

西藏的天空

THE SKY ABOVE TIBET QUARTERLY [05]

ཀུན་གསལ་འདུ་སྐྱོད་

轉世——達賴喇嘛尊者的聲明
傳子

西藏人面對死亡之道

祈求大家助我實現達賴喇嘛尊者的發願

被遺落的香格里拉

比地震更可怕的是災後重建

從宗教衝突的觀點看蕭平實教團對藏傳佛教的攻訐





為西藏境內自焚藏人追思祈福



主編的話

每年十月，是達蘭薩拉最美麗宜人的旅遊旺季，也是臺灣佛子向達賴喇嘛尊者聯合請法的殊勝日，隨喜請法團諸佛子充滿法喜。

尊者於9月24日針對下一世達賴喇嘛的轉世，做出公開聲明，西藏子民與諸位佛子可以安心，尊者不會捨棄我們。

8月8日9點9分，全球流亡藏人緊盯著網路直播，聆聽流亡藏人行政中央首席部長洛桑森格的就職演說。大家和洛桑森格一起回溯先輩們為西藏民族獻身的勇氣與團結，流著淚水聽洛桑森格承諾矢志為西藏自由而戰，願能共同奮鬥以實現達賴喇嘛尊者回到西藏的發願。

而在學習修行的路上，阿嘉仁波切將為大家敘說《大藏經》裡的故事，本期刊登《傳子》，願從此所有的童子，都屬於他們的母親。

讀者交流道回覆讀者關於西藏流亡教育的提問，如果讀者們發揮大愛，想要扶持這些有父母的孤兒，可以認養西藏難民孩童，也可以加入藍皮書計畫，因為支持西藏流亡教育正是藍皮書的主旨之一。

第5期 / VOL.05

2010年11月15日創刊 / 2011年11月15日出刊

中華郵政台北雜字第1726號執照登記為雜誌交寄

發行人：跋熱·達瓦才仁

發行所：達賴喇嘛西藏宗教基金會

主編：洛桑確吉

編輯小組：見悲青增格西、索朗多吉、卓瑪、雪域智庫

美術設計：richsense creative

地址：台北市基隆路2段189號10樓之4

電話：886-2-27360366

傳真：886-2-23779163

網址：<http://www.tibet.org.tw>

E-mail：webmaster@tibet.org.tw

達賴喇嘛尊者

轉世——達賴喇嘛尊者的聲明 2

佛法智庫

薩迦法王的開示：遠離四種執著（五） 7

大寶法王噶瑪巴的開示 9

略說二諦（一） 11

佛法生活

傳子 13

西藏佛教史

西藏人面對死亡之道 16

西藏人物故事

祈求大家助我實現達賴喇嘛尊者的發願 21

那年夏天，噶瑪巴在西藏難民學校 25

漢藏交流

被遺落的香格里拉 27

時差2.5的距離 29

藏語文在我心中的力量與恩澤 31

比地震更可怕的是災後重建 34

從宗教衝突的觀點看蕭平實教團對藏傳佛教的攻訐 37

聲明與要聞

讀者交流道 39

西藏要聞 43

徵文 | 歡迎投稿，來稿敬請以電子檔案格式為主（word 或 txt 等），文稿請自行備份，恕不退件，來稿請附上真實姓名、地址、聯絡電話及電子信箱。本刊享有文稿審核修改權。

聲明 | 雜誌所刊登由作者署名之稿件，悉為該作者見解，並不代表達賴喇嘛西藏宗教基金會立場。

轉世——達賴喇嘛尊者的聲明

持金剛第十四世達賴喇嘛釋迦比丘丹增嘉措

致境內外西藏人民、信奉藏傳佛教之僧俗民眾、與西藏和藏人有關的所有世間眾生：

歷史上，雪域佛土的先輩君臣，以及賢者和成就者們，創立和發揚了以「三乘」「四續」為主的教、證佛法和淵博文化，使西藏成為亞洲乃至世界佛教及其文化的源泉。為藏、蒙、漢等無數眾生的暫時和長遠的利益作出了偉大的貢獻。在護持、弘揚佛法的歷史進程中，形成了西藏特有的「轉世認證」文化傳統，這對佛教的發展及眾生的利樂，尤其對僧團的鞏固，起到了非常有益的作用。

十五世紀，一切遍知根登嘉措，被認證為根敦珠巴的轉世化身，並建立了噶丹頗章喇章^①。從此，形成了歷代達賴喇嘛的轉世認證制度。第三世索朗嘉措獲得「達賴喇嘛」的尊號；

五世達賴喇嘛阿旺·洛桑嘉措建立噶丹頗章政府，成為西藏政教領袖等。迄今六百多年，透過轉世認證的方式，準確無誤地找到了歷輩達賴喇嘛的轉世化身。

為了順應當今世界民主發展的趨勢，本人自願地、欣慰地終止了從噶丹頗章政權建立至今369年^②由歷代達賴喇嘛擔任西藏政教領袖的政治制度。事實上，我已在1969年公開聲明，將來達賴喇嘛的轉世延續與否，應由廣大信眾決定。然而，當信眾表達尋找達賴喇嘛轉世的強烈願望時，如缺乏明確的指導方針，政治勢力或既得利益者，會濫用轉世制度謀取個人的政治利益，這種危險始終存在。因此，為了避免出現對後世達賴喇嘛的猜疑和歪曲，在本人身心健康之際，有必要做出清晰、明瞭的說明。

以下簡要闡述轉世認證的理論和基本概念，以便更清楚理解我的主張。

前後世

承認轉世認證制度之前，必須得承認前後世的存在。印度的古老宗教與哲學思想中，除了順世派外，都一致主張「無有間斷的前後今生」：有情眾生皆由前世投生今世；今世身軀壞滅後，再次投生後世。現今雖有某些推理者以「沒有看到（前後世）」為由，宣稱沒有「前後世」，但秉持正直態度的科學家們卻不會以「沒有看到」的理由，去決定「沒有」。

雖然很多宗教或教義都一致主張前後世的存在，但對於如何定義投生者、如何投生，以及如何連結前後世等的內容上，卻有著不同的詮釋。其中，也有「主張後世，否定前世」的宗教信仰。

以佛教的整體思想而言，「前世」是沒有開端、開始的；當煩惱被斷除、遠離輪迴的束縛時，由煩惱所帶來的後世將會停止，但意識的續流仍會持續下去。這種教義是被大多數的佛教思想家所認同的。若不認同前後世，將會與佛法教義產生矛盾，如：佛家「根、道、果」之學說，皆由內心有否調伏而成，以及所有情器世間則將無因無緣所生等。此故，凡是佛教徒，必須得承認前後世的存在。

對於回憶前世的人們而言，「前後今生」的道理不是一件難以理解的事實（又稱隱蔽分），但對普遍凡夫而言，卻屬隱蔽分，且須透過許多的理由去證實，因為在死有、中有、生有的過程中，通常都會忘失過去的宿命。佛教經論提出了眾多相關前後世的理由，概義可括分為：前同類、前近取、前串習、以及前感受等理由。重點在於，唯明唯知的心只能由與己性質類別相同的近取因（或主因）而有，具有形色的物體不可能成為心的近取因，這點是顯而易見的。無論透過邏輯的思考，或是物理的實驗，都無法證實「唯明唯知的心可由異類的前因，或是無因而成」、以及「細微心識的續流可由某種邊緣間斷」；至今沒有任何一人，

無論是心理學家、物理學家、或是腦部專家等，可以證實上述所言。更何況無論過去或是現在，無論在西方或是東方，有很多憶念過去宿命，並無謬地指出與前世相關的人和事物等實例。若硬將這些實例扭曲為癡瘋之言，不只有違「科學精神」，更是對現實的否定。

西藏轉世認證之制度，正是「依據前世的憶念或經驗」而建立的一套驗證標準。

如何投生

今生的身軀壞滅後，由無能間斷的意識結生到後世身軀的現象可分為：「由煩惱力結生」和「由悲願力結生」兩種。初者：由無明力，於意識上，安置了善業與惡業的隨眠；在臨終時，由「愛、取」滋潤「有」，引發後世，趨善惡道，隨業投生，無有自主。又如水車輪轉，凡夫們無能自主地輾轉於生死之間。凡夫唯可藉由恆時修善，串習善心之力，於臨終時滋潤善業，投生善道。後者：已獲菩提道之聖者，雖不隨惑業所轉，然由緣取眾生之悲願，自力選擇來世時地、父母等，唯利他人，投生娑婆。

「朱古」詞義

在藏傳的轉世認證制度中，把轉世者稱為「朱古」^③，應該是出自信徒們的一種尊稱。以般若乘的教義而言，所謂的「朱古」，就是佛陀的「三身」或「四身」的其中一者。一位本具煩惱的眾生，由入大乘，集福德與智慧資糧，後淨煩惱惑、除所知障、現證諸法之識，此乃「智慧法身」；彼識的法性則為「自性法身」。此二又稱圓滿究竟自利之身，或稱「法身」；這種身，唯獨成就佛位者能相互看見，他人不能。佛為能利益他人，為使他人能見其身，故有大地菩薩可見的「報身」，以及由此（報身）所化現，示人天相，凡夫可見之「化身」，此二稱為「他利色身」。

化身可分為：具相好莊嚴，示十二相的「勝應身」，如導師釋迦牟尼；為利益工巧技藝之眾生，所化現的「應化身」；為利益有情化現的人天相、水相、橋相、藥相、樹相等的「劣應身」三種。西藏的轉世被譽為「朱古」，應屬於「劣應身」的範圍。

雖然佛陀肯定會化身為「朱古」救渡眾生，這不代表所有「朱古」皆為佛陀的化身。在西藏眾多「朱古」中，會有僅獲「有學聖道位」、「凡夫加行道」，或是「凡夫資糧道」者的「朱古」。嘉揚欽則旺波曰：前世身軀壞滅之後再次投生，稱「劣應身」；今世身軀未壞滅之前化現不同身相，稱「朱巴（化身）」。總之，根據上述的理由，以相似或相聯而稱為「朱古」。

轉世認證

佛陀在世的時候，早有針對某人指出是某某前世的轉世。尤其是細談業果、經由前世業，感得今世報等內容的《四毗奈耶》、《本生經》、《賢愚經》、《百業經》等無數經續都有記載。同樣的，佛陀涅槃後，從印度的大神通師或成就者的傳記裡，也可看到許多相關前世的記載，只是沒有西藏轉世制度的「第幾世」之演算法而已。

西藏的轉世認證制度

西藏原始苯教（本波教）也主張前後世的理論。佛教傳入西藏之後，藏人普遍相信前後世的存在，也形成對聖者前世不同化身中利益眾生的功德，進行祈願和隨喜的傳統，並出現很多傳頌觀世音菩薩本生故事的經典。如：古代西藏典籍《嘛尼全集》和《五部箴言》，以及阿底峽尊者蒞臨西藏時（十一世紀）的著作：《珠寶之鏈》和《噶當弟子問道錄》等。然而，當今廣泛的轉世認證傳統，是於十三世紀初開始的。當時，噶瑪拔喜的弟子們，根據預言認證噶瑪拔喜為噶瑪·都松欽巴的轉世，至今

八百多年，共認證了十七世噶瑪巴轉世；同樣地，十五世紀中，認證貢噶桑姆為堪卓·卻吉卓瑪的轉世，迄今已認證十幾輩桑頂·多吉帕姆的轉世。所以，在西藏轉世認證的傳統中，不分僧侶和咒師，男眾或女眾，藏傳佛教各宗派已經接納和延續了這個傳統。當今，在藏傳佛教薩迦、格魯、噶舉、寧瑪、覺囊、珀東等宗派，以及苯教中，有很多轉世喇嘛肩負著護持教法的重任。

宗喀巴大師的弟子，一切遍知根敦珠巴，在創建札什倫布寺，培養眾多弟子之後，於1474年圓寂，享年84歲。當初沒有人尋找他的轉世，但出生於1476年的日喀則達納小孩——桑吉曲佩，能清晰準確地回憶他過去的諸多生活，因為他的神奇表現，人們不得不承認他是根敦珠巴尊者的轉世。從此開始，由噶丹頗章喇章和噶丹頗章政府，共同尋訪、認證歷代達賴喇嘛尊者的轉世，延續至今。

轉世認證方法

轉世認證的傳統建立後，尋訪、認證的方法和途徑也逐步完善和健全。其中最重要的是：前世臨終前的遺囑、指示或特殊跡象；轉世靈童準確無誤地講出前世的生活點滴，能辨認前世的遺物及侍者等。除此之外，還有祈請聖者占卜；祈求世俗護法的神諭；觀察拉姆拉措湖和其他護法之魂湖等很多方法和途徑。當出現一個以上的靈童候選人，難以斷定之時，也有在佛像聖物前，舉行「食團問卜④」決定的慣例。

未終朱古

通常所謂的「轉世」意味著「結束了前世，轉生到今世」，因此凡夫們沒有能力作到「未臨終前的朱古」。然而，大地菩薩可於同時間內化現出千百身相，「未終朱古」對大地菩薩而言，是絕對可以辦到的。



在西藏轉世認證制度中，有各種轉世的認證。如：同續轉世、業願轉世、受教或加持轉世等。轉世的用意為：能繼續或完成上世尚未圓滿的傳教利眾事業。有時為能代替同續轉世，未證聖道的上師可採取與自己業願相應的某人作為自己的「朱古」，或受教弟子及他人作為自己的「朱古」。因此，未獲聖道的上師們仍有可能具有「異續的未終朱古」。

另外，由同一位前世的身、語、意，在同一時間內轉世為多位「朱古」，這種現象也是不可否認的。在近代內，較為著名的未終朱古如：敦都·久札耶喜多傑、究給·赤千阿旺千繞等眾多上師。

金瓶掣籤

隨著濁世衰微時代的來臨，被認證的「轉世」也越來越多。不少「轉世」的尋找和認證，是因政治需要，採取了不當和欺騙的手段，給西藏政教事業造成了嚴重損害。

西元 1791 至 1793 年之間，廓爾喀（尼泊爾）軍隊入侵西藏，當時，西藏政府請求滿清政府派兵支援；驅逐廓爾喀軍隊之後，滿清官兵以完善西藏行政為藉口，制定所謂的《二十九條章程》，要求以「金瓶掣籤」認定達賴喇嘛、班禪喇嘛和其他呼圖克圖的轉世。八世達賴喇嘛江白嘉措還特別著述金瓶掣籤的修法儀軌。

然而，透過金瓶掣籤認證的只有幾位達賴喇嘛和班禪喇嘛，以及部分其他喇嘛。即使頒佈這樣的規則，第九世、十三世，以及十四世達賴喇嘛均未通過金瓶掣籤；十世達賴喇嘛的認定，也未經過金瓶掣籤，但為了顧及滿清政府的顏面，對外仍宣佈以金瓶掣籤認證的消息。

實際上，使用金瓶掣籤認證的只有十一世和十二世達賴喇嘛，其中，十二世達賴喇嘛在金瓶掣籤之前，已經認定確立。所以，真正經過金瓶掣籤認證的達賴喇嘛，其實只有一位。同樣，在班禪喇嘛的傳世系統中，只有第八世和九世班禪經過金瓶掣籤的程序。

金瓶掣籤的規則，只是滿清勢力的強橫表現，而非藏人信賴的宗教儀軌。然而，如能公正實施，也可視作類似於傳統的「食團問卜」方法。

西元 1880 年，認證十三世達賴喇嘛時，西藏與滿清之間的「供施關係^⑤」尚未斷裂，滿清政府在西藏仍有一定的影響。然而，十三世達賴喇嘛的認證，是根據第八世班禪喇嘛的預言和乃穹、桑耶護法的神諭，以及觀察拉姆措湖的徵兆等確認的，因此沒有經過金瓶掣籤的程序。十三世達賴喇嘛在水猴年^⑥遺囑中明言：「本人沒有經過金瓶掣籤，而依據預言、占卜等相同的結果，確立為達賴喇嘛的轉世，並舉行坐床典禮。」

當我在 1939 年認證為十四世達賴喇嘛轉世

靈童時，西藏與中國之間的供施關係已破裂，因此，沒有必要經過「金瓶掣籤」的程序。

眾所周知，我是由西藏攝政和民眾大會，按照聖者、護法的預言，以及拉姆拉措湖的兆象等尋訪認證的，當時沒有中方的任何干涉。儘管如此，中華人民共和國的有關官員，在媒體散播謠言，謊稱「免予」達賴喇嘛金瓶掣籤的程序，並派遣吳忠信主持我的坐床大典等。此一謊言，被中國全國人民代表大會副委員長阿沛·阿旺晉美揭穿。他在1989年7月31日召開的西藏自治區第五屆人民代表大會第二次會議上講話指出：「國民黨這樣撒謊，我們共產黨為什麼也要跟著說假話呢？」

一廂情願的圖謀

在過去，一些富裕喇嘛的管家和侍從，以貪婪和非宗教的手段「認證」不少「轉世」，對宗教、寺院和社會形象造成了傷害。特別從滿清時代開始，中國當權者為了干涉蒙藏事務，將宗教和喇嘛當作政治工具，實施了很多不當政策。

當今，集權專制下的中共領導人，一方面宣稱自己是「無神論」者；另一方面卻干涉宗教，強制執行所謂的「愛國愛教」運動。尤其是中國當局發佈2007年9月1開始施行所謂《藏傳佛教活佛轉世管理辦法》的第五號法令，這是一種極其荒謬可恥的行為。以毀滅西藏獨特文化風俗為目的，對轉世認證的傳統，強加種種不合理的做法，在全體藏人心中造成難以癒合的創傷。

為了欺瞞藏人和藏傳佛教信眾及國際社會，中共等待著我的圓寂，並預謀私自認定我的轉世（即十五世達賴喇嘛）。從近來頒佈的各種規章、公告等，種種跡象明確顯示這種圖謀的存在。為了佛法和眾生的暫時及長遠利益，防止破壞正法的企圖實現，是我不可推卸的職責。因此，作此聲明。

下一世達賴喇嘛的轉世

正如我前面所提，再次轉世皆由轉世者本人的力量，或最終的業、福報、以及發願等力量所形成。因此，轉世何處？怎樣轉世？如何認證等，是轉世者自己唯有的不共因緣，絕非由他人強制、壓迫，或是為所欲為的情況下產生。這是不可否認的事實。

暫且不說轉世觀念，就連「前後世的存在」都蓄意否定的政治領導們，以權力干涉轉世認證，尤其是達賴喇嘛和班禪喇嘛的轉世，極為不妥。這種與自己政治理論背道而馳的虛偽惡行，實屬無慚無愧，世人皆會有目共睹。若發生上述所言，所有藏族同胞，以及國際藏傳佛教的信眾團體也堅決不會承認和接受。

當我到了一世達賴喇嘛根敦珠巴的年齡時，我會諮詢各宗派的大喇嘛及藏族子民和相關信眾，檢討並決定是否延續達賴喇嘛的轉世。如果達賴喇嘛的轉世制度必須保留，並且需要認證第十五世達賴喇嘛靈童的時候，尋找轉世之重任將由達賴喇嘛噶丹頗章基金會的董事會負責，由他們請示藏傳佛教各宗派領袖，以及與歷代達賴喇嘛如影隨形般的護法眾等，按照歷史傳統尋訪、認證。還有，我也會留下相關的明確指導文字。除此之外，任何政治權威，包括中華人民共和國的政治領導人，因政治需要，選出所謂達賴喇嘛轉世靈童的時候，誰也不需認可和信仰其孩童。切記！

