

# 西藏的天空

THE SKY ABOVE TIBET QUARTERLY [45]

ཀུན་གསལ་འདྲ་སྒྲིག་

西藏文化及其潛力  
有助世界和平的發展

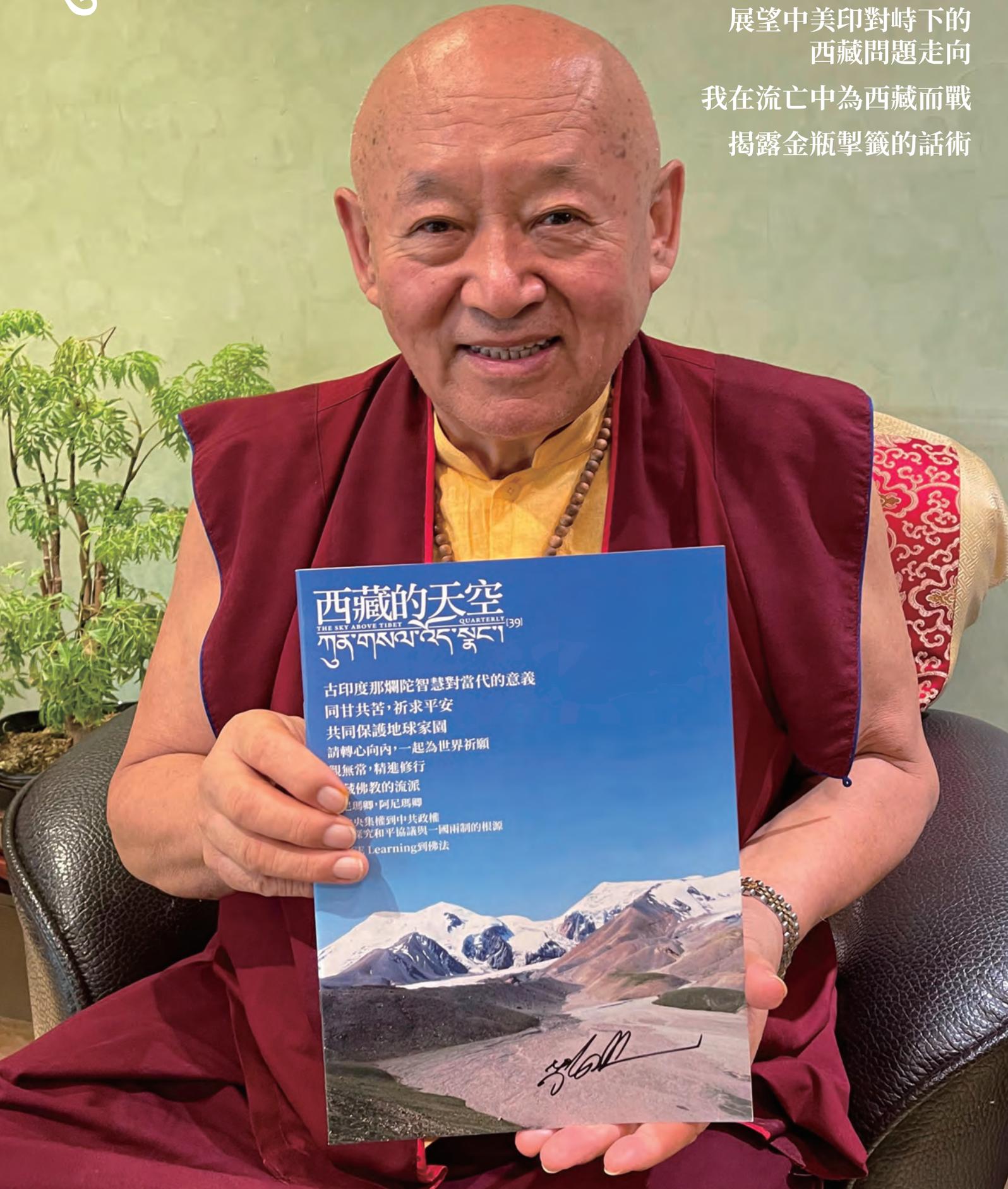
「除障祈願共修」開示總集

《菩提道炬論》教授觀後感

展望中美印對峙下的  
西藏問題走向

我在流亡中為西藏而戰

揭露金瓶掣籤的話術





在臺藏僧為高雄火災誦經 2021/10/19



晉見 澈贊仁波切 2021/09/17



拜會陳水扁前總統 2021/8/11



應邀為記者介紹西藏 2021/8/26



籌備藏傳佛教《辯經》學制  
華語示範暨研討會 2021/10/8



參與2021蒙藏影展  
開幕茶會 2021/10/29

## 主編的話

親愛的讀者：

因為疫情，達賴喇嘛尊者都改為視訊演講；也因此我們得以跨越時空的限制，聆聽尊者更多法教。尊者說：內心的寧靜有助身體的健康，而持續的憤怒嫉妒等負面情緒卻傷害我們的身體健康。西藏文化透過觀察分析、透過真相的認知讓我們建立內心和平，再用自己內心寧靜的經驗搭配著邏輯為他人分享，進而建立世界和平。尊者主張以世俗的方式去推動和平，而非以某個宗教為主的方式，內心的平靜跟來世、解脫輪迴、天堂無關，只是為了自己的幸福健康、祥和家庭社會的建立，人類的悲憫心是跟宗教沒有直接的因果關係的。

本期刊登索朗秘書長在 2021 西藏研討會的告別演講，期許自己在流亡中要為西藏而戰的索秘，感謝許多曾經在工作幫助他的人、團體、單位。我們這些與他合作過的朋友們，也衷心感謝他在西藏工作的思慮週密與奔走，使我們在護持西藏宗教文化與西藏自由運動的推動合作無間。

第 45 期 / VOL.45

2010 年 11 月 15 日創刊 / 2021 年 12 月 15 日出刊

發行人：巴瓦·格桑堅參

發行所：達賴喇嘛西藏宗教基金會

主編：盧惠娟

編輯小組：青增格西、耀軒、Sodor、慈多、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](mailto:webmaster@tibet.org.tw)

## 達賴喇嘛尊者

西藏文化及其潛力有助世界和平的發展 2

## 佛法智庫

大寶法王：「除障祈願共修」開示總集 11

《十二緣起略講》(七) 20

打開通往幸福之門(二) 24

## 漢藏交流

《菩提道炬論》教授觀後感 28

展望中美印對峙下的西藏問題走向 31

我在流亡中為西藏而戰 39

揭露金瓶掣籤的話術 41

## 聲明與要聞

西藏要聞 45

**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。

# 達賴喇嘛開示 | 西藏文化 及其潛力 有助世界和平 的發展



## 主持人：

札西得勒！尊者，我向您表示最熱烈的問候和最深切的敬意，我們非常榮幸與您一起度過這個上午，學習和討論我們今天的主題 - 西藏文化及其潛力有助世界和平發展，感謝尊者您參加今天的會議。我還想感謝線上觀眾在這個清晨和我們在一起，現在是德國的早上五點半，來自德國，瑞士，奧地利的五十名西藏支持者和其他藏人們與我們一起參加這次活動，此外還有更多的人在世界各地觀看。我叫 Tenzyn Zöchbauer，我是德國西藏計畫的執行主任，作為一個混合血統的藏族人以及從記事起母親即為藏族婦女辯護，我很驕傲身為她的女兒，今日能主持這個非常重要的議題我感到非常地福氣。德國西藏計劃 TID 是一個成立 32 年的藏人組織，致力於保護西藏文化，提高藏族精神意識和命運。尊者，我現在想請您分享您的觀點和看法，尤其是在這個特別的時代，西藏文化如何能夠改變，並且有助於促進建立一個和平的全球社會，這是我想請尊者您開示的內容，在您的教誨之後，我們會有些問題，很想聽到您對此回覆，謝謝。

## 尊者：

我非常高興能夠跟你們一起交流，尤其是今天交流的對象是我的德國的朋友們。從小起，我一直覺得德國人跟我是非常近的。其中一個理由是，德國人經歷了第一次世界大戰，第二次世界大戰，德國變成許多國家攻擊的對象，所以我對德國有一個特別的情感。「阿斯塔德」和「阿薩德」他們兩位在西藏時，我們都叫他德國人。「阿斯塔德」雖然我跟他沒有私人的聯繫，可是他是我一個很親密的朋友。我的破爛的英語一開始就是從他那裡學的，後來我發現他的英文也不是很好，所以邏輯上而言，老師的英文都不怎麼樣了的話，那作為學生的我，當然會有師承的問題，所以我的英文也不會好到哪裡。

我從小起就常聽到 Deutschland 這個詞彙，而且我非常地欽佩德國人歷經了第一次世界大戰，那這時候他們失敗了，因為其他國家的攻擊，包括美國。還有第二次世界大戰，其中也包括美國，德國被打敗了，所以我對德國有特別的情感。當我看到德國在歐洲屬於重要的部位，德國的面積不大，但美國的面積非常大，在歷經第一次世界大戰，第二次世界大戰之後，



我覺得德國被欺負了，因為相較下，德國是較小的，他是在歐洲的中部，所以我一直對德國有一個特殊的情感，我非常的高興能夠擁有這樣一個機會，能夠跟你們一起交流。德國以及日本在世界大戰之後，他們採取了和平發展的動作、運動，尤其是日本飽受了原子彈帶來的傷害，因為這種極度的傷害，經歷了戰爭，飽受痛苦的緣故，所以打從心裡面，他們是真的想要追求和平的。德國還有日本這兩個國家巨大的潛能，對建立世界和平能夠帶來一點貢獻。因此我非常地高興能夠有今天這個機會跟你們進行交流。

今天的主題是西藏文化及其潛力有助世界和平的發展。西藏的文化以一個原始的文化而言，我們就是一個遊牧民族，他並沒有那麼地複雜。可是從第七世紀起，西藏的第一個國王松贊干布，他與中國聯姻，娶了中國的公主，而且他的個性是很有主見的人，他覺得我們藏族必須要擁有自己的語文，當他創立自己獨特語言的時候，他並不是參考中國的語文。所以有時候我會開玩笑的說，第七世紀的松贊干布，他應該會對中國的聯姻感到滿足，而且他也是喜歡中國的食物，可是就以字來講，中國字實

在是太複雜了，所以他決定我們需要創立自己獨特的語文，所以參考了印度的文字來建立自己的母音和子音，所以從七世紀起，松贊干布藏王已經建立了西藏藏族自己獨特的語文。

八世紀時，西藏的國王赤松德贊他想要建立佛教，但是他不要從漢地引進佛教，他想要直接地從印度引進佛教。當時最好的佛教教育機構佛教大學就是那爛陀佛教大學，他邀請了當時那爛陀佛教大學最頂尖的學者寂護論師，當寂護論師來到藏地之後，他發現我們藏族有自己獨特的語文，所以與其用梵文和巴利文去學習佛教的經論，不如用自己獨特的語文來去學習更為妥當，所以他建議我們藏族們要將經論翻譯成西藏的語文。有些學者曾經也和我說過，寂護論師他自己，即便年事已高，可是仍然對學習藏文是感興趣的。隨著翻譯的工程，這個偉大的項目，許多西藏的學者們從翻譯的過程當中也學習到許多梵文的一些詞彙，而我們將佛陀的經論翻譯成藏文的部分，就以佛陀親自的一個教言而言，甘珠爾有 100 多部浩瀚的巨作，就印度大師針對佛經所做的詮釋有 200 多部浩瀚的巨作，這個稱丹珠爾總共有 300 多部。這個就是我們今天要談論西藏的文

化，還有西藏祖先所留下來的遺產。

我們西藏的這一些學者以及過去的西藏的藏人，他們非常務實的去做比較，中國的佛教學者和印度的佛教學者，比較之後他們覺得印度的佛教學者更為妥當，所以從印度引進佛教。所以印度人真的是我們藏族的老師，有時候我會開玩笑說，在現代這個時候看似原本的我們的老師，然後就是印度的這個上師，現在變成了我們的學生，而我們作為學生的藏族變成印度人的老師。總之我們藏族創造了獨特的語文進行了偉大的佛經論的翻譯工程。

在佛法傳入藏地之前，我們藏族是遊牧民族而已。直到了佛法傳入到藏地，進行了偉大的翻譯工程之後，我們可以看到在西藏的祖先裡面陸陸續續的產生了非常著名的西藏學者，偉大的學者們。所以從這些翻譯的內容廣大的西藏文獻當中。我們可以學習到很多邏輯學心理學的內容，那這一些的內容也豐富了我們的知識。我們可以看到，在佛教的傳承裡面，有一類的傳承是以巴利語語文為主的佛教傳承。但是這個巴利語系的佛教傳承他們並不太關注邏輯的學習。漢傳佛教雖然也是來自那爛陀佛教大學的一個傳承，可是漢傳佛教他們對大教典的學習並不是那麼的關注，尤其對於量學的一個學習而言，他們並不那麼關注。

可是我們藏族非常的重視量學的學習。就以我們的一個知識層面而言，我們現有的這個佛教的知識是在佛教界裡面最完整的，因為我們完完全全的繼承了那爛陀佛教大學的學習體系。所以我們不會不經思惟地相信佛所說的話，我們會透過觀察分析，再去產生對佛的信仰，就像佛親自所說的，不要無條件的相信我，你們應該要觀察分析我所說的話，再去信奉，所以我們藏族們歷經了世世代代的認真的觀察分析學習。在這個同時我們也和漢傳佛教徒一樣，我們也會修禪打坐，但是我們學習打坐修行的這個基礎呢？是建立在大教典的學習之上。首先，我們會針對根本偈文進行背誦的學習，像

我從小就必須要學會背誦這些重要的經論根本偈句。

藏傳佛教一個與眾不同之處就是：我們會透過邏輯辯論的方式去進行佛教教義的研究學習。可是泰國的佛教和漢地佛教卻都沒有這麼做，這個獨特的辯論的語言是由恰巴卻吉深給所創立的。所以我們會以拍掌的方式這一個獨特的辯論的語言，去進行佛法教義的辯論，我看到許多的佛教學者們，他們在辯論的時候非常的積極，所以導致他們辯論完之後，他們的手掌都覺得隱隱發痛。因為我跟其他世界各國的佛教的學者們一直有交流接觸，由此我發現我們藏傳佛教所繼承的這一套完整的知識非常的深奧的方法，我們也會修行打坐修禪，但是我們是以大教典的學習作為修行的基礎的，這真的是一個與眾不同的一個獨特的傳統，我們也會學習奢摩他和毗婆舍那，不僅修練慈悲心也會非常嚴謹的應用我們這一顆睿智的人腦。透過邏輯辯論的方式去尖銳自己的智慧。

所以我相信西藏的文化具有巨大的潛能能夠對世界的和平提出貢獻。因為我們的傳統所講究的可不是一個信仰而已，而是透過觀察分析、透過真相的認知讓我們建立內在的慈悲，也就是內在的和平。再用自己內心寧靜的一個經驗，搭配著邏輯為他人分享，近期我們在盡自己最大的能力去讓更多人了解內在寧靜的價值，進而建立世界和平。信仰是個人的選擇和個人的決定，可是以邏輯的方式邏輯的途徑去做研究了知真相，這個是所有人類的共通點，即便你沒有信仰，你也需要內心的寧靜，就是內在的和平。人之所以有這一些種種的人為災難，是因為我們的內心受到了負面情緒極大干擾而造成的。我一直都在說我們人類的本性像其他的動物一樣，一開始我們在成長的過程當中都是在母親的關懷下才能夠成長的，如果這個孩子沒有母親的關懷關愛的話，我們將無法成長。這個就是慈悲的種子。可是問題在於當我們進入了現代教育體制的時候，因為現在的



我問了印度的總理，因為我們有自己獨特的語文，而且根據這個獨特的語文，我們有很多不同學習的項目，所以我們需要建立西藏人自己的學校；這時候印度總理完全地支持我的想法，所以今天藏族的年輕人他們才有機會去學習西藏的獨特語文。我們再次地建立了佛教大學，最頂尖的佛教大學像三大寺，從 1959 年起有許多的僧人學者也逃難到印度，我們將他們作為這一個頂尖佛教大學建立的基礎。我們在印度這裡建立了頂尖的佛教大學，那在這個佛教大學裡面，至少有千萬的僧人正在學習大教典。而且我們也知道一些蒙古人千里迢迢的來到印度三大寺學習，而且一些中國人也來到三大寺學習。

所以我們藏族的年輕人一開始要做的是學習西藏的這個獨特的語文，而且我們有自己的學校和自己的佛教大學。我們可以從中學習到佛教的邏輯學和佛教的哲學。我們只能透過學習將自己的文化完整的維護下來。藏族的年輕人如果在印度出生，自然而然可以接觸到我們提供的機會進入到西藏的學校，最終成為學者或者教授，這種也是對西藏文化的一個維護。因為維護的責任，不僅是上一代的人，年輕的一代也是有責任的，但是你們維護的方式是要透過學習要去維護西藏的文化和宗教。

### 主持人：

我們說不定還可以針對這個議題做更深層的討論，第二個問題是來自 Lobsang Dargye.

