### 中国通史

### 第四十八集 吐蕃兴衰

这里是大明宫遗址，约一千四百年前，唐太宗李世民在这里亲手缔造了一个强大的唐王朝，中国历史也由此进入了一个黄金时代。这里是布达拉宫，它从吐蕃赞普松赞干布时代开始成为西藏的中心，吐蕃的崛起对于唐帝国和当时欧亚大陆的国际形势都具有举足轻重的影响。于是在唐太宗李世民和松赞干布带领下，唐王朝与吐蕃在亚洲大陆上相遇了。这次相遇对于中国历史的发展具有极其重要的意义。这一时期正是中国统一多民族国家形成的重要阶段。吐蕃的兴衰几乎与唐王朝相伴始终。在双方时战时和的交替发展过程中，吐蕃与唐王朝之间的了解与认识越来越深入。双方从经济 文化 科技乃至民族血脉的交流融合越来越深入而广泛，逐渐形成了休戚与共，水乳交融的共生关系。青藏高原从来就不曾孤立隔绝。这片神奇的土地与广袤的中原大地一起共同创造了中华民族的历史和文化。

青藏高原号称世界屋脊，世界上海拔最高的高原，平均海拔超过4000米的喜马拉雅山脉，自西北向东南延伸形成了一道难以逾越的天然屏障。在喜马拉雅山脉与冈底斯山之间奔流着气势雄伟的雅鲁藏布江，江的两岸是丰饶的河谷平原。这里自古以来就属于农牧业发达的地区。吐蕃人最早就繁衍生息于雅鲁藏布江的南岸支流 雅砻河谷。藏族真正成为一个民族共同体，正是以吐蕃政权的建立为标志。在此之前，青藏高原上散布着雅砻 象雄 苏毗等十几个割据邦国和部落。各邦国 部落之间矛盾交错复杂，战争时常发生。随着雅砻部落的实力日渐壮大，其首领囊日松赞消灭了一些敌对部落，为青藏高原的统一和吐蕃的强势崛起奠定了基础，囊日松赞去世后，他十三岁的儿子弃宗弄赞继承了王位，成为新一代赞普，而青藏高原的统一大业正是这位赞普完成的。他就是被吐蕃人民崇其德所尊称的松赞干布，汉语意义为庄严大德王。得名于梵语观音的普陀洛迦的布达拉宫是拉萨最高的建筑，从布达拉宫建成直到今天，藏族人一直坚守着一个传统，那就是所有在拉萨的新建筑不能高于布达拉宫。而很少有人知道，布达拉宫的最高处的建筑是法王洞，它是布达拉宫唯一留存下来的吐蕃时期的建筑。这里曾经是松赞干布长期居住过的殿堂。如今，洞内北侧中央供奉着吐蕃王朝的缔造者 松赞干布像。

松赞干布生于公元617年。这位年仅十三岁就位的吐蕃政权的统治者早早显露出他卓越的政治和军事才华。松赞干布迅速平定了内部叛乱，并武力兼并了邻近的苏毗和羊同两部，随后，向东北进军攻破党项 白兰羌，并开始进攻吐谷浑，其势力扩展到今天的青海中部地区。另外他还向南征服了泥婆罗，也就是今天的尼泊尔。松赞干布将一切边地小邦尽行统治，最终完成了统一青藏高原诸多部落的伟业。这是吐蕃有史以来第一次真正意义上的统一。

藏历九月又叫天降月，是藏族人一年当中最重要的月份。在每年九月二十二日之前，各地的藏族人都会来到布达拉宫参加劳动，将布达拉宫粉刷一新，以迎接天降月的到来。粉刷布达拉宫这个传统正是始于一千四百年前的吐蕃赞普松赞干布时期。完成统一青藏高原的大业后，为了进一步摆脱旧贵族 旧势力的羁绊，松赞干布进行的第一件大事就是迁都。将政治 经济与文化中心从雅砻河谷迁往雅鲁藏布江以北的逻些河畔。松赞干布请来尼泊尔等地的工匠在布达拉山上修建起雄伟壮丽的宫殿。布达拉宫建成后，许多部族首领纷纷前来遣使通好，布达拉宫迅速成为吐蕃王朝的政治中心。每年粉刷布达拉宫所使用的颜料是用藏族人从家中带来的牛奶和白糖搅拌的。千年来，藏族人用这种方式保护着他们心中最至高无上的宫殿，更是表达了对松赞干布的无限尊崇之情。迁都之后，松赞干布建立了一整套政治 法律与军事制度，划定行政区划，设置各级职官，建立王廷议事会，并制定赞普与臣下的各种会盟制度。他还开始着手统一文字并派人前往印度等地考察学习，最终创立了一套新的吐蕃拼音文字系统，此外还制定了藏历以及有关土地 畜牧的度量衡制度和税收制度。在松赞干布的统领之下，吐蕃的社会发展进入了一个崭新的阶段，然而，松赞干布一手缔造的吐蕃政权却并不稳定。要想保证吐蕃的长期稳定与统一，松赞干布必须寻找一条长治久安的道路。深谋远虑的松赞干布早已感受到了来自吐蕃东面唐帝国的强大力量和吸引力，于是，松赞干布试探性地主动开启了与唐朝的第一次友好往来。