祈願吉祥！

藏王 2138 年，藏曆十七繞迥鐵兔年 7 月 27 日

西元 2011 年 9 月 24 日於印度達蘭薩拉

（原文為藏文，如有歧義，以藏文為準。）

注釋

- ①喇章，大喇嘛的私人居室。
- ②噶丹頗章政權建立於西元 1642 年。
- ③朱古，化身或轉世。
- ④或稱麵團球占卜。
- ⑤藏語稱「確雍」，是上師與施主的關係。
- ⑥西元 1933 年。

薩迦法王的開示： 遠離四種執著（五）

中華民國密宗薩迦文殊佛學會 提供

菩提心

循序漸進培養出慈悲心之後，接下來要修持菩提心。

修菩提心之前要先修慈悲心的原因是，為了生起對有情眾生的菩提心，我們必須先視他們是悅意可愛的，譬如將他們視為我們的母親。如果我們無法先認為他們是可愛的，那麼菩提心將無法生起，惟有當我們能視他們為我們的母親，我們才能祈願他們獲得樂及樂因。如此生起之後，如果我們再去檢視輪迴的本性，我們會很清楚一切有情眾生是沒有快樂可言的，大部分眾生所經歷的都是極大的痛苦，而且由於無知，他們還在繼續製造更多未來的苦因；當我們眼見如母有情正在受苦，就會生起菩提心；所以慈悲心是菩提心的前行，而之所以生起菩提心乃是因為痛苦。

也許我們會想什麼是菩提心？月稱菩薩說：「使遭受俱生痛苦的眾生免於受苦，即是菩提心。」月稱菩薩進一步解釋道，「由於看了這麼多難以承受的痛苦，那個殷切希望眾生免於痛苦的心就是菩提心。」菩提心的生起是靠按部就班的修持而來的。修菩提心的步驟就像修慈悲心的四個步驟一樣，第一步是要觀想對我們的親友生起菩提心，接著是對我們不親不疏的人，然後對敵人，最後擴及一切有情眾生。

修持對親友的菩提心時，要先從憶念自己的母親和她的慈愛開始；想像母親就在自己前面，不管她還活著或已往生，觀想「因為我慈愛的母親正在受苦而不快樂，我必須要對她心

懷菩提心。」儘管她渴望免於苦與苦因，但是目前的她仍處於痛苦的狀態，也還在造作未來的苦因，我一定要讓母親免於苦與苦因。以此為目標，觀想為了追求證悟解脫，然後祈求上師和三寶加持我們的母親免於苦與苦因，我們也可以專注在這三個方法當中對我們最有效的任何一個方法。嘗試過對母親這樣觀想菩提心之後，再擴大到專注於我們的親友鄰居、不親不疏的眾生、敵人，最後所有的有情。

像這樣修持直到內心真實生起菩提心——不假造作的菩提心，而且是對所有有情自然生起，皆無例外，以此方式培養出的菩提心也會反過來有助於解脫證悟的生起。

證悟之心

儘管我們可以祈願一切有情眾生都離苦得樂，但真實情況卻是相反，一切有情眾生都在受苦。由於慈悲心和菩提心，我們看到這樣的情形，不能老是懈怠，必須要想辦法解救有情免於輪迴之苦。但是，現在我們既缺乏知識，也無技巧和能力去拯救有情，因為我們被自己的業和染污所困，仍無助地受業風所吹拂。就像跛了腳的母親無力救她的孩子，同樣的，我們也無法救度眾生出輪迴；不只是我們不能，即使連能力遍覆世界如梵天、因陀羅、聲聞獨覺這些已經達到涅槃境界的神祇，他們也無法救拔眾生。

那麼有誰能救度有情眾生呢？唯有全然證悟的佛陀做得到，只要佛身上所發出的一道光

就能在一剎那間救度無數眾生。一旦瞭解了這件事，一種真正發自內在，激勵我們想要獲得解脫以利益一切有情的心生起，這種誠摯的願望被稱為「願菩提心」，發了這個願之後，所有致力於達成解脫的努力就稱為「行菩提心」。

從無始以來直至現在，我們只關心自己，只為自己的利益打拼，所有我們竭盡心力所做的都只是為了自己的好處，但是這樣做的結果，其實只是招致更多的痛苦，所以我們現在應該關心其他人而不是只關心自己。寂天菩薩曾說過：「所有世間樂，悉從利他生；一切世間苦，咸由自利成。」如果我們曾在前世修習過利他，現在就不會還在輪迴裡，我們應該已經得到解脫及證悟；由於我們只顧自利的天性造成我們不行利他，這是一個極其嚴重的錯誤；要改善這個缺失就要略過自己，全心全意盡其所能來利益其他有情眾生。

開展解脫證悟之心時，要像之前所說的按部就班。累世以來我們都只求自利，不管我們有多愛他人，還是會有我們和他們的分別識，我們第一個關心的還是自己。因此，第一步是將他人視為與己等同，思惟一切有情都和自己一樣，希望離苦；因為其他有情也是有志一同，所以只尋求個人的快樂是不對的。像這樣，視其他有情和自己的重要性一樣。

完成這一步之後，接著進行自他相換的觀想。這個觀想用藏文來說是「tong len」（施授法），「tong」意思是給、「len」意思是取。在這個練習裡，我們關心在意的是他人而非自己；將有情眾生所有身體上的苦和心靈上的痛苦，像廣大虛空一樣攬在自己身上；相反地，將自己的身體、財富，過去、現在、未來所累積的善行，毫無貪念執著的給予眾生，在練習自他相換時要如此觀想念誦。當串習此修行時，會衝擊我愛執和我執，將一切有情眾生的痛苦擔在自己身上並且祈願利益一切有情，這麼做將積聚很大的福德資糧。像這樣，這個修行其實是讓自己快速累積福德資糧；自他相換乃是菩薩行最主要的行持之一。

菩薩行

菩薩行另一個主要的修習是持戒。通常，菩薩的行持，指的是不傷害他人，而且盡可能的利益他人。菩薩行的主要行持特別是指六度：布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧。持守六度有助於培養心靈的良善質地，前五度涵蓋了修道的方便品，第六度是智慧品，而智慧品是六度當中最重要。如果六度當中缺少了智慧，所有的作為只能說是一般善行，然而一有了智慧，這些作為便成為六度波羅蜜。

為了將其他五度和智慧接軌，要放棄執著於所謂的三輪。以布施為例，三輪指的是：受者例如乞丐，施者例如自己，以及所施物例如食物或衣服。一旦執著這三者是分別和實有，即使行為是慷慨大方的，仍然不算是布施波羅蜜。我們應當明白，雖然相對來說三輪是存在的，然而究竟來說三輪並非實有，事實上並沒有受者、施者和所施物，所有一切都是如夢如幻；在夢中，我們也會看到一個物體、一個主體和其他東西，但是當我們醒來後，所有這些都消失得無影無蹤。

同樣的，三輪看起來像是幻相，事實上並不存在。而所謂的智慧指的是不執著於三輪。其他的布施、持戒、忍辱、精進、禪定，唯有和智慧接軌時，才能算是真正可獲得解脫證悟的因。換言之，五度波羅蜜如果缺少了智慧度，可說是就像一個盲人，智慧就好比是一個人的視力，一個有視力的人足以引導盲人，兩個人一起朝全然的解脫證悟前進；修持六度使我們心靈的良善質地成熟。

此外，還有其他四攝的修持像布施、愛語、利行、同事，這些都能成熟他人心智。我們可以從很多偉大的論典，諸如 Akashagarbha Sutra（虛空藏經）、Sikshasamuccaya（集學論）、Bodhisattva Caryavatara（入行論）和 Ratnavali（寶積經），發現相關的詳細解釋。以上，完成了「遠離四種執著」的第三偈頌，講述了所有成佛的菩薩道；這個為了利益一切有情的圓滿證悟之道，即是上士道。（下期待續）

大寶法王噶瑪巴的開示： 保存西藏傳統文化 的重要性

大寶法王噶瑪巴官方中文網 提供

身為西藏人，保存西藏傳統文化及文化寶藏，是我們必須共同承擔的責任和使命。不論生活在西藏本土，或是成長在外地，這是西藏人必須共同努力的，因為西藏人是西藏文化的守護者，而西藏文化是西藏人的靈魂，兩者密不可分。

在過去，生在西藏的人，自然成為西藏人，整體的環境教導我們、引導我們成為西藏人。我們的父母、親戚和朋友，周圍的雪山、河川、花草、寺院、喇嘛等，都是西藏文化的老師。家庭、社會及大自然中的一切都充滿西藏文化的氣息。當西藏人就像呼吸一樣容易、一樣自然。但是，這幾十年來，西藏局勢和環境的變化，使當西藏人這件事情變得相當複雜，充滿各種挑戰。出生在西藏的新一代，成長在漢化的環境當中，必須接受漢化的教育，學習在漢化的政治及經濟系統中求生存，失去宗教信仰的自由，也面臨失去自己的語言和傳統文化的大危機。對西藏傳統文化的信心和嚮往，使很多像你們這樣的年輕人爬山涉水地來到印度，生活在達賴喇嘛及老一輩的西藏人苦心營造的西藏社區，接受西藏教育，學習西藏傳統文化及新時代所需要的知識和技能。這的確是令人萬分感動和讚嘆的。我相信，這也是你們用功學習的最大動力。你們必定是世界上最認真的學生。我和你們一樣，也是為了圓滿教育的心

願而離開家鄉的。我們都是在異鄉尋找珍貴的傳統的人。我們都是為了理想而在這裡相逢，所以，我們的心是一樣的。

我相信你們和我一樣，來到這裡以後，很快就發現，我們之所以能夠在這裡自由地生活，是由於很多人的恩惠。簡單地說，父母的生育及養育之恩是這一生的起點。古人流傳下來生活的智慧是我們不能忘的傳統之恩。印度政府和人民慷慨地接納我們，讓我們有生存的空間，這是我們不能忘記的地主之恩。其次，尊勝的達賴喇嘛和上一輩的西藏人，在過去五十年以來，竭盡身心兩方面的力量，在這裏建立流亡政府和西藏社區，世界各地許多人士也不斷地給予支持和鼓勵，今天我們才有接受西藏文化洗禮的機會。這都是我們不能忘記的恩惠。所以，我們的存在和整個世界是息息相關的。我們是西藏的兒女，也是世界的兒女。可是，我們面臨的挑戰愈來愈複雜，保存西藏傳統文化的責任也愈來愈龐大、愈來愈迫切。

我們的挑戰是什麼呢？簡單的說，我們的挑戰是：如何在時代和環境的變遷當中，有尊嚴、有意義地生存下去，把西藏傳統文化的精髓流傳給下一代，回報對我們有恩惠的人，並盡力去利益一切眾生。這種責任和使命是超越政治的，而且必須是超越政治的。當然，嚴格地說，一切有關眾人的事都是政治，眾人的問

題也離不開政治。但是，我們的想法和做法，必須超越政治的紛爭。政治目的是隨時在改變的，政治體系是會改變的，政治人物也是來來去去的。但是，我們必須忠於自己的文化傳統，我們必須忠於人類的整體利益。我們必須虛心地學習世界上其他流亡民族及少數民族的生存策略，冷靜地觀察時代和環境的變遷，為西藏人的未來做長遠的計畫。

西藏傳統文化的價值在哪裡？讓西藏人活得最有意義的動力到底是什麼？我個人的看法是：與佛法合而為一的生活方式。佛法的典籍多不勝數，但與生活合而為一的修持才是最珍貴的。我們西藏人以詩詞、音樂、民歌、繪畫、舞蹈等來表達對我們對歷史的記憶，對生命和自由的尊重，對現實生活的感受和體驗。工作、學習及休閒時都不忘利益眾生的菩提心，是我們西藏人最珍貴的傳統生活理念；虔誠地保持佛法傳承的清淨和完整，以撰著、講說、修持來傳揚佛法，是西藏喇嘛的傳統職責；僧俗二眾相互依存，和諧共勉，是我們西藏人的驕傲。以上這些都是我們能夠和世界分享的文化資產和智慧。但是，唯有我們本身對自己的文化有深切的認識，我們才能把這個寶藏貢獻給世界。

語言和文化的失落是很容易、很快速的。保持傳統文化的最大關鍵，還是我們自身對這傳統的尊重和感情。如果我們西藏人不尊重西藏傳統文化，那麼我們就沒有權利要求別人的尊重。如果我們不及時保護自己的傳統，未來的西藏兒女，只能到倫敦、紐約等地的大博物館才能看得到莊嚴的佛像、唐卡，或到西方的演藝廳才能欣賞到西藏音樂和舞蹈，甚至要到歐美的大學才能學習西藏文學。但是，我們也不能完全被傳統所束縛，吸取新的觀念、知識和技能，能幫助我們在當今的世界村 global village 中生存，並更有效率地發揚傳統文化。例如，電腦科技幫助我們保存許多珍貴的典籍，兩百多冊的《丹珠爾》可以收藏在一小片 CD 當中，這真是不可思議。大家都熟悉的網路使

文化訊息的流通變得非常方便及快速。總之，面對時代及環境的變遷，最重要的是在新舊之間找到平衡點，及掌握改變的腳步和方向。這須要我們大家共同的努力。

保持文化的另一大關鍵是語言，如果我們失去西藏語言，我們就失去和傳統文化的直接聯繫，成為斷線的風箏，自然也就失去對傳統文化的感情和自主權。所以，我要鄭重的鼓勵大家，不論你們最感興趣的學科是什麼，不論你們最喜歡的外國語言是什麼，你們一定要把藏文學好。否則，有一天，當你發現周圍的外國年輕人不但看得懂美妙的藏文詩或深奧的藏文哲學書，還講得頭頭是道的時候，你可能會慚愧地躲在家裏拼命查字典，查了一個月字典之後，還是弄不清楚內容。那時，你可能慚愧得想躲到山洞裡面。但是，到了山洞以後，卻發現山洞裡面到處都是金髮碧眼的瑜伽士，從早到晚念誦的都是你聽不懂的法本，洞口寫的又全是你看不懂得的藏文證道歌。那時，你唯一的辦法可能是去考 Test of Tibetan as Foreign Language，然後逃到美國大學去念藏文系。但是，去上課的第一天，你的同學卻以為你是新來的老師。到時候，你該怎麼解釋才好呢？當然，這是半開玩笑的。可是，語言確實是文化的靈魂，而語言又是非常容易失去的。你們這個年紀是奠定語言基礎最好的時候，請大家要把握。

不論你們的決定是什麼，我都希望你們都能把家鄉的風土人情緊緊地放在心中，有機會的時候，回去探望探望故鄉的人，吹一吹故鄉的風，看一看故鄉的山，望一望故鄉的天空，喝一喝故鄉的水，摸一摸故鄉的泥土、石頭、花草，讓那片土地孕育出來的文化在你的心中滋長，將來為下一代說一說故鄉的事。不論你們的志向是什麼，我都希望你們成為健康、快樂、善良、負責的人。最後，祝大家一切吉祥如意，札西德勒！

日期：2007/07/21 印度薩拉西藏大學
大寶法王噶瑪巴官方中文網提供

略說二諦 (一)

達賴喇嘛西藏宗教基金會現任說法師 見悲青增格西



《現觀莊嚴論》在講說發心之後，緊接著提到二諦、四諦等十個教授。

《現觀莊嚴論》：「修行及諸諦，佛陀等三寶，不耽著不疲，周遍攝持道。五眼六通德，見道並修道，應知此即是，十教授體性。」

在此就依格魯派賈曹傑尊者所著之《心要莊嚴疏》，及法幢吉祥賢尊者所著之《龍王遊戲海》，對二諦一勝義諦、世俗諦，略做介紹。

一、對照《二萬五千頌般若經》的情況

《般若經》是在哪裡提到二諦的內容呢？

《二萬五千頌般若經》（漢譯）：「舍利子。菩薩摩訶薩修行般若波羅蜜多時。應如是觀。實有菩薩。不見有菩薩。……」

在修般若波羅蜜多時，有菩薩，但沒有實有的菩薩……。這是在宣說修行的自性。

《二萬五千頌般若經》（漢譯）：「舍利子。置四大洲。假使汝及大目犍連。

滿一三千大千世界如稻麻竹葦甘蔗林等所有般若。比行般若波羅蜜多。菩薩摩訶薩般若。百分不及一。千分不及一。……何以故。是菩薩摩訶薩般若。能使一切有情趣般涅槃。一切聲聞獨覺般若不如是故。又舍利子。修行般若波羅蜜多菩薩摩訶薩。於一日中所修般若。一切聲聞獨覺般若所不及故。」

這是說，像舍利子及大目犍連這般的大阿羅漢，數如三千大千世界都種滿稻般，他們修空性，與菩薩修一下空性，哪個功德大呢？菩薩功德比較大。接著拿數如三千大千世界都種麻般的阿羅漢修空性，與菩薩比較。如是依次，數如竹般、數如葦般，譬喻越往後越繁多。總之，此處是拿剛獲得菩提心的菩薩與聲聞獨覺阿羅漢相比。

此在《入中論善顯密意疏》也有提到。當中說，初地菩薩尚無法以智慧壓服聲聞獨覺阿羅漢，要到第七地時才以智慧壓服聲聞獨覺阿羅漢。此時，有人就問：《般若經》不是說資糧道菩薩就已經勝過聲聞獨覺阿羅漢了嗎？回答說，那是從菩提心方面壓服，要到第七地才以智慧壓服。然而，這邊不也是講智慧嗎？那麼多阿羅漢修空性，還比不上菩薩一日修空



性。為什麼菩薩這麼厲害呢？這也是因為菩提心攝受之故。

二、討論二諦分七項來說明：

（一）區分處

二諦是從何分出來的？所知。《入中論》談到：諸法都有觀察究竟之量所獲得的內容，與觀察名言之量所獲得的內容。觀察勝義之量所獲得的內容，稱為勝義諦；觀察名言之量所獲得的內容，稱為世俗諦，任何一法皆有二諦。也就是，二種不同的觀察所獲得的二種結果。或者說，表面看法下所獲得的結論，以及追究到最終情況下所獲得的結論。但是這邊說法是：所知為區分點，它區分為二諦。所以世間一切法，有的歸類到勝義諦，有的歸類到世俗，除此之外，就沒有其他的了。為什麼會這樣講呢？就引用《父子相會經》：「如是如來了解世俗勝義二諦，所要了解的也僅止二諦。」

（二）分類

勝義諦從所空處區分，可分為二十空、十八空、十六空等，此為詮釋上面的不同，除此之外，它們的本質上是沒有差別的，因為它們都是遮無。空性是遮無，沒有實有這樣而已。空性在現證它的現量看來，為什麼是不一不異、不來不去？像桌子和椅子是一還是異？不是一，所以是異。然而沒有實有這樣一個狀況就談不上一與異。「從所空處區分」指，本質上

雖然沒有不同，但從其所依法來區分。如因為桌子與椅子不同，所以可以說桌子的空性與椅子的空性不一樣，除此之外，要就它們二個的空性說出差別，那是沒辦法談的，因為它們只是遮住實有（沒有實有）的狀態。

從言詮上可分：具境上面的勝義和境上面的勝義。具境上面的勝義可分異門的勝義和非異門的勝義。（用現代話來說是不同的勝義與不是不同的勝義。）了解無我的比量是異門的勝義，聖根本定是非異門的勝義。境上面的勝義也可分異門的勝義和非異門的勝義。苗和無我的聚合是異門的勝義，苗的空性是非異門的勝義。這是勝義從言詮上分，也就是從帶有「勝義」之名來區分。講這些是否重要？也算重要。因為印度人寫作時，真的、假的都混在一起講。有時候講的是比量，有時候講的是現量，有時候是講的是苗與苗的空性的聚合，但這些都不是真正的勝義，只有苗的空性才是真正的勝義。因此，問：勝義可分為多少類？就要回答：從所依分上來的話，可分為二十空等，這是真正勝義的分類。這邊的分類講的不是勝義的分類，而是勝義從言詮上來分類有多少類？境的勝義、具境的勝義。問：有沒有真正的具境的勝義？有。真正的具境的勝義是針對假的具境勝義來說，將了解空性的比量說是假的具境勝義，或次要的具境勝義，將現證空性的智慧說是真正的具境的勝義。同樣地，境也可以這樣分，把瓶子與瓶的空性聚合說是假的境的勝義，瓶的空性才是真正的境的勝義。（下期待續）