### Lobsang Dargye 提問：

對於散居於世界各處的藏族人來說，將藏語傳給後代，這點非常具挑戰性，如何保持流亡中西藏人文化的活力？對此尊者有何建議？

### 尊者：

無論藏族在哪裡，我們會盡最大的能力提

供當地的藏族可以去學習語文的機會。有一次在美國的時候，我們的一個女性的朋友跟我說，在我們的社區裡，接受這些西藏的難民，不僅是想要伸出援助的雙手幫助他們，在這個同時，我們非常渴望能夠從這些難民們的身上學到西藏的文化的價值。她曾經這麼跟我表達過，但是確實也是如此，哪裡有西藏流亡的社區，在社區周遭的當地的居民，對他們有正向的一個印象，因為西藏的文化給予藏族的生活帶來了寧靜。如果我們要發動戰爭的話我們也是有勇氣的一個民族，在 1950 的早期到 1959 年，我們這邊聽到了許多勇士的偉大的事蹟，但是我們文化是屬於和平文化的屬性，這是很多人都嚮往的一種文化。

藏族年輕人首先要學習自己的一個獨特語言語文，在自己的學校裡學習，當他結束這個學校教育的時候，可以去學習佛教的哲學和佛教的邏輯。這個佛教的邏輯和佛教的哲學，不應該只是僧人們去學習的議題，也應該讓一般的在家男女眾，出家的尼僧更不用說，都應該要提供相同的權利和機會，讓他們去學習才對。所以在西藏的一個流亡社區裡，越來越多的尼僧還有不分男女的居士們都在學習佛教邏輯和佛教哲學，而且我也呼籲喜馬拉雅山麓的居民，多多去學習這些的內容。在印度我們有幾所學習中心，是透過辯論的方式，可以去學習的一些地方場所，所以我們將西藏文化和宗教維護的非常好，因為不僅是男女的僧人連在家女眾都可以去學習這方面的議題。西藏的文化和語文是有密切關係的，為了能夠詮釋非常複雜的以及非常精細的西藏哲學，最好的語文工具就是西藏的語文。根據我的經驗，我確實是這麼相信著，因為西藏的語文的確是學習西藏的邏輯和西藏的哲學最好的工具。所以當你要深入的去瞭解西藏的邏輯和系統哲學的時候，你自然而然就想要去學習藏文，我們不應該覺得宗教只是一種祈禱禱告的一種儀式而已，不應該這麼想。事實上藏傳佛教在這一點上已經很明顯清楚地



跟我們說：學習比信仰更為重要。謝謝。

### **Dr.Carola Roloff 提問：**

在 1970 年代的時候，您提及了「普世責任」。我的問題是：請問如何在促進和平的文化中，不融入、不融合佛教的傳統？

### **尊者：**

我剛剛已經說過，以世俗的方式去推動，所以世俗的方式就是：不依據以某個宗教為主的方式，這是我所堅持的推動方式。就像動物他們也是想要內心的寧靜，內心的平靜跟後世無關，這個跟天堂無關；只是單純的為了建立更安祥的社會，更安祥的社區。世界各處，我們都可以聽到要世界和平的聲音，我覺得我們只能透過內在的和平去建立名符其實的世界和平，而且這一種的過程當中，不應該以某個宗教為主。這就是內心和平的一個迫切性，這跟後世無關，跟解脫輪迴無關。只是為了自己的幸福，只是為了自己的健康，只是為了祥和家庭、社會的建立，我們必須要認清內心平靜的迫切性，人類的悲憫心是跟宗教沒有直接的因果關係的。

### **前德國駐北京大使 Dr. Volker Stanzel 提問：**

感謝尊者給我這樣的機會，我的問題是：最近中共一直在迴避少數民族的問題，而且

試圖將少數民族吸收到多數的漢族當中，這將是一場種族的絕滅。所以我的問題是：在這種不同的環境中，藏傳佛教能否持續堅持自己的立場，甚至成長。

### **尊者：**

如前述，西藏文化和西藏傳統的一個獨特的不共之處，就是邏輯推論的方式去相信真理，所以即便沒有宗教信仰的人，也是喜歡這一種科學精神。中國以歷史而言是佛教的國家，現在中國，正在復興佛教的信仰，在復興的過程當中，一定會復興佛教的哲學、佛教的知識。因為這些知識份子，他們的思維符合科學的關係，所以他們也需要以邏輯的方式去復興佛教的哲學。提及後世或者是解脫的話，是另外一回事。但是就事論事，就是為了自己的幸福，為了自己的健康，我們也是需要內心的和平。但內心的和平如何的建立呢？這時候就跟佛教的哲學所說的無法分離。就像佛教的哲學裡面有說到表象，而存在的真相，事物的表象，和事物存在的真相是不同。表象看起來是非常客觀，可是實際上並非是如此，因此減少負面情緒，這個呢就是我們藏族祖先們，經百千年來努力要去維護的文化。所以中國境內，有越來越多的人對佛教感興趣，那對佛教感興趣，自然而然會對佛教的邏輯，尤其是對藏傳佛教的邏輯深感興趣。

### **德國國會議員 Michael Brand 提問：**

中國共產黨在中國境內外的侵略和擴張正在穩固的成長中，在政治上，我們與中國打交道時，尊者您對此有甚麼建議？

### **尊者：**

這個問題的確有點複雜，因為它是屬於一個環環相扣的問題，無論中國再怎麼強大，但是它仍然是全世界的一部分，它必須得跟其他的國家和平相處。首先要跟印度和平相處，因為無論是印度或者是中國，都沒有辦法毀滅另外的一方，這是不可能的事情，既然不可能毀滅對方，就得並肩共存。即便是臺灣，以政治因素而言，兩岸之間的問題非常複雜，可是就以華人的文化而言，是具有上千年的一個華人文化的歷史，而且這個上千年的華人文化，被臺灣完整的保留下來，這個無法透過武力來去毀滅，將其滅跡。所以中國以政治的角度而言，我覺得有時候他們會採取短視的政治決策，可是就以長遠的利益而言，中國必須要跟其他的鄰國並肩共存，無論是跟印度、越南、緬甸的這些鄰國。我們可以看局勢一直都在變化當中，人類的思維模式也正在改變當中，比起上一世紀跟這一世紀而言，已經有了很大的改變。這一世紀的現代人的思想更為開放，而且我覺得更加的務實，過去上一世紀的人，非常的重視自己的國家利益，自己民族的利益，但是這一點，畢竟是狹小的一個思維，可是現在的知識分子們，會更開放的去思維全球的利益。

### **Bernd Fertig 提問：**

札西得樂！我的問題是：我們如何激勵社會，來支持我們的堅定承諾，使西藏的問題再次獲得全世界的關注。

### **尊者：**

我覺得當越來越多的知識分子對我們西藏的文化、西藏的知識更感興趣的時候，自

然而然就會想要將這一個豐富的文化與豐富的知識保留下來。就像我剛剛說的，科學家們他們並沒有宗教信仰，可是他們卻支持我們藏族。因為當他們知道西藏的知識裡面有許多豐富的資訊是有關我們人類心智、情緒的時候，他們自然就會看到西藏文化所帶來的價值，自然而然地他們就會自願的想要去維護、保護西藏的文化與知識。

### **Andreas Hilmer 提問：**

尊者您好，札西得樂！近期每個人，都能在網路上創造自己的所謂訊息，甚至傳播假新聞。我的問題是：如何使人們獲得真實的訊息，像是關於新冠大流行病毒，或者是氣候變遷的真實訊息。

### **尊者：**

過去當人們各自獨處的時候，當地的有權的人士因為他可以透過資訊不發達的一個條件和環境去誤導當地的民眾，可是現在的資訊非常的發達，我們可以透過手機看到全世界的新聞。資訊沒有辦法透過單一的人或是單一的公司、企業去掌控，我們要看甚麼樣的資訊，我們都可以去搜尋得到。我覺得人們在接收訊息的時候，要看仔細，自然就比較不會受到錯誤訊息的影響。像是氣候變遷的問題、全球暖化的問題，在某種程度上，的確是超過了我們能力的人為的因素、我們人類可以改變的範圍。所以，某種程度上有些是屬於自然災害，有些科學家，甚至還說：當我們全球的溫度提高到某種程度的時候，將會嚴重地缺乏水資源。像西藏是許多主要河流的源頭，而且在我這一世的時候，我都看到這些主要河流的水資源正在減少當中。因為全球暖化的問題，最終西藏可能會成為像阿富汗一樣，極為可能變成沙漠，這個的確是非常嚴峻的問題。某種程度上的確是屬於自然災難，所以我們只能盡己所能的去改變我們的生態，多建森林、多種植樹木，因

為這個是非常嚴峻的問題。

### **Dr. Franz Alt 提問：**

尊者在《我們唯一的家園》這本書中您寫到：全球變暖，對青藏高原的影響、對生活在該地區的四、五億多人的生活產生了重大影響。青藏高原是世界上最大的水鄉，沒有水就沒有生命，如果西藏的 46000 條冰川繼續融化，我們將面臨難以想像的問題。水，可能會成為未來衝突的關鍵原因。你是否擔心印、中之間，會因為水資源而發生戰爭，特別是考慮到這兩個國家都擁有著核彈。

### **尊者：**

我們發現、察覺到：北方世界、南方世界，像是冰川融化的現象變成非常的快速，同樣地西藏的冰川也正在融化當中、減少當中，這個真是一個很嚴重的問題。中國和印度就這兩個國家而言，至少中國的領導者現在越來越務實了，他們只要不再想國家的利益，就會減少更多的人為災難。只要他們這些領導人去關注全球的利益，就會懂得彼此尊重，就不會再犯上個世紀的步塵。過去上一個世紀只會在意自己國家、自己民族的利益。這是我的觀點。

### **Tenzin Choenyed Naktsang 提問：**

尊者，我的問題是：我所在的城市和地區，在這次德國的洪水中，受到了非常嚴重的影響，我們要怎樣才能夠給在洪水中失去一切的親人和其他人帶來希望。

### **尊者：**

我察覺到全球因氣候變遷飽受災難，有些地方完全不下雨，下雨時就甚至飽受洪水的災難，有些原本酷寒的地方，現在卻受到火災的災難。當人們遇到困難的時候，我們有能力的人，至少要對這些正在苦難的人伸出援手，讓他們不要感覺他們是孤獨的一員，

讓他們感受到有其他的人跟他們正在同一戰線上，有人正在關懷他。所以為此，我們一定要提倡「七十億人都是一體」的理念。所以，我們這世界的每一個人都有責任，去表達對這些無助難民的關懷。

### **Birgit Knorre 提問：**

札西得樂！我的問題是：當現在教育不再教授藏族文化時，藏族文化如何能夠再繼續的生存下去？

### **尊者：**

今天的教育，像我之前說的，必須要加入「如何建立內心寧靜的元素」。像是「如何減緩內在的憤怒」、「如何提升內在的愛他主義」、「內在的慈悲心」。當我們在受教育的時候，我們會學習到這一些的議題。這一些的材料和元素，這時候自然而然就會觸及到西藏的文化，因為這個就是西藏文化的精髓。我們不需要太看重西藏知識，是有這種民族代表性的知識；畢竟慈悲心的價值，就是西藏文化的精髓。

### **Helmut Steckel 提問：**

藏族文化如何幫助我們保護環境、防止氣候變化的層面？

### **尊者：**

西藏的文化裡面，並沒有特別的專業議題討論有關全球暖化或氣候變遷。但西藏文化裡面，我們反覆地強調所有眾生的珍貴性。既然我們珍惜所有的眾生，珍惜所有的人類，自然而然，我們就會為人類的福祉去著想。西藏的文化裡並沒有特別針對全球暖化的議題，設定了甚麼專業的課程，這是沒有的。

### **Philipp Rumsch 提問：**

札西得樂！像我這樣的年輕的國際支持

者，怎麼做才能夠更好的幫助西藏的人們並且幫助他們能夠保護自己的宗教和文化？

### 尊者：

以誠心待人的方式去保護西藏的文化，這是一個方式，另外一個方式是：像是情緒、內心的和平、愛他主義等，這些的價值觀，當我們推動這些價值觀，當我們跟他人分享，如何建立內在的和平的時候，你需要這方面的知識、材料和資源，這時候，西藏的文化就能夠提起這方面的資源支持。西藏文化的精隨，其實並非從情緒的一個資訊當中可以獨立出來，並不是這回事，當我們想要去涉獵有關情緒這方面的議題的時候，自然而然，已經觸動到西藏文化的精隨。所以我覺得，我更在乎的是我們如何維護慈悲的價值；而不是說，我要如何如何維護西藏文化。當你重心放在慈悲的推動上，那自然而然，你就要去參考西藏文化裡面所擁有的豐富的資訊。

### 青年會 Yeshi Tenzin 提問：

頂禮尊者！我的問題是：尊者您是否認為隨著時間的推移，改變文化是有益的，還是您認為傳統文化根本不應該改變。

### 尊者：

要看這一個文化遺產當中，哪一類是對我們人類有幫助的，這個就要維護，而不是說這個是我民族的文化、這是我民族文化的遺產，所以我要無條件去支持，這個是錯的。為了能夠創造更快樂的事情、更和平的社區社會，我們需要足夠的資訊、足夠的知識去建立內在的寧靜。在這個觀點上，西藏的文化確提供了豐富這方面的內容，而不是因為自己民族的理由，而去說：我要無條件的保護這個民族的文化或者是語文，我覺得不應該這麼想。而是說：我要維護這個價值觀，但是這一個價值觀剛好來自西藏的文化，因

此而去維護西藏的文化。

### Tenzyn Zöchbauer：

非常感謝尊者您針對我們這次的講題發言，非常鼓舞和激勵我們，激勵人心！尊者，我們祈禱您能長久住世，我們需要您來實踐世界和平。而且今天尊者您的發言，我們有十四國的口譯員正在翻譯中，為了所有人的幸福，特別是西藏境內的藏民，願這比在西藏能被世人廣知，願尊者能夠早日回到西藏，現在請允許我把話語權交給我們的主席 Wolfgang Grader 讓他做最後的發言。

### Wolfgang Grader：

尊者達賴喇嘛，感謝您！這一個非常精彩的上午，尤其是我們之間的一個密集的思想交流，能和你們在一起參與這一次的活動，我感到非常的榮幸。尊者，我們已經認識很多年，我們最後一次見面，是在 2018 年達蘭薩拉的大型活動上，當時您與其他諾貝爾和平獎得主者一起討論：和平世界的秩序和西藏的貢獻。從那時會面之後，由於新冠大流行，我無法在達蘭薩拉拜見您。我很高興「德國西藏計劃」舉辦了這一次的對談，非常感謝所有西藏朋友和西藏的支持者們，感謝他們提出的有深度的好問題，感謝他們上午的到來，謝謝尊者跟我們分享您寶貴的時間，希望您能長久住世、身體健康！我的西藏朋友們讓我們繼續為西藏、為建立世界和平而努力。謝謝，謝謝，希望我們能再見。

### 尊者：

好的，謝謝！

2021 年 8 月 25 日尊者於達蘭薩拉府邸  
與德國支持西藏組織視訊對話  
<https://fb.watch/98mkC06m3q/>  
佛學班同學打字



廣大的資糧，並且斷盡二障與習氣，從而取得的一個果報。所以，每位想要成就佛果的人，都一定需要努力地積聚資糧、淨除障礙。

積資、淨障的方法有很多。然而，在《普賢行願品》當中，將積資、淨障分類為禮拜、供養、懺悔等等七支或七個部分。這七支涵攝一切要義，而且容易記憶。因此在平時，無論顯密的修持當中，都會提到七支供養。

《普賢行願品》不只受到藏傳佛教的重視，同時在漢傳佛教、日本佛教、韓國佛教等北傳佛教體系當中，也都非常重視。《普賢行願品》出自於「甘珠爾」大藏經的《華嚴部》，而《普賢行願品》出自其中一品。由於在這一品中的這篇偈頌格外地重要而且出名，因此，都會特別摘錄出來去念誦。簡而言之，這部願文不僅僅是口頭讀誦的文字，也不僅僅是一些祈願的詞句，它涵攝了一切大乘修持法門的要義，是一部修持大乘的殊勝要訣。

《三蘊經》，一般被稱為《三十五佛懺悔文》。在西藏，這是廣為人知的一部經典，由於當中有懺悔、隨喜和回向三個部分，因此被稱為《三蘊經》。很多大乘佛教的經典和論典都提到，菩薩為了要清淨自身的罪業，都一定要念誦此經。在藏傳佛教當中，也會念誦此經來淨除罪障；漢傳佛教當中，雖然沒有念誦此經的傳統，但是，會透過念誦《八十八佛大懺悔文》來進行懺悔，其中應該也包含了此經當中提到的三十五佛。

在我們藏傳佛教當中，各教派念誦此經的方式稍有不同。例如格魯派的傳統，會在每一尊佛的名號之前，加上「如來」二字。在噶瑪巴·米覺多傑的一部教言當中提到，加上「如來」稱謂的傳統，是來自帝洛巴、那洛巴的口訣。總之，只是念誦方式上有些不同，意義上並沒有太大的差別。

接下來，大家生起利益一切眾生的善心，一起來念誦《普賢行願品》和《三蘊經》。

## 〈法王第三天開示〉

### 念誦：《不動佛陀羅尼經》

大家好！今天是除障祈願共修的第三天。今天要和大家一起念誦的是不動佛的經典和陀羅尼。

不動佛的陀羅尼，在清淨罪業上，是非常殊勝的，佛陀不斷地提到這一點。因此，不動佛陀羅尼被稱為「淨罪陀羅尼」。為什麼不動佛陀羅尼，有清淨罪業的利益呢？主要是因為不動佛，在初發菩提心的時候，發願道：

「直至證得菩提果位前，不對任何眾生起瞋害之心！」我想就是因為他這樣的大願所致，因為發起如此廣大的誓願，他也得到了無瞋、不動的名號。在他行菩薩道、直至成佛間，堅守誓言，不對任何眾生起瞋害之心。由於這樣的力量，在他成佛的時候，連魔羅都沒有生起想要製造障礙的心。總之由於以上種種原因，不動佛的殊勝處是清淨罪業，尤其清淨由瞋害心而造作的罪業。

大家知道，宇宙中還有很多，像釋迦牟尼佛出生的這個地球一樣的世界。比如在西方有阿彌陀佛的極樂淨土，這個大家都知道。另外還有很多其他佛的淨土。不動佛的淨土，是位於東方的妙喜淨土。總之，「甘珠爾」《寶積部》

中的《阿閼佛國經》裡面有詳細的描述。若各位閱讀，就會有所了解。

現在這個世界，我們的行為對大自然和所有的生命，都造成了極大的傷害。尤其像是比如全球暖化問題，好像人類就要變成滅絕生物的惡魔。而且，我們為了各種吃穿，甚至是奢侈品，每天都在屠宰、殺害大量的生命，令牠



們飽受煎熬和痛苦。其實，避免傷害和追求快樂，不只是人類的權利和自由，而是一切有心識的生命都應該擁有的權利和自由。因此，我們應該盡力保護和尊重，其他眾生的生命和福祉。也要不畏艱難地，承擔起利益他人的責任，這是非常重要的。

因此接下來，讓我們生起利益眾生的善心，念誦《不動佛陀羅尼經》。

### 〈法王第四天開示〉

#### 念誦：《藥師經》

大家好！今天是除障祈願共修的第四天，今天大家一起念誦的是《藥師經》。

在西藏的「甘珠爾」當中，有長短兩部《藥師經》。長《藥師經》當中，提到藥師佛和「善名稱吉祥王如來」等等藥師七佛，以及諸佛的淨土和大願。今天我們念誦的是短《藥師經》，當中提到了藥師佛往昔的大願和淨土。

在中國，由印度論師達磨笈多等人所翻譯的《藥師如來本願經》中提到藥師佛和八大菩薩的名號。

八世紀西藏赤松德贊王時期，靜命論師依照藏王的指示，撰寫了廣、中、略三部藥師顯教儀軌。之後，據阿底峽尊者抵達說西藏之後，在托林寺中，撰寫了以「清淨勝相敷妙花」為首句的七佛讚文和「大悲平等薄伽梵」那句著名的藥師讚文。

總之，在諸多噶當派寺院當中，都很注重藥師顯教儀軌的修持。因此，之後西藏各大佛學院，雖然認為修太多法可能會影響聞思，所以禁止過多修法。但是，還是一定會修持藥師顯教儀軌。

現在，新冠肺炎疫情在全球蔓延，不僅危害人們健康，更造成心中巨大的痛苦。平常如果身體不適，我們很難感到快樂。但是就算很多時候是身體無礙，我們心情也不一定是愉悅的。所以，我覺得心中的幸福感，是比身體上

的健康更為難得的。因此，我們應該效法藥師佛往昔的大願喝無畏的勇氣。憑藉藥師佛大悲的加持，努力平息自他一切眾生，身心上所有的病痛。並且增進相互的關愛之情，互助互惠，這樣去實踐是很重要的。

一般我們都是在身體有些不舒服的時候，才會想到念《藥師經》和藥師咒，平時並不是很注重。《藥師經》裡面講的並不是藥方或者治病的方式。如果可以好好去閱讀，就會看到其中描述了很多藥師佛為了利益眾生，而發起的大願和誓言。我們要試著讓自己對這些大願有所觸動，以此激勵自己能夠行持善法，這是非常重要的。

接下來，讓我們生起善心，發願利益一切的眾生，念誦《藥師經》。

### 〈法王第五天開示〉

#### 念誦：《阿彌陀鼓音聲王陀羅尼經》和《治美極樂願文》

大家好！今天是除障祈願共修的第五天。大家要一起念誦的是《阿彌陀鼓音聲王陀羅尼經》和《治美極樂願文》。

《阿彌陀鼓音聲王陀羅尼經》是西藏「甘珠爾」裡面有關阿彌陀佛的經文中的其中一部。「阿彌陀佛」是大乘經典提到的諸佛當中最著名的一尊佛。漢傳佛教中的淨土宗，就是以修持彌陀法門為主。由於彌陀法門修持容易，加持巨大，所以非常普羅大眾。在大乘中，大概只有阿彌陀佛是以一尊佛而形成一個宗派的。

