多康”的其余部分仍沿用“多康”的名称，即后来所说的“康区”。《敦煌本吐蕃历史文书》中有吐蕃王朝派遣大臣主持这三大片地域的军政首领分别举行盟会的记载，这样，由于吐蕃王朝的行政区划，到吐蕃王朝的后期，乃至在吐蕃王朝崩溃以后青藏高原延续近四百年的分裂时期中，高原的居民习惯上把青藏高原分为“卫藏四茹”、“多康”、“朵思麻”等三大部分。

元朝时又把卫藏地区称为“乌思藏”，把“多康”地区称为“朵甘思”，将今青海省大部、甘南及四川阿坝一带称为“朵思麻”。明朝时又因“朵思麻”地区邻接青海湖，又将其改称“西海”。



众僧（局部）

佛祖身边的众僧动作、神态各异。



佛陀及二弟子像

布本设色唐卡 9世纪～13世纪 西藏

强大的吐蕃王朝不仅划定了卫藏、多康等地域，其文化艺术也有很大发展，唐卡这种古老的艺术形式就产生于此时。此幅唐卡作于分治时期（公元9～13世纪），是唐卡的早期作品。其主尊为佛祖释迦牟尼，四周为弟子舍利子和目犍连以及众僧。它采用了西藏绘画艺术中最普遍的主从相配的构图手法，画面繁复但不凌乱，主题突出，比例讲究，为当时西藏西部唐卡的上品。

清朝康熙后期，汉文文书中广泛使用“西藏”一词，自乾隆以后，史籍中“西藏”已成为通用的固定名词。由此，“藏”变成对整个“卫藏”的简称，以后遂有以拉萨、山南地区为“前藏”，以日喀则、江孜地区为“后藏”的习称。民国时期，又以“藏族”代替“吐蕃”、“西番”、“番族”等称谓，成为汉语对青藏高原世居民族的族称。

中华人民共和国成立以后，1965 年西藏自治区正式建立，西藏一词即成为西藏自治区的简称，有时又简称为“藏”。

三、藏族人：猕猴与罗刹女的后裔

关于人类的创世和起源，世界各地都有许多不同的说法，如我国汉族的盘古开天辟地、女娲造人，西方的上帝造人等。西藏地区也不例外。在藏族民间广泛流传着“猕猴变人”的传说：

从前，西藏的保护神——慈悲佛观世音，给一只神变来的猕猴授了戒律，命他到雪域高原修行。猕猴遵命到一个棕色岩洞中，潜心修习慈悲菩提心。正在猴子认真修行的时候，山中来了一个罗刹女（岩魔女），做出种种媚态蛊惑勾引他，并直接对他说：“我们两个结合吧！”猕猴答道：“我乃观世音菩萨的徒弟，受命来此修行，如果与你结合，岂不破了我的戒律！”罗刹女便又说道：“你如果不和我结合，那我只好自尽了。我乃前生注定，降为妖魔，如今偏偏爱上了你。是爱让我追着你恳求你。如果我们成不了夫妻，那日后我必定跟着妖魔去，将要残害千万生灵，并生下无数妖魔的子孙。到那时，整个雪域高原都是魔鬼的世界，所有生灵都要被毁灭。所以求你发



罗刹女求婚

罗刹女做出种种媚态勾引猕猴，终于与之结合并生下六只小猴。

（右图）藏民族起源图

布本设色唐卡 清代 西藏

藏族有不少关于创世的神话，其中比较流行的是“猕猴变人”的传说，认为藏族远祖是观音点化的猕猴和罗刹女结合而生出的猴子，吃了不种自生的五谷，逐渐变成人类。此幅唐卡正是根据这一传说绘制的，除了讲述由猴变人的经过，还有吐蕃早期赞普的故事。



发慈悲，答应我的要求。”

罗刹女如此流泪哀求，猕猴因为是菩萨降世，听罢心中暗想：“我若与她结成夫妻，就得破戒；我若不与她结合，又会造成极大的罪恶。”无奈，只好到普陀山找观世音菩萨请示。观世音对他的善心表示赞许，同意他与罗刹女结合，并祝福他。于是，猕猴便与魔女结成夫妇。后来，他们生下了六只小猴，这六只小猴的性情各不相同。猕猴将他们送到果树林中寻食生活。

三年之后，猴父亲前去探视子女，不觉大吃一惊：他的子孙们已繁衍到五百只之多了！这时，树林的果子已经吃光了，又找不到其他食物。众小猴见老猴来了，便纷纷嚷道：“我们将来吃什么呢！”眼看儿孙们面临饿死的绝境，猕猴父亲只得再去请示观世音。菩萨道：“你的后代由我来抚养。”观世音于须弥山的缝隙中，取了天生五谷种子：青稞、小麦、豆子、荞麦、大麦，撒向大地，不经耕作，大地便长满各种谷物。众猴子得到充足的食物，不但解决了温饱，身体也发生了奇妙的变化：尾巴和毛都越来越短，并逐渐开始说话，他们以五谷为食，并懂得了以树叶遮羞，慢慢变成了人。这就是雪域高原上的先民。

由于他们是猕猴菩萨与罗刹女的后代，因此，他们身上既有父亲的宽容、虔诚、坚毅、善良、悲悯、勤奋等美德，也有母亲的贪婪、淫欲、轻浮、暴躁、嫉妒等恶习。因此，藏族人认为，每个人都不是完美的。

据说这个故事源自雅砻平原，后来此地又被称为“泽当”。传说由于猕猴王看到他的子孙已衣食无忧，就教他们在平原上做游戏。藏语中，“泽”就是“游戏”，“当”就是“平原”的意思。

“猕猴变人”的故事虽然笼罩着一层神秘的宗教色彩，但并非完全是神话传说。据藏史学家考证，罗刹女并非魔女或妖女，而是一种居住在岩穴中的食肉猿类。那么，猕猴与食肉猿结合生子，繁衍了人，也是与达尔文进化论相通的。



须弥山图

布本设色唐卡 清代 西藏

猕猴变人的传说中，观音取天生五谷种子之地为须弥山，“须弥”原指古印度神话中的山名，后被佛教采用为世界之中心圣地，意译为“妙高”、“妙光”等。

此幅唐卡按佛教宇宙三界图式展现，上部表天界圣地，日、月、星位于山腰，下部表地狱苦海，中间即须弥山乐土。须弥山在大海中央，四周有四大洲和八小洲。



3

三大部落联盟之象雄、苏毗

自新石器时代后至吐蕃王朝前的漫长岁月中，高原先民在这片土地上逐渐繁衍，他们生活的部落或群落也在不断发展、迁徙和分化组合中。

按照《汉藏史集》和《贤者喜宴》等藏族史籍记载，西藏高原上的文明的流变大致是以下顺序：从古人氏族逐渐演变成西藏最初的四大氏族：赛、穆、顿、东，后来在此基础繁衍，又增加了“惹”和“柱”两氏族，通称为“六大氏族”；接下来便是“玛桑九兄弟”（或称玛桑九族）统治；再后来出现了许多称为“小邦”的分散部落或氏族，开始有“二十五小邦”；后来又有“十二小邦”及零星的“四十小邦”。

由于各小邦之间互不隶属，经常会发生战争和冲突。经过长期争战、征服和吞并之后，高原内逐渐形成了三个势力较大的部落联盟，它们分别是象雄（汉文史籍也称之为“大小羊同”）、吐蕃（“悉补野”）和苏毗(又译为“孙波”或“森波”)。它们之中，形成年代最早的要数象雄。

一、消逝的大鹏鸟——象雄文明

象雄，意为“大鹏鸟之地”，是西藏高原最早的文明中心和苯教文化之源。关于象雄的兴起年代，目前尚无定论，但据苯教史的记载，在吐番第一代王聂墀赞普时，象雄已经历了18代王，第一代象雄王赤维色古希饶坚要比聂墀赞普早500年左右。它地域辽阔，土地最广时曾几乎包括了今天的大部分藏区和青海、四川的一部分及西部的克什米尔和拉达克。按藏史记载，象雄分上中下三区，象雄本土即今天的阿里地区所辖全境。

拉姆垂忠

布本设色唐卡 清代 西藏

象雄是西藏原始宗教——苯教的发源地，在佛教传入之后，许多苯教神灵被降伏为佛教护法。拉姆垂忠即是其中之一，其名意为前藏拉姆地区的护法神，他是护法神白梵天的代言神巫。

拉姆垂忠白色身，披盔甲，右手持金刚剑，左手托盛满珠宝的盘，肘间挟持长矛，骑一匹白马。上界画四位祖师，下界是多位侍从眷神。



象雄有自己独特的文字。公元7世纪初吐蕃王松赞干布在未创造藏文之前，象雄的苯教师们，已用象雄文缮写苯教经，宣道于吐蕃“天墀七王”时代。

古老的象雄产生过极高的文明，它不仅形成了自己独特的象雄文，而且还是西藏传统土著宗教——苯教的发源地，对后来的吐蕃以至整个藏族文化都产生了深刻的影响。象雄王朝鼎盛之时，曾具有极强的军事力量。后来，吐蕃逐渐在西藏高原崛起，到公元8世纪时，彻底征服了象雄。从那时起，象雄王国及其文明就突然消失，其文字文献、宫殿遗址等至今无从考证，留下了千古之谜。难怪有人这样说“象雄是游牧民族，它是不属于土地的文明”。

二、真正的女儿国——苏毗王国

苏毗是西藏高原较为古老的羌系民族之一，前身为西藏古代“十二小邦”的“亚松”邦，曾长期受象雄统治。约在公元前4世纪，苏毗作为西藏高原早期诸部中的一支，始出现于历史舞台。

苏毗最初活动于今天的青海玉树及川西北一带，后逐渐向几曲河(拉萨河)流域发展。至公元6世纪，苏毗成为雅鲁藏布江北岸以今彭波地区为统治中心，北接于阗、东北与多弥(现青海通天河一带的部落)为邻、西至天竺、东与吐蕃接壤的部落联盟。

苏毗虽然已进入了奴隶制初期，但却保存了大量的母系氏族的残余，是一个母权国家。据《隋书·西域传》记载：“其国代以女为王，王姓苏毗，字末羯。”王位为女王终身制，且后继者也必是女性。女王五日一听朝，处理军国大事，小女王协助管理。男子则无权过问政事。

国王的丈夫号“金聚”，有关学者认为意为“家人”，其社会地位远不如女性。女国向中原王朝所遣使者，虽然都是男性，但他们的职责只在执行，不能决断国事。故史称：“凡号令，女官自内传，男官受而行。”

公元7世纪初，苏毗国王畏于吐蕃的强大，主动与吐蕃通婚。此时的苏毗部落内部，女王专横跋扈，新旧贵族争权夺利，不少大臣都暗通吐蕃，在内外夹攻之下，苏毗很快被吐蕃吞并。

绿度母

布本设色唐卡 清代 西藏

苏毗是西藏母权社会的绝响。随着文明的发展，当时妇女的社会地位有所下降。但是在藏传佛教艺术中，却供奉许多女相本尊，其中藏族人最喜欢的就是圣救度母。圣救度母被尊为“诸佛之母”，主要有绿度母、二十一度母和八难度母三种形相。其中最常见的是绿度母。



4

雅砻河谷的悉补野王统

文明的发源地无一例外都是自然条件较好的地方：充足的水源、温润的气候和便于渔猎的湖畔河滩等等。而在平均海拔超过4000米的青藏高原，这样的地方就在雅砻河谷，正是这里孕育了西藏的文明之源。古代藏史所记载的“农田莫早于索当，国王莫早于聂墀赞普，房屋莫早于雍布拉康，经书莫早于邦贡恰加”，就是说西藏历史上的第一块农田、第一代赞普、第一座宫殿、第一部经书等都是出现在雅砻河谷地区。奔腾的雅砻河也因此被誉为“藏族的母亲河”。



聂墀赞普被推举为雅砻首领

壁画唐卡　近代　西藏布达拉宫

雅砻部落牧人将乌贝惹抬回了部落，让他做了吐蕃的第一位赞普（藏王）。因为是人们用肩膀把他抬回部落，人们称他为“聂墀赞普”，意为“用脖颈当宝座的英杰”。

（陈宗烈　提供）

一、“天神之子”聂墀赞普

在藏族史上，聂墀赞普是“藏地最初之王”，是第一个有确切世系记载的人物。

约公元前3世纪前后，西藏高原已出现了几个大的邦国。在山南的雅砻河谷出现了雅砻邦国，中部地区有苏毗女国，西北有象雄古国。

我们的故事就从雅砻邦国讲起。

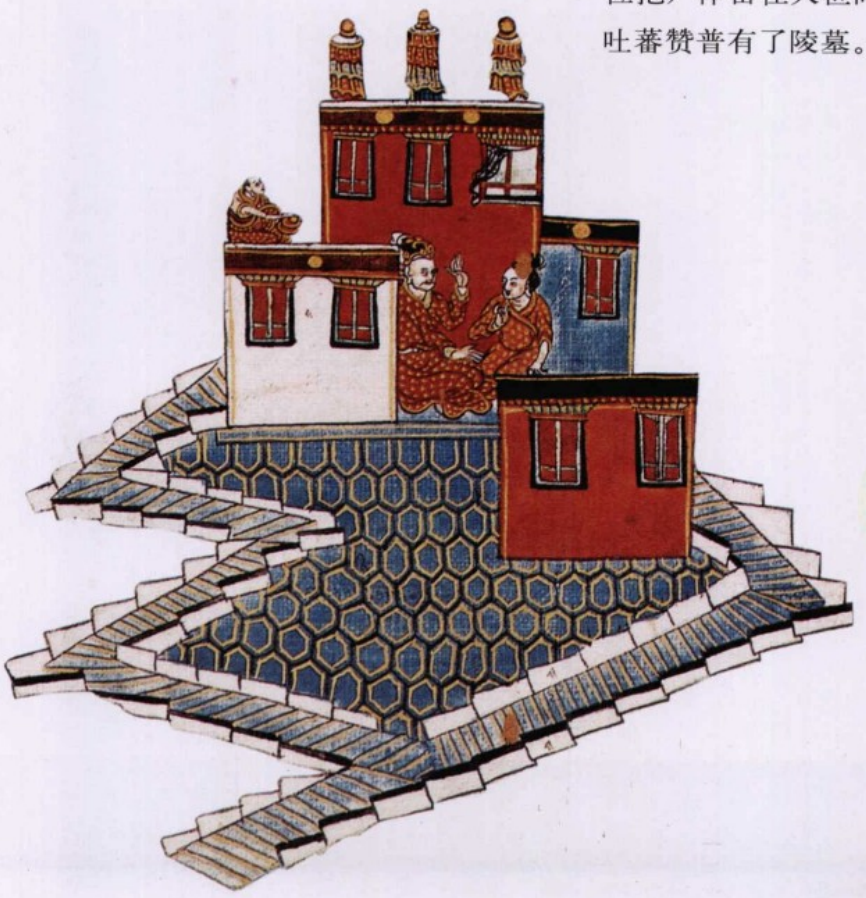
一天，雅砻河谷的牧人正在泽当附近的哈日江多山上放牧，突然从山上走来了一个英姿勃发、气度不凡的青年。牧人们问他从哪来，青年指了指身后。他的身后是高山和蓝天。人们搞不清楚：他到底从山上来？还是天上？于是报告长老，从部落中找了12个聪慧机警的苯教徒上山，盘问青年的来历。最后人们终于相信：他是从天上来的，是“天神之子”啊！12人前呼后拥，为首的伸长脖子，用肩膀把青年抬回部落，一致拥立他为部落首领。人们尊称他为“聂墀赞普”。藏语中，“聂”是脖颈的意思，“墀”是宝座，“赞普”是英武之王。因为他是被牧人驮在颈上请回来的，故称“用脖颈当宝座的英杰”。苯教典籍还把聂墀赞普说成是色界第十三代光明天子下凡。



以上说的当然是一种传说，但聂墀赞普确是实有其人。根据《雍布拉康志》等藏文史籍的记载，聂墀赞普是藏东波沃地方人。他的母亲恰姆增生了9个孩子，幼子取名“乌贝惹”。乌贝惹眉目俊秀，手指间像鸭子一样有蹼。因为力气极大，很有能耐，故被乡人们疑是恶鬼化身，将其驱离故乡。后来他来到雅砻，成了第一代藏王聂墀赞普。

聂墀赞普是吐蕃部落的第一个首领。做了王的他确立了自己的世系，因为来自波沃，就以“悉补野(波沃地方之王)”作为了自己的王系。聂墀赞普统一了雅砻部落，并修建了雍布拉康。雍布拉康也被称为藏民族修建的第一座城堡，它坐落在距拉萨140公里的乃东县泽当镇东南的雅砻河谷的山冈上。因为其四周都是旷野和农田，视野十分开阔，易守难攻。这座装饰素朴的建筑名为“雍布拉康”，意为“子母宫”。从他开始，到吐蕃王朝建立，一共传了32代。

藏族传说聂墀赞普是天神之子，是顺着天梯降到人间的，而聂墀赞普和他以后的6位赞普名字中又都有一个“墀”字，因此被称为“天墀七王”。七王在完成人间的事业后，又都顺着天梯回到天上。第八位止贡赞普在与属下的小部落首领罗昂达孜比武中被设计杀死，这个天梯就被割断了，此后的赞普就再也不能上天了。止贡赞普是第一位把尸体留在人世间的吐蕃部落的赞普，从此吐蕃赞普有了陵墓。



藏民族起源图（局部）

雍布拉康宫是西藏历史上的第一座宫殿，建于公元前2世纪，距今已有两千多年的历史。因写法上的差异，“雍布拉康”可以有“母子神殿”和“母鹿腿上的宫堡”两种解释。吐蕃的第一代赞普聂墀赞普统一雅砻部落后，修建了雍布拉康宫作为自己的宫殿。从此，雍布拉康成了历代藏王的王宫，直到第33代赞普松赞干布统一高原，将王都迁往拉萨。传说中第一部传入西藏的佛教经典就藏于雍布拉康，这里后来成为藏传佛教寺庙。图为第25页《藏民族起源图》局部。

二、王子甲赤的复仇

且说止贡赞普死后，被装在一个铜棺中，扔进了雅鲁藏布江；他的两个王子甲赤和夏赤被流放到工布。罗昂达孜篡夺了政权。

失去权力的悉补野王族和母部三臣、父部六臣密谋准备复国。在他们的辅佐下，甲赤和夏赤两位王子也一边招兵买马，一边策划刺杀罗昂达孜。旧臣那囊氏赞雄甲摸透了罗昂达孜喜爱狗的特点，派人从找到的名犬中挑选出两只最名贵的藏獒，在狗毛上涂满了剧毒的毒药，来到罗昂达孜的城堡附近，准备放狗行刺。

当时正是盛夏，罗昂达孜正在城堡外的林中游玩，赞雄甲把狗放开，经过训练的两只藏獒直奔罗昂跑去。士兵们发现后，想要赶走它们。罗昂看到如此高大猛健的藏獒，心中大喜，急忙让士兵勿伤害它们，自己高兴地拿着牛羊肉去诱引。两只狗十分驯顺乖巧。罗昂达孜越看越爱，禁不住伸手抚摸它们。结果，不到半个时辰，罗昂就举起手臂疼得大叫，顷刻间吐血身亡。

除掉了罗昂达孜，旧臣们便拥立甲赤、夏赤两位王子分别做了工布、娘布的小王，找到了止贡赞普的尸体并安葬在央多拉布地方，并对罗昂余党发动反攻。很快，悉补野王族夺回了失去二十多年的政权。甲赤被拥立为赞普，号“布德贡杰”。

布德贡杰是位有作为的赞普，其时的社会经济有了较大发展。主持内政的是吐蕃时期第一位贤臣茹拉杰，他教给臣民们如何烧炭，组织工人从矿石中提炼金属，还修渠引水，并且制造犁，做犁轭用二牛抬杠耕地。铁制农具的出现和使用畜力，大大提高了农业生产力，因而人口增加，部落繁盛。

（下页图）茹拉杰带来的繁荣农牧业

据说茹拉杰是第八位藏王止贡赞普的小妾所生的遗腹子，他夺回王位后迎请兄长甲赤回来做赞普，自己则成为良臣。他主持内政时有制造铁器、犁轭耕地等众多农事发明，使吐蕃农业得到很大发展，因此被后世尊为“吐蕃七贤臣”之首。在这幅唐卡中，可以看到驯化野牛、开垦农田、修建石桥、冶炼铁器、二牛抬杠耕地等场景。图为第25页唐卡细部。





三、从天而降的佛经

拉脱脱日年赞是吐蕃史上备受推崇的一位藏王。据传他是在松赞干布前五代的赞普。他成为吐蕃史上的重要人物是由于这样的一个传说：一天，拉脱脱日年赞正端坐在宫殿里，突然由天降下一个精美的盒子，内有《宝箧经》、《百拜忏悔经》、《六字大明咒》以及金塔等等。对此，拉脱脱日年赞王感到十分惊奇和神秘，认为是珍宝，但不知是何物，于是给它们取名为“神物”。几年后，有五个陌生人来到藏王面前，要主动解释这些宝物的含意，藏王虽然敬重这个盒子，却未重视这几个人的来意，于是他们又神秘地消失了。这个传说似乎杜撰了佛教第一次在吐蕃显现的故事。客观地说，松赞干布建立吐蕃王朝时，佛教才从印度和汉地正式传入西藏地区。

拉脱脱日年赞之后，到吐蕃第31代赞普朗日松赞时期，吐蕃部落势力已很强大。当时在它东北同样强盛的苏毗国发生动乱，大臣年纪松那波杀掉了昏昧的苏毗女王达甲瓦，把原来的小女王弃邦松拥立为女王。原女王达甲瓦的宠臣娘·曾古等人极为不满，便密谋投奔雅砻。公元620年，吐蕃赞普朗日松赞率大军突袭苏毗，娘·曾古等人作为内应，一举征服了苏毗。此后，藏博、象雄等部落也先后归顺吐蕃。



释迦牟尼佛（局部）

此为贝叶经中的佛像局部图，构图形式酷似唐卡，描绘的是释迦牟尼佛及其两大弟子。

（右图）婆罗门行续

贝叶经　8世纪　印度

贝叶经是指在贝达拉树的叶子上书写的佛教经书。公元前400年左右，佛教刚刚兴起的时候，印度人将典籍用梵文写在贝叶上，集散页而成册，以供阅读、收藏。公元7世纪，由于留学、传教等多种形式的交流，贝叶经随佛教传入吐蕃。所以在吐蕃时期，最初能看到的经书形式应该是贝叶经。现今这种经书在印度已经看不到了。图为《婆罗门行续》贝叶经。















5

古老的本土宗教—苯教

苯教是西藏古老的原始宗教，是藏族远古时期的主体文化。直到8世纪中叶，吐蕃王朝大力扶佛抑苯，苯教的统治地位才逐渐丧失。

一、泛灵信仰的原始宗教

苯教又称“苯波教”，因教徒头裹黑巾，故俗称“黑教”。最早出现在象雄（今阿里地区一带），后来逐步传遍整个藏区。

从内容上看，苯教相信万物有灵，所崇拜的对象包括天、地、日、月、星宿、雷电、冰雹、山川、草木、禽兽等自然物。苯教可以说是泛灵信仰在西藏的地方形式。

原始的苯教把世界分为三界，即天、地、地下。天上的神名字叫“赞”，地上的神称为“念”，地下的神称为“鲁”，即常说的龙。掌管人的疾病的叫“龙神”；掌管自然灾害的叫“念神”，传说念青唐古拉山就是一尊大念神；除此外，还有地神等等。它们同人类的关系非常密切，能给人以凶吉祸福，人们是千万不敢触犯它们的。藏族人在饮食中忌讳吃鱼，一种解释就是此禁忌和苯教的信仰有关：苯教视鱼、蛇、蛙等水中生灵皆为地下世界的“龙族”，决不能杀生。

苯教将神话纳入其经典或仪礼中，用它来认识和反映客观世界。苯教经典中有这样一则创世神话，有位名叫南喀东丹却松的国王，拥有“五种本原物质”，法师赤杰曲巴把它们收集起来，分别形成了风、火、水和山，法师又从五种本原物质中制造出两个卵，由卵中最终形成了世界。这则创世神话体现了藏族先民朴素的唯物主义的宇宙观，同时又表现了神的超人力量。

雅拉香波山神 布本设色唐卡 清代 西藏

苯教认为世界由赞、念、鲁三神分管。念神居住在地上，它主管雨水、冰雹、雪灾、干旱等。藏族原始信仰认为的九大山神沃德巩甲、雅拉香波、念青唐拉、玛卿伯姆热(即阿尼玛卿山)、蛟卿顿日、冈巴拉杰、雪拉居保、觉沃月甲、西乌卡日，就属于念神。

本唐卡为雅拉香波山神的画像。它居住在雅砻河谷的雅拉香波山上，是雅砻河谷所有本地神的首领。在九大山神中排在第二位，仅次于沃德巩甲山神。其实雅拉香波山并不是一座大山，这个地位可能与雅砻河谷是吐蕃文明发源地有关。



二、苯教由崇拜自然到人为宗教

苯教的派别，按出现时间先后，可分为“笃苯”、“恰苯”和“觉苯”。

在聂墀赞普后六代的达墀赞普时，前藏有一个苯教大巫师叫汝辛。他宣称能通鬼神，并且精通祭祀、役使鬼神等法术，形成了一个派别，叫笃苯教，又称因苯派。

恰苯派是来自外地的苯教徒所开创的一个派别。与笃苯相比有两点变化，首先是出现了代替神灵说话的特殊人物巫师（笃苯时期有原始巫师，但主要是自然崇拜）。其次是产生了祖先崇拜。这是苯教为了生存和发展，开始按照奴隶主的意志办事，从自然宗教逐渐变为人为宗教的表现。

因佛教传入带来了大量的佛教经典，苯教为了抵制、抗衡佛教，也十分重视苯教理论经典的译著传播，以至受到佛教徒指责，说把一些佛经改头换面，充认苯教典籍，这一派被称为觉苯派，意为翻译苯。

苯教的活动主要通过巫师来进行，巫师在社会上很有威望和地位。左右国政的巫师按惯例均由大贵族的子弟世袭担任。而巫师总是在关键问题上，假借神的意志支持贵族势力，打击王室。因此，吐蕃王室与苯教的矛盾日益尖锐。佛教传入藏区后，苯教逐渐被王室压制下去，也慢慢向仿照佛教的方向演变。

大部分苯教寺院建在交通不便的偏僻山沟里，寺院的规模小，僧侣也少。早期的苯教寺院有西藏的“贤达顶”和“甲莫”，康区的“拥宗拉顶”，被称为苯教三大寺。其中“拥宗拉顶”在清朝乾隆平定金川后，改为格鲁派寺院。

赞国

布本设色唐卡 清代 西藏

赞国又称“载乌玛保”，即红色夜叉护法，是来源于西藏民间的苯教精灵，本是众魔的首领，被佛教降伏成为护法。

赞国红色身，头戴皮盔，身穿铠甲，胸甲用毒蝎皮装饰。右手持摩尼杖、左手持金刚索，坐于奔马上。伴神有万名未被征服的野赞、龙、猎鹰、虎、豹等。上界为七世达赖、宗喀巴、大持金刚、贝丹益西、莲花生。周围是各护法，最下层是八大鬼卒。



三、创始人辛饶米沃

辛饶米沃是公认的苯教创始人，在苯教徒心目中，其地位与释迦牟尼在佛教徒心目中的地位一样，是神圣而不可替代的。不过辛饶米沃的身世远没有释迦牟尼那样可信，而是存在很多的矛盾和混乱，以致有人怀疑他在历史上的真实性。

这里，我们根据有关传说和苯教经典《朵堆》等，对辛饶米沃一生做一简要概述。

在什巴叶桑天国，有达巴、塞巴、希巴三兄弟，他们都拜苯教最高神灵奔赤洛格杰巾为师，学习苯教教理。学成后，三兄弟又一起到辛拉俄格尔神处，请教面对人间苦难的修身济世良策。辛拉俄格尔神告知他们要分三个阶段研修苯教教理，之后便可成为上师，相当于佛教之佛。老大达巴完成了第一阶段的研修，成为第一阶段的上师，相当于佛教的前世佛。老二塞巴完成了第二阶段的研修后成为第二阶段的上师，相当于佛教的现世佛，并化身为辛饶米沃。老三希巴则一生等待，以图研修第三阶段教理，承担未来某个时期的职责，相当于佛教的未来佛。

传说辛拉俄格尔神是辛饶米沃的保护神，他答应帮助辛饶米沃使世界众生皈依苯教。于是辛饶米沃化身为王子降生到象雄魏摩隆仁，约在公元前5世纪，他创建了苯教。

实际上，据藏文文献记载，在古代象雄和吐蕃，曾经有过各种原始苯教，如天苯、赞苯和魔苯等，还有后来的达拉、巴色、盖阔等苯教古老的神祇。辛饶米沃以各种原有的苯为基础，吸收邻近部族文化，创建了具有独特理论和仪轨的雍仲苯教。他不仅将原始苯教分为恰辛、朗辛、斯辛、楚辛4个分支在象雄传播，而且还谙熟医术。据说辛饶米沃一生完成了12件功业，于82岁时圆寂。

苯教祖师辛饶米沃

布本设色唐卡 清代 西藏

这幅唐卡是苯教祖师辛饶米沃的画像。据苯教经典，辛饶米沃从什巴叶桑天国化身为王子降生到象雄魏摩隆仁。他活了82岁，一生完成了十二件功业。图中的逆时针"卍"（音万）是苯教标志，表示永生、永固、永存之意。它在藏语中称为"雍仲"，意为"坚固"。





示意图说明：

本图根据《中国历史地图集》唐朝吐蕃地图（公元820年）绘制。图中吐蕃控制区包括“卫藏四茹”、“孙波茹（苏毗）”、“多弥”、“大小羊同”、“羌塘”等。

吐蕃王朝最早将其本部划分为四个“茹”，即“伍茹”、“约茹”、“叶茹”和“茹拉”。“伍茹”、“约茹”即前藏的拉萨河流域和雅砻河流域，合称为“卫”，意为中心部分，“叶茹”即后藏雅鲁藏布江以北一带，“茹拉”即后藏雅鲁藏布江南岸一带，合称为“藏”。

此四茹之境西北与阿里地区接，东部到工布地区；北部抵念青唐古拉山脉和冈底斯山，即吐蕃王朝的本土区。后吐蕃强大，整个青藏高原都纳入其统治之下，于是又在藏北增加一“孙波茹”。

相关内容请参考第1章第2节。

吐番示意图（公元820年）

此图仅作为历史资料参考示意图，不作为地图使用。

第二章

雄鹰振翼惊四方

吐蕃王朝

（公元633～869年）



公元7世纪初，一代英主松赞干布兼并十余个部落，建立了西藏高原第一个统一的政权——吐蕃王朝。这是藏族历史上最强盛的时期，藏族人创造了自己的文字，也从此有了确切的历史记载。松赞干布于公元641年迎娶了唐宗室女文成公主，奠定了吐蕃与唐朝200余年的“甥舅亲谊”关系。公元869年，吐蕃王朝因王室内讧和部族之间、边将之间的混战而崩溃瓦解。



1 一代英主松赞干布
2 亲上加亲
3 伟哉！墀松德赞
4 甥舅之盟
5 朗达玛灭佛



1

一代英主松赞干布

在西藏，民族英雄松赞干布的故事家喻户晓，他不仅被视为观音的化身，而且是有口皆碑的祖孙三大法王之首。

一、迁都卧塘

松赞干布（公元617～650年）是悉补野世系中第32代赞普，生于墨竹工卡强巴明久林宫。少年时，他已是一位智慧出众、有勇有谋的王子，父王疼爱，臣子拥戴。此时，父王朗日松赞的统治却面临了重重危机：外部，征服的达波、工布、象雄和苏毗等部落反叛；内部也有臣子叛乱。朗日松赞本人则被敌人进毒而亡。

当此内忧外患之际，刚满13岁的王子松赞干布被拥立为赞普。松赞干布当机立断，先对为首的进毒者采取断然措施，尽行斩灭，很快使叛离之民复归治下。然后，他采纳娘·芒波杰尚囊之策，用种羊领群的方法，劝降了苏毗各部落首领，进而全部兼并了苏毗的土地和属民。后又不费一兵一卒，征服了吐谷浑。

一天，松赞干布征战路过吉雪卧塘（拉萨），在吉曲河（拉萨河）沐浴时，抬头观望这片土地，发现在这水草丰美的平原上，红山（布达拉）和药王山两山巍然相望，地势极为险要，很有战略地位。而这时，新归附的藏博、苏毗和吐谷浑等部落统治未稳，而吐蕃旧都的旧贵族也有图谋不轨之心。这内忧外患促使松赞干布决定放弃南方的旧都巴明久林，打算迁都。

公元633年，吐蕃王朝迁都卧塘。于是，在红山修建庄严的宫殿，君臣、将士迁居这里，建立了统治全蕃的核心。

松赞干布

布本设色唐卡 清代 西藏

松赞干布是吐蕃第32代赞普，他统一了吐蕃，定都拉萨，发展生产，创制文字，制定法律，并与唐朝联姻。佛教传入吐蕃后，他被尊奉为观世音菩萨化身之法王。

唐卡中松赞干布左手握法轮，右手持莲花，左舒式坐于金刚座上。上方为佛教上师及其修行本尊十一面观音。背景为大昭寺，座两侧绘尼泊尔墀尊公主和唐文成公主；座前拄杖老者是大相噶尔·东赞，手托经书的青年是吞弥桑布扎。



二、吞弥桑布扎创制藏文

松赞干布能够名垂千古，吐蕃的两位伟大政治家起到了重要作用。他们分别是吞弥桑布扎和噶尔·东赞域松。

现代藏文的首创者是大臣吞弥桑布扎。关于创制藏文，有这样一个故事：松赞干布13岁举行盛大的嗣位宴会时，吐蕃四邻的小邦及各部落首领遣使来贺，贺信使用不同的地方文字。当时由于吐蕃无文字，都用来使的文字书信答谢，或捎口信致谢。对此，赞普很难为情。他认识到没有文字很难完成国政大事，一定要有吐蕃自己的文字。

于是，松赞干布从吐蕃相臣子弟中选出16名聪慧青年，派遣他们去天竺学习文字。但16人中，有的半途而返，有的难耐天竺酷热，中暑而亡。赞普再次派遣聪慧坚毅、出身高贵的青年吞弥桑布扎去天竺留学。



（右图）三代法王像

布本设色唐卡 清代 西藏

因为对佛教的引进和弘扬作出了突出贡献，后世佛教徒把松赞干布（唐卡中间）和墀松德赞（右）、墀祖德赞（左）称为“祖孙三法王”。松赞干布能够名垂史册，有两位大臣功不可没：一位是藏文创制者吞弥桑布扎，另一位是噶尔·东赞域松(拄杖者)。

（下图）吞弥桑布扎和噶尔·东赞域松

吞弥桑布扎在印度苦学七年，学成后创造出30个藏文字母，终于创制了现代藏文。噶尔·东赞域松则是吐蕃大相，在松赞干布处理内处事务中起到重要作用。



吞弥桑布扎拜南印度大学者婆罗门李勤为师，学习五明（五明是藏族对一切学问的总称，包括大五明和小五明，大五明包括《工巧明》、《医方明》、《声明》、《因明》和《内明》。小五明指修辞学，辞藻学，韵律学，戏剧学和星算学），又拜班智达拉巴僧格为师，系统地学习了声明学。经历7年专心苦修，他成长为一名很有影响的学者。

返回吐蕃后，他开始奉松赞干布的指示创制文字。他从梵文字母中反复推敲、提炼，创造出30个藏文字母，又采用三种头四种脚和前加字、后加字进行拼读。终于造出了藏文！

这一年，松赞干布颁布诏书，要求吐蕃全体臣民，都要学习好藏文。吞弥桑布扎编写了一本完备的语法书，尽管书的大部分内容已经遗失，但仅存的两章作为藏文的标准文本沿用至今。



三、制定基础三十六制

据说松赞干布曾隐居玛茹宫四年，学习新文字。臣民们便议论，国王四年不出宫，如一愚夫，吐蕃平安乃是众臣所为。松赞干布闻此谣传，于是召集众臣说："我在宫中不外出，而臣民能够安全，说我是愚夫，国家都是臣子治理，并非这样啊。这都是我命令群臣做的，现在必须制定国家长治久安的一条大法。如果无统一的法律，我的臣民百姓就会再受痛苦。"

于是松赞干布制定了基础三十六制，主要包括：六大法典、六大商议原则、六级褒奖、六种标志、六种诰身、六种勇相。其中六大法典最为重要，包括六六大计法、度量衡标准法、伦常道德法、敬强护弱法等。

六大法典中又以伦常道德法所含的内容为最多。其中在家道德规范十六条，即"人道十六则"：一是皈依虔敬三宝（佛、法、僧）；二是敬重报答父母；三是以德回报有恩之人；四是不犯上且听其言；五是所行效仿贤哲；六是潜心学习佛法及文字；七是笃信因果，戒绝恶行；八是对人莫生歹心，而应有益于人；九是行事公正不欺；十是节制酒食；十一是明知羞耻；十二是借债如期偿还；十三是升斗斤两禁伪诈；十四是他人未委托之事，当禁无益之干涉；十五是做事有主见，遇变不乱；十六是对所发之誓及保证视如生命。

这些法规受到苯教徒的强烈反对，尤其是反对"皈依三宝"。但松赞干布仍大力推行他的法规，逐步扶植起了佛教的地位。



佛祖涅槃

图为佛祖在拘尸那城圆寂的场面。

（右图）菩提树下成佛

布本设色唐卡 清代 西藏

这幅唐卡描绘了释迦牟尼在菩提树下经过49天冥思苦想，悟道成佛，创立佛教，弘法四十多年，后回到拘尸那城圆寂的过程，还包括了三宝的由来。"佛、法、僧"被称为"三宝"，是佛教的核心。释迦牟尼出家后，经过六年苦行，终于在菩提树下悟道成佛，是为"佛宝"；成佛后他前往鹿野苑为五名苦行者说法，三转"四谛法轮"，是为"法宝"；五位苦行者听法后，顿然有悟，成了罗汉，是为"僧宝"。后世以"三宝"作为佛教的标志。



四、五难婚使

为保证王祚和吐蕃政权的传承，松赞干布前后娶了四位王妃。三位藏族王妃中，首位王妃孟萨·赤姜生下王子贡松贡赞。之后松赞干布还迎娶了尼泊尔墀尊公主。

当时，东方的大唐十分强盛，令人景仰。据藏文史籍记载，松赞干布18岁时(公元634年)，派遣使臣去向唐太宗献贺礼，唐太宗也派使臣致谢，唐蕃开始建立联系。当时，松赞干布效仿突厥和吐谷浑王室的先例，向唐室请求和亲，但遭到拒绝。松赞干布猜想这是吐谷浑的离间所致，于是迁怒于吐谷浑，率兵攻打已成为唐朝附属的吐谷浑，吐谷浑王兵败逃至青海北部。之后，赞普攻破觉白兰羌、丽江(绛)等地，并亲率20万大军直攻大唐四川西北部的松州边界。赞普再次派使者去唐朝贡金甲请婚，并对手下说："公主不来，我就要打下去。"但是唐太宗仍未答应。直到唐朝派来强大后援，吐蕃凶猛的势头才被阻止。双方僵持了一年，赞普又一次派使者向唐朝谢罪并请婚，此时他强大的军力已给唐太宗留下了深刻印象，太宗便接受了求婚。

松赞干布满心欢喜。当下派遣噶尔·东赞域松为首的百位大臣骑士带着多种黄金宝物等高贵礼物以及绝密汉文书信，前去唐朝为赞普聘娶公主。当时到长安求婚的，除吐蕃外，还有天竺、波斯、鞑靼等国家和地区的使臣。唐太宗决定让使臣们比赛智慧，谁能获胜，文成公主就嫁给他的王。

给出的第一道题是，100匹母马、100匹马驹，识别母子关系。各国婚使的辨认方法，不是用颜色区别，就是照老幼搭配，或以高矮相比，结果却是驴唇不对马嘴，均告失败。轮到噶尔·东赞识别，他先把母马和马驹分圈关着，一天里，只给马驹投料，不给喝水。第二天，噶尔·东赞又吩咐将关小马和关母马的马厩打开，母马胀了一天奶，马驹饿了一天奶，100匹马驹口渴难忍，都纷纷扑向母亲吃奶，轻易地就辨认出它们的母子关系。

第二道题是要在一个很小的九曲宝珠中穿过一条丝带。此宝珠整个为九曲，中间弯弯绕绕，其他婚使绞尽脑汁也没把丝带穿过曲孔。噶尔·东赞将一根丝线一头系在蚂蚁腰上，另一头缝在丝带上，把蚂蚁放到曲孔内，用力向内吹气。蚂蚁便带着丝线，顺着弯曲的小孔慢慢往里爬，爬过九曲回肠，丝带也随着穿过九曲明珠。

