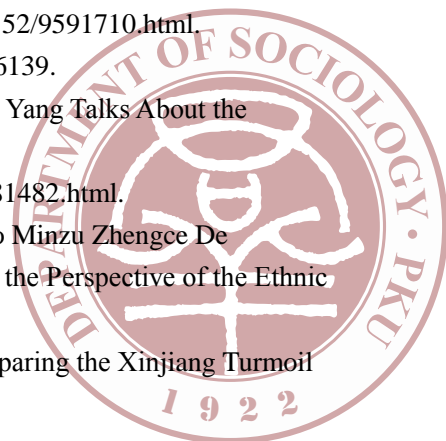


- Wang Xizhe and Liu Xiaobo. 1996. “Zhi Guogong Liangdang De Shuangshi Xuanyan” [20 Point Manifesto for the CPC and KMT]. *Beijing Zhi Chun* 11. <http://beijingspring.com/bj2/1996/170/2003127175607.htm>.
- Wang Yiyou. 2008. “Qin Hui, Wen Tiejun, Wang Hui Sanren Duihua [A Dialogue Between Qin Hui, Wen Tiejun and Wang Hui].” *Douban*, January 26. <http://www.douban.com/group/topic/2548767/>.
- Wenrui Tiankong. 2008. “Woguo Minzu Zhengce Zhidu Gai Yijing Keburonghuan” [The Reform of Our Country’s Ethnic Policies Cannot Be Delayed a Second Further]. *Sina Blogs*, August 2. <http://blog.sina.com.cn/lj0621>.
- Woesser, Tsering. 2012. “‘Huchenghe’ Yu ‘Zhongzu Geli’” [‘Moats’ and ‘Apartheid’]. *Woesser Middle Way*, July 25. http://woesser.middle-way.net/2012/07/blog-post_25.html.
- Woesser, Tsering. 2013. “No Room for Tibetans in the Chinese Dream.” *Radio Free Asia*, March 5. <http://www.rfa.org/english/commentaries/room-03052013153949.html>.
- Wong, Edward, and Jonathan Ansfield. 2012. “Many Urge Next Leader of China to Liberalize.” *The New York Times*, October 21. <http://www.nytimes.com/2012/10/22/world/asia/many-urge-chinas-next-leader-to-enact-reform.html>.
- Wu Yan. 2012. “Minzu Lilun Yanjiu Redian Wenti Xueshu Yantaohui Zajing Juxing” [Academic Symposium on the Hot Topic of Minzu Theory Opens in Beijing]. *Zhongguo Minzu Bao*, April 13. <http://www.mzb.com.cn/html/node/294149-1.htm>.
- Xiao Sanza. 2012. *Zuoyouweinan [Predicament]*. Fujian: Fujian Jiaoyu Chubanshe. Extracted at <http://news.boxun.com/forum/201301/lilun/3081.shtml>.
- Xinhua. 2010. “Zhengfu Gongzuo Baogao” [Government Work Report], March 15. http://news.xinhuanet.com/politics/2010-03/15/content_13174348.htm
- Xinhua. 2011a. “Full Text of Speech by Xi Jinping at Tibet’s Peaceful Liberation Anniversary Conference,” China.org, July 19. http://www.china.org.cn/china/2011-07/19/content_23023375.htm.
- Xinhua. 2011b. “Life Expectancy in Tibet Nearly Doubled Over Last Six Decades.” *People’s Daily Online*, July 12. <http://english.peopledaily.com.cn/90001/90776/90785/7436448.html>.
- Xinhua. 2013. Wang Zhengwei Minzu Gongzuo Redian Nandian Shou Xinhuashe Zhuanfang [Special Interview with Wang Zhengwei on the Hotspots and Difficult Points in Ethnic Work]. SEAC, April 19. http://www.seac.gov.cn/art/2013/4/19/art_31_182155.html.
- Xu Yan. 2010. “Women Dou Shuyu ‘Zhonghua Minzu’” [We All Belong to the ‘Chinese Nation’]. *Huanqiu Renwu*, December 15. <http://opinion.people.com.cn/GB/51863/13488774.html>.
- Yan Xuetong. 2009. “Jiaqiang Minzu Guojia Jiangou Shi Zhongguo Weilai De Zhongda Shiming” [Strengthening the Fabric of the Nation-State is a Weighty Mission for China’s Future]. *Zhongguo Shehui Kexue Bao*, July 3. <http://theory.people.com.cn/GB/49150/49152/9591710.html>. http://www.caogen.com/blog/infor_detail.aspx?ID=163&articleId=16139.
- Ye Bing. 2009. “Wang Yang Tan Zhongguo Minzu Zhengce Wenti” [Wang Yang Talks About the Problem of China’s Ethnic Policies]. *VOA Chinese*, July 31. <http://www.voanews.com/chinese/news/a-21-2009-07-31-voa41-60881482.html>.
- Yi Fuxian. 2009. “Cong Xiangxi Minzu Renkou Goucheng Kan Zhongguo Minzu Zhengce De Zouxiang” [Looking at the Direction of China’s Ethnic Policies From the Perspective of the Ethnic Population of Western Hunan]. *Caogen*, August 17.
- Yu Shiyu. 2009. “Xinjiang Dongluan He Yilang Dongluan De Duibi [Comparing the Xinjiang Turmoil



- with the Iran Turmoil]. *Caogen*, July 13.
http://www.caogen.com/blog/infor_detail.aspx?ID=93&articleId=15548.
- Zhao Tingyang. 2005. *Tianxia Tixi [The Tianxia System]*. Nanjing: Jiangsu Jiaoyu Chubanshe.
- Zheng Yongnian and Shan Wei. 2010. “Jiang-Zang Saoluan Yuanyin Pouxu Ji Xinjiapo Jingyan De Qishi” [An Analysis of the Tibet and Xinjiang Riots in Light of the Experience of Singapore]. *Dongya Lunwen* 77. www.eai.nus.edu.sg/CWP77.pdf.
- Zheng Yongnian. 2009a. “Xinjiang, Xizang Wenti Yu Zhongguo De Guoji Guanxi” [The Xinjiang and Tibet Problem and China’s International Relations]. *Nanfang Ribao*, July 28.
http://opinion.nfdaily.cn/content/2009-07/28/content_5433512.htm.
- Zheng Yongnian. 2009b. “Zhongguo Shaoshu Minzu Zhengce De Wenti Daodi Zai Nail?” [Where is the Problem with China’s Ethnic Minority Policy?]. *Lianhe Zaobao*, July 21.
<http://www.zaobao.com/special/china/cnpol/pages2/cnpol090721c.shtml>.
- Zhu Weiqun. 2012. “Dui Dangqian Minzu Lingyu Wenti De Jidian Sikao” [Some Thoughts on Issues Related to Current Ethnic Problems]. *Xuexi Shibao*, February 13.
http://www.studytimes.com.cn/2012/02/13/01/01_51.htm.
- Zhu Yuchao and Dongyan Blachford. 2012. “Economic Expansion, Marketization, and Their Social Impact on China’s Ethnic Minorities in Xinjiang and Tibet.” *Asia Survey* 52.4: 714–33.