傳子

阿嘉仁波切



念完一段《大藏經》後，我走到窗前，轉動開窗器。窗子，漸漸地開了，天空將亮未亮，一片淺灰色。鳥聲迎面而來，還有遠處的樹林，或許，正有一隻狸跑過，傳來了鹿受驚的「噓噓」聲。

「仲夏的早晨，總是格外清新。」我想著，轉身拿起藏香，折成相等的長短，放進香爐，正在點燃時，電話響了。是朋友約我為《西藏的天空》寫專欄，一年四期，季刊，主要內容為佛的教言。我欣然答應。因為，這樣的故事很多。不久前，我發願讀《大藏經》。說起來，在塔爾寺時，我曾組織一百零八位僧人，每人讀一卷《大藏經》，讀了幾遍。這也是西藏的傳統，僧人們一起讀《大藏經》，又快又圓滿。

《大藏經》有幾種版本，如，納塘版、德格版、卓尼版，還有乾隆銅版等，有的一百一十部，有的一百零八部。我現在讀的是十三世達賴喇嘛時期，在布達拉宮的雪巴康重新整理印刷的，共一百部，是達賴喇嘛尊者，2007年來蒙藏文化中心講法時贈送的。我發願，一個人讀完一百卷。這是一個很大的誦經修行，可是，忙於世俗工作的緣故，我常被打斷，因此，剛讀到《毗奈耶》經的《分辨教》部的第七十四卷。

這是一個寓意很深的典故。不過，是西元755年藏王赤松德贊時期從梵文譯成藏文的。再譯成漢文，有點難，畢竟是古藏文，但我還是願意譯出大意，和讀者分享。

故事發生在佛住世時期，恆河流域有一個摩揭陀國，河谷之間，分佈著許多部落，其中，曠夜部落很是熱鬧：賣米的、賣麵的、賣酒的、賣甜品的、賣蒸饅、賣烤饅的……應有盡有。曠夜部落的首長，就給當時的國王瓶沙王寫信，提出，把曠夜部落，變成一個聚落城。瓶沙王回信：「變成聚落城就不必了，只把收入的六分之一，交給王宮作為賦稅就行了，剩下的，你們留著用吧。」部落的人們感激酋長，訂下一個制度：往後，凡是遇到迎娶和出嫁的喜事，都必須給酋長送一份禮物。

一天，有個窮人要娶親了。可是，他沒有東西給酋長。他想啊想啊，也沒想出辦法。最後，他找到酋長，說：「我實在沒有什麼給您的，就讓我把妻子的初夜，給您吧。」

「這，怎麼好意思接受呀！既然你什麼都沒有，那就算了吧。為部落效勞，本來是我的福份哪。」酋長說。

「這是我自願的，您就接受吧。」窮人堅持著。

酋長就答應了。慢慢地，酋長的貪心，越來越大，還形成了一個習慣：部落裏，不管是娶進來的，還是嫁出去的姑娘，都要把第一夜送給酋長。

「這樣做，和善事、善法，還有習俗，都不符合呀！」人們議論開了。

一天，部落裏最漂亮的姑娘，也要出嫁了。

「我的第一夜應該屬於我的丈夫！」姑娘

說，「我要殺死貪心的酋長。」

這話，就傳了出來。有人勸說：「不能殺酋長，使不得啊。」

「你們男人都不像男人了，一點勇氣都沒有。」姑娘堅持著，「我就是要殺掉那個酋長！」

最後，大家一致同意，殺了酋長。還訂出一條計：趁酋長到水塘洗澡的當口，不備時，殺了他。恰在這時，瓶沙王貼出了一個佈告：有幾位比丘，將到各地化緣，凡是想供養的，都可以到王宮領取食物和飲料，已經做了供養的，可以在王宮裏領取雙份食物和飲料。這時，佛的兩個大弟子阿難和迦葉，正好來到曠夜部落。酋長尋思著：「哎呀，給釋迦牟尼的弟子供養，功德無量呀！」酋長首先做了供養。當阿難和迦葉轉身離去時，部落的人們，都請酋長到水塘洗澡。天氣正熱，酋長自然同意了。

「酋長，您要好好洗一洗頭髮呀。」有人就把早準備好的，摻了鹽的洗頭香料遞過去。酋長用了。鹽就鑽到了酋長的眼裏，他疼得什麼都看不見。這時，部落的人們，拿著各種武器，有的是金剛輪子，有的是單股金剛杵，還有的是弓，有的是箭，向酋長砸來。酋長說：「不要殺我，不要殺我，我沒有做壞事呀！」

「你糟蹋了我們的姑娘，敗壞了部落的習俗。」人們繼續著。

酋長臨死時，發了一個反願：來世一定報仇！果然，酋長轉世成了夜叉，他決定給這個部落種下瘟疫。部落的人們聽到風聲後，就趕著自己的牛車、驢車，還有的騎著駱駝，開始了逃難。可是，夜叉擋在山口，一個都不放過。還恐嚇說，要吃了他們。

大家哆嗦著身子，聚在了一起，又商量出一個辦法：向夜叉獻祭——每次由六隻牛，拉著一輛車，車上裝著各種好吃的，還有鮮花，花叢之間是那童子。

夜叉點頭：「但是，祭祀時，你們不能哭，必須吹著樂器，跳著歌舞，我才能高高興興地吃掉童子……」

人們不得不答應。不過，都說，如果沒有一個公平的辦法，還是有人會逃跑。於是，大家又想出了一個辦法：把每個人的名字，寫在貝葉上，放進一個罐子裏。輪到誰家，就把那片貝葉拿起來，掛在那個家庭的門上。

有一個人，娶妻多年，也沒有一男半女。他天天求子，求了很久很久，妻子終於懷孕了。男人高興得嘴都合不攏了。可是，生下兒子這天，男人恰好去山裏幹活，那妻子就盼星星盼月亮地盼著男人回來。

男人回來了。遠遠地，就看到自己的門上，掛了一片貝葉，他的心都碎了。到了跟前，他無聲地把貝葉摘下來，揣進了懷裏。妻子終於盼回了丈夫。可是，他即使看著剛出生的兒子時，也是愁眉苦臉的。妻子就問：「你求子多年，今天求到了，為什麼還悶悶不樂呢？」

實在熬不過了，丈夫就亮出了那片貝葉。

「如何是好啊！」妻子哭了起來，「沒了兒子，我還活著幹啥？」

「如果能頂替的話，我寧願為兒子去死。」丈夫也哭了。

無論如何也躲不過這一劫了。於是，趁著月光，女人點了燈，燃了香，帶上花環。這時，她發了一個正願：「乞求大慈大悲的菩薩，但願，我兒子的死，能喚醒夜叉，從此，讓所有的童子得救。」

像一縷細如髮絲的塵煙，佛，感受到了這個願。佛想，人世間的慈悲心，像母牛一樣，可以保護自己的牛犢，現在到我保護這個童子的時候了，當然，也是征服這個夜叉的時候了。

釋迦牟尼佛來到摩揭陀國曠夜部落的事兒，一下子傳開了，也傳到了夜叉的耳裏。一天，佛，正在禪定，夜叉來了。他想：佛，跟人有什麼不同呀，不就是坐在那裏嗎？！於是，夜叉開始呼風喚雨般地命令佛：「沙門，你出來！」

佛想，我要征服這個夜叉，必須先服從他。於是，就平靜地走了出去。

「沙門，你進去！」夜叉又命令道。



佛是一點傲慢都沒有的，就又進去了。夜叉重複了三遍，到第四遍時，佛說話了：「曠夜夜叉，你說三遍，我都按你的話做了，你到底有什麼問題？」

夜叉想，何不就勢難為他一下。如果他回答不上，或者不合我意，我就使他心臟開裂，嘴唇腫大，口吐鮮血，再拽起他的兩手，把他摔到河那邊。佛，看出了夜叉的心思，也想：我的佛法不論是人還是神，不論阿修羅還是夜叉，聽了以後，都像月光照射睡蓮一樣，會靜下來。

「夜叉王，你想問什麼就問吧。」佛說。

「什麼是寶中之寶？什麼是行中之行？什麼是香中之香？什麼是福中之福？」夜叉問。

「寶中之寶為信解，行中之行為善行，香中之香為真誠，福中之福為知足。」佛答。

「怎樣獲得好名聲？怎樣獲得金銀和珠寶？怎樣獲得人讚美？怎樣獲得好友和親朋？」夜叉又問。

「有德才有好名聲，有捨才能聚財寶，有真才有人讚美，有慈有悲眾人近。」佛又答。

「怎樣才能渡過激流瀑布，怎樣才能抵達苦海的彼岸，怎樣才能斷除煩惱，怎樣才能修來寧靜。」夜叉接著問。

「虔誠佛心飛渡激流瀑布，除盡業障即現彼岸光明，精進斬斷煩惱，智慧修來寧靜。」佛又接著說：「可問芸芸眾生，包括神仙婆羅

門，除了慈與悲、智與慧，別無其他善教法。」

「為啥要問其他人，您已賜我白善法，從此我將持善行，皈依佛門我心虔意誠。」於是夜叉扣首。

「賢首，你當年供養阿難和迦葉，積德不少，本應轉世三十三天，可是，因你奪得人家的新歡，又發了顛倒願，所以，成了夜叉。」佛說。

「輪迴的路上，我該怎麼辦？」夜叉低頭求助。

「你成了夜叉還是小事，又吃了人，做了惡事，以後還要輸入地獄……」佛說。

「我該如何是好？」夜叉再次扣首。

「賢首，跟我走吧，苦海無邊，回頭是岸。」佛說。

這時，樂聲、鼓聲，還有歡跳的歌舞聲響起。

「什麼聲音？」佛問。

「為我……送來了童子。」夜叉掩面。

說話間，那六隻牛拉的車已到了跟前。父親，於是，抱起鮮花之間的童子，含淚作笑顏，傳給了夜叉。

夜叉接過童子，二話沒說，就傳給了佛，佛接過童子，又傳給了此刻淚水橫流的母親。

「從此，這裏所有的童子，都屬於他們的母親。」夜叉說。

「這孩子就叫傳子吧。」佛說。

西藏人面對死亡之道

流亡者 格西強巴加措
(達賴喇嘛西藏宗教基金會首任說法師)
李貞慧 中譯

西藏人面對死亡的方式源自於佛法。總的來說，在全西藏三區幾近百之百的藏人都是信仰佛教。然而在東、西方政治或其他宗教的影響緣故，也有極少數非佛教信仰者，佔全西藏總人口數不到百分之一。令人詫異地，在全民信仰佛法的西藏當中，這些極少數不信仰佛教的異教徒或無宗教信仰者，儘管其政治立場或宗教信仰不同，都能安然地與西藏人同甘共苦、和諧地共同生活在西藏這片土地上。本文以下將詳述其中之理由。

藏人面對死亡的三種層次

西藏人以佛法面對死亡的恐懼，分別有三種層次。何以為故？雖然全數西藏人已實踐了大小、顯密乘皆具完備的藏傳佛法，但是每人在其存活的一生當中，由於各自對佛法的實踐程度不同，因此在臨終之際面對死亡恐懼的能力也有所不同。依據佛教經典記載，實踐佛法最極致的第一等修行者，將遠離死亡；第二等修行者，死時不憎惡；最下等修行者，死時不悔。

第一等修行者，遠離死亡

「第一等修行者，遠離死亡」，指此第一

等修行者在生生世世的任何時刻，都擁有投生任何地方的自由。比方說，我們人生活在世間若都能有想坐就坐、想走就走、想說甚麼、想做甚麼都隨心所欲的自由的話，就必能與快樂、和平的源頭相遇；然而若要獲得自由的能力，則必須具有深思遠見才得以實現。同理，想要生生世世都能獲得投生的自由的話，則必須徹底實踐佛法；想要徹底完全實踐佛法，則必須日復一日、年復一年不間斷地，以聞、思、修三種修學方式，精勤學習佛陀教法來獲致究竟徹底的修證體悟。至於甚麼是「究竟徹底的修證體悟」呢？這位修行者必須在行利他時，完全捨棄自我，毫不退縮、堅忍不拔且充滿勇氣地面對接踵而至的艱苦難行，成為了一位真正具有慈悲本質的善士夫，才算是徹底究竟的修證體悟。少數出家人、在家人都曾出現過這類修行者，雖為數極稀少，但並非完全沒有。

第二等修行者，死時不憎惡

「第二等修行者，死時不憎惡」，是指第二等修行者雖不像第一等修行者那樣，具有投生到任何地方的自由，但自己既已在心中能夠確定死後將投生往好的來世，因此在死亡來臨時並沒有感到憎惡、恐懼。就好像自己已經準

備好隨時可入住的新居一樣，對於即將搬離舊居一點都不憂慮。此等修行者在存活的一生中，已經具備了未來好的投生的因，所以對自己下一世將有好的投生心中有十足把握、肯定。至於甚麼是「好的投生的因」呢？簡單來說，當我們遭受他人的傷害，哪怕只是一點點，都會忍無可忍；因此若我們能以這樣相同的經驗，一點都不去傷害他人，不造成他人的痛苦，於此基礎之上，盡量利益他人，這便是所謂「好的投生的因」。

最下等修行者，死時不悔

「最下等修行者，死時不悔」，是指此修行者能夠確定來世不會投生惡道，但是卻無法確定來世會投生哪一種好的來世。此等佛法修行者相信業果道理的緣故，此生便不會做殺生等對他人有重大傷害的惡行，所以在死時不會產生後悔。

餘生唯以佛法相伴的西藏老人

一般而言，藏人們面對死亡時，所希求的皆不離開上述三種層次。第一等者為少數，多數藏人屬於第二等或第三等，其中尤以第三等者居多。藏人們平時心中堅信：傷害他人，自己會有痛苦；利益他人，自己會得安樂的業果緣起道理，即使前半生歷經世間人事，結婚、生子、養育下一代，然而佛法業果緣起的見解仍在其心中毫不損減。藏人到了 50、60 歲的年紀時，等到兒女長大成人，多數人都會想到自己的下一世，家中大小事幾乎不管，完全卸下家庭裡外的重責大任，交由子女承擔。子女們也全然自願承擔起生活的重擔，好好孝養服侍父母長輩，好讓他們能專心於佛事。藏人老者們日夜念誦六字大明咒，每日清晨三點鐘甚至一點鐘即起身前往大昭寺及布達拉宮前大禮拜，轉經繞塔，祝禱六道眾生全數遠離痛苦、

獲致安樂，世界沒有戰爭、災荒、疾病、霜凍、冰雹、霉銹及早災，永獲幸福圓滿。

西藏境內老者們在 1959 年後新增了「祈願早日在西藏見到尊者達賴喇嘛」的祈願詞，並日夜不停地虔誠念誦；相較於境內同胞，雖然流亡在西藏境外自由國度的藏人們享受自由的生活、相對進步的經濟，卻仍不忘記自己在故土家園受苦受難的同胞，全數不斷地為自己的同胞祈願：「西藏境內同胞早日脫離痛苦、西藏早日重獲自由和平、境內外藏人早日在西藏重聚幸福團圓！」

至於個人方面，每人依各自願望，祈願來世再度值遇正法、再次獲得寶貴人身。藏人老年餘生心不再牽掛家小，故心中了無困頓；日夜依願專心佛事，故心情舒暢。藏民在人生將盡之際，家人會迎請僧伽眾舉行念誦法會，幫助臨終者能特別猛力地於上師三寶修淨信心、於如母有情修悲心，以此朝向來世。

《大毗婆沙論》當中提到，往生者終將朝向臨死時所憶念起的善、或者不善而死去。但是臨終前憶念的，到底是善還是不善呢？雖然人在一生中所造的，善與不善二者兼而有之，然而更重要的決定關鍵點，端賴於往生者較接近臨終的時期的習性是善力大？還是不善力大？西藏的老者正努力在做如同《大毗婆沙論》所講的往生善的臨終準備，於人生的後期更勉力造善，一旦臨終來臨時刻即可安詳往生善道。這就是藏人面對死亡的方法。

業果緣起觀的西藏社會， 連孩童也耳濡目染

儘管西藏一般大眾並沒有特別學習佛教大經大論、也不見得懂政治或科學，但是在整體皆具業果觀的社會潛移默化之下，即使是不懂業果道理的幼小孩童也均耳濡目染。舉個再平常不過的例子，一群西藏孩童在玩耍當中，如果有人將一隻小蟲弄傷，這個小孩必定會受到

同儕的警告：「喂！小心點，別把蟲子弄死了，不然會造惡業、下地獄的！」。如果旁邊有大人經過，小孩立刻會警覺地提醒彼此，「快快！大人來了！把蟲子弄傷了，我們會被罵的！」由此可見，即便孩童不知甚麼是業果緣起，卻可感覺到大人非常重視這樣的看法（業果緣起觀念）。

我約五、六歲時，有次我和一群同伴嬉戲時，看到一隻蠍子，我們知道蠍子會咬人而感到害怕，便遠遠地拿起石頭丟向那隻蠍子。不幸地，那隻蠍子被我打中，肚破腸流的死了，我立刻嚇得掩面不敢目睹。又有一次，我和同伴頑皮地拿起石頭丟向小鳥，我手中的石頭正巧準確地擊中其中一隻，眼見那隻鳥掉落地面，我趕緊跑到牠掉落的地點，用雙手將牠捧起。幸好牠只是嘴角滲出一點血水，受傷不嚴重，然後牠又重新從我雙手中飛走。在牠再度展開翅膀飛起的剎那，我心中頓時輕鬆開朗了起來。我對這兩個幼時的經驗，至今仍歷歷在目；這兩個故事，正說明了西藏社會深受業果和悲心的影響，同時也感染了幼小的孩童。

佛法對西藏無可抹滅的深遠影響

約 1980 年時，正值中國鄧小平改革開放，當時我在諾布林卡做文物研究工作。有次星期天我從諾布林卡（達賴喇嘛尊者的夏宮）走路回拉薩的途中，路過布達拉宮時，遇見一個哈薩克回教徒騎著腳踏車，腳踏車後頭載著一頭待宰的羊隻，這時在我後頭有位年約十四歲、面貌清秀、衣著得體悅目的少女，含著眼淚、著急地叫住我，「辜秀啦（藏人眾對僧人的尊稱）！辜秀啦！那頭羊會被殺吧？怎麼辦？怎麼辦？您跟他說說去，不要殺牠！」我無奈地回答她，「沒用的，他不會聽的！」我回家後，這位少女為待宰的羊隻求救的悲戚音聲，仍在我耳中不停地迴旋。我不停地想著，為何這位吃文革奶水長大的少女能夠依舊充滿悲

心？這讓我回憶起：自松贊干布、赤松德贊等法王引進佛法到西藏後，佛法已然融入我們藏民血肉骨髓；尤其是西藏文化受中共文革的摧殘後幾近滅絕，專精文化的智者，或被逮捕、或被殺害；在這樣無佛法、無業果觀念的教育環境下教養出的小孩，心中依然深植悲心，不由得使我對兩千五百多年前佛陀教法其深遠的善良影響感到萬分驚奇。在感念佛陀及引入、弘揚佛法的松贊干布、赤松德贊等法王的重澤大恩的同時，使我對佛法產生更深於以往的信心，當晚令我徹夜輾轉難眠。