藏傳佛教當中，彌陀雖然沒有獨立的宗派，但是各種彌陀相關的教言、伏藏和淨觀法門是極為豐富的。其中，出自「甘珠爾」的有關阿彌陀佛的經典和咒語是受到普遍認可的。其中《阿彌陀鼓音聲王陀羅尼經》是屬於顯密當中的密乘經典。

《大聖文殊師利菩薩佛剎功德莊嚴經》中說：「諸法屬因緣，樂欲為根本，如彼所希願，

獲果亦如是。」阿彌陀佛由於他的大願成就了殊勝不可思議的極樂淨土，因此我們在現實生活當中也應當懷有利他的良善動機。如果可以關懷大自然、愛護動物，那麼我們就是在建立一個小小的極樂世界在自己周圍。現在氣候改變、環境危急的情況層出不窮，雖然科學家們都指證歷歷、大聲疾呼，但是我們改變的意願和力道還是太小。對於實際情況的改善，是沒有多大的助益的。

如果我們恣意地破壞這個地球，妄想還有另外一個舒適的地方可以遷居，我覺得這樣的想法和行為，是違背因果的。這個地球不僅僅是屬於是我們這一代人的，也不僅僅是屬於人類的。它屬於世世代代的人類和其他所有的生命。那麼，地球將會要變成淨土或是地獄，就完全掌握在我們的手中。所以，我們應該效法阿彌陀佛，發起利他的大願，發起誓言，盡力利益他人。我覺得，這就是修持彌陀法門的重點之一。

接下來，我們帶著利益一切眾生的善心，念誦《阿彌陀鼓音聲王陀羅尼經》和《洽美極樂願文》。

### 〈法王第六天開示〉

**念誦：《二十一度母禮讚文》和蓮師《道除障啟請文》、《願望任運啟請文》**

各位好！今天是祈願共修第六天，我們大家一起念誦的是《二十一度母禮讚文》和蓮師的祈請文：《道除障啟請文》和《願望任運啟請文》。

至尊度母的法系，在古代印度也非常的流行。比如我們現在在那爛陀寺、菩提迦耶金剛座等佛教的重要聖地，也都會看到很多保留至今的古老度母像。當時的印度，不論大乘或小乘，所有的佛弟子們都對至尊度母抱有極大的虔信。

若以藏傳佛法來看，阿底峽尊者的本尊正

是度母。據傳尊者最初並沒有想要前來藏地弘法，後來因為度母的授記，才決定要入藏弘法，這在尊者的傳記中都有記載。另外，度母是噶當四本尊中，消除障礙的本尊，度母可以說是噶當派最主要的本尊。我們現在的白度母傳承，主要也是源自噶當派。總之，藏傳佛法所有教派的許多大師，都一致以至尊度母作為主要的本尊，歷代的噶瑪巴中許多位也是如此。

特別是《二十一度母禮讚文》，在藏地更是廣為流行。不論僧俗、長幼、男女都會念誦，甚至是文盲都能琅琅上口。我記得小時候，母親就時常念誦度母，雖然母親不識字，但仍抱持著虔敬心念誦。

關於度母的源流，今天沒有時間詳細講解，但是簡略來說，至尊度母是觀音菩薩的化身。藏傳佛法更認為，綠度母和白度母分別是觀世音菩薩兩滴眼淚的化現。印度的不空三藏大師，在他譯成中文的《佛說大方廣曼殊室利經》中提到，觀世音菩薩進入「普光明多羅三昧」後，從右眼放出光明，化現出至尊度母。

概言之，度母是觀世音菩薩的化現，或是觀世音菩薩所示現的「女相」。比如一些經典和續典當中，也有稱之為「度母世間自在」與「度母觀音」的傳統。另外，至尊度母的「救八難」形象，也與《法華經·普門品》提到的觀世音菩薩救護八難有關。總之，大乘佛法認為觀音是諸佛慈悲的形象展現，而當他以至尊度母的形象出現時，就如同一位慈愛的母親一樣，讓我們感到親近與親切。在許多宗教當中都有類似的形象，例如基督教當中的「聖母瑪莉亞」，特別受到信徒們所敬仰，我想這是相似的。

其次，今天要念誦的第二個內容，是祈請鄔金大阿闍黎蓮花生大士的兩部祈請文，這兩部祈請文是所有的《蓮師祈請文》當中最為普及的。兩部都屬於伏藏法系，不同時代取出的伏藏也有許多不同的版本，總之，今天我們所念誦的這兩部，第一部《道除障啟請文》是祖

古巴喀木布所取的伏藏。第二份〈願望任運啟請文〉，則是祖古桑波查巴所取的伏藏。

雖然，後代的大伏藏師秋吉林巴，也曾取出過這兩部祈請文的伏藏。但是最早取出這兩部祈請文的應該是上述的兩位伏藏師，不過他們比較鮮為人知，不是很出名，所以我們大概都沒聽過他們二位的名字。因此，為了感念他們二位取出如此重要伏藏的恩德，所以這次我們收錄了他們的版本。藉此機會，我也新譯了中文的譯本，但我認為還是有許多需要修訂和改進的地方，之後，待全部定稿之後，希望能夠呈獻給各位。

《道除障啟請文》是一部結合蓮師的生平而成的祈請文，蓮師對於將佛法弘揚於藏地有極大的貢獻，所以所有藏傳的佛弟子，都應該發自內心地感念他的恩德。然而，就像是「恩德雖盛卻難知」所言，藏傳佛教人士對於蓮師，卻有許多的誹謗和辯證，這是蓮師獨特也有別於印度其他大師的地方。之所以會有人誹謗蓮師，一方面是因為有些人對於蓮師的背景、歷史不理解所致，但一方面也是因為有些蓮師的弟子，對蓮師有一些比較偏激的想法所致。雖然一方面來說，蓮師的確是對寧瑪派有恩，但是如果總說蓮師是專屬於寧瑪派的話，也是會有問題的。就像藏族中的諺語所說：「上師是所有人的上師，太陽是所有人的太陽。」第二佛蓮師是不分宗派和教派的共同上師，就像是所有藏人共同的珍寶一樣，這是要放在心上的。

從歷史的角度來看，藏地在松贊干布王時期，開始有了佛法的信仰。當時，在拉薩建立了白哈爾寺。如此直到赤德祖贊時期，歷經五代都廣修佛法。但在赤德祖贊離世後，在一些大臣的策劃下，毀壞寺院、佛像等等三寶的所依，他們說：「這南方傳來的東西不適合藏地。」因此立下了禁止學佛的法令。之後，在赤松德

贊王二十歲時，就認識到學習佛法的重要性。所以取消了學佛禁令，並迎請佛教大師們入藏，也親自聆聽大師們說法、讀經。

雖然藏王有廣弘佛法的計畫，但是當時許多藏民們仍然認為佛法並非藏族傳統信仰，與藏民習慣拜神供養的儀式不合，而因此遭殃。同時他們也擔心學習佛法會褻瀆神明，動搖政權等等，或者造成各種天災人禍，因此大家都感到懷疑和不安。因此，藏王安排阿夏等諸侯國的國王，與內外各邦的宰輔大臣，一起開會共同探討，一方面為了研究佛法的本意，二來參考古代藏王的事蹟，三來請佛法大師們協助他們深入研究和理解。最終他們確定修行佛法不會出現上述的各種危機，而且還會有很大利益。

具體來說，利益主要有三方面的原因：

一，佛法的義理良善，能夠讓人們嚮往一種無上的追求。而且這種追求的最終目標是善，並非惡的。這是第一個原因。

二，應該關注的是究竟的利益，暫時的一些情況，不應作為禁止修行的理由，這是第二個原因。

三，過去的藏王時代也曾有修行者，當時也沒有發生任何危機。

由於這三方面的原因，確定修持佛法是無害的，為了讓後代都能重視佛法，避免毀佛之事再起，所以開創了傳世至今的誓約儀式。

贊普時代的古老文獻當中，稱蓮師為「得證成就的鄔金大班智達蓮花生」。蓮師是當時印度修行成就功力最高的一位大師。藏王赤松德贊雖然想要弘傳佛法，但是遇到內外的許多阻礙，還有各種的惡兆、惡相，因此迎請蓮師入藏，降伏一切藏地本土的天魔，赦令立下誓言，讓惡兆消失，並讓那些西藏的天神入於人身，講出並承認自己曾經的過失，讓所有藏民大為驚呼，並生起了信心，消除了所有之前的



懷疑和顧慮。蓮師對於當時贊普在藏地弘揚佛法上起了很大的助力和幫忙。

蓮師的傳記也有很多不同的說法，有些主張蓮師是化生的，有些主張是胎生的，有些認為兩者皆可，可以同時是化身也是胎生。至於蓮師在藏地住了多久，有些主張三年，有的說六年，或者十二年、十八年等等，有不同的說法。很多伏藏法中記載，蓮師住藏時間至少五十年，甚至可能超過百年。當然，從「淨觀」的角度來說，我們可以自由地去詮釋，但若是認真去計算實際的年份，則勢必依循人類共通的標準來衡量，這就必須參考寧瑪教傳和《巴協》等西藏古歷史文獻來做比對研究，這才是比較可靠的方法。特別是覺囊派多羅那他尊者撰寫的一部蓮師傳——《圓具三信》，堪稱是「蓮師印度傳」。這是一本別具特色的傳記，各位若能閱讀的話，我認為是非常好的。

總之，我們祈請至尊度母，她是諸佛事業之體現。也祈請五濁惡世中，智仁勇超勝的鄔金蓮花生大士，請各位帶著虔誠的信心，一同來念誦。

## 〈法王第七天開示〉

### 念誦：《文殊真實名經》

各位好！今天是除障祈願共修的第七天，我們要一起念誦的是《文殊真實名經》。

「文殊師利」普見於大部分的大乘佛經，他是諸大菩薩中的上首。在西藏，阿底峽尊者和多位大師認為大乘佛法有兩大法系：一系是甚深見派，一系是廣大行派，甚深見派的源頭就是文殊菩薩，他和將在未來成佛的賢劫第五佛「補處彌勒菩薩」的重要性，可謂同等。

漢傳佛法則有將觀世音菩薩、文殊菩薩、普賢菩薩和地藏菩薩奉為「四大菩薩」的傳統，每位菩薩又有各自的道場聖地：觀音聖地普陀山，文殊聖地五台山，普賢聖地峨眉山，地藏聖地九華山，是為漢傳佛教當中的四大聖地。

佛教歷史上，針對文殊菩薩的本生有許多不同的說法。公元三世紀時，中國晉代的聶道真居士在他所翻譯的《佛說文殊師利般涅槃經》中說，文殊師利是出生於舍衛國「梵德婆羅門」家族的後裔，一出生後就會說話，稍長時精通論議，無人能比。後來在釋迦牟尼佛座下出家，依首楞嚴三昧的力量，在十方世界化現各種化身，曾得授記，將在佛陀涅槃四百五十年後成佛。若根據這種說法，則文殊菩薩是一個佛陀在世時的人。

另一種說法認為，文殊菩薩在無量劫前早已成佛。還有，在《大寶積經·文殊師利授記會》記載：「此菩薩……當來成佛，號為『普現如來』，其佛土在南方，號『離塵垢心世界』、『無垢世界』。」而《悲華經》也有同樣記載，文殊菩薩會在未來將於南方的「清淨無垢寶真世界」成佛。另外，《華嚴經如來名號品》則說：「……東方過十佛剎微塵數世界，有世界名『金色』，彼世界中有菩薩名『文殊師利』。」漢傳佛教認為五台山是文殊菩薩的道場，就是出自《華嚴經》。

今天我們會念誦《文殊真實名經》，此經是非常重要的，尤其在密教當中，由於它囊括了一切密法的核心意涵。比如《時輪密續註·無垢光疏》中就提到說：不知《真實名》者不知密咒，而且必須透過《文殊真實名經》來理解《時輪密續》。總之，有不少類似的說法。

並且收錄在「丹珠爾」當中有關此經的印度論疏裡面，有些依照瑜伽續的觀點來解釋《文殊真實名經》，有些依循無上瑜伽的觀點，或以《時輪密續》，或大圓滿的觀點來解釋。有些祖師們的傳說中提到，當月稱阿闍黎初見月官居士時，月稱問道：「你熟悉什麼著作呢？」後者回答：「我只懂《波尼波文法》、《一百五十讚佛頌》和《文殊真實名經》，其他都不懂。」月稱阿闍黎一聽就知道，月官居士的意思是他已經掌握了梵語、顯教與密教的一切義理。由此可知，只有了知《文殊真實名經》，才能算

是一名了知密咒乘者。

現在收錄於「甘珠爾」中的《文殊真實名經》，是邦譯師·堅慧的譯本。雖然仁欽桑波大譯師的譯本，未收錄在「甘珠爾」當中，但是完整編列於「丹珠爾」當中，也就是文殊稱阿闍黎所寫的《文殊真實名經大疏》，其中完整地收錄了全部頌文。藏傳佛法所修持的《文殊真實名經》版本，大部分都是仁欽桑波的譯本，我小時候背過此經，當時的版本大概就是仁欽桑波的譯本，因此這次讀誦邦譯本時，因為不太熟悉，所以念得不是很順。現今在印度、尼泊爾一帶流傳的印度版本，內容則與邦譯本比較接近。

根據學者研究，有這樣的說法：一般來說，早在吐蕃贊普時代，當時的古老目錄中就有此經，而敦煌出土的藏文文獻中也有一些不同的版本。在邦譯版的譯跋當中記載說：本人翻譯此經前，已有譯師將其翻譯成藏文並為人知。而在鄔金巴大師的祖庭菩札寺當中，收藏的一部手寫版「菩札甘珠爾」，其中收錄的《文殊真實名經》經跋中提到：「此經另有：契美繡巴譯師、衛地的卡爾格譯師、芒卡爾譯師等之譯本。」可見，此經譯本極多。

然而，藏傳佛教收錄經文的傳統做法是，在同教部經典的眾多不同譯本當中，只會擇一保存。不然，經文太多無法木刻、印刷，所以，許多譯本的傳承已經斷絕，實在是很可惜的。所以我認為，既然來到了電子時代，若能盡力尋找和收集各種版本，對於校對和研究，會有很大的幫助。

文殊怙主薩迦班智達就曾盛讚此經：「是一切密續之大王、一切教授之準則、一切口訣之心要、一切教法之源頭、一切乘法之頂峰」。對於《文殊真實名經》，極為讚嘆和重視。同樣，所有藏傳佛法的學者與實修者，都非常重視此經，例如編輯「甘珠爾」的目錄時，此經會編錄為「密續部」的第一本經。傳說仁欽桑波大譯師，自己曾親誦過梵語版《文殊真實名

經》十萬次，同時藏語版《文殊真實名經》十萬次，又供養請人念誦此經十萬次。此外據說，宗喀巴大師每天早課時，都會完整持誦此經三次，不曾斷絕。

而薩迦、格魯、噶舉和寧瑪各派中，都有大師為此經作疏的記載。在這些藏語寫成的註疏中，最早問世的，應該是十一世紀時的諸大師們所寫的註解，包括榮松·法賢班智達，和俄·瞋恚金剛所寫的註解，另外還有母本譯者邦譯師自己所寫的古老註解。

總之，文殊菩薩代表的是諸佛的智與慧。佛陀更鼓勵和稱讚弟子們，學習佛法時，不應只重視信心和敬慕，更要培植甚深的智慧。這種智慧，不單可以靠天份，或者通過後天的學習，其實來自聖者的加持也是同樣可以得到的。因此，接下來請以專一的虔心，向文殊菩薩祈請，一起念誦能夠加持我們自心生起深、廣、迅速智慧的《文殊真實名經》。

### 〈法王第八天開示〉

**念誦：**〈大白傘蓋〉、《獅面佛母回遮》、《佛說摩利支天菩薩陀羅尼經》、《薩迦癒病》

各位好！今天是除障祈願共修的第八天，也是最後一天。今天我們要一起念誦的是《大白傘蓋》、《獅面佛母回遮》、《佛說摩利支天菩薩陀羅尼經》、《薩迦癒病》。

我們今天念誦的《大白傘蓋佛母儀軌》，出自賢哲噶瑪洽美所寫《十三阿字法》，也就是十三部開頭有「阿」字的成就法。這也被稱為「往生淨土十三法」，其中收錄的這部儀軌，具體的名字是《金翅鳥之乘》。

平時噶瑪岡倉修持大白傘蓋佛母時，基本上就只會念誦此儀軌，雖然也有附帶念誦山南大士羯磨金剛所寫的回遮文，但儀軌母本並沒有這段文字，因此我們今天不會念誦。噶瑪恰美的這部儀軌，不但流傳於噶舉派和寧瑪派中，

連在蒙古地區印刷的文獻中也能看到，所以應該也廣傳、影響到了格魯派。總之，大白傘蓋佛母屬於四部密續當中的事部，是事部當中的如來部。

藏傳佛法「甘珠爾」當中，大白傘蓋佛母陀羅尼有不同的譯本。不同的版本，為了區分被俗稱為不同的經名，比如「大迴遮」、「天界」、「難勝」和「成勝」等。同時也收錄了許多關於此本尊的註疏和成就法。

雖然在唐宋時期，都有過《大白傘蓋佛母咒》的譯本。但主要是在元朝時曾兩次將此咒從藏語譯到中文。元世祖忽必烈尊奉藏傳佛法，更曾依止八思巴、噶瑪巴希等許多西藏的大師為上師。《元史》記載：「世祖至元七年，以帝師八思巴之言，於大明殿御座上置白傘蓋一，頂用素緞，泥金書梵字於其上，謂鎮伏邪魔、護安國刹。」從當時起，元朝朝廷在每年二月和六月的十五日，都要在大都和上都的皇宮，安排千百人的儀仗隊，做「觀思哥兒好事」（白傘蓋佛事），「用諸色儀仗、社直，迎引傘蓋，周遊皇城內外。」我想大概在此處迎請傘蓋的這個儀式，就是源自大白傘蓋修行中，安立傘蓋事業的部分。

另外，漢傳佛法流傳很廣的一個咒語，是《楞嚴經》中的〈楞嚴咒〉，這與〈大白傘蓋佛母咒〉非常相似，因此從漢傳佛法的角度來看，大白傘蓋佛母也是非常重要的。總之，大白傘蓋佛母在迴遮妖魔、厭勝和迴遮詛咒等功效上，是特別殊勝的。

其次，是獅面空行母的法門。此法並不見於「甘珠爾」當中，但是舊譯寧瑪派系統中，有此本尊的廣大法門。新譯系統中比較有名的獅面空行母法，則有傳自瓦日譯師到薩迦派的傳承、源自寶林班智達的傳承，還有水銀毘盧埋於伏藏、後由第一世噶瑪巴杜松虔巴取出的

伏藏等等不同的傳承。

我們這次念誦的，則是噶瑪噶舉通用儀軌中，由第八世大寶法王米覺多傑所寫的回遮法。這部也是我們平常都會念誦的。獅面空行母主要在迴遮咒、詛、厭勝、口舌是非、惡事、惡兆等一切障礙上功效卓越。格魯派在宣講道次第法之前，為了消除說法和聽法的障礙，有先共修《心經回遮法》和《獅面空行母回遮法》的傳統。總之，《大白傘蓋》、《心經》和《獅面空行》，是傳承當中出名的回遮法。

