

汪榕◎著

佛在云南

从西双版纳到香格里拉的佛教之旅



摄影 李志雄 许云华 罗宇 程旭斌

策划 西双版纳傣族自治州旅游局 迪庆藏族自治州旅游局 云南旅游信息网络有限公司



中国旅游出版社

责任编辑：赵 宇

封面设计：回归线视觉传达

版式设计：李云峰

责任印制：闫立中

图书在版编目 (CIP) 数据

佛在云南：从西双版纳到香格里拉的佛教之旅/汪榕
著. - 北京：中国旅游出版社，2009.7
ISBN 978 - 7 - 5032 - 3806 - 2

I. 佛… II. 汪… III. 佛教 - 简介 - 云南省 IV.
B947.274

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 111087 号

书 名：佛在云南——从西双版纳到香格里拉的佛教之旅

编 著：汪 榕

出版发行：中国旅游出版社

(北京建国门内大街甲 9 号 邮编：100005)

<http://www.cltip.net.cn> E-mail: cltp@cmta.gov.cn

发行部电话：010 - 85166507 85166517

经 销：全国各地新华书店

印 刷：北京翔利印刷有限公司

版 次：2009 年 7 月第 1 版 2009 年 7 月第 1 次印刷

开 本：720 毫米 × 970 毫米 1/16

印 张：12.25

印 数：1 - 8000 册

字 数：133 千

定 价：38.00 元

I S B N 978 - 7 - 5032 - 3806 - 2

版权所有 翻印必究

如发现质量问题，请直接与发行部联系调换

佛在雲南

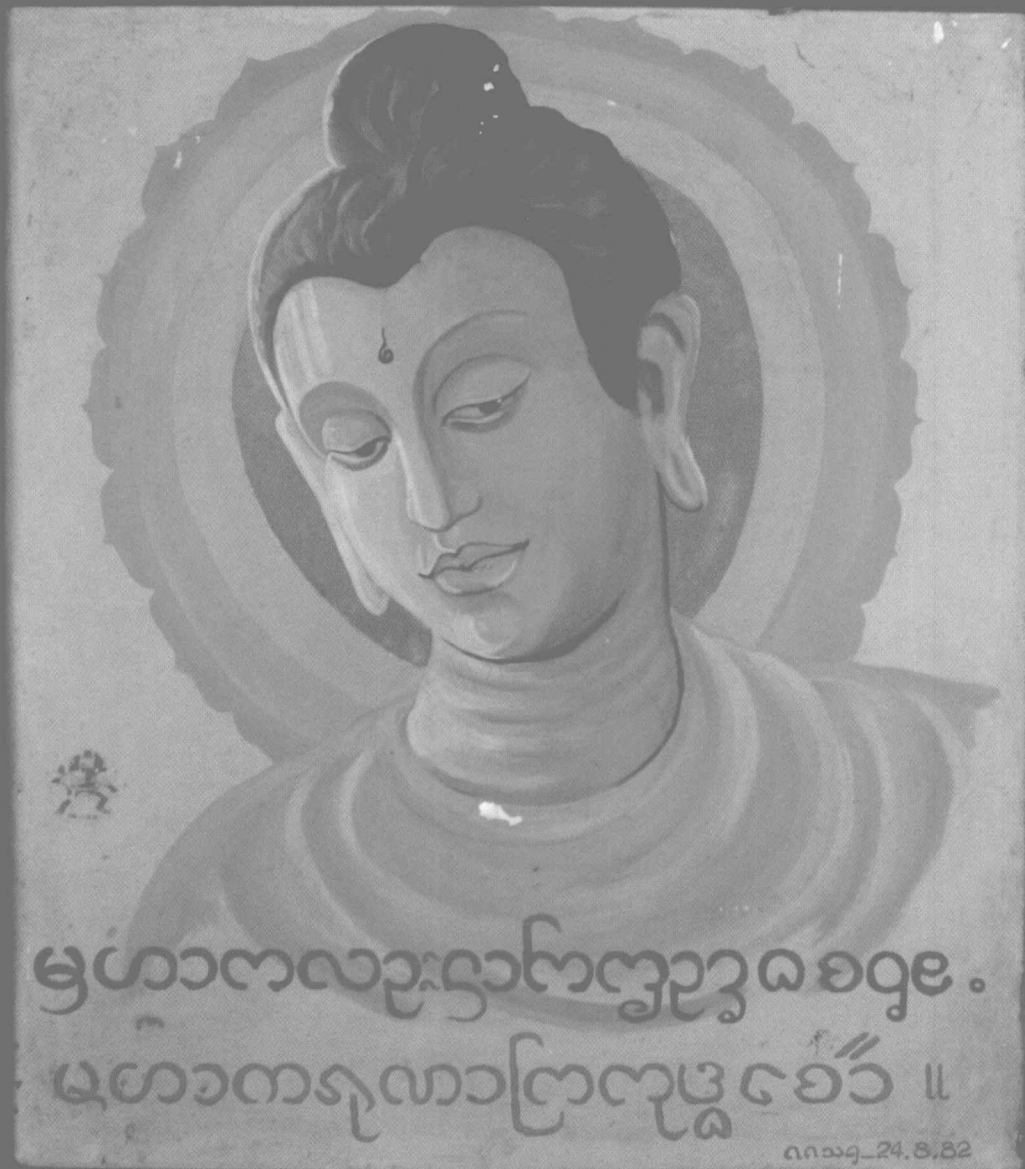
从西双版纳到香格里拉的佛教之旅

摄影 李志雄 许云华 罗宁 段旭骏

策划 西双版纳傣族自治州旅游局 迪庆藏族自治州旅游局 云南旅游信息网络有限公司

汪榕◎著

 中国旅游出版社



မှဟာလာညွှန်ကုဗ္ဗသစ္စာ။
မဟာကရုဏာဗြဟ္မစင်္ချာ ॥

ဂဏ-၂၄.၈.၈၂

目录 CONTENTS

前言 PREFACE