【论 文】

如何认识藏族及其文化*

石 硕

【摘要】 本文主要讲了四个问题：一、从文化人类学的理论视点谈如何看待异文化；二、从高原地理环境认识藏族的生活方式；三、从高原环境认识藏族的宗教信仰及价值观；四、藏族的文化性格。文中许多认识源于作者多年从事藏学研究的积淀和在藏区进行田野调查的体验、观察与思考。文章对异文化背景的人如何认识和理解藏族及其文化提供了一个认识框架与思考角度，不乏参考意义。

【关键词】 藏族 藏族文化 青藏高原

非常高兴能和大家聊一聊有关藏族及其文化的话题。今天在座的除了藏大的老师和研究生同学，主要是援藏干部，所以我选择了这个题目。首先我向援藏干部表示敬意，大家从内地来到边疆，离开自己的小家，千里迢迢来做援藏工作，是一件很有时代意义的事情，我相信这对大家来说将是一段难忘的人生经历。我和大家一样，也和西藏有缘，我第一次进藏是 1991 年，来了之

* 本文是根据四川大学中国藏学研究所石硕教授于 2014 年 10 月 25 日在西藏大学为第三批援藏干部所作讲座的录音整理而成。讲座由西藏自治区组织部、西藏大学继续教育学院主办。录音整理人：央宗、李志英。



后就被这片神奇的土地和厚重的文化深深吸引。因为做藏学研究，西藏的七个地市我都跑过，我带的博士生中，跟我念博士的也有援藏干部，所以我对援藏干部的经历并不陌生。据我了解，对于我们从内地来到西藏的人来说，遇到的一个主要问题就是如何认识藏族及其文化？我们从进藏开始到离开西藏，乃至回到内地，这个问题可能始终萦绕在我们脑子里。我们在内地生活，基本上不发生这样的问题，因为我们周围的人都是说一样的语言，有一样的生活模式和习俗，一样的价值观念，所以我们的交流没有文化的障碍。但是当我们来到一个异文化的区域和环境，会发现周围人说的语言、穿着的服饰、他们的生活习俗以及价值观念和我们都不一样。这个时候我们会感觉到和他们的交流存在着障碍。原因是我们跨了文化，我们从一种文化跨入到另一种文化里面来了。在这种情形下，如何看待藏族及其文化就成为我们进藏以后迫切需要面对和解决的一个问题。这个问题解决的好不好直接关系到我们在西藏生活和工作质量，也和我们的援藏工作的成效密切相关。我今天要讲的不是一个知识性的话题，因为知识性的话题我们在书本上都能找到。我主要是想结合我对藏族社会、历史、文化的研究，以及我个人的一些经历和体会，和大家交流一下，对于我们从内地来到西藏的人，应当如何来认识和理解藏族及其文化。我希望这个话题能对大家在西藏的工作和生活有所帮助。

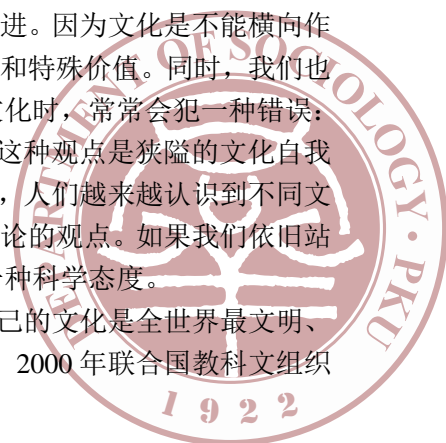
我讲四个问题：一、从文化人类学的理论视点谈谈如何看待异文化；二、从高原地理环境认识藏族的生活方式；三、从高原环境认识藏族的宗教信仰及价值观；四、谈一下藏族的文化性格。

第一个问题，从文化人类学的理论视点谈谈如何看待异文化。

在人文学科领域，有一个专门研究人类文化的学科，这就是文化人类学。我先介绍一下文化人类学对待异文化，有怎样的观点和看法。文化人类学的产生很有意思，在 17、18 世纪，西方在殖民扩张中，征服了大量的殖民地。但他们很快发现，要对殖民地进行有效的管理和统治，按照西方文明文化中心观念去制定政策、实施管理遇到很大困难，于是开始研究殖民地的文化。最初的目的是为政治服务，为殖民者提供决策及管理方面的意见。但是研究世界各地不同的文化之后，其结果是产生了一门学科叫文化人类学。人们发现通过研究世界各地不同的文化，反而加深了对自己文化的认识与理解。所以文化人类学最早是从研究殖民地的文化开始，研究异文化开始，最后成为认识人类各种不同文化的一门学科。文化人类学的发展经历了三个阶段：第一个阶段是 19 世纪，人们称之为理性时期，即进化论的时期。在达尔文生物进化论的影响下，人文社会科学领域也产生了文化进化论的观点，认为人类文化不仅有高低优劣之分，并且是不断从简单到复杂、由低级向高级进化，因此当时常用“原始社会”、“初民社会”“原始文化”、“蒙昧社会”等术语来形容与西方文化相异的文化及社会。

第二阶段从 19 世纪末到 20 世纪 70 年代，为结构论时期。人们在深入研究各种有文字或无文字的社会、“高等”和“低等”文化后，发现每个文化都有自己的独特历史，自己独立的体系，有自己的结构和机制。第三阶段为文化相对论时期，进入不同文化相互理解的时期。20 世纪 70 年代后，文化相对论成为主流共识，认为文化没有高低优劣之分，每一种文化，它都因其自身独特的历史而具有独特的价值，我们不能说某一种文化比另一种文化更高明。正如我们不能说汉语就比藏语高明，也不能说某一个民族的服装比另一个民族的服装更先进。因为文化是不能横向作价值比较的，而应从一个文化产生的历史、环境中去理解它的独特性和特殊价值。同时，我们也不能用自身的文化价值标准去评判另一种文化。我们在认识一种异文化时，常常会犯一种错误：就是以自己的文化为参照和坐标，去评判另一种文化的高低、优劣，这种观点是狭隘的文化自我中心主义，是完全错误的。事实上，每一个文化都是一个独立的体系，人们越来越认识到不同文化之间需要相互理解与沟通。我们应该采取的正确做法就是文化相对论的观点。如果我们依旧站在文化自我中心和种族主义的角度去看待其他的民族文化，就不是一种科学态度。

回顾历史，在 18、19 世纪，西方坚持西方文明中心论，认为自己的文化是全世界最文明、最高的文化，但今天西方已经放弃这种看法，开始尊重文化多样性。2000 年联合国教科文组织



出了一个《世界文化报告》，提出当今世界的文化主题是“文化多样性，冲突与多元共存”。今天随着物质文明的丰富，人们已经越来越从追求生存与安全转向了追求意义和价值。意义和价值来自哪里？来自于我们的文化。每个文化都有自己的价值观。这种例子非常多，比如说在 60 年代的时候，台湾的原住民基本上都信仰基督教，但到了 70 年代，他们富裕起来后，几乎全都回归于自己的宗教了。他们发现如果自己富裕，但把自己的文化丢掉了，生活的意义和价值就黯然失色。

文化人类学还给我们提供了一个非常重要的观点，即人们是通过“他者”来认识自己，认识自身的文化的。以个人来举例更容易理解，如果一个人不和其他人接触，把自己孤立起来，便不可能认识自己，只有和别人交往，让别人成为你的镜子，才能认识自己。每一个人、每一个民族、每一种文化，都是通过“他者”来认识自己的。人们要认识自己，一个主要途径就是超越自己，超越的途径就是认识“他者”。今天，文化人类学已成为西方综合性大学的一门基础课，主要是帮助人们怎样认识不同的文化，这非常重要。