人類內心天生兼具善惡兩種能力——兩個屠夫

同樣地，在我來到台灣後，得知有些台灣法友由於看到家人及周遭為了吃雞肉而殺雞，感受到雞的痛苦和其所受的殘忍虐待，從而生起不忍的悲心，當下決定不吃雞肉、不吃肉。對這些法友能反於殘忍不仁的環境，天生自然地對雞的痛苦感到不忍，從而下決心戒吃肉，這著實令我感到驚嘆。同時我更清楚看到：若不是人受外在環境影響的改變，才呈現出善或惡的話，人類的內心天生確實兼具善、惡兩種能力。

在西藏有兩類肉販：一是中國回民，一是西藏本地佛教徒屠夫。後者平常不時行懺悔、持誦瑪尼（六字大明咒），尤其特別會在每月藏曆初八、十五及三十日戒殺牲畜，做禮拜、供養、懺罪等法行。拉薩近代曾有一則非常著名奇特的真實故事，某天有一位以殺羊維生的屠夫，正當他在殺羊殺到一半，還剩幾頭羊沒殺完，突然他的屠刀不見了，他四處找來找去，終於在一頭蜷伏著的羊下方看到他的刀，現出一點木頭刀柄地埋在土裡。這才發現原來是那隻不停發抖、流著眼淚待宰的可憐的羊，看到其他被殺的羊，預知自己也即將被宰殺，心升起極大的恐懼，便以腳奮力在地上挖洞，並將

刀子埋到地下；後再以腳猛力地撥動洞口旁的泥沙，假以掩蓋，接著自己便伏在上方掩藏那把刀子，試圖使自己免遭殺身之禍。當那位屠夫看到這景象，感到非常地驚奇，這時巨大的不忍的悲心、羞愧與後悔在他心裡不停地交織著，他決定不再屠宰殺生，要好好懺悔、修習佛法。後來這位屠夫成為一位極佳、極清淨的佛法修行者。屠夫的事蹟傳遍了整個拉薩及周遭地區。拉薩街頭巷尾，人人莫不盛讚稱奇。

另外在台灣有一個更為特殊、稀有的例子，幾年前有一位沒有任何宗教信仰的癌末病人，一輩子皆以殺雞為業，他在臨終時立誓，「來世以後絕不殺雞！」我認為，他會發此誓言，想必是已領悟：由於他傷害了雞的生命，自己的生命才遭受傷害。

一位一生殺雞無數、完全不信佛法的人，在臨終時竟然能發這樣的誓言，令我感到非常稀奇！我不能確定他是否對雞生起悲心而立誓，但若果真如此，更是令人感到無限驚奇。依據



佛陀法教，除了有些少數特殊人士之外，一般人臨終最貪著的莫過於其人這輩子存活期間所習慣或喜愛的人事物。然而這位癌末殺雞的屠夫卻能反常道而行，真是佛法中所言的特殊人士呀！

中共改革開放後， 在拉薩的兩個業果的實例

如本文前面所提，在西藏亦有極少數受到東、西方政治或其他宗教影響而不在意、不信奉佛法者。在政治影響者當中，有分別受中國馬列主義或西方民主思潮的兩類之影響。中國馬列主義信徒中又分兩類：一是堅決相信中國馬列主義是自我的怙主，是痛苦的救護者，是

安樂的導引者。他們認為佛陀教法就像是毒一樣，佔有極少數比例人特別對尊者達賴喇嘛持顛倒邪見。在藏人社會中或見、或聞地盛傳著關於這類人往後所遭遇的各式各樣淒慘下場。另一類相信馬列主義是國家民主的救星。

就前者以我親眼所見索南的實例來說，索南是一位在拉薩諾布林卡工作的共產黨公務員，對佛陀有著極大的邪見，尤之最甚的是對尊者達賴喇嘛的邪見。後來索南在 1984 到 1986 年間得到一種特殊的怪病，開了三次刀皆宣告失敗。第一次開刀未癒；當第二次開刀時，皮膚縫合後完全裂開，血肉外翻，無法癒合；第三次開刀，不光是體內的病痛無法醫治，就連開刀時體外的皮膚也都腐爛了。索南不僅身患

醫生束手無策、聞所未聞的重大特殊怪病，心中更是充滿了極度驚恐、畏懼。正當索南的長官，文化廳廳長、辦公室主任來探望他時，只聽見索南不停大叫：「趕快把這背著竹簍的老太婆趕走！她一直走

向前來！」他日夜不停指著空空如也的地方，對著探望他的親友、工作上的長官、醫護人員說，這個老太婆朝我面前走過來，快趕走她！儘管中共當局當時延請最高明的醫生、使用最好的醫療措施來救治他卻皆藥石枉效；同時也迎請了許多各派各道的高僧來作法事；但他的病情始終日趨直下，最後在身遭重病、心生驚慌之下，帶著無盡的痛苦而逝。

完全不信業果的索南，最後得了誰都沒得過的怪病；認為沒有鬼神的他，卻看到鬼般，驚慌佈畏而死去。就我一位信仰佛法者看到如此景象，無疑使我更加深業果的信心；而我周遭的人，大家得知後都非常吃驚，和我同樣地，也對業果道理的信心更加堅定。

另以另一類馬列主義為民族救星之徒來舉

例，我在諾布林卡編譯科工作的科長仁欽彭措，他在十六歲時即被編排入伍，加入中國共產黨第十八軍團。仁欽彭措從軍中退役下來後，被編派任職諾布林卡文物編譯科的科長。此人完全沒有宗教信仰，對於佛像一屑不顧，貪好杯中物。他後來病了，我們偶而會去醫院探望他，有次在探望時，他拿出一個小佛像給我看，並對我說：「我在醉倒病發時，正好老婆去中國內地，小孩上學去了，想我可能活不成了，趕緊將私藏的達賴喇嘛親手做的擦擦（小佛像）找來，打算在死時吞下它，我想這總是達賴喇嘛做的嘛，應該可救怙我吧！」雖然仁欽彭措沒有宗教信仰，但他相信尊者達賴喇嘛具有救怙世人的能力。這層相信來自於尊者在政治上的作為；趙紫陽及巴塘的平措汪杰（注）等人皆屬此類。

索南和彭措同樣雖都不信宗教，但由於索南對尊者生起莫大的顛倒邪見，使他不得善終；不同於索南，彭措在政治上感受到尊者的能力而一般信服於尊者、相信尊者有救怙力，因此彭措死時方如平常人一般安詳而逝。

「任誰慈愛即父母，任何安樂即故鄉。」 ——藏裔回民俗諺

西藏受到其他宗教的影響不信佛教者，為少數的藏裔回民。雖然藏裔回民在西藏是少數族群，但是藏人們對這些回教徒完全沒有任何輕視、偏見或惡劣看法，甚至沒說過藏裔回民一點小缺失。不僅如此，由於西藏政府全力保障藏裔回人的宗教自由及照護其生活，使得藏裔回民衷心地尊敬、信任及擁護愛戴達賴喇嘛，即使身為異教徒的藏裔回民，皆可安心舒暢、自由地信奉自己的宗教。時至 1959 年之前，藏裔回民和藏民皆是如此友愛和諧地共同生活了好幾百年。

1959 年後，有些藏裔回民跟著逃亡的藏人一起流離他鄉；有些則留在西藏，而他們的處

境正如境內藏人般的淒慘；回教清真寺也如西藏寺院一樣遭到共產黨全數摧毀，回教徒被捕入獄、回教上師（阿宮）遭到牢刑、槍決等殘酷虐待。然而流亡的藏裔回民與其他藏人們則攜手同甘共苦，小孩上學校學習，年長者到工廠工作，有些年輕有為的青年則被藏人流亡政府網羅，任職公務員來為民服務。

中共在鄧小平開革開放後為獻媚外國，在修復重建受破壞的佛教寺院同時，對毀壞的回教寺也試圖比照修復，並詢問藏裔回民需要何種協助？藏裔回民回覆中國當局：「我們不需要任何新的協助，請你們只要將五世達賴喇嘛當時所賜予我們的，目前卻消失的應有權益，歸還我們即可！」正如藏裔回民們的俗諺般，「任誰慈愛即父母，任何安樂即故鄉。」1959 年之前我們藏人和藏裔回民就是如此和樂地共生共存。

世界宗教和平大使——尊者達賴喇嘛

1959 年之後，尊者本著藏人們自古以來與其他宗教和睦互助的固有習俗，以促進全人類宗教和諧為其畢生主要職志，繼往開來地將之發揚光大，一再不辭辛勞地環球奔走，宣揚宗教和諧的精神理念。尊者所到之處，不管回教、印度教、天主教、基督教等各宗教教主、導師與信徒以及無數世人，皆受到尊者的激勵與感動，進而對尊者產生喜愛、景仰。儘管各國有著不同的宗教信仰，非但沒有由於藏傳佛法隨著尊者弘傳於世產生忌妒，反而更加熱烈歡迎、並一再地邀請尊者到訪演講弘法。各界紛紛授予尊者無數的獎章以表彰對尊者達賴喇嘛至高無上的尊崇。此段簡要概述暫止文於此，未來有機會將另文詳述。

譯註：平措汪杰，曾任第一屆人大代表、中國人大常委、民族委員會副主任委員

若對本文有疑問者，歡迎 email 來信發問。

Email：ask.jampa@gmail.com

祈求大家助我實現 達賴喇嘛尊者的發願

流亡藏人行政中央噶倫赤巴就職演說全文

西藏流亡政府首席部長洛桑森格



西藏同胞們：

印度偉大智者蓮花生大師把佛教傳入雪域藏土，今天他的華誕。而且，在這個吉日，還有我們最敬愛的達賴喇嘛尊者蒞臨，我心懷謙卑接受噶倫赤巴（首席部長）的職位。

我們召喚善神，祈求西藏的眾佛和菩薩們看護並指引我們。流亡他鄉的勇敢的善男信女給予的驚人支持，在被佔領的西藏兄弟姐妹們與我同心和給予聲援，令我感動不已。他們的支持激勵著我們。他們的祈福讓我們得以持久。

我在精神上得福於達賴喇嘛尊者，在政治上被授權去繼續延展偉大的達賴喇嘛制度的歷史合法性。我站在這裡不是我個人的成就使然，而是在西藏和流亡在外的無數先輩長者辛勤工作和犧牲的結果。今天，我在此發願，去發揚光大我們先輩們留下的偉大遺產。我向你們，我的西藏同胞們，發出誓言，竭力去壯大我們的運動，持之以恆，直到西藏最終重建自由、尊者達賴喇嘛回到家園。

一個世紀以前的1910年，十三世達賴喇嘛在逃離家園時最後看了布達拉宮一眼，並向他的人民發誓：「我一定會回來。」當時我們的祖

先還沒受過現代教育，也不諳城府，但靠著獻身和同心，經過不懈的努力，他們成功幫助十三世達賴喇嘛回到家園。在1913年初，十三世達賴喇嘛返回拉薩，尊者再次重申西藏獨立於中國。幾乎是半個世紀後，在1959年三月17日的一個改變命運的夜晚，尊者十四世達賴喇嘛離開拉薩，發自肺腑地立下了同樣的歸家誓言。

今天，幫助和確保尊者歸家的重任落在了受過現代教育、見多識廣的新一代藏人身上。我們能夠像我們的先輩一樣以同樣的獻身、團結和投入精神做到鏗而不捨嗎？如果我們能做到，我們就會成功；如果不能，就會失敗。

毋庸諱言，我們面臨的任務像喜馬拉雅山那樣艱險、龐大。但從我們歷史上成千上萬捐軀獻身、竭盡全心的勇敢藏人身上，我們得到鼓舞！我們沒有選擇，而是慘遭暴力把我們分離。我們一定會到達自由的山頂，把喜馬拉雅山兩麓的西藏人團聚一起。

我允諾致力於實現尊者十四世達賴喇嘛的設想，建立一個真正世俗化的民主社會。今年藏人活躍的選舉向世界展示了我們對於真實的民主和人類自由普世價值的認同。我們的民主

選舉顯示了，西藏的統一是建立在普世民主價值觀上的，並以其為推動力。它超越了地區、教派、性別、族裔、信仰和世際的差異。

這次選舉的結果向中國政府的強硬派傳遞了一個明確的資訊：西藏領導層不是在消解。作為民主制度，我們只會隨著未來年歲的流逝而茁壯成長。我們會持久堅守。

讓我講明一點：我們的鬥爭不是針對中國人民的，也不是針對中國這個國家的。我們鬥爭矛頭所指，是要反對中國政府在西藏推行的強硬政策。我們奮鬥矛頭直指那些剝奪西藏人民自由、正義、尊嚴和特性的人。中國當局和我們的漢人朋友都必須認識到，西藏人民的冤屈是多重的，也不是虛構的。

今天，我的西藏同胞們，在就職宣誓中我重申我們的先輩在兩千年前藏漢簽署的唐蕃（漢藏）會盟立碑文中確立的理想，致力開創一個偉大的紀元：「蕃于蕃國受安、漢亦漢國受樂。」

在 1950 年代，中國軍隊第一次開到西藏，他們向藏人許諾「社會主義天堂」。一些藏人幫他們修通從中國通往西藏的公路，還領到以銀元支付的工錢。那時的中國士兵還很有禮貌，也善待我們的前輩。

然而一旦道路修通，坦克就包圍了城鎮戰略要地，卡車就直奔礦產和資源豐富的深山老林。中國工人隨之而來，開採挖掘價值億萬的金、銅和鈾。似乎一夜之間一切都變了。彬彬有禮的中國人變了，變得傲慢、跋扈和暴虐。他們也動槍了。戰事爆發了。死亡和破壞接踵而至。

幸福的大紀元被拋入危境。我憂慮，從此以後西藏人在自己的家園成了二等公民。

在被佔領的西藏，政治壓迫、文化同化、經濟擠壓和環境破壞已到了無以復加的地步。新建的鐵路線源源不斷地運進重型設備來剝奪我們的礦產資源，也帶來更多的漢人移民達到在人口上對西藏強勢控制，並削弱我們豐富的

文化和自我認同。今天的實際情況讓人難以相信：漢人控制大約 70% 的私營經濟，50% 以上的黨政公共部門的職位。與此相比，通過刻苦努力獲得大學和高中文憑的我們藏人兄弟姐妹卻有近 40% 陷於失業。眾所周知，讓這些統計資料變得更壞的是，中國的官員把西藏當作個人承繼來的私產，儼然以封建主自居、行事。

但三年前，也就是 2008 年，從阿里到阿壩，從拉薩到理塘，從塔爾寺到貢布，藏人男女老少、農牧民和僧尼起而抵抗中國政府在西藏的統治。他們對漢人的壓迫和虐待發聲反抗，喊出了一致的口號：我們要尊者達賴喇嘛回到西藏。在此我明確立場：藏人行政中央不鼓勵抗議行動，部分原因在於我們都不能忘記，即便對於自由平和的表述，中國政府都是粗暴地回應。但是，支持我們無畏的同胞，為我們無法發聲的同胞發聲，是我們的神聖職責。

經歷六十年的弊政後，西藏沒有成為中國官員許諾的「社會主義天堂」。在西藏，今天只有殖民主義，沒有社會主義。西藏不僅沒有實現潛能成為「天堂」，中國的強佔讓她變成了一齣悲劇。近來，許多北京的官員訪問拉薩，紀念「和平解放」六十周年。現實情況卻是，紀念活動是在心照不宣的戒嚴狀態下進行：軍隊荷槍持彈、配備機關槍等自動武器巡邏在拉薩街頭，屋頂上佈置有眼明手快的狙擊手，外來遊客被全面禁止進入西藏。顯而易見，北京在西藏的統治既無正義，又無前途。

儘管在西藏悲劇重重，我們仍然向全世界、尤其我們的華人朋友闡明，我們繼續堅持非暴力原則。我們與中國和漢人並無仇恨，而是尊敬待之。在我們先輩智慧的指引下，我們將繼續追隨「中間道路」的政策，尋求在中華人民共和國框架內實現西藏名副其實的自治。我的西藏同胞們，這是一個藏漢雙贏的提議。我們信奉西藏和平解決方案，也就是說，通過和平程式和和平對話。我們願意在任何時候、任何地點與中國政府和談。

我們不要忘記，中國力圖成為一個超級大國。它有世界上主要大國中成長最快的經濟，也有世界上最龐大的軍隊為後盾。但令人遺憾的是，中國道德的力量卻裹足不前。道德力量是不可能市場上購得，也無法用軍力來充實的。它只能贏得。只要西藏人還在受壓迫，抵抗就會持續，對中國的尊重就會喪失。為西藏問題找到一個持久的解決方案就是向前邁出了一大步，既會提升中國在全世界人民心目中的正面形象，又會有助於維護它的領土完整和主權。在中國的漢人和在海外大中華移民社區的華人可以發揮關鍵作用，幫助中國克服它的道德缺失。

過去的十六年，我一直努力與成百上千的漢人學生學者接觸，並在哈佛大學組織藏漢學者就西藏問題展開過無數次研討。我將繼續走出去與漢人接觸，建立相互的理解和信任。我也想向美國、歐洲、國際共同體和國際聲

援西藏組織表達我們發自內心的感激和謝意。我呼籲國際社會站在我們一邊，幫助我們去爭得公正、自由、尊嚴和平等，同時說服北京和平地解決西藏事務。為西藏今日的困境尋得持久的解決方案將是二十一世紀最有意義的大事之一，因為它必將加固我們的信心，相信人類建設世界和平、非暴力和全人類自由的能力。這不僅僅是西藏人民的勝利，也是全世界處於弱勢、遭擠壓民眾的勝利。

我們繼續並將永遠感激印度人民和政府為西藏人民提供避難所，並在過去的五十多年間接納我們客居。對我們許多居住此地的人來說，印度就是我們的第二故鄉。藏人行政中央將維護和繼續尊重西藏和印度人民之間的特殊關係。



我們欠印度政府和人民已經很多了。我們的合作還會繼續向前。在此，我們謙卑地向印度政府和人民呼籲，希望你們繼續支持我們，並把西藏看作印度和中國關係中的一個主要議題。

在未來的五年，藏人行政中央將以團結、創新和自立為指導思想，不斷強化爭自由運動，如果需要，我們將繼續又一個五十年。我強烈要求西藏內外的藏人支持拉嘎運動（注：意為白色星期三運動，根據西藏曆算，星期三與尊者生肖有關，故藏人視為吉日。），以西藏特性為榮，並發揚光大它，顯示我們的團結，擁護我們的統一，讓雪域西藏精神永存。我相信，

只要一致努力，我們就會營造一個生機勃勃的環境，在世界各地強化藏人的制度和社區。

在流亡期間，我們將努力創新，力求改善藏人的生活。教育將是我們第一位的優先考慮。正如尊者達賴喇嘛所教導我們的，分享知識是「達

到永恆不朽的大道」。它是點亮西藏未來之火。在未來的二十年裡，我們將在十五萬流亡藏人中教育和培養一萬專業人才，同時我們也呼籲西藏境內的藏人達到十萬專業人才的目標。

我們將繼續推動藏人行政中央的專業化，通過吸納技術和社交工具，確保政府更便民和更透明。為了實現這些目標，在未來的幾個月我們將建立一個西藏政策研究所，使之成為一個知識平臺來前瞻、設計和實施富強西藏的政策。我們也將建立「姐妹社區」來加強在印度和在西方國家的藏人團結，引入西藏聯合會作為一種運動形式吸收西藏內外的藏人用他們的知識和技藝服務西藏、為青年人製造就業、同時建設可持續生存發展的社區。