第三，關於摩利支天，在「甘珠爾」和「丹珠爾」當中，收錄了有關摩利支天的許多陀羅尼、成就法和事業法。《成就法海》中更有《十六部摩利支天成就法》，而無畏生護阿闍

黎所編的《三鬘環法》中也有此法。不過，雖然藏文「甘珠爾」中收錄了由巴日譯師所翻譯的《摩利支天陀羅尼》，但我認為經文有些不全，所以想藉這次共修的機會，引用公元八世紀在印度南方斯里蘭卡出生、在中國廣傳密法的大譯師——不空三藏，譯為中文的《摩利支天陀羅尼經》其中三段〈摩利支天咒〉，

我將最廣段的咒語從中文翻譯到藏文，作為這次念誦的《摩利支天咒》。

據《文殊根本續》記載：在末法時代，若有修持聖者之文殊菩薩和天女之摩利支天成就法者會快速得到成就。摩利支天信仰不僅是在藏傳佛法中，漢傳中也非常流行。而且不僅是在佛教當中，之後甚至也影響到了道教，成為道教所尊奉的神明。由於摩利支天威力強大，日本歷史上也有許多名門望族，將其視為守護神，而且由於其具有隱身的能力，許多日本武士和軍人也非常虔信。總之，日本佛教也非常重視摩利支天。

摩利支天在消除敵人，消除盜賊、小偷，消除王權迫害、道路危險等各種危害上效益非



凡，特別是我看到一些徵兆，覺得針對這次的疫情持誦摩利支天咒的話，會有一定的幫助，所以將其放在我們的共修當中。

《薩迦癒病》。是藏傳佛法富有盛名的大成就者——湯東嘉波大士所作，他為什麼要撰寫這部著作呢？根據歷史記載，薩迦地區曾經出現嚴重的瘟疫，任何的治療和修法都無濟於事，最後當地幾乎十室九空時，居民們就請求大士，大士告訴他們持誦六字大明咒、《等虛空》皈依文和這部他寫的《薩迦癒病》。大家依循他的教導修持後，瘟疫就平息了。從此之後，藏地只要出現任何的瘟疫，都會有念誦此願文的傳統與習慣。

為了方便和鼓勵各位持誦，我唱誦並錄製了這段願文，各位有空的時候播放聽聞，或者持誦此願文都會比較方便。接下來，我們一起念誦上述的這些儀軌，請大家一起專注地來念誦。

## 〈法王第八天中段開示〉

### 「迴向」和「祈願」

這次為期八天的「除障祈願共修」即將圓滿。接下來，是以迴向和祈願，作為結行的莊嚴。

《修心七要》當中說「初後修二事」。「初事」，是指修整動機，任何事情，無論本身是一件好事還是壞事，它的方法和過程都是至關重要的。但是，其實最重要的，還是其動機。因此，一件事情開始之前，我們應該謹慎地觀察自己的動機、原因和目的，這是非常重要的。為什麼這麼說呢？往往不正的動機，不僅是欺騙他人，更是在欺騙自己。「後事」，是指要做到迴向和祈願，為什麼要這麼做呢？目的是讓任何一件善事或者大事，為了不使其結果淪為自我炫耀的工具，或者據為己有，因此需要透過迴向和祈願和他人分享。

大乘的佛弟子，會將自己所有的好和所有的善，不僅能夠利益到自己，更要分享給他

人，這就被稱為回向。

回向有上、中、下三種，最上等的回向，就是回向得證究竟的佛果。要能做到這樣的回向，必須從自己的生活當中，慢慢的鍛鍊開始。例如，將自己喜歡的食物，給予他人；自己喜歡的電影故事，介紹給他人；自己喜歡的歌曲，推薦給別人等等。總之，要以歡喜的心，把自己最喜歡的東西分享給別人，從這樣的行為開始，修持回向和祈願。

現在是網路的時代，透過網路，我們有很好的機會和他人共享資訊。因此我覺得，這也是我們修持回向和祈願一個很好的工具。概言之，我們要將這次除障祈願共修的善業，回向菩提。

另外，我的姊姊，成立了一個「度母億遍會」。當中有非常多海內外的藏族、東西方的信眾等等。在過去這兩年當中，持誦了一億五千多萬遍度母讚文，他們說希望能夠藉此機會，一起回向這個善業。同時，我們要將自他一切眾生，過去、現在和未來所積聚的一切善業，都一起回向祈願，如此善業就不會浪費，而且能夠不斷增長，具有極大的利益。

接下來，我會念誦第七世噶瑪巴確札嘉措撰寫的《嘎千大祈願文》，大家不用跟著念，而是跟著一起發願，我覺得這比念誦文字更好。

## 〈總結開示〉

### 預告「識摩比丘尼辯經」，將說八世法王《妙行解脫讚》

這次除障祈願共修圓滿結束，我想藉此機會，感謝許多相關人員：

首先，這次齊聚了來自印度、尼泊爾、不丹等等三地的所有噶舉寺院。各盡己力地對於三寶準備了盛大的供養，各佛學院、寺院、學院的全體僧眾，也一起念誦祈願，方方面面都是如此的盡心盡力，我要特別謝謝你們！

<https://www.kagyuooffice.org.tw/news/20210127>  
大寶法王噶瑪巴官方中文網提供

# 十二緣起略講(七)

達賴喇嘛西藏宗教基金會現任說法師 見悲青增格西

## (三) 宗派對十二緣起的說法

### 一、剎那緣起說

佛教自部有說：十二個緣起是在同一剎那。如以貪為動機而殺生時，當時的無明，是無明緣起。(殺生是來自想殺的思心所，)當時的思心所，是行緣起。(如有「蛇，要殺了牠」的想法，)當時的認知，是識緣起。當時的五蘊，是名色緣起。當時的六根，是六入緣起。當時的根境識和合，是觸緣起。當時領受和合，是受緣起。對此感受的貪愛，是愛緣起。與此愛相應的煩惱，是取緣起。當時身語行為，是有緣起。這些的生起，是生緣起。彼等變異，是老緣起；彼等壞滅，是死的緣起。為什麼稱這樣的情況為剎那緣起？因為它們都是在同一剎那產生。

### 二、分位緣起說

迦濕彌羅的有部主張：從前世來到此世、再從此世到後世的三世十二緣起。從前世來此世時業的動機階段的五蘊，是無明緣起。彼造業的階段的五蘊，是行緣起。入此世母胎的階段的五蘊，是識緣起。彼第二剎那起至六根都出現的階段的五蘊，是名色緣起。六根出現，如依眼根有眼識等而不能持自境的五蘊，是六入緣起。根境識和合能持，卻無法了解生樂受苦受捨受的因素的五蘊，是觸緣起。能了解，仍不

會性行為階段的五蘊，是受緣起。有彼能力，尚未追異生階段的五蘊，是愛緣起。會造往來世業動機階段的五蘊，是取緣起。造往來世業的階段的五蘊，是有緣起。入下一世胎的階段的五蘊，是生緣起。生的緣起的第二剎那開始，到不會性行為階段的五蘊，是老死緣起。

剎那緣起是你在做某一件事情，那一剎那的無明是無明緣起。分位緣起十二支都是指當下的五蘊。動機的階段的五蘊是無明緣起，動機可以包括最初的無明及貪、瞋等煩惱。

如貪什麼，接著會做出殺、盜、淫等的業，此時的五蘊是行緣起。

進入母胎階段的五蘊是識緣起。識緣起就已經進入到今生，與一般解釋十二緣起的說法不同。又，一般解釋十二緣起的說法，識是造業當下薰習習氣種子的識，但是以分位緣起的說法，識是投入母胎的那個識。

進入母胎的第二剎那開始，沒有完具六根的階段的五蘊是名色緣起。

從六根都具備，還沒有辦法透過眼根產生眼識，也就是根境識尚未和合，此階段的五蘊是六入緣起。

根境識和合，但沒能力了解產生苦受、樂受、捨受的因素，此階段的五蘊是觸緣起。

能了解，還無法有性行為，此階段的五蘊是受緣起。

有能力，到未去找異性，此階段的五蘊是愛緣起。



造下一世業動機的階段的五蘊是取緣起，造業階段的五蘊是有緣起。

生到下一世，剛進入母胎階段的五蘊是生緣起。

入母胎第二剎那到沒有能力性行階段的五蘊是老死緣起。

為什麼說從前世來此世時業的動機階段的五蘊是無明緣起？因為彼時以無明為主。

這邊要弄清楚，無明緣起與無明不一樣，無明只不過是心所，動機階段的五蘊都是無明緣起。也就是，動機階段的五蘊是不是無明？不是。它是不是無明緣起？是。既然不是無明，為什麼要說它是無明緣起？就像國王到來時，隨行的人有很多，但是只會說國王來了，其他人就不會講。因為有無明，接著有貪、瞋等，貪、瞋等加強而有想要殺、盜等想法，這些全部都是動機，因為是以無明為主，所以叫無明緣起。

如是，緣起可歸類為二組因果：一、從無明到行是從前生來此世的因，從識到受是它的果。二、愛取有是從此生到來世的因，生跟老死是果。

一般解釋十二緣起的說法，無明、行、識是因，名色到受是它的果；愛、取、有是因，生、老死是果。但是以分位緣起的說法，

無明、行是因，識到受是果。

任何有情只要有這二組因果中的一組就足夠了，因為無明、行生出自異熟果—識到受—不需要愛取有配合，愛取有三者生自果—生、老死—也不需依賴無明、行。因為從前生到此生的緣起一定是從此生到來世的愛取之一。其中，行緣起遍於有緣起。其中，識緣起遍於生緣起。其中，名色到受的緣起遍於老死緣起。其中，愛跟取的緣起遍於從此世到來世的無明緣起。有緣起遍於行緣起。生緣起遍於識緣起。老死緣起遍於名色到受的緣起之一。

愛、取都是動機的階段。不能說「從前生到今生的無明，相當於從此世到來世的愛取」，可以說「從前生到今生的無明緣起，相當於從此世往來世的愛緣起與取緣起」，即無明緣起相當於愛緣起與取緣起，要多加「緣起」二字。

無明緣起時，是以無明為主，但是那時候還有貪等，沒有貪等，光是無明是無法引來十二支。無明緣起是從動機方面去解釋，愛緣起、取緣起相當於無明緣起，所以解釋愛緣起、取緣起時，也要像解釋無明緣起時一樣，從動機方面解釋。一般解釋十二緣起的說法，是從滋潤業的角度去解釋愛緣起、取緣起，但是站在分位緣起的說法，就不可如此解釋。同理，行緣起就是有緣起，有緣

起就是行緣起，所以從有緣起的解釋來補充行緣起的解釋，從行緣起的解釋來補充有緣起的解釋，它們指的是造業的部分。

既然如此，佛陀為什麼要說十二支緣起？即同一件事情為什麼要講二次？佛陀是以廣、略二種方式宣說，使人更容易理解。廣說時，三世有十六，略說時有八。廣說時是愛取有三因，識到受五果，略說時是無明行二因，生老死二果。

《俱舍論》說：「宿惑位無明，宿諸業名行，識正結生蘊，六處前名色，從生眼等根，三和前六處，於三受因異，未了知名觸，在婬愛前受，貪資具婬愛，為得諸境界，遍馳求名取，有謂正能造，牽當有果業，結當有名生，至當受老死。傳許約位說，從勝立支名。」

「宿惑位無明」：以無明為主，動機階段的五蘊。頌文本身感覺不出指向五蘊。

「傳許約位說」：意思是這是他宗(迦濕彌羅)的說法，我(世親論師)不接受。

「徒勝立支名」：如以無明為主，其他都是它的徒，所以就以它為支的名。

### 三、關聯緣起說

經部宗、唯識宗、中觀宗都講關聯緣起<sup>註1</sup>。解釋時就引《稻稈經》。

《稻稈經》：「諸比丘！若誰見緣起，即見法，若誰見法，即見佛。」「此緣起為何？所謂緣起，此有故彼有，此生故彼生。如是，由無明緣行，由行緣識，由識緣名色，由名色緣六入，由六入緣觸，由觸緣受，由受緣愛，由愛緣取，由取緣有，由有緣生，由生緣老死，由老死緣哀嘆、苦、

憂、惱，如是生此大苦蘊。無明滅故行滅，行滅故識滅，識滅故名色滅，名色滅故六入滅，六入滅故觸滅，觸滅故受滅，受滅故愛滅，愛滅故取滅，取滅故有滅，有滅故生滅，生滅故老死滅，老死滅故哀嘆、苦、憂、惱等滅，如是滅此大苦蘊。」

「諸比丘！若誰見緣起，即見法，若誰見法，即見佛」，這是說整體的緣起。如前所述，緣起有三種層次的解釋，要盡量往觀待緣起、唯名安立的緣起思惟，不要一提到緣起就只知道因生果而已。

「由無明緣行……」，這是說染汙的緣起，是順說。逆說則是「老死是來自於生，……」。經文直接講的是順次第的染汙品緣起，間接說了逆次第的染汙緣起。

「無明滅故行滅……」，這是說清淨的緣起，是順說。逆說則是「要滅老死一定要滅生……」。也是由順逆二種方式講清淨十二緣起，經文直接講的是順說。

現代的人信佛，有的只停留在佛是個好人、很慈悲，有些學者還不斷地把佛說成是凡夫，這都不是真正信佛，這樣對佛的理解其實起不了什麼作用。那麼，要怎麼理解呢？要從了解無明是錯誤的開始。如世間學習，你要肯定「一加一不等於三」，你就必須了解「一加一等於二」，我們現在只是聽說沒有實有、無明是錯的，只有當你了解空性，才會真正知道無明是錯誤的，知道錯誤的看法是可以改變的。沒有無明者就叫阿羅漢，連它帶來的一系列的干擾都沒有時叫做佛，如此就可以肯定有佛果，可以成就佛果。

知道無明是錯誤的，也就知道它周遭的貪瞋等也是錯誤的，由貪瞋等帶來的輪迴的一切也都是過失。這是第一句要講整體的緣起一緣起性空一的原因。

接下來是廣說，但是廣說也只是拿出一部份來說，講染汙的緣起與清淨的緣起。

註1. 舊名相是連縛緣起。



十二緣起只說三世因果，如什麼因素投生為人，至於滿業等就不是討論的內容，所以只是提到一部份的集諦、一部分的苦諦。清淨的緣起說滅了無明就會滅行……，如此三有輪迴可滅，這是說滅諦與道諦。為什麼要講這些？眾生之所以有種種苦難，就是不了解這些，了解這些才會有解脫之樂。總之，這段經文說到緣起、由緣起見到空性，由空正見得到解脫。

#### (四) 染污的緣起

由自因—三緣—所生，苦集任一的輪迴，就是染污緣起的定義。

三緣是無常緣、不動緣、能力緣。一、無常緣：有外道承許有造物主，說造物主是常法。對此說無常緣，有為法非常因而生。二、不動緣：如有說造物主內心動念而創造出世界。「動」不是指外在行動，是指內心動念。既然是動念，就是無常了。對此說不動緣，有為法非造物主動念而生。三、能力緣：有為法必須由同類因生，如瓜的因才會生瓜的果，而不是其他因。整個輪迴是由自因—三緣—所生。這個講不講都可以，主要是為了區別佛教的說法與外道不同，所以特別說了佛教的特徵。

定義說到輪迴，要釐清什麼是輪迴？輪轉者是誰？在哪裡輪轉？如何輪轉？簡單

講，我的五蘊就是輪迴。我是輪迴者。在六道輪轉。有情造善業生到天、再從天生到無色界，也造了惡業投生為豬……這樣轉來轉去。當他綁到豬的五蘊上，他就變成了豬，直到與豬的五蘊分開；接著又綁到天人的五蘊上，他就變成天人；無色界只有四蘊，當他與無色界的四蘊綁在一起時，就是無色界的有情。有情是輪迴者，輪迴者不是輪迴，綁的那個才是輪迴，所以輪迴指的是五蘊。當然，佛也有五蘊，但是那個不算。輪迴指的是像我們這種三有的五蘊。

我們常聽到「有情不斷輪迴」，這句話容易讓我們對什麼是輪迴有誤解。按照「輪迴」的字面，我們會覺得輪迴就是要一直輪轉。你說我的這個五蘊是輪迴，它根本沒有輪轉，因為從入胎才開始有這個五蘊，死時就不存在了，它沒有在三有轉來轉去？譬如我每天早上都吃三明治，某人見了說：「你早餐吃三明治啊？」我回答：「我每天都吃這個。」當下的三明治過沒幾分鐘就吃下肚了，明天不可能還吃它，但是我還是可以說「我每天都吃這個」。當天的三明治可能只存在半小時，跟「我每天都吃這個」不衝突。跟這個譬喻一樣，色界的蘊體永遠不會跑到無色界；無色界的蘊體永遠不會跑到欲界；欲界中，豬的五蘊不會變成人的五蘊體，雖然它都是一段一段的，但是還是說它是輪迴。

下回續  
佛學班學生紀錄

# 打開通往幸福之門 (二)

美國 Kadampa Center 說法師 格西 Palden Sangpo

## 斷絕對家鄉的執著

### # 偈頌二

貪愛親方如水動，瞋憎怨方似火燃，  
痴昧取捨猶黑暗，離家鄉是佛子行。

菩薩們必須斷絕對家鄉的執著。這個偈頌是建議我們斷絕對家鄉的執著，而非要我們斷絕與家鄉的關係。家鄉有很多我們認識的人包括兄弟、姊妹、朋友、朋友的朋友等等。我們如果對親人或朋友具有強烈執著，這樣一來那些與親友立場相反的人就可能變成我們的敵人，我們也因此容易產生瞋恨。

執著如同流水，瞋恨如同烈火。當我們對所愛的人產生執著就如同急流或瀑布在水面激起巨浪而且不斷的增強。另一方面，我們對敵人產生的瞋恨就如同烈火一樣焚毀所有的綠草和樹木。我們如果經常瞋恨，瞋恨就越來越強烈，瞋恨可以摧毀我們的幸福。

有時候我們不知道自己為何不快樂，有時候我們不知道哪裡出了問題。當我們的思維和身體的四大元素失去平衡，在這種情況下，我們需要反思自己為何生氣以及為何不快樂。我們生氣的時候必須更加謹慎思考，否則就像火上澆油，不僅沒有撲滅怒火反而添加更多燃料，就像澳大利亞發生的森林大火完全失控。執著和瞋恨讓我們變得愚昧，我們因此失去辨別能力 - 不知道該練習什麼也不知道該斷絕什麼 - 這給我們造成很大的障礙。我們如果想要成佛、成為菩薩，我們必須斷絕執著和瞋恨。

家鄉也有隱喻三毒的意思。所以菩薩們應

該斷絕對家鄉的執著。執著是輪迴的根源。我們如果對所愛的人比如父母、兄弟姐妹、親人具有強烈執著，這種執著會像巨浪一樣奪走我們的善根。瞋恨和嫉妒像烈火一樣使我們忘記該練習什麼和該斷絕什麼。

想要了解三毒不是很容易。我們可能對於執著是什麼感到困惑，我們認為對男朋友、女朋友或家人的感情是一種愛、不是毒藥，但所謂的愛可能只是執著。執著是三毒之一。執著有時候也可以幫助我們。當我們對自我具有很大的執著，這種動機可以引導我們去做一些好事，比如說我們不想受苦，所以我們努力運動或者用功學習，這樣做很好。修行密乘的過程中執著也有利於我們的練習。