有一年我们在北京开教育部民族学学部会议，当时正值新疆 7·5 事件之后，大家有一个共识，认为中国是一个多民族国家，那么多民族，不同的文化在一块儿，但是我们的大学里却没有开设帮助大家如何认识不同文化的通识课，所以当时写了一个提案，建议教育部在我国综合性大学里开设文化人类学公共课，介绍文化人类学的基本知识和理论。一个民族、一个文化，只有认识的文化，才能产生对照、自省和文化自觉，才能够正确认识和评价自己，也才能够真正了解和认识自己的文化。我们很多内地的人，长期生活在同一个文化背景里，很难了解和认识我们自己文化的特点。只有当我们出国或者来到边疆民族地区，接触到别的文化，和自己的文化拉开一段距离之后，才能够更清楚、更深入的认识自己文化的特点。我们个人也是这样，每个人也是通过你的社会关系、你的交往，通过他者来认识自己的特点。因此在不同人、不同文化、不同民族的交往中，正确的态度便是从别人的文化中来反观自己的不足。

对待异文化的基本态度和立场是不能以自身的文化标准去判定别文化，这个是一个错误路径。更不能“以己之长比别人之短”。而要以别人的“长”来审视自己的“短”。我举个例子，如果一个人在社会生活中，老是以自己的“长”来比别人的“短”，这个人就很难进步，他是一个封闭的状态，如果一个人在社会生活中总是看到别人的长处来对照自己的短处，他才能不断提高和进步。文化和民族也是这样。当今世界判定现代文明与现代人的一个重要标志就是看他是否有开放的文化态度。开放的文化态度就是首先要尊重异文化，尊重不同文化之间的差异。据我了解，在内地，因为汉族人口最多，又是主体民族，所以往往不自觉地有一种文化自我中心倾向，这是很错误的。真正的现代文明、现代人，应该是尊重异文化、尊重不同文化的差异。和谐的基础是包容和开放的心灵、开放的文化态度。我们现在强调“和谐”，因为和谐才能产生稳定，而稳定的基础是要包容多样和差异。一个丰富多彩、充满活力和希望的世界一定是多样性的世界。

当今世界有两个东西相互形成反差，一是经济一体化，它带来全球一体化，但与此相对应的却不是文化的一体化，而是文化的多样性。越来越多的民族、文化都在强调自身的文化传统、自身的文化价值，这和经济一体化相对应，二者相辅相成，是一个硬币的两面。我常给学习民族学、藏学的学生说，你们合不合格有一个简单的标准，就是看你是否树立了尊重差异、包容多样的文化态度。我认为咱们做民族和文化工作的人都应该有这么一个基本态度。大家知道，生物学上有一个定律叫生物多样性，其实文化也同样如此。很多年前，我在内蒙古考察时，途中在草原上停车休息，陪同我们的是现在内蒙古大学副校长齐木德·道尔吉教授，我们看见他趴在草地上像找什么，好奇地问他，他说他在数草种，他说过去草原牧民判定草原好坏的方法很简单，就是看一平方米之中有多少种草，过去可达到 200 种以上，是比较好的状态，现在只有三四十种，状态在恶化。以一平方米内草种的数量来判定草原的好坏，这是牧民几千年来总结出来的经验。其实文化也是这样。文化的同质化是非常危险的状态，就像生物的同质化也是非常危险的。比如说一座



山都是一种树种，这是非常危险的状态，几十种、上百种树种就可以形成一种稳定的结构。文化也是这样，我常给学生说，我们能够生活在一个多民族的、有各种不同文化的国家里是我们每个人的福分，我们能够充分享受文化多样性带来的多彩与丰富。其实有很多东西我们平时看不见或意识不到，但是一旦这些没有了之后，就会出现一种很可怕的结果。

第二个问题，如何从高原地域环境来认识藏族的生活方式。

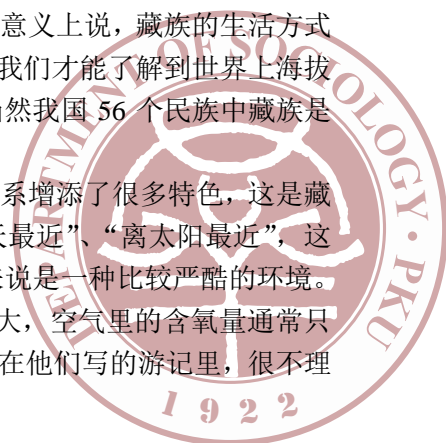
对我们从内地来到藏区的人，认识藏文化有两个根本的障碍：第一个障碍就是高原地域，因为内地是一个非高原地域，我们到藏区之后发现很多东西都和我们不太一样，包括习惯、衣食住行等等。如果我们缺乏文化人类学的基本常识，就很容易用非高原地域的人的生活方式去评判高原地域，这就造成了认识上的障碍。另一个障碍是宗教信仰，内地是一个相对世俗化的社会，几千年来我们是靠中央集权体制来形成主要凝聚核心，所以世俗化程度是比较高的，宗教未得到充分发育。生活在世俗化程度比较高的社会中的人到了一个几乎全民信教的社会，他要认识这个社会就面临着障碍。比如我们内地常说“宁拆一座庙，不拆一桩婚”，在我们的价值观念里婚姻比信仰重要，但是这个话语放到藏区的社会环境就不太合适，它与当地的价值观念格格不入。在藏族的文化观念里，信仰比婚姻的份量要重。我接触过一些从内地到西藏旅游的朋友，他们看到转经和朝圣的藏民把很多的钱、酥油等等都捐献到寺庙，觉得很惋惜，他们觉得剩余的产品应该用来扩大再生产，这就是世俗社会中的观念，觉得人要不断地扩大再生产。但是在西藏就不是这样。所以我们内地人到了西藏往往面临两个困境：一个是高原地域，另一个是宗教信仰，这是我们认识藏族和藏文化的两个障碍。对这一点我们一定要自省、自觉。

我们先来看一看青藏高原。青藏高原在我国的版图里面占了很大一块，将近四分之一。从世界范围来说，主要有三大高原：一个是南美高原，平均海拔在 3800 米左右；还有一个是东非高原，它要低一些，2000 多米；还有一个就是青藏高原，青藏高原的平均海拔在 4000-4500 米。如果把青藏高原放到世界范围来看，它是世界上海拔最高、面积最大的高原，因此，被称为“世界屋脊”或者“地球第三极”。青藏高原是一个独特的地理单元。它的北面是号称“亚洲脊梁”的昆仑山脉，昆仑山脉很长；它的西面和南面是喜马拉雅山脉；东面是巴颜喀拉山、祁连山、唐古拉山等等，所以它是被周围巨大的山脉环绕的一个地理单元。

青藏高原的面积是 2900 平方公里，面积非常大。藏族是青藏高原的主体民族，当然青藏高原除藏族之外还生活着一些其他民族。藏族的分布范围和青藏高原的范围大体上是重合的。我们在四川藏区发现一个很有意思的现象，和藏族交错而居、比邻而居的还有其他一些西南民族，但是一旦到了海拔 3000 米以上的区域，基本上就是藏族生活的地方。所以藏族主要居住于高原地域，如果要给藏族一个定位，可以说他是一个典型的高原地域民族。由于青藏高原的唯一性，也决定了藏族及其文化在世界范围内的独特性。