6 佛心云南——从西双版纳到大理，到香格里拉

Trace to the source of Lancang River and upon the river, the brilliantness of Buddhism shining brightly.

溯源而上澜沧江，从热带雨林到雪山草甸，尽是佛光普照。

10 第一章：南传上座部佛教·西双版纳的雾霭金光

CHAPTER ONE | Theravada of Southern Buddhism Mist and Gold Rays of Xishuangbanna

12 从澜沧江到湄公河：“次第乞”与佛教的本初

老挝琅勃拉邦，缅甸茵莱湖畔鸟水镇，西双版纳勐泐大佛寺，宾利瓦拱豪，景洪旅游商品夜市街

佛教的创立，次第乞，上座部，大众部，北传佛教，汉传佛教，藏传佛教，南传佛教，梵语系佛教，巴利语系佛教，大乘佛教，小乘佛教，南传上座部佛教

20 傣族园的曼春满

西双版纳傣族园曼春满佛寺（勐罕春满大佛寺），曼听佛寺塔，西双版纳总佛寺，勐泐大佛寺，曼阁佛寺，勐海县曼短佛寺，景真中心佛寺（景真八角亭），曼宰龙佛寺，普洱千糯佛寺，德宏芒市菩提寺，瑞丽大等喊奘房，喊萨奘房，精舍，伽蓝，寺，庙，瓦，缅寺，奘房，南传上座部佛教佛寺的建筑格局与建筑风格，南传上座部佛教教派

28 曼飞龙说塔

西双版纳曼飞龙佛塔，佛脚印，勐泐文化园“塔庄莫”和“塔庄董”，傣族园曼听佛寺塔中的塔包树，德宏州芒市树包塔，普洱市景谷县勐卧总佛寺的树包塔和塔包树，大理三塔，昆明东寺塔和西寺塔，文笔塔，镇妖塔，印尼婆罗浮屠，柬埔寨吴哥，缅甸蒲甘群塔，舍利子，佛塔，轮回，佛像，覆钵式佛塔，叠置式佛塔，笋塔，阿育王柱，汉传佛教高台楼阁塔，藏传佛教覆钵塔

34 佛与神的地缘和谐

西双版纳热带植物园，澜沧江赛龙舟

佛祖成道树，“达寮”祭祀，五树六花，那伽

40 和尚之路

升和尚仪式，扶庸，帕因（小和尚），帕龙（大和尚），都因（二佛爷），都龙（大佛爷），祜巴（长老），祜巴龙庄勐，康朗，波章

46 简单礼仪

南传佛教地区的基本礼仪：脱鞋，献花，滴水，拴线，燃蜡条，撒米花，给佛像贴金箔

54 在明亮的大殿冥想

南传佛教的冥想，阿罗汉，佛在僧列，“威士众男神”和“大地女神南妥腊妮”