與所有的藏人一道，對首席部長賴東仁波切教授在過去十年間的卓越領導，我感到萬分感激。我感謝他和他的幹練的內閣成員在政府順利交接過程中展示的熱情友好和高效協助。在未來工作中，我將遵循流亡藏人憲章、尊重最高法院，與尊敬的議長和選入第十五屆議會的先生和女士全面合作共處，並領導我們優秀的、具有獻身精神的公務員們來實現這一承諾。

總之，我們務必牢記，尊者達賴喇嘛下放政治權力，並非完全給擔任首席噶倫的我，而是給所有的西藏人民。在尊者不捲入政務後，他對人民的信任和信心以及過去五十年間建立起來的民主制度能否獨立生存繁榮將經受挑戰。這是對我們每一個人的考驗。對於司法、議會和行政系統的領導層來說，這也是考驗他們能否不辜負尊者的期望、以一個高效和統一的實體展開工作。這是我們的挑戰和機遇。

我以特別的緊迫感向年輕一代的藏人講幾句話。我需要你們的支援、能量、和才能，一起頂天立地、邁向自由。讓我們不要忘記，在我們的有生之年，我們為自由奮鬥或會贏得正義，或會遭遇失敗；西藏或會從世界地圖上再現，或會完全消失；西藏人作為民族可能會存活下來，或成為博物館的一件展品。藏人的堅毅和自豪、智慧和意志、勇氣和獻身，都會得到真正的檢驗。

這不是僅僅停留於挑刺和犬儒的時候。這是需要勇氣的時刻；也是需要信念的時刻。最重要的是，此時此刻我們需要自信，相信我們是西藏人，我們能成功。對年輕人來說，在國際和國內舞臺上擔負起更多的領導作用，這一時機已來到。請記住：如果我們不為之，沒人會代勞。

我的西藏同胞們，對此我非常確定，機會將到來，我們盼望的那一天會到來。但如果我們不精誠團結、做好共同迎接挑戰的準備，我們只會失敗。團結至上，這不能打任何折扣。它是我們事業的基石。不能團結一心將會全部

是我們的過錯。我們將竭盡全力不讓絕大多數的西藏同胞失望，他們對我們寄予厚望，會密切關注今後我們的每一項舉措。但我們有幸可以感到安慰，因為我們知道我們最敬愛的尊者達賴喇嘛就在我們中間，隨時為我們貢獻智慧。

在我當選首席噶倫後的第一次召見會上，尊者達賴喇嘛提醒我，幾乎二十年前，也就是1992年，我也是坐在同一個位子第一次與他見面。尊者告訴我，我的噶倫任期會很吉利；我會努力讓他的預言成真。但無論如何，僅靠我的雙手是不夠的。就像達桑占堆實現了輔助十三世達賴喇嘛回歸拉薩的事業，我祈求大家向我伸出你們的一千二百萬之手，助我實現達賴喇嘛尊者在1959年三月17日那決定命運的夜晚所發的願：他會回到西藏。

對在西藏的兄弟姐妹們，我今天信心十足地想對你們說：我們很快就會相會。儘管我從未被允許踏足西藏，西藏每天都在我心裡。我生為西藏人，我引以為豪；我當驕傲地死為西藏人。當我活著，我就會矢志為自由而戰。我仙逝的父親像我們許多父母一樣未能回到西藏。我的西藏同胞們，這將不會是更多西藏人的結局。只要團結一致，我們就能實現尊者達賴喇嘛回歸西藏、我們的人民重新團聚、自由在西藏重建。

今天，我們身處佛主釋迦牟尼得道成佛的印度聖土；明天我們會相聚在佛教深入六百萬人心靈的雪域聖土。我們一直都準備著開啟一個史詩般的偉大歷程，從佛法住所印度達蘭薩拉邁向雪域佛國的聖城拉薩，從尊者達賴喇嘛暫居的山鎮通向屬於他的聖城。

這是我們的嚮往。這是我們的奮鬥。這是我們的夢想。六百萬藏人秉著統一、創新、自助的原則，勝利就會屬於我們。尊者達賴喇嘛長壽！

祝西藏勝利！

首席部長洛桑森格

2011/08/08 09:09 於達蘭薩拉

那年夏天， 噶瑪巴在西藏難民學校

阿瑪給給



噶瑪巴的留言

蘇佳西藏兒童村難民學校，每年都會邀請西藏各教派高僧蒞校，為師生祈福加持。第十七世大寶法王噶瑪巴到蘇佳學校時，正巧我在做田野調查，因此得以親睹噶瑪巴對西藏流亡教育的關懷。我從第一天迎接噶瑪巴開始進行觀察，小女孩秋措在雨中一路牽著我來到迎接噶瑪巴的校門口。從校門口到 Guest house 的夾道兩旁站滿了學生，有的手持小花或藏香，有的雙手合十，在香煙裊裊中恭迎噶瑪巴。

其間穿插著幾個穿藍色制服的工作人員，是噶瑪巴的護衛保鏢，很年輕約二十歲左右。原先我以為這些護衛工作人員都是噶瑪巴帶來的，直到穿著藍制服的大女孩雀真來到 14 號家庭探視家庭媽媽，經由她解釋護衛的選拔，我才知道這些藍制服年輕護衛都是蘇佳學校的難民學生。雀真是八年級的中學生，因白內障開刀和 14 號家庭的女孩一起住院，受家庭仁增媽媽照料結緣，因此常常來 14 號家庭。雀真說 2007 年學校遴選 120 位同學到菩提迦耶，擔任噶瑪巴說法時的護衛工作，此次噶瑪巴來訪，從中動員了 60 位護衛。身上藍制服是噶瑪巴給的，第一天噶瑪巴先接見這 60 位護衛，鼓勵大家用功讀書。

第二天，噶瑪巴為全校師生舉行白度母法會。晨四時，一陣清涼。在低沉渾厚的雷聲轟隆轟隆中，我持咒傾聽雷聲中的莊嚴肅穆；窗外一陣陣白光從天空的灰暗中劈開來，我靜心解讀光中的清明瑞相。蘇佳學校與附近的學校都停課，由老師帶隊來參加，而比熱定居點的西藏難民們，也扶老攜幼趕來。長壽法會持續近兩個小時，聽著熟悉的法會儀軌唱誦，很是親切。然後，噶瑪巴以藏文開示 43 分鐘。沒有隨身譯者的我當場聽不懂，轉而觀察會場，

有不少附近藏人穿著西藏傳統服裝秋巴，有小嬰孩偶爾傳來的哭聲，也有幼童在外圍奔跑說話的聲音，學生們倒是規矩全程行禮如儀。學校老師送來酥油茶和卡滋（西藏食物油炸的麵食），大家歡喜享用。法會熱鬧莊嚴，眾人盡是虔誠歡喜。

第二天上午法會圓滿，下午學生在大禮堂以傳統西藏歌舞迎噶瑪巴。傍晚我找了幾個學生請問噶瑪巴的開示內容，法會時朗加坐在前面，把噶瑪巴的藏文開示仔細做了筆記，轉譯成中文告訴我。噶瑪巴對學生說：

「學生們幾乎都來自西藏，我知道你們的感受，因為我也是來自西藏。你們這些西藏的孩子，負有很大的責任，要好好學習，不要辜負大家的期待。學習的過程會遇到困難，要去克服。要了解老師對自己的重要，我小時候 24 小時都有老師陪伴，當時不知道學習是為了自己，一心想著是老師要我學習。現在想起這些，終於明白一切都是為了自己，希望你們不會像我小時候那樣想。學習是為自己，不是為了他人，所以要全力刻苦學習。至於流亡藏人，不要忘了要為西藏事業而奮鬥，不要只想為自己做什麼，要想自己能為他人做什麼。」

原來噶瑪巴因材施教，對難民學生的說法與對定居點流亡藏人的開示不同。但所教導內容，都不忘西藏事。高僧師長的耳提面命，學生的努力學習，札記寫下蘇佳西藏兒童村學校新難民學生帶給我的感動：「這幾天我和蘇佳

西藏兒童村學校新難民一起生活，我看到西藏民族的希望，我看到宗教文化的點點滴滴，在各個面向、在學校裡得到傳承，那是帶著感動的眼淚，那是帶著欣喜的微笑，因為西藏民族有希望。」

向蘇佳學校的主任辭行時，他要我在留言簿上簽名留言，因此我得以看到第十七世大寶法王噶瑪巴於學校貴賓簽名簿以藏文寫的簽名留言。翻譯成中文如下：

「蘇佳西藏兒童村學校全體教職員工及學生，把西藏政教事業記在心中，直到今日都無以倫比地盡心盡力；我本人對此表示無限的尊敬和感謝。未來不要辜負了聖尊達賴喇嘛和廣大西藏人民的期待；像上弦月一般（會越趨向滿月）。願你們真誠地、無瑕無偽地竭盡所能地去做。西藏能否長久生存下去，全賴於教育，讓傳統教育和現代教育的各項事業，全面提高發展；要發願為西藏的未來培養眾多傑出的人才。」

我在噶瑪巴留言之後也誠心寫下：「我來蘇佳學校，看到流亡教育在宗教文化傳承上的努力，很感動。因為我們西藏民族有希望。」

第三天大寶法王噶瑪巴要巡視校園，要進教室看學生上課，還要到十八棟學生宿舍一一灑淨。晨起，家庭媽媽便督促孩子們奮力刷洗，把清潔工作再做仔細一些，然後將茶點仔細備妥擺好，等待十七世大寶法王。前一天放學後，一整個下午大家刷刷洗洗大掃除，椅墊被單制服窗簾門簾都被孩子們取下洗淨曬乾，四周桌底角落灰塵都被翻出來，好像過年大掃除。我也照家庭宿舍規矩折疊被褥，但小女孩德吉不滿意，重做一次疊成四角豆腐般完全符合標準才安心。

終於，第三天上午七點誦經時間到了，家庭宿舍裡多數孩子到經堂誦經去，留下六個孩子完成未完工的清潔工作。八點所有孩子上學後，家庭宿舍裡只有我和仁增媽媽。仁增媽媽把家庭宿舍四周以除瘴草薰過，點起藏香迎大

寶法王來家裡灑淨。靜肅中噶瑪巴來到14號家庭宿舍，我們給噶瑪巴獻上哈達。學校主任以藏文對噶瑪巴介紹我來自臺灣，我想起噶瑪巴懂得中文，就以恭敬心說明我來是寫學校教育在西藏宗教文化傳承的努力。噶瑪巴簡潔有力說：「很好，你住這裡？」我回說：「是。我跟媽媽和孩子一起住。」噶瑪巴微微點頭又說一次很好，然後走向家庭經堂灑淨，見我手中有相機便問我：「要拍照嗎？」當然要囉，我問：「可以嗎？」噶瑪巴大步走到廳堂中央站定，馬上有侍者僧人幫忙拍照。

噶瑪巴灑淨加持後，轉至其他家庭，14號家庭溫暖洋溢熱鬧滾滾。仁增媽媽興奮地和其他家庭媽媽互通電話，13號家庭媽媽速速趕到14號家庭和仁增媽媽相聚，笑盈盈的兩人臉上散發著興奮緊張的光彩，急著述說剛剛的經歷，又是歡喜又是害怕緊張。13號家庭媽媽剛走，7號媽媽隨即進門，也是如出一轍。住在此一週，第一次見媽媽們串門子，說的都是剛剛噶瑪巴到家庭宿舍裡灑淨的情形。而我，立即開工書寫，書寫時頸背清涼舒暢，似在閉關中。似在環境中又和環境有距離，好像脫離環境又明明在此中。小女孩秋措放學後也是興奮不已，吱吱喳喳說著噶瑪巴到教室看她們上課的情形。

莊嚴的第十七大寶法王噶瑪巴的中文很好，有一股強大沉穩的力量，如法會當天清晨四點轟轟低沉的雷聲，似寺院萬僧渾厚深遠的誦經聲，這股穿透的力量能穩住人心，並使人沉浸在平和安定中。我和師生都得到加持，而且法喜充滿。大修行者流亡高僧，明白西藏能否長久生存下去，全賴於教育，所以鼓勵流亡師生要為西藏的未來培養人才，寄望老師與學生為西藏政教事業盡心盡力；因為重視流亡教育，所以才會特意到學校教導流亡學生，從法會祈福、宿舍灑淨到進教室看上課，鉅細靡遺關懷學生所受的流亡教育與所過的流亡生活。也因此，西藏流亡學生擁有豐富的教育資源，常有機會得到西藏高僧大修行者到學校的開示說法祈福灑淨，並得到高僧生活化的教導與鼓勵。

被遺落的香格里拉

南印度 Mundgod 高醫醫療團感言

蔡季君 主任



2010年7月首次由高醫附院籌組南印度醫療團，結合本校南印度四位學生志工，共12位，至Karnataka省的藏民屯墾區蒙果(Mundgod)，服務印度藏區；我既身兼醫院醫療團團長，同時又是學生志工帶團指導老師，由於事前取得印度藏區政府衛生部的同意及授權，在其派員全力協助下，不只服務僧團，更是深入社區，服務印度人民及一般藏人，跨越種族與宗教的藩籬，突破以往臺灣民間組織往往侷限於宗教區域相關的義診，得以傳播高醫人服務普羅大眾、眾生一律平等的理念與信念。而這次團員展現極度的專業與投入，在藏人社區引起極大的迴響。同時也發現當地重要醫療及疾病資訊，有待後續長期規劃及定點深入服務。

南印度Karnataka省的藏民屯墾區蒙果(Mundgod)共有16800人藏胞；僧侶及一般人民各佔一半。當地路面坑坑洞洞，下雨後常泥濘不堪，彷彿時光倒置回三、四十年前的臺灣鄉下。蒙果地區有三大藏傳佛寺之哲蚌寺、甘丹寺。三大寺皆有附屬醫院，提供僧侶免費門診醫療服務，並提供一般藏人及印度人看診半價優惠服務。政府於蒙果屯墾區設置一所公立醫院提供急重症及傳染病收治(如開放性肺結核)。較複雜及較嚴重必須開刀治療病人，必須後送車程1.5小時之鄰近胡布利市救治。整個蒙果屯墾區並無血庫，因此碰到要輸血病人必須送至胡布利市的醫院。

人民普遍收入微薄；僧侶一年之零用金約800~1000印度盧比(rupee)(一元印度盧比等值臺幣0.68元)，其他必需靠法會供僧或親友支

援。一般公務員月收入平均5000~6000盧比，醫生月收入約21000~27000盧比。牙醫月收入約11000盧比，人民平均月收入約2000~4000盧比。這地方屬於窮鄉僻壤，但人民整體精神層面高，治安良好；除了偶爾散居當地之印度人會犯偷竊外。

本院南印度醫療團(12人)與臺灣Jam Tse醫療會團隊(15人)共27人，在哲蚌寺洛色林醫院及甘丹寺北學院藥師佛診所義診，共看診超過1300人次。就診者出家眾佔七成八(其中95%是僧侶)，一般藏人不到一成(8%)，印度人佔一成四(14%)。近兩成(17.8%)主訴胃腸疾病，B型肝炎帶原者於僧侶共有約265人，感染者因檢驗費用與抗病毒藥物的費用昂貴，目前不可能每人皆能得到如臺灣人民受健保體系下完善的照顧，因此有人眼睜睜陸續死於肝癌及肝硬化併發症，這是他們迫切需要大家去協助的地方。

學生志工的純真、年輕與創思，常常讓大家會心一笑。剛抵達住宿時，房裡不時傳來驚叫聲，原來是學生看到蟑螂滿屋跑而花容失色；有天晚上與我同寢室之學生被蟑螂爬上臉部，情急之下竟然拿香茅油抹床被，不只蟑螂被嗆跑，我們也因此一夜被香茅油薰鼻，輾轉難眠。

由於沒有熱水器及瓦斯爐，要洗熱水澡，不是用爐灶木材升火，就是用電湯匙煮水(但因電力不足，要煮上30-40分)，大家同時用電時，常跳電，到最後大家房裡全停電。因此爐灶升火是最保險，也成夜間大家上下樓提熱水

運動的有趣景況；有次提水到浴室要洗澡時才發現，水怎麼泛起油光？原來爐灶在廚房裡，昏暗中學生誤舀到菜湯，引來大家哄堂大笑！一想到這邊生活的苦況，心中不禁一酸，替當地人感到非常不忍心。我們只是過客，而他們可是要長期居住在這樣的景況下！但觀察當地居民似乎也非常樂天知命，側面了解，宗教信仰與禪修 (meditation) 幾乎已經是當地居民生活的一部分。

雖然是去服務當地人民，但當地喇嘛也替我們醫療團用心安排證量之資深佛學格西（教授）或仁波切，於晚間餐後替大家上課 1~2 小時，傳授團員佛學課程與生活禪，這樣的心靈洗滌與修煉，解除舒緩一天下來醫療義診的疲累。

另外，有兩天清晨義診前安排兩場供僧法會，團員私下捐款供僧，共供養 7000 僧侶，並將供僧法會功德迴向給高醫院校之師長、同事及病人，乃至一切有情眾生，意義深遠。當我們恭敬的將 100 元盧比輕放至每位僧侶的手上，心中不斷複誦六字大明咒（唵嘛呢叭咪吽），除期許與他們結下個好緣外，也期盼這施與受者能攝受佛的慈悲與智慧。

當地老人對家訪的學生志工說：「DTR 醫院離我們愈來愈遠！」學生志工繼續停留三週做社區健康調查與服務發現，高血壓及糖尿病在當地非常常見，許多年長者因為行動不便加上交通困難，無法定期到醫院做檢查和治療，病情因此無法得到有效的控制，甚至不知道自己的血壓和血糖有偏高的情形。因此他們建議當地的政府代表，可以固定每個月派遣巡迴車到各個村落接送行動不便的老人家至醫院看診；

同時他們也希望下一次醫療團義診的觸角可以更深入社區，服務更多的民眾。

這次在 Mundgod 屯墾區遇到唯一的兩位藏人西醫，皆是醫學院畢業後 2 至 3 年，還未接受住院醫師訓練，便需服務這 16800 人社區，其專業教育訓練實在有必要予以加強，而他們也打算申請大醫院訓練或計劃研讀研究所。長駐性的資深當地藏人西醫，目前仍是非常缺乏；因此協助當地年輕藏人西醫之完整專業專科訓練、或短期醫師助理再教育或技術訓練，也是我們可以思索幫助改善當地醫療的較根本的途徑。

雖然這裡是如此的窮困、不便與落後；但到處是青翠的樹林與綠油油的稻作，偶而路過的是穿著長長藏紅袈裟的僧侶，夜間或清晨常傳來低沉的辯經合鳴聲或誦經聲；人與人間之關係，透明而真誠，讓人宛如錯置於被世人遺忘的香格里拉般，有種回到中古世紀的感覺，如夢似幻。半夜

淒厲的狗吠與貓號，滴滴答答的雨聲，蛙叫蟬鳴，已經好久沒有這麼貼近大自然，內心放鬆而舒暢。雖然，不久又要回到紅塵俗世，但這一刻，就是永恆的禪定。這樣的體會，也算不虛此行了！

學生志工返國後的分享，非常感恩醫療團離開後，後續三週受到許多當地人細心與無微不至的呵護照顧。國際醫療雖然是去服務他人，但另一方面也要學習如何適時接受當地受服務者誠懇的幫忙，因為這也是一種慈悲及生命的學習與成長。從觀察與體驗別人細心的照顧，將來用相同的心量，推展擴及照顧別人，我想這是此行大家最受用的收獲。