我有一个经历，90 年代中期我来拉萨，我坐大昭寺外面的台阶上休息，旁边有一位法国来的小伙子，他能说点中文，我问他为什么来西藏。他说：“我来西藏很简单，主要是想看一看在世界上最高地方的人，他们是怎么生活的，他们想些什么。”他的回答很有意思，也让我意识到高原地域特点应该是藏族同其他民族相比最突出的一个特点。从这个意义上说，藏族的生活方式和文化也是具有世界意义和人类价值的。因为从藏族的生活方式中，我们才能了解到世界上海拔最高地方的人是怎么生活的。只有从藏文化里才能回答这个问题。当然我国 56 个民族中藏族是其中的一员，他们的文化也是中华文化的有机组成部分。

我们的中华文化是很有特色的，藏族文化给中华文化这个庞大体系增添了很多特色，这是藏族文化非常值得自豪的一点。在文学作品里，藏族常被描写为“离天最近”、“离太阳最近”，这看似很浪漫，但大家同时应该意识到一个事实，高原对于人的生存来说是一种比较严酷的环境。我们来到这个环境里，首先是“高”，气压低，然后缺氧，温差非常大，空气里的含氧量通常只有内地的一半，一些高海拔地区可能更低。过去从外面进为藏的人，在他们写的游记里，很不理



解一个事，他们到了高海拔的山口，就呼吸困难，喘不过气来，头发晕，嘴唇发乌。当时不知道这是什么，人们认为是在“瘴气”作怪，“瘴气”看不见，所以经常在山上，人看着看着就不行了。

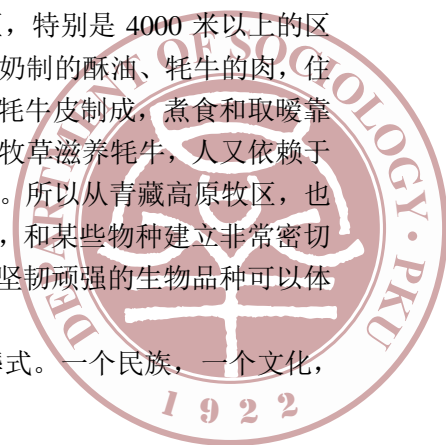
青藏高原有很多地方是完全不适合人类生存的。《唐书·吐蕃传》中谈到吐蕃的环境时用一个词叫“物产寡薄”。今年七月份我从那曲去阿里，穿越羌塘高原，完全是无人区，道路也不明显，经常走错路，要问路也根本找不到人。包括三江源、可可西里这些地方很多都是柳宗元所描绘的“千山鸟飞绝，万径人踪灭”的景象。所以青藏高原很多地方地旷人稀，是自然条件所限，有它的合理性。这个地方对人类而言，并不是适宜生存之地。但千百年来，藏族在这样的环境中生息繁衍，并创造了他们厚重而独特的文化。

如何理解藏族文化？如果说，文化是一种生活方式，那么，藏族的文化即他们的生活方式就是为了适应高原环境而产生的一套生存策略。这个方面的例子很多，我简单举几个，比如说高原昼夜温差很大，所以藏族穿的半袖，到了正午时脱一只袖子，这是为了适应高原环境的衣着，还有很多帽子、头饰等等，这些都是为了适应高原环境。另外，我们知道在拉萨，七八十度水就开了，饭是煮不熟的，过去没有高压锅，所以藏族人很智慧的把青稞炒熟后磨成面，就可以解决熟食的问题，不会长期吃夹生的东西，而且很便利，到任何一个地方只要有茶、酥油，和着就可以吃。而且他主要吃牛羊肉、茶。过去藏区没有蔬菜，我90年代初进来，当时菜比肉贵。但现在在城市这些地方，蔬菜已经极大的丰富。而过去人们主要靠茶、酥油、牛羊肉、糌粑这几种。牧区的人除了牛羊肉还要吃糌粑，农区需要酥油和牛羊肉，所以藏族文化还有一个重要特点，就是农、牧之间的相互依存、相互结合。过去藏北同拉萨、山南之间有盐粮交换，主要就是牧区的畜产品来交换农区的粮食，这就使牧区和农区结成一种相互依存的关系。所以农、牧的结合是藏族文化非常重要的特点。

一般说，在藏区没有纯粹的农区，但是有纯粹的牧区，牧区为了解决粮食和糌粑的问题，就形成了交换。农区和牧区产品的交换几千年都在进行，今天也是这样。从住来看，农区是石砌、平顶，房屋较高大；牧区因为很冷，风大，所以用很厚的土坯墙，房屋低矮，较抗风。青藏高原的行过去主要靠牦牛，过河是牛皮筏子，都和高原的生态环境相适应。大家可能注意到，藏传佛教不禁肉食，大多数佛教都吃素，但藏传佛教不吃素。因为高海拔和高寒的环境，人的热量的消耗很大。在这个地方如果没有高热量的食物是很难生存的。我在台湾看到一个材料，说西藏的高僧活佛到印度后，接触到了其他一些宗教领袖，见他们都吃素，于是也尝试着吃素，吃了一段时间的素，结果大病一场。原因是他们的体质已经适应了高海拔环境，突然改变饮食结构就会带来很大的麻烦。

有两个例子最能体现高原适应，一个是牦牛，青藏高原牧区对牦牛的依赖到了非常密切的程度，所以拉萨城内的牦牛雕塑被称为“高原之宝”，有的把它称为“高原之魂”。牦牛是高海拔地区的一种生物品种，它在夏季的活动地域可以达到海拔5000到6000米，直抵雪线之下。它对高原环境的适应力无与伦比，它耐寒耐、饥耐渴，而且是高原上最好的交通工具，牦牛也是藏族在高海拔地区赖以生存的重要生物基础。我们可以看到在高海拔的牧区，特别是4000米以上的区域，牧民们的衣、食、住、行都无不和牦牛有关。人们吃的是牦牛的奶制的酥油、牦牛肉，住的是牦牛（毛编织）的帐篷，行也是靠牦牛，盛物的口袋、绳子都是牦牛皮制成，煮食和取暖靠的是牦牛的粪。人们依靠牦牛在那个地方形成一个完整的自然循环，牧草滋养牦牛，人又依赖于牦牛来生存。这是非常自然的一个循环。在农区，牦牛也是耕地能手。所以从青藏高原牧区，也包括农区，藏人生活对于牦牛的依赖程度，可以看到他们适应了高原，和某些物种建立非常密切的关系。离开这个物种，几乎很难在那里生存。所以从牦牛这样一个坚韧顽强的生物品种可以体会到藏人在高海拔地区为什么能够创造出的一套独特的生存方式。

还有一点就是天葬。从世界范围来看，天葬可能是最为独特的葬式。一个民族，一个文化，



如何对待生和死往往关涉其文化核心，也最能体现这种文化的生命态度和人生价值观。青藏高原最早并不是天葬，在新石器时期，拉萨曲贡遗址已经发现石棺葬，由石头和石板垒起来的墓葬。川西高原一带，在东汉以前至春秋战国时期也普遍是石棺葬，当时石棺葬的成本是很高的。墓地周围不一定有石头，要从很远的地方搬来，把石块切成板状，成本非常高。到了吐蕃时期，主要还是实行土葬，但是到了吐蕃后期就开始变化，吐蕃以后基本上就是天葬为主，当然还有其它的火葬、水葬、树葬等等，但以天葬为主。天葬的观念，从文化上解释就是，在藏族的观念里，和躯体相比人们更看重人的灵魂，所以他们采取了一种很超脱很释然的方式选择了天葬，同时也通过天葬把死者的灵魂带到天上去。天葬蕴含了一种对生命的很释然的态度，一种洒脱和天人合一的观念。司马迁在《史记》中提出“天人合一”这一观念，这是古代华夏地区人们追求的一种境界。但是，我认为在我们中华民族的文化里，藏族文化是最天人合一的，因为在最高海拔的地方生存，人必须和自然之间有一种很亲密的关系才能在这里生存下去。为什么选择天葬，还有一个自然环境的原因，从某种意义上看，天葬也是环境适应的一种选择。从地理条件上讲，高海拔地区基本没有树木，也缺乏木材。到了冬季，土根本挖不下去，所以在这种情况下人们一定会选择一个和这样的环境相匹配的丧葬方式。所以从自然环境来说，天葬不仅是最绿色，而且也是和环境最融洽的一种葬式，是藏族经历多种文化选择之后找到的最合理、最能和环境融洽、匹配的葬式。其中既有自然适应的因素，也有文化选择的因素。

