

湟中

塔尔寺

行游青海必不可少的去处

在很多人心中，青海只有青海湖和塔尔寺，虽说这是个不全面的认识，但塔尔寺的确是青海之行中必不可少的去处之一。

塔尔寺又名塔儿寺。得名于大金瓦寺内为纪念黄教创始人宗喀巴而建的大银塔，藏语称为“袞本贤巴林”，意思是：“十万狮子吼佛像的弥勒寺”。它坐落在湟中县鲁沙尔镇西南隅的莲花山坳中，与西藏的甘丹寺、哲蚌寺、色拉寺、扎什伦布寺和甘肃省的拉卜楞寺并称为我国藏传佛教格鲁派六大寺院。它不仅是一座闻名中外的宗教寺院，在一定意义上，它超越了宗教场所的范畴，变成了人们心目中的一种文化符号。从西宁出发，沿着平坦的高速公路，穿过湟中县城，塔尔寺会突然出现在面前。这是个精致又博大的所在，说精致是因为很多人到了塔尔寺，才发现原

知识文库：塔尔寺的宗教活动

农历正月初八至十八：塔尔寺举办正月法会的时间，正月十四午间跳金刚怖畏护法舞，正月十五上午晒大佛，正月十五晚间为酥油花展。

农历四月初八至十五：四月法会，是纪念释迦牟尼诞生、出家、涅槃的法会。农历四月十四午间跳金刚怖畏护法舞，四月十五晒大佛，跳马首金刚怖畏护法舞。

农历六月初三至初九：纪念释迦牟尼“三转法轮”的大法会。农历六月初七上午晒大佛，下午跳马头明王护法舞，六月初八上午转经，下午跳马头明王护法舞。

农历九月二十至二十六：纪念释迦牟尼降凡的大法会。农历九月二十二全天开放所有佛殿拜佛，九月二十三上午跳马头金刚护法舞。

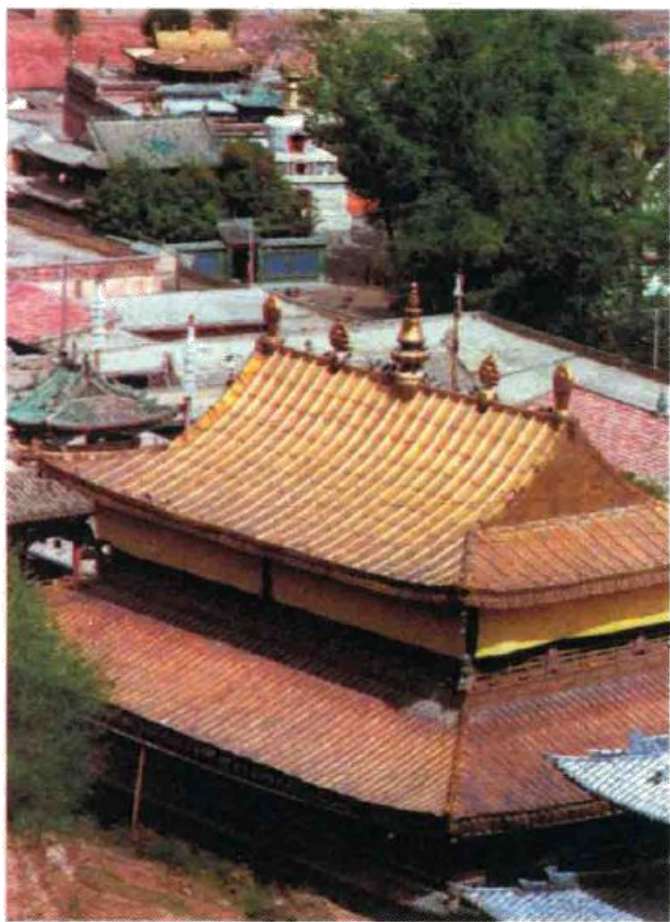
农历十月二十二至三十：“燃灯节”，共举行9天。僧众诵经祈祷和赞颂黄教创始人宗喀巴大师。农历十月二十五，全寺房顶连续点酥油灯5天，僧众在屋顶高声诵经并奏长号，万盏灯火把整座寺院照得通明，气氛肃穆庄严。

