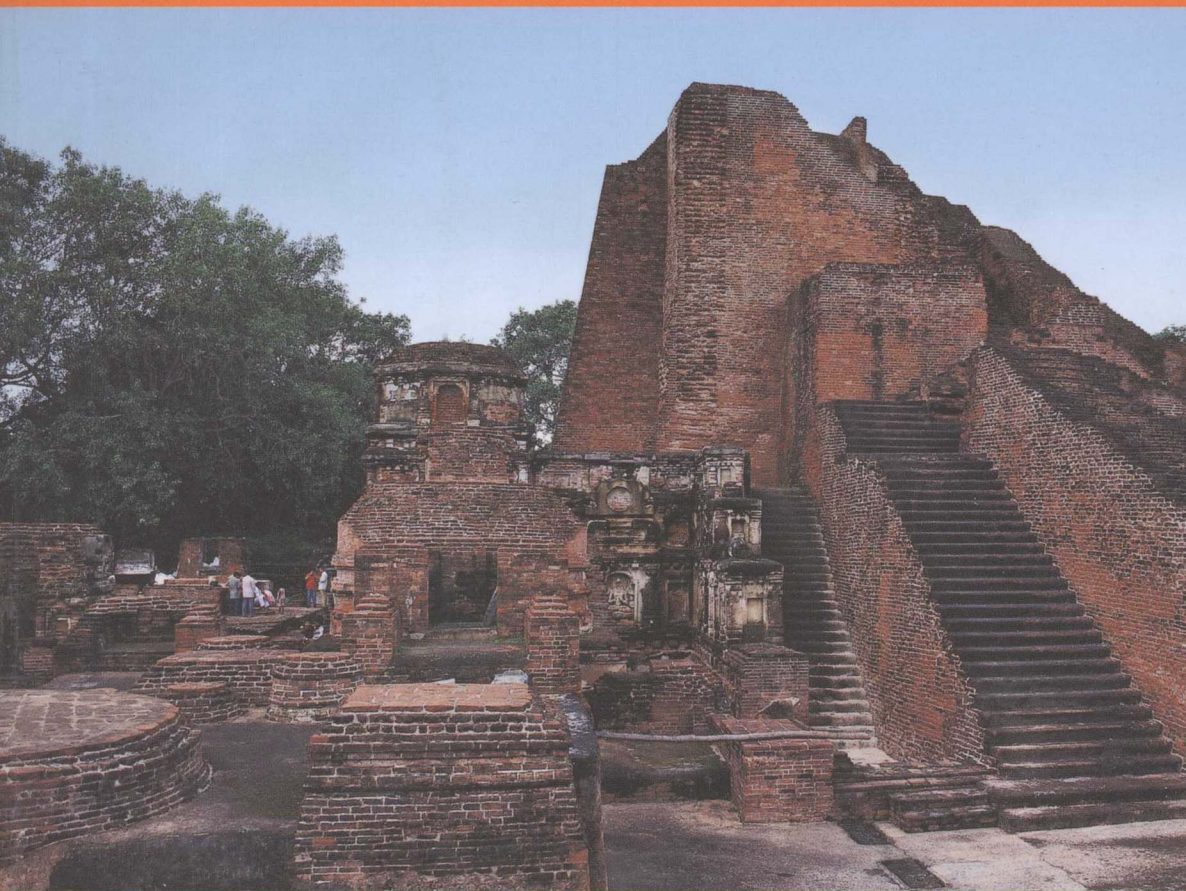


印度朝圣之旅·

恒河十二圣地

(中国台湾) 陈师兰 林许文二 / 著



YINDU MICHENG

一生至少朝圣1次

“我”究竟从何而来？又将往何处去？
如是“生灭”的意义又在哪呢？

完整
珍藏版



海南出版社
HAINAN PUBLISHING HOUSE

印度朝圣之旅·恒河十二圣地

(中国台湾) 陈师兰 林许文二 / 著



海南出版社
HAINAN PUBLISHING HOUSE

本书经由台湾柿子文化事业有限公司正式授权，同意经由海南出版社出版中文简体字版本。
非经书面同意，不得以任何形式任意重制、转载。

版权所有 不得翻印

版权合同登记号：图字：30-2011-031 号

图书在版编目（CIP）数据

印度朝圣之旅·恒河十二圣地 / 陈师兰，林许文二著.