藏族的分布地区存在比较大的地域差异。藏族分布地区传统上分为三个版块，即卫藏、安多和康。它们既是三大方言区，也是三个不同的人文地理单元。这种地域差异给藏族文化带来了丰富性和复杂性。在藏文史籍里面很早就形成这样一种说法，卫藏是法区，其特色是宗教，所以拉萨被称为圣地，所有藏区朝圣都要到这里来，它是一个宗教的中心。安多是马区，也就是说安多的特色是马，是牧业；康这个区域是人区。藏族谚语里面还称卫藏人热心宗教，康巴人好斗，安多人会做生意，这些谚语都反映了藏族文化的区域差异。在 20 世纪上半叶有几个德国人类学家，他们对藏族做了 60 多例体质测量，测量的结果他们把藏人分为两种类型：一种是藏 A 型，以卫藏为中心，主要是短头型、面孔宽、身材较矮，他们也把藏 A 型称作“僧侣型”；另外一种藏 B 型，又称为“武士型”，主要在安多和康这一带，是长头型、面孔相对较窄、身材高大。所以，三个区域在体质物征上也存在一些差异。卫藏因为地处一江两河（指雅鲁藏布江和年楚河、拉萨河），非常富庶，几千年来都是高原农业的高产区，所以在人的体质特征上和其它牧区、康区的情况上就产生了不同的特点。

第三个问题，从高原环境认识藏族的宗教信仰和价值观。

藏族社会大体可分为两个发展阶段，在吐蕃时期，是一个王权社会，王权至上。吐蕃时期传了十代赞普，在吐蕃之前也传了 31 代赞普，那个社会里面是王权高于一切。但是在公元 10 世纪以后一直到民改以前，西藏的社会主要是宗教性的社会。为什么说它是宗教性的社会呢，因为在公元 10 世纪到民改前这个阶段，宗教组织是藏区最基本的社会组织。元代的时候，阔端派了他手下的一个大将多达那波，蒙古人很自信自己的铁骑，所向披靡的蒙古军队征服了欧亚大陆，所以对西藏也很自信，他就派了他的将军和军队打进来，进来之后发现这个地方地旷人稀，除了寺庙没什么东西。蒙古人意识到，要用军事征服的手段用征服这个地方的价值不大，必须要改变策略，所以他退了出去。说明宗教组织是最基本的一种社会组织，宗教也是社会的主要凝聚力。藏族社会的发展情况和内地很不一样，内地是靠中央集权的政权把非常广大的区域和人民凝聚起来。藏区那样地旷人稀，它靠的什么，就是靠宗教来凝聚，而且政治上形成了政教合一模式，也就是说从公元 10 世纪以后，西藏所有地方政权都是以某一教派为依托和载体来产生。藏传佛教是藏族的主要信仰体系，他由两个信仰体系糅合而成，一个是藏地本土的信仰体系，就是苯教；另一个是从印度和中原两个方向传入的佛教。《土观宗教源流》中对佛教与苯教的关系有这样的阐释，叫“佛中参苯，苯中参佛”。所以，我们可以这样来理解，藏传佛教是充分吸收了藏地本

土的信仰、文化和很多因素而形成的佛教体系，而且是用藏语文来传播。如果更简明地理解，可以认为藏传佛教是一种“藏”化了的佛教，或者说本土化的佛教。

如果把藏传佛教放在一个较大的范围里看，他主要有这么几个特点。

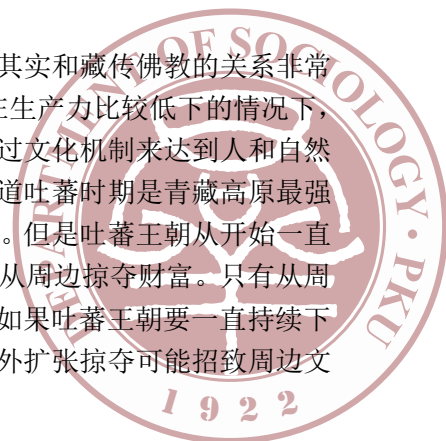
第一是形成了活佛转世，这是它的一个特色。除了达赖、班禅之外还有很多活佛转世的系统，这在其它宗教里面没有，只有藏传佛教有。另一个就是密教的特点，佛教认为人的成佛有两种途径，一种是学习佛学的经典，皓首穷经，通过对经典透彻的理解和感悟来达到成佛的途径，这个途径叫“显”；还有一个途径叫“密”，认为释迦牟尼的法身遗留了奥秘大法，也称为“真言”或称“金刚乘”，念诵此真言，用心、口、意把这个真言融合起来而且不断地修持，人也可以达到成佛的途径，这就是“密”，藏传佛教各教派都有密教的特点。在唐代，密教曾通过西藏、中原一直传到日本。密教在藏传佛教里保留最完整，日本的佛教中也有保留一些密教的东西，称为东密，藏传佛教称为西密。

另一个特点是藏传佛教形成了众多教派，教派中又形成很多支系，特别是噶举派，有“四大八小”的分支。藏传佛教的各教派，我们内地的人很容易从自己的文化观对它作出理解，在藏文史籍里讲到一个事情：元代的时候，八思巴成为帝师，忽必烈很信任他，给了他一个提议说：“西藏那么多教派不太好管理，如果你愿意，我可以独尊萨迦派，把其它教派都予以取缔。”但是八思巴婉言谢绝，他说：“我们虽有不同教派，主要是传承不一样，对佛学原理的某些理解不一样，但是各教派的关系就如同一只手的手指，如果去掉任何一个手指，都会对手造成伤害。”所以藏传佛教的教派不像有些宗教教派那样是水火不容，它不是这样，除了传承不一样外彼此在横向都有许多交流。如宗喀巴在创立黄教时，就曾师从各教派的高僧学习各个教派之长，然后来创立了格鲁派。另外就是基层社区是以寺院为中心来形成的，这和世俗社会也不太一样的，所以宗教也成为社会的基本凝聚力。

苯教是藏地最古老的自然宗教，也称为民间宗教，它的一个特点是“万物有灵”。藏文史籍记载从第一代藏王聂赤赞普一直到松赞干布之前，都是以苯教治国。苯教的发展分三个阶段：一是最早存在于藏地本土的各种原始宗教，称“笃苯”；二是从象雄时代起吸取了很多外来因素特别是湿婆教因素而逐渐系统化的苯教，叫“伽苯”；三是佛教传入后吸收了很多佛教因素而形成的苯教，称为“觉苯”，也就是今天的寺院苯教。现在藏区各地还有很多苯教寺院，这些苯教寺院都吸收了佛教的很多东西。同时，佛教也吸收了苯教的很多东西，如玛尼堆、经幡、神山圣湖的信仰，万物有灵，这些都源于苯教。存在于民间的许多自然信仰也属于苯教。