农历十二月十三至二十七：年终法会，意在辞旧迎新，祝福吉祥。

来这里没有想象中那么大，而之所以说博大，是因为这个庄严的庙宇，它默默地守候在那里，走马观花的人难以真正接近它的灵魂。

步入依山而建的塔尔寺，是不绝于耳的诵经声，一些满面风尘的藏族同胞无声地在香烟缭绕的大殿前反复跪拜；他们宁静的面容，虔诚的等身长头，会激起一个行者心中的感动。在塔尔寺，一定要静下心来，调动各种感官，感受塔尔寺那种与世无争的祥和，只有细心体悟，才会有所触动。

塔尔寺藏语中叫“拱本”，就是十万佛像的意思。始建于明嘉靖三十九年（1560），至今已有400多年历史。塔尔寺依山势起伏，是由大金瓦寺、小金瓦寺、大经堂、大厨房、九间殿、大拉浪、如意宝塔、太平塔、菩提塔、过门塔等许多宫殿、经堂、佛塔寺组成的一个气势宏伟，藏汉艺术风格相结合的古建筑群。



塔尔寺

塔尔寺“三绝”

堆绣、壁画和酥油花，被称为塔尔寺“三绝”

塔尔寺诸佛殿装饰的堆绣、壁画和酥油花，被人们称为艺术“三绝”，其中尤以酥油花最为有名。酥油晶莹洁白，松软细腻，容易调和各种颜料，塑成各种珍奇的艺术花朵。塔尔寺的酥油花不仅具有很高的艺术水平和独特的艺术风格，而且规模宏大，内容也丰富多彩。每年农历正月十五日，是塔尔寺一年一度的酥油花灯会。届时，喇嘛们将精心制作的酥油花摆到寺外广场，让成千上万的人观赏。许多人为了一睹酥油花的风采，不辞辛劳，千里迢迢来到塔尔寺参加灯会。

壁画在塔尔寺无处不在。可以说有墙就有画。壁画的染料采用天然石质矿物，

知识文库：塔尔寺的由来

塔尔寺大金瓦寺所在地是藏传佛教格鲁派创始人宗喀巴大师的降生地。据说在他降生的地方长出了一株菩提树，树有十万片叶子，每片叶子上都出现了一尊佛像。

1379年，在西藏求学的宗喀巴给母亲写信，让母亲在菩提树的地方用石片

砌成一座莲聚塔，这是塔尔寺最早的建筑，也是今天大金瓦寺内的大银塔的前身。现在，这座塔是全寺的主供神物。后来，僧人和信教群众围绕着塔先后数次修建这座佛殿，塔尔寺的规模不断扩大。塔尔寺是先有塔后有寺，二者结合，才有了汉语“塔尔寺”之名。

因此具有色泽鲜艳、经久不变的特点。塔尔寺的壁画属藏传佛教画派，因此具有浓厚的印、藏风味。并且色调和谐，工艺精湛，手法细腻。

堆绣，是塔尔寺独创的藏族艺术之一。它是用各种色彩艳丽的绸缎剪成各种佛像、人物、花卉、鸟兽等，然后以羊毛或棉花之类充实其中，再绣在布幔上，因此有明显的立体感。看上去，生动别致，色泽艳丽，为美术界所称道。

大金瓦寺

所在位置是藏传佛教格鲁派创始人，有“世界第二佛陀”之誉的宗喀巴大师的降生地。

位于全寺正中。藏语称为“赛尔顿庆莫”，即金瓦的意思。大金瓦寺初建于1560年，后于1711年，用黄金1300两，白银1万两改屋顶为金顶。进入大金瓦寺内，迎面矗立着12多米高的大银塔，这就是宗喀巴诞生的地方。大银塔以纯银做底座，镀以黄金，并镶嵌各种珠宝，裹以数十层白色“哈达”，以示高贵。塔上有一龛，内塑有宗喀巴像，塔前陈放有各式酥油灯盏、银鼓号角、玉炉金幢。梁枋上布满了帷、幡、绣佛、围帐及布陈天花藻井，琳琅满目。整个建筑庄严大气，在阳光之下光彩夺目。

