

仓央嘉措
情歌全集

曾 斌◎译



目 录

仓央嘉措情歌全集

问佛（仓央嘉措）/001

仓央嘉措情歌全集（曾缄译）/007

六世达赖仓央嘉措略传（曾缄）/075

布达拉官辞（曾缄）/081

金粟轩诗话（南怀瑾）/085

仓央嘉措年谱（仓央嘉措纪念馆）/091

问佛

仓央嘉措





我问佛：为何不给所有女子羞花闭月的容颜？

佛曰：那只是昙花的一现，用来蒙蔽世俗的眼

没有什么美可以抵得过一颗纯净仁爱的心

我把它赐给每一个女子

可有人让它蒙上了灰

我问佛：世间为何有那么多遗憾？

佛曰：这是一个婆娑世界，婆娑即遗憾

没有遗憾，给你再多幸福也不会体会快乐

我问佛：如何让人们的心不再感到孤单？

佛曰：每一颗心生来就是孤单而残缺的

多数带着这种残缺度过一生
只因与能使它圆满的另一半相遇时
不是疏忽错过，就是已失去了拥有它的资格

我问佛：如果遇到了可以爱的人，却又怕不能把握
该怎么办？

佛曰：留人间多少爱，迎浮世千重变
和有情人，做快乐事，别问是劫是缘

我问佛：如何才能如你般睿智？

佛曰：佛是过来人，人是未来佛
佛把世间万物分为十界：佛，菩萨，声闻，缘觉，
天，阿修罗，人，畜生，饿鬼，地狱
天，阿修罗，人，畜生，饿鬼，地狱，为六道众生
六道众生要经历因果轮回，从中体验痛苦



在体验痛苦的过程中，只有参透生命的真谛，才能得到永生，凤凰涅槃

佛曰：人生有八苦：生，老，病，死，爱别离，怨长久，求不得，放不下

佛曰：万法皆生，皆系缘分，偶然的相遇，暮然的回首，注定彼此的一生，只为眼光交汇的刹那

缘起即灭，缘生已空

佛门中说，一个人悟道有三阶段：勘破、放下、自在。一个人必须要放下，才能得到自在

我问佛：为什么总是在我悲伤的时候下雪？

佛说：冬天就要过去，留点记忆

我问佛：为什么每次下雪都是我不在意的夜晚？

佛说：不经意的时候，人们总会错过很多真正的美丽

我问佛：那过几天还下不下雪？

佛说：不要只盯着这个季节，错过了今冬，明年才懂得珍惜

我问佛：世事本无常是什么意思？

佛说：无常便是有常，无知所以无畏

我问佛：为什么我的感情总是起起落落？

佛说：一切自知，一切心知，月有盈缺，潮有涨落，浮浮沉沉方为太平

佛曰：执著如渊，是渐入死亡的沿线



佛曰：执著如尘，是徒劳的无功而返

佛曰：执著如泪，是滴入心中的破碎，破碎而飞散

缘为冰，我将冰拥在怀中

冰化了，我才发现缘没了

我信缘，不信佛

缘信佛，不信我

仓央嘉措情歌全集

曾缄译





其一

心头影事幻重重，
化作佳人绝代容，
恰似东山山上月，
轻轻走出最高峰。

注：此言倩影之来心上，如明月之出东山。

其二

转眼苑枯便不同，
昔日芳草化飞蓬，
饶君老去形骸在，
变似南方竹节弓。

注：藏南、布丹等地产良弓，以竹为之。



其三

意外娉婷忽见知，
结成鸳侣慰相思，
此身似历茫茫海，
一颗骊珠乍得时。

其四

邂逅谁家一女郎，
玉肌兰气郁芳香，
可怜璀璨松精石，
不遇知音在路旁。

注：松石，藏人所佩，亦可避邪，为宝石之一种。