60 墙壁上的本生经

西双版纳勐海县勐遮曼宰龙佛寺，景洪勐泐大佛寺的壁画，曼春满佛寺的漏金水印壁画，老挝琅勃拉邦香通寺的琉璃画，柬埔寨吴哥的浮雕，缅甸蒲甘古塔的四面佛浮雕，缅甸曼德勒山上的玻璃墙柱

68 贝叶经和傣家人的“赧”

贝叶经，献经节（赧坦），傣族人的赧

74 与佛共度的节日

泼水节（傣历新年），开门节，关门节，进洼，出洼，雨安居

80 第二章：滇密和汉传佛教·汇集大理

CHAPTER TWO | Yunnan Esoteric and Chinese Buddhism Gathering in Dali

82 大理——佛教的汇集

大理，苍山洱海，亚洲文化十字路口上的古都，妙香佛国

佛教密宗，汉密（唐密），东密（日密），滇密（阿吒力教，阿闍梨，阿嚏黎，阿咤力），本主崇拜，五百神王

90 绕三灵——大理人的精神家园

绕三灵（绕山林、观上览），接三公主节（接金姑），“佛都”崇圣寺，“神都”，圣源寺，“仙都”龙庆寺，中央本主段宗榜，段赤诚

98 苍洱之间的观音情结

观音点化细奴逻，梵僧，观音长者，观音斗罗刹，罗刹洞，石宝山石窟梵僧像，庆洞村观音阁，观音塘，小普陀，三月街（观音街）

观音，西方三圣，四大菩萨，阿嵯耶观音

106 佛与苍洱五百神王——从南诏风情岛到天龙八部城

南诏风情岛，沙壹，李宓，王乐宽，忽必烈，郑回，柏节夫人，天龙八部影视城

大黑天神，大日如来，北方多闻天王，毗沙门天，佛祖五百世化身，八部众，天龙八部，《法华经》，大鹏金翅鸟

116 皇家道场今安在

大理三塔，崇圣寺，大理国的皇帝高僧，雨铜观音，《南诏图传》（《南诏中兴画卷》），《张胜温画卷》（《大理国梵像卷》）

密宗，灌顶，大乘佛教，六道，四摄，九龙浴太子，转经筒，金刚杵（降魔杵）

124 感通——汉传佛教与中国人的禅

感通寺，清碧溪，莫愁溪，李成眉，无极禅师，担当和尚，感通茶，寂照庵

禅，瑜伽，禅宗，北宗禅，南宗禅，达摩，慧能，神秀，《坛经》，荷泽派，净土宗（莲宗）

132 希望——迦叶尊者的守候

鸡足山，“灵山一会”牌坊，祝圣寺，虚云和尚，慧灯庵，迦叶殿，华首门，金顶寺楞严塔

迦叶守金襴袈裟入定以待弥勒，弥勒佛，正法时代，像法时代，末法时代

140 雕刻传世——大理精神隐秘的家族传承

剑川千狮山(满贤林), 石宝山, 南诏石窟, 阿央白, 剑川木雕
妈妈会, 莲池会, 念佛会, 经母, 阿吒力

146 第三章: 藏传佛教·从丽江深入香格里拉

CHAPTER THREE | Tibetan Buddhism From Lijiang Go deep into Shangri-la

148 华首门的钥匙

丽江文峰寺, 藏匙圣石, 永宁镇者波寺(则波萨迦寺), 扎美戈寺(扎美寺), 香格里拉县云登寺
印度佛教, 大乘佛教, 密宗, 显宗, 藏传佛教, 藏密, 前弘期, 后弘期, 莲花生大师, 阿底峡大师, 宗喀巴大师, 宁玛派(红教), 噶当派, 萨迦派(花教), 噶举派(白教), 格鲁派(黄教), 活佛, 活佛转世, 达赖, 班禅