我們可以想想戰爭和飢荒或者想想家庭成員互相爭鬥而造成的麻煩。此外，從新冠病毒大流行以來我們的執著給我們造成很多痛苦和困境。

我們如果對某人或某事產生執著，我們會不自覺的誇大對境的品質。舉例來說，某人很漂亮，我們未必對他/她具有強烈執著，但我們不自覺的誇大他/她的美麗並對他/她產生好感，我們因此變得越來越執著。

瞋恨也是如此。我們誇大對某人的負面情緒，因此我們對某人的瞋恨變得越來越強烈。我們如果具有強烈執著，隨之而來的就是瞋恨。執著、瞋恨、無知被稱為三毒。很多大師描述我們的家鄉是魔羅 (Māra) 的監獄，父母用繩索把我們送進魔羅的監獄，親人是監獄的警衛。其實父母並沒有真的把我們送進監獄，但我們容易產生過多的執著、憤怒、嫉妒等負面情緒而這些情緒將成為我們修持佛法的障礙。所以



說我們要斷絕對家鄉的執著。

## 依靠寂靜之處

### # 偈頌三

遠惡境故惑漸減，離散亂故善自增，  
心澄於法起定見，依靜處是佛子行。

這個偈頌的意思是我們如果留在家鄉或者居住在一個對修行佛法沒有幫助的地方，我們會碰到很多障礙，我們對親友的執著可能給我們帶來障礙，離開家鄉去修行佛法，我們的功德和善業比較容易增長，我們的思維也比較不容易散亂。如果去到一個偏遠地方，我們對於人際關係的執著將會慢慢減少，身語意三門的功德將會日漸增加，在這樣的基礎上我們才能進一步去學習戒律、專注和智慧，所以菩薩們依靠寂靜之處來修行佛法。

我們如果想要開始三種更高層級的訓練 - 戒律、專注和體驗空性的智慧 - 就必須遠離對修行佛法沒有幫助的地方。這裡不僅是指家鄉也包括交通繁忙的巴士站和火車站，印度有很多這樣的地方。置身於這種喧囂嘈雜的環境中，我們的五官很容易散亂，我們的三毒也容易增加。市中心也是這類的場所，市中心經常有音樂會和其他活動，如果住在一個遠離市中心的郊區，我們的思維比較不會被這些活動吸引而變得散亂，我們的善業也會自動增加。我們應

該遠離喧囂嘈雜的地方，這樣我們的情緒比較不容易受到干擾，我們也得以完成上述更高層級的訓練，

這個偈頌的前三句是說明菩薩們應該做到的三種訓練。第一句講到戒律也是三種訓練中的第一種，主要是講如何規範我們的身體、語言和思想。第二句講到專注。第三句講到智慧。

談到應該在何處練習修止，《菩提道次第廣論》建議修止的處所最好具備下面五個條件：1) 方便探訪以利取得食物和衣服等必需品，2) 處所安全、周圍沒有敵人或野獸，3) 環境衛生不易感染疾病，4) 同伴志同道合並且守持戒律，5) 地點良好、白天行人不多、夜晚噪音很少。

我們如果想要修行佛法最好住在偏遠的地方。我們如果住在城市裡或者住在兄弟姐妹和親友附近，我們的情緒將會受到很多人情世故的干擾。偏遠地方沒有太多電影院、劇院、音樂會等讓我們分心的事物，我們的善業自動就增加了。

所謂的偏遠地方就是符合上述五個條件的處所。食物容易取得、處所安全、夥伴志同道合等等。我們必須依靠食物維生。處所安全是指附近沒有老虎或其他猛獸也沒有盜賊。我們很難在生命受到威脅的情況下去練習禪修，所以我們選擇的處所最好排除這些不利的因素。

我們需要住在一個水質良好、空氣流通的環境，這樣我們的思維比較清晰，當思維清晰時，不管是學習還是從事其他工作都能事半功倍。我們如果保持清晰的思維，我們不只可以

練習禪修也可以更有效的去做其他的練習。

我們需要好的夥伴。好的夥伴可能有很多不同的定義。在這個偈頌中好的夥伴是指與我們志同道合的法友。某個大師曾用我們的影子來比喻好的夥伴，無論我們做什麼，我們的影子始終跟隨著我們。從清晨起我們的影子就伴隨著我們，同樣的，好的夥伴支持我們所做的每一個善行。像密勒日巴這樣的大師和其他大師們不需要夥伴，但對我們來說好的夥伴相當重要。

佛陀住世的時代任何人想要出家必須得到佛陀授戒。現在我們出家必須由法友們授戒。法友們有義務互相扶持並幫助彼此累積善業。這個偈頌首先談到戒律、再來談到專注，然後談到智慧。我們如果努力練習這三種方法並以圓滿證悟作為目標，我們最終將會得到解脫。

我們可以把三毒想像成一棵大樹，想要砍掉這棵大樹，我們首先要有一個好的身體，身體是比喻戒律或道德。但只有身體還不夠，我們需要兩隻手，專注就像兩隻手。現在我們有一個好的身體和兩隻手，我們還需要一把智慧之斧。擁有這三個東西，即使是一棵巨大的樹，我們也可以成功砍掉它。這三種訓練中以智慧為首要。釋迦牟尼佛教導的一切方法都是為了幫助我們開展智慧。想要砍伐一棵樹，我們需要斧頭才能做到；想要斷絕三毒，我們需要智慧才能成功。為了得到圓滿證悟，我們應該如偈頌說的依靠寂靜之處。

## 思維無常

### # 偈頌四

常伴親友還離別，勤聚財物終棄捐，  
識客且遺身舍去，捨現世心佛子行。

這個偈頌的意思是當我們來到生命的盡頭，我們勢必要與關係深厚的親友分離。死亡



時我們沒辦法帶走今生努力積聚的任何財物甚至連螞蟻一樣小的東西也帶不走。就像遊客離開短期居住的旅館，我們也要離開我們的身體。自從出生以來，我們一直和自己的身體在一起，臨終時我們不得不拋下美好的身體，屆時任何財物和人際關係都幫不了我們，死亡的那一刻我們不得不放棄一切東西。我們如果思維無常並且像德蕾莎修女那樣捨棄一切財物，我們就可以幫助更多的人。

某部律典中提到，即使用盡一生積聚錢財，當你來到生命盡頭，一切都會結束；即使位高權重，當你來到生命盡頭，權力地位毫無用處；無論遇見任何人，最終一定要分離；生命從一開始就朝向死亡邁進。「積聚終消散，崇高必墮落，聚會當別離，有生則有死。」宗喀巴大師在《菩提道次第廣論》中說我們的生命比如意寶還要珍貴。宇宙中的一切事物皆無常，沒有任何東西是永恆不變的，所以我們應該讓今生具有意義。

宗喀巴大師在《諸功德根本頌》中說：

身命動如水中泡，迅速壞滅死常念；  
死已後身及如影，白黑業果如隨行；  
決定堅實于惡資，諸細且微亦遠離；  
一切善資能動作，常不放逸得加持。

帕繃喀仁波切在他的《掌中解脫》的第一天教授中引用宗喀巴大師的話：「暇身勝過如意寶，難得易失如空電。」一切事物皆無常。



宗喀巴大師說：「我本身是這樣修行，你也可以像這樣去修行。」本偈頌第四句在藏文中的直譯是「捨棄你的今生」，意思是要我們斷絕對今生的執著而非真的要我們捨棄生命。

有些人認為斷絕對今生的執著就是指放棄一切，不是那樣的。舉例來說，某一世的達賴喇嘛尊者曾經住在布達拉宮，如果有人說他不是一個很棒的佛教修行者，世人會感到相當不悅。他的宮殿裡存放許多奇珍異寶，當人們好奇的問他為什麼他對這些寶物毫不執著，他的回答是他認為他只擁有兩件東西也就是兩件黃袍，除此之外他沒有看到任何東西是屬於他的。他說他使用過的東西和所做過的一切事情都是為了藏人而不是為他自己。

有些人只想要得到今生的利益。我們如果真的想要修行佛法，不管是為了來世的利益還是想要獲得解脫，我們應該學習龍樹菩薩的《寶鬘論》所說的十六個增上生的方法。首先我們要斷絕下面十種惡業：1) 殺生，2) 偷竊，3) 淫亂，4) 說謊，5) 離間，6) 惡語，7) 閒言，8) 貪婪，9) 瞋恨，10) 邪見。此外還要避免三種行為：11) 酗酒，12) 用不正當的手段謀生，以及 13) 採取有害的行動。同時我們還要做到下面三點：1) 量力布施，2) 尊敬賢者，以及 3) 具有愛心。

我們修行佛法不要只想到今生的利益，最好是為了來世或者解脫而去做。只要出生就會死亡，親友最終還是分離，今生的名譽、財富等等通通帶不走，這是不爭的事實。我們用盡



全力如果只為得到今生的利益，當我們一死就立刻失去這些利益了。

思維無常的練習有三個要點：1) 我們要知道我們一定會死，2) 我們沒辦法預知何時死亡，3) 臨終時唯有佛法可以幫助我們。

對某些人而言，他們一想到死亡就很害怕。我們其實不用害怕死亡，死亡是自然的。我們可以把身體想像成衣服，當衣服變得很髒或者破舊不堪，我們會更換新的衣服；同樣的，當身體因衰老或生病不堪負荷時，我們也要更換它。

每天早上醒來我們想著要用所有的精力去利益他人，如果能夠做到這樣很好。如果做不到，我們至少不要去傷害他人。如果每天都可以帶著這樣的動機去生活，我們臨死時就不會後悔，因為今生過得很有意義，我們的來世也將投轉到善道。

我們死亡時必須與所有的朋友和家人分離。在世時如果曾經用詐騙的方法獲取許多東西，死亡時連一張碎紙片也帶不走。在世時使用各種巧妙技術製作出來的美好作品，死亡時我們也不得不拋棄它們。我們甚至要拋棄從出生起就一直陪伴著自己的身體，我們沒辦法帶走自己的身體。「身舍」在這個偈頌中的意思就是指我們的身體。最終我們不得不離開我們的身體。我們的親人、財產、人脈在我們臨終時完全無法幫助我們。所以菩薩們修行佛法是為了利益無數的來世而非僅僅為了今生。

《佛子行三十七頌》講解  
Lu Anna 英譯中

# 《菩提道炬論》教授觀後感

澳大利亞華裔青年教師 張鈺健



尊者在 2018 年 7 月 3 日到達列城，拉達克

往年的夏天，達賴喇嘛尊者通常會前往拉達克，為當地信眾講授佛法，或是在拉達克進行幾周的閉關。自新冠疫情爆發以來，尊者就一直長居達蘭薩拉，通過網路與世界各國朋友和信眾進行交流。今年夏天，尊者透過網路視訊為拉達克信眾講解《菩提道炬論》。本次活動的主辦方也向尊者表示由衷的感謝。主辦方提到因為因緣不具足等原因，尊者無法在 2019 年和 2020 年前往拉達克。今年仍然因為新冠疫情的緣故，尊者仍然無法前來拉達克。

講法的第一天正是導師初轉法輪的吉祥日，尊者挑選了阿底峽尊者的《菩提道炬論》為大眾進行講授。就我個人而言，看到如《菩提道炬論》這樣的佛法著作，

必然是壓力重重。《菩提道炬論》雖然很短，僅有 68 頌，但是通常來說，篇幅越短的著作會比篇幅較長的著作難以理解。開講正文前，尊者又一貫的先以介紹藏傳佛教歷史的方法作為此次開頭。尊者講到藏傳佛教分為舊譯前弘期和新譯後弘期。過去，佛教在西藏受到朗達瑪的破壞，使聖教收到衰退。當地人為了興盛佛教，去請了阿底峽尊者。當時阿里的藏王祈請的內容也是非常直接，就是這部《菩提道炬論》。

藏傳佛法中，99% 以上的藏語經論都是從印度翻譯而來，所以一開始都會以「印度文說」，作為開端。僅有幾部經論是從漢文翻譯而來。這種特殊的開頭方式，「印度文曰」，不止留下讓我們

瞭解印度文良好的習氣，更重要的是思念經論譯師的恩惠。開篇之中也敬禮了文殊師利菩薩，其意是要以智慧協助下修持菩提心。尊者也進一步闡述到，同理可得要以智慧協助下修持密咒金剛乘。這也就是為什麼要敬禮文殊師利菩薩的原因。尊者談起孩童時代的記憶，過去尊者去了一個殿堂。那時是去看表演，很多人在裡面禮拜，有一個小孩子就一直持誦「諦，諦，諦，諦，諦。」之後，尊者來到拉薩，也就這樣將文殊師利作為聖本尊。修持文殊師利菩薩對於幫助去除無明黑暗以及相關痛苦非常有幫助。

這些譯師善巧的將敬禮不同物件的本尊，來分別這一部經論的歸類於，主要是



尊者在 2018 年 7 月 31 日為拉達克信眾講解《入菩薩行論》

分為三大類，敬禮文殊師利歸為論藏；敬禮一切遍智歸為律藏以及敬禮諸佛菩薩歸為經藏。尊者從阿底峽尊者作論的起因開始解釋：「敬禮三世一切佛，及彼正法與眾僧，應賢弟子菩提光，勸請善顯覺道燈。」在賢弟子菩提光的祈請下，阿底峽尊者所以才寫下這本論著。阿底峽尊者之後根據眾生根器，劃分為上中下三種：「由下中及上，應知有三士，當書彼等相，各各之差別。」

下士道的修行者，為的是讓後世獲得安樂，通過持戒以及斷十惡業和行持十善道為主。中士道的根器的人為的是不想繼續輪轉生死，他們修持主要是以聞思修，四聖諦和戒定慧為主。上士道的眾生，他們不單自身要

獲得解脫而且也祈願其他眾生獲得解脫。因此可以得知，要根據眾生根器，說出適合他們的法門，因此我們需要獲得遍知的果位，即正覺的果位。

阿底峽尊者之後即引用三句偈頌蓋含了中下上三士道：

什麼是下士道？「若以何方便，唯于生死樂，但求自利益，知為下士夫。」

什麼是中士道？「背棄三有樂，遮止諸惡業，但求自寂滅，彼名為中士。」

什麼是上士道？「若以自身苦，比他一切苦，欲求永盡者，彼是上士夫。」

在第二天的講法中，尊者一開始就提出了清淨意樂的重要性。尊者解釋了為了能夠利益一切有情眾生，能

夠成就菩提的信念就是清淨意樂。對於佛法課程教授聽聞者而言，講者應以清淨意樂講解，同時聽者也應以清淨意樂聽聞。尊者從物質水準不斷提升，而且科學對物理的理解也越來越深作為切入點給大眾進行探討，在這個時代，因為科學不斷在進步，人民會疑惑是否需要宗教。尊者給出了清楚的答覆，無論物質發展再怎麼好，對身體健康而言，可能有幫助，但是對內心的平靜而言，並沒有直接的因果關係。作為一個常人而言，我感覺我們是需要物質條件和身體健康，但我們仍然需要內心的寧靜。

尊者解釋了內心的平靜是無法透過科技或機器等技術而去達到的，透過藥物也無法維持內心的平靜。內心



尊者在本次法會中通過網路為拉達克信眾講解《菩提道炬論》

拉達克信眾於今年7月13、14日  
祈請達賴喇嘛尊者講解《菩提道炬論》

的平靜只能透過理解內心完整的地圖，什麼樣的情緒會讓我們內心無法平靜，會讓內心產生起伏，這一類的障礙我們必須需要去瞭解。我們必須要去瞭解干擾的因緣。我們必須要完整的掌握透過什麼樣的條件我們可以減緩干擾的因緣。因此我們可以看到，當今社會，越來越多科學家就提出了冥想帶來的積極效應。

尊者向拉達克信眾做了進一步解釋，主流宗教都談到慈愛的價值，這點我們都需讚揚，但從深入觀點來說，並進行解破分析，佛教是在這方面作出最深入解釋的。拉達克民眾的父母祖輩都是佛教徒，無論受到什麼政治因素，你們內心對佛教的信仰都是堅定而且無有動搖的。之前去拉達克的時候，尊者就呼籲拉達克的寺院不應該

是單單用來做法會和做儀軌的。所有的寺院都應該變成教育的中心用來學習大教典。梵文語系建立佛法傳承是最完整的，因此喜馬拉雅山麓的居民，不應該以過去傳統的方式來持續佛教的信仰，而是應該要以學習大教典的方式來持續佛教的信仰。並且透過邏輯推論來分析如何對治內心煩惱的情緒。

尊者也希望我們仔細分析煩惱產生的因素，就是愛我執。換一種說法，就是缺乏愛他心所致。因此，我們應當以自他相換的方式去學習菩提心。因此智慧和菩提心都是缺一不可的。「瑜伽若成止，神通亦當成，離慧度瑜珈，不能盡諸障。」假如沒有智慧的話，是沒有辦法斷除真實執著的，既煩惱障。假使有了空證見，但是缺乏菩提心的話，就沒有辦

法斷除所知障。

「為無餘斷除，煩惱所知障，故應具方便，修慧度瑜珈。」如果你是要斷除煩惱的話，光是空證見就可以了。更深的層次是，如果你要讓你的空證見轉成諸相具勝的空證見，那就必須要有菩提心攝持的情況下，才能夠成辦，來對治所知障的空證見。總之，我們內心的最大障礙就是，看到諸法是真實存在的，真實發生的，即真實執著。因此我們需要諸相具勝的空證見來斷除真實執著。

當日尊者也為大眾傳授了《發心儀軌》並和信眾進行疑問釋答。我想大眾和我一樣也祈願著新冠疫情能夠早日結束，能夠親自前往達蘭薩拉和拉達克於尊者座前聽聞教法。

# 展望中美印對峙下的西藏問題走向

達賴喇嘛西藏宗教基金會董事長 巴瓦·格桑堅參

## 一、西藏問題的實質是中共非法佔領西藏而造成的

1949年中共在中國大陸取得政權後開始入侵蠶食西藏的邊境地區，全面規劃侵佔整個西藏的戰略準備，並從四川、新疆、青海、甘肅、雲南分兵五路，幾萬大軍於1950年攻克西藏東部重鎮昌都，在重兵壓境之下提出所謂「和平解放西藏」的建議。而當時國際社會的焦點全部集中於朝鮮戰爭，對西藏政府的求助無人理睬、印度由於剛獲得獨立而陶醉於不結盟運動的美夢中、英國政府雖然是西方社會最瞭解西藏現狀的國家，但基於當時的自身利益拋棄和犧牲了西藏、而美國政府無暇顧及遙遠的西藏，在這樣內外交困，重兵壓境的危情之下，西藏不得不委屈求全，以『一國兩制』的方式與中共簽署了所謂「和平協議」而成了中國的一部分。

中共非法佔領西藏以後，如果能夠切實履行雙方所簽定的協議內容，西藏問題也不會成為當今這樣令中共頭疼的國際問題。西藏問題之所以成為現在這樣，是因為中共利

用「十七條協議」內容全面佔領西藏，並在西藏各要塞和重鎮部署軍隊，青藏公路和川藏公路相繼通車後開始撕毀「十七條協議」內容，對西藏社會強制執行所謂的「民主改革」，而這一做法引起了整個西藏社會的反抗，導致1959年的全面抗暴起義活動，最終西藏的合法政府和它的領導流亡印度，在印度成立流亡政府進行尋求西藏重獲自由運動，並在傳承和學習發揚西藏特有的語言文化、宗教信仰的同時，成功的將西藏問題推向國際社會。