唐太宗贞观八年（公元634），松赞干布派使者入唐朝贡，太宗也派使臣回访宣慰。双方刚刚有了初步的了解，松赞干布就迫不及待地提出了一个大胆的的要求，向唐王室求婚，希望娶一位唐朝公主。唐太宗没有答应松赞干布的求婚。对于和新兴的吐蕃政权的关系，唐太宗需要进一步了解，以便从更长远的角度考虑。但在松赞干布看来，大唐之所以不许和亲与位于青海的吐谷浑挑拨离间有关。他于是发兵攻打吐谷浑，又派大军20万进攻唐朝的松州（今四川松潘一带），甚至声称如果不嫁公主我就派兵长驱直入。面对吐蕃的挑战，唐太宗决定示之以威，派大将侯君集等分路进讨，大败吐蕃军队，松赞干布就势罢兵，派人向唐太宗请罪，并趁机再次提出和亲的请求。唐太宗决定将宗室之女文成公主嫁给松赞干布。文成公主不仅饱读诗书，笃信佛教，精通天文历算，更重要的是她有一个远大的抱负，而这些正是唐太宗选中她的原因。

公元641年，一支庞大的吐蕃迎婚使团来到长安。为了纪念吐蕃迎亲，大画家阎立本专门绘制了一幅《步辇图》。从图中可以看到唐太宗坐在步辇之上威严而从容。作为使团首领的吐蕃宰相禄东赞举止得体肃穆恭谨。显然，唐蕃双方都对和亲非常重视。唐太宗派他的堂弟时任礼部尚书的江夏王李道宗为主婚使，亲自护送文成公主入吐蕃。松赞干布更是日夜兼程，亲迎于柏海，并以子婿之礼参拜了李道宗。文成公主入藏具有非凡的历史意义。不仅只是在政治上唐蕃建立了甥舅关系，初步稳定了唐朝的西南边疆，从更长远的角度来看，这次和亲也为西藏地区最终归于祖国版图奠定了一个良好的基础。

这里是拉萨河边的慈觉林村。文成公主曾经在这里安营扎寨。大型室外情景剧《文成公主》每天都在上演。藏族导演白芨正在给扮演文成公主的演员排练。对于听着文成公主故事长大的白芨导演来说，她希望把一个千年来藏族人心中共同的文成公主展现给世界和她生活的土地。平均每天这里大约有两千多名观众观看演出。而创作和参加演出的演职人员有八百多人。公元641年，即贞观十五年，文成公主一行正式踏上了去吐蕃的旅程。这是有史以来最特别的陪嫁队伍。随行人员有六百多人。其中包括铁匠 瓦匠 木匠 农艺师 酿酒师 厨师等许多工匠和技术人员。而这支队伍所携带的嫁妆也极为特殊。它们包括佛像 布匹 纺织工具 农具 农作物种子 乐器金银器具 绫罗绸缎等，而最重要的或许是大批的图书典籍。在藏文的史籍中，对这些典籍是这样记载的，金玉书橱，三百六十卷经典，卜筮经典三百种，识别善恶的明鉴，营造与工艺著作六十种，医方百种，诊断法五种，医疗器械六种，医学论著四种等等。文成公主带到西藏的嫁妆都是当时世界上最先进的文化成果。文成公主的扮演者杨欢是一名汉族演员，而且与文成公主一样也来自长安即今天的西安市。从西安到拉萨，杨欢已经有一年的时间，她一直在努力理解自己的同乡文成公主和那个传颂千年的经典爱情故事。根据藏地传说，文成公主入藏历经了三年时间。她一边走一边教给吐蕃人民垦田种植 安装水磨，使乳变奶酪，从乳取酥油制成甜食。以丝绸工织，以草治绳索，以土做陶瓷等技艺，涉及社会生产的方方面面。与此同时，许多吐蕃的贵族子弟也来到长安学习。他们给吐蕃社会带回了新的风气。正如唐人陈陶在《陇西行》诗中所言，自从贵主和亲后，一半胡风似汉家。松赞干布与文成公主联姻树立了唐蕃关系史的第一块里程碑。文成公主入藏极大地促进了吐蕃社会经济与文化的进步。文成公主带给西藏的改变一直延续到今天，而且几乎无处不在。

