

藏传佛教文化现象丛书

苦行与乐趣

○ 宁世群 / 著

藏传佛教僧侣生活



青海人民出版社

藏传佛教文化现象丛书

苦行与乐趣

藏传佛教僧侣生活

○ 宁世群 / 著



420283

青海人民出版社

藏传佛教文化现象丛书

苦行与乐趣

——藏传佛教僧侣生活

宁世群 著

青海人民出版社出版

(西宁市同仁路10号)

青海省新华书店发行 青海西宁印刷厂印刷

*

开本: 850×1168 毫米 1/32 印张: 7.375 插页: 2 字数: 16.4 万

1998 年 9 月第 1 版 1999 年 9 月第 2 次印刷

印数: 5 151—8 250

ISBN 7-225-01585-0/G·591 定价: 11.90 元

内 容 提 要

在人们的印象中，西藏的寺院总是那么神秘而诱人。梯回廊幽的殿堂，深沉幽暗的僧房，金碧辉煌的佛像，无不充满神秘的诱惑。本书带你步入西藏喇嘛生活的深层，去观看他们今天的新生活，去了解他们的身世经历和精神物质世界，去窥视他们心灵深处的向往和复杂的矛盾，并回眸他们在西藏民间所产生的巨大影响，同时引你在神秘的西藏宗教寺院圣地漫游。你如果向往西藏，如果萌动过认识西藏的宗教神秘，本书会让你得到一种满足，同时你又被新的神秘感所吸引……

出版导言

藏族是一个有着悠久历史和丰富文化的民族。因为历史和地理的缘故，藏族文化长时期没有得到应有的重视和发扬光大。随着文化交流和信息传播的飞速发展，本世纪——尤其是近几十年来，这个雪域民族的传统文化在世界范围内得到大量介绍和研究，正在形成一股新的人文热潮。

以新的形式和角度，较系统、多层次地介绍藏传佛教文化现象的各个方面，取精华以飨读者，使关心藏民族的社会各界朋友对其有一个更深入的了解，从而对青藏高原这一人文新大陆有一理性认知，是我社出版本丛书的主要目的。

我们坚信，人类的精神食谱不会拒绝丰富，凡有益的营养必将增强身心。这一点，藏族文化（包括藏传佛教文化）也不例外。而作为一项文化工程，一项需要付出大量劳动和心血的事业，本丛书的出版只是一支序曲。

青海人民出版社

作者简介

宁世群，1956年12月生于陕西凤翔，毕业于西藏民族学院语文系，现任新华社西藏分社副社长，主任记者。从1979年进藏工作近20年来，先后创作并发表各类文学、新闻作品及学术文章千余篇，达500多万字，出版过《藏边拾翠》、《后藏日喀则》、《藏族文化散论》等书，曾多次在全国和西藏获奖。

目 录

序 章 神秘的西藏喇嘛生活	(1)
第一章 西藏喇嘛的新生活	(7)
一、喇嘛们的一天	(7)
二、寺院生活一瞥	(14)
三、彩电进寺院的风波	(24)
四、喇嘛们的新故事	(32)
五、寺院拾趣	(41)
第二章 西藏喇嘛在民间	(50)
一、民间宗教活动之一斑	(50)
二、喇嘛民间活动窥视	(56)
三、四大教派在民间的影响	(67)
四、藏乡云游僧	(82)
五、转经心态录	(93)
第三章 活佛生活揭秘	(102)
一、活佛转世程序和方式	(104)
二、现世活佛法转世	(108)
三、幼年活佛的生活习俗	(120)
四、密宗大师俄钦佛	(127)
五、高僧活佛的塔葬	(140)
第四章 回眸寺院内外	(149)
一、诱人的宗教节日与神舞	(149)
二、喇嘛的修炼与观想	(155)

三、藏在寺院的隐秘	(165)
四、寺院的改革与管理	(172)
五、以寺养寺面面观	(182)
第五章 小喇嘛的心灵透视	(190)
一、小喇嘛如是话入寺	(190)
二、小喇嘛的日常生活	(200)
三、小喇嘛的心里话	(206)
四、小喇嘛和我	(213)
五、向往美好的明天	(219)
尾 章 喇嘛生活的启示	(224)
后 记	(227)