反觀西藏境內，過去七十多年來在中共非法侵佔之下，中共對西藏的血腥統治使西藏人的學習文化中心六千多座寺院毀於一旦；西藏上千年來積累的文化瑰寶毀滅殆盡；西藏最優秀的文化菁英人士不是逃亡世界各地就是在西藏被趕盡殺絕；120多萬藏人在中共殘酷統治下死於非命；而這樣的苦難和殺戮七十年來不僅沒有停止過，反而變本加厲，將西藏的宗教和文化，西藏的語言文字視為滋生民族情緒民族分裂的「溫床」而企圖從根

本上予以消滅。這更導致了境內藏人的反抗，從2008年整個西藏三區發生抗暴到現在，我們確切知道的有姓有名的已經有157名藏人以自焚的方式表達了抗議，上千上萬名藏人被捕被殺，整個西藏已經變成了一座大監獄，猶如地獄！這就是西藏問題的實質和現狀。

## 二、尊者達賴喇嘛與藏人行政中央解決西藏問題之「中間道路政策」

基於整個西藏已經被中共全面佔領和控制，國際情勢又發生了很大的變化，繼續爭取西藏重獲獨立運動已經變得越來越不現實。而保護和傳承西藏獨有的語言文化、宗教信仰、民族特性成為西藏重獲自由的最緊迫現實，尊者達賴喇嘛領導的西藏流亡政府認為，要實現這些，必須與中共的領導人面對面談才能解決，因此，提出了著名的解決西藏問題之「中間道路政策」，也就是西藏在歷史上是個獨立的國家，西藏有爭取獨立的權力為一端；認為西藏是中國的一部分，

西藏在中共的領導下其人民的生活很幸福很滿意為一端；去其兩端，在既考慮中共已經全面控制西藏，中共及中國人對西藏的主權很在意很敏感的現實，西藏不爭取西藏獨立的訴求，但是也不同意中共和大部份中國人認為的西藏人在中共治下很幸福很滿意的假宣傳，秉持雙贏理念，在中華人民共和國的憲法框架之內尋求名副其實的自治建議，這就是解決西藏問題之「中間道路政策」。

提出這一建議的理論基礎是中國的憲法精神和中共的民族區域自治政策；實現這一建議的手段是通過和談的形式來解決；這一建議如能實現，中國將得到安全和領土完整的保證，而西藏則可以實現按照自己的意願自由生活的訴求，這叫「雙贏」。這一建議不可妥協或退讓的兩個原則是：西藏不可能承認西藏在歷史上是中國的一部分；另一個是按照中國的憲法精神所有藏人要置於一個行政區劃裡統一治理。

### 三、中共對這一建議的反應和所謂「新時代黨的治藏方略」

其實中共也將西藏問題稱為「歷史遺留問題」而想解決的考量。早在七九年鄧小平就提出「西藏問題除了獨立甚

麼都可以談」，以及「家裡事咱們家裡人坐下來談」等論述後，八十年代曾經有西藏的高級代表團多次訪問中國大陸和西藏各地。而 2002 年至 2010 年間，尊者達賴喇嘛的代表與北京的代表之間共有九次正式、一次非正式和談，但最終因中共以入侵者的傲慢姿態無意解決西藏問題，不正視西藏問題的嚴重性，自己又不能提出解決方案，強橫無理的誣衊中間道路政策的實質是「變相性獨立」、「半獨立」等說詞予以拒絕，和談不僅沒有取得任何實質性的進展，而且關閉了雙方接觸的大門。

大家都知道，習近平最初上任時國際社會和藏人行政中央對他寄予過一定的期望，但他也跟其他中共領導人一樣讓人越來越失望。今年 7 月 21 日習近平帶上中央軍委副主席張又俠、國務院副總理劉鶴、發改委主任何立峰、以及身兼中央特勤局長的公安部常務副部長王小洪，罕見造訪西藏。這是時隔 10 年後，習近平再度訪問拉薩。一個月後的 8 月 19 號，中共全國政協主席汪洋帶領中央代表團抵達拉薩，正值中印關係惡化之際，中共兩位巨頭相繼造訪拉薩都是為慶祝所謂「和平解放西藏七十周年」。雖然造訪目標被人民日報定義為「貫徹新時代黨的治藏方略，譜寫雪域高原長治久安、高品質發展新篇章」，

但是從許多細節可看出，中共還是非常擔心西藏的主權地位及他們佔領西藏的合法性，還需要藉由這樣的機會向世界宣示的戰略目標是不言而喻的。那麼中共所講的習近平新世代「治藏方略」究竟是甚麼呢？我們可以從習近平有關西藏問題的講話、八月底在北京召開的中共中央民族工作會議、以及最近幾年中共實行的民族政策等上基本可以看出中共已經完全撕開了原來還有所顧忌國際反應的「民族區域自治」的假面具，其民族政策已經變成赤裸裸的民族同化、民族滅絕，可概括為以下幾方面：

1. 消除十四世達賴喇嘛利用宗教在藏區的影響力
2. 民族和宗教問題被稱為「流毒」而予以清洗
3. 以中華民族命運共同體之名消滅西藏文化
4. 以旅遊發展經濟和民族團結之名同化西藏
5. 以宗教中國化之名消滅西藏宗教

### 四、中美對峙下的美國對西藏政策

中美在經貿、軍事、科技各領域的對抗和競爭之激烈，以及由此形成的國際局勢不用我在此贅述，而中美如此激烈對峙之下美國對西藏政策到底如何？是我這次介紹的重點。美國曾經在 2002 年通過

《西藏政策法》法案，法案規定在美國國務院專門設立西藏問題特別協調原職位，其職責是專職西藏問題，推動中國政府與尊者達賴喇嘛或與其代表等「進行不設前提條件的實質性對話」力求解決西藏問題。2018年美國通過「入藏對等旅行法」，特別提到，美籍藏人試圖申請簽證去西藏探親或西藏朝聖時，總是會受到中國使領館的歧視性對待，但中國公民卻可以在美國和其他民主國家自由旅行，因此法案要求中國政府允許美國記者、外交官和遊客不受限制地前往西藏。根據《入藏對等旅行法》要求，國務卿在90天內，評估美國公民赴西藏的情況，並向國會提交報告，點名究竟是哪些中國官員禁止美國人進入西藏，並依此法對其實施制裁。法案也規定，如果中共不允許美國在西藏拉薩設立領事館，中國不得在美國的其他地方新設領事館。

2020年美國通過的「2020西藏政策與支持法案」是一件具有里程碑意義的重要法案，該法案從全方位規定了美國支持西藏的各項條款，具體分為以下幾點：

### 1. 決定十四世達賴喇嘛的轉世權惟有西藏人、達賴喇嘛及藏傳佛教信徒才有

該法案促使美國官方政策規定，美國支持藏人及藏傳佛

教信眾自由選擇和認定藏傳佛教領袖的繼任與轉世的權利，反對並追責中共以任何形式指派未來的第十五世達賴喇嘛並以此干涉西藏宗教事務，任何牽涉其中的中共官員將依據該法案和美國相關法案，實施凍結其在美資產和拒絕入境的制裁。

### 2. 正式承認藏人行政中央是反映全世界西藏人民的合法機構

該法案的另一項重大成就是，美國正式承認藏人行政中央是反映全世界西藏人民願望的合法機構，承認司政為藏人行政中央的合法領導人。

### 3. 充分肯定流亡藏人社區建立的健全民主制度

法案不僅列舉了在達賴喇嘛尊者的領導下西藏民主的發展歷程，而且讚揚了達賴喇嘛尊者在建立流亡藏人民主政體中的貢獻，同時也讚揚藏人行政中央和流亡藏人社區成功建立的健全民主制度。

### 4. 法案加強了對西藏境內外藏人社區的財政援助

這項法案還將為藏人團體在可持續經濟發展、文化保護和教育等領域提供資金：

- A. 向西藏境內非官方機構在保護西藏文化，提升可持續經濟發展，以及教育及環保等領域提供不少於800萬美元的援助資金。
- B. 提供不少於600萬美元促進流亡藏人社區在保護西藏的語言文化，以及印度與尼泊爾藏人社區的發展項目；撥款300萬美元用於藏人行政中央的綜合治理能力。
- C. 為美國之音和自由亞洲電臺的藏語台分別提供340多萬美元和400多萬美元，用於對西藏境內和各國藏人社區的報導。
- D. 為美國西藏問題特別協調員辦公室撥款100萬美元。



2020年美國通過「2020西藏政策與支持法案」

## 5. 關注西藏區域水安全框架與生態平衡

法案還著重提出「西藏的生態平衡」的條款，鼓勵藏人加強與中共當局的對話，以應對中國在藏區興修水利，破壞下游水資源供應的問題。法案還進一步承認西藏傳統的遊牧方式在減輕氣候變化對該地區負面影響方面的重要性，強調中國政府對西藏遊牧民實施的強制安置政策破壞了西藏的生態平衡。呼籲各國加強國際合作，共同監測西藏高原脆弱的生態環境。並鼓勵在西藏從事商業活動的美國公民和公司踐行企業社會責任，嚴格遵守聯合國頒佈的《商業與人權指導原則》。

## 6. 重申 2018 年通過的《入藏對等旅行法》所列舉的條款

最後，為了促進 2018 年通過的《入藏對等旅行法》所列舉的條款，法案要求中國政府授權美國在西藏首府拉薩設立領事館。但法案呼籲，美國在獲得拉薩設立領事館的授權之前，國務卿不得批准任何新的中國駐美國領事館之申請。

## 五、中印對峙下的印度對西藏政策

中國與印度都是人口大國，他們的經濟總量和軍事實力都很強。歷史上沒有中印邊境，只有藏印邊境或藏中邊

境。由於在兩個大國之間有個愛好和平且崇尚非暴力的緩衝區西藏國的存在，歷史上，中印兩國之間從來沒有發生過戰爭或衝突。中共對西藏的入侵和占領使世界上人口最多又極具民粹主義煽動力的兩個大國成為鄰居，且在占領西藏後的短短十年後就發生了中印戰爭衝突，其所造成的傷害和仇恨至今都無法化解。

如今中美對峙加劇，美國主導的印太主要國家美國、日本、印度、澳洲四國聯盟的形成必將加劇與中國的關係是必然的，而與此相關的台海和西藏的戰略地位突升也是必然的事情，因此，台海和西藏高原被稱為當今最具戰爭危險的地區。那麼，中印關係急遽惡化、戰爭衝突危險升級的當下，印度對西藏政策會有什麼樣的轉變，這是我與大家分享的另一個議題。

印度和西藏被稱為師徒關係，西藏的文化、宗教信仰、生活習俗大多源之於印度，雙方間有上千年的交流史。特別是中共入侵佔領西藏，而尊者達賴喇嘛領導的西藏政府得以在印度建立流亡政府，保存爭取西藏重獲自由運動的火種，西藏人特別感恩印度政府和人民的寬宏和收留，而印度政府也尊稱尊者達賴喇嘛為「尊貴的客人」。雖然到目前為止，印度政府雖還沒有出臺比較清晰的印度對西藏政策方案，但

印度民間的反應、智庫的建議、政府決策部門的作為都在悄悄的變化。印度有西藏政策嗎？世界屋脊與印度文明之間數百年的親密關係不能僅僅因為政治上的權宜之計或由於北京的欺凌策略而被抹去。現在不是德里制定自己的“西藏”政策並立即開始與達蘭薩拉接觸的時候了嗎？應建立德里和達蘭薩拉之間定期交流的機制等已經成為當下印度最熱門的詞彙，這將影響未來幾十年西藏問題的走向，歸納起來大致有下面幾點：

### 1. 印度政府和人民對西藏境內和境外藏人的看法

在西藏問題上，印度人開始反省為了發展睦鄰友好關係而回避西藏問題的做法沒有取得預期的效果。相反，中共對青藏高原的軍事化、不分青紅皂白的環境破壞，尤其是對西藏人民的鎮壓，對印度的主權、領土完整和環境安全造成了威脅。認為西藏的藏人對尊者達賴喇嘛為主的各宗教領袖和寺院的堅定信仰、藏人寧願犧牲生命來捍衛自己民族文化和特性的堅韌信念、中共無法用金錢誘買或收服藏人靈魂的崇高精神是印度安全保障。那麼，這樣的理念和信念還能持續多久？需要開始重新評估。而在印度，尊者達賴喇嘛年事已高，沒有他的親自參與，印度 7.5 萬藏人問題的解決會

越來越困難，著手西藏事業已變得有些緊迫，藏人行政中央新的政治領導層已經選出，重要的是在接下來的關鍵五年裡，除了達賴喇嘛私人辦公室以及有影響力的西藏寺院秩序之外，藏人行政中央與印度政府如何保持同步？如果不及時採取補救措施，可能會導致散居國外的藏人陷入混亂，並影響西藏境內藏人在中共的嚴密控制下失去對西藏的希望。

## 2. 善待達賴喇嘛和藏人行政中央

印度智庫認為中國目前不僅與印度對抗，而且似乎與整個世界對抗，因此，國際支援應該很容易得到。美國已經宣佈了支持藏人的措施，而莫迪總理在推特上宣佈他已與達賴喇嘛通話並在他生日那天向他致意，這是可喜的一步。印度智庫和媒體認為僅僅這是不夠的，還需要採取一些更一致的步驟，以達到增加對中國政府的壓力點和消除藏人疑慮的雙重目的，變成對中國和西藏流亡社區的一個雙重公開信號，其具體建議是：

- A. 印度官方聲明不應僅將尊者達賴喇嘛描述為印度的「貴賓」或「尊敬的宗教領袖」，而應開始稱他為「西藏人民的領袖」。
- B. 印度政府應該在最高級別公開會見達賴喇嘛，印度的政治領導人和高級公

務員應該出席尊者的相關活動。應該邀請尊者在印度的各邦立法機構發表講話，尤其是在藏族聚居地所在的邦。

- C. 尊者達賴喇嘛作為諾貝爾獎獲得者，印度政府應該授予他印度最高榮譽獎章巴拉特·拉特納 (Bharat Ratna) 國寶榮譽勳章。
- D. 有必要像美國一樣將藏人行政中央的事實存在作為依據承認其合法性，即使是為了刺激中國的有限目的，它也對印度有好處，在與中國的外交、戰略和政治交往中從中獲得優勢。如果它變得無效，在印度政府與中國的交往中，它將成為一種負擔而不是資產。
- E. 印度政府應該恢復藏人事務協調員作為與流亡藏人相關事務的單線聯絡人發揮作用。應邀請藏人行政中央的官員參加印度國家相關活動，特別是應該大幅增加對藏人行政中央的財政援助。
- F. 應與西藏政策研究中心合作舉辦關於西藏人權、中國對西藏的虛假主張、破壞西藏文化遺產、剝奪宗教自由等主題的研討會。
- G. 印度駐外大使館必須與具有特殊文化和宗教項目的海外藏族群體建立聯繫，並為前往印度旅行、工作

或投資提供便利。也可以鼓勵西藏宣導團體與維吾爾人、內蒙古人、臺灣、中國民主派和香港團體組成聯合論壇。

- H. 印度政府必須毫不拖延地宣佈達賴喇嘛的轉世是宗教事務，由藏人決定，印度政府將尊重他的意願。在這一點上印度必須要展現出維護宗教神聖性的向心力量，堅決反對外部干涉和影響。這將消除藏人心中的疑慮和焦慮，十五世達賴喇嘛日後是否會在印度受到歡迎具有直接的聯繫！
- I. 印度沒有義務承認西藏是中國的一部分。在我們以後的討論中，印度必須質疑中國在西藏的存在地位。它不應該接受西藏是中國的內政，因為西藏被強行佔領導致難民湧入印度。
- J. 如果不將西藏問題置於佛教的全球背景下作為軟實力的努力將是不完整和無效的。西藏宗教領袖建造了龐大的寺院和寺廟，並沒有很快回到西藏的印象。正是他們對達賴喇嘛的忠誠、西藏信徒在印度的存在以及對印度的深厚精神依戀，阻止了他們向西方遷移。在安全機構中，人們不瞭解西藏僧侶與中

國歷代朝代和中國人民有著千百年的關係。許多僧人，尤其是噶舉派和薩迦派的僧人，在中國大陸擁有數百萬信徒。他們繼續與西藏的母寺和奉獻者保持廣泛的聯繫。他們應該被視為安全資產而不是安全嫌疑人。

## 六、後十四世達賴喇嘛局勢的準備

綜觀美國和印度的西藏政策，都非常鮮明地提出了第十四世達賴喇嘛尊者的轉世認定權問題。毫無疑問，達賴喇嘛的轉世問題已經成為後達賴喇嘛時期藏中博弈的國際主戰場，那麼在這一博弈中雙方是如何佈局？最終的結局又將會是如何呢？下面我們做些簡單的梳理和分析。

### 1. 中共的佈局

中共非常清楚十四世達賴喇嘛是西藏的政治和宗教領袖，誰能掌握十四世達賴喇嘛以及他的轉世，誰就能掌控西藏。因此，一九九五年它不顧國際社會反對，破壞藏傳佛教轉世學說的宗教義軌與傳統，純粹以政治需要以所謂「中央權威」以及歷史定制「金瓶掣籤」的方式任命了十世班禪大師的轉世靈童，妄想用它任命的「班禪」來掌控十四世達賴喇嘛的

轉世認定權。但是，不管中共給予它任命的班禪轉世多少特殊待遇及國際平臺，藏人及宗教信徒就是不屑一顧，不買中共的帳，使中共政府大為惱火和尷尬，絲毫沒有應對的方法。正如西藏諺語，自己煮的酒再酸也只能自己咽下。之後，中共於2007年推出「藏傳佛教活佛轉世管理辦法」，想通過以法律的形式控制純宗教性的轉世制度。同樣，這一做法也非但得不到宗教信徒的認可，更遭到國際社會的一致譴責。認為一個無神論的，甚至跟塔利班一樣一直褻瀆毀壞藏傳佛教的政黨，嚷嚷著要認定轉世靈童，其司馬昭之心路人皆知。當尊者達賴喇嘛提出他的轉世問題各種可能性，甚至不再轉世的可能等時中共更是惱羞成怒，潑婦罵街似的大罵達賴喇嘛必須要轉世，如果不轉世，就是背叛「中央」、背叛「藏傳佛教」，是雙重背叛！

### 2. 尊者達賴喇嘛和藏人行中央的佈局

十四世達賴喇嘛早在一九六九年就提出他需不需要轉世乘願再來應該由西藏人決定的論述。後來，因以中共的做法達賴喇嘛對轉世學說做出了各種解說，包括結束轉世、轉世制度改成教宗那樣的制度、在生轉世、

轉世成各種包括女性等等的可能性，弄得中共眼花撩亂，無法接招。但是尊者達賴喇嘛向全世界明確表示，如果他在流亡中去世，他將會投生到一個自由的國家。2011年9月24日，尊者達賴喇嘛在印度達蘭薩拉向境內外西藏人民，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發布了關於轉世的聲明，聲明在詳細介紹藏傳佛教轉世學說的傳統和義軌，西藏與歷史上統治中國的朝代間建立的「供施關係」以及歷輩達賴喇嘛的轉世制度後，批評了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。

尊者更是嚴厲批評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，在全體藏人心中造成難以癒合的創傷。尊者更是指出，為了欺瞞藏人和藏傳佛教信眾，以及國際社會，中共等待著他的圓寂，並預謀私自認定他的轉世。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，是他不可推卸的職責。