这里是西藏自治区尼木县，这里出产一种西藏最著名的藏纸。次仁多杰是尼木藏纸技艺的第六代传承人。他们家族不断传承使用的藏纸制造技艺正是始于文成公主入藏时期。以狼毒草为原料制造的藏纸最显著的特点是经久不坏 ，甚至可以保存几百年。因此尼木藏纸成为印刷佛经最好的纸张。今天，尼木藏纸已经成为西藏宝贵的非物质文化遗产。它依然是印刷佛经的首选用纸。文成公主所带来的造纸技术经由各地的藏纸继续造福着整个雪域高原。

青稞是所有西藏人都离不开的主食。在西藏，每年的青稞产量关系着整个西藏人民的生计。今天，人们种植青稞依然根据传统的藏族历法安排一年的春耕秋收。而现代藏历的演变发展与文成公主有直接的关系，这里是西藏藏医学院，旺堆教授正在给学生们讲授藏医学中最重要的一部医典《四部医典》。在西藏藏医发展的历史中，《四部医典》历经了多代藏医不断丰富完善最终定本，而文成公主为藏医的发展做出了十分重要的贡献。事实上，文成公主入藏对于中国历史的真正影响远远超过了我们的一般认知。藏族人民对于文成公主的情感几乎无以复加。他们愿意把世上所有最美好的词汇都献给文成公主。文成公主不仅为藏族人民带来了先进的科学技术，还为西藏注入了宝贵的思想精神财富，那就是佛教。

在藏族人心中，文成公主就是菩萨的化身。在大昭寺，藏族人民同样也表达着对于这位大唐公主的崇敬之情。这里不止一处供奉着松赞干布和文成公主的像。大昭寺，在西藏人民心中有着神圣的地位，每天都会由无数的藏族人到这里朝拜。他们有的是一个村庄的人集体乘坐简单的交通工具来到这里，有的则是全家人一步一磕头从遥远的山区历时几年磕到这里。大昭寺千年来一直供奉着藏传佛教中最崇高的佛教圣物，释迦牟尼佛十二岁等身像，又名觉沃佛。而这尊佛像正是文成公主从长安不远万里带来的。觉沃佛的到来成为了佛教在西藏落地生根的重要标志。尼玛次仁喇嘛是大昭寺的僧人。从三十年前出家一直没有离开过这座寺院。对于大昭寺的历史，尼玛次仁喇嘛如数家珍。

在佛教到来之前，苯教是西藏的原始宗教。随着吐蕃社会的进步，苯教原始落后的特点日益凸显，但以一些大臣为代表的部族势力和权贵势力却试图利用苯教控制民众，而松赞干布大力推广佛教，希望为吐蕃带来新的生机。吐蕃在统一的外表之下实际上一直暗流涌动。苯教与吐蕃赞普的矛盾可谓由来已久。第一代赞普聂赤赞普就是被苯教教徒杀害，一直到（第）二十七代赞普，吐蕃政权几乎都是被传苯教 说神话 讲谜语的苯教大臣控制，历代赞普大多早逝，这与苯教大臣势力与赞普的斗争有直接关系，松赞干布正是希望能够用佛教彻底取代苯教，结束西藏无休止的杀戮和分裂的历史。

公元649年，唐太宗去世。第二年，松赞干布也突然去世，两位唐蕃历史性关系的缔造者相继去世，大唐与吐蕃的蜜月期结束了。双方关系的前景笼上了一层阴影。松赞干布去世后，赞普的王位传给了他的孙子芒松芒赞。由于新赞普年幼，吐蕃军政大权落入宰相噶尔·东赞域松之手，噶尔·东赞宇松就是迎娶文成公主的首领禄东赞。但禄东赞推崇苯教，苯教势力趁机与噶氏家族互相依持，势力迅速壮大。很快，赞普的身边全部都是苯教大臣了。从这个时期开始，吐蕃进入长达五十年之久的噶尔家族专权时期，也正是在这一时期，吐蕃与唐朝陷入了连年不断的战争。吐蕃与唐朝的战争主要发生在两条战线上，一是吐谷浑，另一个则是西域的安西四镇。对于唐蕃双方而言，吐谷浑的战略意义都非常重要，控制了吐谷浑就等于控制了丝绸之路的南道。起初，吐蕃军队在各条战线上都取得了优势，但经过三十多年的战争，唐军收复了安西四镇，吐蕃占据二十四年的天山以南地区也重新回到了唐朝的版图。公元698年，吐蕃专权的噶氏家族被王室铲除，唐蕃之间的战争也缓和下来，双方再度开始讨论和亲之事。