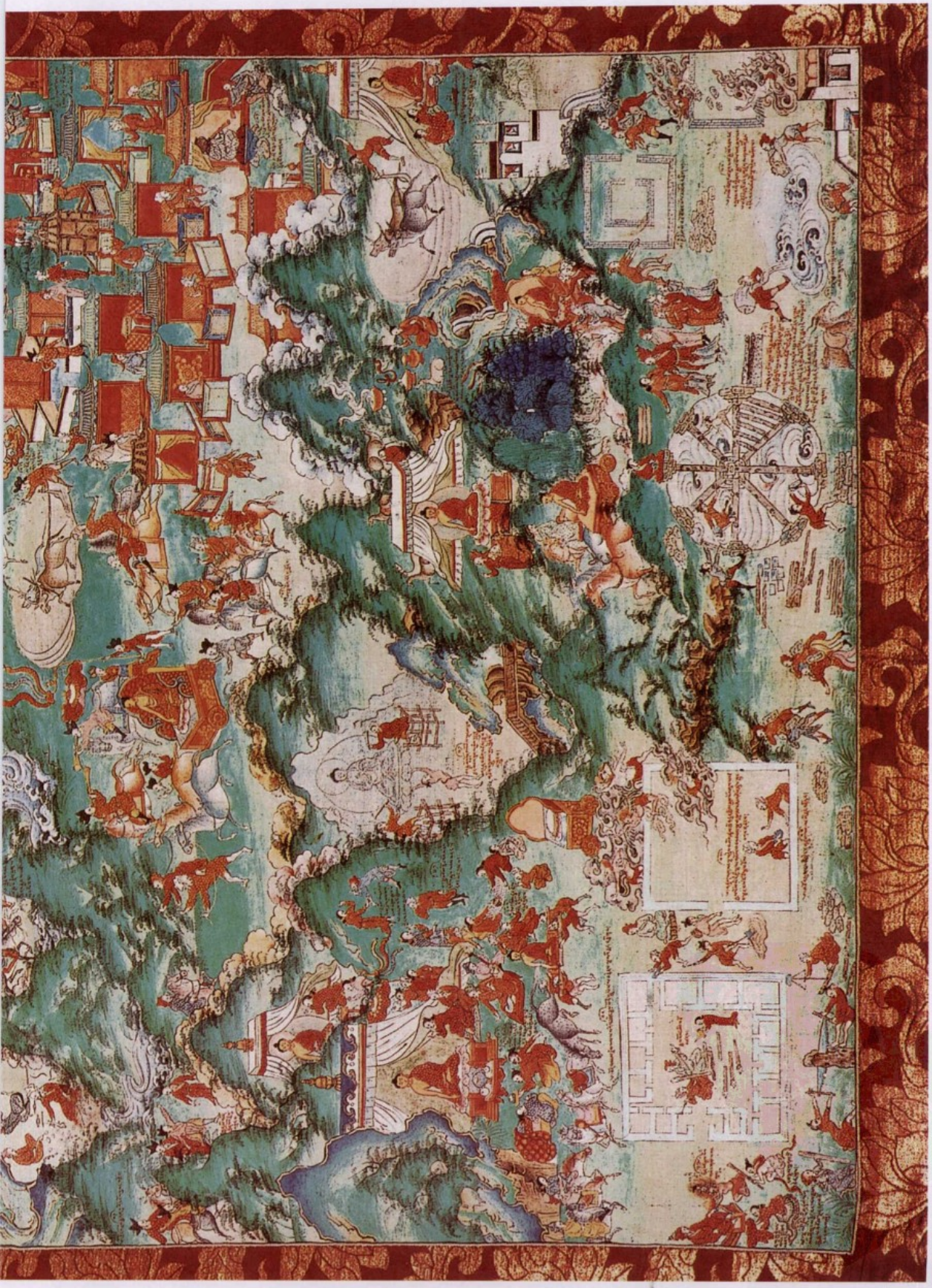
红山宫

壁画唐卡 清代 西藏布达拉宫

红山宫即布达拉宫的前身，始建于7世纪吐蕃松赞干布时期。当时整个宫堡外有三道城墙，内有千座宫室，是吐蕃王朝的政治中心。后来因宫殿遭雷击引起火灾。公元9世纪，吐蕃王朝解体，红山宫逐渐废圮。17世纪，五世达赖喇嘛重建布达拉宫，使之成为西藏政教统治的中心。（陈宗烈 提供）







另外的几道题也没有难住噶尔·东赞。

一道题是：将百段上过圆线的短木，分出根梢。其他使臣都办不到，噶尔·东赞将木头投入水中，根部质重下沉，梢部质轻上浮，很快分了出来。

还有一道题是考夜晚出入宫门是否迷路。一天夜里，宫中突然响起鼓声，皇帝传召各国婚使赴宫中商量事情。机敏的噶尔·东赞意识到这也是一场考试，便在关键的路段做了记号。果然进宫后，皇帝先请他们看戏，等到深夜时分，才叫他们原路返回，不得走错，结果只有噶尔·东赞取得了胜利。

最后一道难题是：使者要在一日之内宰完一百只羊，喝完一百斤酒，吃完羊肉，揉好羊皮。比赛开始，别的使者和随从急忙宰羊，煮肉，接着大口吃肉，大碗喝酒。肉未吃完，人已大醉，更顾不上揉皮子。噶尔·东赞则让随从小块吃肉，慢慢咂酒，一面揉羊皮，边吃边喝边消化，不到一天工夫，吐蕃的使臣们就把肉吃完，酒喝干，皮子揉好。这一次，噶尔·东赞又赢了。

最后，还有一个难关，要在三百名穿着相同的宫女中找出公主，幸亏噶尔·东赞有心计，先通过关系打听好了公主的特征——耳根有痣，终于在百花丛中选出了千娇百媚的文成公主。于是，唐太宗宣布，将文成公主嫁给吐蕃赞普为妃。

贞观十五年（公元641年），文成公主进藏。她与松赞干布的故事成为了千古佳话。

文成公主入藏时，随身带来了许多有关天文历法、五行经典、医方百种和各种工艺书籍，同时带来了各种工艺技术人员。而对于今天的藏人来说，文成公主带给吐蕃的最重要的礼物，则是释迦牟尼十二岁时的佛像。这就是现在供奉在大昭寺内最显要位置的那尊佛像。

（上页图）松赞干布画传

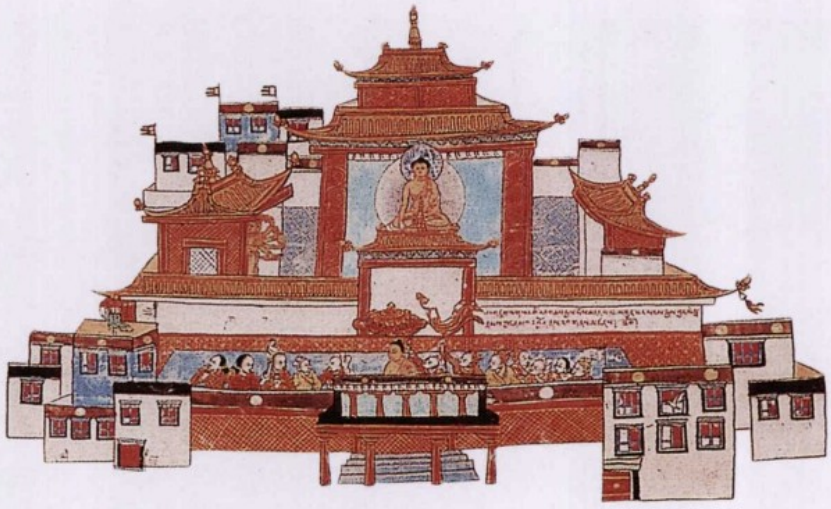
布本设色唐卡 清代 西藏

松赞干布在统一西藏高原后，于641年与唐朝和亲，促进了汉藏间的交流。本图主要描绘了松赞干布派大臣噶尔·东赞域松去长安向唐朝请婚，迎娶文成公主进藏的故事。当时唐太宗为了考察各国使节，出了五道题，谁答得又快又好，才能为他的国王娶到公主。结果噶尔·东赞智慧出众，全部取胜。这幅唐卡详细地描绘了五难婚使、公主进藏、修建大昭寺等情形。



释迦牟尼十二岁等身像 雕塑 西藏

拉萨大昭寺主殿内供奉着一尊释迦牟尼十二岁等身佛像。据佛教史记载，释迦牟尼佛在世时，弟子们为使他的真容传之后世，特请工匠替他造了四尊八岁等身像和四尊十二岁等身像，又称觉沃佛。公元4世纪，古印度国王达摩波罗为了答谢中国秦王苻坚资助他击溃入侵者，赠送了这尊十二岁等身佛像。公元641年，松赞干布迎娶文成公主时，唐太宗将这尊像作为嫁妆，送至西藏。佛像最初供奉于拉萨小昭寺，后供奉于大昭寺，成为佛教信徒十分崇敬的佛尊。



大昭寺

五、修建大昭寺

唐朝的文成公主和尼泊尔的墀尊公主嫁给松赞干布时，每人分别带来一尊释迦牟尼佛像：文成公主带的是释迦牟尼十二岁等身像，墀尊公主带的是释迦牟尼八岁等身像。在两位王妃的请求下，松赞干布答应为她俩请来的佛像兴建寺院。

传说在为墀尊公主请来的释迦牟尼八岁等身像选择地址时，墀尊公主请文成公主看一下风水，文成公主测出西藏地形是一位仰卧的魔女，拉萨的卧塘湖是魔女的心脏，只有填湖建寺供奉释迦牟尼佛像才能镇住妖魔。于是大昭寺就建在了这里。随后又修建了小昭寺。

大昭寺建成后，墀尊公主带来的释迦牟尼八岁等身像和经书、佛塔等珍品供奉在大昭寺内。文成公主带来的释迦牟尼十二岁等身像也供奉在大昭寺北面不远处的小昭寺内，从此大小昭寺就成了藏传佛教在青藏高原弘扬发展的基地。公元710年，大小昭寺的释迦牟尼佛像互换，于是，释迦牟尼十二岁等身像成了大昭寺的主供佛。

十二镇魔寺

唐卡 西藏 清代

公元7世纪，文成公主依照中国的《八十五行历算观察法》，推演出西藏的地形，据说是"严若罗刹魔女仰卧的形状"，于是在卧塘湖上建大昭寺，供奉释迦牟尼佛像以镇女魔的心脏，又在红山顶上修筑王宫，镇压魔女的心骨。为了镇住罗刹魔女及其他魔怪，在四周还修建了昌珠寺、章丈寺、噶察寺、仲巴江寺、贡波布曲寺、洛扎空厅寺、绛真格杰寺、巴扎冬孜寺、康隆塘度母寺、坝卓杰曲寺、智慧度母寺、弄伦寺等十二寺。这幅唐卡绘出了传说中的十二古寺的形貌。



2

亲上加亲

公元650年，松赞干布34岁英年早逝。由于其子贡松贡赞已去世，贡松贡赞之子芒松芒赞继位为赞普。赞普年幼，内外事务皆由大相噶尔·东赞决断。自此，噶尔·东赞与其子赞聂顿布、钦陵在吐蕃主政近半个世纪。

一、“吐蕃女王”墀玛伦

在吐蕃历史进程中，墀玛伦可谓一位空前绝后的女性领袖，两次摄政，多次平息叛乱，对吐蕃王朝的稳固传承功不可没。但这位“吐蕃女王”可能也是最不幸的女人了，她的丈夫芒松芒赞三十多岁去世时，儿子都松芒波杰还没出生。而都松芒波杰二十九岁去世，孙子墀德祖赞也还不到六岁。她时常会哀叹，上天为何如此薄情，让悲剧一次次在亲人身上重演！吐蕃王朝的重担必须要一个女人来承担吗？

但她毕竟是一位杰出的政治家，在铲除可能危及吐蕃王权的人物时，决不手软。都松芒波杰初即位，由母亲墀玛伦代理摄政。任命噶尔·东赞域松的长子赞聂顿布担任大相。赞聂顿布去世后，任命东赞域松的次子钦陵赞婆为大相。钦陵主政期间，唐朝和吐蕃为争夺领土经常兵戎相见。在与大唐和谈中，钦陵始终坚持强硬立场，并于670年，成功地取得了吐蕃梦寐以求的四城：疏勒、于阗、龟兹和焉耆，阻止了大唐向西进军的企图。钦陵的事业也达到了顶峰。噶尔·东赞域松父子三人先后担任大相，他们为吐蕃的政治、经济、军事等建立了功勋。但同时他们及其后代的骄傲情绪也不断滋长，吐蕃臣民们惧怕而敬奉之。

松赞干布画传

布本设色唐卡 清代 西藏

松赞干布13岁即赞普位，统一西藏，建立起强大的吐蕃王朝。本唐卡主要描绘松赞干布时期修建大昭寺、生子贡日贡赞以及松赞干布逝世的情形。

芒松芒赞（松赞干布之孙）、都松芒波杰和墀德祖赞三代赞普在西藏佛教的兴起和发展过程中建树不多，所以后世画家在作历史画幅时，多不突出他们，只是把他们诞生的情景附在松赞干布的传记唐卡之后。



都松芒波杰渐渐长大，他对噶氏家族的专权越来越憎恶。一些对噶氏兄弟本就怨恨的大臣趁机挑拨赞普除掉他们。赞普于是派军到钦陵军中进行瓦解，同时在逻娑（拉萨）清洗与噶氏有关的内臣。

一天，都松芒波杰正与琛妃喝酒，正在兴头，母后墀玛伦进来问赞普有没有让钦陵回师逻娑的消息，都松芒波杰回答，钦陵推说东部战事紧张，又无能胜任的将帅来接替他，他说不放心。墀玛伦很伤感，她担心杀掉钦陵后就不会再有这样的将帅之才了！都松芒波杰以为母后后悔了。墀玛伦解释道："念及先王功业，及噶尔·东赞域松大相及钦陵家族为吐蕃立下的功勋和汗马功劳，我于心不忍啊！"

都松芒波杰见状，决定马上下手。公元698年，冬天，赞普治罪噶尔·钦陵，废除其大相职位，钦陵自杀，噶尔家族的财产也全部被收归王室。钦陵终因功高震主，又不加收敛，落得凄惨下场。

公元704年冬，都松芒波杰薨，由于王子墀德祖赞尚幼，内外政务皆由王太后墀玛伦摄理。之后的几年，墀玛伦又平定了几起叛乱。从此，王权稳固，吐蕃社会安定。

（右图）松赞干布画传

布本设色唐卡 清代 西藏

本幅唐卡的内容很多，有为松赞干布修陵的场面，也有芒松芒赞等三代赞普诞生的情景，还生动地描绘了都松芒波杰时期七大力士各显神通的场面。

都松芒波杰（676～704）在位时，吐蕃有七位大力士，即：俄·仁那纳波，能举起小象；俄·岭岗，能举起牦牛；伦·绛的箭能射断鹞鹰的腰；白·东坚的箭能射达目力所及三倍远的地方；郭·雅穹，能把整张鹿皮盛满沙土举过头旋转；觉若促学能将奔驰下坡的野牛倒拽上坡；伦·赤顿玉敬，能将跳崖的马拖上崖来。

七力士

图为都松芒波杰时期七大力士各显神通的场面。





二、金城公主进藏

墀德祖赞是吐蕃王朝的第四世赞普。在松赞干布去世后的半个多世纪中，唐蕃之间时有战争发生。墀德祖赞主政时，吐蕃社会稳定，赞普也想与大唐重修旧好。于是派人向唐中宗求亲，唐中宗应允，将女儿金城公主许配墀德祖赞。金城公主是进藏的第二位汉族公主。

金城公主进藏没多久，便怀孕了，分娩时生了个儿子。赞普高兴得手舞足蹈，谁知这却惹出一段事情。一直没有孩子的王妃那囊妃把婴儿抢去，硬说孩子是她的。这种事情，赞普不愿直接点破，大臣们也被搞得半信半疑。争论愈演愈烈，一直没有结果。后来墀德祖赞想出了一个办法。

到了王子周岁生日宴会时，墀德祖赞把那囊家的人和来自内地的汉族亲友都请来，说："孩子一岁了，还没有舅舅，今天就让他自己认一认舅舅吧。"说着亲了一口王子，在他手中放了一大杯酒，说："孩子，想得到真正的母亲，就得先认出真正的舅舅。去认吧！"

见此情景，两方的亲友都紧张起来。特别是那囊家的人，深知今天的王子就是明天的王，生怕失去王子会动摇自己的权力。于是，拿着玩具和斗篷，拼命叫着王子："到舅舅怀里来！"汉族的亲友也纷纷伸手叫着孩子："来！来！来舅舅怀里！"

王子举起酒杯斜了一眼那囊氏的亲友，说："我墀松德赞是汉家的好外甥，怎么能把那囊家的人当舅舅！"边说边把酒杯放在汉族亲友手中，投入汉族"舅舅"怀中。金城公主见状，高兴得泪流满面，叫着"我的孩子！"把王子紧紧抱在怀里。

金城公主进藏图

布本设色唐卡 清代 西藏

金城公主是唐雍王宗礼的女儿，唐中宗收为养女，封金城公主许嫁吐蕃赞普。709年，吐蕃请婚。710年金城公主进藏。有一个传说，讲金城公主原本要嫁赞普的王子江察拉温。金城随身携带一面镜子，起程时在镜中看到的是一个英俊少年，途中突然心惊，再看镜子，却是个老态龙钟的老头。原来拉温已被嫉恨的贵族暗害。金城公主进藏后，只好同未婚夫之父墀德祖赞完婚。但这一说法与史书记载墀德祖赞的生卒年代明显矛盾，应属民间的演绎。



3

伟哉！墀松德赞

汉族的外甥墀松德赞是吐蕃第五位赞普，是吐蕃历史上第二位，也是最后一位伟大的君主，被藏人称为祖孙三大法王之一。他的武功使吐蕃帝国更加威名远扬。墀松德赞和他的两位祖先拉脱脱日年赞、松赞干布被西藏人视为佛殿中文殊、普贤和观世音三尊佛的化身。他的两位祖先为引入佛教作了大量的准备，墀松德赞则为佛教落户西藏奠定了基础。

一、攻占长安

当时的东方大唐，唐明皇沉醉于杨贵妃的温柔乡中，不理政事，各地频频造反，使唐王朝大伤元气。大食人（阿拉伯人）正在中亚称霸，藏王乘机与其结盟，在甘肃一举消灭了大唐西部辖区的武装。从此吐蕃的势力一发不可收拾，公元763年，吐蕃军队占领唐帝国的都城长安达十五天之久，在被迫撤出时，还适时地扶植了一个傀儡皇帝。唐蕃之间的战争持续了近四十年。

墀松德赞在鼎盛时期，曾进军西至大勃律和吉尔吉特，占领了西藏以西的地区。然后向南，挺进到喜马拉雅山以南的孟加拉和比哈尔。布达拉宫的一座石碑记下了他的煌煌伟业。

君臣二十五人

布本设色唐卡 清代 西藏

《君臣二十五人》为一组唐卡，共五幅，描绘的是墀松德赞及其臣下二十四名得道者，中间为墀松德赞的变化身形相。他们大多曾去印度学习过佛教，后来成为译师。传说他们有的能飞行空中，有的能用手指钻石取水，有的能死而复生等。唐卡形象地描绘了他们各自的本领。这是五幅唐卡中的一幅。



二、迎请大师寂护、莲花生，佛苯两度交锋

赞普松赞干布时期，佛教开始在吐蕃传播。后来，赞普墀德祖赞为了发展佛教，派人去唐朝京城长安请来经典一千部。但是，原始苯教在吐蕃人心中仍根深蒂固，绝大多数臣民仇视佛教。

墀松德赞成年亲政后，学习前代诸王笃信佛教，设计翦除了反对佛教的大臣玛祥·仲巴杰等人，颁布奉行佛法的诏令、翻译佛典，并派人到尼泊尔迎请来著名印度佛学大师寂护。

寂护大师到藏后，为赞普讲法。恰逢此时，吐蕃发生了雷击、瘟疫等多种灾害。有人便说，这些灾祸都是因佛教的教义“触怒了藏地的邪恶鬼神”所引起的，要赞普下令让印僧返回尼泊尔。墀松德赞王不得不让寂护返回尼泊尔。

这次受挫，没有动摇藏王弘扬佛教的决心。他又派人去乌仗那(今克什米尔)迎请密咒大师莲花生前来“调伏魔障，显扬佛教”。莲花生一到吐蕃即用佛教密宗中的那套类似于苯教巫术的咒法，将苯教的许多自然神灵接纳到佛教密宗中，宣布为佛教护法神。更为有趣的是，后来在莲花生的倡导下修建的桑耶寺，“寺内的菩萨像，系仿照藏人的形象塑造的。”对此，《贤者喜宴》一书中有比较详细的记载。在桑耶寺的修建过程中，“雕塑佛像的工匠说：印度、汉地之中选哪国的风格塑造佛像？请赞



耶喜措嘉

耶喜措嘉原是藏王墀松德赞的王妃，后来成为莲花生大士的首席弟子和双修伴侣，她还撰写了莲花生的传记。

（右图）莲花生大师

布本设色唐卡 清代 西藏

印度大师莲花生曾被墀松德赞延请到西藏宣扬密法。这幅唐卡的主尊是莲花生大师，右下是其藏族弟子耶喜措嘉，左下是他的印度弟子曼达拉娃瑜伽女。上界正中是大日如来佛，两边是阿弥陀佛和白莲花王观音。左下角是印度大师寂护。右下角是藏王本人，双手结说法印，指间捻两枝莲花。莲花上生出一把智慧剑和一本《般若波罗蜜多经》，意指他被看做是智慧佛文殊菩萨的化身。



普、众臣、堪布商议。这时堪布说：佛出自印度，故按印度之风格塑造佛像为宜。赞普说：还是按吐蕃的风格建造，这样做对诸贪恋苯教的藏人改信佛有益处。遂召集全体藏人，以藏人的模样塑造了诸佛、菩萨像。”这是墀松德赞采取的佛教藏族化的一个重大举措。莲花生和墀松德赞的佛教藏族化的方法十分奏效，为佛教的发展扫清了障碍。

但佛苯之间的斗争并没有绝迹，于是一场佛苯之间的辩论开始了。结果，佛教以自己理论的深奥，衬托苯教思想的粗浅，辩论以佛教的胜利而告终。这是佛苯之间的第二次交锋。第一次交锋，墀松德赞以强制手段剪除了崇苯反佛的权贵；这次则以辩论方式从理论上战胜了苯教势力，进一步巩固了佛教在西藏的地位。

此后，由莲花生大师选定寺址，寂护大师设计，墀松德赞亲自奠基，于公元779年建成了西藏的第一座寺院——桑耶寺（以前所建的一些寺，只是一些没有僧伽组织仅有佛像的小庙）。它以古代印度波罗王朝高波罗王（约7世纪后期在位）在摩揭陀的邬坚布日寺为蓝本，实际是用佛教徒想象中的所谓世界的结构做建筑的基本概念。中央的三层邬孜大殿代表须弥山；南北为日、月两殿，象征日月双轮；四周建四大殿、八小殿，表示四大洲和八小洲；四个角上分别建有红、绿、白、黑四座佛塔；圆形围墙象征铁围山。佛教密宗的“坛城”（曼荼罗）也往往采用这种形式，所以也有人说它是仿照曼荼罗建造的。

桑耶寺的主殿原为三层楼房，也有藏人称它为“三样寺”。这是因其建筑的三种特色：底层建筑为藏族风格，石头结构，塑像面貌仿照藏人；中层建筑为汉地风格，砖瓦结构，塑像面貌仿照汉人；顶层建筑为印度风格，木质结构，塑像面貌仿照印度人。这也反映了当时西藏既有印度佛教的势力，也有汉地佛教的势力。



桑耶寺主殿“三样寺”

“三样寺”印、汉、藏三种风格为一体，反映了当时西藏地区汉传佛教与印度佛并立的局面。

（右图）**桑耶寺**

布本设色唐卡 清代 西藏

桑耶寺位于西藏札囊县雅鲁藏布江北岸，它建于779年，是西藏第一座具备佛法僧的佛教寺院。它以古印度的邬坚布日寺为蓝本，融合了藏、汉和印度的建筑风格建造。中央的三层邬孜大殿代表须弥山；南北为日、月两殿，象征日月双轮；四周建四大殿、八小殿，表示四大洲和八小洲；圆形围墙象征铁围山。该唐卡布局紧凑，描绘了整个寺院的壮观景象和落成开光时的欢乐场面。



三、七觉士出家与“顿渐之诤”

桑耶寺建成后，墀松德赞心想：佛教的兴盛是依靠僧团掌管的。他建议寂护论师建立僧团组织。并派人去印度，从止迦玛希拉寺迎请12名僧人至吐蕃受戒。赞普问：“吐蕃没有僧人。我的尚伦（官吏）们能否做僧人?”寂护答道：“能不能做僧人，测试后再定。”为了测试是否合适，首先试度7人出家，他们是巴·热特纳、巴·萨囊、恩兰·嘉哇曲央、拉隆·惹觉央、玛班·仁者却、拉松·绛曲嘉瓦、巴廓·贝惹杂纳，史称“七觉士”。于是佛法逐渐兴盛。

到了墀松德赞王的晚年，汉地的禅宗思想传到了吐蕃地区，其代表人物就是摩诃衍那。由于其所传法易修，吐蕃多数僧尼都改修他所传法。唯有巴·热特纳与贝惹杂纳等少数人忠心信奉寂护传法。由于两派的观点分歧很大，导致了僧人之间的大辨诤，历史上称这次辨证为“顿渐之诤”。区别是：“顿门”讲顿悟，为刹那成就之法；“渐门”需长期修习，逐渐修成。辩论持续三年之久，结果是以摩诃衍那为首的汉地禅宗败北，以莲花戒为首的印度佛教取胜。于是，赞普墀松德赞下令说，今后在吐蕃不准推行顿门派的教法。印度佛教作为当时吐蕃王朝正统的意识形态继续在吐蕃弘扬广大，而以摩诃衍那为首的汉地禅师们则被迫离开了吐蕃。

堪洛却松三尊像

布本设色唐卡 清代 西藏

“堪洛却松”，意为“师君三尊”。即指亲教师（堪布）寂护，轨范师（洛温）莲花生，法王（却杰）墀松德赞，“松”是三个的意思。寂护（左）第二次来藏后，协助赞普设计修建了桑耶寺，任该寺第一任堪布。唐卡中央为莲花生，印度密宗大师，曾利用密宗法术同苯教巫师斗争，并与寂护共建桑耶寺，被称为“前弘期”佛教之祖。墀松德赞（右）在位期间大力扶持佛教，推动了西藏佛教早期的发展。所以，后世佛教徒把他们三人尊称为堪洛却松。



四、藏医祖师宇妥宁玛·云丹贡波

藏医学是建立在中医文化和理论的基础上，结合本民族的特色发展壮大的一种医学。藏医学的主要医典之一是宇妥宁玛·云丹贡波编著的《四部医典》。

宇妥宁玛·云丹贡波，公元708年出生。他的父亲是神医（太医）。他利用一切时间为患者看病，被赞为“第二神医云丹贡波”。他曾经治愈了赞普的眼睛和牙齿疾病。赞普十分喜欢宇妥宁玛，任命他为神医。

宇妥宁玛3次去印度学医，历时近十年。其间，他依止尼泊尔大医师巴纳宝利罗哈和印度大学者班钦旃扎第瓦（旃松陀罗第瓦）、还旺等学习了许多医学知识。宇妥返回吐蕃后，花费了十年时间，撰写了一部具有理论体系、适合本民族环境的医学论著《甘露要义秘诀窍续》（即《四部医典》）。这部书的问世标志着藏医药学体系的形成。此外，还撰写医著多部。他的这几部论著为推动和发展吐蕃医学做出了不可估量的伟大贡献。

宇妥宁玛55岁时，在工布曼隆创建了一座非常特别的医学寺院，招收培养了300多名医学人才。根据学生所掌握的理论和实践知识程度规定医学单位：曼巴本热巴（相当于主任医师）、饶强巴（相当于主治医师）、噶层巴（相当于医师）、都惹瓦（相当于医生），授予不同程度的人。

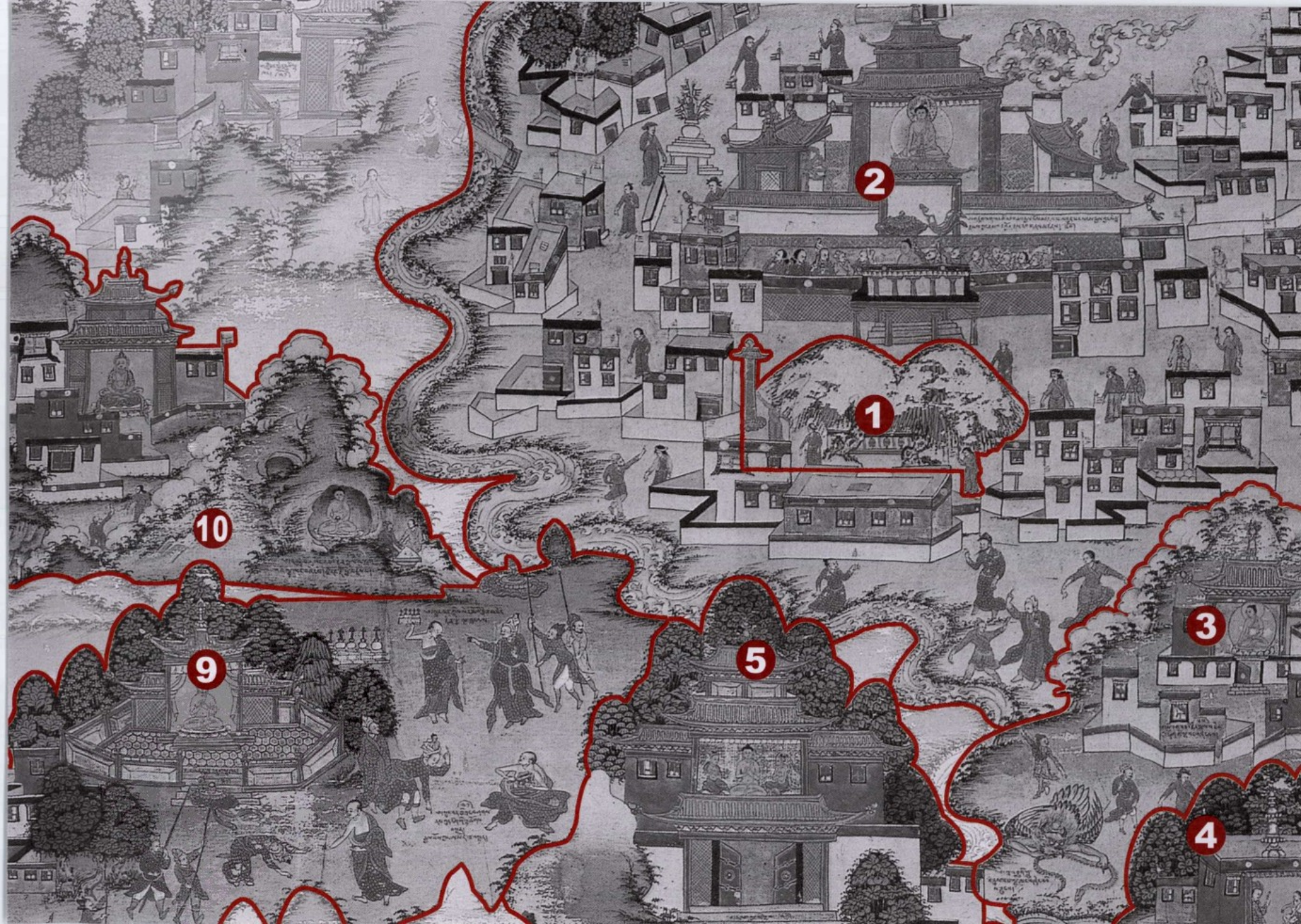
宇妥宁玛·云丹贡波年逾八旬时，还经常带领门徒行医治病，传授医术。公元832年去世，享年125岁。



新宇妥·云丹贡波
布本设色唐卡 清代 西藏

新宇妥·云丹贡波是老宇妥·云丹贡波的第十三代后裔，12世纪西藏著名的医学家。他用厘定后的藏文修订《四部医典》，借鉴吸收汉地的《月王药诊》及《月光》、《八支医要》等医著，加入旁注，并用实践经验充实了《四部医典》。在藏医的历史传说中，新宇妥·云丹贡波是老宇妥·云丹贡波的转世化身，因此习惯上将他们混称为宇妥·云丹贡波。




2
1
10
3
9
5
4


6
7
8

精品唐卡赏析：松赞干布画传

藏王松赞干布（公元617～650年）为吐蕃第三十二代赞普，是藏族最有影响的古代民族英雄。关于他的传记唐卡很多，这是其中之一。本唐卡主要描绘松赞干布时期修建大昭寺、生子贡日贡赞以及松赞干布逝世的情形。

松赞干布统一吐蕃后，先是娶了尼泊尔的墀尊公主，又向东邻强盛的大唐求婚，经过软磨硬泡，唐太宗终于同意将宗室女文成公主嫁入吐蕃。墀尊、文成两位公主进藏时，各陪嫁了一尊珍贵的释迦牟尼等身像，松赞干布修建了大、小昭寺来供奉这两尊等身像。

贡日贡赞为松赞干布夫人孟萨·赤姜所生，该子十八岁即亡。

公元649年，高宗李治封松赞干布为“西海郡王”。松赞干布上书唐高宗，表示对唐朝新君的祝贺和支持。唐高宗又晋封松赞干布为“贾王”。

公元650年，松赞干布逝世。他一生中建立了几大功业：统一吐蕃，定都卧塘（拉萨），首创藏文，制定吐蕃的法律——基础三十六制，唐蕃和亲、修建大昭寺等，为中华民族的团结和汉藏交流，做出了巨大贡献。

（第一组：1）

唐柳与“唐蕃会盟碑”

大昭寺建成后，松赞干布与文成公主亲自于庙门外栽插柳树，这就是著名的“唐柳”。藏民十分爱护这株柳树，把它看做藏汉民族亲密合作的信物，并加以神化，说此树是文成公主带到吐蕃的释迦牟尼佛像的头发落地而生，故又称“释迦发”。

大昭寺寺门正前方树立着一座三米多高的石碑——“唐蕃会盟碑”，建于公元823年，会盟碑记载了唐蕃近200年和亲友好的历史，为汉藏友好交往的历史见证。





松赞干布画传　布本设色唐卡　清代　西藏



扎什伦布寺 布本设色唐卡 清代 西藏

扎什伦布寺和甘丹、哲蚌、色拉三寺并称为格鲁派四大寺，其他三寺皆建于拉萨市郊，唯扎什伦布寺位于后藏日喀则市。该寺由一世达赖根敦珠巴主持兴建，1447年建成，1713年，清廷册封第五世班禅为「班禅额尔德尼」，该寺也成为历世班禅大师驻锡之地，现为后藏格鲁派最大寺院，这幅唐卡不但绘出了扎什伦布寺宏伟的全貌，还描绘了寺外奇丽的山石，日喀则城和年楚河。



（第二组：2）

大昭寺

大昭寺，始建于公元647年，是拉萨最古老的寺庙，全称为羊土幻显殿，因建造时曾以山羊驮土而得名。拉萨有一种说法叫做：先有大昭寺，后有拉萨城。

当年，墀尊、文成两位公主出嫁时各带一尊释迦牟尼等身像进藏，松赞干布下令为两尊佛像分别修建大小昭寺，将墀尊公主的八岁等身像供奉在大昭寺，文成公主带来的十二岁等身像则供奉在小昭寺。公元710年，大小昭寺的释迦牟尼佛像互换。

大昭寺坐东面西，主殿高4层，两侧列有配殿，布局结构上再现了佛教中曼荼罗坛城的宇宙理想模式。大昭寺门朝西，小昭寺门朝东，表示两位公主思念父母亲人，不忘故土的意思。

大昭寺是藏传佛教各派共尊的神圣寺院，活佛转世的“金瓶掣签”仪式历来在大昭寺进行。



（第三组：3）

昌珠寺

昌珠寺位于山南雅砻河东岸的贡布日山南麓，距乃东县约二公里。是相传为文成公主修建的十二镇魔寺之一。藏语中"昌珠"的意思是"鹰鸣如龙吼"。传说此地以前是一个湖泊，湖中常有一五头怪龙作乱，松赞干布为除此害，亲自变成一大鹏鸟与怪龙进行了多次殊死搏斗，最后将妖龙的五个头一一啄了下来。因此寺名就叫做了"昌珠寺"，以纪念松赞干布降伏妖魔。唐卡的这部分即描述这一传说。



（第四组：4）

孟萨·赤姜生子贡日贡赞

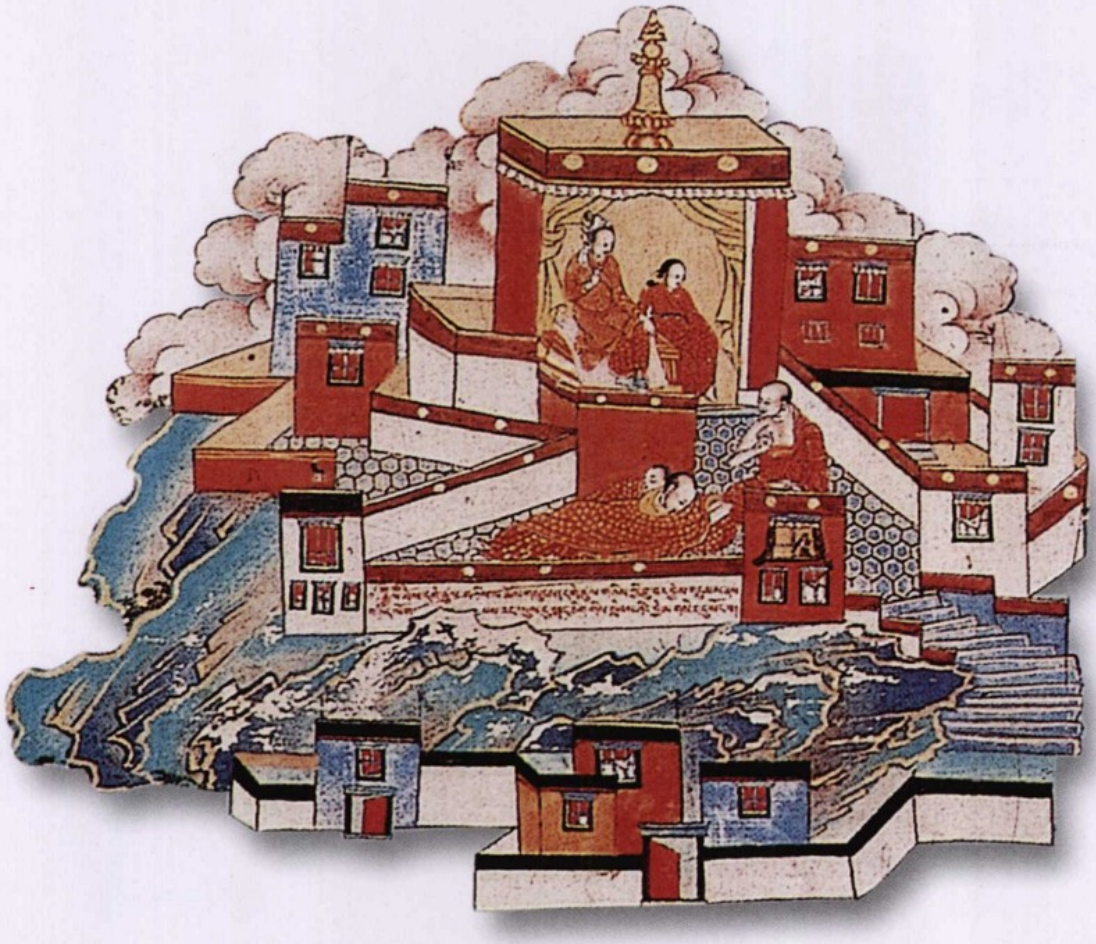
松赞干布的第一位王妃孟萨·赤姜为吐蕃本土人，她为藏王生子贡日贡赞，亦是松赞干布六位妃子中为藏王生子嗣后的唯一夫人。据史载，贡日贡赞王子到十三岁时继登王位，十八岁（公元650年）即亡，松赞干布复掌政，但不久也去世。



（第五组：5）

佛殿（可能是三怙主殿）

松赞干布曾在拉萨北郊娘热山沟的一个龟形巨石上修筑了一座宫堡，名叫帕邦喀，意为“巨石堡”。图中的佛殿可能是巨石南坡下的策久拉康（三怙主殿）。该佛殿分前后两室，前间石壁上刻有行藏文“六字真言”，相传是吞弥桑布扎的手迹；后殿正中供“三怙主”石佛像，即文殊、观音、金刚手。传说松赞干布与两位公主为修建大昭寺在此静坐时，“三怙主”突然显身，松赞干布就命尼泊尔工匠在“三怙主”显身的石壁上刻下了他们的像。



（第六组：6）

红山宫

松赞干布定都拉萨后，修建了红山宫，即布达拉宫的前身。当时宫殿众多，气势宏伟。后毁于战乱和雷击。17世纪时，五世达赖重新修建了布达拉宫。文成公主进藏后，就住在这里。



（第七组：7）

出行图

这部分描绘松赞干布及王妃出行时的情景。藏王和王妃坐在两匹马拉的车内，神态怡然，两侧是步行的侍从，骑马的护卫环绕周围，跃马扬鞭，场面十分生动。



（第八组：8）

佛教庙宇

在两位公主入藏后，开始在西藏陆续修建其他佛殿庙宇，开始翻译佛经，佛教正式从尼泊尔和汉地传入西藏。据说共建造庙宇108座，昌珠寺、大昭寺、小昭寺等就是当时第一批的著名建筑。松赞干布的其他几位王妃亦相继建立了各自的佛殿或神殿，作为自己的佛法圣缘。图中下侧庙宇外为两位辩经者。

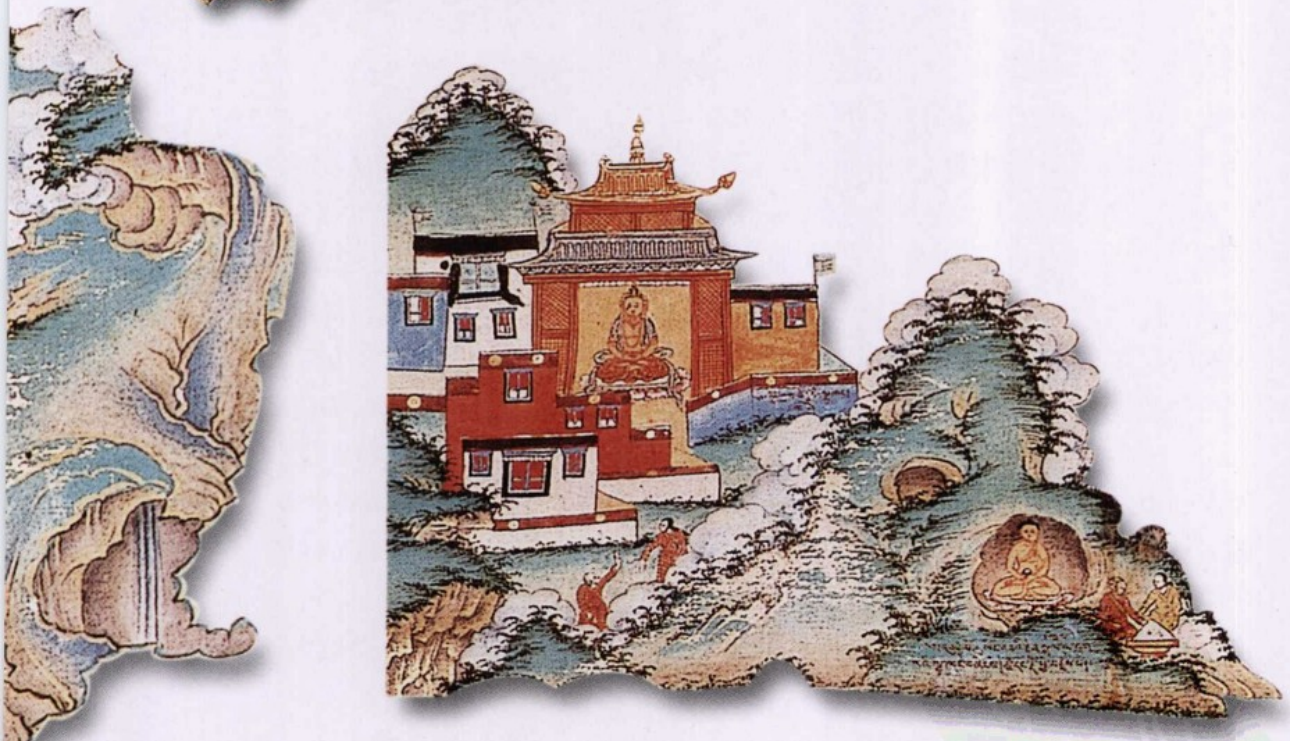
（第九组：9）

（右上图）佛塔与辩经者

佛塔与佛像、佛经是藏传佛教传播的三种主要形式。佛教传入西藏后，松赞干布除了修建寺庙，还建造了不少佛塔。图中佛寺外右上角即是佛塔。寺外为藏王与僧人辩经的一些场面。但这时吐蕃并没有真正剃度出家的僧人，图中的僧人应为印度等地的游僧。到松赞干布的后代墀松德赞时才建成吐蕃第一所佛法僧兼备的寺院——桑耶寺。







