



## 青海三江源及 北疆喀纳斯湖之旅

# 非一般的旅行

这是一部现代版的《西游记》，由一群来自新加坡现代都市的行者重新演绎一次，从青海省的西宁开始，渐渐登高，最终前进到位于海拔4300米高的藏传佛教寺庙，完成了庄严肃穆的认证新加坡阿楚仁波切转世活佛身份的典礼。这是“非一般的旅行”历年来最惊险的一次旅程，是一场“生与死”的大考验，不但考验了旅人的体魄，更加考验了行者多年来修心的成果……。

莲袍（阿楚仁波切）著

# 青海三江源及 北疆喀纳斯湖之旅

## 青海 现代版西游记

西宁 现代版西游记的起点

重游塔尔寺 宗喀巴大师的诞生地

玛多 “这个鬼地方！”

歇武 超越时空的会面

玉树结古镇 地震后的满目疮痍

曲麻莱县 长江源头第一县

隆宝滩 黑颈鹤之乡

文成公主庙 永享藏族的万代香火

晒经石 西游记的传说

二访爷爷 临别的会面

活佛的坐床典礼 牦牛帐篷内的盛宴

## 新疆 完美的句点

乌鲁木齐 不夜城之行

国际大巴扎 新疆之窗

二道桥 更“道地”的巴扎

布尔津夜市 一窥新疆饮食文化

喀纳斯湖 高原上的蓝宝石

贾登峪 贾登的房子

五彩滩 奇特的雅丹地貌

江格尔蒙古敖包 血染归途

魔鬼城 鬼气阴森的传说

达坂城 中国的风力发电世界第一

火焰山 火焰变清凉

葡萄沟 今年葡萄欠收了

瓜果之乡 能商善舞的农家女主人

坎儿井 地底下的秘密

新疆歌舞 完美的句点

ISBN 978-981-07-3730-6



9 789810 737306

青海三江源及  
北疆喀纳斯湖之旅

非一般  
的旅行

莲袍（阿楚仁波切）著



### 封面设计:

曲麻莱县无比温柔的青山绿水，让人有一种置身于世外桃源的感觉。这里是佛菩萨加持的圣地，空气中弥漫着一片祥和和温馨，叫旅人流连忘返.....。

非一般的旅行12—

## 青海三江源及北疆喀纳斯湖之旅

|      |                                              |
|------|----------------------------------------------|
| 作者   | 莲袍（阿楚仁波切）                                    |
| 主编   | 简凤婵、李月婵                                      |
| 美术设计 | 佛眼工作室                                        |
| 出版   | 阿楚出版社                                        |
| 网站   | www.achopublications.sg<br>www.buddhaeye.net |
| 初版   | 2012年11月                                     |
| ISBN | 978-981-07-3730-6                            |

Copyright 2012

版权所有·翻印必究

书本如有破损或装订错误，  
可向总经销免费对换。

新加坡国家图书馆管理局图书在版编目(CIP)数据

莲袍, 1952-

非一般的旅行12: 青海三江源及北疆喀纳斯湖之旅/ 莲袍(阿楚仁波切)著; 主编, 简凤婵, 李月婵. - 新加坡: 阿楚出版社, 2012.

页; 公分. - (非一般的旅行)

ISBN 978-981-07-3730-6

1. Qinghai Sheng (China) — Description and travel. 2. Altay Diqu (China) — Description and travel. I. 简凤婵. II. 李月婵. III. 书名. IV. 丛书名: 非一般的旅行

DS793. T7

915.147 - dc23

OCN810064245

# 目录

## 序 6

## 四川 成都会故友 12

重访成都 故友重逢

宽窄巷子 “最成都！”

## 青海 现代版西游记 20

西宁 现代版西游记的起点

重游塔尔寺 宗喀巴大师的诞生地

玛多 “这个鬼地方！”