又一位大唐公主即将踏上前往吐蕃的和亲之路，她就是金城公主。金城公主本是中宗皇帝的侄孙女。为了显示对这次和亲的重视，中宗皇帝将这位侄孙女当作自己的女儿来出嫁。与文成公主一样，金城公主入蕃将带去大批书籍和工匠，甚至还有龟兹乐一部。后来，她还派使者来唐，请求唐玄宗把《毛诗》《礼记》《左传》《文选》等汉文典籍颁赐给吐蕃，另外西藏现存最早的藏医著作《月王药诊》，就是在金城公主带去的医书翻译之后结合了吐蕃民间医药学经验而编成的。

公元710年正月二十七日，唐中宗为金城公主举行隆重的饯行仪式。而后金城公主一行踏上了漫漫行程。而此时的吐蕃王朝的内部正在发生着激烈的政治斗争。年轻英俊的吐蕃王子江察拉温被苯教大臣杀害，相传金城公主原本要嫁给的正是这位未来的赞普。苯教旧势力与赞普的较量还在继续。他们试图阻止吐蕃和唐朝的再次联姻。金城公主的行程也在继续。他并没有因为吐蕃复杂的政治形势而退缩。她要完成一位大唐公主的神圣使命。相比于文成公主与松赞干布，金城公主并没有留下太多美好的爱情故事，但她所做出的贡献同样巨大且意义深远。唐蕃联姻会给赞普强大的力量支持，会消除战争实现吐蕃中兴，让雪域人民过上稳定的生活。在布达拉宫的这幅壁画上，描绘了金城公主当年入藏之前唐朝皇帝赐给他一面镜子的情景。从壁画中，仿佛能够听到临行前唐朝皇帝对金城公主的殷切叮咛。金城公主与赤德祖赞的和亲进一步加深了中原文化与西藏文化的交流和影响。赤德祖赞在给唐玄宗的上书中就说外甥是先皇帝舅宿亲，又蒙降金城公主，遂合同为一家，天下百姓普皆安乐，汉藏一家成为双方共同的期待。

在吐蕃与唐朝多方面的社会文化交流中，佛教是一个非常重要的因素。对西藏文化传统的形成具有极为重要的意义。在松赞干布去世后，苯教大臣得势，他们开始破坏佛教，到金城公主入藏，西藏的佛教一直处于百废待兴的状态，甚至，文成公主带来的释迦牟尼佛十二岁等身像都已经不见踪迹。真正使佛教在吐蕃广泛传播的是赞普赤松德赞。很多藏文史籍记载，赤松德赞是金城公主的儿子。这一直是西藏历史中最富争议的问题之一。这位功绩卓著的伟大赞普确立了佛教在吐蕃社会文化中的崇高地位。在赤松德赞即位之初，权力还掌握在信奉苯教的大臣之手。吐蕃社会的反佛势力依然很大，甚至连大昭寺 小昭寺都被改为屠宰作坊。在一些信佛大臣的支持下，赤松德赞严惩反佛大臣，并采取了一系列有力的措施来推行佛教。赤松德赞迎请莲花生大士 寂护论师等天竺汉地高僧入藏弘法。在他的主持下，吐蕃修建了桑耶寺，这是吐蕃史上第一座正规寺院。赤松德赞颁布兴佛诏书，并挑选贵族子弟出家为僧，这也是吐蕃正式出现佛教僧人的开始。他赐给每位僧人三户属民作为供养，这就是三户养僧制。赤松德赞下令，举行了一场佛教与苯教的公开辩论，一决胜败，辩论的结果是苯教失败。赤松德赞当即宣布自己信奉佛教，一部分苯教徒由此改信佛教，其他人则逃往了边远地区隐居。在佛教取得了对苯教的胜利之后，佛教内部的矛盾斗争也基本得到解决，佛教开始发展起来。赤松德赞在吐蕃史上的作用和地位堪与松赞干布相提并论。在他长达四十三年的统治时期，吐蕃继续扩张，形成一个强大的多部族帝国。在赤松德赞即位的同一年，即公元755年，安史之乱爆发了。这场历时七年零两个月的叛乱给唐王朝的统治造成了极为沉重的打击，而正积极开拓的吐蕃则觅到了意外的良机。为了平定叛乱。唐王朝将防备吐蕃的边防主力调回中原，致使河西 陇右军备空虚，吐蕃虚机而入。到安史之乱平定时，唐朝的陇右之地已全部被吐蕃占领。