尊者在聲明中說，當我到了一世達賴喇嘛根敦珠巴的年齡時(84歲)，我會諮詢各宗派的大喇嘛，以及藏族民眾和相關信眾，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，誰也不需要認可和信仰其孩童。

2019年尊者達賴喇嘛已經84歲，藏人行政中央根據尊者的聲明，以《流亡藏人憲章》第59條之規定於2019年10月3日至5日召開第3次流亡藏人特別大會，大會決議強烈要求境內外藏人民眾祈請達賴喇嘛尊者為了雪域西藏的教法興盛與眾生福祉而再度轉世，繼續眷顧西藏人民和芸芸眾生。並堅決反對「中國」政府對藏傳佛教

轉世制度的野蠻干涉。10月6日，達賴喇嘛尊者在達蘭薩拉接見「第3次流亡藏人特別大會」的與會代表和藏人行政中央的全體公務員時強調：在哪裡能夠利益眾生就將在那裡服務大眾的開示。

2019年11月3日至5日藏人行政中央外交與新聞部在達蘭薩拉召開「第8屆國際支持西藏團體大會」，即通稱的世界援藏組織大會，來自42個國家和地區的180名國際支援西藏團體的代表和其他支持者」與會。會議宣言第二條規定，我們堅定的支持今年10月在達蘭薩拉舉行的「第3次流亡藏人特別大會」的決定。我們認為，關於第14世達賴喇嘛尊者的

轉世認證權力，完全屬於達賴喇嘛尊者本人，以及達賴喇嘛辦公室「甘丹頗章」相關負責人。「中國」政府在達賴喇嘛轉世問題上任何形式的干涉，以及「中國」政府選擇或任命下一世達賴喇嘛的任何企圖，都將被視為非法行為，不具任何合法性，都將受到國際社會的譴責和制裁。

2019年11月27日藏人行政中央在達蘭薩拉召開第十四屆藏傳佛教各傳承領袖會議，會議通過決議一致祈請達賴喇嘛尊者繼續轉世傳統，並聲明達賴喇嘛的轉世決定權完全屬於尊者本人，與其他任何政府、團體或個人無絲毫關聯。如果中共未來執



2019年「第3次流亡藏人特別大會」



2019年「第8屆國際支持西藏團體大會」

意任命達賴喇嘛的繼任者，絕不會被藏人所接受或信奉。

### 3. 美國的態度

美國國際宗教自由無任所大使布朗巴克（Samuel D. Brownback）在特別會議之後的 10 月 27 日，抵達達蘭薩拉，公開提及他訪問達蘭薩拉的主要目的是向世界，特別是向大陸傳達一個明確的資訊：「美國政府支持西藏人民，達賴喇嘛尊者和藏傳佛教轉世體系在轉世問題方面的角色。達賴喇嘛的轉世問題是達賴喇嘛尊者本人和藏傳佛教領袖們的事務，而不屬於任何個人，政府或團體。」美國大使強調，美國對達賴喇嘛尊者轉世的立場與「第 3 次流亡藏人特別大會」通過的決議一致；幾天之後，美國國務院負責南亞和中亞事務的助理國務卿愛麗絲·威爾斯，繼續在（10 月 31 日）推特發文強調，布朗巴克大使在達蘭薩拉與達賴喇嘛尊者會晤時表達美國政府「對西藏人民的持久支持」，也感謝印度政府和人民支持西藏的宗教自由；她在推文中說：「中共聲稱達賴喇嘛的轉世必須遵守中國法律法規是毫無根據的。像所有其他宗教信仰群體一樣，西藏人民應該能夠在不受政府干預的情況下選擇，教育和追隨其宗教領袖。」



2019 年 11 月 27 日藏人行政中央在達蘭薩拉召開第十四屆藏傳佛教各傳承領袖會議

### 總結

誠如所述，美中之間以及中印對峙之際，西藏議題也是其中一個「戰場」是顯然的。美國在通過「2020 美國支持西藏政策法案」後，民選的藏人領袖羅桑森格博士被正式官方邀請訪問了美國國務院以及白宮，這對藏人來講是一次巨大的勝利和鼓舞；中國國家主席習近平在西藏拉薩訪問之際，7 月 28 日上午，美國國務卿布林肯在訪問印度首都期間高調會見了達賴喇嘛駐新德里代表忠瓊恩珠先生，這件事如果沒有印度政府的首肯是不可想像的，這說明美國和印度在對待西藏上已趨一致。諷刺的是藏人駐德里代表處在有媒體詢問時雖然三緘其口，但美國國務卿的推特帳號，美國國務院的新聞發言人卻公開發布了此新聞。

不管是中美高級外交官在阿拉斯加的會談，美國副國務卿溫蒂·謝爾曼在中國會見國務委員兼外交部長王毅，美國

政府都公開而坦率地提出了西藏議題，這對理念相近的美國盟友歐盟、印度、臺灣等來說是一次鼓勵。因為有了美國對西藏的支持和承認，今年五月藏人行政中央新司政當選上任時，跟許多獨立國家一樣收到了包括臺灣外交部長在內許多國家的賀信。這些事實可以證明，雖然西藏境內藏人的處境越來越危險，但國際上對藏人的支持度依然堅挺。

西藏人的鬥爭是一場文明鬥爭，旨在保護、保存和自由培育獨特的身份、文化、語言和宗教，而在這一鬥爭中，不管是尊者的轉世認定問題，還是其他任何議題，其獲得的道義支持已經與中共高立下判。我們相信，中共不可能永遠像現在這樣頑固不冥，牢不可破，唯有時間能證明這一點。而我們堅信的是時間在我們這一邊，正義的勝利在我們這邊，總有一天，我們望會笑著返回我們的故鄉雪域高原！

2021 年 10 月 23 日「中美新格局下西藏、新疆、蒙古、香港、臺灣的變局」研討會  
臺北市在台北藏人福利協會主辦

# 我在流亡中為西藏而戰

達賴喇嘛西藏宗教基金會秘書長 索朗多吉



## 鎖住西藏人民的枷鎖： 論簽訂所謂《十七條的協議》的前因後果

本書揭露西藏與中國簽訂《十七條的協議》的前因後果，對比香港的處境具有及時的參考作用，警示守護臺灣民主和言論自由。

作者：君慈仁、索朗多吉 譯者：頓珠多傑

定價：300 元（平裝）

ISBN：9789860647709

購書請洽各大實體書店通路、網路書店或至「Google Play 圖書」線上購買電子書

藏人流亡大概可以分下面幾個階段，1959年，八萬多名藏人跟隨達賴喇嘛流亡到印度、尼泊爾、不丹等地。直至70年代末期到80年代，境內外藏人探親的政策開放後，有一批藏人以探親名義流亡至印度。特別是90年代一直到2008年全藏區發生抗議前為止，每年都有3000-4000名藏人流亡到印度。2008年「西藏土鼠年和平抗議」到全球武漢肺炎前，藏人流亡人數從幾千人一直降到幾百甚至幾十的人數，在武漢肺炎期間，只剩個位數而已。

絕大部分的流亡藏人，這一生最重要的目的就是能親見達賴喇嘛尊者一面，能親耳聽到達賴喇嘛尊者的教誨。更多的藏人為了西藏志

業而流亡至印度為西藏流亡政府服務，放下了西藏最珍貴的家人，只為傳承西藏各教派的經論，更有系統的學習西藏傳統的語言、文字和文化等等。每一個流亡藏人，在顛沛流離的異土他鄉，竭盡所能為西藏而戰。

這次研討會的第四場主要議題是，所謂《十七條協議》，前面兩位作者專門研究十七條協議相關的文章，我只簡單介紹《鎖住西藏人民的枷鎖——論簽訂所謂十七條協議的前因後果》這本書藏文版撰寫過程的點點滴滴。也直接連繫到我今天講的「我在流亡中為西藏而戰」的主題有關，這也是一個真實的例子。

我於1999至2000年，在高雄國立中山大學以交換

學生的名義讀了政研所碩士班，結業後回到印度，我的朋友君慈仁跟我談，今年(2001年)5月是簽訂《十七條協議》五十周年，中共方面計畫搞大規模的各項活動，我倆也是否寫一篇文章，當初僅僅計畫寫一篇文章而已，在尋找及閱讀資料的過程中發現，與《十七條協議》相關人士所留下來的回憶錄、日記等第一手資料裡發現更多的內容，就這樣把當時所找到的資料集結成了一本書。利用短短四個多月的時間內將此書完成，至今仍是覺得不可思議，因為我倆白天都有單位的工作在忙，所以只能利用假日和晚上的時間來完成。這也算是在流亡中為西藏而戰的一部分吧。

最主要是這本書出來後，得到許多對現代歷史有興趣的讀者的肯定與欣賞。例如，中文版封底上標示的是一位藏人歷史學家在《西藏時報》藏文版上評論的內容，整本歸納六大特色之外，最後評語：「到目前為止，是屬於政治地位的論文之王，值得稱讚。」因為有更多讀者的肯定，兩位作者繼續利用業餘時間，找出更多的第一手資料，計畫補充

這本書的內容，繼續在流亡中為西藏而戰。

在離開臺灣之前，誠心地感謝許許多多曾經幫助我的人、團體、單位，在這裡我無法一一言謝。因為，本會的工作性質或角色太廣太多。就以我個人的工作性質而言，除了陪同長官到總統府、立法院、行政院、外交部等相關部門、市議會、市政府、縣政府等；也與民間團體夥伴們一起舉辦及參與

各項有關西藏議題的活動；也在為數不多的在台藏人偶發事件裡，與在台西藏人福利協會成員一起去法院、監獄、看守所、派出所、醫院、殯儀館等地方，協助和關心在臺灣的藏人。最後，誠心的謝謝大家對我的工作幫助與指導，也感謝所有義工，繼續在流亡中為西藏而戰，請你們繼續協助！

2021年10月23日「中美新格局下西藏、新疆、蒙古、香港、臺灣的變局」研討會  
臺北市在台西藏人福利協會主辦



# 揭露金瓶掣籤的話術

盧惠娟

## 揭露中共利用金瓶掣籤的話術

關於達賴喇嘛的繼任和轉世，中國國家宗教事務局曾於2007年發布《藏傳佛教活佛轉世管理辦法》，在中國外交部網站敘明：

1. 活佛轉世是藏傳佛教特有的傳承方式，有固定的宗教儀軌和歷史定制。
2. 中國政府實行宗教信仰自由政策，頒佈有《宗教事務條例》和《藏傳佛教活佛轉世管理辦法》，尊重和保護藏傳佛教這一傳承方式。
3. 達賴喇嘛活佛轉世系統已經有幾百年的歷史，十四世達賴喇嘛本人就是按照宗教儀軌和歷史定制尋訪認定，報請當時的中央政府批准繼位的。
4. 因此，包括達賴喇嘛在內的活佛轉世，都應該繼續遵守國家法律、法規，遵循宗教儀軌、歷史定制。

根據中共藏事著作：「金瓶掣籤」是《欽定藏內善後章程二十九條》的第一條，該條款顯示新達賴的產生要得到清廷的批准，這反映清帝國在藏

主權。看似學術專業資料的引用，其實是欺瞞的話術。劉漢城教授用清廷原始官方資料揭露：恰恰相反，清廷的「金瓶掣籤」條文和執行記錄矛盾百出、諸多掩飾。

### 《章程 29 條》「金瓶掣籤」的原文

「〈文書本〉漢譯文。

一。…茲大皇帝為弘揚黃教，特頒金瓶。嗣後認定轉世靈童，先邀集‘四大護法神’初選靈異幼童若干名，而後將靈童名字…書於簽牌，置於金瓶之內，…由各呼圖克圖暨駐藏大臣於大昭寺‘釋迦佛尊’前共同掣籤認定。

如‘四大護法神’初定僅一名，則須將初定靈童名字之簽牌，配一無字簽牌置於瓶內，若掣出無字簽牌，則不得認定為初選之靈童，須另行尋訪。

…掣定靈童須以滿、漢、藏三種文字書於簽牌上，方能公允無弊，眾人悅服。」

（來源：廖祖桂、李永昌、李鵬年，〈‘欽定藏內善後章程二十九條’版本考略（一）〉，中國藏學 2004 期 2，頁 37。）

劉漢城教授分析：即便完全相信《章程 29 條》的說法，清帝國也顯然沒有‘委任’或‘認可’達賴或實質影響誰當達賴的實權，因為初選靈童全由藏方的‘四大護法’執行，最終誰當呼畢勒罕全由抽籤決定。清帝國的參與僅僅是：送一個供抽籤用的金瓶，駐藏大臣會「暨」西藏其他高層僧人參與掣籤典禮。

劉漢城教授舉例讓讀者類推，體會金瓶掣籤的荒謬：

一個‘甲家’每天要有晚飯吃，一般得完成下列環節：

1. 家庭內有成員去工作以賺取收入；
2. 有成員拿這收入去購買糧、菜、肉；
3. 有成員烹煮買回來的糧、菜、肉；
4. 將煮好的飯菜裝在之前購置好的碗盤，將碗盤擺上之前購置好的飯桌上，然後使用之前購置好的餐具進食。

劉漢城教授指出：假定‘某乙’看到‘甲家’不用桌布，而又認為吃晚飯時鋪上桌布較好，就送了張桌布給‘甲家’，而之後‘甲家’吃晚飯時也偶然鋪上這張桌布。於是

‘某乙’就宣稱：“甲家歸我控制，所以遵照我的規定用桌布；他們有晚飯吃全靠我那張桌布”，這‘某乙’顯然是個不懷好意的神經質阿 Q。

關於中共宣傳達賴喇嘛的認定需要經過清廷批准，劉漢城教授認為有意義的‘批准權’是指也有‘不批准’的權，即便全信《章程 29 條》，清廷也沒有‘不批准’抽籤結果的權力，只有花錢送個金瓶給藏方使用的權力。

西元 1804 年八世達賴圓寂，‘認定九世達賴呼畢勒罕’是‘章程’訂出後第一次有機會測試《章程 29 條》第一條對尋認達賴的有效性。

## 《清實錄》的記載

「諭軍機大臣等：特清額奏：‘途次接奉諭旨，馳赴西藏頒賜達賴喇嘛等賞件，並遵旨明白宣示’一摺，所論俱是。此次呼畢勒罕出世，諸多徵驗，實為吉事有祥，殊堪嘉慰。特清額馳抵西藏後，當曉諭班禪、濟隴呼圖克圖等以：‘從前指稱呼畢勒罕出世，多牽合附會，或僅小著靈驗，不足憑信。…今達賴喇嘛甫逾二歲，異常聰慧，早悟前身。似此信而有徵，洵為從來所未有。設當‘高宗純皇帝’[即乾隆帝]時，亦必立沛恩施，無須

復令貯瓶簽掣。但此係僅見之事，且徵驗確鑿，毫無疑義。嗣後自應仍照舊章，不得援以為例。儻因稍有端倪即附會妄指，一經查明，必當治以虛捏之罪。’並著駐藏大臣等將此旨敬謹存記…。仍著特清額於頒賞達賴喇嘛呼畢勒罕時，令通事詢問試驗如何靈敏出眾之處，將實在情形詳細復奏。」

（來源：《清實錄藏族史料》頁 3743-3744，嘉慶 13 年 2 月 乙亥（1808.3.5）。注：特清額時任‘成都將軍’，被派入藏當特使。）

劉漢城教授分析：《章程 29 條》聲明：即便‘四大護法神’只認定單一名‘靈童’，也得加入一個無字簽牌在金瓶裡進行抽籤。如果抽出無字簽牌，初選之單一靈童就無效，得另行尋訪靈童。如果不遵行，就「定於嚴懲不貸」。可是才過了十多年，乾隆的親兒子就叫‘成都將軍’特清額對藏人說：這次的單一靈童實在太靈敏了，「從來所未有」，所以不必抽籤了。這個決定嚴重違背《章程 29 條》第一條，因為‘靈童’當然就是被認為是特別靈敏的，不然也不會被選為‘靈童’。「令通事（翻譯員）詢問試驗如何靈敏出眾之處，將實在情形詳細復奏」一句，就使馬腳畢露。這一

句明證嘉慶帝根本還沒機會確定靈童「實在」「從來所未有」的「如何靈敏出眾」，就贊成呼畢勒罕人選。這和前面和他叫特清額「曉諭」藏人的話矛盾。原因很明顯：嘉慶帝得知藏人拒絕合作，為了保存阿 Q 面子，就只好假裝瞭解靈童特別聰慧，「恩施」免了抽籤。八世達賴於 1804 年圓寂，可是《清實錄》要到 1808 年才有關於呼畢勒罕的公文；為甚麼拖那麼久呢？吹捧歌頌了多年的‘金瓶掣籤選達賴’第一次上陣就不靈，明顯丟臉。粗看如前半段會誤以為清帝真有‘恩免掣籤’的威風。可是，一個熟悉清帝國阿 Q 傳統的讀者稍用常識細讀這些官方原始資料全文，就反而變成‘清帝國沒有在藏威權’的證據。

## 劉漢城駁斥中共史著的辯解

中共藏史界為這次‘豁免掣籤’的最權威辯解在下列文獻給出：柳陞祺、鄧銳齡，〈清代在西藏實行金瓶掣籤的經過〉，民族研究，1982 年期 1，頁 18、19（下簡稱‘柳文’）。柳文說：駐藏大臣玉甯等為了支持豁免掣籤，在嘉慶 12 年 12 月 26 日的奏摺裡詳盡地描述了靈童的「種種靈異、吉兆」，

反映該靈童就是轉世達賴；嘉慶帝是在看了這奏章才豁免掣籤的。可是這‘辯解’卻與《清實錄》的記載矛盾，因為《清實錄》的記載顯示清帝在嘉慶 13 年 2 月（即嘉慶 12 年這份‘玉寧的奏摺’之後）還要「令通事詢問…如何靈敏出眾」；而且《清實錄》的記載的上諭完全沒有提及玉寧的奏摺。這矛盾會出現很可能是因為：柳文給出的‘玉甯奏摺’來源是：‘中國第一歷史檔案館藏，硃批奏摺民族類第 1442 號第 4 號’。這來源乍看很權威，其實就是：謝絕外人核證！本書多處已明證：即便是在

可以輕易查閱的公開文獻的資料，中共藏史學界還經常假引（如牙含章在 §3.4.6.1 裡的‘百姓變農奴’）。清廷公開發表印行的官方文獻車載斗量，為什麼得用不公開的資料呢？

柳文又說藏人也曾遞上一篇由駐藏大臣轉呈的漢譯奏摺請求豁免掣籤，這篇奏摺的來源是：‘軍機處錄副民族類第 934 號卷第 4 號’，即：又是外人無法核證的。何況，這第二篇奏摺還是經駐藏大臣漢譯的，即：再多了一層造假的可能性。更有趣的是柳文又提供了欲蓋彌彰的資料：柳文辯解道：「後日修‘嘉

慶實錄’的人們，也大概為了掩蓋他（嘉慶帝）的過失，對詳記此事經過的上引奏摺，未加採用」。這是明顯的邏輯矛盾。

劉漢城教授分析：這辯解對漢文化的修史傳統是無稽的侮辱；本書已經在多處例證：清廷清帝的多項嚴重醜行和烏龍，《清實錄》、《東華錄》、《清史稿》等官修文獻都記載得頗詳盡。官修文獻當然難免會為一些醜事掩飾，可是現在據柳文說的是清帝看了兩份奏摺的詳細描述而豁免掣籤，這不算什麼醜行烏龍，編‘實錄’的人員怎麼就會把這種材料掩蓋起來