（第十组：10）

法王修行洞

松赞干布兴佛于吐蕃，文成公主又是一位虔诚的佛教信徒，他二人在红山顶上建了一个修行洞事佛，称为法王修行洞。其上筑一佛堂，供奉松赞干布的本尊圣洛给夏然像（即圣观世音自在菩萨的变像）。相传此佛像并非人工雕塑，而是自然现身，因此十分尊贵。1300 多年来，它成为布达拉宫的主供佛像。

4

甥舅之盟

墀松德赞死后，他的两个王子先后继位，分别是牟尼赞普（797～804年在位）和墀德松赞塞那勒（804～817年在位）。他们也都和父亲一样崇信佛教。据说藏王牟尼赞普统治期间曾先后三次均贫富，但每次之后他都发现，富人还是照样富，穷人还是照样穷。

墀德松赞留下了三个儿子。老大藏玛自幼出家，王位就留给了两个弟弟朗达玛和热巴巾。众大臣废长立幼，让热巴巾当了赞普，号墀祖德赞。原因是王子朗达玛先习佛法，后信苯教，不受崇佛大臣们的欢迎。

赞普墀祖德赞时期，一方面唐蕃互派使者赠礼不断加强和谈调解。另一方面，派兵争地守卫边界，多次发生激烈的军事冲突。经过双方和谈，公元822年，双方正式会盟。会盟碑记载了松赞干布至墀祖德赞间近200年来唐蕃和亲友好的历史，表达了唐蕃不再战争，万代和好的誓愿。唐蕃之间争战200年，和盟8次，最终墀祖德赞彻底解决了这个问题，这是吐蕃王朝第八代赞普热巴巾一生中最大的功绩。

热巴巾是一位过分尊崇和供养佛教的国王。热巴巾令僧人的权力凌驾于群臣之上，使他们成为新的贵族。他还建立了僧人供给制度，规定每7户平民负责供养1位僧人的生活。除了推动利于佛教的社会改革外，还制定了佛经翻译的专业术语标准，藏文三藏（佛教的三部典籍）中许多译本都来自这个时期。后人对这位藏王更熟悉的是他的绰号“长发人”。据说是为了树立一个尊敬佛教的信徒的榜样，他把头发梳成一缕缕的，系上长布巾，在一些仪式上请圣人坐在布巾上面（象征圣人的地位比他高）。

由于墀祖德赞对佛教的巨大贡献，在藏文史籍中，把他与松赞干布、墀松德赞合称为“三大法王”。



吐番时期的饮食用具

热巴巾遇害

壁画唐卡 清代 西藏布达拉宫

热巴巾对佛教的过度崇奉给人民带来了沉重负担，也招致韦·达那等崇苯大臣的仇视，他们趁热巴巾酒后昏睡之机将其暗杀，然后拥立反佛的朗达玛为新藏王。 （陈宗烈 提供）



5

朗达玛灭佛

由于热巴巾极度崇佛，施行“对僧人恶目相视者剜其眼，恶指相指则断其指”的严刑峻法，加上数量庞大的僧人给百姓带来的沉重赋税，致使臣民们怨声载道。朗达玛也与热巴巾产生很大的分歧，这正好被反佛崇苯的大臣们利用。他们密谋暗杀了热巴巾，连他那放弃一切权力的哥哥也未能幸免。公元836年，朗达玛被立为新藏王，也是吐蕃王朝的最后一位赞普。

他继位的第二年，吐蕃遭遇罕见的霜雹和瘟疫灾害。反佛的众大臣将此归罪于崇佛，于是对佛教大力灭杀：桑耶寺等著名寺院都被封闭，大昭寺改为屠宰场；僧人被勒令改信苯教，或去打猎；许多佛像被扔入河中；佛经被毁。这次禁佛运动对佛教是一次非常沉重的打击，以致西藏宗教史籍把朗达玛以后的近百年间称为“灭法期”或“黑暗时代”。而从松赞干布时佛教传入吐蕃到朗达玛禁佛这一时期，在西藏佛教史上被称为“前弘期”。

佛教徒对朗达玛的仇恨可谓深入骨髓，拉龙白多便是其中之一。拉龙白多是一名居士，一天在山洞内打坐时忽然看见幻影：一位女神告诫他，该是挽救误入歧途的魔王的时候了，以免其造更多的罪孽。第二天，他出定，得知了藏王的所有罪行，然后用木炭将一匹白马染成黑马，用烟炱涂面，披戴有白色衬里的黑斗篷和黑帽子。打扮好后，他马上赶赴拉萨，见到正在大昭寺看碑文的朗达玛，便拿出藏在斗篷里的弓箭，向藏王的胸部射了一箭，朗达玛就此结束其罪恶的一生。拉龙白多在混乱中逃跑。他飞奔入一条清澈的小溪中，洗净了马匹和自己的面颊，然后把斗篷和帽子翻过来穿戴，于是成功逃掉。

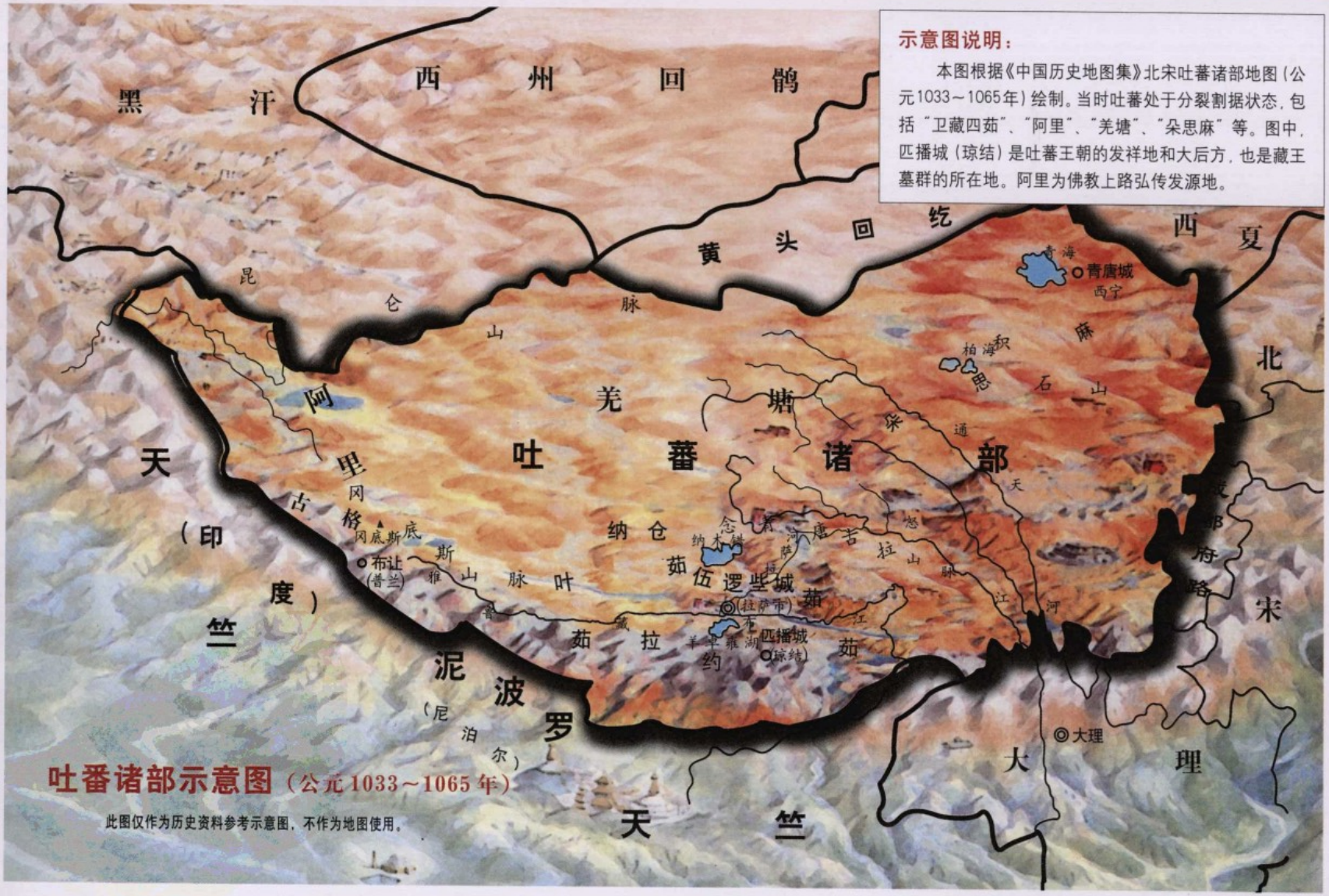
失去君主的王室分崩离析。经过二十余年的战乱，吐蕃王朝便崩溃了。

拉龙白多行刺朗达玛

布本设色唐卡 清代 西藏

公元836年，吐蕃赞普朗达玛即位后，进行了一系列禁佛活动，史称“朗达玛灭佛”。842年，在拉萨附近扎耶巴修行的拉龙白多乘朗达玛在大昭寺前看碑文的机会，一箭射杀了他。本幅唐卡就描绘了这段历史。





吐番诸部示意图（公元1033～1065年）

此图仅作为历史资料参考示意图，不作为地图使用。

第三章

雪域莲花处处开

分裂时期

（公元869～1265年）



公元9世纪中叶至13世纪中叶，西藏处于长达四百年的分裂时期。这是最坏的时代，政治上分裂割据；但佛教在经历了最初百年的沉寂后，也迎来了最好的时代，各大教派产生，百家争鸣。藏王朗达玛灭佛后出现了佛教的"黑暗年代"，直到一百多年佛法之火分别在上路、下路重燃，佛教后弘期开始。此后，出现了众多教派，其中最著名的有四大教派：宁玛、噶当、萨迦和噶举。



1 吐蕃平民暴动

2 古格王朝之谜

3 茶马互市：不分民族的狂欢节

4 藏传佛教后弘期的开始

5 四大教派的兴起



1

吐蕃平民暴动

一、威宋、云丹王位之争

围绕子嗣之争，历来就有无数似曾相识的宫廷故事，下面说的便是其中之一：

藏王朗达玛有两个妃子，长妃叫纳朗萨，次妃叫蔡邦萨。朗达玛被刺时，蔡邦萨已经怀孕了，不久生下一个王子。她害怕被长妃伤害，白天用阳光照耀，夜里用灯光护卫，这样王子便取名为威宋，意思是“光护”。

长妃纳朗萨没有孩子，觉得日后权势和地位很难再保。她便在自己的肚皮上裹一些羊毛，装作怀孕的样子。有一天她抱着一个孩子出来，高兴地向大臣们宣布：“昨天晚上我生的!”大臣们一看，她怀抱里的孩子已有几颗乳牙了，就都明白了真相。其实，这个孩子并不是她亲生，而是从外面乞丐那里买来的(也有说法认为是她的侄子)。由于纳朗家族权高势大，大臣们不敢反对，只好默认了她的王子。王子取名为云丹，意思是“母亲扶持”。

朗达玛死后，威宋被拥立为藏王。但纳朗萨一派并不服气，不承认威宋王，他们扶持云丹登上王位。从此，威宋、云丹两王为争夺王位和领地展开了无休止的争斗。云丹派势力大，占据了以拉萨为中心的“卫茹”地区，威宋



王子威宋与云丹

彩绘唐卡 西藏

吐蕃王朝最后一位藏王朗达玛的两位王子：威宋和云丹。藏文史籍一般认为威宋（843～905年）是嫡传，而云丹是藏王长妃纳朗萨的养子。（陈宗烈 提供）

派势力小，占据了以雅砻为中心的“夭茹”地区，因此这场战争被称为卫夭之战，又称为大小之战、金玉之战等等。战争很快波及全藏区，从849年打到869年，最后终于爆发了声势浩大的平民暴动，吐蕃王朝彻底瓦解。

分裂时期，藏区四分五裂，吐蕃各部在卫藏割据称雄，威宋一支西行阿里发展，论恐热、尚婢婢在以鄯州（今青海乐都一带）为中心的甘青一带混战，张义潮等在沙州（敦煌）起义，之后角厮罗在青海湖畔建立自己的政权，西北地区还活跃着一支由藏族奴隶组成的起义军，名叫温末军。此时的祖国内地正值五代十国时期，同样处于分裂和混战中。



二、平民大暴动

吐蕃平民大暴动在公元869年爆发，暴动起于藏东多康地区，接着迅速席卷整个西藏。

至于引发暴动的原因，藏史和民间流传着各种说法。一种说法认为，暴动是大臣贝吉云丹的冤死引起的。贝吉云丹是藏王热巴巾手下最有威望的大臣，被反佛大臣杀害。传说他的灵魂变成了一个可怕的神魔，他发誓要煽动吐蕃的平民作乱。

另一种说法说，暴动是领主强迫属民劈山修渠引发的。相传山南钦域地方，有一个领主赛尼赞性情残暴，逼迫属民劈山修渠，不分昼夜。属民们难以忍受，便秘密商议，决定黄昏核桃树开花时，大家举起火把起事，所以成为火把暴动。暴动发生后，赛尼赞逃到工布地区，起义队伍追过去杀死了他。暴动也在工布地区开展起来。

两种说法，一个有浓厚的宗教色彩，一个是世俗原因。但总之，一方面吐蕃统治者内部矛盾严重；另一方面，繁重的差役、战乱、饥荒、瘟疫，令人民无法忍受，只好揭竿而起。

公元869年，吐蕃全区发生了历史上规模最大的平民起义，首先是韦·科协列东领导的多康起义，接着在卫茹地区由于没卢氏和巴氏发生冲突引起韦·洛波洛琼领导的起义，在山南、工布等地爆发了秦木贡米珠和许布达孜领导的农民起义。公元877年，许布达孜、纳等四大世系共同商议，把赞普墓穴分给各造反的世系，除了松赞干布的陵墓，其他赞普的陵墓多被掘毁。

那时，各割据地都形成了自己的王国，有自己的王臣与民众的等级关系，在朵麦、阿里等地也继续存在着赞普的统治。

分裂割据图

彩绘唐卡　西藏

威宋，云丹各自被拥立为王，两派为争夺赞普位和领地展开了无休止的战争，各地大臣也为私利参战，向百姓横征暴敛，终于引发了席卷吐蕃全境的平民大暴动，导致了吐蕃王朝的土崩瓦解。这幅《分裂割据图》描绘了当时各地分裂混战的情形。（陈宗烈　提供）



2

古格王朝之谜

西藏的地理构成在很多典籍中都被高度概括为“上部阿里三围，中部卫藏四茹，下部朵康六岗”。在吐蕃王朝极盛期，阿里三围最外围远及拉达克等地，至五世达赖时期，阿里三围的实际控制区域便缩小至普兰、札达和日土一带，这和现在的实际地域相当。

平民暴动期间，威宋王逃到后藏江孜一带，他的一支后裔吉德尼玛衮到了西部的阿里。吉德尼玛衮带了三名大臣和一百名士兵，先来到了冈底斯山主峰下的玛旁雍措湖北岸。在湖边，当地百姓拿布巾擦干净鸡蛋和鱼，敬献给他，后来使用布巾成了这个王族的习俗。王子在阿里修筑了两座王宫。然后，派了三名大臣考察阿里的情况。从布让（普兰）调查回来的大臣说，那里的土地被雪山围绕，居民像恶鬼一样凶蛮；从古格（札达）调查回来的大臣说，那里的大地遍布岩石，居民如绵羊般温顺；从玛域（拉达克）回来的大臣说，那里满是积水的沼泽，居民像青蛙一样在水中生活。

吉德尼玛衮先率部属到布让，在那里开辟了商市，改善了百姓生活，得到当地居民拥护，将其收为领地。后来又恩威并施地征服了古格和玛域。

后来吉德尼玛衮将阿里一分为三，分封给他的三个儿子，长子贝吉日巴衮封在玛域，后繁衍成为拉达克王国；次子扎西德衮封在古格，繁衍出古格王朝；三子德祖衮封在普兰，是为普兰王朝。三兄弟被称为上部三衮，阿里三围由此得名。后来其他两部逐渐被扎西德衮建立的古格王朝吞并。

古格王朝崇尚佛教，使阿里成为佛教复兴之地，佛教史称之为“上路弘法”。因此古格王朝在西藏历史上具有重要意义。

公元10～17世纪，古格王朝曾经有过七百年灿烂的文明史。它的灭亡据说是由于1630年拉达克的入侵，但由于考古证据的缺乏，它的消逝至今仍是个谜。

古格世系图 壁画 西藏

古格王国在公元10～17世纪时曾雄踞一方，前后世袭了16个国王，强盛时号称有十万臣民。但在1630年，据说由于拉达克人入侵，古格王国突然消失，为后人留下了千古之谜。

古格遗址中尚存的佛殿保存了大量的壁画，此为其中的古格世系图。



3

茶马互市：不分民族的狂欢节

茶叶产于内地，藏王墀德松赞时期(676～704年)开始传入西藏。之后饮茶在藏区逐渐盛行。因为藏民大多居住在高寒地区，且以牛羊肉、青稞、奶酪等不易消化的食物为主，饮茶促进食物消化吸收的功用显得尤为重要，以至后来达到“旦夕不可缺”的程度。他们最喜欢四川雅安及周边地区产的边茶，雅安是我国最早也是最著名的产茶区之一。

藏区需要茶叶，内地需要马匹和其他土特产品。“茶马交换”、“茶土交换”便不同程度地在唐蕃边境进行。唐蕃会盟之后，茶马交易一年一次或数次，每逢集日，茶包如山，骡马似海，各族人民歌舞狂欢，如同盛大节日。据史载，五代蜀王王建一次阅马，战马达一万两千多匹，这些马都是用茶叶换来的。

到了宋朝，“茶马交易”进一步发展。北宋神宗时期，主政熙（临洮）、河（临夏）的王韶意识到马匹在农耕和军事上的重要性，奏请蜀茶至熙、河与诸蕃易马。朝廷采纳他的建议，设置专司此务的茶马司，当时蜀茶年产三千余万斤，规定由官府专用雅（安）茶换取蕃马。后来由于西夏南侵，互市之地南移至四川。黎（四川汉源）、雅等州既是茶叶产地，又是茶马交易之市，每年由蕃入宋的马匹达两万多匹。茶马互市，对宋而言，既缓解了与辽、金、西夏等政权战事的需要，也解决了农业耕畜短缺的难题，对吐蕃则满足了生活需求。

宝帐护法

布本设色唐卡　清代　西藏

大黑天原为印度神祇，传入西藏后成为保护庙宇和穷人的护法，也是西藏、蒙古等地区与尼泊尔三地共同的帐篷守护神，即宝帐护法，保护高原民族通过商旅游牧方式进行贸易。

唐卡中大黑天一头两臂，全身金黄，头戴五骷髅冠，当胸持旃檀木梃杖，右手握持金刚钺刀，左手托盛满鲜血的嘎巴拉碗。

在唐卡上界，为萨迦上师。左右两角分别是欢喜金刚和胜乐金刚。下界左起，依次为修行者供养大黑天的场面，大黑天的五位伴神，一队商旅团。



4

藏传佛教后弘期的开始

自从藏王朗达玛灭佛，此后一百多年，卫藏等地都没有出家的僧人。到宋代初年，才有鲁梅等往西康学佛法，回藏弘扬佛教。此后直到现在约一千年，西藏佛教从未中断。这一时期的佛教名为“西藏后弘期佛教”。

一、 下路弘传：卫藏十人受戒

朗达玛灭佛时，有三位佛教僧人藏·饶赛、约·格迥和玛·释迦牟尼正在曲水地方吉祥曲沃日山的山洞内修习佛法。有一天，他们被一群打猎的僧人惊动，才知道朗达玛毁法灭佛的情况，藏·饶赛三人大惊，赶忙收拾戒律经卷，化装成乞丐逃往他乡。他们最后逃到了青海安多的玛龙地方，有一位女居士接济食物，使他们保住了生命，得以继续修行。

安多有一位名叫穆苏·赛拨儿的僧人，曾从多位上师听受过显密教法。他49岁时前往丹底寺，与藏·饶赛等三人相见，请求他们授予具足戒。根据佛教教规，在边地授戒时应由五人组成。他们就派人迎请正在康定的拉龙白多。但拉龙白多以曾刺杀过国王的理由推辞参加，而找来格汪和格帕两位汉族和尚，由他们五人给穆苏·赛拨儿授具足戒。穆苏·赛拨儿后来成为“后弘期”下路弘法的头号代表人物，被尊称为喇钦·贡巴饶赛，意为精通佛教教理的大师。至今藏传佛教僧人的袈裟上面，还有两道蓝边，即是对这两位汉族和尚的纪念。

喇钦出家后，在西宁东南的丹底得到当地藏族上层的大力支持，在那里授徒传教，使丹底成为安多地区的佛教中心。此时，云丹的后裔、西藏桑耶地方首领意希坚赞对佛教十分虔诚，他出资派遣鲁梅等10人到达丹底，师从喇钦学习“律学”。卫藏十人中最有代表性的是鲁梅，鲁梅回到西藏后，重新修复了桑耶寺，并广收弟子。

按西藏习俗，西为上，东为下，康区称为下部地区，故佛法之火从多康进入卫藏地区得以复燃的活动，在藏文史籍上称为“下路弘传”。



白哈尔 **布本设色唐卡 清代 西藏**

藏区很多寺院都有自己的护法神，白哈尔即是其中之一，据说他最先守护的是古老的桑耶寺，在建寺中被驱使干苦活。后来五世达赖将他迁到乃穷寺，并将他的地位提升为格鲁派的重要护法神。

唐卡中，白哈尔有三个不同颜色的脸，头戴竹笠，上有一金刚，他手上拿着弓箭、刀剑和鞭子，坐骑是雪狮子。

二、上路弘传：阿底峡传法阿里

前面讲过，扎西衮封在古格。扎西衮死后，长子松昂继承王位，决心在阿里重振佛教。

松昂从属民中挑选了21名聪慧子弟，派往印度去学习当地的语言文字和佛教密宗的教法。这21名学生中，有19人因水土不服和患流行瘟疫而死亡。只有象雄的拉索·仁钦桑布和布让的勒贝西绕二人在印度期间共读佛典，学有成就。

仁钦桑布曾向印度的75位大师学习，并邀请许多印度佛教师到古格协同翻译佛经。为方便译经，松昂仿照桑耶寺建了一座托林寺，成为阿里地区最著名的佛教寺院。在松昂的支持下，仁钦桑布共翻译17种佛经、33种论、108种坦特罗（密宗经咒）。西藏佛教上把仁钦桑布以前翻译的密籍叫做“旧密咒”，他和他以后翻译的密籍称为“新密咒”。他被世人尊称为“洛钦”，即大译师。

松昂30岁时，兴建了阿里古格托林金庙；公元1016年，他50岁时，毅然把王位让给弟弟科日，自己带了两个儿子出家，取法名为拉喇嘛益西沃。为了筹措迎请印度僧人阿底峡所需的黄金，益西沃不顾年迈，亲自带兵进攻信仰伊斯兰教的噶逻禄，结果战败被俘。噶逻禄首领要古格王国用与等身重的黄金赎回益西沃。侄孙绛曲沃四处奔波，携相当数量黄金到了噶逻禄，但黄金的数量只够赎回益西沃的身体，却无法赎回他的头颅。益西沃对侄孙说：我已经老了，起不了什么用处了。你们还是拿着这些黄金，到印度去迎请阿底峡大师吧！绛曲沃无奈，挥泪辞别叔祖父，益西沃死于噶逻禄狱中。

益西沃

布本设色唐卡 清代 西藏

益西沃，俗名松昂，11世纪时的阿里古格王，30岁时，兴建了阿里古格托林金庙；50岁时放弃王位出家，改名为益西沃（智慧光），相传他为延请印度高僧阿底峡入藏传法筹集资金，被外族所俘，最终以身殉法。

益西沃头戴宝冠，身着俗装，右脚踏莲花，右舒式坐于宝座上，画面左下角是其上师阿底峡，右上角是其修行本尊空行母，右下角是六臂白勇保护法。



绛曲沃返回古格后，立即派专人携带黄金到印度迎请阿底峡。阿底峡为益西沃的虔诚所感动，接受了进藏请求，于1042年抵达古格王国。当时的古格国为阿底峡举行了隆重的欢迎仪式，以示对佛教的虔诚。

阿底峡在托林金庙会见了大译师仁钦桑布，当时阿底峡60岁，而仁钦桑布已近90岁高龄了。仁钦桑布仍拜阿底峡为师，并向他学习了密宗的一些教法。阿底峡在阿里古格住了3年。在他以前，戒律和密宗方面没有一定准则，是他将戒律和密宗加以系统化。他的名著《菩提造灯论》，提出了佛教徒从开始学佛法到修成佛果为止，在修习次第上应做的各种功课，要求依规范循序渐进、由浅入深地修习。这部书对以后的西藏佛教影响巨大。公元1045年，阿底峡又应邀到卫藏传教并广泛开展佛教活动。他在卫藏住了9年，教授了很多弟子，其中最著名的仲敦巴最后继承了他的衣钵。由于他在发展佛教方面的突出贡献，后人尊称他为“佛尊”。

1076年，古格国王孜德在阿里托林金庙举行了盛大的法会，卫藏、安、康都有大批僧人参加，这次法会被称为丙辰法会，它标志着佛教在藏区重新获得了合法和主流的地位。而阿底峡到达卫藏，被视为复兴佛教的力量从阿里进入卫藏，故西藏佛教史上称其为“上路弘传”。

觉俄仲松三尊像

布本设色唐卡 清代 西藏

这幅唐卡中间为阿底峡，左下为俄勒贝西饶，右下是仲敦巴。“觉俄仲”是他们师徒三人的合称，“松”意为三。阿底峡(982～1054年)是孟加拉达卡附近人，出身王族，29岁出家，学成后曾任18个寺庙的住持。1042年到西藏传教，后圆寂于曲水聂塘。由于他对西藏佛教的重要贡献，人们尊称他为“觉卧结”，即“佛尊”。他的弟子中最著名的两个是俄勒贝西饶和仲敦巴，仲敦巴于1057年修建了热振寺，俄勒贝西饶于1073年修建桑浦寺。



5

四大教派的兴起

在分裂时期，传入西藏地区的印度佛教，显密均有，流派很多，因传承和修持的密法不同，他们自立门户，逐渐传承为自己特有的教理和修持方法。这是西藏佛教宗派产生的主要原因。同时，由于佛教势力与地方领主逐渐结合，导致了各寺院在政治、经济利益上的冲突，也是滋生佛教宗派的重要原因。

由此，藏传佛教形成了众多的教派，其中最主要的有宁玛派、噶当派、萨迦派、噶举派等四大教派和后来产生的格鲁派。除此之外，还有一些较小的教派，如希解派、觉域派、觉囊派、郭扎派、布顿派（夏鲁派），也有一定影响，篇幅所限，不再一一介绍。

一、 宁玛派：“古旧”的密教

“宁玛”，意为“古旧”。因为他们的教法自称是从8世纪进藏的莲花生传承而来，起源最古；还以弘扬吐蕃期所译旧密咒为主，故称之为“旧”。宁玛派就是由标榜“古旧”密教而得名。因该派僧人习惯戴红帽，故俗称为“红教”。客观地说，宁玛派是传入西藏的密宗吸收当地苯教内容而形成的最早教派。由于宁玛派在早期以修习密法为主，由家庭父子兄弟秘密传承，所以没有寺院和构成教派的教义理论。（正因此，在朗达玛灭佛时期它也没有遭到毁灭性的打击）到了11世纪后才开始有了红教寺庙和经典，正式形成为一个教派。

玛姬拉尊

布本设色唐卡 清代 西藏

著名的西藏女成就者玛姬拉尊（1049～1144年）是藏传佛教希解派的代表人物之一，并首创了独具一格的能断派。玛姬拉尊是印度大成就者帕当巴桑杰的再传弟子，她不仅是杰出的女密宗大师，而且还通晓五明，一生有论著十多部。她和她的弟子经常在半夜去山上进行断派舍身、施食等法事。据说她曾经到过一百零八座天葬场和泉水处修炼。玛姬拉尊的传承作为一个独立教派仅存在了数百年，但今天藏传佛教四大教派都有它们自己的能断传承。



1. “三素尔”和两位代表人物

宁玛派成立的标志是1055年前后，西藏僧人释迦迥乃建邬巴龙寺。释迦迥乃属于著名的“素尔”家族，所以又称他为素尔波且，意为“大素尔”，他的养子喜饶扎巴被称为“小素尔”，再加上喜饶扎巴之子濯浦巴，他们三人被称为“三素尔”。他们都是学贯佛教显密两宗的人物，并且精通医术、卜卦等事。三位素尔祖孙相传，整理过去散落的宁玛派典籍，制定修习大圆满的仪轨和规范，修建寺庙，从而形成了宁玛派。“三素尔”属于宁玛派的经典传承，即“噶玛”系统，所传内容主要是“幻变”和“集经”两部。13世纪，素尔家族与元朝中央建立了联系，释迦维被元世祖忽必烈封为“拔希”（法师），和另两位宁玛派高僧，都在元朝宫廷长期传法。

大约也在11世纪，宁玛派还出现了另一个代表人物——绒·却吉桑波，他是后藏空绒地方人。从他传下来的宁玛派密法以“心品”为主，带有浓重的土著色彩，往往被认为不是印度传来的正统佛教，但影响却很大。他的教法后来又分成三个系统：心部、自在部和教授部，其中教授部称为“大圆满法”，是宁玛派特有的密法。

到14世纪，宁玛派出现了承前启后的人物——隆钦·然绛巴（1308～1364年），他本名支美斡色，代表作是《七宝藏论》，他曾到不丹传教，在那里修建了一座名叫他尔巴林的寺院。



普贤王如来

普贤王如来蓝色裸身，双手结禅定印，跏趺坐。佛母为白色裸身，莲华跏趺坐于佛父怀中。佛父象征慈悲，佛母象征智慧，两者相拥结合象征智慧与慈悲结合。

（右图）莲花生大师

彩缎贴花刺绣唐卡 清代 西藏

标榜“古旧”的宁玛派尊莲花生为祖师，以普贤王如来为本初佛。所以图中本尊为莲花生大师，其顶上即为本初佛普贤王如来。莲花生是公元8世纪进入西藏的高僧，对降伏巫师、传播密宗起了很大作用。宁玛派尊其为祖师。传说莲花生虹化为佛，所以其背光为彩虹，非常艳丽。



2. 传承：伏藏与掘藏

宁玛派已有九百多年的历史，如此悠久的历史得益于其从未间断过的传承系统。这样的系统有两个：即经典传承和“伏藏”传承。前者直接传承经典，后者发掘埋藏的经典而进行传播。“伏藏”曾在印度非常流行，藏传佛教各宗派都有，但宁玛派更为重视。相传莲花生等曾将佛教经典及密法埋藏于山岩石窟中，到朗达玛禁佛时，佛教徒也将佛教典籍埋藏，后弘期中发掘出来而重新流传于世。这些被埋藏的经典即被称为“伏藏”，专门发掘“伏藏”的僧人称为掘藏师。伏藏中最重要者为《大圆满》，伏藏中所发掘出来的经书与经典传承所传之经典大多相同。不过，一些研究者认为经书中有伪造改篡之事。

3. 对后世的影响

宁玛派僧人分两大类：一小部分从事佛法修持，戒律严格；而大多数则不从事佛学研究和佛法修持，只从事专为人祈福驱灾、占卜打卦等事，以家为寺，娶妻生子。

宁玛派的主要寺庙有桑耶寺、敏竹林寺、多吉扎寺、竹庆寺和协庆寺等。但宁玛派始终没有形成领导全派的中心寺院，也就没有形成统一的、相对强大的寺院集团势力。

由于宁玛派教法中保留了许多原始甚至野蛮的因素，如血祭中用人体器官，他们不时受到其他教派的反对，但更经常的是得到统治集团的支持。元朝时，宁玛派被朝廷承认，并受到优待。五世达赖阿旺罗桑嘉措虽身为黄教领袖，但他本人却信奉并兼修宁玛派教法，并撰有这方面的著作。此后，宁玛派一直维持了下来，并具有一定的影响。

金刚总持

布本设色唐卡 清代 西藏

这幅唐卡中，中央主尊为本初佛金刚总持。本初佛是佛教发展至密教阶段时出现的一个概念，亦即一切诸佛之前的原始佛、一切诸佛之父母。金刚总持双手在胸前相交，结“金刚哞迦罗印”，握持金刚铃和金刚杵。这幅是金刚总持双身像。

天界和地界中除有少数佛、菩萨外，有大量的宁玛派祖师像，也较少见。这是一幅难得的唐卡珍品。



二、显密共重的噶当派

“噶”藏语意为“佛语”，“当”意为“教授”或“教诫”，即用一切佛语，包括显密教的经、律、论三藏，来教导人们接受佛教的道理、教义。除宁玛派之外，噶当派在后弘期中出现得最早。该派源于阿底峡大师，以热振寺为根本道场弘扬佛法。噶当派主张显、密二宗不应相互攻击，应相互补充。它对修习次第的主张是：先显后密。15世纪，黄教在该派教义的基础上发展起来，并取代了该派。

1. 祖师阿底峡

阿底峡尊者对西藏佛教之影响甚为深广，可以说，阿底峡尊者的教法融入了西藏佛教的每一个“细胞”中。阿底峡入藏弘法，作《菩提道灯论》，阐明显密教义不相违背之理，和修行应遵循先显后密的次第，为噶当派的理论和实践打下了基础。

2. 创立者仲敦巴：一生居士

噶当派法源于阿底峡，但正式创始人是阿底峡的大弟子仲敦巴。

仲敦巴（1005～1064年），出身于拉萨以西堆垅地方的富豪家庭，因为和继母不和，离家出走，到处求师学法。19岁时拜色尊为师，勤恳服侍色尊近20年，全面学习了显密教典。1045年，仲敦巴来到阿里，拜见了阿底峡大师。此后，他师从阿底峡，学习显密各种教法，几乎一直没有离开过大师的身边。

阿底峡圆寂以后，其众多弟子跟随仲敦巴学法，1056年初，仲敦巴在热振地方建立热振寺作为根本道场，后来逐渐形成噶当派。

仲敦巴像

布本设色唐卡 清代 西藏

仲敦巴是藏传佛教噶当派创始人。1045年，他前往阿里迎请印度高僧阿底峡到前藏传法，此后一直追随阿底峡。阿底峡逝世后，1056年仲敦巴率徒众到热振创建热振寺，并以此为根基逐渐形成噶当派。

画面正中仲敦巴长发披肩，身着俗装，因他一生未曾受比丘戒，只能称居士。背景画为热振寺。左侧天空中的阿底峡浮现于热振寺上空，右侧树中为不动明王。



3. 噶当派的三个支派

噶当派在传承中，形成了三个主要支派：教典派、教授派、教诫派。

教典派强调佛教经典的地位，重视对佛籍的学习，由此而得名，由仲敦巴的弟子博多哇传承。可分为三类：重在明见、重在明行、见行并重。

教授派以注重师长指点教授下的实修而得名，也分为两个系统：一是仲敦巴的另一弟子京俄巴系统；一是内邬素巴系统。也可分为重在明见等三类。

教诫派是阿底峡传给仲敦巴等三人的教法，由俄勒贝西饶传出。有“十六明点”修法，为显密双融之法门。

数百年间，噶当派不断发展，其寺院遍布整个藏区。13世纪中叶，领兵进藏的蒙古将军多达那波在给阔端汗的信中谈到：“在边地西藏，僧伽组织以噶当派的寺庙最多。”

13世纪晚期，一位名叫泅丹惹迟的噶当派教典派僧人，曾把噶当派的纳塘寺搜集保存的大量藏译佛经编订为《甘珠尔》、《丹珠尔》。这就是在佛教历史上具有重要地位的藏文《大藏经》最早的编纂本。此外，藏传佛教中一切大论的讲说，也都起源于噶当派。

噶当派由于教理系统化、修持规范化，因而对藏传佛教其他各派都有重大影响。噶举派、萨迦派的一些重要僧人都向噶当派学习。格鲁派是直接在噶当派的基础上建立的，有“新噶当派”之称。但是15世纪格鲁派兴起后，原来属于噶当派的寺院，都逐渐成了格鲁派的寺院，从而噶当派也就不再单独地存在于藏区社会了。

桑结贡巴

布本设色唐卡 清代 西藏

桑结贡巴（1160～1229年），是噶当派甲域哇钦波传承系统中的著名僧人，以苦修大手印法而著名，曾断食以饮水维持生命。

桑结贡巴头戴黄色僧帽，目视左下方，手作法界定印，结跏趺坐。背景青山绿水，上方是噶当派祖师阿底峡及药师佛，下方为大黑天神。

此唐卡工整细致，线条均匀，尤其是袈裟和牡丹描绘得十分精细生动。



三、显赫一时的萨迦派

1. 创始人贡却杰布

萨迦派始于11世纪，创始人贡却杰布是西藏古老贵族昆氏家族的后代。昆氏家族世代信仰修行宁玛派的教法，并且有取得成就的人。他幼年跟从父兄学宁玛派法。一天，他到附近的直仓地方去做法事，看到许多当地咒师戴着面具，在表演密宗舞蹈。他感到很新奇，把见闻告诉了在家修行的哥哥。哥哥说，现在到了新密兴盛的时期，你应该改学新密，听说芒嘎有位卓弥·释迦益西大译师，学问广博，你应该去跟他学习。

贡却杰布就去拜卓弥·释迦益西为师，学法多年，掌握了他独传的“道果”法。后又师从几位大德，并创立了自己的一套教法。1073年，贡却杰布40岁时，在仲曲河谷萨迦之地建寺，萨迦教派由此而得名。从此，逐渐形成萨迦派，贡却杰布成为该派教主，他住持弘法30年。这一派一直以萨迦寺为其主寺，一直以“道果”教授为其主要密法传承。藏语“萨迦”意为“灰白土”。由于该派寺院的围墙和信徒的房屋上都涂有红、白、蓝三色条，象征文殊、观音和金刚手菩萨，人们习惯上也称之为“花教”。

贡噶宁布像

布本设色唐卡 清代 西藏

贡噶宁布（1092～1158年）是萨迦派创始人贡却杰布之子，他吸收各种显密教法之长，逐步形成一套完整的“道果教授法”，因此被尊为“萨迦五祖”的第一祖。他掌管萨迦寺48年中，萨迦派势力渐盛，体系完整，门徒众多。

画面上的贡噶宁布，结跏趺坐，左手下垂结与愿印，右手拈莲花。背景为萨迦寺。画面上方为印度八十四位大成就者之一毗罗巴及其修行本尊喜金刚。画面下方为护法神大黑天。



2. 法位的家族传承和“萨迦五祖”

贡却杰布在西藏佛教诸派中是第一个直接以世俗贵族身份成为教主的。他还决定法位的传承只能限在本家族内部，故此，萨迦派规定，僧人可以娶妻生子，生子后就不能再接近妇女，从而使政教二权都集中在一个家族之手。

贡却杰布圆寂后，其子贡噶宁布继教主位，并建立了完整的“道果教授”，使之成为该派的核心教法，萨迦派势力由此得到很大扩充，他被尊为“萨钦”（萨迦大师），列为“萨迦五祖”之首。贡噶宁布有4个儿子，次子索朗孜摩、三子扎巴坚赞相继继承法统，被称为二祖、三祖。萨迦四祖是赫赫有名的萨班·贡噶坚赞。他63岁时应成吉思汗孙阔端的邀请，不顾年高体弱毅然北上凉州（武威），达成了西藏归顺蒙古汗国的协议，为实现祖国统一作出了重要的贡献。萨迦五祖是大元帝师八思巴。

从13世纪中叶到14世纪中叶，该派与元朝中央政权联系紧密，成为在西藏地方占统治地位的政治势力，它的领袖人物在这一时期也任职中央，管理全国各地的佛教事务。

14世纪后期，萨迦派在显教方面还出了一个比较有名的人物，即仁达哇·薰努洛追（1349～1412年），由于他的努力钻研，使得几乎失传的《中观论》重新光大。他是西藏佛学史上在布顿·仁钦朱和宗喀巴之间的一个重要人物。

萨迦派在密教方面分三个支派：鄂尔支派、贡噶支派和擦尔支派，这三支派都是由八思巴的侄孙喇嘛丹巴索南坚赞传下来的。

萨迦派五祖

布本设色唐卡 清代 西藏

“萨迦五祖”是萨迦派最著名的持教大德。贡噶宁布在萨迦派发展起到了重大作用，被尊称为第一祖，他的次子索朗孜摩在宗教上很有造诣，三子扎巴坚赞精通语诀，分别被尊为二祖、三祖。四祖萨班·贡噶坚赞不仅博学，而且在西藏正式纳入中国版图的进程中发挥重要作用。五祖八思巴·洛追坚赞被忽必烈封为大元帝师，为西藏最高政教首领。



四、支派众多的噶举派

1. 香巴噶举和达波噶举

藏语“噶举”是“口授传承”的意思，因为这一派特别注重密法修习，即“闭关”，而密法修习是通过师徒口耳相传继承下来的，故名“噶举派”。又因为该派祖师玛尔巴、米拉热巴在修法时，均依照印度习惯穿着白僧裙，故又俗称“白教”。