時差二點五的距離

學生志工：司徒潔慧

抵達台灣了，但是，就在飛機降落小港機場的那一刻，我才真正驚覺，這個做了三十五天的美夢，也應該醒了，我的眼眶不禁泛紅，我強忍住，但那些回憶如同洪水般不斷流洩而出，我不想相信，我們又回到了現實，想到這五個禮拜所經歷的所有，就這樣結束，難免落寞。我開始回想，並慢慢品嚐，這些日子的酸甜苦辣。

終於到了啟程的這一刻，懷抱著既緊張又興奮的心情，我推著行李，跟著大家走進小港機場，不禁問起自己，決定自己在異地生活一個月，當初究竟花了多大的勇氣。

在經過了七個小時的飛行，七個小時的等待，我們終於來到了印度。在途中聽到許多關於當地的文化，諸如：見面要說「札西德勒！Tashi Delek！」，這是代表吉祥的問候語；獻「哈達」表示獻上最高的敬意。一下飛機，便看到穿著僧服的喇嘛等候，他們獻上了哈達，彷彿是為我們這趟印度之旅，揭開了序幕。

約莫十二小時的車程，終於到達Mundgod，我並不感到疲倦，取而代之的是興奮。所有聽到的分享、所有我們的計畫、所有關於書本內的知識，在這一刻才有真實感。走在夾雜著青草香的泥濘道路上，聽著寺廟大殿傳來陣陣的誦經聲，不同於台灣的熱鬧，這裡有的是悠閒及寧靜。我們首站便是社區的參訪，



流亡藏人定居點的老人院
照片取自《魂牽雪域半世紀——圖說西藏流亡史》

我們參觀了當地的小學、公立醫院、女尼院、托兒所以及老人院。最令我印象深刻的便是老人院了，當我看到他們的廚房，他們的居住環境，以及他們的食物蒼蠅飛舞著，突然想起正在住院的外婆，感觸良多。其中一個婆婆，看到相機裡我們幫她拍的照片時，居然感動得哭了。原來感動可以這麼容易，雖然在我們眼裡，他們的物質確實是很貧乏，但是他們的心，卻是比我們任何人都還要富裕。

接下來的兩個禮拜，我們都在僧侶診所 Loseling Clinic 以及 Gaden Clinic 裡協助義診。直覺得很幸運，能跟著醫療團一起出行，學習到許多東西，也了解到當地的流行疾病狀況。當地人大多都患有高血壓、糖尿病、肺結核，以及僧人因長期壓力及飲食習慣不良所引起的胃病，希望後續都能朝著降低當地得病率的目標前進，提供他們正確的知識，從預防開始著手。除了協助義診，我們也進行口腔的衛生教育，但當我看到每個人微笑時所露出那潔白的牙齒，我虛心的笑了。在這短短的兩個禮拜裡，不只學到知識，更交了許多知心朋友。兩個禮拜之後，醫療團離開了，只剩下我們四個學生，有人笑著說：「等我們醫療團離開後，你們就會開始想家了。」的確，一開始好難適應，從原本的熱鬧到現在的安靜，但隨著時間也越來越享受這時光了。

之後便是行軍式的生活了。每天早上去 DTR 公立醫院跟診，下午便去造訪各個村莊做田野調查，挨家挨戶的去拜訪調查及健康服務，之後還前往女尼院做婦科疾病的調查。當中最感謝的是 DTR 公立醫院護士 Sonam，一路的協助。這兩個禮拜，過得好漫長，每天都拖著疲倦的身軀，回去只想，倒頭，睡。這種生活，說實在的有點苦悶，但幸好在當地認識的朋友，給了我最大的支持。幾乎每天都能接到朋友關切的電話；而 Loseling 寺院的管家以及翻譯 Sherap 和 Tenpa，也是一有空就來探訪我們。有時停電，我們就往外頭乘著涼風，伴著滿天星辰，聽他們家鄉的故事，以及聽他們學習佛法的心路歷程，我們都聽得入神，有時聽到他們講解人生的道理，也會被感動到眼眶泛紅。其實生活可以過得如此簡單愜意，在這邊不需太多的物質上的滿足，與自然萬物的相處，便可豐腴我們的心靈。這邊的藏人都很真誠，有別於印度人，大多都皺著眉，這邊看到的都是神采飛揚，臉上掛著微笑，我想可能與宗教有關吧！心靈富裕了，煩惱就沒了。

之後的我們到 Central School，做衛生教育的服務。我們佈置衛生教育展覽場地，看到他們認真的聽著語音導覽，一邊認真的做筆記，難以言喻的喜悅從心中升起，覺得努力都有回報。此外我們也與 Central School 的高中生互動，介紹台灣的文化，希望能將我們台灣的美宣揚出去，而學生們也給予非常熱情的回應。在 Loseling elementary school，我們則教導小學生科學教育實驗，小朋友們聽到要做實驗，個個都雀躍非常。不同於我們，可能資源太多而變得不在乎，他們很珍惜、把握每一次的學習機會，看到他們臉上掛著笑容，覺得自己真的愛上這

裡了，好愛他們的純真。

不知不覺，我的靈魂留在了這了。

隨著時間的推移，我們離開的日子也即將到來了。有時真希望時間能暫時凍凝，好讓我們有更多和 Mundgod 相處的時光。即使只是一如往常的走在泥濘路上。

在西藏，當地的傳統是臨別前要宴請客人大餐，我們離開的前夕，與 Gaden Clinic 的院長共進午餐，還記得離別時他說了一段話，他要我們記住兩件事：一是要將自己的專業學好，並常懷慈悲心，好讓自己能夠幫助他人；另外一件事，是要我們保護環境，保護我們的地球。我常常從別人口中聽到些東西，但不知為何，當他說出來時，卻帶給我極大的震懾與感動。想到在台灣，人人都喊出「保護環境」的口號，卻不見實際作為。而這裡，沒有所謂的高呼，只有從落實自己的生活做起。不提供塑膠袋、不濫砍樹木、保護每一棵樹苗…，不需多偉大的口號，這樣就夠了。雖說我們自認較先進，我們可以研發綠能科技，來節能減碳；溫室效應、地球暖化的知識也學得比他們多。但我們仍舊拿著塑膠袋、仍舊使用免洗筷，樹還是一棵一棵的砍、資源還是一再的被浪費，這就是我們自豪的抗暖政策嗎？

回到台灣之後，才發現我變了許多，更加知足，更懂珍惜。而每每回想起在那邊生活的一點一滴，那三十五天，屬於我們的瘋狂，屬於我們的感動，屬於我們的每一刻，都會讓我升起「再回去一次」的念頭。我的靈魂留在了那了，我愛上那裡的樹、那裡的天空；我愛上那邊的人，一次又一次帶給我感動；我愛上他們心中所蘊藏的真誠及純樸；我愛上他們的笑容。

藏語文在我心中的力量與恩澤

學生 李貞慧

尊者令人驚嘆的力量從何而來？

今年一月，我到瓦那納西鹿野苑聆聽達賴喇嘛尊者講經。這是我第一次在尊者講經會場上親眼見到來自世界各國約四、五萬信眾聚集。以往在視訊上總是看到，只要有尊者現身，不論是世界何地何處、也不管是講經、或是演講、演唱會、體育場等各種場合，尊者總是有如此魅力，能使成千上萬的民眾聚集，並且受到大眾極度地歡迎與喜愛，這些景象每每令我讚嘆不已。當我身臨其境，更是既驚奇又感動，但同時內心也起了很大問號：究竟尊者令人驚嘆的力量從何而來？

記得幾年前曾有印度記者們曾好奇地問尊者，「您在世界各處演講，這麼多人喜歡您，您到底說了什麼？」尊者回答說，「我沒說別的，只不過講了你們古印度那爛陀寺班智達們的話語而已！」這使我想起尊者每次在接見華人信眾時，總是一再地說：「佛教徒一定要努力研讀佛語典論，要不斷學習、再學習…」這是尊者在傳授我們他自己的學習經驗。

達賴喇嘛尊者以上的話語雖簡短，對我卻是啟示深遠：尊者必然是靠著不斷努力研究、閱讀古印度班智達的言論思想，精勤實踐大乘佛法的心要—慈悲利他心，而成為世界和平的掌舵者、世人離苦得樂的依怙主。

突彌桑布札在藏王松贊干布時開創了三十個字母的藏文後，大量的梵文佛典從此便持續不斷地被譯成藏文；今年 2011 年 7 月 9 日尊者在美國華盛頓傳授時輪金剛灌頂的前行法會也提到，在印度大班智達寂護論師抵達藏地後，曾呼籲藏王應將印度的佛教經典全數翻譯成藏文；在此後兩三百年，西藏大藏經中除了十部是從中國來的，以及其他少數是從尼泊爾來的之外，其他都從印度而來。

綜合從尊者來的啟示，以及我所知道的西藏佛典譯成藏文的歷史，我開始想像著尊者努力的過程。尊者翻閱著翻譯成藏文的印度大藏經、不斷觀察思考、再觀察、思考，以他所獲的心得作為禪修的基礎。他將研讀禪修藏文佛典後所獲的心得精華，轉換成世人最易懂的語言，因為受邀到世界各地開示、演講、討論，使得藏傳佛法傳遍世界各地，感動、利益了無數世人。尊者在二十四歲失去他的國家、流亡到他鄉，這樣的艱難的巨大逆緣，反使得尊者將之轉化為另一種新生的力量，使大乘佛法弘傳到西方乃至全世界。

尊者憑藉著他的母語——西藏語文，精勤研讀印度諸班智達的佛典，融通貫徹佛陀教法，啟發人類的正面善良的潛能，這是尊者將大乘佛教的慈悲智慧力發揮到極致的最佳實例，而這樣的根源實應歸於藏語文的力量！



格西耶西塔杰拉：一位繼承那爛陀寺修行風範的西藏大智者

今年初的瓦那納西之旅，我正好有機緣隨老格西，順道拜訪他一位高齡八十多歲老友。事後我才得知格西的這位老友格西拉耶西塔杰，原來是早已在 1959 年之前的西藏三大寺裏頭的一位赫赫有名的辯經及釋量論專家。然而我環視他居住的地方，居然只是一個五六坪不到的小房間，裏頭環繞著各式各類的經書。房間當中的一張小桌子上中間擺放供奉著釋迦牟尼佛像，其周圍以一張張印度十七班智達的畫像環繞排成半圓形。除此，還有一張床和桌子之外，別無長物。格西耶西塔杰拉可說是當今世界碩果僅存的西藏佛學耆老，但是他毫無排場與架子。老格西詢問他近況，他開玩笑似地答說，我年紀這麼大了還活著，正在修隨喜呀！這位大學者心胸豁達的回答，點破了世間一般老人們內心對死亡的畏懼及老苦的無奈。

精通印度文、英文等多種語言的他，深知西藏語文的能力與珍貴，臨行前，當他那微彎的身軀陪我們走出佛寺時，他雙手握著我的手，誠摯地跟我說，「切記要好好學習藏文啊！」雖然我只是一個平凡人，又是一個漢人，但他依然沒有偏私，希望我藉由學習藏語文而好好學習佛法，發揮天生智慧與利他善良能力，離苦得樂。

在格西耶西塔杰拉簡樸的居所，我看到他的少欲知足；儘管他聲名遠播，我看到他毫不

驕傲自大；儘管他年長體衰，我看到他安適自在，內心沒有痛苦；我看到他平等的悲心，不分藏漢、一視同仁。

在耶西塔杰格西拉身上，我看到一位真正繼承那爛陀寺班智達的修行風格的西藏佛法的大智者！然而這樣沒有一絲貢高我慢，具備悲智功德、謙謙風範的西藏智者並非只有一位。以我所見過的，像辯經學院薩拉分院校長格西蔣悲札巴拉等等，都曾在短短的會面時間當中，同樣都帶給我如沐春風、欣羨嚮往的深刻感受。透過西藏語文，竟能養成如此多影響人心、教育英才的西藏智者學者。西藏語文的力量，令人無法小覷！

藏語文——我人生中溫暖的陽光

就我一個多年學習《菩提道次第廣論》的台灣人經驗而言，藏語文對學習西藏佛法的重要，我有著絕對切身的感受。在沒學藏語文之前，不要說藏語文聽不懂、看不懂，就連中文翻譯講甚麼也聽不懂、中文課本更是看不懂；聽中文翻譯只讓我在一堆佛法名相的迷霧中看花，越看越花。看中文廣論就像讀古文，光著弄懂艱澀文言文就夠我焦頭爛額，更別說從中透過趣入思惟法義而生起感受、進而改變內心，從佛法中受益了。

還記得 2009 年達賴喇嘛尊者為八八水災祈福訪台時，在接見華人的聚會中，有位學廣論的先生曾提出學習藏傳佛法的困難：台灣人聽



不懂藏語，學習佛法都需要透過翻譯，中文廣論又是艱澀難懂的古文…等困難，當時我對這位先生對尊者所提的困難，真是感同身受。十幾年來，我以工作之餘聽老格西以藏語白話，深入淺出、鉅細靡遺地講說、解釋、討論《廣論》，我才逐漸略聽懂藏語、略讀懂藏文，這才讓我對佛法稍有體會。

要不是略懂藏語，僅靠中文翻譯，我無法領會老格西直指內心的精闢開示；要不是略懂藏文，我不可能以艱澀的中文讀懂《廣論》。若不懂藏語文，我至今仍深陷自我，不可自拔；縱然我的血肉生於台灣，對台灣的苦難，我卻麻木不仁；縱然面對新聞媒體報導著世界紛擾困頓，我卻視而不見。藏語文把我從目中無人的泥沼、自私黑暗的痛苦深淵拔救出來；藏語文就像是我人生中溫暖的陽光，恩澤無限！

藏語文孕育出柔軟又堅毅的民族

眾所周知，西藏人是世界上信仰大乘佛法最虔誠的民族，憑藉著藏語文，一千多年來，西藏諸大智者們至今持續不斷地講說、修證甘珠爾①、丹珠爾②，佛陀教法至今才得以受到完整的繼承與維護。在廣受大乘佛法慈悲利他心的澤被之下，西藏人善良、不畏艱難；中共的高壓統治，使這五十二年來成為西藏歷史上最黑暗的時期，儘管西藏人面對中共如此倒行逆施的迫害、打壓等的痛苦磨難，仍能遵守尊者和平非暴力的原則，毫不畏懼地反抗強大的

中共政權，團結一致為自己國家民族爭取自由平等。六百萬西藏人的勇敢、團結和堅忍，已成為擁有十三億人口的中國政府胸口最痛的大石頭。西藏人以兼具柔軟又堅毅民族特性，為世界、為國家、為民族的所作所為，感動了全球所有具有良知正義的人士。而這樣令人感佩的內在力量，莫不來自藏語文！

藏語文已然成為慈悲智慧的根本

沒有藏語文，佛陀教法終究僅剩文字研究，我們將無法從教法當中生起觀察法要的智慧力，佛法信仰終究僅剩愚蒙迷信。在當今充滿困頓的世界裡，沒有藏語文，就不可能有慈悲感受與互利的思維；沒有藏語文，就沒有西藏民族；而西藏民族的存亡，實繫著藏傳佛法的存亡，而藏傳佛法的存亡，更維繫著慈悲智慧利他心的存亡。在如此環環相扣、唇齒相依的緊密關係下，我們可以推知：藏語文不存，慈悲智慧利他心也將蕩然無存。世上若沒有了慈悲利他，如我者之世人眾，將如何有智慧找到遠離痛苦的快樂之道呢？

藏語文已然成為慈悲智慧的根本，這無價的心靈瑰寶之源，無疑地對整個世界是無比珍貴與重要，我們身為地球上想要快樂、不要痛苦的一份子，對維護西藏語文的存續，絕對責無旁貸！

注釋

①甘珠爾：從梵文翻譯成藏文的佛經。

②丹珠爾：古印度班智達為清楚闡釋佛語著作的論典，被譯成藏文後稱為丹珠爾。

比地震更可怕的是 災後重建

達瓦才仁

去年4月14日，青海玉樹的結古多附近發生七級以上的地震，造成數千名藏人死亡^①，面對這種巨大的天災，篤信佛教的西藏人用信仰克服了心中的傷痛和悲哀，許多媒體記者都描述了災民面對災難時的堅定和沉著。同時，災民不僅獲得達賴喇嘛尊者等西藏各大教派領袖和僧眾的度亡與祈福，而且也得到西藏境內外同胞和各民族人民的巨大支持和溫暖，中國領導人胡錦濤、溫家寶也親身前來玉樹，胡錦濤甚至在黑板上寫上「新校園，會有的，新家園，會有的」十二字，可謂是中共最高當局對玉樹地震人民的承諾。

今天，玉樹地震已經過去一年多了，但是，西藏人不僅沒有看到新校園和新家園，甚至原有的校園和家園也因此次地震而面臨失去的困境。許多當地藏人說，地震固然可怕，中共的災後重建比地震更可怕。與胡錦濤的承諾相反，玉樹地震後，中國政府並沒有為災區孩子們建立學校，反而是把這些西藏孩子分散送進了中國內地各學校。起初，一些藏人老師曾試圖避免把這些孩子送往中國內地，爭取讓這些孩子就近到西藏或青海省的其他藏族地區學校就讀，結果竟遭到當局的警告，說這是政治傾向問題。

我們知道，在澳洲，自1998年起，每年的5月26日是國家道歉日，因為在上世紀初，



澳洲殖民者對原住民強制實施同化政策，把當時原住民的下一代帶離親生父母，交由白人家庭寄養，這群被迫骨肉分離的小孩就稱做「被偷走的一代」。而今天，在西藏，「偷走下一代」的殖民政策仍持續進行。

中國政府為了切斷西藏孩子和西藏母文化的聯繫，貫徹實現徹底的民族同化政策，投入了巨大的資金在中國各大城市的學校中專門建立眾多的所謂西藏中學、西藏班等，讓數以千萬計的藏族小孩從小離開家鄉和親人，脫離西藏母文化的影響，到中國去接受中文和中國式的殖民教育。

1959年，達賴喇嘛和十餘萬藏人流亡印度後，印度總理尼赫魯曾慷慨地表示可以把西藏難民的孩子送入印度的好學校中，但被達賴喇嘛拒絕，尼赫魯馬上知道了西藏人的憂慮並表示完全的認同。因此，流亡藏人在極為艱困的條件在流亡中建立了西藏自己的學校，如今這77所難民學校已成為傳承西藏民族文化的重要基地。

但在今天的玉樹，在胡錦濤承諾要建立學校的災區，在地震中倖存下來的藏人孩子們，不僅要因地震而背負失去親人或家園的痛苦悲傷，而且也將失去接受母語和母文化教育的機會，將會在遠離母文化、歧視母文化的環境中成長，也許，他們的一生已從此



注定要成為更加痛苦徬徨的精神流亡者。

中國政府不僅藉由地震剝奪了藏人孩子接受母文化教育的權利，而且也藉由地震，正在掠奪當地藏人的土地生存資源。翻看資料就可以看到玉樹三十餘萬的人口中，藏人約佔 97%，這是目前藏族自治區、自治州或縣中藏族比例最高的地方。玉樹的首府結古鎮，是西藏康區三大城市之一^②。地震前的結古，是一個洋溢著西藏民族風情的城市，當地的建築和舞蹈被玉樹的旅遊介紹視為最有名的特色。除了擁有西藏各地普遍都有的藏民族建築與文化等的特色外，結古還有另一個特點是：城市的中心位在藏人區，商店的經營者也大部分是藏族，雖然也有不少漢族或回族等外來移民經營的商業活動，但大都是租用當地藏人的房子。顯然，這一點跟很多西藏其他的城市大相逕庭。