我们要反过来思考一个问题，藏族社会为什么会成为一个全民信教的宗教性社会，这个问题关系到我们怎么认识藏传佛教的社会功能和作用。藏传佛教是和苯教、本土的文化信仰充分糅合之后形成的一个新的信仰体系，这一信仰体系有两个最突出作用：第一是减少了人口增殖。在过去传统社会中，藏族家庭中有两兄弟必有一个到寺院出家为僧，有三兄弟者必有须两人出家，这产生的结果就是人口的增殖大幅度下降。这个方面藏学界已经有很多研究，大家形成一种共识，藏族的人口在很多阶段都非常低，民改前西藏人口大概百万左右，到了民改以后，特别是改革开放由于物质生活的富裕才有了根本的改善。

藏族传统社会人口增殖一直维持在很低的水平上，为什么这样？其实和藏传佛教的关系非常大，其结果就是使人口数量能够和高原脆弱的生态环境相匹配。过去在生产比较低下的情况下，青藏高原人口如果过量繁殖的话会带来灾难性的结果，实际上这是通过文化机制来达到人和自然的一种平衡。藏传佛教的另一个作用就是减少人的物质欲望。我们知道吐蕃时期是青藏高原最强盛的时期，吐蕃王朝基本上把整个青藏高原都占下来了而且强盛无比。但是吐蕃王朝从开始一直到结束，将近两百多年的时间始终不断向外扩张，一个重要的目的就是周边掠夺财富。只有从周边获得大量财富，才能够维持一个强盛的王朝。但是我们可以想象，如果吐蕃王朝要一直持续下去这是非常危险的。首先它不可能一直持续向周边掠夺，其次持续向外扩张掠夺可能招致周边文



明的毁灭性打击。所以青藏高原这个区域要按照一个世俗化社会追求财富、追求强盛的目标来长期和持续发展，具有不可能性。因为物产寡薄，生态非常脆弱，地旷人稀，在这样的环境里人的欲望一定要得到控制。

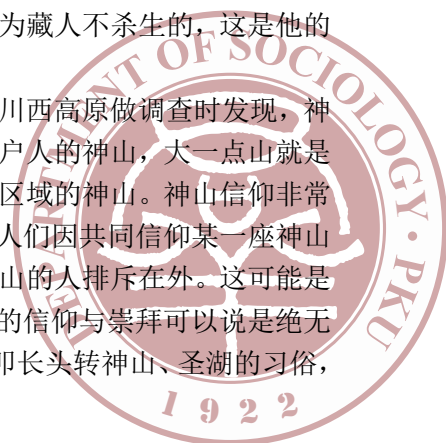
最后是靠什么来控制，在吐蕃王朝灭亡之后，就是靠藏传佛教。因为佛教是重来世、轻现世，重信仰、轻物质，所以上千年来使人的物质欲望、生活状态和高原环境相匹配。内地的旅游者常感叹藏民把大量的剩余财富捐给寺院很可惜，认为应该用剩余财富来扩大再生产。在高原牧区很多地方，如果按货币价值来衡量，一户人几十上百头牦牛，数百头羊，再加上挖虫草的收入，他们可以算得上很富裕。但是，他们的生活方式很简单，要在当地生存只能过那种传统的、简单的生活方式。我们可以想象一下，人要在海拔 4000 多米且地旷人稀的区域生存，如果他满脑子想的都是物质享受、功名利禄，对物质的欲望很强，就不可能在那里生存下来，只有逃离那个地方才可能实现这些愿望。所以一旦要在那个地方呆下来，就只能按照那个地方的传统方式，而且必须要有信仰。人要高海拔地方生存，必须要有信仰。因为人在那里生存本身就是一个奇迹，必须有信仰来作为生活的支撑，所以减少人的欲望是藏传佛教非常重要的社会功能，它使藏族在不适宜人类生存的高海拔地区千百年来生生不息，把他们的文明延续下来，这是一种生存的智慧 and 生存策略。

另一方面，藏族社会能凝聚成一个整体也是靠藏传佛教。在川西高原一带，过去有很多不同的民族，这些民族先是被吐蕃征服，后来大多信奉了藏传佛教，由于藏传佛教是靠藏文来传播，佛经等等都是藏文，所以随着藏传佛教的传播，藏文化圈也不断扩大，藏族在青藏高原整体的凝聚正是通过藏传佛教来完成的。还有一点就是学术界有人对西藏传统社会特点的总结，叫“大宗教、小政府”。

在 20 世纪上半叶，西藏地方噶厦政府的人员也就 300 至 500 人，才三五百人的官员体系管理这么大的地域，政府是一个小政府，一个低成本政府。而且派到各个宗也就几个官员，人也不多，原因在于寺院成为了一个重要的社会控制系统。上世纪 90 年代，一位德国哲学家曾经提出一个观点，他认为现代人类社会的管理成本越来越高，职能划分越来越细，机构越来越多，造成很大浪费，他提出应当提升一些社会组织或宗教组织来和政府组织相并列，把政府组织的职能分掉一部分，这可以大幅度降低社会管理成本。民改以前西藏就是一个“大宗教”、“小政府”的社会，社会管理成本很低。藏传佛教还有一个作用就是成为道德约束力量，所有宗教都是一个道德体系，让人们自觉地遵守一些行为规范和礼仪。内地因为不是全民信教的社会，所以政府需要不断作一些道德方面的提倡，来弥补道德的缺失和教育的不足。一个正常社会是需要道德来维系的。

在藏族的信仰体系中，还有一个非常重要的观念，这就是对人与自然关系的看法，这是藏文化中非常独特的一个东西。在藏文化中，特别是民间的信仰体系中，对自然的敬畏和尊崇十分突出，给人很深刻的印象，这是藏族文化观念里面一个非常核心的内容，这同样也是适应青藏高原特殊而脆弱的生态环境的一种策略。我在阿里听到对天葬的一种解释，当地老百姓说，我们为什么要把亲人的遗体用来喂鹰，是因为我们不想让鹰吃地上的动物。因为藏人不杀生的，这是他的一个观念。这种观念包含了对人和自然关系的一种独特理解。

在藏人眼里，大部分的山都是神山，大部分的湖都是神湖。我在川西高原做调查时发现，神山是庞大的体系，比如小一点的山，如村庄附近的山可能是一户或几户人的神山，大一点山就是更大区域的神山，那些高耸入云、终年积雪不化的山往往是整个更大区域的神山。神山信仰非常古老，可能是藏地最古老的一个信仰体系。最初，居住在一定区域的人们因共同信仰某一座神山而产生相互的认同，从而也共同享有神山周围的资源，并把不信仰神山的人排斥在外。这可能是神山信仰最古老的功能。从今天世界范围来看，藏族的对神山、圣湖的信仰与崇拜可以说是绝无仅有的。特别是现代文明如此发达的今天，藏族仍然保留了亦步亦趋叩长头转神山、圣湖的习俗，