噶举派的传承比较复杂，最初有两个系统，一个开始于琼波南交，名为香巴噶举；另一个开始由玛尔巴传承下来的，名为达波噶举。这两个系统的传承均来自印度且同源。传入西藏后，由于传播地区的不同，规模也有悬殊，香巴噶举到14～15世纪，已成尾声，而达波噶举有些支派一直传了下来。故以后习惯上所指的噶举派就是达波噶举，而在历史上，不能不谈到香巴噶举。

香巴噶举创始于琼波南交，“琼波南交”意为琼波族的瑜伽行者，这不是本名，只是一个称号。他曾赴尼泊尔从米至巴、尼古玛等多人学密法。回藏后，曾在前藏盆域建寺，后来到后藏的夭如香地方，相传他在那里三年之间建立了108个寺，有很多弟子。他的后辈建甲寺和桑顶寺，又形成了香巴噶举的两个支系。

甲寺的情况记载不多，桑顶寺在拉萨到江孜之间的浪卡子县的羊卓雍湖，全寺都是男喇嘛，只有主持是女喇嘛，名多吉帕姆，意为金刚亥母，是西藏唯一的女活佛，地位很高。

15世纪时以建铁索桥著名的唐东杰布是属于这派的僧人。在14、15世纪时，大师宗喀巴和弟子克珠杰都曾先后向香巴噶举派的僧人学法，此后这一派便销声匿迹了。

金刚亥母

布本设色唐卡 清代 西藏

金刚亥母，藏语称为多吉帕姆。多吉帕姆是桑顶寺的女座主，也是藏传佛教中唯一的女活佛系统。

传说女神为人身猪头。在藏传佛教中，猪被喻为“痴、贪、嗔”三毒中的“痴”，即愚昧。所以金刚亥母就成了消除痴毒，勾召智慧的象征。传说1716年准噶尔蒙古军进藏，发现该寺原有的160名僧人变成了160头猪在那里哼叫，蒙古军被多吉帕姆的神通所征服。蒙古将军最后成为桑顶寺的施主。



2. 达波噶举派祖师玛尔巴、米拉热巴

达波噶举派的创始人为达波拉吉，而渊源于玛尔巴、米拉热巴师徒。

玛尔巴，出身于前藏山南地区的一个富足人家。为学佛法，他前后曾去印度三次，去尼泊尔四次。回西藏后，在洛扎地方的卓窝垄定居授徒，独成一派。他一生都未出家，也是大商人及封建主，徒众很多，由米拉热巴传承其教授。

米拉热巴是后藏贡塘(现吉隆)地方人，7岁时父亲病故，财产被伯父和姑母所侵占，他和母亲过着贫穷的日子。母亲为了报复，送他到藏绒(仁布)地方学了黑巫术。据说他学得苯教咒法，曾经咒杀伯父一家多人，并且放出冰雹砸坏了他们的全部庄稼。后来，他深深追悔自己的罪恶，改信佛教，先从宁玛派僧人学习“大圆满法”，不能满意，才去洛扎投师玛尔巴，想通过修习佛法来涤除恶孽。玛尔巴开始并不给他传法，而是用种种苦役来惩罚他，例如命令他在高山上盖房，盖了又拆，拆了又盖。米拉热巴经受了惩罚，玛尔巴这才传授灌顶和修行密法。

45岁时，米拉学成后返回家乡贡塘、黄拉木一带，在深山野洞里继续修炼。他以苦修闻名，甚至仅以泉水和野草度日。他冬天只穿一件布衣就能御寒，因此被人们称为“米拉热巴”，意思是“穿布衣的米拉”。他利用唱歌的方法传教，有一部用诗歌体裁写的传教歌集。米拉热巴84岁去世。他的男女弟子很多，其中最著名的为达波拉吉和热琼巴。



米拉热巴所建房屋

图为米拉热巴受惩罚时修建的未完成房子，及他最终建成的碉楼式房屋。

（右图）桑噶古托

布本设色唐卡 清代 西藏

桑噶古托意为九层碉楼，在山南洛扎县境内，据说是由米拉热巴修建的。米拉热巴(1040～1123年)为复仇，使家乡百姓蒙受咒术灾害。他38岁时拜玛尔巴为师。玛尔巴为了消除他以前的“恶业”，让他劳动以作惩罚。先后叫他修圆形、半圆形和三角形的房子，修到一半时都叫他拆掉。最后修成了一座方形碉楼式的房屋。这幅唐卡便是表现此故事，还描绘了他在山洞内苦修的情景。





喇嘛辩经的场景

3. 达波噶举创始人达波拉吉

达波拉吉（1079～1153年），名字意为达波地方的医生。他本名叫索南仁钦，因他常住岗波寺，故又称岗波巴。二十多岁时丧妻，悲伤厌世，于是在26岁出家受比丘戒，最初是噶当派的门徒。据说他有“定功”，一坐能持续13日之久。

达波拉吉32岁慕米拉热巴之名，前来拜他为师。米拉热巴以人头骨器盛酒让他喝。他以身为受戒僧人，不应饮酒，米拉热巴强迫他喝了。喝完，问他学过什么，他说学过噶当派法，米拉热巴说“即入我门，须依我法”，为他授金刚亥母灌顶。

1121年，达波拉吉创建岗波寺，即达波噶举的祖寺，收徒传法。他把噶当派的教法和米拉热巴的密法糅合在一起，以“大手印”为主，形成自己的体系，创立了达波噶举系统。达波拉吉在岗波寺住了30年左右，有不少著名的弟子，其中有四人在前后藏建寺收徒，形成四大支系：噶玛噶举、蔡巴噶举、拔绒噶举、帕竹噶举，其中帕竹一系又分出八个小系，总称“四大八小”。

达波拉吉像

布本设色唐卡 清代 西藏

达波拉吉本名索南仁钦，出生在山南隆子县地方。“拉杰”意为医生，由于他精通医术，故名达波拉吉。他26岁出家先拜甲域娃为师，学习噶当派中教授派的经典，32岁时拜米拉热巴为师。1121年他在达波地区建岗布寺，收徒传教，逐步形成达波噶举教派。

唐卡中，达波拉吉在山野中静修，下方还画有一虎，静听法旨。这样的环境，充分表现了达波拉吉修行之静与无人干扰。右下角还画有喇嘛辩经的场面。



4. “四大八小”：达波噶举的传承

1）噶玛噶举：首创活佛转世制度

藏传佛教富有神秘色彩的活佛转世制度就是从噶玛噶举开始的。

这一支派的创始于达波拉吉及其弟子都松钦巴（1110～1193年），“都松钦巴”意为知晓未来、过去、现在三世。都松钦巴先学噶当派教法，后拜达波拉吉为师，学噶举教法，后又学萨迦和宁玛教法，但他仍以噶举派的“大手印”和“拙火定”教法为主。1147年在昌都建噶玛丹萨寺，噶玛派因此而得名。1187年在拉萨西北的堆龙建楚布寺，并成为该派的主寺。

噶玛噶举历史上分黑帽系和红帽系。详细内容将在后面的帕竹时期讲述。

2）拔绒噶举

该支系的创始人是达波拉吉的弟子达玛旺秋，约12世纪拉萨北盆域人。他得到达波拉吉的真传，在昂仁地区建立拔绒寺，该派因此而得名。他以密教大印和显教大印境界为主，收徒传法，自成一派。他的著名弟子是帝师热巴。该派以家族世代相继承，因家族内部权势争夺，使寺院堪布也频繁换人，势力衰微，教派也因此而衰绝。

玛尔巴译师像

布本设色 清代 西藏

玛尔巴（1012～1097年）原名却吉洛追，西藏洛札人。15岁时，他从卓弥·释迦益希学梵语。先后三次赴印度，四次去尼泊尔，获得巨大成就。返藏后，在卓窝垄定居，授徒译经，广收弟子。他一生未出家，有译师称号。他的弟子中最优秀者是米拉热巴以及米拉热巴的弟子达波拉吉，此三尊被称为“玛米达三师”，闻名藏区。噶举派授徒传法时，注重师徒口耳相传，始自玛尔巴，以后成为此派之传统。

本唐卡中，中间主尊为玛尔巴，上面两尊为米拉热巴和达波拉吉。



3）蔡巴噶举：抢财建寺的藏地三宝之一向蔡巴

这一支派的创始人是向蔡巴·尊追扎（1123～1194年），本名达玛扎，13岁拜达波拉吉学佛，26岁受比丘戒，法名尊追扎。30岁随达波拉吉的侄子贡巴楚臣宁波学习达波拉吉所创的“俱生和合法”。后来得到噶尔家族首领噶尔杰哇迥乃的支持，于1175年在蔡溪卡建蔡巴寺，本派即以得名。

奇特的是，他建这个寺所需的材料、人工，有一部分是别人自愿资助，有一部分是他向别人索取，还有一部分是他索取不得时派人去抢来的。他建寺以后，就常常向别人随意勒索和抢人财物，为此，他常和别人械斗。由于这种好斗的行为，他成为西藏佛教史上一位出名的特殊人物。他自己解释，自己心中全无俗念，他也与世俗礼法无关，无论是抢人财物还是争斗，都不是自私，而完全是为了佛法。后来，藏地的佛教徒，不但不责备他，还欣赏他这种所谓一心为教的精神。他还和帕木竹巴多吉杰波及宗喀巴，被合称为藏地的“三宝”。

1187年，向蔡巴在蔡巴寺附近又建了一座贡塘寺。1194年他死后，噶尔家族直接控制了蔡巴噶举教派。公元14世纪中叶，蔡巴万户在各封建领土的斗争中，被帕木竹巴战败，封地被夺走，贡塘寺被烧，蔡巴噶举也就随之衰微。最后，蔡巴寺和贡塘寺变为黄教的属寺，传承断绝。

贡塘喇嘛向蔡巴

缂丝唐卡 宋代 西藏

贡塘喇嘛向蔡巴(1123～1194年)本名达玛扎，26岁出家以后改名尊追扎。1175年在拉萨东郊建蔡巴寺，形成蔡巴噶举派，人称向蔡巴。1187年建贡塘寺，故又称贡塘喇嘛向。他为建寺常抢夺别人财物，并被尊为藏地“三宝”之一，是藏传佛教史上一位独特的人物。

这是一幅宋朝末期的缂丝唐卡，朴实古拙，中间是贡塘喇嘛向蔡巴像，四周是26个喇嘛。背景看不到花木山水等天然景色，但适当点缀狮猴鸟兔等动物，衬托出环境幽静。



4）帕竹噶举

该支系的创始人是达波拉吉的著名弟子帕竹·多杰吉波，将在帕竹时期详细介绍。

多杰吉波晚年在丹萨替寺传法时收徒众多，其中比较有名的有10余人，他们在康藏各地建寺收徒传法，故后来又分成为八个支系，其中主巴噶举、雅桑噶举、绰浦噶举、修色噶举、耶巴噶举、玛仓噶举等六支派后来逐渐消失，只有止贡和达垅支系，一直延续到现在。

止贡噶举的创始人是仁钦贝（1143～1217年）。仁钦贝幼年依止多杰吉波，37岁时来到止贡寺，并扩建为一座大寺，这就是著名的止贡替寺。止贡巴的名字由此寺名而来，他所传的教派也就被称为“止贡噶举”。止贡噶举在西藏佛教界有一定的地位。

达垅噶举，其创始人为达垅塘巴扎希贝（1142～1210年），他是帕竹·多吉杰波的弟子，于1180年在拉萨北部偏西的地方兴建了达垅寺，该支系由此得名。1240年，蒙古将军多达那波进军西藏，曾给阔端汗报告说：在西藏，最有德行的是达垅噶举派的僧人。这可以看到当时社会上对达垅噶举派的评价。现在达垅噶举的母寺仍然存在，但已经没有什么实力了。

现在藏传佛教中的噶举派，最有影响和活力的支派当推噶玛噶举和止贡噶举。

噶举派尽管派系复杂，但他们所弘扬的教义基本上大同小异，均属以龙树菩萨的《中观论》为基础而创立独特的“大手印法”。

印度大成就者龙树

布本设色唐卡 清代 西藏

龙树（公元1～3世纪，也称“龙猛”）是南印度人，是早期印度八十四大成就者之一，被尊为印度“二圣六庄严”之一。大乘佛教中观派的创始人，也被中国多数宗派奉为祖师，西藏密教把他尊为密教的创始人。灌顶教授是龙树派的特有教法，曼荼罗二十仪轨和五次第法成为集密龙树派的特有法门。

龙树左手托佛经，右手结说法印，坐于蒲团上。上方为无量寿佛、宗喀巴、白度母和两位印度祖师。下方是三位印度高僧。




元朝吐番示意图（宣政院辖地 公元1330年）
此图仅作为历史资料参考示意图，不作为地图使用。
示意图说明：
本图根据《中国历史地图集》元朝宣政院辖地地图（公元1330年）绘制。1268年，元朝在西藏第二次大规模清查户口后，据统计结果重新划定了西藏十三万户。十三万户分别是：拉堆绛、拉堆洛、绛卓、阿里芒域、曲弥、夏鲁等后藏地区六大万户；雅桑、帕木竹、止贡、蔡巴、甲马、嘉域等前藏地区六大万户；在前藏和后藏之间的羊卓万户。
相关内容请参考本章第4节。
察合台汗国
昆仑山脉
甘肃行省
兰州
岷州
吐蕃等处宣慰司
吐蕃通天路宣慰司
乌思藏纳里速古鲁孙宣慰司
羌塘
印
尼波罗（尼泊尔）度
列城
布让
冈底斯山脉
雅鲁藏布江
那曲
拉萨
唐古拉山
念青唐古拉山脉
绛卓万户
拉堆绛万户
拉堆洛万户
阿里（萨迦）万户
羊卓万户
夏鲁万户
曲弥万户
止贡万户府
甲马万户
蔡巴万户
帕木竹万户
雅桑万户府
主域
门域
羊卓雍湖
四川行省
丽江路
云南行省

第四章

神山净土终一元
萨迦巴时期
(1265～1354年)



1247年，西藏宗教界领袖萨班同蒙古皇子阔端在凉州(今甘肃武威)议定了西藏归顺的条件，其中包括呈献图册，交纳贡物，接受派官设治。西藏地方从此处于蒙古汗国的统治下。元朝建立后，西藏成为元朝中央政府直接治理下的一个行政区域。从此，西藏社会政治历史进入一个与中央政权同步发展、同步更迭的新的历史时期。

在蒙元皇帝的指派下，1265年，帝师八思巴着手建立起萨迦本钦管理的地方政权，史称"萨迦巴"。这个政权与元朝并行存在了90余年。



1 萨班的故事
2 年轻国师八思巴
3 黑帽活佛噶玛拔希世系
4 西藏十三万户的由来
5 止贡寺庙之乱
6 雄译师和邦译师
7 萨迦巴统治的终结



1

萨班的故事

萨迦班智达·贡噶坚赞（萨班）是西藏与元朝中央政权的第一个联系人，为西藏正式归入祖国版图，作出了重大贡献。

一、蒙古大军进藏

约从12世纪末叶开始，蒙古成吉思汗的军事力量兴起，他先是统一了整个蒙古草原，又用武力征服了祖国北方的许多地区，其中包括阿里三围和青海东部的藏区。这令西藏高原的政教首领们颇感震动。

成吉思汗去世后，由他的第三子窝阔台继承汗位。窝阔台汗派各王子分别领兵继续开拓疆土。1240年，他的三王子阔端派遣将军多达那波率领武装军队前来西藏。

在此之前，高原的各大地方势力集团，看到蒙古军进入藏区势不可当，就纷纷派人向各蒙古王子表示归顺并建立依靠。蒙古军队经过安多和康区来到卫藏，采取了灵活措施：沿途对自动归顺和纳款的人不加伤害，并让其首领官员照旧管领地方，而对进行抵抗的人则用武力镇压，使得大多数地方势力不得不纳款归附，蒙古军队比较顺利地抵达前藏的热索。

在当时西藏各大地方势力中，止贡派是最为显赫富足的，止贡派向蒙古军纳款，带动前后藏各个地方势力也放弃武装抵抗，使得蒙古军队在“东部工布地区以上、西至尼泊尔、南至门巴的地区内拆除堡寨，用不能违背汗王令旨的严格法度进行统治”，全藏开始出现和平安定的景象。

萨迦班智达
布本设色唐卡 清代 西藏

萨迦班智达（1182～1251年）名萨班·贡噶坚赞，是“萨迦五祖”中的第四祖，他是历史上著名的学者、诗人。1247年代表西藏地方与蒙古王子阔端在凉州会面，说服卫藏归顺蒙古，结束了西藏的分裂，西藏也正式纳入中国版图。

唐卡中是萨班的年轻形象，身着杏黄色袈裟，戴红色圆顶法帽，做辩经的姿态。画面上部右侧老僧是萨班的伯父扎巴坚赞，萨迦第三祖，左侧是其修行本尊文殊菩萨。下方是护法神四臂大黑天及被降伏的外道听其传法。



二、大学者萨班

阔端命多达那波进军西藏时，还交给他另一项使命，就是考察寻找一位西藏的领袖人物，前来商讨西藏如何归顺蒙古的大计。多达那波曾写信给阔端王子报告说："在边地西藏，噶当派的寺庙最多，最有德行的是达垅噶举派的僧人，最有声望的是止贡派的京俄，萨迦班智达学富五明（学问最大），从他们中迎请哪一派的领袖，请颁明令。"阔端在给他的回信中说："今世间的力量和威望没有能超过成吉思汗的，对来世有益的是教法，这最为紧要，因此应迎请萨迦班智达。"

1244年，阔端派多达那波和本觉达尔玛两人带着邀请信和大批礼品，邀请萨迦班智达前往凉州（今甘肃武威）见面。萨班当年已经63岁，但他还是同意前去。

萨班是"萨迦五祖"中的第四祖，出身于萨迦昆氏家族。他从小聪慧，拜许多高僧大德为上师学习，25岁出家，成为昆氏家族中正式受戒出家的第一人。他长期从师释迦室利等印藏贤哲，在五明学识方面更加精熟。曾有6名南印外道来藏，同萨迦辩论13天，最后失败，剪下发辫，宗萨迦教法。据说他们的发辫至今还挂在萨迦寺。因此有萨班"美声令誉，遍于大地"之说。他被人尊为萨迦班智达，意为萨迦派的大学者，简称萨班。

他一生著述很多，写的哲理性文学著作《萨迦格言》，脍炙人口。但最重要的，还是他在祖国统一的历史上所起的重要作用。

声律学师承像

布本设色唐卡 清代 西藏

声律学是藏族大五明之一，主要研究声韵学。其祖师为文殊菩萨，传到西藏后有许多师承学者。唐卡中，主尊为语言学始祖文殊菩萨，四周为五世达赖以前的声律学传承三十多人。

五明是藏族对一切学问的总称，包括大五明和小五明，大五明包括《工巧明》（工艺学）、《医方明》（医学）、《声明》（梵文语文学）、《因明》（逻辑学）和《内明》（各学派自家宗旨之学）；小五明包括在大五明之内，指修辞学、辞藻学、韵律学、戏剧学和星算学。



三、凉州一席谈 雪域定天下

63岁的萨班，带着两个侄子——10岁的八思巴和6岁的恰那多吉，跋山涉水，经历两年寒暑，于1246年8月终于到达凉州。不巧，当时阔端到蒙古去参加贵由汗继大汗位的庆典，不在凉州。次年正月，阔端返回凉州，才与萨班会见。双方协商议定了西藏归顺蒙古的条件。萨班给西藏各地僧俗领主写了一封公开信，劝说他们一起归顺，这就是著名的《萨迦班智达致蕃人书》。

信中分析了当时形势：西藏分裂已久，人民饱受战乱之苦，渴望安定和平，要使藏区得到安宁首先必须实现统一。但是能够完成西藏统一的力量在当时只能是蒙古的汗王，援引汉地、西夏等各地的先例，权衡利弊，归顺蒙古是最明智的选择。

关于归顺的条件，信中说，藏人要承认自己是蒙古的臣民，世俗行政事务由蒙古派人管理，宗教事务由蒙古委托萨迦派的领袖人物来主持。只要照办，西藏各地的僧俗官员都可照常供职。

萨班的信在藏区如一石激起千层浪，虽然有个别人心怀疑虑，但统一已是大势所趋，因此，藏族僧俗各阶层最终一致表示欢迎，并愿意执行。历史证明，自13世纪40年代开始，西藏地方就已处于蒙古汗国的统治之下，藏民族也从此正式成为中华民族大家庭中的一员。萨迦派由此取得了卫藏地区在政治和宗教上的领袖地位。

会谈结束后，萨班一直住在凉州。阔端给他修建了一座宏大的寺院，称为幻化寺。1251年，萨班圆寂于凉州，据说萨班的肉身灵塔就建在幻化寺中。

时轮金刚

布本设色唐卡 清代 西藏

时轮金刚是密宗无上瑜伽部的重要本尊，由释迦牟尼佛亲传，藏传佛教中最早传此法的是藏密萨迦派，后来各派普遍修习。

时轮金刚四面二十四臂二足。主身蓝色，主臂双手结“金刚哞迦罗印”，同时交握金刚杵和金刚铃，代表“智慧”和“慈悲”的结合。面、臂、足显现五色变化。以展立姿站立于莲台上，脚踏印度教天神红肤欲神、白肤大自在天。

这幅唐卡的天界、地界中有多位传承时轮金刚密法的萨迦派祖师。八位观音像环饰周围。



2

年轻国师八思巴

八思巴（1235～1280年）是“萨迦五祖”之一，被忽必烈封为“帝师”，声望和权势都达到了藏人在元朝的最高峰。

一、初会忽必烈

八思巴从小智慧超群，3岁能念诵莲花经咒，8岁讲述佛本生经，在萨班的讲经会上讲经，大家都感到诧异，称他为“八思巴”，意为神童。他10岁时随萨班前往内地。途经前藏时，在大昭寺剃度出家，受沙弥戒，起法名为洛追坚赞贝桑布。到达凉州后，八思巴在7年中不离萨班左右，学到萨班的大部分知识，并广读汉文书籍。萨班去世时，看到他已经能够担任教法的重任，就把自己的法钵传授给他。

1253年，薛禅汗（藏人对忽必烈的尊称）与八思巴举行了会见。当时八思巴还不到19岁，薛禅汗向他询问许多别人难以解答的问题时，他都圆满回答。八思巴还谈到历史上吐蕃和唐朝之间有时交战，有时亲密和好，薛禅汗说：“是这样吗？那在前朝的文书中应当有记载。”派人去查阅汉文史籍，果然相符，薛禅汗更加欢喜。

薛禅汗又对他谈起派人到西藏征集兵差劳役和赋税的事情，八思巴请求说：“西藏地处偏远，耕地不多，百姓贫苦，请求汗王不要征派差税。”薛禅汗没有同意。八思巴不太高兴，说：“如果这样，西藏的僧人也没有必要来这里住留，请允许我返回自己的家乡。”薛禅汗不悦道：“你可以离去。”当时，薛禅汗的王妃察必说：“汗王，这样的僧人很少见，您不应放他回西藏。您应该和他继续讲论，最好是向他请问佛法方面的问题。”薛禅汗听从了察必的意见，继续与八思巴谈论了许多问题。

八思巴拜见忽必烈

壁画 元代 西藏扎什伦布寺

1251年，忽必烈率军南征过六盘山时，派人迎请八思巴。这幅壁画形象地再现了当时的情景。（陈宗烈 提供）



图为八思巴拜见忽必烈时，敬献哈达的情景。



二、年轻的国师

为表示对西藏佛教的虔敬，1254年，忽必烈赐给八思巴“优礼僧人诏书”即“珍珠诏书”。诏书中除对他尊为上师，还特别保证，他居住的后藏地区的寺院和僧人不受侵害。但其时，八思巴未受比丘戒，严格地说，还不能算一个正式的僧人。

八思巴21岁在河州（今甘肃临夏）受比丘戒，后随忽必烈来到上都开平府（今内蒙古多伦），开始与忽必烈建立稳固的关系。

1258年，在开平的王宫中，元宪宗蒙哥令忽必烈主持一次佛教与道教的代表人物的辩论，八思巴参加辩论。在三百余名佛教代表中，年仅23岁的他位居第二，仅次于蒙哥任命的总领天下释教的那摩国师，可见其地位之高。八思巴辩败道方，使17名道士落发，道观改为僧寺。忽必烈大为高兴，更加重视他。

又过了两年，忽必烈称帝，封他为“国师”，赐给象征权力的羊脂玉印，由此开创了元朝历代帝王任命国师的做法。四年后，迁都大都（今北京），新设总制院，专门管理全国佛教事务和整个吐蕃地区，令他领总制院事，相当于全国佛教领袖，并管理藏族地区。具体规定，西藏行政事务由“本钦”总管，宗教事务由“国师”掌管；但国师对任命“本钦”有建议权。从此确立了西藏地方由中央掌管的制度和机构。

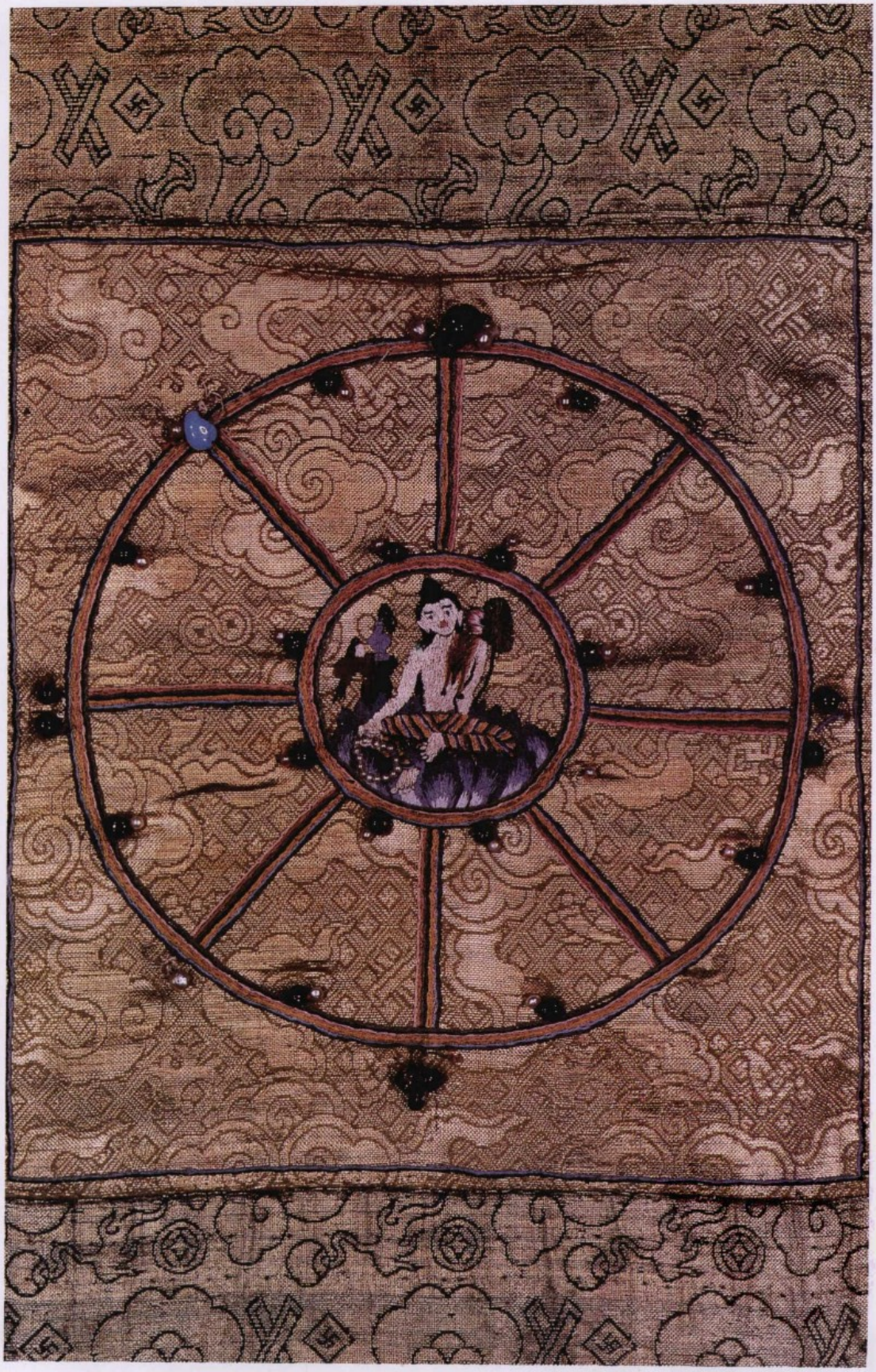
1265年，他奉皇帝旨意返回西藏，登上萨迦法座，成为一代法王。期间，结合西藏情况，重新设置各级行政机构，包括划分十三万户等，从他开始的萨迦九任法王，都在元朝中央王朝的直接管辖下，成为整个西藏政教合一的首领。

静息观音坛城

刺绣唐卡 元代 西藏

这幅元代刺绣唐卡是萨迦教派第五祖、元代国师八思巴供养的本尊唐卡。观音菩萨有静息观音、四臂观音、莲花手观音、千手千眼观音等很多形象。西藏被认为是观音菩萨的境地，观音的化身也特别多。

本唐卡构图很简单，唯一不变的是曼荼罗的圆形光辉。它的主要价值在于文物方面，因为八思巴使用过的佛教文物现在很少见。



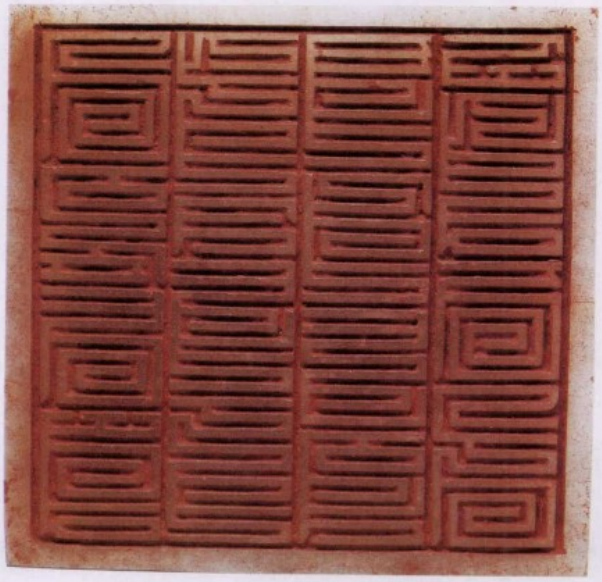
三、创制新蒙古文

1269年，八思巴返回大都，献上新创制的蒙古文字，皇帝非常欢喜，专门为此发了一道诏书，规定："自今以往，凡有玺书颁奖者，并用蒙古新字，仍各以其国字副之。"这就是通常所说的八思巴文，它仿照藏文字母创制，用以拼写蒙古语，共41个字母，主要用于诏旨和官方文书，在遗留至今的一些元代碑文和印章上还可以看到。八思巴文曾一度推行而最终没能推广，但它却反映出当时蒙古皇室与萨迦派的密切，以及八思巴在语言学方面所达到的水平；同时，它也极大地推动了藏传佛教各教派在蒙古地区的传播。

次年，他被加封为帝师。1276年，第一任萨迦本钦释迦桑波去世，八思巴请求返回西藏。忽必烈同意并亲自为他送行，据说送行时间从几天增加到几个月，最后一直送到青海的阿尼玛卿山下的黄河河曲，又派皇子真金继续护送到萨迦寺。1280年，八思巴暴卒于萨迦寺。忽必烈再赐号"皇天之下，一人之上，开教宣文辅治，大圣至德，普觉真智，佑国如意，大宝法王，西天佛子，大元帝师"。

与八思巴相关的，还有一位藏族宰相桑哥不得不提。1265年，八思巴返回萨迦处理事务时，桑哥在脱思麻的汉藏交界处前来拜见。据说他懂得蒙古语、汉语、畏吾语、藏语等多种语言，八思巴委任他为译吏，并多次派遣他去皇帝驾前办事。皇帝也因为他有学识功德，将他从上师处召来，委任官职，他各级官职俱能胜任，最后升至宣政院的米本（主管官员）。

1287年10月，忽必烈正式任命桑哥为尚书右丞相兼总制院使，成为中国历史上第一个担任中央王朝宰相要职的藏族官员。桑哥任宰相后，克尽职守，却触犯了蒙古上层贵族官僚的利益，最终被忽必烈处死。



"大元帝师统领诸国僧尼中兴释教之印"白玉印

印章 元代 西藏

从元世祖忽必烈敕封八思巴开始，元代历朝都设有帝师。而历任帝师照例都是宣政院的首长，负责管理全国佛教事务和西藏地区行政事务。根据文献，这方玉印是元成宗于元贞元年（1295年）赐给第五任帝师扎巴俄色的印信。左图为八思巴文印文，右页图为印信上方的双龙盘纽。



3

黑帽活佛噶玛拔希世系

在萨迦派取得藏区统治地位前，藏区势力更大的是另一大教派——噶举。当时噶举的最著名大师即黑帽活佛噶玛拔希。

噶玛拔希又名却吉喇嘛，生于西康。11岁时跟从喇嘛蚌扎巴出家，起名为贝钦波·却吉喇嘛。经过十年苦修，密法功力日渐高深，僧徒有500多人，被尊为噶玛派“法师”。他前往乌思藏，在楚布住了6年，修缮寺院，并使其兴盛。忽必烈王子南征云南经过康区，曾与他会见并请求他长期留在身旁，但他没有接受，令王子有些失望。

由于他的声望，次年，皇帝蒙哥汗召见了他，并因他改信佛教。蒙哥汗对他十分崇信，请求他留下。但他观察到时事将有变化，请求准许返藏。蒙哥汗赐他以金印、白银，还赐他一顶金边黑帽。因为噶玛拔希的师祖堆松钦巴在修法时，常戴一顶黑帽，后人就将他开创的噶玛噶举派俗称为“黑帽派”。自蒙哥汗赐送金边黑帽后，该派就被称为“噶玛噶举金边黑帽派”，名声日隆。

1260年蒙哥汗去世，成吉思汗的后裔分成两派，出现了阿里不哥和忽必烈两位汗王。当时，蒙古汗王的大权究竟是由谁执掌，也关系到当时西藏声望最高的两大派萨迦和噶举，双方的争斗很是激烈。忽必烈登上汗位后，由于噶玛拔希此前不愿跟随，后又站在蒙哥汗——阿里不哥一边，元世祖准备将他处死。但因他已修成高深密法，自主控制气脉，不管何种刑罚都不能伤他皮毛。元世祖只能将他流放，后考虑到他的影响，又将其释放，准其自由弘法。

噶玛拔希于1283年圆寂。他开创的转世灵童的制度，很快为藏传佛教各派效仿，后来被格鲁派发扬光大。到明代，噶玛噶举成为西藏最为兴盛的教派，其基础是他奠定的。

噶玛·都松钦巴　布本设色唐卡　清代　西藏

噶玛巴·都松钦巴（1110~1193年）是噶举派达波拉吉的重要门徒。1147年修建噶玛丹萨寺，1189年又建楚布寺，后逐步形成噶玛噶举派。该派在藏传佛教各派中最早采用了活佛转世制度。本唐卡中的都松钦巴头戴的黑帽，实际是给他的弟子噶玛拔希受元宪宗蒙哥赐的金缘黑帽。因为都松钦巴是噶玛派鼻祖，作为象征，把这顶黑帽画在了他头上。

唐卡上界自左依次为达波噶举派祖师米拉热巴、玛尔巴和创始人达波拉吉。下方左右分别为马头明王和金刚手菩萨。



4

西藏十三万户的由来

西藏人经常说到的“西藏十三万户”或“乌思藏十三万户”，究竟是怎样产生的？

一、清查户口，设立驿站

蒙古降服藏区以后，在西藏先后进行了数次清查土地和户口的工作，其中大的清查进行了三次。对此，意大利学者杜齐认为：“定期人口清查是蒙古的一种习惯，标志着一块土地确实为蒙古所有，纳入蒙古帝国。后来西藏也仿效了这种方法，认为人口调查就象征着征服。”

1260年，忽必烈即皇位之初，即派大臣答失蛮率军来到藏区，宣布整个藏族地区都已纳入皇帝的统治之下，设立驿站，清查了户籍、土地和人口。答失蛮在藏区设置了27个大驿站：朵思麻9个、朵甘思9个、乌思藏11个。在各大驿站之间中又设有若干小站，各小站之间的距离，大约为骑马者一天的行程。终元一朝，全藏约有大小驿站40余个。后来，又为军用专门设置了马“甲姆”（军站）。其运行执行“乌拉”制度，即从驿站所在地的民户中划分出固定的站户，不仅要到站服役，还要出纳粮秣马匹等驿站所需。

1268年，忽必烈派遣大臣阿衮和米林二人，与萨迦本钦释迦桑布一起，对吐蕃乌思藏、纳里速（阿里）各地的土地人口户数进行了详细的清查，确定了建立十三万户的体制。这次清查更加明确了各个万户支应驿站乌拉差役的规定。

1287年，由忽必烈派遣的大臣托肃阿努肯和格布恰克岱平章等人与萨迦本钦宣努旺秋一起，再次清查了户口，恢复了驿站，并重新写造了被称为大清册的户口登记册。

怒尊甘露漩与白达里空行母坛城 **布本设色唐卡 明代 西藏**

13世纪，马可·波罗在中国游历过程中，遇到过八思巴，当时八思巴是元朝皇帝忽必烈的上师。在这幅唐卡中上界右起第四的位置，有一小幅八思巴的肖像。

唐卡中央主尊大威德金刚以红色的怒尊甘露漩化身出现，与明妃白达里空行母显双运相。

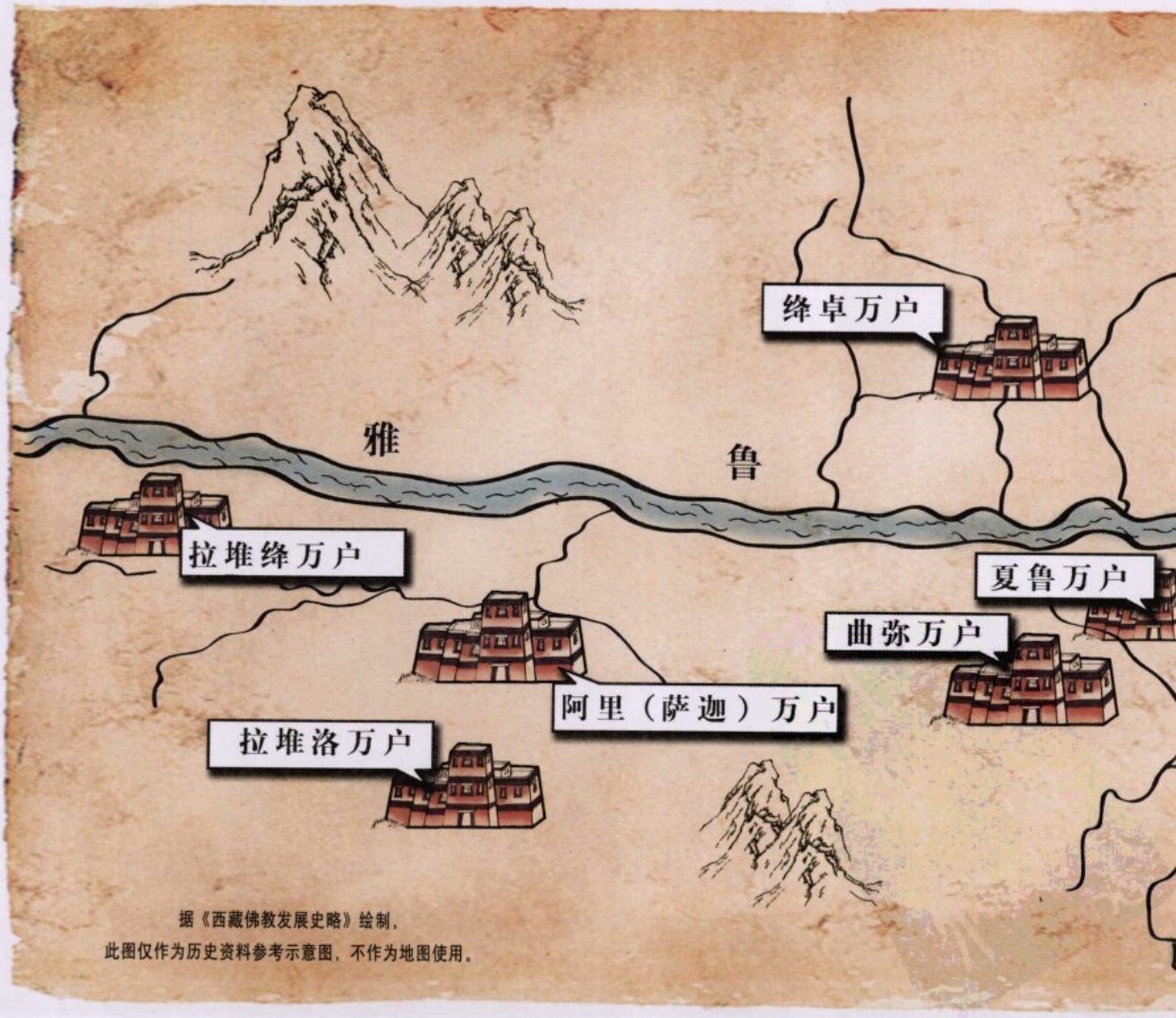
上界和下界分别坐着一排藏传佛教传承上师。八思巴的出现表明这幅唐卡属于藏传佛教萨迦派。本唐卡以江孜风格绘制而成，其标志性特征就是以红色为主色调。



二、西藏十三万户的产生

“西藏十三万户”或“乌思藏十三万户”，这个术语产生于1268年，西藏的第二次大规模户口清查之时。当时清查吐蕃乌思藏、阿里等地的土地人口户数，据统计结果重新划定了乌思藏十三万户。十三万户分别是：拉堆绛、拉堆洛、绛卓、阿里芒域、曲弥、夏鲁等后藏地区六大万户；雅桑、帕木竹、止贡、蔡巴、甲马、嘉域等前藏地区六大万户；在前藏和后藏之间的羊卓万户。

划分十三万户主要是依据各教派和地方势力的占地范围和属民分布，它实际上只是卫藏地区的十三个地方实力集团，并不是严格意义的齐民编户。各个万户并不恰好管辖一万户，且管辖户数差距很大。此外，还有许多不属于任何一个万户管辖