歇武 超越时空的会面

玉树结古镇 地震后的满目疮痍

曲麻莱县 长江源头第一县

隆宝滩 黑颈鹤之乡

文成公主庙 永享藏族的万代香火

晒经石 西游记的传说

二访爷爷 临别的会面

活佛的坐床典礼 牦牛帐篷内的盛宴



## 新疆 完美的句点 90

乌鲁木齐 不夜城之行

国际大巴扎 新疆之窗

二道桥 更“道地”的巴扎

布尔津夜市 一窥新疆饮食文化

喀纳斯湖 高原上的蓝宝石

贾登峪 贾登的房子

五彩滩 奇特的雅丹地貌

江格尔蒙古敖包 血染归途

魔鬼城 鬼气阴森的传说

达坂城 中国的风力发电世界第一

火焰山 火焰变清凉

葡萄沟 今年葡萄欠收了

瓜果之乡 能商善舞的农家女主人

坎儿井 地底下的秘密

新疆歌舞 完美的句点

## 旅人的心灵手札 142

感恩

难忘的活佛队伍

旅行即是修行

## 旅游资讯 162

新疆概况

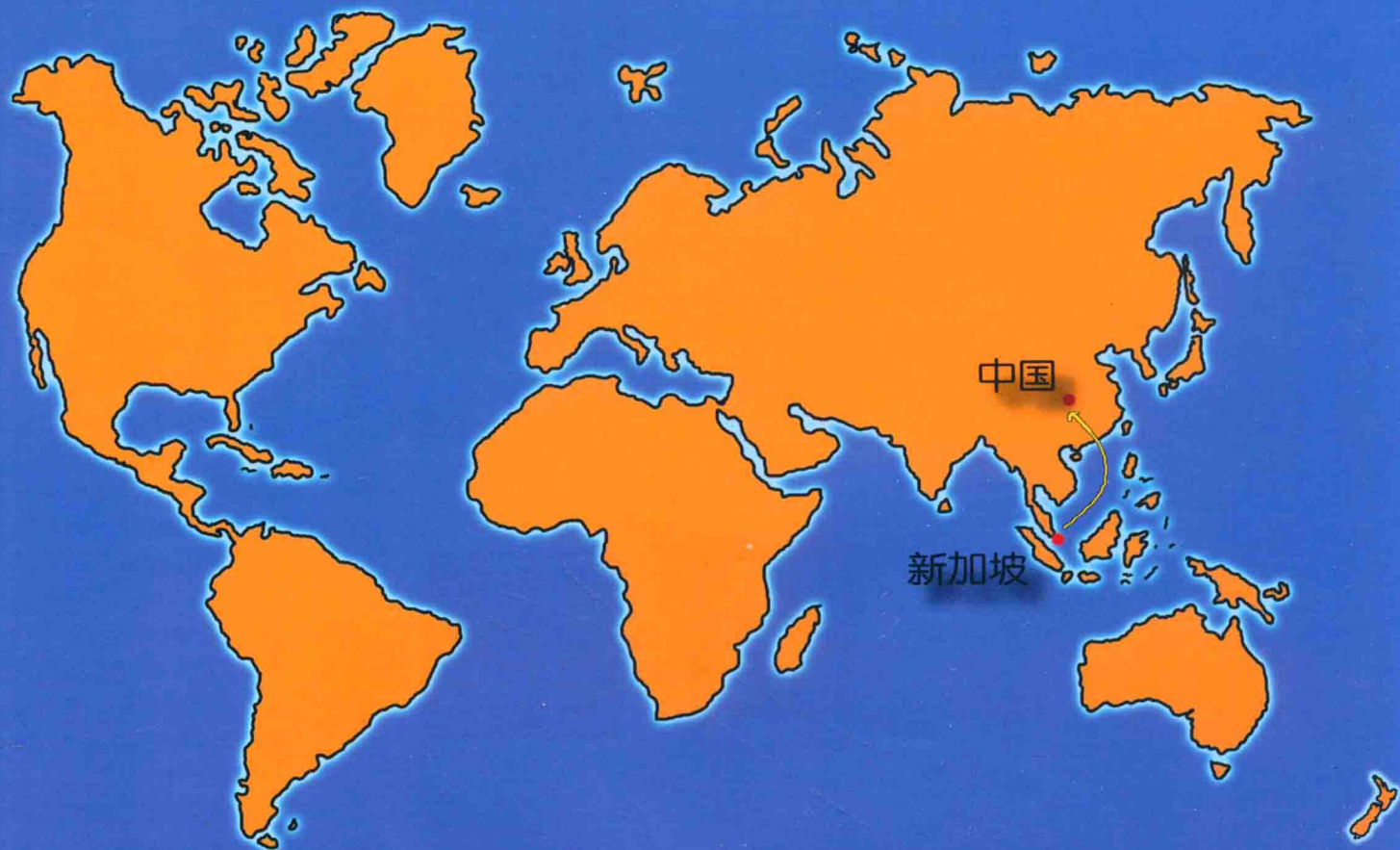
青海概况



非一般  
青海三江源及  
北疆喀纳斯湖之旅  
的旅行

莲袍（阿楚仁波切）著

# 全球定位







我們的足迹

# 目录

## 序 6

## 四川 成都会故友 12

重访成都 故友重逢

宽窄巷子 “最成都！”