西藏的其他城市，大都是中共佔領西藏後作為縣城而發展建立起來的，因此，建築規劃是以政府建築物為中心，四周環繞主要街道與商業區，也因此，商業經營者絕大部分都是漢族移民等外來者，這不僅僅是由於他們跟中共漢族官員的私人關係，而且也是中國政府移民政策的一部分。在這些西藏城市，你會發現，很少能看到成規模的藏人居住區，即使有，也在城市邊緣之一隅，從來

都不會是商業或其他的任何中心。與其說藏人是當地的土著居民，不如說藏人更像是這些城市的外來者。

結古等少數西藏城市所以能夠例外，是因為這些城市是西藏原有的，歷史上就是當地政治社會或經濟的中心，已有大量藏人定居並進行商業等城市經濟活動，中共佔領後，也未能改變這種格局。如拉薩，雖然中國人的區域範圍遠遠超過藏人居住區，但拉薩的中心或靈魂無疑依然是八廓街和布達拉宮周圍。結古也一樣，雖然有大片中國政府的建築群和街道，但藏人居住區依然是整個城市的中心和主要的經濟活動區，即使有各種拆遷等掠奪行為，藏人作為這個城市經濟活動的主要參與者和經濟活動中心地段之地主的整體格局並未改變。也因此，很多到過西藏的人都覺得玉樹藏人的生活水平高於其他藏族地區。

地震，當然不能破壞這種生存格局，但地震後中共政府主導的重建，卻很有可能永久地改變了西藏人在這座城市的地位和身分。

地震後，中國政府以統一規劃和重建為名，已經完全排除了藏人繼續承擔城市經濟重心的社會地位。雖然重建工作由於藏人的抗議而極為緩慢，但幾乎所有以前由藏人擁有的黃金地段或臨街地方，都被中國政府以



統一規劃或綠化區等名目劃為政府所有地。長久以來生活在這些地區的藏人，不論你是否擁有中國政府頒發的房產證，不論你原來的房產占地面積大小，都將隨著這次地震後的重建工作而化為烏有。那些在公路兩旁等具有較高經濟價值地段之所有藏人的房子，即使在這次地震中並未造成很大損害的鋼筋水泥結構之房屋，也幾乎都被劃為危房，都將被拆除後將藏人趕走。中國政府的解決方式是，在經濟附加價值小的城市邊緣地帶按照「安居工程」標準，給每戶人家統一修建面積為八十平方米的建築。或在臨街的地方蓋高樓後，在二樓以上給每戶人家分配八十平方米的房子，所有臨街的一樓「鋪面」則成為商品，所有人都可以從政府手中購買。那些原來世代住在這些地段、擁有私人店面的藏人，如果想在原有位置擁有同樣的店面，則必須要向地方政府高價購買。

僅此一項，中國政府就等於將整個城市所有最具經濟價值的土地都無償地據為己有。整體而言，整個城市至少有一半以上原屬於藏人所有的土地，卻隨著地震後的重建而被無情地剝奪。當然，隨著這一切，結古原有的城市文化、人文故事和文化脈絡、建築風格以及與城市有關的歷史記憶等，也將隨著震後重建的塵埃而消失無蹤。結古，注定將會和中國的其他城市一樣，變成只有政經功能、同一單調之居住群的聚合體。

沒有人會懷疑，當塵埃落定以後，那些現在以綠化地等名義剝奪的土地，也肯定會改頭換面，再以商業區、開發區等各種時髦的名義重新成為這個城市的繁榮地段。只是這時候，以前居住在這裡的藏人已經被永遠地排除，在中國的移民傾斜政策下，移民，無疑會成為這次地震最主要的因禍而受益者。

就某種程度而言，那些在地震中失去生命的人也許是幸運的，畢竟，他們曾經真的擁有過這個城市——雖然不是全部，他們曾經是外來移民的房東……。而那些倖存的藏人，他們將住在郊區八十平方米的「安居工程」建築住宅中，面臨生計的困難，只能無盡地回憶著已經失去的尊嚴歲月和曾經有過的、屬於自己的記憶中的城市面貌。

令人好奇的是，這難道就是胡錦濤承諾的「新學校」和「新家園」嗎？

玉樹結古人 跋熱·達瓦才仁

2011/8/26 於台北

注釋

① 中國政府於5月30日宣佈地震造成2698人遇難，但當地藏人普遍認為死亡數遠遠超過這個統計數字，如很多屍體是當時直接由寺院從現場運出後處理的。在第一天，僅僅水葬到通天河的屍體就有幾百具，都未被統計。

② 西藏康區三大城市：結古、康定（現四川甘孜藏族自治州）、昌都（西藏自治區）。

從宗教衝突的觀點看 蕭平實教團對藏傳佛教的攻訐

溫金柯 台北·現代禪淨土念佛會會長



日前在網路上看到在台西藏人福利協會 9 月 23 日發表的〈西藏人駁斥蕭平實對西藏佛教污衊攻擊〉一文，拜讀之後，隨即將之轉貼在我的部落格上，並寫了簡要的介紹詞。我在介紹詞中說：「長久以來，我對於西藏朋友的建議都是：對於不正常的人，最好的策略是不理會他。但是西藏朋友總是一再的作出非常好的論理。…」我因為從事媒體工作，有機會認識藏族朋友；身邊一些朋友也有學習藏傳佛教的，也有一些認識的人投入了蕭平實門下，再加上過去在佛教界的一些見聞，使我形成了上述「對於蕭門的行徑，最好的策略就是不理會他」的觀點，但是讀了 9 月 23 日這篇文章之後，使我改變了想法，我覺得不能再袖手旁觀，因此願意也提出一些看法，呼籲台灣社會與佛教界的朋友正視這個問題。

我過去之所以認為「對於蕭門的行徑，最好的策略就是不理會他」，有幾個理由。首先是出於對言論自由的容忍。因為無論對方說得好與不好、有理無理，應該總是有表達的權利，是非公道自在人心，不一定需要我們去干涉。

其次是出於對佛法的尊重。因為佛法是自利利他之事，討論佛法的目的是為了讓自己與他人解脫苦惱，而不是用來逞口舌之能、爭意氣的勝負。從過去的一些例子來看，涉及蕭門的討論，往往只是後者。為尊重佛法，我覺得一般的佛教徒會傾向於惜墨如金。

第三、在台灣佛教界，蕭門的意見並沒有

被討論的價值。我一位非常尊敬的佛學老師對於蕭平實的評語只有兩個字：「笑話」，我覺得是非常精準的。我所見聞的台灣的佛學界，這樣的評價應該是相當一致的。因此，你可以看到，稍有名聲的台灣佛教界人士，幾乎沒有人願意對蕭門置一詞，何以故？因為對於「笑話」，基本上沒有人願意自貶身價去作什麼具體的評述。由於蕭門的言論在台灣佛教界並沒有任何的可信度，因此不必理會即可。

第四、在少數與蕭門發生衝突的案例中，我們看到蕭門的鬥爭作風，其荒謬與極端，已經超過一般人的想像太多。譬如我所知道的，玄奘大學宗教系、研究所的主任釋昭慧法師，因為不滿她過去寫給蕭的客套信，被蕭平實在著作中引用並作歪曲的詮釋，而向法院提起「違反著作權」的訴訟。在被檢察官起訴之後，蕭門不斷運用各種人脈，進行笨拙的威脅、利誘，試圖使昭慧法師撤訴。昭慧法師不為所動之後，蕭門又發動大批徒眾，到昭慧法師在玄奘大學等地所舉辦的國際學術研討會鬧場。在法庭審理期間，蕭平實的網站，又把庭訊過程中的對話，透過刪節、譯寫和評註，以全然扭曲的報導方式，吹捧蕭平實、極力醜化羞辱昭慧法師。又，蕭門因為他們使用建築物大樓外牆攻訐藏傳佛教的文字不雅，引起大樓住戶和管理委員會不滿，鬧上警局而上報。這種與鄰居的糾紛被登上報紙版面，他們的徒眾竟然非常高興，覺得「又得到一次公開弘法的機會」。從這些

事例可以看出，蕭平實及其徒眾，其行事作風，即使從一般社會人士的標準來看，都是非常怪誕的。一般來說，佛教徒都傾向於潔身自好，不喜歡和不太正常的人糾纏。因此，即使在佛教界素以善戰聞名的昭慧法師，後來也無條件撤告了。也基於這個理由，我傾向於勸告西藏朋友不要理會蕭門的行徑。

但是這一次在台西藏人福利協會發表的文章，讓我看到了他們必須正面回應的理由。這一點是我過去所沒有看到的。那就是由於西藏特殊的宗教文化背景，對於藏傳佛教的誣衊，已經構成對整個西藏民族的仇視與侮辱。這是從文章中強烈感受的藏族人的心聲。在台灣佛教徒的經驗中，二十年前，因為一齣傳統戲曲「思凡」對於佛教尼師的詮釋，引起台灣佛教徒的不滿，掀起了台灣佛教界罕見的社會抗爭事件。當時領導此一運動的昭慧、性廣等法師，引用《梵網經》：「菩薩見外道及以惡人一言謗佛音聲如三百鉞刺心」來描述他們的心情。我想今天西藏人對於蕭門對藏傳佛教不遺餘力的曲解與誣衊，應該也是一樣的心情吧！更何況在電影《賽德克·巴萊》正在熱烈上映的此刻，我想人們也應該更能夠體認到一個少數民族的文化尊嚴被貶抑之後，所引起的傷害與忿怒，是超乎外人的想像的。

第二次世界大戰以後，人們已經注意到宗教之間的歧視，是人類和平的重大威脅，因此宗教界的有識之士開始提倡宗教對話。而宗教對話的基本原則，據歐約翰博士在〈宗教健全對話十要〉所說的，其中包括：不要矮化醜化對方、敬重對方的靈師等等。在比較宗教學的研究倫理中，也強調研究者對於一個宗教的詮釋，必須得到該宗教信仰者基本的認可。從這些原則來看，蕭門對於藏傳佛教的刻意的歪曲與攻擊，完全是背道而馳的。因此，從這一觀點來看，蕭門對於藏傳佛教所做的事，絕對值得台灣社會正視，無論是身為台灣人，還是台灣佛教徒，都不應該默不作聲。

除此之外，今年暑假過後，新竹中華信義神學院院長俞繼斌牧師帶領該校的碩士班新生，到台北來與我所屬的佛教團體進行交流，席間魯思豪副院長突然問起：他們收到蕭門的小冊子攻擊藏傳佛教，內容究竟是不是真的？這也讓我感受到，蕭門對藏傳佛教的攻擊，竟然已經蔓延到全然不相干的領域。可見事情性質已經不是再只是佛教內，茶壺裡的風暴，而是一個有組織的、遍及全台灣各角落的宗教挑釁行為。換言之，不能再只視之為「笑話」。因為它背後動員的是大規模的人力與金錢，來進行對一個種族宗教文化肆無忌憚的詆毀；而且這種攻擊也已經給台灣社會帶來了疑惑與騷動的漣漪。從國際人權法來看，這種行為甚至有可能已經構成犯罪。在此情況下，台灣佛教界有義務向不明究裡的社會人士表明態度，不容許我們再袖手旁觀。

以我對於蕭平實一門的作風之理解，我相信他們不會用人們期待的方式，來接受正常的社會倫理規範。他們可能還會作出種種極端而不可理喻、死纏爛打的反應。因此，此文的目的不在於勸告蕭門，而在於呼籲台灣社會與台灣佛教界，對於蕭門挑起的衝突，不要再袖手旁觀了。我們要採取各種方法，阻止挑起社會對立的行為。

我曾經在土城承天禪寺外的永寧捷運站前，把接到的詆毀藏傳佛教的小冊子，丟回蕭門信徒手中，並當面斥責他們：「你為什麼學佛，卻造毀謗三寶的地獄業？」奇怪的是，被我先後斥責的兩位蕭門信徒，都面有愧色，沒有作聲。難道他們也對自己的行徑半信半疑嗎？我覺得大多數蕭門的信徒都是善良的，只是他們可能沒有判斷是非的能力。基於此，我也贊同像〈西藏人駁斥蕭平實對西藏佛教污衊攻擊〉一文這樣，把藏傳佛教的信仰內容講清楚，讓那些無知的、被欺騙與挾制的善良人能夠自知其非，免遭毀謗三寶的罪報。

讀者交流道

讀者問：

洛桑森格當選新任噶倫赤巴——藏人行政中央的首席部長。他在就職演說提到「教育將是第一優先考量」、教育將是「點亮西藏未來之火」、「在未來的二十年裡，將在十五萬流亡藏人中教育和培養一萬專業人才」。請問西藏流亡教育現況如何？流亡教育如何點亮西藏未來之火？我要怎樣才能幫助西藏難民兒童？

雪域智庫答：

西藏流亡教育的現況

西藏境內出生的難民孩童，或隻身由帶路人從西藏送來印度，或由家人親送印度，讓孩子獨自留下來學習西藏的語言文化。半世紀以來為因應源源不斷自西藏境內流亡的難民兒童青少年及在印度出生的西藏孩子，藏人行政中央（西藏流亡政府）有一套安置學童的機制。

印度出生的西藏孩童，居住在流亡藏人定居點，就讀附近的走讀學校。流亡的難民孩童青少年初到難民接待中心，便會被安置於難民學校接受普及教育。6歲以下兒童送幼稚園及托兒所；6至13歲是小學生，14至18歲青少年是中學生，輪流分送西藏兒童村學校和木蘇里西藏之家學校兩系統讀書。也有不少已經十幾歲的孩子，在西藏境內從未進過校門，其年紀又無法和其他孩子一樣按部就班地從頭學習，學校會為那些很努力的學生提供機會，讓他們以跳級的方式迎頭趕上，但若還是趕不上或信心不足的學生，則可以依興趣志向選擇學習製作唐卡、繪畫、藏服、

木工等技藝。至於18至32歲青年，已過了中學學習的年紀，就送到諾布林卡附近的蘇噶成人學校學習。

依據藏人行政中央教育部資料指出，流亡初期的六個藏人學校，如今已發展到涵蓋小學初中高中學前班至十二年級的近八十所學校近三萬名學生。西藏流亡教育，可以分為：中央藏管學校、西藏兒童村學校、桑波達基金會藏人學校、尼泊爾雪獅基金會藏人學校、木蘇里西藏之家學校、私立學校等六類不同系統。

中央西藏學校管理會系統的學校，英文的全稱為 Central Schools for Tibetan Administration，經費來自印度政府，中文簡稱中央藏管學校，英文簡稱 CTSA。西藏兒童村學校，其英文的全稱為 Tibetan Children's Village School，簡稱為 T.C.V. School。經費來自國際援助，其前身是於1960年成立的西藏難民兒童育幼院。由達賴喇嘛尊者的姐姐達拉慈仁卓瑪負責，1964年病逝之後由妹妹杰尊貝瑪女士接管，向印度政府註冊立案為「西藏兒童村」。桑波達基金會藏人學校，英文為 Sambhota Tibetan Schools，簡稱 STSS；由桑波達基金會支持，基金會董事長是由教育部秘書長擔任，經費由藏人行政中央撥款，包括依據2004年制定的《流亡藏人基本教育政策》所設立的教育部實驗示範學校。尼泊爾雪獅基金會藏人學校，Schools for Snowland Foundation，位於尼泊爾，簡稱 SLF，經費來自尼泊爾雪獅基金會。木蘇里西藏之家學校，Tibetan Homes School，簡稱 THF，經費來自國際贊助。私立學校則由私人籌措經費。

六類教育系統的經費來源雖然不同，但是都同樣依循藏人行政中央的教育政策辦學。各級學校在流亡政府教育部主導下，於課程架構與教學上密切合作，共同肩負教育西藏流亡青少年學童的責任。西藏流亡教育，不同於別的國家，不僅限於傳授知識，那是流亡教育，目的在建立民族認同，肩負著傳承民族宗教文化命脈的重責大任。

西藏流亡學校教育體系的架構，自1979年以來，便確定學制分為「中小學、高中職、大學」三階段，沿用至今。前十年是中小學階段，十年級通過印度統一考試後，接著兩年的高中職階段，若通過了印度全國高中畢業考試，就可以進入印度的大專院校或流亡藏人大學。三年大學畢業後，還可以繼續攻讀更高的學位，或者到西方各國的大學研究所留學。

流亡教育初期沒有自編教科書，各科教學採用印度的英文版教科書，而後逐漸將小五以下所使用印度小學教科書直接翻譯為藏文以藏文教學；目前已將小五以下改成由教育部編版及教師自編版藏文教科書。小五以上的教材與教學，則以藏文英文雙語教學，並逐漸增加英文比重以提高競爭力。小六開始選修第二外國語：印度語，並選修中文。藏人行政中央教育部為使學生畢業後能和印度大專院校教育銜接，於印度中央中學教育部門登記立案，所有讀畢十年級的學生，需參加印度全國的統一考試。各學校十年級以前是普通課程，包括人文、社會科學、藏文、英文以及音樂、體育、美術等課程，學生十年級讀畢參加印度統一考試後，根據志願選修以後十一至十二年級兩年的專業課程。學生可選歷史、文學、藝術、自然科學、財經貿易或職業類科。

除了普通班教授普通課程，另在德拉敦的西藏職訓中心（Tibetan SOS Vocational Training Centre），開設兩年長期與半年短期

兩種學制的職業訓練班，設有電腦應用、摩托車維修和技術、電工、車工、木器製作、汽車修理、電銲、行政秘書、烹調、美容、西藏唐卡繪畫藝術、西式服裝設計和裁剪、西藏傳統服飾裁製、飯店服務員的培訓等專業實用技藝培訓班。近年來，不少家長多鼓勵孩子選讀此類職業訓練班，學習實用技藝課程，使學生們能夠一出校門便能夠做到自食其力，以期能在流亡社會的現實中生存。

十二年級畢業後，學生也可依據志願與興趣，選擇就業或繼續升學。如果通過了印度全國高中畢業考試，便進入印度各大專院校，繼續學習以後三年的大學或專科課程。升學的管道除此之外也可選擇流亡藏人大學：位在瓦那納西的西藏研究中央大學（昔西藏高等佛學院），以及在班加羅爾的達賴喇嘛高等教育學院。高中畢業後若對醫藥曆算有興趣，亦可選擇位於達蘭薩拉的西藏醫藥曆算學院。另外對西藏傳統歌舞樂器戲劇藝術有興趣者，還可以選擇就讀位於達蘭薩拉藏人行政中央所屬的西藏表演藝術學院附設的西藏藝術學校，學習西藏傳統的戲劇、歌舞、樂器。而且每年還有幾十個到國外公費留學的名額，其中臺灣也提供藏人行政中央交流學習的名額。自1998至今，已有近50名流亡藏人經由甄選來臺三個月至五年不等，於政治、華語、國際關係、佛教、資訊、企管、傳播等科系學習，中山大學、政治大學與淡江大學等都曾有流亡藏人學生。

1959年以前出生於西藏並在西藏完成主要教育的第一代流亡藏人，是在1959年之後被迫逃難離家，逼不得已而成為流亡者。第二代的流亡藏人，指1959年以後出生，目前已完成主要教育，現為青壯年中年，分為兩類，一類是在印度出生成長於西藏流亡學校完成教育的藏人，另一類是在中國統治的西藏境內出生，於西藏境內學校完成主要教育，

的領導，西藏就不能突破流亡的困境。

流亡社會需求的人才，有如三層金字塔，金字塔底部是大量基層人才、金字塔中部中層人才、金字塔頂端一流菁英人才。流亡社會需要有基層人才負責基礎紮根工作，也需要有中層人才領接菁英人才號令轉而領導基層，更需要有一流菁英人才帶領方能進可攻退可守。老師的職責，是要為社會培養有用的人才。流亡藏人想回家，流亡社會各行各業需要一流菁英人才群的領導，與世界接軌。而教育正可以培養這群一流菁英，使菁英有多元的視角，思慮周延任事，才能在車到山前疑無路的絕境中，帶領流亡西藏人開拓一條回家的路。