据《西藏佛教发展史略》绘制，
此图仅作为历史资料参考示意图，不作为地图使用。

的民户。万户作为行政单位是万户府，主持万户府的人称万户长，就是地方领袖。万户之下，有千户、百户的机构及千户长、百户长等官职。

最初，十三万户没有地位的差别，各自为政。后来元朝极力扶持萨迦派，使萨迦成为十三万户之首，其他万户不得已而承认。但它们之间的矛盾冲突还是时有发生，如后来的“止贡寺庙之乱”，即止贡噶举派反对萨迦派的事件。但总的来说，十三万户的划分，是蒙元统治者为更好地统治西藏采取的一项客观、务实且有效的政治措施。

西藏十三万户示意图



5

止贡寺庙之乱

1290年，在今天西藏的墨竹工卡县东北，烈焰飞腾，浓烟四起，一场大火将恢弘壮丽的止贡寺彻底吞没，一万多名僧俗惨遭杀害，空气中混合着血腥和焦煳的味道。这座著名的止贡噶举派的主寺、前藏三大万户之首的止贡万户的治所，瞬间狼藉遍地。

这就是西藏历史上著名的“止贡林洛”，即止贡寺庙之乱。它是萨迦巴统治西藏时期发生的最大的一次战乱，也是西藏历史上一次著名事变。

早在1234年，止贡派的上师温仁波且索南扎巴去世。有一批被称为“止贡日巴”的修行者前往冈底斯山朝圣，途经萨迦寺时，拜见了萨迦班智达。萨班问询该派上师索南扎巴逝世时有些什么迹象，一位日巴夸口说“降了舍利雨，出现了一尺高的大印金身像”。当时萨班没说什么。第二天在法苑中，却对他们说，“你们学识太广博了，我给不了你们什么恩德。不过你们再不要像昨天那样说大话了”。止贡派的人听到这话，非常不满。后来止贡派得势时，多吉贝担任后藏地区的官员，为发泄这股怨气，就在萨班的法苑中跑马，在大铜锅中贮水饮马，拆毁房屋改为街市。他的作为又惹怒了萨迦派。由此开始引起纠纷。

止贡寺地处交通要道，土地富庶，创始人噶举派高僧仁钦贝号称止贡巴，信徒多达10万之众，据说一次他在寺里举办法会，光外地参加者就有55 525人。在蒙古人统一整个藏区之时，止贡派的势力和声望首屈一指。因此，多达那波的军队到达西藏时首先与止贡派建立了联系，止贡派在蒙古皇室中依附于大汗蒙哥汗，还得到了旭烈兀汗的大力支持，极为得势；而萨迦派则依靠法主萨班的非凡的名望，得到阔端汗、薛禅皇帝忽必烈的支持。这样，萨迦派和止贡派成为西藏地方内部的权力斗争的两个主要对手，矛盾日益深化。



止贡噶举喇嘛衮嘉贝玛卡波 布本设色唐卡 清代 西藏

止贡噶举是塔波噶举帕竹噶举支派的八小支派之一，创始人是仁钦贝（1143～1217年）。仁钦贝是帕木竹巴弟子，37岁时建成止贡替寺。他所传的教派也就被称为“止贡噶举”。1290年止贡寺庙之乱后，止贡噶举实力大为衰落，但在宗教方面仍有一定影响。

本唐卡所描绘是本派后世的学者衮嘉贝玛卡波(1527～1592年)，他于16世纪在南藏创建的祖桑阿确林寺，是本派的主寺。

到13世纪60年代初或稍早一点，当萨迦和止贡发生纷争时，为了打官司对质，双方都要派有身份的人前去蒙古上都，萨迦派的是本钦释迦桑布等三人。“因为是去打官司，所以从蔡公塘起，直到上都，都背着木枷步行前往。在朝廷打官司很顺利，萨迦派的事务都如愿完成”。

这次的诉讼萨迦派获胜，但止贡派并不服气，仍一再挑起争端。特别是1285年，止贡派的古尚楚杰领兵将恰域寺焚毁，并杀害恰域寺数名僧人，古尚楚杰父子等人也被杀死。

1290年，忽必烈皇帝派遣王子铁木儿不花率领蒙古大军攻打止贡派，萨迦本钦阿迦仑也带领乌思藏的大批差役兵士配合。这就发生了前面说的那一幕。当时的止贡寺的法座努·多吉意希也只得带着年仅11岁的多吉仁钦等逃到工布的绒波地方。阿迦仑也带兵追到了工布，在山崖上刻上了“阿迦仑到此”，据说今天还在。止贡派的属民和领地有许多被萨迦派占有。

止贡寺庙之乱被镇压后，止贡寺的主要喇嘛逃到工布住了大约3年。后来，经帝师扎巴俄色的请求，皇帝赐给止贡派大量物品作为补偿，赐给一个万户，并修复止贡寺。这标志着萨迦与止贡两派战乱的结束。但从此，止贡派势力大减。

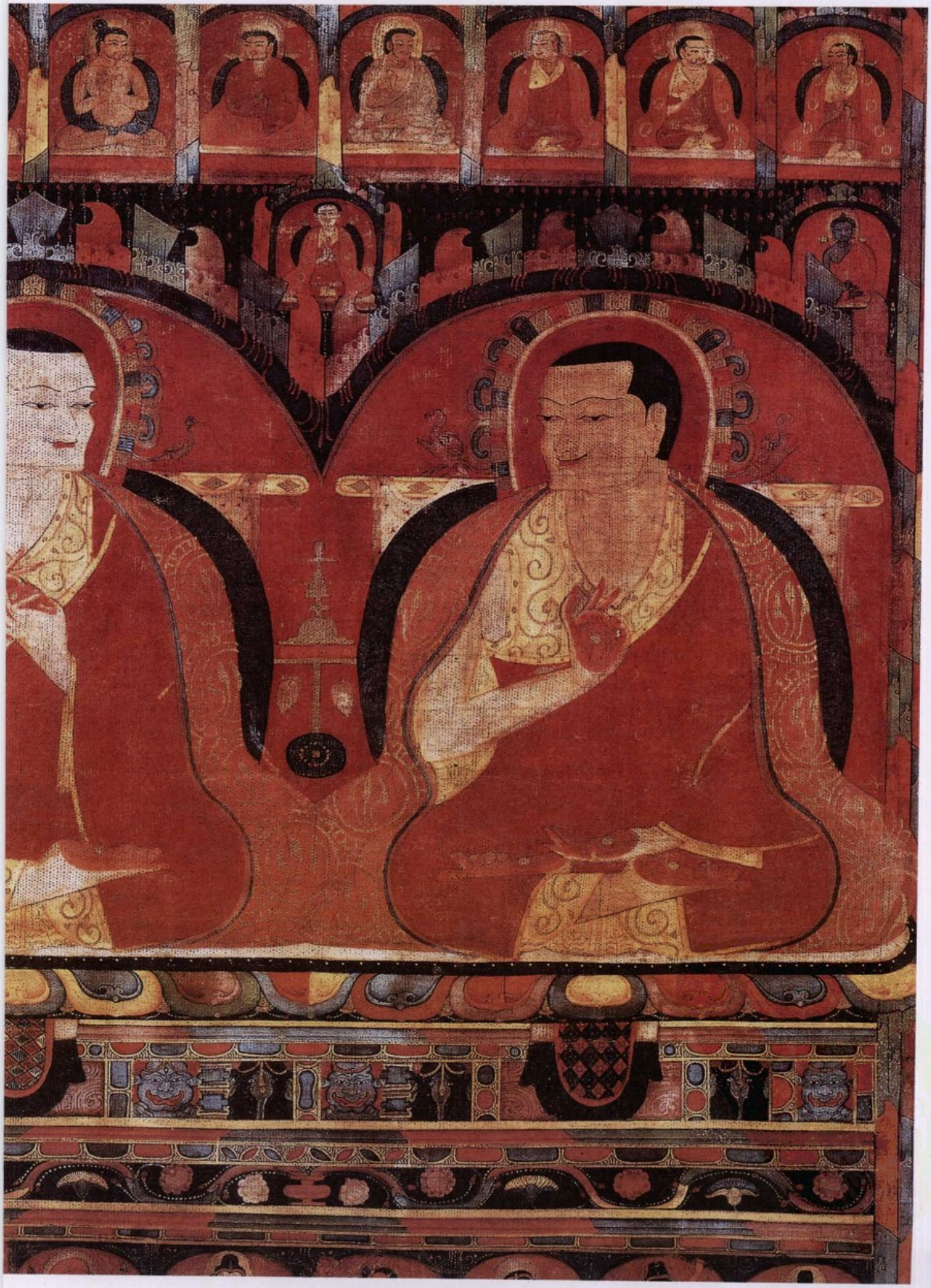


仁钦贡波和桑结雅军喜饶

布本设色唐卡 清代 西藏

唐卡中正在交谈的两位喇嘛，左为达垅寺的第二任堪布仁钦贡波，右为第三任堪布桑结雅军喜饶。

达垅噶举是帕竹噶举派的八小支派之一，其创始人达垅塘巴扎希贝死后，由其侄子古雅哇·仁钦贡波（1191～1236年）继任达垅寺的堪布。仁钦贡波善于经营，短时期就把他的居民从82人增加到5000人。第三任堪布是桑结雅军喜饶喇嘛（1203～1272年）。



6

雄译师和邦译师

在西藏文学史上，雄译师多吉坚赞和邦译师洛追丹巴被喻为太阳和月亮，名满全藏。

据推断，雄译师多吉坚赞大约生于13世纪40年代，编写过《星曜推算明灯》等许多历算方面的论著。此后，在八思巴返回萨迦寺时，雄译师写了一篇诗体赞颂辞献给他，表达自己的理想和请求派去学习声明学的愿望。上师读后十分高兴，派他去尼泊尔学习声明。

在尼泊尔，他废寝忘食地学习声明等方面的知识。学成后向八思巴报告，上师非常高兴，说："以前我们的法主(萨班)圆寂前，对我教导说：'我没有大的放心不下的事。不过八思巴还没有受比丘戒，《本生记·如意宝树》没有译成藏文，《时轮经咒》没有用偈颂体翻译过来，使我遗憾。'现在我已经受了比丘戒，剩下的两项翻译还未完成，你无论如何要完成它。由本钦释迦桑布加以帮助。"雄译师愉快地接受了。不久，他在萨迦寺翻译了《时轮经续注疏》，这就是被学者们公认为优秀译本的《雄译时轮注疏》。

此后，雄译师在本钦释迦桑布的支持下，在萨迦寺的佛殿中将《本生记·如意宝树》、《龙喜记》(剧本)、《修辞论·诗镜》(通称《诗镜论》)等以前没有翻译过的学术论著和故事等译成藏文，并翻译了《藻词论·甘露藏》，作了注疏。《诗镜论》对藏族文学的影响十分重大，至今仍对藏文诗歌创作发挥影响。

雄译师多吉坚赞的主要弟子是他的侄子邦译师洛追丹巴。邦译师撰写了西藏的第一部《诗镜论注疏》，被称为邦译师注释本。邦译师及其弟子们使得声明、诗词、因明等学科的各种重要论著在西藏普遍传播。

释迦牟尼画传

布本设色唐卡 清代 西藏

释迦牟尼的传记唐卡很多，这幅唐卡是释迦牟尼简传。左下角画的是释迦牟尼降生的情景，下方表现的是释迦牟尼力能胜象的故事。佛教传说释迦牟尼臂力过人，弓法娴熟，一箭能射穿九棵大树。唐卡左侧描绘了这一故事。释迦牟尼幼年受传统的婆罗门教育，29岁时有感于人世生、老、病、死的种种苦难，终于舍弃王族生活，出家修道。唐卡左上角画有他出走、落发出家、修道成佛等情形。



7

萨迦巴统治的终结

一、白兰王恰那多吉的暴卒

当年随萨班一同前往凉州的，除了后来显赫至尊的帝师八思巴，还有一位恰那多吉，他比八思巴小四岁。恰那多吉在内地生活了18年，其间，他学习蒙古语，并娶汗王阔端的公主墨卡顿为妻，后来被封为白兰王。对于整个吐蕃以及萨迦派来说，受封为王的官爵，恰那多吉是最早的。

1263年，恰那多吉被忽必烈任命为西藏首席行政官员，返回西藏萨迦寺，主持行政事务。因蒙古公主未生子，恰那多吉后又娶夏鲁万户的女儿堪卓本为妻。但婚后不久，恰那多吉就于1267年暴卒，年仅29岁。有人怀疑他是被谋杀。

恰那多吉的儿子达玛巴拉也只活了20岁，没有子嗣。于是，恰那多吉一房就此绝嗣。

二、为昆氏家族繁衍后代的桑波贝

桑波贝是八思巴的异母弟之子。1280年，八思巴去世时，萨迦昆氏家族在世的男性成员只有19岁的桑波贝和13岁的达玛巴拉。尽管桑波贝年长，但由于他的母亲是侍女出身，还是由达玛巴拉继承了八思巴的法座。

后来因为桑波贝被人控告违反追念八思巴的规矩，1282年，元世祖将他流放到“蛮子”地方，先后到过苏州、杭州，最后到普陀山。但不久，萨迦昆氏家族后裔就只剩下他一人。

雍顿·多杰贝

布本设色唐卡 清代 西藏

雍顿·多杰贝（1284～1365年）是藏传佛教宁玛派著名僧人，擅长宁玛新旧密咒教法及《时轮金刚》经，尤以精通咒术著称，受元成宗诏请进京，在皇帝面前献金刚舞，赐予丰厚，又曾奉命到内地一个遭到旱灾的地区去求雨。



直到1294年，元成宗即帝位，在帝师及部分萨迦派上层人士的申诉请求下，元成宗才承认了桑波贝的萨迦昆氏家族后裔的身份，派人将他从江南找回，下诏由他担任萨迦派的教主并承袭昆氏家族世系。这时（1297年）他已36岁，被流放16年。1312年，元朝封他为国师，他在政治上的名誉也恢复了。

桑波贝原在南方已娶有汉族妻子，在皇帝命他繁衍后裔以后又娶了六位妻子，她们为他生了许多儿女。他担任萨迦寺法座19年，于63岁时去世。他以上的萨迦法座通常被算作掌管整个萨迦派和家族的萨迦世系。

三、四个拉章的出现

忽必烈去世后，元朝皇帝依旧对西藏佛教大加崇奉，萨迦派仍极受尊崇。但这时的萨迦派已过了全盛时期，开始走向衰落。1324年，桑波贝之子、帝师贡噶洛追将其异母诸弟分为四个拉章（“拉章”原指西藏宗教领袖的住所，后演变为宗教领袖办理政教事务的机构）：萨迦细脱拉章、仁钦岗拉章、拉康拉章和都却拉章。

四个拉章又各自繁衍，子孙相继，后嗣很多。各拉章权势约略相等，不相上下，因此此后萨迦昆氏家族除少数几人潜心学习佛教外，其余都忙于扩大自己的势力和财富，相互之间怨恨越来越大；萨迦本钦与朗钦等官员也倾向和亲近某个拉章，形成派别；乌思藏的一些万户长也谋求私利，打击异己，引起整个西藏的动荡不安。同时，由于百姓的税赋和劳役越来越重，怨声不断，使得萨迦巴的名声和威望逐渐衰落。

四、萨迦政权的解体

四个拉章间的权势逐渐趋于不平衡，以拉康拉章和都却拉章的势力最大。这种情况很快导致了萨迦派内部的分裂和兄弟间的杀戮。到元朝末代皇帝顺帝在位时期，萨迦派已急剧衰落，不再有控制西藏地方的力量了。

与此同时，帕竹万户在万户长绛曲坚赞的经略下日益强盛，元顺帝赐给绛曲坚赞万户银印和金册玉符等。1357年，绛曲坚赞派人到朝廷奏请，皇帝赐给他大司徒的名号、诏书及玉印等，开始了帕竹第悉对西藏的统治。

阎魔敌

布本设色唐卡 清代 西藏

阎魔敌是密宗本尊五大金刚之一大威德金刚的变相，常见为红肤，其他还有黄、黑、白等色身。他一面二臂二足，或四面六臂二足，呈典型的忿怒相。衣着为菩萨装（华丽的璎珞）和护法装（恐怖的骷髅头）的混合。他足下踩踏一个平躺的人身，人身下又有一头平躺的牛，但是也偶见牛下有人的，此即为一例。明妃红身，以半悬姿与明王抱合。

天界有众多萨迦派的祖师。地界有蓝、黄、红、白色身的四位双身阎魔敌。左下角为两位教派祖师和三位敬献的弟子。



明朝乌思藏都司 朵甘都司示意图（公元1433年）

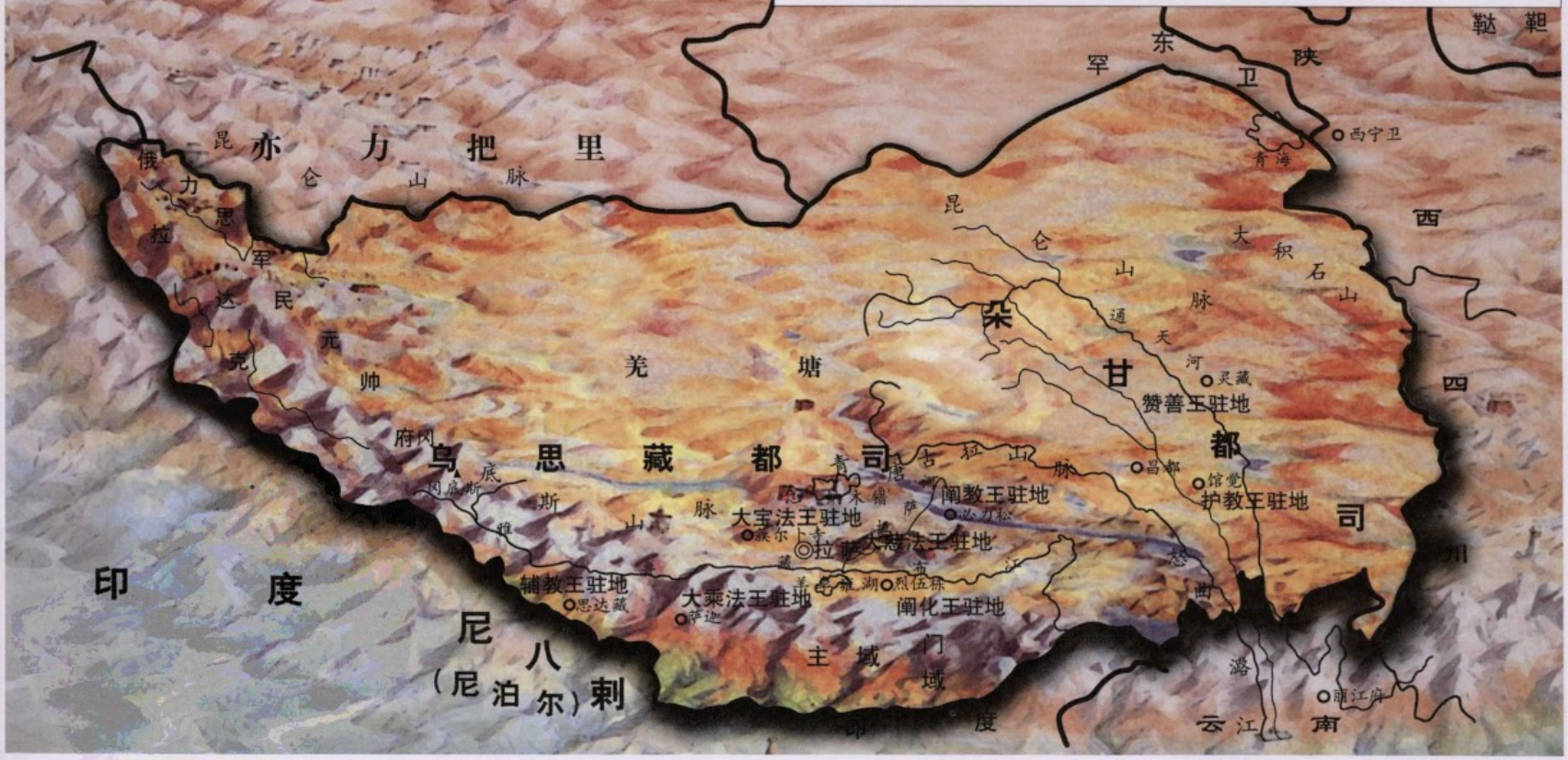
此图仅作为历史资料参考示意图，不作为地图使用。

示意图说明：

本图根据《中国历史地图集》明朝乌思藏都司、朵甘都司地图（公元1433年）绘制。明朝在西藏地方先后设置了乌思藏、朵甘两个都司。

根据当时西藏地方教派林立的特点，明朝先后敕封过三大法王，即大宝法王（噶玛噶举派黑帽系）、大乘法王（萨迦派）、大慈法王（格鲁派）。明朝还将一些政教首领敕封为王，先后敕封了阐化王、赞善王、护教王、阐教王、辅教王等五个王。明朝还封了灌顶国师、大国师、禅师等各种名号。图中画出了三大法王和五大王的驻地。

相关内容请参考本章第3节。



第五章

蹄声阵阵朝贡客

帕木竹巴时期

(1354～1618年)



十四世纪中期，萨迦政权分裂为四个拉章，终于在1354年被帕竹万户绛曲坚赞的帕竹政权所替代，风雨飘摇的元朝只好承认现实，加封绛曲坚赞为大司徒。1368年，明朝取代元朝，1406年，明永乐帝册封帕竹第悉扎巴坚赞为国师阐化王，并赐印信。明王朝历276年而亡；帕竹政权历264年而亡。西藏地方的帕竹政权基本与中央的明王朝相始终。



1 帕竹的兴起：教派与地方势力的联姻

2 帕竹政权的开创与发展

3 明朝对藏政策：多封众建，贡市羁縻

4 帕竹时期文化的繁荣

5 宗喀巴与格鲁派的创立

6 第巴仁蚌巴和第悉藏巴的历史



1

帕竹的兴起：教派与地方势力的联姻

帕竹噶举是帕竹·多吉杰波开创的噶举派四大支派之一。

一、创始人帕竹·多吉杰波

帕竹噶举的创始人帕竹·多吉杰波（1110～1170年）是康区金沙江流域的乃雪地方人。他天资聪颖，9岁出家，曾学习许多显密经咒。他22岁时来到前藏，41岁时拜噶举派达波拉吉为师学法，据说他是继承达波拉吉教法的首席弟子。

1158年，他和弟子们在帕竹地方兴建了丹萨替寺，并创立了自己的教派。因为多吉杰波信奉噶举派，他们建寺的地方叫做帕竹，故多吉杰波被称为帕竹·多吉杰波，他创立的教派被称为帕竹噶举派，成为噶举派达波噶举的四大支派之一。追随他的弟子分别到康藏各地建寺收徒，又繁衍出止贡噶举、达垅噶举等八小支系。

二、京俄扎巴迥乃

帕竹的朗氏家族是大户人家，朗氏有个叫扎巴迥乃（1175～1258年）的人拜多吉杰波的弟子止贡觉巴为师，学佛17年。在此期间，他一直随侍止贡巴上师左右，形影不离，所以被人称为“京俄”（意为眼前的人）。后来京俄成为朗氏家族中担任丹萨替寺的法座和止贡派的宗教首领的一种称号。

京俄扎巴迥乃34岁时，被委派掌管丹萨替寺，任职长达33年。在他执掌止贡寺法座的时期，蒙古的阔端汗派遣将军多达那波率兵到达西藏。扎巴迥乃接待了他们，并祈祷度母降下石雨，使将军非常崇信。将军在给阔端的信中说：“噶举派京俄大师很有法力”。

从扎巴迥乃以后，朗氏家族的子弟专门承袭了帕木竹巴兴建的丹萨替寺寺主一职。帕木竹巴也成为了执掌本地政教大权的朗氏家族的名称。

噶玛噶举派红帽系第四世活佛　布本设色唐卡　清代　西藏

唐卡中的噶举派红帽系第四世活佛却扎益西（1453～1524年）是多麦哲雪康玛地方人。在仁蚌巴首领的支持下，他于1490年修建了羊八井寺，将红帽系的主寺由乃囊寺迁到羊八井寺。他还于1503年在拉萨西新建了噶玛贡桑寺。

噶玛噶举派分黑帽和红帽两个支系。红帽系是从黑帽系中派生出来的，后因18世纪末引发西藏动乱和廓尔喀入侵，被清廷终止，共传十世。



2

帕竹政权的开创与发展

帕竹政权从1354年到1618年存在了264年，前九任第悉（摄政）记录明确，但从第九任第悉去世到第悉藏巴掌权之间的74年，可能受战乱影响，历史记载比较模糊。

绛曲坚赞（1302～1364年）是朗氏家族的后代，从小就才能出众。他9岁出家，14岁时前往萨迦寺学法。20岁那年，绛曲坚赞回到乌思地区，并很快以丹萨替寺寺主的身份担任了帕竹万户长。

当时执掌乌思藏大权的萨迦派已是穷途末路，十三万户各自为政，纷纷借机扩充实力，有相当实力的帕竹万户已处于各种冲突的风口浪尖上。

最先的对手是雅桑万户。雅桑本是帕竹万户之下的一个千户，后来势力逐渐扩大，分离成为一个万户，并夺去了帕竹属下的两个地方。绛曲坚赞开始力争用合法的手段收回失地，但是雅桑万户对此不予理睬，帕竹只得动用武力。于是，雅桑联合止贡、蔡巴两个万户和萨迦本钦，以审理土地纷争的名义逮捕了绛曲坚赞，并派兵围攻帕竹政权所在地乃东。

以霍尔·宣努桑波为首的帕竹军队坚守乃东，使进攻者无计可施。而绛曲坚赞则利用萨迦派前后任本钦不和的矛盾，设法逃了出来。这使萨迦政权大为光火，于是向帕竹发动进攻。结果，帕竹先后打败了三大万户，前藏土地尽入帕竹囊中。

1354年，萨迦发生内乱，绛曲坚赞借机整顿了后藏的大部分地区，取得了乌思藏的实权。现代的历史学家把这一年作为帕竹统治西藏的开始。

主巴噶举派领袖夏尊雅旺南嘉

布本设色唐卡 清代 西藏

主巴是帕竹噶举派八小支派之一，"主"在藏语意为"龙"，因此主巴派也称天龙派。其创始人之一章巴加雷·依昔多杰在33岁时（1193年）从向蔡巴出家，被后世称为第一世嘉旺主巴。

唐卡主尊是第四世嘉旺主巴转世之一的夏尊雅旺南嘉（1594～1654年），他统一了不丹，并当上政教领袖，使不丹初步奠定了独特的文化基础。主巴派从此成为不丹的国教。



1358年，绛曲坚赞利用萨迦王室再次内讧的机会，起兵包围了萨迦寺。他们生擒了本钦，杀死本钦部下400多人。这样，整个后藏地区也被帕竹掌握。绛曲坚赞在取得重大胜利的时候，也不忘及时地派遣使者进京纳贡。萨迦、雅桑、蔡巴也都派人去向皇帝告状。但是元朝皇帝承认了既定事实，不仅没有准诉，反而封绛曲坚赞为大司徒，赐印信，命他接管乌思藏事务。

从此，帕木竹巴政权正式取代萨迦政权的西藏管理权。帕竹政权设都在乃东地方，其首领后来又称乃东王。大司徒绛曲坚赞建立政权后，颁布了一系列改革措施和法规，其中对后代影响最大的是“宗”的设立。绛曲坚赞取消了萨迦时期的万户制，新建了13个“宗”，代替以前的13万户。“宗”的原意是城堡、要塞。后来演变成行政建制，各宗设有宗本。

帕竹在乌思藏范围内推广谿卡为组织生产、管理生产的庄园制。庄园出现于约10世纪初，在帕竹时期得到大力推行。这种制度带有某种集体生产的性质，大大促进了帕竹时期的经济发展。

在司法方面，绛曲坚赞制定了切合实际的15条法规，这是对吐蕃期法律的新发展。绛曲坚赞的《大司徒遗教——见者受益》总结了以前统治者的执政方法，并提出了自己的独特的执政理念。

帕竹政权传到第五任第悉扎巴坚赞时，达到极盛。扎巴坚赞本人被永乐皇帝封为阐化王。此时，帕竹社会稳定，经济文化有较大发展，但扎巴坚赞改各宗宗本的任期制为世袭制，为帕竹后来大权旁落和衰败留下了祸根。

达波噶举的皈依境

布本设色唐卡 清代 西藏

皈依境又名“上师观想图”，大意指在我们的后方的图像。在各教派中均有类似的皈依境，依各自传承而定。达波噶举的皈依境大致是：在一个清澈的湖泊中，根本上师在其中央如意树树枝的狮子宝座上，在他的上方，坐着帝洛巴、那若巴、玛尔巴、米拉热巴、达波拉吉等大手印传承的历代上师，周围是诸位大智者和大成就者。



3

明朝对藏政策：多封众建，贡市羁縻

明朝建立后，对藏区的统治基本上承袭了元朝的一套制度，但由于藏区和朝廷的情况都有所变化，统治方法较之元朝也有明显的不同。

一、 多封众建：势力为王

1. 大宝法王得银协巴

噶玛噶举派第五世黑帽系活佛得银协巴（1384～1415年）出生在乌思藏工布地区的阿拉娘地方，7岁出家。18岁时，得银协巴传法已很有名气。永乐帝听到得银协巴的名声，便派人召他入京。1407年，得银协巴受永乐帝诏请，自前藏来到南京晋谒。

永乐皇帝赐得银协巴“如来”封号，封他为大宝法王，并赐金印玉印各一枚。同行的几个门徒也被明朝封为大国师、国师等。1408年，得银协巴返藏后，名声更大，后来又收了许多弟子。

黑帽系因第一世转世活佛噶玛拔希曾受蒙古汗王蒙哥赐给的金边黑帽而得名。得银协巴被明成祖封为“大宝法王”，这是当时藏人心中最尊崇的封号。此号于是被噶玛噶举的黑帽系历辈转世活佛承袭，有明一代，均自称大宝法王。之后的几世活佛在中央朝廷和地方势力的支持下，有相当的政治影响力；黑帽系第十世以后，由于明清易代，地方势力更迭，受上层支持的格鲁派兴起，黑帽系活佛又退居一个局限于宗教教派领袖的地位。

红帽系第一世转世活佛扎巴僧格（1283～1349年）以受到元帝赐给金边红帽而得名。红帽系是噶玛派中，地位仅次于黑帽系的另一个活佛转世系统。这一转世系统，一共有十世，18世纪末因引发西藏动乱和廓尔喀入侵，被清廷停止转世。

噶玛噶举派喇嘛　布本设色唐卡　清代　西藏

唐卡中的噶玛派喇嘛很可能就是五世黑帽系活佛得银协巴（1384～1415年）。1407年，得银协巴被明永乐帝封为“大宝法王”，是明朝册封的第一位法王，也是当时三大法王中地位最高的，历代黑帽系转世活佛承袭此封号。

图中右上方，中间戴黑帽的为前辈的噶玛巴活佛，两边戴红帽的是夏玛巴活佛。下方左右分别是白、黄财神两大护法。



2. 三大法王

1372年，前元帝师等一行人进京入贡并请封官，明朝封授了60多个不同级别的官员。此后，西藏地方官员纷纷来京请封，包括最偏远的阿里旧官和各种僧俗上层也纷纷来觐和遣使进京。明朝几乎来者不拒，通通给予官职和僧职，甚至为了封地方土官而在原西藏地方机构下增设了一些部门。

元末明初，噶举派取代了萨迦派的地位而统治卫藏大部分地区。萨迦派虽然势力大减，但仍存在。同时还有噶当派和宁玛派的存在。不久，格鲁教派又兴起。这样，就形成了藏传佛教教派林立的局面，正如藏族谚语所说：一个地方一种话，一个寺庙一种法。根据这一情况，明朝改变了元朝单重萨迦一派的做法，而对于具有地方实力的各个教派首领都赐予封号。这就是明代的多封众建政策，就是要把藏区的各种僧俗割据势力纳入自己的控制之中。

明朝先后在藏区敕封过三大法王和五个王。法王是僧官职位中的最高者。

三大法王之首是得银协巴的封号大宝法王。第二个法王是大乘法王，地位略低于大宝法王，封给萨迦派僧人贡噶扎西。第三个法王是大慈法王，封给格鲁派僧人释迦也失。上述三大法王的封号，均由师徒或转世相传承，无须再听朝命。

除三大法王外，明朝还将藏族地区一些政教首领敕封为王，先后敕封了阐化王、赞善王、护教王、阐教王、辅教王等五个王。明朝还封了灌顶国师、大国师、禅师等各种名号。这些都显示了明朝中央对乌思藏的统治和管理。



释迦也失

大慈法王释迦也失神色端然，头戴宝冠，着黄色袈裟，双手结说法印，并各持一莲花。他是明朝敕封的三大法王之一。

（右图）大慈法王像

缂丝唐卡 明代 西藏

大慈法王释迦也失（1354－1435年）释迦也失是拉萨蔡公塘人，是宗喀巴的八大弟子之一。先后两次受皇帝之邀代宗喀巴进京，为永乐帝和宣宗讲解经典。明宣宗敕封他为"大慈法王"。曾主持兴建色拉寺。


三西天正觉如来自在大圆通佛
慈普應轄國韻敷至善大慈法
萬行妙明真如上勝清淨最若弘

二、 朝贡之路：拥挤着，快乐着

自元代以来，西藏地方已越来越依靠中央王朝的扶助和保护，因此对中央也产生了极强的向心力。因此，明朝在藏区各地政教首领争相前来朝贡请封的情况下，一面在政治上“众建多封”，另一面又在经济上给予优厚的赏赐，以扩大对藏区的影响，加强同西藏各地方势力的联系。

到公元1375年，藏区已全部接受了明中央的政令，确立了辖属关系。按纳贡传统，西藏各地僧俗官员，作为明朝辖区的首领，必须在规定的时间里向朝廷贡献牲畜、藏绒、药材、藏香等土特产品。朝廷则沿袭惯例，以数倍于贡物价值的金银、绸缎、茶叶等优厚回赐给予朝贡者，以示关怀。由此，藏区的官员和政教首领便经常派遣使团到北京入贡。要求朝贡的人越来越多，僧俗官员、各大教派频繁往来于内地，朝廷甚至到了难以招架的程度，于1596年规定每三年入贡一次，并限制随从人数及规定路线。

唐代以来形成的汉、藏地区间的茶马互市关系，到明代又有新的发展。明朝政府专门设立茶马司管理茶马交换，开始实行自由贸易，后来发现马源不稳定，数量也没有保证。明朝廷便想出了“以马为赋”的办法，即差发马制度（金牌信符制），藏区民族以贡马作为差应，政府则酬以茶斤以示赏赐，这是一种税赋性质的制度，并非一般的商贸关系，可以说这是对唐宋时期的“朝贡互市”的发展，不过更加具有国家垄断性。

这就是明代的“贡市羁縻”政策。

“众建多封、贡市羁縻”是明朝不同于元朝的具有特色的治藏政策，也是统治西藏的特殊方法。

噶当派四本尊

布本设色唐卡 清代 西藏

明朝时，噶当派仍有一定实力。噶当派所崇四本尊为释迦牟尼佛祖、四臂观世音、绿度母、黑色不动明王，该四本尊与经、律、论三藏教法合称“噶当七宝”。在藏传佛教各派中，噶当派尤为重视显宗，主张显、密二宗应相互补充。格鲁派即是宗喀巴在噶当派基础上建立的，因此又有“新噶当派”之称。



4

帕竹时期文化的繁荣

帕竹时期，社会经济相对稳定，文化也出现了繁荣局面。

一、京城刻印永乐版大藏经

1410年，永乐帝派人专程到西藏迎请蔡巴手抄本大藏经《甘珠尔》、《丹珠尔》底本到南京，进行史上首次大藏经的刻版印刷。大藏经是藏文佛教典籍汇编而成丛书的总名，包括《甘珠尔》和《丹珠尔》两部分。《甘珠尔》主要为佛祖的言论和佛教的原始经典，《丹珠尔》则主要为历代学者、译师对《甘珠尔》的注解和译著。14世纪初，藏族学者迥丹热赤和罗赛绛秋意西等写成了第一部藏文大藏经。到帕竹初期，蔡巴·贡噶多吉主持，并请布顿大师担任校订，先后写成著名的蔡巴《甘珠尔》、夏鲁《甘珠尔》和《丹珠尔》。

二、藏医学和历算学的进展

帕竹王朝建立后，西藏地方经济繁荣，藏医药学也得到空前发展，逐步形成两大学派。

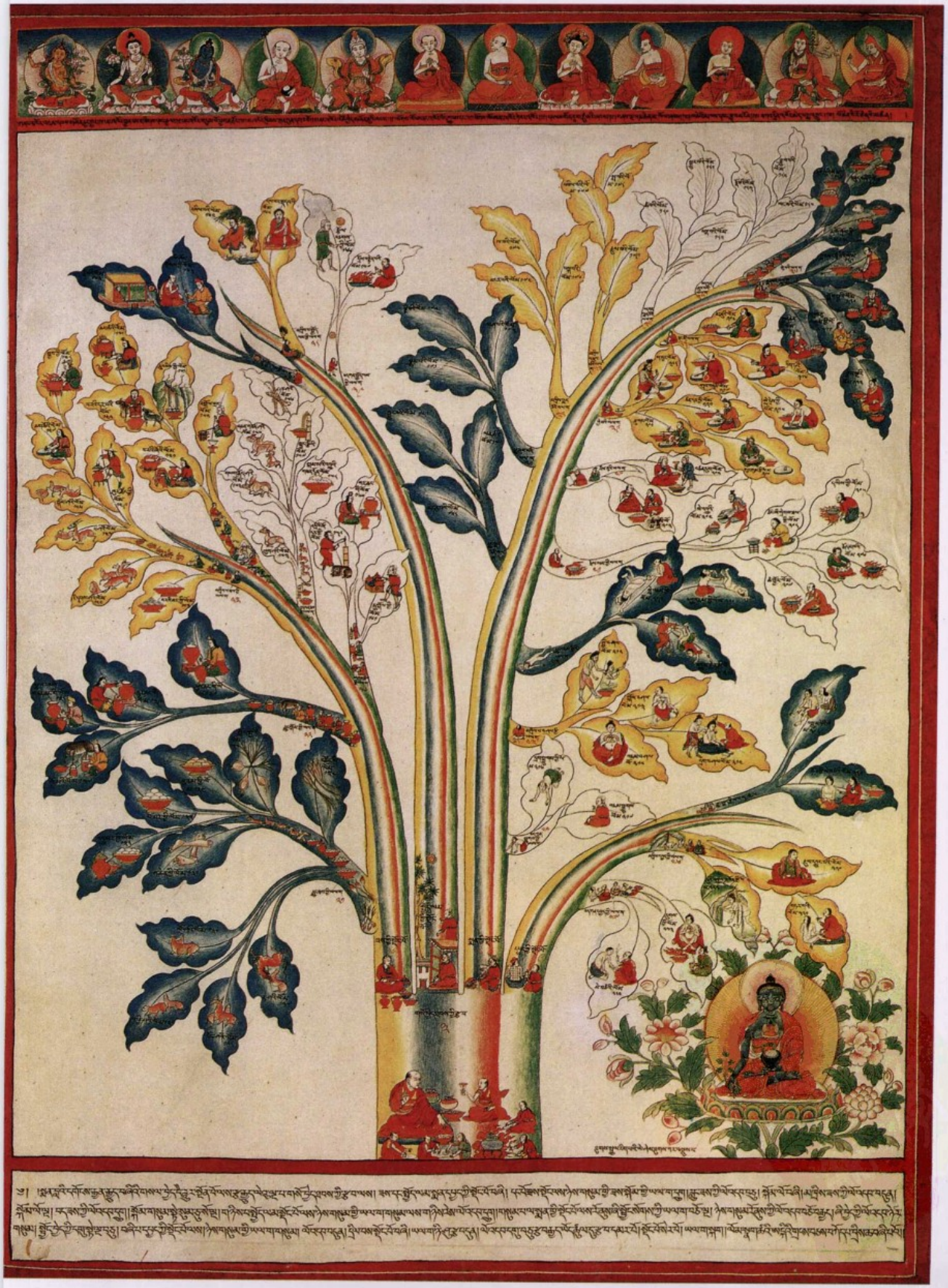
强达南杰扎桑（1394～1475年）对《四部医典》作了详尽的注释，新创了许多药方，形成了强巴学派（又称北方学派）。代表著作有《药学宝箱》、《甘露源流》等。

强达南杰扎桑不仅是一位卓越的医学家，而且也是一位历算大师。他写了许多时轮和历算方面的开创性著作，还培养了许多弟子。

舒尔学派（又称南方学派）的主要代表是舒尔喀年尼多吉（1439～1475年）等人。他们针对西藏南方地区地势较低、气候温润，易引发肿胀、风湿等疾病的特点，总结治疗这些疾病的独特经验，并不断发展。代表著作有《草药鉴别》、《药方汇集》等。

医理树喻图 布本设色唐卡 清代 西藏

《医理树喻图》是藏医唐卡之一，共有四幅，形象描述了藏医理论的基本内容。此幅唐卡用一颗大树的根、干、枝、叶作比喻，四个树干分别代表饮食、起居、药物和外治，叶片代表不同病情的来源、症状及治疗方法。整幅图共有一个树根、四条主干、二十七个树枝和九十八片树叶。



三、史学的丰收季

帕竹时期出现的精通大小五明的学者多如璀璨繁星，大都是佛学大师，在研究佛学的同时，也撰写了一大批历史著作。下面简要介绍其中最著名的几种。

《布顿佛教史》成书于1322年。作者布顿仁钦珠（1290～1364年）是著名的佛学大师，布顿派（夏鲁派）的开创者。由于夏鲁寺同萨迦派的关系密切，也有人将布顿派当做萨迦的一个支系。他著书多达200多种，主要贡献有两方面：一是编纂的藏文《丹珠尔》成为大藏经第一部完整的定本；二是他撰写的《布顿佛教史》是西藏历史上第一部成型的教法史。

《西藏王统记》成书于1388年，是萨迦派僧人索南坚赞的著作。此书主要记述吐蕃王统历代传承的历史。

《青史》写于1467年，是噶举派著名僧人桂译师·宣努贝（1392～1482年）。据说他年轻时刻苦学经，每天要熟背箭杆长的经叶15页。他的著作很多，传世的文集就有10函，《青史》是其中最著名的。