—海口：海南出版社，2012.3

ISBN 978-7-5443-4130-1

I. ①印… II. ①陈…②林… III. ①旅游指南—印度

IV. ①K935.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2011）第 257134 号

印度朝圣之旅·恒河十二圣地

作 者：[中国台湾] 陈师兰 林许文二

责任编辑：黄宪萍

特约编辑：刘 铮 王 琳 张 奇

装帧设计：第三工作室·嵇倩女

责任印制：杨 程

印刷装订：北京冶金大业印刷有限公司

读者服务：杨秀美

海南出版社 出版发行

地址：海口市金盘开发区建设三横路 2 号

邮编：570216

电话：0898-66812776

E-mail: hnbook@263.net

经销：全国新华书店经销

出版日期：2012 年 3 月第 1 版 2012 年 3 月第 1 次印刷

开 本：787mm×1092mm 1/16

印 张：18.75

字 数：232 千

书 号：ISBN 978-7-5443-4130-1

定 价：60.00 元

本社常年法律顾问：中国版权保护中心法律部

【版权所有 请勿翻印、转载，违者必究】

如有缺页、破损、倒装等印装质量问题，请寄回本社更换

好评推荐

印度，是佛陀的祖国，从这部书可以认识佛陀的圣德和慈悲。

—— 国际佛光会世界总会总会长 星云大师

印度，虚空中的文明古国，梦幻的国度充满着神秘色彩，你了解印度的教育、文化、饮食与民俗风情吗？想知道印度圣地的过去与现况吗？想认识觉悟的圣者——佛陀的一生吗？千年的印度古国等你来一窥它的风貌。

《印度朝圣之旅·恒河十二圣地》是探索印度的工具书，是前往印度旅行者必备的参考书。俗语云“饭可以少吃、话可以少说”，这本书不能少看，因为书里有让人意想不到的丰富内容，或许你想要的答案就在其中。

—— 佛光山宗长 心培和尚

如何才能拉近两千五百年时空距离，使我们得以重新聆听并体验古圣人的教诲——佛陀说“苦”及“苦的解脱”？在此我推荐林许文二和陈师兰精心合著的《印度朝圣之旅·恒河十二圣地》，相信它将成为你进行一次心灵之旅的最佳向导。

—— 名作家、画家、美学家 奚淞

听到《印度朝圣之旅·恒河十二圣地》即将发行全新版本，而且还增补了犍赏弥和僧迦施两个重要圣地信息，我感到非常高兴。

印度，是佛陀生长、探寻充满难解疑惑的生命答案、达到无上正觉、建立僧伽团体、弘化那引领全世界人们心灵道路的教法，以及最后涅槃入灭的土地。因此，印度从两千多年以前，就一直是佛弟子们朝礼参访的神圣大地。其中，菩提迦耶、鹿野苑和拘尸那罗是所有朝圣旅人们必访之地，因为那是佛陀正觉、初转

法轮和大般涅槃之处。而印度重要的佛法修学中心那烂陀，在过去数百年间，曾经吸引着世界各地的学者前来求学，如今则被重建为一座国际大学。憍赏弥，因佛陀曾履足而神圣，是一座古老的城市，有着重要的历史和心灵意义。僧迦施据信是佛陀到天上为母亲说法后，下降回到人间之地。

《印度朝圣之旅·恒河十二圣地》的作者林许文二与陈师兰，另外还著有《印度朝圣之旅·瓦拉那西迷城》以及《印度朝圣之旅·桑奇佛塔》，是真正的印度圣地专家。他们为朝圣者和旅行者创作了一部充满美丽图片、丰富信息和实用秘诀的好书，对所有到印度圣地旅行的人们，这都是一本极具价值的旅游指南。

印度和台湾地区有着同样的佛教心灵传统，而到印度旅行也愈来愈方便：许多班机从台北直飞德里和孟买，还有其他一些航班选择，可经由转机到达更多印度城市。双方的个人接触（P2P）在近几年来急速上升，印度有广阔幅员、多元文化和悠久历史，印度有太多的事物等着与旅人们分享。