小金瓦寺

寺的左边有一匹白马标本被誉为神马

又名为护法神殿。初建于明朝崇祯四年（1631）。寺中回廊陈设野牛、羊、

熊、猴等标本。据说，这些走兽标本象征一切恶魔鬼怪已被神征服。殿的左边有一匹白马标本，相传是三世达赖喇嘛从拉萨到青海塔尔寺骑的。三世达赖喇嘛朝拜塔尔寺之后，要去蒙古传经说道，这匹白马怎么也不肯走，于是便留下来，不久，马不食而死。后人把它当神马，和家神并列供奉。

大经堂

塔尔寺建筑中规模最大的经堂

是拥有 168 根大柱的大型经堂，初建于明朝万历三十四年（1606）。它是寺院喇嘛集中诵经的地方，堂内设有蒲团垫，可供千余喇嘛集体打坐诵经。内部饰有黄、红、绿、蓝、白五色幡、帷和各式天花藻井。还有珍贵的大型堆绣挂佛、刺绣佛。梁檐上的藏式图案花纹细腻生动。殿内大柱都由龙凤彩云的藏毯包裹。整个经堂五彩缤纷，富丽堂皇。

小花寺

塔尔寺木刻艺术的结晶所在

又名长寿佛殿，是为七世达赖喇嘛念长寿经而建的，故名长寿佛殿。小花寺正面为琉璃砖墙突出的小门，玲珑别致。院内种有菩提树，树叶茂盛，浓荫蔽日。殿内塑有释迦牟尼等佛像三十多座。木刻浮雕精湛细致，是塔尔寺木刻艺术的结晶所在。

八宝如意塔

塔尔寺的象征性建筑物

也称善逝八塔。八宝如意塔位于寺前广场。据说，这八个塔是为纪念佛祖释迦牟尼一生之中的八大功德而建造的，建于 1776 年。这八座白色的佛塔东西排开，是塔尔寺的象征性建筑物。从东向西依次为：莲聚塔、菩提塔、四谛塔、神变塔、天降塔、息争塔、尊圣塔、涅槃塔。八塔塔身白灰抹面，底座青砖砌成，腰部装饰有经文，每个塔身南面还有一个佛龛，里面藏有梵文。



塔尔寺八宝如意塔

青海藏文化馆

目前国内第一个以展陈和表现理念为基点的景点

文化馆与藏传佛教圣地塔尔寺相距 1 公里，现代化的藏文化馆与古老的塔尔寺遥相呼应、交相辉映。

馆内超宽屏数字电影《青藏高原的形成》和 270 度环幕电影《觉悟之路》极具视觉冲击力和感性震撼力，幻影成像《释迦牟尼佛 12 岁等身像的三次劫难》是目前国内制作最好、最具观赏性的项目，面具长廊收集了 245 个不重复的藏族面具，堪称国内最全的面具博物馆。

卡约文化遗址

是古代羌族的文化遗存，是探寻青海过去的有力证据

卡约文化是因 1923 年首先发现于青海省湟中县卡约村而得名的。卡约文化是青海省古代各种文化遗址中数量最多、分布范围最广的一种土著文化。湟水中游的

西宁盆地，遗址最为密集，是卡约文化的中心地带。卡约文化虽然仍旧广泛地使用石器，却已进入青铜时代，因而出土了大量青铜器。根据放射性碳 14 测定，卡约文化距今 3000 年左右，相当于我国中原的夏商时期。

扎麻隆凤凰山

九天玄女的降生地、昆仑传说的发生地、华夏民族的寻根地

因形似一只巨大的凤凰展翅欲飞，是昆仑神话中华夏母亲、战神九天玄女的降生地而得此名。传说中西王圣母、九天玄女、黄帝时常光临的理想乐土。

1958 年和 1998 年，在此出土了九天玄女古宝瓶、昆仑神石记事碑等珍贵文物。在昆仑神话传说中，西王母同玄龙大帝生炎帝，九天玄女和玄龙大帝生黄帝，因此炎帝和黄帝是同父异母。扎麻隆凤凰山建有九天玄女、西王母、轩辕黄帝华夏三祖纪念馆，馆内雕塑有三祖圣像，成为华夏儿女寻根拜祖、了解昆仑文化的旅游胜地。