《贤者喜宴》成书于1564年，作者巴俄·祖拉成瓦（1503～1565年），是噶玛噶举派乃囊寺二世巴俄活佛。因在洛扎德瓦宗拉隆寺刻版印行，故《贤者喜宴》又称为《洛扎教法史》。此书是一部集政治、经济、宗教、文化及自然科学之大成的重要历史典籍。

此外，还有《红史》、《新红史》、《汉藏史集》等，有博东·列乔南杰的《智者入门》、觉囊多罗那它的《印度佛教史》、《莲花生大师传》等等，使这个时期成为历史研究最繁盛的时期。

布顿仁钦珠像

布本设色唐卡 明代 西藏

布顿仁钦珠是西藏著名佛教学者。他写了不少关于佛学和历史的书，最著名的有《布顿佛教史》。他首次编订了《丹珠尔》的目录，编纂了大藏经第一部完整的定本。他曾任夏鲁寺住持，传下来的教法，称为夏鲁（布顿）派。

唐卡中间画布顿仁钦珠的像，左右是他的弟子。



四、“铁桥活佛”、“藏戏始祖”唐东杰布

唐东杰布（1385～1464年），出生在后藏仁钦顶附近的沃哇地方。他随强顶寺喇嘛尼玛僧格受沙弥戒，僧名尊珠桑布。他苦修佛法，很快成为一名有造诣的学者和得道者，被众人誉为“唐东杰布”（意为“千里平原上的国王”）。

唐东杰布学成后，四处布道谒佛。他长年跋山涉水，多次受阻，心里便萌发了修桥的念头。此后，他广收弟子，奔波于工布、洛瑜等地募捐钱物和铁器。

第一座大桥修在拉萨河上。据说有300多人一齐拉铁索时，牦牛绳拉断了也投有拉过来。最后由唐东杰布请来了八部鬼神一起拉绳子，终于建成了第一座曲水铁索桥。

以后，唐东杰布为了募集更多的资金修桥造船补路，邀请了山南琼结县白纳家的7名能歌善舞的姊妹，组成了歌舞演唱队，他亲自教授她们演唱自己创作的作品，用自己设计的服装装扮这些美丽的姑娘。七姐妹俊美的容貌，婀娜的舞姿，令观众赞叹不已。他们惊奇地说：莫不是“阿佳拉姆”(仙女)下凡了吧?从此她们就被称为仙女七姐妹剧团，他们的表演也是藏戏的发端。藏戏，也就被称为“阿佳拉姆”，唐东杰布也被藏人尊为藏戏的开山鼻祖。

唐东杰布一生共建造铁索桥58座，木桥60座，渡河船100多条，因此被人们尊称为“铁桥活佛”。这些桥梁有的依然是人们往来的工具，如迥日沃且铁索桥、拉孜四喀铁索桥。

大成就者唐东杰布

布本设色唐卡 清代 西藏

大成就者唐东杰布（1385～1464年），香巴噶举派苦行僧人。他穿通肩袈裟，结跏趺坐于须弥座中，左手托嘎巴拉碗，右手作触地印。

他是后藏仁钦顶沃哇人，后来云游各地，在西藏的大小江河上共建桥110多座，被藏人尊为“铁桥活佛”；为了募集修桥的钱财，他首创藏戏到处演出，所以又被称为“藏戏始祖”。



5

宗喀巴与格鲁派的创立

以现代西藏人的观点，有史以来没有人比宗喀巴（1357～1419年）大师更重要的了。他是西藏历史上著名的宗教改革者，一手创办的格鲁派后来发展成为西藏最重要的教派。在藏人心中，宗喀巴的地位仅次于释迦牟尼佛祖，被尊为世界第二佛陀。

一、大师宗喀巴

帕竹政权建立不久，在安多的宗喀地方（今青海湟中），元朝地方官鲁本格家中，生下了一个男孩，取名为罗桑扎巴。因为是宗喀地方人，他成名后就被称为宗喀巴。

宗喀巴7岁出家，受沙弥戒。17岁时，宗喀巴来到藏地，进一步求师深造。他多方求教，博采众长，对显密二宗进行了深修。25岁时，宗喀巴开始著书立说。31岁时应乌思藏各寺院邀请讲经，成为一名众人拥戴的大学者。



宗喀巴像

宗喀巴头戴黄色僧帽，神态庄重，结跏趺坐于须弥莲花座中，双手结说法印，身两侧各有一莲花。

（右图）宗喀巴大师

刺绣唐卡 清代 西藏

宗喀巴（1357～1419年）是藏传佛教格鲁派的创始人。他出生于宗喀地方（青海湟中），他对龙树以来的中观哲学做了独特的解说，在藏传佛教思想界产生巨大的影响。

唐卡正中为宗喀巴，四周展示了宗喀巴在各个寺庙讲授佛经，宣讲格鲁派理论等情景。



1388年冬，宗喀巴在第哇坚寺给僧众讲经时，一反常态地戴了一顶黄色僧帽。当时藏族僧人所戴僧帽，一般为绛红色，宗喀巴标新立异，改戴黄色僧帽。缘于许多僧人占有大量财富，不守戒律，生活奢靡，所以他立愿要重整戒规，复兴戒律。他用黄帽作为重振戒律的象征，拉开了“宗教改革”的序幕，也创立了自己的格鲁派。格鲁派因此又称“黄帽派”，简称黄教。“格鲁”是“甘丹寺派”的音变而来，有人又按后来的藏文写法解释为“善规”。

宗喀巴后来主要做了两件大事：

一件是通过著书立说为其“宗教改革”建立理论基础。1402年和1405年，他先后在热振寺著述《菩提道次第广论》和《密宗道次第广论》。这两部著作，代表了宗喀巴在显教、密教方面的思想体系和创见，成为格鲁教派教义的根本典籍。

另一件就是开展宗教改革。

为重新振兴佛法，宗喀巴提出宗教改革的主张，主要有三点：要求僧人严格遵守戒律，禁止僧人娶妻和从事生产劳动，不准僧人干预世俗事务；主张与各地方势力广泛建立“施主”关系，大力复兴寺院；主张学经要注重修习次第，按部就班，循序渐进，先显宗后密宗，先闻思后修习。

宗喀巴是西藏佛教史上著名的宗教改革家。由于他的改革主张符合僧俗民众的愿望和统治者的利益，因此赢得广大支持，取得了成功。他创立的格鲁派在藏族和蒙古族历史上产生了很深的影响。

1409年藏历正月初一，宗喀巴在拉萨发起了一个大型的祈祷大会（“传昭大会”），史称“火龙年法会”。这次大法会为期15天，不分教派和高低贵贱，兼收并容，各派僧人都穿自己教派的服装参加。法会规模空前盛大。这是宗喀巴一生中创立的第三件大的功业。1409年也被公认为格鲁派正式创建的一年。从此，拉萨的“祈愿大法会”每年举行一次，延续至今。

宗喀巴的名声越来越大，并传到了内地。1412年，明朝永乐皇帝授宗喀巴弟子释迦也失“西天佛子大国师”称号，使宗喀巴成为国师之师。

1419年，藏历十月二十五日，宗喀巴大师圆寂，享年63岁。第二年，弟子僧众在甘丹寺为他建成灵塔，将其法体供奉在内，并将他圆寂的忌日作为藏人的宗教节日。此后每年到了这天晚上，人们都将燃着的灯放在窗台上，以纪念宗喀巴大师。这个节日，被称为“燃灯节”。

宗喀巴应身像

布本设色唐卡 清代 西藏

宗喀巴圆寂之初，传说他的弟子克珠杰曾见过他的幻影。画师根据这个传说绘制了一组五幅唐卡，本幅唐卡即是其中之一。五次所见宗喀巴的形象和坐骑都不同，因而画出来的唐卡也不一样，相同的只有曼荼罗的圆光，证明着祖师的神圣。圆圈内是所幻见的宗喀巴形象。



二、格鲁派四大寺的兴建

格鲁派有六大根本道场，分别是甘丹寺、哲蚌寺、色拉寺、扎什伦布寺、塔尔寺和拉卜楞寺。除了塔尔寺和拉卜楞寺外，其他四大寺院都是宗喀巴和他的弟子们创建的。

传昭法会后，格鲁派的声名如日中天，可是教派居然还没有自己的立足之地。于是宗喀巴开始筹建寺院。宗喀巴大师带领弟子亲自察看建寺地址。1410年二月五日，宗喀巴为甘丹寺主持盛大的开光仪式。

甘丹寺法台是宗喀巴的法位继承者，即格鲁派法主。甘丹法台职位，不论出身贵贱、年龄大小和声望高低等，只要精通显密经论及讲经听法的学识，都可以担任。藏族谚语说："男子汉应自己努力，甘丹寺的金座地没有主的。"甘丹法台至今共传96任。

由于格鲁派的飞速发展，一个甘丹寺远远不能满足学经者的需求，宗喀巴又嘱弟子加央曲杰另行择地建新寺。1416年，在拉萨西郊的更丕乌孜山脚下，哲蚌寺开始动工。两年以后，在那里出现了一座比甘丹寺大得多的寺宇。哲蚌寺除了大经堂外，还有7个僧院，可容纳数千僧人学经，号称7700僧人。

色拉寺是释迦也失兴建的，色拉意为刺蘑园，是因寺院周围有许多刺树环绕而得名。

此后十几年里，宗喀巴的小弟子根敦珠巴到后藏来传教，身边渐渐聚集一大批弟子，于是他们也开始建立寺院。在当地头人班觉桑布的资助下，寺院才兴建起来，工程长达十多年。开始，寺庙取名为"康建曲批"，意为在雪域振兴佛教，建成后，根敦珠巴又将其改名为扎什伦布，即吉祥须弥。1447年，扎什伦布寺举行了开光仪式。扎寺僧人一般为3800人。

大昭寺

布本设色唐卡 清代 西藏

唐卡描绘了西藏著名的四大寺：大昭寺、哲蚌寺、色拉寺和扎什伦布寺。哲蚌寺在大昭寺西二十余里，于1416年由加央曲杰所建。色拉寺在大昭寺以北十多里，是1419年由大慈法王释迦也失兴建。扎什伦布寺位于后藏日喀则，于1447年由一世达赖根敦珠巴所建。唐卡上方为大昭寺。



三、达赖转世体系的出现

活佛转世制度，始于13世纪末噶玛噶举派的创始人噶玛拔希大师。此后，这一新生的宗教制度相续被藏传佛教各宗派普遍采纳。达赖喇嘛是格鲁派最大的活佛之一，也是藏传佛教最大的活佛之一，被认为是观世音菩萨的化身。

宗喀巴大师有著名弟子135名，主要弟子有贾曹杰、克珠杰和根敦珠巴。贾曹杰继承了宗喀巴的衣钵，担任甘丹寺第二任法台。克珠杰任甘丹寺第三任法台，被追认为一世班禅大师。而被追认为一世达赖的，则是根敦珠巴。

根敦珠巴（1391～1474年）出生在后藏古尔玛地方。他是牧民的儿子，15岁出家，受沙弥戒，起法名为根敦珠巴。他25岁到前藏游学，偶然听到宗喀巴讲经，非常崇拜，于是改拜宗喀巴为师。

根敦珠巴依宗喀巴大师教导，刻苦修习了很多经法，被师父认定日后必有大成就。他在前藏停留12年，后又返回后藏著书讲经。1447年，他57岁时到桑珠孜（今日喀则），兴建扎什伦布寺，自任第一任法台，被后世追认为一世达赖。根敦珠巴于1474年圆寂。

在根敦珠巴圆寂的第二年，日喀则北郊的达那地方，出生了一个聪慧灵异的男孩，他就是二世达赖根敦嘉措。1509年，他朝拜了拉姆拉措神湖，并在那里兴建了著名的曲科杰寺。一年后，任该寺的第五任法台。后又先后兼任哲蚌寺和色拉寺的法台。任哲蚌寺法台时，建立了甘丹颇章作为自己的驻锡之地。1542年，67岁的二世达赖根敦嘉措在哲蚌寺圆寂。

根敦珠巴

布本设色唐卡 清代 西藏

一世达赖喇嘛根敦珠巴（1391～1474年）为格鲁派创始人宗喀巴的大弟子之一。1447年，他在日喀则兴建扎什伦布寺，后被追认为第一世达赖喇嘛。

根敦珠巴头戴黄色僧帽，左手托钵，右手结说法印，结跏趺坐。背景为扎什伦布寺。宝座侧下方是其弟子。



三世达赖喇嘛索南嘉措（1543～1588年）出生在拉萨附近的堆龙河谷孜康萨贡。他3岁时被认定为根敦嘉措的转世，当年即登上甘丹颇章的法座。

1571年，土默特蒙古首领俺答汗听到了他的名声，派人迎请前去弘法。1578年，在青海湖畔的印华寺，索南嘉措与蒙古土默特部俺答汗会面，索南嘉措的讲经令这位蒙古首领深深仰慕，于是俺答汗与三世达赖互赠尊号。俺答汗赠索南嘉措以“圣识一切瓦齐尔达喇达赖喇嘛”。其中“达赖”是蒙文音译，意为“大海”；喇嘛是藏文音译，意为“上师”。这个称号总的意思就是：在显教密教方面都取得最高成就，是个佛学知识像大海般广阔无边的大师。这就是达赖喇嘛名号的由来。

为鼓励俺答汗坚定佛教信仰，索南嘉措也回赠给他“法王大梵天”的称号。1579年，三世达赖离开蒙古到青海等地继续布道。1588年索南嘉措接受邀请，但还没有成行，就在内蒙古地方圆寂，他的灵柩后来安放在塔尔寺。

三世达赖的灵魂转世到一个蒙古帐篷，这就是出生在蒙古土默特俺达汗贵族之家的第四世达赖喇嘛云丹嘉措（1589～1616年）。

1592年，西藏三大寺派代表到内蒙古确认3岁的灵童为索南嘉措的转世，取名字为“遍知一切云丹嘉措贝桑布”。由于父母亲对儿子十分疼爱，几次推迟了进藏行期，因此云丹嘉措在蒙古地方一直生活到14岁。1603年，云丹嘉措到达西藏，登上哲蚌寺甘丹颇章的宝座。1616年，28岁的第四世达赖喇嘛在哲蚌寺突然去世，成为政治斗争的牺牲品。

索南嘉措

布本设色唐卡 清代 西藏

三世达赖索南嘉措被蒙古俺答汗邀请到蒙古地区传法，并获赠“圣识一切瓦齐尔达喇达赖喇嘛”（意为佛学知识像大海般广阔无边的大师），这就是达赖喇嘛名号的由来。



四、班禅转世体系的出现

班禅额尔德尼是格鲁派最大的活佛之一，也是藏传佛教最大的活佛之一，被认为是无量光佛的化身。西藏人常说一句话：天上太阳月亮，地方达赖班禅。意思是达赖班禅就像太阳和月亮，没有高低之分。但就政治权力而言，应该是达赖更高些，他主管全藏政教事务，而班禅只管理后藏事务。

班禅的名号始于1645年，蒙古固始汗赠给格鲁派扎什伦布寺寺主罗桑曲结以“班禅博克多”的尊称，意为“大师”。1713年，康熙帝册封班禅时的封号是“班禅额尔德尼”，“额尔德尼”是满语，意为“珍宝”。从此，班禅这一封号就成为班禅系统的专用名称。

按照传统，追认宗喀巴的弟子克珠杰（1385～1438年）为第一世班禅。克珠杰出生在后藏拉堆绛朵雄地方的一个贵族家庭。相传他是克珠拉旺的转世，因此他在幼年时即被人们称呼为克珠杰。

他18岁时拜宗喀巴为师。1431年，任第三任甘丹寺法台，任职8年。他为宗喀巴灵塔修造了金顶，编写了饮誉后世的《宗喀巴传》，54岁圆寂于甘丹寺。

第二世班禅大师索南乔朗(1439～1504年)生于后藏的洛库地方。幼年时在甘丹寺出家，精通显宗和密宗，善于辩论。他自小身体瘦弱，相貌丑陋，师傅巴索却吉坚赞问其何名，他自称小牛。老师笑道，那么，过几年就要成为大法牛了。于是取法名为索南乔朗，意为福慧法牛。几十年后他成为一名大学者，辩论无人能胜，于是名声大振，被认为是克珠杰的转世，牛犊果然变成了大法牛。他66岁时圆寂。

索南乔朗

布本设色唐卡 清代 西藏

二世班禅大师索南乔朗是后藏洛库人。他精通显密二宗，获格西学位。中年后，驻锡隐更寺，专事禅修。圆寂后被追认为二世达赖。

索南乔朗头戴黄色僧帽，身披袈裟坐在岩座上，做说法状。上方是其修行本尊文殊金刚和其上师巴索却吉坚赞为他剃度的场面。下方描绘吉祥天母。



第三世班禅大师洛桑顿珠（1504～1566年）生于西藏日喀则江当区地方，与二世班禅是同一家族。据说他8岁时，曾在月明星稀的深夜，独自身披白布单，登上安贡寺的后山顶，席地作讲经状，摇动法铃，声震长空。安贡寺僧人闻听后认定他为本寺转世活佛。17岁那年，曾被传染天花，奄奄一息，被游僧曲吉多杰所救。他后来到处济世救人，被尊为安萨活佛和大成就者。62岁时圆寂于安贡寺。

四世班禅洛桑曲杰（1567～1662年），生于后藏西部周甲的一个藏医世家。自幼从父学习藏文和医学。13岁入安贡寺为僧，受沙弥戒。后来寺里拥他登上安贡寺法台，但他潜心修习显密二宗，不理寺务。1586年，他以安贡活佛的身份先后去扎什伦布寺和甘丹寺进修12年。他后来任扎什伦布寺第十六任法台时，曾筹资铸造了一口可供2000人同时吃饭的大锅，扩建和新建了诸多佛殿，赢得了寺僧的拥戴。

1603年，洛桑曲杰为四世达赖授沙弥戒和比丘戒，从而开创了达赖、班禅互拜长者为师的先河。在四世达赖早逝后，他又替达赖担任了哲蚌寺的法台，确立了班禅体系为格鲁派宗教领袖之一的地位。四世班禅洛桑曲杰96岁时，圆寂于扎什伦布寺，从此正式开始了班禅转世制度。

洛桑顿珠

布本设色唐卡 清代 西藏

三世班禅洛桑顿珠生于西藏日喀则江当区，11岁出家，对显密二宗有了较深造诣。中年后，曾云游后藏各地，宣讲格鲁派教义。他招收了许多门徒，对格鲁派在后藏的发展，作了一定贡献。晚年闭关静修，撰写著作。后来被追认为三世班禅。



6

第巴仁蚌巴和第悉藏巴的历史

15世纪中叶，帕竹政权从第九任第悉后，日益没落，实权落到一个叫仁蚌的臣子手中。仁蚌当时在江孜和雅鲁藏布江中间的绒地区。1436年，仁蚌家族占领了桑珠孜（日喀则），并逐渐地控制了整个后藏。1565年，仁蚌家族被其大臣篡位，这个大臣也自桑珠孜近而控制了后藏，这就是所谓的藏巴汗们的祖先。仁蚌派和藏巴汗都是以楚布寺为基地的噶玛噶举派的信徒。

一、仁蚌巴的发迹史

仁蚌巴家族先祖和其他帕竹的贵族世家一样，原来也是帕竹大司徒绛曲坚赞的家臣。原族姓为“格尔”，其后代格尔·南喀坚赞因封命驻藏监视萨迦大寺有功，被任命为仁蚌宗的宗本。此后，南喀坚赞及其后裔被人们称为“仁蚌巴”。

仁蚌巴本是地方的小贵族，后来与帕竹朗氏联姻成为外戚，加之借帕竹政权内部王权斗争发生内讧之际扩大权势，后来不断干预王权和政务，甚至以军威挟持王室。

1436年，南喀坚赞的孙子罗布桑布占领了桑珠孜（日喀则）。后来仁蚌家族逐渐地控制了整个后藏。此后，全部事务都要按仁蚌巴的意志来做，帕竹政权只剩了一个空头名义。

到了1565年，仁蚌巴的属下辛厦巴才旦多吉效仿仁蚌巴对于帕竹的夺权，利用仁蚌属民的不满，鼓动了起义，夺取了仁蚌巴在后藏的大部分地方，最终取代了仁蚌家族。

二世达赖根敦嘉措
布本设色唐卡 清代 西藏

二世达赖根敦嘉措（1475～1542年）是日喀则的达那人，11岁入扎什伦布寺出家受沙弥戒。1509年，他在拉姆拉措神湖畔兴建了著名的曲科杰寺。一年后，任该寺的第五任法台。后又先后兼任哲蚌寺和色拉寺的法台。

根敦嘉措头戴黄色僧帽，身披袈裟，左手托佛经，右手做说法印，结跏趺坐。金刚座下，有弟子在听法，背景为曲科杰寺。上方是上师嘉样列巴曲杰和其修行本尊上乐王佛，空中再现宗喀巴。下方两侧有吉祥天母和红勇保护法。



二、藏巴汗政权的历史

公元1548年，原为仁蚌巴的家中侍从辛厦巴才旦多吉被任命为桑珠孜的宗本，他逐渐掌握了大权，后来杀死了仁蚌巴阿旺济扎的儿子白玛噶波。此后的几十年中，又发生了几次冲突事件。才旦多吉死后，他的两个儿子统治了后藏的大部分地区。1611年，才旦多吉的孙子噶玛彭措南杰担任后藏第悉职务，从此辛厦巴被称为第悉藏巴。

1612年藏历水鸡年至1613年水牛年第悉藏巴彭措南杰进兵前藏，攻占了澎波和内邬宗等地，史称“鸡牛年战乱”，由此第悉藏巴基本上统治了前后藏地区。第四世达赖喇嘛云丹嘉措对第悉藏巴支持噶玛巴行为心中不满，针对第悉藏巴做了威猛诅咒法事，使得第悉藏巴大怒，在1616年四世达赖圆寂后，下令禁止寻找四世达赖喇嘛云丹嘉措的转世。因此格鲁派的施主吉雪第巴索南南杰，请蒙古喀尔喀部的首领曲科尔兄弟发兵攻打第悉藏巴。

1617年，蒙古军兵和色拉寺、哲蚌寺的僧兵一起攻打驻在拉萨的后藏军队，第悉藏巴随调集前后藏的大军支援，结果大获全胜。蒙古军队撤出西藏。第二年，第悉藏巴乘机进兵雅隆、达波等地，击败各地贵族首领，史书把这一年作为第悉藏巴统治西藏的开始。

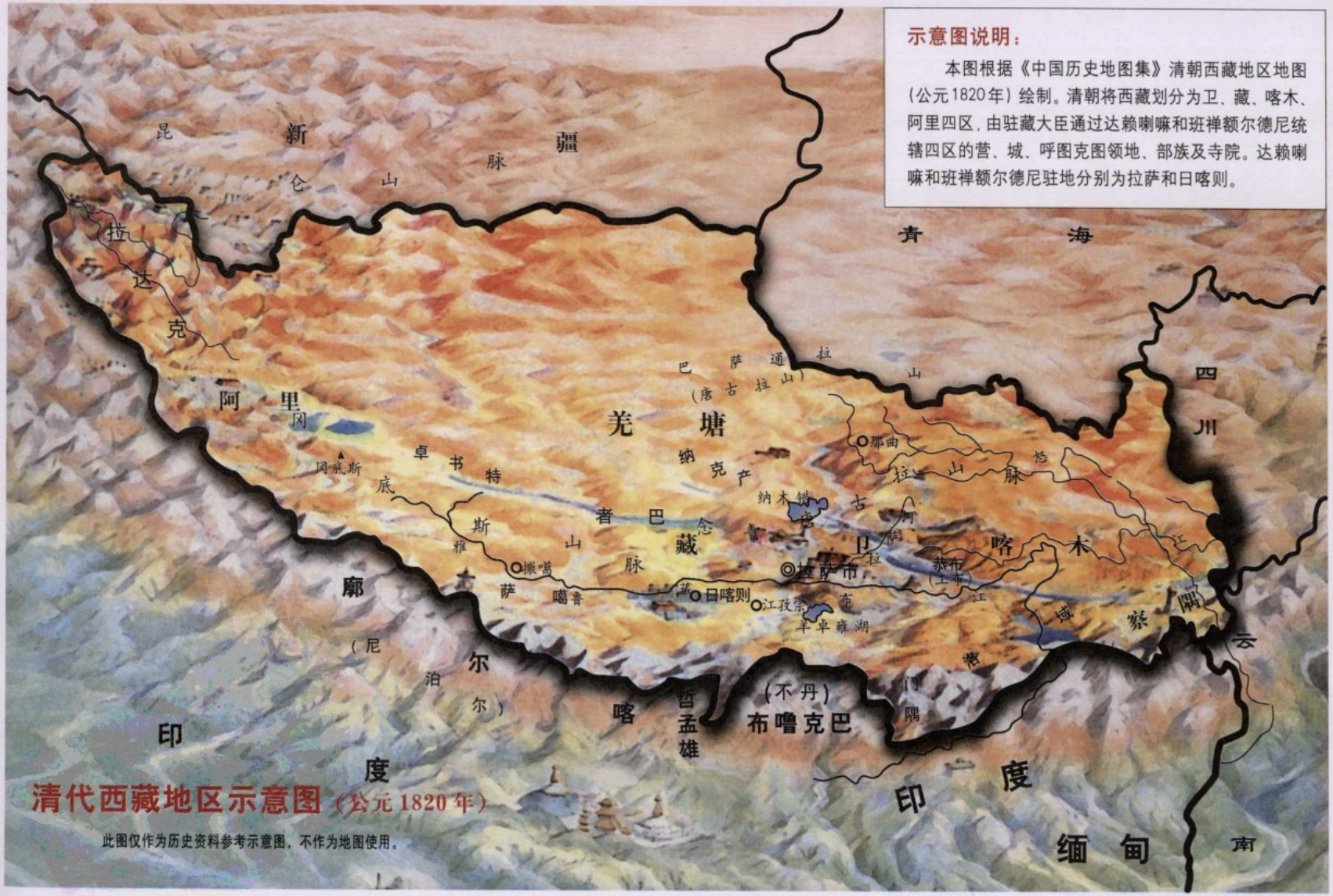
此后二十多年，第悉藏巴统治西藏，直到1642年被蒙古卫拉特固始汗击败。固始汗把西藏献给了格鲁派的达赖喇嘛。

第九世噶玛巴旺秋多杰
布本设色唐卡 清代 西藏

仁蚌巴与噶玛噶举派十分密切。唐卡中主尊为黑帽系第九世噶玛巴旺秋多杰（1556－1603年），他曾到藏区多处旅行弘法，还曾前往蒙古和不丹弘法及兴建寺院，也有很多论著。唐卡左上方为六臂无量寿佛。他同时也是一位杰出的画家。

史上历代噶玛巴的艺术造诣均很高，尤以第二世、七世、八世、九世、十世噶玛巴特别突出，在雕塑、绘画等方面，为西藏的佛教艺术作出了巨大的贡献。




示意图说明：
本图根据《中国历史地图集》清朝西藏地区地图（公元1820年）绘制。清朝将西藏划分为卫、藏、喀木、阿里四区，由驻藏大臣通过达赖喇嘛和班禅额尔德尼统辖四区的营、城、呼图克图领地、部族及寺院。达赖喇嘛和班禅额尔德尼驻地分别为拉萨和日喀则。
昆仑山脉
新疆
青海
四川
拉达克
阿里
冈底斯
卓书特斯雅
羌塘
纳克产
巴萨古拉通山（唐）
那曲
拉山
怒
纳木错
者巴念藏山脉
拉萨
卫
藏
喀木
布
恭布（工布）
江
日喀则
江孜宗
卓雅湖
廓
（尼泊尔）
尔
喀
哲孟雄
（不丹）
布噜克巴
门隅
察
隅
云南
印度
缅甸
清代西藏地区示意图（公元1820年）
此图仅作为历史资料参考示意图，不作为地图使用。

第六章

些微风雨更从容

甘丹颇章时期

（1642～1888年）



1642 年，格鲁派在和硕特蒙古军队的支持下，建立起甘丹颇章政权，两年后，满清入主中原，建立大清帝国，1652年，五世达赖喇嘛阿旺洛桑嘉措晋京觐见，清朝赐金册、金印。1751年，清帝授权七世达赖喇嘛掌管西藏政教。从此，西藏进入了甘丹颇章政权时期。

1888年后，西藏地方仍属于甘丹颇章政权时期，但由于近现代时期的特殊性和复杂性，我们将西藏近现代时期用单独一章讲述。

俗话说："一朝天子一朝臣"，这个道理对西藏地方也适用。西藏地方的统治者，元朝时为萨迦巴政权，明朝变为帕竹政权，清朝时也随之更替为格鲁派的甘丹颇章政权，而且同步更迭。究其原因，有专家认为，除了体制上地方对中央的依赖性和政治上的两者的一致性外，经济上，西藏落后的农业要养活庞大的僧侣集团，绝对离不开中央王朝的支撑，也是重要因素。



1 五世达赖喇嘛
2 六世达赖喇嘛：情圣诗人仓央嘉措
3 准噶尔蒙古军袭藏
4 噶伦内讧与噶厦的设立
5 六世班禅大师进京
6 汉藏联合抵抗廓尔喀军入侵
7 金瓶掣签制度的由来



1

五世达赖喇嘛

就像吐蕃把一切都归功于松赞干布一样，现代西藏把格鲁派政教制度的建立归功于“伟大的第五世”——五世达赖阿旺洛桑嘉措，正是他和他的摄政向蒙古固始汗求助，才战胜了藏巴汗王们，开创了格鲁派的新纪元。

一、格鲁派的绝境逢生

格鲁派自创立以来，发展之路坎坷不平。从宗喀巴在世创建拉萨三大寺到1447年根敦珠巴兴建扎什伦布寺的几十年中，格鲁派发展较平稳。但此后到17世纪中叶的近两百年中，掌权的后藏贵族仁蚌巴、第悉藏巴在噶玛噶举派和觉囊派的鼓动下，对格鲁派不断加以限制和打击。

1498年，掌握西藏政教实权的仁蚌巴措杰多吉决定，禁止格鲁派僧人参加本派祖师宗喀巴创办的每年正月拉萨祈愿大法会。这种做法持续了20年，使格鲁派的喇嘛深感压抑。

于是，格鲁派除了内部加强团结，外部也在依靠帕竹家族和拉萨本地贵族吉雪巴的支持外，积极争取新的外援。

1577年，三世达赖与蒙古土默特部俺答汗会面，并互赠尊号，格鲁派与北方的蒙古势力初步结成了政治联盟。1588年，索南嘉措圆寂后，蒙藏双方认定的他的转世灵童是来自俺答家族的云丹嘉措。此时第悉藏巴已取代仁蚌巴控制了拉萨地区，他们视格鲁派为心腹之患。

洛桑曲杰

布本设色唐卡　清代　西藏

在与第悉藏巴斗争中，格鲁派的领袖人物是四世班禅洛桑曲杰（1570～1662年）。他为四世达赖授沙弥戒和比丘戒，五世达赖的寻访、坐床、受戒仪式也都是他亲自主持的，为五世达赖之师。1645年，固始汗授予“班禅博克多”称号，为班禅活佛系统获得名号之始。

画中四世班禅头戴黄色僧帽，左手托佛经，右手作说法印。身右边佛光中为弥勒佛与弟子说法。天空中左侧为白胜乐金刚，右边为追认的三世班禅，下方为黄财宝护法和红勇保护法。



1616年底，四世达赖喇嘛在哲蚌寺突然去世。第悉藏巴彭措南杰趁机在次年率军在拉萨攻打蒙古喀尔喀部和格鲁派的联军并取胜，联军数千僧俗被杀，第悉藏巴下令禁止寻找四世达赖喇嘛的转世灵童。格鲁派到了最危急的关头，但是也许是否极泰来，格鲁派竟奇迹般地绝境逢生。

这次转变，有两个人发挥了重要作用，一个是当时担任哲蚌寺的甘丹颇章强佐职务的索南饶丹，一个是四世班禅大师洛桑却吉坚赞。1621年，索南饶丹和他搬来的援军蒙古拉尊穷哇·罗桑丹增、洪台吉等率两千骑兵在拉萨扛塘岗与第悉藏巴的军队交战。第悉藏巴军战败，被迫将夺占的格鲁派的庄园属民和拉萨的管理权交还给格鲁派。当年底，第悉藏巴彭措南杰病逝，他16岁的儿子继位。因洛桑却吉坚赞为第悉藏巴治病，加上蒙古军的压力，第悉藏巴只好同意寻访四世达赖的转世。

1622年初，洛桑却吉坚赞等格鲁派高僧选中顿都热丹的儿子为四世达赖喇嘛的转世，这就是五世达赖喇嘛阿旺洛桑嘉措。五世达赖喇嘛的家庭与第悉藏巴和格鲁派的关系都很密切。洛桑却吉坚赞正是看到这一点，才选择了各方面都可以接受的阿旺洛桑嘉措为四世达赖喇嘛的转世。

五世达赖喇嘛的幼年时期，第悉藏巴和格鲁派的关系表面处于平静状态，但暗中争斗仍很激烈。1632年，蒙古喀尔喀部的一个首领却图汗击败了青海的土默特部，控制了青海蒙藏各部。却图汗派他的儿子阿尔斯兰进藏，攻打格鲁派。格鲁派审时度势，善于交际，利用对手间的矛盾化险为夷。野心勃勃的阿尔斯兰想要独自统治西藏，但因处置不当，树敌过多，无法立脚，撤退途中被部将杀死。



密集金刚

密集金刚主臂双手结"金刚哞迦罗印"，交握金刚杵和金刚铃，表明"智慧"与"慈悲"结合的含义。

（右图）密集金刚

布本设色唐卡 清代 西藏

密集金刚，意为"秘密的结合"，是格鲁派祖师宗喀巴的本尊守护神。

密集金刚三面六臂二足，呈寂愤相。主身蓝色。六臂分持五部的象征持物，也意味着可以帮助人将五毒"贪嗔痴慢疑"转化为五佛五智。明妃名为触金刚，三面六臂二足，主身绿色，以莲花跏趺坐姿坐于佛父怀中。



二、 格鲁派联手固始汗推翻第悉藏巴

卫拉特蒙古亦称漠西蒙古、西蒙古，是明朝初年在阿尔泰山一带兴起的蒙古的一个部落联盟，包括和硕特等四部。17世纪初叶，格鲁派僧人开始在卫拉特四部传教。1635年，格鲁派派使者到卫拉特四部求救，各部首领商议决定派兵援助，由固始汗带兵，准噶尔首领巴图尔洪台吉协助，向拉萨进发。

固始汗骁勇善战，工于谋略。他于1636年底在青海击败却图汗，俘虏处死却图汗。当年秋天，固始汗来到拉萨会见了五世达赖喇嘛、索南饶丹和洛桑却吉坚赞并赠给洛桑却吉坚赞“班禅博克多”的称号，这次会见实际上是格鲁派和固始汗的正式结盟。

考虑到格鲁派孤悬于拉萨，固始汗先采取了示弱结好策略。固始汗宣称满足于对青海的统治，格鲁派也表示愿意服从第悉藏巴的统治。1639年固始汗还通过四世班禅说服第悉藏巴，由西藏僧俗首领和固始汗联合派使团到沈阳去与清朝建立联系。

1641年5月，固始汗的大军悄悄抵达当雄，格鲁派派人接应，将第悉藏巴包围在桑珠孜城堡中。第悉藏巴在外援断绝的情况下，与数量占据优势的对手拼死决战，使蒙古军和格鲁派伤亡惨重。苦苦围攻十个月之后，1642年3月，桑珠孜城破。仅仅存在了24年的第悉藏巴政权垮台。

1642年3月底，固始汗在桑珠孜的蒙藏僧俗大会上，宣布把西藏十三万户献给五世达赖喇嘛，他自己则作为格鲁派的施主和保护者，此次大会标志着格鲁派和蒙古和硕特部在西藏的联合政权的正式建立。

五世达赖喇嘛阿旺洛桑嘉措
布本设色唐卡 清代 西藏

阿旺洛桑嘉措（1617～1682年）系五世达赖喇嘛。1642年借助蒙古固始汗之力推翻噶玛藏巴汗政权，建立甘丹颇章政权。

画面右下角为固始汗，双手合掌，虔诚仰视五世达赖。他并没有下跪而是曲腿坐在厚垫上，表明他当时作为西藏统治者的地位之崇高。背景是布达拉宫红宫为五世达赖主持修建。



三、兴建布达拉宫和世界第一庄严灵塔

拉萨西北的玛波日山（红山），平地而起，是拉萨的制高点。据史载，松赞干布时，曾在山上建过九层宫殿，后大都毁败。由于松赞干布被认为是观世音菩萨的化身，所以玛波日山被称为观世音菩萨的住地普陀山，藏语称之为布达拉。

1645年时，格鲁派的甘丹颇章政权基本稳固下来，出于象征新政权的精神需要和军事需求，开始兴建布达拉宫。工程由第悉索南饶丹负责，直到1659年，布达拉宫工程才告一段落。当时的主殿外墙都涂成白色，故称为“白宫”。

达赖喇嘛原住在哲蚌寺，1667年以后，五世达赖因常手脚疼痛，行动不便，为方便政教活动和办公，就常住在布达拉宫。后来布达拉宫成为达赖喇嘛的主要居住地和甘丹颇章政权的固定政教中心。

白宫的东西两部分相距较远，中间有一大片空地。1682年，五世达赖圆寂后，第悉桑结嘉措匿丧14年管理政务，其间从1690年起为五世达赖喇嘛修建名为“世界一庄严”金塔的灵塔，并续建布达拉宫。由于续建部分的墙外面涂成红色，故称为“红宫”，它和五世达赖灵塔共历时5年建成。修建这样一座规模宏伟、形制与质量俱优的建筑，耗资多少呢？建筑工头、夫役、工匠等人的薪饷共耗藏银1694836两。

第悉桑结嘉措主持续建的红宫部分与白宫紧密连接，浑然一体，使布达拉宫成为藏族建筑史上的伟大杰作。

布达拉宫及大昭寺

布本设色唐卡 清代　西藏

布达拉宫位于拉萨市红山之上，“布达拉”又译“普陀”，原指观世音菩萨所居之岛。它始建于公元631年，后毁于战乱和雷击，1645年，五世达赖开始重修，1693年工程才竣工。主楼高117米，共13层，是达赖喇嘛驻锡之所。布达拉宫分白宫和红宫两大部分，白宫是达赖从事政教活动和生活起居的地方（冬宫）；红宫主要是历代达赖的灵殿塔。这幅唐卡不但画了布达拉宫雄伟的建筑，还表现了17世纪修建大昭寺的情景。右上角为色拉寺。



四、五世达赖喇嘛受清朝册封

早在1639年，格鲁派说服第悉藏巴派联合使团去沈阳联系清王朝。1642年10月，使者到达沈阳。清太宗皇太极给西藏各方面写来书信的政教首领都写了回信。1644年1月，顺治皇帝即位后，给五世达赖喇嘛的诏书明确表态，全面支持格鲁派和固始汗的行动。这是西藏和清朝首次通使，前后共用了五年的时间。

1648年，顺治皇帝邀请达赖喇嘛进京。由于天花等传染病和内地战乱的危险，拉萨三大寺的僧众极力劝阻，但年轻的五世达赖不惧艰险，力排众议，决心与中央王朝建立政治和宗教关系。

1652年3月15日，五世达赖带着庞大的随行队伍（到达内蒙古时随行人员已达到3000人）从哲蚌寺出发。12月13日，他住进普静禅林，后来又被称为东黄寺。顺治皇帝与五世达赖喇嘛初次会面是以“不期而遇”的形式在南苑实现的。

考虑到固始汗的和硕特蒙古势力在西藏的存在，清朝后来同时封赐了达赖喇嘛和固始汗。对达赖喇嘛的封授强调了他的佛教首领地位，对其政治地位和行政权力则没有明确表态；封固始汗的封号，只说给予他管理一片地区的权力，并未指明他的具体辖区。五世达赖对争取到西藏佛教首领地位还是很满意的。

五世达赖喇嘛也是一个著名的学者，他有大量著作传世，其中有著名的《西藏王臣记》。他还编写了自传《五世达赖喇嘛自传——云裳》。五世达赖于1682年（藏历二月二十五日）在布达拉宫圆寂。



五世达赖喇嘛觐见清顺治皇帝图

壁画 清代 西藏

1652年，五世达赖阿旺洛桑嘉措应清顺治帝邀请，进京朝贺，被顺治册封为“西天大善自在佛所领天下释教普通瓦赤喇怛喇达赖喇嘛”。图为当时觐见的场景，右为顺治帝，左为五世达赖。这是格鲁派领袖与清朝皇帝首次正式会面，标志着格鲁派在西藏的宗教统治地位得到了中央朝廷的正式认可。

2

六世达赖喇嘛：情圣诗人仓央嘉措

那一月，我轻转过所有经筒，
不为超度，只为触摸你的指纹；

那一年，我磕长头拥抱尘埃，
不为朝佛，只为贴着你的温暖；

那一世，我细翻遍十万大山，
不为修来世，只为路中能与你相遇；

只是，就在那一夜，我忘却了所有，
抛却了信仰，舍弃了轮回，
只为，那曾在佛前哭泣的玫瑰，
早已失去旧日的光泽。

——摘自六世达赖仓央嘉措《那一月那一年那一世》

1682年，五世达赖喇嘛圆寂后，第悉桑结嘉措遵其遗嘱密不发丧，自己以五世达赖喇嘛的名义处理西藏政教事务，同时暗中寻访转世灵童。

1683年，藏历三月一日，在藏南门隅地区的域松（现西藏山南县）地方，六世达赖仓央嘉措生于一个普通的农民家庭。因他诞生时出现多种异兆，被桑结嘉措初步确定为转世灵童。

1696年，康熙帝得知五世达赖早已去世，即降旨向桑结嘉措问罪；桑结嘉措不得不向皇帝报告五世达赖喇嘛已圆寂多年的实情。不久，仓央嘉措作为五世达赖的转世灵童的地位被认可。1697年，藏历十月二十五日，14岁的仓央嘉措举行了坐床典礼。

通常情况下，转世灵童在五六岁就已坐床成为活佛，接受教育。而仓央嘉措从14岁“高龄”才开始了作为一位法王的学习和生活。一个少年，突然间远离故乡、亲人，置身于一个完全不同的戒律森严的世界，每天面对大量的经书和修行，身边只有很老的得道高僧，仓央嘉措的压力之大，可想而知。天赋极高的他，把复杂的生活感受和青春的追求，变成了一首首热情大胆、清新明快的诗歌。经典的拉萨藏文木刻版汇集了仓央嘉措的诗歌66首，通译为《仓央嘉措情歌》。