序 章 神秘的西藏喇嘛生活

在人们的印象中，寺院总是那么神秘而诱人。梯回廊幽的殿堂，深沉幽暗的僧房，金碧辉煌的佛像，无不充满着神秘的诱惑。

在西藏，古老的寺院数不胜数。据记载，从元到清，西藏寺院最多时达5 000余座，僧尼约10万之众。即使在今天，西藏仍有寺庙1 400多座，僧尼30 000多人。

好庞大的一支宗教队伍！

但是，对于这支庞大的队伍，浩如烟海的藏文史书中，竟没有一本是专门描述普通喇嘛生活的。那些载入史册的喇嘛，大都是高僧大德，他们或教化庶民，伟绩丰功；或得道成佛，虚幻缥缈……至于普通喇嘛的生活，史书中的记载寥若晨星。

今天，西藏喇嘛生活，依然诱人，依然鲜为人知，依然充满魅力。

北京某画报社的一位摄影记者，到西藏一个多月，拍摄了许多反映喇嘛生活的照片。回京后，居然出版了一本画册。画册里的所有图片下面，均无文字说明。我想，并非那位摄影记者不想和不愿写图片说明，恐怕与不熟悉西藏喇嘛生活有关吧。

内地的一家电视台，拍摄了一部反映西藏喇嘛生活的纪实片，画面上的宗教活动场面热烈，可惜的是，没有具体的解释词。为掩其拙，播音员插入介绍，画外音以一言概括之为“喇嘛们在举行宗教活动”。举行什么宗教活动？意义何在？拍者不知，观者不知。姑且拍之，姑且播之，姑且看之。

出人意料的是，这样的画册和录相，居然颇受欢迎。画册出版，海内外畅销；录相播出，收视率极高。为什么？凭什么？就因为神秘，就因为诱人！

新华社有一位女记者，从北京来到西藏一座寺庙采访。她问一位喇嘛：

“你能告诉我你每天的生活吗？”

“念经、睡觉、吃饭、做法事。”喇嘛答。

“比如说吃饭，吃什么？”

“酥油、糌粑、大米、面粉、蔬菜，还有牛羊肉……”

“喇嘛也允许吃肉？”

“喇嘛为什么不允许吃肉？”

“内地和尚都不吃肉。”

“西藏喇嘛自古都吃肉。”

“行行通”的记者，对西藏喇嘛吃不吃肉的事都不知道，一般人可想而知。

今人司空见惯的生活，如果用历史的眼光看来则是奇迹。就一般意义而言，文明是永恒的，这是真理。

如果围绕“文明是永恒的”这样一个命题，考察西藏的文明，我看并非是真理。

英国有一位藏学家，写过一本名叫《西藏的文明》的书，

他把“西藏的文明”称之为“古老的文明”。

古老的文明是有历史局限性的。

一天，一位喇嘛站在寺院成伙结群的狗堆里，饲喂它们，偏偏不喂一只屁股溃烂的大黄狗。我不甚明白。问道：

“为什么不喂那只大黄狗？”

“它太恶。”喇嘛答。

我这才细心观察，那只大黄狗屁股后面有一块脏物，是一只病狗。

“那狗患何病？”

“梅毒！”

“狗也患梅毒？”

“是人作的孽。”

再问原由，喇嘛不启口。

后来了解到，狗患梅毒，皆因人祸。原来有患梅毒症的女人，将经纸弃之厕所，馋嘴的狗舔了那纸，结果染上梅毒。

喇嘛的文明，就是不再饲喂那只大黄狗，让它自生自灭。因为战争，生灵涂炭。佛不杀生，是人类文明的进化。然而，不杀生的局限性在于允许那只大黄狗依然传播梅毒。如果杀掉那只大黄狗呢？

这就是古老文明的局限性。

现代文明的社会中也有不文明的东西。号称文明社会的西方国家中，野蛮行为也处处可见。据世界卫生组织统计，丹麦、瑞士、芬兰、瑞典和美国是自杀率最高的国家。美国的酗酒中毒率居世界首位。吸毒、暴力等不文明行为已成为西方国家的社会顽症。