这可以说是代表了当今人类自然膜拜的一种极致。

为什么青藏高原的藏族对自然会产生这样一种极致的崇拜？我认为，这种对自然的高度敬畏和遵从，是藏人祖祖辈辈在青藏高原这个人类极限地区生活所积淀下来的一种文化经验。一些不了解藏文化的旅游者可能会从“愚昧、迷信”来理解这种现象，其实这是一种很高的智慧。在那么脆弱的环境下，人一定要和自然环境之间保持一种高度的协调，对自然的敬畏和遵从正是为了达成这样的协调。所以，藏文化里对人和自然关系的看法，蕴含着对青藏高原地理及生态环境的独特理解和认识，凝聚着这个文化很高超的智慧。改革开放以来，内地的经济大潮不断波及青藏高原地区，特别是开矿引发一些风波，当地老百姓说那是我们的神山，不能动，开矿给青藏高原生态环境带来破坏，特别是牧区，一是造成草原上地下水位下降，二是草皮一旦毁掉就再也长不起来。可喜的是，十八大以来中央已采取果断措施，制止了在藏区随意开矿破坏生态环境的做法。

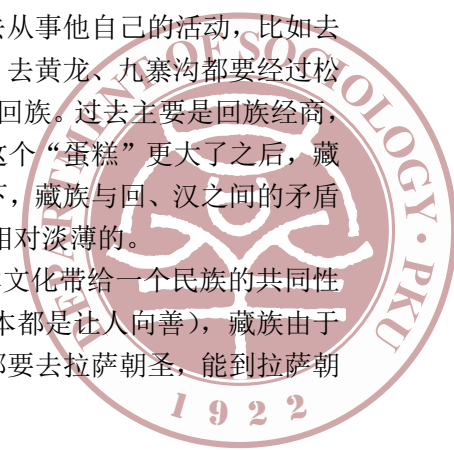
1998年长江上游天然林禁伐之前，甘孜州、阿坝州砍了很多树木，那些原始森林一旦砍掉就再也恢复不起来，随便你怎么种植。现在人们终于意识到那是长江上游一个重要的生态屏障。一旦把树木、植物破坏掉，今后对整个长江下游将是灾难性的后果。藏族是用千年百积淀下来的文化经验和智慧保护着青藏高原的生态环境。最近召开的中央民族工作会议，概括了我国民族地区的四个共性特征，即“生态屏障区”、“水系源头区”、“文化特色区”、“资源富集区”。这是非常准确的界定和定位。可以说，青藏高原作为一个民族地区，在前三点上尤为典型和突出。青藏高原号称“中华水塔”，几千年来孕育和滋养中华文明的最重要的两条母亲河长江、黄河都从这里发源。中国长江上游最重要的四条河流都从这里出去。三江源现在成为那么大一个保护区，就是人们越来越意识到过去被我们所忽视的那些看似不重要的东西，今后对于我们的子孙后代可能是最重要的。水、空气将是未来我们中华民族赖以生存的最根本的东西。藏族用他们的文化智慧，用他们的信仰把这些东西很好地保护下来。

第四个问题，谈谈藏族的价值观与文化性格。

如果要归纳藏文化的特点，我觉得有两个基本特点：一个是高原地域特点，一个是宗教文化特点，这是藏族最突出的两个特点。我说这个情况可能在广大农牧区体现更充分。当前藏区出现了一个很大变化，就是城乡的两极分化加大。城市发展变化很快，文化变化大，但就广大农牧区来说，基本的价值观仍然得以保留。第一个就是轻物质、重信仰。藏族的文化性格里，虔诚、执着、坚韧、约己这些品格，都和信仰有关，是信仰所铸就。我曾在四川最大的牧区县石渠色须寺遇到过一个情景，我们进去的时候活佛刚刚出现，很多信众那种虔诚的目光着实让人震撼，在城市社会中很少看到那样的目光。由于藏传佛教信仰使人们带重来世、轻现世，所以藏族的文化性格非常能够忍辱负重，很能吃苦，当然这也是造成他们的财富观念相对于其他民族来说要淡薄。

藏人有一点和汉人很不一样，就是不太重视积蓄。我们内地的人一有钱就积蓄起来，过去的很多地主、财主都是靠省吃俭用积蓄出来的，今天我们也把省下的钱都积蓄起来存到银行里。但藏族不是这样，他们把多余的东西要么让周围的人分享，要么供给寺庙。我曾和藏族著名学者西藏社科院的巴桑旺堆先生谈过这个问题，他用了一个很准确的词，说藏族是“刚够就好”。比如过去乞丐去乞讨，只要上午乞讨够一天所用，下午他就不去了，他会去从事他自己的活动，比如去甜茶馆啊等等。所以藏人的商业观念也相对淡薄。我前年到松潘去，去黄龙、九寨沟都要经过松潘一带，松潘那个地方很有意思，三分之二是藏族，其余的是汉族和回族。过去主要是回族经商，后来因为旅游发展，利益蛋糕越来越大，汉人和回族都经商，现在这个“蛋糕”更大了之后，藏人也开始经商，但他们的经商能力远不如回族和汉族，在这个背景下，藏族与回、汉之间的矛盾就增加了。所以藏族由于信仰和高原适应的关系，他们商业观念是相对淡薄的。

藏族的文化性格，文化性格类似我们说的“国民性”，是由整体文化带给一个民族的共同性格，我觉得大体有这么一些：因为佛教让人向善（所有三大宗教根本都是让人向善），藏族由于佛教信仰很深，所以向善也成为藏族的文化性格。安多和康等藏区都要去拉萨朝圣，能到拉萨朝



圣是僧人和信众一生的理想和向往，但是过去朝圣带不了多少东西，就背一小袋糌粑，带点酥油，途中的生存主要靠化缘，朝圣者经过沿途村庄，家家户户都会拿出东西来接济他，这是一个传统，所以行善是一个基本的东西。

由于长期信仰佛教，我认为，藏族整体上性格比较温和，比较忍辱负重，也比较宽容。而且另一点就是遵守规则。前一段时间看到一个报道，说一个藏族老年人组成的旅游团到北京参观，导游带他们到了预订的宾馆，但那个宾馆说情况有变无法安排，把他们转到另一个比较远的宾馆，这些藏族老人刚刚到达那个宾馆，原来预订的宾馆又突然通知说可以安排他们了，于是导游又领着他们回到最初预订的宾馆，整个过程折腾了不少时间，这些藏族老人把行李搬下搬上，非常安静，非常听话，没有任何人发出怨言和表现不满，这让导游异常吃惊，是她带团经历中从未有过的，不由得对这些藏族老人的宽容大度肃然起敬。其实这种善解人意，温和、宽厚，都他们的信仰有关。

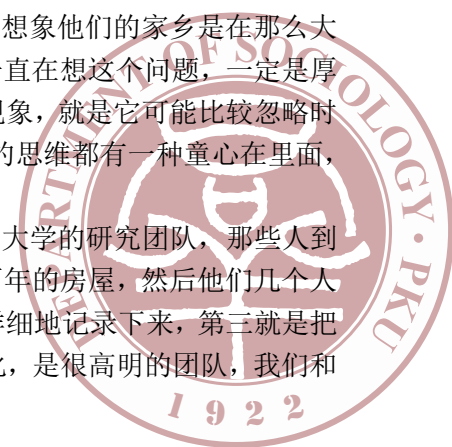
藏族的文化性格中还有一个特点就是神性思维，我认为这是藏族很重要的一个特点。1991年我来拉萨开一个藏学会，会后组织到堆龙德庆县参观，在村子里我看到家家户户都挂领袖像，有华国锋主席，有毛主席，也有邓小平，但是都有华主席。我觉得很奇怪，问了一下，陪同的藏族人告诉我，在拉萨一带藏族对华主席的崇敬已经成为一个现象。我问为什么，他告诉我这样一件事，华主席做第一书记时，曾来过西藏，进藏前他问西藏需要什么，当时的拉萨还没有自来水，市民要到拉萨河背水，用的是木桶，木桶自重大，水也容易洒，当时刚刚有了很轻便的那种加仑桶，很轻便、水又不洒。西藏方面就汇报了这一情况。华主席进藏时就带来很多加仑桶来，分给家家户户，拉萨老百姓就牢牢记住了这件事，并把加仑桶称作“华主席”，产生了一种神性的思维，所以拉萨一带的老百姓就都挂华主席的像。毛主席在世时，西藏很多老百姓特别是翻身农奴还普遍把毛主席视为观世音菩萨的转世等等。藏人看很多东西是用一种神性的思维，不是世俗的思维。