定價：450 元  
ISBN：9789869619394

購書請洽各大實體書店通路、網路書店，或至「Google Play 圖書」線上購買電子書

本書將成為打臉中共西藏歷史的小聖經！

為什麼必須辨明西藏和中國的歷史從屬關係？

因為這是中共侵略西藏或是收復失土的證據！

千百名中共的「藏學家」，將要面對劉漢城教授這位現代董狐的秉筆直書。相對於奉從上意屈筆書寫西藏的專家，依良知公義直書西藏真實歷史的現代學者更令人肅然。

這是華人學者首次完全依據中文官方史料就能證明西藏不是中國一部分。

於亞洲中央的西藏是一個巨大的高原，面積約半個西歐大小，西藏人稱之為雪域。歷史上，世人對西藏的了解大多僅限於擁有獨特宗教的高寒禁區。1959 年達賴喇嘛和近十萬藏人逃離西藏以後，西藏問題才開始引起國際社會的關注，而西藏在歷史上的主權地位問題更成了關注的焦點。

雖然大部分西方學者研究認為西藏在歷史上是一個獨立的國家，但中國政府或官方藏學家並不接受這個說法，反而利用中文史料旁徵博引，以循環論證的方式一再宣稱西藏在歷史上是中國的一部分。中文史料浩如煙海，有關西藏的記載淹沒其中，一般學者即使皓首窮經也難覓其真實，因此，有關中文史料對西藏主權的記載或認知方面一直處於眾說紛紜的狀態。

今天，已經退休的劉漢城教授，十年磨一劍，利用現代網絡資訊搜尋的便利，對中國古文獻抽絲剝繭，最終發現西藏在歷史上從來不是中國的一部分。

本書的內容限於明、清兩朝有關西藏的史料記載，這些史料都是中國政府承認的官方文獻。尤其是對於那些不願相信西方學者有關西藏之論述的中文讀者而言，本書更具特殊意義；有關西藏的歷史，本書為你展示了全新的視覺。

呢？如果這樣的事也要掩蓋，《清實錄》大概沒剩下多少頁了。柳文這個交代不但證明這兩篇奏摺不在公開文獻裡和來源可疑，也反映中共找不到為嘉慶帝更好的辯解。

## 分析中共對藏事的心態

中共對‘金瓶掣籤’典型的官方聲明：

「外交部發言人陸慷今日…表示，…關於達賴轉世的…金瓶掣籤等，都有固定和完整的宗教儀軌、歷史定制和法律、法規，這不是由任何個人可以隨意說了算的。」

（中國網新聞中心，[www.china.com.cn/news/world/2017-05/26/content\\_40902230.htm](http://www.china.com.cn/news/world/2017-05/26/content_40902230.htm)，2017.5.26）

劉漢城教授對此提出質疑：中國的‘外交部發言人’竟敢宣稱「…掣籤等，都有固定和完整的宗教儀軌、歷史定制和法律、法規」！中共政府對自己祖宗的基本文化典籍（如《清史稿》、《清實錄》等）真的如此無知嗎？

中共國務院 1992 年〈白皮書〉有關掣籤的原文：

「1793 年，頒佈了《欽定藏內善後章程》…。章程的主要內容有：

清政府掌握確定…達賴喇嘛、…去世後轉世靈童的大

權。每逢一代達賴喇嘛、…的轉世靈童覓到時，即將靈童姓名…納入中央頒發的金瓶，由駐藏大臣會集有關大活佛，掣籤確定…。轉世靈童的剃髮、取法名、選定授戒的師傅和授經的師傅，也都須經過駐藏大臣奏報朝廷核准。當舉行達賴喇嘛…的坐床和親政典禮時，中央派大員親臨監視。」

劉漢城分析：請比對《章程 29 條》「金瓶掣籤」的原文和中共〈白皮書〉有關掣籤的原文末兩句，很明顯：《章程 29 條》根本沒有提到任何關於中共〈白皮書〉所說的「靈童的剃髮、取法名…」和「達賴喇嘛、…坐床和親政典禮」等程式。尤其「每逢一代達賴喇嘛、…的轉世靈童覓到時，即…由…掣籤確定」一句與清廷記錄不符：清代在發佈‘章程’後有過 5 次認定新達賴，其中只有三次（據清廷說法）或兩次（據藏方說法）有掣籤。〈白皮書〉說「清政府掌握確定…達賴喇嘛…轉世靈童的大權」是誤導讀者：清帝國無權參與找尋參選靈童；清廷只能無償贈送西藏一個金瓶，讓它被使用作掣籤工具。而「由駐藏大臣會集有關大活佛，掣籤確定」這一句也是誤導讀者以為：至少在‘掣籤’這一

小環節裡，駐藏大臣是主導者吧？可是，即便根據中共拿出來的《章程 29 條》，其在《章程 29 條》原文實際是：「由各呼圖克圖暨駐藏大臣…共同掣籤認定」；亦即清廷也未敢要求駐藏大臣作為主導者。在權威性和真實性無可置疑的《欽定理藩部則例》〈西藏通制〉裡，根本就沒有收入關於掣籤的條例。

劉漢城總結：即便撇開不談清廷原始公文對‘掣籤’的眾多矛盾無稽記述，根據清廷自己的公文，清帝國對認定新達賴的掣籤參與只是在 1822 年至 1858 年的 36 年期間最多執行過 3 次。自 1858 年至今 160 年來藏人都沒再用掣籤選新達賴。中國政府遠在 160 年前前的 36 年間有參與掣籤，而英帝殖民地政府近在 21 年前前的 152 年間持續實質建設香港；如果今天中共有權要求掣籤和參與，那是否英國和日本只要夠軍力就可以合理‘收回’香港/臺灣呢？而即便中共在停頓 160 年之後應被容許重拾清帝國失去的‘權力’，這權力也只是邀請‘達賴集團’用北京政權贈送的金瓶掣籤。

### 注：

本文導讀劉漢城著《西藏自古以來就不是中國的一部分》第 4 章第 10 節第四部分：金瓶掣籤選達賴。雪域出版社。

# 西藏要聞

## 諾獎得主指中國「霸凌科學界」 駐美使館：無理指責

8月1日德國之聲中文網報導：超過百名諾貝爾獎得主本週三（7月28日）在網上發表連署聲明稱，中國曾試圖阻擋西藏精神領袖達賴喇嘛及臺灣中研院前院長李遠哲在4月26至28日舉行的諾貝爾獎峰會期間發表演說。

## 民族同化戰火燒向西藏學前兒童幼稚園

8月5日西藏之聲報導：中共當局近日宣佈於今年秋季學期起，實施「學前兒童普通話教育‘童語同音’計畫」，要求包括西藏全境在內的「民族地區」幼稚園，全部使用國家通用語言文字開展保教活動，一律受「普通話」教育。

## 駐臺灣辦事處代表探訪臺灣前總統陳水扁

8月10日，藏人行政中央駐臺灣辦事處代表巴瓦·格桑堅參和秘書長索朗多吉、雪域出版社總經理賴育寧女士，由立法委員郭國文的陪同下前往台南拜訪了前總統陳水扁先生。

## 美國駐印度大使會見藏人官方代表關注西藏宗教自由

8月11日，美國國務卿布林肯訪印時會見藏人代表引中共抗議後，今年7月新就任的美國駐印度大使阿圖爾·凱夏普在新德里會見了藏人行政中央駐地代表。美國大使隨後在推特上發佈兩人的合照，並表達了美國對西藏宗教自由以及保護西藏文化方面的支持立場。

## 藏台連線《吃佛》讀書會： 望更多中國人瞭解西藏問題真相

8月13日，西藏與臺灣人權連線在臺北為《吃佛》中文譯本舉辦讀書會，邀請藏人行政中央駐台辦事處與麥田出版社代表等，分享評論這本由知名美國女記者三度潛入阿壩、採訪大量藏人後所撰寫的書籍內容，包括阿壩之所以成為境內自焚抗議浪潮核心地區的原因背景。

## 錫金政府稱新德里當局態度轉變噶瑪巴或將返回印度

8月16日西藏之聲報導：流亡印度多年的第十七世噶瑪巴鄔金欽列多傑於2017年赴美後便一直留在當地，坊間流傳出「噶瑪巴將不會返回印度」、「計畫前往中國」、「被新德里禁止入境」等等各種混亂訊息。而後噶瑪巴親自回應指出，他雖已為方便出訪而辦理多明尼克國護照，但無意滯留美國，並已申請前往印度。噶瑪巴離開印度四年之際，錫金邦首席部長近日在會見總理莫迪後宣佈，中央政府對噶瑪巴入境的態度產生巨大轉變，

噶瑪巴有望返回印度，訪問錫金。

## 藏人行政中央噶夏重組藏中和談籌備小組

8月13日，噶夏發布行政命令，自1998年設立的主要負責藏中對話相關事務的「藏中和談籌備小組」正式解散，另立新的「策略規劃小組」來代替。而新設立的「策略規劃小組」就有關西藏議題的相關資訊進行分析整理後，向司政邊巴次仁進行彙報，並制定和規劃有關藏中和談的行動計畫。

## 司政邊巴次仁將對拉達克藏人社區進行訪問

藏人行政中央司政邊巴次仁，將於8月20日至29日對拉達克首府列城的索南林藏人定居點和羌塘地區的八個藏人游牧地區展開訪問，以及對拉達克的藏人學校和佛教寺院進行參訪，與拉達克藏人社區和其他非政府組織的代表舉行會議，並向當地藏人社區民眾發表講話。

## 慶祝第六十一個西藏民主節

9月2日，在世界各國的流亡藏人民眾迎來第六十一屆西藏民主節之際，藏人行政中央也在印北達蘭薩拉的崗欽吉雄司政會議廳舉辦了西藏民主節第61周年官方慶祝活動。藏人行政中央司政邊巴次仁在慶祝活動上發表噶夏的講話。同日臺灣國會西藏連線與藏人行政中央駐臺灣辦事處在臺灣立法院聯合舉辦了一場以「鎖住西藏人民的枷鎖——《十七條協議》中共侵佔西藏血淚70年」為主題的新書發佈會。臺灣國會西藏連線成員林昶佐委員、洪申翰委員、劉世芳委員、範雲委員以及駐台代表格桑堅參和秘書長索朗多吉在新書發佈會上揭露西藏被中共詐騙的悲劇，警示守護台灣民主和言論自由的重要性。

## 司政希望任命和談代表恢復與北京對話

9月6日，藏人性政中央新當選的司政邊巴次仁在就職100天之際，再次表達與北京當局恢復對話的意願。司政目前的任務就是防疫和推動藏中和談，司政指出一旦中方表達出和談的意願，那麼藏人行政中央在與達賴喇嘛辦公室研究討論後，將任命新的和談代表與中方接觸。

## 臺灣創作者董靜蓉展出西藏人權捍衛者肖像

9月26日，由臺灣自由圖博學聯與西藏臺灣人權連線共同主辦的「傳遞圖博人權聖火——西藏人權捍衛者肖像展」在臺北左轉有書展出十六幅西藏人權捍衛者肖像畫，並邀請藏人行政中央駐台代表格桑堅參、成來嘉措格西、臺灣國會西藏連線成員范

雲委員及臺北市議會西藏連線副召集人吳沛憶議員為開幕式致詞。

## 聯合國成員國在人權理事會第 48 屆會議上呼籲中國尊重西藏的人權

適逢聯合國第 48 屆人權理事會會議進行之際，來自丹麥、德國、荷蘭、瑞典、瑞士、美國和 26 個歐盟成員國對中國侵犯西藏人權對行為表達了關切，並呼籲中國尊重西藏、新疆和香港等少數族群的人權。

## 藏人行政中央發佈新書，批駁中共西藏白皮書

9 月 30 日，中共建國 72 周年前夕，藏人行政中央外交與新聞部推出新書，批駁中共發佈的《西藏和平解放與繁榮發展》白皮書。流亡藏人官員表示，希望這本批駁中共說辭的書本，有助於世人免遭中共欺騙。司政邊巴次仁作為主席嘉賓出席了新書發佈會，並進行揭幕。司政隨後概述這本批駁書的內容。

## 達賴喇嘛尊者將為臺灣請法信眾講授佛法

應臺灣佛教信眾的祈請，西藏精神領袖達賴喇嘛尊者將於 10 月 9 日至 10 為期兩天在印北達蘭薩拉的寢宮透過網路視訊，向臺灣及全球華人信眾講授宗大師所著的《緣起贊》，並在課後問答信眾提問。

## 第十七屆西藏人民議會選舉產生新的正副議長

10 月 8 日，第十七屆西藏人民議會全體當選議員根據《流亡藏人憲章》之規定，在議會秘書處進行宣誓就職後，隨即於下午在藏人行政中央選事務署的監督下投票選舉正副議長。在 45 名議員經投票選舉產生新的議長，其中議員堪布索朗丹培以 23 票勝出，而另外一位競選者卓瑪次仁則獲得 22 票。

## 達賴喇嘛尊者祝賀 2021 年諾貝爾和平獎獲得者

10 月 8 日，總部位於挪威的諾貝爾委員會將 2021 年度諾貝爾和平獎頒發給來自菲律賓和俄羅斯的兩名調查記者，表彰他們在堅持言論自由方面所作出的貢獻。同為諾貝爾和平獎得主的西藏精神領袖達賴喇嘛尊者，在得知瑪麗亞·雷沙和米特裡·穆拉托夫獲得諾貝爾和平獎後，隨即於 10 月 9 日發表聲明祝賀他們榮獲諾貝爾和平獎。

## 達賴喇嘛尊者在「論壇 2000」25 周年大會上發表視頻講話

西藏精神領袖達賴喇嘛尊者於近日在印度北部達蘭薩拉的寢宮，通過錄製視頻對 10 月 10 日至 12 日在捷克共和國首都布拉格舉行的「論壇 2000」25 年大會上發表講話。呼籲與會各界發揚已故捷克總統哈威爾的精神。

## 達賴喇嘛與受戰火摧殘地區青年領袖對話：世界和平從個人做起

10 月 14 日，西藏精神領袖達賴喇嘛尊者經美國和平研究所（USIP）的安排，與來自遭受戰火摧殘地區青年領袖進行線上對話。尊者圍繞建立和諧社會、平衡生存等主題向與會的學生給與開示，尊者指明「慈悲心」理念應被納入現有的教育體系，來建立充滿慈悲的社會，從而形成一個平等和民主的世界。

## 達賴喇嘛致詞世界宗教議會：致力宗教和諧推動和平

第八屆世界宗教議會於 10 月 16 日召開為期三天的第八屆會議。達賴喇嘛尊者通過視訊致詞讚揚世界宗教議會致力於宗教和諧推動世界和平，尊者並敦促該團體未來也能繼續舉辦以宗教和諧為主的活動。

## 西藏僧人為臺灣高雄火災慘案罹難者祈福

10 月 19 日，在臺灣高雄鹽埕區城中城大樓於 10 月 14 日凌晨發生火災事故，釀成 46 人死亡、41 人受傷的慘劇後，臺灣國際藏傳佛教研究會集結北中南 60 多位藏傳佛教各教派的僧人，在城中城大火罹難者頭七日在高雄市舉行了祈福和超度法會。

## NBA 運動員坎特：我不能對西藏議題視而不見

10 月 20 日，美國國家籃球協會（NBA）波士頓凱爾特人隊球員埃內斯·坎特在個人的推特發生譴責中共對西藏的鎮壓行為，聲援西藏境內人權狀況和支持西藏自由。他在錄製的視頻中表示：「我想對中共說西藏自由，藏人對西藏擁有主權。我想利用自己的聲音讓更多人瞭解中共暴政下的西藏人權——他們不被允許自由學習其語言文化；不被允許自由走動；不被允許自由接收訊息，更不被允許自由舉行宗教儀式。」

## 2021 尋找共同點國際研討會在臺北召開

10 月 23 日，由藏人行政中央駐臺灣辦事處指導、臺北市在台西藏人福利協會主辦、永久和平發展協會協辦、臺灣民主基金會贊助的「中美新格局下西藏、新疆、蒙古、香港、臺灣的變局 2021 尋找共同點國際研討會」假集思台大會議中心洛克廳舉行。邀請了民運人士、藏人、蒙古人、維吾爾人、臺灣人、香港人及專家學者共同參與。

## 司政邊巴次仁出席在羅馬舉行的對華政策跨國議會聯盟會議

藏人行政中央司政邊巴次仁前往義大利參加於 10 月 29 日在羅馬舉行的對華政策跨國議會聯盟會議（IPAC）。隨後訪問義大利的博爾紜諾和米蘭並前往瑞士日內瓦、伯恩，蘇黎世等地訪問。



ཐའེ་མཁོ་བོད་ཀྱི་སྐྱེ་ཁོན་ལོ་གཅིང་ལས་ཁུངས།  
達賴喇嘛西藏宗教基金會

1997年3月，達賴喇嘛尊者首度訪台弘法之後，臺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，尊者決定在臺灣設立「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——藏傳佛教介紹給臺灣廣大民眾，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，架起臺灣與西藏流亡社會的溝通橋樑，於此由衷感謝臺灣民眾對僧俗流亡藏人的關切與協助。

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，歡迎結緣及贊助：

- ◎ 達賴喇嘛文集：《四聖諦》、《迎向和平》、《清淨世界》、《凝視未來專注現在》、《世界多元之美》、《慈悲心與全球的責任感》、《達賴喇嘛講法界讚》、《達賴喇嘛介紹密咒金剛乘》。
- ◎ 《入菩薩行論》
- ◎ DVD：《流亡中求生存的民族》、《流亡中的慈悲》、《慈悲心菩薩行》、《慈悲與智慧之旅》、《西藏與西藏佛法》、《凝視未來 專注現在》。
- ◎ 《西藏的天空》雜誌。
- ◎ 《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。



【歡迎贊助，以永續弘法】

98-04-43-04										郵政劃撥儲金存款單																											
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	
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																																	
		寄款人		<input type="checkbox"/> 他人存款 <input type="checkbox"/> 本戶存款																																	
		姓名		主管：																																	
		地址		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>																																	
		電話		經辦局收款戳																																	
				<p style="text-align: center;">虛線內備供機器印錄用請勿填寫</p>																																	

◎ 寄款人請注意背面說明  
◎ 本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳號戶名

存款金額

電腦記錄

經辦局收款戳

# 支持西藏 最好的方法!



## 《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。

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

### 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>

### 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。



拜訪台日關係協會邱義仁會長



拜訪總統府發言人 Kolas



拜訪林昶佐立委



拜訪劉世芳立委



拜訪文化部李永得部長



以誠心待人的方式去保護西藏的文化，這是一個方式，另外一個方式是：像是情緒、內心的和平、愛他主義等，當我們推動這些價值觀，當我們跟他人分享如何建立內在的和平的時候，你需要這方面的知識、材料和資源，這時候，西藏的文化就能夠提起這方面的資源支持。西藏文化的精隨，其實並非從情緒的一個資訊當中可以獨立出來，並不是這回事，當我們想要去涉獵有關情緒這方面的議題的時候，自然而然已經觸動到西藏文化的精隨。所以我覺得，我更在乎的是我們如何維護慈悲的價值；而不是說，我要如何如何維護西藏文化。



ཐའེ་ཕམ་བོད་ཀྱི་སྐྱ་ཚབ་དོན་གཙོ་བོ་ལས་ཁུངས།  
達賴喇嘛西藏宗教基金會

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](mailto:webmaster@tibet.org.tw)