公元763年十月，20万吐蕃大军长驱直入，占领长安，长安城被洗劫一空。他们甚至还拥立了一个傀儡皇帝。唐军发起有力的反击，迫使吐蕃军队在15天之后退出长安。此后，吐蕃军队掉头西征，占领西域，河西走廊广大地区，吐蕃人追求了一个半世纪的目的终于达到了。据统计，吐蕃总共占领了唐朝五十余州，一百五十余县，控制人口达一百六十多万。面对吐蕃咄咄逼人的进攻态势，唐王朝宰相李泌提出了北和回纥，南通南诏的遏制吐蕃计划，并得以成功实施。南诏是由唐代乌蛮 白蛮等少数民族建立起来的一个地方政权。公元738年，唐玄宗册封地域最南的蒙舍诏首领皮逻阁为云南王，使之归顺大唐。然而，其子阁罗凤继位后宣布脱离唐朝，归附吐蕃。由于吐蕃对南诏一直横征暴敛，南诏苦不堪言。唐朝宰相李泌的计划使南诏顺利归唐。南诏归唐之后，吐蕃大规模的扩张之势有所减弱，双方再度和谈。

唐穆宗，长庆元年（公元821），唐朝与吐蕃双方进行了最后一次会盟，盟文被刻石立碑，。当时共立三碑，一碑立于长安，一碑立于逻些，还有一碑立于唐蕃交界之地。如今，只有拉萨这座唐蕃会盟碑依然矗立在大昭寺前。会盟碑上的盟文申明，这次会盟的目的是商议社稷如一，使唐蕃再续慈亲之情，重申邻好之义。盟文再次肯定了双方划定的边界，商定了双方用以沟通的驿递线路，并规定了其他和平措施。在会盟碑东侧的藏文盟词中还回顾了从松赞干布以来唐蕃关系发展的曲折历史。告诫人们，长庆会盟来之不易。今天，这块历经千年风雨的唐蕃会盟碑成为汉藏民族亲如一家的历史见证。

对于吐蕃自身来说，唐蕃会盟碑和他身后的大昭寺还见证了西藏佛教的发展历史和吐蕃王朝的兴衰。赤松德赞去世后，朗达玛在一些反佛大臣的拥立下登上了赞普之位，朗达玛推行激烈的毁佛政策以至于招来杀身之祸。公元842年，朗达玛遇刺身亡。这位给吐蕃带来血雨腥风的暴虐统治者成为吐蕃最后一位赞普。在朗达玛死后，吐蕃陷入长达四百余年的分裂割据局面，直到蒙元时期，西藏地区才又一次汇入中国统一的洪流。大唐与吐蕃，这两个强盛的王朝几乎同时兴衰。历史的巧合令人感慨无限，双方时战时和，有时亲密，有时疏远，彼此窥探却又相互学习，对唐朝来说吐蕃是必须认真了解的新伙伴，新对手，而对吐蕃来说，唐朝则是充满魅力的学习 模仿乃至超越的对象。差异巨大的双方就在这个复杂的互动过程中不断碰撞，不断消长，也不断融合。如今，它们当年叱咤的风云早已散尽，而回望这两个王朝的背影时，我们仍然能够感到其光辉穿越时空，夺人魂魄。而松赞干布与文成公主，赤德祖赞与金城公主的美好姻缘，作为唐蕃和同为一家的纽带更是中华民族历史上永远传颂的佳话。

敦煌具有伟大历史意义的一刻终于到来。此前几百年的准备就是为了这一刻的到来。公元366年，一位名叫乐僔的高僧来到敦煌。他来到城东南鸣沙山东麓，眼前忽然一亮，三危山上出现了万道金光。金光之中，他依稀看见千佛化现而出。乐遵相信这里就是自己寻找的佛国圣地。于是决心留在这里修行，并在三危山上开凿了第一个禅窟。这件事远近传扬，虔诚的善男信女纷纷前来朝拜，许多年后，法良禅师从东方来到敦煌，又在旁边开凿了另一个石窟，石窟越开越多，于是高僧大德 王公贵族 普通市民，不论高低贵贱都在三危山上开凿大大小小的石窟做着不同的功德。一代又一代，莫高窟中积蓄着智慧的结晶，酝酿着博大的佛教文化。