我祝福这本书顺利出版，并且引领旅人们来到印度圣地，追寻佛陀的足迹！

—— 印度—台北协会会长

作者序

造访佛陀净土

印度！

一个笼罩在迷雾中的地名，一片古老神秘的黄土大陆。

在人类初始之际，她已迈出了文明的步履，但是，直到21世纪的今日，世人依旧拂不去它的神秘面纱，宛如面对一位千年人瑞，明知它曾度过悠远的岁月，却对她了解甚少……

恒河！

流贯数千年的时空、历经无数次的干涸与泛滥。

这通达天堂之门的滔滔大水，冲积出一片沃土平原，不仅养活了无数仰赖它维生的大地之子，也安顿了人们惶惑不安的无知身心。

在这大水之畔，不知孕育了多少心灵的导师，然而，只有这位圣者的教说，穿越了时空的隔碍，两千五百年来，依然慈悲地灌溉着人们心中干渴的灵魂。

他就是无上的觉者——佛陀！

大约一百年前、公元19世纪末，一位法国考古学家与他的工作小组，在荒凉贫穷的北印度，一个地名早已消失的小农村附近，意外地发现了一个砖石土冢，他们在土冢的底层深处，挖掘到五个装有人类遗骨的容器，其中一个滑石制的容器罐上刻着古老的文字，简约地述说着：

“这是释迦族佛陀世尊的舍利容器，乃是有名的释迦族兄弟与其姊妹、其妻子等共同奉祀之处。”

这个看似平淡的古物刻文发现，为当时西方争论已久的议题——佛陀是否真有其人，还是他只是存在于神话传说中的杜撰人物，确立了一个肯定的答案！

佛陀是“人”，有着真实生命的“人”！

他和所有的平凡人一样，在这片古老大陆上，度过了必然的生、老、病、死，留下了生命的足迹。因此，长久以来，只要是佛弟子，就会有一个一生的渴

望：于此生中，至少一次，亲自前往印度，循着古老的史迹，一步一个脚印地朝礼这片佛陀生长、正觉、弘化乃至入灭的土地。

而热爱旅游探险的人，也总会有一个按捺不住的向往：期望能亲身探索这拥有数千年历史的神秘古国，一窥她深不可测的文化图层，与纯化升华的性灵世界。

然而，长久以来由于对印度的信息严重匮乏，加上以讹传讹的种种误解，使得有心的旅行者只能借着参加偶尔举办的朝圣团来圆梦，而对于不想受限于旅游团的佛弟子与旅人而言，这份渴望竟成为一个不可能的任务。

于是，我们以亲身的经验及一颗诚挚的心，撰写了这本《印度朝圣之旅》！

为了让人们能亲切而深入地了解佛陀这位人间圣者，我们透过佛陀在两千五百多年前曾经亲履而使之意义非凡的土地，依循着朝圣旅程的路线，逐一探访湮没在时光洪流中的千年古迹，借着这些珍贵的世界级建筑遗产，并配合朴实却深邃的经典文学，全面性地介绍圣地史物的每一个面相。

我们想要以“人”的角度，平实地诉说这位生活实践家从出生到入灭的生命事迹，期使世人能了解，佛陀之所以伟大，不是因为他有多么的神通幻化，而是因为他觉明地看清世间万法的真实，真正放下生命中的占有和贪求，坚毅无私地走完智慧的一生！

只是，由于印度的民族性本来就不重视历史记述，许多史迹景点的考据都乏人研究且众说纷纭，许多所谓的历史，甚至是以神话传说为基础。因此，我们决定依着英国考古学家以西方治学态度所留下的珍贵史料为基础，尽量选择研究学者的实地调查报告或史实确有记载的部分，来做经得起考证的客观介绍，以期读者们不论是实地走访或是书中卧游，都能如置身圣境亲识圣者，在心灵上有丰足的收获。

谨以此书祝福每一个人，都能有一趟美好的生命旅程。

目录

Contents

好评推荐 / 1

作者序 造访佛陀净土 / 3

序曲 / 7

佛陀主要游化区域地图 / 10

圣地之一 蓝毗尼Lumbini —— 佛陀诞生 / 13

圣地转运站 —— 哥拉浦 Gorakhpur / 29

圣地之二 迦毗罗卫 Kapilavastu —— 大出离 / 31

圣地之三 菩提迦耶 Bodhgaya —— 成等正觉 / 43

圣地转运站 —— 迦耶 Gaya / 70

圣地之四 鹿野苑Sarnath —— 初转法轮 / 73

圣地之五 王舍城Rajgir —— 弘法之域 / 95

圣地之六 那烂陀Nalanda —— 佛学大城 / 133

圣地之七 舍卫城Sravasti —— 祇园之声 / 147

圣地之八 憍赏弥Kausambi —— 法尽之地 / 171

圣地转运站 —— 阿勒哈巴 Allahabad / 183

- 圣地之九 僧迦施Sankisa —— 天上人间 / 185
- 圣地之十 巴特那Patna —— 孔雀之心 / 195
- 圣地十一 吠舍离Vaishali —— 生命之旅 / 209
- 圣地十二 拘尸那罗 Kushinagar —— 大般涅槃 / 233