158 泸沽湖的格姆女神

泸沽湖, 格姆女神山(狮子山), 扎美戈寺(扎美寺)
达巴教, 本教, 寂护(静命)大师, 莲花生大师, 风马旗

164 噶丹·松赞林寺的荣耀与辉煌

噶丹·松赞林寺, 扎仓, 康参
活佛, 堪布, 格西, 格贵, 翁则, 七供养

170 默朗钦波大法会和格都节

独克宗古城, 普达措国家公园, 噶丹·松赞林寺
转经筒, 默朗钦波大法会(传昭大法会), 辩经, 格都节(跳神)

176 噶丹·东竹林寺的壁画与唐卡

奔子栏, 噶丹·东竹林寺
六道轮回图, 藏八宝(八瑞相), 唐卡, 度母, 明王, 欢喜佛

182 转经: 一种信仰的方式

白马雪山垭口, 飞来寺, 梅里雪山, 卡瓦格博, 雨崩
磕长头, 六字真言, 转经, 嘛呢石, 嘛呢堆

190 后记 POSTSCRIPT

前言

佛心·云南

——从西双版纳到大理，到香格里拉
溯源而上澜沧江，从热带雨林到雪山草甸，尽是佛光普照。

Trace to the source of Lancang River and upon the river, the brilliantness of Buddhism shining brightly.





太阳撕破黑暗，东方泛出第一缕白的时候，西双版纳傣族园的咩康听（曼听寨的玉康的妈妈）摘了两朵院子里新开的栀子花，配上几根还沾着露珠的水竹，将家里刚蒸好的糯米饭用芭蕉叶包好，到曼春满寺庙里赎佛去了。咩涛的儿媳从澜沧江边捞青苔回来，又忙着洗菜切肉，他们家是傣族园里为数不多的“傣家乐”旅游接待点，为即将到来的游客准备地道的傣族风味餐饮，是她的主要工作。而家里的孩子们，已经在江边的沙滩上快乐地撒野了。

同一个时间，在大理洱海边的小村庄双廊，杨大妈的儿子从洱海打鱼归来，路过罗荃曲的红山本主庙时，他把两块米糕和几个苹果供在本主像前面的案桌上，感谢本主保佑家里五谷丰登，事事如意。家中的小院里，溢出浓浓的乳香，杨大妈做好的乳扇已经在木杆上挂好，晒了满满一院，在阳光下反射出晶莹剔透的光泽。

这时，藏族小伙子五七喝过阿妈打的酥油茶，系好腰刀，背着半袋青稞面出发了。他在进雨崩的山路上经营着一个小小的歇脚站，为徒步进雨崩看梅里雪山的游客提供短暂的休憩之地。而五七的妈妈，则要搭车跨过澜沧江，到飞来寺去，在那里转经、点酥油灯、堆嘛呢石。

从西双版纳到大理，再到香格里拉，气候从热带到温带到寒温带，民族从傣族到白族到藏族，风光从旖旎到秀丽到壮阔，沿着一条澜沧江，我走过云南最美的地域，也经历了云南最丰富的文化类型。而佛教，作为这条线上最重要的文化核心，所体现出的无限可能性让人叹为观止。

从澜沧江的入海口越南九龙江口眺望西北，在澜沧江被称为湄公河的2880公里，泰国、老挝、柬埔寨、缅甸，一个国家，又一个国家，一直到中国的西双版纳，是南传佛教的主要信仰地区。湄公河两岸有数不清的支流汇入，数不清的民族散居，数不清的山谷中隐现神秘的雾幛。这里万塔林立，耸立着佛教兴盛的不朽传奇，这里的寺庙金碧辉煌，星罗棋布，承载了人们的无尽虔诚。释迦牟尼创教之初的思想在这里流传，依然鲜活。五树六花盛放，明黄僧衣的比丘与粉色僧衣的比丘尼经过，有吉祥水轻洒，有斋僧的民众双手合十，轻轻拜倒。

澜沧江中游的苍洱大理，是曾经的“妙香国”，我看见鸡足山上宝刹庄严，熏香缭绕，白族村民和汉族香客去禅宗古庙上了香，又到华首门前献上哈达，悬挂九色经幡。我看见洱海中央，纤秀腰身的阿嵯耶观音在嘴角荡漾开一朵东南亚的微笑。大理的佛教，同时蕴藏着汉传佛教、藏传佛教、当地本土信仰甚至南传佛教的思想、特质和形制，成为佛教文化最复杂的地区。