目前西藏流亡學校所教育出的學生，最欠缺金字塔頂端最高層的人才。一流菁英，要能沉穩不急躁，能思慮周密，能靈活思考，可以在偏安守成時咬牙堅忍做領導，也可以在開疆闢土時大刀闊斧做領導，才能領導眾人突破流亡的困境。流亡西藏未來的出路，在流亡教育再改革；改革之道，在培育菁英人才。為西藏未來尋找出路的流亡教育，不能忘失根本，不能自外於國際，不能沒有菁英領導。懂思考能應變的菁英群，可以一起分擔流亡各層面領導之責，要有捨我其誰之志，領導各行各業與國際接軌，共同承擔流亡回家之大業。

我們建議流亡西藏教育從「培訓學校師資加強菁英教育」、「邀請流亡菁英入校設立講座」、「營造學校富思考的學習環境」等三方面先做起。打開西藏流亡教育的學校大門，邀請流亡社會僧俗菁英進入校園，協同學校第一線老師，一起努力把第二代流亡藏人以生命淬煉出的智慧，無私地傳承給第三代流亡藏人，為流亡學子營造富思考的學習環境，相信流亡教育可以使流亡西藏找到未來的出路，點亮西藏未來之火。



早期的西藏難民兒童

照片取自《魂牽雪域半世紀——圖說西藏流亡史》

如何幫助西藏難民兒童？

西藏流亡教育第五次教育大會曾建議要儘快設立專門的心理輔導老師。因為在西藏流亡學校寄宿讀書的新難民學生，是有父母的孤兒，在異鄉他國的陌生裏，親情剝離的痛苦，更甚於外在生活條件艱難帶來的折磨。流亡，使母子分隔兩地，無法同享天倫。流亡，逼使難民兒童青少年，提早面臨人生的愛別離苦。流亡學校雖有家庭媽媽制度，仍是無法取代家庭教育的功能。

懷念家鄉，想念母親的思鄉情愁，撐得過去的孩子，樂觀一點，拾起書本，沉醉書鄉，打籃球運動，鄉愁也就過去了。內斂的孩子，選擇於無人處哭一哭鄉愁，放假總留在宿舍，藏起鄉愁埋首學習，寄情讀書，鄉愁也能過去。但是，鄉愁過不去的孩子，難民生活流亡的日子就難捱。

如果讀者們想要進一步瞭解西藏難民孩童的生活，可參閱《阿瑪給給——西藏流亡教育》一書。如果讀者們發揮大愛，想要幫助西藏難民兒童青少年，可以認養西藏難民孩童學生，也可以加入藍皮書計畫，因為支持西藏流亡教育正是藍皮書的主旨之一。請您直接與達賴喇嘛西藏宗教基金會連絡。

西藏要聞

尊者出席全球禁食齋戒聲援西藏苦難人民

10月19日，尊者帶領全球禁食齋戒祈福活動，聲援境內西藏人民。藏人行政中央外交與新聞部公佈的一份聲明中說：「在同一天裡，世界各地的藏人和西藏支持者也將進行持續一整天的祈福誦經、禁食齋戒活動，聲援境內的西藏人民。」

自2011年3月16日迄今，9名藏人，其中包括一名尼眾，以自焚的方式抗議中國。所有自焚者喊著一致的口號：「讓達賴喇嘛尊者返回西藏，我們要宗教信仰自由！」這9名自焚者分別為：平措21歲，阿壩格德寺僧人，身亡。慈旺諾布29歲，道孚靈雀寺僧人，身亡。洛桑格桑、洛桑貢卻兩人為18~19歲之間，阿壩格德寺僧人，下落不明。格桑旺久17歲，阿壩格德寺僧人，下落不明。曲培19歲，前阿壩格德寺僧人，身亡。卡央18歲，前阿壩格德寺僧人，身亡。諾布占堆19歲，下落不明。丹增旺姆(女)20歲，德欽曲廓林尼寺，身亡。

法國藏學家：格德寺僧眾絕望已極

剛自藏區離開的巴黎索邦大學西藏研究所藏學學者卡提亞·畢菲特裡耶女士(Katia Buffettrille)，介紹了她在藏區觀察到的情況：「為什麼自焚事件大部分發生在格德寺，因格德寺一直是一個堅決維護藏傳佛教和藏人文化認同的寺院。僧人們已經深深地絕望了，因為那裡的形勢不斷惡化，當局唯一的應對辦法就是鎮壓。依造傳統，藏人沒有自焚的習慣；而且，佛教也不主張犧牲自己的生命，只有認為一切對生者有益的行動都是積極的菩薩理想境界除外。」

美國外交部譴責中共治藏政策

美國外交部和人權觀察組織日前分別就藏

人自焚事件譴責中共的治藏政策導致藏人採取這種方式進行抗議。美國外交部發言人維多利亞·努蘭(Victoria Nuland)表示，華盛頓對藏人自焚抗議的增長趨勢非常關注，並指這涉及到藏人的人權問題。努蘭還表示，華盛頓方面曾多次敦促中共尊重藏人的訴求，緩解藏區的緊張局勢。

尊者祝賀三位諾貝爾和平獎得主

10月8日，達賴喇嘛尊者致函祝賀三位2011年諾貝爾和平獎得主。尊者在賀函中表示，在這個教育和實力的時代裡，不再以體力來界定領導力；而婦女在人類社會的所有領域裡扮演更積極角色的時代已經到來。尊者認為，婦女的領導力將創造一個更加公平和富有同情心的世界。

英國國會代表團在達蘭薩拉舉行記者會

10月7日上午，西藏人民議會議長邊巴次仁主持了英國國會代表團記者會，議長表示西藏人民議會、噶廈內閣、外交部等時常邀請和接待國際上支持西藏的議會代表參訪團；9月下旬，由日本兩名國會議員率領的一代表團，義大利三名國會議員，及幾個西藏之友團將抵達達蘭薩拉，並參訪藏人行政中央及周圍的藏人機構。

尊者展開對台灣信眾四天的佛法講授

10月1日尊者應台灣信眾請法，在達蘭薩拉大乘法苑展開為期四天的佛法講授。尊者今年對台灣請法團講授內容為龍樹菩薩的《讚法界頌》，現場並同步翻譯成中文、西班牙文、日文、韓文和英文等語言，以利來自世界各國佛教徒同沾法益。

達賴喇嘛尊者轉世公開聲明

9月24日尊者發表公開聲明，其中指出：「如果達賴喇嘛的轉世制度必須保留，並且需要認證第十五世達賴喇嘛靈童的時候，尋找轉世之重任將由達賴喇嘛噶丹頗章基金會的董事會負責，由他們請示藏傳佛教各宗派領袖……。還有，我也會留下相關的明確指導文字。除此之外，任何政治權威，包括中華人民共和國的政治領導人，因政治需要，選出所謂達賴喇嘛轉世靈童的時候，誰也不需認可和信仰其孩童。切記！」

西藏尼眾在孟各展開冬季辯經

印度孟各 (Mundgod) - 9月20日開始，在江措曲林尼僧院 (Jangchub Choeling) 展開冬季辯經大會。這場冬季辯經大會將從9月20日至10月20日，持續進行一個月的時間。來自印度和尼泊爾各藏人定居點的尼眾，前往參加辯經大會。冬季辯經大會慣例在冬季、並且每年更換地點舉行。參加辯經大會的尼眾約400名，來自孟各當地211人，其他定居點189人

第十一次西藏宗教大會在達蘭薩拉召開

第十一次「藏傳佛教四大教派及苯教」宗教大會於9月22日在印度北部達蘭薩拉召開。此次會議制定五項主要決議：第一，對於尊者發佈的有關達賴喇嘛轉世公開聲明方面進行全力支持。第二，未能出席本次會議的高僧則通過他們的代表瞭解達賴喇嘛尊者的11項公開聲明，並給予支持聲明。第三，在本次會議通過的決議，向各高僧、民眾，包括境內藏人廣泛宣傳，即對於達賴喇嘛尊者的聲明做公開的介紹，讓所有民眾瞭解聲明的具體內容。第四，所有高僧大德與境內外民眾向達賴喇嘛尊者祈請永駐長壽。第五，藏傳佛教四大教派、苯教各宗教領袖，以及藏人行政中央宗教與文化部就中華人民共和國國家宗教事務局在2007年9月2日公佈所謂的《藏傳佛教活佛轉世管理辦法》再度發佈不予承認的聯合聲明，並向境內外民眾作全面介紹。在這次為期三天的西藏宗教大會上，除了達賴喇嘛尊者轉世，藏傳佛教尼師頒授學位等問題制定相關決議案以外，大

會一致決議，正式承認「覺囊派」為西藏一大教派。

格魯派大考在哲蚌洛色林寺圓滿完成

2011年格魯巴佛學院大考9月在孟各哲蚌洛色林寺圓滿完成；今年共有602名僧眾應考，30名主考官監考。參加考試的資格有嚴格的限制，僧眾必須學習佛教哲學及佛教史，以及研究有關西藏政府、達賴喇嘛尊者及藏語文。該項大考計劃為期6年，僧人只能在佛學院學滿18年後參加。成功地通過連續6年考試後，僧人將可授予拉然巴格西（佛學博士）學位。

噶倫赤巴新內閣宣佈就職

噶倫赤巴洛桑森格博士9月19日假喜馬拉雅山城達蘭薩拉噶廈秘書處召開新聞記者會，宣佈第十四屆藏人行政中央噶廈（內閣）噶倫（部長）的嶄新組合。洛桑森格博士感謝第15屆西藏人民議會一致同意他所提名的噶倫人選，並概說了新噶倫的簡短經歷，強調內閣組合包括年長與年輕的、女性及男性，還有代表西藏三區的部長；他並表示，第14屆噶廈將努力恢復西藏人民的自由，以及達賴喇嘛尊者重返西藏的使命。

紀實片《小西藏》將在倫敦全球首映

由旅英藏人阿旺·安嘉倉和約瑟夫·佈雷特 (Joseph Brett) 製作的紀實片《小西藏》將在倫敦進行全球首映。《小西藏》主要紀錄了藏人青年索南因為無法返回自己的家鄉西藏尋根，所以選擇去印度最北部與西藏接壤的拉達克，一個被稱為「小西藏」，並有著和西藏相同的文化、宗教以及地貌的地方。

20名西藏青年翻山越嶺遭尼政府拘捕

尼泊爾警方9月12日表示，尼泊爾拘捕了20名從中國大陸翻山越嶺，非法進入尼泊爾的西藏青少年。警方指出，遭到拘捕的這20名西藏青少年當中，包括15名男子、5名女子。這些西藏青少年是在11日上午，徒步進入尼泊爾偏遠山區的村莊之後，遭到當地警方拘捕。



《藍皮書》

在達賴喇嘛尊者領導之下，西藏人民為了自由和文化生存所做的和平奮鬥與努力，得到世界各地正義之士的堅定支持。「藍皮書」集合西藏支持者的善意，提供流亡藏人亟需的資源，以維護西藏文化與保存藏傳佛教，照顧流亡社區，並致力發展民主化流亡社會。

成為藍皮書會員，展現了您對達賴喇嘛尊者願景的認同與支持，以和平、非暴力方式維護西藏的文化、宗教、藝術、語言和傳統。

藍皮書的主要目標如下：

- 一、**難民救助**：接待並安置新到難民、長期救助計畫、照顧貧窮老人、發展社區中的住屋和基礎設施。
- 二、**醫療保健**：預防計畫、治療計畫、衛生知識建立、飲用水工程、基本的醫療保健，尤其是曾受酷刑受害者的婦女和兒童。
- 三、**文化保存**：西藏宗教和文化的保存與發展、僧團及寺院的維護、西藏藝術和工藝的保存。
- 四、**教育**：擴展學校、出版藏文刊物書籍、科學和職業教育、技能開發、整合西藏學校系統內的新到孩童教育。
- 五、**促進民主人權**：資訊的擴展計畫、人權體認計畫、環境認知計畫、協助全球西藏辦事處。

所有捐款均由達賴喇嘛西藏宗教基金會開立正式收據，並定期將款項轉入藏人行政中央財政部，以支持上述所陳之項目並供統籌規劃運用。收到您的捐款後，將把您的名字記錄於藍皮書名冊中。此外，在您的專屬藍皮書內將貼上一枚特別的西藏郵票，以表達對您的感謝。

如何成為藍皮書會員：

- (1) 填寫申請表(可來電索取或在基金會網站下載)後傳真/寄/送至「財團法人達賴喇嘛西藏宗教基金會」
- (2) 劃撥戶名:財團法人達賴喇嘛西藏宗教基金會
劃撥帳號：19170836

地址：台北市基隆路2段189號10樓之4
電話：886-2-27360366
傳真：886-2-23779163
網址：<http://www.tibet.org.tw>

西藏文化屬於全人類，它的滅絕不只影響西藏人而已，而是全人類。因此，我們呼籲所有其他文化的成員，幫忙西藏人來保持我們獨特與豐富的文化資產。

—— 達賴喇嘛



達賴喇嘛西藏宗教基金會

ཐའེ་ལམ་བོད་ཀྱི་སྐྱེ་ཚབ་དོན་གཅོད་ཁང་།

1997年3月，達賴喇嘛尊者首度訪台弘法之後，台灣掀起一股學習藏傳佛教的風潮。為使大眾能得到正統西藏佛教精髓內涵，尊者決定在台灣設立「財團法人達賴喇嘛西藏宗教基金會」，介紹西藏文化、弘揚藏傳佛法。尊者不僅關心西藏子民，他同時關心世上一切眾生；以慈悲與智慧教化十方，倡導愛與非暴力的主張，推動人類共同責任感，化解宗教文化之間的分歧，鼓勵世人學習與外在環境平和共處，進而昇華內在心靈的力量。

「達賴喇嘛西藏宗教基金會」自成立以來秉持尊者教誨，將西藏文化的精髓－藏傳佛教介紹給台灣廣大民眾，透過佛學講座、校園弘法、出版「達賴喇嘛文集」、發行雜誌、舉辦文化展覽、推廣西藏文化藝術表演、開辦佛學班…等等各種管道，讓民眾認識西藏宗教與文化。基金會並協助在台藏民，架起台灣與西藏流亡社會的溝通橋樑，於此由衷感謝台灣民眾對僧俗流亡藏人的關切與協助。

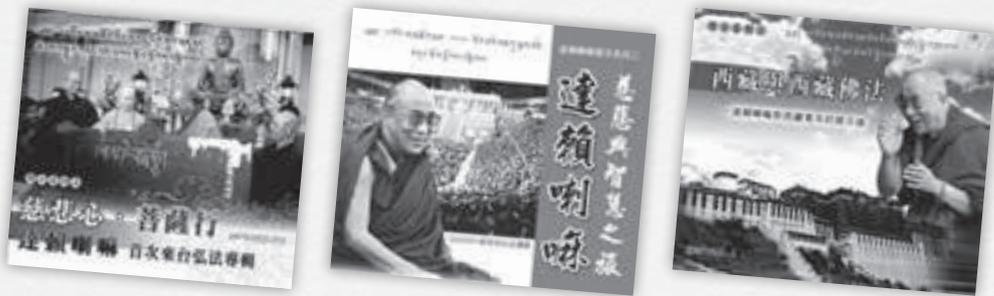
98-04-43-04										郵政劃撥儲金存款單										◎寄款人請注意背面說明 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫																			
收款帳號		1		9		1		7		0		8		3		6		金額		億		仟萬		佰萬		拾萬		萬		仟		佰		拾		元		郵政劃撥儲金存款收據	
通訊欄 (限與本次存款有關事項)		收款戶名		財團法人達賴喇嘛西藏宗教基金會																								收款帳號戶名											
		寄款人		<input type="checkbox"/> 他人存款 <input type="checkbox"/> 本戶存款																								存款金額											
		姓名																										主管：											
		地		□ □ □ - □ □																								電腦記錄											
		址																										經辦局收款戳											
		電話																										經辦局收款戳											
				虛線內備供機器印錄用請勿填寫																																			

達賴喇嘛西藏宗教基金會以非營利組織機構運作，各項利他宗旨圓滿之達成，感恩各界人士護持，共為利他努力。基金會備有以下贈閱書刊，歡迎結緣：

- ◎ 達賴喇嘛文集：《四聖諦》、《迎向和平》、《西藏佛教修行道》、《清淨世界》、《慈悲與智慧之旅》、《西藏與西藏佛法》、《關懷祈福之旅》、《凝視未來專注現代》。
- ◎ 《入菩薩行論》、《菩提道次第廣論》、《西藏的法律地位》、《流亡中的慈悲 DVD》。
- ◎ 《西藏的天空》雜誌（期刊）。
- ◎ 《流亡中求生存的民族》——西藏流亡 50 週年紀錄片 DVD。

請將您的收件地址與索取書目透過 E-mail 或傳真至本會，收到您的訊息之後，將於兩週內寄送。

另有達賴喇嘛尊者弘法 DVD，酌收工本費（內含掛號郵寄費）：



- ◎ 《慈悲心·菩薩行》— 達賴喇嘛尊者首次來台弘法專輯。（工本費 200 元）
- ◎ 《慈悲與智慧之旅》— 2001 年蒞台弘法專輯。（工本費 400 元）
- ◎ 《西藏與西藏佛法》— 達賴喇嘛對西藏青年的開示錄。（工本費 300 元）

郵政劃撥存款收據 注意事項

- 一、本收據請妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向任一郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。

請寄款人注意

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名地址各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、本存款單金額之幣別為新台幣，每筆存款至少須在新台幣十五元以上，且限填至元位為止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
- 六、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿摺疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
- 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
- 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣（市）以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

交易代號：0501、0502現金存款 0503票據存款 2212劃撥票據託收
本聯由儲匯處存查，保管五年。



10月1~4日 臺灣請法團



介紹達賴喇嘛的中間道路



10月19日 國際聲援西藏日





國內
郵資已付

台北郵局許可證
台北字第5514號

雜誌

中華郵政台北雜字第1726號
執照登記為雜誌交寄

焦黑的雪山白眠被

——給陸續自焚的雪域英魂

你們身上的絳紅色僧袍一直埋怨：
好黑好疼
好疼好黑
疼疼疼黑黑疼黑黑黑黑
不斷傳來的笑聲
從碎裂的耳朵溢出

這片雪山白眠被覆蓋的家園
早就黑掉了

黑到連星星都擠在白天的雲團
跟犛牛眨眼睛
黑了 黑了
如果絳紅色僧袍
太紅太顯眼
草原的土撥鼠會像平常一樣
早起就賣力挖洞
你們儘管睡在髒髒的土裡吧
把紅色染成最自然的黑

火焰是紅的
熊熊地把你們染黑
連一聲疼
都不想大聲喊出嗎？

疼疼疼黑黑疼黑黑黑黑
絳紅色僧袍還在埋怨
風中不明的笑聲
使勁伴奏
雪山白眠被蓋著
不再轉醒的你們
一輩子都黑了 黑了

作者：陳思嫻



達賴喇嘛西藏宗教基金會

ཐའེ་ཕམ་བོད་ཀྱི་སྐྱེ་ཁབ་དོན་གཅོད་ཁང་།

Add | 11054台北市信義區基隆路2段189號10樓之4
10F.-4, No.189, Sec. 2, Keelung Rd., Xinyi Dist., Taipei City
11054, Taiwan (R.O.C.)
Tel | 886-2-27360366 Fax | 886-2-23779163
Web | <http://www.tibet.org.tw>
Email | webmaster@tibet.org.tw