

<<唐卡中的西藏史>>

图书基本信息

书名：<<唐卡中的西藏史>>

13位ISBN编号：9787561340066

10位ISBN编号：7561340060

出版时间：2007

出版时间：陕西师范大学出版社

作者：琼那 诺补旺典

页数：265

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;唐卡中的西藏史&gt;&gt;

## 前言

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。

## <<唐卡中的西藏史>>

### 内容概要

《唐卡中的西藏史》从藏民族的起源说起，回顾了古老苯教的由来，为您细述和解读了佛教传入西藏时的数次冲突和磨难，吐蕃王朝如何由盛转衰，四百年分裂割据也是藏传佛教各教派百家争鸣的时期，显赫一时的萨迦派政权与元帝国同生共灭，帕竹时期的宗教与文化大发展，格鲁派如何取得政权并历经外侵内乱，在国力孱弱的近代，中央政权怎样治理西藏等一系列历史。

《唐卡中的西藏史》是第一本探讨唐卡艺术中蕴含的西藏历史的专著。

《唐卡中的西藏史》延续唐卡解读“藏密文库”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，藏传佛教的传入与兴盛，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。

## <<唐卡中的西藏史>>

### 作者简介

松赞干布，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，左舒式坐于金刚座中。背景为大昭寺，座两侧绘尼泊尔墀尊公主和唐文成公主。

## &lt;&lt;唐卡中的西藏史&gt;&gt;

## 书籍目录

主要唐卡图版目录序言：西藏历史的感性之旅——最是晨曦沐高原——&mdash;&mdash;西藏的远古时代（约5万年前&mdash;&mdash;公元7世纪初）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&mdash;&mdash;苯教二 雄鹰振翼惊四方&mdash;&mdash;吐蕃王朝（公元633&mdash;&mdash;869年）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 朗达玛灭佛三 雪域莲花处处开&mdash;&mdash;分裂时期（公元869&mdash;&mdash;1265年）1 吐蕃平民暴动2 神秘的古格王朝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 四大教派的兴起四 神山净土终一元&mdash;&mdash;萨迦巴时期（1265&mdash;&mdash;1354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 萨迦巴统治的终结五 蹄声阵阵朝贡客&mdash;&mdash;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六 些微风雨更从容&mdash;&mdash;甘丹颇章时期（1642&mdash;&mdash;1888年）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 金瓶掣签制度的实行七 黎明前的动荡&mdash;&mdash;近现代时期（1888&mdash;&mdash;1951年）1 抗击英帝国主义的两次侵略2 十三世达赖喇嘛的两次出走3 西藏近代时期的几次改革4 国民政府统治下的西藏5 西藏和平解放附录一 西藏历史大事记附录二 参考书目

## &lt;&lt;唐卡中的西藏史&gt;&gt;

## 章节摘录

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”。

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，格鲁派的名声如日中天，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



## &lt;&lt;唐卡中的西藏史&gt;&gt;

得多的寺宇。

哲蚌寺除了大经堂外，还有7个僧院，可容纳数千僧入学经，号称 7700僧人。

色拉寺是释迦也失兴建的，色拉意为刺藜园，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。

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。

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答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

<<唐卡中的西藏史>>

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。

( P194-200 )



## <<唐卡中的西藏史>>

### 编辑推荐

《唐卡中的西藏史》是全彩插图珍藏本！

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。

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地方史。

<<唐卡中的西藏史>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>