一些西方现代文明社会中的不文明行为，西藏喇嘛却闻所

未闻。喇嘛们甚至不明白计算机犯罪是怎么回事。

由此可见，无论是古老的文明，还是现代文明，都是有局限性的。

那么，文明是原始古老点好呢？还是现代新式点好呢？

我想，文明的前提，是以弃恶扬善，净化人类为宗旨的好。

只要文明，古老和现代的都好。

关键，文明要与时代合拍。

其实，西藏的喇嘛生活，是一种文化。

文化这个词太宽泛。凡是生活，均可划归文化之列。凡是文化，均来自生活。因此，要看一种文化，关键要看其特色。

喇嘛生活有什么文化特色呢？

在一座殿堂里，一位喇嘛用两只脚踩着两块擦布，在殿堂里来回移动。地板被擦布磨得光亮光亮。我问喇嘛：

“为什么不用拖把或吸尘器？”

答曰：“这是习惯。”

“太慢了。”

“但别的工具擦不出这种效果。”

无论你用拖把、笤帚、吸尘器或者别的什么工具，把地板擦干净的本质是一样的，但采用的方式不同；便构成了不同的文化特色。

这种不同形式，便是这种文化的外表。

这种外表，反映了一种观念，一种精神。

小时候，老师给我们讲过这样一个故事：

少年李白，铁棒磨针，足见其功夫之深，恒心之大。记得

我当时大惑不解地问老师：“铁棒磨针，太笨太慢，为什么不用机器制造的针呢？”老师说：“这是锻炼意志和毅力。”我又问老师：“铁棒磨的针和机器制造的针都能绣花，没有必要下这番苦功夫。”老师当堂解释说：“同是绣针，但铁棒磨成的绣针和机器制造出来的绣针，所蕴含的精神，不可同日而语。”最后，老师批评我“钻牛角”。同学们一度还送我个外号“牛角”。

我曾见到一位从青海远道来日喀则朝佛的信徒，他是一步一磕头来到日喀则。朝佛之后，他挨户乞食。当来到我门前时，我毫不吝啬地施舍了他饭和钱，并问他：“磕头朝佛与坐汽车朝佛有什么不同吗？”

那位朝佛者说出一番道理：“磕头朝佛，至虔至诚，是信徒的信仰。坐汽车朝佛，与旅游没什么两样。”

“为什么？”

“朝佛的意义不在于朝佛本身，而是对一个信徒的意志和信念的考验。”

身临其境，耳濡目染，使我领略了西藏喇嘛生活的其深其奥，也认识到自身的无知与浅薄，更对了解西藏喇嘛生活产生了浓厚的兴趣。

这不是危言耸听，只要你潜入喇嘛生活的深层，就不难发现这种生活的新鲜、神秘和诱人，而更多的则是不可思议和难以认同。

对于西藏喇嘛生活，你很难用一个准确的中性词一言以蔽之。说丰富多彩，似乎不是那么回事儿，他们的生活，绝对比不上都市生活；说沉寂枯燥，似乎也不是那么回事儿，与现代

生活形成的反差，足以使你咋舌。

在无法准确概述的情况下，我谨将自己的所见所闻，所采所访，形诸文字，加以具体的描述，敬呈给想了解西藏喇嘛生活的读者和朋友。这对我，对喇嘛，对读者，对朋友，也算是一种缘分。

第一章 西藏喇嘛的新生活

西藏喇嘛生活，无论在其本质上还是形式上，都与旧西藏有天壤之别。即使在西藏和平解放后的四十多年里，其生活发生的变迁，也足足够你说一千道一万。

当然，要写西藏喇嘛的新生活，就不能不涉及新时代。我的立足点和落脚点，都是以今天我所见闻到的喇嘛生活为基础的。

一、喇嘛们的一天

清晨，当东方露出鱼肚白的时候，寺院僧房里的灯光就开始亮了。灯光上的变化是，过去所有寺庙僧房点的全是酥油灯，如今靠近城市的寺庙用上了电灯，而那些蛰居在偏远山沟的寺院依然点酥油灯。