从香格里拉回溯澜沧江的涓涓细流，整个青藏高原是藏族人民栖息的纯美家园，也是藏传佛教起源发展的地方。澜沧江冰清玉洁，雪山、冰川、草甸，一条条涓涓细流汇入碧蓝的江水。江水旁，我看见嘛呢堆、彩色的风马旗、金碧辉煌的寺宇、安详的喇嘛、匍匐转山的藏民……我在想象，这样一缕圣洁的江水，从5000米的高峰，一路向南，4000

米，3000米，2000米，1000米，500米，游走4880公里后，化成九条巨龙，汇入南太平洋。

王子悉达多·乔答摩看到人世间的悲苦，看到人们挣扎于生老病死财色之中而不得解脱，遂发愿要寻求无上的智慧，找到人们解脱苦海的方法，获得幸福的源泉。于是有了佛教。

佛教从印度传出，一条北传，主要是梵语系统，经中亚传至中国汉地，再由中国传入朝鲜、日本、越南等国，其中包括由印度直接传入西藏的藏传佛教，以及从印度直接传入滇西地区的滇密。另一条南传，主要是巴利语系统，由印度传至斯里兰卡、缅甸、泰国、老挝、柬埔寨、印度尼西亚等国以及中国云南的西双版纳、德宏、普洱、临沧地区。

要厘清佛教的源流和派别是一件困难的事，不亚于翻越一次喜马拉雅山。

幸运的是，佛青睞了云南。我们今天仍能在云南看到汉传佛教、藏传佛教、南传佛教三种风格迥异的佛教流派，看到不同风格的佛教艺术，及其影响下的民众习俗与生活。

更幸运的是，有一条神奇的澜沧江，把上游的藏传佛教地区、中游的汉传佛教地区及云南本土佛教教派滇密地区、下游的南传佛教地区串联了起来，一条滇藏公路（214国道）沿江伸展。

最幸运的是，214国道串联的西双版纳、大理、丽江和香格里拉，正是云南自然风光最美丽的地区。带着一颗佛心走进云南，可以看到云南最美的自然风光，领略最丰富的民族风情，还能学会用一双佛的眼睛、一颗佛的心去理解宇宙、社会和我们自己，理解不同的人、不同的地域、不同的历史怎样将发端自同一棵菩提树下的佛法，演绎成如此色彩斑斓的样子。

行走是为了让我们的心安宁下来，心是产生一切烦恼的根源，也是孕育一切快乐的母体。



第一章 CHAPTER ONE

南传上座部佛教 · 西双版纳的雾霭金光

Theravada of Southern Buddhism Mist and Gold Rays of Xishuangbanna



佛祖在不同的时间和场合，根据不同的聆听对象，用不同的方法讲述道理。由于听受佛法者不同的社会背景与文化背景，对佛法的理解产生了差异。

释迦牟尼涅槃后，一部分人继续他朴素的修行和传教方式，固守其思想理论。另一部分人则变通释迦牟尼的思想，树立偶像和权威，对其思想基础进行更加完备的体系化建构，力求为更加广大的普通信众提供佛荫庇护。

与此同时，佛教开始从古印度向世界各地传播。北向的一条，从印度北部传入中亚地区，然后通过西域，传入中国，再传入朝鲜、日本、蒙古和越南，是所谓“北传佛教”。北传佛教的教义主要源自大众部的梵语系佛教经典。梵语佛教传入中国，又发展为汉语系佛教和藏语系佛教，即我们常说的汉传佛教、藏传佛教。

另一条南向的佛教传播线路，首先传入印度邻海的斯里兰卡，然后传入缅甸，再入泰国、老挝、柬埔寨，及中国云南的南部、西部地区，形成所谓“南传佛教”，其教义出自上座部佛教的巴利文经典，相传佛陀就是用巴利语对大众说法传教的。

云南是中国唯一的南传佛教传播地区。

虽然“大乘”和“小乘”在修行方式、修行目的和佛陀观等方面有很多不同看法，但“度个人”和“度众生”是它们之间差别产生的重要根源。

当我们读了佛教经典，看过了佛教历史，在中国的西南，在西双版纳，从西双版纳再到老挝和缅甸，我们从一段历史进入另一段历史，从一个风景进入另一个风景。其实，安心建好个人的“小船”成为社会的典范，与发愿建一艘度众人的“大船”，是达到同一个彼岸的不同方式。