如对爱情的追求：

压根儿没见最好的，
也省得情思萦绕；
原来不熟也好，
就不会这般神魂颠倒。

表达思念之情：

在那东方山顶，
升起洁白的月亮，
玛吉阿米的脸庞，
渐渐浮现在我心上。

这些作品公开挑战宗教的禁欲思想，讴歌爱情，语言清新明快，通俗易懂，采用拉萨民歌的曲调，琅琅上口，令当时崇尚典雅深奥的文坛耳目一新，两百多年来一直在藏族民间广泛流传。

仓央嘉措
布本设色唐卡 清代 西藏

六世达赖喇嘛仓央嘉措创作的《仓央嘉措情歌》，在藏族文学史上享有盛誉。他在蒙古拉藏汗与第悉桑结嘉措的矛盾冲突中，被朝廷废黜，后病逝于青海湖边。

画像中的仓央嘉措年轻英俊，神态安详。上左边是位祖师，其下是红色空行母；右侧是手持乌巴拉花箭的智行佛母。画像独特之处是背景没有寺院建筑，而特意在蓝天下画出一片蓝色水面，这应是说明他圆寂于青海湖滨。



1700年，固始汗的后裔拉藏汗一即位，就与桑结嘉措关系紧张。1705年5月，拉藏汗攻打拉萨，桑结嘉措征调的军队全线溃败，其本人被抓获处死。

拉藏汗除掉桑结嘉措后，派人赴京谗言桑结嘉措勾结准噶尔人，准备反叛朝廷。并说，仓央嘉措终日沉湎酒色，不守清规，请予康熙帝废立。康熙帝认可了拉藏汗的行为，将仓央嘉措押解京师处置。听到这个消息，哲蚌寺僧人将六世达赖强行抢至该寺。拉藏汗闻报后，立即派兵包围了哲蚌寺。僵持三天之后，仓央嘉措为避免寺院和僧人受损失，便自动走到蒙古军中，结束了对峙。

关于仓央嘉措被黜后的命运大致有两种说法：在解送京师的途中，抵达青海的贡噶诺尔时圆寂，一说病死，一说被杀，没留下尸体，时年仅25岁。另一种说法则是仓央嘉措失踪，后半生周游印度、蒙古等处，继续弘扬佛法。

无论如何，仓央嘉措的命运都是悲惨的，是政治斗争的牺牲品，留下的只有他那优美的诗歌和动人的故事。



秉悉桑结嘉措像

布本设色唐卡 清代 西藏

第悉桑结嘉措(1653～1705年)从小在五世达赖的教育培养下成长。1679年任掌管西藏地方行政的第悉(总管)，后主持修建布达拉宫的红宫。五世达赖死后，他和拉藏汗爆发军事冲突，桑结嘉措兵败被杀。

桑结嘉措曾写成《四部医典大注蓝琉璃》，后来又组织绘制了全套79幅彩色医药学挂图即唐卡。这幅唐卡就是这个时期画的。



3

准噶尔蒙古军袭藏

1706年，拉藏汗在废黜仓央嘉措后就新立了一个自己的六世达赖，起法名为意希嘉措，然而并不为广大僧俗人士所接受。1710年，康熙帝依拉藏汗奏，并册封第五世班禅洛桑益西为“班禅额尔德尼”，命他协助拉藏汗管理好西藏地方事务。从此，历代班禅的“额尔德尼”名号便确定下来。

尽管如此，三大寺的一些上层僧人仍不承认拉藏汗所立的意希嘉措，坚持认为仓央嘉措是真正的六世达赖喇嘛。他们从仓央嘉措的诗句“羽毛洁白的仙鹤，请把翅膀借给我，不到远处的地方，到里塘去去就回”受到启发，派人到里塘去寻访仓央嘉措的转世灵童。他们找到了一个在1708年秋天出生的男孩格桑嘉措，据说出生时有灵异。拉藏汗与青海蒙古首领为此又争得不可开交。正在此时，一场意外的风暴从西北准噶尔部刮来，彻底改变了西藏的政治格局。

准噶尔部的策妄阿拉布坦是噶尔丹的侄子，他在噶尔丹死后成为准噶尔部首领，并和清朝对抗。这次借口拉藏汗自行废立达赖喇嘛，自己要保卫格鲁派，攻击拉藏汗。

1717年孟夏，策妄阿拉布坦派遣的大将策零敦多布，率6000精兵经数千里冻土高原无人区，突然在藏北出现。那时，拉藏汗驻于当雄。拉藏汗幻想通过班禅大师调解和平解决，坐失战机。经过一段无效调解后，准噶尔军已恢复生气，并宣传他们为保卫格鲁派和迎请格桑嘉措。

这种舆论一传十，十传百，使得藏军中厌战情绪蔓延开来，再无斗志。数日后，准噶尔军队发起全面进攻。10月，拉藏汗把军队撤回拉萨。进驻布达拉宫。当年11月1日，拉藏汗突围时被杀死在布达拉宫山下。意希嘉措被准噶尔军废黜，监禁在药王山。至此，固始汗及其子孙在西藏的统治结束。

五世班禅洛桑益西

布本设色唐卡 清代 西藏

五世班禅格桑益西（1663～1737），后藏托结竹仓地方人。1713年，康熙帝册封五世班禅为“班禅额尔德尼”，从此，“额尔德尼”开始正式成为历代班禅的封号。“阿尔布巴之乱”后，清朝划分拉改、昂仁、彭措林三个地区归班禅系统管辖。



策零敦多布在西藏实际进行着军事统治。占据西藏期间，准噶尔兵大肆烧杀劫掠，无恶不作，激起了西藏大多数僧俗群众的仇恨，于是合辞奏请清廷派兵进藏。

1718年，清军数千人从青海入藏，但因是清廷在西藏首次用兵，对西藏的地理、气候等不了解，奋战一个月后全军覆没。1720年，康熙帝又命允禵为抚远大将军，任全军统帅，坐镇青海指挥。并以金册、金印封格桑嘉措为“六世达赖”（康熙帝从已经批准废黜了仓央嘉措的六世达赖身份考虑，不承认意希嘉措为六世达赖，而认为格桑嘉措是五世达赖喇嘛的真正的转世。直到1783年，乾隆帝加封八世达赖时才默认仓央嘉措为六世达赖。）

由于准噶尔军的民愤极大，听说清军将大举进藏时，不少地方官员和百姓自发起来反抗准噶尔军。其中势力较大的是阿里总管康济鼐和后藏地区的颇罗鼐、工部地区的阿尔布巴等。经过与清军的几次战斗后，准噶尔军逃回新疆。10月，格桑嘉措正式坐床。

清军到达拉萨后，清廷开始直接管理西藏的行政事务。1721年，清朝废除了第悉一职，设置几名噶伦来负责地方行政事务：封反抗准噶尔军功劳最大的康济鼐·索朗杰波为“贝子”（贝子为清代贵族爵位，在亲王、郡王、贝勒之下），委任为总理西藏事务的首席噶伦；封阿尔布巴、隆布鼐和颇罗鼐等人为噶伦，成立了总理西藏地方政府事务的机构。

七世达赖格桑嘉措

布本设色唐卡　清代　西藏

七世达赖格桑嘉措（1708～1757年），今四川理塘人。1719年被康熙帝册封为达赖喇嘛，次年在布达拉宫坐床。他领导创作了许多唐卡佛像。

画面上的格桑嘉措，右手持莲花，左手执经。其右上方为文殊菩萨和妙音菩萨。画面上方正中的三位高僧，为宗喀巴和他的两大弟子贾曹杰、克珠杰。左上方为大威德怖畏金刚，右上方为白度母。画面下部为吉祥天母等护法神。



4

噶伦内讧与噶厦的设立

七世达赖格桑嘉措期间，西藏发生了两次叛乱，但最终使清朝加强了对西藏的控制。



一、噶伦内讧

清朝负责共同治理西藏的五名噶伦很快便出现不和。康济鼐和颇罗鼐两人为后藏的贵族，阿尔布巴等三人是前藏的贵族。康济鼐的贵族地位不及隆布鼐和阿尔布巴的贵族地位高，他们看不上康济鼐。隆布鼐又与达赖七世之父索南达结有姻戚关系；扎尔鼐受索南达结的支配。于是，阿尔布巴、隆布鼐、扎尔鼐结为一党，与后藏地区的康济鼐、颇罗鼐展开了一场争夺权势的斗争。在这场斗争中，达赖七世之父索南达结明显地支持阿尔布巴一党。

1727 年藏历六月十八日，阿尔布巴等人利用噶伦在大昭寺殿门楼上开会的时机，暗杀了康济鼐，康济鼐的妻子和几名随从人员也被杀死。正在自己的庄园疗养的颇罗鼐得到拉萨事变的消息，立即联络后藏和阿里地区的康济鼐的属下，调集兵力进行反击。次年藏历五月二十六日，颇罗鼐兵占领了拉萨全城。阿尔布巴等人钻进布达拉宫，紧闭大门。九月，清朝钦差查朗抵达拉萨，会同之前派出的使者僧格、马喇等，审问阿尔布巴，结果判定阿尔布巴三人有罪，处以死刑。

“阿尔布巴事件”之后，为表彰颇罗鼐的功劳，加封他为贝子，统管前后藏事务，1740年初晋封为郡王。将七世达赖喇嘛及其父移住康区里塘（今四川省理塘县），直至1735年才允许返回拉萨。

1728年，清朝明确宣布僧格、马喇二人为驻藏大臣，代表中央督办西藏事务，并且留川陕兵2000名，归驻藏大臣管领。这是清朝在西藏设置驻藏大臣的开始。

郡王颇罗鼐

壁画唐卡 清代 西藏色拉寺

颇罗鼐为后藏的贵族，在反抗准噶尔军入侵中立下功劳，被清廷任命为噶伦。后又平定“阿尔布巴叛乱”，被加封为贝子，统管前后藏事务，1740年初被晋封为郡王。 （陈宗烈 提供）



二、西藏善后章程十三条的制定

1747年，颇罗鼐去世后，其次子珠尔默特那木扎勒袭爵，长子珠尔默特策布登为镇国公，驻守阿里。那木扎勒想独掌西藏军政大权。1749年十二月，他派人袭杀其兄珠尔默特策布登，占据阿里。他还调集兵马，筹办火药枪炮，做好发动叛乱的准备。

在探知珠尔默特那木扎勒即将发动叛乱，驻藏大臣傅清、拉布敦决定与其坐以待毙，不如先发制人，于是在1750年十月十三日，他们以宣读圣旨的名义，诱杀珠尔默特那木扎勒于驻藏大臣衙署，而傅清、拉布敦也因力单势薄，被珠尔默特的余党杀害，同时遇害的还有兵士、客商共百余人。

得到两位驻藏大臣被害的消息后，七世达赖即派噶伦公班第达（康济鼐之侄）等召集兵士抵御。次日，公班第达擒获罗桑扎西，叛乱平息。清廷得知拉萨事变，十分震惊，派四川总督策楞等人入藏，处决了为首的罪犯。策楞等大臣并于1751年奏定善后章程，这就是《西藏善后章程十三条》。

自1751年起，清朝废除了由郡王总管西藏地方政务的制度，授权七世达赖喇嘛正式掌政，建立地方政府的办事机关，即噶厦。噶厦设噶伦4人，俗官3人，僧官1人。噶伦4人地位平等，处理日常政务，遇有紧要事务，要禀告达赖喇嘛与驻藏大臣，遵照他们的指示执行。这是清朝对西藏地方政权的一次重大改革。这次善后章程的制定，加强了驻藏大臣的权力，同时也正式由中央授权达赖喇嘛掌政。此后二百年间，西藏格鲁派掌权的所谓政教合一制度，也正式由中央确定下来。

十六罗汉坛城

布本设色唐卡 清代 西藏

七世达赖重视绘画，专门设立了僧人画室。本唐卡应该是当时的作品。十六罗汉坛城本来是指十六罗汉的宫殿，一般用佛教显宗。曼荼罗的中央画的是佛祖释迦牟尼三师弟。周围是十六罗汉。曼荼罗圆圈的上方中间为弥勒佛，阿底峡和宗喀巴；右边是无量寿佛、白度母和尊胜母；左边是七世达赖、六世班禅。下面绘制了两个护法神：左边是财神藏巴拉；右边是忿怒不动金刚。



5

六世班禅大师进京

1780年是乾隆帝的七十大寿。为了大肆庆祝，又不致招人口舌，他和宠臣章嘉若必多吉终于想出一个两全其美的办法——请出西藏的六世班禅大师，以班禅大师要求进京庆寿的名义来操办大典。自清初顺治皇帝邀请五世达赖喇嘛进京后，当时已有120多年没有达赖喇嘛或班禅额尔德尼进京，邀请班禅大师进京也能起到加强中央和西藏关系的作用。

1778年底，章嘉若必多吉向乾隆上奏，说六世班禅大师想来为皇帝祝贺七十大寿。为何六世班禅会主动来朝呢？除了章嘉若必多吉起了作用，以及当时清朝强盛，六世班禅愿意与中央建立积极合作关系的因素以外，英国人对西藏的图谋也是促使六世班禅进京的重要原因。1774年，英国东印度公司与不丹发生战争，不丹国王请六世班禅写信调解。英国驻印总督哈斯汀士遂利用这一机会，派遣东印公司职员英国人波格尔擅自闯到扎什伦布寺见六世班禅。对波格尔提出的英国与西藏建立联系、自由通商、请引荐见驻藏大臣并在拉萨设立代表等要求，六世班禅一律加以拒绝，使波格尔的计划未能得逞。六世班禅打算向皇帝当面禀报英国派人潜入西藏活动的情况。

三世章嘉呼图克图若必多吉

布本设色唐卡 清代 北京

三世章嘉呼图克图若必多吉（1716～1786年），是清代格鲁派四大活佛之一，是北京、山西、河北、内蒙古等地的宗教事务领袖。他精通汉、满、蒙、藏四种文字，熟读佛教显密经典，继承封号“灌顶普善广慈大国师”。

画面正中为老年三世章嘉，身着黄色王公袍服，表明他的崇高身份。上方正中为无量寿佛，左为大威德金刚，右为二世章嘉；下方左起为降魔阎尊、大黑天与吉祥天母。此画是乾隆帝在三世章嘉圆寂当年为表纪念，钦命宫中喇嘛绘制的。



1779年六月，六世班禅率13名勒参巴及随行人员2000余人，从扎什伦布寺起程。当年十月十五日到次年三月十日，六世班禅一行驻锡塔尔寺过冬；从塔尔寺出发前班禅大师让二世嘉木样活佛为其随从人员种痘，可惜他过于相信自己不会得天花，因而没有种痘，结果铸成大错。

1780年七月二十一日，六世班禅一行到达承德，乾隆命王公大臣等迎入专门兴建的须弥福寿庙。六世班禅在承德避暑山庄觐见乾隆时，乾隆特许乘轿至殿前。次日，乾隆亲临须弥福寿庙看望班禅，并用藏语与之交谈，班禅大为惊讶，也深受感动。

八月七日是乾隆的寿辰，六世班禅和章嘉国师率僧众至避暑山庄诵经，为高宗祝寿，班禅进献重300两的金佛像、佛案和全套《甘珠尔》等物品，作为寿礼。此后，又举行了一系列的法事和宗教活动。

不幸的是，十月二十四日傍晚，六世班禅突然感到身体不适，开始以为是水土不服或偶感风寒，并未在意，到二十八日早上，侍从发现班禅大师的手掌出现红斑，这才怀疑班禅是否患了痘症，请医生诊治。但由于病情发现太晚，十一月二日下午，六世班禅在黄寺因患天花治疗无效而圆寂，享年42岁。

六世班禅进京是清朝极盛时期西藏地方与中央王朝交往的重大事件，它标志着西藏地方与中央的政治和经济文化关系的空前紧密。

六世班禅（俗装像）

布本设色唐卡 清代 北京

六世班禅法名罗桑贝丹益西（1738～1780年），1780年到承德朝觐乾隆帝，参加七旬万寿庆典，同年十一月圆寂于北京。画面正中是正在说法的六世班禅。他头戴清朝官帽，身着黄色的王公服装，显示出西藏上层僧俗与清廷关系的密切。服装的黄颜色，表明清帝对西藏宗教领袖逾于常格的尊崇。

画面上方空界处，中为无量寿佛，左为大威德，右为五世班禅罗桑益西。下方中为大黑天，左为阎罗王，右为吉祥天母。



6

汉藏联合抵抗廓尔喀军入侵

一、廓尔喀军首次入侵

廓尔喀原是尼泊尔境内二十四部落之一，清朝初年，其势力逐渐膨胀，先后征服其他诸部落，以阳布（今加德满都）为中心，建立廓尔喀政权。六世班禅进京时，廓尔喀国王年幼，由国王叔父巴都尔萨野掌政，积极向外扩展。

六世班禅逝世后，皇帝对他的大量赏赐和清朝为其葬礼所赠，积累了巨额财富和无数珍宝，都运到了扎什伦布寺。红帽系活佛确朱嘉措是六世班禅的亲弟弟，他想要得到班禅的部分遗产，但班禅的同父异母弟仲巴呼图克图以他是噶举派僧人为由，拒绝了他的要求。出于愤怒和报复，确朱嘉措在1784年以朝礼佛塔的名义前往尼泊尔，向巴都尔萨野渲染扎什伦布之富有，鼓动廓尔喀人抢掠扎什伦布，以泄私愤。

正好在此时，廓尔喀与西藏地方之间因贸易问题发生纠纷，为廓尔喀的入侵提供了借口。1788年6月，巴都尔萨野派人侵占了西藏的聂拉木、吉隆等地，并围攻宗喀。乾隆皇帝得知后，极为震怒，当即命令驻藏大臣雅满泰赴日喀则扎什伦布御敌，四川提督成德等率兵入藏支援，还派御前侍卫巴忠进藏主持办理。

正当乾隆在策划应战时，西藏地方的仲巴呼图克图、噶伦等人却贪图安逸，与廓尔喀人纳银议和。双方商定西藏每年向廓尔喀交纳三百锭白银，以赎回聂拉木、吉隆和宗喀三地。驻藏大臣和后来的成德、巴忠等人也同意苟且求和。“以金钱换土地”的所谓“协议”签订后，廓尔喀撤兵而去。乾隆也被这些大臣蒙蔽。

扎什伦布寺

布本设色唐卡 清代 西藏

扎什伦布寺和甘丹、哲蚌、色拉三寺并称为格鲁派四大寺，其他三寺皆建于拉萨市郊，唯扎什伦布寺位于后藏日喀则市。该寺由一世达赖根敦珠巴主持兴建，1447年建成。1713年，清廷册封第五世班禅为“班禅额尔德尼”，该寺也成为历世班禅大师驻锡之地。现为后藏格鲁派最大寺院。这幅唐卡不但绘出了扎什伦布寺宏伟的全貌，还描绘了寺外奇丽的山石，日喀则城和年楚河。



二、福康安驱逐廓尔喀军

事情并没就此结束。1791年，廓尔喀人因多次索要“协议”中的银两未果，再次出兵，侵占聂拉木、吉隆等地，并钻进扎什伦布寺，大肆抢掠破坏。乾隆皇帝派四川总督鄂辉带领几十名兵士入藏处理，但巴忠知道自己犯下欺君大罪，在热河投河自尽。乾隆大为震惊，于是重新布排，即下旨命大学士傅垣的儿子福康安为“大将军”，统率大军入藏。同时，在弄清情况后，乾隆惩办了胆小怕事的驻藏大臣保泰、雅满泰等人。

为本次出兵，清朝从全国各地调兵前后共约17000余人，开往前线。这次战争共由国库支付军费1052万两，占当时全国税收总数的四分之一。西藏僧俗首领也积极支持清军的行动。

1791年十月，福康安率领大军抵达拉萨，会见达赖喇嘛。达赖喇嘛表示坚决支持清兵，并愿意从自己库中支付清军所需军粮、白银等费用。1792年4月，福康安率军从定日出发，仅用一个月就歼灭据守聂拉木、吉隆等地的廓尔喀军一千余人，收复全部失地，侵入西藏的廓尔喀人被全部驱逐出境。

为永绝后患，清军乘胜打入廓尔喀，接连歼敌四千多人，七月初清军打到甲尔古拉，廓尔喀国王急忙求和，请求清朝停止进攻，愿意交还被扣人质，归还财物，废除与西藏噶伦所订立的纳银文约，并提出愿意臣服清朝，定期朝贡。经反复讨论，清廷同意了廓尔喀人的乞和请求。九月，清军凯旋回国。

吉祥天母像

布本设色唐卡 清代 西藏

吉祥天母，藏语叫班丹拉母，是藏传佛教中重要的护法神。其麾下的伴神眷属众多，最著名的是二十五位空行母，即长寿五姊妹、十二丹玛护法女神、四季女神和四业力女神。吉祥天母系忿怒佛母，她骑一骡行走于血海之中，其四周风火交加。

此唐卡是七世达赖格桑嘉措时画的，唐卡上方的中间为宗喀巴大师，其右为七世达赖，左为六世班禅贝丹益西。唐卡下方为空行母中的长寿五姊妹和十二护法女神。



三、钦定藏内善后章程二十九条

福康安胜利班师西藏后，按乾隆皇帝旨意对西藏事务进行了整饬，严惩红帽系活佛确朱嘉措的叛国行为，废除了噶玛噶举红帽系活佛转世，查抄了该系的寺庙和财产，并强令其所属百余名红帽喇嘛改奉黄教。

为使西藏长治久安，对外不受外人侵扰，对内治理有法可依，乾隆皇帝谕令福康安等针对西藏弊端，就政治、宗教拟出完整治理方案——筹议西藏善后，当时的八世达赖强白嘉措和七世班禅丹白尼玛都积极派员参与制订工作，驻藏大世福康安会同西藏地方官员，拟定“善后章程二十九条”，于1793年奏经朝廷审定后，正式颁行，即著名的《钦定藏内善后章程》（简称“二十九条”）。章程内对驻藏大臣的职权以及官吏应遵守的制度、活佛转世等方面都分别作了详细规定。它标志着乾隆对西藏的立法建设的成功。

章程中有两条非常重要：

一是专门规定了达赖喇嘛、班禅额尔德尼和各呼图克图的转世灵童的寻访认定实行金瓶掣签制度；

二是专门规定了达赖、班禅和驻藏大臣的职权范围和隶属关系。指出了驻藏大臣为钦差大臣，除拜佛瞻礼之外，在处理政务方面，其地位应与达赖喇嘛、班禅额尔德尼平等。噶伦、代本、第巴等官员的任命，应当通过驻藏大臣。由于清朝规定只有驻藏大臣有直接向皇帝上奏的奏事权，因此这一项规定实际上把任命噶伦的权力集中到驻藏大臣的手中。

乾隆皇帝佛装像

布本设色唐卡 清代 北京

乾隆皇帝（1711～1799年）笃信藏传佛教，被蒙藏地区尊为文殊菩萨化身的大皇帝。

唐卡中，乾隆皇帝身着红色袈裟，头戴黄色班智达帽，左手托法轮，右手施说法印，全跏趺坐莲花托须弥宝座上。最上方是其修行本尊的三座坛城，第二层显现上师三世章嘉和诸佛弟子、菩萨。四周环绕藏传佛教历代先师。座下两侧集结着以空行母、金刚亥母为主的诸神。再下两角为八尊护法、尸陀林主、四天王和诸供养护法。



7

金瓶掣签制度的由来

在清朝康乾时期，西藏各教派纷争激烈。当时，蒙藏地区大活佛圆寂以后，转世灵童主要是由最有名望的跳神巫师“吹冲”来认定。在各种贿赂下，“吹冲”在跳神中，假借神谕，指定的活佛转世灵童大多出自蒙古王公或西藏的大贵族之家，有的甚至还是“吹冲”家族中人。

乾隆帝也认识到活佛转世的这种流弊，于是下决心由中央政府直接掌握大活佛转世灵童的寻访、认定权，以加强管理西藏地方。于是在《钦定藏内善后章程》第一条就立下了金瓶掣签制度：

“关于寻找活佛及呼图克图灵童的问题。依照藏人旧例，确认灵童必问卜于四大护法，如此难免发生弊端。大皇帝为求黄教得到兴隆，特赐一金瓶，今后遇到寻认灵童时，邀集四大护法将灵童的名字及出生年月，用满、汉、藏三种文字写于签牌上，放进瓶内，选派真正有学问之活佛，祈祷七日，然后由各呼图克图和驻藏大臣在大昭寺释迦牟尼像前正式认定。假若找到的灵童仅只一名，亦须将一个有灵童的名字的签牌，和一个没有名字的签牌，共同放置瓶内，假若抽出没有名字的签牌，就不能认定已寻得的儿童，而要另外寻找。达赖和班禅额尔德尼像父子一样，认定他们的灵童时，亦须将他们的名字用满、汉、藏三种文字写在签牌上，同样进行。这些都是大皇帝为了黄教的兴隆，和不使护法弄假作弊。”

金瓶掣签制度特别设立了两个金瓶，一个放在北京雍和宫，专供蒙古地区大活佛转世灵童掣签用。另一个置放在拉萨大昭寺，专门供西藏、青海等地掣签定大活佛转世灵童。金瓶掣签制度实行后，从1793年开始，就分别在雍和宫和拉萨确定呼图克图的转世。对达赖喇嘛、班禅额尔德尼两大活佛转世系统，清朝也坚持实行金瓶掣签认定，不过也有免于掣签的特例。如1840年认定九世达赖喇嘛和1875年认定十三世达赖喇嘛都免于掣签。

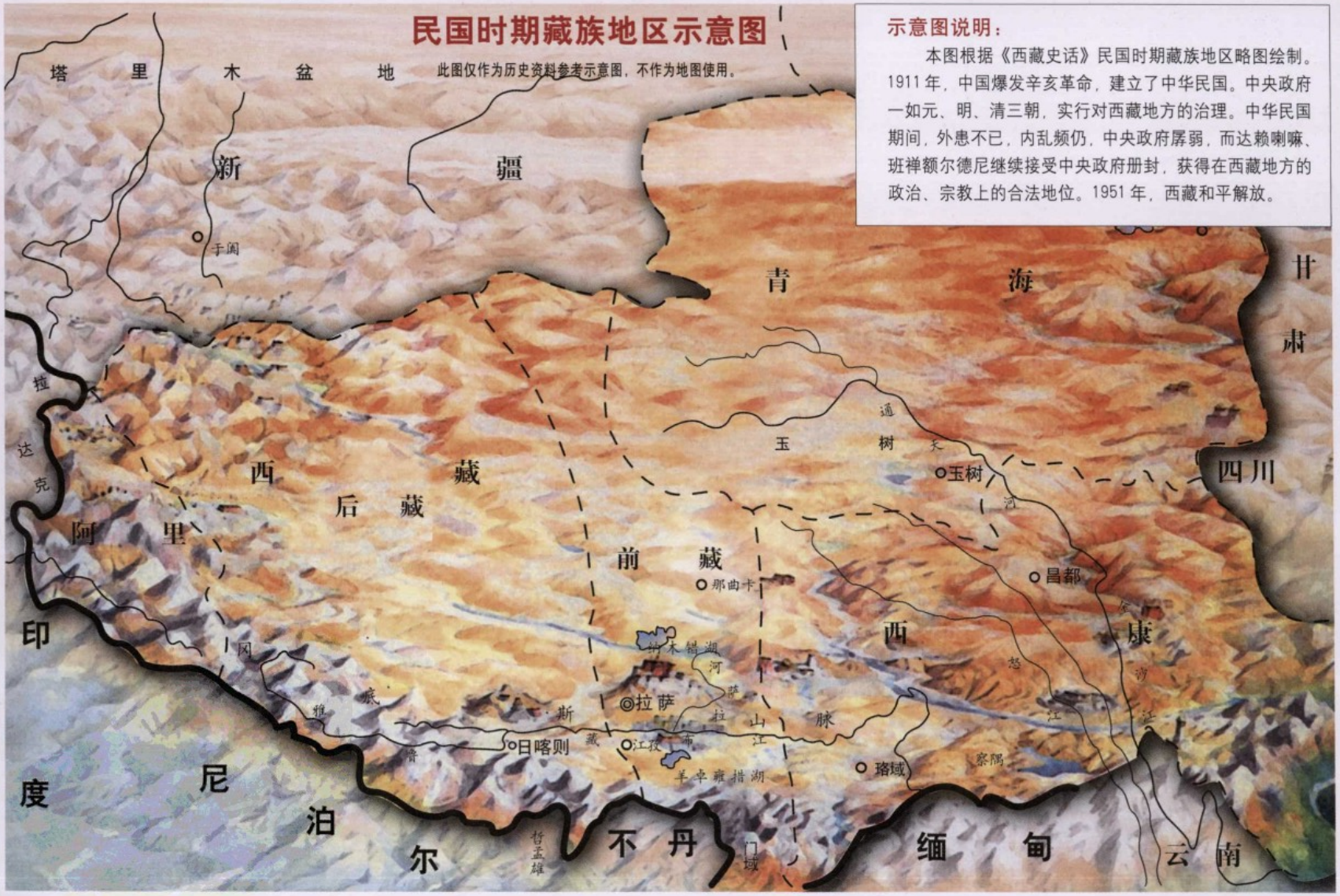
据不完全统计，藏传佛教前后共有70多名大活佛的转世灵童是通过金瓶掣签认定的，涉及格鲁派、宁玛派和噶玛噶举派的几个主要支派。



五世达赖喇嘛

布本设色唐卡 清代 西藏

唐卡中主尊为五世达赖喇嘛，他开创了格鲁派在西藏地区的统治，但他只被清朝承认是西藏的宗教首领，后经过一系列政治斗争，到七世达赖喇嘛时，达赖喇嘛成为政教合一的领袖。金瓶掣签制度实行后，格鲁派的政教合一统治进入了一个较为稳定的时期。



示意图说明：

本图根据《西藏史话》民国时期藏族地区略图绘制。1911年，中国爆发辛亥革命，建立了中华民国。中央政府一如元、明、清三朝，实行对西藏地方的治理。中华民国期间，外患不已，内乱频仍，中央政府孱弱，而达赖喇嘛、班禅额尔德尼继续接受中央政府册封，获得在西藏地方的政治、宗教上的合法地位。1951年，西藏和平解放。

第七章

黎明前的动荡

近现代时期

（1888～1951年）



早在17世纪，西方传教士就已深入西藏阿里活动。1888年，英国发动第一次侵略西藏战争，正式开始了近代帝国主义与中国西藏的侵略与反侵略、分裂与反分裂的历史。尽管这一时期国力孱弱，战乱不已，但从清朝廷、北洋政府到国民政府，历届中央政府始终坚持对藏主权，广大西藏民众及绝大多数西藏上层人士也坚决反对帝国主义的分裂，挫败了帝国主义的阴谋。



1 抗击英帝国主义的两次侵略

2 十三世达赖喇嘛的两度出走

3 西藏近现代时期的几次改革

4 国民政府统治下的西藏

5 西藏和平解放



1

抗击英帝国主义的两次侵略

一、十三世达赖喇嘛登场

在布达拉宫德阳大殿里，挂着一张30吋大的喇嘛相片，他表情忧郁、目光犀利，在昏暗的光线衬托下，显得更为孤傲和神 秘，他就是历史上著名的悲剧式人物——十三世达赖喇嘛阿旺罗桑土登嘉措。自五世达赖以来的历世达赖活佛中，他是安享天年最长的一个（58岁），但由于生逢多事之秋，他的人生际遇却布满了阴影。

1875年，年仅20岁的十二世达赖执政两年后，突然身患寒症，不治身亡。次年，藏历五月五日，在下达布地区，朗林拉巴山前的农户贡嘎仁青家，一个男婴呱呱坠地。这个男童颇有灵异，很快被正在寻访转世灵童的高僧们注意到，经过严格的考察，被认定为十二世达赖的转世灵童。后来班禅额尔德尼为其取法名“土登嘉措”。1879年五月十三日正式坐床，成为十三世达赖喇嘛。

十三世达赖喇嘛坐床后，一切政务由摄政和噶厦管理，他则在经师教导下，学经打坐，过着孤独没有童趣的修持生活。此时的西藏，外有帝国主义的侵略，清廷软弱退让，地方政府内部争权夺利。因此，中央和地方在达赖喇嘛满18岁以后，都希望他及时亲政，管理地方政教事务。但他以正在学经，恐怕亲政后政教两误，推辞未就，直到20岁时才领旨亲政。

十三世达赖喇嘛

布本设色唐卡 近代 西藏

第十三世达赖喇嘛阿旺·罗桑土登嘉措(1876～1933年)出生于西藏拉萨东南部的达布地区。1878年被认定为十二世达赖喇嘛转世灵童，1879年举行坐床大典。亲政后，他改革官员制度，改按家族任职为任人唯贤，整顿政府纪律。1904年，英军第二次入侵西藏，他和班禅共同领导西藏人民抗击侵略者。后被迫出走印度。回国后，推行“新政”。他一直拥护中央政府，尤其在晚年积极改善西藏和中央政府的关系。



二、第一次抗击英军战争

英帝国主义很早就对中国的西藏地方怀有野心，在十二世达赖喇嘛执政期间，英国进兵锡金，逼签了英锡之间的不平等条约，条约规定锡金需为英国与西藏的交通提供方便。然而由于西藏方面始终宣布禁止英国人进入西藏，因此他们又对腐败的清朝中央政府施加压力，以达到进入西藏的罪恶目的。1876年(清光绪二年)，英帝国主义者藉口云南町玉人民杀死英国人马嘉理的事件，恐吓清朝政府。清政府派李鸿章为代表与英驻华大使威妥玛在山东烟台订立《烟台条约》，乘机写进允许英国人入藏的要求。

1879年(清光绪五年)，英帝国主义者根据这一条约的规定，派人企图从青海入藏“游历”，并由北京行文驻藏大臣松桂，通知噶厦，拣派汉藏弁兵前往照护。噶厦接到洋人入藏“考察”的咨文以后，召开僧俗官员会议讨论，一致反对洋人入藏，并由达赖喇嘛、班禅额尔德尼二人领衔，给驻藏大臣上了公禀，要求转奏清朝皇帝。公禀称：

“……查洋人之性，实非善良之辈……兹据阖藏僧俗共立誓词，不准入藏，出具切结，从此世世不顾生死，永远不准入。如有来者，各路派兵阻挡，善言劝阻，相安无如或逞强，即以唐古特之众，拚命相敌，谅在上天神佛庇佑 佛地，大皇帝恩护佛教，断不致被其欺压而遭不幸也!”(牙含章：《达赖喇嘛传》，人民出版社，1984年版，106～107页)

这一历史文献清楚地表明了英帝国主义为了达到侵略目的，竭力破坏西藏关系，同时也表明 西藏官员民众为保护祖国边疆的决心。

19世纪中叶，英国人就挑拨森巴人和廓尔喀先后侵扰我国西藏，后来逐步占领了与西藏地区接壤的一些喜马拉雅山国家尼泊尔、哲孟雄（锡金）、不丹，进而密谋侵入西藏，于是一场抗英战争不可避免地发生了。

九世班禅

布本设色唐卡 现代 西藏

九世班禅额尔德尼土登曲吉尼玛（1883～1937年），曾和十三世达赖共同领导了抗击英军入侵的斗争。达赖两次出走期间，清廷令班禅代行达赖职权，班禅坚辞不就，却从此种下了不和种子。

1914年，达赖实行新政后，噶厦强行接管扎什伦布寺所属庄园牧场，后又将军费的四分之一强迫九世班禅负担。九世班禅无奈，被迫于1923年离开西藏。他在内地漂泊了14年，在弘扬佛法的同时，还通过演讲、募捐等活动投身抗日斗争，并积极与中央政府建立联系。1932年4月14日，国民政府特任九世班禅为“西陲宣化使”，1937年12月1日，九世班禅因病在青海玉树圆寂。



早在1841年，英国为减轻在中国东南沿海侵略战争的压力，就挑唆森巴人调集3000兵马，向阿里地区进攻。西藏地方政府派藏军一千余人进行抗击。最后，西藏和森巴之间进行了谈判，规定西藏和拉达克间仍维持旧有边各守本土，双方贸易关系不变。

1852年，依附于英国的廓尔喀政权在强行索要西藏记尔巴及甲玉两地得逞后，于1855年派兵再侵西藏。噶伦才旦奉命率军反击，杀死廓尔喀军数百人，廓尔喀军又调集7000军队增援，形成对峙。同年3月，双方签订了一个和约。这一不平等条约直到西藏和平解放后，才被废除。

1866年，噶厦政府派出藏军在热那宗隆吐山上修起高大的炮台，由200名藏军守护。英国人竟说什么设卡是“越界”行为，如不在限期内撤卡，就要武力解决。清政府马上通过驻藏大臣文硕命令西藏地方政府撤除哨所。但是，西藏地方政府一致上书驻藏大臣和清朝政府，揭露英国人通商是假，“志在土地人民”是真，全体僧俗人民也许下宏愿“即是男尽女绝，也绝不后退半步”。软弱的清廷便将支持抗英的驻藏大臣文硕撤职。1888年，英国派来大批援军，突袭藏军，藏军伤亡很大，被迫撤退，隆吐山失守。新任驻藏大臣升泰完全执行清政府妥协让步的路线，下令藏军撤回帕里待命，不许反击英军。西藏人民的第一次抗英侵略战争就此归于失败。

1890年和1893年，清廷先后与英国签订了《中英会议藏印条约》及其《续约》。这两个条约的签订，使中国主权受到严重损害，也激起了西藏僧俗民众强烈不满。

三、第二次抗击英军战争

1899年，英印总督寇松无视中国对西藏地方的主权，先后托人给达赖喇嘛带来两封信，要求与他讨论西藏的边界问题和英藏通商事宜，企图越过清廷，直接与西藏地方政府谈判，但达赖将信原封不动退回，并表示没有中央政府允准，自己无权与外国人通信。于是，寇松开始策划再次入侵西藏。

1902年至1903年，英军先后侵入岗巴宗、亚东和帕里等地，进行挑衅。1904年3月，2000名藏军赶到曲米香果，与英军对峙。英军佯装谈判，却以机枪和大炮向藏族军民进行了残酷的大屠杀。藏兵临危不惧，与敌人展开肉搏。藏军共有1400多人牺牲，鲜血染红了曲米香果泉水。英军于1904年4月11日侵入了江孜。这之后，藏军与英军展开激烈的争夺战，一度克复江孜，连英军头目也险些在藏军夜袭帕拉村时丧命。

最为惨烈的是江孜保卫战。7月5日，西藏地方政府拒绝接受撤军后，英军向江孜发起总攻。在江孜宗城堡上藏军猛烈的反击下，英军死伤惨重。

英军使用了大口径的火炮，以优势炮火轰开江孜宗城堡一个缺口，并组织步兵冲锋。英军进攻时，藏军和民兵用火药枪、飞石和石块还击英军；山上的存水喝干了，他们就在晚上将人用绳子从几十米高的悬崖吊下来取山下的污水喝，最后污水也喝干了，就喝自己的尿。在这种情况下，藏军和民兵始终没有一人动摇。在藏军和民兵弹尽粮绝时，英军展开强攻。藏军和民兵以刀、矛、棍棒等与英军展开白刃搏斗。一部分来不及突围的战士，就和敌人徒手搏斗，最后跳崖殉国。英军用洋枪洋炮攻取以土枪、土炮、木棍、石块据守江孜城堡的藏军，竟花了3个月时间，付出伤亡近20名军官和巨大的代价，是敌人所意料不到的。

四、 刺刀下的《拉萨条约》

江孜沦陷后，西藏的大农奴主们被吓破胆，代表他们利益的西藏地方政府终于发出停止抵抗的命令。藏族军民大规模反侵略斗争被迫中止，但零星战斗仍不断。十三世达赖喇嘛不愿与敌人签订城下之盟，于是星夜离开拉萨，出走内地。英国人并未停止侵略的脚步，于8月3日占领了拉萨。但他们在拉萨的日子并不好过，买不到粮食，还常被袭击。还发生了色拉寺僧人只身刺杀英军官的事件。

1904年9月6日，西藏地方代表被迫与英国签订不平等的《拉萨条约》，但清政府拒绝承认这个卖国条约。

1906年4月，中英在北京签订了《中英续订藏印条约》，将《拉萨条约》作为附约。《中英续订藏印条约》在实际上肯定了中国在西藏地方的主权，但它承认了英国在西藏的许多侵略利益及特权，仍是一个不平等条约。

英国两次入侵西藏，严重损害了中国政府在西藏的主权和领土完整。同时，签订的这些不平等条约，为策划“西藏独立”的活动开辟了道路。事实上，所谓“西藏独立”一词，就是帝国主义侵略西藏的产物，在这之前，西藏历代各种藏文文献、来往公文中没有出现过“独立”二字。

西藏抗英战争虽以失败而告终，但西藏人民不屈不挠、勇敢反抗侵略者的爱国主义精神和大无畏的英雄气概，已作为中国各民族反抗帝国主义侵略的光辉业绩而载入史册。

2

十三世达赖喇嘛的两度出走

1904年7月30日午夜，有一行人马悄悄离开布达拉宫。十三世达赖喇嘛在英军侵占拉萨的前4天，携带清帝所赐印玺从拉萨秘密出走。十三世达赖喇嘛离开拉萨的原因在于他对英国侵略者的仇恨，不愿与之为伍。途中得知，朝廷竟听信驻藏大臣有泰的诬告，下令革去了自己的名号。他一时极度沮丧和失望。好在清廷还是没有中断与他的联系。

一、入京晋见慈禧和光绪

当年，藏历十月二十日，十三世达赖喇嘛一到库伦，清廷便派钦差大臣前往赐礼、看望。达赖喇嘛及时向大臣吐露心迹。1905年清廷宣布恢复达赖喇嘛的名号。1908年，达赖喇嘛应朝廷之召赴京。

9月，十三世达赖喇嘛到达北京。清廷接待十三世达赖喇嘛的礼仪十分隆重。慈禧太后和光绪皇帝数次接见、宴请、册封，还决定今后每年赏赐十三世达赖喇嘛廪饩银10000两。但有两个问题使十三世达赖喇感到十分不满。一是清廷坚持要十三世达赖喇嘛向慈禧太后、光绪皇帝跪叩。更重要的问题是他认为通过驻藏大臣上奏朝廷往往误事，请求准予由他自己直接向皇帝奏事。但是当时清廷正在强化驻藏大臣权力，所以对此未予同意。