敬畏自然和善待动物也是藏文化里非常突出的特点。上世纪 90 年代初期我来拉萨的时候，遍街都是狗，因为狗是藏族生活里最亲近的动物，他从来不杀狗，不吃狗肉，所以狗就自然繁殖，到处都是，这是善待动物。藏族有句谚语：“把你好的东西布施给水里和地上的动物”这是不求功利的，就是说我要善待动物。

还有就是藏族是很乐观豁达、幽默开朗的。我发现一个现象，我曾经问过华西医大从事心理学的专家，他说藏族吸毒的很少，在西南某些民族中，贩毒、吸毒已经成为很严重的社会问题。但是由于信藏传佛教，藏区没有出现吸毒的问题。藏族中产生心理问题的比较少，特别是和内地比较非常少。因为比较乐观豁达，在那么一个高海拔的地区生活，一定有一个很乐观、很开朗的心态。

另外藏族文化很尊重老师，因为过去佛教的传承，首先要拜上师，密宗的传承也一定要拜上师，不是大家坐在一起公开讲课，而是上师考察跟随自己多年的弟子，觉得你可以了，才将佛法传授给你。尊师的传统是藏族优良的传统。我接触过不少藏族的精英人士，他们中一些人已做了很重要的大学校长，我去过他们的家乡，也到过他们的老屋，你很难想象他们的家乡是在那么大的山沟里，交通那么封闭，而他出来之后能够发展得那么优秀。我一直在想这个问题，一定是厚重的文化和高原环境给了他们很多滋养。我们读藏文史籍发现一个现象，就是它可能比较忽略时间、地点，但是那个故事一定会非常生动。我觉得很多藏族高僧大德的思维都有一种童心在里面，是一种很彻底的单纯。

藏族文化博大精深，上世纪 90 年代我们有一次带着日本早稻田大学的研究团队，那些人到了一个村子，他们选择最传统的一个家庭，包括他的房屋可能是上百年的房屋，然后他们几个人就把房屋完整地测量然后把它绘制出来，第二就把四季的农事全部详细地记录下来，第三就是把他们的婚丧嫁娶包括年纪详细记录下来，他们想保留这个微观的文化，是很高明的团队，我们和



他们合作了几年，有一次我们带他们在岷江上游跑了很多羌寨地方，后来来到了米亚罗嘉绒藏族地方，他们一走进一个很一般的藏族家庭里，看到金碧辉煌的客厅，那个教授非常感慨，他说我们一进来就感觉到藏族的文化确实是令人敬畏的，当然他主要是从宗教的这个角度来说。我觉得这个民族，特别是产生了藏文《大藏经》，《丹珠尔》、《甘珠尔》里蕴含了丰富的文化智慧，所以我认为藏族的文化是需要我们一点一滴逐步深入的体味和认识的。

藏族其实是很温和、很单纯、很容易亲近的。我有一个女学生，很多年以前她们几个女生一起到康定县塔公寺，在草原的边上，那个地方都是康巴汉子，头上挂着红头绳，看着体格非常大，她们一接近后，发现那些人其实很好打交道，你问他什么都很热情，而且乐于助人。他们不像表面上，如果你没和他们接触，看着好像很恐怖，其实他们是很单纯的民族。当然另一点就是文化实际上是动态和变化的，变化是文化的常态。藏族文化特点和现代性之间也存在一些冲突和调适，特别是现在的藏区，城乡二元体系非常明显，城市和农牧区的差距在不断地拉大，城市里一些不好的东西也传进来开始影响到藏族，但是从民族的整体和文化来看，农牧区基本的价值观、信仰和高原适应的生活方式都保留了下来。

我认为藏文化中有很多后现代的因素，“后现代”是针对现代的极度发展出现了诸多弊端而产生的一种反思性思潮，如现代发展太注重技术，如过于强调人类自我中心，对自然较为忽视等等。后现代更强调人和自然之间的和谐，而这些东西在藏文化里都得到了很好的保存。2006年，《中国国家地理》的执行总编单之蔷让我给他们的栏目就藏族的宗教信仰写一段话，我写下了这样一段话：“藏族信仰对我们的启示，在漫漫的朝圣路上，朝圣者的背影总给人无尽的启示，……面对高原的艰难环境，信仰支撑了他们的生活，也托起了他们的希望。于是，虔诚、执着、坚韧、宽容成为他们生存的性格与力量，而宗教成为他们生活的重要组成部分。”这是我对藏族宗教信仰的理解。

最后谈一个问题，就是我们需要思考文化是什么。一般来说，民族就是不同的文化人群。文化是什么，我们从书本的定义可以简单说文化是指生活方式和价值体系。但要真正理解什么是文化，却需要观察和体验。文化通常由两个部分来构成，一个是生活的方式，二是与之相对应的价值体系。一般说，前者是有形的，后者是无形的，前者是形而下，后者是形而上。其实，文化和环境的关系非常密切，什么样的自然环境产生了什么样的生计方式，什么样的生计方式产生什么样的生活形态，什么样的生活形态就会有与之相对应的一套价值观念。所以文化说到底是一个民族的生存策略和智慧。

美国学者哈维兰编的《文化人类学》（这是美国大学采用的人类学教材）给文化下了这样一个定义，我觉得非常精辟，他说，文化是能够给拥有该文化的人群带来最大幸福感的生活方式和价值系统。就是说藏族之所以选择这样的生活方式和价值体系，是因为它们能够给藏族带来最大的幸福感。人类有各种不同的文化，但没有一种文化是不能与别文化相互沟通的，所有文化之间都能够相互沟通。为什么？文化人类学对人类文化有四个基本判断：第一，文化相对，文化之间彼此没有高、下之分；第二，伦理互通，在所有不同的文化中人类的基本伦理都是相通的，比如尊老爱幼、乐于助人等等，第三，历史特殊。每一个文化的发展历程和轨迹都不一样。第四，人性普同。所以尽管文化不同，但人性是相同的，基于人性的人类伦理也是互通的，所以，所有的文化都可以相互沟通。这一点非常重要。人类数千年来的历史发展和进一步，一个重要主题就是不同文化、不同文明之间的相互沟通、相互联系，相互交往、交流与交融。这也是人类文化不断发展、进步的基础。

现在最新的分子生物技术就从基因方面来研究人类的起源已经取得重大突破，结论是，今天地球人类的祖先是在15-20万年前从东非大峡谷走出来，然后逐渐扩散于全球。也就是说，今天的地球人类只有一个共同的祖先。川大有一位非常有名的生物环境专家，在兰州大学做过副校长，曾在中国驻德国使馆做过文化参赞，我曾请教他人类起源的新观点能否成立，他给我举了一个例