老挝琅勃拉邦的和尚晨乞

从澜沧江到湄公河

“次第乞”与佛教的本初

次第乞，这种佛教初始之时的风景，在内地、在藏区，都只记载在典籍中了。即使在滇南、滇西的南传佛教地区，也很难见到。而在老挝，2000多年前佛祖释迦牟尼领导僧伽团体身体力行的修持，依然鲜活。

This kind of view belongs to the initial time of Buddhism, in hinterland and Tibetan areas, only record in the old scriptures. Even in the Southern Buddhism areas of Southern and Western of Yunnan, it can hardly been seen. But in Laos, the Primordial Buddha Sakyamuni led the Buddha group and set a good example in Buddha practices in two thousand years ago, still vividly appeared.

老挝琅勃拉邦
缅甸茵莱湖畔鸟水镇
西双版纳勐泐大佛寺
宾利瓦拱豪
景洪旅游商品夜市街

佛教的创立
次第乞，上座部，大众部
北传佛教
汉传佛教
藏传佛教
南传佛教
梵语系佛教
巴利语系佛教
大乘佛教
小乘佛教
南传上座部佛教



老挝琅勃拉邦香通寺晨乞归来的和尚

去年五一长假，我们自驾车从西双版纳到老挝。一早从勐腊出发，在磨憨办理出境手续，磨丁办理入境手续，到孟赛吃了午饭，到琅勃拉邦时已是夜幕降临。

没有看到一路想象着的异国风情，虽然山清水秀，孩子们略黑脸庞上的笑容与我熟悉的滇南的孩子们仍是一样的。只是停顿下来之后，在湄公河边吃晚餐，才感到这条出境后改了名字的河流多出许多妩媚。在20瓶Beer Laos的作用下，8个人摇摇晃晃地回酒店，向导兼司机兼摄影师许云华声音很大大地提醒大家：明天看和尚化缘要早起啊。

清晨的琅勃拉邦，空气中弥漫着淡淡的清香。无数紫色、黄色、红色、白色的花开在一个接一个的院落里，绿色的棕榈环绕在朱门白墙的房屋周围，小狗在门前安静地蜷缩着。我们看到，一些家庭主妇或是男性长者，

已早早跪坐在家门口，身旁的竹篮里装着蒸好的糯米饭。一队披着明黄色僧衣的僧人们从道路尽头穿雾而来，他们一律右肩挎饭瓮，赤脚经过沿街跪坐的施主跟前，人们依次在每个僧人轻轻掀开的饭瓮里放一团糯米饭，然后合十敬拜。

化缘的僧队放轻脚步，静静地走着，斋僧的人们也不说话，我们这些早起的游客拿着相机尾随僧人，被肃穆的气氛感染，也没有丝毫声音，整个城市安静得连脚步声都听不到。僧人们化完斋，列着队走回寺院，瞬间消失在金碧辉煌的殿宇里。斋僧的人们也收起竹篮，静悄悄地转回家里。这时，太阳破雾而出，琅勃拉邦的一天开始了。

我们感动起来，这时才深切地感受到异国的异样风情。回国后，我翻阅了很多有关南传佛教知识的书籍，发现琅勃拉邦僧人日常的

修行方式，与佛祖释迦牟尼在2500年前传道时的做法几乎一模一样。遥远文明与现实场景的惊人重合让我深深着迷。之后，我们几个人相约再到缅甸的蒲甘、曼德勒、因莱湖，则是专门去寻找这种浓郁的文化体验了。