## 青海 现代版西游记 20

西宁 现代版西游记的起点

重游塔尔寺 宗喀巴大师的诞生地

玛多 “这个鬼地方！”

歇武 超越时空的会面

玉树结古镇 地震后的满目疮痍

曲麻莱县 长江源头第一县

隆宝滩 黑颈鹤之乡

文成公主庙 永享藏族的万代香火

晒经石 西游记的传说

二访爷爷 临别的会面

活佛的坐床典礼 牦牛帐篷内的盛宴

## 新疆 完美的句点 90

乌鲁木齐 不夜城之行

国际大巴扎 新疆之窗

二道桥 更“道地”的巴扎

布尔津夜市 一窥新疆饮食文化

喀纳斯湖 高原上的蓝宝石

贾登峪 贾登的房子

五彩滩 奇特的雅丹地貌

江格尔蒙古敖包 血染归途

魔鬼城 鬼气阴森的传说

达坂城 中国的风力发电世界第一

火焰山 火焰变清凉

葡萄沟 今年葡萄欠收了

瓜果之乡 能商善舞的农家女主人

坎儿井 地底下的秘密

新疆歌舞 完美的句点

## 旅人的心灵手札 142

感恩

难忘的活佛队伍

旅行即是修行

## 旅游资讯 162

新疆概况

青海概况



青海三江源及北疆喀纳斯湖之旅



# 青海三江源及北疆喀纳斯湖之旅

医生师姐坚持8位进入医院医治的同修不能前往，也同时建议全部同修不要冒生命危险去曲麻莱县，而玉树之医生也强烈地认为我们不适合前往4200米高之曲麻莱县。可是，我们这趟修心之旅真正的目的地就是曲麻莱县的河喇嘛寺祖庙啊！怎么办？怎么办啊？

这一次（2011年7月20日至8月3日）之非一般的旅行，本来是去青海三江源及西藏，可是到6月中旬，中国停止发出西藏之外宾准证，我们马上与中国之小曾讨论，把西藏改去稻城亚丁。可是稻城亚丁也不接待外宾，我们这一群天涯旅人乃改道去北疆喀纳斯湖了。这真是始料不及的，非一般的旅行，又一次不可思议地展开了……。

前半部之三江源曲麻莱县之河喇嘛寺之行，除了高山缺氧外，还是高原反应，接近一半之团员都纷纷进入高原医院紧急急救。

从成都飞往西宁后，我们又再次参访宗喀巴祖师诞生地——塔尔寺。重访塔尔寺后，我们出发朝玉树州前进。由于山路遥远，我们在玛多县住宿一晚（后来才听喇嘛们说即使是藏族同胞，都不敢在玛多住宿）。晚上到了玛多县后，高山氧气稀薄日趋严重，大家都没力气，又没胃口，而旅馆又奇简陋，还是三层楼高，同门都因高原反应而无法走动了。晚上休息后，临睡前，月师姐告诉我，如她断气，就超度她吧！而我却一夜没眠，因为我的心脏在激烈地蹦蹦跳，而另一边月师姐整晚都在呻吟喊叫呢！