不久，光绪皇帝与慈禧太后相继去世。1908年11月，十三世达赖喇嘛离京返藏。次年初，抵达青海塔尔寺暂住。在此期间，西藏发生了很多变化，令他不安。如驻藏大臣联豫沿袭了张荫棠的新治藏政策，这些政策有与藏族人传统相悖的一面，如要求藏人接受汉族的语文和风俗习惯等。加之，川滇边务大臣赵尔丰在康区武力推行改土

九世班禅　布本设色唐卡　现代　西藏

九世班禅额尔德尼土登曲吉尼玛(1883～1937年)，生于前藏塔布地区嘎村(今加查县)。1888年被认定为九世班禅。1904年，他和十三世达赖共同领导了抗击英军入侵的斗争。达赖两次出逃期间，清廷都曾降旨革去其名号，令班禅代行职权，班禅坚辞不就。1923年11月，他被迫离开西藏到内地避难。在内地漂泊了14年，九世班禅在弘扬佛法的同时，还通过演讲、募捐等活动积极投身抗日斗争。1937年12月1日，九世班禅因病在青海玉树圆寂。



归流、剥夺土司、头人的权力，使当地藏汉民族间矛盾加剧。而后，联豫又奏请川军入藏。这都使得达赖喇嘛心中充满疑问。

藏历土鸡年（1909年）十月三十日，达赖喇嘛一行抵达拉萨。驻藏大臣联豫前去迎接，据说当时达赖喇嘛对他视若未见。双方都采取了敌对措施，关系越弄越僵。

1910年，川军进入拉萨。在川军未抵拉萨之前，十三达赖喇嘛曾与驻藏帮办大臣温宗尧商谈，并达成互不侵扰的协议。没想到在川军入城时，驻藏大臣联豫的卫队便殴打西藏地方官员，并向大昭寺鸣枪，致使一名大喇嘛饮弹身亡。本来对川军进藏就十分反感的藏胞更加愤慨。一时全城震动，人心大乱。失去安全感的十三世达赖喇嘛，恐遭危害，当晚决定由甘丹赤巴策墨林活佛担任摄政，十三世达赖喇嘛本人于当夜带领少数官员，仓促离开刚刚返回仅两个月的拉萨，朝西南方向紧急出走。

联豫等得知十三世达赖喇嘛出走，立即派百余骑兵追赶。英国人乘机引诱，达赖喇嘛随即在英国人柏尔的协助下，最终逃往印度。

二、十三世达赖逃往印度

十三世达赖喇嘛去印度，本打算经海路再赴北京向清廷面奏藏事。可清政府听信了驻藏大臣联豫弹劾达赖的奏请，第二次下令革除十三世达赖名号并另行寻觅达赖灵童。这不仅引起蒙藏人民更加强烈的不满，而且使十三世达赖喇嘛惧于赴京后被清廷治罪而打消了赴京的念头，自强之心遂生。但他在印期间只是有条件有分寸地反对清朝政府推行的治藏政策，也始终保持与清廷的联系，并没有脱离祖国版图的想法。

1911年，辛亥革命爆发，统治中国达几千年的封建帝制结束。次年，中华民国成立，同年制定的《中华民国临时约法》中明确宣布，“中华民国领土，为二十二行省、内外蒙古、西藏、青海。”也就是说，西藏是中华民国政府不可分割的一部分，在中央政府更替，中华民国取代清朝后，西藏的地位为新政府的宪法所确立。

1912年12月，十三世达赖喇嘛由印度返回拉萨。由于清朝政府采取的错误政策和在印期间受到英国人的影响，他思想发生了很大变化。回来后，做了一些亲痛仇快的事，如在1913年藏历新年之际颁布的《关于西藏全体僧俗民众今后取舍条例》中，把西藏地方与中央政府的关系说是“供施关系”，严重歪曲了自唐以来，尤其是元以来西藏与祖国关系的历史，也歪曲了他亲政以来与清朝中央政府关系的历史事实，甚至连他的合法地位需要请中央政府批准方能有效这一基本事实也违背了。他还惩治了支持驻藏大臣的官员，提升在反对川军的战争中有功的人员。但此一时期，他始终没有宣布脱离祖国，因为西藏与祖国数百年形成的不可分割的关系深深根植于藏族人民心中。有一个事例，当时达赖喇嘛曾召集会议讨论今后与中央政府的关系。会议经过反复讨论，大部分僧俗官员只是不赞成清朝推行的治藏政策，并没有使西藏脱离祖国版图的想法。

三、破产的“西姆拉会议”

1912年，英国确定了进一步制造“西藏独立”的强硬政策，并将此作为承认民国政府的条件，并提出举行所谓“中、英、藏三方会议”，即“西姆拉会议”。会议于1913年10月13日在印度北部的西姆拉召开。会议由英印政府外务大臣麦克马洪主持。这次会议完全被麦克马洪所控制。会议一开始，西藏地方政府代表夏扎按照事先与英方秘密商妥的方案，提出“西藏独立”、划定“中藏边界”、“中国不得派员驻藏”等6项无理要求，企图割断西藏与中央政府的联系，使西藏脱离祖国。

当时，中国政府代表陈贻范针对西藏地方代表提出的提案，作了驳复，阐明了西藏为中国领土的理由，并提出并提出七条方案，要点是：（一）西藏为中国领土之一部分。（二）中国可派驻藏长官驻所拉萨，所离之权利，与前相同，并有卫兵2600名。（三）西藏与外交及军政事宜 均应听受中国中央政府批示而后行，非经由中中央政府不得与外国订商。（四）西藏人民之 以向汉而被监禁、产业被封者，西藏允一律释放给还。（五）藏员所开之第五款可以商议。（六）前订之通商条款如需修改，须由中英两方面根据1909年中英条约第三款商议。（七）中藏边界于附图内约略画明。

由于双方提案相差悬殊，遂转入互相申辩驳述的非正式会谈。而后，以调停人自居的麦克马洪按照事先预谋，提出先就所谓中藏疆界等问题进行谈判。1914年3月11日，麦克马洪在全体会议上抛出了一个所谓“调停约稿”11条，想把青海、西康、甘肃、四川、云南等地的藏族地区划归西藏，并划成内藏和外藏两大块，把金沙江以西地区称之为外藏，金沙江以东称之为内藏，声称内藏各地区一切事务由汉藏共同管理，而外藏的大小事务均由西藏政府自行处理。这是明目张胆地让西藏脱离祖国的预谋，实质与夏扎的六条要求相同。对此，中国政府代表予以坚决反对。后来，麦克马洪狡猾地对“11条”稍作修改，然后逼陈贻范在草约上签字，否则即宣布会议破裂，英国直接与西藏订约。

陈贻范害怕与英方决裂，被迫在草约上画行，但声明“画行与签押，当截然为两事”；正式条约须经中国政府批准，“如不认可，尚可作废”。这事在报刊上披露后，引起了全国各族人民的坚决反对。袁世凯也不敢批准该项条约，电令陈贻范不得签字正约，陈贻范遵命根本没有在正约上签名。由于中国中央政府代表没有签字，因此，这个条约的非法性是一目了然的。

在会议期间，麦克马洪与西藏地方政府代表夏扎超出会议议程，背着中国中央政府代表进行了一项见不得人的肮脏交易，搞了一条所谓“麦克马洪线”，将中印边界东段的9万平方公里中国领土划给英国，换取英国进一步压中国同意“西藏独立”。这条非法的“麦克马洪线”，连英国人也久久不敢公布于众，遭到了中国政府和世界上正直人士的一致谴责。中国历届政府从未承认过它。

3

西藏近现代时期的几次改革

西藏近代时期，曾经发生过几次大的改革，其中张荫棠、联豫改革，十三世达赖改革最具代表性。虽然这些改革大都以失败告终，但在当时产生相当的社会影响。

一、张荫棠查办藏事

在西藏能看到一种十分美丽的小花，它有一个奇怪的名字，叫“张大人花”。“张大人”就是清末在西藏担任过驻藏帮办大臣的张荫棠。

张荫棠是广东南海人，出洋多年，深感弱国外交的痛苦。他清醒地看出英国人对西藏的野心，主张整顿藏政，维护主权，向清廷提出了《请速整顿藏政收回政权》的建议，清廷破格重用其为副都统，任驻藏帮办大臣。1906年，张荫棠到达拉萨。当时驻藏大臣有泰等人在英国人入侵时贻误战机、昏庸误国，且谄媚英国人，贪污受贿，可谓劣迹昭彰，西藏民众对其恨之入骨。张荫棠及时将有泰等藏官员的罪行禀报清廷，清廷很快对有泰等十余名满、汉、藏官员革职处分。人们由此称赞张荫棠是历任驻藏大臣中最具秉公之心的官员。

在整顿吏治的同时，张荫棠决心效法欧美变法图强，实行改革。很快，他又向清廷提出了19条改良西藏政治、经济的措施，即所谓“新政”。此后，设立了交涉、督练、盐茶、财政、交通、工商等9大机构。这些新设立的机构，特别是农务、盐茶等局给西藏的财政工作带来了极大的便利，一直延续到1959年。

张荫棠还把《训俗浅言》和《藏俗改良》等两本小册子译成藏文，传播儒家思想，散发各地，人们普遍称之为钦差训育，意在使藏族人改变习俗、思想意识。张荫棠提出的所谓“收回在政权”，实际上是将十三世达赖喇嘛和西藏地方政府的所有权力归驻藏大臣掌握。

西藏的僧俗官员和民众并不同意张荫棠提出的有关“汉化藏族”等主张，甚至其主张中的积极部分，也因触动西藏上层的根本利益，引发抵触情绪，特别是驻藏大臣联豫的猜忌，甚至招致英印政府的无理抗议。清政府担心他的新政酿成大祸，于是在1907年5月将他调离西藏。

但是，张荫棠是受先进的变法维新思想影响的官员，他提出的发展工商事业、开



斯巴霍　布本设色唐卡　现代　西藏

"斯巴"含有"生死轮回"的意思，"霍"是汉语"画"的假借词，所以这幅唐卡也叫《生死轮回图》。图中央画有九宫，并环以八卦之图，周围又用十二属相来相配，其间分布人生三世，生老病死等情景。画面正上方绘有文殊、观音、金刚手"三怙主"像，藏语称"日松贡布"，是密宗之本尊像，故视此图为降妖伏魔、驱邪隐恶的神物。在藏传佛教各寺院重大的宗教礼仪上、原西藏噶厦政府官员的升迁以及民间婚丧喜庆等民俗活动上，都要用它举场开道，以图吉利祥瑞。

发矿产、便利交通、发展教育等主张及措施对西藏地方事业起到了积极作用，因此受到了藏族人民的称赞。

张荫棠调离后，联豫不仅沿袭张荫棠的治藏措施，而且还有新的举措，如创办藏文、汉文报纸，设译书局，开办藏、汉文传习所、蒙养院（启蒙小学）等等，在当时也产生影响。

二、十三世达赖喇嘛的新政

十三世达赖喇嘛在祖国内地以及印度等地，亲眼目睹了现代文明的成果。他开始认识到要使西藏富强，就必须依靠现代化的科学技术和管理方法。因此，他着手实行新政，以推动西藏各项事业的发展。1914年，西藏地方政府对藏军进行了改编和充实，邀请日本教练以及毕业于俄国军校的蒙古人，建立各式训练军营。

为了解决武器来源问题，西藏新建了扎什机械厂。但由于技术落后和原料缺乏等原因，枪支弹药的数量和质量得不到保证。因此，后来机械厂被改为造币厂。

为了在西藏建立电业、矿产业、邮政业等，西藏地方政府派强俄巴·仁增多吉等4名年轻人到英国伦敦学习。他们回到西藏后，吉普·旺堆罗布筹办拉萨电报局，并任局长职务。门仲·庆绕贡桑到拉萨北山采掘金矿，结果挖出了一个蛤蟆，众人认为不祥，被迫停工。强俄巴·仁增多吉则在杂朵底建造水力电厂，获得成功。

1916年，达赖喇嘛下令在拉萨丹吉林寺附近建立一所藏医历算学院，即“门孜康”。学员来自各地，着重学习藏医历算，治病救人，不分贵贱，为公益事业作出了许多贡献。因此，藏医院的名字时至今日也响遍各地。

当时，十三世达赖喇嘛对农林业和主要土特产羊毛贸易业的发展，也给予了关注。他在1913年规定，对开荒造田，3年内免征差税，这对政府和百姓都有一定益处。对于过去各地官商勾结，以低价购进羊毛，再转销印度从中牟利的弊端，十三世达赖喇嘛任命商贸官，以统一市价购进羊毛，然后批售给印度，使政府获取更大的利润。十三世达赖喇嘛还在恰曲戎地方派人试种茶树，但由于种种原因，试种工作半途而废。1923年后，拉萨陆续成立了新的警察局、邮政局和银行。

为解决上述扩军、建立工厂、邮政、学校、银行等所需财政开支，西藏地方对羊毛、食盐、皮革等实行了新的征税制度。新税制引起了噶厦与寺庙之间，特别是与班禅属下扎什伦布寺之间的关系更趋恶化。因为自清朝起，班禅辖区的寺院、贵族等尽管占有大片的土地和牧场，但只给扎什伦布寺交税。现在，噶厦实行的新税制度侵害了其利益，因而引起不满情绪。噶厦为了使班禅辖区同其他地区一样服从统治，于1914年，在日喀则增设后藏总管，管理班禅所辖宗溪，征收羊毛、皮革、食盐等税款，并于铁鸡年（1921年）新建军饷局，下令扎什伦布寺每年交纳1万克（克为西藏地方容量单位，1克青稞约为12.5公斤）青稞，作为军饷，致使西藏地方政府与扎什伦布寺之间的矛盾日趋恶化。1923年11月15日夜，九世班禅一行被迫出走祖国内地。

4

国民政府统治下的西藏

1927年，南京国民政府成立。次年设立蒙藏委员会，为中央主管蒙古、西藏政务的最高机关。这期间，九世班禅和十三世达赖都主动与国民政府取得了联系。

一、九世班禅在内地

九世班禅和十三世达赖曾团结一致进行了两次抗英战争。后来达赖两次出逃期间，清廷都曾降旨革去其名号，令班禅代行职权。班禅虽坚辞不就，却从此种下了不和种子。

1912年底十三世达赖返回拉萨，由于受英帝国主义挑拨和拉拢，对九世班禅进行排斥和打击。1914年冬，十三世达赖新政实行后，噶厦在日喀则增设后藏总管，强行接管扎什伦布寺所属庄园牧场，1921年，又将自1888年反抗英帝入侵的军费开支的四分之一强迫扎寺负担。对于班禅辖区的土地人口而言，这是极不合理的。班禅无奈，只得被迫离开西藏。

1923年11月15日夜，九世班禅领侍从15人，向北出走。在14年的流浪生涯中，他走遍大江南北，一边进行佛事活动，一边在南京等地建立办事处，加强西藏与中央政府的联系。1932年4月14日，国民政府特任九世班禅为“西陲宣化使”，并于当年底举行隆重的就职典礼。1933年底十三世达赖圆寂后，西藏僧俗民众欢迎班禅回藏声浪日高，人们认为“藏众既失达赖，而班禅仍不回藏，是犹失去父母之孤儿”。于是班禅1935年3月提出回藏计划。国民政府即拨付经费100万，建立护送卫队和护送专使行署。1936年6月15日，班禅一行取道甘南拉卜楞寺于年底到达青海玉树。这时日军大规模侵占华北，国民政府令“暂缓返藏”。班禅发表《告西陲同胞书》，号召藏蒙人民团结抗日，共赴同难；并亲自主持大法会祈祷抗战胜利。

1937年，抗战形势日趋严重，班禅为抗日捐献三万元，购公债二万元。同年11月4日，九世班禅饮食难进，不能安卧，仍时时询问抗战消息。12月1日，在玉树大寺甲拉颇章宫内圆寂，享年54岁。国民政府追赠“护国宣化广慧圆觉大师”名号。



二、十三世达赖与中央政府关系的正常化

十三世达赖喇嘛在多年的实践中逐渐对英国人的本质已有所认识，班禅在内地的行动和西藏僧俗群众的爱国热情也对他影响很大。1928年冬，他先后派西藏驻五台山堪布罗桑巴桑和驻北京雍和宫堪布贡觉仲尼到南京，向国民政府表示其本人绝无联英对抗祖国的思想，表示拥护班禅返回西藏。

1930年，国民政府委派贡觉仲尼为“赴藏慰问专员”，前往西藏。与此同时，国民政府文官处官员刘曼卿亦受派来到西藏。贡觉仲尼等人此次来藏主要目的是恢复中央与西藏地方政府之间的直接联系，他们提出了“关于西藏问题如何解决”的八条意见。对这八条意见，噶厦作了详细答复，并表示了拥戴中央政府之意。

1930年3月18日、5月5日，十三世达赖喇嘛两次会见了刘曼卿。刘曼卿回忆说，达赖喇嘛用双手而不是用一条哈达向她祝福，表现了对她的特殊礼遇。

十三世达赖谈到：“英国人对吾确有诱惑之念，但吾知主权不可失，性质习惯两不容，故彼来均虚与周旋，未予以分厘权利，中国只须内部巩固，康藏问题不难定于樽俎。”十三世达赖与刘曼卿的谈话反映了其晚年思想上的成熟，特别是他通过印度受英国压迫的事实以及自身的体会，对英国也有了较为深刻的认识，上述谈话可以说是代表了他真实的思想。而23岁的刘曼卿也在西藏广泛活动，宣传中央政策，为中央与西藏关系的改善起到了积极作用。她后来写了一本名叫《康藏轺征》的书，记述此次西藏之行。

随后，达赖便恢复了同国民政府的正式关系。1931年，西藏地方政府正式建立了西藏驻南京、北平等地办事处，使中央政府与西藏地方政府之间的关系得到了新的发展。自此，西藏地方与祖国之间的近20年的不正常关系告一段落。

三、中央代表赴藏致祭十三世达赖喇嘛

1933年12月17日下午，58岁的十三世达赖圆寂。西藏地方当局通知其驻南京办事处，称藏中事务暂由司伦及噶厦负责，并呈报中央。国民党政府当即致电册封达赖，追赠为“护国弘化普慈圆觉大师”，并表示哀悼。

十三世达赖喇嘛执掌西藏地方政权三十多年，早年曾率领西藏僧俗民众坚持抗

十世班禅

布本设色唐卡 现代 西藏

十世班禅额尔德尼·确吉坚赞（1938～1989年）是青海省循化县文都乡人。6岁时被确认为九世班禅的转世灵童，后报批中央政府，于1949年6月被认定为十世班禅，同年8月10日举行了坐床大典。西藏和平解放后，十世班禅全力弘扬佛法，建设家乡，逐步成长为著名的民族宗教领袖和国务活动家，历任全国人大常委会副委员长、中国佛教协会名誉会长等职，为维护祖国统一和民族团结，发展佛教事业贡献了毕生精力。

英斗争；其后虽在英帝国主义蛊惑下，做了一些令亲者痛仇者快的事，但始终没有背叛祖国的行为；尤其在晚年为改善西藏地方和中央政府的关系做出了贡献。综观一生，仍不失为一代人杰。

十三世达赖喇嘛圆寂后，西藏地方政府按清朝惯例，推举热振呼图克图出任摄政，代行达赖喇嘛职权，并得到中央批准。

1934年5月20日，国民党政府派参谋本部次长黄慕松专使入藏到拉萨致祭。这是中华民国成立以来，中央政府高级代表团首次进藏，意义重大。8月28日，黄慕松到达拉萨，受到噶厦的隆重欢迎。到拉萨之后，按照清代规矩，他先到大小昭寺朝佛，然后在三大寺向20000名喇嘛每人布施了大洋两元。9月23日，布达拉宫大经堂举行了追封达赖为“护国弘化普慈圆觉大师”的典礼，黄慕松向十三世达赖遗像献了玉册玉印。10月1日，在布达拉宫达赖灵堂举行了致祭典礼。

黄慕松等在西藏居住了3个月，其间与噶厦就改善中央与西藏地方之间的关系举行了多次会谈。根据中央政府的指示，黄慕松提出了几条谈判原则，主要有：西藏为中国领土之一部分，西藏服从中央，外交权归中央的原则；保持西藏原有政治制度，许可西藏自治；中央派大员常驻川藏。

经反复磋商，噶厦同意接受“对外西藏为中国之领土”，有限度接受中央管理等，但在一些具体问题上仍固执己见。黄慕松见在短期内无法解决，即商得噶厦同意，留专使行署人员并电台于拉萨，以保持与噶厦的接触和中央的联络，此即为蒙藏委员会驻藏办事处的前身。11月28日，黄慕松等离开拉萨，取道印度回到南京。

四、十四世达赖喇嘛的产生

十三世达赖喇嘛圆寂后，经过将近两年的寻访灵童，在青海湟中祁家川的红崖村一家藏族农民家中，找到一个叫拉木登珠的幼童。幼童在1939年10月被送至拉萨。

当年3月，中央政府派蒙藏委员会委员长吴忠信为专使进藏主持灵童掣签和坐床。吴忠信从重庆取道印度于1939年12月到达拉萨，受到西藏地方政府和僧俗人民的隆重欢迎。但是当吴忠信很快发现，原来说的三个灵童只有青海灵童一人，而且已经接受僧俗礼拜，有造成既成事实之势，而且热振活佛请求中央援照十三世达赖喇嘛的先例准予免除金瓶掣签的手续，批准青海灵童为十四世达赖喇嘛。

吴忠信坚持必须保有中央对灵童的察看权，并在取得察看权后，核查了热振活佛认定灵童理由的长函，始上报国民政府，请求免于掣签，承认拉木登珠为真正转世灵童。

1940年2月，中央政府颁令，批准青海灵童拉木登珠免予掣签，继任为十四世达赖喇嘛。2月24日，十四世达赖喇嘛的坐床典礼在布达拉宫举行。

吴忠信在1940年4月离开拉萨前，征得西藏地方政府的同意，正式设立了国民政府蒙藏委员会驻藏办事处。

5

西藏和平解放

1949年10月1日，中华人民共和国宣告成立。正在青海的十世班禅致电拥护新政权和解放西藏。

西康白利寺的格达活佛是德高望重的爱国者，为促成中央人民政府与西藏噶厦之间的和平谈判，他主动请求前往西藏。1950年藏历七月二十四日，格达活佛抵达昌都后，向僧俗官员作了宣传和劝导工作，并提出会晤十四世达赖喇嘛。噶厦却命令昌都总管："不准格达活佛前来拉萨，也不准放回去。"丧心病狂的英国特务福特竟下毒害死了格达活佛。消息传来，全国震惊。中央政府顾全大局，仍希望与西藏噶厦和谈，但对方置若罔闻。

1950年10月7日，人民解放军进攻昌都，一举消灭藏军主力，解放藏东重镇昌都，打开了进军西藏的门户，并扩大了人民解放军在藏区的政治影响。

1951年4月，以阿沛·阿旺晋美为团长，凯墨·索朗旺堆、土登丹达、土登列门、桑颇·丹增顿珠等4人为团员的西藏和谈代表团年先后抵京。中央人民政府任命李维汉、张经武、张国华、孙志远等为全权谈判代表，由李维汉担任团长。4月29日，和谈正式开始，经过六轮正式会谈，于5月21日结束。由于维护祖国统一的基本立场一致，双方代表反复协商，气氛友好热烈。5月23日，双方代表在中南海勤政殿签订了《中央人民政府和西藏地方政府关于和平解放西藏办法的协议》（简称"十七条协议"）。"十七条协议"的签订，标志着帝国主义分裂中国的阴谋彻底破产；标志着中国各族人民在新的历史条件下的大团结，为西藏的进步与发展开辟了广阔的前景。

"十七条协议"明确地规定了中央人民政府与西藏地方政府之间各方面的关系准则，正确处理了西藏内部历史上遗留下的主要问题，因而受到了多数僧俗官员以及广大群众的拥护。它的签订，是西藏历史发展的一个划时代的转折点。

西藏人民终于获得了新生，从此在中国共产党的领导下，与其他兄弟民族一样享受着民族平等的权利，真正当家做了主人。

附录一

西藏历史大事记

第一章 西藏的远古时代

1. **约50000年前** 西藏定日县东南苏热山和申扎县雄梅区珠洛勒河谷有古人类活动。
2. **约10000年前** 西藏申扎县多格则和日土县扎布地区有古人类活动。
3. **约5000～4000年前** 西藏昌都卡若、恩达以及林芝县尼洋河流域、墨脱县等地有古人类活动。
4. **约公元前126年** 聂墀赞普被推举为西藏山南雅砻部落联盟首领，成为吐蕃王室的第一代赞普。
5. **公元3世纪中期** 雅砻部落拉脱脱日年赞时，有印度僧人带来《百拜忏悔经》、《稻芊经》等佛教经典及佛塔等，雅砻王臣不解其意，将其作为玄秘宝物供奉。

第二章 吐蕃王朝

6. **公元633年** 松赞干布定都逻娑，建立吐蕃王朝。派吞弥桑布扎等人去西域、印度学习文字学。吞弥桑布扎回吐蕃后费时数年，创制了藏文。
7. **公元641年** 文成公主由吐蕃大臣噶尔·东赞等迎请进藏。修建小昭寺、大昭寺。松赞干布初定吐蕃军事、行政制度，划分四茹，推行藏文，订立法律，在吐蕃一些地方建庙塑佛像。
8. **公元650年** 松赞干布病逝。松赞干布之子贡日贡赞此前已去世，故由贡日贡赞之子芒松芒赞即赞普位。芒松芒赞年幼，以噶尔·东赞为大相，掌管国政。
9. **公元698年** 赞普都松芒波杰废除噶尔·钦陵大相职位，钦陵自杀，噶尔家族时代结束。
10. **公元708年** 宇妥·云丹贡波出生。他所著的《四部医典》是藏医理论的奠基之作。
11. **公元710年** 唐中宗养女金城公主出嫁吐蕃，吐蕃派大臣尚赞咄到长安迎亲。
12. **公元763年** 藏历十月，吐蕃军在唐朝叛将的引导下，一度占领长安，立金城公主的侄子李承宏为帝，半月后退出长安。
13. **公元774年** 墀松德赞派人请来印度高僧寂护、莲花生大师，在吐蕃传播佛教，巩固了佛教在西藏的地位。
14. **公元779年** 西藏的第一座寺院——桑耶寺建成，剃度吐蕃七人出家。
15. **公元821年** 吐蕃使臣抵达长安，与唐朝大臣等举行会盟，立誓和好。822年，唐朝使臣刘元鼎抵达拉萨，与吐蕃大臣等举行会盟。
16. **公元828年** 墀祖德赞（热巴巾）下令以七户平民的税赋供养一名僧人，并严厉惩罚对僧人不恭敬的人，引起平民的不满。
17. **公元836年** 墀祖德赞被大臣韦·达纳等人暗杀，其兄朗达玛被立为新藏王。次年，在反佛大臣韦·达纳等人鼓动下，赞普朗达玛下令灭佛，封闭寺院、强迫僧人还俗，毁灭佛像及经书。因朗达玛灭佛，佛教的传播在吐蕃中断一百余年。
18. **公元842年** 赞普朗达玛被佛教徒拉龙白多暗杀。吐蕃王朝很快陷入分裂。

第三章 分裂时期

19. **公元843年** 赞普朗达玛被暗杀后，他的两个儿子云丹和威宋在各自支持者的拥戴下争夺王位，双方长期混战，吐蕃大乱。唐朝逐渐收回河西、陇右各地。
20. **公元869年** 吐蕃发生平民大暴动。吐蕃王朝灭亡。
21. **公元877年** 吐蕃各反叛势力攻占山南雅砻河谷，在琼结掘毁赞普王陵，赞普王室后裔四处逃亡。
22. **公元895年** 赞普朗达玛的曾孙吉德尼玛衮率众逃到阿里，其后裔在阿里和拉达克建古格王朝、拉达克王朝。
23. **公元911年** 喇钦·贡巴饶赛在青海丹底寺以当年从西藏逃来青海的佛教僧人藏·饶赛、约·格迥和玛·释迦牟尼等人为师受出家戒和比丘戒。
24. **公元978年** 鲁梅喜饶楚臣等“卫藏十人”在桑耶寺、噶迥寺授徒传法，佛教在西藏地区再度传播。一般以此年作为藏传佛教后弘期开始之年。
25. **公元1027年** 宋仁宗天圣五年藏历第一绕迥火兔年《时轮本续经疏》传入西藏，以此年为藏历第一绕迥纪年的开始。
26. **公元1045年** 仲敦巴到阿里拜见阿底峡。
27. **公元1055年** 约在此年，素尔波且·释迦迥乃兴建邬巴龙寺，藏传佛教宁玛派开始形成。
28. **公元1056年** 仲敦巴率阿底峡门徒到热振地方兴建热振寺，藏传佛教噶当派开始形成。
29. **公元1073年** 贡却杰布在仲曲河边兴建萨迦寺，藏传教萨迦派开始形成。
30. **公元1077年** 米拉热巴拜玛尔巴为师，学习佛教密法。
31. **公元1109年** 达波拉吉拜米拉热巴为师。
32. **公元1121年** 达波拉吉创建岗波寺，由此开始形成藏传佛教达波噶举派。
33. **公元1147年** 都松钦巴·却吉扎巴在康区兴建噶玛丹萨寺，由此开始传出达波噶举派的支派噶玛噶举派。
34. **公元1158年** 帕木竹巴兴建丹萨替寺，由此传出达波噶举派的支派帕竹噶举派。后达波拉吉的弟子达玛旺秋在藏北兴建拔戒日沃且寺，由此传出达波噶举的支派拔戒噶举派。
35. **公元1175年** 向蔡巴在蔡溪卡建蔡巴寺，由此传出达波噶举的支派蔡巴噶举派。

第四章 萨迦巴时期

36. **公元1240年** 蒙古军到达西藏，以帕竹派首领京俄·扎巴迥乃为首，各派首领纷纷向蒙古军表示归顺。
37. **公元1247年** 萨迦班智达在凉州与阔端会见，双方议定西藏归附蒙古的各项事宜。萨迦班智达给西藏各地首领写信，劝说他们降附蒙古汗国。
38. **公元1260年** 忽必烈即蒙古大汗位，封八思巴为国师。后设总制院，管理全国佛教事务及藏族地区军政大事，以八思巴领总制院事。噶玛噶举派活佛噶玛拔希因有支持阿里不哥与忽必烈争位的嫌疑而被监禁。
39. **公元1265年** 八思巴主持建立西藏行政体制，划分卫藏十三万户，以萨迦本钦总领。
40. **公元1269年** 八思巴抵大都，献所制蒙古新字。

41. **公元1270年** 忽必烈封八思巴为大元帝师，赐玉印。

42. **公元1283年** 噶玛巴·让迥多吉被认定为噶玛噶举派活佛噶玛拔希的转世，这是藏传佛教首次实行活佛转世。

43. **公元1287年** 忽必烈任命藏族人桑哥为宰相，整顿财政。

44. **公元1290年** 忽必烈派遣王子铁木儿不花率领蒙古大军入藏，与萨迦本钦阿迦仑合兵攻入止贡寺，烧毁止贡大殿。此即止贡寺庙之乱。

45. **公元1322年** 布顿仁钦珠撰写的《布顿佛教史》成书，这是西藏历史上第一部成型的教法史。

46. **公元1324年** 萨迦昆氏家族后裔、帝师贡噶洛追将其异母诸弟分为四个拉章。

47. **公元1346年** 蔡巴万户长贡噶多吉完成《红史》。

48. **公元1353年** 贡噶多吉迎请布顿仁钦珠，为蔡巴《藏文大藏经》开光。

第五章 帕木竹巴时期

49. **公元1354年** 萨迦发生内乱，绛曲坚赞借机取得了乌思藏的实权。现代史学家把这一年作为帕竹统治西藏的开始。

50. **公元1357年** 元朝加封绛曲坚赞为大司徒。宗喀巴洛桑扎巴在宗喀地方（今青海湟中）诞生。

51. **公元1388年** 宗喀巴著《现观庄严论狮子贤释注疏善说金珠》，并从此时起，在法会上改戴黄色桃形僧帽。萨迦派喇嘛丹巴·索南坚赞完成《西藏王统记》。

52. **公元1394年** 强达南杰扎桑在后藏昂仁出生，他著有《八支集要如意珍宝论》、《医学本续论》等，发展成为藏医药学的北方学派。

53. **公元1407年** 明成祖封噶玛巴·得银协巴为“大宝法王”，并同时封其弟子三人为大国师。后封萨迦派僧人贡噶扎西为大乘法王，格鲁教派僧人释迦也失为大慈法王。此外，明朝还先后敕封了阐化王、赞善王等五个王和灌顶国师等各种名号。

54. **公元1409年** 宗喀巴在拉萨大昭寺举行有数万僧俗参加的大祈愿法会。会后宗喀巴在拉萨东北建甘丹寺，标志格鲁派正式形成。

55. **公元1416年** 宗喀巴的弟子加央曲杰在拉萨地方内邬宗本南喀桑布资助下建哲蚌寺。

56. **公元1419年** 释迦也失在拉萨北郊建色拉寺。宗喀巴在甘丹寺圆寂，其弟子贾曹杰继任甘丹寺法座。

57. **公元1439年** 舒尔喀年尼多吉生于前藏塔波地区，他著有《四部医典广注·水晶彩函》、《珍宝药物识别》、《药味论》等，发展成为藏医药学的南方学派。

58. **公元1447年** 根敦珠巴在索南桑波的支持和资助下在桑珠孜（即日喀则）西边建扎什伦布寺。

59. **公元1467年** 桂译师宣努贝完成《青史》撰写。

60. **公元1545年** 巴俄·祖拉陈瓦著《贤者喜宴》（又称《洛扎教法史》），至1564年成书。

61. **公元1578年** 哲蚌寺住持索南嘉措在青海湖南岸会见蒙古土默特部首领俺答汗，俺答汗赠给索南嘉措“圣识一切瓦齐尔达喇达赖喇嘛”名号，是为“达赖喇嘛”名号之

始。

62. **公元1592年** 格鲁派和蒙古土默特部王公认定俺答汗王室子弟为索南嘉措的转世，此即四世达赖喇嘛云丹嘉措。

63. **公元1611年** 辛厦巴·丹松旺波之子噶玛彭措南杰继任后藏地区的第悉，史称第悉藏巴。

64. **公元1617年** 第悉藏巴的军队在拉萨大败支持格鲁派和蒙古的联军，哲蚌寺和色拉寺的数千僧人被杀。

65. **公元1618年** 第悉藏巴开始统治整个西藏地区。

第六章 甘丹颇章时期

66. **公元1642年** 固始汗在格鲁派的配合下率兵进藏，攻破桑珠孜，第悉藏巴政权结束。固始汗将前后藏献给五世达赖喇嘛，蒙古和硕特部与格鲁派联合建立甘丹颇章政权。

67. **公元1643年** 五世达赖喇嘛阿旺洛桑嘉措应固始汗的要求撰写《西藏王臣记》。

68. **公元1645年** 五世达赖开始兴建布达拉宫，到1693年工程才最后竣工。

69. **公元1652年** 五世达赖进京朝见清顺治皇帝。清朝同时封赐达赖喇嘛和固始汗。

70. **公元1682年** 藏历二月，五世达赖圆寂，第悉·桑结嘉措决定实行匿丧，自己以五世达赖喇嘛的名义处理政教事务。匿丧长达14年。

71. **公元1697年** 藏历十月，六世达赖喇嘛在布达拉宫坐床。此即六世达赖喇嘛仓央嘉措。

72. **公元1704年** 洛扎诺布嘉措等人根据《月王药诊》等书补绘完成79幅全套医药唐卡画。

73. **公元1705年** 第悉·桑结嘉措与蒙古和硕特部汗王拉藏汗发生冲突，第悉·桑结嘉措兵败被杀。六世达赖仓央嘉措被拉藏汗废黜，解送北京，行至青海湖边时去世。

74. **公元1717年** 卫拉特蒙古准噶尔部首领策妄阿拉布坦偷袭西藏，击杀拉藏汗。后康熙帝派清军入藏，准噶尔军逃回新疆。

75. **公元1720年** 康熙皇帝封格桑嘉措为达赖喇嘛，即七世达赖。

76. **公元1727年** 藏历六月，西藏统治集团内部发生斗争，阿尔布巴、隆布鼐、扎尔鼐谋害康济鼐。次年，颇罗鼐战胜阿尔布巴等。清军到拉萨后，处死阿尔布巴等，命颇罗鼐掌管西藏政务。

77. **公元1728年** 清朝明确宣布僧格、马喇二人为驻藏大臣，这是清朝在西藏设置驻藏大臣的开始。

78. **公元1750年** 藏历十月，拉萨发生珠尔默特那木扎勒之乱，驻藏大臣傅清、拉布敦杀珠尔默特那木扎勒，傅清、拉布敦也被珠尔默特那木扎勒党羽杀害。七世达赖迅速平息叛乱，清军入藏。

79. **公元1751年** 乾隆皇帝制定《西藏善后章程》十三条，命七世达赖喇嘛格桑嘉措掌管西藏政教。其下设立4名噶伦，办理行政事务，组成噶厦，由达赖喇嘛和驻藏大臣共同领导。

80. **公元1780年** 六世班禅罗桑贝丹益西到热河朝见乾隆皇帝，祝贺乾隆帝七十寿辰。次年，六世班禅在北京圆寂。

81. **公元1792年** 清朝派福康安率领大军进藏反击入侵的廓尔喀军，攻入廓尔喀境内，廓

尔喀投降议和。

82. **公元1793年** 清朝制定《钦定藏内善后章程》二十九条。规定转世灵童的寻访认定实行金瓶掣签制度。

第七章 近现代时期

83. **公元1888年** 英帝国主义侵略帕里地区，西藏军民首次抗英战争失败。

84. **公元1902～1904年** 英军再次侵略西藏，西藏军民在江孜英勇抵抗，失败。十三世达赖喇嘛土登嘉措逃离拉萨去蒙古库伦，英军进入拉萨，强迫西藏噶厦订立《拉萨条约》。

85. **公元1906年** 中、英双方在北京订立《中英续订藏印条约》，以1904年《拉萨条约》为“附约”。

86. **公元1907年** 清朝派张荫棠进藏“查办藏事”，推行多项改良措施。

87. **公元1908年** 十三世达赖喇嘛土登嘉措进京朝见光绪帝及慈禧太后，后回藏短暂停留，逃往印度。

88. **公元1912年（民国元年）** 辛亥革命后，在藏川军受西藏军民围困，被迫返回四川。十三世达赖年底返回拉萨，实行“新政”。

89. **公元1913年** 中、英、西藏地方派代表在印度西姆拉召开会议。历时8个月，会谈破裂，未达成协议。

90. **公元1923年** 九世班禅曲吉尼玛出走内地，漂泊14年，1937年在青海玉树圆寂。

91. **公元1928年** 南京国民政府成立，设立蒙藏委员会。次年，班禅驻京办事处成立。

92. **公元1933年12月17日** 十三世达赖喇嘛圆寂，国民党政府追赠为“护国弘化普慈圆觉大师”，热振活佛出任摄政。

93. **公元1934年5月** 国民政府派黄慕松进藏致祭十三世达赖喇嘛土登嘉措。后设立蒙藏委员会驻拉萨办事处。

94. **公元1940年** 十四世达赖喇嘛丹增嘉措在布达拉宫坐床，国民政府派蒙藏委员会委员长吴忠信入藏主持坐床大典。次年摄政热振活佛辞职，达札活佛继任摄政。

95. **公元1947年** 原摄政热振活佛被噶厦逮捕，死于狱中。

96. **公元1949年** 十世班禅确吉坚赞在青海塔尔寺坐床。

97. **公元1950年10月** 人民解放军发动昌都战役，一举歼灭阻挡西藏解放的藏军主力。

98. **公元1951年** 中央人民政府代表团与西藏地方政府代表团经过谈判，5月在北京签订《中央人民政府和西藏地方政府关于和平解放西藏办法的协议》（简称《十七条协议》）。9月，西藏地方政府召开僧俗官员会议，决定拥护《十七条协议》。10月，人民解放军进驻拉萨，十四世达赖喇嘛丹增嘉措致电毛泽东主席，表示拥护关于和平解放西藏办法的协议，西藏和平解放。12月，十世班禅确吉坚赞从青海启程进藏。

注：文中日期，汉字为藏历，阿拉伯数字为公历。

附录二

参考书目

1. 《西藏通史简编》 恰白·次旦平措、诺章·吴坚、平措次仁 著 五洲传播出版社 2000年2月第1版
2. 《西藏史话》 陈庆英 丹珠昂奔 喜饶尼玛 廖东凡 张晓明 周爱明 著 鹭江出版社 2004年12月第1版
3. 《西藏佛教发展史略》 王森 著 中国藏学出版社 2002年4月第1版
4. 《西藏王统记》 索南坚赞 著 刘立千译注 民族出版社 2000年2月第1版
5. 《西藏王臣记》 五世达赖喇嘛 著 刘立千译注 民族出版社 2000年2月第1版
6. 《青史》 廓诺·迅鲁伯 著 郭和卿 译 西藏人民出版社 2003年7月第2版
7. 《西藏与西藏人》 沈宗濂 柳陞祺 著 柳晓青 译 中国藏学出版社 2006年7月第1版
8. 《藏域春秋》 才旺瑙乳 才让 等著 青海人民出版社1998年1月第1版
9. 《西藏创世之书》 才旺瑙乳 著 兰州大学出版社 2005年9月第1版
10. 《西藏的文明》 （英）石泰安 著 耿昇 译 中国藏学出版社 2005年第2版
11. 《西藏宗教之旅》 （意）图齐 著 耿昇 译 中国藏学出版社 2005年第2版
12. 《西藏的观世音》（印度）阿底峡尊者 发掘 甘肃人民出版社 2001年1月第1版
13. 《与西藏有缘》 林聪 著 民族出版社 2004年10月第1版
14. 《中国佛教史》 任继愈主编 中国社会科学出版社 1988年第1版
15. 《西藏历史文化辞典》 王尧 陈庆英 主编 西藏人民出版社 1998年第1版
16. 《西藏佛教密宗艺术》 李冀诚 顾绶康 编著 外文出版社 1999年1月第1版
17. 《西藏唐卡》 西藏自治区文物管理委员会编 文物出版社 1985年1月第1版
18. 《西藏唐卡大全》 西藏人民出版社 2005年5月第1版
19. 《中国唐卡艺术》 天津人民美术出版社 2004年4月第1版
20. 《藏传佛教唐卡》 上海科学技术出版社 商务印书馆（香港） 2003年12月第1版
21. 《中国西藏文化大图集》曹自强 李书敏 主编 重庆出版社 2001年4月第1版