喇嘛们起床的时间，没有严格的统一规定，一般根据各自从事的工作特点，有迟有早。比如为喇嘛早殿准备酥油茶的喇嘛，大约凌晨3时左右起床，开始烧水煮茶，而多数参加早殿诵经的喇嘛，则要到清晨5时左右起床。

起床后，洗脸，打扫僧房，收拾床铺。然后点燃僧房佛龛前的酥油灯，焚香，供圣水，祈祷，默诵经文。

一次，我因夜间在扎什伦布寺采访太晚，寺门已上锁关闭，只好留宿在一位名叫次仁平措的喇嘛僧房过夜。第二天早晨，他做过这一切事后，我才起床。

次仁平措从外面背回一桶水，晃晃悠悠地进入僧房。我提出去看看喇嘛们早殿。次仁平措没有阻拦，说明不违犯教规。

次仁平措是扎什伦布寺的喇嘛医生，早年学藏医，文革中回乡当赤脚医生，又学会了西医，还能说一口流利的汉语，如今是扎寺喇嘛医院的负责人，法人代表。

7时整，扎寺大经堂殿顶，两名喇嘛吹响法号。号音舒缓。吹法号是有讲究的，早殿的号音舒缓，上法苑的号音急促，回僧房的号音间断。

大经堂门外，喇嘛们黑压压齐集讲经场。此时大经堂的门尚未打开。他们便在讲经场的青石地板上，开始行五体投地礼。

随后，喇嘛们按照年龄长幼、入寺时间长短排队进入大经堂，坐在自己的座位上。座位也是按照入寺先后排列，资格老者坐前座，以此类推。

大经堂中心，有一排层次高低不同的座位，高的是活佛座。班禅大师的座位最高、最大、最宽敞，居于整个大经堂的最中心。班禅佛座两边是正副经师座，其次为寺内大活佛的座位，再次是扎仓、康村里的活佛座位。这些佛座分不同等次高低不同，但普遍高于普通喇嘛的座位。

全体喇嘛入座后，关闭大经堂门扇。由领诵师宣布早殿开始，领诵师带头诵经。

喇嘛们一般都参加早殿。一些老弱患病的喇嘛，由徒弟搀

扶参加早殿。确实不能参加早殿者，要征得铁棒喇嘛（负责纪律管理者）同意。否则，要按戒律处置。

声音宏亮的领诵师念完第一句经文之后，参加早殿的所有喇嘛，便齐声诵起经来，那场面实在精彩极了。20分钟后，稍事休息，这时，从大经堂一侧的厨房里，准备早茶的喇嘛把一壶壶煮沸了的酥油茶用带嘴的铁桶背进大经堂，从上座开始，按顺序给每位诵经喇嘛分送。

喇嘛们从各自的怀里掏出自带的酥油茶碗，摆在面前。分送酥油茶的喇嘛挨个给每只碗里倒上滚烫的酥油茶。但是，谁也不先喝，直到领诵师一边念着经文，一边将一碗酥油茶供奉到佛像前之后，喇嘛们才开始喝自己碗里的酥油茶。喇嘛一边诵经，一边喝酥油茶。负责送酥油茶的喇嘛不停给大家添茶。茶过三巡，便开始吃早餐。

寺院规定，参加早殿时，每个喇嘛自带早餐，由寺院统一供应酥油茶。喇嘛们的早餐很简单，一般是糌粑拌酥油茶。他们把糌粑放进酥油茶碗里，用手搅拌，和成团子，捏在手中吃，不用筷子。

早餐之后，继续诵经。又过20分钟，再添茶喝茶，反复三次，程序如前。

早殿足足用两个半小时，到早晨9时30分，早殿宣布结束。

早殿一般先诵般若心经，接着是多罗礼赞，观音的陀罗尼，弥勒的誓愿文，极乐净土誓愿文，文殊菩萨的誓愿文等等。再到后来，每个喇嘛根据自己修习的课程，念诵不同的经文。这种程序有时也有所变动，但大致如此。在喇嘛们诵经的时候，负责管理纪律的铁棒喇嘛，手执一束藏香，来回走动巡