沿途许多小学生挥手欢迎，及许多喇嘛挥动雪白的哈达迎接我们。到了祖庙，我被接入庙中之主座，并由尕德仁波切主持之坐床仪式。



# 序

到了歇武县时，就有5位同门明显地患上高原反应了。他们又晕又上吐下泻，加上嘴唇与舌头发紫，我们随团之一西医师姐乃建议马上进医院吸氧急救。在冰师姐的前世曾孙索南喇嘛协助之下，找到了简陋的藏族医护中心，但医生外出，所以索南喇嘛借了数个氧气袋，紧急地让患高山反应之同门吸氧。过后又上路，朝玉树前进。从玛多到玉树结古镇（3700米），大家心情都糟透，原因是整个玉树结古镇已经变成废墟了。去年的玉树大地震，大约80%的建筑物都倒塌了。旅行车驶到了玉树临时医院后，我急忙找厕所，而医院的厕所只用帐篷围起来，大家可想而知这是什么厕所。此刻，大家都很向往天然的草原厕所呢！8位同修紧急进入高压氧舱，我们乃去简陋的木板宾馆入宿。当晚，我们开了3小时之会议，讨论到底要继续前往4200米高的曲麻莱县之河喇嘛寺吗？医生师姐坚持8位进入医院医治的同修不能前往，也同时建议全部同修不要冒生命危险去曲麻莱县，而玉树之医生也强烈地认为我们不适合前往4200米高之曲麻莱县。可是，我们这趟修心之旅真正的目的地就是曲麻莱县的河喇嘛寺祖庙啊！怎么办？怎么办啊？另一位随行的西医，则已因高山症而病恹恹了，她要求马上回家，我们甚至考虑是否可以安排国际急救救援服务派专机接她回家……？

我们似乎像西游记之唐三藏西天取经，因为大考验而放弃去西天取经吗？当时大伙儿之脑海中，就是一句话：“真是的，为何来这种鬼地方！”有些同门

建议留在玉树，但玉树宾馆没房间，不可能接待38位同修二晚；有的建议回玛多县，但玛多比玉树更高；有的建议从玉树乘飞机回西宁，但没有机票；有的建议乘旅行车回西宁，但需要14小时不停地奔驰，而司机师父已经感冒了。怎么办呢？继续前往更高的曲麻莱县吗？我们原定的行程是在那儿住上二晚呢！原定在祖庙行坐床仪式，那儿已有众多喇嘛、前世弟子正在等待我的到来……；还是，死亡在等待大家吗？……？

结果在午夜十二时后，大家在高原反应之下，非常疲困下，直接举手投票是否要冒着生命危险继续勇往前进，因已无退路……。投票结果，只有5位留下在玉树多2天，包括2位来自澳洲的同修。而第二天早上，来自澳洲的鸿师兄在修法入定时，见到我穿喇嘛装出现，告诉他一定要前往祖庙，所以鸿及太太乃欣然决定继续上路。只有3位团员留在玉树。

我们心情沉重地出发了，朝向200公里外之三江源之曲麻莱县前进。一路上都是广大无边的草原及牛羊。没想到一进入曲麻莱县后就觉得风光明媚，而且大家都感到高山缺氧之窒息感消失。当晚住进曲麻莱宾馆，我也一夜安睡至天明。

第二天，我们乘坐了10辆越野车往祖庙前进。约2小时后，见到被群山环绕且前方有流水之河喇嘛寺。沿途许多小学生挥手欢迎，及许多喇嘛挥动雪白的哈达迎接我们。到了祖庙，我被接入庙中之主座，并由尕德仁波切主持之坐床仪

# 序

式。而同修到了祖庙后，都泣不成声，都像唐三藏与众徒弟，终于抵达西天，并成功地取得经典！终于功德圆满，修成正果了！哈哈！

接下来的行程是从玉树飞回西宁，再飞新疆之乌鲁木齐，畅游喀纳斯湖等美景。这下半部的北疆之游，当然又是不可思议的：天气的转变、彩虹的追随，似乎是非一般的旅行必然的过程。在乌鲁木齐的最后一晚，当我们去欣赏民族舞蹈时，天边又静悄悄出现二道彩虹了。

从成都飞回新加坡时，我随口问大家，这一趟去不成西藏与稻城亚丁，下一趟西藏或稻城亚丁之行，可能也会更辛苦与高原反应。大家是否都要跟随？结果，竟然是大家都一致十分愿意跟随；因为这趟之考试，大家都已及格了！当飞机从成都飞回新加坡时，云端下垂直的彩虹及云端里的圆形彩虹，一直陪伴我们这群密宗行者。

回到新加坡后，我很想念在新疆的乌鲁木齐之二道桥大巴扎，一边哼着刀郎的“2002年的第一场雪”，一边吃烤羊串和大口地喝着冰冷的喀瓦斯啊！另外，我又忆起旅行车在草原上飞驰时，青海之女导游小刘，在车上唱着六世达赖喇嘛之情歌时，我忽然进入前世……，眼泪悄悄地流下……。

阿楚 合十

8/8/2011