朝圣大门1 加尔各答 Kolkata / 252

朝圣大门2 德里 Delhi / 263

古国自由行 前进印度 / 272

餐饮 Food / 275

旅馆 Accommodation / 280

交通 Transport / 282

旅游 Travel in India / 289

行程规划 Plan Your Journey / 294

印度朝圣12大秘诀 / 297

序曲

黎明的第一道阳光
从恒河的水面散放而出
河边已站满了虔敬的人们
慎重地沐浴、祈祷
期待着能以洁净的身心
解开缠绕纠葛的生命谜团

为何美好的事物从不长久
为何悲痛之事一再发生
为何所亲爱的人终将分离
为何多彩的生命无法永恒

“我”
究竟从何而来
又将往何处去
如是“生灭”的意义又在哪呢

只要世间有人存在
这些疑问就不会消失
多少思想家
提出了多少的哲学思辨
但人们依旧浮沉于苦恼之海中
不停地从呛水吐泡的喉间
嘶喊出这些问号

公元前6世纪
漫漫无际的恒河平原上
出现了一位年轻的行者
他曾享受过最浮华尊崇的生活
也曾极尽所能地残虐自己的身心
体验那无可忍受的极致苦痛
最后
在身心平稳的专精思维中
他终于找到问题的源头
超越了亘古的迷惑
净住于苦尽宁悦的身心之中

这位不再执著生命的智慧觉者
踏遍了恒河流域的每个角落
在余生的每一个当下
都认真地将自己所体悟到的事实
平等地分享于眼前的每一个人
直到寂灭的
最后一刻

虽然并非每一位与他交会的人
都能看见那真实
虽然许多的人们依然宁愿
继续在烦恼中浮沉
但他终究为世间
指出了一条明确的道路
只要愿意踏上那道路
就有机会和他一样
得到清凉自在的解脱身心

无常的世间、无惑的生命
无我的分享、无愿的教化
构建出无可取代的
人间至圣导师
佛陀

喜瑪拉雅山

KAPILAVASTU

迦毗羅衛

尼格利瓦 (可能為迦毗羅)

■ NIGLIHWA

舍衛城 ■
SRAVASTI

■ 藍毗尼園 LUMBI

釋迦族

■ 畢波羅瓦 (可能為迦)
PIPAHWA

RAPTI SAKYA

KOSALA

憍薩羅國

拘尸那

KUSHI
(現名 KUSHIN)

GOMATI

SAL

KASI

迦尸國

憍賞彌
KAUSAMBI



YAMUNA

鹿野苑

SARNATH ■

KASI 迦尸 ■

(現名 VARANASI 瓦拉那西)

GANGA

VATSA

拔沙國

N



NOT TO SCALE

佛陀主要遊化區域

(行遺址)

MALLA

末羅國

羅
RA
(拘尸那羅)

GANDAK 干達河

波婆
pava

AGHARA

VAJJI

跋耆國

八個部族組成的聯邦

離車族

LICHAVI

吠舍離
VAISHALI

恆河

GANGA

波吒釐村
PATALIGRAMA
(現名 patna 巴特那)

son 桑河

尼連禪河
現名 PHALGU 柏爾古河
NIRANJANA

王舍城

RAJAGRHA
(現名 RAJGIR)

MAGADHA

摩揭陀國

加耶
GAYA

烏留頻羅村
URUVELA
(現名 BODHGAYA 菩提加耶)

wener 繪製

注：为保证地图原貌，本书中所有地图均未做改动。



传说中摩耶沐浴、释尊净身的圣池与阿育王石柱



蓝毗尼

Lumbini 圣地之一

—佛陀诞生—

摩耶为世间，生下乔达摩；
无明恼苦者，闻法断迷惑！

——大爱道 长老尼偈



巨木参天的菩提树，标示着当时无忧树的地址，树下是摩耶夫人沐浴池，乍现适时经过的母子旅人，不禁让人有千古的传说正在扮演的错觉。