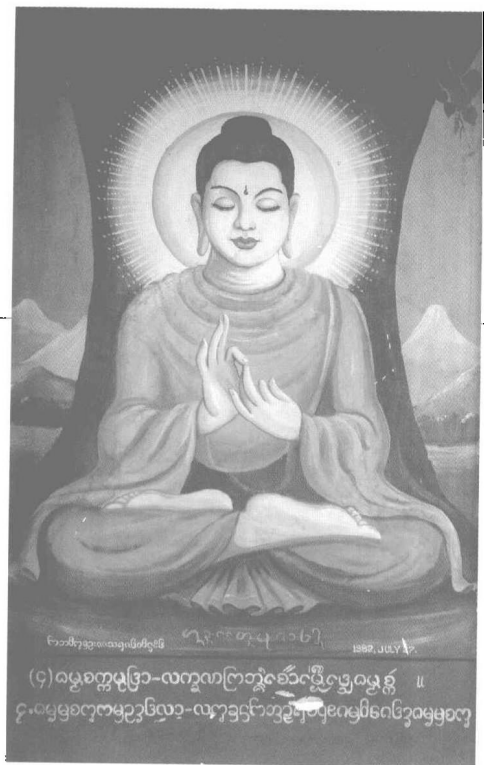
《金刚经》的开篇说：“尔时，世尊食时，着衣持钵，入舍卫大城乞食。于其城中，次第乞已，还至本处。饭食讫，收衣钵，洗足已，趺坐而坐。”这段记载描述了佛祖释迦牟尼一天的生活。他清晨带领大家穿着体面的僧衣，拿着合乎规仪的饭钵，到城中乞食，不因施主的贫富，皆“次第”而乞，归来之后，佛祖吃完饭，收好衣钵，浴足净身，然后开始打坐。《金刚经》于东晋时传入中国，此后一直被奉为大乘佛教的经典，《金刚经》开篇的这段文字对佛祖的描述客观地再现了释迦牟尼生活的真实情景，而这样的场景与今天南传佛教地区

的规仪是一致的。

关于“次第乞”，还有这样的传说：佛家的修行之人出门化缘乞食，是为了度化众生，众生施舍，是在为自己“种福田”。佛祖身边的迦叶尊者为了让穷人下辈子不再受贫穷之苦，乞贫不乞富，即专化穷人。而须菩提为了巩固富人上辈子的因果果报，就专化富人。佛祖知道以后，说二人心中不平等，对众生有高低贵贱之分，不能一视同仁。所以规定比丘进城乞食应当不分贫富贵贱，挨家挨户次第乞食，彰显佛家众生平等的思想。

这种佛教初始之时的风景，在内地、在藏区，甚至包括在佛教的发源地印度，都只记载在典籍中了。在滇南、滇西的南传佛教地区也很难见到，而在老挝，2000多年前佛祖释迦牟尼领导僧伽团体身体力行的修持，依然鲜活。东南亚地区南传佛教的僧人在清晨逐户化

佛祖在菩提树下悟道的画像



缘，于佛光照耀下演绎施与受的完美辩证。

公元前565年，古印度迦毗罗卫国净饭王添了一个王子，这个叫悉达多·乔答摩的太子虽然在王宫里过着锦衣玉食的生活，并且在父亲的安排下娶妻生子，但当他看到人间的衰老、病痛和死亡之后，对人生的无常与苦难感到深深的忧虑。29岁时，他出家修行，发愿寻找一条能够解脱身心痛苦和烦恼的道路，经过6年的苦行，在一棵菩提树下经过七天七夜的冥想，他豁然开朗，彻悟了人生无尽苦恼的根源和解脱的方法，成为获得无上大觉的佛陀。成佛后，他被尊称为释迦牟尼，之后，佛祖带领弟子在恒河流域传法，将他所找到的解脱人世苦恼的方法告诉众生。

释迦牟尼35岁那年得道成佛，标志了他脱离轮回苦海。早期追随释迦牟尼的弟子们大多亲聆过佛祖的教导，在教义、修行方法、

教团生活上能遵循释迦牟尼在世时的惯例，但随着时间流逝、信众增加，仅凭口头传诵的佛经难免出现误差，个人的修行体悟也需要交流。于是，佛的大弟子摩诃迦叶主持了佛教史上的第一次大结集，总结佛祖在世时奉行的法则。僧伽们在古印度摩揭陀国都城王舍城外的七叶窟集会，被称为“多闻第一”的阿难陀背诵出佛所说的“经”，由优婆离背诵出佛为僧伽团体所指定的律仪戒规，由此形成佛教的“经”和“律”。

佛祖在不同的时间和场合，根据不同的聆听对象，用不同的方法讲述道理。由于听受佛法者不同的社会背景与文化背景，对佛法的理解产生了差异。虽然有了第一次结集，但随着信众的增加，分裂还是不可避免地产生了。